

組合理念

私たちの思い

人が人として大切にされる社会をめざし
保健・医療・介護の事業と運動をとおして
様々な人たちと手をつなぎあい
平和とくらしを守り
健康で明るいまちをつくります。

くらしき 医療生協

Each for All and All for Each

ISO9001認証取得

発行 倉敷医療生活協同組合

〒712-8025 倉敷市水島南春日町13-1
tel:086-444-4321 fax:086-448-4150
mail: soumu@kura-hcu.jp
ホームページ: https://www.kura-hcu.jp

編集 機関紙編集委員会

つながり

健康づくり

学び

支え合い

班会は“いいこと”いっぱい

日本政府は核兵器禁止条約に署名・批准を
署名にご協力ください



「あの頃みんな若かった」話して笑って元気が出て！（1月24日）

別の参加者は、長い間医療生協の機関紙配布をしていた方です。高齢となり、配布を交代した後は、家から出ることも少なくなっていました。知り合いのお誘いや、ご家族の協力もあって、サロンの行き帰りは家族に同行してもらい参加できるようにになりました。「こうやって体操したり話ができるんがええなあ」と笑顔で話します。家から出て、地域の人たちとのつながりを持つことが元氣

お出かけして
元氣も出て

いつでも集まりたい

倉敷医療生協は、班会を身近なくらしの一部、地域の福祉力を高める社会的な資源として取り組んでいます。地域の人々に寄りそい広がる活動の場を訪問しました。

杖をついても
集まりたい

沙美スイートピー班（黒崎支部）のあるサロンは、15年前から活動しています。会場は元呉服屋さんの店舗です。歩いて参加できる「地区内の班」の

範囲に呼びかけて10数人が集まります。体操や脳トレ、お出かけや食事会、季節によりお花見会・映画を見に行く会など活動は多彩です。参加している方から、

「最初は外から見とって、年寄りばあが集まる」と

「あのかと声が出ると、すかさず周囲から「あの頃あんたは若かったからなあ」と、一同大笑い。別の男性参加者からは、「退院してすぐ、杖をついても来たくなる」とも。



毎回色々な体操を工夫して

な気持ちの一つになって立っています。参加者から、「いつでも聞けば聞くほど、いいこと」がいっぱい出てくる班活動。地域の中の福祉力を高めることにも役立ちました。



さくらんぼ助産院 男性の産後うつ？ パート②

父親になって初めて、赤ちゃん主体の生活がスタートすると、役割分担が増え、育児に慣れない、なぜ泣いているのか分からないなどで、不規則な生活サイクルになります。

これにより無気力感、不眠、倦怠感、食欲低下などの症状が出てきます。

一般的には、育休明け頃から産後うつを発症しやすいといわれています。

（さくらんぼ助産院 塩尻由希子）

2月定例理事会報告

「第72回通常総代会開催日時及び会場」

第72回通常総代会開催日時及び会場について報告があり承認した

「2026年度総代定数の件」

2026年度総代定数について報告があり承認した

「住所不明組合員のみなし自由脱退処理の件」

住所不明組合員のみなし自由脱退処理について報告があり承認した

「総代選挙管理委員指名の件」

総代選挙管理委員指名について報告があり承認した

「2026年度組合運動方針（案）の件」

2026年度組合運動方針（案）について報告があり承認した

「定款第6条第2項に基づき組合員の加入承認の件」

1人につき確認した

いま医療生協は（2026年1月30日現在）

- 組合員数 62,530人
- 出資金 1,584,611,666円
(組合員1人平均出資25,342円)

組合員のみならず、氏名、住所を変更された方は、組合経理課（☎086-448-6210）までご連絡ください。



倉敷医療生協「2026 平和企画」プレ企画 職員による座談会 「つながる つなげる 広げる 平和の取り組みを今」



楽しく和やかに開かれた座談会

5月9日に開催予定の「2026 平和企画」に向けたプレ企画として、原水爆禁止世界大会等に参加した「職員による座談会」が1月28日に開催され、10人が意見交換をしました。参加者の1人は、広島平和記念資料館の展示の前で涙を流す少年の姿を通じ、核問題を「自分事」として捉える重要性を共有しました。また、世界に4,000発の核弾頭がある現実、今後はSNS活用や「楽しさ」を交えた発信で、関心層を広げる工夫について議論しました。

司会の志賀雅子さんからは、医療におけるケアの視点と平和継承の共通性の話がありました。「目から消えたものは心からも消える」という言葉を胸に、自らが語り手となる決意を新たにしています。

(健康事業部) 田邊昭太

非常にも効果的であると思えます。職員による正確な指示と行動、そして職員間のチームワークは、今までの中で一番良かったのではないかと感じています。実際に災害が起るとマニュアル通りに動けなくなると思うので、日頃から訓練をすることの重要性を再認識できた良い機会でした。私たちが学んだことを後輩へ伝え、全員が実践できるような病院でありたいと願っています。

(2病棟クラーク) 土谷梨菜

玉島協同病院は、「夜間に外来休憩室にて火災発生、初期消火失敗し延焼」を想定した消防避難訓練を12月16日に行いました。避難誘導係の職員から指示を受け、1人で歩ける方や護送が必要な方、それぞれの患者さんに声をかけながら、無事全て完了しました。

玉島協同病院 消防避難訓練を実施



避難誘導するスタッフ

玉島協同病院は、「夜間に外来休憩室にて火災発生、初期消火失敗し延焼」を想定した消防避難訓練を12月16日に行いました。避難誘導係の職員から指示を受け、1人で歩ける方や護送が必要な方、それぞれの患者さんに声をかけながら、無事全て完了しました。

玉島協同病院は、「夜間に外来休憩室にて火災発生、初期消火失敗し延焼」を想定した消防避難訓練を12月16日に行いました。



「かんきょうクイズ」に答える参加者

水島支部は1月18日「健康まつり」を開催し、66人が参加しました。水島協同病院から医師や看護師も加わり、健康チェックは行列ができるほどでした。

環境問題を考える 水島支部健康まつり

音楽で心も豊かに 井原支部 ビスコッティ班



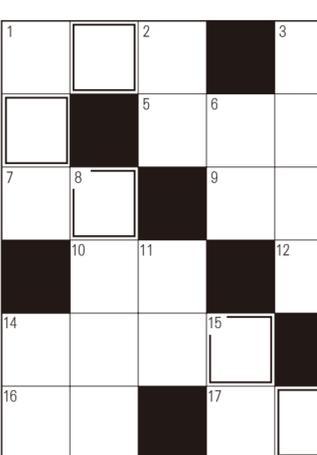
色々な楽器にチャレンジする楽しい仲間

ビスコッティ班は、地域の行事や支部の企画・介護施設・店舗などで音楽演奏をしています。日々練習を重ねて、人との出会いと音楽活動を楽しみながら続けていきます。

(班長 川上洋子)

「春よ来い」 替歌 大幅賞上げよ来い 物価高超える賞上げを

第489回パズル解答 鏡餅 (鏡餅) 1. アイハツチカ 2. カシメチシ 3. カシメチシ 4. カシメチシ 5. カシメチシ 6. カシメチシ 7. カシメチシ 8. カシメチシ 9. カシメチシ 10. カシメチシ 11. カシメチシ 12. カシメチシ 13. カシメチシ 14. カシメチシ 15. カシメチシ 16. カシメチシ 17. カシメチシ



組員のひろのば 笑いたい！ 総社市小寺 高階尚子 上方落語の林家卯三郎さんの独演会があったと写真入りのニュースを見て楽しそうでした。 総社吉備路支部ニュースの12月号です。障害のある私は、日タリハビロですが、時には大笑いできる時間も大切。新年笑う門には福が来るよう、ぜひ夫に連れて行ってほしいと思っています。

お見事！ 錦帯橋にさも似たり (児島西支部) 色々な楽器にチャレンジする楽しい仲間

歩くのもまたいい 倉敷市玉島 大本 慧 昨年からの、定期健診の通院を自家用車から徒歩に変えました。季節の移ろいを感じます。

ふんばり時！ 倉敷市川入 倉田ひろ子 気温の変化やストレスでぜん息になり、苦しい思いをしています。

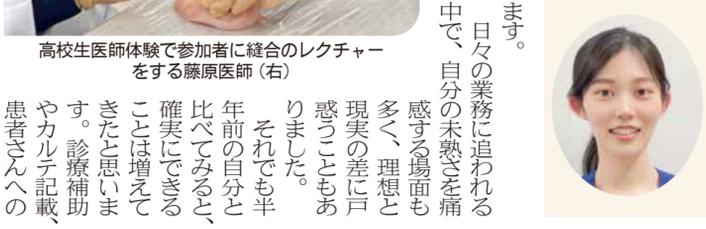
脳パズル 第491回 カギを解き、二重クに入る文字を並べかえて言葉を作ってください。

応募方法 ハガキ・電子メールに 答え・身近なできごと・意見・感想を何かが一言と、住所・氏名・年齢・電話番号を書きお寄せください。正解者の中から、抽選で賞品をお送りします。

かんたんクッキング salt 6g 切り干し大根とハムのごまマヨ和え 切り干し大根の歯ごたえで満足感アップ 材料：2人分 切り干し大根 25グラム きゅうり 1本 ハム 3~4枚 A マヨネーズ 大さじ2 B しょうゆ 大さじ1/2 おろしごま 大さじ2 1人分食塩相当量：1.6g 調理時間：10分

【作り方】 ①切り干し大根は軽く洗って水にさらす。15~20分戻してしっかり水けを絞る。 ②きゅうり、ハムは千切りにする。 ③ボウルに①、②、Aを入れて合わせ、最後にBを加えたらできあがり。

研修医日記 地域に信頼される医師に 水島協同病院 一年次研修医 藤原明子 初期研修1年目が終わろうとしていく今、この1年を振り返ると、



対応など、不安ばかりだった業務にも、少しずつ自信を持って取り組めるようになりました。また、一つひとつの判断や行動に対する責任感も増し、医療者としての自覚が芽生えてきました。



みずしま協同クリニック ☎086-444-1222

午前受付 8:00~12:00 (診療 9:00~)
夜間受付 15:30~18:30 (診療 16:00~)
※診療表は都合により、変更する場合があります

Table with columns for Clinic 1, 2, 3 and various departments like Internal Medicine, Surgery, Pediatrics, etc. Includes doctor names and availability for each day of the week.

【専門外来】 ①循環器 ②呼吸器 ③脳神経内科 ④腎臓・透析 ⑤糖尿病 ⑥消化器・肝臓内科 ⑦膵臓内科 ※2025年12月より、整形外科(火)夜間診療は終了し、(火)午後の予約外来を新設しました。⑧皮膚科は火曜日のみ、当日受付も可能です。

水島協同病院 急患の方はいつでもお越しください
救急、入院、健診、透析、外来 ☎086-444-3211

奨学金制度のご案内
【医学部医学科】 貸与金額(月額) 1・2年生... 6万円
【看護部】 貸与金額(月額) 大学... 6万円
【薬剤師】 奨学金制度あり
【歯科医師】【歯科衛生士】 奨学金制度あり

Table for 玉島協同病院 and other facilities including 玉島歯科, コープリハビリテーション病院, 老健あかね, コープリくらしき診療所, レインボー, さくらんぼ助産院. Includes department names and doctor availability.

無料法律・生活・健康相談
【玉島】 玉島協同病院
【水島】 医療生協会館
法律相談 生活相談 健康相談

歯科診療表
Table showing dental clinic schedules for 水島歯科, 玉島歯科, 児島歯科, 真備歯科, 高梁歯科, 阿新歯科, コープリくらしき歯科.

水島高齢者支援センター ☎086-446-6511
水島居宅介護支援事業所 ☎086-444-1271
水島虹の訪問看護ステーション ☎086-440-4688
水島虹の訪問看護ステーション サテライト玉島 ☎086-523-0207
阿新虹の訪問看護ステーション ☎0867-72-7370