

一人は万人のために  
万人は一人のために

2月15日現在  
組合員数 41,101人  
出資金 13億9,165万円

# からだぐらし

発行所  
**広島医療生活協同組合**  
〒731-0121 広島市安佐南区中須二丁目19-6  
TEL (082) 879-8124 FAX (082) 879-8182  
機関紙編集委員会  
ホームページ [www.hiroshimairyu.coop](http://www.hiroshimairyu.coop)  
健康まちづくりセンターEメール  
kenmati@hiroshimairyu.or.jp

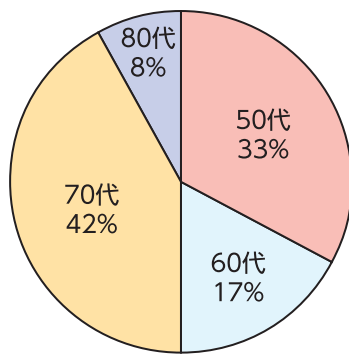
受けて  
安心♥

## 健診 受けていますか？

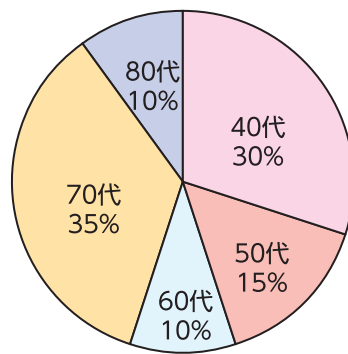
### 2023年度 共立病院健診センターでの統計

	受診総数 (人)	要精査者 (人)	がん発見者 (人)
乳がん	4,765	136	20
大腸がん	11,564	492	12
胃がん	8,501	526	19
子宮がん	3,793	59	4
肺がん	14,253	177	4

### 大腸がん発見 年齢別内訳



### 乳がん発見 年齢別内訳



二〇二三年度に広島共立病院健診センターでがん検診を受診された方はのべ四三〇〇人です。そのうち、要精査になった方は、約一四〇〇人(30%)、そのうち、がんが発見された方が約六〇人(4%)です。

要精査30%以上

### 体験談

乳がん検診でがんと診断されて  
(57歳 女性)

2018年に健康診断で乳がん再検査の案内が来ました。軽い気持ちで再検査に来院すると、検査の結果、カテゴリ4の乳がんと検査当日に診断されました。

乳がんと分かっただけで、大学受験を控えた息子に伝えるのをためらったり、高齢の両親へ心配かけたくないとの思いが強かったです。また、職場への報告と今後のことで不安にもなりました。半年後には、がん摘出手術、その後、乳房再建しました。術後は、抗がん剤治療をして、髪の毛は抜け、体力はなくなり、何をすることも辛くしんどい日々でした。

あれから6年の月日が経ち、現在は経過観察中です。仕事も2年後には完全復帰、趣味のライブや旅行に充実した日々を送っています。また、姪っ子たちの影響で山登りに挑戦して、昨年は屋久杉を見に行ってきました。

がんと告知されたときは、つらかったですが、検診を受けてよかったと現在はつくづく思っています。みなさんも、早期発見・治療のために検診を受けましょう！

どの年代の方でも！  
発見されています。

### よくある相談

健診の費用はどれくらいかかりますか??



年齢や加入されている健康保険によって、健康診断費用の一部または全額が補助される場合があります。詳しくはご加入の健康保険、または広島共立病院までお問い合わせください。



病気が見つかるのが怖くて不安なんです…



そう言われる方多いんです…。不安ですよ。身体に不調がなくてもいち早く**病気のタネ**を見つけるのが健康診断です。ご家族、ご近所の方ともお声を掛け合い、ぜひ健康診断を受けましょう。



健診はあなたの**健康を守る第一歩**ですよ!

**2025年度の健診予約、2月17日(月)より受付開始**  
平日13時以降の胃カメラ枠増えました! この機会に全身の健康診断を受けましょう!  
**広島共立病院 健診センター ☎082-879-1223**

### 虹の旗

「寝る大人は健康」

元気だけが取り柄の私が、今年の十二月から、取り柄だったのが過去の事になった。コロナ感染、復活する頃に肺炎。映画館では、急に汗、スクリーンが、色付砂嵐、直ぐに戻ったが、Dr.曰く、過労。自覚は無い。精神が殺られた。どうしたらいいのか考え、頭に浮かんだのが、「寝る子は育つ」。「寝る大人は健康」に自分で変え、睡眠時間を多くするようにした。今までは、映画館で、夜に終わる映画を観ていた事があったが、夕方までにした。これからの季節、花見。四月に、高校の時の同期会。「寝る大人は健康」で、楽しみに待とう。

(S.I)





広島共立病院 副院長 源 勇

**【増加する 大腸がん】**  
男女ともに「がん」

広島共立病院 副院長 長源 勇 医師が大腸がんの現状と検診の重要性について講演を行いました。この講演は広島医療生協・理事会健康づくり委員会の主催で開催され、三十三名の方が参加されました。

が死因の一位となっている中、国立がん研究センターのデータによると、一九七五年から二〇一五年の間には大腸がんの罹患率は約四倍に増加しました。現在、年間約五万人が大腸がんで亡くなっており、そのうち直腸がんとS状結腸がんが大腸がん全体の約70%を占めています。

12/12(木)  
理事会 健康づくり委員会主催

地域の健康を守る

大腸がんの予防と早期発見を目指して

【リスク管理と予防のポイント】

大腸がんのリスク要因としては、「飲酒」「肥満」「喫煙」「赤肉や加工肉の摂取」が挙げられます。特に、一日あたりアルコール15

【早期発見の力ギは検診】

大腸がんの五年生存率は72.6%(全がん平均66.4%)と高いものの、早期発見が非常に重要です。広島共立病院

g(ビール大瓶1本)を増やすと、リスクが10%上昇すると言われています。一方で、「運動」や「食物繊維」、「魚の脂質」は予防に有効とされています。源医師は「生活習慣の改善が予防の第一歩」と強調されています。



2024年度 広島医療生協 健康づくり委員会主催  
学習会「大腸 がんについて」  
広島 共立病院 副院長 消化器内科 勇先生

では便潜血検査を推奨しており、検査結果が陽性の場合には保険適用で大腸カメラを実施しています(自己負担額は三割で5,748円)。当院では年間約一万件の便潜血検査と約一六〇〇件の大腸カメラを実施し、早期発見に貢献してきました。

広島市では四〇歳以上の方に無料〜四〇〇円で受診できる検診受診券を配布しており、二日間の便を採取するだけの手軽さが特徴です。当院では、細かいカメラや女性医師による対応で、患者さんの負担軽減を実現しています。源医師は「症状がなくても四〇歳を過ぎたら定期的な検診を受けることが大切です」と呼びかけています。また、「健康づくり委員会と連携し、皆様の命を守る取り組みを続けていきます」と源医師は話しています。早期発見の機会を逃さず、ぜひ検診を活用しましょう。

2月 理事会だより

(2月15日 開催)

- 1. 組合員活動と地区別総代会の開催について**  
組合員ふやし1148人 出資金増資6,853万円 出資実人数4,792人 班づくり13班 班会開催1,618回(2/14まで)  
年度末減資が例年より多いため、3月末までの増資運動を旺盛に行うことを確認しました。
- 2. 経営課題**  
1月は経常利益1,021万円で予算を860万円超過し2か月連続の予算達成となりました。共立病院のベッド稼働が好調だったことと、感染症等の影響で外来患者数が多かったことなどが要因です。  
2025年度第1次予算の集約状況が報告され、必要利益水準まで更なる積み上げを行うことを確認しました。
- 3. 2025年春闘要求と第1次回答について**  
労働組合から出された2025年春闘要求書と2/12に行われた要求説明会について報告され、「2025年春闘要求に対する第1次回答」について検討し確認しました。
- 4. 総代会方針第1次案について**  
総代会議案起草委員会から提案された「2024年度のまとめと2025年度の方針」について6つの分散会に分かれて議論しました。出された意見を第2事案に集約し3月理事会で再度議論していきます。

「声の箱」よい

—理事会事業所利用委員会—

**【声】** がんの手術で1年に2回入院しました。入院すると手術はチーム対応していただき、麻酔から覚めると手術が終わり、感謝感謝です。入院中も看護師さんといろいろな人に大変お世話になりました。何かお返しできるかと思い、広島大学の白菊会に献体の登録をしました。生きている間は美味しい野菜を作って販売して、社会にお返しをするつもりです。ありがとうございました。

**【回答】** 温かいお言葉ありがとうございました。今後もきめ細やかな対応に心がけて参ります。

(2025年・理事会事業所利用委員会)



～お薬コラム～

「院内薬剤科の仕事について」

広島共立病院 薬剤部 部長 津島 景子



広島共立病院薬剤科は8名の薬剤師と2名の調剤助手で日々の業務を行っています。



抗がん剤作成

調剤、鑑査、配薬、服薬指導、腎機能をみて薬の量を計算し処方提案を行ったり、高カロリー輸液、抗がん剤の混注、病棟カンファレンスへの参加、多職種で構成されるチーム(栄養サポート、認知症ケアなど)に所属しラウンドやカンファレンスへ参加しています。当院では入院時に家で服用されていた薬を持ってきて頂き、患者さんが服用しやすいようにセットしたり、減薬の提案を行ったりしています。最近では病棟業務の充実をはかり薬剤師の病棟滞在時間を長くしています。薬のことは薬剤師へ。

薬のことでわからないことがあれば是非声をかけてみてください。



薬が合っているかの確認(鑑査)

広島共立病院 健康教室

地域連携部

「形成外科が何を診る診療科かご存知ですか？」



1月25日の健康教室では、「形成外科が何を診る診療科かご存知ですか？」というテーマで、広島共立病院 形成外科の佐々木 彩乃医師による講演が行われました。形成外科は、先天的・後天的な変形や欠損を修復し、機能や形態の回復を目指す診療科です。佐々木医師は広島大学病院勤務の傍ら、毎週火曜日に当院で診療されています。よく相談される内容には、外傷、火傷、皮下腫瘍、眼瞼下垂、陥入爪や巻き爪があり、それぞれの治療方法について詳しく説明がありました。形成外科では、傷跡を目立たせない工夫がされており、その一つが「真皮縫合」です。表皮と真皮を二層に分けて縫うことで、傷跡をきれいに治すことができます。傷跡が気になる方は、形成外科の受診をおすすめします。最後に、佐々木医師から「頭から指先まで、また子供から大人まで幅広く診療しています。気になることがあれば、遠慮なくご相談ください」とのお話がありました。形成外科については「きょうりつだよりVoL.59」にも掲載されていますので、興味のある方はぜひご覧ください。

きょうりつだより VoL.59は こちらから→



地域まるごと健康づくり♪医療・介護の専門家がアドバイスします

健康教室「アレルギー性鼻炎について」

■講師:広島共立病院 耳鼻科 津田 敬 医師

■日時:2025年4月26日(土) 14:00～

■場所:安佐南区総合福祉センター 6階大会議室 (安佐南区中須1丁目38-13)

■参加方法:申し込み制(当日参加可能)

■参加対象:地域住民のみなさま

地域の皆さまの健康づくりをサポートさせて頂いています。お気軽にお立ち寄りください。お待ちしております♪

■お申し込み・お問合せ先:広島共立病院 地域連携部 TEL 082-879-1111

参加費 無料

高齢者 いきいき活動 ポイント対象! 1ポイント



広島医療生協 公式SNS はじめました!

イベント情報や組合員活動など、広島医療生協の幅広い活動をご紹介します!!



HIROSHIMAIRYO



この機関紙「からだとくらし」や井戸端ニュースもいちはやくお届けします。ぜひ、ご登録ください。

募集 からだとくらし 配布員

組合員の手で組合員に届け 地域のつながりを作る

月に一度

地域の見守り

散歩のついで

お住まいの地域で

配布のご協力をお願いします

お気軽にお問い合わせください!

広島医療生活協同組合 健康まちづくりセンター ☎(082)879-8124

\*ご希望地域に配布員がいる場合は、配布地域をご相談させていただきます



広島医療生協の各診療案内 2025年3月～

広島共立病院

宍佐南区中須二丁目20-20 TEL:082-879-1111 FAX:082-879-1146
ホームページアドレス http://www.hiroshimairyu.or.jp メール kyoritsu@hiroshimairyu.or.jp

Main table listing medical departments (健診, 内科, 脳神経内科, 精神科, 緩和ケア内科, リハビリテーション科, 外科, 乳腺外科, 呼吸器外科, 心臓血管外科, 脳外科, 整形外科, 形成外科, 小児科, 婦人科, 耳鼻いんこう科, 泌尿器科, 眼科, 皮膚科) and their respective schedules and staff.

津田診療所 宍佐北区可部二丁目13-22 TEL:082-812-2048 3/31(月)PM休診

Table for 津田診療所 showing department (内科) and staff (木山) with schedule details.

沼田診療所 宍佐南区伴東七丁目38-10 TEL:082-848-4486

Table for 沼田診療所 showing department (内科) and staff (吉國, 西原, 山田, 西原) with schedule details.

あすなろ生協診療所 宍佐北区口田一丁目10-1 TEL:082-845-5234

Table for あすなろ生協診療所 showing departments (内科・小児科) and staff (井口, 井口, 小林, 井口, 井口) with schedule details.

コープ共立歯科 宍佐南区中須二丁目20-39 TEL:082-830-5181

Table for コープ共立歯科 showing departments (午前, 午後, 夜間, 往診) and staff (大阿, 高杉, 重平, 阿佐, 重平, 阿部, 杉本, 大平, 杉本) with schedule details.

広島共立病院 通院用 無料送迎バス時刻表

〈平日・土曜日ダイヤ〉

上安駅～大町駅～広島共立病院コース

Table showing bus routes and times for the course between 上安駅, 大町駅, and 広島共立病院.

※定員13名通勤バスでの運行となります。

〈平日ダイヤ〉

フジグラン緑井～広島共立病院コース

Table showing bus routes and times for the course between 緑井 and 広島共立病院.

〈土曜日ダイヤ〉

フジグラン緑井～広島共立病院コース

Table showing bus routes and times for the course between 緑井 and 広島共立病院 on Saturdays.

●第2・4土曜日、日・祝日、その他病院休診日の運行はありません。
※交通事情によりダイヤが乱れる場合もございますのでご了承ください。

健診センター

TEL 082-879-1223 FAX 082-879-6891

療養の心配事相談

TEL 082-879-1111(代表)
(月)～(金) 9時～午後4時30分
広島共立病院

無料法律相談

TEL 082-879-6672
月1回
医療福祉相談室

\*上安…喫茶「いくせい」前

\*大町…JR大町駐輪場北側

\*緑井…フジグラン緑井セブンイレブン前

【問題】下記のあてはまる熟語を表から消して最後に残った漢字を並べかえて四字熟語にして下さい。

- ①「言いたいことは〇〇言え」
- ②彼女のどうきつ力はすばらしい
- ③謙遜←→〇〇
- ④昨年、ドラフト1位で指名を受けた背番号「10」の右投げ・右打ちの内野手は？
- ⑤今日はのどかな天気だ
- ⑥「告天子」といった呼び名もある、春の鳥は？
- ⑦めりはりの利いた文章を書く
- ⑧にきびは青春のシンボルだ
- ⑨書物や辞書などのはじめに使い方を書いた物
- ⑩これはひとごとではない
- ⑪「起きて働くかほうもの」
- ⑫アイスランド
- ⑬ちょっと待って下さい
- ⑭拍手かっさいをあびる
- ⑮左遷←→〇〇
- ⑯双方が争っているすきに第三者が利益を横取りすること「〇〇の利」
- ⑰オーストラリア
- ⑱うるち米の粉でつくるビーフン
- ⑲引退したカープの野村祐輔から背番号「19」を受け継いだ投手は？「〇〇〇〇投手」
- ⑳場所柄をわきまえる
- ㉑立身出世をしようという大きな望みのこと「〇〇の志」
- ㉒文字をかこむ記号のこと
- ㉓じゅっばーからげ
- ㉔人間離れたすぐれた才能。「彼は文壇のきさいだ」
- ㉕惨敗←→〇〇
- ㉖りかに冠を正さず
- ㉗砂糖をまぶす



# 漢字クイズ



事	把	佐	床	果	李	閑	転
勝	凡	弧	夫	々	寸	才	洞
横	鬼	栄	氷	喝	田	雲	晴
塗	匏	米	明	弁	木	括	例
泰	十	他	寛	州	雨	日	雲
采	察	庄	報	雀	漁	一	刺
粉	者	面	濠	耕	柄	樹	減
長	太	読	張	青	利	人	下

答え




※新年号でのクイズ掲載がなかったの  
で、今回の当選者発表はありません。

◆締切は四月十五日

◇宛て先 〒七三三-〇一〇二二  
 広島市安佐南区中須二丁目一九一六  
 広島医療生活協同組合

ハガキに答えと住所、名前、年齢、感想、  
近況を明記しお送りください。正解者  
には抽せんて図書カードをプレゼント  
します。

## 歴史紀行

連載第五十七回



### 熱闘甲子園 ③ 太田幸司登場

怪物江川の登場から  
遡ること四年、私が小学  
六年生の夏、手に汗握っ  
て見た今でも忘れられ  
ない試合は、一九六九年  
夏の甲子園大会決勝。東  
北勢として初の決勝進  
出を果たした青森・三沢  
高校と愛媛の古豪・松山  
商業の対決。なんとこの  
試合史上初、延長18回を  
0対0で引き分け再試  
合に。三沢の太田幸司、  
松山商の井上明、両投手



▲三沢・太田幸司投手

一步も譲らず、四時間一  
六分、太田二六二球、井  
上二三二球、18回をお互  
い一人で投げ抜く熱闘  
でした。速球派の太田に  
対し、コントロール抜群  
の技巧派井上。三沢は  
延長15回、16回と2回の  
一死満塁サヨナラのチ  
ャンスを井上の粘投と、  
スリーバントスクイズ  
失敗などで惜しくも逃  
し引き分けに。翌日の再  
試合では連投の疲れか  
らか太田は初回からホ  
ームランを浴びるなどし、  
4-2で松山商業が優勝。  
しかし両校の二日にわ  
たる熱闘は日本中の感  
動を巻き起こしました。  
とりわけ三沢の太田  
幸司投手は準々決勝か  
ら四連投連続45イニン  
グスを一人で投げ、決勝  
二試合で三八四球投げ  
抜き敗戦。アメリカとの  
ハーフで端正な甘いマ  
スクに判官びいきも相  
まって、熱狂する女性フ  
アンが殺到、元祖甲子園  
アイドルとなりました。

太田投手はこの年ドラ  
フト一位でプロ野球近  
鉄へ入団。その後巨人、  
阪神を経て野球解説者  
となり現在も活躍中。  
井上投手は東京六大学  
で活躍の後朝日新聞記  
者に。二〇一八年夏、第  
一〇〇回記念甲子園大  
会では決勝戦の始球式  
を二人が務める胸熱の  
シーンもありました。  
そして歴史は繰り返し、  
決勝延長引き分け再試  
合は三十七年後の二〇  
〇六年、あのマー君VS.  
ハンカチ王子の歴史に  
残る熱戦で再び甲子園  
を沸かせることとなっ  
たのです。(つづく)  
(郷土作家つかさまこと)

### クイズ回答 ハガキより

### 組合員の声

◆名古屋から移住して2年2ヶ月、東広島つながりセン  
ターの皆さんと和気あいあい楽しい麻雀をしています  
(東広島南、R・H、71才)

◆たまに来てくれる曾孫と遊ぶのは楽しい、  
面白いものです。  
(大町西、M・M、84才)



◆最近はなるべく生協主催の健康講座や組合員の活動に  
参加するようにしています。意外と楽しく、知識の広がり  
も感じています。  
(毘沙門台、N・H、73才)

◆ここ数年、年賀状じまいの方が増えたと感じていまし  
たが、年賀状の習慣がいつかなくなってしまうのでしょ  
うが…寂しいなあ。  
(毘沙門台、M・S、60才)

◆70過ぎても、パートの仕事ができてうれしいです。体が  
動くまではがんばります。  
(口田南、Y・H、72才)

◆身の回りで入院する人がポツポツ有り、見舞いに行くと  
口が達者な人が多いです。  
(八本松、Y・N、69才)



# 地域での取り組み

## ベビーマッサージ (共立どんぐり保育園)

1/9



地域の親子と一緒にベビーマッサージやリズムを楽しみました。保育士が子育ての楽しさや悩みを聞いて一緒に考えます。

## 吹奏楽演奏会(4階東病棟)

1/18



安西小学校吹奏楽部の児童が病棟で演奏しました。優しく温かい音色が、患者様、ご家族、職員、みんなの心に響きました。

## 組合員のひろば



### 『顔だけ雪だるま』

H・Kさんより  
家に帰ったら可愛いこの子がお出迎え。  
少ない雪をがんばって集めたね♡



### 『年越しキャンプ』

Sキャンプさんより  
初日の出を見てお雑煮を食べました。  
今年もみんな元気に過ごせますように。



## マイナ保険証についての学習会 (高陽東支部)

1/28



坂本理事長による学習会でした。マイナ保険証は任意のもので、今まで通り保険証で受診できるとお話されました。

## ボランティア交流会 (ボランティア委員会)

1/30



広島共立病院の外来・健診ボランティア交流会を開催しました。普段は話せない良かったこと、困ったことを共有し、おしゃべりに花が咲いた楽しい交流会でした。

## 俳句

よく伸びる雑煮に力もらいけり  
だるま市タコ飯づくり誘われて  
山吹雪モノトーンの外カラス鳴く  
夫の鉢二輪の白き寒椿  
阿武山は墨絵のごとし雲降る  
景品にっこりアニメの雛飾り  
擦る手を焚き火にかざし安堵顔  
初日の出歓声あがる子等の顔

K 田原里依子  
・  
Y 桑升 幸子  
増宮 和子  
寺本 東子  
石塚 節子  
野田やよ子  
石丸 静子  
海のかさご  
中村 絹枝



## 『組合員のひろば』おたより募集

絵手紙・川柳・俳句・短歌など、ジャンルは問いません。また、お気に入りの1枚！子どもさんやお孫さんなどご家族やペット、風景写真や、花・植物・作品などなど。身近な出来事、地域やご家庭の話題など、一言を添えてご応募下さい。

●住所 ●氏名(ペンネームやイニシャルでも可) ●年齢 ●電話番号 ●写真 ●一言  
上記をご記入いただきどしどしご応募下さい。

メール・FAX・お手紙  
お待ちしております！

※投稿いただいた文章は、内容を変えずに、表現を変更することがあります。また、いただいた原稿などはお返しできません。ご了承ください。  
※本誌は広島医療生協ホームページに掲載されます。(ペンネームでの掲載可)

〒731-0121  
広島市安佐南区中須二丁目19-6  
広島医療生協 健康まちづくりセンター  
機関紙編集委員会 宛  
☎(082)879-8124  
FAX(082)879-8182  
e-mail:kenmati@hiroshimairyu.or.jp



Eメール