

三つの輪

2012

9

10

月号

神戸医療生協

<http://www.kobe-iseikyo.or.jp>

健康の輪・助け合いの輪・世直しの輪

No.327

ISO9001 認証取得

主な記事

秋の
生協強化月間

2面

診療あんない

8・9面

知って得する
介護のはなし

10面



原水禁世界大会



7.16さようなら原発 10万人集会

核と人類は 共存できない!

now

組合員数

4万9,928人

出資金総額

16億6,860万6,700円

1人あたり出資金

3万3,420円

支部

50支部

班数

437班

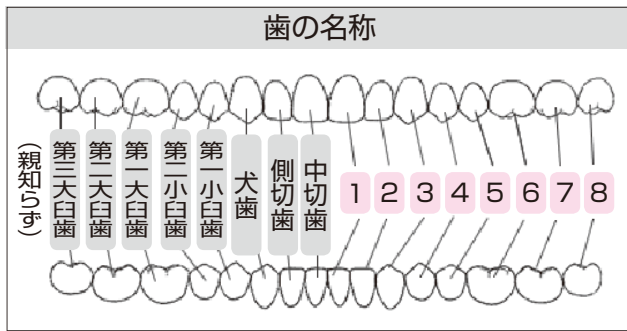
7月31日

現在

組合員のみなさん

*転居などで住所が変わるときは必ず、医療生協本部までお知らせください。

発行 道上哲也 編集 しかん紙委員会 〒653-0036 神戸市長田区腕塚町2丁目2-10 本部 ☎(641)1651
神戸協同病院 ☎(641)6211 いたやどクリニック ☎(611)3681 番町診療所 ☎(577)1281 ひまわり診療所 ☎(941)5725 ほのぼのの郷 ☎(949)2345
みつわ診療所 ☎(641)6241 協同歯科 ☎(913)1155 きたすま歯科 ☎(741)7224 いたやど歯科 ☎(612)3160 生協なでしこ歯科 ☎(978)6480
訪問看護ステーション つばさ ☎(646)2371 にじ ☎(963)2929 さわらび ☎(797)7085 かけはし ☎(948)3375



口の健康と言えは、虫歯などを思い出しますが、最近ではお口の健康は、糖尿病やメタボと



手軽に自宅でできる「大腸がん検診」をはじめ、乳がんの自己検診など「がん検診自己チェック」をできるように班会などで取り組んでいきます。

「流すついでに拾う命」と言われるように、大腸がん検診は、



さあ、あなたはどのくらい自分の歯が残っていますか？

大いに関係がある「全身の保健」と言われるようになりました。

9月10月は、口の健康づくり月間です。「食事と口の健康」「運動と口の健康」のテーマで歯科衛生士と管理栄養士・保健師がペアで講習会や班会を回ります。

健康づくり委員会 生協強化月間の活動

家で2日分の便を取るだけなので、簡単に調べることができます。

便に潜血が含まれているかどうかを調べる方法です。

脳いきいき インストラクター 養成講座

今年も脳いきいきインストラクター養成講座を行います。

班会で脳いきいきに取り組みたい方、是非お越しください。

●11月15日(木)
13時～16時
場所…番町診療所

●11月22日(木)
13時～16時
場所…サンライフ明石

申し込みは、健康まちづくり部まで。

TEL 078(641)1651
FAX 078(641)4351



外も実際に歩きます。

先着20名 ポール貸出料300円

●9月26日(水)
10時～11時30分
場所…学園都市駅南隣 ユニティ1階和室

全身の90%近い筋肉を使うと言われているノルディックウォーキングを体験しませんか？

ノルディック ウォーキング 体験会

2012年 秋の生協強化月間

かかげ広げよう 三つの輪

より多くの組合員に、地域の医療生協活動に参加してもらいましょう！

期間：2012年9月24日(月)～11月30日(金) 目標：組織4課題年間目標の80%達成

3つの重点課題

- ① なかま増やしとニュース配布協力者ふやし
- ② 出資金増資者ふやし
- ③ 楽しく豊かな班会開催

3月末に49226人だった組合員は、8月7日に5万人になりました。今年の生協強化月間は、5万人の組合員で迎えることができます。より多くの組合員が、地域の医療生協活動に参加する。これが月間のテーマです。「班」は一番身近な医療生協活動。「新しく組合員になって、近くの班会に行ってみて」、「健康チェックの大切さがよくわかった」「楽しくて班会が待ちどおしい」と笑顔がはじける班会を開催し、月間のいろいろな取り組みと一緒に参加しましょう！

出資金残高通知

今年も8月31日(金)現在の出資金残高通知を送らせていただきます。9月末までにお手元に届いていない方はお問い合わせください。

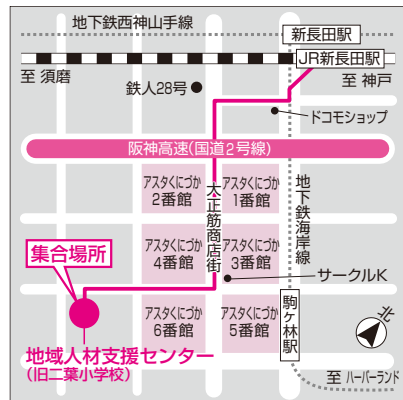


- ・新しい組合員や、今まで地域の医療生協活動に参加していない組合員を、各専門委員会や支部・ブロックで計画している企画に誘いましょう。
- ・組合員の身近に班があるように、班の数を増やし、誘い合って参加しましょう。
- ・月間中に、全班会を開き、班活動を楽しく豊かにしましょう。
- ・職員は、積極的に組合員を迎え、地域に出かけましょう。

2012年度 秋の活動計画

お問い合わせは
本部 健康まちづくり部
078(641)1651まで。

9月	19日(水)	とんとん研修会(事例交流と振り返り)
	25日(火)	全国一斉 利用率100%デー
	29日(土)	地引網まつり
10月	8日(月)	WHO世界と歩こうinこうべ
	14日(日)	須磨ブロック健康まつり
	21日(日)	長田ブロック健康まつり
11月	1日(木)	垂水ブロック公開講座
	11日(日)	いたやど文化祭
	11日(日)	加古川ブロック健康まつり
	18日(日)	西区ブロック健康まつり
12月	29日(木)	とんとん研修会(体験型)
	2日(日)	ひまわりステンドグラスコンサート



コース 平清盛と兵庫の津
コース 約5km
日時 10月8日(祝)
9時30分集合

WHO 世界と歩こう in こうべ

1999年の国際高齢者年を記念して、WHO（世界保健機関）が、地球を包み込む健康ウォークラリーを提唱しました。神戸医療生協ではこの10月1日の国際高齢者デーに近い体育の日に毎年健康ウォークに取り組んでいます。

今回のコースの途中にある清盛塚は、平清盛の墓であるとい伝えられてきましたが、近年の調査では遺骨は見つかりませんでした。

平家物語では、清盛の遺骨は経ヶ島（現在の兵庫区あたりに詳しい場所は不明）に埋葬されたと伝えられています。しかし、吾妻鏡によると清盛の遺骨は播磨国山田（現在の垂水区西舞子町山田川付近）の法華堂に納められたとされています。

「経ヶ島」と「山田の法華堂」あなたはどちらがお墓だと思いますか？ ちなみに、清盛塚で

「清盛のお墓はどこにある？」

☆「コースのお楽しみ」☆
歴史ミステリー

集合・解散場所
集合↓神戸市立地域人材支援センター
解散↓兵庫駅近くの須佐野公園
参加費 無料

みんなで行こう！ 地引網まつり in 須磨

海水浴で有名な須磨の海には実はたくさんの魚がすんでいます。250人で網を引きましょう！ 是非ご参加ください。

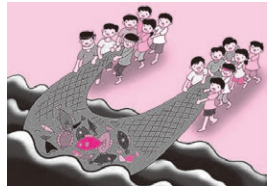
当日の催し	・地引網 ・お魚説明会	・タッチプール ・獲れたお魚が当たる抽選会
--------------	----------------	--------------------------

【日時】 9月29日(土) 10時～
【場所】 須磨水族園前 砂浜
【参加費】 大人 券(中学生以上) 1000円
子ども券(小学生以下) 300円
ペア親子券(大人1人・子ども1人) 1200円

※安全を確保するため、小学生以下のお子様が網を引く場合は、保護者の方も必ず一緒に網を引いてください。

【持ち物】 軍手、タオル、チケット

お問い合わせ、申し込みは 本部 健康まちづくり部
☎078(641)1651 FAX078(641)4351まで。



「今でも欲しい迷子の石」

湊八幡神社の付近は人の往来が激しく、迷子がよくあったそう、そのため、子どもが迷子になった時は石に子どもの特徴や住所、名前などをはりつけておいたそうです。子どもを見つけた人はここにきて張り紙を見れば子どもを返すことができ、大変重宝されたようです。

迷子になった子どもを心配する親と親がいなくて心細い子どもの姿が目に見えかねてくるようです。

※当日は須佐野公園で解散、自由行動になります。マップをお渡ししますので、心ゆくまで散策をお楽しみください。

自宅で行える 筋力アップ運動

運動は自分の体力にあわせて、5回～20回行います。

- 1. 壁押し腕立て**
上半身をきたえる運動
- 2. 腹筋運動**
歩行姿勢を整え、腰痛等の予防になる運動
- 3. かかと上げ**
ふくらはぎの力を強くする運動
- 4. 膝の曲げ伸ばし**
下半身の力を強くする運動
- 5. 足の後上げ**
お尻・背中筋肉を強くする運動

体力や筋力、バランス能力などの運動機能は、若いときだけきたえれば効果があるというものではありません。運動機能の向上させたい人は運動を生活の

公開講座 100歳まで 元気に動ける体づくりの工夫

高齢の方が元気に動ける生活を続けるためには、「転倒予防」がとても大切です。そのためには、老化に伴う体の変化を正しく知り、転倒しにくい体づくりや歩き方などに気をつけたいものです。

元気に100歳を迎えたふたばの入居者さん



低下は転倒などによるけがにむすびつきやすく、病気にかかりやすくなるため、これらを防ぐために運動をつづける習慣をつくりましょう。

運動を続けるためのポイント

- 散歩やラジオ体操など簡単にできる運動を続けましょう。
- 体操の会などの集まりに参加して同じ運動をする仲間づくり
- 足腰の筋力やバランス能力を向上させたい人は運動を生活の

中に取りいれてみましょう。運動の注意点は、軽い準備運動をして、ゆっくりと呼吸を止めないで無理なく行ってください。

特養ふたばの 入居申込みから入居までの流れはこうなっています

特養入居を申し込むには

- ① 申込書に記入する（神戸市共通様式のもの）
- ② ケアマネージャー意見書
- ③ 日常生活動作能力調査票
- ④ サービス利用票（直近3ヶ月間在宅サービス写し）
- ⑤ 介護保険証のコピー

①～⑤を添付して特養ふたばへ郵送もしくは持参して提出する。このような流れになっています。

定期的な入居検討委員会
施設長、看護師、介護士、介護支援専門員、相談員、外部の委員という構成メンバーで定期

最近半年分の新規申込み者以外、すべての入所申込者を対象に確認調査書を送付しています。が、返事が2回以上なかった申込者は保留扱いとなります。

特養ふたばの開所当初から今までの入所申込み総数は1236件、申込み取消が（死亡・施設入所など）791件、入所済み157件、申込み待機は289件です。

神戸市と老人施設連盟の委託により、特養ふたばの入所待機者を対象に、入居意向調査を毎年行っています。

特養ふたばの開所当初から今までの入所申込み総数は1236件、申込み取消が（死亡・施設入所など）791件、入所済み157件、申込み待機は289件です。

現在、老人保健施設や病院に入院しながら特養ふたばの入居を待機している人が148人、独居56人、家族と同居が80人で、半数以上が特養以外何らかの施設で生活をしながら、入居の順番を待っておりま。

特養者の順番がくるまで

現在、老人保健施設や病院に入院しながら特養ふたばの入居を待機している人が148人、独居56人、家族と同居が80人で、半数以上が特養以外何らかの施設で生活をしながら、入居の順番を待っておりま。

決まり、順番がくれば事前面談をして最終入所意向確認を行って入所となります。

入居検討委員会を開催しています。入所待機者の優先順位は、入所判定基準にもとづいて決まり、順番がくれば事前面談をして最終入所意向確認を行って入所となります。

「じつとしなさい。何回言っ
たら分かるの」診察を前に不安
なのか、落ち着かず立ち歩く
子どもがいます。子どもをきつ
く叱るお母さんがいます。

子育てにはいろいろな考えが
あります。子どもに何を伝えれ
ばよいのか、何を教えればよい
のかと迷います。そんな時、子
どもが育つ道筋をお伝えする事
にしています。

子育ての3つの段階

① (基本的信頼感の育成) 子ど
もと大人との間に信頼関係を築
く事が子育ての出発点です。子
どもは無条件に愛される中で、
人を愛する事を学びます。子ど
もは人から信じられる中で、人
を信じる事を学びます。

② (自分らしさの発見) 子ども
が自分の気持ちに沿った心地よ
い居場所を見つける事が次のス
テップです。自分が好きな事、
やりたい事が見つかると、子ど
もは元気になります。大人の思

惑や親心からの先回りではなく
自分の身の丈にあった選択を積
み重ねていく経験を与えられる
と、子どもは自分らしさって何
なのかに気づきます。

③ (社会性の獲得) 頑張る事、
我慢を学ぶ事も大切です。自分
の気持ちを抑え、待つ事ができ
ると、一回りも大きく成長した
子どもがそこにいます。

「基本的信頼感」「自分らしさ」
「社会性の獲得」、この3つの事
柄は、子育ての大切な柱ですが、
いつも同じように大切な訳では
ありません。信頼関係が育って
いない所に、自分らしさは育ち
ません。また社会性を求める事
も難しいでしょう。とはいえ、
大きくなっても頑張りの心を求
めないのも不自然です。子ども
が出す小さなサインを大切にし
ながら、「基本的信頼感」「自分
らしさ」「社会性」を養ってい
けたらと思います。

子と親は、一緒に育つ



神戸医療生協からの参加者34名

せよじなら原発 10万人集会

7月16日、脱原発を訴えるた
めの『さようなら原発10万人集
会』が東京の代々木公園で開催
されました。シリシリと刺すよ
うな日差しの中、原子力政策に
反対の意思を示すため、全国各
地から約17万人の人々が集ま
り、会場から溢れだした人々・
人で、周辺は熱気に包まれまし
た。

集会は音楽家の坂本龍一さん
や作家の落合恵子さんなど、こ
の集会の呼び掛け人の挨拶から
始まりました。再稼働が始まっ
た大飯原発現地や福島県の方々



子どもたちも先頭に立ってアピール

は、被曝の恐怖と、事故の対策
も不十分のまま原発再稼働を強
行する政府への怒り、そして原
発ゼロを実現するために多くの
団結が必要であることを訴えら
れました。

また、会場では「原発はいら
ない」「子どもたちに原発のな
い未来を!」と書かれた旗など
を持つ大人に混じって、「エネ
ルギー政策転換を!」という看
板を持つ男の子や、パレードで
大人を先導して「原発反対!!」
を叫ぶ女の子など、子どもの姿
も多く見られ、原発問題に対し
て幅広い年代で関心が集まって
いることを実感しました。

(健康まじっくへり部 山崎修平)

このようなお話をしますと、
「私には難しく、子育てなん
てできません」と言われるお母
さんに出会います。そんなお母
さんに、とっておきの言葉を思
い出しました。鯨岡峻先生の「育
てる者と育てられる者」とい
う著書の一文です。「親は生ま
れた時から親として生まれてき
たではありません。子どもが
産まれた時から、親としての
本当の年が刻まれるのです。子
どもが2才になれば、親として
も2才に、子どもが6才になれ
ば、6才の親になればよいので
す。そのためには、子どもが毎
日を精一杯生きようとしている
と同じだけ、親として懸命に子
どもと向かい合う事で、2才の
親、6才の親になれると思いま
す。子どもには、大人からの援
助が必要とされるのと同じだけ、
親にもまわりからの援助が必要
とされると思います」

子も親も、一緒に支える

児童虐待のニュースが報道さ
れると、親としての資格を云々
する論議が沸き起こります。滝

川一廣氏は児童虐待がおきる背
景として、①経済的問題。②家
族関係の不仲。③父親の転職の
多さをあげられます。家族から
心のゆとりが失われた時に、虐
待の確率が高くなる。貧しさが
人々のつながりを強めた時代と
は違い、現代は経済的な貧しさ
がそのまま人間関係の貧しさを、
社会的な孤立を強いるものに変
わったと述べられます。

親としての育ちにくさをかか
えるご両親にこそ、責めの言葉
ではなく、具体的な子育ての援
助が必要とされます。医療生協
がそんな優しい子育てのネット
ワークの一員になると良いな
と思います。

カンガルーは、人間の子ども
の子育て相談も大歓迎ですよ。



カンガルーのポケットは今回
で連載50回を迎えました!
8年に渡って連載を続けてく
ださっている木村医師と、愛
犬のナナちゃんです。

2012年 原水禁世界大会に 参加して

今年も8月4
日〜6日に、原
水禁世界大会が、
広島で開催され
ました。開会総
会には世界21カ
国からの海外代
表を含め680
0人が参加し、
平和と非核への

想いが熱く語られました。

今大会には福島県浪江町の馬
場有町長が初めて参加され、原
発事故により故郷を追われ、放
射能に怯える生活を続けなけれ
ばならない町民の苦難を訴えま



した。原発も含め、改めて「核
と人類は共存できない」という
ことを強く感じました。

開会総会には、アンジェラ・
ケイン国連軍縮問題担当上級代
表がパン・ギムン事務総長の代
理として出席し、メッセージを
読み上げました。その中でパン
氏は、核兵器廃絶を願って行動
する人びとへの敬意と、国連は
不断の努力を続けるみなさんの
パートナーであると述べられま
した。またケイン氏は、核使用
の脅威をなくす唯一絶対の方法
は、「核抑止論」を捨て、すべ
ての核兵器を地球上からなくす
ことであると発言されました。

日本全国、また世界中の参加
者の「核兵器をなくしたい」と
いう想いの大きさ、広がりを感じ、私も勇気をもらいまし
た。と同時に、これまで被爆者
の方々を中心になって進めてこ
られた核廃絶への取り組みを、
これからは私たち若い世代が引
き継ぎ、必ず前へ進めていかな
ければいけないと思いました。

(本部 笹倉育世)

いたやどクリニック 〈☎078-611-3681〉

受付時間 ○午前 8:30～12:00 ○水曜日午後 1:00～4:30
○午後 3:30～7:00 ○火曜と土曜の午後休診

◆内科	月	火	水	木	金	土
午 前	坂井 湯浅	上田 小谷	安川 坂井	道上 堀(女医)	津田 ★安川	趙 ^{チョウ} ①③⑤ 湧谷②④ 道上②④ 湯浅②④ 坂井①③⑤
午 後	坂井		坂井 2:00～4:30	藤田	趙 ^{チョウ} 安川	《特診》 ★糖尿病

◆皮膚科	月	火	水	木	金	土
午 前						
午 後	岡			鶴田(女医)		

◆小児科	月	火	水	木	金	土
午 前	木村 高木	高木 田村	木村 高木	韓 9:20～	木村 高木	木村 または 高木
午 後	木村		田村 韓	木村	木村	

※木村医師・田村医師の診療は「アレルギー専門外来」(完全予約制)です。小児専用電話(621)9952

協 同 歯 科 〈☎078-913-1155〉

下記の時間で予約制ですが、急患受付時間は ○午前 9:00～11:00
○午後 2:30～4:00 ●夜間 6:00～7:30です。

◆成人科	月	火	水	木	金	土
9:10～ 12:10	午前	○	○	○	○	○
2:30～ 4:30	午後	○	○	○	○	○
6:00～ 8:20	夜間	○	○	○	○	○

◆小児科	月	火	水	木	金	土
9:10～ 11:50	午前	○	○	○	○	○
2:30～ 7:10	午後	○	○	○	○	○
	夜間	○	○	○	○	○

◆矯正科	月	火	水	木	金	土
9:10～ 11:30	午前	○	○	○	○	○
2:30～ 4:30	午後	○	○	○	○	○
6:00～ 8:20	夜間	○	○	○	○	○

★土曜と日祝日の午後6:00～9:00に時間外急患対応を行っています。
★往診については、月・火・水・金曜日で、病院・施設・お宅へ伺っています。事前に電話でのお問い合わせをお願いします。
★矯正科の土曜日は隔週です。

きたすま歯科 〈☎078-741-7224〉

◆成人、小児、往診

○午前 9:10～12:10 ○午後 2:30～4:30 ●夜間 6:00～8:20
〈注意〉小児歯科は月1回月曜の午後

	月	火	水	木	金	土
午 前	○	○	○	○	○	○
午 後	○	○	○	○	○	○
夜 間	○	○	○	○	○	○

★予約制になっています。急患の受付もしていますのでお電話してからご来院ください。また、往診などの希望の方はご相談ください。
★お口のクリーニングも予約OK。
★予防とメンテナンスを重視しています。

いたやど歯科 〈☎078-612-3160〉

	月	火	水	木	金	土
9:10～ 12:10	午前	○	○	○	○	○
2:30～ 7:10	午後	○	○	○	○	○

★小児歯科特診は火曜日午後に行っています。
★往診は火曜日に行っています。

神 戸 協 同 病 院 〈☎078-641-6211〉

受付時間 ○午前 8:00～12:00 ○水曜日午後 2:30～5:00
○午後 3:45～7:00

◆内科	月	火	水	木	金	土
午 前	眞鍋 道上 上田 中田	眞鍋 津田 松尾 迫田	兼田 10:00～ 上田 松尾	津田 新小田 安川	兼田 10:00～ 上田 新小田 中田 迫田	西郷 中田 道上①③ 高田①③⑤ 津田②④
午 後	関 松尾 上田 中田		兼田 上田 中田 2:30～	津田 馬場 5:00～ 眞鍋 竹内 安川 3:00～	西郷 中田 今中	

◆外科	月	火	水	木	金	土
午 前	石川 (乳腺・一般)		石川(乳腺・一般) 田尻(乳がん検診のみ)	吉田/妻鹿(乳腺・一般) 田尻(乳がん検診のみ)	吉田(乳腺・一般) 田尻(乳がん検診のみ)	吉田①③⑤ (乳腺・一般) 石川②④ (乳腺・一般)
午 後	吉田 (乳腺・一般)			妻鹿(乳腺・一般)	石川 (乳腺・一般)	

◆整形外科	月	火	水	木	金	土
午 前	日高 (受付11時まで)	日高	浜武	井上		日高①③⑤ (受付11時まで) 浜武②④
午 後	浜武				浜武①③⑤ 日高②④ (受付6時まで)	

◆泌尿器科	月	火	水	木	金	土
午 前		小山	小山	小山		小山①③⑤
午 後	小山			小山		

生協なでしこ歯科 〈☎078-978-6480〉

◆成人	月	火	水	木	金	土
9:10～ 12:10	午前	○	○	○	○	○
2:30～ 4:30	午後	○	○	○	○	○
4:50～ 7:30	夜間	○	○	○	○	○

◆小児・障害者	月	火	水	木	金	土
9:10～ 12:10	午前	○	○	○	△	○
2:30～ 4:30	午後	○	○	○	○(2:00～4:20)	
4:50～ 7:10	夜間	○	○	○		

◆矯正○火曜日(毎週午後2:30～7:10)
○土曜日(隔週午前9:10～12:10、毎週午後2:00～4:20)
※矯正相談は隔週土曜日午前、診断は月1回水曜日午後
△小児 金曜日午前は休診の場合あり。
★往診は毎週火曜日に行っております。
★予約制になっております。
急患の場合は事前にお電話ください。
★保育 月・水・金曜日の午前と月曜日の午後(3:00まで)。

番 町 診 療 所 〈☎078-577-1281〉

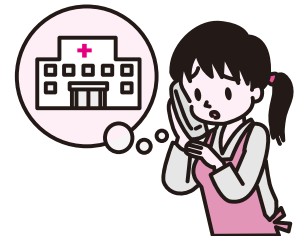
	月	火	水	木	金	土
9:00～ 12:00	午前	松岡	松岡	松岡	松岡	松岡/安東
5:00～ 7:00	午後	松岡			松岡	

(1月から、午後診は月・金曜日になりました)

ひまわり診療所 〈☎078-941-5725〉

	月	火	水	木	金	土
9:00～ 12:00	診察	尾崎	尾崎	尾崎	尾崎	尾崎
午前	胃 カメラ					吉田①③⑤ 田畑②④
4:00～ 7:00	診察	新小田	新小田	尾崎		
午後						

★その他、健診、予防接種等はお問い合わせください。



子どもの未来は日本の未来

「脱原発」をめざす運動シリーズ③ 官界編

政府事故調査・検証委員会は、「事故の根本に安全神話があった」と福島第一原発事故の最終報告書で結論づけました。畑村委員長は「原発は危険だと住民に思われないようにするために、安全だと言ってきた」というのです。しかし、野田首相は大飯原発の再稼働にあたって「福島程度の地震や津波が起きても炉心溶解に至らない安全性を十分確認している」と述べました。政府事故調が否定した「安全神話」を復活させるだけで、ここでも「官界主導」の原発政策が垣間見えます。

広がる官邸前行動

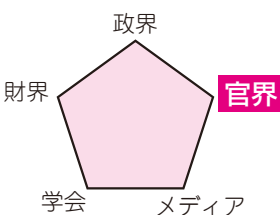
7月20日の官邸前行動には雨の中9万人が原発再稼働反対の声を上げました。この日の行動には鳩山元首相も参加し、「元首相として官邸に皆さんの声を伝えたい」と述べました。3月29日に300人程度で始まった官邸前行動は、現在では20万人を超える人に広がっています。

規制機関の看板で 原発政策を暴走

7月1日、大飯原発が再稼働されましたが、20日の関西電力本店前の行動など神戸・京都・名古屋・水戸・札幌など全国に再稼働反対の行動が日に日に広がっていることに確信を持ち、ねばり強い運動を続けましょう。

「原子力安全・保安院」は、原子力を規制するために設けられた機関です。つまり、ブレーキ役です。しかし、この規制機関は原子力の開発・推進を基本とする経済産業省の中に置かれています。規制機関が推進する

原子力村ペンタゴン (原子力産業を取り巻く五角形構造)



省庁の中に置かれているのは日本だけです。ここから矛盾の一步が始まります。

3. 11以前はその役割はあまり国民の目にふれていませんでしたが、福島原発事故後に、一挙にその弊害があきらかになりました。原子力安全・保安院がかかわった「やらせ」が全国で明らかになり、2011年8月、調査のために「第三者委員会」が設置されました。その報告によると、2005年10月以降のたった5年の間に、国主催の原発シンポジウムが41件開催されていますが、7件9回に渡って「やらせ」が認定されました。

電力業界と 経産省の癒着ぶり

電力会社と官僚との癒着にこんな例があります。

福島第一・第二原発に発生したひびわれを隠しているとの内部告発を受けた同保安院が、隠蔽の当事者である東京電力に調査を命じ、内部告発者の名前まで東電側に知らせました。

また、別の例では「経産省の幹部官僚の異動」を発令前に電気事業連合会の人間から知らされた、という事実が。異動を知らされたのは、日本のエネルギーサイクルを批判した官僚でした。さらに、官僚による電力業界への天下りは、戦後間もない頃から今日まで60年以上続き、しかもその多くが電力企業の社長・会長・副社長・常務取締役など、会社の意志決定の地位であるという癒着ぶりです。

おとなの皆さん

「原発をすべて廃炉にできるよつ、デモに出たり、署名を集めたり、パブリックコメントを出したり（中略）」という努力を続けてください。「7月29日国会行動で発言した、中学2年生の思いです。（次号に続く）」

介護のはなし——① 知って得する



Q、介護保険でサービスを 利用するには？

介護保険を利用するためには、「要介護認定申請」が必要です。

① 65歳以上の方

介護が必要になった原因は問いません。交通事故など第三者行為が原因でも保険は使えます。（ただし、区役所への書類の届け出は必要です）

65歳の誕生日の前になると、役所から介護保険証が郵送されます。郵送される時期や、介護保険申請がいつからできるのかは、市町村によって多少異なります。65歳になったらすぐに介護保険を申請したいと考えておられる方は、あらかじめ、役所の窓口で確認しておくのがいいでしょう。

② 40歳から64歳までの方

医療保険に加入している方

老化に伴う病気（特定疾病）が原因で介護が必要になった場合のみ申請ができます。（表1）

（表1）

- | | |
|-------------------------------|-----------------------------|
| ①末期がん | ⑨脊柱管狭窄症 |
| ②関節リウマチ | ⑩早老症 |
| ③筋萎縮性側索硬化症 | ⑪多系統萎縮症 |
| ④後縦靱帯骨化症 | ⑫糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症 |
| ⑤骨折を伴う骨粗鬆症 | ⑬脳血管疾患 |
| ⑥初老期における認知症 | ⑭閉塞性動脈硬化症 |
| ⑦進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病 | ⑮慢性閉塞性肺疾患 |
| ⑧脊髄小脳変性症 | ⑯両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症 |

40歳になっても介護保険証は発行されませんので申請が必要です。

申請する場合は、医療保険証の写しと、病名の明記が必要です。（該当する病名があるかどうかは、主治医にご相談ください）

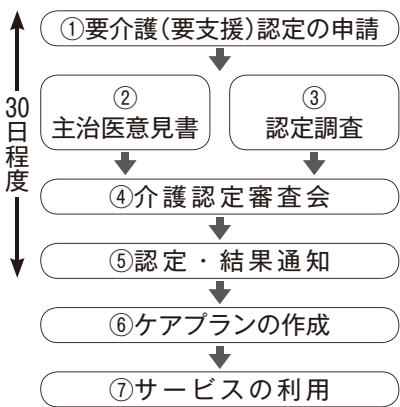
医療保険に

加入していない方

生活保護の医療扶助を受けている40歳から64歳までは、介護保険の申請はできませんが、介護保険に準ずるサービスが「介護扶助」で受けられますので、担当のケースワーカーにご相談ください。

●申請のながれ●

申請をすると、主治医に医学的見地から意見書を作成してもらいます。自分の体や生活上の困りごとを一番理解してもらっている医師を主治医として申請書に記載することが大事です。主治医には、介護保険の申請をする旨と、具体的な生活状況などを伝えておく必要があります。



急にサービスが必要になった 場合はどうすれば？

要介護認定の申請から結果の通知までは30日程度かかります。サービスの利用を急ぐ場合は、結果が通知されるまでに見込まれる介護度に応じた、仮のケアプランによるサービスの利用も可能です。この場合は、役所や申請のお手伝い（申請代行）をした機関にご相談ください。

申請代行は、お近くの地域包括支援センター・居宅介護支援事業所で行っています。申請代行をしている事業所については、役所にお問い合わせください。

秋の夜長に・・・



とりずりのたまり醤油漬け

(材料) 2～4人分 (作り方)

- とりずり・・・300g
- 生姜・・・薄切り1片
- たまり醤油・・・大さじ
- わさび・・・お好みで

① とりずりはきれいに洗って、
1口大に切る。

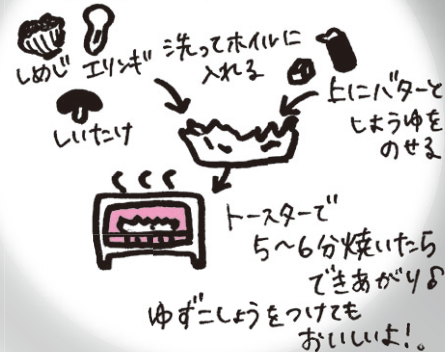


③ ずりに火が通ったら、キッチンペーパーで水切りして、
たまり醤油に漬ける

④ 1時間～半日程度たったら食べ頃♪
お好みで「わさび」をつけて食べて下さい。

いしやすめ

きのこのホイル焼き



牛すじのどて焼き

(材料) (作り方)

- 牛すじ・・・300g
 - コニャク・・・1枚
 - 白味噌・・・100g
 - しょうゆ・・・大さじ
- ① 牛すじを鍋に入れて水から 2、3回たき出す。
(あくが出なくなるまで) きれいに洗っておく。

② コニャクはさいの目に切り、水から入れて1度 ゆがいておく

③ 水200cc、牛すじ、コニャク、しょうゆ、白味噌を 鍋に入れて中火で「汁が半分以下になるまで」 煮る。



組合員くらしの助け合い活動“とんとん”の今・・・

ブロック	加古川	明石	垂水	西	須磨	長田	兵庫	
支 援 者	9名	9名	17名	16名	1名	30名	3名	
利 用 者	7名	0名	1名	12名	1名	20名	1名	
依頼件数	21件	0件	1件	13件	1件	54件	1件	
依頼内容	送迎 買い物 網戸掃除	植木剪定 ゴミ出し 草刈り	押入整理	掃除 障子張り 包丁研ぎ	ゴミ出し 送迎 植木剪定	掃除 植木剪定 話し相手	畑仕事 草刈り 布団干し	掃除

①現在の状況
(8月6日時点)

今年の4月1日に「とんとん」がスタートしてから半年が経ちました。この間には、支援者・コーディネータの研修・交流会を重ね、各支援で発生した依頼内容と対応を検討し、とんとん活動をスムーズに行う為に討議を重ねてきました。

現状としては、まだまだ改善点も多くありますが、これまでとんとん活動をどうやって行うか検討していた支部も、いざ依頼が来たときは手探りをしながら一歩踏み出して依頼に取り組んでいるため、支援者・利用者の登録数も徐々に増えています。

現在の各登録者数、依頼件数と主な内容に関しては上記の表のとおりです。

最近の主な依頼内容としては、草のよく伸びる暑い時期でもありますので、草刈りや庭木の剪定の依頼が多くあります。また、怪我や手術などの身体的な理由により、室内が上手く掃除できない方からの室内掃除・朝のゴミ出しの依頼もあります。

「ちょっとした時間を使って特技を生かしたい」「こんな事なら私にもできる」「人に喜ばれる事がしたい」など「とんとん」では皆様の参加をお待ちしております！

しの助け合い活動』の名前の通り、金銭的・身体的など様々な理由で日常生活にお困りの組合員をサポートし、現在の生活を維持できるようにすることを目的にスタートしました。

③交流会・研修会の予定

●第1回支援者交流会
開催日：9月19日(水) 14時～
会場：神戸協同病院南館3階
内容：グループディスカッションを行い、これまでのとんとん活動で行った事例の検討と支援者同士の悩みや想いを交流

●第2回支援者研修会
開催日：11月29日(木)
内容：参加された支援者が今後に役立てる経験を得る為の体験型学習会

研修会の詳しい内容は下記のお問い合わせまで！
また、利用・支援者登録など、「とんとん」について詳しく知りたい方はお気軽にご連絡ください。

問合せ先

☎078-641-1651 Fax078-641-4351
✉kenmachibu@yahoo.co.jp



組合員 伝言板



◆いつも私達の健康と生活の改善のため活動していただき、ありがとうございます。

（植田 博 70歳 須磨区西落合）
◆図書カードが当たったら、宮沢賢治さん原作の「グスコーブドリの伝記」を清川あさみさんの刺繍の絵本で読みたいのです。

（藤平有香 30歳 須磨区中落合）
◆「三つの輪」久しぶりです。料理レシピはいつも楽しみにしています。今回はそうめん、これからいいですね。さっそく作ります。それからウォーキングにも行きます。夕暮れの海岸、よさそうです。

（古浜寿子 70歳 明石市大久保町）
◆訪問看護ステーション「にし」様に変えてお世話になっております。御誌も毎回拝読いたしております。（大飼節子 86歳 西区樫野台）
◆くすりのあれこれという記事

は、よく理解できました。しかし医者にかかった際に処方せんを書いてもらうときに「シエネリックで…」という勇気がありません。

（鶴飼純子 74歳 加古川市平岡町）
◆転勤族なのに「三つの輪」を送っていただいていた。神戸の情報をいつも懐かしく思っていました。昔はよく協同歯科にお世話になりました。娘は18年前に通っていました。今でも虫歯なしです。

（内田裕子 48歳 西宮市荒木町）
◆大久野島平和バスターの記事を読み、戦争時毒ガス工場があり、地図から消されるという悲惨な事実を知りました。平和運動は絶対必要だと思いました！

（岡部昌子 52歳 明石市藤江）
◆組合員になり約1年になります。診療所の先生、またスタッフの方皆様とても親切で、元気な方はボランティアに積極的で、自分のことで精いっぱいの方は、とても感心・感謝しています。（匿名希望 女性 垂水区学が丘）

◆毎日暑い！毎年こんなに暑かったわけ？と、夏になるといつも思います。この暑さからどうやって逃れるのと考えても逃げようがない。覚悟を決めて、昼間がんばって働き、夜、シャワーを浴びてビールを一杯。これしかない。

（天橋博子 57歳 西区竹の台）
◆三人の子どもが「なでしこ歯科」のお世話になっております。特に長男は障がいを持っています。幼い頃より口内ケアには苦労があり、こちらの歯科との出会いを本当にありがたく思っています。

（匿名希望 52歳女性 西区井吹台）
◆引越して来てポストの中が楽しみで「三つの輪」と一緒にパイ班のおさそいを見て嬉しくなり、家の中の整理もそこそこ急いで目にして、クロスワードパズルまでしてしまいました。今後よろしく願います。

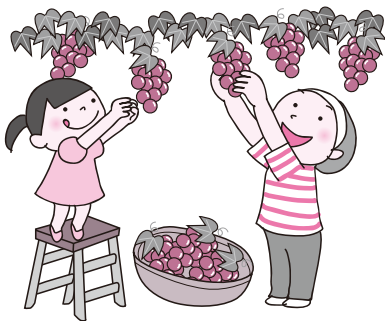
（磯田富代 77歳 西区糀台）
◆最近甲状腺の手術をして高音や普通の声が出にくくなり、大好きな歌があまり楽しめなくな

ってしまいました。でも大正琴を始めて代わりに手と耳で楽しんでいます。

（益田あけみ 明石市貴崎）
◆足長蜂は根気強い。巣を落としても落としてもまた同じ所に巣をつくる。何度やっても同じ。その不屈の精神にまけて今はほったらかし、巣がだんだん大きくなってきたが、共存共栄でいきます。

（松本恵子 60歳 加古川市尾上町）
◆「三つの輪」のクロスワードパズルは頭の体操に良いと思い、一生懸命に考えます。解答ができた時の喜びは、大きなものです。これからも楽しいパズルをお願いします。

（松本幸子 71歳 明石市西明石町）



「三つのカギ」

- 1 「原発はいらない」の訴えに賛同して……する
- 3 それは……な話だ
- 5 政治的な理由で外国へ逃げる
- 6 ……で運勢を占う
- 7 女性の髪型の一つ
- 9 豪雨で川の……があがる
- 10 人生……に感ず
- 12 夜がすっかりふけたころ
- 14 ……史は夜つくられる
- 16 「風」の読み方の一つ
- 17 胃のかべの内側がただれて崩れる病気
- 20 決死、捨て身

スター選手。チームの……

- 1 交番に顔写真がはり出されている
- 2 美人です。……皓齒
- 3 夜が明けかかってはいるが、すっかり明けてはいないころ
- 4 洋服を仕立てる一連の過程
- 7 事故の多い危険な米軍機の配備反対！
- 8 タレントなどが使う名前
- 11 あさつての2日前は？
- 13 額に入れて飾る
- 15 ……証のない人は入場できません

タテのカギ

- 16 よくわからない。意味……
- 18 昼は……そばですませた
- 19 ……市場、……河岸

応募方法

☆め切／9月30日必着
☆宛先／神戸医療生協本部編集部（住所は表紙参照）
☆ハガキに「解答・住所・氏名・年齢」を記入の上、余白にご意見、通信などもあわせお寄せください。匿名希望の方は、その旨お書き添えください。

7・8月号パズルの解答

マバユイヒカリ

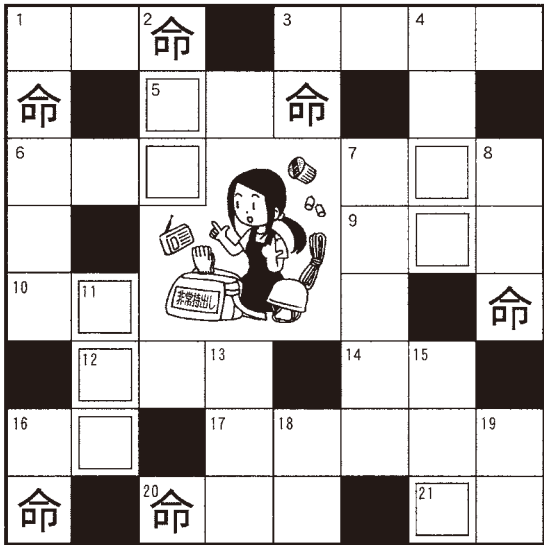
パズルの正解者の中から次の10名の方に千円分の図書カードを郵送させていただきます。

（敬称略）

飯田京子、玉本正子、角中圭子、村井孝寿、藤平有香、高橋洋一、広瀬芳子、磯田富代、平島美由紀、岸本美津子

クロスワードパズル

《解き方》「命」は「メイ」または「イノチ」と読んでください。二重ワクの8文字をうまくならべると言葉ができます。それが答えです。答えのヒント・中の絵。



絵手紙・ちぎり絵も募集しています。掲載された方には図書カードをお送りします。

法律相談日（無料）

		9月	10月
7時より要予約	協 同 歯 科 ☎913-1155	14(金)	11(木)
6時より要予約	神 戸 協 同 病 院 ☎641-6211	21(金)	19(金)
6時より要予約	いたやどクリニック ☎611-3681	27(木)	25(木)

健康情報24時間

テレホンサービス

*テレホンサービスは、ホームページでもご覧いただけます。

フリーダイヤル

0120-979-451

兵庫県保険医協会

<http://www.hhk.jp/>

9月のテーマ	
月	セックスレス夫婦へのアドバイス
火	パーキンソン病の日常生活とリハビリ
水	Hibワクチンと小児肺炎球菌ワクチン
木	鼻づまりとその合併症
金土日	夜ぐっすり眠るために

9月1日と2日は8月の金土日のテーマを放送、17日と22日の祝日は金土日のテーマを放送

10月のテーマは決まっています。ホームページ・電話でご確認ください。

国民平和大行進



原水禁世界大会



いかなる核の被害者もつくりださない

西区なでしこ
原爆パネル展



平和社保委員会
平和パネル展



大工さんと
本立て作り



子ども
企画



親子
ワッキング



親子
ねんど教室



明石水仙支部
貴崎うたう会



加古川 健康チェック
アドバイザー講習会



神戸医療生活協同組合
あじさい会館



西区 生協会館
“あじさい”開所式