



組織状況 2026年8月31日現在

組合員数
24,123 人

出資金総額
100,133 万円

一人当たりの出資額
40,502 円



虹のまち

富山医療生協

2026年10月号 No.522

〒931-8501 富山県富山市豊田町 1-1-8
☎ 076-441-8352 FAX 076-432-8031

ホームページアドレス
<https://www.toyama-hcoop.com/>
E-mail webmaster@toyama-hcoop.com

毎月1回発行
定価1部30円
(組合員の購読料は出資金に含まれています)

発行 富山医療生活協同組合



医療生協の魅力を 体感する一日

～まちづくり&健康づくりフェスタに88名が参加～

9月18日、射水市民交流プラザで「まちづくり&健康づくりフェスタ」を開催しました。当日は **組合員88名** が参加し、医療生協がすすめる健康づくり・地域づくりを“体験しながら学べる”イベントとして大きな盛り上がりを見せました。10月～11月は、医療生協の魅力を地域に発信し、仲間づくりを進める「**生協強化月間**」。今回のフェスタは、まさにその魅力を参加者自身が再発見できる場となりました。



マツケンサンバ体操で
元気スタート

3つの体験コーナーで“健康づくりの魅力”を実感

3つの体験コーナーを順番にまわる回遊型プログラム

食のコーナー



管理栄養士によるバランス食チェック。お弁当箱が描かれているプリントにお弁当のおかずを食品一覧から選び、主食・主菜・副菜をバランスよくとれるお弁当づくりに挑戦しました。普段の食事を見直し、健康的な食のポイントを学びました。

運動コーナー



理学療法士による「正しい歩き方&体操」。正しい姿勢や歩き方についての話と姿勢を保つ筋力を鍛える体操を体験しました。



ニューススポーツコーナー

モルック体験で楽しみながら脳トレ。「班会でもやりたい」と感想が出されました。

防災について考える

グループワークでは防災クイズに答えながら、防災意識を高めました。

軽食を食べながら学ぶ



お昼の時間帯はサンドイッチ、コーヒーで昼食をとりながら、協立病院管理栄養士の浅井さんより「バランス弁当の解説と防災時の食事のポイント」について講座が行われました。

宮坂麻由子医師による子宮がん検診とヨガ教室のご案内

子宮がん検診

日付 12月11日(金)
時間 13:30～15:30
定員 20名

※申し込みは
11/2(月)から
です

【申し込み先】
富山協立病院 健康支援センター
☎076-444-5684

椅子ヨガ教室

日付 12月11日(金)
時間 1部 10:00～10:45 / 2部 11:00～11:45
場所 富山協立病院 西館
定員 各部12名 予約制

当日は動きやすい服装でタオル、
水分をご持参ください

【申し込み先】富山医療生協 組織部 まで
☎076-441-8351



医療生協の魅力・価値をさらに地域へ、まわりの人に広げていきましょう。

内視鏡

気候変動が激しい。竜巻は遠くの広い大陸の現象かと思っていたが、一昨年あたりからは日本でも。大規模山火事も外国の話ではなくなった。八月に発生した千葉豪雨やここ北陸でも記録的豪雨に襲われ、線状降水帯が全国あちこちで発生するようになった。反面、日照りや干ばつで大きなダムまで枯渇する▼こんな中、八月二十六日にヒマラヤの高山から巨大な氷河が岩石とともに崩れ落ち、岩石流となって中国やネパールのふもとを襲った。岩石をつなぎとめていた永久凍土が解け出し不安定な状態になった挙げ句の岩石流。すべてを根こそぎ破壊していく映像は衝撃だった。これらの異常気象が地球温暖化にあることは疑う余地は無い▼このまま温室効果ガスが減らず、もはや後戻り出来ない『ティッピングポイント』がすぐそこにある。「CO₂を出さない仕組みに全世界がひとつにならなければならぬ今、戦争をしている場合ではない」と誰もが思っているはず。文明の発達に傲慢になり、利潤追求で自然破壊を顧みない歴史が今の現状を生み出してきた。銃ではなく、ティッピングポイントへ向かわない舵とりのために智恵を出し合えないと。協力し合わない。今ならまだ間に合う。



親子カフェで 月見団子 づくり

山室支部では、8月に開催した『えがおde夏祭り』に参加された親子連れを対象に、9月19日、親子カフェを開催しました。親子2組を含む15名が参加し、にぎやかに交流しました。子どもたちはハート形や星形、猫の形など工夫を凝らしたお団子づくりを楽しみ、できあがったお団子をみんなでおいしくいただきました。「今度はなににする?」「また参加したい」という声も聞かれ、笑顔あふれるひとときとなりました。

これからも子どもから大人まで、ゆるやかに交流できる場をつくっていききたいと思います。

(山室支部
親子カフェ実行委員会)



所長はまじめで仕事も早く大量の書類はいつの間にか書いたのか分からないうちに終わっています。パソコンに関する専門店の店員ができるくらいに詳しいです。もう一人の医師は多趣味で色々なことができますが、最近はそのせいか趣味についてはあまりやる気がないです。

そんなスタッフの紹介ですが



こんな水橋診療所ですが今後もよろしく願います。

PS、併設しているデイケアのびのびでボランティアを募集しています。お昼のあとの簡単な作業を行ってくださる方募集です!

水橋診療所 看護師長 関井哲



富山医療生協探検

第4回 水橋診療所

水橋診療所は富山市水橋地域の海側に位置し、外来や訪問診療にて地域の方々を支える診療を日々行っています。スタッフは所長を中心にパートの医師一名、事務四名、看護師三名で運営しています。少ない人数の利点は声かければすぐ皆に伝わる点で、日々の業務上の困りごとや失敗を共有し、より患者様に快適で信頼をもってもらえるような医療を目指しております。所長も含め会議などでは皆意見を言い合える風通しのいい職場です。

がでないそうです…。

看護師三名は全員自宅で犬と一緒に生活しています。

趣味はそれぞれ音楽鑑賞やスポーツ観戦、旅行や登山です。昨年から若い看護師も配属されベテラン二人は喜んでます。事務はナポリタンが好物で毎週のように食べあるいているスタッフや、ちいかわ好きのスタッフもいて映画を二回見に行くほどです。編み物が趣味の「物静か」なスタッフもいます。



10月～11月 生協強化月間

発見しよう! 知らせよう! やってみよう! きょうどうの魅力

生協強化月間は、医療生協を地域に広くお知らせし、つながりを広げる月間です。たくさんの新しい人と出会い、医療生協の魅力をお伝えしましょう。

発見しようチャレンジ!

- 地域住民・民生委員、町内会・社会福祉協議会・地域包括支援センター・社会福祉法人などと連携し、「きょうどう（協同・協働）」の価値を発見しましょう。



知らせようチャレンジ!

- 今までつながりのなかった人を誘い、富山医療生協の楽しさを知ってもらいましょう。
- 「健康を大切にしたい」「仲間と一緒にとりくみたい」と感じる人をふやし、健康づくりへの参加の輪をひろげていきましょう。

やってみようチャレンジ!

- 地域訪問・対話に積極的にとりくみ、新しい仲間との出会いで組合員をふやしましょう。
- 富山医療生協の魅力を知らせ、増資をする人や事業利用をふやすなど、組合員参加（出資・利用・運営）を高めましょう。
- 様々なつながりをいかして新しい班や居場所をつくりましょう。
- これまで接点のなかった人や機会、周囲の協同組合や地域の諸団体、企業などと連携した健康まつりや楽しい健康づくり企画などにチャレンジしましょう。

あなたも参加 しませんか



医療生協の班会、たすけっとクラブ協力者、機関紙「虹のまち」配付、支部運営委員会など、「できる人ができること」を持ち寄って活動しています。自分の健康のために、自分の暮らすまちのために、活動に参加しませんか?

- ① 大雨被害を受けた氷見市組合員宅への電話がけについて報告を行いました。
- ② 七月の経営概況について報告を行いました。
- ③ 各専門委員会より報告を受けました。
- ④ 法人のカスタマーハラメント対策基本方針について承認しました。
- ⑤ 各理事より支部での医療生協運動の取り組みについて報告を受けました。

二〇二六年度 第三回理事会報告

八月二十九日(土) 富山協立病院中央館三階会議室において定数二十六名中二十四名の出席で第三回理事会を開催しました。

富山診療所秋フェスのご案内

♪ 大人も子どもも楽しめるイベントです ♪

日時 11月21日(土)
14:00～16:00

場所 コスモビル3階
(富山市千石町2-8-2)

☆☆☆☆楽しいコーナーがいっぱい☆☆☆☆

工作コーナー

クリスマスリースづくり
300円

喫茶コーナー

コーヒー&クッキー
200円

体験コーナー

- AED(自動体外式除細動器)を使ってみよう
- わかりやすいミニ医療講座
 - ・ 訪問診療について
 - ・ 睡眠時無呼吸ってどんな病気?
 - ・ 頸動脈エコーで何がわかる?
 - ・ 病院、診療所はどんなお仕事しているの?

健康チェックのご案内

介護ウェ〜ブイベント

日時 10月28日(水)14:00～16:00

場所 アピアショッピングセンター2階 サロン1
(富山市稲荷元町2丁目11-1)

内容 健康チェック(骨密度・血管年齢・足指力・血圧)看護師・ケアマネジャーによる医療介護相談もできます!



お気軽にお立ち寄りください

ひまわり文化祭

日時 11月21日(土)13:30～15:30

場所 在宅福祉総合センターひまわり(富山市栗島2丁目2-1)

大正琴、バザー、クッキー等販売(あかりハウス)など

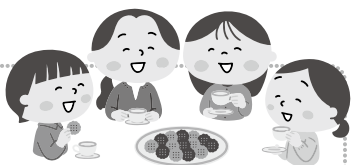
【お問い合わせ】ひまわり ☎076-433-7881

西館だより

西館活用委員会の企画チームで 話し合っている内容をご紹介します！

今回企画チームで話し合った内容は「うたごえ喫茶以外の次なる企画を出し合う」
どのようなことがやりたいか、そして実施するためのやり方を考える です。
まずうたごえ喫茶に来店された方にアンケートを取り要望などを書いてもらい、
今「にっしー」で何が必要とされているのか来店者さんの希望を伺いました。
このアンケート結果は来月号で公開予定です！
そして企画チームでは2つ提案が出されました。

①いつでも立ち寄れる場づくり→カフェを開
催して誰とでも話ができる場をつくる。



②子どもの遊び場、特に夏の酷暑時に外の公園では熱
中症や遊具が熱くて触れないなどのリスクに対応し
て冷房が効いて涼しい屋内で安心して親
子でふれあえる場を提供する。
そして、その場で健康チェックや絵本の読
み聞かせイベント、若いママさんの子育て
相談などができないか考える。



以上が話し合われました。実現できるかどうかわかりませんが、いろいろな意
見を出し合って西館の活用につなげていきたいと思ひます。皆さんもあんなことが
したい、こんなことがしたいという事があればご意見をお寄せください！

次回 西館活用委員会 10月19日(月) 午前10時～ 西館2階にて
どなたでもご参加できますので、お気軽にお越し下さい。

うたごえ喫茶



今回は
特集『70年代フォーク』

初の試みですが、QRコードか
ら、歌いたい70年代フォークソ
ングをリクエストして、送信して
ください。
吉田拓郎、かぐや姫、ユーミ
ン、チューリップ・・・

うたごえ喫茶
リクエストは
こちらから！



日時 10月24日(土)10:00～11:30

場所 富山協立病院西館(にっしー)2階 参加費 200円

～「うたごえ喫茶」はみんなで作る喫茶です～

皆さんの力を お貸しください！

西館正面玄関の掃除と片付けを協
力していただける方いませんか？

誰でも気軽に入りたくなる、西館に
したいと思ひます。

観葉植物の配置など、組合員のみ
なさんで考えていきましょう。

みなさんのご協力をお願いします。



西館活用委員会環境整備チームより

組合員の ひろば

クロスワードパズル
八月号の解答ハガキより

配達に感謝

富山市西大泉 市川洋子さん
毎月「虹のまち」が届くの
を楽しみにしています。配
達くださる皆さま、本当に
ご苦勞様です。感謝感謝で
す。

*配付協力者の皆さん、暑
い日も雨の中も手配りして
いただき本当にありがとうございます。
ありがとうございます。

参加したいなあ

魚津市新金屋 浅野貴晟さん
定期的にうたごえ喫茶
が開催されているとの記事
を読み、時間があれば参加
してみたいと思ひました。

*平日と土曜日と交互に開
催しています。おまちして
います！

癒しです

富山市婦中町 数井美和さん
笑顔あふれる「虹のま
ち」にいつも癒されていま
す。
*組合員さんや子どもさん
たちの楽しそうな表情は元
気をもらえますね！

母と一緒にあいうべ

富山市新庄北町 宝田尚樹さん
健康チャレンジジャーのあ
いうべ体操、八十四歳の母
にも紹介し一緒に取り組ん
でいます。これからも健康
に役立つ情報をいろいろ紹
介お願いします。

*お母様と一緒にいうメッ
セージ本当に嬉しく思いま
す。増々お元気にお過ごし
くださいませ。

班会が楽しみ

高岡市内免 北村洋子さん
毎月の班会では、からだ
も脳も、心も活性化させて
いただいています。ありが
とうございます。

*参加していただきありが
とうございます。

無料法律相談のご案内

西山貞義弁護士

(富山中央法律事務所)

・10月20日(火) 時間 午後2時～4時
・11月26日(木) 予約してください
・12月23日(水)

◎場所及び申込み

富山協立病院 地域連携室

☎076-444-5708

新聞ちぎり絵
砺波市 川越美子さん



クロスワード

パズル

問題

カギを解き、二重ワクに
入る文字を並び替えてで
きる言葉は何？

タテのカギ

- 一人ぼっち
- 桶の――がはずれる
- 川下の対
- ―も積もれば山となる
- 仕事の――を探す
- 猪突――
- ――の口、――章
- スケート――で滑る
- 桃――三年柿八年
- サナギが――する

ヨコのカギ

- 引かれ者の――
- 負けるが――
- 学生割引の略
- 行方をくらます――
- 地上の対
- ――より育ち
- センチの下位の位
- にがわらい
- マッチの材料。元素記号
- 減速の対

【応募方法】

パズルの解答・住所・氏名・
年齢と、虹のまちの紙面や
医療生協へのご意見・ご要
望などコメントと併せて明
記の上ハガキ、又は富山医
療生協ホームページ(二面右
上に記載)の「お問合せ」メー
ルにてご応募ください。
尚、虹のまちに掲載させ
て頂く事がありますのでご
了承ください。

【あて先】

〒931-8501 富山市
豊田町一―八 富山医療
生協「虹のまち」パズル係

【賞品】

正解者の中から十名の方に
五百円分の図書カードを贈呈
【しめきり】
十一月二十日の消印有効

【八月号の解答】

ゲンバクドーム (原爆ドーム)
サード クチ
サンカ バカ
カジ バカ
ユウ ツバ
ゲチ ヤケ
コジ ムゲ
応募78通
正解72通

【八月号の当選者10名】(敬称略)

数井 美和 (富山市婦中町)
押川 康子 (富山市窪新町)
宝田 尚樹 (富山市新庄北町)
島 道子 (高岡市姫野)
端崎めぐみ (富山市婦中町)
北村 洋子 (高岡市内免)
浅野 貴晟 (魚津市新金屋)
市川 洋子 (富山市西大泉)
表寺 正子 (富山市豊田町)
佐崎 陽子 (魚津市東城)
おめでとうございます。
※賞品の発送は月末になります。

豊田 平和のつどい報告 ～8月22日～

核兵器はいらない! 戦争ダメ! 平和がいい!
9条守って平和をつくろう!! の
思いがひとつに

「日本を戦場に
にするな」ドキュ
メンタリー映画
をみました。沖
縄、与那国島、
宮古島、北海道などでのミサイル配備や自衛隊の日本を守る訓練の様子を撮影し、基地が置かれることで地域が攻撃目標となる危険性を描いていて、市民の反戦活動や避難訓練の様子も取り上げていました。その後、映画を観ての感想や平和への思いを語り合いました。
原爆パネル展示や「かわいそうなゾウ」など絵本も並べ、最後に、手を繋ぎ平和を作っていきたいと「青い空は」「折鶴」を歌いました。
とよた中央支部 山本佳子

憲法学習会報告

平和を守る活動スタート

富山民医連では、平和憲法を守り、暮らしに活かす「まも憲ネット」を立ち上げ、スタートにあたり、九月五日に「パレスチナ・ガザの地域現場から考える非戦」と題した講演会を開催しました。会場は〇四名、オンラインで六十一名の参加がありました。

講演でJVC(日本国際ボランティアセンター)の協力のもと、パレスチナ現地代表とオンラインでガザの現状や支援活動についてお話を伺いました。

参加者からは「知る事の大切さを感じた。世界中どこに住んでいても「生きる権利」は守られなければならない。その権利を奪う戦争をなくすにはどうすればいいか考えさせられた」、「憲法九条が私たちが思っていた以上に他の国の人に評価されている事が誇らしかったなど感想が寄せられました。第二部のパネルディスカッションでは富山民医連の平和活動について、組合員、職員、医療従事者それぞれの立場から日頃の活動や思いが報告されました。参加者とともに「私たちが何ができるか」を考え、交流を深めました。

まも憲ネット 行動提起

- ①憲法九条改憲に反対する請願署名に取り組みます
- 署名をきっかけに身近な人と平和や憲法について対話を広げます
- ②知る事「学ぶこと」をすすめます
- ③広く色々な人・グループとつながり行動します

(富山民医連 まも憲ネットワーク)



インフルエンザワクチン予防接種のお知らせ

富山協立病院

☎076-433-1077

・小学生以上の方対象

・定期通院の方は診療時に接種可能

・ワクチン接種のみの方 予約不要

月～木/14:00～18:00
金 /14:00～19:00
土 / 9:00～12:00

料金 組合員 2,750円(税込み)
未組合員 4,400円(税込み)

★自治体発行の接種券をお持ちの方はご持参ください。

★組合員証をご持参ください。

※経鼻ワクチン是对応していません。ご了承ください。

水橋診療所

☎076-479-1414

・小学生以上の方対象

・定期通院の方は診療時に接種可能

・ワクチン接種のみの方 要予約

・特別接種日
下記の水曜日 16:00～17:50
10/28・11/11(要予約)

富山診療所

☎076-420-0367

・小学生以上の方対象

・要予約

各事業所ともワクチンがなくなり次第接種終了となります。



学ぶことの意味を知る

毎年通信教育の受講を組合員の皆さんにお勧めしています。今年は100名を超える受講申し込みがあり、9月12日に「通信教育開講式」を久しぶりに開催しました。今年新しくできたコースの「協同組合の価値と医療福祉生協」をテーマに医療福祉生協連執行役員の高瀬さんにZOOMで講義をしていただきました。目標に対してできた、できないではなく、どう関わる事ができたかを考え仲間と意見交換をし次の行動につなげていくことが大切と話され、医療生協の特徴を知り、地域との繋がりに前向きに取り組めるヒントをいただきました。

それぞれが選んだ受講コースに取り組み、レポート提出まで頑張る皆さんを応援します!



WHO まめにエンジョイイベント

今年も秋のイベントを、各支部で計画しています。ウォーキングや散策だけでなく、講師を招いて屋内でストレッチ運動をしたり、のんびり温泉など様々な楽しみかたがあります。お近くの支部やお知り合いの方の支部への参加もお待ちしております!

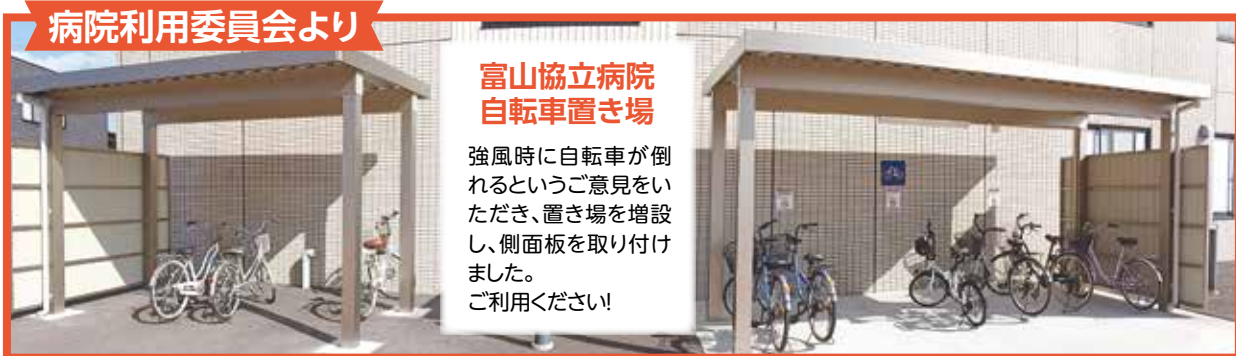
支 部				支 部					
日		内容・場所		日		内容・場所			
時間		時間		時間		時間			
北A	奥田東	10/16	グリーンパーク吉峰	10:00	西	桜谷	10/13	健康教室(桜谷公民館)	10:00
	とよた東・北・中央・南	11/ 2	岩瀬浜海岸クリーンウォーキング	9:30		射水	10/13	県中央植物園	10:00
	奥田	11/16	環水公園ウォーキング&ランチ	10:00		和合八重津	10/15	富山科学博物館見学	9:30
	広田	11/19	リング狩り(山田村)	10:00		呉羽	10/20	立山博物館&立山国際ホテル	10:00
北B	新庄北	10/20	護国神社散策&ランチ	10:00		となみ野	10/20	エレガガーデン散策	10:00
	針原	11/ 3	針原地区周辺散策	10:00		婦中	10/23	四季防災館体験&見学&ランチ	10:00
	大広田	11/ 6	ガラス美術館	12:45		五福神明	10/26	ガイドさんと岩瀬散策&ランチ	9:30
	浜黒崎	11/20	グリーンパーク吉峰	10:00		和合ローズ	10/27	稲荷町公園ウォーキング	9:30
	新庄	11/25	グリーンパーク吉峰	10:00	東	やくし	10/21	中新川浄化センター見学&ランチ	10:00
	藤ノ木	11/27	グリーンパーク吉峰	10:00		三郷	11/17	岩瀬散策	10:00
南	堀川南太田	10/13	管理栄養士、食事の話(堀川南公民館)	13:30		水橋西部	11/20	楽今日館	10:00
	中央東	10/26	県中央植物園散策	10:00		集合場所など詳細はお問い合わせください。 ご希望の方は参加申し込みをお願いいたします。			
	南部	10/29	介護の話 (富山診療所)	13:30					
	富南	10/30	飛騨古川	10:00					

集合場所など詳細はお問い合わせください。
ご希望の方は参加申し込みをお願いいたします。

病院利用委員会より

富山協立病院
自転車置き場

強風時に自転車が倒れるというご意見をいただき、置き場を増設し、側面板を取り付けました。
ご利用ください!



昨年の様子

[水橋西部支部]
リハビリ職員と
ストレッチ



[五福神明支部]
県庁ヘリポート
見学

