

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363号

1 2026年
月号

ひかわ生協の現況 (2025年12月1日現在)

組合員数	8,221人
出資金総額	2億9,945万円
平均出資額	36,426円
班数	57班
機関紙手配り人数	374人
手配り部数	3,680部

新年あけまして
おめでとうございます



写真提供:須田 仁志さん



二〇二六年新年のご挨拶
ひかわ医療生活協同組合

理事長 金森 隆

新年明けましておめでとうございます
2026年は51年目の第一歩を踏み出す年。100周年を目指してみんなで頑張りましょう。

昨年、生協設立50周年を終わつて、役職員一同ほつとし、一つ肩の荷が下りたところです。この50周年記念を地域の皆さんと共に祝う事ができ本当に良かったと思います。

小さな民医連の診療所から、この斐川町にはなくてはならない医療介護の大きな砦となる事ができたのも本当に組合員と役職員が手を取り合つて活動を続けてきたからだと思います。50年先はどんなになつていてるでしょうか。どんなになつてもやはり地域の皆さんに寄り添い、どんな小さな問題でもみんなで知恵を出し合つて解決していくような生協でありたいと思います。

記念式典の最後、松元ヒロさんのソロライブは本当に良かったですね。特に最後の憲法の話には涙が出てしまいました。今の日本国憲法を本当に守つていかないといけないと思いましたし、特に9条には他の条文を一行も加えてはならないと思いました。

この素晴らしいお話は、健康まつりの青空ステージなどでもつともつと多くの人に聞いてほしいですね。

さて、皆さんの51年目のスタートはどうでしようか。昨今の物価高で大変お困りだと思いますが、病院でもこの物価高の波が大きく押し寄せてます。全国の病院のうち7割から8割の病院が赤字経営に陥っています。2025年上半期で病院・診療所の倒産は35件で過去最高のペースとなつてます。これでは地域の健康を守ることが出来なくなり、ひいては地域が崩壊するようなことにもなつてしまふかもしれません。

政治を国民の命と健康を守つていく方向に大きく切り替えいくように皆さんと共に草の根の運動を強めていければと思つております。

生協の役職員・組合員の皆さんと共に頑張つて行きたいと思います。皆さまの更なるお力添えをお願いして新年のあいさつと致します。

斐川生協病院の外来診療は、1月5日からはじまります

ひかわ医療生活協同組合 設立50周年 未来につなぐ健康と平和

11月16日（日）、アクティーヒカワ多目的ホール・体育館・屋外駐車場にて、ひかわ医療生協設立50周年記念式典＆フェスティバルが開催されました。当日は組合員さん、地域住民、関係団体の皆さんなど多くの方にご参加いただき、50年の歩みを振り返りながら、未来へ向けた一步をともに踏み出す楽しく温かいイベントとなりました。



満席となった式典会場

設立50年の歩みを振り返り 健康と平和について考える式典

式典開式前に50年を振り返る動画

「ひかわ医療生協の歴史」を上映。

地域の健康づくり、助け合いの実践、平和活動など、半世紀の歩みが綴られた動画を参加された方々も懐かしそうに見ておられました。

理事長挨拶では金森隆理事長より、これまで支えてくださった皆さまへの感謝と、地域に根ざした医療・福祉・生協活動を今後も発展させしていく決意が語られました。

地域の口腔健康を守るためエンゲラムで考案された「ひかわ医療生協 口腔体操の歌」も初披露され

式典後半は、マイトリーサンの心に響くミニライブで会場は温かい一体感に包まれました。松元ヒロさんのユーモアあふれるライブでは、場内での笑いが絶えず、大きな拍手が送られました。平和と「いのち」の大切さを楽しく学べました。



ステージを盛り上げた松元ヒロさん

ました。 参加者と共に楽しく実践しました。



記念式典で挨拶する金森隆理事長



ひかわ医療生協 口腔体操のうた



マイトリーミニライブ



溢れる笑顔と元気いっぱい! ViViダンス

また、午後からは屋外での出店コーナーも並ぶフェスティバルを開催。多目的ホールロビーにて「おちらとアートサロン」による作品及び支部活動紹介ポスター展示、体育館ではViViダンスさんによるダンス披露、健康チェック、こども口コモチエック、ニュースポーツ体験をたくさんの方に体験していただきました。

つながるマルシェと笑顔のフェスティバル



健康チェックコーナー

駐車場では「つながるマルシェ」フリーマーケットや模擬店、キッズセンター露店など、幅広い世代が楽しめる企画が並びました。



つながるマルシェのお店



餅つき体験コーナー



手づくり木のおもちゃコーナー

「つながり」に支えられた
50年、未来へ
感謝申し上げます。
ひかわ医療生協は、これからも地
域の健康と平和を守る取り組み
を続け、安心して暮らせるまち
づくりに貢献していきます。



今回の50周年は、多くの方の支え
によって実現したものです。準備に
携わった実行委員会、職員・組合
員、当日運営スタッフ、出演者、地
域で応援いただいた皆さんに心より
感謝申し上げます。

ひかわ医療生協は、これからも地
域の健康と平和を守る取り組み
を続け、安心して暮らせるまち
づくりに貢献していきます。

「つながり」に支えられた
50年、未来へ



おちらとアートサロン展示



ズームアップ

「感謝の気持ちでいっぱいです」

昭和26年に松江市宍道町に生まれ、22歳の時に斐川町、出西に嫁がれました。一男一女の子宝に恵まれて、子どもたちが人生で一番嬉しかったのは、子どもたちが生まれた時で、主人と一緒に暮らしです。10年前に近所の人に勧められて、ひかわ生協の組合員になり、沢山の人と楽しい出会いがあり、今は二人とも結婚して家を出られ、今は主人と一緒に暮らしです。主人に勧められました。組合員になつて良かつたと思っていました。人生で一番嬉しかったのは、子どもたちが生まれた時で、主人に励まされて、少しずつ良くなり、今は家庭菜園をするまでになりました。お世話になつた人に新鮮な野菜を持って行って喜んで貰うのが嬉しいとのことです。手芸のサークルに入つており、月一回の会で先生に教えて貰うのも楽しみとのことです。4回も手術をして、その度にお世話になつた、主人と、皆さんのお陰で今があります。感謝の気持ちでいっぱいです」と、幸せそうな優しい笑顔でお話になりました。

(機関紙編集委員会)



岡田 晴子さん（出西支部・74歳）

生協委員インタビュー

成合 俊正 さん（出東支部）



4年前からひかわ生協の事業所利用委員、支部の運営委員をしておられます。生協委員として、健康ひかわ14部を手配りされており、皆さんとお話しするのが一番楽しいとのことです。

「中学生になった孫が、サッカーを頑張っており成長が楽しみです。応援しています」と、笑顔でした。



(直江支部 副支部長 川島 涼子)



11月20日直江支部22名の参加で、バスハイクを行いました。心配していた天候は雨も降らず、寒さもまずまずという1日でした。9時に生協病院を出発し、知井宮の後藤総合車両所を見学、職員さんが「特急やくも」の内部を詳しく説明され、運転席にも座ることができとても良い体験をしました。運転席はとても高い位置にありびっくりしました。その後、出雲市駅から「特急やくも」に乗り、松江市駅まで行きました。松江市内にある松江工クセルホテル東急インでは、ランチバイキングをとても美味しくいただきました。食事後、一畑薬師に参拝し4時過ぎに斐川に無事帰ることが出来ました。今回は、参加申し込みが2~3日で定員に達しました。「特急やくも」に乗車し、食べて、祈る楽しい一日でした。

直江支部 楽しいバス旅行



新任医師のご紹介

1月より着任致しました大洲光裕と申します。

好きなフレーズは“年寄笑うな行く道だ、子ども叱るな来た道だ”です。

宜しくお願い致します。

だいす みつひろ
大洲 光裕 医師

2月より外来呼び出し方法変更のお知らせ

当院では、プライバシーへの配慮と呼び間違い防止のため、2月より、外来でのお呼び出しをお名前ではなく「番号」で行う方式に変更いたします。

ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。

斐川生協病院



ひかりんの健康だより



おせち料理を活用した料理2品

お餅の肉巻き もちもちのお餅を巻いてボリュームUP!



材 料 (3人分)

- 切り餅……3個 (150g)
- 豚ばら薄切り肉…150g
- 塩コショウ…… 少々
- 薄力粉………… 適量

(甘辛たれ)

- 酒……………大さじ1
- みりん………大さじ1
- しょうゆ…大さじ1



1人あたり約300kcal
塩分約0.8g

①切り餅を縦3等分に切る。

②豚肉に塩コショウを振り、餅を巻き全体に薄力粉をまぶす。

③フライパンに肉を入れ火が通るまで弱めの中火で約5分焼く。

④甘辛たれを煮絡めて器に盛りつける。

大根と数の子のマヨサラダ



プチプチ食感が
楽しいサラダです。

1人あたり約80kcal
塩分約0.9g

材 料 (5人分)

- 大根…1/4本 (約200g)
- 塩……………小さじ1/4
- 味付け数の子………30g

- 水菜………3株 (約150g)
- 和風だし……………小さじ1
- マヨネーズ………大さじ4

①大根を細く千切りにし、塩もみしたあと10分程度おく。

②数の子を1cm角に、水菜を食べやすいに長さに切る。

③ボウルに水気をしぼった大根と②を入れマヨネーズと和風だしで和える。

11月班会一覧

開催日	班 名	支部	テーマ内容	参加人数
2	四季の会	久木	フレイル予防	3
4	すいせん	出西	栄養のある献立	6
6	ききょう	直江	遠足班会	10
10	おちらと	莊原	遠足班会	7
11	嬉し	出西	介護シリーズ	3
12	なでしこ	久木	気功	3
14	こいのぼり	莊原	遠足班会	8
14	星田のお家	出西	遠足班会	2
14	めだか	出西	遠足班会	4
16	どんぐり	出西	設立50周年イベント	8
16	マリーゴールド	出西	設立50周年イベント	5
16	あすなろ	久木	設立50周年イベント	3
18	まめなか	出西	脳トレ、軽トレーニング	7
20	姫りんご	出東	出雲弁カルタ	5
21	つきみ草	莊原	脳トレ	6



1月の予定

- 1/4 フィットネスルーム
- 1/14 知って安心！介護シリーズ(第3回)
- 1/15 久木ほっこりカフェ

開催日	班 名	支部	テーマ内容	参加人数
25	いちご	出東	遠足班会	2
25	もみじ	出東	遠足班会	6
25	桜	久木	遠足班会	5
27	こだま	莊原	12月の行事について	6
29	はなみずき	直江	調理実習	5



わが家のアイドル

樋野 実さんの愛犬 プリンちゃん

誰からも好かれる(*^*)「ほんそご」です。

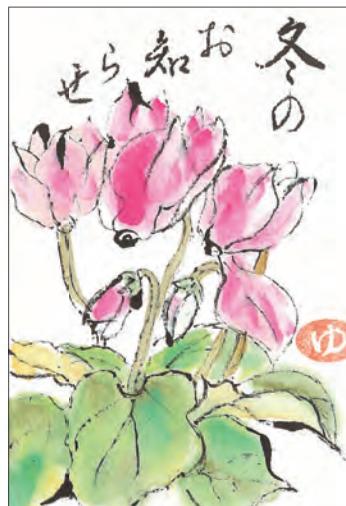
編集部より わが家のアイドルの写真を募集いたします。ベストショットと紹介文を書いて送ってください。

●南木 美代子さん
パズルの問題むずかしかつたです。頭の体操にいいですね。私一人ではわからず、他の人の助けを借りました。

●樋野 実さん
ひかわ医療生協50周年記念大会で、地域の情報誌でもあります。

●この季節 家庭に響く 物価高
いいろいろ大変でしたね。「口腔体操のうた」やさしいうたですね。50周年記念誌で組合員さんの中にひかわ生協の歌が出来ますようと拝読しました。また、生協50年の歴史も拝読することが出来ました。

●建部 美恵子さん
斐川の地に住み、私ももうすぐ50年を迎えます。



矢田 幸憲さん

絵手紙



黒田 和雄さん



●高橋 孝治さん
(11月号の応募ハガキから)

「健康ひかわ」は毎月素晴らしい内容であります。地域の情報誌でもあります。

●宅和 博子さん

「ひかわ医療生協50周年」と「生協強化月間スタート集会!」紙面から歓声が聞こえて来るようです。厳しいご時世ですが繋がって頑張っていきたいものです。

実家を解きスペースができたので、モルックの練習をしています。短そうな秋ですが、友達と楽しみたいと思っています。

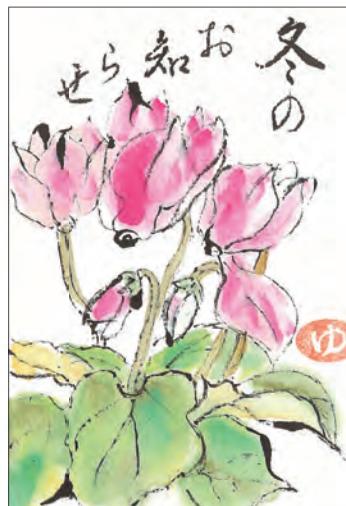
●錦織 康子さん
先日、2人の娘とボウリングに行きました。久しぶりではありましたが、やはり年の功:娘には負けません。隣のレーンでは、人生の先輩が集団で元気はつらつ。すごいパワーで圧倒されたひとときでした。

●錦織 裕美子さん
最近、北の方では「クマ」被害で大変なことになってしまいます。私の近場には山はありませんが、今年は柿が沢山実り、まだ木に残つております。これが山の方だったらとゾッとしたいと思います。

三島 秀子さん

ひかわ生協設立50周年企画、

いろいろ大変でしたね。「口腔体操のうた」やさしいうたですね。50周年記念誌で組合員さんの中にひかわ生協の歌が出来ますようと拝読しました。



矢田 幸憲さん

多々納 由美子さん

先日、2人の娘とボウリングに行きました。

色鉛筆画



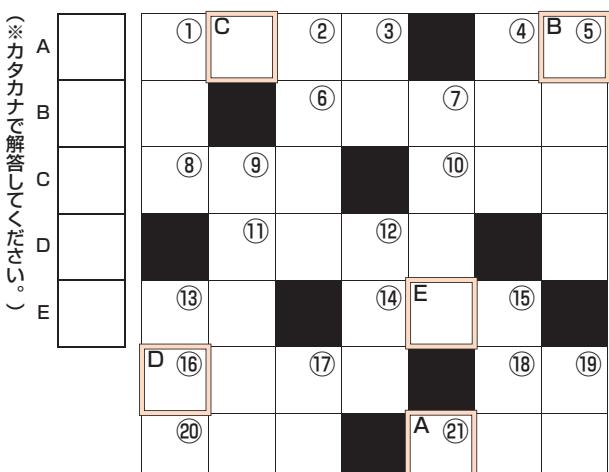
黒田 和雄さん

QRコード 「Eメールアドレス」
二次元バー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お願いします。
メールアドレス chikatu@hikawa-hp.com

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。



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。



①長男が地位や財産を継ぐ制度。明治時代に施行されたが昭和22年に廃止された。「〇〇〇相続」

②消えやすく、すぐに消滅する。水に浮かぶ泡のこと。「〇〇〇〇〇の恋」

③野球の試合で同点のまま決着がつかない場合、適用されるルール。「〇〇ブレーク」

④出雲の方言。田畠の隅で枯草などを燃やすこと。「〇〇〇をするときは火のもとに注意をすること」

⑤トラクター、「コンバイン」など農業で使用する機具を保管する庫。「〇〇〇庫」

答えのヒント

60年に1回巡って来る。この年生まれの女性は気性が激しく夫を不幸にする? (迷信)

⑩家族が居住するための住宅。「金に困つて、家○○○○を売り払う」

⑪落語の話に出てくる、世の中の役に立たない人。「愚か者、不良などのこと。○○○○」

⑫料理の味の深みを感じさせる風味。「旨みと○○」

⑬道理や知的判断のないバカな決断。「○○○な、決断」

⑭方角を意味する。鬼門と言われる北東のこと。「○○○○の方角」

⑮性格や考えが合わないので、仲が良くない。「あの人とは○○○が合わない」

⑯不満や不快な気持ちが解消されて、スッキリした。「○○○○飲が下がる思いです」

⑰日本最大の陸上動物。「北海道のみに生息する○○○○」

〔三〕のカギ

- ①既存のメロディーやリズムはそのままで歌詞を変えて歌つ。「異名同曲異歌詞。○○○○」
- ④漢字の「女」の文字を分解したもの。「女を意味する隠語、○○いち」
- ⑥身体の状態はすごぶる良い。「○○○○○は万全です」
- ⑧生死をかけた戦い。「○○○、食われるか凄い戦い」

⑦家庭のテレビを通じて応援しているアイドル。「○○○○○のアイドル」

⑧野球で外野手の一人。「ライト」。「○○○○○」

⑨地中にトンネルを掘つて生活する。「漢字で土竜」。「○○○」

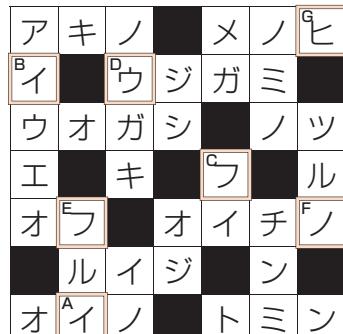
⑩法外な金利で金を貸す人。「あの人は、○○○貸しをしている」

⑪時間の余裕がない。「このままでは遅刻だ、先を○○○」

⑫瑞々しさが失われた状態のこと。「年季が入つて○○が立つてきた」

⑬予定を相手に、再度知らせること「角が立たない」、「○○インドメールを送る」

①青木文恵さん
②池田陽一さん
③後藤美喜さん
④多々納敏雄さん
⑤高橋孝治さん
⑥南木美代子さん
⑦錦織裕美子さん
⑧錦織康子さん
⑨福田今在家
⑩三島上庄原
〔原江市直江
〔鹿市西西西原
正解は41通でした。



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。

2025年度 第7回定例理事会報告

○2025年度10月決算報告

10月単月の経常損益は、+3,532千円の利益となった。事業収益は149,316千円と予算比△4,279千円・97.2%、前年比+2,352千円・101.6%と前年より増収。累計では、+30,559千円の黒字となった。予算比79.7%。前年と比べると+55,128千円改善。

○2025年秋闘単組要求に対する回答について

○設立50周年記念式典・フェスティバルの振り返り

日時：2025年11月29日（土）9：30～10：16
出席：理事総数 19名中17名出席
監事総数 3名中3名全員出席

○人事

- 1, 山藤 尚志2階病棟師長を12月1日付けて、病棟統括師長に任命する。
 - 2, 来住 基（リハ科言語聴覚士）を12月1日付けて、事務長室主任 兼 エンゲさんチームリーダーを任命する。
 - 3, 荒木 紗子（3階看護師）を12月1日付けて、3階病棟看護主任を任命する。
 - 4, 古川 舞（2階病棟准看護師）を12月1日付けて、2階病棟看護主任を任命する。

