

11月の 広島中央保健生活協同組合だより

けんこう

2021年
11月号

No.579

広島中央保健生活協同組合

編集部連絡先
〒733-0031 広島市西区観音町16-19
電話(082)-532-1264
FAX(082)-532-1267

アドレス <http://www.hch.coop/>
Facebook 「広島中央保健生活協同組合」

2021年9月30日現在
組合員数 29,709人
出資金 12億5,374万円
発行責任者 生協広報委員会

2021年度生協強化月間 いっせいで訪問行動

●スタート集会

9月4日(土)生協けんこうプラザにて、いっせいで訪問行動スタート集会を開催しました。緊急事態宣言下での開催となり、オンラインでの参加も多くなりました。いっせいで訪問行動推進本部長の田中さき子理事の挨拶の後、県立広島大学 田中聡子先生より「貧困を背景にした困難と地域で『支え合う』仕組みづくり〜コロナ禍における親と子どもの貧困〜」と題してリモートでご講演いただきました。



現在のひとりの親世帯の貧困状況、コロナ禍でますます深刻化している現状等事例を交えながらお話しいただきました。今回の学びを活かし生協でできることを実践していこうと気持ちを新たにすることができました。その行動のひとつとして10月末までいっせいで訪問行動に取り組みました。

感想文より

- ・貧困家庭のことがしばしば新聞に掲載されるが、全体像がよく見えなかった。しかし今回の研修である程度全体像を理解できるようになった。
- ・コロナ禍における現場の混乱はあるとはいえ、学校が子どもへ配慮できない現象が一部でも起こっていることに胸が痛くなった。
- ・貧困は生活だけでなく、親子関係にも影響することがわかった。お互いに余裕がない状況で子どもは我慢している。家族間でコミュニケーションが取れないと、子どもは学校や社会に出てからも、人とのコミュニケーションが取りづらかったり、「助けて」を出しにくくなってしまおうのではないかと思った。



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

【日にち】11月13日(土)
【時間】11時30分~12時30分
【場所】いきいきプラザ2階



どなたでも参加できます。

- ※開催場所が変更になる場合がございますので、詳細はお問い合わせください。
- ※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ております。感染状況によっては中止となる場合がございますので詳細はお問い合わせください。
- ※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。

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

子育て応援 プロジェクトからのお知らせ

子育て応援企画

スマホから、こどもたちを守ろう

~スマホの影響「良い面」「悪い面」~

【日にち】11月20日(土)
【時間】午前10時~
【場所】生協けんこうプラザ5階
【定員】40名(事前予約が必要です)
詳しくは、折込チラシをご覧ください。



すべてのつながりをいかした 仲間ふやしを!

9~10月は職員と組合員が協力した訪問行動が各地域で実施され、けんこうチャレンジのすすめやコロナ禍でのくらしや健康上のお困りごとをうかがうなど対話をすすめました。さて、生協強化月間も後半を迎えました。すべてのつながりをいかして、より多くの仲間を迎え入れましょう。

各地で訪問行動が 実施されています



せーの行動
9/21(火) 中広支部
中広3丁目を訪問
担い手1名

9/16(木) 南区東支部
比治山本町を訪問
けんこうチャレンジを
おすすめ



せーの行動
9/22(水)
観音・天満支部
西観音を訪問
担い手1名、増資1件



心の窓

さんまの値段が高い。今年
は、豪雨災害もあり、例年の
夏であればどう料理しようか
と困るくらい採れる胡瓜が、
うちの庭でも早々に終了。店
にも並ばない時がある程。そ
して、高い。旬の物を旬の時
期に味わいながら、人は暮らしを紡いできた。これこそ、
健やかな暮らし方なのでは？
今、四季の変化が感じにく
いなあと思う。一日の中でも、
季節が違ってくるくらい気温の変化
が激しい。気候変動による脅
威と被害は後を絶たず、豪雨、
暴風、猛暑、洪水・土石流が
毎年どこかで起こっている。
温室効果ガス(大半は
CO₂)の排出により、世界
の平均気温が上がり、洪水の
リスクが高まり、食料生産も
減少。温室効果ガスの排出削
減を一刻も早く進めないと、
悪化を止めることができなく
なるところまでできていると言
います。まさに非常事態です
よね。
「環境破壊」の最悪の物は
原発、放射能汚染ですが、大
気汚染・プラスチックごみ・
農薬・大量のごみ等々、挙げ
たらきりなくありますが、そ
れもこれも人間が環境破壊を
続けてきたから。このまま、
緑の森・青い海は守れるの
か? 人間はまともに暮らし
ていけるのか?
来年も、その次の年もまた、
秋には「さんまの塩焼き」と、
栗ご飯が食べられるとい
いな。
(かえり)

けんこうチャレンジ2021 コロナに負けない!健康づくり

9月2日(木)、生協けんこうプラザにて「けんこうチャレンジ2021」企画を開催しました。

まず冒頭に、昨年のけんこうチャレンジ実施状況について報告がありました。続いて、福島生協病院の栄養科職員より「発酵食品について」、リハビリテーション科職員より「おなかを引き締めよう&正しいストレッチ方法」の学習講演が行われました。

身近な話題だったためか、講演の間



もうなずきあったり、笑いも出たり、メモをとったりと、みなさん聞き入っておられました。

参加者からは、「腸を活性化することの大事さを学びました」「ストレッチをいろいろな場所で広めたい」「楽しみながら健康になって、健康寿命を延ばそうと思いました」など感想が出され、みなさんととても満足して下さったことが伝わってきました。



報告締め切りまであと少し!けんこうチャレンジ2021

みなさん、7月から始まったけんこうチャレンジ2021、順調に進んでいますか?すでにチャレンジが終わった方から、次々と報告のハガキが届いています。結果報告締め切りは11月30日(火)です。

せっかくチャレンジした方は、ぜひ報告とあわせて感想もご記入の上、報告カードをご提出ください。お待ちしております!

生協加入おすすめ達人講座

9月21日(火)からスタートする生協強化月間に向けて「『窓口』担当職員・生協加入おすすめ達人講座」を開催しました。生協けんこうプラザで3回、生協さえき病院で1回講座を設け、多くの職員が参加しました。3パターンの患者設定で患者役、職員役、記録係と3人1グループとなり交代しながらしっかりと演じました。

今回の達人講座では「程よく熱烈にアピール」を合言葉に行いましたが、患者さんのお気持ちを引き出し、受け止めながら生協の一員になっていただくというプロセスを踏むことも大切なあと改めての学びとなりました。



~広島中央保健生協に加入してよかったこと~

安心して頼れる人と人のつながりがすべて健康に基づいていると感じます。



戸田真紀理事

なんでも話ができて、患者の気持ちに寄り添ってくださる医師が生協にはおられます。



久保裕子理事

班や支部のつながりを通じて、みんなで支え合う、これができているのが生協です。



田中さき子理事

生協では80歳過ぎても新しい友だちができます。医療と介護がつながっているのも心強いです。



奥村綾子理事

広島市ではポリファーマシー対策に取り組んでいます。

ポリファーマシーとは

多くの薬を服用することにより副作用などの有害事象が起こりやすい状態のことを「ポリファーマシー」といいます。

高齢者になると多くの薬を使っていることも珍しくなく、70歳以上の高齢者では、処方される薬が6つ以上になると副作用を起こす人が増えることがわかっています。

高齢者に起こりやすい副作用は、ふらつき・転倒、物忘れであり、特にふらつき・転倒は、薬を5つ以上使う高齢者の4割以上に発生しているという報告もあります。

服薬情報のお知らせ

広島市では、平成30年度から、広島市域の薬剤師会や医師会と連携して、ポリファーマシー対策に取り組んでおり、年間約44,000人の方に対し、服薬情報を記載した「服薬情報のお知らせ」を送付しています。

このお知らせを受け取った方は、かかりつけの薬局や医療機関へお知らせを持参し、薬剤師や医師に飲み合わせなどの問題がないか確認してもらいます。

ポリファーマシー対策事業の意義

医療費の増大が社会的な問題になっていることはわかっていますが、自分が薬をもらい過ぎていて副作用を起こしやすくなっているのではないかと考えるまでには至っていない方が多いのではないかと感じています。

このお知らせを送付することで、一人でも多くの方にご自身の服薬の状況を把握してもらい、薬剤師や医師に相談してみようという行動につなげていくことが、この事業の大きな意義だと考えています。

「服薬情報のお知らせ」の送付対象者

■通知対象者

広島市の国民健康保険及び後期高齢者医療制度の被保険者のうち、65歳以上で、複数の医療機関から月14日以上の内服薬を6種類以上処方されている方

■発送件数・発送時期

年間約44,000通を発送予定
※ 国保 10,000通 / 後期高齢 34,000通
令和3年8月 ~ 令和4年1月の毎月月末
※ 服用医薬品の種類数が多い方から順次発送



服薬情報のお知らせ(サンプル)

■事業担当課

広島市健康福祉局保健部保険年金課
国保担当 TEL 082-504-2157
後期高齢担当 TEL 082-504-2158

診療のごあんない

2021年10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。(2021年11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	橋本	多比良	橋本	橋本	保手浜	沼本		
				神尾	三善	神尾	神尾	神尾	大学		
				池本	松原	田中(干)	浜本	田中(干)	交替(予約)		
				田中(干)			池本	藤原(予約)			
				高岡(予約)	藤原(予約)	交替(予約)	大津(予約)	大津(予約)			
				多比良(予約)	高岡(予約)	藤原(予約)	高岡(予約)	多比良(予約)			
		保手浜(予約)	飯田(予約)	大津(予約)	多比良(予約)	大学(予約)					
				8:30~11:00	健診	杉原・田代	杉原・佐藤	杉原・田中(貴)	杉原・佐々木	北口・田代	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	大森	田代	前田	北口	前田	交替 9:30~受付 10:00~診察
		宮庄	原田			宮庄	原田	大森			
		整形外科	長谷川		11:00まで杉本	11:00まで長谷川	長谷川	杉本	交替(第2・3週)		
		婦人科	杉本(予約)				杉本(予約)	長谷川(予約)			
眼科	大学(完全予約制)				大学(完全予約制)	大学(完全予約制)					
耳鼻咽喉科※	高松	高松	高松		11:00まで高松	高松					
皮膚科※	松浦	松浦	松浦	11:00まで松浦	松浦						
泌尿器科※	森岡		森岡		大学	大学					
		13:30~16:30 診察は14:00~	内科	多比良(予約)	大津(予約)		神尾	橋本			
		13:45~16:00 診察は14:00~	整形外科	飯田(予約)	保手浜(予約)		藤原(予約)	高岡(ペースメーカー)			
戸田					叶(予約)	多比良(予約)					
外科				原田							
肛門科				田代							
眼科	高松				松浦						
皮膚科			森岡		森岡						
夜間	16:30~18:00 診察は17:00~	内科				藤原(予約・不定期)					
<p>生協小児科ひろしま 082-532-1260</p>	午前	8:30~11:30		北村	北村	北村	北村	北村	12:00まで受付 北村(第2週休診)		
		13:00~14:00			予防接種(予約制)	乳児健診(完全予約制)	乳児健診(完全予約制)	予防接種(予約制)			
	午後	14:30~16:30		北村	北村	北村(第4週休診)	北村	北村			
<p>生協歯科ひろしま 082-291-1333</p> <p>予約制です。痛み等ある場合はご相談ください。</p>	午前	8:30~11:30		今川	高橋	今川	高浜	今川	11:30まで交替		
			平岡	平岡	高橋	松井	高橋				
			高橋	松井	松井	山本	平岡				
	午後	11:30~16:30		山本	山口	山本	今川	松井			
			今川	高橋		高浜	今川				
			松井	今川		松井	高橋				
夜間	16:30~19:30		高橋	山口	平岡	平岡					
			今川		今川						
		松井	山本		高橋	松井					
			平岡	高浜		平岡	高浜				
<p>生協さえき病院 082-926-4511</p>	午前	9:00~12:00	内科	世戸(博)	荒井	山科	叶	高内	高内		
			内科(予約)	沼本	世戸(博)	黒川	佐藤	大学	交替		
			健診	福山	重本	重本		福山			
			整形外科		伊藤		荒井				
午後	15:00~17:00	内科	渡辺	南方	佐藤	根本	佐藤	交替			
夜間	17:00~19:00	内科	三好	三好	本山	三好	三好	三好 10:30まで(隔週)			
				14:00~17:00 高内	14:00~17:00 伊藤	佐藤		佐藤			
					南方						
								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	保子	保子	福井	保子	保子		
				末井	福井	福井		末井	末井		
	午後	13:30~17:00 水曜は14:00~ ※予約制です		星	星	保子		保子			
				末井	15:30まで保子	末井		15:30まで星			
				福井	16:30まで末井	福井		16:30まで福井			
夜間	17:00~19:30 ※予約制です			16:30~保子			16:30~星				
				17:30~末井			17:30~福井				
<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	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(寛)	福山	八田	福山	世戸(寛)	第2・4週のみ診療		
	午後	14:00~17:00	内科		世戸(寛)(第1・3週休診)		世戸(寛)				
	夜間	17:00~18:00	内科	世戸(寛)		八田	世戸(寛)	世戸(寛)			
					福山	八田					

① 広島中央保健生活協同組合 本部・総務部 082-292-3179(出資金取扱い窓口) ③ 地域包括ケア部 082-532-1264(組合員活動関連問い合わせ窓口)
 ② 広島中央保健生協居宅介護支援事業所 082-292-0852(介護関連問い合わせ窓口) ④ よろず相談窓口 082-553-9578

組合員の輪

新班誕生 ～五月が丘支部～

五月が丘支部に新しい班「もみじ班」ができました。

4月の支部総会の時、着物リメイクの作品展示を見て、自分も作ってみたいと積極的に古くからの友人に働きかけて、メンバー4人の「もみじ班」ができました。

月2回で、個人の家の一部屋を開放してもらい、リメイク経験者で上手な人もいて教えてもらえるし、布をどのような物に活かせるかを考えるのも、みんなのアドバイスをもらって、自分のお気に入りができるのが楽しい。今まで、マスクカバー、袋、次はブラウスカパンツを作りたいので、型紙を取っています。



班活動は、いろいろな人の特技も引き出せるし、教えてもらえるし、話も弾み、脳の活性化につながります。班ができて、新しい目標ができました。

きれいになりました ～草津診療所～

9月22日(水)草津診療所利用委員会の呼びかけで、利用委員、西区西支部運営委員、職員15名で草津診療所と草津介護事業部の周辺の草抜き清掃を行いました。

長年手入れがされていなかったこともあり、周囲は生い茂る草に枯れた花、長く伸びたツルが…。手で抜いたりカマやクワなどの道具も使いながら、協力して作業を行いました。



休憩を挟みながら約3時間の作業、みなさんのおかげできれいになりました。

今後はこまめに清掃し、きれいな花も咲かせていきたいと思います。

班会参加で新たに運営委員が誕生 ～八幡東支部～

9月27日(月)に、生協さえき病院2階虹の部屋で開催した「ものわすれ班」(脳いきいき班)には、職員含めて11名が集まりました。初参加者も交えて、近況報告や体調のことなどのおしゃべりだけで1時間があっという間に過ぎていました。

八幡東支部では、「ものわすれ班」終了後に続いて支部運営委員会を開催しています。班会が楽しかったからか、「ものわすれ班」の初参加者を含め4名の方が、運営委員会にも続いて参加され、支部運営委員になっていただくことになりました。人数の増えた運営委員会で話が弾み、11月中旬のバスハイクまでも計画することになりました。



コロナ禍でも工夫をし、つながりを絶やさないことが組合員活動のすばらしさだと実感しました。

おたより募集

川柳、俳句、短歌

2月号の川柳のお題は「鶯(うぐいす)」(締め切りは12月20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」「コロナに負けない私のストレス解消法」「健診を受けてよかった(体験談)」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

学習会

「これってホント? 報道のウソ、マコトの見分け方!」

9月24日(金)、理事会社会保障平和委員会主催で中国新聞元論説委員の難波健治さんを講師に迎え、主に総裁選をめぐる報道に焦点をあてた学習会を開催しました。49名の参加でした。

難波さんは、長い時間報道されている総裁候補4人についてそれぞれ分析し、そのいずれもが、今まで安倍・菅政権の中核にいた人物で、その政権への批判の声は聞こえてこない。誰が次期総裁になっても安倍・菅自公政権の継承になるのではと、語られました。会場からは「見事なまとめですっきりした」「紹介された著書を読みたい」「もう少し政治のことに関心を示さなくてはいいと思いました」などと感想がありました。



俳句・山柳

- この胸にこがらし舞うを誰が知る / メリー
- ポスト菅風吹き荒れて次は誰 / ゆめ
- コロナ禍で会計木枯らし吹き止まず / TOKIKO
- ススキの綿毛わたしも飛びたいこがらしと / 山あじさい
- 木枯らしが吹けばマスクが暖かい / からたら
- こがらしが灯油配達連れて来た / 波乃

お知らせ 選考を円滑に行うため、投稿数は一人5句までとさせていただきます。

*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

子育て広場 コープ 11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

11月 「のびのび」行事 ※企画内容は都合により変更となる場合があります。

- 第1週 3日 お休み
- 第2週 10日 おやこ体操
- 第3週 17日 英語であそぼう
- 第4週 24日 お母さんの健康診断について

※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては中止とさせていただきます。

理事会より

- 8月度経営は、福島生協病院および生協さえき病院の病床稼働率が高く、また新型コロナワクチン接種収益で増収となり、3,575万円の黒字を計上しました。
- 職員社保委員会を母体に「選挙に行こう実行委員会」が発足しました。全日本民医連発行の「2021年総選挙にあたっての全日本民医連の要求 いのちが最優先される社会への転換を」と題したリーフを手がかりに、あたらしい社会のあり方について、事業所や地域支部で意見交換していこうと確認されました。
- 「休日・有給休暇・特別有給休暇規定」に罹災休暇が新設されました。