

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

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。

主な記事

新しい年を迎えて
…………… 2面

みんなが幸せでありますように…
…………… 6・7面

介護ショップをご利用
ください…………… 12面



小畑 明美さん
(須磨区)

春 顔

赤星 光枝さん
(須磨区)



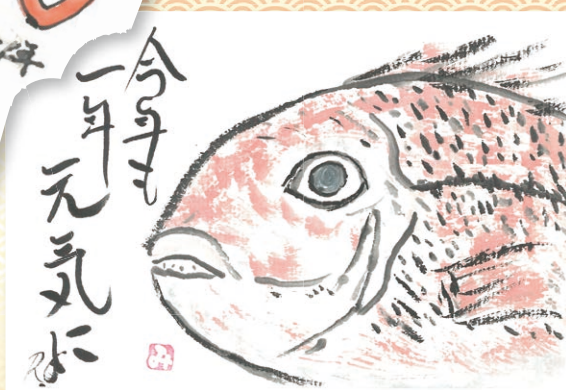
田岡 いく代さん
(明石市)



谷口 貴美子さん
(須磨区)



塩野 菜美さん
(兵庫区)



中川 美代子さん
(明石市)

組合員数 5万8,137人 出資金総額 20億3,928万1,500円
1人あたり出資金額 3万5,077円 支部数 54支部 班数 585班 11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

し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。

2024年
1・2月号

No.395

新しい年を迎えて



神戸医療生活
協同組合
理事長
道上 哲也

組合員の皆様、役職員の皆様、新年おめでとございます。昨年は対面での交流が可能となり、大いに新しい取り組みが行われました。

ひとつは生協学校・保健学校の第一講座として位置づけられた「いのちの章典」学習会で一七〇人の参加で成功を収めました。講師の高橋先生のリードで組合員と職員の話し合いが盛り上がり、「医療生協の健康観に感動して医療生協が大好きになりました」「参加と協同を大事に考えていきたい」など積極的な受け止めがされています。職員からは「組合員さんとのお話が刺激になり明日からの仕事の力になった」などの声があります。

した。たとえば自己情報コントロール権は問題点の多いマイナンバー制度に対応する力となるでしょう。今年は実践を持ちよる交流会が計画されており、今の医療生協にふさわしい取り組みに進化させていきたいと思えます。

もうひとつは神戸医療生協の歴史を振り返る行事がたくさんありました。第一講座において、井上専務からの話に対して「診療所創立の歴史、自分たちの医療機関を持ちたいという地域の思い、国が自己責任を求めている中での医療生協の役割を再確認した」など、歴史を知る人も初めて聞く人も学ぶ機会となり、三つの輪の理念として結実した私たちの存在意義を共有できたのではないのでしょうか。

事業所と地域では番町診療所六十周年、いたやどりニック七十周年、ひまわり診療所三十周

年の行事が組合員と職員の協同で取り組み、開設時から現在までのそれぞれの歴史と役割を振り返りこれからの歩みを進めていく機会となりました。

歴史を引き継ぐとは、発展させるとはどういうことなのか、ますます複雑さを増す政治・社会・医療情勢の中で私たちの果たすべき役割をいっしょに考えていきたいと思えます。

平和の問題がますます重要な状況となっています。

マスコミなどでは戦争の報道が毎日のように行われていきます。どこで争いがあつたという話のみでなく、大切なことは「戦争をやめること」、そのために何が必要なのかを私たちみんなが考え行動することではないでしょうか。キーワードは「民族自決権」「生存権」の尊重・実現でしょう。小さいけれども身近なところから声を上げ、行動をおこなっていききたいと考えています。

新しい年を迎えみんなで健康に留意しながら、次の一歩を踏み出しましょう。

二〇二四年 初春



カンガルーのポケット

118

いつまでも若々しく

小児科医 木村 彰宏

「やあ、ひさしぶり。元気にしてたかな」。「コロナ禍が落ち着きを見せた昼下がり、高校の同窓会に出かけました。懐かしい顔の中に見え隠れする、50年の時間の重みを確かめ合います。なしてきたこと、なせなかったこと。そして第一線を退いた今の生活と健康に話が及びます。背筋をきれいに伸ばし、軽やかに歩く同級生。かと思えば前かがみでゆつくりと歩く同級生。年月は人の姿を大きく変えてしまうんですね。喫煙者は

肌が荒れやすく、陽を浴びて外で働いてこられた方の肌も老化しやすいと言われます。いろいろな病気を経験され、闘病生活を続けられている方が元気をなくされるのは当然のことです。でも身体の内側からくる気持ちの張りも、その人の外見を左右する大切な要素かもしれません。

老化の正体

和田秀樹先生の「人は感情から老化する」(祥伝社新書)を読みまして。少し古い著書なので、今の時代に合わない所があるのですが、年を重ねていく上での心構えには共感できることが数多くあります。

年を重ねると、体力や気力など、多くの面で老化が始まります。なかでも思考や意欲、感情、理性をつかさどる前頭葉の大きさは、77才を超えると20才の28%も小さくなるというデータには驚かされます。その結果、ルールの変更にはなじみず同じことを繰り返したり、表情の変化も乏しくいわゆる仏頂面になります。また、身なりを気にしなくなり外見も老け込みます。自発性や意欲が低下すると、日常生活で頭を使う機会が減り、何をするにもおっくうと感じます。身体を動かすことが減ると、

急に老化も強まります。「年甲斐もなく」とか、「もう年ですから」、「なにを今さら」という高齢者の道徳観にとらわれないで、身体も感情も使い続けることが大切です。

生きる原動力

和田先生は、欲を持つことが生きるための原動力だと言われます。

- ①髪を整え、薄くお化粧するなど、自分のために身ざれいにし、歩く姿勢や表情に気を付ける。
- ②話しかけたり誘ったりできる友人を大切にし、小説やテレビで出てきた現地にしかけてみる。
- ③若い人との付き合いは、何かを教えてやるという上から目線ではなく、相手の話を聴き、決めつけをしないで、場合によっては頭を下げ教えを乞うことや、上手にあらまえるなど、フラットな人間関係を作るよつ心がける。
- ④テレビを観る時も、情報をうのみにしないうで、ツッコミを入れたり、自分なりに解釈をして人に伝えるなど、能動的な態度で接する。
- ⑤読書も、一度読み終えた本をもう一度読むと確かな記憶になるなどの提案をされています。

身体が丈夫な方は、ボランティア

未来のお医者さん②

ようこそ
民医連医療・医師後継者づくりのとりくみ



光太郎さんらがリーダー学生を務め、企画の準備を進めてくれました。

当日は、患者さんにお話を聞くフィールドワーク、川崎協同病院の和田浄史医師による講演会などを実施しました。及川さんは「すごく勉強になった。患者さんの社会背景に目を向けられる医師になりたい。困っている人の声を代弁していきたい」と感想を寄せてくれていて、受療権を守るために医師にできることは何か考える機会になりました。また、フィールドワークで長田地域を訪問した際に「将来は民医連の医師になつてね」と声を掛けられたそうです。地域の方々の期待に応えて受療権を守る医師として活躍できるよう、今後とも一緒に学んでいきたいと思えます。



1列目の左から3人目が及川さん

や無理のない仕事をすることもお勧めです。以前「年を取ると教養と教育が大事です」と話された先生の言葉を思い出します。「教養」は、今日用があること。「教育」は、今日行くところがあること。これまでの人生の中で蓄積された豊かな経験を使い、人の役に立っている自分、人から必要とされる自分を実感することが、思考や意欲、感情、理性を若く保ちます。また、適度な運動は身体を疲れと呼び、脳を守ることにもつながると言われます。

カンガルーの工夫

人生60才はまだまだひよっこ。70才からが本番といわれます。健康に気を付けて身体を動かし、感情や理性を総動員して、毎日を意欲的に過ごしませんか。

カンガルーはスマートウォッチを腕にはめ毎日8000歩を目標に体を動かしています。カンガルーのポケットの原稿を書くために、少し難しめの読書も欠かせません。そして家族には精神年齢はいつまでも幼稚園児のままだといわれてま



神戸協同病院 078-641-6211

内科・健診	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●	●	●	●	●	●
15:00～17:00	—	—	●	—	—	—
16:00～18:30	●	—	—	—	●	—

※健診の受付時間は診療より60分早く終了します。
詳細は事前にお問い合わせください。
※MRI検査は機器更新のため2023年12月1日から2024年2月末まで実施できません。

外科(乳腺・一般)	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●	—	●	●	●	●
16:00～18:30	●	—	—	—	●	—

皮膚科	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●	—	—	—	—	—
16:00～18:30	—	—	—	—	●	—

整形外科	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	● 受付11:00まで	—	●	● 受付11:00まで	—	▲ 第1・3・5は 受付11:00まで
16:00～18:30	●	—	—	—	▲ 第2・4は 受付18:00まで	—

▲受付終了時間が医師によって変更になりますので、事前にお問い合わせください。

いたやどクリニック 078-611-3681

内科・健診	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●※	●	●※	●	●	●
14:00～16:30	—	—	●	●	—	—
16:00～19:00	●※	—	—	—	●	—

※漢方外来は月曜9:00～12:00、16:00～19:00、水曜9:00～12:00

皮膚科	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●	●	●	●	●	● 第2・4
14:00～16:30	—	—	●	—	—	—
16:00～19:00	●	—	—	—	●	—

番町診療所 078-577-1281

内科	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●	●	●	●	●	●
17:00～19:00	—	—	●	—	—	—

皮膚科	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	—	—	—	▲	—	—

※皮膚科受診ご希望の際は事前にお問い合わせください。

小児科	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●	●	●	●	●	●
14:00～16:30	—	—	●	—	—	—
15:30～19:00	●	—	—	—	●	—

★土曜日午前のアレルギー・一般外来は隔週です。

胃カメラ	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	—	●	—	●	—	● 第4

「アレルギー専門外来」は完全予約制です。
小児専用電話 078-621-9952

ひまわり診療所 078-941-5725

内科	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●	●	●	●	●	●
16:00～19:00	●	—	●	—	●	—

胃カメラ	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	—	—	●	—	—	●

★その他、健診、予防接種等はお問い合わせください。

いたやどクリニック70周年
秋の文化祭



の医療活動で
の実践が笑いと涙と名演技で伝えられ、学習を深めることができる



1953年に板宿診療所として産声をあげてから、今年で70年が経ちました。いたやど事業所利用委員会では4年ぶりに文化祭を計画して、11月11日に「いたやどクリニック創立70周年記念文化祭」を待合室で行い、120名が参加しました。
二つのメイン企画を準備しました。2004年から機関紙『三つの輪』で連載が始まった『カンガルーのポケット』の誕生秘話について木村院長が講演を行いました。そして、今年度、組合員と職員がともに学ぶ医療福祉生協の『いのちの章典』をクリニックの看護師が寸劇にして披露、認知症の患者さんとのかわりをテーマに日頃の医療活動での実践が笑いと涙と名演技で伝えられ、学習を深めることができる
（事務長 宮野 由佳子）
また、いたやど歯科の永田所長のバイオリン演奏、歯科衛生士の口腔体操、小児科や皮膚科の患者さんも登場した子どもたちのダンス、「面白かった」と評判の笑喜点一頁さん（実は、近所の書店員さん）の落語、楽しそうな班会の様子が目に浮かぶひだまり支部のアンクルン班の演奏が花を添えました。
「待合室いっぱいひろがった参加者に、70年の歴史を通じていたやどクリニックがたくさんの組合員に支えられて今があることを実感した」「いつも見る患者さんと同じ空間で同じように楽しむことで、組合員と職員の協同のとりくみを感じた」「人が集まることはとても大事、また来年もこうして集まりたい」などの感想が寄せられました。

事業所の周年行事を開催しました

ひまわり診療所開設30周年をむかえて
12月3日（日）、晴天に恵まれたなかで「ひまわり診療所開設30周年を祝う会」が開催されました。当日は理事・組合員や職員はもちろんの事、初代所長の中山先生、2代目所長の安川先生や歴代師長、事務長もお祝いに駆けつけ58名の参加で盛大にお祝いしました。
開催前の待ち時間には生ピアノ演奏のBGMを奏でてもらい雰囲気盛り上げ、二見中学校吹奏楽部の演奏で開幕しました。祝う会では、道上理事長や尾崎所長が挨拶を行い、安川前所長や中山初代所長にもお祝いの言葉を頂きました。
第2部は「青い山脈」のうたごえで開会しました。音楽療法士の三反崎さんの指揮のもと歌声コンサートを開催、全員参加で大いに盛り上がりました。
ひまわり診療所は1993年12月1日に開設、開設前の同年2月7日には臨時総代会も開か



れ、「新しい診療所建設成功と医療生協の更なる発展」が決議されました。開設当初のひまわり診療所の周りは畑と田んぼだらけで、なかなか患者さんも増えなかったと聞いています。開設から1年2ヶ月後の1995年1月には阪神大震災がおこり最初の5年はほとんどに激動の船出でした。
30年を迎えたひまわり診療所ですが、これからも「地域になくてはならない診療所」と選ばれるよう、40年、50年を目指して組合員と職員が丸となつて取り組んでいきたいと思います。
（事務長 野口 巨）





神戸協同病院
臨床検査技師
三輪 優太さん

一年健康に気を付けながら、元気に笑顔で過ごしていきたいと思っています。



明石ブロック 魚住支部
運営委員のお孫さん
飯嶋 あかりさん

4月から6年生になります。下級生のお手本になれるよう頑張ります。



長田・北区ブロック
長田北部支部支部長
伊賀 輝幸さん

たんぽぽの家の活動を通してたくさんの人達と出会い勉強をさせていただいています。三つの輪を軸に失敗を恐れず活動を続けていきたいと思っています。



加古川ブロック
未来支部運営委員
岡田 美重子さん

毎年「今年こそは体重を減らすぞー!」と決意。でも食欲に勝てず。今年は運動を頑張ります。

2024年

年男・年女

みんなが幸せでありますように...

～今年の抱負を聞きました～



須磨ブロック
竜管支部運営委員
西川 則子さん

今年、〇回目の年女です。これから先は、死に向かって生きる道を健康にと考えています。医療生協にも背中を押してほしいと思います。



西区みきブロック
伊川谷支部運営委員
富本 昌秀さん

辰年は政治に大きな変化が多い年とか。マイペースな俺だけどついてきてな～嫁はん。いや、ついていきますがな?!



神戸協同病院
管理栄養士
野中 結奈さん

仕事もプライベートも新しいことに挑戦する一年にしたいです。



生協なでしこ歯科
小児歯科衛生士
栗島 沙織さん

ヘルニアの腰を劳わりながら(笑)、体も心も健康に楽しく働きたいです。



いたやどクリニック
看護師
成久 美和子さん

29才で看護学校に入り、34才で入職しました!もう少し頑張ります!!



神戸協同病院
回復期リハビリ病棟 看護師
伊藤 綾さん

初孫が産まれます。初ばあちゃん。お孫ちゃんと駆け回り遊べるように、いつまでも若々しくを目指します!



須磨ブロック
北須磨支部
菊地 美和子さん

6月で96歳です。大腿骨頸部骨折から、車いす生活です。それ以外は、元気ですよ!



神戸協同病院
4階病棟ケアワーカー
米澤 友介さん

龍の様に昇っていき、楽しく一日一日過ごせる様に頑張ります。

みんなイキイキ活動中

班活動について詳しくは、健康まちづくり部（078-641-4322）にお問い合わせください。

西区みきブロック

垂水ブロック

みき支部 ぽんぽん班・ぽんぽん班

みき支部結成して以来10年以上の班です。毎週金曜日 9時～10時まで、県立三木山森林公園内を歩いています。こは自然が豊かで四季の移り変わりを楽しみながら、おしゃべりで脳いさぎも兼ね健康づくりをしています。昨年の体験会で参加された方も1年になり、この日は必ず参加しようと頑張った、この頃歩いても息が切れなくなり手術した足のリハビリにもなると良かったと言っていました。春にはお花見ウォーキング、秋は紅葉ウォーキングも楽しんでいます。



楽しいですよ



作業中の様子

「まるで大工さんの仕事!!」「脳トレだわー」が皆の感想です。作業中のおしゃべりは、生活の知恵や悩みの交流でよく笑い、疲れやストレスの解消に役立っています。

丘の風支部 ガラス細工班

ステンドグラス作成で材料も道具も特殊な班で仲間が集まるかなと心配したものの、今では班員8名。支部・班長さんの物的・心的サポートもあり月3～4回実施することもあります。

学園都市支部 みんなで歌う会

学園都市みんなで歌う会は2023年12月で140回です。コロナ禍で休みましたが、ほぼ月1回開催しています。私が医療生協に関わったのが歌う会ですから10数年続いています。しかし、80人を超えた時もありましたが、現在は40人以下の参加という状況です。合唱団の方が歌唱、ピアノ伴奏してくださり、手話の先生も指導してくださっています。たくさんのご参加お待ちしております。



プロの講師さんから指導してもらいます

狩口支部 健康麻雀班

2018年6月に70代の組合員さんからの要望で始まったほとんど女性の「健康麻雀班」。2人で始めましたが二コースを見たり、口コミで現在では毎回12名を超える参加です。手作り男性ボランティアさんに作ってもらった麻雀卓も加わり現在3卓、フル稼働中。新加入も多くあり、知的で奥深く運が良ければ初心者でも勝ってしまう面白さにはまっています。



健康麻雀の風景

原発ゼロの社会へVol.50

核のゴミと次世代革新炉のゆくえ

2023年10月30日に、日本の地質学者ら300人あまりが、「日本に核のゴミ（高レベル放射性廃棄物）の適地はない」と声明を発表しました。地殻変動の激しい日本では、廃棄物を10万年にわたって地下に閉じ込めることは不可能としています。

核のゴミの最終処分地選びについては、北海道寿都（すつ）町と神恵内（かもえない）村が3段階の調査の第一段階（文献調査）に「手上げ」をしており、長崎県対馬市でも受入れを求める動きがありますが、今回の声明により、処分方法の抜本的な見直しも必要です。

また、GX（グリーントランスフォーメーション）関連法で「次世代革新炉」として打ち出された小型モジュール炉（SMR）について、2023年11月にアメリカの建設計画が中止されました。最大の売りであった経済性が、既存の太陽光発電のコストよりも高くなり採算がとれないと判断されたためです。この計画には日本の企業も100億円以上出資しており、多額の含み損が発生するとみられます。

どんなにお金をかけても、科学的にも経済的にも不可能な原発、もうやめにしませんか。

歯科

全て予約制になっておりますのでご連絡ください。ご予約されていない方は表記の時間にご連絡ください。

協同歯科 ☎078-913-1155

成人	月	火	水	木	金	土
9:10～12:10	●	●	●	●	●	●
14:30～16:30 (土)14:00～16:20	●	●	●	—	●	●
16:50～19:10	●	●	—	●	●	—

小児・障がい者	月	火	水	木	金	土
9:10～11:50	●	—	—	—	—	●
14:30～19:10	●	—	—	—	●	—

矯正	月	火	水	木	金	土
9:10～11:30	—	—	—	—	—	● 隔週
14:30～16:30	—	—	—	—	—	—
16:50～19:10	—	—	—	● 隔週	● 隔週	—

歯科訪問診療 (※)	月	火	水	木	金	土
午 前	●	●	● 隔週	—	●	—
午 後	●	●	● 隔週	—	●	—
夜 間	●	●	—	●	●	—

★訪問時間は要相談。

生協なでしこ歯科 ☎078-978-6480

成人	月	火	水	木	金	土
9:10～12:10	●	●	●	●	●	●
14:30～19:10	●	●	●	—	●	—
往 診	—	—	—	—	—	—

小児・障がい者	月	火	水	木	金	土
9:10～12:10	●	—	●	—	—	●
14:30～16:30 (土)14:00～16:20	●	—	●	—	●	●
16:50～19:10	●	—	●	—	●	—

矯正	月	火	水	木	金	土
9:10～12:10	—	—	—	—	—	● 隔週
14:30～19:10 (土)14:00～16:20	—	●	—	—	● 第2	●



いたやど歯科 ☎078-612-3160

成人	月	火	水	木	金	土
9:10～12:10	●	●	●	●	●	●
14:30～19:10	●	●	●	—	●	—
往 診	●	●	●	—	●	—

小児	月	火	水	木	金	土
17:10～19:10	—	●	—	—	—	—

★小児歯科特診の第4火曜日は休診。

きたすま歯科

★きたすま歯科は2023年3月31日をもちまして閉院しました。今後も引きつづき神戸医療生協の歯科をご利用ください。職員一同お待ちしております。

通院が困難な方にも利用していただけるように、訪問診療をしています。詳しくは各事業所にお問い合わせください。

年末年始休診のお知らせ
12月30日(土)～1月3日(水)

救急の場合は

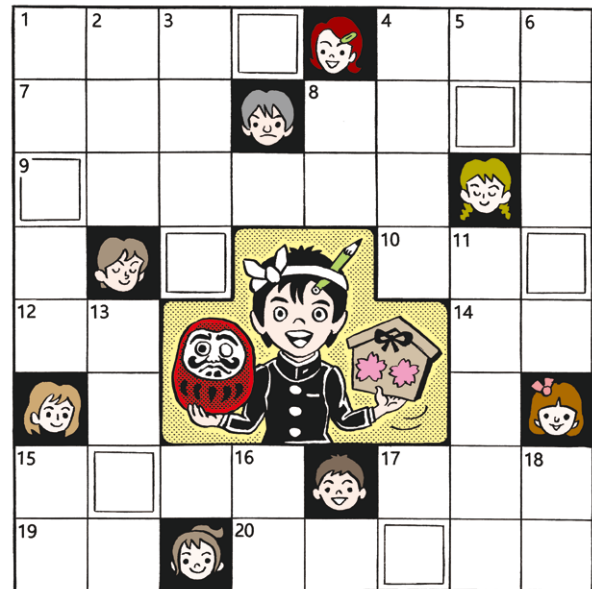
神戸協同病院 ☎641-6211

発熱がある場合は電話でご相談ください

協 同 歯 科 ☎913-1155

救急患者様の受付日は以下の日程になります。
12/30(土)、1/3(水) 9:00～12:00

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？



No.394(11・12月号)の答え イチョウナミキ(銀杏並木)

クロスワードパズル

ヨコのカギ

- ローマにある世界最小面積の国。……市国
- 物価高騰で……は赤字続き
- 着るものです
- もともになったのは万葉仮名
- さまざまな人間感情のこと
- 耳や鼻が専門です
- 厚……、待……、冷……
- モンブランの材料といえば
- 天女が着ているもの
- 長所です。私の……は積極的に行動すること
- 文殊は……をつかさどる菩薩です
- それはよい考えです

タテのカギ

- 食べ放題のメニュー
- 凍結しない程度の温度での保存。……室
- 法律の……に国民は反対
- 商店街の抽選は……なし
- 失敗だと思ったら、結果はよかったよ。……の功名
- 雷鳴の前にピカッ！
- ……場、……目、……屋
- 世界三大瀑布とは、ナイアガラ、イグアス、……の滝
- 赤ちゃんの第一声
- 末広がりを意味する、縁起のよい漢字
- 細部にこだわりすぎ。木を見て……を見ず
- 昔の中国王朝の一つ
- ……は異なるものの味なもの

伝言板

- ◆番町診療所開設60周年おめでとうございます。大変古くからあるんですね。初めて知りました。診療費を低額に抑えていただける医療生協は大変ありがたいです。(加古川市 60代 木村 美智子)
 - ◆木村先生のカンガルーのエッセイが、毎回はっと気付かされる内容で、楽しみに拝読しております。(須磨区 40代 竹澤 友紀)
 - ◆MRIが新しくなったら、早速検査してもらいたいと思っていますので、どうかよろしく願いいたします。(長田区 60代 菱田 浩司)
 - ◆先日、初めて配達していらっしゃる方に出会いました。メモを確認しながら投函されていて、ご足労お掛けして、改めて感謝の気持ちでいっぱいになりました。子供が小さい頃にお世話になった、いたやどクリニックとの出会いが医療生協さんとの出会いです。(明石市 50代 浅野 久美子)
 - ◆ひまわり診療所に 通院中です。受付の壁に、四季のタペストリーが有ります。とても素敵で 心が和みます。(明石市 60代 南 のぶ)
 - ◆10/22(日)明石公園一周のウォーキングに参加しました。最初は階段ばかりで苦しかったのですが、4キロコース最後まで頑張れました。(播磨町 80代 福井 陽子)
- ※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。
※伝言板のみのご投稿もお気軽にお願いします。

共育文化委員会より

～つながる作品展のお知らせ～
班会で作った作品をお披露目しませんか？

日時：2024年4月28日(日) 11時～16時
～4月29日(月) 10時～15時

場所：医療生協本部ビル1階
※班会で作った作品に限ります

問い合わせ

健康まちづくり部
078-641-4322



ワークショップでは紙のコースターをつくりました。



第1回 つながる作品展開催

神戸医療生活協同組合 新春のつどい

日時 2024年2月3日(土) 14:00～16:00
場所 長田区文化センター大会議室
内容 講演「戦争がなかった江戸時代」
講師 田中優子さん(法政大学名誉教授・前総長)
参加費 無料

参加は予約制です。参加ご希望の方は078-641-4322にご連絡ください。

ひと・街・くらし・1.17

—29年目の長田ウォーク &学生さんをつかった紙芝居

とき 2024年1月17日(水) 9:30～
ところ ピフレ3階 クラフト室
(JR・地下鉄新長田駅南)
主催 震災復興長田の会・長田1.17実行委員会

法律相談 神戸協同病院 1/19金 いたやどクリニック 1/25木 協同歯科 1/9火
(無料/要予約) ☎641-6211/18:00～ 2/16金 ☎611-3681/18:00～ 2/22木 ☎913-1155/18:00～ 2/13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	2/16金	離宮公園ウォーキング(4kmコース)	集合時間：10:00 集合場所：山陽板宿駅 改札前 参加費：無料 65歳以上の方は、名前・住所・年齢を記載した公的証明書の原本を入園の際にご提示いただきますと、入園料が無料となります。
	3/13水	綾部山梅林ウォーキング(6kmコース)	集合時間：10:00 集合場所：山陽網干駅 改札前 参加費：無料(公園内は入場料400円) 行きは網干の古い街並みを歩いて梅林へ向かいます。帰りはバスを利用する予定です。

新型コロナウイルス感染拡大防止の対策のため、参加を予約制とします。
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%以上の場合は中止します。



「川柳」
夏服と
冬服と
の
衣がえ

もーいらないのか、
合服は。
西区 あきなし子さん



藤田幸子さん(須磨区)



岸本まゆみさん(垂水区)

お詫び

11・12月号 クロスワードパズルで
応募締め切り日を 10月31日(火)としておりましたが、
正しくは 11月30日(木)でした。
お詫びして訂正させていただきます。



わが家の
アイドル
Part.50

山口 悠人 くん
はるか
遙 ちゃん(6歳)

一生に一度のお稚児さん参りが近くの神社でありました。双子のきょうだいです。同居で毎日にぎやかです。
(明石市 安藤 定子)

あなたのまちの

支部長紹介



番診ブロック
せせらぎ支部

塩野 菜美さん

せせらぎ支部は長田区番診ブロックの所属ですが、兵庫区北支部と南支部の中間にあり「カモメ会館」を拠点に活動しています。支部長は伊藤（以下敬称略）・加藤・平野・塩野・岸本、そして再び塩野へと引き継がれ現在に至っています。阪神淡路大震災で壊滅状態となった上沢・松本地域が復興し東西に小川が作られ「せせらぎ通り」と名付けられたのが支部の名前の由来です。塩野支部長は「震災の前年、協同病院に入院したのが縁で組合員になり、当時の支部長加藤さんと知り合って2009年から運営委員に。思えば人との縁が今の私を導いてくれました。今後も先輩方に負けないように人とのつながりを大事にして活動を続けていきたい」と語っています。ニュース発行や各班を主催する傍ら新班を立ち上げるなど発想も豊か。生真面目で誠実、控えめな中に芯の強さを併せ持つ支部長と共に、助け合い活動「とんとん」や班活動で地域の組合員とのつながりを広げながら楽しい支部活動にしていきたいと思っています。

（支部運営委員一同）

医療生協の 介護ショップを ご利用ください



新長田の本町筋商店街に入っすぐ東側のところにある「介護ショップきょうどう」は、介護用品を通して利用者様の快適な生活をサポートするお店として、介護保険認定の有無に関わらずどなたでも気軽に利用できるお店です。

店内ではオムツや介護用品、衛生用品などを販売しており、生活に役立つ商品がそろっています。店内に置いていない商品はカタログ

でご取り寄せが可能です、配達も承っています。

介護保険でお得に購入できるものもあります

シャワーチェアやポータブルトイレなど特定福祉用具に該当する商品は介護保険で10万円まで補助が出るので、1割負担の方なら購入費の9割が支給されて戻ってきます。また、転倒防止のために手

福祉用具のレンタルも しています

すりの取り付けなど住宅改修についても同様に20万円まで補助が利用できます。

福祉用具のレンタルは、介護保険を利用して1割から3割の自己負担で利用可能です。歩行器や置き型手すりで月々300円程度、要介護度2以上の方なら車いすや介護ベッドなども月々3000円程度（介護ベッドは月々10000円程度）からレンタルが可能です。

お気軽にご相談いただければ、福祉用具の専門相談員が親身にサポートさせていただきます。

※まだ介護保険を利用したことがない方は、まず神戸医療生協の居宅介護事業所やお住まいの地域にある「あんしんすこやかセンター」にご相談いただければ、利用の流れや申請代行などアドバイスが受けられます。

来店される際には
お電話をください



介護ショップきょうどうは、すべての利用者様が、住み慣れた地域でいつまでも安心・安全な生活をおくり続けるることを目指して全力でサポートさせていただきます。福祉用具を利用することで利用者様の生活が少しでも豊かになるお手伝いができれば嬉しく思います。訪問・配達で外出中のこともあるため、ご来店の際は事前にお電話いただければスムーズにご案内させていただきます。どうぞご来店をお待ちしています。

（前田 知美）

介護ショップきょうどう

神戸市長田区腕塚町2-1-15

TEL. 078-641-4444

FAX. 078-641-4445

営業時間

月～金 9:00～17:00
土 9:00～13:00
日・祝 休日