

### 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  
と運動をとおして、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>

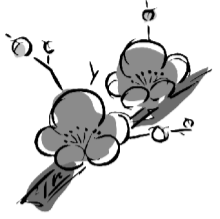
福山医療生協の現況

組合員11,441人 出資金3億6,760万500円 (2025年1月31日現在)

新加入者277人 増資者2,218人 (4/1~1/31)

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)



## 集まろう！話そう！つながろう！



～仲間と会って心がワクワクする医療生協の活動～



1月26日(日)、加茂交流館にて2025年加茂支部新春のつどいを開催しました。熊谷真由美さんの司会で進め、始めに加茂支部の歌を松本恵子さん、三島睦子さんの先導で唄いました。

高木武志支部長が「今年も楽しい行事をして行きましょう」と挨拶。来賓の方々の挨拶の後、猪原純&ネムカカコンサートの第1部は、ネムカカさんの「ホタルノアカリ」で始まりました。猪原純さんとネムカカさんは、同じ医療機関に勤めていた関係で一緒に演奏活動を開始。「ホタルノアカリ」と4曲目の純さんの「花のように」は、福山市民病院労組の依頼で看護師などケア労働者への応援歌としてつくられました。続いて「あなたに逢えて」「虹の頃に」等、オリジナル曲を演奏。会場は灯りを暗くしてペンライトで盛り上がりました。

休憩の後、第2部として「みんなで唄おう」企画で「上を向いて歩こう」「め組の人」「ルビーの指輪」等、唄いました。「人生いろいろ」では、松本恵子さん、重本チサエさん、花岡組織部員がトリオで唄いました。最後に「心の旅」「翼をください」をみんなで輪になって唄い、会場が一体となり感動をかみしめながらコンサートは終了しました。猪原由美子副支部長は、アンコールの「翼をください」を聞きながら、昔のことを思い出し涙が溢れ感動しましたと閉会挨拶をしました。



11月から毎週水曜日にオープンして、大勢参加していただき、ありがとうございます。コロナが明け、待ちわびておられたようで、ご近所の顔見知りが集まったり、男性も多く来られ、閉店時間ギリギリまで話が弾んでいる方も。カフェからの眺めも良く、3月4月の桜の花見の時期は絶好です。引き続きお気軽に立ち寄って下さい。カフェ内のフリーマーケットは皆様の持ち込み品も多く、安価なのでお得感やお楽しみもあり盛況です。

フリーマーケットの部屋には、洋服や小物、バッグ、日用品、おもちゃなどお楽しみがいっぱいです！

### 健康づくり委員会で、普通救命講習を開催！

クイズ：福山市に救急車は何台配備されていると思いますか

1月30日(木)ふれあい診療所、2月12日(水)城北診療所にて、健康づくり委員会主催の「普通救命講習会」を各管轄の消防署の指導で開催し16名ずつが参加しました。最初に、路上で倒れていた人を発見したとの想定で、①まず人を呼ぶ「誰か、手を貸してください」「あなたは119番に電話して救急車を呼んでください」「あなたはAEDを持って来てください」と周囲の人に助けを求める。②倒れている人の肩をたたき、「どうされましたか？聞こえますか？」と大きな声で声をかける。③目を閉じたまま呼吸をしていないと判断したら、直ちに心臓マッサージ。AEDを使用しても反応が無い場合、救急車が到着するまで、マッサージを続ける。(救急車の到着まで、平均6分から9分。その間1人でマッサージをするのは体力的に無理なので周りの人との助け合いが必要。救命処置で生存率が上がる。)その後、2グループに分かれて心肺蘇生、AEDの実技を行いました。

「良いチャンスを貰いました。知らないことだったので本当に良かったです。」「何度か聞いていても再度講習を受けると、新しい発見があり意識も変わりました。参加して良かったです。」など参加者から感想が出されました。(クイズの答えは2面に掲載)



### 第45回 通常総代会公告及び役員選任公告

#### 第45回 通常総代会

日時：2025年6月28日(土)  
13時30分～16時30分  
会場：神辺文化会館・小ホール  
\*状況により変更させていただくことがあります。  
総代定数：120名  
選挙区：15の支部選挙区

#### 2025年度 役員選任公告 (任期2025年度～2026年度)

◇役員選任規約第11条に基づき以下のとおり公告します。  
①2025年度役員選任を行う通常総代会の日時と場所 左記参照  
②理事定数…◇全体区7名 ◇地方区8名  
③申出の受付方法…役員立候補届出用紙に記入し、2025年4月9日(水)までに福山医療生協本部へ提出する。  
\*資格…2025年2月28日から継続して組合員であること

#### 総代支部選挙区と定数 (120)

沼隈	2	本庄	6
城北	13	中央	9
東	8	神辺	12
西	9	あしな	20
城東	4	加茂	6
向陽久松台	10	御幸	9
水呑田尻	2	府中	2
南	8		

すこしお生活 今月のメニュー

菜の花としらすのかき揚げ 1人当たり・252 kcal・塩分：0.6 g

〈材料〉 (2人分)

- ・菜の花 …… 1/4束(50g)
- ・人参 …… 1/4本
- ・玉ねぎ …… 中1/4個
- 〔薄力粉 …… 大さじ1/2
- ・釜揚げしらす …… 30g
- ・青のり粉 …… 少々
- ・揚げ油 …… 適量
- ・レモン(レモン果汁) …… 適量



〈作り方〉

- ① 菜の花は1/2に切り、玉ねぎ、にんじんはせん切りにする。
- ② ボウルに①と薄力粉を入れて混ぜる。
- ③ 別のボウルを用意し〈衣〉の材料を全て入れよく混ぜてから、②(玉ねぎ・人参)、しらす、青のりを入れて、さっくり和える。

- ④ 揚げ油を180℃に熱し、木べらの上に③を乗せ、滑らせるようにゆっくりと油の中に落とし揚げる。
- ⑤ 皿に盛り、レモンを絞る。

コメント:「小麦粉と片栗粉で作るサクサクの衣が美味しすぎるかき揚げ！」  
石井管理栄養士

たすけあいの会 活動会員大募集!

暮らしの中の「困った」をサポートする有償ボランティアです。あなたの経験、技術、人助けの気持ちを心からお待ちしております。

作業内容

室内掃除など家事援助、草むしり、草刈り、剪定、伐採、網戸・障子張り替え、家具移動、不用品処分、院内付き添いなどを行っています。

《作業料》1時間800円 【連絡先】080-6340-4479(西澤)

診療所からのお知らせ

■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)

	月	火	水	木	金	土
午前 9時~12時 (予約制)	山崎	松隈	山崎	山崎	山崎	交替
	松隈	水谷	水谷	水谷	水谷	
			磯田		松隈	
午後 16時~18時	山崎	松隈	休診	佐々木	休診	休診
	藤原	藤原		山崎		
		心療内科 13:30~				

- ※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)

	月	火	水	木	金	土
午前 9時~12時 (予約制)	藤原	藤原	休診	休診	藤原	休診
		磯田				

- ※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	921-5511

組合員の声 訪問介護の危機を止めよう

3年前に亡くなった母は田舎で一人暮らしでした。少し動くと酸素が入らず息が切れる状態で、私は2年母の介護で実家に通いましたが、訪問介護がなければ住み慣れた家で暮らし続けられなかったでしょう。

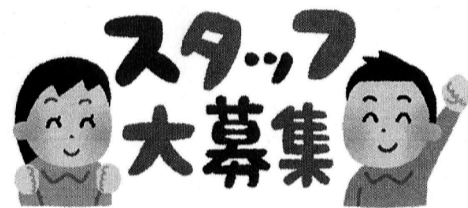
身体介護、生活支援などの訪問介護は要介護者の生活を支える上でとても重要です。ところが、昨年4月から自公政権により基本報酬が引き下げられました。

国の調査で訪問介護事業所の4割近くが赤字ということです。これにより訪問介護事業所の休業や廃業が加速し、全国的には自治体の中で空白地域もあると報道されていました。特に1軒1軒まわる、中小事業所は利益を得ることが難しくなっています。ヘルパーの給与も他業種と比べ安く、人手不足も深刻です。厚労省は職員のベースアップを言っていますが、数字の根拠がなく人材確保は困難な状況です。

2024年度の軍事費は8兆円でした。軍事でなく暮らしに予算を充てて介護保険の国庫負担割合を増やして、介護保険料・利用料の軽減、介護報酬の引き上げを実現させましょう。

加茂支部 高木聖子運営委員 (加茂支部だより 2月号より)

城北診療所・在宅介護センター城北の職員は組合員さんや利用者さんの笑顔の為に、日々働いています。特に看護や介護分野は働き手がいなと言われていたのですが、私たちの事業所も人手不足で悩んでいます。私たちが一緒に福山医療生協で働きませんか!



城北診療所 担当:平松 (084-923-8161)	看護師
看護小規模多機能しあわせ 担当:片山 (084-921-5511)	看護師(夜勤専属パート)

★資格や勤務時間により加算等を含めた給与が異なります。少しでも気になった方はご連絡下さい。お待ちしております!!

お楽しみクイズ?

- 問題1. 孫がおじいちゃんと球技をしました。何をしました?
- 問題2. オセロのコマは何種類ある?
- 問題3. 花束が2束と3束あります。合わせると何束になるでしょう?

【12月・1月合併号の正解と当選者】

- 正解 ① 葉(指)
- ② 1回(99-1=98になるので99から1引けるのは1回だけ)

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。木之庄町 U.R様 木之庄町 K.K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  
Eメールの場合、住所・氏名がない方が多いです。正解しても抽選から外れますのでご注意ください。

- \* 締切:2025年4月10日消印有効
- ◇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くことがあります。ご了承ください。

【読者の声】

退職してほぼ家の中で過ごすようになり、筋力低下は、目まぐるしく感じますが、思うだけで何も出来ない状態。気持ちと行動が伴うには、さてさて。

普通救命講習クイズの答え:15か所に救急車16台配備