阪神医療生協 NEWS

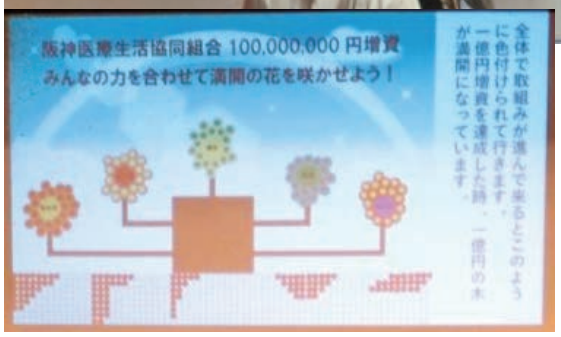
VOL.207
2019.2

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：16,150人
出資金：2億565万545百円
1人平均出資金：12,734円
（2018年12月31日現在）

24時間365日の安心づくり中長期計画

キックオフ集会に95名の組合員が集う！

▶ 詳しくは2面をご覧ください



阪神医療生協の行事やグループ活動の写真を募集します（選考日は偶数月の第2土曜日）当選者には500円分の図書カード進呈します。詳細は、地域活動サポートセンターまで。連絡先6491-8822

INDEX

【2面】
安心事業づくりと安心地域づくりを考え、１億円増資を決定

【3面】
阪神医生協診療所にはこんな検査機器が揃っています

【4・5面】
ふれあい支えあいグループ紹介

【6面】
ボランティアシリーズ⑦
50周年に向けて⑥

【7面】
クイズ・求人情報

【8面】
簡単レシピ
個別送迎かけはしの紹介
事業所紹介

行雲流水（こううんりゅうすい）

実家の仏壇には2013年3月、満84歳で静かに生涯をとじた実父の死ぬ間際に家族に宛てた手紙が供えられています。手紙には『長い間お世話に成りありがとうございました。我に力があれば家内安全と皆々健康で幸せに暮らせるように守ります』と。

幼い頃から苦労した分、相当頑固で周りの意見に左右されない意志の強さと行動力を持っていた父とは若い頃からよくぶつかりました。父が亡くなった今、私とは違った物の見方や考え方で、私たち家族が幸せに暮らせるよう尽くしてくれた父に素直に感謝し、そっと両手を合わせています。

（わかくさ支部　平出正人）

24時間365日の安心づくり中長期計画

～1億円増資で生協の輪を広げよう～

12月9日（日）小田地区会館で「24時間365日の安心づくり中長期計画」のキックオフ集会を開催し、95名の組合員が集いました。安心づくりの一つは安心事業づくり（わかくさ地区を候補地とした新規事業起こしと第一診療所と阪神医生協診療所の事業再編を含めた建替え）、もう一つは安心地域づくり（健康づくり活動と支えあい活動の強化）を指し、医療生協の理念である“組合員が安心して暮らせる地域社会”をめざす取組みの一環です。

集会は楠元きみゑさんの司会で進められ、中長期計画や1億円増資の説明後、東山敏子さん、森本知子さん、鳥飼良子さん、坂本敬子さん4名の組合員から積立増資の取組み方や組合員訪問の大切さなどについてお話しがあり、「無理なく続けられるよう年金支給月に1000円づつ」、「サークルで呼掛けて」、「訪問して課題などわかることが沢山ある」など発言いただきました。その後、阪神医生協診療所所長の藤野隆興医師、生活クラブ都市生活の池田啓一さん、ＮＰＯ法人わ・輪・Wa 尼崎で活動をされてきた河合由紀子さんより24時間365日の安心づくりには、どのような事業や地域活動が必要なのかについて話題を提供してもらいました。「事業と地域活動の連携で地域包括ケアの実践・実現」、「一時的に宿泊ができる施設や訪問ヘルパーで取組むことが難しい援助ができる事業」、「支えあい活動を広げる大切さ」などについて話題提供いただきました。その後、支部毎に分かれて集会の内容を深める意見交換会を行い、各支部より内容の発表があり、集会は中村大蔵理事長の「えいえいおー」で締めくくられました。

来年の3月末までに生協の各グループでこの安心づくりについて話合いをしてもらい、出された意見を基にして理事会で練り込み、次期総代会で大方針を決定したいと考えています。これからも、阪神医療生協は組合員との対話によって事業や運動の展開を決める「むげん」の取組みにこだわって、組合員が民主的に決める協同組合を目指していきます。

（文書　地域活動サポートセンター）

阪神医生協診療所の設備

「人生には色々な心配やリスクがつきものです。健康のことについてはぜひ診療所へご相談下さい。」
　人々が抱える健康上のリスク、それが身体であれ心であれ総合的にマネジメント出来る医療を目指しています。

お問合せは、尼崎市長洲本通1-16-17　医生協診療所外来受付　06-6488-8648まで

有床診療所
（入院設備のある診療所）

病棟でのリハビリ風景

超音波検査
（心臓、腹部、甲状腺、頸動脈、下肢静脈エコー）

地域医療をめざします

CT検査

胃内視鏡検査
（胃カメラ）

血圧脈波検査装置（CAVI／ABI）

往診
（訪問診療）

訪問看護

ふれあい支えあいグループ紹介

園田支部　魚取団地茶話会

第3火曜日13時～15時、食満1丁目魚取団地集会所にて

この11月で24回目を迎え、医療生協のふれあい支えあいメニューの学習講座を行いました。

内容は「糖尿病の食事について」管理栄養士の細川先生に来ていただき日々の食事で多くの品目を摂り偏らないことの大切さや作りおきしやすいメニューなど教えていただきました。

この茶話会ではいつも7人のメンバーで話し合ってテーマ選んでいます。終活、健康チェック、デイサービスの見学、みんなでやってみたい事、話したいことをなど…。ご近所の方はお気軽に参加してください。（安藤　久子）

わかくさ支部　食事会

第1・3水曜日11時30分～13時30分、わかくさふれ愛ひろばにて

食事会が地域の居場所づくりの一つになればとの思いや、お互いの顔が確認でき、元気に過ごしてこそ「今日も出逢えたねー」と、言うことで話も弾む場になっています。

「食べること」と、自分の足でゆっくりと「歩いて」行ければ言うことなしですね！

いつも25名前後の方々が来られています。これからもボランティアスタッフ一同でメニューを考え「心」を込めて作っていきます。お友達、知り合いを誘って食べに来てください。予約はいりませんのでいつもお待ちしています。

（中川　喜美子）

長洲支部　お食事会

お食事会のお手伝い～とても楽しい一時です～

毎月第2、4金曜日に小田地区会館で食事会（昼食）を行っています。お手伝い（組合員）さんで献立を考え、手分けして買い物をします。当日の午前9時から準備に取り掛かります。皆さんと和やかな雰囲気で楽しく行っています。

私自身料理をすることが好きですが、お手伝いの皆さんの手際の良さにいつも驚かされています。食事をされに来る皆さんのためにと思って手伝っていますが、色々と教わる事が多く、自分の成長にもつながっていると感じています。

出来上がった食事をテーブルに並べ、お手伝いさんを含めた参加者の皆さんとお話をしながらいただきます。とても楽しい一時です。

お申込は医療生協の受付におたずね下さい。※1月と8月はお休みです。（原田　あさ子）

常光寺支部　木曜会

第1木曜日13時30分～16時、長洲東通2丁目　さくら通り自治会館にて

同じ町内会の方の集まりの場として月に一回集まっています。今では連絡をしなくても各々誘い合ってきてくださるので忘れることなく集まってくれています。出来立ての頃は世話人をしてくださる方がいなかったのですが、お互いにみんなで一緒にをやっていこうの方針のもと、自分のできる役割を担ってくれて助かっています。

内容は歌（替歌、パピプペポに置き換えたりもしています）、手遊び、軽い運動（座ったままでもできること）、町内会での近況や困っている事、良かった事などのお話しタイムです。時々、健康学習も入れています。写真は医生協診療所の鍼灸から足や身体の「ツボ」について学習しました。（北地　和子）

小中島支部　ドーナツの会

第2火曜日10時～11時、善法寺会館にて

開始から2年が経ったドーナツの会ですが、11月から第2火曜日になりました。そのドーナツの会の11月開催に小園中学より男子生徒3人が来てくれました。ちょうどトライやるウィークの最中で私たちの会に仲間入りしてくれました。初めは何と声掛けをしようかと考えましたが勇気をもって、気軽なふりをしてどんどん質問をしました。中学生もお婆さんに何と答えようかと迷った様子でしたが段々慣れてきてシャイな態度をとっていた生徒も言葉が出てきて笑顔まで見せてくれました。

普段はなかなか中学生と話す機会もありませんが、この会のおかげでこんな楽しい時間を過ごせたことを会の皆で喜びました。またこんな機会がありましたらたくさんの人と仲良き時間を共に過ごしたいと思います。（岡田　澄江）

ボランティアシリーズ 7

居場所は出会いの場

理事　地域活動推進委員会　桑山　信子

私は、現在2か所の地域交流サロンの世話役をさせてもらっています。

一つは、自宅開放型の10人程度のサロンで、ここは、元介護保険のデイサービス当時からのスタッフが中心になって、元利用者さんも含めた、90代～50代の人たちが、健康保持を目的に、自分の弱みも安心して話せる場を目指しています。

もう一つは、店舗スペースを再利用し、コープこうべのサークルメンバーが、ふれあい喫茶をやろうということで始まり、現在20人程度の参加があります。いづれも1つの地域にとらわれず、どなたでもウエルカム!!が特徴です。

サロンに来ておられる方に、「ここは、なにが楽しいですか？」とお聞きすると、「皆さんとおしゃべりできること！」と言われます。特定の地域内の人ばかりでないので、気軽に安心して話ができるのだそうです。そして、「この居場所をどうして知ったの？」とお聞きすると、人に誘われてというのが大多数でした。この人に誘われてというのが重要です!!要するに、貴方のことを気にかけて、誘ってみようと思ってくれている人がいるということですから、その出会いを大切に、ここから新しい繋がりを広げていきませんか。

住み慣れた地域で最後まで…というには、お互いに信頼し、頼りにしあえる関係つくりが必要です。居場所での出会いが新しい助け合いをきっと教えてくれますよ。

50周年にむけて シリーズ6

阪神医療生協創立 50 周年に当たって

小中島支部　楠元　きみ子　実行委員行委員

阪神医療生活協同組合が誕生して半世紀になります。そして2020年に記念に残るイベントをやり遂げようと組合員、役職員がいろいろと知恵を出し合い考えております。開催の日時・場所はほぼ決まり、記念誌の発行も記念のタオル…etc。振り返る50年の歩みの「パネル展示」などを見に来て頂き、地域の方や組合員さんたちのお腹も『まんぷく？』にして貰えるように、各支部が「屋台の店」で自慢の腕を振るう予定ですので喜んでもらえる取り組みになるのではと考えております。

さて、私が小中島支部に関わるようになったのは、阪神淡路大震災の前年でした。患者として助けてもらったのは昭和60年秋で、震災後に支部委員になり総代を経て理事にも立候補をして10年間沢山の事を勉強する機会をもらい、数多くの経験をしました。殊に平和について関心が高かった私は沖縄・知覧・長崎・広島・大久野島に行く機会をいただき、見学や学習の機会に恵まれたと思っております。被爆者自身の体験を聞き、建物に残る弾薬の跡や戦争の惨さ自分の目で確認し、沖縄の象の檻といわれる場所にも行きました。そして平和の尊さを胸にしっかり記憶したのです。

私は阪神医療生協のあるこの地域がとても大好きで、離れたくない場所（土地）となっています。

クイズに答えて…本を読もう！

図書カード500円分
が正解者に当たります！
（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。

5		A			7	1	6	2
	7			8	1		5	9
								4
			7	B		5		3
	9						2	7
3	2				5	8	4	1
4			8		2	9		
9	5			6	3		7	C
7	3	8	5	4	9			6

解答欄：ABC に入る数字の合計を答えて下さい。

A □ ＋ B □ ＋ C □ ＝ 答 □

応募方法
○名前　○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2019年2月28日㈭。
★ニュースの感想や生協へのご要望もお書きください

連結二字熟語

左右に並ぶ漢字と組み合わせて、二字熟語を作ってください。
リストから選んで、中心に漢字一文字を入れましょう。

① 賛 褒 華 ▶ □ ▶ 容 術 食
② 周 浮 豪 ▶ □ ▶ 覧 具 牧
③ 洗 熟 試 ▶ □ ▶ 炭 乳 習
④ 清 電 一 ▶ □ ▶ 行 出 木

リスト　遊　美　流　思　練　小

前回の答えと当選者

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

A 5 ＋ B 9 ＋ C 4 ＝ **18**

クイズ応募総数は 17 人、正解は 15 人です。
・長洲支部、濱名サヨ子さん
・常光寺支部、宮地恵子さん です。

① 接着剤 ／ 待合室 → 接 待
② 派出所 ／ 遣隋使 → 派 遣
③ 後日談 ／ 泥仕合 → 談 合
④ 指定席 ／ 耳年増 → 定 年
⑤ 求心力 ／ 人生観 → 求 人

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。

小中島診療所

●**保育士・保育助手（病児保育）**
勤務地：尼崎市小中島2-8-8　お問合せ先：06-6491-5333（事務長：川久保）

「診療所に行けなくなってきた時に家まで迎えに来てくれたら、安心してかかりつづけられるのに。」の声から生まれた個別送迎「かけはし」ですがもう見かけられましたか？

南部（医生協診療所・第一診療所）の診療所へは、月曜日・木曜日、北部（小中島診療所・第三診療所）の診療所へは水曜日・金曜日の8：30～10：30ご自宅にお迎えに行っています。

利用者アンケートからは、「助かります。感謝しています。」「いつも有難うございます。今後ともよろしくお願いします。」「多変便利で助かります。運転手さんに親切にして頂き感謝しています。」の声をいただきました。

おおむね診療所から10分位の距離で歩行に困難があり診療所に通うのをためらわれている方のご相談にお答えしていますので、診療所へお気軽にご相談ください。

カンタンレシピ

ツナ入りあげ餃子

作：目堅　登美子

●材料

ツナ缶（小）　1缶
玉ねぎ　1/4個
餃子の皮

●調味料

練がらし、マヨネーズ（大さじ2）、塩、こしょう少々

●調理

①ツナ缶は中身をほぐし、玉ねぎはみじん切りにします。
②ツナと玉ねぎを混ぜ、練りからし小さじ1、マヨネーズ大さじ2であえ、塩、こしょうで味を調えます。
③餃子の皮に2でできた具をのせてつつみ、低温の油でカラッときつね色にあげます。

―― 組合員ご本人の住所、電話番号などの変更がございましたらお近くの事業所までお知らせください。――

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
- デイケア　☎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　☎06-6491-7711

【第三診療所】☎06-6492-0122　尼崎市食満7-7-11

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　☎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

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　☎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　☎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 きらめきセンター2階