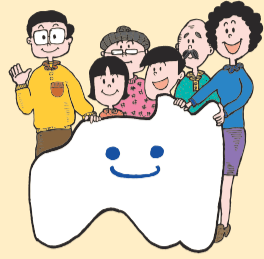


きらり健康生活協同組合



いのちの炎

〒960-8055 福島市野田町1丁目15番12号
TEL 024-531-6262 FAX 024-531-6333
URL <http://www.kirari-hcoop.com>
e-mail seikyou@kirari-hcoop.com

● 発行人/専務理事 柿沼 充
● 編集人/「いのちの炎」編集委員会



(スマートフォン専用)



生協の現況

★ 組合員数.....21,398名
★ 出資総額.....650,102,000円
★ 一人平均出資額.....30,381円
2021年11月30日現在

2022年 あけまして おめでとうございます



笑顔あふれる1年になりますように



ごあいさつ
理事長 栗村 知

あけましておめでとうございます。
組合員のみなさんには、常日頃よりきらり健康生協を盛り立てていただいております。この場をお借りして改めて御礼申し上げます。

なぜギリシャ文字なのか、アルファ、ベータ、ガンマ、デルタ、オミクロンと変異株が発生し、コロナ禍はいまだに燃り続けています。そのため、時間とともに弱まるワクチン効果を回復させるため三回目の接種が始まりました。オミクロン株への効果を期待するところですが、これまで同様、マスク着用や換気など基本的な感染防止対策を徹底していくことには変わりはないと思われまふ。

きらり健康生協は、一九八二年五月八日の法人登記をもって創立され、今年が創立四十周年を迎えます。その記念事業として、記念誌作成と記念イベントを企画し、同時に、新規事業の検討を行います。記念誌は設立当初から尽力いただいた方々への感謝を表し、イベントは未来に向けて新たな繋がりを広げることをごコンセプトとしています。新規事業については、看取りへの対峙と身の丈にあわせた事業再編を検討するという事です。これは、「治す医療」だけでなく、「支える医療」へのシフトを意味しています。

ところで、事業再編は、これまでも地域実態や診療・介護報酬改定を踏まえて行ってきました。例えば、とやの居宅介護支援事業所、しみず居宅介護支援事業所、ほうらいデイサービスは廃止しました。須川診療所のデイケアはクリニックを経て現在のリハビリセンターとなりました。その後、歯科・歯科口腔外科と、訪看しみず管轄のサテライトのうえとサテライト上松川を併設しました。最近では、中央西地域包括支援センター、愛ホームケアにじのまを開設し、昨年は、愛ホームケアすかわを開設しました。

この愛ホームケアすかわは、定期巡回・随時対応型訪問介護看護サービスを提供する事業所です。定期的な看護師の巡回と二十四時間のホームヘルパーの対応を定額で受けることができます。看取りは、家族にとって不安や負担が大きいものですが、このサービスが入ることによって、介護的な面や精神的な面での負担が軽減されます。

今後とも、きらり健康生活協同組合は、組合員の方々の安心・安全と職員の雇用を守るために、スクラップアンドビルドの意思決定をしながら事業運営を適正に進めていきたいと考えています。

最後に、二〇二二年がみなさんにとって穏やかな一年となりますことを願ひまして、新年の挨拶いたします。



「ヒトが人となる。」その進化の要はコミュニケーションです。原始、向かい合うヒトの顔を眺め、瞳を見つめ、口から出される音を聴く。そうして向かい合うヒトとの共通項を見つけようと努める。表情や瞳や声により協同する人としての認識や存在を確かめ合っていく。そういうことを長い時間をかけて培ってきたコミュニケーション。これを基礎として、今、私たちが存在しています。私たちにあって大切なこのコミュニケーションが、コロナの世界的な流行により、ズタズタにされてしまいました。家族間でさえ「孤」にされてしまいました。この「孤」の中で、心身の不調を覚える方々が増えていきます。コロナ「禍」と言われていますがコロナの「流行」を「禍」にしたのは政府の責任です。国民一人ひとりが健康な生活や暮らしを維持するために、平常時からその基盤作りをしないといけない政府の施策の在り方そのものに影響され、今回の非常時にその問題解決ができない状況になってしまったものです。でもそれを私たち医療生協ならではのコミュニケーションならではのコミュニケーションを通して、声をかけあい、気づきあい、暮らしていく。「弧」を作らない、そういうスタイルを今年もさらに一層前に進めていきたいものです。


(Y・K・生)



第50回 通常総代会

みんなも声に出してやってみよう!
4面「やってみよう体操」参照

青空の下 みんなのわんぱ

お子さんと一緒に、
歯磨き動画を見よう!
こちら 

お口の健康いっしょ

活動交流集会

二次元
バーコードを
読み取って
みてね!

春

バケツで植えり

季節の移り変わりを感じまわります



いざ収穫!!

みんなの成長をまわります

秋



夏



園芸ボランティア活動

七夕の祭りの衣装

二次元
バーコードを
読み取って
みてね!


利用者さんも喜んでくれました。

心をこめて取り組んでまわります

せりりん

あなだちにも会いまわります

とものん

各事業所の
骨密度測定に関する
情報は、
こちら 

エイッ、ピシッ

骨密度測定器は、
4つの診療所全てにあります。

上松川

初詣試み マルエ♡
いっしょに来てね!!

須川

あせらすのんぱり

各ブロックの
生協強化月間の
取り組みは、
こちら 

二次元
バーコードを
読み取って
みてね!

防災学習会



きらりさん をさがせ スタート

ぼくの
名前は、
「きらりさん」
よろしくね!



2021年の春から、
たくさんのお会いがありました。
あなたには、「きらりさん」を
いくつ見つけられるかな?

2021年度入籍したご家族



皆さん、おはようございます!

二次元
バーコードは
スマートフォン
カメラで読み
取れます

サークル、サロン
体操ひろば等の
紹介は、
こちら
→



職員研修のひとコマ

はじめてのパン作り♡



マスクスプレーで気分転換



みんなと一緒に
不思議と元気になれる
いつもありがとう!!



シラズリボンプロジェクト

自分に合った活動をみつけて、
今年ぜひ参加してみてください!



歩いてスタンプラリー



季節の色彩の夏野菜



2022
今年どんな1年になるのかな?
たくさんHAPPYが
皆さんに訪れるように。



LINE (ライン)
の友だち登録を
して、お得な情報
をgetしよう!



塩分控えめでうま味に変えよう!
通いお学習会



ひと見つこうか。



大豆収穫!!

二次元
バーコードを
カメラで
読み取って
ください!



友だち
募集中



「きらりさん」は見つけられたのかな?
答えは2月号のなかで発表します。



いのちの葉 西沢村協力を
地域が問わす大募集中です!

これからもきらりさんとよろしくね

ゴール

この季節になると「イカの切り込み」が無性に食べたくなります。「イカの塩辛」なんて言いませぬ。あれは、切り込みです。幼い頃、母は活きの良いイカが手に入ると、寒い台所で手を真赤にしながらいかをさばき、わたしをしばり入れ、塩をまぜて作ってくれました。すぐに食べたい私達。でも母は許してくれませんでした。

時々かきまぜながら、最低でも三日は待たなくてはならないです。「ねえお母さん、もう良いでしょう。少しだけ食べさせて」とせがみますが、決して首をたてに振りません。分かっているのですね、アニサキスの怖さを。解禁日が来て、ホッペタが落ちそうに美味しい切り込みを食すのです。軟骨（カラスとトンビも）、

夢は見るもの
語るもの

飯塚啓子



下足も残さずつけ込んでいきますので、終りの頃にはそれらの部分を茶碗に入れて熱湯を注ぐのです。少し待たせないと硬いところもふくらみ、まぎれ込んだ良い身の部分は口の中できちんと溶け、わたしは口の面に雲のように浮かび、フーフーして火傷しないように口に入れます。子どもながらに至福のひとときでした。「これが切り込みの最高の食べ方よ」と言う人、大抵の人が「えー、あんな生臭いの信じられない」と言いますが、たまたまに「それに限る」という人と出会うと、とても嬉

しくなります。当然、母の技を受け継いだ飯塚も切り込みを作ります。ここ数年には作れなくなりました。今年が良いものと出会ったから、心を込めて作ってみよう。大人になった今の至福の時を味わいたいな、と思えます。手間も暇も心もかけた一品は、レトルトやインスタントにはない味わいがありますよ。〇〇さんちの懐かしの一品「シリィズなんてやつてみませんか、きつと、ほっこりすると思います。それでは、又。」

上松川うたごえ喫茶からの応援で！ 感染予防を徹底して『せのうえ うたごえ喫茶』を 開催しました

演奏者(ギター・キーボードなど)大募集！



▲上松川うたごえ喫茶のメンバーの協力で開催しました

新型コロナウイルス感染症が拡大し、1年近くの活動自粛が続いてきました。

地域包括支援センターの情報によれば、感染拡大前と今日の要介護認定率の推移は1.4倍に拡大している

といわれています。外出の自粛や人と人のふれあいが断たれた結果、フレイルや認知機能の低下が起きているということです。

東・伊達ブロック(せのうえ健康クリニック周辺地域の)理事協議会では、アルコール消毒や換気等感染予防を徹底して、人と人がふれあい集えるうたごえ喫茶を開催しようと企画され、11月24日14時からせのうえ通所リハ・多目的室で参加人数を20名に制限し、うたごえ喫茶を開催しました。

当日は、上松川診療所で開催してきたメンバーを演者にむかえ、昔懐かしいフォークソングや歌謡曲など2時間26曲を参加者のリクエストにこたえる形で歌いました。

参加された皆さん、懐かしいうたごえに心はずませていました。

これから定期的な開催を計画していきます。せのうえ健康クリニック周辺にお住まいでギターやキーボード演奏が得意な方の協力を募集しています。



▲うたごえ喫茶大盛況

きらり健康生活協会の新春スペシャル大クイズ大会

応募付き

Q1 フレイル予防は、3つのポイントが重要だと言われています。1つは「社会参加」で、2つには「運動」、3つめは何でしょうか？
 答：A. 栄養 B. 日光浴 C. 睡眠
 (ヒント…2021年1月号 理事長あいさつより出題)

Q2 きらり健康生協では、「すこしお」問題に取り組んでいます。2020年調査では一日の塩分摂取量は、女性が8.2g 男性が8.9gと言う結果でした。しかし、厚生労働省の目標は女性が6.5gですが、男性は何gでしょうか？
 答：A. 6.0g B. 7.0g C. 7.5g
 (ヒント…2021年6月号1面より出題) *組合員みなさまも、減塩に取り組みましょう！

Q3 きらり健康生協のLINE(ライン)公式アカウントがスタートしました。そのキャラクターは、何という名前でしょうか？(右図)
 答：A. きらりちゃん B. きらりさん C. ラインちゃん



応募方法

ハガキに、Q1～Q3の答え、住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、**きらり健康生協と「いのちの炎」への感想や要望**を記入の上、右記住所までお申し込み下さい。

〒960-8055 福島市野田町1-15-12
 きらり健康生活協同組合 地域保健部
 「新春スペシャル大クイズ大会」係

【当選発表】正解者の中から抽選で当選者を決定いたします。当選発表は、「いのちの炎」3月号の紙面にて行います。

【応募締切】**2月10日(木)** 消印有効

やってみっぺ体操! part20

第20回目は「いいべした！きらり体操」です。お口の機能向上をめざします。食べるための準備運動にもなります。だ液が出る事で免疫力アップにもつながります。

ポイント1

ゆっくりはっきり声に出そう

ポイント2

「べ」の時は舌をしっかり前に出そう



いいべした！きらり体操

おくちは宝だ いいべした
 ぐるぐるくん いいべした
 べろは宝だ いいべした
 あいうべ体操 いいべした
 年をとっても いいべした
 みんな元気だ いいべした
 元気にいこうよ いいべした
 きらきらきらり いいべした
 かがやくいのち いいべした
 みんなのきらり いいべした
 オーツ いいべした

※いのちの炎1月号は、特別編集のため「班会あれこれ」「きらり俳句・川柳コーナー」をお休みします。