

福島医療生協の 現 況

(2026年9月1日時点)

組 合 員

27,816名

出 資 金

853,477,000円

一 人 平 均

30,682円

ふくしま



発行所
福島医療生協

2026年10月号 第467号
発行責任者 山口 裕
<http://www.watari-hp.jp/>

福島医療生活協同組合
医療生協わたり病院
生協いの診療所
医療生協わたり病院附属
ふれあいクリニックさくらみず

医療生協

TEL 024-522-1236
TEL 024-521-2056
TEL 024-562-4120
TEL 024-559-2664

〒960-8141 福島市渡利字中江町66
〒960-8141 福島市渡利字中江町34
〒960-1301 福島市飯野町字後川27-2
〒960-0241 福島市笹谷字塗谷地20-1

10月1日～11月30日

生協強化月間

組合員で良かったと 実感する生協をつくろう

「誰もが安心して居心地よくくらせるまちづくり」を実現するための生協強化月間です。物価高騰や社会保障制度の変化、人と人のつながりが希薄になる昨今、組合員の仲間の輪をひろげ、それぞれの想いを形にするために、地域でさまざまな

つながりづくりがすすめられています。
みんなで「組合員で良かったと実感できる生協」をつくりましょう。
私たちの活動を大きく広げるために、組合員加入と出資金の増資にもご協力いただきますようお願い申し上げます。



生協強化月間では、各地域で地域訪問を予定しています。イベントのご案内や加入と増資の呼びかけにご協力ください。

～医療生協の 組合員でよかった!～

老いも
若きも

みんな元気でじゃが芋づくり

渡利支部 S・Y

今年も「渡利みんなの農園」で、じゃが芋を植えました。渡利支部のみなさんとさくら保育園の年長さん、保育士の方々と約30人が集まり、楽しく農作業を行いました。私は、野菜づくりの経験があり、3年ほど前から参加しています。じゃが芋の作づけの後、2回の草取りと追肥を私たちが行います。畑の手入れは大変ですが、収穫時の子どもたちの大きな歓喜が、毎回、ともに味わう大きな喜びになって

います。
帰りに、走り寄ってきた男の子が「おばさん、疲れなかった?」との優しい問いかけに涙ぐんでしまいました。「疲れなかったよ。楽しかったね。カレイライスをみんなで食べようね。」と言って別れました。この子どもたちの楽しい思い出として、記憶に残ることを願いながら、足取りも軽く帰宅しました。
私も九十路になり、日ごろ接することの少ない、ひ孫ほどの子どもたちと触れ合う



大収穫!

健康一番

レディース健診に誘われて

大笹生笹谷支部 S・K

私は、3年前にレディース健診で乳がんが見つかりました。当時は、コロナ禍で病院に行くのが怖く、がん検診を受けられないまま過ごしていました。そんな時に、10年来参加しているすみれ班の方から「わたり病院のレディース健診に、いっしょに行きませんか」というお誘いがあり、すぐに申し込みました。健診当日も、コロナ禍で会えなかったみんなと楽しくお話をしながら受診しました。
病気がわかり、紹介された福島県立医科大学の医師からは「とても小さいがん

です。よく見つけてもらいましたね。」といわれ、喜びと悲しみで複雑でした。
いま元気でいられるのも、あの時にレディース健診を受診することができたからです。感謝の気持ちでいっぱいです。

10月5日
接種スタート

早めのワクチン 接種をお勧めします

感染経路
感染した人の咳やくしゃみから出たしぶきを吸い込む飛まつ感染、患者と接触したり、ウイルスが付着した手で口や鼻に触れることによる接触感染があります。ウイルスは発症前日から発症後3〜7日間排出するといわれています。そのため、この期間は学校や仕事を休む、家族との生活スペースを分ける等、他の人へうつさないように注意する必要があります。

おもな症状
38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感の急速な症状が現れます。また普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻水、咳等の症状もみられます。子どもではまれに急性脳症を発症したり、高齢者や免疫力の低下している方は細菌による肺炎を引き起こす等、重症になることがあります。

今年は早いインフルエンザの流行
インフルエンザウイルスに感染することによって起こる感冒症状を、通称**インフルエンザ感染症**といいます。例年であれば12月から3月が流行シーズンです。しかし、今年は、過去10年間で最速の9月に感染が拡大しており、学校閉鎖・学級閉鎖が確認されています。
インフルエンザウイルスは、A型、B型、C型及びD型に大きく分類され、このうち大きな流行となるのはA型とB型です。

インフルエンザに

ご注意ください！

診断と治療

病院で抗原検査（鼻に綿棒をいれま
す）等、病原体の検出により診断しま
す。病院で処方される抗インフルエンザ
ウイルス薬の服用を適切な時期（発症か
ら48時間以内）に開始すると症状が改善
されます。

咳エチケットを守りましょう ～他の人にうつさないために～



ハンカチや
ティッシュで
口を覆う



咳が漏れ
ないように
マスクをする



袖で
口を覆う

予防対策 とても重要

- 1 帰宅時の手洗い（手洗いができない場合はアルコール消毒）
- 2 マスク着用と咳エチケット
- 3 こまめな換気と適度な湿度の保持
- 4 十分な休養と水分補給、バランスのとれた栄養の摂取
- 5 インフルエンザワクチンの接種
子どもや高齢の方、持病をお持ちの方は、早めのワクチン接種をお勧めいたします。

北海道東北ブロック 組合員活動交流集会

9/2～9/3
水 木

山形の温海ふれあいセンターで開催され、福島医療生協からは18人、ブロック全体で約210人の組合員と職員が参加しました。初日の記念講演は「協同の力で未来をひらく〜地域のよりどころへの協同組合の挑戦〜」と題し、大高研道氏（明治大学）の講演と、5つの医療生協の活動報告がありました。大高氏の講演は「私たちは何のために存在するのか」と日ごろの私たちの活動を評価すると共に「医療生協は、医療・福祉を地域の人々が参加してつくる協同組合」であること、「地域のよりどころへ進化（新しい課題に応じて事業・活動・連携の形を変える）」と深化（地域の暮らし



記念講演会

へのまなざしと、組合員が主人公という原点を日々の実践で貫くする大切さ」を確認させてくれました。翌日は、健康づくりや平和、社会保障について等、それぞれの分科会で交流を深めました。

インフルエンザ予防接種 のお知らせ

2026年度

フルミスト インフルエンザの 点鼻液ワクチン

組合員 **¥7,700**

一般 **¥8,800**

対象

2歳以上19歳未満

※鼻にスプレーするため、注射のような痛みがありません。13歳未満は従来2回接種ですが、1回の接種で済みます。

※従来のワクチン同様、風邪のような症状が現れることがあります。

任意接種料金（税込）

組合員

1回目 **¥3,500**

2回目 **¥2,900**

一般

1回目 **¥4,600**

2回目 **¥4,000**

*接種回数は13歳未満の方は2回、その他の方は1回です。

*任意接種の方は、ぜひ医療生協へご加入ください。

高齢者の自己負担額（予定）

◆65歳以上 ◆障がい者1級に該当する60歳以上の方

福島市：¥1,500

伊達市：¥1,500

川俣町：¥1,500

国見町：¥1,500

桑折町：¥1,500

二本松市：¥1,500

※詳細は、各市町村へお問い合わせください。

予約・問い合わせ

■ 生協いいの診療所
Tel562-4120

■ 医療生協わたり病院
Tel521-2056

■ ふれあいクリニックさくらみず
Tel559-2664

健康づくり チャレンジ

子育てや仕事に忙しい働き盛り世代のみなさんも、毎日アクティブに過ごすシニア世代のみなさんも、いつでも元気で住み慣れた地域で過ごすために、「健康貯金」始めませんか？

ハードな運動や厳しい食事制限は必要ありません。年齢や生活スタイルに合わせて、今日からできる小さな目標に30日間取り組む簡単なチャレンジです。

今年は、参加者全員に参加賞と抽選で50名の方へくオカードをプレゼントします。健康も楽しさも、ひとりよりふたり！ぜひ多くの方の参加お待ちしております。



今年の参加賞

スーパー ハードホルダー

お手紙や書類がきれいなまま持ち運びできます。
色：ピンク・ホワイト・ブルー



チャレンジシートは以下の窓口で配布しています。

- *わたり病院
- *さくらみずクリニック
- *いいの診療所

原発ゼロと住民本位の復興を目指す

ふくしま集会

8/30

パルセいざかに全国から約1500人が集まりました。この集会では、15年経っても変わらない現状と新たな環境問題、省エネ・再エネで原発に依存しない社会へ転換するための具体的な提起がありました。

福島第一原発の事故の影響で、福島県の震災関連死は宮城県、岩手県等と比べ突出して多くなっています。また、たくさんの方の人生を大きく狂わせました。このような悲惨なことを繰り返さないため



に、私たちも考え、発信していかなければならないと思いました。

組合員おすすめ！秋のドライブスポット

おれたちの伝承館

南相馬市小高区に「おれたちの伝承館」というのがあるのをご存じですか？2023に開館。東日本大震災と福島第一原発事故を考え続けようと県内外の25人のアーティスト達の作品が展示されています。彫刻・絵画・写真・短歌・造形と様々な表現方法で二人ひとりの作家が、あの原発事故に向きあった作品です。入場料は無料ですが、施設維持のための募金箱が置かれています。

事故から15年。私たちはあの時の恐怖・絶望・悲しみ・怒

おまけの情報

小高駅の近くには作家の柳美里さんが震災後、移住して始めた「フルハウス」という素敵な本屋さんがあります



おれたちの伝承館

〒979-2122
南相馬市小高区南町2丁目23
TEL.090-4311-4402

りを忘れることなく、殺された牛たちの苦しみを伝え続けなくてはなりません。「おれたちの伝承館」にぜひ、足をお運びください。

すしお
レシピわたり病院
調理主任 菅島健夫さんまの
山椒煮脂がのった旬のさんまに
山椒の爽快感と昆布茶の
うまみで味わい深い仕上
がりになります。

1人分260kcal

塩分
1.5g

材料 (2人分)

さんま …………… 2尾
粉山椒…………… 小さじ1A 水…………… カップ1/2
酒…………… カップ1/2
昆布茶…………… 小さじ1/2B みりん…………… 小さじ2
砂糖…………… 小さじ2
しょうゆ…………… 大さじ1

生姜…………… 少々

作り方

- ①さんまは頭と内臓を取り除き水で洗う。水気をきって3つの筒切りにし、皮の中央に切り込みをいれる
- ②Aを煮立ててさんまを並べいれ、アクを取りながら1～2分間煮る
- ③Bと粉山椒を加え、落とし蓋をしごく弱火で15分間煮る。火を止めて10分間ほどおいて味をなじませる
- ④再び中火にかけ落としづたを取って煮汁をかけながら煮る
- ⑤器に盛り付け、千切りした生姜の上に添える

第6回

カタカナ語辞典

最近、耳にする機会が増えた様々なカタカナ語、みなさんは正しい意味を知っていますか？

よく使われる言葉や勘違いが多い単語を紹介していきます。

ジェノサイド…ある人種、民族、宗教、思想に属する人々を計画的に破壊させること。近代では、ナチス・ドイツによるホロコースト(ユダヤ人虐殺)やルワンダ大虐殺等がある。

ウェルビーイング…個人の権利や自己実現が保障され身体的、精神的、社会的に良好な状態にあること。

アイシシー…国際刑事裁判所(ICC)。法律的機能には国連から独立している。特定の民族や宗教に対する集団虐殺や人身売買、非人道的な戦争犯罪等、国際社会にとって深刻な脅威となる犯罪を裁く。締結国は123ヶ国。2023年3月にウクライナ情勢をめぐってロシアのプーチン大統領に逮捕状を発行した。

自動精算機に変わりました

9月からわたり病院の治療費のお支払いが自動精算機で出来るようになりました。

使用方法等は係がご説明いたしますのでご安心ください。



自動精算機

INFORMATION

各地域のイベント

さくらみず健康まつり

10/18(日) 10:00～13:00 クリニックさくらみず

10/18(日) 渡利地区大運動会

10/25(日) あづま学習センター文化祭

10/31(土) 吉井田学習センター文化祭

11/ 1(日) 飯野学習センター文化祭

詳細は、各地域の学習センターのチラシをご覧ください。

あきマルシェ

11/13(金)・11/14(土)
10:00～12:00

医療生協わたり病院 駐輪場

八百屋さん

雑貨屋さん

ゲーム屋さん

大人の古着屋さん

子どもの古着屋さん

出店受付中！

お問い合わせ先：組合員活動部 522-1236

お詫び
と訂正

機関紙466号(9月号)に誤りがありました。お詫びいたします。

- ・P2 原水爆禁止世界大会in広島報告 (誤) 浅野温子さん→(正) 浅野和子さん
- ・P4 INFORMATION・いいの健康祭り (誤) 10/5→(正) 10/3

読者の声

- 「憲法九条の碑」 瑞龍寺での憲法九条の碑の除幕式はとても記念すべきことです。親類のお墓もあるので、お盆には参拝したいと思っています。(A・K)
- 「医療があぶない」 政府の行っていることに納得できず。凄く歯痒い思いです。(F・H)
- 「通常総代会」 理事長のあいさつ、北條院長の発言で、病院の経営・地域医療の現状、わたり病院の職員のがんばりを知ることが出来ました。(K・Y)

無料

法律相談会

- 日 時／11月19日(木)、12月10日(木)
13時30分から15時30分
※日時は変更になる場合があります。
- 場 所／福島医療生協わたり病院内
電話申込制 TEL.522-1236
- 相談員／あぶくま法律事務所弁護士



福島医療生協機関紙

福島医療生協の機関紙は、QRコードを読み取ることでホームページ上でもご覧いただけます。



組合員活動部LINE紹介

日々の活動、様々な情報を紹介しています。
友だち追加はこちらから