世界の宝「憲法9条」を守ろう！

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11,930人　出資金3億7,759万6千円（2022年7月31日現在）
新加入者78人　増資者778人（4/1～7/31）
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
●1部10円（組合員の購読料は出資金に含まれています）

福山夏祭り　花火大会22年8月15日

2022年 福山医療生活協同組合 第42回 通常総代会

2022年6月25日（土）、広島県立ふくやま産業交流館において、福山医療生協第42回通常総代会を開催しました。今年も新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、書面議決書を推奨し、当日は、総代総数120名のうち、本人出席（支部代表1名）15名、書面議決書105名の参加で、第1号議案～第5号議案まで、すべての議案が賛成多数で可決されました。

支部代表総代による採決の様子

挨拶に立つ服部融憲理事長

議案提案する乃美康志専務理事

議長を務めた藤田妙子総代

理事長挨拶

情勢を踏まえて、班会を中心に、自分たちのいのちと健康を守っていこう

あいさつの冒頭で今情勢に触れました。昨年10月、広島出身の岸田政権が誕生し、骨太の方針（経済財政運営と改革の基本方針）を出しましたが、内容は社会保障をすべてつぶしていく方針であり、高齢者の負担増、介護保険給付の削減等が出されています。岸田首相は当初、アベノミクスは失敗だったと言いながら、安倍元首相の掲げた骨太方針と内容は何ら変わっていません。格差の拡がり、社会保障の削減が一層大きくなっています。また、コロナ感染拡大でわかったことは、保健所が減らされたことにつきます。必要なのは、保健所を増設し、感染者をなくすことです。この状況下、岸田首相は、国防予算をGDP（国内総生産）比2％以上を目指し、あらたに防衛費5兆円を増やそうとしています。こんな情勢の中での通常総代会です。社会保障制度の改悪等については、私たちの地域で、反対の声を大きく上げていきましょう。そして班会を中心として、私たち自身で、「いのちと健康を守る」ための取り組みを大きく広げていきましょうと呼びかけました。

議案提案

コロナ禍が続く中で、事業継続できたことが何よりの成果

乃美専務理事より、第1号～第5号議案の提案がされました。

1号議案の経営面では、経営剰余が目標とする必要利益には届きませんでしたが、コロナ感染が長引く中、職員は感染の不安とたたかいながら医療と介護を必要とする患者・利用者様にサービスを提供し、事業が継続できたことは何よりの成果であったと報告。2021年度の福山医療生協活動のまとめでは、支部結成後初めてとなる班長会の開催、支部独自で初めての訪問行動、つながりを深めるための「ここが居場所・つながろう会」の開催等、コロナ感染が拡がる中で、各支部がそれぞれ様々な工夫を凝らして活動ができた1年であったことを振り返りました。

さらに、生活支援のとりくみ「食料&日用品無料広場」の開催で、「コロナ禍で仕事がなくなった」「お金がなく、生活が苦しい。」などの切実な声を聞き、生活相談・介護相談や健康相談につながったこと、他団体との連携で協力の輪が広がり、福山医療生協だけではわからなかった地域の実情が見えてきたことなど、生協主体で取り組めたことは大きな意義があったと報告しました。

続いて、加納監事より、監査報告がありました。付け加えとして、「昨年度もコロナ禍で厳しい条件の中で、組合員・職員の皆様の努力で成果が表れていると思います。その中で、今医師問題を含めて厳しい状況にあるけれども、その時期だからこそ、ひとりぼっちをなくすこと、あるいは、患者・受診者に対しての言葉かけにひと工夫が加われば、さらによいのではないか」と添えました。

すべての議案提案後、補足として、あらかじめ書面議決書にて質問・意見が出されたものについて、乃美専務理事より回答を行いました。その後、各議案に対して採決を行い、すべての議案が採択されました。

城北診療所
所長山崎医師

福山医療生協の存続のために、持続可能な形を皆さんと一緒に考えていきたい

宅和医師が亡くなり、診療所の所長交代の状況になりました。

ここ数年思っていることは、SDGsという言葉を流行りのように耳にしますが、持続可能な社会をつくろうということについて。福山医療生協の持続可能な形はどういう形だろうか、とよく思います。運動体では、担い手の方々が高齢化していて、若い担い手をどうやってつくっていくかということがひとつ。事業でいいますと、診療所では常勤医師が減り、パート医師に支えてもらっている中で、2つの診療所をどういう風に運営していくのか、持続可能な形は何なのかと考えますけれども、答えは出ないんです。こうありたいという理想はあっても、理想と現実のギャップが大きすぎるものですから、最良の答えが出ないんです。それでも持続可能にしていくにはどういう形が今の最善なのか、皆さんと一緒に考えていきたいと思いますのでよろしくお願いいたします。

7月から福山医療生協に着任の藤原秀文医師

「若い医師にきていただけるよう尽力したい」と抱負

1986年、城北診療所の所長となり、1994年まで福山医療生協で所長として勤務しました。1994年6月の総代会をもって広島中央保健生協福島生協病院に転任しました。この度、65歳を迎え定年退職し、7月から福山医療生協に移籍させていただくことになりました。福山医療生協で何ができるのかまだわかりませんが、山崎所長を手伝い、若い医師の配置ができるよう努力をしていきたいと思っております。城北診療所、ふれあい診療所両方で勤務しますのでどうぞよろしくお願いいたします。

2022年度の重点課題（議案提案より）

（1）【健康づくり・まちづくり】

感染予防対策を徹底して、「つながりを絶やさない」とりくみをすすめ、より身近な範囲での安心のネットワークを強化します

◇「すこしお（すこしの塩分ですこやかな生活）」のとりくみ強化
　フレイル・オーラルフレイル予防、けんこうチャレンジのとりくみ
◇気にはかけても干渉しない「ゆるやかなつながり」を広げる
　SNSの活用で、幅広い世代に働きかけを行う
◇生活支援のとりくみ、訪問や電話による対話、なんでも相談窓口、事業所での声かけ等で「くらしの困った」に寄り添う
◇仲間ふやし、つながる居場所（班）づくり、担い手づくりをすすめる

（2）【人づくり】

ともに学ぶ視点で地域組合員と職員組合員の相互の状況を共有し、ともに組合員として「医療福祉生協の2030年ビジョン」の実践をすすめます

◇ブックレット「医療福祉生協の2030年ビジョン　誰もが健康で居心地よくくらせるまちづくりへの挑戦」を学習し、自生協のビジョン・中長期計画に活かす
◇人材確保と職員育成をすすめる

（3）【社会づくり】

誰一人取り残されない社会の実現をめざします

◇日本国憲法、社会保障を学び、平和と民主主義を守る運動
◇気候危機に対しての学習と具体的行動
◇SDGsを学習し、身近にできるところから取り組む

（4）【事業・経営】

「総合力と連携」の視点で自生協の持つ資源を再確認し、組合員や地域から求められる事業の強化と見直しをすすめ、持続可能な事業を追求します

◇事業の質の向上と選ばれる事業所づくり
◇事業の発展・継続のために、必要利益目標の実現
◇地域のポジショニングをふまえた事業の強化と見直しについて、組合員に丁寧に説明・理解を得ながら急務の課題としてすすめる
◇安心して働き続けられる職場づくり

憲法はわたしたちの羅針盤　福山医療生協は、いかなる戦争にも反対します。また、憲法9条改正には断固反対します！

ふれあい地域で

第1回食料＆日用品無料広場開催！

みんなの家どんどんでは臨時開催！

7月28日(木)ふれあい診療所駐車場で、たすけあいの会と備後の里の協力、各支部から多くのボランティアの参加で、第１回食料＆日用品無料広場を開催する事が出来ました。会場に来れない方の自宅にお届けしたのを含めて47名分を配布しました。今回、平成大学の学生さんが医療生協のフェイスブックを見て、生活支援の取り組みを知りたいと、準備から片付けまでお手伝いいただきました。また、平成大学学内のポスターを見て、福祉健康学部福祉学科の教授が学生を連れて来場、乃美専務理事、宮澤組織部長と短時間懇談しました。次の日に「困難を抱えている学生の把握と支援について、情報共有し一緒に取り組めればありがたい」とのメールが届きました。ふれあい地域で初めての取り組みでしたが、広報活動をしていく中で平成大学や地域包括支援センターと新たなつながりが出来ました。今後に活かしていきたいと思います。

ふれあい地域の様子

◀城北地域の様子

ふれあい地域、始まる前にボランティア・職員でハイポーズ！前列真ん中は平成大学4年生のＹさん

翌日の7月29日(金)には、みんなの家どんどんにて城北地域第7回目の食料＆日用品無料広場を臨時開催しました。臨時という事で広く案内はしませんでしたが、25名が来場しました。後日、来られた方から、「助かっています」とお手紙をいただきました。

今回は2ヶ所での開催でしたが、皆様にご協力いただき、無事終えることが出来ました。事前準備や当日のお手伝いをしてくださった皆様、支援物資やカンパにご協力いただいた皆様に御礼申し上げます。

引き続き、支援活動を継続していきますので今度ともよろしくお願いいたします。今後も継続していくため、皆様からのお米、保存可能な食料品や寄付金等を募っております。ご協力よろしくお願いいたします。

（衣類・鞄・食器等は、汚れのひどい物、破損のあるものはご遠慮ください。）**【お問合せ・連絡先】福山医療生協組織部　084-999-9900**

介護カフェ開催しました！

7月12日(火)みんなの家どんどんで、介護カフェを開催しました。今回は福山市初期認知症支援チームからお二人講師に来ていただきました。認知症についてのお話の後、二つに分かれてグループワークを行いました。現在介護をされている方、認知症の家族を介護された経験のある当事者同士が、グループワークでお互いの悩みを話されながら意見交流をしました。講師のアドバイスだけでなく、皆さんが話しやすい雰囲気で、参加者同士の交流が出来ました。「悩みが出し合えた」「また集まりたいね」との声があがりました。講師の方のお話も分かりやすく、今回だけでなく次回開催にもつなげていきたいと思います。9月はコロナ感染状況により中止になりました。次回は11月に開催予定です。詳細は後日お知らせいたします。

あしな支部健康カフェ開催

あしな支部では、7月20日(水)午後2時より、ふれあい診療所2階にて第2回健康カフェを開きました。

城北支部の横山若根さんのご指導で音楽にのって楽しく身体を動かしました。最初に「北国の春」、それから「それ行けカープ」、輪になって「炭坑節」も踊りました。最後に「ドンパン節」を習いました。身体が軽くなったような元気で長生きできそうな楽しい音楽体操です。前回に続いて、みんなでロングピロピロもやりました。10秒でふいて！2秒とめて！3秒で戻す！今回は8回がんばりました。パーテンション越しではありましたが、ゆっくり水分を取りながら談笑。繋がりを再確認して、健康カフェ2回目を終えました。15名の参加でした。

次回は9月21日(水)の予定です。ご参加お待ちしています。

ロングピロピロ

特別割引キャンペーン

2023年3/31まで　通常価格600円を500円で販売

オーラルフレイル予防、口元のたるみ、腹式呼吸に効果絶大な「ロングピロピロ」。これまでたくさんの方にご購入いただきました。今後もさらに多くの方に広めていくために、2023年3月31日まで、500円での販売が始まりました。この機会に、新規購入や買替えはいかがですか？

些細なお口の衰えがフレイルの入口です。むせる、食べこぼし、滑舌が悪くなる、そんな状況はありませんか？体の筋肉が落ちると口や喉の周りの筋肉も衰えます。ロングピロピロは、昔懐かしい吹き戻し(ピロピロ)と動作は同じですが、最長で約１ｍ伸びるため吹込みにかかる負荷も大きく、呼吸筋・腹筋・口腔周囲筋・肺活量トレーニングに効果的です。毎日続けられるオーラルフレイル予防で健康寿命をのばしましょう。

【ご注文・お問合わせ先】福山医療生協　組織部　084-999-9900

【健康づくり委員会より】

みなさん、けんこうチャレンジはすすんでいますか？私たちもチャレンジしています。

・きちんと毎回チェックシートに記録をつけているから続けられる！！
（健康づくり委員長　故山洋子）

・頬の筋肉強化の為、あいうべ体操とロングピロピロにチャレンジ中です！
継続するって難しい～。（組織部　徳井めぐみ）

締切は11月30日。まだ参加されていない方は是非ご参加ください。

【お問合わせ先】福山医療生協　組織部　084-999-9900

福山医療生協の平和のとりくみ

折り鶴を原爆の子の像に献納（コロナ禍で３年目）虹のひろば・原水禁世界大会もWebで参加！

貞子像に折り鶴を献納

8月4日（木）、職員のみで折り鶴を、広島平和公園内の原爆の子の像に献納しました。３年連続のコロナ禍で、「虹のひろば」に現地参加出来ないため、デイサービスすみれの利用者が折った鶴や、各支部班会で折った鶴を献納しました。

組合員さんから、早くコロナ感染が収束し、みんなで「虹のひろば」に参加して、自分たちで献納したいと託されました。

支部からの折り鶴

「虹のひろば」8月5日（金）ふれあい診療所２階にて、12名がＷｅｂ参加しました。「このすばらしい取り組みを多くの方に見ていただきたいです。広島の願いがロシア・ウクライナに届いて、今の惨状が早く収まってほしいです。」「平和について家族や若い人たちともっともっと話し合いたいと思いました。」「クラリネットの演奏、大筆のパフォーマンス、被爆証言、虹のコーラスの歌声等素晴らしかったです。」等の感想が寄せられました。

「原水禁世界大会ヒロシマデー集会」８月６日（土）みんなの家どんどんにて11名がＷｅｂ参加しました。「平和を考える良い機会となりました。」「核兵器をなくそうという世界のうねりや、禁止条約をしっかり受けとめる国が増えたのに、日本政府の行動がとても情けなく感じました。」「平和運動を続ける決意をしました。」等の感想が寄せられました。

すこしお生活　今月のメニュー

里芋と卵のごまマヨサラダ

1人あたり・224 kcal
・塩分 0.55 g

〈材料〉（2人分）

- 里芋 …… 200g
- 卵 …… 1個
- きゅうり ……1/2本
- 黒こしょう …… 少々

〔調味料〕
- マヨネーズ……大さじ2
- 味噌 …… 小さじ1
- 白すりごま ……大さじ1

〈作り方〉

① 里芋は皮をむき一口大に切り、塩（分量外）をまぶしてよくもみ、水でぬめりを洗い流す。
② 里芋は火が通るまで茹で、水で洗い水気を切っておく。
③ きゅうりは輪切りにし、塩（分量外）でもみ5分置いて、水気を絞る。
④卵はゆで卵にし、食べやすい大きさに切る。
⑤ボウルに[調味料]を全て入れ混ぜて、里芋、きゅうり、ゆで卵を入れ和える。
⑥皿に盛り、お好みで黒こしょうをふる。

「ねっとりホクホク ♥ 旬の里芋サラダ」

石井管理栄養士

シリーズ　医療介護の現場から　⑧

今、介護の現場では人員不足が大きな問題になっています。日本では、介護を必要とする人口が増加しているにもかかわらず、労働者が減少しており、介護現場ではほかの業種に比べて人材不足が加速しています。2021年7月に、厚生労働省が公表した介護保険事業計画に基づく介護職員の必要数は、2025年度には約32万人、2040年度には約69万人を追加で確保する必要があるとされました。

人員不足は、福山医療生協の事業所も例外ではありません。この二年以上のコロナ禍の中で感染対策に神経をすり減らしながら、医療も介護も、質を落とさないようにと職員一同頑張っています。そんな中で、病気休職や、定年、高齢のため退職する職員等が重なり、現在も人員不足に拍車をかけています。継続して求人をしていますが、ハローワークからの紹介はなく、民間の人材紹介会社に頼らざるを得ない状況が続いています。そして、人材紹介会社の医療・介護の職員採用費が広告料を含め、この五年間でなんと1,250万円にものぼっており、福山医療生協の大きな財政負担となっています。

そこで、組合員の皆様にお願いです。ヘルパーや介護福祉士の資格をお持ちの方はいらっしゃいませんか？ご家族やお知り合いの方で資格を持っておられる方をご紹介いただけませんか？お心当たりの方がいらっしゃいましたら是非お声かけください。また看護師さんの情報も教えてください。

福山医療生協の事業所を存続させ、より良い医療・介護ができるように組合員皆様のお力を是非ともお寄せください。よろしくお願いいたします。

連絡先：福山医療生活協同組合 本部
TEL.084-973-2280

～福山医療生協ＬＩＮＥ　友だち募集中～

【登録方法】
右記のＱＲコードで友達登録してください。
福山医療生協の医療・介護事業所や組合員活動、健康づくり等の情報をお知らせしています。
ぜひ、登録お願いします！

診療所からのお知らせ

■城北診療所　☎084-923-8161

診療科目/内科（予約は午前8時30分から受け付けています）

	月	火	水	木	金	土
午前 9時～12時（予約制）	藤原	廣川	山崎	山崎	藤原	交替
	瀬尾	水谷	水谷	水谷	水谷	
		瀬尾	磯田	瀬尾	瀬尾	
午後 16時～18時	山崎	瀬尾	休診	佐々木	休診	休診
	藤原	藤原		山崎		
		心療内科 13:30～ 完全予約制				

※健診は16時30分までの予約制です。
※栄養相談　午前9:00～12:00（金曜日は第1、3、5）
　　午後 月・火・木（詳しくはお問い合わせください。）
※法律相談　偶数月の第2水曜日14:00～（要予約）

■ふれあい診療所　☎084-976-4334

診療科目/内科（予約は午前8時30分から受け付けています）

	月	火	水	木	金	土
午前 9時～12時（予約制）	廣川	磯田	廣川	廣川	廣川	休診
		藤原				

※栄養相談　第2、4 金曜日 9:00～12:00（要予約）
※法律相談　奇数月の最終の火曜日14:00～（要予約）
※午後の診察はありませんが事務所は開いています。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊ 介護の相談は ＊＊＊＊＊＊＊＊＊

しあわせ居宅介護支援事業所	921－6453
訪問看護ステーションしあわせ	973－6456
ヘルパーステーション城北	973－6455
デイサービスすみれ	973－2218
看護小規模多機能しあわせ	921－5511

たすけあいの会

TEL080-6340-4479

くらしの困り事をお互いさまの気持ちで支援しています。

・室内掃除・ごみ出し・庭掃除・買物・付添・草むしり・草刈り
・庭木剪定・樹木伐採・墓掃除・簡単な引越し・網戸張替・電球取り換えなど

活動会員募集中！

あなたがお持ちの特技・知識・機械・時間などを、いま困っている人のために使いませんか？
【お問合せは】　携帯電話
080－6340―4479（西澤）まで

お楽しみクイズ?

問題1
1～9までの数字を配置して、すでに入っている数字を手掛かりに足し算を成立させて下さい。
同じ数字は1度しか使えません。

	1	□	4
＋	□	5	□
7	□	3	

問題2
正しい式になるように、○に数字を入れてください。

8×○－14＝○×6

【応募方法】
◇郵便はがきまたはEメールで、答え・郵便番号・住所・氏名・年齢を明記の上ご応募ください。
〒720-0082 福山市木之庄町3-6-5　福山医療生協・組織部　電話：084-999-9900
Eメール：sosiki@fico-op. jp
◇正解者の中から抽選で2名の方にクオカードをお送りします。
◇医療生協や健康への思い、日常生活の身近な出来事などお書きください。紙面で紹介させていただくことがあります。ご了承ください。
締切：2022年10月10日消印有効

【6月の正解と当選者】
正解　① 春　② 冬
たくさんのご応募ありがとうございました。
正解者の2名の方にクオカードをお送りしました。
光南町　K.Y様　　引野町　N.Y様

【7・8月合併号の正解と当選者】
正解　① 日　② 内
たくさんのご応募ありがとうございました。
正解者の2名の方にクオカードをお送りしました。
駅家町　K.H様　　府中市　M.T様

【読者の声】
・現在医療生協のイベント等参加させてもらってますが90才過ぎた方も来られているので元気をもらっています。心身の健康が大切と思っています。
・暑さにもコロナにも負けず元気でいきましょう。