



月刊 強い体

松江保健生協の現況 (3月末日現在)

組合員	31,773人
出資金高	1,566,874,300円
平均出資金額	49,315円
機関紙手配り協力員数	1,833人
手配り配布数	11,550部

5月号

2026年5月1日 No.620

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!



つながりを大切に地域を彩る交流の輪



持田支部「いちご狩り」

春の味覚に笑顔こぼれて

季節を楽しむいちご狩り。甘い香りに包まれ、会話も弾みます。



中央支部「お出かけ交流会」

地元の景色をゆったりと

堀川遊覧船でのひととき。慣れ親しんだ風景も、仲間と眺めれば特別な思い出に。

これから「緩やかに、楽しく」をモットーに
誰でも気軽に立ち寄れる
温かな居場所づくりを
届けていきましょう。



山代支部「かんなびサロン」

みんなが集まる、いつもの場所

地域のサロン。何気ないお喋りや笑い声が、明日への活力になります。

新緑が目まぶしい、清々しい季節となりました。昨年度から今年にかけて、松江保健生協では「お出かけ企画」や「交流会」など、地域

での活動が一段と活発になりました。こうした集いを通じて、多くの新しい組合員さんや運営委員さんとの出会いに恵まれ、私たちのつながりはさらに大き

く、豊かに広がっています。今回は、それぞれの地域でいきいきと行われている活動の様子を写真でご紹介します。

お米募集!

皆さまのご協力をお願いいたします。量は問いません。

お米

過去2年以内の収穫、かつ冷蔵保存されていたもの



常温食品(賞味期限が8月以降のもの)

缶詰、レトルト、インスタント、お菓子、調味料、飲料など

※生鮮食品、酒類は受付不可です



フードバンクしまね
あったか元気便
FOODBANK SHIMANE ATTAKA GENKIBIN

ご連絡先

「あったか元気便」事務局
松江市西津田 3-5-16 JALしまね津田支店 2階
TEL: 0852-67-3088 / FAX: 0852-67-6890
ホームページ <https://foodbankshimane.com>

生活に困窮する家庭や子どもたちへ
温かい支援を。



九条の碑 祈念式典報告

3/28

九条の碑の建立は、いのちと平和を守るといふ松江保健生協の原点を、地域の皆さまと共有するための大切な一歩です。戦争の悲しみを繰り返さず、誰もが安心して暮らせる社会を築くことは、医療・福祉に携わる私たちの使命でもあります。この碑を通じて、平和への願いを次世代へ確かに手渡し、地域とともに歩み続けてまいります。

松江保健生活協同組合
理事長 高濱 顕弘

「折り鶴」の募集について

8月に開催される原水爆禁止世界大会への参加に合わせ
折り鶴を、右記の通り募集いたします。

7.5cm四方の折り紙で折り、くちばしを折るかどうかは自由です。ただし翼は広げないでください。1mの木綿糸2本どりで折り鶴を50羽重ねてつないでお持ちください。

お持ちいただく期間 7月24日(金)までに

お持ちいただく場所 松江保健生協 地域担当課
TEL(0852)27-3774



2025
年度

重点方針の振り返り(案)



(はじめに)

2025年度は、「組合員参加」と「経営・事業継続」という二つの大きな課題に向き合いながら、組合員と職員が協同し、地域の健康と暮らしを支える取り組みを推進してきました。

松江保健生協の原点は、1950年に地域の願いと協力の力で誕生した松江大衆診療所にあります。「医療を受ける権利は誰もが平等である」という理念を受け継ぎ、私たちはすべての活動を「松江保健生協の価値を高める事業」と捉え、今後も組合員と職員が一体となって地域の健康と暮らしを支えていきます。



健康づくり委員会主催本庄ウォーキング

海潮支部ゆけむりサロン
レクリエーションダンス

1 誰もが健康で居心地よく暮らせるまちづくり

フレイル・オーラルフレイル予防、認知症予防、介護医療院でのパワーリハビリ実施などの活動を推進し、「できるだけ自立して元気に過ごしたい」という地域の声を支えてきました。「だんだんチケットキャンペーン」の取り組みで予防接種や健診等の利用につながりました。20回目となる健康チャレンジは、6,721人(大人5,336人・キッズ1,385人)の参加となりました。

サロンなどの居場所づくりを進め、新たに9支部にサロンが誕生(朝酌・古志原東・緑山・八雲西・馬淵・乃木第一・中央・穴道・意東)し、過去最高の31支部に到達しました。

組合員活動では外来患者さんへの加入依頼行動を行ったり、西まつばら支部立ち上げ準備を意識した健康講座開催とチラシ配りを行うなど工夫を重ねましたが、組合員ふやし935人(目標1,200人、前年比▲99人、期首比▲377人)、出資金ふやし189,780千円(目標230,000千円、前年比▲2,020千円)という成果にとどまりました。組合員数の減少や出資金純減の傾向は続いており、医療福祉生協の4課題である、仲間ふやし、出資金ふやし、班づくり・班会開催、担い手づくりの強化が求められています。また、活動の楽しさや、やりがいをさらに高め、若い世代の参加を広げる工夫が必要です。「組合員参加のあり方検討ワーキンググループ」を立ち上げ、組合員と職員が一緒になって未来志向の検討を進めました。

2 持続可能な事業・経営の追求

経常剰余167,470千円(予算比7,300千円、昨年比147,000千円)となり、2年連続のプラス経常剰余を達成することができましたが、現預金は期首比3,400千円増加(計画70,000千円増)にとどまりました。収益が予算比▲442,830千円であったことと、出資金の減少(期首比▲39,170千円)は大きな課題です。(※数字は4月14日 速報値)

職員確保の困難性によりマンパワー、医療機器、建物などを十分に活用するには至りませんでした。26年1月より、全日本民医連中国四国地方協議会の援助を受けながら、経営課題の「見える化」を整備し、事業所ごとの改善ポイントを明確にしていきます。

患者・利用者数の減少、職員確保の困難性など、外部環境の厳しさは続いています。何を伸ばすかという「選択と集中」の議論をさらに深める必要があります。

3 とともに学ぶ、人づくり

4週8休制に準ずる年間休日123日制、定年延長、初任給の見直し、奨学金規程・養成規程の見直しなど、職員が働き続けられる環境整備を進めました。学習会開催などハラスメント防止と心理的安全性の向上に取り組むとともに、就業規則やハラスメント規程を改定しました。職員確保の課題は依然として深刻であり、採用・育成・定着の総合的な強化が必要です。

いのちの章典実践交流、平和学習などを通じ、組合員と職員の相互理解を深めました。

「中海清掃」(本庄)や「フードバンク応援バザー」(古志原・城北)など、SDGsを意識した活動を推進しました。さらに「防災学習会」「他生協とのまちづくり交流会」を開催するなど活動の幅を広げました。

4 平和で公正な社会づくり

日本被団協のノーベル平和賞受賞に確信を持ち、核兵器廃絶と平和学習と運動を強めていきました。「私たちの平和宣言」の確認、「九条の碑」を建立、原水爆禁止世界大会・平和行進・被爆ピアノコンサート・第37回「戦争体験を語り継ぐ集い」などへの参加を継続しました。戦後・被爆80年の節目に平和への思いを地域へ発信しました。

フードバンクや子ども食堂の支援、無料低額診療の実施、東出雲診療所閉院に伴う通院困難者への送迎支援など、「誰一人取り残さない地域づくり」を進めました。「地域住民の医療を受ける権利を保障するために医療機関の維持存続への支援を求める請願署名」の活動は、支部での取り組みが大きく広がり、外来患者さんへの呼びかけも含めて3,870筆もの署名が寄せられました。地域医療を守りたいという組合員の思いを国政へ確かに届けることができました。

「ケアの倫理Cafe学習会」を開催し、ジェンダー平等、多様性尊重、人権保障に関する学習と実践を積み重ね、組織の土台をより確かなものにしていきました。

「総括」

2025年度は、課題解決の真ただ中にありながらも、組合員と職員が協同し、地域の健康と暮らしを支える取り組みを着実に進めることができました。一方で、組合員参加の減少、経営・事業継続、職員確保の困難など、構造的な課題は依然として大きく残されており、

2026年度に向けては、「組合員参加のあり方再構築」「経営の選択と集中」「人材確保」を柱として、さらなる前進を図っていきます。

松江保健生活協同組合 第81回

通常総代会のお知らせ

開催日／2026年6月20日(土) 午前9時30分～午後12時30分
会場／松江テルサ 1階多目的ホール 総代定数／250名

2026
年度

重点方針(案)



(はじめに)

松江保健生協は、「誰もが健康で、居心地よく暮らせるまちづくり」をめざし、組合員の皆さまと職員が協同して地域の健康と暮らしを支えてまいりました。この理念は今後も変わることのない大切な指針です。2026年度は第2期「あったかまちづくりビジョン」の最終年度にあたり、これまでの歩みを確かめつつ、次期ビジョンへつなぐ重要な一年となります。組合員参加の減少や経営課題が続く中、協同の力を再構築し、松江保健生協の価値を時代に合わせて再定義するリブランド化を進めてまいります。

指屋東支部いずみサロン
ニーススポーツ体験会

古志原西支部平和学習会

1 健康になれるまちづくりへの挑戦

地域の皆さまが元気に、自分らしく暮らし続けられるよう、「人と人とのつながり」を大切に健康づくりを推進いたします。班や支部の仲間づくりを進め、集まりがより楽しく、多彩になるよう工夫を重ねてまいります。また、医療・介護・在宅支援を一体的に提供できる強みを活かし、急性期から慢性期まで切れ目のない医療と介護を提供することで、「住み慣れた地域で暮らし続けられる」ことを支えてまいります。「まずは集まる」「そこにいるだけでほっとする」居場所づくりも大切にいたします。

組合員活動は地域の力を育む重要な事業と位置づけ、新しい班の立ち上げや休止班の再開を進めてまいります。2026年度は西まつばら支部の立ち上げにも取り組みます。健診事業、健康まつり、青空健康チェック、フレイル予防、健康チャレンジなど、地域に根ざした活動をさらに広げ、専門職と組合員が協力して「いのちの章典」に基づくまちづくりを進めてまいります。

一方で、組合員数の減少や出資金の純減、担い手不足などの課題にも直面しております。事業所の組合員利用率は地域からの信頼を示す重要な指標であり、魅力の向上と発信を強め、「ここにすれば何とかなる」と思っていただけ存在をめざしてまいります。

3

ともに学ぶ、人づくり

組合員と職員が互いを理解し支え合う「協同の学び」を大切にいたします。日常的に顔を合わせる場を増やし、交流と信頼関係を深めることで、新たな活動や事業が生まれてまいります。松江保健生協の歴史や先人の努力を学び直し、「地域の健康を支えたい」という原点を再確認いたします。組合員も職員も、自らの役割が地域に貢献していると実感できる環境を整え、生協で活動する誇り=生協プライドを育ててまいります。

また、誰もが無理なく参加できる場を広げ、手配り、班会運営、祭りやバザーなど、「できることから参加できる」仕組みを整えます。小さな参加の積み重ねが地域のつながりを強め、温かい協同の輪を広げてまいります。

2 持続可能な事業・経営の追求

医療・介護の担い手確保は最も大きな課題の一つであり、経営改善、資金確保、ガバナンス強化も引き続き重要です。「続けること」と「見直すこと」を丁寧に判断し、持続可能な経営をめざしてまいります。次期ビジョン策定に向け、各事業所の中長期計画の検討も進めてまいります。

人材・医療機器・建物などの経営資源を最大限活かし、パフォーマンス向上を図ります。経営改善は職員だけでなく、組合員の利用と参加があってこそ進むものであり、地域の信頼に応える生協づくりを進めてまいります。独立会計の運用を深め、投資効果を検証し、医師・職員一人あたりの生産性向上にも取り組みます。

2026年度の必要利益を237,000千円とし、借入金返済、DX推進を含む設備投資、退職金支払、手持ち資金増加などの必要資金に対応してまいります。

4

平和で公正な社会づくり

憲法公布80年の節目にあたり、憲法の価値を大切に活動を進めてまいります。第13条に基づく患者の尊厳と自己決定を守る医療（インフォームド・コンセント、ACP）、第25条に基づく無差別・平等の医療、無料低額診療を継続いたします。平和主義を守り、九条の碑の建立・学習など平和運動も進めてまいります。

災害支援では募金、医療・物資支援、ボランティア派遣などを迅速に行い、地域の防災・減災にも積極的に参加いたします。SDGsの視点を地域活動に取り入れ、「健康」「福祉」「環境」「貧困」「ジェンダー」などの領域を整理し、支部計画に反映してまいります。ジェンダー平等、多様性、人権保障を重視し、誰もが安心して参加できる組織づくりを進めます。

さらに、フードバンクや子ども食堂などの支援活動を強め、食の支援や居場所づくりを広げることで、地域のセーフティネットを強化し、「誰一人取り残されないまちづくり」を推進してまいります。

用語

- リブランド化
既存の医療介護活動や人材、運動などを活かしつつ、新たな価値を定義し直します。
- インフォームド・コンセント
医療や介護の現場でとても大切な考え方で、「説明と同意」と訳されます。ただ、単なる手続きではなく、患者さんの尊厳や自己決定を守るためのプロセスそのものです。
- ACP(アドバンス・ケア・プランニング)
将来の医療やケアについて、本人・家族・医療・介護者が繰り返し話し合い、共有し、意思決定を支えるプロセスのことです。

- SDGs(エス・ディー・ジーズ)
持続可能な開発目標の略称で、2015年に国連で採択された2030年までに世界が達成すべき17の目標のことです。
- ジェンダー平等
性別によって不利益や制限を受けない社会をつくることです。
- 多様性(ダイバーシティ)
人はそれぞれ違っていて、その違いこそが価値であるという考え方です。

1月6日に起きた地震に衝撃を受け、今回「菅田にここにサロン」を開催し防災学習会を菅田会館で行いました。講師として、松江市防災部 防災危機管理課の中島さんを招き、全国で起きた地震の実例や災害対策、避難行動について教わりました。

風水害は予報で事前にはわかるが、地震は突然起こるため日頃から対策が必要です。◎何といてもまずは、自分の身を守る、特に頭を保護する。◎揺れが収まってから、電気やガスの始末をする。◎災害時はラジオ・スマホ・テレビで正確な情報を入手する。◎お薬やお薬手帳は必ず持って出るなど、そして、災害時の食についても学びました。

災害時には共助（地域の助け合い）が欠かせません。緊急時に頼れるのは自分自身と地域であるという学び、助け合える関係づくりの大切さを改めて感じました。

今まで自分が抱いていた不安な気持ちも楽になりました。「良い講演だった」と皆さんから声があがり、心から感謝しています。

当日は春らしく「お花見だんご」を作り、皆で美味しく春を楽しみました。

（菅田学園支部 支部長 鈺陽子）



菅田学園支部 地震に備えよう！ 防災学習会を開催！！

3/18

いきいき 活動しています！

支部分会 元気に

西川津支部 深町班

班会っていいよ〜♪

3/30

班を結成してから、なんと22年目を迎えました。班会は毎月1回だけでなく、仲間とわいわい楽しく、美味しく、いっきも笑顔があふれ、にぎやかに開催しています。

班会の魅力は楽しさばかりではなく、身体の状態を知る「尿チェック」を必ず行い、蛋白・糖・潜血、塩分量を知り、これを機に生活習慣の改善や、変化があれば受診したりと、健診の大切さを学んでいます。

班会は、かけがえない場所でもあり、保健生協があつて本当に良かったです。仲間と笑い合ひ、これからも続けていきますので…

（深町班 一同）



5月の青空健康チェック開催予定

日時	名称(支部)/会場	内容
5/7(木) 10:00~11:00	安来第1・安来第2 /JAグリーンセンターはしま	血圧、体脂肪、筋肉量、握力、足指力
5/12(火) 11:00~12:00	古志原西 /まるごう古志原店	血圧、体脂肪、筋肉量、握力
5/14(木) 9:30~11:30	菅田学園 /菅田会館	血圧、体脂肪、筋肉量、血管年齢、骨密度、握力
5/20(水) 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

自分の体を知る習慣を

5月のサロン開催予定

日時	名称(支部)/会場	内容
5/6(水) 10:30~14:00	にっこりサロン(雑賀) /にっこり文庫	健康チェック、茶話会(コーヒー代100円)
5/8(金) 14:00~15:00	えがおサロン(古志原東) /上口会館	オーラルフレイル学習会
5/11(月) 10:00~11:30	石橋健康サロン(城北) /石橋4区町内会館	ごきぶり団子づくり 申込メ切5/7(参加費200円)
5/15(金) 10:00~11:00	ななかまどサロン(忌部) /忌部公民館	レクリエーションダンス
5/18(月) 10:30~11:30	大東健康サロン(大東) /ねんりんセンター	疼痛予防体操(膝、腰、関節痛)
5/28(木) 10:00~11:00	ゆけむりサロン(海潮) /うしお交流センター	寄せ植え 参加費1,500円 申込制 先着20名

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

子宮頸がん予防接種 (HPVワクチン)のご案内

下記の方は、無料(公費負担)で受けることができます。

無料 (公費負担)

- 小学6年生から高校1年生の年齢相当の女子 (中学1年生の4月頃に予約票が送られています)
- 平成9年4月2日から平成21年4月1日生まれの女性で、令和4年4月1日から令和7年3月31日までの間に1回以上接種した方

当院にかかりつけてない方や松江市以外の方でも接種できます。

接種可能日 月～金
午前・午後(火は夜間診も可)

ご予約はこちら ふれあい診療所
TEL.0852-23-1111 (女性診療科)
受付時間【平日】 8:30~17:00

組合員さんが考案された すこしおしおピ

きゅうりとタコのオイル和え の紹介



材料 (4人分)

- きゅうり.....1本 (中サイズ)
- タコ.....80g
- ちくわ.....1/3本
- オリーブオイル 小2
- 柚子胡椒 少々
- レモン汁 少々

塩分 (1人分) 0.3g

作り方・ポイント

- 1 柚子胡椒はチューブ入り1cm程で、Aを合わせ、全部混ぜておく。
- 2 きゅうりを乱切りし、タコはぶつ切り、ちくわは小口切りする。
- 3 ①と②を合わせ冷蔵庫に入れておく。

健康づくり委員会として、令和7年度を締めくくる最後の企画「オーラルフレイル学習会」を開催しましたので、その様子をご報告いたします。今回は、健康寿命を延ばすためにとっても大切な「お口の健康」について学びました。生協歯科クリニックの石飛歯科衛生士から、8020運動の意味や取り組み方、お口の機能とその維持についてお話を伺いました。さらに、歯の大

切さや正しい歯ブラシの持ち方に至るまで、丁寧で分かりやすい解説があり、大変勉強になるひとときでした。これからも、自分のお口の健康を意識しながら、毎日を元気に過ごしていきたいですね。

令和8年度も、皆さんと一緒に健康について学べる企画を準備しています。皆さんのご参加を、心よりお待ちしております！

(健康づくり委員会 清水悦子)

健康づくり委員会

オーラルフレイル 学習会

3/4



事業所だより

高齢者住宅(なないろ ふらここ)

入居者募集中! 空き部屋情報

松江市佐草町にある「なないろ住宅」「ふらここ住宅」の5月1日現在の空き部屋数

なないろ住宅 1室

ふらここ住宅 1室


気軽に見学にきてください

入所についてのお問い合わせは下記までご連絡下さい。

介護医療院 虹 池田真由美

TEL(0852)24-1212 FAX(0852)27-0087

あいうべ体操



あ お口をなるべく大きく動かして「あー、いー、うー、べー」

あいうべ10回 × 1日3セット

「お口の元気は、体の元気!あいうべ体操」

お口を大きく動かすだけで、誤嚥(ごえん)予防や免疫力アップにつながります。無理のない範囲で、毎日少しずつ続けてみませんか?

1	2	3	4		
		D	6		
7	8			9	
			10		A
11		12		14	
E	13			16	
15		F		C	

解答欄	A	B	C	D	E	F

※クロスワード.jpより転載しています。

ト	ル	コ	フ	エ	ク
ツ	ウ	コ	ウ	ク	ラ
ソ	ク	パ	イ	カ	ラ
メ	ス	ク	ビ	セ	イ
イ	マ	ト	イ	カ	イ
ヨ	カ	ン	ホ	ワ	イ
シ	オ	ク	コ	ウ	ン
ノ	リ	マ	キ	ウ	ン

今月のクイズ

二重フクの文字を、A~Fの順に並べてできる言葉は、なにか?

[タノカキ]

- 1 物事の意味や理屈がわかること。
- 2 本当かどうか疑うこと。
- 3 同等以下の相手に対して男性が自分を指し示す言葉。
- 4 風に乗ばれてきた砂が堆積してできた丘。
- 5 勢いや力。
- 6 古くからの行事・風習・言い伝えなどを受け継いで次代に伝えていくこと。
- 7 石のようにかたい頭。
- 8 手や足の先の枝のように分かれた部分。
- 9 思ったことや感じたことを文字で書き表したものを。
- 10 電話や依頼を担当者へ橋渡しすること。
- 11 企業の資本の増減・出入などを記録・計算する記帳法。
- 12 手探りで探すこと。
- 13 静止して流れない電気。
- 14 許可すること。罪などをとがめないこと。
- 15 暦の上で秋が始まる日。太陽暦の八月八日ごろ。
- 16 前もって準備しておくこと。また、そのもの。


[アノカキ]

- 1 電話や依頼を担当者へ橋渡しすること。
- 2 企業の資本の増減・出入などを記録・計算する記帳法。
- 3 手探りで探すこと。
- 4 静止して流れない電気。
- 5 許可すること。罪などをとがめないこと。
- 6 暦の上で秋が始まる日。太陽暦の八月八日ごろ。
- 7 前もって準備しておくこと。また、そのもの。
- 8 石のようにかたい頭。
- 9 手や足の先の枝のように分かれた部分。
- 10 思ったことや感じたことを文字で書き表したものを。
- 11 電話や依頼を担当者へ橋渡しすること。
- 12 企業の資本の増減・出入などを記録・計算する記帳法。
- 13 手探りで探すこと。
- 14 静止して流れない電気。
- 15 許可すること。罪などをとがめないこと。
- 16 暦の上で秋が始まる日。太陽暦の八月八日ごろ。

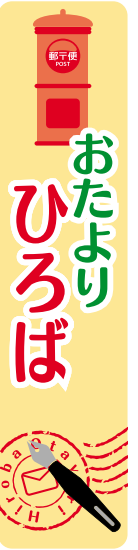
【3月号の解答】
オクルトバ

どんどんご応募下さい!

クイズ正解者の中から40人に図書カードをプレゼント



今月のおたよりテーマ 「子どもの頃の遊び」です。



曾田正子さん

砂地の庭に円を描きけんけんば、毛糸の紐であやとり、お手玉でひーふーみー…80年前のことです。現在後期高齢を迎え、老人会で昔の遊びを楽しんでいます。なかでもお手玉は遊び方もさまざま、時間を忘れて夢中になります。

11月まさん

子どもの頃は自転車どこまでも遊びに行っていました。先日久々に乗ってみたら筋力がなくヒザがガクガクに。運動不足を痛感しました。

前島さき子さん

春は田んぼや畑にレンゲ・シロツメクサなどがいっぱい咲いています。そこで友達と花を摘んで花飾りなどを編んで頭に被り楽しんでます。今では見ることも少なくなりました。子供の時代の遊びです。

くぼちゃんさん

今のようにスマホやゲーム機もないので、自分なりに考えて、空き箱で着せ替え人形を作りました。他にもお母さんごっこをしたり、お手玉をしたり、おはじきをしたり。なつかしいです。



自由投稿

藤田勝美さん

生協病院入院中には毎日お世話になり、皆様に感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございます。

坂本未来さん

この冬の大雪の時、どなたかが歩道の雪をかいて下さっていました。そこは一本道になっていたので、すれ違いう際お互いに道を譲り

合いながら歩きました。「すみません」「走らんでいいけんね」とすれ違う度に声を掛け合っていました。なんだかほっこりした朝でした。

島田君子さん

大正15年生まれのと二人でデイサービスに出かけていろいろ勉強しています。

米田紀枝さん

3月19日のお昼頃にびぎメッセの方から卒業生らしき若者たちが歩いていました。島大かな？ガンバレ!! 若者たち。

長尾憲道さん

母節子の最期を生協病院で看取ることができてよかったです。父も33年前にお世話になりました。最近では、正月に私がインフルエンザの急患でお世話になりました。生協病院の皆様ご自愛くださいませ!

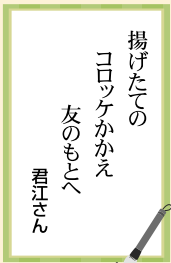
お母様より毎月クロスワードクイズへご応募いただいております。謹んでお悔やみ申し上げます。ともに、これまでの温かなお力添えに感謝いたします。

お母様より毎月クロスワードクイズへご応募いただいております。謹んでお悔やみ申し上げます。ともに、これまでの温かなお力添えに感謝いたします。

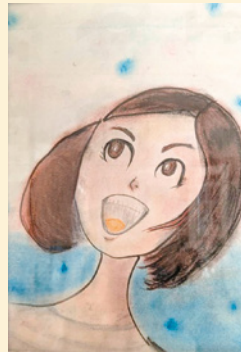
機関紙編集委員

「おたよりひろば」(7月号)の募集テーマは「夏の思い出」「自由テーマ」です。ご感想も応募できます。

文芸コーナー 川柳・俳句・写真・作品など



意東支部 平井雅子さん 「このぼりの切り絵」



揖屋南支部 森山幸枝さん 「似顔絵」



松江市 藤原誠さん

署名3,870筆が集約。ご協力に深く感謝いたします。

「地域住民の医療を受ける権利を保障するために医療機関の維持存続への支援を求める請願署名」に、温かいご協力をいただきありがとうございました。松江保健生協では3,870筆の署名が集まりました。地域住民の医療を受ける権利を保障させるため、皆様から託されたこの重みを力に変え、引き続き運動をすすめてまいります。ご協力、本当にありがとうございました。

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、6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5月31日 (当日消印有効)

おめでとうございます

- | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------|----------|----------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|----------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 河原 彰子さん | 野津 三枝子さん | 秦 敏子さん | 加茂 京子さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 紙谷 摩弥さん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 門脇 綾子さん | 永見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大野 洋子さん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 海賀 啓祐さん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 洋子さん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | 内田 充代さん | 宇田 哲子さん | 今村 志穂さん | 石原 栄子さん | 安達 浩次さん |
| 大塚 まみさん | 野見 三枝子さん | 野見 三枝子さん | 紙谷 摩弥さん | 永見 菊代さん | 永原 久彰さん | 豊川 利子さん | 戸屋 栄子さん | 魚田 園子さん | 田中 有加里さん | 佐藤 健治さん | | | | | |