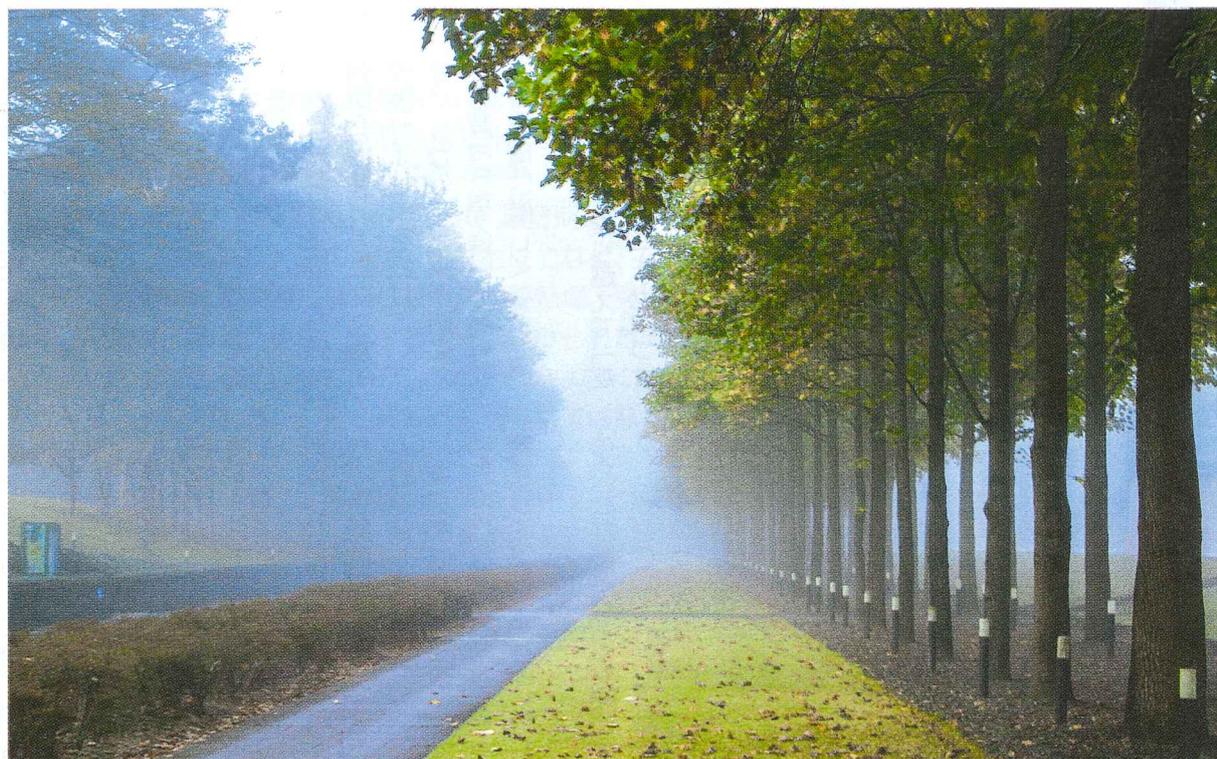


ろっぼう通信

【発行】
たじま医療生活協同組合
理事長 安木 洪

【連絡先】
〒668-0851
兵庫県豊岡市今森465番地の1
事務局 ☎24-7035
ホームページ
<http://tajima-coop.com/index.html>

第152号 2020.11.15



「霧」

暑い暑い、うんざりと空を見上げていた日々も十月の声を聞き秋祭りも過ぎると、嘘のように朝晩が肌寒くなる。

男 秋祭りを境に、季節の歯車がガタンと一つ回り、毎年炬燵を出してくる。地球温暖化が言われ、確実に温暖化は進んでいると実感しているが、やはり、秋祭りが来ると季節は変わり、今年も炬燵を出してきた。そして、豊岡盆地は霧の季節となる。夜から朝に掛けて盆地の真ん中を流れる円山川、周辺の谷から流れ出す大小の川から立ち上る霧は豊岡盆地にふれ出す。

霧と言えば、ヴィクトール・E・フランクの「夜と霧」を何時も思い出す。「心理学者、強制収容所を体験する」が原題で、アウシュヴィッツの体験記であり、強制収容所を内側からみた心理学者の記録である。初版は1956年で日本でも出版された世界的なロングセラーとして読み継がれている。

高校生の時、市の図書館で読み、人間とは何かと衝撃を受けたことを思い出す。

貨車一台に八十人ずつ千五百人を乗せた汽車は何日も昼夜ぶつ通しで走っている。見えるのは貨車の上の方にある隙間から見える空だけである。列車がだっぴろい平野に止まる気配がした。列車はかなり大きな駅に滑り込んだ。その時、霧の中に見えたのが、アウシュヴィッツ駅の看板だった。背筋の凍る霧の景色である。

豊岡盆地の霧の中には豊かな暮らしがある。霧が晴れると、秋晴れの豊岡盆地が広がる。山々には紅葉が始まり、粉殻を焼く煙がたち上っている。鳥の鳴き声に混じり生活のざわめきが聞こえてくる。何の変哲もない一日が過ぎていく。

霧の日は天気の良い日である。霧の先にあるのは晴天である。決して霧の先がアウシュヴィッツになってはならない。

生協強化月間

9月25日にスタートした生協強化月間は、今年も11月30日までの約2か月間、仲間ふやし、出資金ふやし、担い手ふやし、班づくりの組織4課題に集中して取り組んでいます。

例年と違って、今年は新型コロナウイルスの感染に気を付けながらの取り組みとなっており、思うように進んでいないところもあるかと思えます。

そのような中、出石支部は仲間ふやしの年間目標を達成。また運営委員会の時の積極的な声かけのおかげで、増資の年間目標も達成しました。ろっぽう診療所では、スタッフが患者さんに声かけをして増資していただいています。本部事務局では、組合員さんのお宅を直接訪問して増資を訴えかけました。

ご協力いただいたみなさん、ありがとうございました。

11月末まであと一息、目標達成をめざしてがんばりましょう！

出資金増資のお願い

全国の医療機関や介護事業所では、コロナ患者を受け入れた、受け入れていないにかかわらず、経営が悪化しているところが多くあります。

たじま医療生協でも感染対策を徹底しながら、医療・介護サービスを続けています。しかし、感染予防にかかる費用は増え続けており、経営環境は厳しくなっています。

この難局を乗り越えて「だれもが安心して住みつけられるまちづくり」をすすめるために、増資へのご協力をお願いしております。ご協力いただける方は、たじま医療生協本部、ろっぽう診療所、介護事業所「えがお」の職員、お住まいの支部の運営委員などにお声かけください。よろしくお願いたします。

グラウンド・ゴルフ大会

今年は健康まつりなどのイベントは中止しました。しかし組合員さんの強い要望もあり、10月15日(木)但馬ドームで第23回グラウンド・ゴルフ大会を予定通り実施し、72人が参加しました。今回は個人戦で3ゲーム行いました。

参加者はマスクの着用や手指消毒など、感染防止対策をしてプレーしました。

「コロナがはやって家に居ることが多くなったけど、久しぶりにしっかり運動できてよかったわ」「神鍋はさわやかで気持ちよくプレーできました。ここまではコロナも飛んでこないかも?」「交流試合でスコアを気にせず楽しめたわ」などの声が聞かれ、みなさん満足された様子でした。

ろっぽう投句箱

・もう飽きたコロナ終わるのいつころな?
・念じてもポストをそれるボールかな

飽きっぱい人
G・Gの星



理事のつぶやき

稲葉 一明

6月20日の第25回通常総代会で新任の理事として選任されました稲葉と申します。よろしくお願いたします。

私は3年ほど前から原因不明の軽い発作が出るようになり、豊岡病院をはじめ豊岡市内の色々な病院を回りました。

しかし原因が分からず、また深刻な症状ではないため真剣に相手にしてもらえずに困っていました。「人間の体にはいろいろとあるから、そのくらいなら放っておきなさい。」と言われても、発作は息が詰まるような苦しさで30秒くらい続きます。ほぼ毎日、時には日に3回も発生し、とても放っておける気分ではありません。

5カ所目に訪れたのがろっぽう診療所。忙しいのにとても熱心に診ていただけました。数回の診察、CTや各種検査数値は異常なしを確認の上、ある程度の年齢になってから発生する「てんかん」であるとの診断に至り、効果のある薬を見つけたことが解決策であるとのこと。その後数カ月、4つ目ほどの薬で効果を

確認することができました。

おかげさまで、現在も投薬は欠かせませんが発作は完全に収まっています。

たじま医療生活協同組合への信頼が高まり、「医療生協というだけあって他の病院とは一味違うなあ。」と感づいていたちょうどその頃に、安木理事長より新理事候補としてのお話をいただきました。少しでもお役に立てればと、身に余る大役ながらもお受けすることにしました。

しかしながら、医療福祉の分野は全くの素人で勉強させて頂くことばかり、お役に立てることなど全く無く、手も足も出ない有様で誠に申し訳なく思っております。皆様迷惑をかけるまいよう務めていくことができればと思っております。

日々は自然環境系のNPO法人の業務や生物調査などをしており、豊岡市立コウノトリ文化館の運営に携わっております。支部の活動等でコウノトリの郷公園に来られる時は、視察対応の説明等もさせていただきますので、是非ご相談下さるようお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症で暮らしが大変

～まだ使える個人向けの公的支援制度～

新型コロナウイルス感染症で様々な影響を受けた方へ公的支援が行われています。申請が必要で期限が迫っているものや締め切りが延長された制度、また但馬地域の各自治体独自の個人対象の支援制度があります。詳しくは各市町窓口及び相談窓口へお問い合わせください。

	項目	対象者	実施主体及び相談窓口
生活資金が必要な方	生活福祉資金（緊急小口資金・総合支援資金）の特例貸付	収入が減少して緊急かつ一時的な生活維持のための費用を必要とする世帯に10～20万円の生活費貸付	兵庫県社会福祉協議会 コールセンター 0120-46-1999
子どもの休校に伴い仕事を休んだ補償	子どもの世話を保護者として行うことが必要となった労働者に対し、有給の休暇（労働基準法上の年次有給休暇を除く）を取得させた事業主への助成	小学校などの臨時休校で子どもの世話をを行う労働者に年休とは別の有給休暇を取得させた事業主に助成金支給	厚生労働省 コールセンター 0120-60-3999
家賃が必要な方	住居確保給付金	原則3ヶ月（最大9ヶ月）家賃相当額を自治体から家主さんに支給	各市町社会福祉課 コールセンター 0120-23-5572
休業中で給与が支払われていない方	休業支援金・給付金	休業手当のない中小企業の労働者に賃金の8割支給	厚生労働省 コールセンター 0120-221-276
税金や保険料を猶予・減免してほしい方	納税を猶予する特例制度	1年間、国税（所得税、法人税、消費税等ほぼすべての税目）の納税を猶予 *1	大阪国税局猶予相談センター コールセンター 0120-527-363
	国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の減免	生活維持者の収入の減った世帯	各市町
	国民年金の保険料免除で特例措置	収入が大きく減った自営業などの人	市区町の国民年金担当又は年金事務所 日本年金機構のコールセンター 0570-003-004
学生の方	高等教育修学支援新制度（授業料等減免と給付型奨学金）	家計が急変した学生等へ授業料等減免と給付型奨学金	各学校と学生支援機構

*1 県税、市町税についての納税の猶予については兵庫県及び各市町にお問い合わせください。

給付金、助成金詐欺にもご注意ください!!(給付金支給のために直接自宅へ電話連絡等がいくことはありません)

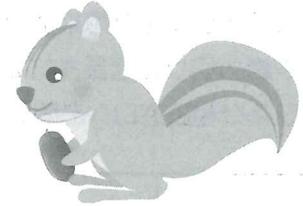
「とよおか虹の会」みんなで語ろう会(第4回)
 ～がん患者・家族・関心を持っている人たちの交流～

日時：11月21日(土) 午後2時～4時

場所：新田地区コミュニティセンター 1階研修室

参加費：200円 *マスク、飲み物等をご持参ください。

内容：今回はストレス解消の方法やストレスをもたない生活の工夫、また免疫力を高めるためにどんなことをしているかなどを交流したいと思います。



「とよおか虹の会」は月1回のペースで「みんなで語ろう会」を進めてきました。患者、家族の不安や悩み、やってみていること等、何でも気軽に話せて、お互いの力に少しでもなれたらと願って活動しています。

「とよおか虹の会」はがん患者と家族の方をはじめ、がんに関心のある方をお待ちしています。

9月の定例会は25名参加。「ゆずりは明石」の藤井郁代さんをお迎えし「がん患者とその家族を支えるためのグループ活動」についてお話をしてもらいました。「ゆずりは明石」は県立がんセンター内で患者サロンを月2回常設し、12～13名のボランティアでサポートされています。地域サロンもつくり、医療関係者とも連携して色々と活動をすすめ、年6回の定例会、会報の発行など幅広い活動をされています。お話を聞きして、おおいに励まされると同時に、これからの私たちの活動の参考にしたいと思います。

お問い合わせは 稲葉 淳 TEL 0796-22-3511

和田 邦子 TEL 090-9541-6163

宛先

〒668-0851
 豊岡市今森465-1
 たじま医療生協クイズ係
 FAX 0796-24-7010
 メールアドレス
 info@tajima-coop.com

生協強化月間で取り組んでいないのは何でしょうか?
 ① 仲間ふやし
 ② 出資金ふやし
 ③ 緑豆もやし
 はがき、FAX、メール、または待合室の応募箱にて、クイズの答えと、医療生協に対するご意見やご感想を添えて「たじま医療生協クイズ係」までご応募ください。
 正解者の中から抽選で3名様に、図書カードをプレゼントします。ご住所、お名前をお忘れなく。当選者は次号のろっぽう通信で発表します。そのさいペンネームでの記載をご希望の方は、併せてご記入ください。
 締め切りは12月15日です。

ろっぽうクイズ

ご意見・ご感想より

● 全国的に熊の出没が増えている。人間の土地開発が行き過ぎた結果だとも思うが、共存の道はないのだろうか。ただ駆除するだけではかわいそうだし、解決しないのではないかと思う。

● ひょうごまるごと健康チャレンジに初めて参加しました。「正しい手洗い」に挑戦していますが、30秒以上洗うのって結構長い。今までの手洗いはなんだったんだらうか……。でも、これで感染症予防につながるんだったらいいが。

● 「SDGs」初めて知った。大変いい取り組みだ。

● 前回の答えは「④SDGs」でした。

● 正解者の中から抽選の結果、次の方に図書カードを呈呈します。

おめでとうございます。

- エコさん (豊岡市)
- 六方平野さん (豊岡市)
- 温泉まんじゅうさん (新温泉町)

シリーズ 出石城跡～但馬唯一の江戸期の城郭① 第5回 西尾孝昌

前回の「有子山城跡」で「出石城は織豊期の有子山城の居館部を改修して造られた」と紹介した。今回は、出石城の形成過程についてふれてみよう。

出石城の全体図をみると、北北西の軸線をもつ出石城（稲荷曲輪・本丸・二の丸・下の曲輪・西の曲輪・山里丸）とそれを包み込むように南北の軸線をもつ広い出石城（三の丸）で構成されている。前者を「Ⅰ期出石城」、後者を「Ⅱ期出石城」とする。

【Ⅰ期出石城】Ⅰ期出石城は、慶長9年（1604）父吉政の跡を継いだ小出吉英が有子山城山の居館部として築城したとされる。城は谷部の最上段に稲荷曲輪を本丸・二の丸・下の曲輪を階段状に並べ、その西側に西の曲輪、東側に山里丸を配置した縄張り（梯郭式）を特徴とするが、天守台は設けられていない。因みに、最上段の稲荷社は小出氏が岸和田から入部した際に岸和田鎮守の稲荷社を勧請し、出石城の鎮守としたものとされる。

注目すべき点は、有子山城とは異なり、総石垣であること、但馬最高の石垣であること（約13m）、石垣の積み方としてシノギ積がほとんどなく全て完成された算木積となっていることなどである。又、郭の出入り口（虎口）は枡形を呈している。これらの特徴から、現在見るⅠ期出石城は江戸初期の築城と考えられる。しかし前回ふれたように「埋没石垣」の存在は、織豊期の石垣を改修してⅠ期出石城が造成されたことを物語る。

【Ⅱ期出石城（三の丸）】三の丸は、軸線だけでなく、広さも、縄張もⅠ期出石城と全く異なる。その縄張は、Ⅰ期出石城をその東西斜面に構築した大規模な竪堀、竪堀と連結した土塁とセットになった水堀・蓮池で取り囲んでいる構造である。更に、北・西・東に設けられた虎口（大手門・西門・東門）は、何れも防御性の高い枡形虎口となっている。しかし三の丸は総石垣ではなく大部分が土塁造りとなっており、虎口部分と3つの櫓台のみが石垣づくりである。石垣の積み方も算木積ではなく、少し退化した形となっている。残念なことに、大部分の三の丸は開発によって破壊されている。僅かに大手門、西門の一部、大手門から東側の内堀・土塁・石垣などが往時の姿を偲ばせるに過ぎない。因みに現在出石城のシンボルとなっている大手門の「辰鼓櫓」（時計台）は明治期につくられたもので、江戸期には存在しなかった。本来は「辰の刻」に太鼓によって時刻を告げた「太鼓櫓」なのである。



出石城三の丸大手



出石城稲荷曲輪石垣

ろっぽう診療所 診療時間

診療体制	月	火	水	木	金	土
午前 9時～12時	○	○	○	○	○	○
午後	～往診・予防接種～					
夜間 16時～18時	△	△	○	△	○	△

受付時間 午前診療 受付 8:30～12:00
午後診療 受付 15:30～18:00
日曜・祝日休診

ろっぽう診療所

〒668-0851 豊岡市今森465-1 ☎24-7007
F 24-7010

介護事業所 えがお

〒668-0852 豊岡市江本396-1 101号・102号
居宅介護支援事業所えがお ☎24-7013
F 24-6154
訪問看護ステーションえがお ☎24-6144
F 24-6154
ヘルパーステーションえがお ☎24-4731
F 24-4733
訪問入浴サービスえがお ☎34-9110
F 24-4733

急募

診療所看護師(非常勤)
訪問看護師(常勤・非常勤)
理学療法士(常勤・非常勤)
作業療法士(常勤・非常勤)
ヘルパー(登録型)

担当: 松本・瀬渡まで
(TEL 0796-24-7035)

◆材料4人分◆

- 塩サバ……………切り身4枚
- 青ねぎ……………適宜
- 生姜……………1かけ(20g)
- そうめん……………4束
- 砂糖……………大さじ8
- しょうゆ……………大さじ8
- みりん……………大さじ8
- 水……………480cc
- 酒……………480cc



簡単料理で旅気分を!
焼きサバそうめん
 滋賀県湖北地方の郷土料理
 事務局 春木 圭介

「焼鯖素麺」は5月の農繁期に、農家へ嫁いだ娘の実家から、その嫁ぎ先に焼鯖を届ける「五月見舞い」という滋賀県湖北地方の習慣に由来しているそうです。

◆作り方

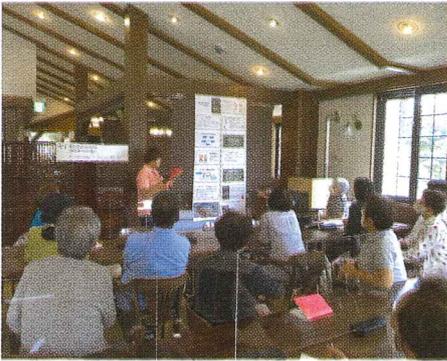
- ①熱しておいたグリルに、皮を上にして塩サバを入れ、焼き目がついたら裏も焼く。
 - ②砂糖、しょうゆ、みりん、水、酒をあわせたら煮汁が沸騰したら焼いたサバを入れ、再び沸騰したら弱火にし、煮汁が半分になるまで煮つめる。
 - ③多めの水を沸騰させてそうめんを茹でる。ゆであがったら②の煮汁に漬け込む。
 - ④そうめんは煮汁の色がつけたら皿に盛り、サバをのせる。刻んだ青ネギを散らし、せん切りした生姜を盛り付ける。
- *焼きサバは煮ずにそのままのせてもOK。また、煮汁はめんつゆを使うとさらに簡単に！

虹のひろば

日高支部総会

新型コロナウイルス感染拡大防止のために延期していた支部総会を9月14日に行い、神鍋道の駅に支部組合員22人が集まりました。他に事務局から3人と、ヘルパーステーションがあらから細田介護福祉士が参加しました。

細田さんは介護事例の紹介や、介護保険制度が抱える問題点などをわかりやすく話してくださいました。一緒に食事をし、最後は例年のように「ろっぽう通信」を手配りしていただいている組合員の方にお花を渡して閉会しました。



出石支部

10月24日(土) 但馬富士三

開山(城跡)に10人の参加で登りました。



神美公民館登山口から約40分で頂上へ。頂上では、山本さんから「城の成り立ち」を詳しく聞きました。

西野さんのハーモニカ演奏があり、また参加者の持ち寄ったおやつでコーヒータイムをするなど、楽しいひとときでした。これからも続けていきたいと思ひ、出石にハイキングの班を立ち上げました。

美方支部

クラフト布で手作り

コロナ禍で集まることができずにいましたが、毎年手作りの会を楽しみにしている会員さんの声の後押しになり、久しぶり

に8人で集まりました。

今年は、2枚の布をポンドで張り合わせた「クラフト布」を使って小物を入れる箱やメモボードを作りました。「真心に込めて作って楽しかったね」「みんなと一緒に集まれて良かった」「また集まろうな」と皆さんの声。ひまわり作業所のおいしいシフォンケーキとコーヒーも頂きながら、楽しい半日を過ごしました。



作品を手に、マスクも取って ハイチーズ!

鶴城支部

10月14日(水) 13人で神鍋に出かけました。十戸滝や八反滝を見物し、そばを食べてからリンゴ狩りへ。途中雨が降りましたが、秋の一日を楽しみました。