

**要予約 無料法律相談**

8月23日(水)10時~11時半  
●担当/山口第一法律事務所 田中 礼司 弁護士

9月20日(水)14時~15時半  
●担当/山口第一法律事務所 横山 詩土 弁護士

●場所  
生協ふれあい会館2階「相談室」  
☎0836-34-2510

健康をつくる 平和をつくる いのち輝く社会をつくる

# 健康のひろば

●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** 2023年6月30日現在

- 組合員..... 18,586人
- 出資金額..... 594,906,000円
- 平均出資金額..... 32,008円
- 支部数..... 21支部
- 登録班数..... 163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**

**9月~10月 行動目標を決めて、  
みんなでいっしょに生活習慣の改善をめざそう**

**健康チャレンジ&きっずチャレンジはじまるよ**

「2023健康チャレンジ」のとりくみ期間は9月1日~10月31日です。実施記録はリーフレットのカレンダー用紙に記入して終了後、提出します。日頃から目に付くところに貼って記入しましょう。

**「2023健康チャレンジ」の特徴は？**

今回の特徴は、6コース(運動、食事、生活習慣、リラックス、オーラルフレイル、私の健康法)となっています。コース選択は自由ですが、運動不足ならウォーキング、健診、健康チェックで気になる項目があれば食事、生活習慣などを目標にするといいですね。

また「2023健康チャレンジ」は、「宇部市のはつらつポイント」「下関のふくふくチャレンジ」のポイント付与対象にもなっています。目標達成すると記念品と抽選でクオカードのプレゼントもありますので、ぜひエントリーをしましょう。

中面

オモテ

**夏休み期間中にとりくんでも良いですね!!**

**2023 きっずチャレンジ**

たくさん運動をして  
食べものをおいしく食べよう!

中面

オモテ

**地域の子どもたちも一緒にチャレンジ!**

「2023 きっずチャレンジ」は、子どもたちの健康づくりのきっかけにもらうために小学校を中心にとりくんでいます。とりくみ期間は7月下旬~10月末まで、期間中に30日間のチャレンジを目標としています。親子で楽しくとりくみましょう。

今後も多くの小学校で「きっずチャレンジ」を活用してもらいながら、支部は地元とのつながりを大きくするために学校訪問をおこなっていきます。

**組合員活動に、骨密度測定器(超音波)を導入**

8月中旬以降~各地でご活用ください

2秒で測定できます!

8月中旬に骨密度測定器「AOS-100SA」(写真右)が導入されます。この測定器は踵骨で測定が可能。班会やまちかど健康チェックなどで活用していく予定です。

事業所の専門家が地域にはいる機会をめざして、放射線科技師による測定・栄養士による骨の強化づくりのための食生活・理学療法士による骨を強くする健康づくり運動など、一連の骨づくりプログラムを通年で計画していきます。

「にじの健康手帳」による健康測定も順調にすすんでいます。まずは、自分の健康状態を知って自分にあった健康づくりをおこなっていきましょう。

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。



# 宇部市営住宅 則貞団地で 初の健康相談会を実施 (健康チェック&ストレッチ)

## 笑顔で交流

恩田中央支部 支部長 高橋洋子

5月25日(木)、恩田中央支部は健康相談会を開催しました。今回、歩いていける場所で健康チェックやストレッチができれば喜んでいただけるのではないかとのお思いから、則貞市営住宅の集会所で開催しました。

事前に運営委員さんが手分けして案内チラシを全戸配布したり、団地内にお住いの組合員さん訪問をおこないました。

実施日の当日は、団地周辺にお住いの組合員さんなど計15名の参加があり、うち、団地内からゲスト参加が3名ありました。

理学療法士の山本さんの指導のもと、健康手帳を活用して体組成計にてBMI、体脂肪、内臓脂肪、基礎代謝、握力などを測定。そのあとは、ストレッチをおこないました。南部第一包括支援センターからは、看護師、保健師の資格をもつ職員が参加し、健康相談もおこないました。和気あいあいとした雰囲気に参加者のみなさんは、笑顔で過ごしていたので開催して良かったと感じています。

今後も定期的に集会所で健康相談会を開催し、フレイル予防や健康増進、交流の機会をひろげていきたいと思ひます。



理学療法士による体力測定後の運動指導をおこないました

則貞団地集会所

住民のお困りごと相談解決(ソーシャルワーク)  
& 地域まるごと健康づくり活動の拠点

## 健文会・山口市事務所開所式

山口支部 松林 俊治

目標は「住民の暮らし・福祉・医療が充実したまちづくり」に貢献すること

6月24日(土)、山口市中市商店街・中市コミュニティホールNACにて、山口市事務所の開所式をおこないました。今後、医療生協健文会活動と交流をいただく住民や学校・市民団体関係者ら37名の参加で盛大に開くことができました。

前理事長 野田医師より、山口市事務所開設の三大方針(①住民のお困りごと相談②山口支部の組合員活動の拠点③医療生協健文会に未来を担う若い人材の育成)を中心とした講演、さらに、健文会の事業紹介などをおこないました。

来賓の代表者3名にご挨拶をいただき、学校の代表者からは、「学校の専門科と医療生協健文会のおこなっている業務が共通するので、交流を深めたい」との熱いエールをいただきました。

最後に、医療生協健文会山口市事務所が「住民の暮らし・福祉・医療の充実したまちづくり」に貢献したいと、参加された方に宣言し閉会となりました。



挨拶する山口民医連会長 野田浩夫医師



地域福祉室メロスのスタッフ紹介



北村理事より山口支部の活動紹介

通信No6

# ココって があったよかった!

## 2023年度 総会を開催

6月8日、有償助け合いネット「ココって」の2023年度総会をおこない、支援員を中心に21名があつまりました。

前半は、宇部協立病院感染管理認定看護師の松本有嘉さんより「感染対策の基礎知識と支援にはいるときの注意事項」と題した講義で、後半は事務局から活動報告と会計報告を受けたあと、ココって運営委員会で検討している「活動の手引き」を紹介しました。

## 組合員の「困った…」に寄り添う

意見交流では、「山口支部で支援員4名が増えた」、「何度訴えても加入しなかった利用者が、粘り強いはたらきかけで医療生協に加入した」、「組合員同士の助け合い活動をよりひろめるために地域包括支援センターへの訪問をはじめた」など前進面も多かったです。課題もたくさんありますが、今年度も「困った…」に寄り添う活動をすすめていきます。

※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。困っていることのご相談や、支援員の登録の仕方など、お気軽にお問い合わせください。また、支援の募集もしております。

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

## 組合員のみなさまへの重要なお知らせ

「自由脱退(任意)」と出資金「減資」の際は事前に「予告(申請)」が必要となります

2024年4月より

「生協法」並びに「定款」を徹底します

生協組合の「自由脱退(任意)」と「減資」の手続きが変わります

事業年度の12月末までに予告(申請)

事業年度末の3月に一括処理

## 「自由脱退」及び「減資」の手続き変更のイメージ

(2024年4月以降は、年に1回の脱退・減資処理となります)



詳細 今後は、ホームページ・機関紙「健康のひろば」「チラシ」等でお知らせいたします。

実施 2024年4月実施予定

対応 ご不明な点は、お近くの職員にお気軽にお尋ねください。

お願い 引き続き、医療生協運動へのご理解・ご協力をお願いいたします。あわせて、医療生協の加入・増資をよろしくお願ひいたします。

ご理解とご協力を  
お願いいたします

【お問い合わせ】

医療生協同組合健文会  
まちづくり組合員活動支援部

TEL 0836-34-2510  
FAX 0836-34-2512

## 人道支援を目的とする

# ウクライナ支援募金活動

みなさまのご協力、いつもありがとうございます。

寄せられた  
6月分の募金総額 **19,949円** 7月4日集計分

(2022年4月に開始して以降の累計金額601,258円)

健文会事業所の窓口、組合員活動、街頭募金活動など、みなさまからお寄せいただいた上記の金額を公益財団法人 日本ユニセフ協会へお渡ししました。

主催：医療生協健文会・山口民医連

## 第4回 宇部大空襲を知るつどい

**大空襲から78年、追悼碑を建立**



7月1日は、「第4回宇部大空襲を知るつどい」を多世代ふれあいセンター会場で開催

大空襲で命を落とした宇部市民をしのぶ追悼碑がヒストリア宇部（新天町1丁目）前の旧新川橋近くに建立されました。1945年7月2日の宇部大空襲からちょうど78年となる2023年7月2日、現地で除幕式が開かれ、出席した市民や関係者ら30人が犠牲者たちを追悼しました。

**標柱物語・結実**

追悼碑の付近には、もともと神原地区コミュニティー推進協議会が建立した「宇部大空襲のあとを残す焼夷弾の芯」と書かれた標柱がありましたが、2020年のある日、所在不明となりました。その後、標柱は見つかったものの改めて、宇部市の大空襲に関する慰霊碑や説明板を建立にむけて署名をアツメ、市に提出しました。一人からはじめた平和活動が多くの応援をいただき市を動かしました。

市民全体の平和への「実り」、平和を考える「きっかけ」の1つが実現しました。追悼碑には「平和を未来に」と記しています。

**ちひろ友の会 代表 岡本正和（お絵描き屋）**



宇部大空襲慰霊碑の献花台にたつ岡本代表

## 第1報 「健文会 平和フェスタ 2023」 を開催します

**日 時** 2023年10月1日(日)

**講演会講師** 明治大学 特任教授 こうけつ あつし 瀬 厚 氏

宇部市文化会館 3階大ホールにて、講演会、平和に関する文化行事を開催予定です。

\*多くの組合員の参加をお待ちしています。詳細については次号（9月号）でお知らせします。



■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。

### 山口支部パークゴルフ班

## 第1回 選手権大会を開催

山口支部パークゴルフ班会（教室）は、6月7日（水）に山口支部パークゴルフ班で第1回選手権大会を開催しました。参加者は8名で、それぞれの技術程度と過去の成績におうじてハンディをつけて順位を争い、日頃の成績よりも点が良かった人が高順位となりました。班活動助成金で景品も準備し、大満足の会でした。半年後、第2回の大会を予定しています。

パークゴルフ班は、毎月第一水曜日の午前10時に山口市徳地町引谷の引谷パークゴルフ場に集合し、初級者と中級者に分かれてラウンド練習・指導しています。パークゴルフに興味があり、健康のためにもやってみようと思われたら是非ご参加ください。お待ちしております。（班長 吉村方伸）



## 山口民医連の奨学金制度

山口民医連・医学生担当 浅田

今日は、医療従事者をめざす学生を支援するための「当会奨学金制度」についてご紹介します。もしお近くに『医療系に進学したいけど、経済的に不安』、『学校の勉強だけでなく、色んな体験がしたい』といった方がいらっしゃいましたらご紹介ください。

山口民医連 / 医療生協健文会は、経済的支援とともに多彩な学びを大切に、将来ともに地域医療を支える仲間づくりをすすめて参ります。ぜひ皆様のご協力をお願いいたします。

	医学生		歯科		看護学生	
	Aコース	Bコース	歯科医師	衛生士	Aコース	Bコース
1・2年生	5万	全学年 15万	1・2年生	5万	全学年 4万	全学年 6万
3・4年生	6万		3・4年生	6万		
5・6年生	7万		5・6年生	7万		

問合先

◇医学生担当 浅田・高鳥・西田（山口民医連事務局）  
TEL：0836-35-9355/090-2002-8956

◇看護学生担当 苅部・吉田（宇部協立病院）  
TEL：0836-33-6111/080-2626-3940

◇歯科担当 森田（協立歯科）  
TEL：0836-34-2511



## 第7回 ひろば、私も配ります！—厚南支部 K・Nさん—

### 会話できる関係づくりを目標に

職場の方から、手配りさんが高齢化し徐々に減ってきているので、協力できる人はいないかと声がかかり、引き受けてみました。ほとんどポスティングだけで終わってしまいましたが、手配り中に組合員さんに会えたらお話しています。

ある男性の組合員さんからは「お疲れさまだね」と2回、声をかけてもらい「これからもよろしくお願ひします」と返しました。今後も配っていくなかで、できるだけ組合員さんとお話できればいいなと思っています。



2023年度のメインスローガン(議案提案より)

**地域ニーズに応え、多様な変化にも対応できる  
足腰の強い健文会へチャレンジしよう!**  
～誰もが健康で居心地よくくらするまちづくりへの挑戦～



- 1** 2030年ビジョンの学習と実践をすすめ、健文会の中長期計画を地域組合員と職員組合員でつくりあげよう。  
**2** 医科・歯科・介護の連携と総合力をいかに協立在宅介護総合センターのリニューアルを成功させよう!  
 介護事業における民医連・医福連の理念を大切にしながら、在宅介護福祉事業部の事業運営および経営改善の論議を積極的にすすめます。  
**3** 人権を大切にし、生協組合員の願いを実現する事業と運動をすすめ、SDGsや気候変動問題を念頭に持続可能な社会と平和をめざそう。  
 地域での連帯と共同を強め、貧困と格差解消のために必要な支援をすすめよう。

2023年度の重点課題(議案提案より)

- 1** 2024年9月で医療生協健文会が創立50周年を迎えるにあたり、「創立50周年記念事業」を計画し実行委員会をたちあげる準備をします。
- 2** 今秋、宇部協立病院のMRIの更新を決定。費用は約1億3,000万円です。今年度は、大型医療機器の導入に對しての「増資」運動にとりくむ予定です。仲間増やし・出資金ふやし・担い手ふやしを推進します。これまでの組合員活動の延長線上に留まらないアップデートを模索します。
- 2023年度の目標**  
 ● 仲間増やし：1,000人(以上)  
 ● 出資金増やし：1億円(以上)
- 3** 「協立在宅介護総合センター」のリニューアルを具体化します。
- 4** 健文会の中長期計画づくりに着手します。
- 5** 医療生協健文会の地域組合員の年齢構成は「70代以上が6割以上」。世代交代、後継者づくり、多世代とゆるやかなつながりをつくり、安心のネットワークをひろげます。健文会の医師確保・歯科医師の人材確保を最重点課題に、職員の育成と定着、幹部職員と職場リーダーの養成をすすめます。

健文会「2万人組合員・早期実現」のための3か年計画(2年目)の飛躍をつくろう  
組合員の「出資・利用・運営」の“無限のサイクル”を大きくまわそう

議案提案に対して6名の総代より発言がおこなわれました

**病院MRIの更新について**  
 今秋、宇部協立病院に新しく導入されるMRIは、AI機能搭載の最新機器でがん検診などにも利用可能です。患者さまへの負担も大幅に軽減されるので、病院で有効に活用しながら患者さま、出資金増やしに活かしたいです。近隣の開業医などとの共同利用も検討していきたいです。

**楽しい居場所をつくっていききたい**  
 私たち小野田中央支部は居場所をつくることで、一人ぼっちをなくしています。垣根を越えてだれもが楽しい居場所をつくっています。これからもたくさんの居場所をつくっていききたいです。

**社会的資源(若年者癌ターミナル助成制度)の開始を訴える運動**  
 近年、在宅緩和ケアを希望される20代から30代の若年者の癌ターミナル患者さまが増加傾向ですが、20歳以上39歳未満の若年者癌ターミナル患者さまは利用できる介護サービスがありません。宇部市では「若年がん患者の在宅ターミナルケア支援事業」があるので訪問介護、福祉用具などの助成が利用できます。住んでいる地域によって社会資源の有無が違わないか、この問題について山口民医連に提案し助言をいただき、近隣の病院と協同で、助成対象事業につなげることができました。

**少しずつつながりの「わ」をひろげて小羽山子どもごはん「もやい」**  
 「おひなたさん家」が手狭になったため自治会コミュニティや行政に働きかけ、活動の場を小羽山ふれあいセンターに移し、毎月第三日曜日にカレー弁当をつくって必要な家族に手渡しています。「コロナ感染症の収束」が見え隠れる現在、すすむべき方向・方法の検討が求められています。  
 ①お弁当方式を止め食事提供に戻すかどうか  
 ②以前打診のあった「食べる、学ぶ、遊ぶ」3位一体方式に転換するか  
 ③活動を支えるスタッフの力量は十分か  
 ④財政は十分か  
 この4点を中心に検討をすすめ、これからも小羽山地区の児童と住民の期待にこたえられる「もやい」づくりにがんばっていく決意です。

**医療難民を減らす制度をひろげたい**  
 「職員と組合員の連帯で地域から困りごとをなくそう」と職員は民医連や医療生協の理念や運動を大事にとりこんでいます。経済的困窮者に無料・低額診療制度をひろがってきています。医療機関としてはどこにもない事業です。医療難民をなくす(公的支援)制度につながる方を支援するなど、県内の連帯をひろげていきたいです。

**つながりを大切に、防府準備支部結成をめざす**  
 防府準備支部には132名の組合員がいます。まず、組合員訪問の方針をたて、2022年9月～2023年6月まですべてのお宅を訪問することができました。この訪問がこれからの防府準備支部(防府支部)の活動をもっと豊かにしてくれるものと思います。今回の訪問行動でさまざまなエピソードを聞き、健文会が創立以来、患者中心の医療を実現されていることがよく分かりました。今後もこれまで培ったつながりを活かしたとりくみや健康体操教室などをおこなっていききたいです。2万人組合員実現にむけて頑張ります。

医療生協健文会  
第36回 通常総代会



2023年6月18日(日)、宇部市男女参画共同センターフォーユー3階にて医療生協健文会第36回通常総代会を開催しました。今回は、新型コロナウイルス感染症の感染上法の位置づけが変更されたことでコロナ禍では初の対面形式での開催となりました。総代総数190名のうち、本人出席77名・代理人出席21名・書面議決書89名、計187名出席で第1号議案～第5号議案まで、すべての議案が賛成多数で承認決定されました。



理事会代表あいさつ  
(上野尚理事長発言要旨)

**不安定な情勢が継続**  
 昨年末から今年2月に大流行した「第8波」では、協立病院内でクラスターが発生し、事業所の停止、組合活動の停止を余儀なくされました。組合員の皆さまには大変、ご心配をおかけしました。2022年2月24日からはじまったロシアによるウクライナ侵攻は、1年経った今多くの民間人が犠牲となっている状況です。不安定な国際情勢のもと、輸入品の高騰のほか、エネルギー資源の高騰など、あらゆる分野でその影響を受け今後の

日本経済ならびに国民生活へのさらなる影響が懸念されます。また梅雨時期の水害、大型台風、地震などの頻発で毎年、甚大な被害を受けています。

組合員の皆様と医療生協 健文会がいっしょに考え、行動していく2023年へ

国内をみると岸田政権は、5年間で43兆円もの軍事費を上げていこうとしています。さらにエネルギー高騰を持ち出し、原発を再稼働する計画もあります。国民生活は昨年10月から75歳以上の医療費窓口2割負担や年金の引き下げがおこなわれ大打撃を受け、経済的格差がひろがる一方です。今後も少子化問題、マイナンバー問題、老後2,000万円問題など不安が残る状況はつづきます。このような情勢をふまえたうえで、2030年ビジョンのメインテーマをきっかけ、医療生協の組合員の皆さまと一緒に考え、議論し行動していきたいと思ひます。

2022年度の活動のまとめ(議案提案より)

- 1** 「つながりを絶やさない」とりくみをすすめ、誰ひとり残されぬ社会をめざします。被支援者に徹底的に伴走しながら、貧困・格差に正面からとりくむ地域を作りあげます
- 地域福祉室の事業を拡大し、自治体や他団体との懇談をおこなったり法人内事業所の連携強化をはかりながら、「無料・低額診療事業」の利用におおきくつなげました。
  - 長期化するコロナ禍においても、創意工夫しながら健康づくり・助け合いなど“つながりを絶やさぬ”視点で活動を継続しました。
  - SNSを活用し、幅広い世代に医療生協の魅力を知らせる機会を新たにひろげました。(歯科衛生士によるリモート班会・健文会公式LINE・ホームページの更新・全国規模の学習交流会や支部長交流会へのオンライン参加 など)
- 2** 組合員と地域から求められる事業活動の見直しと、持続可能な事業展開を追求します
- 健文会の「総合力と連携」で22年度の経常利益は、9,163万円となりました。
  - 事業の継続をはかるために、医師をはじめ医療従事者の確保、育成、安心して働き続けられる職場づくりをめざしてきました。
  - 有償助け合い事業「ここって」を地域のなかで普及し、地域包括支援センターなどとの連携が大きくひろがりました。支援員の輪を新たな地域でひろげました。
- 3** 医福連：2030年ビジョンの実践をすすめていきます。「誰もが健康で居心地よくくらするまちづくり」と人づくりへ挑戦します
- 「医療福祉協の2030年ビジョン」「医療福祉協のいのちの章典」を地域組合員、職員組合員がともにまなび、考え、行動しました。
  - 医療生協健文会・山口市事務所を県庁所在地のある山口市で新規開設しました。行政や団体と連携をはかりながら、まちづくりをすすめる地域の構成団体のひとつとして活動しました。
- 4** 平和で人権が大切にされる公正な社会をめざしたりくみをすすめます
- 持続可能な世界をめざすために気候変動問題など、学びをふかめました。他団体といっしょに地元の海岸清掃活動をおこない、社会活動に参加しました。
  - 社会保障と平和・憲法・民主主義を守る運動を地域組合員と職員組合員が共同してとりくみました。(平和フェスタ2022・宇部・山陽小野田地域「何でも相談会&食材支援活動」(3カ所)・「ウクライナへの人道支援のための街頭募金活動」など)





子育て中の方のご参加、お待ちしております



対話しながら相談にお応えしています

とりにくむこ サロンに 形式で「子育て 歯の相談 歯生士による 歯の相談 歯生士による 歯の相談 歯生士による...

子育てサロンとのりくむ 助産師と歯科衛生士が 子育て相談でタッグ

昨年、法人理事の交代で新しく山崎理事が就任されました。山崎理事は2千人以上の出産補助をおこなってきた現役助産師です。

子育てサロンでは妊婦から3歳児までの幼児とその保護者を対象にし、現在までに2回開催しました。母子手帳をもとに成長測定や成長相談、栄養指導をしたり、歯磨きや仕上げ磨きの仕方を練習したり、歯磨き粉や指しゃぶりについて...

今後の予定 偶数月に定期開催し、次回は8月8日(火)13時~14時に開催する予定です。小さい頃から歯科に関わることで、子供の歯医者嫌いを減らし健康なお口をつくるためにも、今後も続けていきます。

支店ニュースは、みなさんが日々とりにくんでいる活動を紹介する絶好の場です。また地域のことや同じ支店の組合員を紹介することで人と人をつなぐこともできます。...

私の職場紹介④ 宇部協立病院 診療事務課

病院の事務の仕事は、いろいろな種類があります。診療事務課では、診療情報管理と医師事務作業補助の仕事をしています。...



私たちが診療事務課のスタッフです

医師事務作業補助者は、診察室で医師の横でカルテを入力したり、入院患者さんの回診にも同行しています。また、医師の指示のもと診断書やその他書類の作成や、全国がん登録業務もおこなっています。...

宇部協立病院 診療事務課長 渡壁 佐智子

4支部の「支部ニュース」が表彰

ふじやま支部 医療生協健文会 支部ニュース No.10 発行日 2023. 2. 27

小羽山支部 支部ニュース No.10 発行日 2023. 2. 27

山口支部 医療生協健文会 山口支部 NEWS No.10 発行日 2022年 4月

山陽支部 医療生協健文会 山陽支部ニュース No.10 発行日 2022年 10月 21日

河原谷パークゴルフ場 河原谷パークゴルフ場 河原谷パークゴルフ場

「すこやかサロンみり」11月の行事カレンダー

# 投稿



班会や組合員から届いた写真をご紹介します。



## 小羽山支部いきいきパソコン教室班



### 参加者のコメント

- 班ができて3、4年になります。今回は、高齢者でもパソコンを活用したい人を集めて盛り上げたいと思い開催しました。今後、スマホ教室も視野に入れお互いに教えあう形にしたいです。
- Nさんの技量アップを中心にぼくたちは、支部に必要な表や名簿を整備しています。テキストのやり方はしていません。もうちょっとたくさんの人に来てもらって楽しくしていきたいと思っています。
- 毎日、パソコンに触れると覚えていきます。個人でやるといいです。
- 若い人たちに負けない気持ちでいます。

## 厚南支部くらぶ。ゆうゆう班



### 参加者のコメント

- つづけていくのが大切だと思っています。
- 継続できるように頑張ります。
- 身体を動かすことを覚えました。
- いろんな情報をもらえてよかった。
- お陰様で元気でいられます。

## サロンにじうたごえカフェ



### 参加者のコメント

- 聞くのは好きだけど歌うのは苦手です。
- はじめて参加させていただきました。
- 歌うのは好きだからたくさん曲が入っているのが良いと思います。
- 歌ったことはないけど、歌を聞くのは良いことなので、みなさんぜひ歌いに来てください。

## 山口支部の北村るみさんからの投稿

### 平和を祈って

●ロシアのウクライナ侵攻から1年以上も経つのに、爆撃がまだまだ終わりませんね。子どもたちはどんなに怖い、辛い日々をすごしていることなのでしょう。私は車の後ろに「I stand with UKRAINE」のステッカーを貼って走っています。ウクライナに一日も早く平和が戻りますように！



病院前の花壇の花がきれいに咲いています。

## 支援部からの投稿

### 何でも相談会&食材支援

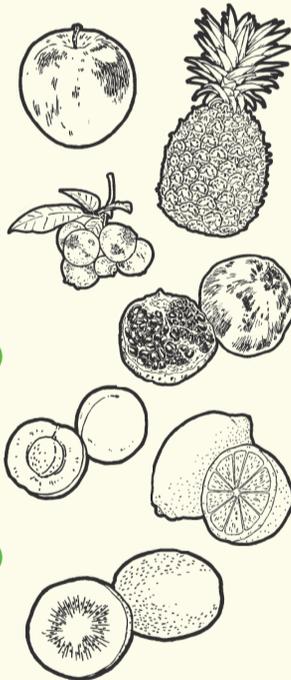
●5月24日(水)、第16回宇部地域「何でも相談会&食材支援」に、山口市秋穂在住の組合員Oさんより、畑で収穫されたばかりの新玉ねぎ70個分カンパのご提供をいただきました。届いた段ボール箱のなかには、いっしょに絵手紙も添えてあり、スタッフ一同心温まりました。ありがとうございました！



# 作っておいしい!! 果実酒クイズ

イ	パ	ア	ン	ブ	ル
レ	イ	ナ	ズ	ベ	ー
モ	ン	ツ	ー	リ	ザ
キ	ス	プ	リ	ロ	ク
ウ	イ	ル	ン	ゴ	カ

### ヒント



### 問題

「梅酒」に代表される果実酒。その材料となる代表的な果物が語群の中にあります。イラストをヒントに教えてください。最後に「これでも果実酒が作れるの?」という果実が残ります。それは何?

### 残った文字を組み合わせて

--	--	--

### 6月号当選者 (応募29通、正解28通)

- 美祿市秋芳町 中村文枝さん 宇部市西岐波 おがざきあおいさん  
 宇部市昭和町 堀美栄子さん 宇部市厚南中央 樋村忠義さん  
 山陽小野田市鴨庄 八木瑞江さん

おめでとうございます!

### 6月号の答え

- ①右端のカエルの左手 ②後ろのカエルの口 ③そのカエルが座る石  
 ④左の人の傘の模様 ⑤その人の後ろ髪 ⑥その人の右手 ⑦その人の長靴

### 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、ひと言添えて下さい。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 5名様分  
 ●締切 2023年8月末日  
 ●発表 2023年10月号にて

●あて先 〒755-0005 宇部市五十目山町15の7の1 医療生活協同組合健康会まちづくり 組合員活動支援部クイズ係まで FAX : 0836-34-2512 メール : sosiki\_kenbun@yahoo.co.jp

# 組合員の声

【宇部市末広町 新良亜衣子さん】

6月号の歯と口の健康についての記事を読み普段の食生活や生活習慣が口の健康に結びついているんだと改めて感じました。年齢を重ねても自分の歯で噛めるよう大事にしていきたいです。

【宇部市昭和町 塩田美智子さん】

健康会の運営委員をやっています。仕事をしながらですが健康会のご活動が少しずつ理解できるようになりました♡

【宇部市西岐波 平海光恵さん】

家のなかです。毎日、月1回の体操教室に参加しています。気分転換になり楽しみにしています。これからもよろしくお願いします。

【防府市鈴屋 山崎郁代さん】

5年前の母の日に娘から贈られた1鉢のモンステラ。大きくなりすぎて2年前に株分けしたところすべての鉢植えが元気モリモリに育ちました。昨年

それをさらに株分けして今は8鉢になりました。一葉一葉の切り込み模様が違うのが素敵!

【宇部市昭和町 河野登喜子さん】

今回は、最後のひとつがなかなか見つけられなかったけれど、班のみんなと目を点にして見つけたときのうれしさ!! 脳トレに良かったです。

【下関市後田町 荒木洋子さん】

3月にケガで手術入院しました。いまでもリハビリ中ですが、手先のしびれで悩まされています。健康が一番だと思いつく思いつく今日この頃です。しかし、先ほど亡き母の形見のサボテンが50年ぶりに花を咲かせました。生命を大切に前向きに生きたいです。

【山口市黒川 松富直利さん】

職場を完全退職して4年目です。ポウリング・テニス・麻雀・卓球とこれまでやれなかったことに挑戦して毎日充実しています。もちろん、洗濯・掃除も分担してやっていますよ。畑で野菜づくりも。

豪雨被害はありませんでしたか? 災害からのちを守ることに真剣にとりくまないといけませんね。今号は8頁で内容も豊富です。健康チャレンジの申し込みもはじまりました。からだに気を付けて夏を乗り切りましょう! (編)

医療生活協同組合健康会  
 0836-33-6644  
 山口県宇部市五十目山町16-23

健康をつくる 平和をつくる  
 いち輝く社会をつくる

こちらのQRコードを読み取ると  
 ●健康会HP  
 ●公式LINE(毎週月曜日に配信予定)  
 ●「組合員の声」の応募ページ  
 の3つのページを選択することができます。

# 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をご覧くださいませ  
【2023年8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。	
------	---	--

		月	火	水	木	金	土
内科	午前 一般	○	○	○	○	○	急患外来
	午前 予約	○	○	○	○	○	
	午後 一般	○	○			○	
	午後 予約	○	○	○		○	
	特診	脳神経内科(月回)					
外科	午前	○	○		○		
	午後			○			
整形外科	午前	○	○	○	○		
	午後					○	
精神科	午前	○		○	○	○	
	精神科は予約制です。まずはお電話でご相談ください。						
訪問診療		○	○	○	○	○	

### 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)	
------	--	--

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
	夜診			○			

### 協立歯科 宇部市五十目山町(☎0836-34-2511)

診療時間	[午前]9:00~12:00(受付は12:00まで) [午後]12:00~17:30(受付は17:00まで) [夜診]17:30~19:30(受付は19:00まで)	
------	--	--

		月	火	水	木	金	土
歯科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
	夜診	○	○		○	○	

### 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]14:30~17:30(受付は17:30まで) [夜診・延長診]17:30~19:30(受付は19:00まで)	
------	--	--

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
	夜診		○	○	○	○	○

※予約制(急患応需)、訪問診療(往診)、無料送迎

### 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)	
------	--	--

		月	火	水	木	金	土
歯科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
	夜診	○	○	○	○	○	○

予約制(急患応需)、訪問診療(往診)、無料送迎

■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

6月30日~7月1日未明に発生した線状降水帯による記録的大雨により被害に遭われたみなさまに、心よりお見舞い申し上げます。

万が一、被害等に見舞われ、身のまわりのご心配事などある方は、お気軽に医療生活協同組合健文会までご連絡ください。

健文会 まちづくり組合員活動支援部

### 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	
------	---	--

		月	火	水	木	金	土
歯科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○(※)	○	○	○
	夜診		○		○		
	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)

- 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)
- 医療生活協同組合本部(総務・経理) 宇部市五十目山町(☎0836-33-6644)

## 健文会 夏期休診・休暇のおしらせ

- 宇部協立病院 8/13(日)~8/15(火)
- 生協小野田診療所内科 8/11(金・祝)~8/16(水)
- 上宇部クリニック 8/11(金・祝)~8/17(木)
- 協立歯科 8/11(金・祝)~8/17(木)
- 生協小野田診療所歯科 8/11(金・祝)~8/17(木)
- 生協下関歯科 8/11(金・祝)~8/17(木)

リハビリデイサービスげんき 通常営業

- 協立グループホームかいなん
- 宇部市南部第1地域包括支援センター
- 訪問看護 8/14(月)~15(火)
- 訪問介護 8/14(月)~15(火)
- 居宅介護支援事業所 8/14(月)~15(火)

リハビリデイサービスたんぼぼ 8/14(月)~15(火)  
※1日コース休み⇒半日コース営業

- 【法人本部】
- 総務・経理 8/11(金・祝)~8/15(火)
- 地域福祉室 8/13(日)~8/15(火)
- 支援部 8/11(金・祝)~8/15(火)

## 健文会・組合員のみなさまに、以下の変更が生じたときは、定款第9条(届け出の義務)により、ご連絡をお願い致します

① 転居(県内での住所変更、姓や電話番号の変更など)⇒電話連絡のみで結構です

### 手続きが必要なケース

- ② 転出(県外転居)(ご本人様により法定脱退の手続きの上、出資金の払い戻しをさせていただきます)
- ③ 組合員の死亡(代理人による法定脱退の手続きの上、名義変更または出資金の払い戻しをさせていただきます)

連絡先  
医療生活協同組合健文会  
まちづくり組合員活動支援部  
〒755-0005 宇部市五十目山町15-7-1  
TEL:0836-34-2510 FAX:0836-34-2512  
E-mail:sosiki\_kenbun@yahoo.co.jp