

# かがやき

〜新年のご挨拶〜  
いのち輝く新年にしましょう

くるめ医療生活協同組合

理事長 武内 省二

発行	くるめ医療生協
住所	久留米市南 2-5-12
TEL	0942-21-8300
組合員数	4,053 名
平均出資額	28,411 円
(11月末日現在)	
発行回数	年 12 回



新年明けましておめでとうございます。  
5年前に世界を席卷した新型コロナウイルス感染症は、今もなお甚大な健康被害と日常生活に大きな変化をもたらし続けています。

組合員の高齢化に伴い、「医療・介護・健康づくりの事業」と「平和と公正な社会を目指す」を前進させるには、あらゆる世代の組合員の参加が望まれます。

フレイル予防や健康寿命延伸の効果が期待される班会への参加や、くるめ医療生協の運営に携わる事で、自分の思いを実現する一歩につながると思います。

国立がん研究センターの統計では、およそ 2人に1人は生涯のうちにかんがんと診断され、3、4人に1人はがんで亡くなるとされています。

昨日まではなかったがんが、今日、急に発症する事はありません。がんのリスク要因が重なり合って、年月をかけて発症すると考えられています。健康診断や若い世代から生活環境に隠れているがんのリスク要因を学習し、避けることが予防の基本になります。

幸せに長生きする度合いが強い一つの因子として「人とのつながりがあること」が報告されています。互いを尊重し合い、人と人とのつながりを大切にすることを、くるめ医療生協の取り組みに参加し、一人ひとりが自分らしく歩み続けることが出来る、いのち輝く新年にしましょう。



てくてくウォーキング



各エリアで  
花見班会



九沖ブロック組合員交流研修

## 今年の 四季行事 ふりかえり



健康まつり



強化月間まとめ集会 みんなでボッチャ





# あけましておめでとうございます

組合員みなさん、あけましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願いいたします。  
各エリアと専門委員会みなさんにとっての今年の漢字をお寄せいただきました。それぞれの思いを胸に、よい1年にしていきましょう！

## 上津エリア



上津エリアは、今年も地域の輪を大切に、仲間を大切に、笑顔を忘れない班会を実施する等、近隣の知人、友人に声かけ運動を積極的に行い、にない手づくり、人づくりに貢献したいと思います。

### 2025年エリアの取り組み

- ・新しい学習会（健康づくり、感染症対策）
- ・地域の研修（合同柿がりなど）
- ・健康づくり（ウォーキング、フレイル予防）
- ・積極的な声かけ運動（近隣、知人、友人）
- ・本部企画の各種行事への参加（四課題の実現へみんなで取り組む）

## 国分エリア



国分エリアでは、とにかく健康の大切さを感じており、健やかな「健」を選びました。健康のため、にこにこステップ運動、スクエアステップ運動を、毎週続けています。新年には200回達成を目指してがんばります。

鈴を両手に持って神仏に感謝し、自らも鼓舞、みんなで集い楽しく健康な人生を！班会頑張りましょう！  
(これは楽の象形文字で、和紙をちぎって作りました)



## 東エリア

## 北エリア



これからの人生、楽しく生きたい。なんでも物が高くなり、もっと楽な生活がしたい。薬に頼らず、元気な生活を送りたい。  
このような想いで「楽」という漢字を選びました。前向きに何でも楽しみたいし、この間の物価高で物入り、年金生活には堪えます。もっと楽になりたいし、元気に過ごしたいので、「楽」の字に草冠の付いた「薬」の世話にはなりたくないです。

## 西エリア



### 「和の心」

この1年もウクライナに加えて、ガザ地区でも紛争が起きました。罪のない人たちが政治の力によって翻弄されています。なぜ話し合いで解決しようとしめないのかと不思議に思います。人と人、国と国の輪が広がる時が来ることを今年の夢の一つにしたいです。

## 南エリア



「増」  
ゾウ、ま(す)、ふ(える)、ふ(やす) 色々な意味にとらえられる漢字です。  
増やしたいもの→仲間、食料、年金、時間・・・  
増やしたくないもの→事故、病気、薬の量、しわ、白髪、ごみ・・・  
自分の力で変えることができるもの、できないものがありますが、できることを力を合わせて増やしていけたらと思います。

## 社保平和委員会



文字は「転換」  
老から若へ  
悪政から善政へ  
社会保障の改悪から改善へ

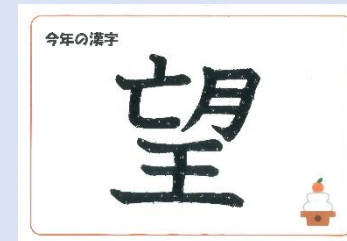
## 健康づくり委員会



健康づくりの基本である「歩く」様々な活動をみんなで「一步一步」これから進んでいく「歩み」など多くの意味を込めて選びました

## 広報機関紙委員会

みんなの望みを、みんなに届け、みんなの望みがかなうよう、機関紙づくりを今年も1年がんばります。



## 助け合い委員会



「楽」しくないと、笑顔になれない。新年は笑顔で乗り越えていこう！





\*\*\*\*\*クリニック南町からのお知らせ\*\*\*\*\*  
 ☆年末年始のお休みは、12/30 (月) から1/3 (金) です  
**診療・事業所案内**

<b>■生協クリニック南町</b>		☎ 0942-21-8155				
		久留米市南2丁目5-12 FAX 0942-22-3212				
<b>【バスの案内】</b>						
「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
午前 9:00 ~12:00	武内	武内	武内	武内	武内	第1~4 担当の医師 第5:休診
午後 2:00 ~3:00	訪問診療 武内	訪問診療 武内	訪問診療 武内			
午後 3:00 ~5:00	武内	武内	武内		担当の医師 (久留米大学)	

※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)⇒1/18(土)

**クリニック南町を受診する際のお願い**

発熱や風邪症状がある場合、院内感染を防ぐために、診察の時間と場所を別にして診療を行なっています。待機場所にも限りがあるため、ご迷惑をお掛けしますが、下記の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 9:00~12:00  
午後 3:00~ 5:00 の間で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

まずは電話連絡をお願いします。  
電話で症状を確認後、来院してもらう時間をお伝えします。  
来院されたとしても外来の状況によって、お待たせすることがあります。

- デイサービス虹の樹 ☎ 0942-23-7700
- ヘルプステーション ☎ 0942-23-7720
- 虹のセンター FAX 0942-23-7716
- 久留米市東合川7丁目1-28
- 本部・組織 ☎ 0942-21-8300
- 久留米市南2丁目5-12 FAX 0942-22-3239

事業所日より  
生協ヘルプステーションくるめ

皆様、新年を迎えるにあたり大掃除をされましたか。年末の大掃除の由来は、平安時代から伝わる「煤払い」という行事が由来と考えられています。煤払いは1年で家の中に溜まった汚れを掃除して清め、新年の神様を迎える風習です。

しかし大掃除をヘルパーは出来ないのです。掃除は生活援助というサービスになり「利用者の日常生活に必要な範囲の家事」の援助を指します。このことから大掃除は日常生活に必要な範囲とは認められていないのです。利用者様によっては何年も掃除が出来ていない場所がで、埃がスノーパウダーのようになり、積らばおしゃれな部屋に見えますし、そりに乗って滑りたくなる人も出るでしょう！しかし残念ながら灰色の埃なのです。このような環境が作られ、不衛生となり、日常生活が脅かされる人も出てきます。

私たちヘルパーに出来ることは、

日々のサービスで丁寧な掃除を行いながら、なるべく年末に大掃除をしないで良いような環境を作ることです。この丁寧なサービスの積み重ねが、気持ちが良い新年を迎えるための支援に繋がっていると思っ

生協ヘルプステーションくるめ

☎ 0942 (23) 7720  
佐々木 正光



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面から：新年挨拶で幸せに長生きする一つの因子は、「人との○○○○があること」○に入るのは？
- 2・3面から：東エリアの「薬」は、何を両手に持つて神仏に感謝している？
- 2・3面から：上津エリアの今年の漢字は？
- 4面から：事業所だよりの掃除のポイントは、「上から」どこへ？

《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・ご意見など記入の上、郵送または応募箱、FAX、公式LINEにてご応募ください。正解者の中から抽選で3名の方にQUO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2025年1月末日(当日消印有効)

※記入いただいた個人情報、本アンケートに関わる目的のみに使用し、他には使用いたしません。

※当選者は機関紙かがやき2025年3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。ご了承ください。

※掲載時にペンネームを希望される方は、あわせて記入ください。

《11月号の答えと当選者》

答え①①いいところ、②資格確認書、③砂、④いい介護の日

当選者Ⅱ藤川律子さん(安武町)、小井手結美さん(八女市)、清水裕美子さん(鳥栖市)

※応募総数19名でした。ありがとうございました。

編集後記

あけましておめでとうございます。新しい年の始まりは、いくつになってもワクワク感があります。かがやき編集委員会では今年の一語に「望」を選びました。遠くを見る、という意味合いがあります。年の始めに、医療生協の理念「健康をつくる、平和をつくる、いのち輝く社会をつくる」の思いを新たに噛みしめ、望(のぞみ)を持って、一年のスタートです。

(T)