

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11,327人 出資金3億4,248万6千円（2025年8月31日現在）
新加入者95人 増資者1,137人（4/1～8/31）
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



2025年度 福山医療生協 生協強化月間

誰もが健康で居心地よく暮らせるまちづくりをめざして
～つながろう！ひろげよう！ともにつくる協同の“わ”～

2025年度10月1日（水）～11月30日（日）は生協強化月間です。

生協強化月間とは、「消費生活協同組合法」が1948年10月1日に施行されたことを記念し、医療生協の魅力を一人でも多くの地域の方々へお伝えし、利用や参加につなげて、安心して住み続けられるまちづくりの推進を目指す活動です。

福山医療生協は、地域組合員と職員組合員が一緒に力をあわせ、誰もが楽しく参加できる月間をめざします。

① つながろう！の取り組み

◇支部は、班や居場所の価値を再認識し、まだ組合員活動に参加したことのない組合員さんに広く呼びかけ、医療生協を知ってもらい、新しい人をどんどんお誘いしましょう。

◇職員は支部の行事や班会に参加して、組合員活動の魅力に触れ、良さを体験しましょう。

② ひろげよう！の取り組み

◇地域訪問行動を地域組合員と職員組合員の協同で行い、日常の困りごとや暮らしの中の要求をお聞きして、福山医療生協の新たなとりくみにつなげていきましょう。

◇健診を積極的におすすしめし、地域に健康づくりの“わ”をひろげましょう。



地域の医療を守ろう！！
～安心して医療を受けることができる社会に～
＝ぜひ、署名にご協力ください＝

私たちが安心して暮らすためには近くに病院や診療所があることがとても大切です。けれども今、物価の高騰や人手不足に加えて、社会保障の費用が削られていることで、多くの医療機関が経営的に厳しい状況におかれています。日本医師会・6病院団体は、「このままではある日突然病院がなくなる」「地域医療は崩壊寸前」と警鐘を鳴らしました。

現状のままでは「かかりつけの病院がなくなる」「必要なときに診てもらえない」そんな地域が増えてしまうかもしれません。

そこで、地域の病院や診療所を守るために、国による支援を求める署名を集めています。ご協力よろしくお願いいたします！！

署名用紙を生協だよりにはせ込んでいます。ぜひ、ご家族やご近所の方にもお声掛けいただき、署名にご協力ください。城北診療所（木之庄町2-7-2）、ふれあい診療所（駅家町万能倉96-3）、在宅介護センター城北（木之庄町3-6-10）もしくは、組織部（木之庄町3-6-5）にご持参いただくと助かります。また、組織部（Tel.084-999-9900）より回収に伺うこともできますのでご連絡ください。「もっと署名できます！」の連絡もお待ちしています！！

地域の医療
を守ろう2025年は国際協同組合年です
テーマは「協同組合はよりよい世界を築きます」

国際協同組合年

協同組合はよりよい世界を築きます

2025年は、2012年に続き2回目の「国際協同組合年」として、協同組合の活動を推進する年です。国連は、協同組合が持つ平等、公正、連帯という価値がSDGsの実現に貢献できると高く評価し、協同組合の事業や活動に期待が寄せられており、「国際協同組合年」を通じて協同組合の認知を高め、発展を支援し振興するよう、政府や関係機関に呼びかけています。

けんこくチャレンジは続けていきますか？



報告カードの提出メ切は11月30日です。パンフレットをお持ちの方はチャレンジして期日までに忘れずにご提出ください。二次元コードでの報告も可能です。報告がお済みの方も健康づくりのために継続していきましょう！！

すこしお生活 今月のメニュー

里芋の肉じゃが風

1人当たり・276 kcal
・塩分：1.4 g (※煮汁は残す)

〈材料〉 (2人分)

- ・里芋……中4個(200g)
 - ・牛肉……………150g
 - ・玉ねぎ……………1/2個
 - ・生姜……………少々
 - ・小葱……………適量
 - ・ごま油……………小さじ1
 - ・だし汁……………適量
- 〔調味料〕
- 〔醤油……………大さじ2
 - 砂糖……………大さじ2
 - 酒……………大さじ2
 - みりん……………小さじ2



〈作り方〉

- ① 里芋は皮を剥き、一口大に、玉ねぎはくし切りに、生姜は千切りに、小葱は小口切りにする。

- ② フライパンにごま油を入れて熱し、生姜を炒め、香りが出たら、牛肉を入れて炒める。牛肉に火が通ったら、里芋、玉ねぎも入れて軽く炒める。
- ③ ②に〔調味料〕を入れ、出し汁をひたひたになるまで入れ、火にかけ沸騰したら蓋をして弱火で10分程度煮る。
- ④ 蓋を外し、中火で煮汁が半分になるまで約10～15分煮詰める。
- ⑤ 皿に盛り、小葱を散らす。

コメント：「牛肉の旨味がしみ込んだねっとりホクホクの里芋がたまらない！」
石井管理栄養士

公式アカウント～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)	山崎	松隈	山崎	山崎	山崎	交替
	松隈	水谷	松隈	水谷	水谷 (第2・4のみ)	
			水谷		松隈	
			磯田			
午後 16時～18時	山崎	松隈	休診	佐々木	休診	休診
	藤原	藤原		山崎		
		心療内科 13:30～				

※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 (火曜日は隔週、金曜日は第1、3、5週)
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)	藤原	藤原	休診	休診	藤原	休診
		磯田				

※栄養相談 火曜日：隔週、金曜日：第2、4 週目 9:00～12:00 (要予約)

※法律相談 奇数月の最終金曜日14:30～ (要予約)

※休診日は職員が不在の場合がありますので、来られる前にお電話ください。

***** 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

【お詫びと訂正のお知らせ】

9月号2面の「2025年度おいしく長生きのまちづくり研修会のお知らせ」の中で、備後の里の住所が間違っていました。正しくは、「駅家町万能倉96-1」です。また、「高齢者帯状疱疹予防接種についてのお知らせ」の中のと表で、期間の曜日が間違っていました。正しくは、「3月31日(火)」です。お詫びして訂正いたします。

『出資金残高通知書』はがき発送のお知らせ

日頃より、福山医療生協の活動にご協力いただき、心より感謝申し上げます。さて、組合員の皆さまには、年に一度の「出資金残高のお知らせはがき(2025年8月31日現在)」を一斉送付(10月1日頃より順次発送)いたします。お手元にはがきが届きましたら、内容のご確認をお願いいたします。変更やご不明な点等ございましたら、お手数ですが、下記までご連絡ください。よろしくお願いいたします。

◆◆◆ 各種お手続きについて ◆◆◆

《住所・氏名・電話番号が変わったとき》

*詳しくは、残高通知書はがきの裏面にある「住所変更のお手続きについて」をご覧ください。

《亡くなられたとき》

*脱退の手続きが必要です。できればご家族様への名義変更手続きをお願いいたします。

《県外へ転居されるとき》

*脱退の手続きが必要です。

【お問い合わせ先】福山医療生活協同組合 本部

〒720-0082 福山市木之庄町2-7-2

TEL：084-973-2280 FAX：084-926-3080

組織部で財政活動やってます

中四国ブロック組合員活動交流集会in米子に福山医療生協から4名参加します。参加費用を捻出する目的でアルミ缶の回収を行っています。

組織部に持って来てくださると大変ありがたいのですがお電話いただければ回収に伺わせていただきます。

組織部(084-999-9900)までご連絡ください。

ご協力よろしくおねがいいたします。



お楽しみクイズ?

Q1. バラバラ言葉

ある2つの乗り物の名前をバラバラにして並び替えたら、3つの言葉になりました。もとの2つの乗り物は何でしょう？

腕(ウデ) 気品(キヒン) 車庫(シャコ)

Q2. しりとりで並んでいる言葉の共通部分が○△□◇になっています。(例えば「えすえ○ろしき」なら○には「ふ」が入る) ○△□◇に入る文字を入った順番に並べたら、どんな言葉になるのでしょうか？

いぶん○たぐる△めちし□ゅう◇ーぐ

【7月8月合併号の正解と当選者】

正解 ① ○＝ク □＝ン ② ○＝テ □＝キ

たくさんのご応募ありがとうございました。

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した。

春日池 I.K様 駅家町 M.Y様

【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 福山医療生活協同組合・組織部

電話：084-999-9900 Fax：084-999-9901 Eメール：sosiki@fico-op.jp

Eメールの場合、住所・氏名がない方が多いです。正解しても抽選から外れますのでご注意ください。

* 締切：2025年11月10日消印有効

◇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。

【読者の声】

ある日の新聞記事で全国の病院の7割が赤字で病院の倒産が相次いでいることを知りました。良質の医療が絶えることなく存続していくためにできることは何か私にはわかりませんが、もっと話題になっていけばいいなと思いました。暑すぎる夏、元気でのりきるために出来ることをしようと思っています。

数カ月前から“Coke ON”というアプリをダウンロードしてから毎日出来るだけ1万歩歩くようになりました。仕事に行くのも1週間に1度は車ではなく歩くようになりました。何気なく始めた事が、こんなににもやる気を出せるとは思いませんでした。少し健康上々。

毎日暑いです。交流館で涼み卓球楽しんでます。