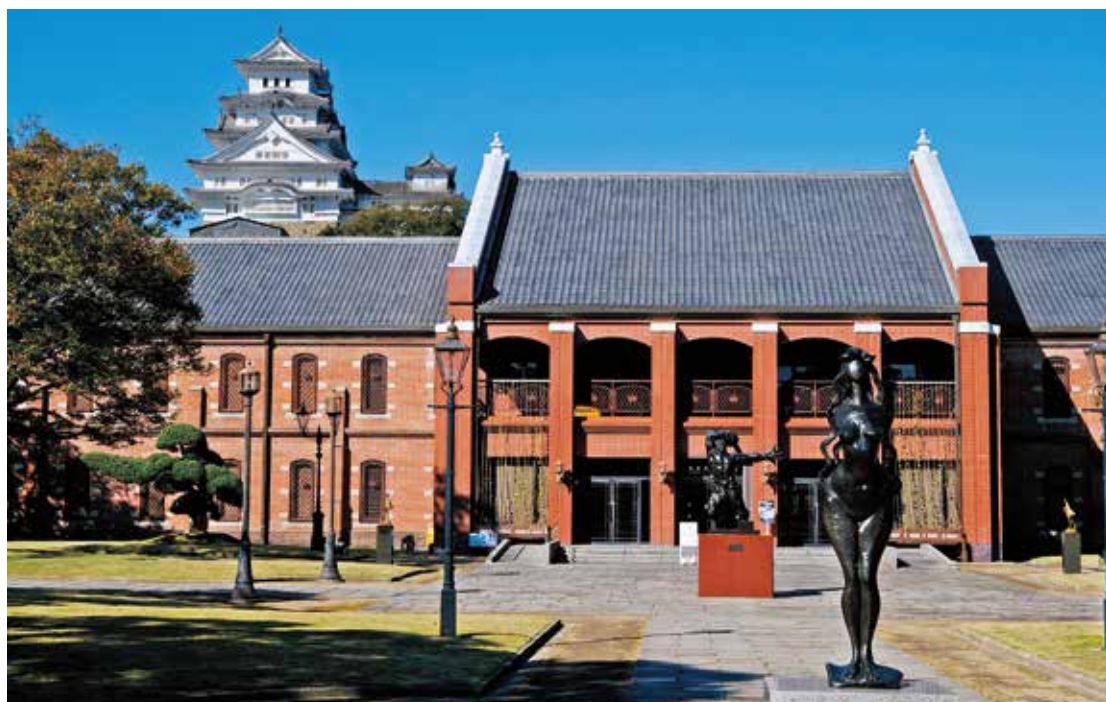


2022年
12月1日
No.509

ひめじ



● 組合員 18,209人 ● 出資金 403,471千円 ● 1人平均出資金額 22,158円 (2022年10月31日現在)



▲姫路城と並ぶ姿は、正に和と洋の共演

姫路市立美術館

(姫路市)

レトロな赤レンガ造りがひととき存在感を放つ姫路市立美術館。元々は明治時代、軍の兵器庫・被服庫として建てられました。終戦後は姫路市役所として活用されていましたが、市役所の移転に伴い、1983年(昭和58年)、美術館へと姿を変えました。2003年(平成15年)には国の登録有形文化財に認定。近年は、展示環境等の整備も行われました。スタッフの皆様への対応も素晴らしく、芸術にあまり関心なかった筆者でも十分楽しめました。

現在は、前庭で庭園アートプロジェクト『霧の彫刻』《白鷺が飛ぶ》を開催中です(来年3月12日まで)。人工が放つ霧と自



▶ 雲囲気のある一枚が撮れました

中谷芙二子、《白鷺が飛ぶ》、霧の彫刻 #47769、姫路市立美術館前庭、2022年10月25日 (c)Fujiko Nakaya 2022 (c)Himeji City Museum of Art



然の大気の融合で毎回違う景観を楽しめます。霧の中に入ることも出来、温度や感触など五感で体感する白い世界は一興です。

その他、お子様向けの鑑賞会や読み聞かせなどが定期的に行われ、教育の発展に尽力されています。

来年、共立病院と同じく開館40周年を迎える姫路市立美術館。今後も様々な催しを計画されていますので、是非一度芸術の世界に触れてみてください。

(取材地域サービス部 藤木祐弥)

姫路市立美術館
姫路市本町68
☎079-222-2288



共立病院創設期を知る方へのインタビュー

共立病院の創設期に大きな役割を果たしてこられた河盛史郎さん(元副理事長)に、お話をうかがいました。インタビューは新谷文子さん(元共立病院看護総師長)です。



▲当時は振り返り話も弾みます

みんなで作ったみんなの病院

新谷 まずはじめに、共立診療所(現共立病院)を設立しようとしたきっかけについて教えてください。

河盛 私は1960年に日本触媒に入社し、数年後職場で昏倒事故や肝臓障害などになる労働者が相次ぎ、原因追及や環境改善に取り組みました。その時、民医連チームの協力を得て職業病に認定



河盛史郎さん



▲当時の市川台。まだ市川団地も建っていませんでした

されました。1970年代にかけて公害問題や労災職業病の問題が蔓延しとって、姫路も例外ではなかった。でも

満足に診てくれる医療機関は少なく、労働者や市民は困った。大阪や神戸で民医連の病院や診療所が活躍していたけれど、姫路にはなかったから姫路にも民主診療所をつくらうという動きができたんです。



▲「共立診療所」建設がスタート(1974年)

新谷 当時は、揖保川や市川の水や河川敷も今のよう綺麗ではなかったですね。今の若い人には想像できないんじゃないかなあ。

河盛 1960年頃はまだ揖保川も綺麗だったけど、70年代にかけてひどくなったからね。今思い返してみると診療所をつくるには言うたもの、あんなに設立運動が大変なこととは思ってなかったな(笑)。

訃報

当組合理事長 荻野俊夫が2022年10月30日に逝去いたしました。ここに謹んでお知らせ申し上げます。

組合員、患者利用者、関係者の皆さまにおかれましては、生前のご厚誼に深謝し心より御礼申し上げます。

なお、ご家族のご意向により、葬儀は近親者にて執り行われました。

次期理事長につきましては、定款第28条に基づき、11月12日に臨時理事会を開催し、共立病院院長 西村哲範が就任しましたことを併せてお知らせいたします。

記

氏名…荻野俊夫

(おぎのとしお)

生年月日…1944年5月7日(満78歳)

略歴…1969年 神戸大学医学部 卒業

1975年 姫路医療生協 活協同組合 入職

1977年 姫路医療生協 活協同組合 理事長 就任

新谷 どんなことが大変でしたか？

河盛 やっぱりお金のことやね。建設資金や設立後の運営は本当に大変やった。最初は運動している人の信用だけでお金を集めとったから、信用してもらうんがほんま大変やった。出資金を持ち逃げするんちゃうかとも言われたりね。建設資金もやけど、職員の真崎勝利まさきかつとしさん(元専務理事)のボーナスも出さないといけない。そのために自分の給与を削って出資してくれた人もおったから、ほんまにそういう人達に支えられて診療所ができたんやと思う。

新谷 まだ影も形もない診療所にお金を出してくれる人

なんておらんかったからね。ほんまに最初から建設運動に関わられた方はご苦労があったと思います。

河盛 診療所ができてからは、法人を医療生協にするか医療法人にするかという問題がありました。神戸医療生協の大橋専務に指導を受けていたこともあり、姫路も神戸にならって医療生協にすることにしたんや。今考えてみるとやっぱり医療生協にして正解だったと思うね。組合員が主人公だから。地域全戸を訪問して組合員になつてもらって、そのから総代を決めて色んなことを民主的に決めていくことができたからね。

新谷 それが医療生協の良さ

ですよね。それこそ最初は色々と言われたけど、共立診療所が出来てからはほんと組合員さんみんな協力してくれたから。

今後の共立病院について

新谷 これからいよいよ共立病院の建て替えが進んでいきます。河盛さんの想いを聞かせてもらえますか？

河盛 病院というのはやっぱり地域に住んでいる人々のためにあるものやから、地域

での役割をしっかりと果たせる病院であってほしいなあ。最近は地域や組合員との繋がりが弱くなっているように思うから。地域には色んな専門家がいますから、もっと繋がりをつくってそういう人たちの力も借りながら、組合員と職員が協同の力ですすめてほしいね。



▲完成した共立診療所(1975年)



▲取り壊す直前までレンタル市川台に



▲解体された旧診療所。長い間お疲れ様でした



▲開設当時の職員(1975年)

河盛さん、新谷さん、ありがとうございます。

年に一度は自宅で大腸がんチェック!

食生活の欧米化により大腸がんが増えています。“大腸がんを早期に発見しましょう”

早期の大腸がんは自覚症状がないため、発見には便潜血検査が大切です。姫路医療生協の便潜血検査は自宅で簡単に出来ます。便を採り郵送するだけ。医療機関に行かなくても受けられます。お仕事が忙しい方、病院への通院が困難な方には特におすすめです。早期発見で大切な命を守りましょう!!

(健康づくり委員会 委員長 上田千紅)

大腸がんチェックセット

価格:1個800円(税込)

販売期間:2023年2月28日まで

検体受付:2023年3月25日必着

購入できる場所

- ①地域サービスセンター(姫路市大善町141)
- ②共立病院・共立歯科・ヘルスコープあぼし診療所各窓口
- ③地域の支部へお申込

【お問い合わせ】

姫路医療生協 地域サービス部 ☎079-285-3399まで



地域包括支援センターと 居宅介護支援事業所って どこが違うの？



生協本部 介護事業部次長 ふじわらひとみ
藤原 仁美

「夫が脳梗塞になり入院している。麻痺が残りそう。家に帰れるのかな」や「最近物忘れがひどくなっているようで不安」「隣の高齢の方の様子が変で気になる…」等のお悩みがある時、みなさんはどこに相談されていますか？このような時に相談できる窓口になるのが、「地域包括支援センター」と「居宅介護支援事業所」の2つです。しかし、この2つは全く同じというわけではなく、機能に違いがあります。

様々な側面から高齢者を支える 『総合相談窓口』

まず、地域包括支援センターは、地域の高齢者がいつまでも住み慣れた地域で生活ができるよう、主任ケアマネジャー・保健師・社会福祉士などが配置されており、介護・医療・保健・福祉の様々な相談に応じ支援する役割があります。また、介護予防・日常生活支援総合事業の事業対象者や要支援



1・2と認定された方のケアプランを作成し、介護保険サービス事業所との連絡調整を行い、サービスを利用できるようにする役割があります。

在宅介護のスペシャリスト

次に、居宅介護支援事業所はケアマネジャーが配置されており、自宅を中心として介護サービスを利用する方を支援するための施設です。要介護1から5と認定された方のケアプランを作成し、介護保険サービス事業所との連絡調整を行い、介護保険サービスなどを利用できるように支援します。



違いを分かりやすく表にするとこんな風になります！（下図）

機能の違いはあれど、地域包括支援センター・居宅介護支援事業所、いずれも高齢者が「その人らしく、気持ちよく生きる」ための支援を行っています。

姫路医療生協にも両方の事業所がございますので、お困り事がございましたら、お気軽にご相談ください。

	地域包括支援センター	居宅介護支援事業所
どんな人が向いている？	健康・福祉・介護のこと以外にも生活の悩みがある高齢者	<ul style="list-style-type: none"> 介護保険を利用したい方 介護保険の申請をしてほしい方 介護保険について知りたい方
役割は？	介護・福祉・医療が連携した暮らしの相談窓口	介護が必要な方へ介護保険等を利用して支援する計画を立て、必要なサービスを導入する
対応するスタッフは？	<ul style="list-style-type: none"> 主任ケアマネジャー 社会福祉士 保健師 等 	<ul style="list-style-type: none"> ケアマネジャー
運営者は？	行政から委託された法人や自治体が運営する等、自治体により異なる	生協法人・社会福祉法人・株式会社等、様々
利用料金は？	無料	無料



居宅介護支援事業所 太子
ケアマネジャー 渡邊 三歩さん

入職して3年目を迎えました。昨年第四子を出産し、育児と仕事の両立に悩んだり、忙しさに追われる事も多々ありますが、休みの調整などもしやすく、朝の出勤時間もゆつくりで働きやすい職場なのでとても助かっています。

ケアマネジャーとしては毎日色々な事に触れ、日々勉強だと思っています。幅広い知識が必要で一人では悩む事も度々ありますが、職場内で相談したり、利用者様の立場に立って物事を考えたりして、その人にとってより良い生活となるようにと毎日思索しています。知識や経験、他職種との連携を深め、様々な利用者様の想いに寄り添って支援していきたいと思っています。



健康講座

糖尿病教育入院について②

共立病院
病棟看護師
橋本 江利香



先月は、糖尿病教育入院の概要についてお話ししました。今月は実際にどのようなことを行うのか、具体的な内容を紹介します。

共立病院の教育入院では、治療に必要な検査（腹部CT、眼底カメラ、頸動脈エコー、血圧脈波、歯科往診など）を行うことが出来ます。

眼底カメラでは、眼球の奥にある血管・網膜・視神経の状態などを調べます。血糖値が高い状態が続くと、網膜の細い血管が少しずつ損傷を受け出血し、失明に繋がります。

腹部CTでは肝臓、膵臓、胆のうに異常がないか、癌がないかを確認します。糖尿病になると1.2倍癌になりやすいとされています。

頸動脈エコーや血圧脈波では、血圧、血管の硬さや詰まりから血管の状態を確認し、動脈硬化や狭窄を発見し

ます。動脈硬化が進むと心筋梗塞や脳梗塞に繋がる可能性がありますが高くなります。

糖尿病の人は歯周病になりやすく、歯周病になると血糖コントロールが悪くなると言われてます。教育入院では共立歯科の往診でお口の状態もチェックします。

その他、薬剤療法や食事療法、理学療法士による運動療法についての指導など、多職種による生活の注意点について個人に合わせた内容を学ぶことができます。

教育入院後も外来でのフォローを行い、病院全体でサポートします。糖尿病と診断されて不安をお持ちの方や悩んでおられる方は、これを機に糖尿病についての正しい知識を学んでみませんか？

【お問い合わせ】

共立病院 ☎079-285-3377



みんなの川柳 みんなの絵手紙

今月の川柳

綾部明美選

おすすめの一句

再雇用鍛えた部下に鍛えられ

和田義隆さん(たつの市)

【惜しい二句】

引出しの奥から覗く予備の顔

P.N ヤッサンさん(たつの市)

上達ポイント

人はみな欲しい物や二一番とゆう時の為虎の子を持っていきますね。その引出しをちよくちよくあけて確かめる気持よくわかります。欲を言えば、もう少し砕けた表現にした方が面白いですよ。

【例】元気かな かわいい虎の子 確かめる

スパーでサンマに手が出ず サバ缶に

佐野信行さん(船津町)

上達ポイント

今年はサンマが高かったですね。焼いてあつあつのサンマが食べたかったのに安いサバ缶で我慢した気持ちを書きましょう。

【例】食べたが サンマ手が出ず サバ缶に

たのみます マイナポイント 現金で

松下美智子さん(網干区)

リハビリの 右へ左へ 豆摘む

P.N 竹子さん(高砂市)

まるい鼻マスクを折って 高く見せ

P.N はなまるさん(伊伝居)

急いでよ 老化遅らす ワクチンを

選者



立花美枝子さん(絵手紙サークル 竹の子会)



隅田光子さん(広畑区)



増野加江さん(飯田)

今月の絵手紙

※今月川柳は二十八句の応募がありました。

みんなでつくり「虹のひろば」!

「虹のひろば」では、川柳・絵手紙・かんたん料理のレシピを募集しています。味のある作品、お手軽・時短料理などどんどんお寄せください。

【送付先】〒670-0833 姫路市大善町141 姫路医療生協 地域サービス部 「虹のひろば」係 まで

読者のたより

「ひめじ」が機関紙・組合員活動ニュースコンテストで最優秀賞を受賞した記事を見て、毎月楽しみに読んでいた私たちも嬉しい気持ちになりました。いつも表紙の写真の風景も楽しみの一つです。

(南 弘子さん 青山)

今、世の中涙やため息が出たり怒りが爆発するようなニュースしか流れて来ないので笑えない日々を

過ごしていますが、唯一カワイイ孫娘2人がいる息子家族との食事会で幸せそうな姿が見えるのが救いです。

このまま、いつまでも幸せでいてほしいですネ!

(栗林 由季さん 太子町)

初めての応募です。頭の体操でスマホ片手に頑張りました。

(川上 豊さん 白国)

私が住む近くで眼科医院の建設

が始まっています。また2号線沿いに第一病院の高層の建設もあり立派な外観となるのでしょうか。共立病院も来年は新しくなりますね!中身が勝負と思います。期待しています。(小松野 幸子さん 御国野町)

最近ですが、毎日お口のトレーニング「あいうべ体操」を始めました。風邪予防や美容にも効果的な様なので、続けられるようにマイペースで頑張ってみようと思っています。

(武智 玲子さん 花田町)

クリスマス風カナッペ

地域サービス部



材料

2人前

- サンタクロス風カナッペ
- サンドクッキー(バニラ)…2枚
 - イチゴ…2個(小さい場合は4個)
 - ホイップクリーム…適量
 - プッシュクリーム…2個
 - チョコペン…1本
- 雪だるま風カナッペ
- マシュマロ…2個

サンタクロス風カナッペ

雪だるま風カナッペ

作り方

- 1 サンドクッキーを2枚に分ける(レンジで10秒ほど温めると分けやすくなります)
- 2 イチゴを先端から1/3程切って帽子部分と胴体部分に分ける。
- 3 外したクッキーに胴体部のイチゴを乗せ、その上にホイップクリームを絞る。
- 4 半分に切ったプッシュクリームを乗せ、ホイップでひげを描く。
- 5 最後に帽子部のイチゴを乗せ、チョコペンで顔を描いたら出来上がり。
- 1 残ったクッキーにマシュマロを乗せ、周りにホイップクリームを絞る。
- 2 チョコペンで顔を描いて出来上がり。

ザ・クロスワード

出題 ●モロズミ勝



答

A	B	C	D	E	F
---	---	---	---	---	---

問題 二重ワクの文字を、A～Fの順に並べてできる言葉は、なに？

? ヨコのカギ

- ①自転車の腰かけ
- ④年の暮れです
- ⑦「昆虫記」といえば
- ⑨……像、……発
- ⑩……は剣より強し
- ⑪……平野の中心地は帯広市です
- ⑫国連安全保障……会
- ⑭ほかの部屋です
- ⑯フランス発祥の軽快な舞曲とは？
- ⑰仏語で「小さい」
- ⑱えん罪は……の人の人権と人生を奪います
- ⑲ごはんのこと
- ⑳朝雨に……いらずとか
- ㉑……に従って操作する
- ㉒新しい年の始まり
- ㉓安楽……、社長の……

- ①動物を間近で見られる……パーク
- ②寒いから……を閉めて
- ③小さい物がよく見える
- ④ヒツジとトリの間
- ⑤取っ手が付いた食器
- ⑥知らせること。合格……
- ⑧待ち遠しい
- ⑧ごみは……して出そう
- ⑩誕生日ごとにプラス
- ⑪自分で自分を褒めます
- ⑫役所や会社などで働いています
- ⑬企画案は不採用でした
- ⑭特定の作曲家の作品を連続演奏する音楽会
- ⑮10年ひと……
- ⑯……宴、……気
- ⑰カイコがこもります
- ⑱青は……より青い!?

? タテのカギ

無料法律なんでも相談

※要予約 ※初回に限り無料です

12月15日 木
1月12日 木

※2023年1月は
第2木曜日の
開催です

時間 PM2:00～4:00

場所 地域サービスセンター

(姫路市大善町141)

協力 姫路総合法律事務所(弁護士)

【お申込】姫路医療生協本部

☎(079)285-3398

応募方法

ハガキにクロスワードパズルの答えを記入してご応募下さい。抽選で正解の方10名に図書カードをお送りします。あなたの身近な出来事やニュースの感想などもお寄せください。(読者のたよりコーナーに掲載させていただくことがあります) ※住所・氏名・電話番号は必ずご明記いただきますようお願いいたします

応募先

〒670-0833 姫路市大善町141
姫路医療生協 地域サービス部
締め切りは12月31日です。

10月号の答えと当選者 正解は「スライドドラマ」

今回は71通の応募でした。

以下の10名の方に図書カードをお送りします。

- 長谷川啓子さん(飾東町) 平瀬聡子さん(城東町)
- 改発美枝子さん(網干区) 三木愛里さん(太子町)
- 長谷川敦子さん(飾磨区) 山本和美さん(加古川市)
- 松尾千津子さん(南畝町) 井上弘美さん(たつの市)
- 安井喜美子さん(豊富町) 黒田久雄さん(網干区)

あなたらしい やりがい 見つけてみませんか？

～くらし・助け合いの会「はなちゃん」支援者インタビュー～

姫路医療生協には、日常生活のちょっとした困りごとを組合員同士で助け合うための有償ボランティアくらし・助け合いの会「はなちゃん」があります。今回は、その「はなちゃん」で支援者をしているお二人にお話を伺いました。



理事
あんびる あきこ
安蒜 明子さん

●現在、どのような支援をされていますか？

主に草引きと水撒きです。半年に1回、施設にいらっしゃる利用者さんがワクチン接種とか定期健診で病院に行かれる際に付き添いをしています。「はなちゃん」への参加も、

草引きのボランティアに誘っていただいたのがきっかけでした。有償でお金を頂くので、私はちょっと家事や掃除が苦手なので不安でしたが、草引きならできるかなと。

●支援者を続けられている理由を教えてください

自宅の草引きはしないんですけど(笑)、「きれいになったわ、ありがとう」と言ってもらえて、その「ありがとう」が嬉しくて続けています。また、自身の健康管理にもいいかなと。

今年の夏はすごく暑かったので、「朝早く来てくれていいわよ」と利用者さんが言ってくださり、涼しい内から伺うと一日が長く活動できるんですね。一日が「ありがとう」から始まるのも気持ちがよいです。



●読者の組合員へ

高齢になると誰でも人の世話になると思うんですね。私も後期高齢者に入りました。母が施設を利用していますが、ご近所の方のお手伝いが出来たら、「母もこうやって誰かのお世話になっているんだな」と思って。ありがたさがわかるんですね。皆さんもちょっとでいいので、お手伝いで誰かのお世話が出来るということに喜びを感じてほしいと思います。



増位支部
あだち みちこ
足達 美知子さん

●現在、どのような支援をされていますか？

今は3名の方の支援を行っています。病院の付き添いや、ご自宅での家事支援が主な支援内容です。お一人は5年ほど支援していて、他のお二人は半年前から支援を始めています。

支援が終了になる理由は、利用者がお亡くなりになったり施設入所、あとはご家族と同居されることになって転居されるケースです。

●支援者を続けられている理由を教えてください

やっぱり喜んでいただけるのが、やりがいに繋がっているんだと思います。毎回同じ支援内容ですが、いつも「ありがとう」と言ってもらえます。

コロナや様々な理由で支援をお断りしたい時に

は、事務局から説明してもらえるのも支援者としては助かっていますね。他のボランティアではなく、「はなちゃん」だから続けられていると私は思います。

●読者の組合員へ

「はなちゃん」の支援は『誰でも』『いつでも』始められます。他人のお宅にお邪魔するのを躊躇される方もいらっしゃいますが、不安がある場合はコーディネーターと一緒に訪問したり話を聞くことから始めてみてほしいですね。まずは『やってみて』ほしいです。「はなちゃん」は助け合いの活動なので、お一人でも支援者が増えて、支援の輪が広がればいいと思います。



現在、「はなちゃん」では支援者を募集しています。「はなちゃん」で行っている支援は専門的な資格は必要なく、身体介護も行いません。普段、ご家庭で行っている家事で構いません。

「誰かの力になりたい!」「困っている人を放っておけない!」組合員のみなさん、「はなちゃん」で一緒に活動しましょう!