

あなたと生協の心と情報の架け橋

# 健康ひかわ

第310号

2021年  
8月号

ひかわ生協の現況 (2021年7月1日現在)

組合員数	8,648人
出資金総額	3億18万円
平均出資額	34,712円
班数	60班
機関紙手配り人数	344人
手配り部数	3,824部

## ひかわ医療生活協同組合

〒699-0631 出雲市斐川町直江4883番地1 斐川生協病院代表電話(0853)72-0321  
ひかわ医療生活協同組合地域活動部 電話(0853)72-4577 FAX(0853)25-7888  
発行：健康ひかわ編集委員会 Eメールアドレス：sosiki@hikawa-hp.com

## 第48回通常総代会を開催



6月19日、斐川商工会館で第48回通常総代会が開催されました。昨年と同じく、新型コロナウイルス感染症対策として書面議決書を活用して、当日の参加は50名で行いました。2020年度のまとめと2021年度の重点課題をはじめ、8つの議案が承認されました。

**ひかわ医療生協の2025年ビジョンを決定**

昨年の総代会で提示されてから一年、組合員さんや職員からたくさん意見をいただき、豊かになったビジョン案が提案され、決定しました。

2025年ビジョンでは、斐川生協病院を中心に高齢になっても快適に暮らせるエリア（ひかわ生協むら）づくりと、自宅でその人らしい暮らしを支える在宅サービスを展開し、安心して暮らせるエリアを斐川地域につくるところをめざしています。

### 斐川生協病院では無料低額診療事業を行っています。

病院にかかりたいけど、経済的な理由で受診を躊躇している方がおられましたらお気軽にご相談ください。

無料低額診療制度は、経済的理由により適切な医療を受けることができない方に対し、医療費の一部負担金の減額や免除を行うものです。

電話相談窓口 いのちの相談室  
TEL：090-1875-4577



地域包括ケアシステムづくりが進行する中、コロナ禍で地域の需要が高まっていることを受け、看護小規模多機能事業所みなみ第二サテライトを建設することが決定しました。

総代からは、コロナ禍でも黒字を維持している職員へのはげましの言葉や人材確保について、2025ビジョンに関してなどさまざまな発言があり、議案が深められました。

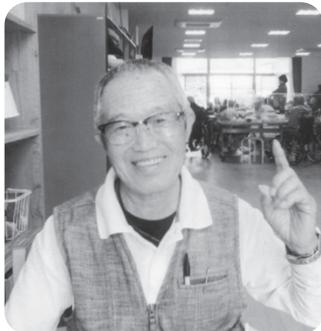
**看護小規模多機能事業所  
みなみ第二サテライトの建設決定**



# ズーム

## 「週一のデイサービスの日が楽しみです」

2020年10月に、デイサービス「つむぎ」がオープンして、トレーニングマシンが導入されることを機関紙で知り、待ち遠しく思っていたそうです。早速申し込んで、



原 清志さん(79歳(直江

今は週1で午前、午後にマシン4台を使って体力に合ったトレーニングを、楽しんでおられます。「スタッフの教え方も上手で、筋力の強化が記録されて張り合いがあります。体調がだんだん良くなってきた、心身ともに爽やかです」と満面の笑顔でした。

「家族皆が元気で過ごしており幸せです。デイサービスでのマシン・トレーニングが楽しみです。食事も美味しく職員さんは優しく最高です。つむぎ」に来て本当に良かったです」と、楽しそうに笑顔でお話になりました。

(編集委員会)

## 新型コロナワクチン接種を受けつけています

新型コロナワクチン接種を受けつけています。ワクチンは発症をおさえ、重症化を予防する効果が期待されています。特に重症化リスクの高い基礎疾患がある方や高齢の方には接種をおすすめします。

6月末には、職員や近隣の医療従事者への接種も終わり、入院患者様や外来での接種も順次行っており、これまでに2000回を超える接種を行っています。

**64歳以下で、当院のかかりつけでない方も接種が可能です。接種希望の方は順次予約を承っています。接種をご希望の方は下記までお問い合わせください。**

### 斐川生協病院

予約受付時間：月～金 14:00～17:00

予約先：予約専用ダイヤル 080-2897-9501

または、病院受付 0853-72-0321

### ◆接種日

お電話で空き状況を確認しながら、2回目までの予約をお取りします。定期的な受診時には接種できませんのでご了承ください。また、ワクチンの入荷状況によって日程を変更することもあります。

### ◆接種日にお持ちいただくもの

1. 接種券 (出雲市から郵送されたもの)
2. 予診票 (出雲市から郵送されたもの)  
…予め記入の上ご持参ください
3. 本人の確認ができるもの  
(健康保険証・運転免許証・マイナンバーカード等)
4. お薬手帳



## 第18回

# 『SDGs』つながるあじこ?

今回で最後となりました。SDGs 17番目は「パートナーシップで目標を達成しよう」です。

これまで、一つひとつの項目を見てきました。SDGsの目標は個人でできること、地域でできること、国や企業で取り組むことなどさまざまです。SDGsに関して、最近ではテレビや雑誌でも取り上げられることが増えてきました。企業や個人ですべての項目に取り組むことは困難です。できることから始めていきましょう。

17 パートナーシップで目標を達成しよう

ヨーロッパでユニクロが中国新疆ウイグル自治区で強制労働によって栽培された綿花を使っているという事で排斥運動が起こっています。東南アジアやアフリカで先進国から持ち込まれたゴミを子どもが漁る映像を見たことがあると思います。好むと好まざるに関わらず、私たちの暮らしは世界とつながっています。途上国の犠牲の上に先進国の発展があつてはなりません。他所の国のことと無関心を決め込まず、注意を向けることが大事です。

世界が「つながっている」ことを自覚することで、SDGsの目標達成の大きな前進につながります。連載は終了しますが、これからも折に触れSDGsに関する取り組みを紹介していきます。これからも、よろしくお願いたします。

(徳永 和洋)

# 平和のバトンinひかわ 戦後76年目の夏

インタビュー

## 戦時中の記憶

今回はデイサービスの利用者さんに反核社保委員会の職員がインタビューしました。

### 昭和9年生まれ 服部利信さん

終戦の前年、昭和19年4月にお父さんの療養のために福岡から引越して来たそうです。

尋常小学校4年生の時に新川飛行場（大社基地）の草取りの手伝いに行きました。「勝つまでは！ 勝つまでは！ 神風が吹いて日本が勝つー」と軍歌を歌い、鎌を持って歩いて行ったら当時の様子を語られました。「当時は神風が吹いて日本が勝つと信じていた。当時の教育はそうだったし、ラジオや新聞も情報操作されてた。戦艦大和や武蔵が沈むとは思っていなかったし、ニュースを聞いて日本は勝つものだと安心してた。学校で日本が負けたと聞いたときは驚いた」。

戦争が終わってからの生活は、農家でなかったのに食べ物で苦労した。米は一升100円（現在換算で2万円くらい）もしたので、小麦を作ってだんご汁にして食べた記憶があるそうです。

（編集委員会）



### 生涯忘れ得ぬ一瞬（故父・川田忠夫の話より）

原鹿地区 川田正夫さん

昭和20年8月6日午前8時15分、生涯忘れる事の出来ない魔の一瞬であった。

窓ガラスに「ピカッ」と真つ赤なすさまじい閃光がさした。「熱い」「どうした」と同僚の怒鳴る声、窓の外を見ると変な雲が出てくる。「キノコ型の雲」である。と同時に「ドカーン」と大きな音、咄嗟に床に平伏す。何もかも一瞬の出来事であった。しばらくして我に返り当たりを見回すと、ガラスの破片で傷を受けた者が幾人もいた。しかし近辺の建物は窓ガラスが壊れた程度で何の異変もない。どこで何が起こったのであるうか何もない。ならないまま、上官命令で寝泊まりしていた爆心地から離れた学校の体育館から広島市内へ出動した。

目の当たりにした光景は町並みは無く、一面焼け野原と化した風景、原子爆弾投下後の崩壊した広島市内である。

全身真つ黒でうつろな目をし、裸に近い状態で男女の区別もつかない人、「助けてー」「水をくれー」「痛いよー」と泣き叫ぶ人々、水を求めて川の中に入る人、焼け爛れて枯れ木のごとく折り重なって死んでいる人々、まさに地獄絵図さながらの情景である。

自分は救護と現場復旧を行ったが、過労と被爆による発熱、下痢、脱毛、鼻からの出血、

歯が抜け落ちるなどの症状に見舞われ陸軍病院に収容された。

終戦後復員し農作業に従事しながら子育てし平穩に過ごしていたが、突然昭和42年2月全身倦怠、下痢、発熱、吐気などにみまわれひかわ生協病院前身・金森病院へ緊急入院を余儀なくされた。

検査の結果、被爆による「白血球減少症」と診断され、金森病院長の勧めで広島原爆病院にて診察、以後は松江日赤へ週1回の通院加療。金森病院長はじめ多くのお医者様に助けられ時には入院治療するなど36年の長きに亘り病魔との闘いも平成15年3月力尽き世界。「被爆体験こそが戦後日本の平和運動の起点だったとすれば、この原点を風化させてはならない。核戦争を阻止し人類が平和のうちに繁栄することを願う。平和運動が湧き水のようになんと共に地上に現れることを信じてたい」こんな悲惨な目には遭うのは私たちだけで充分である。心から平和を願ひ命のある限り息子たちに「被爆体験」を語り続けたいと言うのが口癖。父の意志を受け継ぎ何度かは、憲法9条断固死守、核兵器廃絶など訴え新聞に投稿し採用された。父の生きざまを胸に、いただき機会ある毎に「戦争反対・平和の大切さ」を声たかだかに叫び続けたい。

## 認知症サポーター養成講座



6月8日、ひかわ医療生協組合員ルームに於いて認知症サポーター養成講座を開催しました。認知症は、2025年には65歳以上の5人に1人が発症するとされています。

講師は、出雲市認知症地域支援推進員の石飛忠海氏で、14名の参加がありました。

石飛氏は「認知症になっても笑顔で暮らせるまちづくり」をキャッチフレーズに作成された出雲市認知症ハンドブックを基に認知症に関するノウハウを分かり易く丁寧に説明されました。これを知っていれば「もう認知症なんて怖くない」と思えるほどに素晴らしい講演でした。今後もこのような機会があれば一人でも多くの方に自分のため家族のために聞いて知っていただきたいと思いました。

(久木ほっこりカフェ代表 川田ナツノ)

## 久木支部 つくし支援者のつどい

6月15日、久木支部では「つくし支援者のつどい」を開催しました。まず、「けんこう広場」も一緒に行かない、なごんだところで大林常務につくし全体の活動（草取り、掃除、庭木の剪定、調理、買物代行、障子の張り替えなど）をしている現状を報告していただきました。

参加者（16名）は自己紹介をして自分のしていることなどを話し、交流を深めました。

久木支部の登録人数（23名）も多いが新しい方も参加しておられたのでグループワークを行い、現状を知っていただきお互いに理解を深めることが出来たと思います。  
(支部長 山田 百合子)



## 2021年度役員

理事	理事	理事	理事	理事	理事	院長	常務	常務	専務	理事長
後藤	岡	大國	井上	伊藤	石原	金森	大林	有藤	吉田	金森
順子	宜一	圭介	美和子	日佐江	和人	美智子	由美	小百合	亨	隆

再任										
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

監事	監事	監事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事
常陸	勝部	井上	三代	原	徳永	津田	玉木	高橋	高野	昌子
実	道広	忠男	由美子	陽一	和洋	伸子	征夫	芳子	郁夫	恵子

再任										
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----



## すこしお料理教室

すこしお料理教室が、新型コロナウイルス感染症対策のため、しばらくできずにいましたが、数ヶ月ぶりの6月22日に、組合員ルームで開催されました。

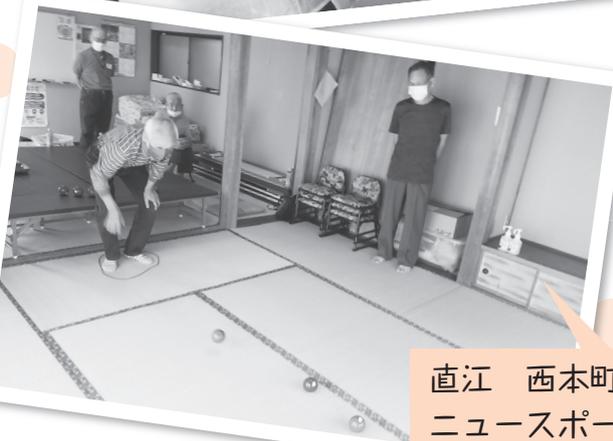
人数制限はありますが、組合員さん3名を含め、6名で調理しました。

ヨーグルトで、ドレッシングを作ったり、カレー粉味付けするなど、簡単に家庭でもできそうで、試してみたいレシピで満足でした。

出東  
スイートピー班  
食中毒について



莊原 こいのぼり班  
まくれんで体操



直江 西本町班  
ニュースポーツ

感染予防しながら、つながり・健康づくり  
**班会・健康ひろば**



出西 すいせん班  
すこしお調理実習

**8月の予定**

- 8月9日(月) わくわくキッズルーム スペシャル企画 (いもの観察会)
- 8月10日(火) ほっこりカフェ 結研修センター 14:00~
- 8月10日(火)~12日(木) 平和のバトン in ひかわ ひかわ図書館
- 8月18日(水) すこしお料理教室 10:30~12:30
- 8月19日(木) 久木ほっこりカフェ

**けんこう広場**

- 8月4日(水) 神守街区公園 10:00~
- 8月5日(木) 直江コミュニティセンター前 9:00~
- 8月18日(水) 神守街区公園 10:00~
- 8月27日(金) 求院青木建設横 14:00~

**6月班会一覧**

支部	班名	開催月日	テーマ内容	参加人数
久木	あすなろ	6月1日	まくれんで体操	4
出西	紅葉	6月2日	おにぎり神経衰弱	5
久木	なでしこ	6月2日	むかでにかまれた時の対応	5
莊原	こいのぼり	6月3日	新まくれんで体操	8
出西	嬉し	6月4日	新まくれんで体操	4
出東	若松	6月4日	マットス	4
莊原	おちらと	6月5日	ニュースポーツ	5
直江	はなみずき	6月5日	絵手紙	4
出東	げんき一番	6月6日	新まくれんで体操	6
莊原	つきみ草	6月6日	健康体操	6
莊原	えびす	6月9日	脳トレ	9
直江	さくら&あかね	6月14日	脳トレ	6
出東	だんだん	6月15日	食中毒について	9
出東	いちご	6月15日	お口の健康について	4
直江	つつじの会	6月15日	夏バテ予防の食事	6
久木	日向ぼっこ	6月15日	ゴキブリ団子づくりと体操	6
出東	スイートピー	6月17日	食中毒について	5
直江	西本町	6月17日	ニュースポーツ	7
平田	はやさめ	6月17日	セラバンド体操	3
出西	すいせん	6月24日	調理実習	5
久木	島田	6月24日	脳トレ神経衰弱	4
莊原	こだま	6月24日	加齢に伴う眼の病気	5

**参加者募集**

**すこしお料理教室**

塩分控えめの“すこしお”料理を作ります。毎月、少人数で行い、料理のコツを栄養士がお教えします。料理好きの方はもちろん、普段料理をしない方や、男性の参加もお待ちしています。

日時：8月18日(水) 10:30~12:30

場所：ひかわ医療生協 組合員ルーム

予定献立：なすと豚肉の味噌炒めのつけそうめん 他

定員：先着5名 材料費：500円

エプロン、マスク、三角巾をご持参ください

事前予約が必要です。

**お問合せ先**

班会・サークル・健康教室へのお問い合わせはひかわ医療生協地域活動部まで

電話 0853-72-4577

FAX 0853-25-7888

メール sosiki@hikawa-hp.com

メールアドレスのQRコード▶



参加希望のご連絡は電話、FAX、メールのいずれかで受け付けております。必ず、参加希望の企画名、お名前、お電話番号をお書きください。確認の為に折り返しご連絡する場合がございます。



(応募ハガキから)

●伊藤 太直さん

新型コロナウイルスをwebで申し込んだこと

で、6月中旬には2回目

が終わります。デジタル

処理は味気なくすぐ済み

ますが、実際の接種はア

ナログ。世の中はアナロ

グで動いているのです。

狩猟免許のための健康診

断もうけましたがこれも

タルデータはエッセンシャルワーカーではありませんね。

●岡田 晴子さん

家の後ろの道路に鴨が

2羽(つがい)道路を横

断しようとしていました。

車のドライバーさんが笑

顔でスピードを落とされ、

お尻をふりふりしながら

アナログ、デジタル化はできません。デジタル庁は何をしようとしているのでしょうか。デジ

ゆっくりと無事渡って行きました。なんとも微笑ましい光景でした。幸せな気持ちになりました。

●古川 裕さん

この時点で、もう東京

五輪はどこおきりなく?

終わっているかもしれない

ですが、たとえ無事に終

了したとしても、私は東

京五輪はやるべきではな

かったと思っっています。

こんな状況下で、みんな

心から応援し、感動でき

るのだろうか...と。

●樋野 香織さん

こんな時期で子どもを

何処にも連れて行ってあ

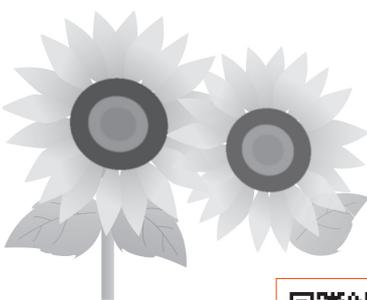
げれないので、キャンプ

に行きました! 自然の中

で野生の猿に出会いま

した。初めてみる猿に親

も興奮してしまいました。



ペット大募集!



わが家のペット



編集部より ペットの写真を募集いたします。ベストショットとペットの紹介を書いて送ってください。

文芸コーナー

東京の 娘に送る 夏野菜

箱に詰め込む 母八十路なり

石原 征二さん



クイズの答えやお便りなど、簡単にメールで送れるようQRコードを掲載します。ご活用ください。

読者のひろば・文芸コーナーへのみなさまの投稿をお待ちしております。



すこしおクッキング

猫と上手におつきあい

すこしお

春雨中華風和え



材料 (4人分) 塩分量0.3g

- 春雨.....40g
- きゅうり.....100g
- 人参.....80g
- 鶏ササミ.....80g
- (料理酒).....適量
- ネギ(小口切り).....10g
- 酢.....20cc
- 砂糖.....24g
- A 白ごま.....4g
- ごま油.....10g
- 薄口しょうゆ.....8cc



作り方

- ①鍋に湯を沸かし、春雨を茹で、冷ましておく。耐熱ボウルに鶏ささみを入れ、料理酒をかけてラップをして、600Wの電子レンジで2分30秒程加熱し、中まで火を通します。
- ②人参は細切りにして、湯がいて冷やしておく。きゅうりも細切りに、ネギは小口切りにしておく。冷めた鶏ササミはほぐしておく。
- ③ボウルにAを合わせておく。①と②を加え、混ぜ合わせる。



# 斐川生協病院外来診療のご案内

☎(0853) 72-0321

【午前受付時間】午前 8 : 30 ~ 11 : 30 (診察開始は午前 9 : 00 ~) 日曜・祝日・第2・4・5土曜日は休診です

午前診療		月	火	水	木	金	土 (1・3)
内科	1診	村田 幸治	福田 貴好	福田 貴好	村田 幸治	村田 幸治	金森 隆
	2診	金森 隆	平 仁司	金森 隆	金森 隆	金森 隆	村田 幸治
	3診	景山 省次	金森 隆	金森美智子	島根大学医師	景山 省次	
眼科		金森美智子	金森美智子		金森美智子	金森美智子	金森美智子
整形外科						島根大学医師	
外科							島根大学医師

【夕方受付時間】午後 4 : 30 ~ 6 : 30 (診察開始は午後 5 : 00 ~)

午後診療		月	火	水	木	金
内科	1診				金森 隆	
	2診				景山 省次	
	3診				織田 禎二 <small>第3木</small> 【循環器特診】	
眼科					金森美智子	



※都合により急な診療体制の変更もあります。ご了承ください。

毎月保険証を提示ください。

休日・時間外の診療は当直医師対応になります。発熱やせきの症状がある方は、まず、お電話で相談ください。

当院では無料低額診療事業を行っています。医療費のお困りごとご相談ください。

## 外来受診時の送迎バスのご案内

斐川生協病院を受診する方の為に無料の送迎バスを運行しています。組合員であればどなたでもご利用いただけます。

- コース**
- 月・水・金**  
1便：阿宮、伊波野、出西、久木、直江  
2便：出東、荘原
- 火・木・土 (第1、第3のみ)**  
1便：出東、荘原  
2便：伊波野、出西、久木、直江

- 注意事項**
- 送迎は自宅から病院の往復です。
  - お迎えは送迎員が自宅までお伺いします。
  - お迎えの時間はその日の人数により異なります。
  - 送迎バスの乗り降りに介助が必要な方はご遠慮ください。ご不明な点などございましたら、お問い合わせください。

**予約方法** 前日午後 5 時までにご連絡ください。お名前、電話番号、住所をお伝えください。

**予約・お問合せ番号 0853-72-0321**

世界が経験したこのないコロナ禍で1年延期になったオリンピックが緊急事態宣言下で無観客で行われています。世界トップ選手のプレーには感動します。しかし夏休み中には高校野球があり、お盆があります。パリンピックもあって、人の動きは活発です。熱中症も心配です。島根でも何が起るかわかりません。私たちに出来るのは、一人ひとりが気を付けることです。

**編集後記**

(編集委員会)

- その他事業所**
- ◆斐川生協病院健診センター 電話 (0853) 73-7140
  - ◆ひかわ医療生協 地域活動部 電話 (0853) 72-4577 FAX (0853) 25-7888
  - ◆ひかわ生協指定居宅介護支援事業所 電話 (0853) 72-2407 FAX (0853) 72-2417
  - ◆訪問看護ステーション「チューリップ」 電話 (0853) 72-7532 FAX (0853) 72-7534
  - ◆平田サテライト 電話 (0853) 63-5166 FAX (0853) 63-5177
  - ◆訪問リハビリテーション「ゆい」 電話 (0853) 73-8708 FAX (0853) 72-7534
  - ◆ヘルパーステーション「あおぞら」 電話 (0853) 73-3555 FAX (0853) 72-7534
  - ◆定期巡回随時対応型訪問介護看護事業所「かさぐるま」 電話 (080) 2890-4511 FAX (0853) 72-7534
  - ◆看護小規模多機能事業所「みなみ」 電話 (0853) 73-8705 FAX (0853) 72-7534
  - ◆みなみサテライト 電話 (0853) 25-7280 FAX (0853) 25-7280
  - ◆デイサービス「きずな」 電話 (0853) 72-0373 FAX (0853) 72-8933
  - ◆デイサービス「つむぎ」 電話 (0853) 31-4760 FAX (0853) 31-4760
  - ◆デイサービス「ふらみんご」 電話 (0853) 72-0353 FAX (0853) 72-0322
  - ◆サービス付高齢者住宅「あっとホームひかわ」 電話 (0853) 72-9930 FAX (0853) 72-7534
  - ◆住宅型有料老人ホーム「あっとホームさくらん」 電話 (0853) 72-7760 FAX (0853) 72-7534

組合員の転居および氏名の変更、亡くなられた場合 **72-4577** までご連絡ください。