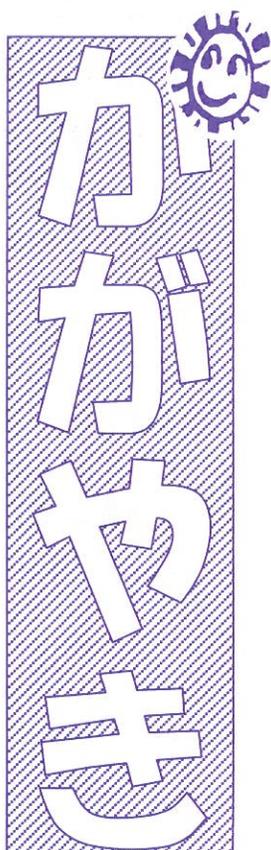


くるめ医療生協の理念の実現をめざそう

健康をつくる。平和をつくる。 いのち輝く社会をつくる。



第27回通常総代会が開催されました

第27回通常総代会が6月27日(日)に、久留米リサーチパークにて開催されました。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、書面議決を中心とした短時間、少人数での開催とし、提案された第1号議案から第6号議案まですべて賛成多数で可決されました。

2020年度は新型コロナウイルス感染症防止のため6月末まですべての組合員活動を中止にし、その後も一定の制限を伴いながらの活動となりました。人と人とのつながりが特徴である医療生協の組合員活動において活動の中止や制限の中で新しい組合員活動のあり方を追求しました。事業活動ではクリニック南町でのコロナ対応や、居宅介護支援事業所の上半期での廃止、介護事業所での経営改善に取り組み、前年の赤字を大きく改善したことの報告等がありました。

発行
くるめ医療生協
久留米市南
2-5-12
TEL0942-21-8300
組合員数
4,442 世帯
平均出資額
26,318円
(5月31日現在)
年12回発行

し活動を進め、厳しい情勢を切り開き、将来展望を語れるように重点課題として次の3点をあげました。

- (1) 新たな組合員活動のあり方とつながりづくり
- (2) 事業活動の展開と目標達成、長期計画づくり
- (3) 諸活動を支える人づくり

当日出席した総代からは、助け合い活動を利用し大変助かったことや、クリニック南町の細やかな対応への感謝など、医療生協の組合員でよかったとの発言がありました。

このたび理事に就任いたしました小井手祥です。入社してから8年目で、今はヘルパーステーションで働いています。



職員・介護職としての立場から医療生協の発展に寄与出来たらと思います。力不足なこともあるかと思いますが、今後ともよろしく願いいたします。

私は社会医療法人親仁会・財務部の伊見万弓と申します。この度、監事を務めさせていただきましたことになりました。



くるめ医療生活協同組合には、20年前に建設債を担当しておりました際によく伺いました。組合員さん方が、親仁会の建設債にも協力してくださっていたからです。再び、ご縁があることを嬉しく思います。今後とも宜しく願い致します。



監事

- 原口 智浩 (再)
- 船津 毅 (再)
- 伊見 万弓 (新)
- 山口 常博 (再)
- 松尾 宮子 (再)
- 樋口 幸代 (再)
- 永木 美恵子 (再)
- 田中 良之 (再)
- 田中 忠義 (再)
- 立山 香津子 (再)
- 末次 育平 (再)
- 嶋津 いつみ (再)
- 紫藤 拓也 (再)
- 佐野 英美 (再)
- 権藤 豊幸 (再)
- 小井手 和枝 (再)
- 小井手 祥 (新)
- 川島 博子 (再)
- 入江 玲子 (再)
- 波方 毅 (再)
- 武内 省二 (再)



【第十七期役員紹介】
新しい役員が決まりました。よろしく願いします。

かすり

今年は、例年よりも梅雨入りが早く、すっきりした晴天が待ち遠しい日々が続いています。

▼今、それはともかく、コロナ禍が続く収束の目途が全く見えないことから日常生活のリズム、テンションが上がリません。古希もとづくに過ぎると、一年半のマスク生活で、歩くだけでも息切れがする思いをしています。子孫の所も行けなくなり、外食も控え、買い物も人混みを避け、人の集まりにも極力出かけないように心掛けて、何とか感染することもなく家族共々生活が出来ています。この状況で早くワクチン接種にたどりつけばと願っております。これは、皆さんの願いだろうと思います。▼今、もう一つの話題として東京オリンピック、パラリンピック開催の事があります。子どもの頃からオリンピック選手を夢見て、本人、家族で研鑽を積み、人の数倍、数十倍努力を続けて掴み取った選手、候補者には、本当に、本当に、申し訳ありませんが、今は、コロナの収束の方を優先するべきと小生は感じています。▼そして、マスクを外して思い切り深呼吸をして、地域を散歩出来る日が待ち遠しいものです。

(上津 じいちゃん 5/27 寄稿)

クリニック南町でのコロナワクチン接種のご案内

事前予約制

【対象】久留米市のクーポン券をお持ちの方。

久留米市外のクーポン券をお持ちの方は、かかりつけの患者さんに限ります。

【実施日】金曜日(祝日は除く) 14:00~17:00

(※状況により変更になる可能性があります)

時間は申し込み順となり、こちらで指定します。3週間後の同時間に2回目の予約・接種をおこないます。2回分の予約をとります。

【持ち物】①クーポン券、②予診票(記入してきてください)、③本人であることが確認できるもの(運転免許証、健康保険証など)、④お薬手帳(お薬を飲んでいない方は不要です)

【注意事項】

1. 接種当日の体調確認をお願いします。体温が37.5℃以上や風邪症状がある場合は接種できないので、早めにキャンセルの連絡をお願いします。

※1回目キャンセルの場合は2回目もキャンセルとなり、再予約が必要です。

※2回目キャンセルの場合、3週間を過ぎるとなるべく早く2回目を接種する必要がありますが、当院で予約が取れませんので、他の接種会場での予約をお願いします。

2. 久留米市から届いた接種券に同封されている文書を読んでおいてください。
3. マスクの着用と肩を出しやすい服装をお願いします。
4. 接種日の2週間以内に他の予防接種をしていると接種できません。
5. 接種後は院内で15~30分待機してもらい健康観察を行ないます。
6. 同日に接種された方が緊急対応となった場合、その後の接種が出来なくなる場合があります。

【予約受付先】クリニック南町 ☎0942-21-8155

久留米市のコロナワクチン接種は、高齢者などの優先接種を経て、16歳以上のすべての方が対象となりました。クリニック南町では、高齢のかかりつけ患者さんの接種を無事すすめることができ、続いて、一般の方の接種を左記ように行っています。接種をご希望の方は、ご予約ください。



写真募集

「コロナ禍で会えないけど、元気にしています」

コロナ禍で、くるめ医療生協の様々な行事も中止となり、組合員のみなさんにお会いできない日が続いています。「みんなどうしてるかな?」「会いたいな?」そんな組合員さんの声も聞かれます。

そこで、この機関紙「かがやき」の紙面上で、コロナ禍でも元気に趣味や散歩をしているよ、といった写真を紹介していきたいと思っています。この間も、時々、公式ラインなどに、「登山をしたよ」「班会楽しかった」といった写真をお寄せいただき、できる限り紹介してきました。ぜひ、もつとたくさんの方の組合員さんに、気軽に写真を送っていただき、交流

~特定健診を受けましょう~

ご加入の各健康保険より、40~74歳の方を対象に、特定健診のご案内が届けられています。病気の早期発見のため、ぜひ特定健診を受けましょう。クリニック南町でも受けられます。

また久留米市国保では、特定健診を受けた方に、抽選で豪華景品が当たるキャンペーンも取り組まれています。早く受けると当選確率がアップします(左記チラシ)。ぜひ早めに特定健診を受けましょう。

★募集・投稿方法

- ① 趣味や楽しみ、出来事など、写真を撮る。
- ② 簡単な説明文、名前、連絡先を書く。
- ③ 以上をくるめ医療生協公式ラインに投稿。

★公式ラインインについて

- ・以下のQRコードを読み込み、友達登録します。月に数回、くるめ医療生協からお知らせが届くようになります。みなさんが投稿されたものは、くるめ医療生協本部にのみ届きます。本部で確認後、よろしければラインやかがやき紙面で紹介させていただきます。

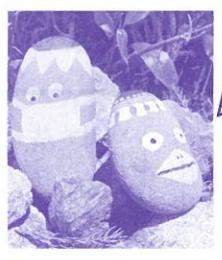
★お問い合わせ 0942(21)8300



散歩途中にお花を撮影(編集部: アンゲルが素敵)



核兵器禁止条約の発効を記念したキーホルダー



鷹取山登山では、河童(小石)がお出迎えしてくれました。

たとえばこんなの! お気軽にどうぞ!



我が家のトイレに春が来た(孫が消臭シールを壁にレイアウト)



班会で高良山登山。つつじが満開。



旬の野菜で免疫力アップ。ちぎり絵で表現「旬の野菜で免疫力アップ」

組合員さんの声
「機関紙かがやき」を読んで…

*事業所だよりを読んで、生協ヘルプーステーションの働きがわかってよかった。45分間での活動は本当に大変ですね。
(Kさん)

*かすりは、90歳の方の文章とは思えない生き生きとした文、頭が下がります。私も90歳になっても前を向いて生きていなくっちゃ、と思いました。(Iさん)

*単身赴任4年目で、血圧も中性脂肪も上がり、食事の大切さを痛感しています。ウォーキングの記事を参考に、回数を増やしていきます。(Yさん)

無料法律相談会

毎月第1水曜日に開催している無料法律相談会は現在、コロナ感染拡大防止のため休止しています。ご相談がある場合は、久留米第一法律事務所をご紹介しますので、お気軽にお問い合わせください。(Tel.0942-21-8300)



コロナ禍において来所が不安な方は電話相談も可能です。ただし内容によっては困難な場合もありますので、ご了承ください。

わたしの趣味・楽しみ

～庭いじり・季節の花々～

コロナ禍で、今は庭いじりが楽しみです。春から夏に向けて、毎年、季節ごとに植え替えをしています。今年の夏はひまわりを植えました。

実は昨年、『おうち de 東峰村 復興の花「ひまわり」を咲かせよう♪』という活動に参加しました。東峰村からもらったひまわりの種を植え、立派に花が咲き、また、たくさんの種がとれました。今年はこれを庭に植えました。

東峰村では水害からの復興を願って、ひまわりを咲かせる活動をしています。昨年はコロナ禍のため、たくさんの人が集まる種まきのイベントが中止になりました。代わりに自宅で咲かせようという活動が行われ、私も東峰村を応援したいという思いで参加しました。無事に咲いて本当にうれしかったです。

今年も立派な花が咲くことを願っています。

(南エリア 古賀 明美)

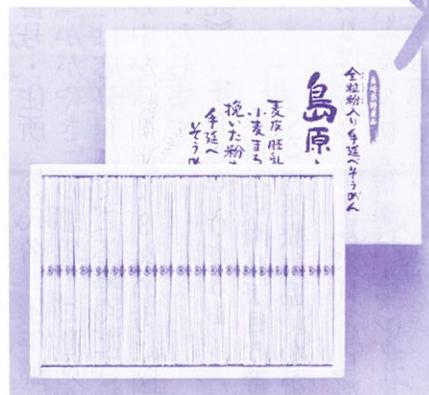
※みなさんの趣味や楽しみもぜひお寄せください。
(編集部 ☎0942-21-8300)



↑ 昨年、立派に咲いたひまわり

エリア・ブロック組合員活動 財政グッズ販売開始

例年実施しています財政グッズの販売を今夏もおこないます。利益はすべてエリア・ブロックにお渡しし、今後の組合員活動にご活用いただきます。現在の販売商品は以下のとおりです。ぜひお買い求めください。



- チョコレート詰合せ ￥650
- 全粒粉入り島原そうめん ￥2400
- 炊き込みご飯の素 ￥350
- 鰹ふりだし ￥350



- ◆材料 (1人分)**
- 卵: 1個
 - キャベツ: 30g
 - 赤パプリカ: 1/4個 (30g)
 - オリーブ油: 大さじ1/2 (30g)
 - 塩・こしょう: 各少量

減塩でもおいしい野菜のレシピ
キャベツとパプリカの巣ごもり卵

- ◆作り方**
- ①キャベツとパプリカはそれぞれ細く切る。
 - ②フライパンにオリーブ油を熱して①をいため、塩をふる。真ん中に寄せて中央にくぼみを作り、卵を割り入れてふたをし、好みのかたさになるまで焼く。
 - ③器に盛り、こしょうをふる。

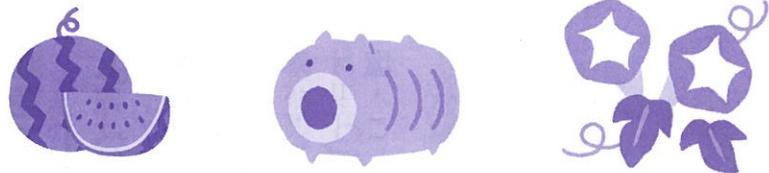


協力: 「別冊栄養と料理」
日本医療福祉生協連
女子栄養大学出版部

*****クリニック南町からのお知らせ*****
 ☆コロナ感染拡大防止対策にご協力をお願いします。
 ・定期薬(いつも服用しているお薬)を希望される場合
 午前中9:00~11:30、午後3:00~5:00までに受付をお願いします。どうしても難しい場合はご相談ください。
 ・臨時受診(発熱や風邪症状などのいつもと違う症状)の場合
 まずは早めに電話連絡をお願いします。
 診療時間:午前中11:30~、午後5:00~

診療・事業所案内

■生協クリニック南町		☎ 0942-21-8155				
久留米市南2丁目5-12		FAX 0942-22-3212				
【バスの案内】						
「西鉄久留米バスセンター」行き先番号 6・32・51・55に乗車						
「西町」で降車してください						
受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	武内	武内	武内	武内	武内	第1:担当の医師 第2:東(久留米大) 第3:武内 第4:担当の医師 第5:水田(久留米大)
13:00~15:00	昼休み / 訪問診療					(休診)
15:00~18:00	武内	武内	武内	(休診)	久留米大学 医師	
※漢方・禁煙外来を実施しています。 ※訪問診療を行っています。 ※胃カメラ、腹部エコー、ミニドック(要予約) ・7/3(土)・7/17(土)・8/7(土)						
久留米市南2丁目5-12		FAX 0942-22-3239				
☆本部・組織		☎ 0942-21-8300				
☆訪問看護ステーション		☎ 0942-21-8188				
■虹のセンター						
久留米市東合川7丁目1-28		FAX 0942-23-7716				
☆デイサービス虹の樹		☎ 0942-23-7700				
☆ヘルパーステーション		☎ 0942-23-7720				



事業所だより

生協デイサービス虹の樹



デイサービスでは食事、入浴、レクリエーション、機能訓練など様々なサービスを提供しています。今回は機能訓練についてご紹介します。

デイサービスで行っている機能訓練は日常生活での動作を改善、維持するための訓練で、大きく分けて2つの目的があります。

目的① 身体機能の維持向上

歩行や立ち座りなど、基本的身体動作の維持改善のため、歩行訓練や筋力増強・関節可動域の訓練などを行うのが、身体面における機能訓練の特徴で

目的② 日常生活機能の向上や維持
 トイレ、入浴動作や家事など日常生活に必要な機能の維持向上のため、具体的な生活行為や社会参加、精神面の活性化を目的とし、実践的な内容の訓練を行い生活機能を保ちます。

デイサービス虹の樹では身体機能・日常生活機能や精神面の維持向上のため、多様な運動プログラムを提供しています。具体例として、歩行訓練や自転車こぎ等の有酸素運動。自重負荷やマシントレニングでの筋力トレーニング。手すりや椅子を使用したバランス運動。その他、柔軟体操・日常生活動作訓練など、いろいろな運動プログラムに参加して頂くことによ

り、身体活動量を増加させ生活諸機能を保持し、心身機能の低下を防止していきます。

健康な生活を少しでも長く続けるためには、加齢による筋力低下を最小限にする必要があります。今よりも少しでも身体を動かし、運動する機会を持つことで、日々の活動を継続させていきましよう。

くるめ医療生協ホームページの運動動画もご活用いただければ幸いです。

生協デイサービス虹の樹

0942-23-7700

柔道整復師(機能訓練指導員)

古賀 将愛

かがやきクイズ

読めばわかる
 本紙のどこかに答えがあるよ



- ① 1面から...今回の定期総会で選出された理事と監事の総数は?
 ② 2面から...クリニック南町のコロナワクチン接種の際、持つてくるべきものは何個ある?
 ③ 3面から...ひまわりを咲かせるのは、どこの復興を願って?
 ④ 4面から...デイでの機能訓練の2つの目的とは?

《応募方法》

ハガキまたは事業所設置の応募用紙に①クイズの答え
 ②郵便番号・住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥機関紙「かがやき」の感想・ご意見などご記入の上、郵送または応募箱にてご応募ください。
 正解者の中から抽選で3名の方に図書カードをプレゼントいたします。

《宛て先》 〒830-0051

久留米市南2丁目5番12号

くるめ医療生協 かがやきクイズ係

★締め切りは2021年7月末日(当日消印有効)

※ご記入いただいた個人情報、本アンケートに関する目的にのみ使用し、他には使用いたしません。
 ※当選者は機関紙かがやき2021年9月号でお知らせします。
 ※いただいた感想を掲載することがあります。予めご了承ください。

さい。

《5月号の答えと当選者》

答え①①九十歳。何がめでたい、②脂肪、③バナナブレッド、④生協ヘルパーステーションくるめ
 当選者①宮本栄子さん(御井町)、吉田秀雄さん(南)、茨木芳子さん(国分町)
 ※応募総数は9名でした。ありがとうございました。

編集後記



今までの人生で最高の体重を更新してしまつた。理由は自分でもはつきり分かっていないが、他の何かのせいにしたくなる。このコロナのせい

スポーツジムを辞めたし、コロナのせいで大好きなライブも旅行も行けないし、コロナのせいで美味しいもの巡りもできないし...ストレスのせいだ!
 全部コロナのせいにしていいけど、そろそろ現実を受け止めないと。でもなかなか踏み出せない。どうしよう!