

あなたと生協の心と情報の架け橋

健康ひかわ



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: chikatu@hikawa-hp.com



第345号

2024年
7月号

ひかわ生協の現況 (2024年6月1日現在)

組合員数	8,338人
出資金総額	2億9,376万円
平均出資額	35,232円
班数	55班
機関紙手配り人数	360人
手配り部数	3,698部

今年も健康だんだんチャレンジを実施します

2024 気夏にはじめる健康づくり
健康だんだん
チャレンジ

参加無料

参加者全員に
参加賞プレゼント!!

取り組み期間
目標 30回(2024年7月~9月末)
提出期間 2024年10月10日

主催
●ひかわ医療生活協同組合 地域活動部 ☎(0853)72-4577
●JAしまね斐川地区本部 組織広報課 ☎(0853)73-9605
●グリーンコープ生活協同組合 ☎(0853)73-9012

後援 出雲市・出雲市教育委員会 / 社会福祉法人出雲市社会福祉協議会

自分で決めたコースを1日1回、合計30日取り組みましょう!
「毎日でも大丈夫!習慣が大事です」

大人もキッズも選べる 共通コース

- 気軽に運動コース
★ラジオ体操・ウォーキング・スポーツ
★洗濯・掃除・愛犬の散歩・ダンス・キャッチボール・ヨガなど
- お口と食の健康コース
★ロソグとピロピロ・あいっぺ体操・朝8分目の食事・薄味の味の減塩調味料使用
★1日350gの野菜摂取・3食バランス良く食べる・禁煙・禁酒・禁食しないなど
- 私の健康法コース
★自由にテーマ目標を決めて取り組む!あなたの健康づくりをおしえて下さい
★近所で茶話会・クイズやパズルで脳トレ・音楽・早寝早起き・通会参加 など

キッズのみ(3歳以下) 選べるコース

- お手伝いコース 掃除・片付け・新聞とり・洗濯をたたく・食器の洗付け など
- あいっぺコース 「自分からあいっぺしよう!」おはよう!こんにちは!ありがとう!おやすみ!など
- お絵描きコース 毎日3回チャレンジ!

参加方法

- 1 コースを選択
ご希望のコースを選びましょう。
- 2 チャレンジ 1日1回
7~9月までの30日間中、合計30日を目標に選んだコースにチャレンジしましょう。
そしてチャレンジを1日1回記録しましょう。
(本人チャレ応募票に記入するとボーナスポイントプレゼント)
- 3 チャレンジ報告提出
目標が達成したら、性別、氏名、年齢、住所連絡先等の必要事項を記入し、紹介書、事務局または教育委員会へ提出してください!
(参加賞をお付けするにあたり必要となります)

チャレンジシート

コース: どれか1つに☑をしてください
☐ 気軽に運動コース ☐ お手伝いコース
☐ お口と食の健康コース ☐ あいっぺコース
☐ 私の健康法コース ☐ お絵描きコース

チャレンジした内容や感想等

住所 出雲市
氏名
提出先
☐ ひかわ医療生活 ☐ JA ☐ グリーンコープ
☐ その他
☐ 保育園 ☐ 小学校
☐ 幼稚園
提出期間 2024年10月10日

1日目 2日目 3日目 4日目 5日目 6日目
7日目 8日目 9日目 10日目 11日目 12日目
13日目 14日目 15日目 16日目 17日目 18日目
19日目 20日目 21日目 22日目 23日目 24日目
25日目 26日目 27日目 28日目 29日目 30日目



ひかわ医療生活協では、誰でも気軽に、健康づくりを始めるときつかけとして、毎年「健康だんだんチャレンジ」を実施しています。

今年も、7月から9月までの3カ月間、職員はもとより、組合員の皆さんや、三協同で活動を支えていただいているJAひかわ・グリーンコープの方々と共に、多くの参加をお願いしているところです。

これを機会に、家庭や、班会、職場そして地域へと、チャレンジを広げて、より健康な生活を手に入れましょう。

例年、熱心に参加してもらっているキッズチャレンジですが、事前申込みは、前年を越え、多くの用紙依頼を受けております。学校施設の先生方には、チャレンジの継続

斐川生協病院では無料低額診療事業を行っています

コロナで仕事ができ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 TEL: 090-1875-4577
いのちの相談室



が夏休みのよい活動であると周知いただけている成果だと思えます。

皆さんに喜んでもらえるよう、心ばかりの参加賞も準備いたします。

今年は、どんな報告、感想がいただけるか楽しみに、ぜひ皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

(健康づくり委員会 高橋 芳子)

健康ひろば

夏バテを吹き飛ばせ！

梅雨が明け、晴れた日には夏の日差しが降りそそぐようになりました。真夏日が続くと暑さで体力が消耗され、食欲が落ちてしまうこともあります。

食欲不振になると、体を維持するために必要なエネルギーや栄養素が不足してしまい、だるさや疲れが取れなくなることも…。

夏バテ予防のためにも、バランスの良い食事をとって、毎日元気に過ごしましょう。

バランスのよい食事のとり方

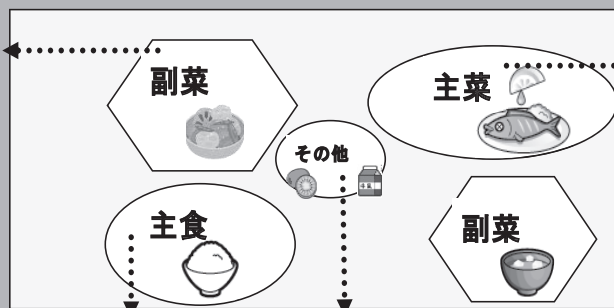
毎食 主食 + 主菜 + 副菜 が基本です！



主にビタミンミネラル、食物繊維の供給源で、身体の調子を整えます。
野菜類1日約350g



野菜料理を1食に1皿以上



主にたんぱく質の供給源で、筋肉や血液をつくります。

1日のめやす

魚類
肉類
卵
豆腐

1食に1皿から1皿半

ごはん、パン、麺などの穀類を中心に使った料理。主に炭水化物の供給源で、エネルギーになります。



不足する栄養素を補うため食事の時や間食に牛乳や果物を選びます。果物目安量は200g



図にありますように、ごはんやパンなどの主食は、体を動かすエネルギーになります。

おもに主菜となる肉・魚・豆腐・卵などのたんぱく質源に多く含まれるビタミンB群は、そのエネルギーを生み出す助けになり、疲労回復にも役立ちます。

さらに副菜に野菜類を組み合わせることで、ビタミン類・ミネラル類・食物繊維も補うことができ、栄養バランスのとれた食事になります。

他にも、レモン・オレンジ・梅干しなどに多く含まれるクエン酸は、疲労の原因となる乳酸を排出する働きがありますので、料理に取り入れてみるのもいいですね。

土用の丑の日 2024年7月24日（水）、8月5日（月）

梅雨明けの丑の日には体をいたわり、精がつくものを食べる習慣があります。

うなぎは、脂質が多くカロリーも高いため、少量でも効率よくエネルギーを補えます。

ビタミンB群が豊富に含まれるので、夏バテの疲労回復におすすめの食材のひとつです。

夏におすすめの食材

- うなぎ 栄養価が豊富。ビタミンB群、カリウムが豊富に含まれ、夏バテ予防におすすめ。
- 豚肉 たんぱく質とビタミンB1が豊富。
- きゅうり 水分が多く含まれ、体の熱を冷ます。カリウムも多い。
- トマト 水分が多く、体の熱を冷ます。
- オクラ 水分、食物繊維、ビタミン、カリウムがバランスよく含まれる。
- 酸味 (レモン汁、梅干し、酢など) クエン酸で疲労回復。
- 香辛料 (唐辛子やカレー粉など) 食欲増進。

(栄養課)

夏におすすめの
食材を使った
すしおレシピを
6Pでご紹介

デイサービス つむぎ

2020年10月にオープンしたひかわ医療生協の3つ目のデイサービスです。特徴は、筋肉を鍛えて筋力を測定できるマシンが4台あることと、個室対応での浴室があることです。



名だった利用者さまも徐々に増えて、1日30名前後のにぎやかなデイサービスになってきました。つむぎでは、介護職員が主体となつて、体操やレクリエーション活動、個々の利用者さまに合わせた脳トレプリント・壁紙作り・畑で季節の作物を作つて、皆さんで食べていただいています。その他、リハビリがしたい方は理学療法士や作業療法士のリハビリを受けることができます。また、医療処置がある方は看護師による処置も受けることができます。ご利用は、1日ま



たは半日でも可能です。

事業所名の『つむぎ』には、「人と人をつなぐ」、「利用者さまと家族さまの暮らしをつむぐ」という想いを込めました。つむぎを利用していただくことで、利用者さま・家族さまの暮らしがより豊かになるように個々のニーズに沿ったサービスの提供をしていきたいと考えております。

つむぎの玄関には毎年4月頃につばめが巣を作り始め、6月頃に雛が大きく巣立ってきます。今年も5羽の雛が産まれました。日に日に大きくなっていく雛を利用者さまも職員も温かい目で見守っています。お近くに来られた際はぜひ覗いてみてください。

(つむぎ 主任 河行あずさ)

ほっこりカフェ



5月28日、ほっこりカフェの為、認知症予防の料理を作つて、阿宮ミセンへ。17名もの人が集いました。

認知症になつても、住み慣れた場所でお互いに助け合いながら暮らすことを理想としています。

(ほっこりカフェ 土江千佐子)

ほっこりカフェ参加者より

100円で、管理栄養士さんから食事に関する最新予防知識が得られ、また試食もできて大変有意義でした。60年ぶりに阿宮を訪れた人や4千円のタクシードを使つて来た参加者もいました。

(参加者 山田美信)





ズームアップ

「みんなが生え抜きです」

班長は交代でしており、今の班長は飯塚晴美さんです。皆さん声をそろえて「班をつくって本当に良かったです。8年になりましたがおかげさまで、皆が元気です。班会で講師のお話を聞いて勉強してお喋りをして、ボケないように、楽しく過ごしたいと思っています。」と、大きな声でお話になり、元気いっぱい笑顔が溢れました。

(機関紙編集委員会)



つつじの会 (直江)

支部の運営委員会で役員の人に勧められ、平成27年に8人で立ち上げて、8年になります。初代班長は糸川洋子さんでした。事情があり今は6人です。年長が83歳で若い人が72歳で全員が生え抜きです。皆さんご近所の、知り合いばかりで、班の名前は地域にちなんで「つつじの会」です。

班会は月に1回開き、講師を呼んで勉強をしたり、料理、ゲーム、トランプなどをして、楽しいお喋りで盛り上がる班会です。1年に2度はお出かけ班会をして、食事を楽しんでいるそうです。昨年は遠足班会で松江城に行きました。

生協委員インタビュー

津田 美代子さん (伊波野支部)

毎月3軒、徒歩で「健康ひかわ」を手配りしております。

81歳になりますが3年間手配りを続けております。

「高齢になり骨折などの怪我が多くなり健康のために週2回のデイサービスふらみんごにお世話になっております。

大好きな愛猫と過ごせるようにこれからも微力ながら

機関紙の手配りを

頑張りたいと

思います」と、

にこやかに話さ

れました。



ズームアップインタビューにご協力いただける方は、ご連絡よろしくお願いします。

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



わくわくキッズルーム

5月19日、恒例となった「わくわくキッズルーム」のさつま芋の植付けを行いました。24人の今までにない大人数の子どもの参加でした。

事前に委員会で、苗を作っておき、マルチシート(防草シート)貼りから始めました。4つのグループが、専用の道具でシートに等間隔の丸い穴を開け、シートに等間隔に専用の道具で1人8本ぐらい苗を貰いそこへ苗を差込み土を抑えて最後にジョウロで水を掛けて丁寧に植えることが出来ました。

子どもたちは初めての体験に土が硬かった、ジョウロが重たかった、楽しかったなど笑顔で喜んでくれました。

今後は途中で成長観察会、秋には収穫の芋掘りが楽しみです。(まちづくり委員会 岡 好晴)



国民平和大行進～ぜひ一緒に！

原水爆禁止世界大会が開催される広島に向けて、今年も国民平和大行進に取り組みます。

コースは図の通りです。ぜひ一緒に歩きませんか？コースの一部でも大歓迎です。また、お近くの方はぜひ窓からでも手を振っていただくと大変うれしいです。

学習会だけでもぜひご参加ください。島根県内通し行進者のアルバート・ロサダさん（フィリピン平和の波・グリーンピースメンバー）にもお話を伺います。

行進に参加ご希望の方はご連絡ください。

飛び入り参加もOKです。（反核社保委員会 担当 前田）

【日程】7月24日（水）

9時 斐川生協病院前出発

↓ 段原鉄橋の銃撃痕を見学

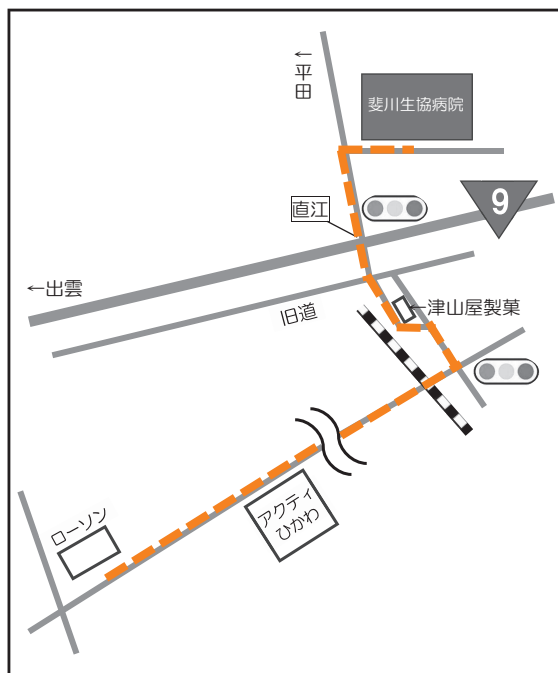
10時 アクティひかわで学習会

「山陰の空襲被害」

11時 アクティひかわ出発

↓ 旧大社基地の現状を見ながら行進

11時45分 終了予定



原水爆禁止

国民平和
大行進2024



7月の予定

7月2日 平和のバトン・浜山駐屯地見学

7月6日 フードドライブ

7月28日 わくわくキッズルーム（いもの観察会）

7月28日 平和の鐘つき（詳細について折込チラシをご確認ください）

けんこう広場

7月・8月はお休みします

5月班会一覧

開催日	班 名	支部	テーマ内容	参加人数
2	木曜	出西	介護保険の話	7
6	こいのぼり	莊原	施設見学	6
7	だんだん	出東	ニュースポーツ（ラダーゲッター）	7
7	げんき一番	出東	健康ひろば	7
7	なでしこ	久木	モルック	5
8	つつじの会	直江	認知症予防について	6
8	えびす	莊原	握力 足指力	10
9	ききょう	直江	ニュースポーツ（モルック）	11
9	どんぐり	出西	ニュースポーツ（モルック）	6
14	いちご	出東	まくれんで体操	4
14	☆ポピー	出西	ひかわ医療生協について	4
16	スイートピー	出東	非常食と応急処置	5
16	西本町	直江	脳トレ	7
19	四季の会	久木	南研修会	6
20	星田のお家	出西	遠足班会	4
22	マリーゴールド	出西	遠足班会	5
23	すいせん	出西	セラバンドニュースポーツ	6
23	こだま	莊原	グランドゴルフ	5
24	えによば	その他	介護保険を受けるまで	6
30	めだか	出西	遠足班会	6

ご あ ん な い

今年も「79年目の平和のバトン in ひかわ」に取り組みます！

場 所： ひかわ市立図書館



エントランスホール

8月1日12時～3日12時まで

原爆の体験を聞いた高校生が様子を描いた絵や斐川町の戦時中の様子がわかる物の展示

視聴覚室での催し

8月1日と2日 13：30～15：00

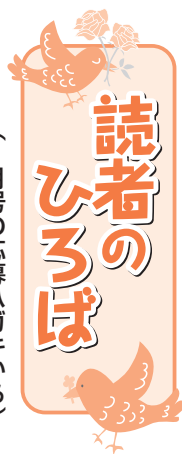
＝ 斐川であった戦時中のお話 ＝

DVDの視聴や語り部もお呼びしてお話をお聞きする予定です。

8月2日と3日 10：30～12：00

子ども向けの戦時中のアニメと紙芝居





(5月号の応募ハガキから)

●青木 悦子さん

毎朝起きてやることは、腰痛体操、片足立ち1分、ラジオ体操、15分程歩くこと。継続は力なりで出来る限り続けて行くつもりです。

●糸賀 邦夫さん

今は気持ちの良い野山は新緑。私の楽しみの夏野菜の植付けの準備をしているところです。

●勝部 啓子さん

子どものとき、母が笹巻きや柏餅を作るのを見て育ち。結婚し義母と作った笹巻きを思い出

しながら、今年も笹巻きを作ることになるでしょう。楽しく懐かしい時間です。

●川瀬 孝子さん

孫が小学校へ入学しました。学校、学童にクラブに少し慣れたようで安心しました。毎年飛来してくる「つばめ」。今年も現在4組が巣づくりをしております。暑かったり寒かったりと不安定な時期が続きます。

●倉橋 嘉子さん

毎日の日課に歩いています。スーパードにも運転して行っています。パズルの当選者の欄に名前が載ると安否確認になるように知人から声をかけていただくことが多いです。これからまだまだパズルに挑戦したいと思っています。

●黒田 福子さん

すこしおクッキングに載ったレシピの「じゃがもち」を作ってみました。美味しく、孫たちも喜んで食べてくれました。

●鈴木 咲子さん

水分をとれとれと言われるけど、水筒は荷物になるし、一口欲しいだけなのにペットボトルを買うのは……と思ったときに待合室に「水」があり、本当に嬉しかった。優しいあふれる心遣い、水は冷たいけど心の温かい斐川生協病院の職員さんの笑顔、訪れる度に感謝して一杯！

●三島 秀子さん

50周年記念キャラクター応募数98作品。どんなキャラクターが決まるのかワクワクします。6月の総代会が楽しみです。

須田 一夫さんの愛犬

わが家のペット

「モモ」ちゃん 3歳



我が家の愛犬（名前はモモ）3才です。朝起きる時と夜寝る時には必ずあいさつを（口元にキス）してくれます。

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

似顔絵



黒田 和雄さん

その昔 義母と母のせ 東伯町
三人で唄う 天まで届けと
建部 美恵子さん

読者のひろば・文芸コーナーへみなさまの投稿をお待ちしております。



「E メールアドレス」

QRコードからもアクセスできます。今後ともより一層の投稿をお願いします。
メールアドレス chikatu@hikawa-hp.com



すこしおクッキング

編と上手におつきあい

すこしお うざく（うなぎときゅうりの酢の物）

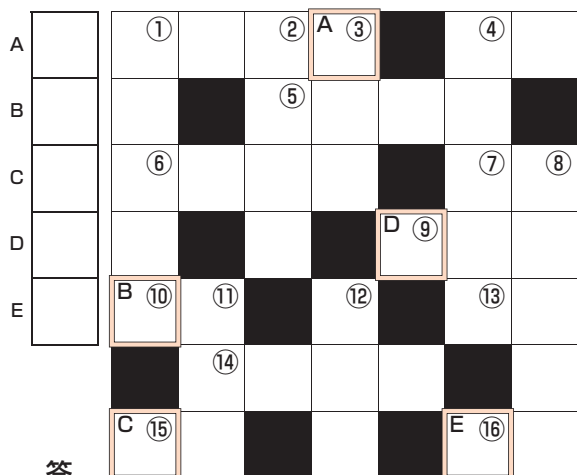


材料（2人分）

- うなぎのかば焼き（市販）…1/2匹
- きゅうり……………100g（1本）
- 食塩（塩もみ用）……………少々
- 生姜……………少々
- だし汁……………大さじ2杯
- 酢……………大さじ1杯
- みりん……………小さじ1杯

作り方

- ①うなぎの蒲焼きは、水または酒大さじ1杯を振りかけ、ラップをしてレンジで温めます。（目安500Wで1分～1分半）
 - ②うなぎを一口大に切ります。
 - ③きゅうりを塩もみし、しばらく置きます。
 - ④生姜をせん切りにします。
 - ⑤だし汁、酢、みりんを混ぜ合わせます。
 - ⑥きゅうりの水気をよくしぼり、生姜と一緒に⑤に混ぜて冷やします。
 - ⑦うなぎと酢の物を盛り付けて出来上がりです。
- ※うなぎの蒲焼きに、しっかり味がついていますので、酢の物に醤油を入れていないです。



「タテのカギ」

①夏に学校の授業を休みにする。
②自動車のタイヤが無駄に回る。「車輪の○○○○」

③世のなかのことをよく知らない人。「○○○知らず」

④幸運の鳥といわれる。「赤ちゃんを運んでくると言われる○○○○」

⑧生後1カ月頃までお尻や背中下部に見られるアザの一つ。「○○○○○○と○○」



クロスワードを解き、2重マスの文字をAからE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誰にもクセがある。他人○○○○、我が身ハクセ」

④毎日が平穏でよい日が続くこと。「日々○○好日」

⑤報酬などを決めて責任をもって仕事をする。「その仕事を○○○○」

⑥薬剤師のいない、薬を販売する店。「薬局⇄○○○○」

⑦アメリカ・メジャーリーグでノーヒットノーラン試合を2度した日本の投手。「○○英雄」

⑨つまらない質問とバカげた回答。「愚問○○○○」

⑩天皇を敬って言う言葉。「在位の期間を○○」

⑬他人よりも自分のことを優先する行動や考え方。「○○的」

⑭皮膚の角質が硬くなって足の裏にできる。痛くて大きくなる。「○○○○」

⑮飼う猫でも、ひとりきりで死ぬ。「○○を悟ると人の前から姿を消す」

⑯商品を安く売ること。「本日は、大〇〇売」

「ヨコのカギ」

⑪不吉なことが起こりそうな気味悪い雰囲気。「○○○が漂う屋敷だ」

⑫あの娘が「好きになった」と言う隠語。「あの娘に○○○です」

◆5月号パズルの当選者

①岩崎 和子さん (東京都原)

②上野 祐子さん (東京都)

③笠谷 勝男さん (東京都)

④黒田 祐治さん (東京都)

⑤久野 玲子さん (東京都)

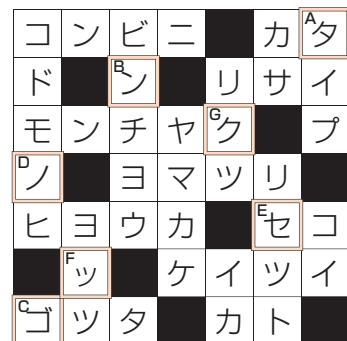
⑥高田 義夫さん (東京都)

⑦田中 藤恵さん (東京都)

⑧福地 健良さん (東京都)

⑨松浦 保彦さん (東京都)

⑩正解は41通でした。



◆賞品

正解者の中から抽選で、10名の方に図書カード500円分をお送りします。

◆しめきり

2024年7月31日(水)必着

◆宛先

〒699-10631
出雲市斐川町直江4883番地1
ひかわ医療生協
健康ひかわ 編集委員会
FAX:0853(25)78888
Eメール:chikatu@hikawa-hp.com

2023年度 第13回定例理事会報告

1. 2023年度3月経営報告

・3月単月の経常利益は1,080万円の黒字となり、予算比527万円・195.5%となった。

2. 2023年度決算

・2023年度の経常損益は▲125万円、税引前当期利益は2527万円の黒字となった。事業収益は予算に届かなかったが、それ以上に費用が予算内におさまったことが要因。病院・介護とも体制が厳しい中、協力体制を取り、乗り越えてきた。

3. 2024年度4月経営報告

・もともと4月の経常損益予算では791万円の損失としていたが、4月の経常損益は885万円の損失となった。

・病院の4月の経常損失は、345万円の損失となり、予算差▲12万円となった。

日時：2024年5月29日(水) 19:00～20:00
出席：理事総数21名中20名出席1名欠席 監事総数2名中2名出席

・介護事業の4月の経常損失は、495万円の損失となり、予算差▲37万円となった。予算達成した事業は、あおぞら、つむぎ、みなみの3事業。黒字の事業は、チューリップ、あおぞら、つむぎの3事業。

4. 第51回通常総代会第2号議案～第7号議案について確認を行った。

5. ひかわ医療生協マスコットキャラクターについて

6. 2024年春闘統一要求及び単組要求に対する回答について

7. 人事案件

8. 2023年度第12回管理会議からの報告

9. 2023年度第12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	島根大学医師 (健診)	金森 隆	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	島根大学医師	景山 省次	松原 夕子 (健診)
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	
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。

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。

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相談ください。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**

一人の女性が生涯に生む子どもの数を示す出生数は1974年以降過去最低の最小の2万7277人。生活コストの高さが出産の障壁になっていると昨年度から低家賃の都営住宅に若年カップルが優勢入居できる制度を導入。将来の展望が少しでも描けるような工夫を。

(機関紙編集委員会)

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 FAX (0853) 73-7141
- ◆ 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
- ◆ 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「かざくま」 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。