

世界の宝「憲法9条」を守ろう！

私たちの願い
一人ひとりが人間として尊重される社会をめざし、様々な人々と手をつなぎあい、医療、福祉、介護の事業と運動をとおり、健康をつくる、平和をつくる、いのち輝く社会をつくることです。

福山医療生協だより

ホームページ <http://www.fico-op.jp>

福山医療生協の現況
組合員11,567人 出資金3億6,984万8千500円 (2024年8月31日現在)
新加入者119人 増資者981人 (4/1~8/31)
発行:福山医療生活協同組合 福山市木之庄町2-7-2 TEL 084-973-2280
●1部10円(組合員の購読料は出資金に含まれています)



生協でつながり安心 であい・ふれあい・ささえあい

10月1日(火)~11月30日(土)は生協強化月間です。生協強化月間とは、1948年10月1日「消費生活協同組合法」の施行を記念して、全国の生協が生活協同組合の活動を地域に広く知ってもらい組合員をふやすためのとりくみを行う期間です。

福山医療生協は、仲間ふやし・出資金ふやし・班づくり・担い手づくりに地域組合員と職員組合員がともに力を合わせてとりくみます。また、誰もが健康で居心地よくらせるまちづくりをめざし、健康づくりやまちづくりにとりくみます。

健康づくりとまちづくりを広げるために様々な企画に取り組んでいます！

健康づくり委員会主催2024年度学習会のお知らせ

第3回は「歯科講習」です。ぜひご参加ください！
内容：オーラルフレイルについて
講師：植村敦子歯科衛生士
日時・場所：11月20日(水) 13:30~14:30 城北診療所3階
12月9日(月) 13:30~14:30 ふれあい診療所2階
※同じ内容ですので、どちらかにご参加ください。
定員：15名(定員になり次第締め切り)



【参加申し込み・問い合わせ】福山医療生協組織部 084-999-9900

けんこうチャレンジは続けていますか？



報告カード

報告カードの提出締切は11月30日です。パンフレットをお持ちの方はご提出ください。二次元コードでの報告も可能です。報告が済んだ方も健康づくりのために継続していきましょう！

健康づくり委員会主催2024年度第1回学習会を開催しました！

今年度第1回は『運動』の学習会として、矢部理学療法士による「フレイル予防体操」を、ふれあい診療所7月25日、城北診療所8月27日に開催しました。深呼吸から始まり、頭から順番に足までストレッチと運動を行い、最後は全身を使ってサーキットトレーニング。なかなかハードでしたが、みんなで「1、2、3、4、・・・」と声を出し合いながらやり切りました。



写真は、7月25日ふれあい診療所の様子。みなさんうまくバランスがとれています。
(8月27日城北診療所は講師の都合により、7月25日に撮影し作成したDVDを使用して開催しました。)

まちづくり委員会主催

『防災のまちづくり』福山市出前講座のお知らせ

日本は災害大国であるにも関わらず、避難所での雑魚寝やトイレの不足、貧弱な食事など人権無視、防災対策の遅れは深刻です。

今年1月に能登半島地震が起こり、私たちは自分の町の防災対策がどうなっているのか聞きたいということになりました。

ぜひ、一緒に参加して防災について考えてみませんか？



日時：10月22日(火)
13:30~15:30

場所：ふれあい診療所(福山市駅家町万能倉96-3)

講師：福山市 危機管理防災課

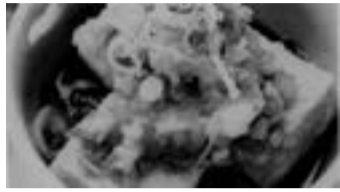
参加申し込み：福山医療生協 組織部 084-999-9900

すこしお生活 今月のメニュー

油淋鶏風豆腐ステーキ 1人当たり・232 kcal・塩分：1.5 g

〈材料〉 (2人分)

- ・木綿豆腐 ……1丁(300g)
・片栗粉 …… 適量
・油 …… 大さじ1
〈たれ〉
長ねぎ(みじん切り) ……1/4本
酢 …… 大さじ1
砂糖 …… 大さじ1
醤油 …… 大さじ1
おろし生姜 …… 少々
鷹の爪(輪切り) …… 少々
ごま油 …… 小さじ1



〈作り方〉

- ① 木綿豆腐はキッチンペーパーに包み、しっかり水気を取り、食べやすい大きさに切って、片栗粉をまぶす。
② 〈たれ〉の材料を全て混ぜ合わせる。
③ フライパンに油を熱し、①の豆腐を入れて両面こんがり焼く。
④ 器に盛り、〈たれ〉をかける。

コメント:

「豆腐でヘルシー♪甘酸っぱいネギダレがやみつきに！」 石井管理栄養士

組織部に職員が増えました！よろしくお祈りします！

23歳から看護師として働き、2007年から福山医療生協へ入社し、17年間看護師として勤務していましたが、このたび9月より、組織部へ異動となりました。
解らないことや不慣れなことが多くありますが、少しでも皆様のお役に立てるよう頑張りますのでよろしくお祈りします。



佐藤組織部員

公式アカウント～福山医療生協LINE～

友だち募集中

【登録方法】 右記のQRコードで友達登録してください。福山医療生協の医療・介護事業所や組合員活動、健康づくり等の情報をお知らせしています。ぜひ、登録をお願いします！



診療所からのお知らせ

コロナワクチン・インフルエンザワクチンの予約を両診療所でお取りしています。詳しくは各診療所にお問い合わせください。

■城北診療所 ☎ 084-923-8161

診療科目/内科 (予約は午前8時30分から受け付けています)

Table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金, 土) and rows for time slots (午前 9時～12時, 午後 16時～18時) showing clinic locations and staff.

- ※健診は16時30分までの予約制です。
※栄養相談 午前9:00～12:00 (金曜日は第1、3、5) 午後 月・火・木 (詳しくはお問い合わせください。)
※法律相談 偶数月の第2水曜日14:00～ (要予約)

■ふれあい診療所 ☎ 084-976-4334

診療科目/内科 (予約は午前8時30分から受け付けています)

Table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金, 土) and rows for time slots (午前 9時～12時) showing clinic locations and staff.

- ※栄養相談 火曜日：隔週、金曜日：第2、4週目 9:00～12:00 (要予約)
※法律相談 奇数月の最終の火曜日14:30～ (要予約)
※休診日は職員が不在の場合がありますので、来られる前にお電話ください。

***** 介護の相談は *****

- しあわせ居宅介護支援事業所 …… 921-6453
訪問看護ステーションしあわせ …… 973-6456
ヘルパーステーション城北 …… 973-6455
デイサービスすみれ …… 973-2218
看護小規模多機能しあわせ …… 921-6453

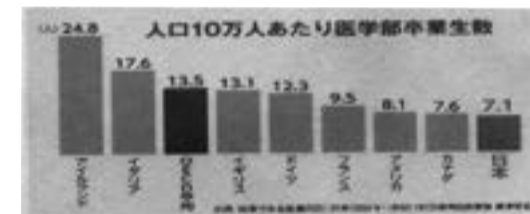


医師・医療従事者を増やす署名にご協力ください！

コロナ禍での医療崩壊の最大の要因に深刻な医師・看護師不足があったことを多くの医療従事者が認めています。
日本は、人口当たりの医学部卒業生数がOECD(経済協力開発機構)加盟国の中で最も少なく、医師数はOECD平均から13万人不足している中、政府は少子化が進むことを理由に医学部定員削減を検討しています。
安心して住める地域を支える役割として医療機関は重要な存在です。この署名は医療従事者の増員や医学研究、教育の充実を求める内容になっています。地域住民が安心できる医療提供体制の構築を求め、是非署名にご協力をお願い致します。

【人口当たり医学部卒業生はOECD加盟国で最小】

先進国一高齢化社会の日本の医師数は、75歳以上の高齢の医師も含めて約35万人ですが、OECD加盟国平均より13万人不足し、人口当たり医学部卒業生数はOECD加盟国最少。



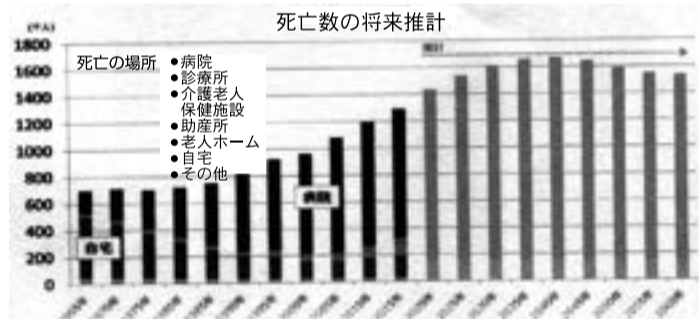
署名は「から」



https://chnng.it/kz6sfkNT2q

【今後40年以上医療需要は減少しない】

人口減少が進行しても、わが国では推計年間死亡数が年間150万人を超える多死社会が、2025年から2070年まで継続し、今後40年以上医療需要が減少することは考えにくい状況です。むしろ世界的には医学が発展する中で医療や健康産業の需要は大幅に増加するとされ、世界各国は医師を大幅に増やしています。



お楽しみクイズ?

なぞなぞクイズ

- ① みんなのお腹の中にある木。一体、なんの木？
② 丸くておいしい、「だんだんだんだん」ってな～んだ？
③ 秋の風に揺れる、酔が好きな草って、な～んだ？

【7・8月合併号の正解と当選者】

正解 ①7+0=7 ②9+6+6=21
たくさんのご応募ありがとうございました。
正解者の中から抽選で、2名の方にクオカードをお送りしました。
沼隈町 I.A様 神辺町 M.E様

【応募方法】

- ◇郵便はがきまたはEメールで、答え・郵便番号・住所・氏名・年齢を明記の上ご応募ください。
〒720-0082 福山市木之庄町3-6-5 福山医療生活協同組合・組織部
電話：084-999-9900 Fax：084-999-9901 Eメール：sosiki@fico-op.jp
◇正解者の中から抽選で2名の方にクオカードをお送りします。
◇医療生協や健康への思い、日常生活の身近な出来事などお書きください。紙面で紹介させていただきます。ご了承ください。
* 締切：2024年11月10日消印有効

【読者の声】

- ・広島原爆の日記念式典に向けて1週間家で折鶴を折ったのが暑さを忘れさせてくれました。
・けんこうチャレンジとても良い企画ですね。