

きらり健康生活協同組合



2024年

8月号

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



(スマートフォンサイト専用)

●発行人/専務理事 橋本一弘
●編集人/「いのちの炎」編集委員会



生協の現況

2024年6月30日現在

★組合員数.....20,539名
★出資総額.....642,298,000円
★一人平均出資額.....31,977円

第五十二回 通常総代会報告

六月十六日(日)パルセいざかにて、第五十三回通常総代会を開催しました。総代定数二百名中百九十四名の出席(本人出席百十九、書面議決七十三、委任状二)を確認し、議長に木村総代(三河台中支部)と矢部総代(余目支部)を選出して議事がすめられました。

来賓

福島市長の木幡浩様、福島県生活協同組合連合会会長理事の佐藤一夫様の二名様にござ

あいさつを頂戴しました。また、来賓には、社会福祉法人すこやか福祉会常務理事の佐藤進也様、有限会社福島中央市民すこやかサービスセン



議事

ター代表取締役社長の遠藤一様にご臨席いただきました。

・第一号議案「二〇二二年度事業報告及び決算報告・剰余金処分案並びに監査報告の件」

・第二号議案「第九次3カ年計画まとめの件」

・第三号議案「第十次3カ年計画案の件」

・第四号議案「二〇二四年度事業計画及び予算案の件」

・第五号議案「役員選任の件」

・第六号議案「役員退任慰労金支給の件」

・第七号議案「役員報酬決定の件」

・第八号議案「議案決議効力発生の件」

・総代の皆さんからの質問・報告・意見

・「杉妻支部」

・自分たちが「かわる」ためには、支部活動や仕事に対し、ワクワク感を持つことが必要である。第十次3カ年計画の事業活動の四に「思いやれる、助け合える、人を大切に作る仲間づくりを、きらり健康生協一体となつてすすめます」という文言の追加を検討していただきたい。

・いのちの炎の配付が、実態

として出来なくなつてきている。いのちの炎をどのようにしていけば一番良いと考えているのか。

・須川診療所に二十五年度に新しい医師が入る予定とのことだが、医師の確保について、組合員としてどのよう

な意識を持つていければいいのか。組合員に伝えるものがあればお願いしたい。

・以前、緊急時の連絡先が掲載された「夜間休日」困った時の手引き」を作成した。介護に関しても、いざというときの手引書の作成をお願いしたい。

・「三河台西支部」

・「小規模多機能型居宅介護」というのは、どういう内容なのかお聞きしたい。また、「多くの組合員の生活を支えるために」という文言と一致しないと感じた。以前、小規模多機能型もいよいよねという話を何度か聞いたので質問した。

・「理事会からの答弁」

総代の皆さんからの質問や意見に対し、柿沼専務理事、橋本常務理事より、次のような答弁がありました。

・「第十次3カ年計画の文言について」

・職員と向き合つて、丁寧に

対応していく生協であつてほしいという提案だと受け止めた。一人一人の職員を大事にする生協として、発言の趣旨を単年度の目標に盛り込みたい。

・「いのちの炎の配付について」

・多くの支部より、配付の継続が難しくなつてきている

(二面に続きます)

理事長あいさつ

きらり健康生活協同組合
理事長 木村 公



長期にわたつて行われていました、にじのまち、上松川の大規模改修工事も二〇二三年九月に終了しました。組合員のみならずには、ご不便をおかけしました。また多くの組合員さんから増資の協力を頂き御礼申し上げます。

昨年は、病棟の利用ニーズの変化、医師不足や働き方改革などの影響により、須川診療所の病棟を休止、歯科医師の退職による歯科の廃止、また医師の退職など組合員のみならずには、不安とご不便をおかけし、大変心苦しく思っております。今後は医療、介護の情勢を見ながら組合員さんの期待に応えられる事業展開をしていきたいと思っております。

来年は二〇二五年、最近よく耳にする「二〇二五年問題」の年になります。国民の五人に一人が七十五歳になり、若い世代が減少、少子高齢化はさらに加速します。加えて医師、看護師不足、介護人材不足も顕著で、介護難民の急増も予測されます。このような現実を踏まえ、昨年須川診療所の病棟を活用し中西ブロックを中心に「リハシユール」いわゆるリハビリ学校を始めました。「自分のからだは自分でつくる」多くの組合員さんが三か月間、週一回、学校に通い、転倒やフレイル・認知症の予防、口腔機能向上や栄養改善を目標に、それぞれの専門職が関わっています。卒業生からは「体がしつかりした」「楽しかった」と大変好評です。卒業生の新たな班会が出来たり、卒業生が地域に戻り、広場などで指導する準備も進められています。

「転ばぬ先の杖」興味のある方はぜひ体験してください。福島市の高齢者が一人でも多く自立した生活が送れることで、福島市の介護保険料が安くなることも夢ではないと思います。

組合員活動では新型コロナウイルス感染症が落ち着いて来た昨年、多くの支部で「お達者訪問」を行いました。訪問宅の組合員さんには、久しぶりにお話する機会ができたことと喜んで頂き、また訪問した運営委員さんは達成感を感じることが出来ました。直接、顔を見てお話しすることは大事なことです。

先日のテレビニュースで居酒屋での飲み会が映され、働き盛りの若者たちからこんな言葉が聞かれました。「オンラインの飲み会も楽しかったけど、やっぱり直接顔を見ながら飲むのは、おいしいし、楽しい」と。顔が見えるということは心も通じることだと思えました。きらり健康生協の機関紙の配布者さん探しも、組合員増やしも直接会えず信頼関係も築けないところでは叶わないと思います。昨年度、組合員数が二百六十三名、出資金も約五百八十万円減少しました。私たちは、支部活動をコロナ前のように活発にすることで、新規加入も出資金も増やすことができると思います。今年度から職員が積極的に支部や地域活動に関わつて行くことに致しました。若い職員の力を借りながら一緒に楽しい支部活動を作つて行きたいと思

います。そして地域みんなが支え合いながら安心して暮らせる福島を、組合員さん自らが参画して、作つて行ければと思いますので、どうぞよろしくお願いたします。

(二面に続きます)

(一面の続きです。)

との声を頂いている。これまで、手配りすることが、地域の組合員さんと関係性を作ることに、大きな役割を果たしてきた。しかし、高齢化によりそれが難しくなっており、全国的にも同じ傾向が見られている。それに対し、どのような措置を取っていかばよいかについては、今、皆さんの意見を頂戴しながら模索をしている最中である。デジタル化の話もあるが、紙だからその利点もある。いずれにしても、組合員さんの希望に沿いながら、医療生協を知ってもらい、活動への参加に繋がるようになれば良いと思っ

ているので、引き続きご意見を頂戴したい。

【医師の確保について】

・今は業者からの紹介がほとんどになっており、生協活動に関心がある方もいれば、そうでない方もいる。今回の方は、プライマリ・ケアに対し興味関心を持って頂いている方。今後、新しい医師に今までの生協活動を継続してもらえという想いを持ちながらも、実際はそうはならないこともあるということをお願いしている。

【介護について困った時の手引書の作成について】

・以前作成した物は、冷蔵庫に貼ったり、電話のそばに置いたりして、何かあった際に連絡先が分かるものとして作成された。今は、医療の分野だけではない。家族がいつもと違う状況にな

って来たとき、さて、どこに電話したら良いのだろうかという話だと思う。良いご提案をいただいたので、具体化できるような検討したい。

【小規模多機能型居宅介護について】

・グループホームが七、八名の職員で九名の入居者さんを支援するのに対し、小規模多機能型居宅介護は泊り・通所・訪問を、十数名の職員で二十九名の利用者さんに対し、複合的に行うサービスである。少しでも多くの組合員さんを支援するサービスに転換した方が

良いのではということを検討を始めるとしていたが、介護人材不足もあるため、再編に関しては、抜本的な見直しをこの三年でやっていきたい。

採決

採決の結果、第一、第八号議案は、全て賛成多数により承認可決されました。

役員改選

今回は役員改選の年にあたり、第五号議案において、立候補者全員が賛成多数で承認されました。また、総代会終了後に第一回理事会が開催され、理事長と専務理事、及びお、副理事長と常務理事は、七月の第二回理事会で選出となります。

新理事・監事

代表理事・理事長 木村 公

代表理事・専務理事 橋本 一弘

理事 安齋 政子

遠藤 淳二

小野佐和子

加藤 睦雄

川村 新一

久間木恒規

斎藤 尚也

斎藤 豊

佐久間恵子

佐藤由起子

鈴木 繁夫

鈴木 睦美

瀬戸 成行

田口 義隆

樋口 裕子

平野 聖子

廣川 健

三浦 裕子

三浦 正弘

八巻 洋介

山田 佳奈

山本真由美

大和 修

渡部 典美

五十嵐史郎

住吉 登

退任された役員は次の方々です。長い間、生協活動の先頭に立ち、牽引いただきました。ありがとうございます。これからも、地域の中でご支援をお願いいたします。

退任理事・監事

柿沼 充、遠藤 智英

梅宮 志保、菅野 功

鈴木栄太郎、高橋 寛信

藤岡 郁夫、瓶子多加子

浦井 信義

※敬称は略させていただきます。

代表理事・専務理事

理事

「」

「」

「」

「」

「」

「」

「」

「」



橋本 一弘 代表理事・専務理事

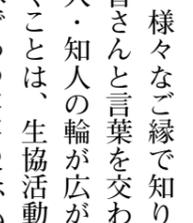
この度専務理事に選任されました橋本一弘と申します。きっちり健康生協に入職して三七年経過し、これまで多くの組合員さん、利用者さん、役職員の皆さんと一緒に、毎日有意義で楽しい活動を体験させていただきました。ありがとうございます。

新理事・監事紹介



佐藤由起子 理事

このたび、理事に選任されました佐藤由起子と申します。現在は須川診療所、とやのクリニックで師長を兼任しております。今まで培ってきた看護師としての視点を大事にしなから、地域住民や職員が健康で元気に生活できる組織作りには貢献できるよう努力してまいります。



鈴木 睦美 理事

様々なご縁で知り合った皆さんと言葉を交わし、友人・知人の輪が広がっていくことは、生協活動の醍醐味であるとともに、いのち輝く明日のために…の理念実現の近道であると思えます。社会情勢や環境は日々変わっていきませんが、人とのつながりは変わることなく大切に、「輝く明日」を中心とした地域活動と事業活動を進めたいと思えます。どうぞ、よろしくお願



八巻 洋介 理事

すこやか福祉会で事務局長をしております。この度の理事就任にあたり諸先輩の方々からご指導をいただき生協活動を学び、地域や組合員の皆さまに貢献できるよう努力したいと思えます。よろしくお願



樋口 裕子 理事

このたび理事に選任されました樋口裕子です。清水東地域包括支援センターの管理者として勤務しております。組合員の皆さんの健康づくり、地域活動のお手伝い、地域活動の推進に貢献できるよう努力してまいります。



平野 聖子 理事

地域で活躍できる作業療法士になりたいと入協し、震災やコロナを経験する度に組合員さんのパワーを感じてきました。これからも皆様と一緒に「輝く明日」を迎えられるよう、笑顔を絶やさず元気に活動していきたいです。



加藤 睦雄 理事

理事に選任頂いた八巻洋介です。須川診療所事務局長として勤務しております。これまで支えて下さった多くの組合員・職員の皆さまがより元気になるような「きらり」になれるよう微力ながら尽力していきたいと思えます。



佐久間恵子 理事

三河台東支部運営委員になりまだ数年しか経っていませんので、どの位お役に立つかわかりませんが、地域の皆様の健康づくりのために微力ですが力を尽くして参りますので、どうぞ宜しくお願い致します。



山本真由美 理事

職員を今年三月末に退職し、楽しそうなブロックの活動に参加したいと思っていました。職員と組合員さんの声を聞きながら、一緒に安心の街づくり活動へ参画していきたいと思えます。ご指導よろしくお願



五十嵐史郎 監事

この度の定期総会で新しく監事に選任いただきました五十嵐史郎です。組合員の身近で親しみやすく、使いやすいきらり生協になる様、監事として頑張っていきたいと思えます。どうぞよろしくお願

管理栄養士から 「もっと身近に！」 外来栄養食事指導」



以前お伝えした通り、さらに健康生活協同組合には五人の管理栄養士がいます。今回は外来栄養食事指導についてご紹介させていただきます。

外来栄養食事指導は名前の通り、診療所の外来で行っています。外来には管理栄養士三名が勤務しており、二名が須川診療所（うち一名はとやのクリニック

との兼務）、一名が上松川診療所（せのうえ健康クリニックとの兼務）に在籍しています。

外来に通院されている皆さんの多くは、糖尿病、高血圧症、脂質異常症、慢性腎臓病など様々な疾患を持っています。皆さんは、ご自身が抱えている病気に、食事はどれくらい影響していると考えますか？食

事は体を形成する基本となっているので、ほとんどの疾患が、食事内容・習慣を改善するだけで、薬は飲まなくとも疾患の治療及び悪化の防止に導くことができます。

外来栄養食事指導を受けた方からは、「食べる順番を変えて運動したら体重が減ってきた！」「コンビニでの昼食の選び方を教えてもらったら、血糖コントロールがよくなった！」「塩分の上手な控え方を教えてもらったら血圧が下がった！」などの声をいただいています。

私たちは、皆様の生活スタイルや生活リズムに合わせた、実行しやすく継続できる食事改善方法についてアドバイスをしていきたいと思っております。食生活がどのように変わったのか、またどこが難しいのかを、採血結果や体重変化などを見ながら、私たちと一緒に考えていきませんか？



外来栄養食事指導は、医師の指示に基づいて行うため、ご希望される場合は医師や看護師に相談ください。

はじめの二歩は リハシユール

第5回



生活習慣病の予防や疾患管理指導を担いつつ、班会に呼ばれたら伺います！
管理栄養士：百田

運動を伝える機会を得て、人との交流の大切さや楽しさを知りました。
理学療法士：小平

お口に良い事を元気に楽しく皆様が笑顔になれる授業を心掛けています。
歯科衛生士：矢内

皆さんと運動を始めてから身体が柔らかくなり、Y字バランスもできるようになりました。
作業療法士：伊藤

自分のからだは自分でつくれる仲間を増やしていくために、運動のコツをお伝えします！
作業療法士：須田

認知症予防のコグニサイズを皆さんと頭を使いながら楽しく取り組んでいます。
作業療法士：佐藤

私たちと一緒に、からだにいいことはじめませんか？

問い合わせ
☎531-7889



班会あれこれ

5/2	三河台西支部	ピンパンボン班	楽しくフォークダンスを踊る
5/2	信夫支部	さくらんぼ班	ポウリングで体と脳を活性化
5/3	信夫支部	すみれ班	リハシユール反省会と検診
5/4	吾妻東支部	どんぐり班	みんなでお話ししましょう
5/6	信夫支部	ぼたん班	頭・指先を使いましょう
5/8	佐倉支部	佐倉支部班	セラバンド体操
5/8	信夫支部	ひまわり班	ウォーキング
5/9	杉妻支部	フレイル予防体操班	音楽に合わせての体操
5/9	せのうえ	つばき班	家でできる体操:コグニサイズ、脳トレ
5/10	吾妻東支部	男の料理班	里芋とイカの煮つけなど
5/10	吾妻東支部	営場班	正しい姿勢をめざしましょう
5/10	須川診療所	へらへら班	年間計画を立てる
5/10	瀬上第2支部	P P K班	尿中塩分検査・減塩のすすめ
5/11	蓬萊支部	スマホ班	スマホの使い方
5/13	三河台東支部	とんぼ班	パッチワークと七宝まり
5/13	吾妻西支部	スギちゃん班	健診の話(エコー検査)
5/14	宮代ブロック	S S W班	押し花カレンダーづくり
5/16	三河台西支部	スッキリ班	仲間のつながりと筋力アップ
5/16	信夫支部	さくらんぼ班	ポウリングで体と脳を活性化
5/17	吾妻西支部	うさぎとかめ班	認知症と早期発見
5/17	蓬萊支部	きらきら班	パン作り
5/18	須川診療所	わいわい班	年間計画を立てる
5/18	蓬萊支部	パソコン班	パソコンを使って
5/21	信夫支部	F N G班	年間計画を立てましょう
5/21	三河台西支部	写経する会班	般若心経を中野不動尊へ納めに行く
5/22	三河台中支部	小富士班	栄養の話
5/22	向瀬上支部	支部班	介護予防体操
5/24	吾妻西支部	すずらん班	認知症予防
5/24	保原支部	芳賀更正班	運動、トレーニング
5/28	吾妻東支部	ミモザの園班	小さなクッションを仕上げよう
5/28	蓬萊支部	パカパカ班	笑いヨガ
5/28	蓬萊支部	鶴亀班	折り紙
5/28	せのうえ	保大卒班	インボディ測定
5/29	清明支部	チクチク班	梅の針山づくり
5/30	渡利支部	支部班	手ぬぐい体操をする
5/31	清明	遠藤一	令和6年度市民検診と健康管理について
3回開催	杉妻支部	ラジオ体操班	ラジオ体操とウォーキング
4回開催	森合支部	体操広場班	セラバンド体操
4回開催	森合支	カラオケ班	カラオケを楽しむ

きらりさんが行く！ こんにちは！事業所訪問

今回は、にじのまち
居宅介護支援事業所に
訪問しました。

Q1 にじのまち居宅はどんなところですか？

要介護認定を受けた方が、可能な限り自宅で自立した日常生活を送るための「相談窓口」です。

事業所はにじのまちの西側1階にあります。訪問看護ステーションしみずと同じフロア内にあり医療依存度の高い方の相談も受けております。併設の施設には清水東包括支援センターや上松川診療所もあり、多職種で連携を図りながら利用者様の在宅生活を支援しております。

Q2 どんな職種の方がいますか？ また、アピールポイントなど。

介護支援専門員になる為には保険・医療・福祉に関する国家資格を持ち5年以上の経験が必要です。

にじのまち居宅には看護師、歯科衛生士、社会福祉士、介護福祉士の資格を持った介護支援専門員7名と事務員1名が在籍しております。

Q3 仕事をする上で心がけていることはありますか？

自立支援を念頭におき、利用者様が安心して自宅で生活できるように相談やサービス調整を行っております。

相談

自宅訪問・状況把握

調整・プラン作成

新しい保健委員が誕生しました!

第170期 保健大学「せのうえ教室」



- 大橋 真吾 さん
- 岡崎 節子 さん
- 斎藤 ツタ さん
- 大倉 静子 さん
- 大槻 文子 さん
- 菅原 郁子 さん

保健委員会でバラ園散策

北ブロック保健委員会毎年恒例のウォークイベントは満開のバラ園散策。あづま総合運動公園駐車場集合でしたが、運転ができる友人と乗り合わせたりしながらたくさんの参加となりました。しばらくぶりに会えた方などもいて、バラよりおしゃべりに花が咲きました。また一緒に活動しましょう!と楽しく確認ができたイベントでした。



せのうえ健康まつり 5年ぶりに開催!!

6月2日(日)、5年ぶりとなる「せのうえ健康まつり」が開催され、当日は500名を超える多くの組合員や地域住民の方々にご来場いただきました。開催にあたっては事前準備から当日の運営まで、各支部運営委員やスタッフ、日頃せのうえマルシェやせのうえハウス等の活動に関わっていただいている事業所や学生の皆さんにご協力いただきました。



▲人気!子ども縁日コーナー

子どもから高齢者まで幅広い世代の方が関わられた今回の健康まつりですが、クリニックや通所リハビリに、初めて足を運んでくださった来場者の方も多く、私たちきらり健康生協の活動を知っていただき、大変良い機会となりました。



▲思わぬお宝がたくさん!フリーマーケット



▲心地よい一体感につつまれました!うたごえ広場

にじいろフェスタ

コロナの影響で一時中断した「にじいろフェスタ」が5年ぶりに開催されます。

今や男女問わず、仕事と家庭の両立が当たり前の時代。そこに子育てが加われば豊かさと慌たしさはつきもの。そこで今年は“ローコストで美容と子育てを応援”をテーマにちょっと疲れぎみの働く女性世代に向けたワークショップを中心としたイベントを企画しています。ご家族やお友達と一緒に、ぜひ足を運んでみてください。

自分や家族へのご褒美に、日々の生活に取り入れられる美活のきっかけに、子どもたちのあふれる笑顔に職員と組合員が中心となり、地域の皆様と交流ができることを楽しみにしております。

★日時: 2024年9月8日(日)

9:00~12:00 (雨天決行)

★場所: 上松川診療所・老健にじのまち1階フロア

※お車で越しの場合駐車場あります。

★オープニングセレモニー: 瀬上太鼓

- ・素敵なドライフラワー
- ・店舗を持たない絶品焼き菓子
- ・季節の味が楽しめるジェラート
- ・おいしいパンとおにぎり
- ・新鮮野菜
- ・さをり織りグッズ
- ・マスクや歯ブラシ等の販売

キッズ向けに

- ・クラフト赤べこ作りとペイント
- ・ホイップデコのワークショップ
- ・駄菓子屋さん・おもちゃ屋さん



大人向けに

- ・更年期対策
- ・表情筋トレーニング
- ・自律神経に効果的な体操
- ・骨盤体操教室
- ・簡単おやつ調理実習
- ・カルシウム推奨量セルフチェック
- ・アロマ
- ・プライマリケアでお馴染みのうたごえ喫茶



◀前回二〇一九年のフェスタの様子

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。

ところ

本部健康の家2階 (野田町1丁目15-12)

料金

無料

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)