

組合員のための**無料法律相談**
要予約
 4月27日(火)10時半~12時
 ●担当/山口第一法律事務所
 ●場所 内山 新吾 弁護士
 生協ふれあい会館2階「相談室」
 〽️どんな相談でもお気軽にどうぞ！
 ☎0836-34-2510



●発行 医療生活協同組合健文会
 ●発行責任者 専務理事 森 健弘

医療生協健文会現勢 2021年2月28日現在

●組合員	18,777人
●出資金額	611,095,000円
●平均出資金額	32,545円
●支部数	21支部
●登録班数	143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
 http://www.mcoop-kenbun.jp/kenbun/

定款地域(活動する地域)・・・山口県全域

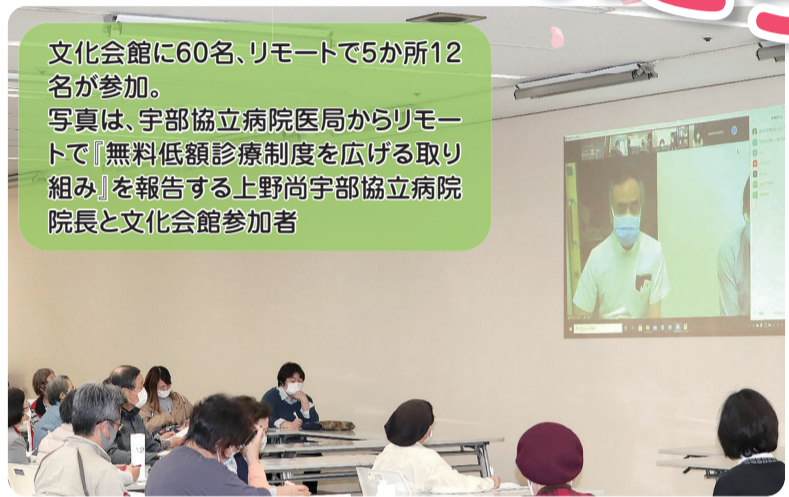
2021年度スタート 医療生協を知らせ広げていこう

ともに組合員として このまちをつくる

3/11 第3回健文会いのちの章典実践交流集会

3月11日(木)宇部市文化会館にて、第3回健文会いのちの章典実践交流集会を開催しました。参加者は地域組合員36人、職員組合員36人。事前課題提出は21支部、職場事業所から18演題でした。感想から抜粋を紹介します。

- コロナ禍で、今までのつながりも分断されていることがリアルに伝わり、地域の悩みがわかった。このなかで、まちづくりをしていくことに大きな責任と意義を感じた。
- 『無料低額診療』や『ここって』がある、というだけでなく、活用できるように動くことが大事と気づかれた。
- 憲法とのつながりを改めて認識した。
- 医療生協健文会が、地域に深く根差していることがよくわかった。日頃の仕事が地域貢献できているという実感も持て、非常に印象深くうれしい交流集会だった。職場のみんなにも伝え、明日からの活動にとりくみたい。
- 組合員活動をつなぐ、組合員活動とつながる、目と構



文化会館に60名、リモートで5か所12名が参加。
 写真は、宇部協立病院医局からリモートで『無料低額診療制度を広げる取り組み』を報告する上野尚宇部協立病院院長と文化会館参加者

えをもった職員でありたい。
 『事前課題集』を支部・職場に配布します。次のとりくみに活かしましょう！

お知らせ

健文会ホームページをリニューアルしました
ぜひ、ご活用下さい

こちらのQRコードからも読み取って入れます
<https://www.kenbunkai-yamaguchi.jp>



コロナ禍の過ごし方

コロナ禍からまもなく一年。私たちの生活は一変しましたが、そんななかでも前向きに、楽しく生きていくための秘訣をシリーズでご紹介します。

① 日常をなごやかに

新型コロナウイルスが流行し始めて、1年が過ぎようとしています。そんななかでも日常をなごやかに生活することが大切です。

なごやかに生活するためにはどんなことが必要でしょうか？ まず一つは今のような緊急事態になったときに人間にはどのようなことが起きるかを知ることです。心と体は危険を

察知すると、緊張し、心のセンサーが敏感になり不安感が出てきます。これは人間としては自然なことであるので、そうなった自分を責めないことが大切です。気持ちを否定しようとすると、もっとその気持ちが強くなり、もっと心配な気持ちになります。

ひとまず自分の中に起こっている気持ちをそのままに受け入れること。これが健康の秘訣です。

(宇部協立病院 臨床心理士 / 公認心理師 齋藤 崇)

医療・介護・
 暮らしの事など...

何でも相談ダイヤル

一人で悩みをかかえていますか？
 まずはフリーダイヤルまでご連絡ください。
 『困った』解決をお手伝いします。

専用
 ダイヤル

☎ (0120) 34-2510
 まちづくり組合員活動支援部

平日の月曜～金曜
 あさ9時～17時30分
 まで受付

無料

ビジョン1 健康づくり・まちづくり

地域に人と人のつながる場があり、人生を自分らしく生きるための健康づくり、まちづくりをすすめています。

ビジョン達成に向けて

感染予防対策を徹底して、これまでのつながりを基本に、新たなつながりづくりもすすめます。

- 1 安心のネットワークづくり
- 2 地域まるごと健康づくり
- 3 地域のヘルスリテラシー向上へ
- 4 暮らしの助け合いの輪を広げる



ビジョン2 医療・福祉事業の質向上

地域に必要な事業を協力の力で創り出し、暮らしの安心・満足を高めています。

ビジョン達成に向けて

必要剰余の確保にこだわり、その根拠(裏付け)を明確にして、早急な経営改善をすすめるとともに、医療・介護の在り方を「総合力と連携」の視点で見直します。

- 1 経営改善に向けた道筋を描く
- 2 持続可能な事業の追及と選ばれる事業所づくり
- 3 質の高い医療・介護サービスの提供
- 4 財政基盤の強化と組合員情報の管理



2021年度 医療福祉生協の中心テーマと重点課題(案)

誰もが健康で居心地よく くらせるまちづくりへの 挑戦

- * 創意工夫で「でかける つながる 安心を結ぶ」とりくみを広げる
- * 2030年ビジョンを深め、それぞれの生協で10年先を見据えた「夢」を描く
- * 日本国憲法を守り、平和で人権が保障される社会を目指して行動する



お結びの会「花畑」

事業・経営

組合員活動



小羽山支部 しっちょる会班



2030年の社会をとらえる視点

ビジョンの達成に向け、事業と運動をすすめるうえで大切な視点となるものです

- 1 多様な人々が暮らしを支えあうまちをつくる視点
- 2 誰一人取り残されない公正な社会をつくる視点
- 3 平和で持続可能な世界をめざす視点

日本医療福祉生活協同組合連合会資料より

ビジョン3 経営・組織の発展と人材育成

地域の健康と暮らしを支えるために「足腰の強い」経営を実現しています。組合員はつどい、学びあい「医療福祉生協のいのちの章典」を実践しています。

ビジョン達成に向けて

「医療福祉生協の2030年ビジョン」と「医療福祉生協のいのちの章典」の理解を深め、実践する「医療福祉生協の人づくり」をすすめます。

- 1 2030年ビジョンの実践
- 2 学びを広げ交流する
- 3 後継者養成と担い手づくり



恩田中央支部 通信教育学習会



いのちの章典実践交流会

ビジョン4 平和で公正な社会づくり

互いを尊重し多様性を認め合う、平和で公正な社会をつくるため、積極的な役割をはたしています。

ビジョン達成に向けて

幅広い連携で、誰一人取り残さない「居心地よくくらせるまちづくり」をすすめます。

- 1 日本国憲法・社会保障を「学び・広め・連帯する」とりくみ
- 2 社会保障改善に向けたとりくみ
- 3 協同組合間協同と幅広い連携
- 4 SDGsの実践、災害への備えと対応



11月19日核兵器禁止条約発効アピール行動



6.18宇部バレーP

山口民医連の「メリットしかない奨学金」

組合員のみならず、身近に医学部合格者がおられたら、ぜひ山口民医連の奨学金制度をすすめていただけませんか。当会の奨学金は経済的な支援だけでなく、学生生活全般のサポートがあるのが

特徴です。奨学生の育成を専門とする「医学生担当者」を配置し、学生時代に身に付けておきたい人権意識やいのちの平等について、医療現場体験やさまざまな学習の機会を提供しています。卒業後、一定期間当会の事業所で働けば返済免除になります。学生にとっては「メリットしかない奨学金」です。組合員のみならず、ぜひ当会の奨学金の良さを医学生に知らせ、奨学生になってもらいましょう。



低学年からできる医療現場体験

03 みんなで「タオル体操」をはじめよう!

ワンポイントアドバイス

※ 健文会オリジナル「タオル体操」DVDから、毎号連載で「2コマずつ」ポイント解説しています。

⑤ 脇を伸ばす運動



STEP 05 タオルの両端を持ちまっすぐ上にあげます。体を横に倒します。しっかりと脇を伸ばしましょう。

タオルの両端を持って拳上し、身体を伸ばします。そのままゆっくりと片側へタオルをひっぱりながら反対側の脇を伸ばしていきます。

⑥ 上体をねじる運動



STEP 06 タオルを前に持って立て、体をねじりましょう。後ろにグーッとねじります。顔も一緒に後ろに向きます。

タオルの両端を持って、肘を伸ばして肩の高さに上げ片側後方へ、タオルを引っ掛けていき、上体をねじります。

