

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



ひかりん きゅう坊

第354号

2025年
4月号

ひかわ生協の現況 (2025年3月1日現在)

組合員数	8,328人
出資金総額	3億721万円
平均出資額	36,812円
班数	57班
機関紙手配り人数	372人
手配り部数	3,759部

2/15 バレンタイン行動に取り組みました!



バレンタイン行動とは、日本医療福祉生活協同組合連合会に加入する全国97の法人で一斉に、PR活動をするイベントです。今回は、チョコレート入りの宣伝グッズ480個を、グッディー斐川店、ゆめタウン斐川店、斐川グリーンセンターJAしまね、トライアル出雲斐川店、生鮮食品おだ斐川店、プラント斐川店の6カ所の店舗入口で、理事組合員23名と職員12名が手分けして配布しました。

初めて参加した職員（ケアマネジャー）からは、「皆さん快く受け取ってください、改めて地域の繋がりを感じる時間になりました。組合員さんとの交流も新鮮で楽しい時間になりました」と感想が寄せられました。（地域サポートセンター 大林由美）

第52回通常総代会開催のお知らせ

開催日: 2025年6月21日(土) 開催時間: 午後13時30分～
 会場: アクティーひかわ 多目的ホール

総代選挙広告

ひかわ医療生活協同組合第52回通常総代会
 (2025年6月21日【土】午後13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、2025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…莊原区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…2025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(火)から4月25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、氏名を広告致します。
 (2025年2月6日ひかわ医療生活協同組合総代選挙管理委員会)

役員選任の広告

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

- ①定数
 - 理事 20人以上25人以内
 - 監事 2人以上4人以内
- ②役員候補の資格

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

2025年4月1日から4月25日
- ④役員任期

任期は2年間。再任は妨げません。

2025年2月12日
 ひかわ医療生活協同組合 役員推薦委員会



ひかりんの健康だより



発熱外来のプレハブを更新 ～安心して受診できる発熱外来への道～

【2020年に発熱外来を設置しました】

2020年から新型コロナウイルス感染症が広がり始めました。当時は感染力が強く、高齢の方や持病のある方が感染すると重症化するリスクが高かったため、当院では、発熱などの症状がある方と一般的な診察を受ける方が接触しないように病院駐車場に仮設の発熱外来用プレハブを設置しました。

あれから5年が経ちました。今では、新型コロナウイルスだけではなくインフルエンザも流行するようになっています。この間、当院では患者さんが安心して受診いただけるようにさまざまな取り組みをしてきました。患者さまにもご協力いただき「症状がある場合はまず電話をしていただくこと」や、「車内で待機いただき検査を受けること」など、定着してきています。



【安心して受診いただくために】

2月に国からの補助を受け、仮設だった発熱外来プレハブを常設の建物として新しくしました。これからも具合が悪い時に安心して受診していただき、「生協があってよかった」と思っていただけるよう努力していきます。

【受診のご案内】

発熱がなくても、のどの違和感やだるさを感じる方が、コロナ陽性と診断されることがあります。そのため、一般の患者さんと接触しないよう、またお待ちいただく時間を減らすため、まず病院にお電話ください。

お電話では、来院の時間や車で待機していただく場所、診察の方法を詳しくご案内します。

- プレハブにはトイレはありませんので、ご了承ください。
- プレハブ内では空気清浄機2台設置し、お二人まで入室可能で、点滴にも対応しています。



その後は松江の堀川遊覧めぐり、40分間船頭さんの歌を交えての知識豊富な松江城の説明に、皆と同じ年頃なのによどみなく説明されることに感心しました。吹いてくる秋風に心地いい堀川遊覧でした。

また来年も楽しいバスハイクの旅が出来ますように、健康に気をつけようと願い帰途につきました。
（伊波野支部 中尾恭子）



伊波野支部 晩秋のバスハイク

晴天に恵まれた11月14日に伊波野支部はバスハイクを行いました。大根島の由志園では紅色に染まったもみじで季節を感じ、高麗人参の入った高価なお茶で最高の気分。早めの昼食も「これは何、変わった味だね」の言葉が交わりおいしくいただきました。中

第1回
(全8回)

ひかわ医療生協 50年のおゆみ

今回より、ひかわ医療生活協同組合設立50周年を記念し、これまでの歴史について連載することにしました。



ひかわ医療生協は、今年5月30日に設立50周年を迎えます。

1975年2月23日、設立発起人25名の呼びかけに応えた252名の組合員が直江にあるボウリングセンターに集まり、ひかわ医療生協創立総会を開催し満場一致で設立を決議しました。組合長理事には金森熙隆医師が選出されました。（組合加入に同意した人数は610名）

その後、設立のための準備や手続きが進められ、5月30日、正式にひかわ医療生活協同組合が誕生し、6月1日、斐川生協病院が開院しました。

設立趣意書には、「自分達の健康と生活を自分たちで守ってゆくためにもつともふさわしい方法として、協同互助の精神にもとづいた医療生活協同組合を設立しようではありますか」と書かれ、金森熙隆医師から金森病院を譲り受けて設立すると書かれています。

次回は、ひかわ医療生協の生みの親である金森熙隆医師について述べたいと思います。

（記念誌編集委員会 吉田 亨）



1月30日出東カフェの開店です。メニューは珈琲とぜんざいです。珈琲はドリップ式、ぜんざいは豆から煮て作った、どちらも手間をかけています。またぜんざいは人気で、珈琲の2倍の文数でした。

入場者数は29名で、2時間の開店時間でしたが、一時は満席となる程の盛況で、長らく語らう姿が印象的でした。また血圧測定などの健康チェックも3人に1人の9名が利用されてよかったです。

（蘆原 美鈴）

ノロウイルス 学習会

「こんにちは！介護事業部です。今年の冬はコロナウイルスやインフルエンザに加え、ノロウイルスも流行しました。介護事業部では3月6日～3月7日の夕方に、全職員対象のノロウイルスについての学習会を行いました。



感染管理認定看護師で訪問看護ステーションチユーリップの丸由美子主任に丁寧に講義と実技指導を行つていただきました。実技では吐物に見立てるものを作成し、処理→消毒手順をみんなで実演しました。正しい対応をすることで感染を広げずに利用者さま・職員

を守ることが出来ると知りました。「もう1回出たいです!!」と話される参加者もいて、とても実りのある学習となりました。

世の中にいろいろな感染症がありますが、それぞれに適切な対応をして予防していくたいです。

こうした学習を通じて安全なサービス提供へ繋げています。（介護事業部 副部長 土江 静哉）



出東支部主催
出東カフェ開店！！





ズームアップ

「利用者さんの笑顔がヤリガイです」

かつたそうです。『ふらみんぐ』で1年半頑張り、その後『つむぎ』に移り1年半前から職責者です。

「30人前後の利用者さんですが、いろいろな人がいて毎日が勉強です。利用者さんが、それまで出来なかつたことが、出来るようになって笑顔で嬉しそうに話をされると、この仕事に就いて本当に良かつたと思い、ヤリガイを感じます。自分の至らなさを思うこともありますが、スタッフと共に皆で頑張ります」と、優しい笑顔でお話になりました。

(機関紙編集委員会)



斐川生協病院に入職出来て、嬉しかったそうです。『ふらみんぐ』で1年半頑張り、その後『つむぎ』に移り1年半前から職責者です。

「30人前後の利用者さんですが、いろいろな人がいて毎日が勉強です。利用者さんが、それまで出来なかつたことが、出来るようになって笑顔で嬉しそうに話をされると、この仕事に就いて本当に良かつたと思い、ヤリガイを感じます。自分の至らなさを思うこともありますが、スタッフと共に皆で頑張ります」と、優しい笑顔でお話になりました。

デイサービス「つむぎ」
主任

福田 海斗さん
(26歳)

高校時代はハンドボール部に所属し、毎日練習に励んでいました。県内に7チームしかないマイナーの球技ですが、頑張って走りまくつていたそうです。

2018年に高校を卒業して、松江総合医療専門学校に入学し、理学療法士の資格を取得されました。松江の実家から通勤でき、病院にデイサービス施設が併設されているところを希望していました。

生協委員インタビュー

湯原 佳子さん(出西支部)



令和4年に職場を退職してから生協の仲間に入れていただき、12部の手配りを始めて2年が経ちました。

私が住んでいる神立地区は、嫁いできた時はまわりは田んぼだらけでしたが、今では住宅がたくさん建ち、表札がない家があります。配る時に間違えそうになりますが、近所の様子がわかり、新たな発見もあり楽しいです。

直江カーリング大会



2月21日直江コミュニティセンターにて、カローリング大会が開かれました。雪の降る出かけにくい天候でしたが、5チーム15名の参加者がおり、大会は大盛況。「右、右へ行け」「左じゃないわね、まっすぐだわね」と、大声で応援する人、拍手する人でとても賑やかでした。久し振りに逢う人の会話もはずみ、成績にかかわらず、とても楽しい大会でした。

(糸川 洋子)



さくら班 ラグーネッター



感染予防しながら、つながり・健康づくり 班会・健康ひろば

どんぐり班
調理実習



ききょう班
ペタンク、
ラグーネッター



2月班会一覧

開催日	班名	支部	テーマ内容	参加人数
1	嬉し	出西	茶話会	8
2	四季の会	久木	フィットネス	3
3	げんき一番	出東	出雲弁カルタ	6
3	おちらと	莊原	糖尿病と食事療法	6
4	えびす	莊原	お話会	4
5	つつじの会	直江	ジエンガ、カルタ	5
6	菜の花	久木	クロスワード	4
13	ききょう	直江	ニューススポーツ	12
13	どんぐり	出西	調理実習	8
13	すいせん	出西	年間計画	6
14	えにょば	その他	茶話会	6
17	さくら	直江	年間計画 ニュースポーツ	3
18	いちご	出東	ニューススポーツ	5
20	スイートピー	出東	脳トレ	5
21	つきみそう	莊原	年間計画	5
25	なでしこ	久木	いちご狩り	4
25	星田のお家	出西	インナースキャン	6
26	マリーゴールド	出西	年間計画	4
26	めだか	出西	インナースキャン	5
27	こだま	莊原	高齢者施設利用について	6

こだま班
高齢者
施設利用
について



4月の予定

4/1	出西グランドゴルフ大会	予備日4/8
4/2	久木グランドゴルフ大会	
4/2	直江グランドゴルフ大会	予備日4/4
4/3	伊波野グランドゴルフ大会	予備日4/9
4/7	出東グランドゴルフ大会	予備日4/9
4/24	莊原支部総会、出西支部総会	
4/25	出東支部総会、伊波野支部総会、直江支部総会	
4/28	久木支部総会	

けんこう広場

神守のけんこう広場は4月より当面の間休止することになりました。



わが家のアイドル

高尾 梨心ちゃん（6歳）

高尾家の三姉妹の末っ子です。周囲をよく見ており、親や姉たちに上手に甘えてきます。（笑）4月からは小学一年生。将来の夢は警察官になることだそうです。ぜひ、叶えてほしいです。

編集部より わが家のアイドルの写真を募集いたします。ベストショットと紹介文を書いて送ってください。

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。



絵手紙



土江 慶子さん



すこしあクッキング

塩と上手におつきあい すこしあ アスパラガスの豚巻きフライ



材料（4人分） 塩分1人分0.5g

- アスパラガス……………12本
- バラ薄切り肉……………240g
- レモン……………1/2個
- ごろも…………小麦粉、溶き卵、パン粉、各適量
- 揚げ油……………適量
- 塩……………2g
- こしょう……………適量

作り方

- ①アスパラガスは根元の固い部分を取り。豚肉を広げて塩、こしょうをふり、アスパラガスにくるくると巻きつける。
- ②①に小麦粉、溶き卵、パン粉の順でころもをつける。
- ③揚げ油を170℃に熱し、②を入れてこんがりと色づくまで揚げる。器に盛り、くし型に切ったレモンを添える。

（2月号の応募ハガキから）



上田 仁美さん

今年初の応募です。1年間パズルがんばります。

勝部 啓子さん

豆富と言えば、30年位前に直江の町にあつたお店を思い出しました。朝方行くと、まだ温かい豆富をビニール袋に入れて持ち帰ったものです。豆富はもちろんのこと、ほつてりとした油揚げもおいしかったです。懐かしい。

北村 良一さん

1月も終わります。まもなく立春、早く春よ来い！畑の草取りが待っている？

古川 裕さん

毎月せいきょうパズルを楽しみにしています。

原 エイコさん

昨年、県内のクマの出没は過去最高とか。食べ物がないから里に出る。わが家の庭では毎日野鳥が飛んでくる。以前は食べなかつたミカン（すだち）をついぱむように…。でも酸っぱいのかユズには目もくれない。

山崎 富美子さん

立春に豆腐を食べると良いことを生まれて初めて知りました。生きていればまだ新しい知識を得ることが出来るなんて、素晴らしいと思いました。

宅和 博子さん

「立春大吉豆腐」恥ずかしながらクイズで知りました。「おうつり」関西では「おため」とも呼ばれるようですが知らないことでした。長生きしようと思っています。

松浦 保彦さん

今年もよろしくお願ひします。「健康ひかわ」さんのパズルはいつも難問ですが、今回は特に難しく、

答えが間違つてもあきらめます。寒い日が続きますのでご自愛ください。

松浦 幸子さん

脳トレいろいろと勉強になります。今回もそうなんだと考えさせられました。ダイズは畑のタンパク質。いろいろな料理に使いたいと思いました。



