阪神医療生協 NEWS

VOL.213
2020.2

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：15,908人
出資金：221,568,000円
1人平均出資金：13,865円
（2019年12月31日現在）

これからも地域のために　協同でまちづくりを

“安心事業づくり集会”

医生協診療所建替えや
新事業建設に向けて
生協の強みや弱みから
地域課題を考えました

2019年12月1日（日）9:30～11:30
小田北生涯学習プラザにて
参加者71名

INDEX

【2面】
- 安心事業づくり集会報告
- 総代･理事立候補公告

【3面】
突然死を防ぐAED

【4面】
- 協同まちづくり学校「みらい」
- 医療介護のちょっといい話

【5～9面】
支部活動の紹介コーナー
- 住所･家族構成の変更をお知らせください（6面）

【10面】
- ボランティアシリーズ⑫
- 50周年に向けて⑫

【11面】
- クイズ
- 求人情報

【12面】
- 病児保育＝兵庫子育て応援賞を受賞!
- 簡単レシピ
- 事業所紹介

あなたのご近所の組合員10名くらいにこのニュースをお届けしてもらえませんか？
お問い合わせは、地域活動サポートセンターまでお電話ください。☎06-6491-8822

行雲流水（こううんりゅうすい）

地域グループ「たんぽぽ」にふれあい支え合いメニューの「24時間の安心・在宅総合サポートセンターの訪問診療」のお話をしに武蔵看護師さんに来てもらいました。訪問診療は診療所に行けない体になったとき診療所が来てくれること、そしてそこの患者になったら夜間にも診療に来てくれること看取りをしてもらえることを知りました。救急病院とは違う役割ですが、そんな看護師さんが近くにいてくれて心強いと思いました。また、そこのセンター長が50周年記念ソングの作者で11月のソング披露記念パーティーの時にピアノを弾いていた藤野先生だと知り親近感がわきました。職員さんの顔が見える関係、これが何かあったときの不安を日頃から和らげてくれているように思います。私の診療所と言えるかかりつけがあってよかったと安心しています。

（常光寺支部　中尾 鎭子）

このニュースは　　がお届けしました

安心事業づくり集会報告

安心事業づくり検討委員会　事務局　川久保 修

2019年12月1日、小田北生涯学習プラザにて『第1回安心事業づくり集会』が行なわれました。この安心事業づくりとは、2018年度からの3ヵ年計画「24時間365日の安心づくり」を進めるなかで「むげんの樹（＝くらしの不安が安心に変わっていく図）」が生まれ、それを叶える拠点（事業）を地域につくろうとする取り組みのことです。

ここでいう拠点とは、築40年が経った阪神医生協診療所の新しい建設とわかくさ地区での住まいづくりを主にさします。生協の事業ですから、建物が完成することがゴールではありません。地域が望むものを協同しながらつくる、その過程で人と人とがさらに出会いつながっていき、くらしの「困りごと」を解決できるまちにしていくことが目的です。皆さんも個人の価値観が多様化し、認めようとする社会になりつつあるのを感じていませんか？たとえ一人でも困っている人が居れば、応える・支えあうことが考え方の原点になっています。

さて集会は初回ということで、生協らしさってどういうところ？拠点に何が備わっていたらそれを感じるのかを参加者全員で話し合いました。『親近感があり相談がしやすい』『多世代が集まれる居場所』『活動で作った物を提供できる空間』など、あると集いやすいよねと思えるヒントが出ました。この様な発想が実現していくと協同でしかできない強み、ひいては生協の事業における品質も高まります。既存事業においてもこれを追求するという意味ではこの取り組みは長洲やわかくさ地区の話だけではなくなるので、全域で進めています。

時々、協同という言葉が職員にとって都合の良い“お手伝い”になっていないかと思うことがあります。まだ1回目ですが、こうした進め方の先には「私の意見が反映されて嬉しい」「私も関わりたい」「できることがあれば助けあうよ」の心がきっと事業に備わることでしょう。そして“私の○○（事業）なんです”と呼ぶぐらいになると非常に喜ばしいですね。

次は、新しい拠点がくらしのどんなテーマを解決するところになりうるのか一緒に考える第2回が4月4日（土）14時から小田南生涯学習プラザ（医生協診 東向かい）で開催されます。ぜひご参集下さい。

2020年度通常総代会総代選挙公告

2020年1月23日
阪神医療生活協同組合
役員選挙管理委員会　委員長　広畑 貞昭

定款第45条に基づき、総代立候補を受け付けます。

1. 定　数
＜総代＞245名
＊地域区別総代定数の内訳
常光寺支部40名、小中島支部69名、園田支部45名、長洲支部42名、わかくさ支部49名

2. 期　間
立候補受付開始　2020年4月６日（月）午前9時
立候補締切り　2020年4月13日（金）午後5時
立候補される組合員は、各支部備え付けの立候補用紙に必要事項を記入のうえ、所属支部の総代選挙管理委員会へ届出してください。

3. 選　挙
投 票 日：2020年4月24日
投票場所：各支部集会室
※ただし、立候補が定数内の場合は、無投票当選とする。

以上

2020年度通常総代会役員選挙公告

2020年1月23日
阪神医療生活協同組合
役員選挙管理委員会　委員長　広畑 貞昭

定款第19条に基づき、役員立候補を受け付けます。

1. 定　数
＜役員＞理事24名（全体区7名・地域区17名）
＊地域区別理事定数17名の内訳
常光寺支部2名、小中島支部4名、園田支部4名、長洲支部3名、わかくさ支部3名、そのほかの地域1名、監事2～3名

2. 期　間
立候補受付開始　2020年4月６日（月）午前9時
立候補締切り　2020年4月13日（金）午後5時
立候補される組合員は、各支部備え付けの立候補用紙に必要事項を記入のうえ、所属支部の役員選挙管理委員会へ届出してください。

3. 選　挙
投 票 日：2020年4月24日
投票場所：各支部集会室
※ただし、立候補が定数内の場合は、無投票当選とする。

以上

突然死を防ぐ AED

安水 清

高齢者、糖尿病、高脂血症の方が増えています。年間9万人ほどの方が突然死で亡くなられており、交通事故死の10倍近くの頻度です。突然死（発症から24時間以内の死亡）は大半が脳梗塞か心筋梗塞、心室細動・心室頻拍、たまに脳出血、動脈瘤破裂が原因で、発生場所は自宅68%　公共施設8%　道路7%　老人ホーム5%　職場4%となっています。これから寒くなり、気温の変化によって血管が収縮し、血圧が変動する危険な時期になってきます。特に危険なのは曇りや雨の、風のある寒い日で、第1週月曜日の午前中が危ないそうです。この様な危険な時はストレスを少しでも避ける工夫が必要です。

お勧め　帽子、マフラー、手袋、睡眠7～8h、トイレには暖房を入れ、排便はいきまないこと、入浴の際は脱衣場を温め、ゆっくり半身浴を行い、急激な浴槽からの出入りを避ける、くよくよせずストレスを溜め込まない、禁煙、節酒、起床時のコップ1杯の水を飲むなどの注意。

AEDは、心室細動や心室頻拍などの激しい不整脈が発生して血流が頭に流れなくなることを回避する装置（自動体外式除細動器（Automated External Defibrillator, **AED**）です。

心室細動が起こってから除細動が1分遅れるたびに救命率は7～10%低下する。

日本に於いては119番通報から救急車到着までの平均は6.3分、救急隊が除細動を開始するまでに約10分かかり、病院以外で救命する場合は一般市民がAED施工することが絶対に必要ですが、なかなか救命率が改善しません。これは脳へのダメージが原因と言われており、出来る限り早い処置が重要です。

除細動の手順

① 倒れている人を見かけたら、特に工場や道路では周囲の安全を確認してから、反応を見る。
② 両肩をたたいて呼びかけて、呼吸・脈・意識がないことを確認する（AEDはこれらを感知しないので、施行者が確認する必要がある）。
③ 人を呼ぶ。大声で「誰か来て下さい！！」（人数は多い方が良い）
④ 「あなたは119番通報」、「あなたはAED手配」・・・と、明確な指示を出す。
⑤ AEDが準備出来るまでは、舌根沈下による気道閉塞を防ぐため、首の下に（衣類等の）柔らかいものを入れて、「頭部後屈・あご先挙上」して、気道を確保し、床が硬いことを確認して、心肺蘇生開始する（心臓が止まっているかどうか自信が持てないときはマッサージを開始しても大丈夫）。
⑥ 心肺蘇生開始
吐物が喉に詰まっていないことを確認し、胸骨を掌で体重を乗せて、4～5cm程度沈む位の圧迫を100～120回/分の早さで繰り返す。（かなり早いイメージ！）最近ではマッサージの合間の人工呼吸は行いません（心理的抵抗が大きい上に、ある程度の技術も必要なので省略してよいということになっているが、行った方が若干生存率が高い）。AEDが準備出来たら、セットしてスイッチを押す（もしAEDが不要な心電図なら機械が感知して、通電しない）。電気ショックを1回行って、意識と呼吸が戻らなければ、直ちに心肺蘇生再開し、約2分程度行って再度AEDを施行する。これを繰り返す。
⑦ AEDから「心臓マッサージは不要です」のメッセージが出るか、呼吸が戻るまで、または救急隊が到着するまで、心肺蘇生とAEDを繰り返す。

AEDを行う際の女性の衣服の問題がありますが、脱がさなくても下着をずらすのみで電極は貼れるので、最小限の露出で行えばよいと考えます。それでも人垣や毛布などでできるだけ現場を遮るように配慮する必要があります。妊婦さんの場合でも、まず母体を救うことが胎児を救うことになります。迷わず使用することが必要です。

阪神医療生活協同組合運動のこれからを創る 50周年記念行事 協同まちづくり学校『みらい』が始まりました

阪神医療生協が生協として認可されてから50年を迎える2020年が始まりました。昨年から50周年企画としてバッジ、のぼり、垂れ幕、歌（みらいへひかる虹）づくりやお披露目記念パーティーの開催など地域住民に50周年を知ってもらうための様々な取組みに着手しています。その中で「未来に向けた安心まちづくり運動の計画や手段を探る」、「人材発掘と人材育成」、「協同組合や行政、学校、自治会、社協、社福、NPO 等との協同を探る」ことを目的として始まったのが協同まちづくり学校『みらい』です。

11月16日、第一回目「子どものみらい」を開催しました（参加41名）。学校、地域、家庭、居場所などを結ぶ（支える）活動に取組まれている3名の方々にお話しいただきました。話題提供者と参加者の皆さんからは地域と学校が連携・協力して子どもの学びや育ちを支援する仕組み、自分の育つ場を選べない（施設で育つ）子どもがいることへの理解を深める取組みの必要性、子どもが自分らしさを出せる居場所の大切さ、地域活動を担う人材探しについての話など様々な話がなされ、子どもに関する課題やその解決手段を求めて意見交流がなされました。

12月21日、第二回目「高齢者のみらい」（参加33名）では、お金がなくても心の裕福さと健康で幸せに生きていけるという88歳高齢当事者のお話しを聞いた後、高齢者の生活を支援する施設を運営する上でやりがいや生きがいづくりなど、大切にしていることについて園田苑施設長からお話しいただきました。

この学校『みらい』では上記のように各テーマにそって話題提供いただいたのち、参加者と対話をする時間をたっぷり取ります。決して結論を求めるのではなく、地域の様々な課題や意見を参加者と分かち合うことが大切だと考えています。この分かち合いが土台となることで、考え方や意見の違いを乗り越えて“まちづくりのために”力を合わせて取組むことができるようになる、そんな上手くはいかないかもしれませんが…。この記事を皆さんが目にされる時には第三回目「働く人のみらい」を終えています。今後も毎月第3土曜日の午後1時30分からきらめきセンターにて開催しています。四回目は「障がい者のみらい」、五回目は「尼崎市のみらい、協同組合のみらい」と続きます。

ご関心のある方は地域活動サポートセンターまでお問合せ下さい（06-6491-8822）。

医療・介護のちょっといい話

第一診療所はわかくさ診療所と一緒になっていろいろなことが変わりました。 **常光寺支部**

①健康診断やインフルエンザの予防接種が予約なしでできるようになり、診察のついでに受けられるので便利になりました。

②お薬についても先生が説明してくれ「似たようなお薬だから種類を減らしておくね」と言ってくれました。

③ゆっくり話をしてくれ、聞いてくれるので親しみやすい先生です。

④安水先生は子供も見てくれるので子供の患者さんも来るようになりました。

ご意見をひさご会世話人の方（巽、中前、廣森、前田）から頂きました。

常光寺支部コーナー

常光寺支部バスツアー　～11月24日　和歌山城西の丸庭園・黒潮市場・日本庭園のある酒蔵～

支部委員　**豊川 博美**

バスは一路、和歌山城へ。好天のなか紅葉渓庭園を散策する。あちこちの木々が赤や黄色に染まり、お堀に映ってなんて美しいこと。殿様が大奥に渡るのに使った御橋廊下は太鼓橋のように作られ、滑らないように細工が施してありました。何故丸くしたのかな？風流？時間の関係上天守閣は登れなかったのが残念。旅の締めは長久の酒造会社だ。酒は極上の吟醸酒長久。試飲させてもらったが、こりゃ飲んべぇたまらんわいと舌鼓を打ったよ。楽しい旅をありがとうございました。

常光寺支部文化祭

文化祭実行委員長　**武内 司郎**

11月15日（金）16日（土）に常光寺支部文化祭を行いました。26名の出品者が日ごろの制作の成果を発表し、2日間で140名ほどの方が見学に来てくれました。木目込み、ちぎり絵、水彩画、クロスステッチ、色鉛筆アート、編み物、ベスト、マフラー、帽子、靴下、毛糸編み、小物、手作り人形、着物のリメイク、袋物、篆刻、そして、デイケアのみなさんの書道作品。たくさんの作品に囲まれて、にぎやかに楽しく交流することができました。また、来場者に参加していただき、トイレットペーパーの芯で「花のモチーフ」を作り、デイケアの部屋を飾ることができました。

小中島支部コーナー

親子で楽しいクリスマス

小中島支部　**黒木 麻衣**

12月11日、子ネットのクリスマス会に6組の親子が集まりました。紙皿のリース作りやサンタクロースの絵本の読みきかせの後、みんなでクリスマスケーキを食べました。そして、サプライズゲストのサンタさんが登場！！子ども達はサンタさんからお菓子のプレゼントをもらい、にっこりと嬉しそうな様子でした。

働くお母さんの増加や付近に子育て支援施設も充実しているので、近年は参加人数が減るなど色々と課題もありますが、自分自身が楽しみながら活動を続けていきたいと思います。

サンタさんの絵本にみんな興味深々！！

毎年恒例！フレンドリーの三木サンタと (^^)v

子育てサークル 子ネット メンバー大募集中！！

毎月1回水曜日の午前中にきらめきセンター2階で活動しています。未就園児の親子が集まり、季節のイベントや体操、工作などをみんなでアイデアを出し合いながら楽しく活動しています。是非お気軽に遊びに来て下さいね (^^)

子ネット
LINE @

組合員の皆様へ　住所・家族構成の変更をお知らせください

組合員情報変更届	
住所　・　名前　・　家族構成　・　その他 ※変更点に〇をしてください	
変更前	
変更後	
※同居人が増加時、必ず生年月日をご記入ください	
お名前：	
ご住所：	
お電話：	

引越や結婚、出産、永眠などがありましたら
組合員登録を変更いたします。
左の変更届を切り取りハガキに貼って
下記の住所まで送付ください。

【送付先】
阪神医療生活協同組合　地域活動サポートセンター
〒661-0972　尼崎市小中島3-13-16
FAX　06-7711-8866

【お問い合わせ】
TEL　06-6491-882

園田支部コーナー

11月ちょこっと講座
阪神漢方クリニック

アレルギーに負けない過ごし方

漢方クリニック 薬剤師　**福田**

身体を冷やさない食事のとり方

体を温める食材を使ったメニューを考えましょう。冷やす食べ物を摂るときは、温めるものも一緒に！

冷やす食べ物

茄子、トマト、
キュウリなどは
冬は控えめに

温める食べ物

納豆、玉ねぎ（新陳代謝）、にら、らっきょう、あなご、イワシ、鮭、サバ、ブリ、まぐろ、鶏肉、山椒、胡椒、からし、わさび、唐辛子（取りすぎると発汗しすぎて冷えるので注意）

風邪に効果的 → ねぎ、しそ、生姜、にんにく、シナモン

★お米に赤米、黒米、黒豆をまぜて炊く
★塩を塩麹、塩・胡椒、山椒塩に変えてみる
★お醤油や塩味だけでなく、味噌、山椒、からし、わさび、などの香辛料を使う
★白砂糖をもち米飴、黒砂糖、てんさい糖に変える

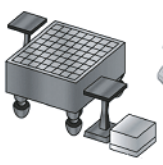
次回 ちょこっと講座

と　き　3月〇日（土）14時から
ところ　第三診療所 3階
内　容　「小物づくり」

園田支部 新年会

1月12日園田支部新年会を開催しました。

切差琢磨
腕に覚えのある人
集まれ!



見学歓迎

将棋クラブ

◆毎週水曜日　14:00～16:00
◆於:第三診療所　3 階
◆木村、當座迄　090-4284-0311

長洲支部コーナー

漢方楽らく会「温灸セミナー＆健康チェック」

11月11日（月）、阪神漢方クリニック待合で、13：00～温灸セミナー、14：00～健康チェックを開催しました。

セミナーでは、鍼でも灸でもない、「邵氏温灸器」という器具を使って、温灸指導士の先生にその魅力と使い方を教えて頂き、体験しました。

耳は全身のツボがあり、毛細血管も多い場所です。耳に温灸温灸することで全身の血行が促進され、リラックス効果が得られるそうです。

健康チェックでは、セミナーでの温灸後、どのくらい体が温まっているかを、サーモグラフのカメラで撮影しました。

さらに、身長・体重・骨密度・足趾力・伊添先生の頚部エコー（デモ）も実施しました。

夢をかなえちゃおう大作戦

虹の家　管理者　**西出 瞳**

夢をかなえちゃおう大作戦！組合員さんのご協力を得ながらお一人お一人の夢を叶える取り組みが続いています

「カラオケに行きたい！」という夢をお持ちのＮさんとカラオケに行ってくださったのはカラオケサークルの藤原さんと門矢さん！

一緒に盛り上げてくださったり、ご利用者様の年代に合わせた歌を歌ってくださったりと2時間があったという間の楽しい時間を過ごすことができました。

夢をかなえちゃおう大作戦をする中で、ご利用者様の為に始めたことですが、気付けばこちらも嬉しく温かい気持ちになっていて、そして皆が「笑顔」になる取組みになっていました。これからもこの“医療生協だからこそ出来る取組み”を続け笑顔の花をたくさん咲かせていけたらと思います。

わかくさ支部コーナー

「まだ　まだ　まだむ」～いつまでも若々しく！！～

わかくさ支部　**清水 亜弥子**

昨年2月より「いきいき体操」を初めてもうすぐ年になります。そもそも「いきいき体操」とは5年前にスタートした尼崎市の介護事業の一つで尼崎市の「高齢介護課」の指導の下、以下のような概要です。①概ね65歳以上の高齢者が5人以上参加／②毎週、1回2時間以上の開催で定期的に体操（DVD を見ながら）をする／③介護予防や地域交流を楽しくやりながら、自立した生活が継続できるようにする／④お互いの見守りで高齢者の引きこもり、孤立を防ぐ／⑤概要に沿って、最低限の補助金が支給されます

私たちのグループ「まだ　まだ　まだむ」は昨年2月に尼崎市で137番目に認可されました。日常の様子は68歳から90歳の熟女の中に唯一の男性（70歳代）も含めて11～19人の参加。毎週金曜日10時～12時「わかくさふれ愛ひろば」で参加費無料で開催しています。内容については計画を立てながら創意工夫を重ねて楽しんでやっています。例えば、

1. 市から借用の負荷ベルトを両手両足につけての体操（30分）＜体操用のDVDは3種類あります＞
2. 少し休憩（水分補給と茶菓子）を挟みます　3. その後80分余りで色々なことをやります

風船バレー、頭の体操（クイズや間違い探し）、簡単なお絵かき、民謡踊り、ペットボトルボーリング、カルタとり、歌の唱和など、参加者の方々は楽しみながら「キャーキャー」「それいけ」等はしゃぎながら進めています。一方で高齢者のための「出前講座」の学びも取り入れ計画を進めています。ほとんどの方が継続して参加されており体操も随分と上手になり、会場づくりやお茶の準備など協力もし合って行っております。

わかくさ支部　新春の集い

わかくさ支部　**内山 勝久**

1月12日に地域総合センター神崎において、2020年のわかくさ支部の新春の集いを開催しました。同会には支部委員や総代をはじめ60名の方が参加し、大変賑やかな会となりました。大正琴さくら会の演奏の後、目堅支部長から西川地域で「地域の拠点」となる物件がありそれを拠点に新たな運動を起こしていきたいとあいさつがあり、元専務理事でわかくさ診療所事務長でもあった中俊雄さんからわかくさ支部の思い出も語られました。

木村支部委員の乾杯の発声の後、会場でしばし歓談と談笑のあと、再び大正琴の演奏、上田理事の腹話術と手品があり文字を入れ替える手品は会場中を驚きと関心で注目を集めました。からおけでは、カッセットテープを音源に小林旭の曲を男性2名と女性1名が熱唱し大いに拍手を集めました。お楽しみの抽選会では、多くの人が「当たり」を引いて新春の初くじの当たりを喜んでいました。閉会のあいさつは春名支部委員が行い今年の支部活動への協力を呼びかけました。

わかくさ支部は、診療機関がなくなりましたがふれ愛ひろばは残し、地域での支部活動を展開していますので他支部の皆さんもよろしくお願いします。

ボランティアシリーズ12

地域支えあいの会“やまびこ”

阪神医療生協を基盤にした組合員ネットワークの安心を、それだけに限定せず地域に広げています。今回、2019年10月に、やまびこの運営メンバーとつなぎ役（コーディネーター）17名の皆さんに意見を聞きました。その一部です。医療生協の組合員さん、職員さんの声から発足させた“やまびこ”に、是非、みなさん参加してください。

Q. やまびこの活動で得られたものは？

⇒ 活動に入ることで、「**喜んでもらえる**」「**楽しい**」「**よかった**」「**ありがとう**」「**感謝**」「**大変だがやりがい**」「**幸せ**」を感じる人がほとんどでした。

活動することが「**自分の居場所**」にもつながっていたり、「**自分も利用したい**」と思えるような活動を心がけてされています。

活動では、介護保険制度の訪問介護のような線引きやこま切れスケジュールではなく、「**ゆっくり会話**」しながらお付き合いを大切に、気持ちを理解しあい、「**おたがいさまで気にしあえる関係、人が大事**」と実感することができます。

また、「**困っている人が気にせず依頼でき、困りごとが言いやすい、仕組みがあると関わり易い**」と感じている声もありました。

Q. 医療生協を基盤とした地域支えあい活動の良さは？

⇒ 組合員の「**横のつながり**」により、「**組合員同士だから安心**」「**生協・診療所がしてるから安心**」を活動者、利用者共から聞かせていただくことが多くあります。

「**個人ではできない、色んな人の知恵**」が寄せ集まり形になっていることがとても良いと、いつも楽しく活動に参加されている方もいます。

また、組合員に限定していないことについて、「**地域の困りごとは組合員でなくても、ほっとけない**」「**誰でも関われるので、隣近所の声かけしやすい**」「**地域によっては、活動から医療生協に関心もってもらえる人を増やせる**」と前向きにとらえながら、生協の強みを地域に広げようとしています。

一緒に助け合いの輪を広げましょう。

居場所から ・まずは自分の周りから共感ふやしを。
助け合いへ ・学びと出会いで、顔のみえる機会を。

第2回 会員交流会開催!!

2020年2月26日（水） 14時～15時半
第一診療所 2階集会室（常光寺1-27-21）
※会に興味ある方ものぞいてみてください。

活動会員募集中！
空いた時間に、少しのお手伝いを。

2019年12月現在

今年度
・正会員（104名）
・活動依頼件数（88件）

電話：080-6126-7819

50周年にむけてシリーズ12

「青年部があった」

小中島支部 実行委員 松上 辰之

50年も前のころ阪神医生協の創成期、青年部がありました。正確には、私たち数人の「青年」が勝手に青年部を名乗って、何回かハイキングなどの活動をしました。

当時は、多くの中小の会社にも労働組合があり青年部が活動していました。学生運動も活発でした。地域では青年団が活動していました。

現在は、給料が安いのも生活が苦しいのも、生きづらいのも「自己責任」、なんでもかんでも「自己責任」、という時代になっていますが、当時は「若い世代」ゆえにうけている様々な社会的抑圧～圧迫を意識して、自らの解放を目指した、青年自らを主体とする社会運動がありました。「自由」と「平等」の理念が信じられていたのびのびとした空気がありました。職場でも地域でも学校でも「支えあい・連帯」の雰囲気が社会全体にあったと思います。

そうした社会的な状況の中で、私たちは「青年部」を名乗ってというより嬉しがって活動？しました。正式に公認された組織ではないので、記録にはありません。どれぐらいの期間活動したのか、メンバーも誰だったのか記憶も薄れています。二人はすでに鬼籍に入っています。

ないものねだりですが、今、青年部があればいいなぁと思っています。

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。

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

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20●●年●月●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 減 幼 多 ▶ □ ▶ 量 数 年
② 最 斬 革 ▶ □ ▶ 聞 鮮 米
③ 番 労 骨 ▶ □ ▶ 長 織 合
④ 末 将 往 ▶ □ ▶ 月 客 日

リスト　力　来　新　沢　組　少

前回の答えと当選者

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

A 9 ＋ B 6 ＋ C 5 ＝ **20**

① 普通車 ／ 裏帳簿 → 通帳
② 物産館 ／ 価千金 → 物価
③ 不得手 ／ 菊人形 → 手形
④ 殺風景 ／ 無邪気 → 景気
⑤ 私小説 ／ 裁判所 → 小判
⑥ 換気扇 ／ 金輪際 → 換金

クイズ応募総数は 13 人、正解は 12 人です。
212 号の当選者２名は、
小中島支部　高橋紗耶さん、
常光寺支部　後田美代子さん

212号に読者から寄せられた声

・冬の感染症と予防対策は参考になりました。
・この冬を元気に過ごせるためどのような事柄に気を付ければよいかを詳しく説明されていたので大変参考になりました。
・11件のニュース手配りし、楽しみにしている各支部の活躍振り拝見しています。感謝とともに体に気を付けて医生協の発展にむけて会員・職員ともども協力して新しい年を迎えましょう。令和2年もよろしくお願いいたします。

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～

第一診療所デイケア：理学療法士（パート）
● 勤務地　：尼崎市常光寺 1-27-21
● お問合せ：06-6481-5504（事務長：大原）

在宅総合サポートセンター：医療事務（パート）
● 勤務地　：尼崎市常光寺 1-27-21
● お問合せ：06-6481-5504（事務長：大原）

病児保育

兵庫子育て応援賞を受賞!

小中島診療所のキッズケアハウスは、尼崎市の委託を受け、1999年4月の事業開始以来、これまで20年間地域に根差した子育て支援事業として、病気のお子様を預かる病児保育を運営してきました。事業内容は、お子様が病気（発熱・インフルエンザ）になり、いつもの保育園に登園できない状況の中、仕事を休めない両親に代わり、医師、看護師、保育士が連携し、保育、看護をすることです。

これまでのキッズケアハウスの功績が評価され、2012年に内閣府、2013年に兵庫県医師会、2019年に兵庫県より兵庫子育て応援賞を受賞しました。

子どもからは「また来たい・・・」と言われるような、親からは安心、信頼を得られる様な病児保育を目指し運営していきたいと思います。（スタッフ一同）

カンタンレシピ

かんたんチヂミ

作：わかくさ支部 中川喜美子

【材料（約12枚分）】

小麦粉	400ｇ
片栗粉	200ｇ
卵	4個
水	600cc
ニラ	4束（3㎝くらいに切る）
小エビ	少々
コンソメの素	少々

●作り方

①材料をざっくりと混ぜ薄く広げて好みの焼き加減に両面を焼く。

②最後に好みでごま油を回し入れるとパリッと仕上がる。

※具材はほかにもイカ・きざみ生姜など。

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
- 在宅総合サポートセンター　☎06-7220-3612

【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

【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
- 小中島診療所わかくさ通所リハビリセンター　☎06-6494-8335

【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

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