

月刊 強い体

松江保健生協の現況 (6月末日現在)

組合員	31,326人
出資金高	1,556,453,300円
平均出資金額	49,686円
機関紙手配り協力員数	1,802人
手配り配布数	11,284部

8月号

2026年8月1日
No.623

松江保健生活協同組合

発行「強い体」編集委員会 〒690-8552 松江市西津田 8-8-10
(地域担当課) TEL.0852-27-3774 FAX.0852-32-9371

ホームページ <https://www.matsue-hew.jp/>
スマートフォン用サイトはこちらから→



暮らしや健康に役立つ
情報をLINEで発信中!



地域に寄り添う医療を目指して!

新任医師 & 研修医のご紹介

今年より、私たちの病院に新しい仲間が加わりました!
地域医療への熱い思いを持った新任医師3名と、フレッシュな感性で日々の研修に励む初期研修医2名をご紹介します。
組合員の皆様、地域の皆様、どうぞよろしくお願いいたします。

【新任医師のご紹介】



こ ひ き よ う か
総合診療科 古曳 陽香 医師

【趣味・好物】TV鑑賞、お菓子
【一言】患者様やご家族様の希望に沿えるよう、幅広い視点での診療に努めます。信頼関係を大切に頑張りますので、いつでもお気軽にお声かけください。

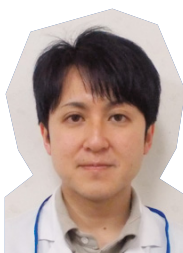
さ か き ば ら ま な ぶ
麻酔科 榊原 学 医師

【趣味・好物】陸上・アニメ・漫画、カツカレー
【一言】患者様それぞれの生活(QOL)や性格に寄り添った丁寧な診療を心がけています。スタッフとも連携し、明るく楽しく地域医療に貢献します。



ほ し の た か ひ ろ
泌尿器科 星野 貴洋 医師

【趣味・好物】ゴルフ、ハンバーガー
【一言】患者さんの背景や価値観を理解し、納得できる治療と一緒に選択することを大切にしています。安心して生活が続けられる医療を提供します。



未来を担う! 研修医

(左)
初期研修医
かどわき ひろみち
門脇 大倫 医師

【趣味・好物】読書、唐揚げ
【一言】まずは患者さんの話をしっかりと聞くことを大切にします。高い倫理観と責任感を持ち、常に落ち着いて行動し、地域医療に貢献していきます。

(右)
初期研修医
にのみや
二宮 あさひ 医師

【趣味・好物】音楽鑑賞・水族館巡り、母のコロッケ
【一言】将来を見据え、家庭医療学を学んでいます。地域のニーズに応えられるよう、何事にも丁寧かつ貪欲に、一生懸命がんばります!



「総代会のご報告」

6月20日(土) 松江テルサホールにて、第81回通常総代会が開催されました。2025年度事業報告・決算及び2026年度重点方針・予算など全議案が承認されました。

2025年度は経常剰余1億6,057万円を確保しましたが、組合員数や出資金の減少、人材確保など今後取り

組むべき課題も明らかになりました。2026年度は「健康になれるまちづくり」「持続可能な事業・経営」「ともに学ぶひとづくり」「平和で公正な社会づくり」の4つを柱に、組合員と職員の協力の力で、誰もが健康で居心地よく暮らせるまちづくりを進めていきます。

(代表理事・専務理事 高橋 光一)



Dr. Yoonhee Park is an Assistant Professor at the Department of Health, Behavior, and Society, Johns Hopkins University. She is also a senior research advisor at the Center for Communications Programs, Johns Hopkins University. Her research interests include adolescent reproductive health, maternal and child health, and adolescent pregnancy. She has been involved in several international research projects in sub-Saharan Africa, South Asia, and Latin America. She has published numerous peer-reviewed articles and book chapters on these topics. She is currently leading a research project on adolescent reproductive health in Bangladesh.

(ふれあい事務課 柴田 広大)

地域の皆様、「強い体」を手配りしていただき、本当にありがとうございます。4月号からカラーになって見やすく、読みやすくなりましたね。

これまで「強い体」をビニール袋に入れて手配りをしていただく準備をしていましたが、ナフサなど石油系製品の不足や値上げの可能性が高まっております、「何とかしなくて

は！」と一念発起。そこで、手配り用の「マイバッグ」を支部で用意してみることにしました。

バッグに支部手配り人それぞれの名前と配付部数を書いて毎月持ち帰り、次回に忘れず回収＆持参する。ここが大事です！百均のバッグですが、優しく扱っていつまでも使いたいたいと思います。

(八束支部 柏木啓子)

八束支部

手配リセットを

用意しました

 元気に いきいき活動しています!

西まつばら地域
いちご班

骨盤ケアについて

西まつばら地域で新たに「いちご班」を結成しました。

メンバーは、赤ちゃん中心の生活で、自分のことが後回しになりがちなママたち。この日は、3カ月から1才の赤ちゃん連れ10組が集まりました。

る骨盤の変化を学び、自分の骨盤の形状をチェック。腹式呼吸法をしながら骨盤底筋を鍛える練習などを行いました。

尿もれ、ポッコリお腹、腰痛予防など、続けていきたいねとママたち。更年期を過ぎた女性にもおすすめの講座ですよ！



旧健康保険証の 取扱いが変わります

令和8年8月1日から、従来の健康保険証は使用できません。受診の際は、マイナ保険証か資格確認書のいずれかをご持参ください。

ご不明な点は受付までお気軽にお問い合わせください。



8月の青空健康チェック開催予定

日 時	名 称(支部)/会 場	内 容
8/20(木) 10:00～11:00	法 吉 ／ 淞北台ふれあい交流館	血圧、体脂肪、筋肉量、血管年齢、 骨密度、握力
8/21(金) 10:00～11:00	奥出雲 ／ 横田蔵市	血圧、体脂肪、筋肉量、握力、 血管年齢、骨密度

自分の体を知る習慣を

8月のサロン開催予定

日 時	名 称(支部)／会 場	内 容
8/3(月) 10:00～11:30	いぶやサロン(揖屋西) ／ヨリアイーナ東出雲	ポッチャ交流会
8/5(水) 10:30～14:00	にっこりサロン(雑賀) ／にっこり文庫	お茶代200円・野菜バザー
8/6(木) 10:30～11:30	ゆけむりサロン(海潮)／ うしお交流センター	軽度認知症(MCI)について
8/7(金) 14:00～16:00	グリーンカフェ(緑山) ／古志原町民会館	血管年齢測定・体操・平和についてのお話
8/20(木) 10:00～11:30	いずみサロン(揖屋東) ／ヨリアイーナ東出雲	お薬の学習会 参加費200円
8/25(火) 10:30～12:00	(安来第1/第2) ／安来市中央交流センター	認知症予防講演
8/31(月) 10:00～11:30	サロン白鳥(意東) ／おちらと村	おっくんライブ 要申込

どなたでもお気軽にご参加ください

支部の行事や班会についてのお問い合わせは

地域担当課 TEL (0852) 27-3774まで



組合員さんが考案された
すまじおしシピの紹介

豚肉と夏野菜の
中華風



塩分
(1人分)
0.43g

材料(1人分)

- ・豚肉 ……60g
(しゃぶしゃぶ用)
 - ・きゅうり ……20g
 - ・紫玉ねぎ ……20g
 - ・トマト 中玉 1個
- A

 - ・ボン酢 ……小さじ1
 - ・濃い目の出汁 小さじ2
 - ・レモン果汁 ……小さじ2
 - ・ゴマ油 ……少々
 - ・砂糖 ……少々
 - ・すりごま ……少々

作り方・ポイント

- ① 豚肉は、しゃぶしゃぶして粗熱をとっておく。
- ② きゅうりは縦半分に切ってから薄くスライスする。
- ③ 紫玉ねぎもスライス。
- ④ トマトは切れ目を入れてから湯剥きをする。
- ⑤ 粗熱がとれた豚肉と紫玉ねぎときゅうりをあわせ食べる直前に④で和える。
- ⑥ 盛り付けたら、すりごまをかけてトマトを飾る。

第1・第2・第3・第5土曜日は、休診です。

午前診療		○診療／9:00～ ○受付 予約／8:00～12:00 予約外／8:00～11:00					
		月	火	水	木	金	土（第4のみ）
総合診療科		眞木高 （循環器内科）	眞木高 （循環器内科）		大村 （呼吸器内科）		
消化器内科	新患	福田		大西	大野	数森	
	予約	大野	大西 数森	福田	大西		完全予約制 大西 （第4）
循環器内科	新患			山下		宮廻	
	予約		山下	宮廻	山下 宮廻	鈴木	完全予約制 越田・鈴木 山下・宮廻 （第4）
内科	予約	眞木薫 濱田	大村（咳外来）	眞木薫	平（第2）		
内分泌内科	予約				大学医師 （隔週）	大学医師 （隔週）	
心臓血管外科						齋藤 （第2・第4）	
腎・透析科						完全予約制 吉野	
脳神経内科			岡田 （受付午前10時まで）	完全予約制 大田 （再診のみ） 大学医師 （第4のみ）	中村 （受付午前10時まで）	大田 （第1・第3） （再診のみ）	完全予約制 大田 （第4） （奇数月）
整形外科 （受付午前10時まで）		高濱 嘉本	高濱 二宮 嘉本	完全予約制 榎田 （大学）	高濱 二宮	二宮 嘉本	
外科		内田 佐藤		内田 山本		佐藤 山本	
脳神経外科			美津島		大学医師	美津島	
耳鼻咽喉科		仙田	仙田	仙田	仙田 （第2のみ）	仙田	
泌尿器科		完全予約制 大学医師	完全予約制 星野 （9:00～）		完全予約制 星野	完全予約制 非常勤医師	
放射線科				完全予約制 中村	完全予約制 田中		
皮膚科				完全予約制 池原		完全予約制 池原	
眼科		竹安 （受付午前10時まで）		藤原 （受付午前10時まで）			
メンタルヘルス科			完全予約制 富澤				

午後診療							
完全予約制※耳鼻咽喉科を除く							
		月	火	水	木	金	土
内科	循環器		越田・鈴木	鈴木 (11:30~)			
	不整脈	眞木高 (第1・3・5)	眞木高				
	消化器			大西			
	呼吸器				大村		
腎・透析科		岡					
脳神経内科			大田				
メンタルヘルス科					完全予約制 富澤		
耳鼻咽喉科		仙田	耳鼻咽喉科の午後診療は月曜日のみ ○診療／15:00～ ○受付／14:30～16:30				

夜間診療 (火曜日) 完全予約制		○診療/17:00～ ○受付/16:30～18:00				
内科			脳神経内科			

※脳神経内科：新患対応が可能な日は、火曜日、第4水曜日（完全予約制）、木曜日のみとなります。ご了承ください。

※メンタルヘルス科：初めて受診を希望される方は、予約専用電話にお問い合わせ下さい。

※整形外科の受付は10時まで。※眼科の受付は10時まで。

大切なお知らせ

第2土曜が休診になります

○2026年4月～9月… 内科、脳神経内科、
乳腺科に限り第4土曜日のみ診療

○2026年10月～… 第2、4土曜日休診

※但し、乳腺科については2026年度末までを目処として、個別の対応を行います。

受診の際は、生協病院救急外来をご利用いただけますよう、ご理解の程、よろしくお願い致します。

2026年8月

外来診療のご案内

都合により、診療体制の変更もありますので
ご了承ください。

ふれあい診療所

松江市西津田7-14-21
ふれあい健康センター1～3階

《診療予約専用電話》

※健診の予約は健診センターへ。

ふれあいみれよ

フリーダイヤル

0120-201304

平日 8:30～17:00

- ・新患の方は、ご相談ください。
- ・耳鼻咽喉科と内科以外は当日予約できません。
- ・来院時には診察券をご持参ください。
- ・受診の際には、保険証、公費医療証、お持ちの方はマイナンバーカードもご持参ください。
- ・お問い合わせやご相談がある場合は、0852(23)1111までご連絡ください。

かかりつけの方で診療科にご相談したい場合は、診療科におつなぎいたします。

訪問診療

☎0852(23)1111

在宅診療部へお問い合わせ下さい。

女性診療科

(ふれあい診療所3階)

午前診療

○診療／10:00～ ○受付 予 約／8:00～12:00
予約外／8:00～11:00

月	火	水	木	金
戸 田	戸 田	戸 田	戸 田	根 津

午後診療

○受付 予 約／14:00～16:30
予約外／14:00～16:00

月	火	水	木	金
戸 田	戸 田	根 津	河 野	根 津

夜間診療

完全予約制

火
戸 田

○診療／17:00～
○受付／16:30～18:00

専門外来のご案内	
専門外来	曜日
大腸肛門	月
ストーマ	第2水・第4水
受付時間	
8:00～11:00	
完全予約制	

総合病院 松江生協病院

松江市西津田8-8
☎0852(23)1111

※救急指定病院です。急患の方は、お申し出ください。24時間体制です。

松江生協歯科クリニック

松江市西津田7-14-21
ふれあい健康センター1階
☎0852(26)0444

平井／山崎／谷

	午前	午後	夜間
予約時間	9:00～12:30 (月～金)	14:00～16:30 (月～金)	17:00～19:00 (月・火)

※ 予約診療を行っています。予約は電話でもできます。

※ 痛みがひどいときは、電話でご相談ください。

※ 矯正は第3月曜日で完全予約制です。

健診センター

松江市西津田7-14-21 ふれあい健康センター2階
☎0852(22)0843 フリーダイヤル0120-250843

	月	火	水	木	金
午 前	○	○	○	○	○
午 後	○		○	○	○

※ 健診は予約制で行っています。予約は電話でできます。

予約時間は、午前10:00～12:00、午後1:00～4:00。

病気や介護に関する不安や相談は…ここへお電話下さい！

せいきょうサポートセンター ☎(0852)67-6463

ふれあい診療所併設在宅介護サービス

・生協のぞみ在宅支援センター ☎0852(55)8460

・生協のぞみ訪問看護ステーション ☎0852(25)8917

・ふれあいデイサービス ☎0852(31)8014

虹グループ

※介護医療院を中心として、デイサービス、ヘルパーステーション、居宅支援室を併設しています。
松江市佐草町456-1 ☎0852(24)1212

生協東出雲福祉センター

※デイサービス・居宅介護支援事業所を併設しています。
松江市東出雲町揖屋1137-1 ☎0852(52)2264

せいきょう学園福祉センター

※デイサービス・ヘルパーステーション・在宅介護支援センターを併設しています。
松江市学園2-7-16 ☎0852(27)4455

事業所だより



まちづくり
委員会

ごみ処理は正しい知識
と分別方法で

6/10



6月10日まちづくり委員会では、昨今モバイルバッテリー、リチウムイオン電池が原因と思われる火災がありましたので、松江市の出前講座「ごみの分別と出し方(家庭編)」を受けました。

小型家電製品(ゲーム機、モバイルバッテリー、電気シェーバー、電子タバコ、電動歯ブラシ、ハンディクリーナー)は金属ゴミで、注意点としては

- ①充電を使い切る
- ②金属のつなぎ目にテープを貼って絶縁する
- ③金属指定袋に「バッテリーあり」と書いた紙を貼る。があります。

各自治体によって違いがありますので、各自治体が出されたしおり等で確認ください。

(まちづくり委員会 井上薫)



生協キラキラデー 開催決定! **10月14日(水)**

まちづくり委員会主催

詳細は次号以降でお知らせします

健康づくり
委員会

軽度認知障害
MCIとは

6/11



6月11日、健康づくり委員会で軽度認知症学習会を行いました。認知症看護認定看護師の永田正子さんを講師に、認知症とは？また認知症の予防法などについて、資料をもとにお話をいただきました。

当日は84名の参加があり皆さんの関心の高さがうかがえました。気になったら早めに医療機関を受診することが大切で、バランス

当日は大変沢山の方にご参加をいただき、ご不便をおかけしたこともあったかと思えます。参加していただいた皆さまありがとうございました。

(健康づくり委員会 周藤紀恵)

10月29日(木)
おしゃべりしながら健康ウォーキング **参加無料**

風土記の丘～八重垣神社(約2.1km)

- 集合9:30風土記の丘
- 申込不要 ●雨天中止

流れ解散となります

(問合せ)健康づくり委員会 清水 ☎ 0852-27-3774

大人健康チャレンジ&きっすチャレンジ

\\\\\\まだまだ受付中!\\\\\\

チャレンジシートが必要な方や、ご不明な点がある方は、下記までお気軽にお問い合わせください。

(問合せ)地域担当課 ☎ 0852-27-3774

笑顔まつり 開催決定

10月31日(土)

今年も笑顔あふれる楽しい一日を企画中です!詳細は次号以降でお知らせします。お楽しみに!

こんな方におすすめです

- ☑ 40歳以上の方
- ☑ 高血圧・脂質異常症・糖尿病の方
- ☑ 喫煙される方
- ☑ 心筋梗塞や狭心症の家族歴がある方



ふれあい診療所健診センターでは、この7月より、心臓CT検査が新しく始まりました!

健診
センター

新しい検査の
導入について



健診センター施設見学&健康講座
～骨粗鬆症について学ぼう～

【日時】(14:00～)
○第2回:
9月1日(火)

【定員】20名程度

＝お申込み・お問い合わせ＝ **ふれあい診療所 健診センター**
TEL:0852-22-0843 (平日10:00～16:00)

限定特典

- ◎講座後、希望者は**骨密度検査**が**特別価格1,000円**(通常3,850円)に!
- ◎参加者の皆様に**プレゼント**があります。
- ◎お帰りの際に健診予約も可能です。

心臓の血管にたまったカルシウムを測定し、動脈硬化の進み具合を評価します。

心筋梗塞や狭心症などの心疾患リスクを把握し、予防に役立てることが出来ます。

検査時間は約5分程度、料金は7,700円です。低被ばくで安心して検査を受けられます。

ご希望の方は、健診センターまでご予約お待ちしております。

☎0852(2)0843

【無料】後期高齢者 歯科口腔健診

(対象) 受診券が届いている方(76歳～85歳になられる方)
(費用) 無料(年1回)
(申込) 生協歯科クリニックへお電話でご予約ください

(申込・お問い合わせ) ☎0852-26-0444



元気に
歩く
食べる
笑う
ために!



緊急



フードバンク

お米SOS!

フードバンクしまね
「あったか元気便」事務局
松江市西津田3-5-16
地域つながりセンター内
TEL:0852-67-7350
FAX:0852-67-7351
E-mail:attakagenkibin@gmail.com

「お米一合運動」に
皆様の温かいお力添えを
お願いいたします。



フードバンクしまね
あったか元気便
FOOD BANK SHIMANE ATTAKA GENKI BIN

文芸コーナー

採り忘れ 剣のようなオクラかな
ミサ子さん
水走り 田に抱かれて 鏡なす
瑞穂さん



古志原支部 木村穂子さん
「新聞紙のエコバック」



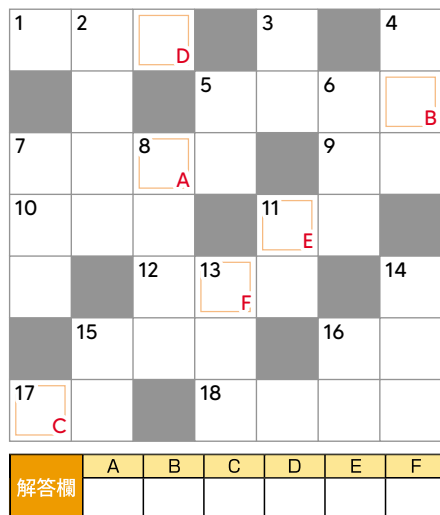
八雲西支部 雑草ハンターさん
「畑アート」



法吉支部 よつちゃんさん
「手編み」



揖屋西支部 T・Sさん
「どっちが主役?」
葉っぱの生えたきゅうり



オ	ノ	ミ	ジ	ユ	ク
ツ	ル	ギ	ビ	ル	
フ	ク	ウ	ラ	マ	
ア	ウ	デ	グ	ミ	
ジ	カ	ビ	セ	イ	
ヒ	ゲ	サ	ー	モ	ン
ヤ	ン	チ	ヤ	ノ	ド

※クロスワード.jpより
転載しています。

【6月号の解答】
ヤマアジサイ

どんどんご応募下さい

イラスト：森山克子さん



二重ワクの文字を、A～Fの順に並べて
できる言葉は、なに?

- 【タテのカギ】
- ② がけや岩石中に生じた奥行き深い穴。
 - ③ 一万の一万倍。
 - ④ 行いが正しく、筋道が通っていること。
 - ⑤ 10円玉の成分は?
 - ⑥ 地方の西の部分。
 - ⑦ 問題にしないこと。学歴○○。経験○○。
 - ⑧ 液体を霧状で吹き付ける装置。
 - ⑪ 皆さん気を付けましょう。オレオレ○○。
 - ⑬ 知能が高く、海に群れになって生きる動物。
 - ⑭ 海・川・湖にすむ動物。
 - ⑮ まっすぐで細長く手に持てるぐらいのもの。
 - ⑯ ドレミのミの次の音。
- 【ヨコのカギ】
- ① 場所を移し変えること。
 - ⑤ 毒物の性質。
 - ⑦ 数が二つ以上あること。
 - ⑨ ちがった意見。異論。
 - ⑩ 長い柄の先に布などをつけたそうじ道具。
 - ⑪ 英語で補助・副は? ○○リーダー。○○タイトル。
 - ⑫ 人に対して敬意を表す作法。
 - ⑮ 球。まり。料理用の深い入れ物。
 - ⑯ 卵がかえること。卵をかえすこと。
 - ⑰ ○○に入っては、○○に従え。
 - ⑱ カギを差し込むための穴。

クイズ正解者の中から
40人に図書カードを
プレゼント



ふれあい診療所
健診センターでの
特定健診受診を
おすすめいたします!

特定健診とは、生活習慣病の予防のために、対象者(40歳～74歳)の方にメタボリックシンドロームに着目した健診を行います。(無料)

定期的に通院や検査を受けている場合でも受けることができる健診です。

対象者

(昭和26年6月2日から昭和62年3月31日の間に生まれた人)
以下の条件に該当する人は特定健康診査の対象となります。
・松江市国保に加入している40歳から74歳の人

特定健診の予約をされる組合員さんにとってもお得な健診のご案内

松江保健生協組合員さん限定のお得なセット!

特定健診の内容に

- ・身体測定・腹囲測定
- ・血圧測定・尿検査
- ・血液検査・心電図

+

下記の検査を追加して

- ・視力検査・胸部X線
- ・安静時心電図
- ・腹部超音波・便検査
- ・より詳細な血液検査

通常約18,392円の
これらのオプションが
6,600円で追加できます。

☆組合員さんご本人限定のオプションです。
健診当日の組合員加入も可能です。

お電話の際には予約日・お名前・
組合員セットの追加を希望とお伝え下さい

「組合員セット」は
事前のご予約が必要です。

組合員セットを追加すると午前健診となり、予約日が変更になる場合があります。

ふれあい診療所健診センター
【TEL】0852-22-0843

【電話受付時間】平日 10:00～16:00



今月のおたよりテーマ
「夏の思い出」
です。

自由投稿

今年も家に差し込む日光を和らげようと、朝顔のグリーンカーテン作りのスタートです。

昨年同様5月始めに苗を植えたのですが、6月に入る前に、なんと1株植えた4株の内、2株に花が咲いてしましました。昨年と同じ種類のものに。

この5月の高温のせいででしょうか？花はいくらかもつと上へ伸びて。まるのママさん

夏休みには横浜、東京から来た孫達と一緒に庭で流しそうめんをして食べたいと思います。主人と孫が近く、山から竹を切ってきて、竹を割り、手作りの流しそうめん台です。じいじは大活躍です。はあちゃんさん

目を守るために、視界がガラガラしてきいたらサングラスをしています。数年前に眼科医から「目は痛いと言わないけれど、まぶしいと思うたら(ケアの)合図です。白内障になる確率も大きく差が出ますよ」と指導いただきました。昭和世代は「サングラスは格好つけ」「人相が悪くなる」という印象があります。自分の目を守るため……と言いつつ、知人に会ったらすかさず外して挨拶しちやったりしています。くずもちゃん

枇杷自慢をさせて下さい。息子が幼稚園に通っていた頃スーパーで購入した「枇杷」の種から芽を出すことに成功し、鉢植えて育て小学校に入学した時、庭の隅に植えました。それから数年たち、中

学3年生になったとき初めて8コマがなりました。甘い甘い味でした。息子も今では2人の子の父親となりました。枇杷の木は私のちよつとした自慢です。皆さんの「ちよつとした自慢」は何ですか？ ちろたまさん

中々お伝えできないで、年月が過ぎました。3年前になりました。母の受診でふれあい診療所に行きました。帰りに駐車場に母と歩いてる時、急な下り坂で母がバランスを崩して、私が支えないと慌てる時に、30代前後の男性が支えて頂き本当に助かりました。私1人では無理で一緒に倒れていたところでした。車まで母を背中に抱き上げてくださり、ありがとうございます。男性は学生時代に運動していたから、大丈夫ですよと、笑顔で話されました。母が亡くなり3年が過ぎますが、お礼が言えないまま今になります。書面ですがあの日は、ありがとうございました。後藤彰子さん

8月のオレンジカフェ「なのはな」開催のご案内

最近では昔話の話題に花が咲き、たくさん笑って、当事者さんの参加も増えています。いろいろな認知症に関する相談事承りますので、遠慮せず是非、来てください。

日時 8月23日(日) 14時～

会場 ふらここ住宅食堂
(松江市佐草町458-1 介護医療院 虹 隣)

会費 お茶代(100円)



お申込み・お問い合わせ 高齢者住宅ふらここ
平日 電話 (0852) 61-1165 (池田)
休日・夜間 080-6323-8482 (池田)

イラスト…
植出しのぶさん



緊急持ち出し用
に今まで手提げ袋で用意していましたが、息子に言われてリュックを購入し中身を入れ替えました。
小村杏子さん

高齢者住宅(ふらここなないろ) 空き部屋情報

入居者募集!

松江市佐草町にある「ふらここ住宅」「なないろ住宅」の8月1日現在の空き部屋数

ふらここ住宅 3室
なないろ住宅 2室

夏の暑い間だけでも涼しい環境で過ごしませんか？
短期入居が両住宅で利用できます。
お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先 TEL(0852)24-1212
FAX(0852)27-0087
介護医療院 虹 池田真由美

「おたよりひろば」(10月号)の募集テーマは
①「○○の秋」
②「自由テーマ」
です。
どちらでも応募できます。

おたより&作品募集

お名前にはフリガナをつけて下さい



内容(この中から選べます)

絵手紙やイラスト
俳句、川柳、
写真、手芸など

(季節のものを描かれる場合は、10月のイメージで。)

おたより、作品、クイズの宛先は

〒690-8552 松江市西津田8-8-10
松江保健生協「強い体」おたよりひろば係まで
FAX (0852) 32-9371
メール sosiki@aioros.ocn.ne.jp



- 住所、氏名、電話番号は必ずご記入下さい。
- 匿名希望の方はその旨ご記入いただくか、ペンネームをご記入下さい。尚、クイズの当選者は氏名を掲載させていただきます。
- おたよりや作品が掲載された方には図書カードをプレゼント!
- 身近な出来事、地域やご家庭の話題、ご意見ご感想など、「一言」をそえてご応募下さい。おたよりひろばに掲載させて頂くことがあります。
- 投稿は「強い体」に掲載の上、組合員活動や運営に利用させていただきます。ご了承の上、投稿下さい。
- 葉書・FAX・メールにてご応募下さい。

しめきり

2026年8月31日

(当日消印有効)

おめでとうございませう

安部 純一さん 角 敏男さん 三島 祐子さん
石倉ミエ子さん 陶山かおるさん 三島 陽子さん
石原よひ子さん 高木けい子さん 宮本 千恵さん
岩田多喜子さん 高橋 富子さん 本常 明子さん
岩宮喜代恵さん 武田 友美さん 森田 捷恵さん
遠藤 誠さん 田中まづ子さん 森山 達子さん
金津 末子さん 長澤 弘子さん 諸遊 智子さん
金森 光夫さん 中島 淑美さん 矢島 知子さん
狩野 和子さん 新田美奈子さん 山根 令子さん
神庭たづ子さん 野津イマ子さん 山本 憲一さん
倉内喜久子さん 藤原 慶一さん 吉田 和枝さん
佐藤 京子さん 馬庭 陽子さん 吉田 公重さん
島根美津子さん 馬庭 陽子さん 吉田 公重さん
下田 正孝さん 馬庭 陽子さん 吉田 公重さん

254名の方から回答を寄せていただきました。

●6月号の正解と当選者(40名・50音順)
正解は「ヤマアジサイ」 図書カードは毎月10日以内に発送します。