

2月の 広島中央保健生活協同組合だより

けんこう

2026年
2月号

No.625

法人理念

ともにいのちを大切にし、
みんなが健康で安心して暮らせる社会をつくります。

取り組み方針

- 安心・安全な医療・介護・福祉の事業に取り組みます。
- 協同の力で、安心して暮らせるまちづくりに取り組みます。
- 憲法を守り、平和を守る運動に取り組みます。

班会や支部のイベントに参加された方々とのつながりを活かして取り組みや、訪問行動を通じて仲間ふやし・担い手ふやしをすすめました。バスハイク車手探しの訪問で手配り者がふえ

生協強化月間・地域支部の取り組み

今年度の特徴として100歳以上の組合員さん訪問や、地域医療をまもる署名や補聴器購入助成の署名など多くの署名活動を行いました。また生協創立70周年記念行事のお誘いも地域組合員・職員協同で行い、記念行事の参加者460名の成功に貢献しました。

生協強化月間を終了しての組織建設到達と年度末までの課題

今年度の目標は、①月間に仲間ふやし・出資金増やしとともに年間目標の8割達成、②事業所利用率を病院外来75%、入院90%、診療所群・介護事業所群で80%となるよう、仲間ふやしの取り組みをすすめることでした。地域支部・事業所ともに奮闘しましたが、仲間ふやし・出

己斐支部バスハイク



広島中央保健生活協同組合

編集部連絡先

〒733-0031 広島市西区観音町16-19
電話(082)-532-1264
FAX(082)-532-1267アドレス <http://www.hch.coop/>
Facebook 「広島中央保健生活協同組合」

2025年12月31日現在
組合員数 28,934人
出資金 12億0,296万円
発行責任者 生協広報委員会

10月1日から始まった生協強化月間が、11月末で終了となりました。みなさん大変お疲れ様でした。強化月間の取り組みの一つで実施している「いつせい訪問行動」を今年は生協強化月間と同じ期間で実施し、地域組合員と事業所職員が協同して取り組む貴重な機会となりました。



田方支部訪問行動

今年度は酷暑の影響を考慮し、昨年度から開始時期を遅らせて10月からの開始としました。訪問行動終了時で訪問件数は1837件、対話数は934件となり、訪問・対話ともに目標(訪問件数2100件・対話件数1000件)を達成することができませんでした。しかし期間中の地域組合員の参加は155名で、前年同時期より36名増と、多くの方にご参加いただけました。

今年度の特徴として100歳以上の組合員さん訪問や、地域医療をまもる署名や補聴器購入助成の署名など多くの署名活動を行いました。また生協創立70周年記念行事のお誘いも地域組合員・職員協同で行い、記念行事の参加者460名の成功に貢献しました。

いつせい訪問行動

10月は他の月と比較して多くの方に積み立て増資にご協力いただきました。

だきました。

けんこうチャレンジ2025ご参加ありがとうございました

広島県内での
取り組み結果

大人：3,415名 キッズ：1,845名 計5,260名
親子チャレンジ：248組

広島中央保健生協の
取り組み結果

大人：1,167名 キッズ：569名 計1,736名(去年より約200名取り組み者さんがふえました♪)
親子チャレンジ：104組

- ◆今年度も2次元コード・FAXを利用しての提出を呼びかけました。(大人61名、キッズ40名)
- ◆けんこうチャレンジ2025はじまるよ！交流会と中間企画のすこしお料理教室を開催しました。
- ◆6園(幼稚園・保育園・子ども園)と、13校(小学校・義務学校前期課程)に組合員さんからチャレンジ普及の働きかけをしていただきました。

NEW 中学校の支援学級の生徒さん、大学の管理栄養学科の学生さんに取り組んでいただきました♪

★広島中央保健生協で人気のチャレンジコースは？

大人1位 ①からだが喜ぶ 食生活コース

取り組み者は700名ほどで、例年と同じく3分の2以上の方が取り組んだという結果になりました。

「納豆など発酵食品を摂ること」に取り組まれている方が年々ふえている印象です。



コメントのご紹介

野菜を積極的にたべることを目標にして家族みんなで取り組んだので達成できました。仕事が休みの日の朝食を抜く日が多いので、毎日、朝食をとるようにしていきたい などなど…

キッズ1位 ②歯みがき あさとねるまえにしっかりハミガキをしよう

取り組み者は200名超えでした。今年度は新しい小学校さんに、団体でこの項目に取り組んでいただきました。

コメントのご紹介

毎日やっていることだから、一本ずつ歯を磨くことに気をつけた。歯磨きが習慣化できてよかったです。仕上げ磨きも、これからは欠かさずするようにしたいです。などなど…



★一緒に頑張れた！親子チャレンジ

大人と子どもが一緒に取り組む「親子チャレンジ」では、例年通り「歯みがき」のチャレンジが人気でした。

子どもが頑張っているので一緒に頑張った、という親子さんもいらっしゃいました♪



広島女学院大学にて、管理栄養学科の学生のみなさんに 「けんこうチャレンジ」に取り組んでいただきました

今年度、管理栄養学科の学生さんに、授業の一環として、大学の夏休みに入る前の30日間、44名の学生のみなさんでけんこうチャレンジに取り組んでいただきました。①体が喜ぶ食生活コースに取り組んでいる方が最も多かったです。(21名)

感想を一部ご紹介♪

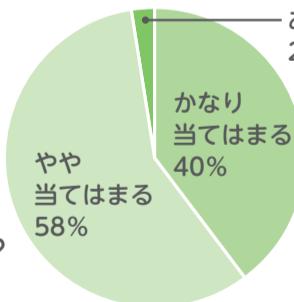
広島県生活協同組合連合会の「けんこうチャレンジ2025」は、日々の生活習慣を見直し、自分のペースで健康づくりに取り組める活動だと感じた。私は1日7,000歩を目標にして歩くことに挑戦した。実際には目標の半分程度しか達成できなかったが、これまでの自分をふりかえると、月の1/3くらいしか7,000歩も歩けていなかったことに気づき、少しずつ成長できていると感じた。取り組む中で、歩く習慣ができてくると気分も前向きになり、体の調子にもよい変化が見られた。また、こうした活動がアプリなどで記録できることもモチベーションにつながった。無理せず、自分の生活に合わせた目標を立てられることが継続のカギであり、地域全体で健康を意識する空気が広がることは、とても意味のあることだと思う。今後も、自分なりのペースで健康習慣を身につけていきたい。



実施後の学生さん方へのアンケート結果についてご紹介♪

Q1

楽しみながら気軽に健康づくりの習慣を身につけることができましたか？

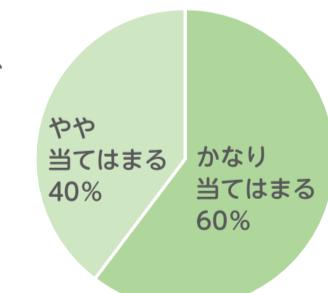


なんと！

約98%の学生さんがややあてはまる、かなり当てはまると回答しました

Q2

自分の生活習慣を見直す機会になりましたか？



すごい！

100%の学生さんが、自分の生活習慣を見直す機会になったと回答しています！

今年度は、事業所にもけんこうチャレンジ提出ポストを設置しました。

サロンえにしでは、担当職員が手作りで回収ボックスを作製し、班会の参加者さん方に提出を呼びかけました。



まちづくり委員会主催

災害時の避難所運営を模擬体験する
図上訓練を開催

「もしもの時あなたならどうする?」と題して「避難所運営ゲーム HUG (ハグ)」を12月18日(木)に開催し、24名の参加がありました。

HUGゲームとは、静岡県が開発した図上訓練で、避難者の年齢・性別・国籍などそれぞれが抱える事情がかかるカードを、避難所の体育館や教室に見立てた平面図にどれだけ適切に配置できるのか、また避難所で起こる様々な出来事にどう対応していくのかを模擬体験するゲームです。1グループ6人で、互いの意見を聞きながらすぐに判断していく難しさを体感しつつ、「避難者の多様性や障害者への配慮など改めて考えるきっかけになった」など、「参加してよかった」「楽しかった」の感想を多くいただきました。共通の問題として



あがったのが、指揮系統とトイレ問題でした。各地域での防災活動に興味、意識をもつことの大切さを感じる学習会となりました。

理事会社保・平和委員会主催

「核兵器のない世界へ」
～NPT再検討会議の意義について～

2025年11月28日(金)、第40回社保平和公開学習会は広島県原水協代表理事の高橋信雄さんに講師を務めていただき、2026年4月末から5月にかけて国連で開催される「NPT再検討会議」の意義について学びました。この講演の録画は

職員の学習にも活かされます。

1945年に米国が開発したときの原爆は3発。アラモゴード・ヒロシマ・ナガサキで一旦はゼロになった核兵器が、第2次世界大戦後、ソ連・英・仏・中も次々に核実験を成功させて核軍拡競争が激化した上で1970年に核不拡散(NPT)条約が発効。核保有5カ国に対して核軍縮のための交渉を義務づけた条約で、その成果を検証する場としてNPT再検討会議は5年ごとに開かれてきました。核兵器が約7万発にまでふえてしまった1980年代には多くの科学者の論文で「地球炎上」「地球凍結」の危機が指摘され、1995年に条約の無期限延

長が決定され、2000年には「完全廃棄への明確な約束」を盛り込んだ文書が採択され、意見が対立して合意文書を採択することができないまま閉幕したこともあります。2010年には「核兵器の非人道性」が明記されるなど、核軍縮をめぐる歴史が語られました。

また、2000年の会議では政府代表だけでなくNGO(非政府組織)代表も参加して各国代表を前に演説できるようになるなど、国連は政府代表だけの会議ではなく市民の声が反映される会議の場に発展したこと、NPTとTPNW(核兵器禁止条約)は相互に補完し合う両輪の関係にあることも教えていただきました。とりわけ、被爆者の訴えが人類の課題解決のための会議を大きく前に進めてきたことは大切な事実です。

当生協からもNPT代表派遣をします。代表の己斐上支部の組合員で被爆二世の大内正子さんがあいさつされました。祖母と母の体を通して紙芝居で被爆の実相を語り、核兵器廃絶を訴えていきたいと元気いっぱいです。当生協から派遣する代表にはNGOの代表団の一員として被爆地からの訴えを現地で直に語って来ていただきます。精一杯の力で活動で支えたいものです。バザーや募金へのご協力をよろしくお願いします。

健康づくり
委員会主催

生協 秋のけんこうウォーキング

横川第一公園→エディオンピーススティング広島→
広島城→芝生ひろば

約3.5kmコース

2025年11月27日(木)に開催し、今回は直前に体調不良となられた方が多くおられ、31名と参加者は少なめでした。

受付時は少し肌寒く感じましたが、福島生協病院リハビリテーション科の理学療法士指導の準備体操で体をほぐし、いざ出発! GOGOコース、ゆったりコースとともに話がはずみ、列が乱れがちでマイペースコース化しました。桜の木の紅葉を愛で、楠の黒い実を拾い、芝生ひろばでは、遠足のお弁当中の熊野から来た小学生とお話ししたり。お堀の野鳥(鴨?)や錦鯉を見て、護国神社では可愛い七五三参りにあつたりと、街中の名残りの秋を楽しむことができました。広島城で一次解散ののち、大半の方が2026年3月に閉城となる天守閣に登られました。元気! 元気! みなさん怪我なく完歩できよかったです。ありがとうございました。

健康づくり委員会委員



健康づくり委員会主催

白熱した戦いになりました! ~第6回 生協スポーツウェルネス吹矢大会~

2025年度の吹矢大会は、コロナ禍で中止後、6年ぶりの開催となり、12月5日(金)の大会に向け、実行委員会で検討準備をすすめました。

今回は庚午支部吹矢班、己斐支部吹矢班、福島コスモスポーツ吹矢班、五日市支部吹矢班、己斐上支部吹矢班から参加がありました。大会当日、会場にところせましと8レーン分の的が設置され、個人戦がはじまりました。

競技者は24名、見学者4名でした。



1位	藤山 昇さん(己斐)	126点
2位(+パーフェクト)	乗松 茂揮さん(庚午)	125点
3位(+パーフェクト)	大上 悅子さん(庚午)	124点
パーフェクト賞※	吉田 康子さん(己斐)	

※吹矢の「パーフェクト」

1つのラウンドにおいて、的の中心にある最高得点(通常7点)のエリアに全ての矢(5本)を命中させること。

主審の指示合図を受けて、一瞬シンドした緊張が矢に伝わり、バシンと矢を射る音が8つの的に響きます。「パーフェクト」を狙いますが、なかなか思うようには当たりません。試合は4ラウンド20本の矢による合計点を競うのですが、次こそはと気を入れなおすのが面白いところもあります。

試合終了後は輪になっての交流会。上手になれる秘訣を問われた組合員さんからは、「①吹矢の基本動作②腹式呼吸」との答えにみなさんも納得顔。

優勝トロフィーは己斐支部から参加した選手に授与されました。

班会での練習とおしゃべりも続けながら、次回入賞をめざして楽しもうと、いい笑顔がいっぱいになりました。

子育て広場 コープ のびのびクラブ

日時 毎週水曜日10時~12時 場所 生協けんこうプラザ5階

2月「のびのび」行事

※企画内容は都合により変更となる場合があります。

第1週 4日 わくわく絵本の世界

第2週 11日 祝日のためお休み

第3週 18日 聞いてみよう!

第4週 25日 手作り工作(ひなまつり)

※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては中止とさせていただく場合がございますのでご了承ください。

子育て広場 コープ ひよひよクラブ

日時 2月27日(金)13時30分~15時 ※毎月第4金曜日

場所 生協けんこうプラザ5階


診療のごあんない


2025年12月現在です。

急な医師の交代で変更もあり得ますので、ご了承ください。

※前回から変更している部分は網掛けで表示しています。

(2026年2月から)

	受付時間		月	火	水	木	金	土
 福島生協病院 082-292-3171 (健診センター:082-292-3215)	午前	8:30~11:45 診察は9:00~	内科(一般) ※初再診の方は こちらへ	山崎 布引 橋本 神尾	柴田 橋本 松原 新丸	柴田 橋本 田中(千) 濱本	新丸 神尾 田中(千)	新丸 橋本 田中(千)
		8:30~12:00 診察は9:00~	内科(専門) ※予約の方のみ	高岡 多比良 保手浜	高岡 多比良 飯田	大津 高岡 藤原	大津 多比良 多比良	大津 山脇
		8:30~11:00	健診	杉原・田代	杉原・山崎	杉原・田中(貴)	杉原・佐々木	北口・田代
		8:30~11:45 診察は9:00~	外科 整形外科	宮庄 長谷川 有村(予約)	田代 杉本 長谷川	宮庄 有村	北口 有村	大森
	午後	8:30~11:00 診察は9:00~	耳鼻咽喉科※ 泌尿器科※	大学 大学			大学 大学	大学
		13:30~16:00 診察は14:30~	皮膚科※ (予約制)	大学				大学
		13:30~16:30 診察は14:00~	内科(一般) ※初再診の方は こちらへ	多比良 飯田 山脇	大津 保手浜 山脇	山脇 藤原	高岡(ペースメーカー)	橋本
	夜間	13:45~16:00 診察は14:00~	外科・肛門科				田代	
		16:30~18:00 診察は17:00~	内科(専門) ※予約の方のみ				藤原(不定期)	
生協小児科ひろしま 082-532-1260	午前	8:30~11:30		北村	北村	北村	北村	北村
		泉						
	午後	13:00~14:00			予防接種 (予約制)		乳児健診 (完全予約制)	予防接種 (予約制)
		14:30~16:30		北村	北村	北村 (第4は休診)	北村	北村
生協歯科ひろしま 082-291-1333	午前	月・水・金・土 8:30~12:30		高橋 山本 松井(月2回) 高浜(月2回)	松井(月3回) 平岡(月2回) 今川	高橋 山本(月2回) 高浜(月1回)	高橋(月2回) 山本(月3回) 今川	高橋 山本(月3回)
		火・木 8:30~10:00		高岡		今川(月2回)	平岡(月2回)	高浜
		月・金・土 12:30~17:00		高橋	高橋	高橋	高橋(月2回)	高橋
		火・木 10:00~17:00		山本	山本	山本	山本(月1回)	山本(月3回)
	午後	第1・3水 12:30~15:00		松井(月2回)	高浜	高浜	松井	松井(月1回)
		第2・4水 12:30~17:00		高浜(月2回)		平岡(月2回)	平岡	平岡(月3回)
	夜間	第5水 午後休診			今川		今川	
		17:00~18:30		高橋		松井		
				山本		平岡		
				高浜				
生協さえき病院 082-926-4511	午前	9:00~12:00	内科	平野(大学) 沼本 福山 伊藤	荒井 河口 神尾 重本	神尾 伊藤(泰) 重本	叶 池本	高内 吉田(大学)
			内科 (予約)					交替
			健診	渡辺	重本	八田	根本	高内
			整形外科	三好	三好	瀬分	三好	高内
	午後	14:00~17:00	内科	高内 15:00~福山(予約)	伊藤(予約) 15:00~荒井(予約)			交替
	夜間	17:00~18:00	内科				福山(予約)	
生協さえき歯科 082-926-1148	午前	8:30~11:30		星 保子 福井 鈴木 末井	星 保子 福井 鈴木 末井	星 保子 福井 鈴木 末井	星 保子 福井 鈴木	星 保子 福井 鈴木
	午後	13:30~17:00		星 保子 福井 鈴木 末井	星 保子 福井 鈴木 末井	星 保子 福井 鈴木 末井	星 保子 福井 鈴木	星 保子 福井 鈴木
コープ五日市診療所 082-924-0608	午前	9:00~12:00	内科	佐々木	長谷	佐々木	佐々木	佐々木
	午後	15:00~17:00	内科		佐々木	佐々木		
	夜間	17:00~18:30	内科	佐々木			佐々木	
コープ草津診療所 082-272-8665	午前	9:00~12:00	内科	世戸	福山	世戸	世戸	世戸
						訪問診療(福山)		
	午後	14:00~17:00	内科	世戸	訪問診療(福山)	福山(17:30まで)		世戸
						訪問診療(田代)		
	夜間	17:00~18:30	内科		福山			

ひとりじゃないよ みんなでいっしょに子育てしよう♪
♥広島中央保健生活協同組合 子育て応援PJ 子育て応援企画 第23弾♥

聴きなれた曲をピアニカの音色で♪
ピアニカコンサート

子育て応援企画第23弾は、ピアニカ子隊さんによるコンサートです。慣れ親しんだ鍵盤ハーモニカで、誰もが一度は耳にしたことのある音楽をアレンジしてお届け! 鍵盤ハーモニカの魅力が詰まったコンサートと一緒に楽しみましょう♪

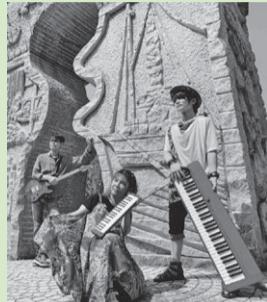
日 時 **2月28日(土) 10:00～**
(開場 9:45 公演は1時間弱程度を予定しています)

会 場 生協けんこうプラザ 5階多目的ホール②
(広島市西区観音町16-19)

対 象 主に未就学児さんとそのご家族 30組程度を予定
大人のみでのご参加は受け付けておりません。ご了承ください。

参加費 広島中央保健生協組合員の方は無料
未加入の方は1家族500円(当日加入していただければ、無料でご参加いただけます)

駐車場 当日は病院駐車場はご利用いただけません。お近くのコインパーキング、または公共交通機関をご利用ください。



ピアニカ子隊

お申し込み方法について

右下の二次元コードを読み取り、Googleフォームにてお申し込みください。
その他、お電話・メールでも予約を受け付けます。

★お申し込み締め切りは 2月25日(水)です。
それ以降にお申し込みを希望される場合は、必ず
お電話でご確認くださいませ。

お問い合わせ・ご質問はこちら

電話番号:082-532-1264

メール:soshikibu@hch.coop (担当:山本)



Googleフォームはこちら

楽しく園芸ボランティア20年!!

生協さえき病院ボランティアの会

生協さえき病院が誕生して20年が経ちました。多くの地域の人たちに支えられ、開院当初からボランティア委員会としてスタートしました。開院当初のみなさんの熱い思いが、今も懐かしく思い出されます。



ボランティアの初めの役割は、院内を案内する玄関ボランティアでしたが、やがて患者さんも慣れ、院内コンサートや観劇、病棟訪問など活動は多岐にわたりましたが、熱心に取り組んでくださる組合員さんのおかげで持続可能な活動として、草木を管理して育てる園芸ボランティアとして落ち着きました。一口に20年といつても60歳代だった人は80歳代になり高齢化が進む中、一時は休会の危機もありましたが、八幡東支部のものわすれ班の加入により今は常時7～8人で開院以来変わらない毎週木曜日の活動を続けています。駐車場の四季折々の美しい花々は見る人を癒やし、正門横の木々は、貴重な男性の活躍で整備されています。

作業の後は、持ち寄りのお菓子でコーヒータイムをもち、政治の話や病院への思い、世間話など花が咲き楽しい時間をもっています。



10月9日 病院より
表彰を受けました。

広島市のポイント手帳事業も魅力の一つですが、「楽しくなければボランティアは続けられない」をモットーに、これからもお互いを思いやりながら続けていきたいと思います。

手早く仕上げるコツ

ステップ1 「牛肉ちらし寿司」のご飯を炊いて酢飯をつくり、冷ます。
ステップ2 「冬野菜とサーモンのごちそう和え」をつくる。
ステップ3 「とろとろ焼きりんご」をつくる。
ステップ4 「牛肉ちらし寿司」をつくる。

調理時間
計 40分
(炊飯と酢飯を冷ます時間は除く)

牛肉ちらし寿司

栄養価(1人分) エネルギー 486kcal | たんぱく質 16.2g | 食塩相当量 1.2g

材 料(2人分)

米…1合
A 醋…大さじ1
砂糖…大さじ1/2
塩…少々(0.6g)
ごま…小さじ1
牛もも肉…100g
ごぼう…1/3本(60g)
油…小さじ1/2

B ショウゆ…大さじ1/2
砂糖…大さじ1/2
卵…1個
砂糖…小さじ1/2
油(錦糸卵用)…小さじ1/2
三つ葉…3本(5g)
紅しょうが…ふたつまみ

ポイント

牛肉とごぼうの食感がよく、食べ応えのあるちらし寿司です。卵は少し砂糖を入れることで色よく仕上がりります。炒り卵にしてもおいしいですよ。

つくり方

- 1 米を炊いて(A)を混ぜ、冷ましておく。
- 2 牛肉は1cm幅に切る。ごぼうは縦半分に切って斜め切りにする。
- 3 フライパンに油を熱し、中火で牛肉・ごぼうを炒める。全体がしんなりしてきたら(B)を加えてさらに炒める。
- 4 卵をボウルに溶き、砂糖を加えて混ぜる。油をひいた卵焼き器で両面を焼き、錦糸卵をつくる。
- 5 1に3を加えて混ぜ、皿に盛る。4. 2cm幅に切った三つ葉、紅しょうがを乗せる。

冬野菜とサーモンのごちそう和え

栄養価(1人分) エネルギー 155kcal | たんぱく質 8.3g | 食塩相当量 0.7g

材 料(2人分)

大根…3cm(120g)
赤しそふりかけ…ふたつまみ(1g)
プロッコリー…1/3株(80g)
サーモン刺身…6切れ(72g)
A ショウゆ…小さじ1/2
砂糖…小さじ1/2
マヨネーズ…大さじ1

つくり方

- 1 大根は短冊切りにし、赤しそふりかけで和える。プロッコリーは小房に分ける。サーモン刺身は(A)で和える。
- 2 プロッコリーは耐熱容器に入れ、ラップをかけ、600Wの電子レンジで2分加熱する。流水で冷まし、水気を絞る。
- 3 大根の水気を絞り、材料をすべてボウルに入れて和える。

ポイント

大根は赤しそふりかけで和えることで少しピンクがかった色になります。それぞれの素材にしつかり味をつけることで、塩分が少なくて味がぼんやりすることはありません。

とろとろ焼きりんご

栄養価(1人分) エネルギー 90kcal | たんぱく質 0.2g | 食塩相当量 0.1g

材 料(2人分)

りんご…1/2個(125g)
マッシュマロ…4個(12g)
バター…10g

つくり方

- 1 りんごは縦に4等分に切り、5mm幅に切る。
- 2 耐熱皿にりんごを敷き詰め、真ん中にバターを置いて、オーブントースターで8分焼く。マッシュマロを乗せて焼き目がつくまで1～2分焼く。

ポイント

りんごにバターを乗せて焼くことで、とろとろの焼きりんごができるあります。マッシュマロと一緒に焼くことで甘味がプラスされ、手軽につくれるスイーツになります。



ミニパーティを和食で楽しむ

一食の栄養価(1人分)
エネルギー 731kcal / たんぱく質 24.7g
食塩相当量 2.0g



たんぱく質やビタミンが
しっかりとれて、
しかも「すこしお」。
そんな献立を提案します。

冬野菜とサーモンのごちそう和え



冬野菜とサーモンのごちそう和え



とろとろ焼きりんご



牛肉ちらし寿司

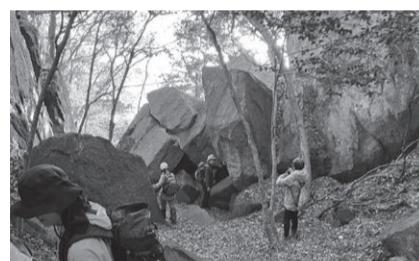
組合員の輪

快晴に恵まれ、気持ちよく登りました♪
～湯来支部 歩こう班～

2025年11月30日(日)、湯来支部にて歩こう班会を行いました。10名が参加しました。

当日は気持ちのよい晴れ模様。澄んだ冷たい空気の中で窓ヶ山へ登りました。

途中には鎖のひかれているような少し険しい道もありましたが、休憩を挟みながらも着実に進んでいきました。登りきった先、頂上からの景色はまさしく鳥の気分！そこで食べる昼食は、達成感もある分、格別に美味しかったです。市内の方まで見渡せる眺望を前に、「あのあたりが家かな」「あれ江波山かね？」と会話も弾みました。



下山も問題なく進み、怪我もなく無事に終了。当日はリハビリテーション科の職員さんがプライベートで出席していたので、整理体操をして解散しました。

2月の行事予定

- ◆2月1日(日)～3月31日(火) 生協組織建設ラストスパート月間
- ◆2月14日(土) 虹のバレンタイン行動
- ◆2月16日(月) 広島中央保健生協次年度方針討論集会
- ◆2月28日(土) 第23回子育て応援企画

掲示板

広島中央保健生活協同組合 子ども食堂 生協わくわくぱーてい

【日】2月14日(土) (次回:3月14日(土))

【時間】10時30分～13時頃
(食事の提供は12時頃から)

【場所】観音公民館

前月まで掲載していた二次元コードでのお申込が確認できない状況です。
お申込みは【臨時】と記載のある公式LINEアカウントにお願いいたします。

※感染症などの流行状況によっては中止となる場合がございます。
※午前7時の時点で警報が出ている場合は、中止とさせていただきます。

※アレルギー対応はしておりませんので、ご了承ください。

調理・あそびボランティアさん お米・野菜等食材のご提供もお待ちしております(^^♪
お申し込みは☎082-532-1264(組合員活動推進課)まで

いつもお米や食材をご提供いただきありがとうございます！

カレーライスを
提供します。
第2土曜日は遊びにおいて！



どなたでも
参加できます。

初冬の歩こう会

～吉島支部～

2025年12月3日(水)、参加者の9名で縮景園に行きました。屋根のない冠木門を通り、園内を見渡すと、四季折々に開かれる茶室付き建物のある景観は別世界で江戸文化の香りがしました。

私たちは基本順路をゆっくりと回りましたが、高低差あり、凹凸ありでつまずきそうになりました。造営された池には、石橋・木橋がかかり、橋を渡る前から緊張し足が震えました。その時仲間がそっと手を差し出し一緒に橋を渡ってくれ、その後もつかず離れず見守ってくれました。仲間がいてよかったです！雄大な竹林・お茶の木の白花・菰のまかれた松や蘇鉄・被爆樹の大銀杏・薬草園に香草園とたくさんの植物であります。京橋川側土手には被爆者慰靈碑があるのですが、お祈りを忘れたのが心残りです。園外でのランチの頃には風が強く落ち葉が吹き溜まりになっていました。

またお祈りを兼ねて訪れたい場所です。



たすけあいの会 ボランティアさん大募集！

ひとり暮らし、近所に知り合いが少なく困ったことを相談できる先がなくて悩んでいる方のために「たすけあいの会」があります。

たすけあい活動の内容は、掃除、買い物、ゴミ出し、通院・外出支援、電球交換、話し相手などです。



このような困ったことを少しでもお手伝いできる方を募集しています。
「〇〇の活動はできそう」など、具体的な申し込み大歓迎です。

ご近所に、あなたの助けを待っている人がいます

申し込み・
問い合わせ先

地域包括ケア部 まちづくり推進課
たすけあいの会 電話082-532-1264

△自由句・川柳

春一番吹いて山野は萌黄色
春一番せんたく踊る右左百合
春一番花粉と共に吹いてくる
扇風機とこたつ入れかえ二季の冬
春一番花粉と共に吹いてくる
大根草
春一番曲に誘われ靴をはく
春一番せんたく踊る右左百合
春一番花粉と共に吹いてくる
熊のブーさん
春一番吹いて山野は萌黄色
春一番曲に誘われ靴をはく
ちづ丸

お知らせ 選考を円滑に行うため、投稿数は一人5句までとさせていただきます。

*採用された方には図書カードをプレゼントします。
ぜひご住所をお知らせくださいませ。 広報委員会

おたより募集

川柳、俳句、短歌

4月号の川柳のお題は「新茶」(締め切りは2月14日)です。5月号の川柳のお題は「苺」(締め切りは3月16日)です。自由演題でも結構です。その他、「私の家族(ペット)」「私のとておきの一枚」にまつわるエピソードや思い出を募集しています。写真と簡単な紹介文を編集部までお送りください。

733-0031 広島市西区観音町16-19-4F
広島中央保健生協 組合員活動推進課 けんこう編集係
E-mail:soshikibu@hch.coop
TEL (082)-532-1264 FAX (082)-532-1267

宛先

理事会より(2025年12月理事会報告)

- 法人全体の11月の経営は、経常利益予算を172万円上回り、3,548万円の黒字となりました。累計で2億4,978万円の黒字となり、経常利益予算を4,855万円超過しました。事業所別では生協小児科ひろしまが今年度初の黒字、看多機コープ五日市が経常利益率15%の黒字となり法人全体の経営に貢献しました。
- 「広島中央保健生協 次年度方針討論集会」を2026年2月16日(月)14:00～17:00に生協けんこうプラザ5階で開催します。医療福祉生協連の方針を学び当生協の次年度方針についてみんなで語り合う場となります。支部長・運営委員が参加対象です。みなさんの思いをお聞かせください。