

大分県福祉生活協同組合
第十八回総代会開催の
ご案内



写真：にここ内科クリニック前、スタッフ一同

にここ内科クリニックより

おかげさまで三〇周年！

医療法人ニコニコ診療所は、平成四年より三重町小坂の地で地域の皆様と共に歩んで参りました。

令和元年、診療所の施設名を「にここ内科クリニック」に変更（院長・辛島嘉彦）。令和五年で三〇周年となります。

現在は消化器内科（胃／大腸カメラ検査）を中心に、地域の診療所として疾患全般への対応を行っています。

・内視鏡検査他、内科一般
・生活習慣病（高血圧等）
・認知症相談
・発熱・腹痛・けがなど不調一般

《通院困難な方向け》
・送迎サービス

《在宅療養の方向け》
・定期往診
・訪問看護
・訪問リハビリ
・その他介護保険事業と併せた取り組み

病気の不安、介護の困りごとなど、お気軽ににここ内科クリニックにご相談ください！

にここ内科クリニック
スタッフ一同

《にここ内科クリニック・診療時間》

午前 9:00～12:30（12時まで受付）
午後 14:00～17:30（17時まで受付）

☎ 0974-22-7776

※内視鏡検査は基本的に予約制ですが、緊急の場合は随時検査を行っております。お気軽にお問い合わせください。

| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---------|----|------------------------------|------|------|------|----------------|-----------------|------------|
| 内科 | 午前 | 辛島嘉彦 | 辛島嘉彦 | 辛島嘉彦 | 辛島嘉彦 | 辛島嘉彦 | 辛島嘉彦 第2・4週 | — （※休診） |
| | 午後 | 辛島嘉彦 | 辛島嘉彦 | | 辛島嘉彦 | 辛島嘉彦 | — | |
| 内視鏡検査 | | 上部内視鏡（食道・胃・十二指腸検査）月～金曜毎日実施 ※ | | | | | 辛島嘉彦 第2・4週 | — |
| 担当：辛島嘉彦 | | 下部内視鏡検査（大腸検査）（完全予約制）※ | | | | | — | |
| 外科 | 午前 | 10:00～ 辛島篤吉 | | | | 10:00～ 辛島篤吉 | 辛島篤吉 第1・3・5週 | |
| | 午後 | | | 辛島篤吉 | | | | |

◆◆◆ 趣味 You 遊 ◆◆◆

皆様の投稿をお待ちしております（編集部）。

花吹雪 博多の町の歌舞伎かな 久子
女背に太字の魚と湧え返る 加代
実南天 一つ残さず 鳥の餌に 伸子
休耕田季節外れの ひまわりが キヨ子
色褪せしアルバム捲り 日向ぼ 一志

梅雨の花火 踊ろう なるて 輪に

絵手紙作品・河室由美子様

オレンジ旬会
（主宰・三浦一志様）

冬に咲くチューリップは今が見頃 幸子
卒寿越え令和の寒波身にこたふ 典子
心なき戦いの地に雪が舞ふ 照子
寒ひと日 訪ふ人もなく 過ぎにけり 智恵子

夕ぐれの田舎町を触れ廻る父によく似し防火デーの声（聖子）

ドクター募集！

（医）ニコニコ診療所では、地域医療に関心のあるドクターを募集しています。

- 内科対応可能な方
- 年齢・性別・専門科は不問

主な勤務先

- ・にここ内科クリニック
- ・ニコニコ銘水苑（老健施設・110床）

受付電話：0974-22-7776 担当：兒玉・清松

つぼックルのツボ講座

暑い季節に向け冷房（クーラー）病予防のツボをご紹介します。

体の熱は上昇する性質があり、末端は冷える傾向となります。

① 湧泉（ゆうせん）
冷えに効く
血液を全身に
行き渡らせ

② 足三里（あしさんり）
胃腸を整える
万能のツボ

③ 三陰交（さんいんこう）
循環・代謝
万能のツボ

左右それぞれのツボを週3回ずつ刺激すると良いとされます。ツボや鍼灸のご相談はつぼックルへ！

癒やし空間つぼックル ☎ 080-8650-6792（ご予約優先）
受付：13:00～17:00

| 募集内容 | 配属先施設 |
|-------------------------------------|--|
| 看護師、准看護師、介護福祉士、介護職員、無資格だが介護現場で働きたい人 | にここ内科クリニック、ニコニコ銘水苑、おさかの里、ニコニコ訪問看護ステーション、ヘルパーステーション、デイサービスセンターニコニコ村 |

6ヶ月勤務後、就職祝い金制度あり。介護職員には処遇改善手当支給があります。勤務形態はご希望条件を伺います。

0974-22-7777…ニコニコ銘水苑連絡先 担当：兒玉・清松
0974-22-0650…ふくし生協連絡先 担当：藤川（栄）

ふくし生協ファミリーサポート隊

●暮らしの中の「困った」を手助けいたします！

庭の除草・庭木の剪定・掃除・洗濯
不要品廃棄・買い物の付き添い・その他

サポーターも募集中！
☎ 0974-22-0650（ふくし生協事務局まで）

ふくし生協の組合員数


3,059名
2023.03.31現在



あなたも生協の仲間になりませんか

編集後記

爽やかな初夏の季節になりましたが、各地ですでに真夏日を記録していますね。近年災害が頻発し、異常気象の間隔が短くなっていることを実感します。身体が暑さに慣れていないこの時期、皆さま熱中症にお気をつけ下さい。（富田）

| | | | |
|----------------|---------------|-------------------|----------------|
| にここ内科クリニック | …0974-22-7776 | ニコニコ訪問看護ステーション | …0974-24-0277 |
| ニコニコ銘水苑（老健施設） | …0974-22-7777 | ニコニコリハビリテーションセンター | …0974-22-7828 |
| 大分県福祉生活協同組合 | …0974-22-0650 | にここ病児保育ルーム | …0974-22-7776 |
| ふくし生協給食部 | …0974-22-6795 | にここ保育園 | …0974-22-3988 |
| オレンジサロン「万」 | …0974-22-0339 | ニコニコ居宅介護支援センター | …0974-22-7772 |
| 笑笑村（にここむら） | …0974-24-0025 | ニコニコヘルパーステーション | …0974-22-7777 |
| おさかの里（グルースホーム） | …0974-22-7771 | つぼックル（鍼灸マッサージ） | …080-8560-6792 |

**オレンジサロン『万』**
にこにこオレンジカフェスケジュール表


**時間帯…毎週火曜日（12:30～14:30）**
 0974-22-0339（オレンジサロン「万」）

| | |
|------------|----------------|
| 第1週 | 講師をお呼びして学習会 |
| 第2週 | 好きなこと（お話、歌、手芸） |
| 第3週 | 俳句を学びましょう |
| 第4週 | 好きなこと（脳トレ、体操） |

木曜日（10:30～13:00）
自由参加で好きなことをしましょう！
セラピーの講師が来られます。
心と体を癒やしましょう。



ボランティア物語 『継続は力』
“北風に 背中押されて ボランティア”
近頃自分なりにつくづく思う事があります。思い返せば24年前の事。タイミング良く定職を
終わって公民館活動を楽しんでいた頃でした。大原グラウンドで秋祭が盛大に行われていた時、
ニコニコ銘水苑のボランティア募集の案内が目に入り、応募しました。




10年20年、あっと云う間で、月日の過ぎるは夢の様です。おさかの里では少人数で、入居者
さんも当時は元気な方もいて、楽しく散歩したり、おやつ作りしたり、ボラン
ティア仲間も増えてとてもにぎやかでした。10周年祭や銘水苑の広場で盆踊り、
年末の餅つきもありましたね。

私も20代からいくつかの職場を歩いて来ましたが、ニコニコ生活村で感じた事は、先ず辛島先生
（優しい名医）、生き生きとした職員さん。いろいろな職種の方達の中で何物にもかえられない人生の
終活学びの毎日に満足しています。人生色々人さまざまですね。

入居者さんとの会話で「今日もきてくれた、あんたが来んと病気になったかと心配するで」「家の中に
居たらつまらんで出て来なえー」「あんたらそうまでして働かんてメシが食えんのかい」色々大笑いして
元気をもらっています。今は自分が米寿を過ぎ、そろそろ潮時と考えておりますが、現在も週5、6回
頑張っております。先日は市から身に余る賞を頂き、誠に有難く存じます。

又勇気を頂いて、元気の限り続けたいと思っています。宜しくお願いします。



寄稿：佐々木幸子様

2023年度健康教室について

介護施設・医療施設に従事する専門職のスタッフが
健康にまつわる講話を行います。

- 介護老人保健施設ニコニコ銘水苑
歯科衛生士『歯・口腔の健康』
管理栄養士『栄養と食事バランス』
作業療法士『運動・体操・レクリエーション』
- グループホームおさかの里
看護師『歌やリズムに合わせた運動』



新入職員紹介

**後藤季恭（ごとうりく）**
4月から入職しました。不器用で物覚えの悪い
男ですが、先輩方に指導して頂きながら1日
でも早く一人前になれる様、頑張ります。
（ニコニコ銘水苑介護課）

**佐々木浩人（ささきひろと）**
今年、専門学校
から卒業したばかりで心配な事は多々ありますが、
利用者の皆様に好かれるように努力したいです。
わからない事はありますが、先輩方から学び、
頑張っていきたいと思いますので、これからも
よろしくお願いします。（ニコニコ銘水苑介護課）

365日、昼タ一日二回配達
 **ふくし生協のお食事宅配サービス！**

**「医食同源」をモットーに、ご利用者様の体調に応じ、
持病の制限食など多彩なご注文に対応いたします。**

 **ふくし生協事務局**
TEL 0974 - 22 - 0650
FAX 0974 - 22 - 8469
(平日9:00～5:00)
担当者:藤川栄治

メニュー例


条件により、豊後大野市の補助制度が利用
できる場合があります。詳しくはお問い合わせ下さい。

調理は地元産食材を基本に、管理栄養士
指導のもと、ふくし生協給食部が担当します。

※配達可能エリアは豊後大野市三重町地域となります。

デイサービスセンターニコニコ村通信

デイサービスセンターニコニコ村では、利用様方により、季節
ごとの壁面製作を行っています。沢山の中から一部をご紹介！
季節折々の懐かしの風景が室内を彩ります。



緒方町
『池の鯉(左)』
『チューリップ畑(下)』



三重町
『紫陽花公園(左下)』

サービスのご利用・お申し込みは ☎ 0974-22-5850

**大分県福祉生活協同組合
第18回通常総代会開催のお知らせ**


大分県福祉生活協同組合第18回通常総代会を、下記の
通り開催します。

期日:2023年6月24日(土)
時間:13時00分～14時30分
会場:大分県福祉生活協同組合1F組合員室
豊後大野市菅生154-1(電話:0974-22-0650)

大分県福祉生活協同組合 理事長 辛島篤吉

ふくし生協では年一回、組合員の代表(総代)が集まって、一
年間の生協事業や地域活動を振り返り、次の年度にどのよう
な事業を進めるかの確認をして、活動方針を決定しています。

新型コロナウイルス感染症第5類変更を受け、本年度は感染
対策を施した上での通常開催となります。
総代の皆様のご出席をお願い致します。
欠席の方は、書面議決書(定款第62条)
又は委任状の提出をお願い致します。
https://nikoniko.or.jp/info/soudaikai_2023/



便秘のはなし

「便秘」（慢性便秘症）とは？
一般的には「いつもより排便回数が少ない」状態を差す
ことが多いですが、「便が硬くてなかなかでない」「残っ
ているようでスッキリしない」等も便秘と考えましょう。

便秘になりやすい人は？
50歳以下では女性に多いですが、加齢で男女共に増加し、
70歳以降では差が無くなります。筋肉や神経の衰え、食事
量の減少、薬や病気の影響が出やすくなる等が理由です。

放っておくとどうなりますか？
痔になりやすかったり、全般的な体調悪化の遠因になり
ます。まれですが、大腸がん(中高年齢者)や炎症性腸疾患
(若年者)など、腸の病気が原因である場合もあります。
血便や腹痛を伴う場合や便が細くなってきた場合は、

なるべく早めに受診しましょう。特に定期的に大腸がん
検診を受けていない人は要注意です。

便秘のほかにも気になる症状がある場合や、市販の
便秘薬を長年使っているような場合は、「たかが便秘」
と考えず、気兼ねなくかかりつけの医師や薬剤師に
ご相談ください。

便秘の原因
・加齢（筋肉・神経が衰える）
・生活習慣やストレス
・胃腸の病気
・内科疾患
・薬の副作用

便秘の症状
・排便回数減少
（週3回未満）
・便が硬い、出血
・残便感がある
・お腹が張る



三重調剤薬局 谷川有衣薬剤師より
三重調剤薬局：TEL:0974-24-9005 FAX:0974-24-9016

＊便潜血検査を受けましょう！

便潜血検査では、内視鏡等での大腸がん検診の前に、がんの
リスクを調べます。安価で、自宅でのサンプル採取ができます。

体に負担もなく、大腸がんによる死亡を
減らす効果が科学的に認められています。

希望の方は専用キットをお渡ししますので、
窓口までお問い合わせ下さい。

にこにこ内科クリニック受付窓口：0974-22-7776

※大腸がんについて
現在、日本人で最も罹患数の多いがんです。
早期発見で9割の方が完治しますが、
自覚症状がないため進行してしまうことも多く、
40～50代からは定期的な検査が重要です。

新型コロナワクチン接種について

にこにこ内科クリニックでは、毎週月・水・金の午前中
接種を行っています。ご予約は豊後
大野市予約サイトかコールセンターで！
☎ 050-5445-5061
<https://www.covid19-vaccine.mrso.jp/442127/VisitNumbers/visitnoAuth/>



不要「ソファ」募集！

デイサービス利用者様の休憩用に使っています。
ご不要になったソファがあれば、生協事務局
までご一報下さい。引き取りに伺います！
☎ 0974-22-0650 （担当：藤川）

