



阪神医療生協

NEWS

VOL.202
2018.2

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：www.hansiniseikyo.or.jp

組員数：16,253人

出資金：2億395万500円

1人平均出資金：1万2548円

(2017年12月31日現在)

寒い中でも、子供たちに微笑む 雪ダルマさん達です。



石川県の白山市白峯地区の雪だるままつりに写真ツアーで参加しました。この地区全体が住民で造った雪だるまでいっぱいになり、北陸の山間の豪雪地帯での観光まつりに感動しました。菅原 和子 (小中島支部)

..... 次回 203 号の作品募集のお知らせ

ご自身が撮影したものに限りです。(締切 3月 15日)
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 06-6491-8822)

INDEX

[2面]

支えあいシートを活用しませんか

[3面]

私とボランティアと支え合い活動
医療生協創立 50 周年記念事業

[4・5面]

広げよう。職員と組合員との協同事業

[6面]

健康づくりでつながる地域づくり

[7面]

クイズに答えて本を読もう
求人情報

[8面]

簡単レシピ「いも餅」
平和を考えるイベント
3000 万人署名にご協力ください
事業所紹介

[9面]

先日の話を聞きま

行雲流水

先日、菅原直樹さんの話を聞きました。彼は劇団「オイボケシ」の主催者で、介護福祉士です。彼の劇団はユニークで、壊れかけた商店街や、廃校になった校舎その物が舞台です。

観客は俳優の老人が演技するのを、追いかけて観て歩く。散々連れ回した揚句、その老俳優は実は認知症者で、観客は徘徊のお供をしていたことが最後に知れるのです。なんと面白い。彼は演劇と認知症は似ているという。演劇は作り物。観客はその場を楽しむだけで、直に忘れてしまう。でも、感動は残る。認知症者は忘れてばかりだが感情はある。嘘についても演技をしても、その人に合わせて笑いあうとお互いが楽しい。忘れぬ事にこだわらないで、新しい今という時に、感動することが大切だと教わりました。

(常光寺支部 豊川博美)

阪神医療生協の
 暮らしの支えあい
 ~つながる・ささえる・
 ひびきあう~

一人の困りごとを地域でささえあう 支えあいシート

.....
 を活用してみませんか?



話し相手がほしい、病院についてきてほしい、ゴミ出しなどちょっとしたことを手伝ってほしい...どんな小さな困りごとも、その人にとっては大事なことですね。

阪神医療生協は、一人の困った!にも目を向けながら、ご近所さん同士、地域・自治体やさまざまな団体と支えあいながら困りごとを解決していきたいと考えています。

2017年10月から「支えあいシート」の運用を始めました。



支えあいシート事例

認知症の症状が見られるようになったSさんが、同じく認知症の奥さんと2人で暮らしています。

よく2人で外出されていますが、時々道に迷ったり、使い慣れた家電製品が使えず困って診療所に助けを求めに来られることも出てきました。

介護申請を行い、担当ケアマネージャーも決まりましたが、自宅の中にヘルパーさんに入ってもらうことが嫌で、通いのデイサービスしか利用できていません。

自宅内での生活の不自由さが見えにくいことや、デイサービス利用以外の時間帯のご夫婦の居場所がないのが気がかりで、担当ケアマネージャーから支えあいシートが提出されました。

ご夫婦だけではなく、専門職とご近所の協力が必要なので、どんなサポートがあれば、ご夫婦が安心して地域生活を送っていただけるか、シートをきっかけに検討を進めています。



地域支えあいの 取り組みを 進めています

「支えあいシート」は、ちょっとした困りごとを気軽に出し合い、地域で解決するための一つの手段です。

医療・
 介護のサービス
(専門職の力)

支えあいシート&
 暮らし支援ミーティング
(地域住民が職員と一緒に検討)

ご近所や組合員同士の
 日常のつながりを広げます

♪ふれあい・支えあいグループを充実させよう・
 地域グループ・サークル・ボランティアグループ
 ♪支部での支えあい活動も大事にします

地域
 支えあいの会
(新しい仕組みづくり)
 一人でも、困った時に
 地域の支えあいにつな
 がる仕組みを検討中

お問い合わせ

地域活動サポートセンター

〒661-0972 尼崎市小中島3-13-16

TEL 06-6491-8822 FAX 06-7711-8866





私とボランティアと支えあい活動

—何故、“今”助け合いの仕組みが必要か！—

兼行 栄子(理事)

何故、“今”助け合いの仕組みが必要か！

阪神医療生協組合員の暮らしの助け合い「愛逢くらぶ」が産声を上げたのは今から23年前、阪神大震災の前年のことです。6年後、2000年には介護保険制度ができました。どれも、迎える超高齢社会に対処するためのものです。「愛逢くらぶ」は、2004年には“NPO法人”となり、その後も活動を展開しています。

なのに何故、“今”また助け合いの仕組みが必要なのか？！

街を歩けばやたら従業員募集、急募！！の文字が飛び込んできます。以前から募集が絶えなかった医療・介護業界の人手不足に一層拍車がかかり、スタッフは疲弊しています。「保険料を払っているのだからサービスを受けて当たり前」の時代は終わり、行政に文句を言って勝ち取る時代でもない。担い手が圧倒的に不足しているのだから。

ではどうする！？

自分たちが持てる力を出し合って、自分たちで住みやすい地域を作るしかありません。23年前は、“組合員の”と冠がついた活動でした。今はそれを取っ払い、社協も町会も町会に入っていない人も、地域丸ごと助け合わなければ、困った時は、困ったまま辛い思いをして暮らすことになりかねません。そうなる前に、医療生協が中心になって、「この地域に住んでいる限り大丈夫」という地域を自分たちで創りあげていきたい。そのために、助け合いの仕組み作りが求められているのではないのでしょうか。

今こそ、たくさんいる“元気な年寄り”の出番だ。生きている限り生きがいを持ち、人の役に立って、もう一花咲かせましょう！！

50周年
記念

50周年記念プロジェクト準備会発足

蓮見克也(専務理事)

阪神医療生活協同組合が法人化されてから2019年で50年になります。当時は医療の壁も高く、生活困窮者が気軽に医療を受けられない時代でした。また、地域は公害問題や労働問題がまだまだ全盛期で、阪神医療生活協同組合として何とかせねばと、様々な活動を行ってきました。そうした中で時代は移り変わり、医療と介護と福祉は制度化が進められました。

しかし、地域の助け合いやお互い様の支えあい活動は、核家族化や利己主義が強くなるにつれて少なくなっています。地域コミュニティが弱くなっていく中で、制度だけでは支えられない様々なことを、地域でどのように解決していくのかが問われています。

2016年度総代会において、阪神医療生活協同組合は改めて地域づくりに力を入れることを目標として掲げました。そのために大切なことは、生活協同組合として、地域の人たちと協同で様々な活動を進めていくことです。

50周年記念行事も、組合員が主人公となり、職員と協同でプロジェクトを組み成功させたいと思います。

広げよう！ 職員と組合員との協同事業



長州支部



9月23日 デイサービスにじの家 — 敬老祭 —

西出 瞳 (にじの家主任)

企画の段階から組合員さんと協同で行いました。おでんやお好み焼き、焼鳥など、お祭りの雰囲気ができるよう屋台をイメージして手作りのお食事を作ってください、またカラオケ大会やクイズ、合唱などにも参加していただきました。

組合員さんが入ってくださることで、より温かい雰囲気、笑顔の花咲く敬老祭になりました。

漢方の魅力を地域へ発信！

後山 猛 (漢方クリニック事務長)

10月1日(日)、漢方クリニックにて開催いたしました「のぞいてみよう漢方 ちょこっと体験会」を多くの地域組合員と職員が力を合わせて開催し、約80名の方にご来場いただきました。漢方相談、健康チェック、健康茶の試飲や薬局見学などで少しかもしれませんが、漢方に興味を持っていただくきっかけになったのではないかと思います。



わかくさ支部

わかくさ健康座談会 あさがお

中川 匡 (わかくさ支部長)

毎年3月に1年間の学習計画を地域組合員と職員で検討しています。毎月第3月曜日の13時から、わかくさふれ愛ひろばで行っています。医療・介護・福祉に関する内容だけでなく、地域防災や所長料理、AED講習なども行ってきました。2018年1月～3月の予定は以下の通りです。あなたも一度参加してみませんか？

《2017年度 年間予定》

1月15日 「特定健診結果表の見方(血液・尿検査他)」

佐藤看護師

2月19日 「管理栄養士の話し」 細川管理栄養士

3月19日 「今年のおさらいと質問」 大原事務長

園田支部

「出資・増資」の取り組み

郭 順一 (園田支部委員)

園田支部では、職員の瀬野さんの提案により、昨年(2016年)の4月から毎月、出資・増資の運動に取り組んでいます。第三診療所の待合室の隣の踊り場に机を一つ置いて皆さんに呼びかけています。月に3日間(主に月・火・金)ですが、それなりの成果があがっています。出来るだけ、年金支給日の15日以降にと配慮しています。組合員の皆さんのそれぞれの経済状況・所得により、千円から万円単位の方もおられますが、本当にありがたい事です。また、積立金として、定期的に増資をしてくれる組合員さんもおられます。

今の所、職員を先頭に、組合員の平井さんと私(郭)の3人が主にいつも取り組んでいます。



常光寺支部

デイケアとボランティア活動

藤井 裕美 (第1診療所デイケア主任)

第一診療所デイケアでは、ボランティアさんに多くのサポートをしていただいています。お忙しい中、「この曜日なら」「この時間帯なら」と言っていただき、とても感謝しています。

具体的なサポート内容としては、朝の送迎誘導から始まり、お手伝いや話し相手や昼食の準備など、様々な関わりを持って活動されています。毎月の誕生日会では、おやつ作りやゲームをスタッフと一緒に。また、12月のクリスマス会では、プログラムに出演していただくことも多く、みなさんと一緒に楽しい時間を持つ事ができています。

利用者さんが毎回とても楽しみにされている趣味活動の将棋・囲碁や書道の時間などサポートしていただくことで、利用者さんの笑顔が増えています。

今後とも笑顔いっぱいのデイケアになるように、ひとりでも多くのボランティアさんにサポートをお願いしたいと思います。



小中島支部

地域の組合員と「居場所づくり」の聞き取り調査

山口 桃子 (小中島診療所訪問リハ)

9月24日(日)に、若王寺地区を対象に「誰でもが集える居場所づくり」が検討できないかと、組合員宅を職員と組合員さんとでアンケート訪問させていただきました。

実際に生の声を聴いた結果、若王寺という地域には気軽に集まれる場所がないので近くにあるのならば参加したいという意見が多いことが分かりました。高齢の方が多くなる中で、今まで遠くの集まりに参加していた方も何かしらの怪我で動けなくなってしまった際に、近くに集まれる場所があれば老人の引きこもりや認知症の予防となり、心身共に健康な状態が保たれます。

私自身、初めて組合員の皆さんと一緒に聞き取り調査をして、地域の声を直接伺うことができました。理学療法士として今後もこのような会に積極的に参加させて頂き、より地域問題について対面して考えていきたいと思っています。

健康づくりでつながる地域づくり

～もっともっと健康づくりの担い手をふやそう～

阪神医療生協では、身近な地域にいつでも寄り添える居場所、地域グループづくりを進めています。そんな場所で、みんなが楽しく健康づくりを進めて行くために、各支部で健康チェックサポーター養成講座を開催しています。



2月15日(木) 第一診療所 2階
 2月19日(月) 医生活協診療所 4階 **参加費 600円**
 ※開催時間は、いずれも午後1時から4時です。

一人でやるよりみんなで取り組む楽しさを

講座の内容は、暮らしの中で使われている血圧測定や体脂肪測定、ちょっと専門的ですが、覚えるとどこでも出来る尿チェック(潜血、蛋白、糖、pH)尿塩分チェック、ちょっと気になる骨密度測定や握力測定について、基礎講座と機器の取り扱いについて看護師から学びます。

実習も兼ねて体験をします。受講生の皆さんは自分の数値も気になりますが、一緒に参加されているお友達の数値も気にしています。「あんた塩分取り過ぎじゃないの、だから血圧が高いのよ～」なんて声も聞こえてきます。毎日自宅で血圧測定をしている方でも、みんなと一緒に測定すると「あら私の血圧高いわね」なんて気づきもありますよ。

講座を受けたら地域で実践!

講座を受けたら終了ではなく“まちかど健康チェック”や地域グループで実践が出来るように受講生に声かけをしています。

今年10月にイオン尼崎店の健康フェスタで健康チェックを行いました。その時に受講生が3名、血圧測定をしてくれました。「1時間だけね」と、最初は緊張していましたが「まだ出来るよ」と2時間近くお手伝いしてくれました。測定される側とのコミュニケーションも上手にされていました。

これからも地域グループでも実践が出来るような取り組みを企画していきます。



養成講座を受講された組合員さんの実践の場となりました。(10月イオン尼崎店にて)

健康づくりはつながりづくり

- 健康は誰もが願うこと、人と人をつなぐきっかけになります。
- 健康づくりで地域グループづくり、そして組合員さん増やしにつなげていきます。
- 地域まるごと健康づくりの担い手は、組合員さんです。健康チェックをきっかけに、私たちの住むまちに健康を広げていきましょう。

1月18日現在で69万円の増資がありました。あと目標まで31万円です。ぜひ引き続きのご協力をお願いします。

「わたしのけんこう日記」始めました

暮らしの中で記録健康チェックができる「けんこう日記」をつくりました。ぜひ皆さんで活用ください。

組合員のみならず健康チェックに携ってください!
阪神医療生協同組合

わたしの
“けんこう日記”

～つながる ささえる ひびきあう～

問合せ
 地域活動サポートセンター
TEL:06-6491-8822
FAX:06-7711-8866

骨密度増資にご協力ください。

新しい骨密度機器を購入しました。ぜひ地域グループ等での健診にご利用ください。

目標 100万円

骨密度増資申込書

★転倒予防に骨の健康チェック★
骨密度測定機器を購入します。
 目的増資にご協力ください

骨密度測定機器の導入は「健康づくり」の重要な一環として、健康増進に大きく貢献しています。ぜひ、骨密度測定機器を導入しましょう。

増資の申請は、健康増進センターへお申し込みください。

骨密度測定機器の導入は、健康増進センターへお申し込みください。

目標出資金額 100万円

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。

3		9	5					
		5			6	9	3	
		1	A		9			7
	B					7		3
4			8	6	3			9
6		3						
9			4			3		
	8	2	9			4	C	
					2	5		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2018年3月15日。
★ニュースの感想や生協へのご要望もお書きください

並列三字熟語

2つずつならば虫食い三字熟語は、それぞれ虫食い部分を合わせると1つの言葉になります。前後の文字から推理して虫食いを埋め、二文字の言葉にしてください。

(ヒント) いずれも場所の名前

- ① 少年 / 林浴 →
- ② 飲料 / 泣上 →
- ③ 高駄 / 玄先 →
- ④ 陰向 / 螢灯 →
- ⑤ 参者 / 場町 →

①~⑤のリストから選んでください。

- ①水戸 ②下関 ③新宿 ④青森 ⑤日光

前回の答えと当選者

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

A + B + C = 15

- 松下厚一さん(常光寺支部)
- 坂本賢治さん(第一診療所職員)

- ① 治 目 平 → 安 → 価 産 全
- ② 母 観 発 → 音 → 読 楽 声
- ③ 弁 脳 晴 → 天 → 使 下 地
- ④ 請 追 要 → 求 → 職 心 愛

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なく、組合員さんの知人で求職中の方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

- 外来 看護師:常勤または非常勤
- 保育士 非常勤

お問合せ先:06-6491-5333 勤務地:尼崎市小中島2-8-8

デイサービスセンターにしの家

- 介護職員:非常勤

お問合せ先:06-6483-5155
勤務地:尼崎市長洲本通2-2-1

阪神生協診療所

- 医療事務:非常勤
- 外来 看護師:常勤または非常勤
- 病棟 看護補助:(介護職員) 非常勤
- 厨房 調理補助:非常勤

お問合せ先:06-6488-8648
勤務地:尼崎市長洲本通1-16-17

忘れてはならない夏がある ～ 戦争の記憶と今を考える パート2 ～

DVD : 「戦争のつくりかた」 上映
語り部 : 堀内光枝「長崎での被爆体験から平和を」
日時 : **2017年3月25日(日)** 無料
10:00～11:30
場所 : 尼崎市立小田公民館 2階会議室
※小田地区会館ではありません。



**憲法9条
改憲NO!**

3000万人全国署名に ご協力ください。

9条は「武力を持って外交の手段にしない」という平和人権主義の崇高な理念に基づいた世界に誇る憲法です。安倍首相は、2020年には憲法を変えると他政党の賛同を得て国会に発議しようとしています。世論と市民の声で阻止しましょう。ぜひ、改憲反対署名にご協力ください。

公告

2018年度、役員及び総代選挙について、以下の通り公告します。第49回通常総代会開催にあたり、定款第19条及び45条に基づき、役員及び総代の立候補を4月に受け付けます。立候補される組合員は、立候補期間中に各支部の備え付けの立候補用紙に必要事項を記入の上、所属支部の役員選挙管理委員会、総代選挙管理委員会へ提出してください。

以上

役員・総代選挙管理委員会

**カンタン
レシピ**

いも餅



作: 楠元みき柔 (小中島支部)

●材料

男爵イモ 400g
塩 2g
かたくり湖 40g～50g

●調理

- ①じゃがいもの皮を剥いて4～6切れにする。
- ②じゃがいもを茹でる。
- ③じゃがいもに塩をふり、粘りがでるまでつぶす。片栗粉を入れてこねる。
- ④丸めて、フライパンでこんがり焼く。
タレ⇒砂糖・醤油・バター・甘味噌等 温かいうちにどうぞ。

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

在宅介護支援センターさわやか居宅介護支援事業所
☎06-6483-3080

- 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・訪問介護・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
【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 ☎06-6492-2623
- 訪問看護ステーションふれあい ☎06-6492-2262

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

やすらぎ訪問看護ステーション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 ☎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