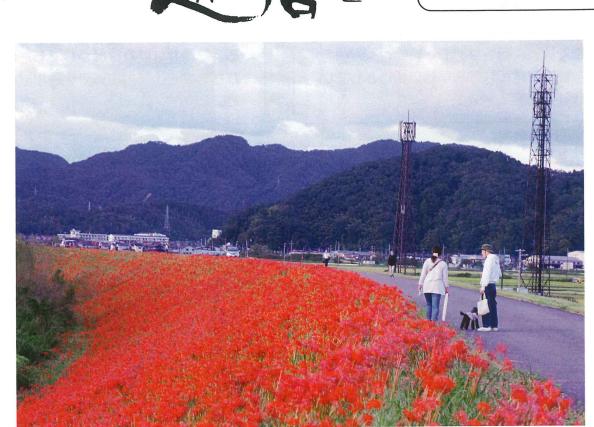
^{【発 行】} たじま医療生活協同組合 理事長 安 洪

【連絡先】

〒668-0851 〒600-0031 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169号 2023. 9. 15



文夫 撮影 高田

科練の制服は水兵服ではなく真っ白な七つボタンの短めの

学校に当中学の卒業生の予科練生がやって来た。

しかし、

志

全

予科練への志願を呼びかける演説をした。

上着とスラックスで光輝いて見えた。飛行機で空を飛ぶパ

次々と志願書に親の同意を付けて提出した。

が次々に教室、

廊下に貼り出された。そうなると、

志願し

力的に響いた。

新聞も大々的に報道した。

周りの同級生は 志願者の名前

イロット、

そして、

24歳で准将校になれるという言葉が魅

願は考えないと言っている。」と書いていた。 校生の前で、 強をして上の学校に行きたい。周りの友達も予科練への ある中学生は日記に「将来は技術者になりたいので今は勉 まで任意の志願者を募ると言うものであった。それを見た

(予科練)

の勇ましい募集ポスターが貼り出された。

日本中の中学校に海軍飛行予科練習生

昭和18年4月、

八月・

う月である。 私たちは肝に銘じなくてはならない。 だから、戦争という流れを作らない。 生きていけない。 生きることは難しい。 ひとたび、 戦争への流れが生まれるとその流れに抗して 戦争の歴史がそのことを証明している。 ほとんどの人は、 8月はそのことを誓 ながれを生まない 流れに乗らないと

となど、国家にしたら容易いことなのだ。

のにひと月とはかからなかった。14歳の少年の心を操るこ

将来の夢が堅実な技術者から勇ましい飛行兵と変わる

日記には「優秀な飛行兵となって国を守る。」と書いてい

肩身の狭い思いをするよりはと、

同意の署名捺印をした。

書を提出した。親も、志願せずに上の学校に行かせて一生 ない者は臆病な卑怯者のように思えた。親と相談して志願

幾万の魂が燃ゆるや曼殊沙華 なお規

やってよかった!健康チャレンジ

~今年は過去最高の260人以上が参加!~

5月1日から7月31日までの3か月間、自分の目標を立てて健康づくりに取り組みました。 参加されたみなさんの声を紹介します。

今年の夏は猛暑なので涼しい時に歩き体調は良。友達に声掛けし、皆変わりなし(高齢なので買物、病院なども一緒に行く)。 熱中症に注意しながら早朝に畑行きしている(収穫はいまいち)。

一年一年歩行の大切さを痛感。速さ、 安定を継続することが困難になっている。記録がなければどうしてもさぼり がちになる。体力の減少を最小限にし たい。

初めてのチャレンジで、なんとか目標達成はしました。目標を持って行動することが大切です。

取り組んでみると、体操をすると 身体が軽くなる事を実感しました。 6月に参加したハイキングで筋肉 痛がおきなかったのは、体操の効 果だと思います。 ウォーキングし ているときに近 所の人とのふれ あいもあり、充 実しています。

チャレンジは7月で終わりですが、夏バテをしないために、8月以降も継続させたいと思います。

健康チャレンジを きっかけに、年間 を通しての健康づ くりが5年続いて います。

犬の散歩は欠かすことができず、良い生活リズムを与えてもらっている。途中に出会う人と気軽に挨拶できる。良き相棒に感謝。

暑い日が続き、 ウォーキングは 熱中症の危険が ありできない日 が多かった。 早朝の畑仕事と水やり、昼間の友達・知人との会話、夕方の腹筋しながらの台所仕事、寝る前のストレッチ等、頑張らず、できるだけしました。

夏休みに入ってからは 子どもと一 緒に取組め ました。 時間がなく運動できない時期もあったが、このチャレンジがあるので運動を継続できた。

チャレンジ期間は 11月30日まで





ご参加をお待ちしていますドをプレゼント。 たくさんの抽選で2千円分のQUOカー抽選を

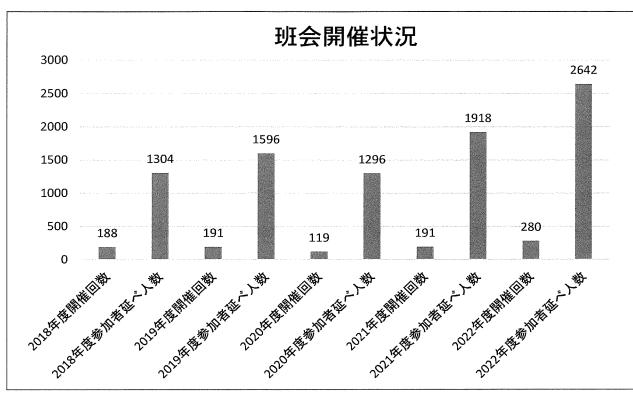
毎年行っている、兵庫県内の医療生協や購買生協などとの医療生協や購買生協などとの医療生協や問い合わせください。 務局にお問い合わせください。 務局にお問い合わせください。 務局にお問い合わせください。 務局にお問い合わせください。 がらの参加もできます。兵庫 パソコンやスマートフォン パソコンやスマートフォン

健康チャレンジ2023

3人寄れば班会! つながり作りは班づくりから

97あり、 22年度には大きく増えまし 者数共に減りましたが、 020年度に開催回数・参加 表の通りです。コロナ禍の2 度末時点)。 33155人となっています は全国の医療生協等に259 連合会の調査によると、 てきて、「やっぱり人とのつ の班があり、活動状況は下の た。これはコロナが落ち着い (数字はいずれも2022年 日本医療福祉生活協同組合 たじま医療生協には現在16 所属組合員数は1 2 班会

助金が支給されます。 た月には1000円の班会援 きます。また、班会を開催し どなたでも班を作ることがで の3つです。組合員であれば 表れだと思います。 ながりが大事」ということの 班会の登録基準は、 あなたも班会を始めてみま 班長が選任されている 所属組合員が3人以上 最低年4回開催 する



月 12 日 集会。 現地開催が決まりました。 戸市産業振興センターでの となっていた学術運動交流 トを使ったオンライン開催 コロナ禍でインターネッ 次回は2024年2 (月・振替休日)

等の詳細は決まり次第お知 間と交流しましょう! らせします。 による発表です。 て、久しぶりに民医連 たじまからも多数参加 参加方法

ぞ の 仲

神

兵庫民医連 第 48 回学術運動交流集会

全てポスターセッション

班会を一部ご紹介します

グラウンド・ゴルフ班

日高、神美、やぶ、新田・中筋支部にそれぞれあります。

ラージボール班 神美支部

卓球と同じようなものですが、卓球より少し大きい球を使います。

スマイル班 新田・中筋支部

毎月今森集会所に集まっておしゃべり会をしています。

ハイキング班 出石支部

但馬の山を中心に出かけます。

あったかカフェ 朝来支部

集まって出かけ「語ろう会」をしています。

鶴城支部 折り紙班

季節に合った折り紙作品を作ります。

料理研究会 職員

みんなが食べてみたいものを作ります。 班会に参加したい、班会の内容について詳しく知りたい、また班会を作りたいと

いう方は、たじま医療生協事務局(電話0796-24-7035)までご連絡ください。

校の金管バンドを、昼のイベ

ントには尼崎から「琉球国祭 太鼓」 (エイサーのグループ)

ご連絡をお願いします。

頂ける方があれば事務局まで

題になっています。

お手伝い

立てたりすることが大きな課

特にテントを運んだり、 準備が大変になってきました。

組み

委員会だより 第22回健康まつり 実行委員会

委員長・副委員長、 委員長·副委員長、 職員の意見を反映したものと 康まつりを行います。 務長等を選出しました。 支部長をはじめ、 なるよう、委員には各支部の 備を進めています。 ち上げ、毎月会議を開いて準 向けて5月に実行委員会を立 オープニングには五荘小学 10月22日(日)4年ぶりに健 診療所及び介護事業所事 組合員活動 編集委員 健康推進 組合員・ それに

2023年健康まつり

10時~13時30分(予定)

出演団体

○五荘小学校金管バンド(オープニング)

ぜひ

ご来場頂き、秋の一日をお楽 出店を準備しています。

しみください。

組合員の高齢化が進み事前

食べ物やフリーマーケットの た。また、各支部・職員が、 をお招きすることになりまし

- ○Nostalgic Kind of Music Group (略称NKMG:音楽バンド)
- ○琉球国祭り太鼓(尼崎のエイサーグループ)



支部出店内容

新田・中筋:喫茶店 出石:ぜんざい 美方:納豆 やぶ:焼き鳥

神美:かやくごはん 鶴城:焼き竹輪 朝来:燻製 きたみ:うどん

亀城、 北西:フリーマーケット フリーマーケット

上記以外にも他団体や職員が食べ物等の出店を予定しています。 たくさんのご来場をお待ちしています。

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

締め切りは10月15日です。

をご希望の方は、 そのさいペンネームでの記載 ろっぽう通信で発表します。 入ください。 お忘れなく。当選者は次号の トします。ご住所、お名前を 様に、図書カードをプレゼン 川柳や俳句、短歌も募集中。 ズ係」までご応募ください。 添えて「たじま医療生協クイ 協に対するご意見やご感想を 正解者の中から抽選で3名 はがき、FAX、 クイズの答えと、 併せてご記 メールに 医療生

て頂きました。

ケアが大事な事の再確認させ 操、ベロ回しがあり、口腔の 今回の支部通信にあいうべ体

やすいです。

ど、興味が湧き、とても読み

私は舌の位置も最近は意識 ありがとうございました。

し、上顎の後ろに付ける様、

果、次の方に図書カードを進 正解者の中から抽選の

空転のわたしさん ツクネさん フランキンセンスさん おめでとうございます。 (朝来市 (香美町 (豊岡市)

ご意見·ご感想より

予防接種などでいつも

いつも、色々な地域の情報な 身近な方の情報やレシピな いております。 どがあり楽しく拝見させて頂 寧に対応して頂き、また健診 いしようと思います。 くして頂き、また来年もお願 診療所の皆さんには何時も丁 お世話になっています。 **結果の説明なども分かりやす**

でしょう?

® 10 月 22 日 A 10 月21 日

10 月 23 日

第2回健康まつりはいつ

たじま医療生活協同組合

した。 前回の答えは「④駄坂」

で

意識しています。

が不足しています。

送迎ボランティアさん募集

ます。しかし、現在ボランティアさん

長く続いていて患者さんに大変喜ば

れている送迎ボランティアを継続する

ためにも、ぜひボランティアにご参加 ください。ご協力をお願いします。

ろっぽう診療所では、交通手段が無 いなど通院が難しい方のために、2005 年から送迎ボランティアを実施してい

生協強化月間とは、 生協強化 月間 が始まります

なんなっと」通

支援員

中

島

昌

己

1 9 4

れます。 取り組む期間のことです。 協の魅力を伝え、 ごとを言い合えるつながりづ 況にあっても、 増えています。 ても相談できないという人が が薄くなり、 を強化すること」 を記念して、 くりをすすめることが求めら !組合法」が施行されたこと 年10月1日に「消費生活協 コロナ禍で社会的つながり 人でも多くの方に医療生 困りごとがあっ 全国的に「生協 お互いの困り このような状 に集中的に 新しい仲間

10月22日に健康まつりを、

資をしていただくことが、 きな力になります。 を迎えることができれば、 増 大

をすすめましょう。

タート交流集会」を開催し、 9月21日に「生協強化月間ス 行います。 等について意見交換や交流を 支部間で仲間ふやしや班活動 今年の生協強化月間では、

ご覧ください。もちろん、 例のグラウンド もある、 もありますよ。 4年ぶりに行います。 して住みつづけられるまちづ 2023年度の運動方針に 同封の折り込みチラシを 「誰もが健康で安心 ゴルフ大会 詳しく することにつながります。 じま医療生協を大きく、 強<

を使い30分ほど説明しました。 活動内容をまとめたスライド ほどの現役の方で、 何処も質問攻めで、 ループ討議に加わりましたが、 いとの要望が相次ぎました。 もこのような活動をして欲し 支援に携わっておられる50 「どこまで支援できるか」 発表後に5班に分かれたグ 香美町で 今までの の

依頼があり、6月12日 の活動紹介をして欲しいとの に香美町役場で発表を行いま した。 の研修会で「なんなっと」 香美町の福祉課地域包括主

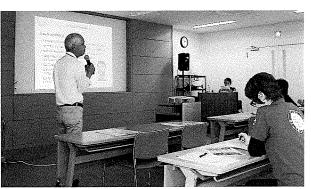
集まったのは高齢者の生活

協の活動をサポー 動を継続して、 を見ないユニークな活動とし ら活動紹介をしてきました。 たいと思います。 て注目されており、 なんなっと」の活動は他に類 民医連交流会で声がかかった 福祉関連の研修会や、 組合員以外も対象にした トしてい

最初に「なんなっと」 ガ 浮かんだのでしょう。 と電話があった時は対応した と説明しました。困った時に んで起き上がれない」 身体介護はできない

今までも但馬各地の社協 たじま医療生 今後も活 全国の

ボランティア懇親会のようす 0





・緒に「助け合い活動」 に参加しませんか?

お問い合わせは 「なんなっと事務局」 0796-24-7015

まで!

ろっぽう診療所 診療時間

_	- 101		* // 1		,	
診療体制	月	火	水	木	金	土
午前診療 9時~12時	0	0	0	0	0	0
午後診療 2時~4時	往診・予防接種等					
夜間診療 4時~6時			0		0	

受付時間 午前診療 受付 8:30~12:00 受付 3:30~ 6:00 夜間診療

日曜・祝日休診

ろっぽう診療所

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

介護事業所 えがお

〒668-0852 豊岡市江本396-1 101号・102号 ☎ 24-7013 F 24-6154 居宅介護支援事業所えがお 24-6154 ☎24--6144 F24--6154 訪問看護ステーションえがお ーションえがお 23 ヘルパーステ **☎**34-9110 F 24-4733 訪問入浴サービスえがお

が思い

療 所 看 護 師(非常勤) 診療所診療放射線技師(非常勤) 訪問看 護 師(常勤·非常勤) 一(登録型) ル /١ 訪問入浴看護師(非常勤) 訪問入浴介助員(非常勤)

担当:松本・瀬渡まで (TEL 0796-24-7035)

認知症啓発映画

「オレンジ・ランプ」のご案内



(C) 2022「オレンジ・ランプ」製作委員会 出演: 貫地谷しほり、和田正人、伊嵜光則、山田雅人、 赤間麻里子、赤井英和、中尾ミエ ほか

丹野智文さんをご存じですか?39歳で若年性認知症と診断されながら、10年後の現在も会社勤務を続けつつ、認知症本人の相談や講演活動をされています。この映画は認知症とともに苦しみながらも笑顔で生きる丹野さんの実話に基づく物語です。

認知症カフェ「ここあん」代表の山崎敬一さんおす すめのこの映画をぜひご覧ください。たじま医療生協 も協賛しています。

日 時:2023年11月23日(木•祝)

開場13:15、上映14:00から

会場: やぶ市民交流広場(YBファブ)ホール

入場料:500円

主 催:認知症啓発映画上映実行委員会

事務局:養父市社会福祉協議会 協「賛:たじま医療生活協同組合

お問い合わせ·チケット申し込み先

養父市社会福祉協議会 079-662-0160 (事務局)

山崎敬一 090-1901-7678

(認知症啓発映画上映実行委員長)

料 (4人分) -

わたしのおすすめしシピ 9 おからサラダ

まだまだ暑い!簡単おすすめ料理

栄養士 岸本 美津子



12.
おから100 g
卵1個
きゅうり1本
ハム4枚
塩、こしょう少々

.1.1	(' / (/) /	
	調味料A	
	┌ マヨネーズ大	さじ3
	マヨネーズ大りりかつお1パック合わせ酢大力	(4g)
	L 合わせ酢大	さじ1

作り方

- 鍋におからを入れて、から煎りする。(レンジで1分30秒ほどチンしてもOK)
- ② 固ゆで卵を作り、粗みじん切りにする。ハムは 1 cm角に切る。
- ③ きゅうりは小口切りにし、塩でもむ。
- ④ おからの粗熱が取れたら、Aと②③を合わせ塩こしょうで味を調える。

*ねりワサビ小さじ1ほど加えたり、醤油を少したらしたりとアレンジも楽しいです!

7月号で紹介した盛重力哉さん宅の一番大きな金魚が、8月29日に永眠しました。取材に行った春木がお見送りさせて頂きました。