

学ぼう！つながろう！ひろげよう！医療生協健文会♡



# 組合員活動 NEWS

No. 8

2026年  
1月27日  
発行

寒い時こそ 互いの顔を見て、話をしよう。  
1~3月も積極的に地域へ出かけよう！

## 年初めに心機一転！宇部地域「何でも相談会＆食材支援」

日時:2026年1月10日(土)10:30~11:30

会場:リハビリ・ステップげんき(参加者76名)



「参加者に少しでも、あたたかなスペースでゆっくりくつろいでほしい」、「お茶をいっしょに飲みながらいろんな話を引き出したい」と、年明け1月開催より、宇部地域の食材支援活動は従来の場所と曜日を思い切って変更しました。この度より土曜営業の休みを有効利用して「リハビリ・ステップげんき」としました。

この日も組合員が育てた立派な大根や、センター事業団職員からのキャベツ、組合員ボランティアが準備したほかほかの炊き込みご飯など、心のこもった温かいものが並びました。袋に詰めてボランティアスタッフが笑顔いっぱいに手渡します。組合員・職員からのお米2合カンパや遊休品(生活雑貨や衣類・食品)も多く含まれています。初めて参加されたボランティアや久しぶりに対面できた親子連れなどもおられました。(相談1件あり)

会場が従来よりもゆったり広いスペースになり、スタッフも余裕を持って準備でき、参加者も思い思いにゆったり過ごしてもらいました。初めてスタッフとして参加した職員から「実際の活動内容がよくわかった、職場でも知らせたい」「青年職員にもいっしょに参加してもらえるとうれしいね」「デイサービスの宣伝効果もあるのでは?」など、たくさん感想が寄せられました。

### 開催前のミーティングの様子

組合員ボランティア6名、理事3名、げんき1名  
病院職員2名、県連2名、地域福祉室3名、  
支援部3名、本部1名の計21名集結。  
この日の役割分担を入念に打合せ！



フリーマーケットを楽しむ参加者のみなさん(下図)  
組合員や職員から寄せられた多くの衣類や日用品が  
並び、レイアウトもバッチリ！まるでお店のようです。



# 宇部市立岬小学校で ボクササイズ参観日!?



12月15日、これまで長年のきっずチャレンジからのつながりもあって、宇部市立岬小学校の学校保健安全委員会「体力向上のためのエクササイズ指導」に参加してきました。当日は学校の体育館に集まった低学年の生徒のみなさんと保護者・教職員含め総勢50名が集結。指導にあたったのは山本理学療法士と、ゲスト学生(専門学校生のI.Nさん(高校生時、女子学生ボクシングで全国ランキング3位)も飛び入り参加。

ウォーミングアップは縄跳び、つづいて「マス目でケンケンパ」、最後は腕立て伏せの姿勢で横移動などを行いました。ケンケンが上手にできない子たちも次第にコツを覚えて最後は楽しんで参加。参観日を兼ねていたため、保護者も親子で楽しんで体を動かされていました。遊びの要素も取り入れ、お友達と競い合いながら全身運動になったようです。取り組みを通じて学校や保護者さんたちに健文会を知ってもらうきっかけができました。今後は多職種の関わりでメニューをもっと豊富にしたり、地元組合員の共同参加なども視野に入れてきたいと思います。地域のなかで学校と健文会の信頼とつながりを築いていけたらいいですね!

## みんなが笑顔ひとつになれる場所 手配り交流会 恩田中央支部

昨年12/10、恩田中央支部は「手配りさん交流会」を行いました。高齢になると寒い時期はおっくうになり、なかなか声掛けしても断られることが多い昨今ですが、思い切って実施しました。場所は前支部長Yさんの掛け声で「家の自宅を遠慮なく使ってもらったらうれしいねえ…」と一声で計画が決まりました。

忘年会とクリスマス会を兼ねていたため、フラダンス披露や手話をしながらの替え歌「北国の春」にあわせた替え歌「白玉あんみつ・きな粉もち」と続きました。みんなの手拍子、笑顔と笑い声が鳴り響きました。

会のさいごに参加者一人ひとりから、日々、大変なことや嬉しかった出来事などを報告され、みんなで「明日からまた頑張ろうね」と互いを励まし合い、来年の再会を約束して家路に着きました。

支部は目標とする機関紙手配り配布率には届いていませんが、皆さんの元気な力を借りて組合員同士の対話、横のつながりをこれからも大切にしていきたいと考えています。



## 「健文会のサポーター増資」(口座からの自動積み立て増資)

期間中、申し込みされた方に  
うれしい参加賞あります！

やり残し拡大月間、推進中！！

行動期間：2026年1月～3月31日まで

《目標》 生協強化月間中の残目標を年度末までやりきろう

あと計75名「地域支部計37名」、「事業所計38名」

(※「増額」変更もカウント対象になります)

職員は各職場に  
申し込み書を  
配布中