

世界の宝「憲法9条」を守ろう！
安倍9条改憲NO!

私たちの願い

一人ひとりが人間として尊重される社会をめざし、様々な人々と手をつなぎあい、医療、福祉、介護の事業と運動をとおして、健康をつくる、平和をつくる、いのち輝く社会をつくることです。

福山医療生協だより

ホームページ <http://www.fico-op.jp>

福山医療生協の現況

組合員14,882人 出資金4億464万3千円 (2019年7月31日現在)

新加入者10人 増資者181人 (7/1~7/31)

発行:福山医療生活協同組合 福山市木之庄町2-7-2 TEL 084-973-2280

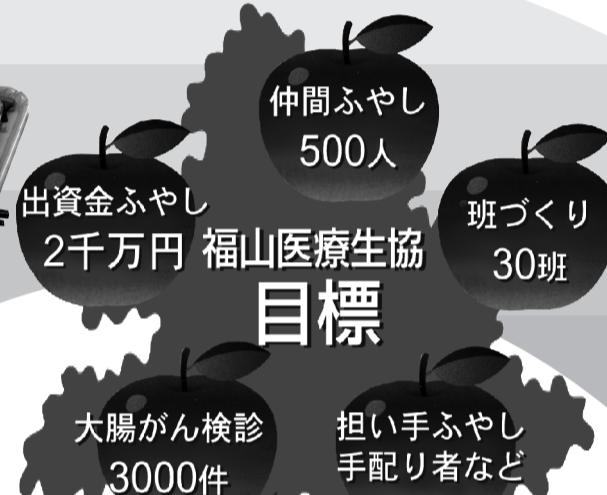
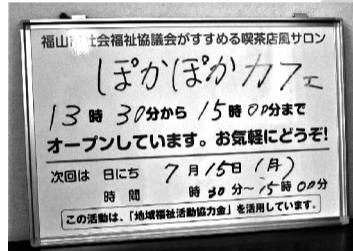
尾道住吉神社花火大会 (2019.7.27)

10・11月は生協強化月間です！

生協5課題の達成で協同のわをひろげよう

福山医療生協は「いつでも、どこでも、だれもが安心してかかれる良い医療と福祉」をめざして、組合員の皆様とともに安心のネットワークを築いていきます。組合員の要求に応える事業を展開させ、地域まるごと健康づくりを広げるためには、地域の人たちに組合に加入していただくこと（仲間ふやし）、出資していただくこと（増資）が何より重要です。安心して住み続けられるまちづくりの発展にむけ「仲間ふやし」「出資金ふやし」「班づくり」「担い手ふやし（生協だよりの手配りさん）」「大腸がん検診のおすすめ」の生協5課題達成へのご理解とご協力をお願いいたします。

神辺支部の活動紹介



手配り交流会



きらきら食堂



たんぽぽの集い



バザー



新春の集い



きらきら食堂ニュー



支部ふれあい祭り



支部ふれあい祭り



備後の里夏祭り模擬店



支部グラウンドゴルフ大会



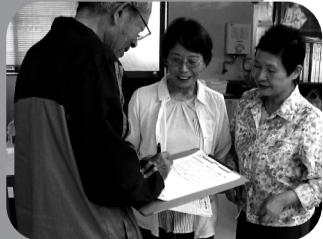
宅配弁当



絆サロンひまわり



支部ふれあい祭り



訪問署名活動



小森医師健康講座



まちかど健康チェック
(ハート神辺駅前店)



足指力測定

月間に、ウエルカム班会を開き新しい仲間を迎えよう。班会は組合員が3名以上集まって交流する場です。

- 1 口腔ケア：歯科衛生士（例えば、唾液を出すマッサージ方法）
- 2 運動：理学療法士（肩甲骨を広げる、筋力アップ体操）
- 3 調理実習：管理栄養士（すこしおレシピ学習会＆調理実習）
- 4 健康チェック：（尿で塩分チェック、足指力、握力、体脂肪など）
- 5.組合員になってよかった事や、困ったことなどの相談や交流

第39回
通常総代会

協同の力でいのち輝く社会をつくる

～日本国憲法が生きる、平和な社会とくらし安心の社会保障をつくる～

【特別アピールの提案】

今の政権下で国保の値上げや入院ベッドの削減など医療・介護の改悪が次々に行われ、必要な医療・介護が受けられなくなっています。「社会保障充実のため」とされてきた消費税は、社会保障に使われたのはわずかです。

1機116億円もする戦闘機を147機も爆買い、維持費も合わせると6.2兆円にもなります。一方辺野古新基地建設を問う沖縄県民投票で72%にあたる43万人が埋め立てに反対投票をしましたが、政府は、工事はすすめる方針といっています。さらに今年こそは憲法を変える年にしようとしています。

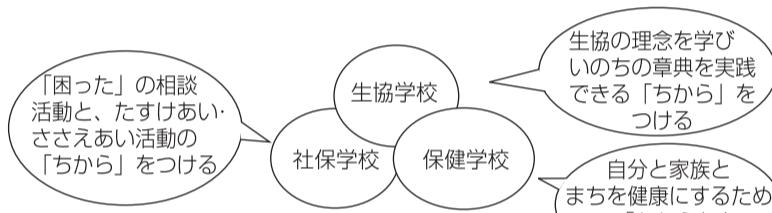
「戦争ができる国づくりではなく社会保障を充実し、平和で安心して暮らせる社会をめざしてともに力を合わせていきましょう。」とのアピールが読み上げられ、拍手で採択されました。

【2019年度重点課題】

1. 重点課題概要（大要）

1. 医療・介護事業と地域の

たすけあい・ささえあい活動をすすめます。

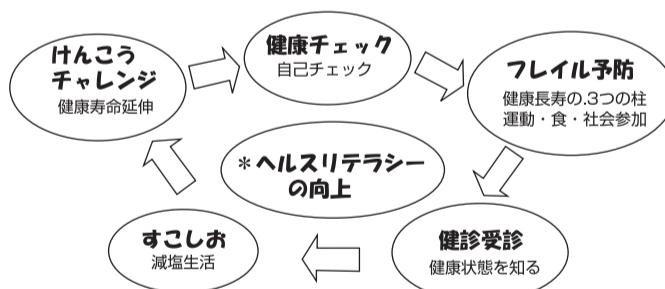


★支部・・・組合員一人ひとりが、地域の中の「窓口」となり、「困った」を聞いたたら、医療生協に知らせる役割を担う。

★事業所・・・「困った」を受け止める「窓口」となり、医療・介護事業・生活支援活動につなげる役割を担う。

★組織部・・・支部と事業所をつなげる役割（地域コーディネート）を担う。

2. 地域で身近なネットワークをつくり、くらし安心、健康なまちづくりをすすめます。



*ヘルスリテラシーとは
健康情報を収集し、理解し、評価し、活用するための知識や意欲、能力のこと（健康を決める力）。

3. 理念、ビジョン、いのちの章典を実践する人づくりをすすめる。地域・職員組合員が「ともに学び・育ちあう」人づくりをすすめる。

「コムコム」「いつでも元気」の定期購読を広げる。

2. 組織づくりの取り組み

仲間ふやし	500人
出資金ふやし	2000万円 積み立て増資者を増やします。
班づくり	30班
担い手ふやし	手配り1人10部内をめざします。 手配り率100%をめざします。 運営委員や支部行事等の担い手を増やします。
大腸がん検診	自治体大腸がん検診（福山・府中） 3000件

6月22日（土）神辺文化会館にて第39回通常総代会が開かれました。うち、本人出席97人、ほかオブザーバー、役員、職員の120人の委任状出席22人、総理事より1号議案から5号議案までの提案・報告がありました。活動のまとめ、2019年度事業計画・予算決定、役員選任など、満場一致で可決されました。討論では、各支部の取り組みが発表されました。月1回、或いは週1回、食事を作ったり、いきいき百歳体操をしたり、グラウンドゴルフやおしゃべり会など多彩な取り組みの発表でした。城北診療所の宅和医師から患者数に対して医師が足りない、今後も医師獲得に向けて取り組むとの話がされました。



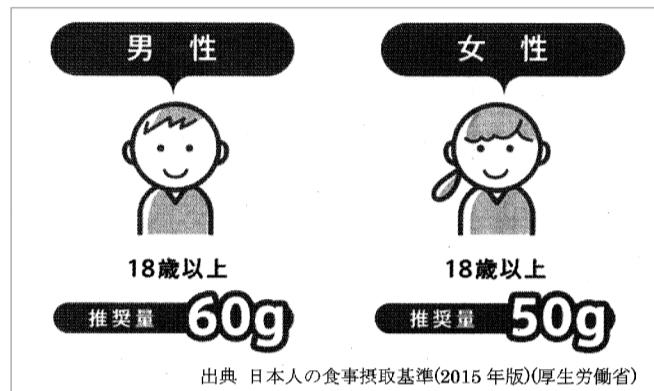
3. 事業活動

- ①城北診療所・・・地域に選ばれる診療所づくりをしていきます。医療生協運動・民医連綱領を担う後継者育成を行っていきます。無料定額診療事業の検討を行います。
- ②ふれあい診療所・・・引き続き医師確保に全力で取り組んでいきます。無料定額診療事業の検討を行います。2階の活用・事業化に向けて引き続き検討します。
- ③介護事業・・・新築された在宅介護センターを地域の方々の拠り所になれるよう、無差別平等の立場で地域と連携し、様々な活動に取り組みます。

1日に必要なタンパク質

厚生労働省が出している日本人の食事摂取基準(2015年)では、**男性は60g/日、女性は50g/日**(18歳以上)を推奨量としています。例えば、鶏もも肉90g(14.7g)、鮭1切れ(17.8g)、納豆1パック40g(6.6g)、絹豆腐100g(4.9g)、卵1個(6.2g)、牛乳200ml(6.6g)を1日の中で食べると約60g近くのタンパク質を摂ることができます。

* () 内の数字はタンパク質含有量を示しています。



「けんこチャレンジ2019」頑張っていますか？

大人用 中学生以上

「食」「運動」「心の健康」「生活習慣」など6つのジャンル、20のコースから選んで、7月～10月のうち30日間または60日間のチャレンジ。

報告カード提出の方の中から抽選で粗品を進呈。

キッズ用 小学生以下

うれしいことに参加人数が毎年増えています
今年度は、6小学校（引野・日吉台・南・樹徳・加茂・熊野）で低学年中心に1600名に配布。

幼稚園・保育所（めばえ・平野・道上・ひよこ・たんぽぽ・東深津）で1000名に配布。

「歯磨き」「早寝早起き」「お手伝い」「外で遊ぼう」など8つのチャレンジ目標から選んで、7月～10月のうち30日間チャレンジ。去年に続き今年も頑張っているかな？
けんこうチャレンジパンフレットご希望の方は組織部までお問合せ・組織部Tel.999-9900 報告書提出は11月30日必着

今年度も充実していた 健康寿命を延ばす学習会

支部、班会で取り組んでみませんか？



バランスのとれた献立、塩分1食2g未満に挑戦（石井管理栄養士）（駅家公民館）



肩胛骨を広げる筋力アップなどの運動（高垣理学療法士）



口腔ケア、唾液マッサージなど（植村歯科衛生士）

夏休み子ども企画



7月23、30、8月20日 3回行いました。
宿題や夏休み工作も出来ました。特にカレーライスがおいしかった！



7月31日、8月21日 2回行いました。
宿題を済ませ、おいしいカレーを食べた後は、野球・卓球・ピアノ・的当てゲームなどで楽しんだ。

7月16日（火）～17日（水）中四国ブロック組合員活動交流集会開催 431名の参加者が広島で熱い交流！！

中四国ブロック組合員活動交流集会が、グランドプリンスホテル広島で開催されました。福山医療生協からは30名が参加しました。オープニングは、社会福祉法人「あさみなみ」によるパーカッション演奏で幕を開けました。石原実行委員長の挨拶。アーサービナード氏による講演。アーサービナード氏は、日本語に導かれて来日され、実際に原爆の落とされた広島の歴史に触れる中で、原爆投下の真実につきあたったお話をされました。そのほか、職員による平和学習や、西日本豪雨災害復興から1年間の取り組みの報告がありました。夕食交流会では、福山医療生協はトップバッターで、参加者全員による「恋するフォーチュンクッキー」の踊りを披露しました。みんなで揃えたコスチュームに「かわいい！」と大好評でした。2日目は、班づくりや健康づくりなどの分科会や移動分科会で、中四国の各生協のたくさんの取り組みを学び、有意義な2日間でした。2日間とも全体会司会は福山医療生協の故山洋子理事と

城北支部の植村敦子支部長が担当し、スムーズな進行で交流会の成功に貢献しました。また、広島現地実行委員会として、書籍の販売や分科会の現地担当など役割を担いました。



アーサービナードさんの紙芝居



歓迎記念撮影でにっこり



城北植村支部長さんと故山理事



「恋するフォーチュンクッキー」の踊り

転居及び氏名変更、お亡くなりになられた場合、お届けしていません。二部届いている方はお知らせください。
本誌は一世帯に一部お届けしています。二部届いている方はお知らせください。
組織部（電話084-999-9900）までご連絡ください。

