

ご存じですか？

街の灯りは壊れていても即修理！？

街の公園や通りのあちこちに灯りがありますね。「公園灯」や「街路灯」と言われています。点灯していると助かりますが、点灯していないと夜暗くて困ります。



でも安心してください。電柱の中ほどに写真のような張り紙が見えます。もし壊れて点灯していないときはここに書かれている市のコールセンターに張り紙の内容を連絡しましょう。先日公園で壊れているのを発見し電話したら「10日以内に修理します」と回答がありました。ここに「**本当に住みやすい街大賞 in 関西**」の尼崎の良さがありました。3日後には修理されていたのです。書かれている数字で市内のどこの灯りなのかが即わかるようです。お近くで気が付けば電話しましょう。市が管理するこれらの灯り以外に市が一部設置費を補助する、「町会灯」というのものもあるようです。

フレンドリー祭り開催

日時：5月10日（金）9時30分～11時30分

場所：きらめきセンター

会費：不要 申し込み：不要 定員：30名

皆さんにコーヒー、紅茶、お菓子をお出しします。これまでフレンドリーに参加された方にはおしゃべり会、よもやま会です。また初めての方、この集まりをご存じない方にはこの会を知ってもらう、またこれから利用していただくためのものです。皆さんお誘いあわせで、お気軽にお越しください。お待ちしております。

フレンドリー映画会

日時：毎月第1水曜の9時半～ 場所：きらめきセンターで。

4月 憧れのハワイ航路（岡晴夫、美空ひばり）、

5月 雨に唄えば（ジーン・ケリー）、6月 伊豆の踊子（吉永小百合）

皆様へ

この「きらめきニュース」の内容に関するご意見などあれば地域活動サポートセンターまたは編集委員会までご連絡ください。またニュースの手配りのための折り込みは偶数月の第一火曜日の朝9：30からきらめきセンターで行っておりますので、ご協力をお願いします。

きらめき 2024 No.78 4月号

発行：阪神医療生活協同組合 小中島支部編集委員会

小中島第2回組合員ティータイム交流会

3月18日（月）善法寺支部と一部合同で、「つながりシートってな～に？」と「2024年度にやってみたいことは？」がメインで、出席者による活発な議論が行われました。

・つながりシートってな～に？

昨年末で87枚のシートが提出されています。こんな時に使えるのです。

①困っていることを有償無償のボランティアで

→ 熱中症予防で、すだれを付けて欲しい

②事業所への改善の提案で良い方向に

→ トイレが汚れていることがあるので定期的に清掃をして欲しい

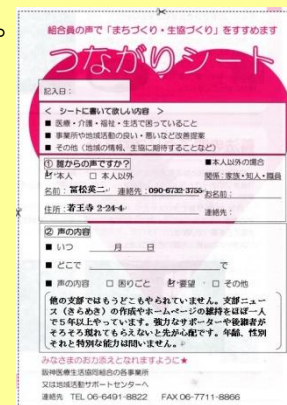
③その他 → 生活で困っている人がいるのでお布団を探している。

組合員の声についての対応につきましては、診療所ときらめきセンターにある「つながり掲示板」に一月間掲示され、今後、小中島診療所では過去の掲示シート集を設置する予定です。街の小中島掲示板には「ご存じですか？ “つながりシート”」のポスターも張り出してPRしていきます。

・2024年度にやってみたいことは？

2023年度は9件行われ、参加者が多い文化祭、お花見、親子イベントなどがありました。今年度対応で実行委員が決まったのは次の5件ですが、まだ増えると思われます。今回新しいのが一つあります。これについては中面をご覧ください。（ ）は実行委員さんです。

- ・納涼のタベ（兼行さん）
- ・歩いて遊んで食べよーの会（富松氏） **New!!**
- ・文化祭（前回と同じ）
- ・愛逢合同餅つき（橋平さん） ⇒ ⇒ ⇒
- ・クリスマスコンサート（和田さん）



能登半島地震の支援活動を続けましょう！

令和6年2月2日～3月5日までの募金総額

令和6年1月6日～3月5日までの募金総額

177,859円

1,000,624円

（今回は雪まつりや阪神共同福祉会4つの保育園からも義援金をお預かりしました）
（上記金額のうち手数料を引いた金額を被災地NGO協働センターに送金しました）

小園小学校4年生の里芋の種芋植え

令和2年から行っている支部の小園小学校のお手伝いです。これまで下校見守りやまち探検、それと里芋堀りでしたが、今回初めて里芋の種芋植えのお手伝いをしました。2月28日(水)9時半出発、現地での作業は9時45分から10時30分まで。温かい日差しがありました。場所は神崎ファーム(神崎町22)で小学校から徒歩10分の所です。4年生のお母さんたちも一緒に指導はいつもお世話になっている園北ファーム代表で猪名寺自治会長の内田太造さん。お手伝いさんは7名で引率は小園小先生5人でした。この日は別のお手伝いが若王寺であり、参加者は少なかったです。(左の写真)数日前の畑はこんな感じでした。



尼の里芋は300年前から栽培されている(江戸時代から)ようです。作業は内田さんの指導で順に工程は植え付け、肥料やり、土かけの三つです。下の写真3枚。植え付けは種芋の細いのを下にして土に差し込みます。少し難しいです。終わってから、それぞれをやった子供たちに手を挙げさせました。終わって生徒たちはみな「ありがとうございました。」と言って会場を離れました。収穫は秋の11月で、次の4年生が担当かは未定ようです。



健康コラム

☆腎臓の働き

腎臓は血液を濾過して老廃物や余分な塩分を尿として体の外へ排出してくれます。また、体に必要なものは再吸収して体内に留める働きをしています。

腎臓の病気を発見するには、血液検査だけでなく、エコーや、CT、MRI などがありますが、腎臓エコーで腎臓の形を観察することにより、下記について腎臓の異常の状態を把握することができます。

- ・腎臓の大きさの異常・左右差
- ・腎臓が腫れている
- ・腎臓に石灰化・結石がある
- ・腎臓に影・嚢胞がある。

エコーで簡単に調べることができますので、一度腹部エコーを受けてみてください。

小中島診療所
診療放射線技師：宮地

少し歩いて少し遊んで美味しいものを食べよーの会

日時：5月26日(日) 集合時間：10時 集合場所：きらめきセンター 定員：25人 小雨：決行
内容：皆で歩いて上坂部西公園にまず行きます。そこで輪投げ大会等をして遊び、そのあとお屋敷西側の道を渡ってピッコロシアター北側の『武蔵坊』で食事をします。
今回は食事をします、事前予約が必要です。そのため右の参加申込書をきらめきセンターへ提出ください。
申込期限：5月13日(月) 問合せ先：地域活動サポートセンター(06-6491-8822)

ふるさと雪まつり

第30回ふるさと雪まつりが今年も建国記念日の2月11日に口田中1丁目の丸橋公園で開催されました。主催は昨年「ふるさと雪まつり実行委員会」という阪神医療生活協同組合の他、阪神共同福祉会、NPO法人愛逢、尼崎信用組合の連合体が中心となり尼崎市や香美町と五つの社会福祉連絡協議会が後援するものでした。トラックで約30トンの雪が香美町から朝の7時半に運ばれて来ました。香美町長の浜上勇人町長さんが随行。松本真尼崎市長さんは昨年に引き続き参加。皆さんの挨拶の後に30組限定の雪だるまコンテスト用の雪だるま作りが始まりました。日差しがありそれほどは寒くな



かったので子供たちは大喜びで作っていました。11時ころから未来太鼓道場の和太鼓演奏、園田中学校、双星高校の吹奏楽の演奏が行われました。コロナが大分落ち着いてきたため、久しぶりに飲食が復活しました。食事を販売するテントが多く出て、おでんなども人気で、愛逢さんは限定200食で力二汁を販売。多くの参加者はおいしそうにいろいろ食べられていました。なおこの力二汁は2023年夏に大雨による被害を受けた日本で最も美しい村といわれる香美町小代(おしろ)へのカンパを目的としたものでした。



グループ活動に参加ください

組合員の皆さんは普段グループの活動に参加されていますか?特徴的なものがたくさんあります。小中島支部には現在25のグループがあります。阪神医療生協全体としては69あります。中身では運動、趣味、支えあい/居場所それと地域Gの4種ありますが、小中島は趣味と支えあい/居場所が多いです。小中島の詳細はホームページをご覧ください。このQRコードから見るすることができます。どれも楽しいですので一度覗いてみてください。サークルの見学、参加希望、ご質問などありましたらご連絡ください。

地域活動サポートセンター 06-6491-8822 【担当：小城】まで



活動紹介



グループ活動一覧表



歩いて遊んで食べよーの会 参加申込書

氏名：
電話：
人数： 内子ども()