

三つの輪

神戸医療生活協同組合

ISO9001認証取得

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 ☎078(641)1651

神戸医療生協

検索

主な記事

2020年生協強化月間の
とりくみ …… 2面

カンガルーのポケット
…… 3面

神戸医療生協60周年記念特集
…… 4面

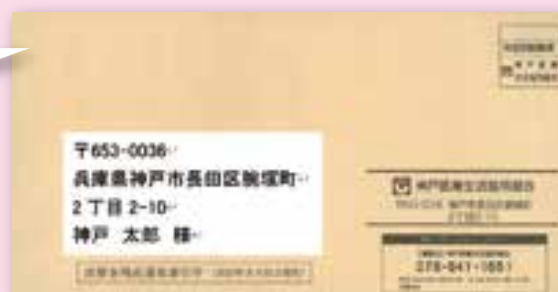
9月30日 生瀬廃線敷ウォーキング

気持ちのよい
ウォーキングで **健康づくりの輪がひろがりました!**



出資金残高通知書は届きましたか?

転居などで住所が変わる場合、または出資金残高通知書が郵送で届いていない場合は、医療生協本部までお知らせください。



組合員数 5万8,295人 出資金総額 19億225万800円

1人あたり出資金 3万2,631円 支部 54支部 班数 480班 9月30日現在

神戸協同病院 ☎078(641)6211	いたやどクリニック ☎078(611)3681	番町診療所 ☎078(577)1281
ひまわり診療所 ☎078(941)5725	ほのぼのの郷 ☎078(949)2345	協同歯科 ☎078(913)1155
きたすま歯科 ☎078(741)7224	いたやど歯科 ☎078(612)3160	生協なでしこ歯科 ☎078(978)6480
訪問看護STつばさ ☎078(646)2371	訪問看護STにじ ☎078(975)9575	

2020年
11・12月号
No.376

2020年

生協強化月間のとりくみ

新型コロナウイルス感染がひろがる中でも、「事業と運動」を
深化させ、強く、大きく、たくましい医療生協をつくろう

ブロック・支部で
スタート企画にとりくみました。

地域の支部、事業所では皆さまの自宅に訪問やお電話でお声かけ
をしています。温かい声をおよせください。



加古川ブロック



須磨ブロック

8月29日のスタート集会で
スクエアステップを開催しま
した。未来支部では組合員さ
んにアンケートをとり、意見
をお聞きしています。

9月3日にきたすま歯科周
辺で、9月8日にはいたやど
クリニック周辺の組合員訪問
を行い、合計209件の訪問
で74人との会話ができました。



垂水ブロック



西区・みきブロック

9月3日に組合員訪問を実
施しました。協同歯科の全職
員と組合員31名が参加し、協
同歯科周辺の組合員さん35人
の方と対話をしました。

各支部で9条改憲NO!の
スタンディング行動にとりく
みました。おしんべ支部では、
継続した訪問で名義変更の新
加入があり、新しい担い手も見
つかりました。



長田・北区ブロック



明石ブロック

8月29日にスタート集会を
行い、協同歯科やひまわり診療
所の歴史をふりかえりました。



番診ブロック

9月11日のスタート集会で
は、番町診療所の歴史とプロ
ックの成り立ちを共有して支
部活動の原点を学びました。

今年も健康チャレンジが
はじまりました！
とりくみ期間は来年の1月
末までのうち30日間です。
結果を報告していただいた
方の中から抽選で、合計
200名様に3,000円分の
JTBギフト券プレゼント！
そのほか、子ども専用の健
康チャレンジ（キッズチャレ
ンジ）も用意しています。パ
ンフレットやその他お問い合
わせについては、健康まちづ
くり部（078-641143
22）までご連絡ください。



この星と生きる
小児科医 木村 彰宏



気温上昇がもたらすこと

越え、昼夜の気温差も10℃以上変化
するので、100年で1℃の上昇
は、温暖化が叫ばれる割には小さな
数字と映るかもしれませんが。しかし
プロ野球で春季キャンプが行われる
宮崎と東京の年平均気温差は1℃に
過ぎないことを考えると、この10
0年で東京は宮崎になったわけだ
です。また多くの研究機関が今後10
0年間で最大5℃の気温上昇を予測
していますが、これは東京と奄美大
島の温度差に匹敵します。研究者が
警告する地球温暖化が進むと、どの
ような世界がまっているのか、「14
歳から知る気候変動」（太田出版）
を参考に考えてみましょう。

「地球の温暖化に歯止めがかかる
のか」。4月当初の世界の1日当
たり二酸化炭素排出量は、新型コロナ
ウイルス流行の影響で、前年比で
17%も減少したとの推計値が出され
ました。
「人類と気候の10万年史」（講談
社）の著者中川毅先生は、北半球の
平均気温が20世紀初頭からの100
年で1℃上昇したといわれます。神
戸でも夏と冬の平均気温差は20℃を

まず気候が激変し、最高気温が
35℃を越える猛暑日や、最低気温が
25℃を越える熱帯夜が増え暮らしに
くくなります。南フランスでは20
19年夏45・9℃の熱波が襲い、多
くの人が熱中症で亡くなりました。
海面水温が上昇すると、大雨になる
回数が増え台風も巨大化し、斜面の
崩壊や高潮、洪水の被害が広がります。
地球規模で見ると風水害が広がる
一方で、干ばつの影響で飲み水に

利用できるきれいな水が減少し、コ
レラやサルモネラなどの感染症が増
加すると予測されます。
温暖化は世界農業へも深刻な影響
を与えます。気温が2℃上昇する
と、小麦は20%減産になると試算さ
れ、トウモロコシや大豆など主要な
穀物生産にも大きな被害が広がります。
また温暖化は家畜にも影響を与
え、牛や豚、ニワトリの体重増加が
減少するなど、農林水産業は大打撃
を受けます。食糧自給率がカロリー
ベースで37%と先進国で最低の我が
国の食卓は大きな変化を迫られるで
しょう。
海面上昇の危機も深刻です。北極
圏の気温がほかの地域の2倍以上の
速さで上昇していることが話題にな
りました。グリーンランドの氷床が
全て溶けだすと世界の平均海面は7
m以上、南極の氷が溶けると70m以
上上昇するといわれます。世界の人
口のうち、6億人を越える人々が標
高5m以下に住んでいることを考え
ると、都市文明の崩壊につながりか
ねません。その結果、気候変動は世
界経済にも莫大な損失をもたらす、
南北格差がますます広がり、気候難
民の数は1億人を越え、社会不安が

広がると予想されます。
健康面への影響をみると、熱中症
の搬送が増加し、世界で年間40万人
以上が亡くなるマラリヤ、年間1億
人が感染しているデング熱感染の流
行地域が拡大します。また新しいウ
イルスの流行も懸念されています。
自然生態系への影響も深刻です。
生物は北へ、高地へと生活圏を移動
させるでしょうが、北極熊など20
30%の生物が生きている場所を失って絶
滅の危機にさらされ、生物の多様性
が破壊されます。
この星と生きるために
地球の気候は長い周期で氷期、間
氷期を繰り返しています。現代は温
暖かつ気候変動が少ない例外的な安
定期にあるといわれます。この安定
した時期がこれからも続くのか、大
きな気候災害が繰り返される時期に
なるのか、予測はつきません。
この星はヒト属の生き物のためだ
けのものではありません。この星と
生きるために、「より速く、より多
く、より便利に、より快適に、より
清潔に」という考えに染まったヒト
属のみならず、もう一度この星に優
しい暮らし方を考えてみませんか。



座談会

訪問看護のとりくみについて

今回は神戸医療生協の婦長（現在の師長）を歴任された、宮田妙子さん、南富美子さん、山根香代子さん、中村眞由美さんの4人に地域での看護活動についてお話をうかがいました。

お風呂、生き返ったわあ

（司会者）訪問看護の制度ができる前に医師と看護師とで患者さんのお家に訪問をしていたと聞いています。その時の様子はごうでしたか？

（宮田）板宿診療所や協同診療所、番町診療所ができたときから行っていました。「地域で患者さんが助けを求めている」、「気になる患者さんがいる」と1日100件以上患者さんの家に行っていました。あの時は大変でしたね。

1983年になり退院患者継続看護・指導料として診療報酬がつくられました。それまでは報酬は一切ありませんでした。

（南）民医連以外の病院や診療所では、

気になる患者さんが退院したからといって気軽に訪問することはできず、プライベートで訪問したこともあり

ました。しかし、民医連の事業所では気になる患者さんには積極的に訪ねており、その魅力ある活動に惹かれて多くの看護師が入職されたそうです。私もその一人です。

（山根）特に長田の地域は衛生面でもあまりよくなく結核患者が多いうらっしゃいました。その時に病院で待っているのではなく、患者さんがどのような生活を送っているのか実態を知るために訪問をしました。そこで患者の社会背景をみて必要な看護が何であるのかを日々考えました。

（司会者）神戸医療生協ではお風呂に入りたくても入れない患者さんに入

浴ボランティアをしていたこともあったそうですね。

（中村）お風呂がないところはプールを使って入浴したり、また文化住宅で入浴車も入れないところでは地域の方に協力してもらってお湯のバケツリレーでのお風呂もありました。もちろんボランティアなので無料で、みんなで困っている人のところに行くというふうな気持ちがありました。

（宮田）日曜日でも垂水にいった入浴のお手伝いをしたね。その活動があったからこそ、今の私たちがありますね。

看護師さん来てくれて助かった

1983年に病院での訪問看護が始まり、1992年に老人保健法の改正により、老人訪問看護制度が創設されて老人訪問看護ステーションの設置が全国で開始されました。神戸医療生協では1996年4月に初めて訪問看護ステーションゆうあい開設されました。その時の所長が南さんでした。

（南）本当にいろいろと勉強させていただきました。当時は同じ法人内での紹介だけでは経営が成り立たないので、近隣の開業医との関係づくりも大変でしたがやりがいもありました。そんな中でスタッフには「リュックの中に血圧計などだけでなく愛

も詰めましよう」と声掛けをしましたね。

（山根）組合員さんは訪問看護と病棟の違いについて分かっていないと思うのですが、神戸協同病院の上田院長はよく「地域

はもう一つの病棟、道路は患者さんとを結ぶ廊下」と言われていました。それを心掛けて仕事していたと思います。

現役看護師へのメッセージ

現代いろんなもので溢れかえっている中で患者さんを「心を込めて科学的な目で」捉えてください。生活の場にもしっかりと目を向け、時には地域に出て、地域住民、組合員さんと触れ合ってください。

みなさんから聞いたこと、感じたことを後の世代へと引き継いでいきたいと思います。ありがとうございます。



当時の師長（左から中村さん、山根さん、南さん、宮田さん）

みんなイキイキ活動中

西舞子支部です

西舞子の高台に縄文人が住んでいた竪穴式住居と大蔵山古墳があり、そこ



1月21日、新春のつどいの様子

らは私たちの住む街や明石海峡大橋が眺められます。古代と近代技術の間にあって歴史と進歩を目の当たりにできます。個性溢れる9名の運営委員、会議ではいつも「三つの輪」のどれも大切に話し合い活動しています。

活の班・童謡を歌う班・囲碁班・折り紙班・輪投げ班・健康麻雀班・お楽しみ班・見つけた班・おひとり様班があり、コロナ感染で休止の班もありですが工夫をしながら開催しています。

また、楽しみだけでなくできない組合員さんがほとんどなので訪問は定期的に続けていこうと思っています。年間行事は、公開講座に年に1、2回。クリスマス会は好評なので毎年行っています

が、内容に苦慮しています。現在4つの班があります。脳いき班、手芸など手づくり班、おしゃべりや公園めぐりなど何でもできる班、食事づくりをしてランチをする班などです。新しい参加者が増えないのが悩みです。

2015年9月に発足した久二塚支部は、長田南部に位置し、協同病院には徒歩30分以内で行ける地域です。現在、組合員数は987名おります。運営委員5名からの出発でした。まず地域の組合員さん訪問から始めました。班会と健診の呼びかけをしていき

ました。看護師さんが同行の時は、病気の悩みや健康管理の相談ができる好評でした。行事や班会に参加

久二塚支部です

の悩みや健康管理の相談ができる好評でした。行事や班会に参加



久二塚支部の活動風景

また、健康づくり委員会、平和社保委員会に委員を選出、助け合いには2名が担い手として活動しています。

今後、高齢化が進む中で医療生協は住民に必要とされてきます。それに応えるための活動をどうしていくかが課題です。（支部長 東條愛子）

キラッと輝く看護 36

看護師を目指す高校生のみなさんに 出前授業!!

今年の夏は、ある地元高校の進路指導の先生から要望のあった「出前授業」へ行ってきました。



グループごとに実習

始めに、いたやどクリニックの森本師長による全体授業。看護師のやりがいはもちろんのこと、命をあずかる責任のある仕事で厳しい職業であることも丁寧に語りかけました。3年目看護師からは、専門学校と大学のちがいや、看護学生時代、大変だったけど仲間と一緒に実習も国試も乗り越えたエピソードなどを話しました。

後半は、2グループに分かれての授業。看護師が日々使っている注射器や血圧測定などの医療機器をテーブルに広げ、高校生にも手に取ってもらいました。（看護学生担当 堀内）

高校生からの感想

「看護師は思った以上に大変そう!」「医療機器を触ることができてワクワクした」「コロナ禍での医療現場の状況が聞けてよかった」

創立60周年 記念行事についてのお知らせ

2021年2月に神戸医療生協は創立60周年をむかえます。
今年1月には実行委員会を開催し、周年行事の成功に向けて計画を進めておりましたが、コロナ禍の中での行事開催は困難と判断し、実行委員会は現在休止しています。
一方で、医療生協のとりくみのふりかえりや学びを行う機会の開催、また周年記念誌の発行準備をすすめています。 (実行委員会事務局)

「あずみの里」裁判 控訴審判決無罪の報告とお礼

特養あずみの里業務上過失致死事件で、東京高裁は2020年7月28日、長野地裁の有罪判決を破棄し無罪を言い渡し、それに対して検察は上告できず無罪が確定しました。

この事件は、おやつのドーナツを食べた入居者が意識喪失と心肺停止で亡くなられ、介助をしていた山口さんが注視義務を怠ったと被告人とされました。死亡後のCT画像では脳梗塞を示す医師意見書6通が以前の判決で不採用になったことや、医療・介護への警察介入が現場を委縮させると大きな問題になりました。

神戸医療生協で2,000筆近くを集めた無罪を求める署名は全国で73万筆を超え、地裁・高裁に届けられ、安心して介護ができる福祉現場づくりを導き出すことができました。皆様のあたたかいご協力にこの場を借りてお礼申し上げます。 (平和社保委員会)



東京高裁前で「無罪判決」を掲げる支援者

法律相談 (無料/要予約)	神戸協同病院 ☎641-6211/18:00~	11/20金 12/18金	いたやどクリニック ☎611-3681/18:00~	11/26木 12/24木	協同歯科 ☎913-1155/18:00~	11/10火 12/8火
------------------	----------------------------	------------------	-------------------------------	------------------	--------------------------	-----------------

健康づくりイベント

問合せ 本部 健康推進課 ☎078-641-4322
E-mail: helth@kobe-iseikyo.or.jp

ウォーキング	11/12 木	王子動物園 ウォーキング	集合：10:00 場所：新神戸駅 新幹線側改札前 参加費：300円(入園料は別途) 王子動物園まで約2km、園内散策で約4kmのコースです。
	12/17 木	尼崎 ウォーキング	集合：10:00 場所：阪神尼崎駅 西改札前 参加費：300円 尼崎ウォーキング 尼崎城の周辺や歴史あるお寺などを周る約3.5kmのコースです。

スクエアステップリーダー 養成講座 受講生募集!!

転倒予防や認知機能低下を防ぐ効果がある体操を身に付け地域の指導者として活躍してみませんか? 受講後は自身の健康づくりにも役立ちますが、地域の皆さんへ支部の班会に参加していただき、地域の活性化にも貢献することができます。



日 程	①12月5日(土)・②12月12日(土) ③12月19日(土) ①② 10:00~15:30 ③のみ10:00~12:00
会 場	長田区文化センター 大会議室
募集人数	30人
内 容	講義及び実技
受講資格	●養成講座の全日程に参加できる方。 ●神戸医療生協の組合員で受講後積極的にボランティア活動として参加できる方
受講料	3,100円(テキスト代・認定料)
申込方法	神戸医療生活協同組合 健康まちづくり部 まで(TEL 078-641-4322)
申込締切	11月24日(火) 17:00まで

※今後の新型コロナウイルス感染拡大などにより、延期・中止になる場合があります。※感染対策を行ったうえで実施します。安心してご参加ください。

伝言板

- ◆健康づくりイベントについて、今は歩くのがつらいので元気がになったら参加したいです。見るだけでも楽しい。(長田区 70代 西脇 茂幸)
- ◆表紙の「スクエアステップ」私達の町でもやっており、もっと普及すれば良いのにと常々思っています。(須磨区 70代 矢野 芳子)
- ◆加古川ブロックの保健学校を受けました。平均寿命と健康寿命の差、生活習慣の大切さ、塩分のとり方の注意点、アルコール消費、バランスの良い食事等8つの生活習慣について学びました。とても分かりやすく有意義な講座でした。あと2回受ける予定です。(播磨町 70代 福井 陽子)
- ◆支部長紹介の名津井晴美さん、かれこれ半世紀前に出会った頃から医生協のことをされていた印象があります。いつまでもがんばっておられることを知り、うれしく思いました。(三木市 70代 黒嶋 妙子)
- ◆「タラモサラダ・ソイバーション」、身近な食材で作れるヘルシーな一品だと思いました。早速、おからを買って試してみます。(西区 60代 匿名希望)
- ◆モニターを引き受けて、よく読むようになりました。アイドルくんやアイドルちゃんたちのつづらなキラキラ瞳が素敵です。いやされます。(長田区 60代 児玉 やすの)
- ◆屋久島にも新型コロナウイルス感染者が出た。それは時間の問題だったが、そのこと以上に問題なのは、感染者とその家族に対する人権侵害がひどすぎるのだ。与論島と同様に離島ならではの異常ともいえる言動が関係者を追い詰めている。(鹿児島県 60代 前原 昌和)
- ◆医療生協の支部数と組合員数の推移が紹介されていますが、そのいずれもが増加の一途をたどっているのを見てとれて、皆さまのたゆまぬ行動力に感服しました。(加古川市 70代 西村 孝治)

- ◆カンガルーのポケットのお話、地球温暖化の基となっているのは何か?? 横山先生のお話もっともっと教えてください。次号、待っています。(垂水区 80代 藤井 清子)
- ◆未来のお医者さん、こういう方が来てもらえると嬉しいですね。(西区 80代 田中 一也)

※誤字・脱字など、内容が変わらない程度に編集をさせていただきます。



藤田幸子(須磨区)



田岡いく代(明石市)



9月16日
真陽支部
新型コロナウイルス
学習会

9月16日
長田北部支部
組合員訪問



9月17日
未来支部
上荘班オーラル
フレイルの学習

9月29日
須磨ブロック
保健学校



9月28日
加古川ブロック
保健学校



わが家の
アイドル
Part.41

つむぎ
紬ちゃん(7ヵ月)

ミニうさぎ
ももちゃん

3月30日生まれ、紬です。見ていだけで、癒されています。
兵庫区 千葉 敬子さん

家の中を走り回り、人懐っこくとても可愛いです。
長田区 西 晶子さん

あなたのまちの 支部長紹介



須磨ブロック
横尾支部

菊地 弘美さん

菊地さんは震災前から協同病院にお勤めでしたので、横尾の地域はもちろん病院の様子にも詳しく、内外から私たちに寄り添うことのできる頼もしい行動力のある支部長さんです。

健診のこと、予防接種のこと、私たちの健康のことなど、なんでもつい、菊地さんに聞いてしまいます。

支部運営委員会の段取りや支部ニュースの発行、脳トレの班会をねばり強く続けられているなど横尾支部を根底から支えられています。

春のお花見や秋の行事の時は組合員さんと協力しておいしいおでんを販売されています。今、支部では公開講座の開催を通じて、新しい組合員さんを迎えようと頑張っています。そして、菊地さんは4課題の目標には誰よりもこだわり、支部委員さんと日時を相談して訪問されています。私たちも支部長さんと一緒になつて、組合員さんに顔の見える横尾支部になるように努力しようと思えます。

(横尾支部運営委員)

ヨコのカギ

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 1 「♪夕焼け小焼けの～」で始まる童謡 | 13 チョウヤガの幼虫です |
| 5 父・母の姉妹 | 15 中央アメリカで栄えたと言われる……文明 |
| 7 ゴビ、サハラ、アラビア | 16 アルファベットの7番目 |
| 8 英語の略称はUN | 17 魚の呼吸器 |
| 10 顔立ちの素敵な人が好き! | 18 童話劇「青い鳥」の作者 |
| 11 あの会社は…が高くて、ちょっと苦手です | 23 ……気、……口、……酔い |
| | 24 オンライン会議での必需品 |

タテのカギ

- | | |
|----------------------|---------------------------|
| 1 ……のはずが、できたのは昼食後だった | 12 砂糖や牛乳を煮詰めて作った茶色のあめ菓子 |
| 2 開いて串に刺した……焼き | 14 つじつまが合いません |
| 3 本名を隠すこと | 19 ……ひまをかけた職人仕事 |
| 4 生まれ育った国 | 20 フランス革命の際に処刑された国王。……16世 |
| 5 自分です | 21 地球の表面積のおよそ3割 |
| 6 ネズミの絵で有名は謎の覆面芸術家 | 22 ……八丁手八丁 |
| 9 食欲の秋は色気より…… | |

クロスワードパズル

イラストをヒントにして、二重ワクの5文字をうまく並べてできる言葉は?



No375(9・10月号)の答え キュウフキン(給付金)

応募方法

〆切/11月30日(月)必着

宛先/神戸医療系協本部編集部(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。

●パズルの正解者の中から次の10人の方に1,000円分の図書カードを郵送させていただきます。

島谷美佐/元田敏昭/船木あづさ/安本綾乃/松田怜奈/室井正純/宮澤月子/橋本昌子/尼子加代子/屋敷満子(敬称略)

スーパーフード 大豆の即席のり佃煮和え

(昆布佃煮、しいたけ佃煮でもOK)

わたしの



オススメレシピ



<材料> 蒸し大豆 海苔の佃煮(市販)

<作り方>

容器に材料を入れて和え冷蔵庫で1、2時間。大豆に味が染み込みより美味しくいただけます。

<市販の佃煮を使わない場合は下記>

焼き海苔……………5枚	みりん……………大さじ2
水……………200cc	醤油……………大さじ2
砂糖……………大さじ1	麺つゆ……………大さじ2

鍋に水と海苔をちぎって入れ溶かし調味料を全て入れ煮詰めていく(甘さ辛さは好みで)



組合員さんからの
レシピを紹介します
廣野 勝美さん
(長田区)

組合員のみなさんからのレシピを募集します。

以下の項目を明記、ご用意のうえ編集部まで郵送ください。採用された方には1,000円分の図書カードをお送りさせていただきます。ご応募お待ちしております。

①料理名/②材料/③作り方/④ポイント/⑤写真



●水煮大豆は栄養成分が水に流れ出すのと同時に、うまみ成分も煮る工程で流れ出てしまいます。使うなら蒸し大豆がオススメです。大豆は手軽にタンパク質が摂れ大豆に含まれる栄養素が血中コレステロールを下げ血管をしなやかにし動脈硬化を予防します。毎日の食卓に大豆製品を取り入れましょう。

募集!
オススメ
レシピ