

あなたと生協の心と情報の架け橋

第330号

2023年  
4月号

# 健康ひかわ

ひかわ生協の現況 (2023年3月1日現在)

組合員数	8,774人
出資金総額	3億958万円
平均出資額	37,820円
班数	53班
機関紙手配り人数	355人
手配り部数	3,782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

# 戦争するな！平和がいちばん！！



デイサービスつむぎ前

### ウクライナの人々に 平和の思いを込めて

侵攻開始から1年。戦況は一進一退で、市民の生活は困窮を極めていきます。故郷を逃れ、他国で生活せざるを得ない人たちが、徴兵で戦地に残される人たちの思いはいかほどか。穏やかな生活を求めるウクライナの人々に寄り添い、少しでも力になりたいと地元企業とコラボし、『ピース・マドレーヌ』販売や募金活動にも取り組みました。

2月24日、ロシアがウクライナに侵攻し1年を迎えました。長引く戦いで多くの市民が犠牲になりました。ひかわ医療生協では、1年を迎えるにあたり、平和の思いをつなぐため、20人の参加でスタンディングを行いました。

### 忘れない

ひかわ医療生協では、昨年の侵攻開始から抗議のスタンディングを行ってきました。初めは平日(月)金毎日スタンディングしていましたが、昨年冬からは週2回となりましたが、通勤・通学の皆さんに元気にアピー



## 斐川生協病院では無料低額診療事業を行っています

コロナで仕事がなくなり収入が減ったなど、経済的な理由で受診をためらっ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、経済的理由により受診できない方に対し、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



ルしていただきます。参加者が2人もありますが、平和の思いを忘れないため



(反核社保委員会 徳永 和洋)

# 虹のバレンタイン行動 医療生協を知ってもらおう!ひろげよう!



健康づくりをとおして人と人がつながり、安心して暮らし続けられるまちづくりをすすめる、「誰一人取り残されない」社会をめざします。さらに、私たちは、平和をつくり社会保障の充実を求める運動や自然環境を守るとりくみなどを進めています。

健康づくりをとおして人と人がつながり、安心して暮らし続けられるまちづくりをすすめる、「誰一人取り残されない」社会をめざします。さらに、私たちは、平和をつくり社会保障の充実を求める運動や自然環境を守るとりくみなどを進めています。

2月18日にゆめタウン斐川で、虹のバレンタイン行動を行いました。職員と地域の組合員13名で医療生協の活動を紹介するバレンタインカードとつながるマルシェのチラシを配りました。マルシェの紹介をするに興味をもっていただけの方が多く、中には「まえ住んでいたところで生協に入っていたの。生協って聞いてなんだが嬉しくなって」と声をかけてくれた方もおられました。

## 若い世代にもひかわ医療生協を知ってもらいたい



2月下旬から3月上旬にかけて、近年できた新しいお家やアパートに「つながるマルシェ」のお知らせを行いました。マルシェとひかわ医療生協を紹介するチラシを配って、できるところでは声を掛けました。企画を通じてひかわ医療生協を知ってもらい、新しい世代にもつながりを届けましょう。

# 健康だんだんチャレンジ 達成賞をお届けしました

2月10日に健康づくり委員会  
で2022年度の健康だんだんチャレンジの達成賞の抽選を行いました。抽選会はJAしまね斐川地区本部の水さん（写真左）とグリーンコープ生協の西尾さん（写真真ん中）も参加して行いました。それぞれが特色ある達成賞を出し合  
い、あわせて30名の当選者を抽選しました。

2023年も健康だんだんチャレンジを行いますので是非皆さんご参加ください。



抽選会に参加した3つの協同組合の代表

# 高齢者の聴力検査の無料化に関する 請願を行いました



2月9日、出雲市に対して出雲医療生協とひまわり福祉会と合同で請願行動を行いました。

加齢性難聴はコミュニケーションを困難にするなど日常生活を不便にし、生活の質を落とす原因となります。また、外出先で音が聞こえず事故に遭いやすい、災害の警報に気づかないなどの危険性があります。

難聴は40代以降から始まるとされていますが、65歳以上では3人に1人、75歳以上では2人に1人と高齢者で急激に増えることが調査で明らかになっています。ところが聴力検査は、労働安全衛生法の定期検診を受診する機会があった時には行っていますが、退職後は人間ドックを受診する以外に検査機会がないのが実態です。

聴力の不調があった場合に、原因が加齢によるものか、高齢で合併しやすい他の原因によるものか早期に確認し、治療や改善につなげる事ができるように、65歳以上の高齢者が無料で聴力検査を受ける事ができる制度を設けてほしいと請願しました。（地域サポートセンター長 大林 由美）

# 有償助けあい「つくし」 新入職員さんに心をこめて



2月7日、15日、21日の3日間にわたり、2022年度に入職した職員の新入職員研修が行われました。夕方5時半からの研修で、終業後に参加する方もいる為法人からの依頼があり、研修に参加する職員の食事を有償ボランティア「つくし」で作ることとなりました。

支援者3人で約20人分の食事を作りましたが、優しい支援者の母心から毎回食べ切れない程の料理が出来上がりました。新入職員からは「食事が楽しみで研修を頑張ることができました」「1人暮らしなので温かい手作りの食事が嬉しかった」などのお礼のメッセージをいただきました。調理した支援者も「美味しい」の声を直接聞く事も出来て、嬉しそうでした。事業所で働く職員と地域で活躍する組合員とが心通じる支援となりました。（つくし運営委員会）





# ズラッupp

## 「何事も前向きに考えています」

顔絵が載り嬉しかったそうです。の、新年号の一面に、金森隆理事長の似顔絵が載り嬉しかったそうです。毎日、早朝3時に起床して薬を服用、1日7回の服用です。午前中に似顔絵を描き、カラオケで歌うのと、寝る前に腕立て伏せ20回、が日課です。週2で買い物ボランティアさんのお世話になり、そして、週1でデイサービスへ送迎して



黒田 和雄さん 72歳(久木)

黒田さんが似顔絵を描いて5年になります。今はコロナで展示が出来なくて残念ですが、ひかわ生協の機関紙(健康ひかわ)

貰い、感謝しているとのこと。デイサービスは楽しくて、その日が来るのが待ち遠しいそうです。独りで似顔絵を描いたりカラオケで歌ったりしていますが、話し相手がいないうちで寂しいとのことでした。関西に住んでいた20代の頃、将来を約束した女性がいましたが、病気のため何もかも駄目になったそうです。今までの人生で一番楽しかった頃で、古希を過ぎた今でも思いつくそうです。

「春の桜、秋の紅葉は、5、6年見たことがありません、遠出したいです。お陰さまで病気の急激な悪化はありません。人生いろいろなことがあります、何事も前向きに考えています」と、明るい笑顔でした。

(編集委員会)

# 第50回通常総代会 開催のお知らせ

開催日 2023年6月17日(土)  
開催時間 午後1時30分～  
会場 アクティひかわ 多目的ホール

## —— 総代選挙広告 ——

ひかわ医療生活協同組合第50回通常総代会(2023年6月17日[土]午後1時半～)の開催にあたり、定款第44条及び総代選挙規約に基づき、2023年度総代選挙を下記の通り行います。

- ・総代定数…155名
  - ・選挙区毎の定数…  
庄原区27名、出東区20名、久木区18名、直江区23名、伊波野区25名、出西区22名、全体区(職員)20名
  - ・候補者となれる方…  
2023年1月1日時点で組合員登録されている方
  - ・候補者登録受付期間…  
4月1日(土)から4月28日(金)まで
  - ・候補者登録受付場所…  
地域活動部(総代選挙管理委員会事務局)
- 候補者が当選した場合、定款第49条及び総代選挙規約第11条に基づき、氏名を公告致します。予めご了承ください。  
(2023年1月31日 ひかわ医療生活協同組合 総代選挙管理委員会)

## —— 役員選任の公告 ——

役員任期満了に伴って、ひかわ医療生活協同組合定款第19条に基づいて役員選任の公告を行います。

- ①定数  
理事 17人以上22人以内  
監事 3人以上6人以内
- ②役員候補者の資格  
役員候補者は組合員であること。ただし、総代及び役員推薦委員は除く
- ③推薦期間  
2023年4月1日から4月28日
- ④役員任期  
任期は2年間。再任は妨げません。  
2023年2月10日  
ひかわ医療生活協同組合 役員推薦委員会



# 生協委員インタビュー



石原 栄子さん(出東支部)

健康ひかわの手配りをして15年になるそうです。初めは50部でしたが、今は20部を良い運動だと思って、

自転車での手配りです。週3回のグラウンドゴルフ、月2回のカラーリングなどが楽しいとのこと、八十路に入っても益々元気です。「お陰さまで元気で。手配りをして、皆さんに喜んで貰えるのが嬉しい」と、元気いっぱい笑顔でお話になりました。

出東 げんき一番班  
脳トレ



出西 嬉し班  
肩こり予防体操



## 感染予防しながら、つながり・健康づくり 班会・健康ひろば

直江 はなみずき班  
薬の飲み合わせの話



### 4月の予定

- 4月4日 スマホ教室 組合員ルーム 14:00~
- 4月11日 スマホ教室 組合員ルーム 14:00~

### グラウンドゴルフ大会

- 4月4日 出西支部グラウンドゴルフ大会  
出西コミセン多目的広場 13:30~
- 直江支部グラウンドゴルフ大会  
斐川公園多目的広場 14:00~
- 4月12日 久木支部グラウンドゴルフ大会  
久木ふれあいプラザ健康の広場 14:00~
- 4月19日 伊波野支部グラウンドゴルフ大会

### 支部総会

- 4月20日 荘原支部総会 出雲空港ホテル  
10:30~12:00
- 4月21日 出東支部総会 出東コミュニティセンター  
10:00~11:30
- 4月26日 直江支部総会 組合員ルーム 15:00~
- 伊波野支部総会 華満 10:00~
- 4月27日 久木支部総会 久木ふれあいプラザ  
10:00~
- 4月28日 出西支部総会 水源地記念館 10:00~

### 2月班会一覧

開催月日	班名	支部	テーマ内容	参加人数
2月4日	嬉し	出西	肩こり予防体操	6
2月6日	おちらと	荘原	つくしの紹介	7
2月6日	げんき一番	出東	斐川町ピンゴと脳トレ	8
2月9日	ききょう	直江	ニュースポーツ	12
2月9日	やよい	出西	徳永部長の講話	4
2月11日	はなみずき	直江	薬の飲み合わせ	6
2月13日	さくら&あかね	直江	健康体操・ニュースポーツ	6
2月15日	西本町	直江	新型コロナウイルスについて	8
2月16日	はやさめ	平田	お話し会	4
2月16日	つつじの会	直江	骨粗鬆症体操・脳トレ	5
2月16日	こだま	荘原	年間計画	6
2月16日	スイートピー	出東	お話し会	5
2月21日	星田のお家	出西	からだの温まる食事	2
2月21日	いちご	出東	脳トレ	4
2月22日	だんだん	出東	音読	8
2月22日	菜の花	久木	輪投げ	6
2月22日	なでしこ	久木	イチゴ狩り(購入)自主	6
2月23日	すいせん	出西	年間計画	7
2月24日	えにょば	直江	お話し会	9



(2月号の応募ハガキから)

●植田 仁美さん

今月のパズルは辞書を引いたり、携帯で調べたり、普段聞かないことばかりあり、頭の体操になりました。

●勝部 啓子さん

40年以上前の節分の日には、鯛の塩焼とこんにやく酢みそを砂おろしと言って食べていました。恵方巻きはいつからだろうと思いつくと、平成の初めだったような記憶が蘇りました。

●鈴木 咲子さん

孫の名前は蓬(よもぎ)、2月に生まれた孫(現在小3)。どんな環境でも、どんな悪条件でも春

●建部 美恵子さん

やさしい味の「甘粥」(あまがい)。寒くなつて恋しくなり作っています。米、こうじ、水だけで出来る「和」のヨーグルト。すばらしい食品ですネ。

●錦織 律代さん

私もそろそろ車をやめようと思つていますが、医者通い買い物などが不便だと思つとやめられませんが。

●西村 絵里子さん

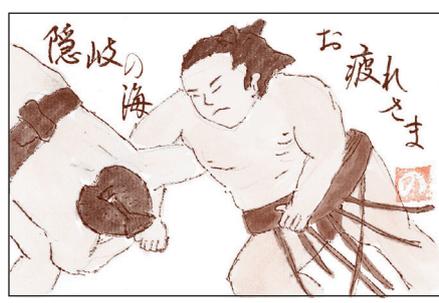
組合員になって、初めて健康ひ

かかわが届きました。本当に情報の架け橋だと思つ、次

●三島 秀子さん

2月は逃げるので本当に月日の過ぎるを感じます。2月3日の節分、確定申告、マイナンバーカードの申請等々、まだ最後の決算がありました。このところ温かい日差しと共に、農作業の準備へと体が今年も動き出します。元気で動けるのが何より嬉しい3月です。ピョンピョンと弾む春が来るといいです。

絵手紙

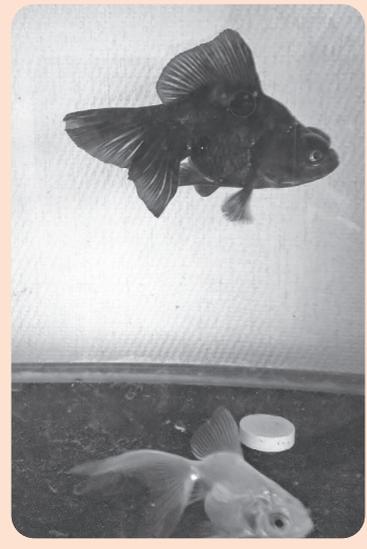


矢田 信美さん



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。



田中義夫さんの金魚

昨年10月孫が金魚すくいのでゲットした大きなデメです。



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

七十路 今山頂か まだまだよ

石原 久夫さん

どっこいしょ またまた言ったよ よっこいしょ

江角 幸男さん

田舎には 都会にはない ぬくもりが

金森 武夫さん

すこしおクッキング

すこしお 生春巻き



材料(4人分) 塩分量1.3g

- ライスペーパー……8枚
- もやし………200g
- にら………8本
- レタス………中2枚
- エビ………8尾

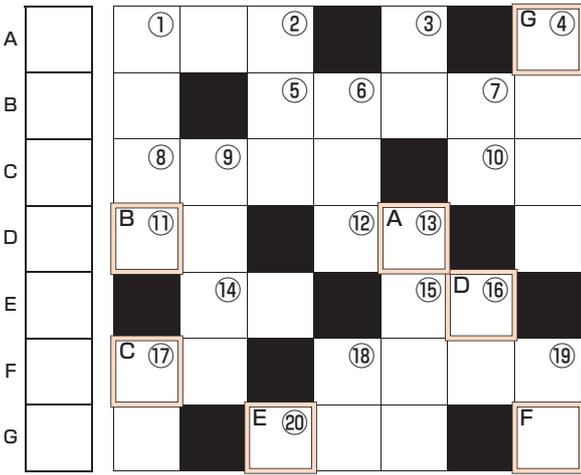
【たれ】

- A ●酢………大さじ2
- 中華スープ………1/3カップ
- 赤唐辛子の小口切り………1本分
- 生姜のしぼり汁………少々
- ネギのみじん切り………1/4本分
- B ●トマトケチャップ………大さじ1
- レモン汁………大さじ1/4
- 砂糖、タバスコ………各少々

作り方

- ①もやしはゆで、水気をきる。にらは長さを半分にし、レタスは1枚ずつにする。
- ②エビは背わたを除いてゆで、殻を全部剥き、厚さを半分に切る。
- ③ライスペーパーを1枚ずつぬるま湯にくぐらせてまな板に広げ、①の野菜と②のエビを好みでのせて包み、巻き終わりを下にして置き、落ち着いてから食べやすく切る。
- ④たれ2種類の材料をそれぞれ混ぜ合わせ、添える。

猫と上手におつきあい



クロスワードを解き、2重マスの文字をAからGまでアルファベット順に並べると答えが出ます。

- 「タテのカギ」
- ① 与謝蕪村の句。月と太陽が同時に見える。「○○○○○や、月は東に陽は西に」
  - ② 妊婦中に戌の日に巻く安産祈願をする帯の名。「○○○○帯」
  - ③ 幾重にも曲がりくねって続く坂道。「○○○折り。九九折り」
  - ④ 自分の主張を無理矢理に押し通す。「○○○○で通す」
  - ⑤ 行き詰まった時に脱出する道を見つけたこと。「○○○を見出す」
  - ⑥ あらゆる方法を尽くして捜し出す。「○○○の根を分けて捜す」

- 「横のカギ」
- ① 旅館や料亭でお客さんに給仕、接待をする人。「○○○○さん」
  - ② 年齢よりも若く見えるように装うこと。「○○○○○をしてお出かけ」
  - ③ 郵便物を送り届ける人。「郵便○○○○員」
  - ④ 夏目漱石の「草枕より」智に働けば角が立つ情に○○○させば流される…に人や物事を、あつても無いかのようになんか見ること。「無視して、○○○がしろにする」
  - ⑤ 無料(口のこと)。「私は○○○で入場できます」
  - ⑥ 思い切って取り除くべきものを、切って処理する。「大○○を振るう」
  - ⑦ 資本を投じてから年月を経なければ、それ相当の利益を得ることは出来ない例え。「桃、○○○年、柿8年」
  - ⑧ こじれた関係を元に戻すこと。「○○○を戻す」
  - ⑨ すり鉢が無くても摺りたての風味が食べられるのが魅力的。「○○○○器」
  - ⑩ 1920年代に若者が使っていた言葉が定着した。「かっこ悪い、野暮ったい、○○○」

- ⑨ 相手の言う通りにすること。「他人の○○○○になる」
- ⑩ 玄米を精米して糠や胚芽を取り除いた米。「精白米、又は○○○○と○○○○」
- ⑪ 人や物に対して賞賛と尊敬の思い「職場で最も○○○ペクトするのは課長です」
- ⑫ 文書を読み、書き、計算が出来る人のこと「○○○書き、そろばんの出来る優秀な人」
- ⑬ 正しい数値より僅かの違いがある。ほんの少しの○○○です」
- ⑭ 場合に臨み変化に応じて適切な処置をする。状況に応じて、○○○機応変に対応する」

- 「2月号パズルの当選者」
- ① 飯塚富士子さん (上庄原)
  - ② 石原久夫さん (坂田)
  - ③ 植田仁美さん (原田)
  - ④ 勝部妙子さん (原鹿)
  - ⑤ 品川正典さん (上直江)
  - ⑥ 杉谷真治さん (三分市)
  - ⑦ 高木真弓さん (松江市)
  - ⑧ 建部美恵子さん (三江市)
  - ⑨ 戸崎那菜さん (今家)
  - ⑩ 常陸藤恵さん (美南)



- 「賞品」
- 正解者の中から抽選で、10名の方へ図書カード5000円分をお送りします。
- 「2月号の正解」
- 正解は、「エホウマキ」でした。
- 「しめくり」
- 2023年4月30日(日) 必着
- 出雲市斐川町直江 4883番地1  
ひかわ医療生協 編集委員会  
健康ひかわ  
FAX: 0853-257888  
Eメール: sosiki@hikawa-hp.com

## 2022年度 第8回定例理事会報告

日 時：2023年2月27日(月) 19時～20時15分  
出席者：理事総数21名全員出席 監事総数3名全員出席

〈1〉2022年度1月度決算報告  
〈1月単月〉

【経常利益】(単位：千円)

科目	当月実績	予算比	予算差	前年比	前年差
経常利益	2,479	95.4%	▲121	103.4%	82
※再掲(病院)	4,713	1436.9%	4,385	—	6,008
※再掲(介護)	▲2,234	—	▲4,506	—	▲5,926

【事業収益】(単位：千円)

科目	当月実績	予算比	予算差	前年比	前年差
収入科目/月					
入院医科収益	72,775	102.9%	2,051	104.2%	2,933
外来収益	14,271	125.8%	2,931	143.9%	4,357
病院計	90,305	107.0%	5,914	109.0%	7,485
介護計	63,694	94.6%	▲3,632	103.2%	1,976
収益計	154,014	101.5%	2,226	106.5%	9,453

【事業経費】(単位：千円)

科目	当月実績	予算比	予算差	前年比	前年差
医療材料計	9,879	100.7%	69	89.3%	▲1,190
人件費計	111,802	102.6%	2,825	108.0%	8,321
委託費※新設	4,243	86.2%	▲677	345.0%	3,013
事業経費	16,562	107.3%	1,131	97.2%	▲480

〈2〉2023年春闘要求について  
〈3〉出資金に関する取り扱い要領(案)の提案  
〈4〉理事定数見直しの再提案  
2022年度第8回理事会(2023年1月)で、定款第3章第18条(1)理事の定数を17人以上 26人以内とするよう定款変更を第50回定期総代会に提案することを確認したが、模範定款に従い、「20人～25人」とすることを再提案した。

〈5〉人事案件  
(出 向)  
大國圭介本部事務局長を5月1日付で島根民医連事務局に出向する。  
(帰 任)  
松江生協に出向している中村宏貴に4月15日付で帰任し本部事務局長を任命する。  
(職責の任命)  
陰山孝徳(ゆい、PT)を3月1日付で、きずな主任に任命する。

〈6〉2022年度第9回管理会議からの報告  
〈7〉2022年度第8回組合員活動委員会からの報告

# 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	村田 幸治	金森 隆	金森 隆	村田 幸治
	3診	景山 省次	金森 隆	金森美智子	長野奈津子	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	

【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					
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・第1土・第3土
    - 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**

先日、大阪府出身の20代の若者と話す機会があった。シャインマスカットの栽培がたく、島根県農林大学を卒業し、斐川町で新規就農をしているとのこと。若いのに、自分で決めた職業を決め、その為に地元でなく当地を就業の場にした、その迷いのない思い切りのよい生き方にひどく感心した。是非、成功して斐川を明るく元気にする担い手になってと心からエールを送った。

(編集委員会)

### 編集後記

### 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「かざぐるま」 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「れもん」 電話 (0853) 25-7280 FAX (0853) 25-7280
- ◆みなみサテライト「とまと」 電話 (0853) 25-9083 FAX (0853) 25-9083
- ◆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。