

要予約 無料法律相談

12月16日(月)11時~12時半

担当/山口第一法律事務所 横山 詩土 弁護士

1月17日(金)14時~15時半

担当/山口第一法律事務所 内山 新吾 弁護士

場所 生協ふれあい会館2階「相談室」 ☎0836-34-2510

健康のひろば

健康をつくる 平和をつくる いのち輝く社会をつくる



発行 医療生活協同組合健文会

発行責任者 専務理事 山村 義晴

医療生協健文会現勢 2024年10月31日現在

- 組合員..... 18,745人
- 出資金額..... 591,511,000円
- 平均出資金額..... 31,556円
- 支部数..... 23支部
- 登録班数..... 189班

住所変更等ありましたら、まちづくり組合員活動支援部までご連絡ください

〒755-0005 宇部市五十目山町16-23
TEL 0836-33-6644 FAX 0836-33-6651
https://www.kenbunkai-yamaguchi.jp

定款地域(活動する地域)・・・山口県全域

24年度

誰もが健康で居心地よくくらせるまちづくりへ 健文会・生協強化月間後半(11月)

健文会創立50周年のなかで迎えた生協強化月間は、この間、支部では秋のお楽しみ行事やウォークイベント、職員とともに地域に出かけ顔の見える訪問対話、地元イベント行事でのまちかど健康チェック、きつずチャレンジを通じた学校との関係づくりなど、積極的なとりくみがおこなわれています。これからも支部を越えた交流や自治会や行政との幅ひろい連携をつくって、あらたなつながりをひろげましょう。



10/23(水) 小野田中央支部で「日帰りバスツアー」

山陽小野田地域の組合員さん46名が参加し、ココランドバスツアーに行きました。今回の企画は月間の目玉企画として位置づけ、支部を越えた交流の機会になりました。増資協力もたくさん寄せられました。

一斉統一訪問行動でひろがる協同のわ

11/9(土)、生協強化月間中の重点活動となる「一斉統一訪問行動」を各地で開催し、職員組合員、地域組合員がペアを組んで出かけました。宇部協立病院診療圏・西岐波エリア、生協上宇部クリニックエリア、生協小野田診療所・有帆エリア、生協下関歯科エリア、山口市エリアなど、事業所周辺の組合員、

地域住民と対話しました。暮らしのお困りごとを伺ったり、事業所活動や支部活動の紹介をおこないました。出された要求については今後、フォローし改善につなげていきます。あらたに機関紙配布の手配り協力、出資協力、仲間を増やす機会になりました。



宇部市



山陽小野田市



下関市



山口市

11/2(土) 秋吉台ウォークラリー中止のお詫び

健文会創立50周年記念行事(第2弾)として予定し、100名近い参加希望がありました。当日は、悪天候のため中止しました。また、次回にご期待ください。



おかげ様で健文会創立50周年

■ 経済的なご事情などで医療費のお支払いにお困りの方、「無料・低額診療事業」のご相談を受け付けています。

地域の イキイキさん

常盤支部 山本芳一さん



▲ガラス細工は微妙な温度管理が必要でとても繊細な作業

◆好きなことを 楽しむ
常盤ふれあいセンターでステキなガラス作品に出会い、作者の山本芳一さんにインタビュースせていただきました。地域の活動にも労を惜

まず活躍されてきた山本さんは、人に推され頼りにされる存在です。ガラス細工は独学ですが、研究熱心でとくに難しいものができたときの喜びは格別とのこと。「つくることは



面白い」とお話しされる山本さん。透き通ったガラスのよう な繊細なきらめきを感じます。次の目標は展示会に出す来年の干支だそうです。(取材 中野綾子)

通信No.17 ここって があったよかった!

「ここって」の支援員になりました

今度は支える側になって困っている方を支援したい

今年度、小野田中央支部の運営委員になり、食材支援活動や yori yori cafe(よりよりカフェ)などの地域活動に参加するようになりました。

ここっての活動は副支部長のYさんが熱心に支援活動をしておられ、運営委員会で話題に上がることがあります。

そんな時に大村理事から「松浦君もしてみたら?」と声をかけられたのをきっかけに参加することを決めました。体調を壊し大変なとき、多くの方に支えていただき元気になることができました。これからは自分がここって支援員として困っている組合員さんの支えになりたいと思います。

(小野田中央支部 松浦 正博)



※当会は30分400円、1時間700円(草取りは1時間900円)、1時間30分1,000円(運営費として100円を会に納入)で稼働しています。支援員の移動が片道3km以上を要する場合は、1回につき100円をいただきます。困っていることのご相談や支援の募集をしています。また、支援員の登録の仕方など、お気軽にお問い合わせ下さい。

まちづくり組合員活動支援部
☎0836-34-2510 平日9時~17時30分

10月13日 美祢支部

美東綾木神社「秋の大祭」に参加し知名度アップ!

美祢支部は地域のまつり参加で地域に医療生協を知ってもらおうと、昨年につづき、「綾木神社秋の大祭」でまちかど健康チェックを実施。まつりを盛り上げるため、握力測定大会を企画しました。



10月19日 常盤支部

常盤支部初!「海の家はら&ゆめタウンお買い物」ツアー

「お出かけ企画」を実施し14名の組合員が参加。今回のツアーには恩田地域から2名の参加もありました。老人会つながりで顔見知りだったこともあり、これをきっかけに支部を越えた交流も生まれそうです。



地域フラッシュ

10月15日 東岐波支部

キワラdeウォーキング

講師に理学療法士の山本さんを招いて、20名近くの参加がありました。最初にウォーキングスタイルを学び、「散歩とは違うのねえ」と感想がありました。



10月23日 琴芝支部

ときわ公園ウォーキング

宇部市ときわ湖水ホールに集合して、ときわ公園を1周しました。出発前に準備体操のストレッチをしました。バラの花も咲きかけていて、紅葉は少し先かな…。



10月18日 恩田西支部

がんこ結び班

独居の方を対象に弁当を配っています。今月は33食配りました。組合員さんの畑で採れた旬の野菜を使ってお弁当を作っています。



見初神原支部

タオル体操班

見初40区公会堂を借りて、偶数月にタオル体操をおこなっています。みんなで体を動かすのは楽しいです。終わったらポッチャをして楽しんでいます。



おかげ様で健文会創立50周年

■ 憲法 25条(生存権) 9条(平和主義) 13条(幸福追求権) が活きる社会の実現をめざします。

私の職場 宇部協立病院 地域福祉室メロス



大切にしているのは「個人の尊厳」と困難に向きあう方々への「人としての愛情」

悲しみを浮かべた瞳の中にたくさんの人生を見てきました。「社会的不利」や「不運」から力を失くした方にとって社会は厳しすぎます。自己責任にしないほんの少しの愛情があれば立ち上がることもできるのに、社会は人々にそのゆとりを与えません。

地域福祉室は、命を蔑ろにされる社会を許さない、命を尊び、平等で平和な社会を目指す「祈り」から生まれました。開設から3年、制度では解決しない複雑な生活課題に対し多様なソーシャルワークを提供してきましたが、その中で私たちが何よりも大切にしてきたのは「個人の尊厳」と困難に向きあう方々への「人としての愛情」です。

そして今、様々な場所から同じ志しをもつ仲間が集まり、私たちの活動をより強固なものにしてくれています。職員、組合員、地域のボランティア、他機関のなかで共に命によりそって下さるみなさん、すべての出会いに感謝し、これからも正義のもと人々の結束と社会変革を目指していきます。

地域福祉室メロス 室長 森山美千留

理事会 だより

第5回定例理事会を10月30日(水)13時～15時 ZOOM開催した。

■ 法人運営・承認事項

- ・50周年記念誌(12/15納品)予定、以降、発送作業に入る
- ・「医療福祉生協の組合員参加のあり方提言」(25分バージョン)を支部や事業所で視聴・討議のよびかけ
- ・セメント町旧たんぼぼ(セメント

町介護総合センター)11月より一部解体工事に入る(工期は約1か月半)
・医福連:能登半島豪雨災害支援(中四国ブロック支援 11/8～10:1名派遣)

■ 報告事項

1. 24年度9月度の経営報告
9月度の経常利益は、+441万円の黒字(予算比△365万円の予算未達)
2. 冬季賞与について確認
3. 健文会・生協強化月間の前半のとりくみ報告と経験交流

令和6年9月 能登半島豪雨災害支援への義援金のお願い

今年元旦の能登半島地震により甚大な被害を受けた奥能登地方に、9月21日線状降水帯が発生。市内では川が氾濫し、床下浸水の被害も多数報告され、土砂災害も発生し、一部孤立した状態にある集落も出ました。

健文会は、被災地の方々が一日でも早く通常の生活に戻るための被災支援にとりくんでいます。最寄りの事業所や支部で義援金を集めています。ご協力よろしくお願ひします。

支援活動報告は翌月号に掲載します。



協立歯科では、毎月第3火曜日に子育てサロンを開催しています。対象は、3歳児くらいまでの乳幼児と保護者、妊婦さん。現

役助産師の山崎郁代さん(防府支部)と歯科衛生士が、成長についての相談や歯磨き指導などをおこなっています。幼児期から歯科に関わることで歯医者嫌いを減らし、健康なお口で成長できるお手伝いができたらと思います。参加費は無料です。みんなでしゃべりをして楽しい時間を過ごしてみませんか?

健やかな成長を願って楽しくしゃべり
協立歯科 子育てサロン



予約制です。先着4組まで!

健康チャレンジの報告



「きっずチャレンジ」の活用で健康意識向上!

今年度も「きっずチャレンジ」にとりくみました。山口市から3校を含め33校の参加があって、例年より多くのチャレンジ達成となりました。今年の達成賞は「なわとび」でしたが、とても喜ばれています。ある学校からは「学校保健委員会」への協力依頼もあり、親世代の健康意識向上にも繋がってきました。

お知らせ

生協小野田診療所(内科)の医師体制について

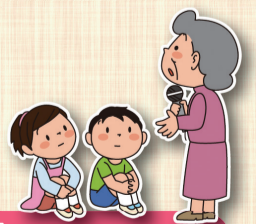
10月から、山本優里(ゆうり)医師が所長代行となりました。山本医師は、前所長の廣田医師と同様に、家庭医療専門医・総合診療専門医として、丁寧に話を聴き何でも相談しやすい家庭医療の実践にとりくんでいます。

また、宇部協立病院の坂田院長、白藤副院長、松本医師、宇根医師も当診療所での外来診療・往診をおこなっています。診療日、診療時間が変更になっております。詳しくは4面診療案内をご覧ください。ご不明な点はおたずねください。



「戦争にまつわる体験談」を募集しています

来年で戦後80年になります。戦争の悲惨さを記録し、次世代に受け継いでいくため、戦争にまつわる体験談など(空襲体験、学童疎開、被爆体験、親や祖父母から聞いた話など)を募集します。



まちづくり組合員活動支援部
TEL: (0836) 34-2510



おかげ様で健文会創立50周年

医療生活協同組合健文会

事業所案内

QRコードから各事業所のHPをご覧ください **【2024年12月1日現在】**
※年度途中で変更する場合があります

宇部協立病院 宇部市五十目山町 ☎0836-33-6111

診療時間		[午前]9:00~12:00(外科・整形外科は9:30~) [午後]15:00~18:00(受付終了は17:30) 日曜・祭日は休診。但し急患は24時間いつでも受け付けます。					
内科	午前	月	火	水	木	金	土
	一般	○	○	○	○	○	○
午後	一般	○	○	○	○	○	○
	予約	○	○	○	○	○	○
特診		脳神経内科(月1回)					
外科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
整形外科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
精神科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
訪問診療		精神科は予約制です。まずはお電話でご相談ください。					



生協上宇部クリニック 宇部市海南町 ☎0836-33-3395

診療時間		[午前]9:00~12:30(受付は12:00まで) [午後]14:00~17:30(受付は17:00まで) [夜診]17:30~19:30(受付は19:00まで)					
内科	午前	月	火	水	木	金	土
	一般	○	○	○	○	○	○
午後	一般	○	○	○	○	○	○
	予約	○	○	○	○	○	○
夜診	一般	○	○	○	○	○	○
	予約	○	○	○	○	○	○



協立歯科 宇部市五十目山町 ☎0836-34-2511

診療時間		[午前] 9:00~12:30 [午後]12:00~17:30(※第1水曜午後休診) [夜診]17:30~19:30					
歯科	午前	月	火	水	木	金	土
	一般	○	○	○	○	○	○
午後	一般	○	○	○	○	○	○
	予約	○	○	○	○	○	○
夜診	一般	○	○	○	○	○	○
	予約	○	○	○	○	○	○



予約制(急患応需)、訪問診療(往診)、無料送迎

生協下関 歯科 下関市貴船町 ☎083-224-0118

診療時間		[午前]9:00~13:00(土曜は12:30) [午後]14:00~17:30 [夜診]17:30~19:30 ※毎月第1水曜のみPM休診					
歯科	午前	月	火	水	木	金	土
	一般	○	○	○	○	○	○
午後	一般	○	○	○	○	○	○
	予約	○	○	○	○	○	○
夜診	一般	○	○	○	○	○	○
	予約	○	○	○	○	○	○
最終受付		16:30 18:30 16:30 18:30 16:30 11:30					



予約制(急患応需)、訪問歯科診療あり(要相談)

生協小野田診療所 内科 山陽小野田市くし山 ☎0836-84-2533

診療時間		[午前]9:00~12:30(受付は12:00まで) [午後]月・火 14:30~17:30(受付17:00まで) 水 17:30~19:00(受付18:30まで)					
内科	午前	月	火	水	木	金	土
	一般	○	○	○	○	○	○
午後	一般	○	○	○	○	○	○
	予約	○	○	○	○	○	○
訪問診療(午後)		17:30~19:00					



生協小野田診療所 歯科 山陽小野田市くし山 ☎0836-84-6695

診療時間		[月・火・木・金]9:00~19:30 [土]9:00~12:30 [水]9:00~17:30(※第1水曜は午後休診) ※土曜日休診あり(不定期)					
歯科	午前	月	火	水	木	金	土
	一般	○	○	○	○	○	○
午後	一般	○	○	○	○	○	○
	予約	○	○	○	○	○	○
夜診	一般	○	○	○	○	○	○
	予約	○	○	○	○	○	○



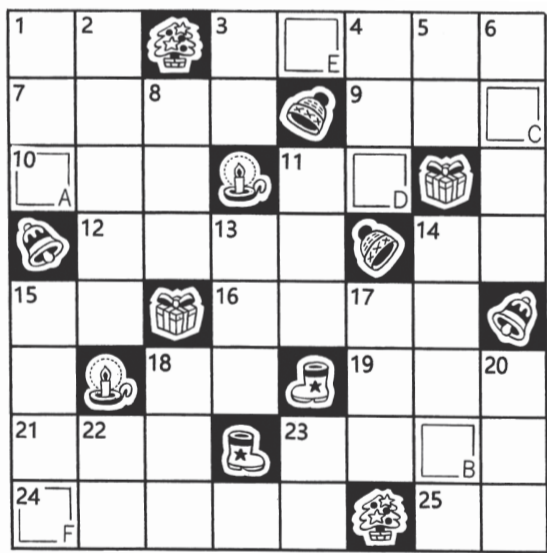
- リハビリデイサービスたんぼぼ 山陽小野田市くし山 ☎0836-38-5775
- 虹の居宅介護支援事業所 ☎0836-38-5755
- 虹の訪問看護ステーション山陽小野田 ☎0836-38-5765

- ◆ 協立在宅介護支援センター 宇部市末広町 ☎0836-33-6199
- ◆ 虹の訪問看護ステーション 宇部市五十目山町 ☎0836-33-5358
- ◆ ヘルパーステーションはばたき 宇部市五十目山町 ☎0836-33-6234
- ◆ 宇部市南部第1地域包括支援センター 宇部市東芝中町 ☎0836-38-8551
- ◆ リハビリステップげんき 宇部市末広町 ☎0836-33-6220
- ◆ 協立グループホームかいなん 宇部市海南町 ☎0836-43-7571
- ◆ 地域福祉室メロス 宇部市五十目山町 ☎0836-33-3502
- ◆ まちづくり組合員活動支援部 宇部市五十目山町 ☎0836-34-2510
- ◆ 医療生協健文会本部(総務・経理) 宇部市五十目山町 ☎0836-33-6644

【ヨコのカギ】

- 1 サンタさんの衣服の色
- 3 胃や腸、肛門などの器官を何という?
- 7 電話。……サービス
- 9 ……告発。……監査
- 10 対義語は「硬化」
- 11 フック船長の左手は…
…爪(づめ)
- 12 が・ざ・だ・ば行などの
にごる音
- 14 12月8日は……供養
- 15 Fは地上、地階は?
- 16 赤鼻の……
- 18 「……と雪の女王」
- 19 電気。……ギター
- 21 自分が卒業した学校
- 23 対義語は「怠慢」
- 24 スキーは……スポーツ
- 25 「ガラス」の古名

クロスワードパズル



【問題】二重ワクの6文字をA~Fの順に並べてできる言葉は?

●10月号の答え **パトンタッチ**
10月号当選者(応募34通、正解34通)

- 宇部市草江 河村広幸さん
- 宇部市中村 寺田美香代さん
- 宇部市際波 安富健児さん
- 山陽小野田市鴨庄 金谷富美枝さん
- 下関市貴船町 宮本八千代さん
- 宇部市西岐波 浜田仁美さん
- 宇部市東岐波 高杉久美子さん
- 宇部市明神町 下元米勝さん

おめでとうございます!

応募方法

答え、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、身近な出来事、ご意見ご感想など、ひと言そえて下さい。ご意見ご感想は、掲載させていただくことがあります。ご了承下さい。

- 当選者に薄謝 8名様分
- 締切: 2024年12月末日 ● 発表: 2025年2月号にて
- あて先: 〒755-0005 宇部市五十目山町 15の7の1 健文会「ひろばクイズ係」まで
- FAX: 0836-34-2512
- メール: sosiki_kenbun@yahoo.co.jp

【タテのカギ】

- 1 コレがないとお届け物は迷子に?
- 2 暦。七曜表とも言う
- 3 温故知……
- 4 かば焼きの代表
- 5 忘年……。新年……
- 6 衣服を着ると、実際より太って見えます
- 8 動物を生けだること
- 11 木をけずる大工道具
- 13 一人前に成長した人
- 14 水準が高いこと
- 15 「……暇なし」
- 17 燃える火の炎
- 18 ……の呼吸で双方一致
- 20 お金につく利子の割合
- 22 滝登りをする魚
- 23 ……ボードをたたく

組合員の声

【山陽小野田市鴨庄 田中佳世子さん・79歳】
長く、ウオーキングを朝の6時ごろにつづけています。黄金色の稲穂も刈り取られ朝の清々しさや秋の風情を感じながら日々の健康維持の一つとしています。

【宇部市中村高巢和子さん・65歳】
「マイナンバー保険証に1本化?」を読んで。マイナンバーカードは作りましたが保険証と紐づけるのは不安でした。でも資格確認証があること知り、安心しました。

【下関市丸山町原寿孝さん・74歳】
「健康のひろば」を初めてちゃんと隅々まで読みました。診療時間表を見て、夜間診療があるのを発見しました。「保健機能食品」についての記事も分かりやすい解説で興味深いものでした。

【山口市小郡尾崎町 小田恵子さん・73歳】
先日東京にいったきました。元職場のうたごえ祭典に参加。スカイツリーにも上り、寅さんの地元葛飾柴又の帝釈天など色々歩き回ってきました。体調に不安がありましたが、夫の気遣いもあり、あまり疲れずに帰ることができました。楽しい小旅行でした。

【山陽小野田市西の郷 竹森賢次さん・89歳】
「健康アドバイス」のコーナーがあったら良いと思います。人間ドックで眼圧が高いと言われ眼科で一言聞けば良かったのに。無知とは恐ろしいものです。眼圧を下げなければ緑内障の危険が増すことを知りませんでした。

【下関市山の口町 片岡ひろ子さん・68歳】
毎号楽しく読んでいます。先日お便りが掲載されていてびっくりしたのと同時に嬉しかったです。

今年も組合員のみなさんに沢山の声をお寄せいただきありがとうございました。「健康のひろば」が楽しみに待たれていることに編集委員一同感謝しております。来年も組合員さんの声を紹介すると同時に、生活に役立つ情報や記事を掲載していきたいと思っております。(編)

医療生活協同組合健文会

健康をつくる 平和をつくる
いのち輝く社会をつくる

こちらのQRコードを読み取ると
公式LINE(毎週月曜日に配信予定)
のページへいくことができます。