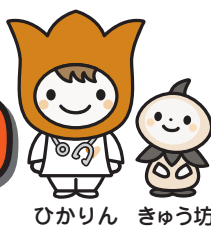


あなたと生協の心と情報の架け橋

健康ひかわ



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

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



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の法人で一齐に、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J.A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り、改めて地域の繋がりを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…荘原区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の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なくインフルエンザも流行するようになっていきました。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。これからは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す。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じました。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)



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感を感じ、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。中庭の池の周りには時々人工で作った雲海が現れ、食後のコーヒーも一層美味しく感じた一時でした。



伊波野支部晩秋のバスハイク

第1回
(全8回)

ひかわ医療生協 50年のあゆみ

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っ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せんか」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。

今回は、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）

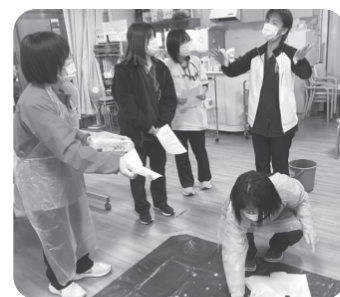
ノロウイルス 学習会



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ューリップの丸由美子主任に丁寧に講義と実技指導を行っていただきました。実技では吐物に見立てたものを作成し、処理↓消毒手順をみんなが実演しました。正しい対応をすることで感染を広がらずに利用者さま・職員

を守る事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きたいですね。
こうした学習を通じて安全なサービス提供へ繋げていきます。（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!!



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倍の注文数でした。

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)





ズームアップ

「利用者さんの笑顔がやりがいです」

「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、それまで出来なかったことが、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ったと思います。やりがいを感ずります。自分の至らなさを思うことも多々ありますが、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)



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、頑張つて走りまわっていたそうです。

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て、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。

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』で一年半頑張る、その後『つむぎ』に移り1年半前から職責者です。

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。



2月21日直江コミュニティセンターにて、カ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名の参加者があり、大会は大盛況。「右左右右へ行け」「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。

久しぶりに逢う人との会話、もはすみ、成績にかかわらず、とても楽しい大会でした。

(糸川 洋子)

直江カーリング大会



さくら班 ラダーゲッター



つつじの会
カルタ、ジェンガ



感染予防しながら、つながり・健康づくり

班会・健康ひろば

ききょう班
ペタンク、
ラダーゲッター



どんぐり班
調理実習



目指そう!暮らしやすい結自治会



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	ジェンガ、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	えによば	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。



(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
にあっ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、ぼつとりとした油揚
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！



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。

●鈴木 咲子さん

今月も楽しそうな各班の活動状況の
写真やコメントが載っていて、とても
楽しく拝読しました。宍道町は隣りの
町です。宍道の班会はないですか？

●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
と思います。

●原 エイコさん

毎月せいきょうパズルを楽しみにし
ています。

●古川 裕さん

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

●松浦 幸子さん

脳トレとしていろいろ
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。

●松浦 保彦さん

今年もよろしくお願
いします。「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
答えが間違ってもあきら
めず。寒い日が続きま
すのでご自愛ください。

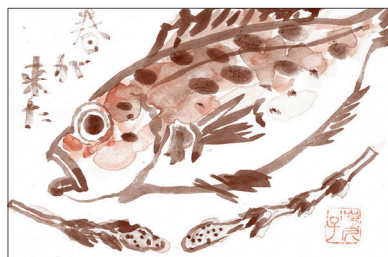
●山崎 富美子さん

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。
生きていればまだまだ新しい知識を習
得することが出来るなんて、素晴らし
いと思いました。

絵手紙



矢田 信美さん



土江 慶子さん

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。



「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 アスパラガスの豚巻きフライ

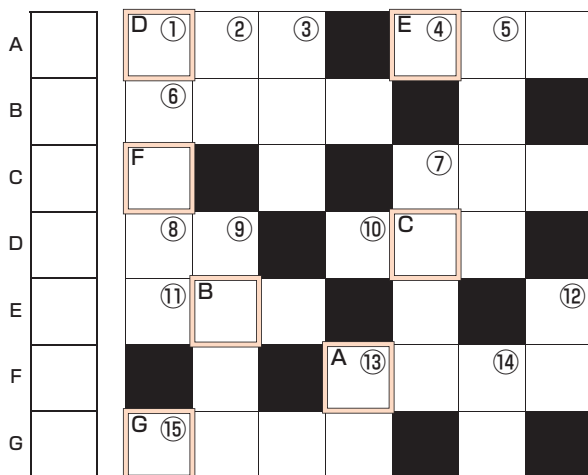


材料(4人分) 塩分1人分0.5g

- アスパラガス……………12本
- バラ薄切り肉……………240g
- レモン……………1/2こ
- ころも……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
る。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
んがりとし、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。



① 便利さの度合い。「○○○○○が高い」
② 入射光線を集める。望遠鏡や顕微鏡、虫メガネ。「○○レンズ」
③ 岐阜で1300年以上受け継がれている、愛媛、大分と共に夏の三大風物詩の一つ。「長良川の○○○」
④ イングランド、スコットランド、ウェールズに北アイルランドの連合王国。「和名、英国。○○○○」
⑦ 昨日は火曜で、○○○○水曜、明日は木曜です。



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」

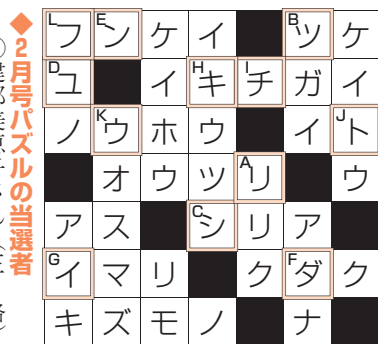
- ⑨ 南無妙法蓮華経。「大きな声でお題目を○○○○」
- ⑫ 悪天候や事故などで交通機能が停止状態です。「交通○○」
- ⑬ 白身が固まっていて黄身は固まっていないゆで卵。「○○熟たまご」
- ⑭ 思いのまま、勝手気ままに振る舞う。「あいつ威張り腐って、○○ばっている」

「ヨコのカギ」

- ① プロ野球、ロッテオリオンズのエース、故、村田兆治さんが提唱者。島の中学生の憧れ!!「○○○甲子園」
- ④ ヴェーモート・ヴェン作曲、交響曲第九番「短調作品」年末に集団で歌う、○○○」
- ⑥ 格段に優れている。「他のものとは比較にならない、○○○○です」
- ⑦ 座っていて立ち上がること。「名前を呼ばれたら、○○○○してください」
- ⑧ 将棋の藤井聡太七冠の出身地。「愛知県○○市」
- ⑩ 東京都公設卸売市場。平成30年築地から移転。「○○○市場」
- ⑪ 学問や技能が優秀になるにつれ他人に対して謙虚になること。「実るほど頭を垂れる○○○かな」
- ⑬ アメリカ発祥5月の第二日曜日は?「○○○○」
- ⑮ イタリアの代表的なチーズ。「世界3大ブルーチーズと言われている○○○○ゾラチーズ」

答えのヒント

酒なくて何が「」の桜かな



◆2月号パズルの当選者

- ① 建部美恵子さん (三)
- ② 植田仁美さん (坂)
- ③ 大田洋子さん (原)
- ④ 鬼村一男さん (西)
- ⑤ 永井愛子さん (佐)
- ⑥ 原絹子さん (鹿)
- ⑦ 原たづ子さん (原)
- ⑧ 樋野洋子さん (西)
- ⑨ 平井千代子さん (出)
- ⑩ 福田健良さん (松)

※お詫びと訂正
・12月号のパズルヨコ⑤の答えが間違っていました。
・2月号のパズルタテ⑫内の漢字が間違っていました。

ハガキ・FAX・メールにクイズの答え、住所、氏名、電話番号、ひかわ生協に対するご意見、地域やご家庭での話題などを記入してご応募下さい。寄せられたコメントは読者のひろばで紹介させていただきます。パズルの当選者については氏名で紹介させていただきます。

◆宛先
〒699-0631
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)7888
Eメール: chikatu@hikawa-hp.com

◆しめきり
2025年4月30日(水) 必着

◆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。

◆2月号の正解
正解は、「リッシンゲンダイキチ トウフ」でした。

誤 ウコサンベ
誤 漢字で暖気

正 ウコサベン
正 漢字で暖気

お詫びして訂正いたします。

2024年度 第10回定例理事会報告

日時: 2025年2月28日(金) 16:00~17:15
出席: 理事総数20名17名出席3名欠席 監事総数3名3名全員出席

〈1〉2024年度1月決算報告

- 1月単月の経常損益は△1,353千円の損失となり、前年を7,961千円上回ったが、予算を2,414千円下回る結果となった。決算見込みでは、約5,000千円の損失と見込んでいたが、費用が予想以上に予算を下回った。
- 病院は、予算を581千円上回る1,829千円の黒字、前年に対しても4,125千円の増益となった。
- 介護事業は、△3,182千円の損失となり、前年を2,835千円上回ったが予算を2,995千円下回る結果となった。
- 累計経常損益は、▲8,310千円の損失となり、予算差▲34,383千円、前年差▲5,138千円となった。
- 病院は、12,445千円の黒字となった。
- 介護事業は、▲20,311千円の損失となった。
- 費用は、予算内執行だが、医療材料費は予算に対して9,744千円・109.2%超過・前年に対しては11,290千円110.8%超過している。

〈2〉2024年度活動のまとめと2025年度方針(案)について

- 〈3〉2025年度予算第一次案について
- 〈4〉2025年度春闘要求について
- 〈5〉職責者の目標設定のための定期1on1の導入について
- 〈6〉教育体系構築に向けたコンサルティングの導入について
- 〈7〉2交代制手当の追加の件
- 〈8〉人事案件
1. 中村さおり看護副部長を3月1日付けで、看護部長に任命する。
- 〈9〉その他
- 〈10〉2024年度第9回管理会議からの報告~別紙参照
- 〈11〉2024年第9回組合員活動月報報告~別紙参照



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	金森 隆	金森 隆	金森 隆	金森 隆	金森 隆	金森 隆
	景山 省次	平 仁司	金森美智子	村田 幸治	景山 省次	村田 幸治
	村田 幸治	村田 幸治 (健診)	村田 幸治	島根大学医師	村田 幸治	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				金森 隆	
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。

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



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、莊原

火・木・第 1 土・第 3 土

1 便 : 出東、莊原
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**

編集後記

癒しとして、犬・猫、それぞれの家庭での飼育、心が和むこと、う。我が子の様に!! 一日中、そんな別れがある。わがかりきってのことは言え辛くていたまりません。遺骨をペット霊園に、ある日法要に参加。突然の閉鎖。何度の連絡も届かず張り紙が。資金繰りの悪化でこのこと。事業をするのであれば責任もつての行動を...!!
(機関紙編集委員会)

その他事業所

- ◆ 斐川生協病院健診センター 電話 (0853) 73-7140 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「あっとホームさふらん」 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。