

阪神医療生協

NEWS

VOL.204 2018.8 発 行

阪神医療生活協同組合

理事長:中村大蔵 兵庫県尼崎市小中島2-8-8 TEL 06-6494-8394 FAX 06-6494-8395 メール: info@hansiniseikyo.or.jp ホームページ: hansiniseikyo.or.jp

組合員数:15,957人 出資金:1億9573万7千円 一人平均出資金:12,266円 (2018年6月30日現在)



6月17日(日)園田地区会館にて第49回通常総代会が開催されました。 総代204名、理事監事や職員など多数参加しました。詳細は2面をご覧ください。

· 次回 2018 年 10 月号の作品募集のお知らせ

ご自身が撮影したものに限ります。(締切8月14日) 編集委員会で選び、掲載をさせていただきます。写真

編集委員会で選び、掲載をさせていただきます。写真とタイトル、撮影者の住所、お名前、ペンネーム、エピソードなどを添えて地域活動サポートセンターまでご応募ください。当選者には500円の図書カードを進呈します。(連絡先6491-8822)

都合により、生協活動の紙面に変更する場合がございます。

INDEX

【2面】

第 49 回通常総代会「地域の拠り処」

【3面】

阪神医療生協のリハビリ テーション

【4・5面】

2018年度の各支部の取り組み

【6面】

ボランティアシリーズ 4 50 周年に向けてシリーズ 3

【フ面】

クイズ・求人情報

【8面】

簡単レシピ

ひょうごまるごと健康 チャレンジが始まります コープ園田店で毎月健康 チェック

事業所紹介

(小中島支部と思います。

っと大切にしなければならな

人間同士の「おつき合い」

をも

これからは希薄に

なっ

橋平 浩子)

いという世の中です。をかけられたら、気を それもそう、 ても一緒で自分の事はほってお の反応は悲しいものがあります。 人情報保護という事で、 生活する方の多いのも かし、 自分はひとりじゃないと思 踏み込むことが難しい 見守り活動をしてい 地域で見守られ 知らない人から声 気をつけなさ 大人に. 現状 さも な

行雲流水

動を進めていますが、子ども達

「愛の一声運動」という事で

私は地域の補導委員として、

「おつき合い」

第49回通常総代会開催

2018年度のテーマ「地域の拠り所」

2018年度全体の方針としては、地域のつながりづくりと支えあいの仕組みづくりにとどまらず「困った時に阪神医療生協があれば何とかなる」を実現するための活動と事業を、協同の力で進めて行く1年とすることが確認されました。

そのために具体的に7つの取組みを掲げ、各支部でもそこから重点項目を決めて具体的に進めて行くことになっています。各支部の取組みは、4.5面をご覧ください。

7つの 取組み

● ふれあい・支えあいグループを地域の中にもっともっと広げましょう

ご近所、お友達、お知り合い同士が楽しく交流する集まりです。3人以上年3回以上 開催で登録できます。地域の中で顔の見えるつながりを増やしましょう。

- ② 地域で生協独自の健診受診をすすめます 医師や専門職と組合員が協同しながら独自健診をつくります。
- 3 健康チェックの実施を進めます

自分たちの健康づくりを仲間と共に進めて行くために「健康チェックサポーター」も 養成し、地域の様々な活動で健康チェックが広がるように進めて行きます。

- 4 地域の拠点づくりをすすめます 地域の集会室や空き家を活用した「地域の居場所づくり」を進めて行きます。
- **5 ふれあい・支えあいメニュー(阪神医療生協の出前講座)をすすめます** 地域とのつながりづくり、新しい仲間を増やすために、メニューの活用をすすめます。
- **6 支えあいシートの活用をすすめます** 阪神医療生協が「くらしの困りごと」に今まで以上に声を聞き、小さな困りごとも地域で一緒に解決していきながら、協同の力も育んでいきます。
- 7 事業利用につながる活動をすすめます 地域の皆さんに親しみをもって利用してもらえるように、職員と組合員が互いに知恵 を出し合い、行動していきます。

むげんプロジェクトから始まった 2018 年度の新たな取組み

①地域支えあいの会"やまびこ"結成

②送迎対応の検討

介護保険など既存の制度では対応できない困りごとも、 医療生協の協同の力で解決します。

日常生活の支えあい活動に加え、現在運行されている ネットワーク号の増便や、予約の個別送迎についても試 験的に実行していきます。

皆さんの"くらし"がより良くなるように、今年度も、組合員・職員でむげんの対話を続けていきたいと思います。

生協再建会議

第49回総代会にて、収入が大きく減り生協の 財政を揺るがしていると報告があり、またこのような状況だからこそ、広く総代さんを含めて、一緒に生協の未来を考えようと生協再建会議が提案 されました。各支部で月2回の開催計画となって おります。また、話し合いの結果は9月30日の 臨時総代会にて議決されることになっております。 ぜひ生協再建会議にご参加下さい。

地域や生活に適したリヘビリ、選べます

阪神医療生協のリハビリテーションは、年齢や 場所を問わず様々なかたちで行われています。

リハビリテーションをご存知ですか?

リハビリ Rehabiris 【ラテン語】 Re: 再び

habiris:適した

+



利用者が再び生活をするうえで適した能力や環境を得るための援助を、医師の診察と指示のもとで、各セラピストが行います。



歩く、立ち上がる、など日常生活 を行うなかで基本となる動作の 維持・改善の援助を行います。



社会の中に適応するための能力を、 作業を通じて維持・改善し、その人ら しい生活の獲得の援助を行います。

S T Speech-Language-Hearing Therapist 言語聴覚士

言葉や聞こえ、食物を口から食べることに障害を持つ方の機能回復 や発達促進の援助を行います。

外来リハビリ

入院リハビリ

通所リハビリ

(訪問リハビリ







ケガや病気をした直後から治療中や治療後まで、状態にあわせてリハビリを 行います。疼痛緩和や血流改善をする機器を使った物理療法もあります。 またケアマネジャーとも情報を共有し連携をとっています。



訪問リハビリはご自宅に伺い、住まいの環境に合わせてリハビリを行います。

阪神医療生協のリハビリテーションが受けれるところ

*連絡先は8ページの 事業欄をご参照下さい



◎阪神医生協診療所

外来(入院)(訪問

通所

現在、理学療法士23名、作業療法士3名、言語聴覚士1名がいます。

◎第一診療所

物理療法)(

介護福祉等の事業所にも在籍しています。

◎小中島診療所

外来 訪問

◎デイサービスセンターゆんたく◎デイサービスセンターゆうゆう

◎第三診療所

物理療法

○計明**手**洪っ二

◎訪問看護ステーションふれあい

◎わかくさ診療所

通所

訪問



わかくさ支部支部長 目堅 喜代蔵

地域グループは、①コスモス(神崎会館)、②笑福会(小田北団地)、③花水木(ふれ愛ひろば)の3箇所で立ち上げてから3年目を迎えます。各グループともそれぞれのカラーを生かして運営しています。

2018年度は医療生協のテーマ「地域の拠り所」の中から以下3点を重点目標に上げ、活動していくことで地域の絆を深めていきます。

- 1、地域グループを8箇所に増やすためにただいま行動中で、4月に浜地域(教専寺・庫裏の間)で健康チェックを実施しました。他3箇所は交渉中で、百歳体操や将棋、お茶会なども取り入れながら、そのグループの世話人さんを中心にして活動していきます。
- 2、健康チェックの実施

足は第2の心臓と言われています。年齢と共に筋肉が低下し、転倒の危険性が高まります。「骨密度 測定」や「足趾力測定」の健康チェックを実施することで今の健康を喜び合い、"元気になるための 自分改善の学習でした。2~3ヶ月後、その方が参加された時、顔色も以前より良くなり言葉もは っきりされ、大変喜んでおられました。その後もグループには積極的に参加されています。

人とのふれあいの大切さを強く感じる今日この頃、これからも種々のグループの交流を継続し、情報交換を進めます。

常光寺支部支部長 厚ヶ瀬 優

支部総代会議にて、前年度活動報告と今年度の活動方針について協議され承認された。今年度の活動方針のなかでも特に次の項目について力を入れていきます。

【地域グループづくりを更にすすめる】【健康チェックの実施をすすめる】

【出前講座(ふれあい・支えあいメニュー)の利用をすすめる】

また、支部行事では大勢の組合員が参加して頂けるよう【実行員会】形式で手作りで楽しい行事に努めるとともに、人と人とが語り合える居場所づくりを多く設けるために【ふれあい・支えあいグループづくり】活動にも努めていきます。



小中島支部支部長 松上 辰之

「小中島支部 新しいステージへ」

5月26日の支部総代会議でこれから1年間の活動の重点を、①地域支えあいの会 "やまびこ"の取り組みを強める。②地域の拠点「ふれあい・支えあいフループ」づくりをされに進める。③事業利用を拡大する。④平和活動の活性化。の四つの課題に決まりました。これらを具体化していきます。

小中島支部の大きな特色の一つは、支部委員会は圧倒的に女性が多いことです。女性が生活に根差し柔軟な感性と思考で、生き生きと活動できていることは小中島支部の強みです。

特色の二つ目は、小中島支部では22のグループが地域で活動し、生きがいをもち安心して暮らせる、支え合いのある地域づくりが、大きく前進していることです。5月には、東園田町の組合員を中心とした地域づくり検討会が発展し、猪名藻(い~なも)の会と言うふれあい・支えあいグループが結成されました。

また、地域支えあいの会"やまびこ"の結成は、これまでの諸活動の一つの結束点としての意味は大きいと思います。

活動のすそ野が広がり、活動の厚みが増している現在の小中島支部は、新しいステージに立ったと言っても過言ではないかと思っています。

これからの状況のなかで、多くの組合員の自治意識がさらに広まり高まることを目指します。これからの状況のなかで、多くの組合員の自治意識がさらに広まり高まることを目指します。

2018年度の各支部の取り組み紹介

阪神医療生活協同組合「2018年度力を入れて取り組む7つの取り組み」 について、各支部での検討した重点的に取り組む内容についてご紹介します。





園田支部支部長 山下 道子

5月20日支部総代会議にて、次のように決まりました。

「出資額、新規組合員数は昨年と同じく250万円、100名、ふれあい・支えあいグループを新しく6つ」この、仲間増やし、つながりづくりのために、支部で重点項目を3つ決め取り組んでいきたいと考えています。

- 1、昨年初めて行った「地域別ニュース配布者交流会」を今年は地域の会館等で行いたいと考えています。また、地域支えあいの会 'やまびこ'の取組みから、地域の声を聞き、そこから地域の中にグループをつくっていきます。ニュース配布者の皆さん、総代の皆さん、支部委員さん、一緒に安心して暮らせる地域をつくりましょう。ご協力よろしくお願いします。
- 2、ふれあい・支えあいメニューの活用と健康チェックの実施をそれぞれのふれあい・支えあいグループで年2回以上実施し、医生協の良さを伝えていきます。
- 3、総代会議で決まりました。職員と組合員で共に活動と事業を進展させるために具体的にできる事を考え、行動に移します。

今年度も、色んな人が楽しめ、協同の良さを実感できる支部活動を進めたいと思います。ご協力よろしくお願いします。

長洲支部支部長 片山 治代

5年前から地域グループの世話人をやらせて頂いています。

私達のグループは90歳前後の方が何人かおられ、当時しっかり歩いていた方が歩行困難になられたり、耳が遠くなったり、認知症が進んだりとか日に日に老いていく姿が目に入ってきます。

しかし、「ここに来るのを楽しみにしているよ」と5年間休まずに来て下さっています。 ほかの皆さんも自然に声を掛けあったり、手をさしのべたりと、お世話をしてくださいます。これは地域 グループで顔見知の関係が出来て、助け合いに取り組めているといえるのではないでしょうか。

長洲支部では、今7ヶ所で地域グループが活動しています。あと2ヶ所近々 出来そうです。今年度は健康チェックや出前講座を活用しながら、6ヶ所の 地域グループを作る事を目標にしています。今までの経験を生かしてお手 伝いをして行きたいと思います。





「たすけあい」が未来をひらく

新理事 桑山 信子

私の地域活動は、1988年に雑誌に紹介された市民互助型の『まごころサービス』という在宅支援活動に参加したのが始まりです。この時代は、前号で坂本さんが「園」のことを書かれていたように、市民ボランテイアや生協等の助け合いの会が数多く誕生し、団体間の情報交流も盛んになっていました。そして、あの阪神淡路大震災を機に、介護保険法・NPO法が制度化され、非営利の市民活動が大きく進展することとなったのです。

さて、現在、介護保険という制度はあっても 利用に至るまでの日常生活をどう支えるか!とい うと、高齢化が進み、お一人様が多くなっていく なかで、人と人が関わりあって、それから支え合 いができるかが試されています。

国は、地域包括ケア「安心して地域で最期まで」 ということを目指していますが、それを実現でき る地域環境は、どうでしょう?どうすればそれ が可能になるのでしょう?それは、医療生協と いう活動を軸にして、様々な地域活動を展開して きた組織だからこそ、その重要性に気付き、改め て助け合いを再構築しようということが言われだ したのです。

そして、また、「看取り」という言葉も、最近よく聞きますが、「看取り」は、死を迎える瞬間だけの事ではないと私は考えています。近くに身内が居なくても、信頼できる人・仲間がいて、困ったことを相談しあい、手助けをしあいながら、治らない病気があっても、不安や苦痛を解決してくれる医療機関があり、薬を飲みながらでも日々の暮らしが続けられる。その先に安心な未来があると思っています。「やまびこ」をそんな活動にしていきましょう。それは何も難しいことでなく、お互いの身の回りの事に注意を払い、気軽にかかわりを持ちあい、できないことは、一緒に助けて!!と声を上げる。助けられる方も助ける方も喜びあえる。遠慮や気兼ねの無い「うれしい」が溢れる助け合いを目指しましょう!!

50周年にむけてシリーズ3

組合員主権の具現化を

私が尼崎の地を初めて踏んだのは 1969 年の 6 月だった。折からの梅雨で空はどんよりと雲が低く垂れ込め、南部工業地帯から日夜吐き出される 煤煙と粉塵、有毒ガスが視界を遮り健康をむしばむ陰鬱な街、それが尼崎の第一印象だった。

その当時、"七〇年安保"をどこで過ごすかが私にとっての一大関心事だった。だから労働者の街尼崎を選んだ。だが、七〇年安保闘争が不発に終わり、「ここでの生活もそう長くはない」と思っていた。

私を尼崎に誘ったのは大学で同輩であり、一足 先に来ていた吉田洋倖君だった。その彼が京都の 下宿にまで来てしゃべったことの一つに、「医療 生協を作ることを手伝わぬか」だった。正直、大 学生協のことしか知らなかった私は、生協づくり よりももっとアクティブな運動に関わりたかった。 だが、不発に終わった安保闘争で意気消沈して

いた私は、目の前の大気汚染をはじめとする公害

理事長 中村 大蔵

と、汚い街を何とかしなければとの思いが、我が 闘志ならぬ好奇心を掻き立てた。

以来、今日まで五〇年。多くの尼崎市民と同じように、私も尼崎が実質の故郷となった。また、それは阪神医生協の歩みと一体として血肉化されてきた。

健康づくりと言おうが街づくりと言おうが、また助け合い運動と表現しようが、阪神医生協運動の真髄は組合員主権である。私が日本国憲法で好きな文言の一つは前文にある、「ここに主権が国民に存することを宣言」すると明確にしたことである。

阪神医生協がその憲法に倣(なら)うなら、組 合員主権である。

私にとっては、阪神医生協の「組合員主権の具現化」に努力することである。昔も今も、あらゆる生協活動で組合員主権を求め創り上げていかなければならないと思う。



図書カード500円分

が正解者に当たります!

○住所 ○電話番号 ○解答

をご記入のうえ、各支部や事業所へお届け下さい。 FAXや郵送でも可です。締切は2018年8月31日(金)。

(2問両方正解者2名に)

ナンプレチャレンジ

< ナンプレのルール >

- ①タテ9列どの行にも1~9の数字が1個ずつ入る。
- ②ヨコ9列どの列にも1~9の数字が1個ずつ入る。
- ③3×3のブロックにも1~9の数字が1 個ずつ入る。
- ④どの数字もタテとヨコで重ならない。

	2						1	
6		Α		9				5
			2	4	3 5			
		6			5	3		
	5	7			В	1	9	
		8	4			2		
			7	8	1			
1				8			С	9
	7						4	

解答欄:ABCに入る数字の合計を答えて下さい。

Α		+ _B		+ c		答	
---	--	----------------	--	-----	--	---	--

法 ★ニュースの感想や生協へのご要望もお書きください

すべての文字をかな文字にし、文字を足したり引いたりしながら計算式を解いてください。最後に残った文字を並べ替えて言葉を作りましょう。(ヒント)おなじみの家電製品

- ①自練慣▶▶得性字
- ②人世首▶▶談対方
- ③感限温▶ ▶量数胸
- ④决指安 ▶ ▶ 員住価

リスト 角習相果度定

前回の答えと当選者

1 4 9 8 7 5 3 6 2 7 5 2 9 3 6 4 8 1 6 3 8 1 2 4 9 5 7 8 2 3 6 1 7 5 4 9 5 1 4 3 9 2 8 7 6 9 7 6 5 4 8 2 1 3 2 8 1 4 6 3 7 9 5 4 6 7 2 5 9 1 3 8 3 9 5 7 8 1 6 2 4

○名前

 $_{A}$ **2** + $_{B}$ **9** + $_{C}$ **9** = **20**

- ・ 片山治代さん(長洲支部)
- 門矢静子さん(長洲支部) 応募総数は7名。正解5名。
- ①烈風 + 定期便 金一封 = テレビ
- ②秋 + 進路 + 繊維 親戚 = アイロン
- ③粗相+辞意+浮世絵-栄養素= ソウジキ
- ④身支度 + 回帰線 − 短い = センタクキ
- ⑤川沿い + 売れっ子 輪っか = レイゾウコ

203 号クイズの誤字訂正:③ 誤「下間」→ 正「玄関」

阪神医療生活協同組合の職員 求人情報 ~私たちと一緒に働きませんか~

勤務を希望するご本人だけではなく、組合員さんの知人で働けそうな人がおられましたらご紹介をお願いします。 *詳しい内容や賃金等条件は直接お問い合わせ下さい。

阪神医生協診療所

医療事務:非常勤

●病棟 看護補助(介護職):非常勤

厨房 調理補助:非常勤

勤務地: 尼崎市長洲本通 1-16-17 お問合せ先:06-6488-8648

デイサービスセンターにじの家

通所介護 介護職員:非常勤

勤務地: 尼崎市長洲本通 2-2-1 お問合せ先:06-6483-5155

サポートセンターゆんたく

厨房 調理スタッフ:非常勤

勤務地: 尼崎市東園田町 4-96-1 お問合せ先: 06-6491-8030

ひょうごまるごと健康チャレンジ

あなたのカラダのことを、は じめくんとはかるさんといっし ょに考える30日チャレンジ。

6つのメニューの中から、今 のあなたに必要なコースをえら んでください。

抽選でカラダにうれしい商品 も当たります。

阪神医療生協の事業所等に設 置しています。



コープ園田店健康チェック開催中!!



- 毎月第4金曜日
- 10 時~ 11 時半
- 2階みなくる☆そのだ 開放スペースにて

健康チェック ボランティアも 募集しています。



作:上田園美

カボジャガサラダ

残り物のかぼちゃ煮を潰し、少 しの煮汁を残して、じゃがいも を茹で潰し、マヨネーズで和える。

ポン鶏

鶏肉を塩、こしょう、酒につけ フライパンで焼き、ふたをして 蒸し焼きにし、仕上げにポン酢 で味を整える。

牛肉の甘がら炒め

牛肉を、酒、砂糖、醤油で煮汁 がなくなるまで炒める。

あっさり酢の物

大根、人参、きゅうりを千切り にして塩もみをし、少しなじま せ、かたく絞り、かんたん酢で 和える。

☆簡単においしく出来ますよ。

阪神医療生協の事業所紹介

【第一診療所】☎06-6481-5504 尼崎市常光寺1-27-21 【常光寺支部】☎06-6401-0151

☎06-6481-5534

●阪神第一訪問介護センターさわやか ☎06-6483-6080

【小中島診療所】 ☎06-6491-5138 尼崎市小中島2-8-8 【小中島支部】☎06-6494-2161

小中島診療所居宅介護支援事業所 ☎06-6491-9696

訪問リハビリテーション **☎**06-6491-8778

サポートセンターゆんたく **☎**06-6491-8030 (通所介護・高齢者賃貸住宅・福祉用具販売貸与)

●病児保育室キッズケアハウス **2**06-6491-7711

【第三診療所】☎06-6492-0122 尼崎市食満7-7-11 【園田支部】☎06-6492-0250 尼崎市食満7-3-55

ケアサポートセンター第三 ☎06-6492-2627

デイサービスセンターゆうゆう **☎**06-6492-2235 ヘルパーステーションほほえみ **2**06-6492-2623 ●訪問看護ステーションふれあい ☎06-6492-2262

【阪神医生協診療所】☎06-6488-8648 尼崎市長洲本通1-16-17 【長洲支部】 206-6488-3855

やすらぎ居宅介護支援事業所 ☎06-6488-9060

◆やすらぎ訪問看護ステーション ☎06-6481-5541デイサービスセンターにじの家 ☎06-6483-5155

阪神医生協診療所訪問リハビリテーション☎06-6481-5545

●ふれあい住まいる館和喜会逢 **2**06-6498-6300

●阪神中国医学研究所附属鍼灸治療院 ☎06-6488-8149

【阪神漢方研究所附属クリニック】 ☎06-6487-2506 尼崎市長洲本通1-13-15

【わかくさ診療所】☎06-6494-8302 尼崎市西川2-34-5 【わかくさ支部】 ☎06-6494-8314

●わかくさあんま・マッサージ治療院 ☎06-6494-8348

わかくさ通所リハビリセンター **2**06-6494-8335

組合員活動を共に支える地域活動サポートセンター ☎ 06-6491-8822 FAX:06-7711-8866 尼崎市小中島 3-13-16