

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 宇部市五十日山町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『ここのって』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された。
- 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！

おしらせ

医療生活協同組合健文会
0836-33-6644
宇部市五十日山町16-23

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>

**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**



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？ まずは今のような緊急事態になったときには、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ります。そうなった自分を責めないことが大事です。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 斎藤 崇)

医療・介護・
くらしの事など...

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 く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同の力で創り出し、くらしの安心・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

山口民医連の
「メリットしかない奨学金」
ぜひ、身近な医学生におすすめください

組合員のみなさん、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

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

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 多様な人々がくらしを支えあうまちをつくる視点
- 2 誰一人取り残さ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

03 みんなで「タオル体操」をはじめよう!

STEP 05 06 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す。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。

STEP 06 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

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、タオルを引っぱっていき、上体をねじります。

■転居及び氏名変更、亡くなられた場合（電話0836-34-2510）までご連絡ください。

【恩田南支部】中睦子さん
リニューアルした協立歯科に初めて行きました。銀歯が取れて「とりあえず」

【山陽支部】柏村一枝さん
ころばん体操の時に習う「手話」は間違っては皆の笑顔を誘い、それでも少しずつ単語の量が増えていま

【下関支部】植屋幸子さん
手配りを数年来していま

【山陽支部】古賀剛さん
一昨年末近く、「歩くことが少なくなつた」と気付

【山陽支部】小野田南支部
候の悪い時を除き、毎朝40分程、県道脇を歩く。

読者の声



「節分」鬼は外!! 福は内!! みんなが健康で幸せに過ごせますように。

こぐま保育園の日々



健文会が院内保育所として委託している、NPO法人「みらい広場」。子どもたちの園での様子を連載でご紹介します。



作した帽子、ベスト、エプロンなどを展示していますが、販売して欲しいとの要望もあり好評です。

身体の健康を保つためには手先を使い脳を活発化させることができると証明されています。制作には脳を使いますので、私たちはこの活動を“脳イキイキソーアイ”と自負しています。これからもこの輪を広げ、地域との交流を深めていきたいと切に願っています。

（山口支部 吉敷地域ソーアイサークル 大山 朝子）

コーヒーブレイク 32

脳いきいきソーアイ

ころばん体操に参加した4年前の事。「あら、その帽子どこで買ったの!?」「40年前のスカートで作ったの…」「作りたい」「教えて」…そんな会話がきっかけで5~6人が早速、吉敷地域交流センターに集まって帽子作りを始めました。以来、サークル活動として、和気あいあいと楽しくつづけてきました。現在は週4回の定例です。メンバーは90才1人、80代3人、70代3人ですが、90才の方は年齢を感じさせない若々しさでやる気充分、いつも笑顔でメンバーの鏡です。

吉敷地域ふるさとまつりにも毎年参加。制

2021年度総代選挙 選挙区、定数、投票日及び投票場所

選挙区	(所属支部)	定数	投票日	時間	投票場所
宇部選挙区	恩田南、恩田中央、恩田西	29人			宇部協立病院
宇部選挙区	岬、見初神原	16人			生協ふれあい会館
上宇部選挙区	上宇部川上、琴芝	26人			生協上宇部クリニック
宇部選挙区	常盤、岐波	21人			さわやかサロンゆず
宇部選挙区	新川鷲ノ島、小羽山、ふじやま、厚南	26人			61区集会所
山陽小野田選挙区	高千帆、有帆、小野田中央、小野田南、山陽	33人			生協小野田診療所
下関選挙区	下関	17人			生協下関歯科
山口選挙区	山口	7人			高齢者生きがいセンター
美祢選挙区	美祢	2人			秋吉公民館
その他の準備地域	該当支部なし	8人			生協ふれあい会館
職員組合員選挙区	職員組合員	5人			生協ふれあい会館

第34回通常総代会は6月20日(日)に開催予定です。(場所未定)



2021年医療福祉生協の中心テーマと重点課題（案）
誰もが●●○●●●○○くらせるまちづくりへの挑戦です。

（●は漢字、○にはひらがなが入ります。）

【当選者】
「あいづべ」体操

【準備地域】
下関支部 山脇 瞳子さん
厚南支部 片岡ひろ子さん
常盤支部 長尾 照美さん
前田 典子さん
小野田南支部 潮 千代子さん

おめでとうございます。

定款第45条及び総代選挙規約に基づき、2021年度の総代選挙を実施します。
一、総代の職務執行（任務）
定款47条 総代は、組合員の代表として、組合員の意思を踏まえ、誠実にその職務を行なわなければならない。
一、選挙区及び総代定数
選挙権および被選挙権
一、選挙日程と方法
①立候補及び推薦受付期間
2021年3月31日現在の組合員名簿に登録されている者。ただし、役員及び選挙管理委員を除く。
②投票日および投票場所 左表
③立候補する組合員は、所定の届け出用紙に記入の上、総代選挙管理委員会（宇部市五十日山町15-7-1生協ふれあい会館）に届け出る。
④定数以内である場合は無投票当選とし、定数に満たない場合は、その選挙区総代の定数より減ずるものとする。

左表

一、選挙日程と方法
①立候補及び推薦受付期間
4月5日（月）より4月19日（月）正午
②投票日および投票場所 左表
③立候補する組合員は、所定の届け出用紙に記入の上、総代選挙管理委員会（宇部市五十日山町15-7-1生協ふれあい会館）に届け出る。
④定数以内である場合は無投票当選とし、定数に満たない場合は、その選挙区総代の定数より減ずるものとする。

総代選挙公告

医療生活協同組合健文会
総代選挙管理委員長 牧野 佳子

第一二五回（四月号）

川柳のひろば 藤本一兎選

人
圧巻は9回裏に待っていた
天
又、友の旅立ちを聞く詠びしそよ
地
厚南支部 小林 純祐

恩田西支部 小林 純祐

軸
十年前繰り返さぬと誓う春
天
常盤支部 啓蟄
地
厚南支部 ター坊

軸
一〇年忌神話復活許すまじ
天
常盤支部 啓蟄
地
厚南支部 ター坊

あなたなら すぐにも書ける 五七五
『川柳』大募集

宇部市五十日山町15の7の1 生協ふれあい会館
健文会編集部
FAX 0836(34)2512
Mail: sosiki_kenbun@yahoo.co.jp
締切り: 偶数月の月末（必着）