

健康の輪・助け合いの輪・世直しの輪

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 きかん紙委員会
〒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

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。

主な記事

みんなイキイキ活動中
……………2面

生協強化月間に
とりくんでいます…4・5面

協同病院のMRIが
新しくなります………8面

さまざまな地域で 生協強化月間に とりくんでいます



番町診療所60周年
マスコットキャラクター



番町診療所は今年で開設60周年をむかえ、周年行事を開催しました。

組合員数 5万7,912人 出資金総額 20億3,135万8,800円
1人あたり出資金額 3万5,077円 支部数 54支部 班数 572班 9月30日現在

健康・暮らしに関するお困りごとは神戸医療生協にご相談ください

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	ほのぼの郷	☎078(949)2345	協同歯科	☎078(913)1155
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

2023年
11・12月号

きかん紙三つの輪は地域の組合員さんによる手配りで2ヵ月に1回配布しています。
配布のお手伝いをしていただける方は健康まちづくり部 078(641)4322まで、ご連絡ください。

No.394

2023年

生協強化月間のとりくみ

～誰もが健康で安心してくらせるまちづくりへの挑戦～
あらゆる活動・運動を組織4課題目標達成へつなげよう

11月末までの組織課題目標は、仲間ふやし2,264人、出資金増資2億円です。
支部や事業所で一人でも多くの人に声をかけ神戸医療生協の活動に参加、協力してもらう人をふやすとりくみをすすめています。「健康づくり」「助け合い」「世直し」の活動をさらにひろげ、神戸医療生協を強く大きくしましょう。

垂水区块

「フレイル予防」で地域を元気に



9/9（土）組合員12名、職員3名の参加で行いました。神戸協同病院の理学療法士指導のもと「フレイル予防について」学習と体操をしました。みな関心が非常に高く、「筋トレを続けてひざが痛くなってしまった」とか「麻雀班会でずっと座った後には、どんな体操をしたらよいか?」などたくさんの意見が出て、始終にぎやかでした。とてもよい内容で、これからは地域の活動を活性化させてもっと多くの人に参加してもらえるように生協強化月間を頑張ろうとみんなで話をしました。

須磨区块

「うたごえ」をみんなでいっしょに歌いました

9/28(木)ブロック月間スタート集会を開催し、52名が参加しました。むかし懐かしい曲を中心に合唱し盛り上りました。「青い空は」や「折り鶴」といった平和を願った曲も歌いました。合間に協同病院職員による「転倒予防の話」と「地域包括ケア病棟」についての説明がありました。最後は「月間目標達成に向けてがんばろう」の意思統一を行い、当日は4件の出資金増資が集まりました。



加古川区块

3年連続組織課題総達成を目指します

9/29（金）にスタート集会を開催しました。参加者は19名。各支部の月間中のとりくみや班紹介など特徴的な活動を発表しました。また、原水爆禁止世界大会参加者の報告も行い、交流を深めました。月間中の仲間増やし0をなくそうと9月は全支部で仲間増やしを達成、いいスタートを切りました。公開講座や健康チェック、組合員訪問など精力的にとりくみます。月間追い込み企画として、11/19（日）にブロックウォーキングも企画しています。ぜひご参加ください。



明石区块

8グループに分かれて地域訪問



訪問活動のグループ分け
「高齢で協同歯科に通いにくくなり今は近所で受診している」「バスが朝霧まで行かなくなり受診できないなどの声がありました。健康づくりに興味のある方もあり、今後もつながりを持ち、支部づくりめざして運動をひろげたいと思います。」

WHOウォーク



10/22(日)心地よい秋晴れの中、明石公園で開催され235名が参加し、公園内を2kmコースと4kmコースに分かれて歩きました。ウォーキングのほか、東芝生広場では健康づくりイベントを開催し、輪投げやボッチャ、モルックの体験をしました。また、日ごろの健康を意識してもらうために血圧、体脂肪、握力測定を行ったほか、歯科衛生士職員による「お口の健康づくり」のためのワークショップも開催し好評でした。「生協強化月間、最後まで声をひろげ頑張ろう！」をかけ声に閉会しました。

西区・みき区块

9/21(木)スタート集会、オーラルフレイル予防ストローも使って!



今年は10支部中8支部が体力測定会を企画したりくんでいます。運営するスタッフの数がどの支部も十分とは言えないのに、とりくみ状況を共有しあ手伝いにも入れるように声かけしています。2つの支部でとりくむバス旅行は、他の支部の組合員さんでも参加できるように呼びかけています。ぜひ支部の行事に私たちといっしょに参加してみませんか？

番診区块

周年行事を開催しました

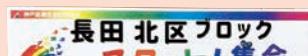


10/1(日)にしあわせの村で開催した番町診療所開設60周年企画を月間の柱としてとりくみました。特徴的なことは、送迎バスも含めて経費はすべて支部の自主財源とトントン収益で賄ったことです。参加費は徴収せずに、9月中に加入・増資された方を招待したことです。年度初めから各支部で討議し、合同バザーなどを実施。食事会とゲーム大会の手づくり式典に67名が参加されました。9月のブロック成果は実人数(今年度初めて増資された方)が32名、新加入が8名でした。

長田・北区区块

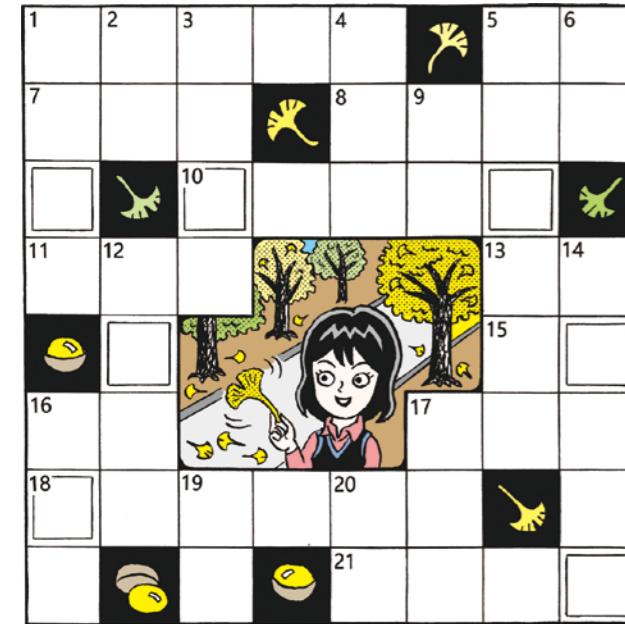
事業所のとりくみを学びました

9/30(土)「医療・介護まるごと医療生協」をテーマに長田区文化センター大会議室にてスタート企画を行いました。理事による日常の困りごとをリアルに表現した寸劇でオープニング。神戸医療生協・クリエイト兵庫・駒どりの各事業所から事業所の場所やサービス内容の説明を受けました。当日は74名の参加で参加者からは「こんなにたくさんの事業所があったんだね」「いざという時に安心やね」などの感想が寄せられました。



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7文字を
うまく並べてできる言葉は？



ヨコのカギ

- | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|---|
| 1 | 2 | 3 | | 4 | | 5 | 6 |
| 7 | | | | 8 | 9 | | |
| | | | | | | | |
| | | | | 10 | | | |
| 11 | 12 | | | | 13 | 14 | |
| | | | | | 15 | | |
| 16 | | | | 17 | | | |
| 18 | | 19 | 20 | | | | |
| | | | | | 21 | | |
- 1 チョンギースと鳴く昆虫 13 転ばぬ先の……
5 天高く……肥ゆる秋 15 原始時代の土製の焼き物
7 今年の夏は高温でした 16 ……心あれば水心あり
8 メールなどを送信すること 17 建物を建てるための土地
10 途中で気がだらけてたるむ 18 黒ショウジョウとも呼ばれる最も知能が高い猿
こと。……の試合 11 鉄腕アトムの妹の名前 21 古道具などの……品

タテのカギ

- | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
- 1 つりがね形の花が咲く秋の 9 恩返しをする鳥
七草 12 百獸の王
2 カーニバルで有名な都市 14 人のために有益な鳥
3 イチョウの実 16 シャイ。……な子ども
4 何もつけていない肌 17 敷布のことです
5 草木も眠る時間帯 19 来年の五輪開催都市
6 スーパー……。カメラ…… 20 自分。……紹介。……満足

No.393(9・10月号)の答え オンガクカイ(音楽会)

●はがき郵送またはメールでも受付をしています ●〆切 10月31日(火)着
【はがき応募の場合】
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、通信などもあわせてお寄せください。
【メール応募の場合 (QRコードからも読み込めます)】
宛先 kikanshi.3tunowa@kobe-iseikyo.or.jp
件名に「クロスワードパズル応募」と入力し、本文に「解答・住所・氏名・年齢」を入れてください。ご意見や通信などもあわせてお寄せください。
QRコードの読み込みができない場合はメールアドレスを入力してください。

●前号クロスワードパズルの応募総数は149通（うちメールは85通）でした。パズルの正解者の中から次の10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。
伊藤直美／石津純一／門脇和美／川口万里／北村京子／榎原君子／猿田万須枝／中村紀美子／山田順子／吉岡直子（敬称略）

法律相談（無料／要予約） 神戸協同病院 11/17金 いたやどクリニック 11月はなし 協同歯科 11/14火
641-6211/18:00～ 12/15金 611-3681/18:00～ 12/28木 913-1155/18:00～ 12/12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	11/29 水	JR福知山線 廃線敷 ウォーキング (7kmコース)	集合時間：9:30 集合場所：阪急神戸三宮駅 東口改札前 参加費：無料 持ち物：水分補給ができるもの・昼食・懐中電灯 三宮に集合してからJR生瀬駅に向かいます。生瀬駅から武田尾駅間の旧国鉄福知山線の廃線を歩きます。途中で長いトンネルを通ったり、お昼をまたぎますので持ち物にはご注意ください。
	12/21 木	酒蔵 ウォーキング (3kmコース)	集合時間：10:00 集合場所：阪神住吉駅 改札前 参加費：無料 持ち物：水分補給ができるもの 酒蔵を何か所かめぐるウォーキングコースです。見学ツアーも予定しています。

参加は予約制とします。
参加ご希望の方はお電話ください。ウォーキング当日の朝7時の時点で降水確率60%以上の場合中止します。

ウォーキングボランティアを募集します。
内容はウォーキングコースの下見、当日の参加者の誘導などです。ご自身の健康のためにもご興味のある方はご連絡ください。

伝言板

◆いろんな支部の取り組みを楽しく読んでいます。読んでいるうちに、頑張ろう！と意欲が湧いてきます。

（明石市 70代 水田オサム）

◆赤ちゃんの頃から木村彰宏先生に食物アレルギー外来でお世話になった娘が現在民医連の病院で看護師として頑張っています。カンガルーのポケットの記事、いつも楽しみに拝読しております。（垂水区 50代 北風美奈子）

◆10月6日で95歳になります。昔は班会もしておりました。お彼岸も過ぎましたが…赤紙で海の藻屑の言霊（コトダマ）が古里恋しと寄せ来る波よ。二度と同じことはごめんですものね。（垂水区 90代 堀尾幸栄）

◆「いのちの章典」について学び、考える機会があれば是非とも参加したいと思いました。極端な責任追及や権利主張が目に余る時代にあって、どう向き合うのか、権利と責任の良いバランスについて考えを深めたいものです。（北区 70代 小林正純）

◆今年は協同病院で乳がん検診・マンモグラフィーを撮りに行かせてもらいました。今日も初めていたやど歯科へ歯の検診でお世話になりました。（須磨区 40代 野崎洋子）

◆いつも娘とクロスワードを解いていますが、今回は娘が入院中なので一人で家で。いつもクロスワードを解くを楽しみにしている娘にも持つていってやろうと思います。（垂水区 40代 平川彩）

◆神戸協同病院の3階が地域包括ケア病床に変わったお知らせを読み、年を取り、色々不安が多くなってゆく中、少しでも気分が明るくなる内容でした。ありがとうございます。わずかな増資もつづけたいと思います。（須磨区 70代 松井寿美江）

◆学園都市支部では囲碁・将棋などを行っていますがメンバーが少なく困っています。他の支部からも参加を希望します。（西区 80代 津谷治男）

※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く場合があります。
※伝言板のみのご投稿もお気軽に寄せください。

一平和社保委員会より 世なおし川柳募集

①おひとりにつき2句まで応募できます

②平和や社会保障に関する題材を入れること

③未発表のものに限ります

④作品の返却はできません

⑤来年の新春のつどい参加者が投票を行い、上位5名には表彰と賞品（クオカード2,000円分）があります。また三つの輪（3・4月号）に掲載いたします。

*応募締め切り、2024年1月10日（水）

*応募用紙は各事業所または健康まちづくり部でお渡しします。



猛暑耐え涼しさ朝夕の川柳
西区堀佳栄さん



川柳・おすすめしたい本・お庭のお花の写真など、テーマは自由です。「わが家のアイドル」も募集しています。1・2月号三つの輪で年始にまつわる作品を募集しています。（11/30〆切）

原発ゼロの社会へ Vol.49

そもそも「ALPS処理水」海洋放出時の環境放出基準は満たしていない

政府と東電は、これまで福島県の漁連に対して、「関係者の理解なしには、いかなる処分も行わない」とした約束を撤回し、8月24日に「ALPS処理水」の海洋放出を強行しました。「ALPS処理水」について、政府は「エネルギーの弱いトリチウムを除く放射性物質で、環境放出の際の基準を満たす水」と定めています。しかし、現在タンクに貯められている水の約7割はトリチウム以外の放射性物質が環境放出基準を超えたものになっています。

「他の国の原発でもトリチウム水が放出されている」とよく言われますが、「処理水」はトリチウム水とは全く別物です。また、トリチウム自体も三重水素という放射性物質であり、人体や海洋への影響は専門家でも意見が分かれています。

直近では「汚染水ではなく処理水」という言葉狩りや、「中国の輸入規制」など対立をあおるような報道が行われていますが、そもそも汚染水は増え続けていること、福島第一原発事故のデブリ取り出しをはじめとした廃炉作業など原発の問題は山積しています。

10月5日には第2回目の放出が行われました。海洋放出は約30年かけて行われる予定です。海に流すしか方法はさておき、まだ引き返せる段階です。全国で反対の署名も行われています。私たち一人ひとりにもかかわる問題を一緒に考えてみませんか。

あなたのまちの 支部長紹介



須磨プロック
たかくら台支部
酒井 治美さん

神戸協同病院

来年の3月より
MRIの機器を
新しくします

MRIってなに?

たかくら台支部の支部長を紹介します。高倉台地域は須磨ニュータウンで最初の開発地域で、入居が始まつて50年が経ちました。高齢化も進んでいますが、支部は横尾支部から分離してから14年くらいで、比較的若い支部です。頑張つて頂いた前支部長の療養など重なり、数年間支部長が不在でした。このような状況で運営委員さんの中から「私が引き受けます」と言つていただきたのが、酒井支部長です。支部長は「手話通訳」を引き受けており、多忙の中頑張っています。協同病院でも引き受けており、喜ばれているそうです。支部長は去年と今年で、3つの班の立ち上げに尽力いただきました。このような支部で高齢化も進んでいますが、支部長を中心にして、強く大きな支部にしていきたいと思います。

MRIは磁気共鳴画像診断と言い、強力な磁場と電波により臓器や血管などを画像化する検査です。脳や脊椎、腹部、血管、関節などを検査するのが得意な装置です。

装置の外観はCTと似ていますが、CTは放射線を使っており、原理が異なります。CTに比べて、騒音や狭いなどの制限がありますが、病気の性質などを詳しく調べる検査に優れています。



私たち組合員にどうなることな?

生協強化月間にあわせて出資金増資のご協力を呼びかけています。協同病院でも機器の費用目標を達成するため、MRI特別増資袋を受付窓口などでお渡しをしています。また、年に一度の脳MRI健診の受診をしましよう。

11月30日（木）午後には協同病院の待合室でMRI公開講座を予定していますのでご参加ください。あわせて地域での班会においてもお話をさせていただいています。

私たちの身体を守り、医療生協をひろめるところみを一緒にすすめていきましょう。

（放射線科科長：高橋修平）

新しいMRIはどんな機器?

これまでの協同病院のMRIは導入されてから10年以上が経過し、故障なども出てきており更新する必要がありました。A-Iの技術により高画質と高速化が進んでいるなかで、MRIの機能もより静かで、かつ短時間（約15分）で検査することができます。

MR-I機器は高額ですが組合員のみなさまに利用していた大変ほか、近隣の病院などにはまだない最新機器ですので、他院からの紹介検査など、病気の早期発見に力を發揮します。



（今までより）
静か！

（撮影時間が）
早い！

（画像が）
きれい！