

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 <https://www.kirari-hcoop.com/>  
e-mail [seikyou@kirari-hcoop.com](mailto:seikyou@kirari-hcoop.com)



(スマートフォン専用)

- 発行人/専務理事 柿沼 充
- 編集人/「いのちの炎」編集委員会



生協の現況

2022年11月30日現在

- ★ 組合員数.....21,196名
- ★ 出資総額.....659,249,000円
- ★ 一人平均出資額.....31,103円



## 2023年

# あけましておめでとうございます

## 今年は飛躍の年。新しい一歩を踏み出しましょう!

きらり健康生活協同組合の組合員の皆さま、あけましておめでとうございます。

昨年きらり健康生協は、組合員の皆さまとともに四十周年を迎えることができました。心より感謝申し上げます。

組合員活動について振り返りますと、年に三回健康班会を開催すると生協から表彰され、金一封を頂けた時代がありました。組合員さんの年齢も若く、現職の方が多く夜の開催が主流だったと思います。当時の私の班も、年三回の開催は大変でしたが現在のよりのんびりした時代だったのでしようか、夜にはお父さんの班会も行っていました。現在も当初からのメンバーで、毎月開催しています。班会を開催していたお陰で、検診も自主的に受け健康管理をしています。三十年以上続けてこられたのも、きらり健康生協の職員のバックアップがあったからです。

現在は新型コロナウイルス感染症拡大に翻弄され、支部行事や小さな集まりなどは活動を止めたり、解除したりしながら進めています。感染を防ぐため家に閉じこもることにより、筋力が低下し骨折したという声も多く聞かれます。県外の家族や友人とは直接会えなくても、スマートフォンやパソコンの画面を通してコミュニケーションを図れるようになりました。

しかし、地域の組合員活動は直接顔を見て、話をして信頼関係を作ることが大切だと思います。東日本大震災の時も、お祭りの盛んな地域は隣所の助け合いがスムーズに出来たと言われました。日ごろ、楽しい活動で地域のみなが集まっていれば困っている時自然に助け合いが出来るし、顔が見えないと心配になり声をかけてみる。これが地域活動だと思います。

これからどのくらい今のような状況が続くかわかりませんが、感染対策をしっかりして恐れず地域活動を進めていくことが大事かと思えます。

最後になりますが、目標は一步より二歩先へ。うさぎのようにぴよんと跳んで組合員、職員みんなで目標へ向かって辿り着ける年になることを祈り、新年のあいさつとさせていただきます。

本年もよろしくお願いたします。



新年のあいさつ

きらり健康生活協同組合  
理事長 木村 公

# 2022 活動の記録

## 様々な活動がありました!

中西保健委員会  
聞きながらあっという間の90分



さん  
ね



倉ウォーク  
ナガーデン



▲吾妻東ウォーキング  
まちなかを1時間ウォークしました



▲川南東ウォーキング  
恒例のウォーク 皆でパチリ

交流もたくさん  
しました



▲三河台西写経会  
般若心経、集中!



▲余目支部  
コロナ禍でもできた  
屋外での活動 たけのこがり



▲川南西運営委員会  
機関紙区分け アートさをりにて



▲瀬上3、4交流会  
コロナに負けず、今年も開催!



▲杉妻支部運営委員会の様子  
距離をとりながらも熱い議論!



▲川北西支部  
運営委員の皆さん  
地域で頑張ってます

▲瀬上第1支部  
ウォーク途中で  
チョットひと息

▼飯坂セラバンド  
2007年から開催。230回達成!



森合出張▶  
セラバンド体操  
組合員さんからの要望で  
実現しました



▲宮代ブロック  
セラバンド体操  
毎月第1・3月曜日  
たのしくやっています



▼信夫セラバンド  
昨年5月に200回達成! 毎週やっています!



▲吉井田体操広場  
まもなく10年になります。  
たのしくやっているよ!

運動も  
たくさん  
できたヨ



▲笹谷あそんぺ会  
身体を動かすのは楽しいね!



▲鎌田支部セラバンド体操  
ソーシャルディスタンスと換気に  
気をつけて頑張っています!



▲冲高セラバンド体操  
筋トレ・脳トレ毎月4回やっています



▲川北東セラバンド  
月1回みんなで体操  
いい汗かいています



清明体操広場▶  
小さい班会が集まって  
初の合同体操広場



## 機関紙「いのちの炎」配付協力者 大募集!

「いのちの炎」は、福島市・伊達市を中心に組合員約1万7千名のお宅へ、組合員の皆さんの協力で手配りされています。

最初は毎日のウォーキングのついでだったけれど、知らなかったお隣さんと挨拶が出来て、友人が増えたなど、配付をきっかけに地域の関係づくりにも役立つこの機関紙配付。現在、配付が滞っている地域もあるため、協力者を大募集しています。

ご連絡先

地域保健部 ☎526-1515  
近隣5~10件程度の配付が出来る方。  
ご連絡をお待ちしています。





▲保健予防活動交流会

体力チェックと骨密度検診の学習をしました

▼中西保委員認サガ講座  
寸劇もあり、わかりやすく、でもチョット反省



# 2020 組合員活動

コロナ禍にも負けない



▲防災学習会&ウォーク (せのうえ)  
福島市から防災の講演をいただきました



▲リレー・フォー・ライフ  
3年ぶりに心をよせて…歩きました



▲三河台中小富士班  
私とイチヨウとつちが  
きれいな？



▼中  
福島の歴史を

今年はたくさん歩きました



▲須川マルシェ

毎月15日に開催！今年もきてね～！



▲採れたて野菜に焼きたてパン  
回を重ねるごとに充実していきま



▲にじいろマルシェ  
毎月20日に開催！  
今年も沢山来てくださいな！



▲吾妻西  
配付者交流  
佐久間邸まで  
ウォーク！



▲蓬萊ウォーク▶  
自然を楽しみながら  
共楽公園まで  
ウォーキング



## フリーマーケットも開催したよ



▲須川フリーマーケット

青空の下、開催！野菜や手作り雑貨もあって沢山の来客が来ていただきました。募金と笑顔をありがとう！



▼楽しかったよ！またやりたいネ！



▲瀬上うたごえ広場  
コロナに負けない！屋外で開催



▲蓬萊歌声  
ソーシャルディスタンスと換気をして

## うたごえも広がったね！



▲吾妻西配付者交流  
ウォークのあとは、佐久間邸でうたごえ！



▲うたごえ広場本家  
感染対策をとって、ひさしぶりに開催したのしかった～！

## 被ばく健康相談のお知らせ

専門の先生をお呼びして、被ばくに関する健康相談を実施しています。毎日の生活に不安を抱えている方、ぜひ、お申込みください。

日時 ※日程は調整致します。 料金 無料  
ところ 本部健康の家2階 (野田町1丁目15-12) 申込先 ☎531-6262



振津かつみ先生 ・兵庫県西宮市在住 ・兵庫医科大学遺伝学教室非常勤講師 (放射線基礎医学)

# 新春スペシャル 大クイズ大会

懸賞付き

- Q1** きらり健康生活協同組合は2022年に節目の年を迎えました。それは次のうちどれでしょう。  
 答：A. 30周年 B. 40周年 C. 100周年
- Q2** 骨密度を上げるために良いとされているのは次のうちどれでしょう。  
 答：A. 日光浴 B. 乾布摩擦 C. ストレッチ
- Q3** 正月のおせち料理にも使われているタイは七福神のどの神様が抱えている魚でしょう。次の3つから選んでください。  
 答：A. 大黒天(だいこくてん) B. 恵比寿(えびす) C. 寿老人(じゅろうじん)



## 応募方法

**①郵送の場合**  
 ハガキにQ1～Q3の答え、氏名(フリガナ)、住所、電話番号、年齢、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、下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

**②二次元コードの場合**  
 右記のコードを携帯で読み込み、入力フォームに回答し、送信ボタンを押してください。



**【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(金) 消印有効**



## とやのクリニック通所リハビリテーションが変わります！ あなたの生活をリハビリでサポートします！

★とやのクリニック通所リハビリテーション2023年1月スタート！

### なにが変わるの？

- サービス提供時間が2時間程(今までは6時間)の通所リハビリになります。
- 午前1回と午後1回行います。(土曜日は午前1回のみとなります)
- リハビリ職員が「個別リハ」と「集団リハ」を行います。  
 ※今まで通りの送迎は行います



### こんな方におすすめ！

- ★医療のリハビリが終了し、介護保険のリハビリを勧められた
- ★リハビリのみしたい(食事と入浴サービスはありません)
- ★時間をかけずに介護予防やリハビリに取り組みたい



### サービス提供時間(所要時間 2時間10分)

提供時間帯	月	火	水	木	金	土	日	※完全予約制 ※祝日・GW・盆・正月はお休みとなります
9:30～11:40	●	●	●		●	●		
14:00～16:10	●	●	●		●			

お問い合わせ先：☎544-1122 (リハビリ/佐々木)

## 上松川診療所の超音波検査装置が新しくなりました！！



生協強化月間(十一月一日から十二月三十日まで)への協力大変ありがとうございます。皆さまからの出資金を基に約十年ぶりに上松川診療所の超音波検査装置が新しくなりました。

従来型より画質が向上したことはもちろん、肝臓の硬さを計測する新機能も追加されており、さらなる病態の発見や評価の向上に期待が持てます。

被爆の心配もなく安全に受けることができます。膵臓など病変に気付きにくい「沈黙の臓器」の観察であったり、動脈硬化、心臓弁膜症や心不全等を自覚のないごく早期に見つける事が出来ます。

きらり健康生活協では四つすべての診療所に超音波検査装置が導入されています。そして！昨年七月から上松川診療所でも「県民健康調査 甲状腺検査」を受けることが出来ます。

超音波検査は腹部、頸動脈、心臓などの臓器を画像で評価する検査です。痛みを伴わず、



「検査期間」は？  
 対象者が二十歳を超えるまでは二年ごと、それ以降は二十五歳三十歳と五年ごとの検査となります。

「検査の対象者」は？  
 事故当時福島県内在住だった十八歳以下のかた、および胎児だったかた(平成四年四月二日～平成二十四年四月一日に生まれたかた)が対象です。

「県民健康調査 甲状腺検査」とは？  
 東日本大震災の原発事故の際、甲状腺がんの不安を受けて、福島県と福島県立医科大学が中心となり始まった甲状腺の超音波検査です。

「検査の対象者」は？  
 事故当時福島県内在住だった十八歳以下のかた、および胎児だったかた(平成四年四月二日～平成二十四年四月一日に生まれたかた)が対象です。

「検査期間」は？  
 対象者が二十歳を超えるまでは二年ごと、それ以降は二十五歳三十歳と五年ごとの検査となります。

以上、みなさんの健康維持に効果が期待される超音波検査のお知らせでした。興味のある方はぜひスタッフにお声かけ下さい。

## 「おらがまちの祭り」 今月の1枚 吉井田支部 馬場正幸

1月 福島市松川町の「金沢の羽山ごもり」(重要無形民俗文化財)

東北地方には羽山の紙を祭って作占をする風習が濃厚に伝承されてきました。金沢の羽山ごもりは、その中の代表的なもので、集落の男たちが厳しい精進潔斎の夜籠もりをした後、羽山に登り、ノリワラと呼ばれる人から神の宣託を受ける行事です。日程は、毎年旧暦11月16日～18日で、新暦では、12月下旬から1月上旬になります。この写真は、2018年1月2日に撮影したものです。

