

**要予約 無料法律相談**  
 12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  
 1月17日(水)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10月31日現在

- 組合員…………… 18,722人
- 出資金額…………… 603,446,000円
- 平均出資金額…………… 32,232円
- 支部数…………… 22支部
- 登録班数…………… 166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**

あらたなつながりが増えた 元気が出た これからも頑張ろう!

# 23年度 健文会・生協強化月間(後半)

10～11月の生協強化月間では、「健文会・2万人組合員早期実現」を目標に各地域や事業所で多彩なとりくみがおこなわれました。引きつづき組合員のみなさまのご協力、よろしくお願いいたします。

## 西岐波・東岐波を2つに分割 7年ぶりに新支部(22番目)が誕生!!

### 岐波支部から西岐波支部・東岐波支部が誕生

10月28日、従来の岐波支部から待望の「西岐波支部」・「東岐波支部」へと分割結成しました。新たな活動エリアはそれぞれの小学校区単位で分け、活動範囲が狭まった分、組合員さんと顔の見える関係づくりをしやすくなりました。



### 美祢支部 「ふるさとまつり」で健康チェック

10月8日美東綾木八幡宮祭りで健康チェックをおこないました。100人近くの方々がいるなかで、健文会をアピールし、お話を聞いてくれた先着25名さまには、手作りのコーヒーゼリーをプレゼントしました。



### 山口支部 中部産直センターふれんど「健康相談会」を実施

10月17日、山口市仁保下郷の「山口県中部産直センター農産物直売所ふれんど」の店先で4年ぶりの健康相談会を実施し、研修医や看護師が測定結果をもとに相談に応じました。午前中は生産農家の方々や従業員さん、午後からは一般の買い物客など35名の参加につながり、大変好評でした。

### 10/14 全県一斉統一訪問行動

今回の参加者のなかで目立ったのは、最寄りの事業所の病院・協立歯科の青年職員でした。行動前に来嶋組活委員長よりあいさつ、地域・職員組合員総勢37名が18組のペアに分かれて元気に地域へ出かけました。訪問総数97軒、うち対話67軒(対話率59%)で加入や増資、手配り配布率向上につなげました。初参加の青年職員は、「病院周辺の地域の様子があった」「地域組合員さんに元気をもらえた」など、共同することの意義を前向きにつかむことができました。



### 「yori・yori café」をオープンしました♪

小野田中央支部は、山陽小野田市セメント町で毎週土曜日、モーニングを提供する「yori・yori café(よりよりカフェ)」をはじめました。医療生協の特徴を生かして楽しい居場所にしていきたいです。

### 宇部 & 小野田で秋の健康ウォークイベント

10月30日、宇部市ときわ公園で、31日は山陽小野田市江汐公園で「秋の健康ウォーキングイベント」を実施しました。絶好の秋晴れのもと、清々しい景色のなかでのウォーキングとなりました。両日合わせて各地域から総勢65名が集結(ゲスト参加含む)。地域を越えた交流の機会となりました。



### 下関支部 チャレンジャーのつどいを開きました

10月5日、下関支部独自に「関門スタート集会」と名付けて伝統的な? 催しになっています。月間方針の確認をして最後は古式ゆかしい「月間がんばろう・・・」で締めくくりました。



■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。

小羽山支部 支部長 角良夫

3年ぶりに「まちかど健康チェック」を再開！  
コロナ感染症の影響で3年間、休止を余儀なくされた「まちかど健康チェック」を9月8日(金)、まるき小羽山店で実施することができました。この日は、陽射しが強いなか、スタッフ一同緊張していましたが、参加者7名と対話をする中で、少しずつ緊張もとけ、最後は笑顔で対応できるようになりました。忙しく過ぎた1時間でしたが、無事に終わることができました。  
来月から、チェック項目のなかに新しく骨密度測定も加わる予定です。多くの人の参加を期待しています。



医療生協の見えるまち

お買い物ついでに、健康チェックはいかがですか～？



▲まるき小羽山店 (宇部市中山)

わたしたちの支部アピール

地域にひろがるタオル体操をきっかけに、新班「つま弾き班」が誕生

上宇部川上支部といえば「タオル体操」です。私が最初に出会ってから随分、進化しています。最近、私がタオル体操で気に入っているステップは、最後にかたを整理椅子から立ち上がるところです。

このタオル体操つながりから、弦楽器を指で弾く「つま弾き」をはじめることができました。楽器は大正琴です。琴は数字(①～⑦)譜で、左手でおさえ右手で弦を鳴らします。はじめは童謡、唱歌から入りましたが、いまの目標は“思い出の流行歌、演劇”です。自分の好きな歌が演奏できるようになればステキですね。

上宇部川上支部 支部長 若林 八重子



第11回

ひろば、私も配ります！

一生協下関歯科事務長 永安 英典一

職員もいっしょに手配り

生協下関歯科では、11月より新たに3名の職員が「手配り」をおこなうようになりました。きっかけは、毎月参加している支部運営委員会で、支部が手配り増やしに奮闘していることが報告されたからです。

それを聞いて少しでも役に立てればと思い、職員に手配りのお願いの声かけをおこないました。いずれの職員も快く引き受けてくれました。配布は事業所近隣ということもあり、職場がある地域を知ることができます。ぜひ、職員のみなさん、手配りをきっかけに地域を見て知っていきましょう。



通信No9

ココって があったよかった!

みんなで笑顔になる「助け合いネットココって」活動と一緒に!

Kさん親子がココって支援員になってはじめての依頼は、庭の草取りに困っていた高齢の組合員さんからです。支援後、「歳をとると草抜きが辛いです。こんなに綺麗にしてもらってありがたいです。来年もよろしくお願いします」と感謝の言葉をいただきました。支援員のKさん親子は、「少し大変でしたが喜んでもらいホッとしました。これからも困っている方のお手伝いをしていきたいと思えます」と目を輝かせていました。

支援をされる側、支援をする側双方が笑顔になる「ココって」活動、一緒にいかがですか？

(小野田中央支部 K・O)



※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

ココって支援員学習交流会

日時 2023年12月14日(木) 14:00

場所 宇部協立病院 多目的室

- 内容 ① 地域包括支援センターの仕事と役割 ② 車いすの扱い方

支援員でなくても興味のある方はぜひご参加ください。

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8・9・10月分の募金総額 23,406円 11月7日集計分

(2022年4月に開始して以降の累計金額628,827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



# 私の職場 宇部協立病院 検査科

『検査科は検体検査室と生理検査室の2部門があり、臨床検査技師が実務をおこない医師の診断や治療に役立つ情報を提供しています。』

## 検査室2部門の実務

検体検査室では、患者さまの血液や尿中の成分を化学的に分析したり、細菌やウイルスがないか、赤血球や白血球の数や種類を調べたりしています。また、輸血が必要な患者さまには安全に輸血がおこなえるように準備をしています。

生理検査室では心エコー、腹部エコーなど各種超音波検査のほか、心電図、呼吸機能検査、脳波などの検査を患者さまと直接、対面しておこなっています。検査技師のなかには各種学会認定資格を所有する技師もあり、専門知識を生かして患者さまの臨床検査をおこなっています。

## 高いレベルの検査を迅速に

検査科では夜間や休日でも24時間体制で急患及び病棟での急変患者さまの検査を迅速に実施できるように業務に望んでいます。今後も自己研鑽と検査科全体のレベルアップを通して、地域の皆さまに信頼性の高い検査を提供していきます。



宇部協立病院 検査科課長 藤井 理乃



## 宇部協立病院

# 最新MRI装置が稼働

MRIを使用した全身がん検診と乳がん検診を開始しました。放射線を使わないので、被ばくすることはありません。

- 全身がん検診…頸部～骨盤までを1度に撮影し、がんリスクを調べることができます。前立腺がんなどの尿路系がんの診断に適している一方、胃がん・肺がんの診断には比較的向かないとされています。そのため、胃透視や胃カメラ、胸部CTとの併用受診をおすすめしております。
- 乳がん検診…専用ベッドにうつ伏せになっていただき、乳房を圧迫することなく検査ができます。

- 乳がん検診を受けたことのない方
- 血縁者に乳がんの人がいる方
- 高濃度乳腺（デンスブレスト）の方
- 出産経験がない・初産年齢が高い・出産回数が少ない方
- 授乳経験がない・授乳期間が短かった方

24年3月末まで  
組合員さんにお得な  
キャンペーンあり！



にオススメです。組合員の方は2024年3月末までキャンペーン価格で受診できます。是非この機会にご利用下さい。価格は以下の通りです。

	組合員価格	非組合員価格
全身がん検診	2024年3月末まで <b>40,000円</b> 通常価格 50,000円	<b>60,000円</b>
乳がん検診	2024年3月末まで <b>15,000円</b> 通常価格 17,000円	<b>20,000円</b>

組合員の方は **2024年3月末までキャンペーン価格** で受診できます。 価格(税別)



## 全職員でとりくむ 医学対ワークショップ 2023

40名参加

# みんなの力で奨学生誕生を！

山口民医連 浅田 淳子

11月1日(水)、宇部協立病院にて、奨学生を増やすための医学対策をみんなが話し合う『全職員でとりくむ医学対ワークショップ2023』を開催しました。当日の参加者は40名。島根県の松江生協病院・鈴木健太郎医師を講師にWeb学習講演をしていただいたあと、山口民医連の活動報告をして班別討議をおこないました。

得はとも大切な活動です。参加職員からは、『目の前の仕事に意識が向きがちだが、後継者の育成が大切だと感じた』『医学生に山口民医連の魅力発信を』『まずは声かけから始めたい』など、前向きな意見がたくさん出されました。今後、山口民医連の医療や健文会の組合員活動を伝えられるよう、職員も組合員も一丸となる奨学生対策活動にとりくんでいきます。

## 組合員のみなさまへの重要なお知らせ

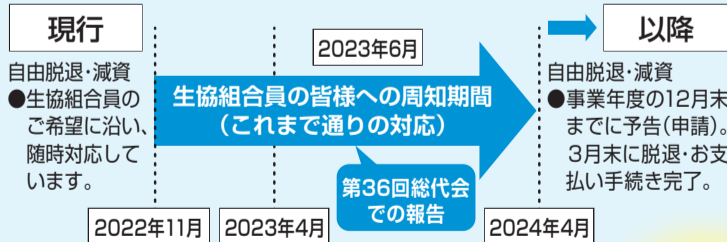
「自由脱退(任意)」と出資金「減資」の際は事前に「予告(申請)」が必要となります  
「生協法」並びに「定款」を徹底します  
生協組合の「自由脱退(任意)」と「減資」の手続きが変わります

2024年4月より

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】 医療生活協同組合健文会 まちづくり組合員活動支援部 TEL 0836-34-2510 FAX 0836-34-2512

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。



# 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

【2023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	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
	夜診	○	○	○	○	○	○
	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	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)					
内科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
	夜診	○	○	○	○	○	○
	訪問診療	○	○	○	○	○	○



### 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)					
歯科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
	夜診	○	○	○	○	○	○
	訪問診療	○	○	○	○	○	○



### 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	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○(※)	○	○	○
	夜診	○	○	○	○	○	○
	最終受付	16:30	18:30	16:30	18:30	16:30	11:30



### 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)					
内科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
	夜診	○	○	○	○	○	○
	訪問診療	○	○	○	○	○	○



### 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)					
歯科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○(※)	○	○	○
	夜診	○	○	○	○	○	○
	訪問診療	○	○	○	○	○	○



- ◆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)

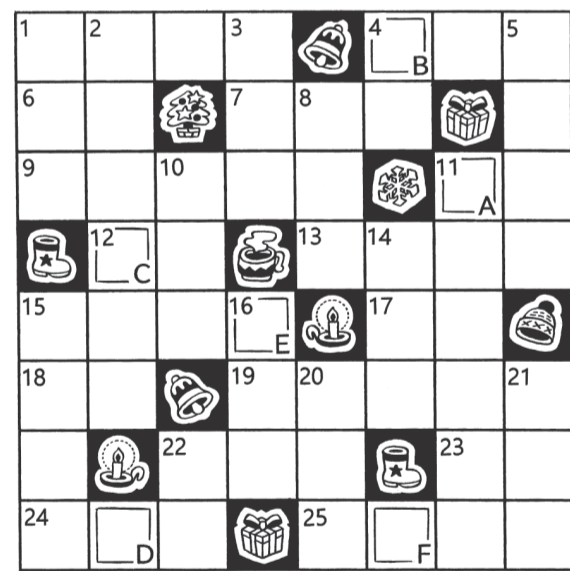
### 【ヨコのカギ】

- なつかしのCMソング「……用心火の用心」
- 冬至の日のお風呂は?
- 事情が複雑、…曲折
- じゃんけんのチョコ
- レコードを収容する
- 大型のサメの俗称
- …サイド、…サンキュー
- 元禄15年12月14日、赤穂浪士がやりました
- 井戸などにたまる水
- 時……。快……。電車
- 餅つきの道具の一つ
- 病人が入院する部屋
- 英語だとペイン
- 夜になったばかりの頃
- 原付バイクは2段階……
- 三浦雄一郎、植村直己さん共通の肩書は?

### 【タテのカギ】

- 12月22日、昼がいちばん短い日
- 一〇八回の音が鳴りおわると新年です
- 床屋、今は……店
- ロビンフッドやウィリアムテルは……の名手
- コアラの好物
- 甘みの強い調味料
- 状況に応じて対処すること、……バイ……
- 作り事。小説
- 地下の層
- 太陽から3番目の惑星
- 形がゆがんでいます
- 物やお金の使いみち
- あとから加えること
- 和室では脱ぎます

## クロスワードパズル



【問題】二重ワククの文字を、A~Fの順に並べてできる言葉は、なに?

### 10月号当選者 (応募47通、正解47通)

- 下関市豊田町 吉岡和巳さん
- 宇部市上条 村岡容子さん
- 下関市羽山町 安田ヨシ子さん
- 宇部市西岐波 高松初子さん
- 山陽小野田市大休団地 守山武夫さん

おめでとうございます!

●10月号の答え **レモンティー**

### 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 5名様分
- 締切 2023年12月末日 ●発表 2024年2月号にて
- あて先 〒755-0005 宇部市五十目山町 15の7の1 医療生協健文会まちづくり 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

【宇部市東須恵 三宅テル子さん】  
初めてクロスワードに挑戦しました。なかなか難しく苦戦しました。次回も頑張ろうと思います。

【宇部市東岐波 高杉久美子さん】  
マイナンバーと健康保険証の一本化は、高齢の方には無理だと思います。反対!

【下関市阿弥陀寺町 廣瀬喜久さん】  
年金で生活している私たちは、値上げなどが家計を圧迫しています。安い店に行こうとしても、すでに免許を返納しているの、遠くへは行けません。これから生活がどうなるか心配です。病気になるないように頑張ります。

【山口市宮野下 蔵重千恵子さん】  
このごろ近場の用事には、車を使わず歩いて済ませようとしています。健康にも良いし、ガソリン代の節約にもなります。その上歩いているといろいろ発見があって楽しいです。一石三鳥ですね。

【宇部市海南町 吉柳より子さん】  
県内初のMRの導入はうれしいニュースです。これを機会に私も自身も出資金を増やしました。以前、別の病院でMRの検査をしたとき、とても長くかかり辛かった思いをいたしましたので……。

【下関市山の田北町 高橋千代子さん】  
元職員です。健康のひろばを見ていて看護師さんの制服が変わっていることにびっくりしました。私が入職したころはナースキヤップと白のワンピースに白のタイツでした。

今年も「健康のひろば」への応援ありがとうございました。年四回全組合員さんへお届けする号を八面にしましたが、ご感想などお寄せください。寒さが厳しくなります。体調に気を付けて良いお年をお迎えください。(編)

医療生活協同組合健文会

0836-33-6644

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

- 健文会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。