

10月の

広島中央保健生活協同組合だより

けんこう

2020年10月号

2020年8月31日現在
組合員数 29,693人
出資金 12億6,416万円
発行責任者 生協広報委員会

No.567

資金増やし・班づくり・担い手づくり)に取り組み、積立増資をしてくださる方を増やそうと、多くの仲間

全国の医療福祉生協で9月25日(金)から生協強化月間が始まり、新型コロナウイルス感染症拡大の影響を跳ねのけて生協四課題(仲間ふやし・出

資金増やし・班づくり・担い手づくり)に取り組み、積立増資をしてくださる方を増やそうと、多くの仲間

全国の医療福祉生協で9月25日(金)から生協強化月間が始まり、新型コロナウイルス感染症拡大の影響を跳ねのけて生協四課題(仲間ふやし・出

資金増やし・班づくり・担い手づくり)に取り組み、積立増資をしてくださる方を増やそうと、多くの仲間

その事業と運動を支える組織を強く大きくし、新しいつながりを広め「誰もが健康で安心してくらせるまちづくり」を実践していくことがいつにもまして大切になっていきます。

支え合い」の活動はより一層の意義を高めています。その事業と運動を支える組織を強く大きくし、新しいつながりを広め「誰もが健康で安心してくらせるまちづくり」を実践していくことがいつにもまして大切になっていきます。

支え合い」の活動はより一層の意義を高めています。その事業と運動を支える組織を強く大きくし、新しいつながりを広め「誰もが健康で安心してくらせるまちづくり」を実践していくことがいつにもまして大切になっていきます。

支え合い」の活動はより一層の意義を高めています。その事業と運動を支える組織を強く大きくし、新しいつながりを広め「誰もが健康で安心してくらせるまちづくり」を実践していくことがいつにもまして大切になっていきます。

支え合い」の活動はより一層の意義を高めています。その事業と運動を支える組織を強く大きくし、新しいつながりを広め「誰もが健康で安心してくらせるまちづくり」を実践していくことがいつにもまして大切になっていきます。

支え合い」の活動はより一層の意義を高めています。その事業と運動を支える組織を強く大きくし、新しいつながりを広め「誰もが健康で安心してくらせるまちづくり」を実践していくことがいつにもまして大切になっていきます。

支え合い」の活動はより一層の意義を高めています。その事業と運動を支える組織を強く大きくし、新しいつながりを広め「誰もが健康で安心してくらせるまちづくり」を実践していくことがいつにもまして大切になっていきます。

支え合い」の活動はより一層の意義を高めています。その事業と運動を支える組織を強く大きくし、新しいつながりを広め「誰もが健康で安心してくらせるまちづくり」を実践していくことがいつにもまして大切になっていきます。

支え合い」の活動はより一層の意義を高めています。その事業と運動を支える組織を強く大きくし、新しいつながりを広め「誰もが健康で安心してくらせるまちづくり」を実践していくことがいつにもまして大切になっていきます。

2020年9月14日～11月30日 生協強化月間

くらしを支える事業の継続と、新しいつながりづくり

新型コロナウイルス感染症の広がりの中で社会の状況が劇的に変化し、たくさん「くらしの困った」が顕在化しました。そういった中でこれまで医療福祉生協が実践してきた、人と人・人と事業とのつながりによる「健康づくり、たすけあい・支え合い」の活動はより一層の意義を高めています。その事業と運動を支える組織を強く大きくし、新しいつながりを広め「誰もが健康で安心してくらせるまちづくり」を実践していくことがいつにもまして大切になっていきます。

子育て広場 **コープ**
10月の予定
のびのび
クラブ



日時 毎週水曜日
10時～12時
場所 生協けんこうプラザ5階

10月 「のびのび」行事

- 第1週 7日 栄養相談
- 第2週 14日 おやこ体操
- 第3週 21日 英語であそぼう
- 第4週 28日 ハロウィンパーティー
仮装してきてね♪

※企画内容は都合により変更となる場合があります。

掲示板

広島中央保健生活協同組合
子ども食堂
生協わくわくぱーてーいー

【日にち】10月10日(土)
【時間】11時30分～12時30分
【場所】いきいきプラザ3階研修室
※新型コロナウイルス感染症対策の観点から食事のみの提供とし、時間を短縮して開催します。
※午前7時の時点で警報が出ている場合は、中止とさせていただきます。
※アレルギー対応はしておりませんので、ご了承ください。

どなたでも参加できます。

調理・あそびボランティアさん大募集中!!
お米・野菜等食材のご提供もお待ちしております(^_^)
お申し込みは
☎082-532-1264(組合員活動推進課)まで

井口・鈴が峰支部の〇さまよりお米の寄付をいただきました。ありがとうございました。

いっせい訪問行動方針(概要)

生協強化月間中に、「笑顔で安心して暮らし続けられるまちづくり」に向け、職員と組合員が協力していっせい訪問行動に取り組みます。

特に今年、新型コロナウイルス感染症のまん延が起これ、生活に困窮したり、外出自粛期間に体調を悪くするケースが多く見られます。今年も下記の方針でいっせい訪問行動を実施します。

- 1.訪問行動日程
9月14日(月)から10月31日(土)まで。48日間、診療日40日間
- 2.訪問行動目標
 - ①訪問行動を通じて1,000件の対話を進め、地域・組合員のニーズを把握します。
 - ②地域支部では、全支部で3名以上の参加での訪問行動実施をめざします。
 - ③事業所では、各事業所が目標を定め、昨年の職員参加率を向上させます。
- 3.訪問行動内容
「気になる患者(利用者)訪問、「けんこう」手配り時の職員同行。地域組合員の「お元気ですか訪問」、地域支部が企画する訪問行動への職員同行。
「コロナ禍」での暮らしや健康上のお困りごとや地域のニーズを聴き取る。

若い時は、普段の仕事に明け暮れて、意識した運動をしていなくても体が柔軟だった。年を重ねるにつれ、ふと気づくと何でもないことで体の不調が現れる。たくさん重い物をして重い荷物を手に下げて持ち帰ったあと、肘の関節が伸びきって、曲げると痛い。脚の筋が硬くなって開脚能力が明らかに低下した。久しぶりにラジオ体操をやった翌日、何かココが痛い…。前日のラジオ体操のせいである。ああ情けない。このまま放置すれば寝たきりへの道まっしぐら!

私の対策はすきま時間の活用だ。エレベーターより階段で、コピーを待つ間の肩こり体操、湯舟に浸かっている間の腕・肩甲骨ストレッチ、家事の合間の腰痛体操、寝る前の足腰ストレッチなど。ちょっとしたと後戻り。けんこうチャレンジは年中無休。(チャリー)



原水爆禁止2020年世界大会

75回目のヒロシマの日、想像しなかったコロナ禍で、オンラインでの世界大会となりました。けんこうプラザには74名の組合員や職員が参加して、パワーポイントの画面に見入りました。

2時間半の大会で15名の方が発言され、その中には2歳で被爆した当生協の元職員・山田寿美子さんもおられました。「原爆の悲劇は1945年8月6日で終わっていない、75年経った今も体調不良や子孫への影響への不安など一生持ち続ける」という言葉が重く響きました。

フォトジャーナリストの安田菜津紀さんの発言も印象的でした。

中東の紛争地イラクのクルド自治区にハラブジャという街があり、そこにヒロシマ通りと名付けられた路があります。遠い中東の地から毎年8月にはヒロシマに祈りを捧げています。10年以上戦争が絶えないシリアでもヒロシマ・ナガサキは知られていて、日本はあんなに甚大な被害を受けたのに、今は立派な国になっていると聞きました。しかし、そういわれるような平和を築いてきたでしょうか。

2003年、フセイン大統領が大量破壊兵器を持っている(結局見つからなかった)という「大義」でアメリカが始めたイラク戦争に、日本政府は支持を表明しました。そして今や核兵器禁止条約に43もの国(8月7日現在)が批准しているのに、唯一の被爆国である日本政府は背を向けています。このオンライン大会の参加者が、核保有国と同盟を結ぶ国に暮らす市民のひとりとして、自分にできることが何か考える機会となりました。

ペンネーム 徳



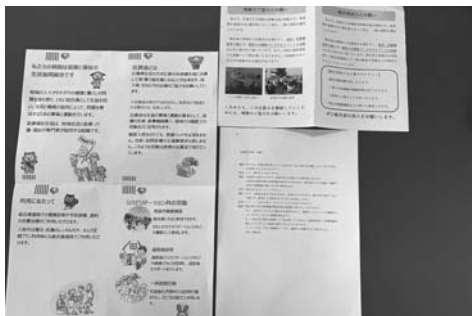
生協強化月間に向けてGo!! ~生協さえき病院リハビリテーション科~

加入・増資 声かけプレゼン大会



8月18日(火)、生協さえき病院リハビリテーション科にて、3チーム対抗の「オリジナル声かけマニュアル」のプレゼンテーション大会が行われました。同科では、「声かけが進まない原因は何か」「組織建設目標をどう達成するか」について話し合いながら、実用的な声かけマニュアルを作ろうと取り組んできました。プレゼンはどれもよく考えられており、模擬患者を立てての“あるある声かけ問答”などが展開されました。

朝礼後から診療開始までの30分という短い時間を利用してのプレゼン大会でしたが、その手際よい進行と完成度の高さに、リハビリ科の組織力の強さが感じられました!



とっておきの一枚

一言コメント

(ペンネーム かえるさんより)

「梅干し」

梅干しへの挑戦は3年前から。梅シロップ・梅ジャム・梅甘露煮・めんつゆ・みそ漬け等々、色々やってみたけれど、梅干しはハードルが高く、手がだせなかったのですが、テキストをみながら、悪戦苦闘。ほんの少し漬けてみたところ、これがおいしい! ふたを開けるたびにいい香りが立ち上って、これはもう本格的に取り組もうと、赤しそもたくさん植えて、今年は6kg漬けました。これは、土用干しをしている写真です。梅は友人が梅の木のを山を持っていてたくさん貰えます。



生協小児科ひろしまからのお知らせ

インフルエンザの予防接種はご予約を!

※実施期間や時間帯は変更になることがあります。ホームページをご確認ください。

期 間…10月1日(木)~11月21日(土) (予約は9月中旬から)

対象者…中学生までのお子さん、お子さんの接種時に同伴した両親・兄弟

2回目の接種…12歳までは、1回目から3週間程度あけて2回目の接種が推奨されますが、2回目の予約はできません。予防接種ができる時間帯に直接来院してください。

| 受付 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------------------------|---|---|---|---|---|--------------------------------|
| 8:30~11:30 | ○ | × | ○ | × | × | 【第1・3・5週】 8:30~12:00 |
| 13:00~14:00 (予防接種のみ) | × | ○ | ○ | × | ○ | 【第2・4週】 8:30~11:00 ※予約のみ |
| 14:30~16:30 | × | ○ | × | ○ | ○ | |
| 16:30~17:00※ (予防接種のみ) | | ☆ | | | | |

☆16:30~17:00は、10月13日(火)~11月10日(火)の期間のみ。

小児科 常勤医師交代のお知らせ

9月末で吉野倫医師が当院を退職することとなり、新しく北村佳子医師を迎えました。4月から当院で勤務しているので、すでにお会いされた方もいらっしゃるかと思います。

北村医師も、話しやすく、優しい先生です。病気の治療やお子さんの成長のことなど、不安なことがあれば遠慮なく聞いてみてください。


今後とも、生協小児科ひろしまをどうぞよろしくお願いいたします。

一般の感染症や慢性疾患から育児の悩みまで、医師として、子どもを持つ親として、ご家族と一緒に考えていきたいと思っています。お気軽にご相談ください!



診療のごあんない

2020年9月現在です。
 急な医師の交代で変更もあり得ますので、ご了承ください。
 ※前回から変更している部分は網掛けで表示しています。(2020年10月から)

| 受付時間 | | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|--|------------------------|---|------------------------------|---|---|---|---|---|---|
|  <p>福島生協病院 082-292-3171 (健診:082-292-3215)</p> <p>診療体制は変更となる場合がございます。事前にお問い合わせください。</p> <p>予約は一般外来(初再診外来)を受けていただき、治療が必要と医師が判断した場合、専門医の予約を取って通院、治療していただくことになっています。</p> | 午前 | 8:30~11:45 診察は9:00~ (予約は8:30~12:00) 診察は9:00~ | 内科 | 池本 神尾 藤原 田中(千) 多比良(予約) 高岡(予約) 保手浜(予約) | 多比良 松原 宇野 三善 藤原(予約) 高岡(予約) 飯田(予約) | 飯田 宇野 田中(千) 神尾 交替(予約) 藤原(予約) 藤原(予約) 大津(予約) | 井原 浜本 神尾 池本 大津(予約) 高岡(予約) 多比良(予約) | 神尾 田中(千) 保手浜 藤原(予約) 大津(予約) 多比良(予約) 大学(予約) | 沼本 大学 交替(予約) |
| | | 8:30~11:00 | 健診 | 2診 | 杉原・佐藤 | 杉原・佐伯 | 杉原・佐々木 | 2診 | 伊藤・石田(第1・3・5週) 田中(貴)(第2・4週) |
| | | 8:30~11:45 診察は9:00~ | 外科 | 北口 宮庄 長谷川 杉本(予約) | 田代 原田 11:00まで杉本 | 前田 宮庄 11:00まで長谷川 | 北口 原田 杉本(予約) | 田代 前田 杉本(予約) | 伊藤・石田(第1・3・5週) 田中(貴)(第2・4週) 交替 9:30~受付 10:00~診察 |
| | | | 整形外科 | 長谷川 杉本(予約) | 11:00まで杉本 | 11:00まで長谷川 | 長谷川 杉本(予約) | 長谷川(予約) | |
| | | | 婦人科 | 大学(完全予約制) | | | 大学(完全予約制) | 大学(完全予約制) | |
| | | | 眼科 | 高松 松浦 大学 | 高松 松浦 大学 | 高松 松浦 大学 | 11:00まで高松 11:00まで松浦 大学 | 高松 松浦 大学 | |
| | | | 耳鼻咽喉科※ | 大学 | | | 大学 | 大学 | |
| | | | 皮膚科※ | 大学 | | | | 大学 | |
| | | 泌尿器科※ | | 10:00~診察大学 | | 10:00~診察大学 | | 大学 | |
| | | 午後 | 13:30~16:30 診察は14:00~ | 内科 | 多比良(予約) 飯田(予約) | 大津(予約) 保手浜(予約) | | 神尾 藤原(予約) 叶(予約) | 高岡(ペースメーカー) 多比良(予約) |
| 13:45~16:00 診察は14:00~ | 外科 肛門科 眼科 | | 高松 | | | 原田 田代 松浦(予約) | | | |
| 夜間 | 16:30~18:00 診察は17:00~ | 内科 | | | | 藤原(予約・不定期) | | | |
| 午前 | 8:30~11:30 診察は9:00~ | 北村 泉 | 北村 | 北村 | 北村 | 北村 | 北村 | 12:00まで受付 北村(第1・3・5週) | |
| | | | 予防接種(予約制) | 予防接種(予約制) | 乳児健診(完全予約制) | 予防接種(予約制) | | | |
| | 午後 | 14:30~16:30 | 北村 今川 平岡 高橋 高浜 | 北村 高橋 松井 高浜 宮崎 | 北村 今川 高橋 松井 山本 平岡 | 北村 高浜 松井 山本 今川 松井 | 北村 今川 高橋 高橋 高浜 松井 | 11:30まで交替 | |
| 午後 | 11:30~16:30 | 今川 松井 高浜 | 高橋 今川 山本 (平岡) 宮崎 | | 高浜 松井 高橋 平岡 | 今川 高橋 高浜 松井 | | | |
| | | 夜間 | 16:30~19:30 | 高橋 松井 平岡 | 今川 山本 高浜 | | 今川 高橋 高浜 平岡 松井 | | |

| 受付時間 | | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|--|-----------------------|------------------------------------|----------------------|------------------------------|----------------------|---------------------|----------------------|----------------------|----------|
| <p>生協さえき病院 082-926-4511</p> | 午前 | 9:00~12:00 | 内科 | 黒川 沼本 福山 | 荒井 岡田 重本 伊藤 | 佐藤 黒川 重本 | 叶 佐藤 福山 | 高内 大学 福山 荒井 | 高内 交替 |
| | | | 内科(予約) | | | | | | |
| | | | 健診 | 渡辺 | 南方 | | 根本 | 佐藤 | |
| | | | 整形外科 | 三好 | 三好 | 本山 | 三好 | 三好 | 三好 |
| 午後 | 15:00~17:00 | 内科 | 14:00~17:00 高内 | 14:00~17:00 伊藤 | 佐藤 | | 佐藤 | | |
| 夜間 | 17:00~19:00 | 内科 | | | | | 福山 | | |
| <p>生協さえき歯科 082-926-1148</p> | 午前 | 8:30~11:30 水曜は11:00まで ※予約制です | 星 | 星 | 星 | 星 | 星 | 星 | |
| | | | 保子 末井 福井 | 保子 福井 | 保子 末井 福井 | 保子 福井 | 保子 末井 福井 | 保子 末井 福井 | |
| | | | 星 | 星 | 星 | | 保子 | | |
| | 午後 | 13:30~17:00 水曜は14:00~ ※予約制です | 保子 末井 福井 | 15:30まで保子 16:30まで末井 福井 | 保子 末井 福井 | | 15:30まで星 末井 福井 | | |
| | | | 星 | 星 | 星 | | 保子 | | |
| | | | 星 | 星 | 星 | | 保子 | | |
| 夜間 | 17:00~19:30 ※予約制です | | 16:30~保子 17:30~末井 | | | 16:30~星 17:30~福井 | | | |

| 受付時間 | | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|----|-------------|----|-----|-----------|-----|-----|---------------|
| <p>コープ五日市診療所 082-924-0608</p> | 午前 | 9:00~12:00 | 内科 | 佐々木 | 長谷 | 佐々木 | 佐々木 | 佐々木(第1・3週休診) |
| | 午後 | 15:00~16:30 | 内科 | | 佐々木 | 佐々木 | | |
| | 夜間 | 17:00~18:30 | 内科 | 佐々木 | | | | 佐々木 |
| <p>草津診療所 082-272-8665</p> | 午前 | 9:00~12:00 | 内科 | 世戸 | 福山 | 八田 | 世戸 | 世戸(第2・4週のみ診療) |
| | 午後 | 14:00~17:00 | 内科 | | 世戸(第3週休診) | | | |
| | 夜間 | 17:00~18:00 | 内科 | 世戸 | | 八田 | 世戸 | 世戸 |

組合員の輪

念願の交流会開催 南区東支部

7月30日(木)、南区東支部の組合員交流会が行われ、16名が参加しました。延期となった南区支部総会のかわりに、時間を短縮しての開催となりました。30分の支部の活動報告と方針案の説明では、予算や出資金動向に関する質問が寄せられ、最後は満場一致の拍手で承認されました。



会の後半の30分では、地域包括ケア部 東さんを講師に、熱中症に関する学習を行いました。換気をしながら上手に体温を調節する方法など、今の時期に気をつけたいポイントをしっかり押さえることができ、充実した交流会となりました。

けんこうチャレンジおすすめ訪問 美鈴が丘支部

8月11日(火)、組合員2名・担当理事・職員の4名でけんこうチャレンジのおすすめ訪問をしました。美鈴が丘西3丁目地域を16件訪問・8件の対話ができました。



暑い中、せっかく来てくれたからと特別増資にご協力いただいたり、けんこうチャレンジにも5名の方が参加してくださいました。

コロナ禍での訪問は大丈夫だろうかと不安もありましたが、直接組合員さんといろいろなお話することでお互いに元気がもらえたような気がしました。

初めてのピースカフェ班 開催 吉島支部

8月20日(木)、コロナと熱中症に注意しながら、平和公園を楽しく散策しました。クイズ形式で遺跡・モニュメントを探しながら、参加者5名が交流。8・6の式典・今の政治についてなど、雑談に花が咲きました。



休憩をした「レストハウス」の変貌には驚きました。被爆建物の趣はなく、一部当時の状態を残していますが、観光優先のように感じました。原爆ドーム・平和公園周辺の景観を守ることの重要性を再確認した一日となりました。

コロナに負けないメンタルヘルスケア

3密を避けながらできるリラックス方法を取り入れることで、心も元気に過ごしましょう。

植物に触れてリラックス

人は元々、植物への欲求や郷愁(バイオフィリア)を持っています。そのため、植物を用いたリラックス法を行うことで、人が本来持つバイオフィリアを満足させながら、ストレスを解消することができます。

例えば

森林浴

自然の中のウォーキング

園芸



手洗いのときもリラックス

手洗いの際に、併せて自分の不安を解消できる方法を取り入れられます(実行意図手法)。その組み合わせを毎日続け習慣化していくことで、不安を和らげることができます。

手洗いと同時に行えるリラックス法

*気持ち落ち着くものを組み合わせてみましょう。

深呼吸 背伸び 軽いストレッチ その場で足踏み 等



参考:日本健康心理学会HP <http://jahp.wdc-jp.com/news/covid.html>

俳句・山柳

へお題「秋の暮れ」

コロナ禍も残暑も居座る秋の暮れ

秋の暮れブランコしてる柿一つ

ごはんだよ遠く聞こえる秋の暮

秋風と共にコロナも連れ去って

俳句読み心遊ばせ時忘れ

自由句

コロナ禍に夫婦韓ドラ盛り上がり

ふじばかま

芳実

TOKIKO

熊のプーさん

メリー

波乃

*採用された方には図書カードをプレゼントします。ぜひご住所をお知らせくださいませ。 広報委員会

おたより募集

川柳、俳句、短歌

12・1月合併号の川柳のお題は「こたつ」(締め切りは11月15日)です。自由演題でも結構です。その他、「私の家族(ペット)」「私のとっておきの一枚」を募集しています。写真と簡単な紹介文を編集部までお送りください。

宛先

733-0031 広島市西区観音町16-19-4F
広島中央保健生協 組合員活動推進課 けんこう編集係
E-mail:soshikibu@hch.coop FAX(082)-532-1267

理事会より

- 7月度経営は、剰余予算に700万円の不足でしたが1,446万円の黒字でした。コロナ禍による外来の減収傾向は続いています。入院や介護事業が健闘しました。
- 広島県生協連がJA中央会など県内の協同組合との共同で企画した「大学生の生活支援のための組織協力金」に当生協も参加します。
- 地域包括ケア部内の「よろず相談窓口」の直通電話(電話番号082-553-9578)が9月1日から開通しました。「いのちの相談所」ポスターでも案内します。