

らぼりの通信

【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172号 2024.3.15



円山川堤防沿より 撮影 高田 文夫

「能登大震災」

元旦の夕方に突如大地震警戒アラートが鳴り響いた。そして、大津波警報の発令と避難を促す強い口調のアナウンスは、正月気分を一瞬にして吹き飛ばした。

能登半島を襲った震度7の大地震による、今に続く惨状は、同じ過疎地の但馬で暮らす身にとって、決して他人事ではない。

日本は、どこでも震度7クラスの地震が起きる可能性がある」と地震学者が警告している。日本で暮らす以上、地震から逃れることは出来ない。

他の自然災害と違い地震は、予防、予報する事が出来ない。出来る事は、備えを事前しておくことだけである。一人一人が日々の暮らしの中で、地震への備えをする事は大切だ。そして、地震に対する最善の備えを怠らない事は、市・県・国の重要な仕事であり責任である。不幸にして災害が発生した時、救助・救援、生活復興支援に全力を挙げるのは、政治と行政の義務である。

今、国会が開かれている。能登大震災被災者に対する救助・救援、復興支援が議論されるべき国会は、長年に渡る「闇金」「政治活動費問題」が露見して、「金」に群がり「金」で一票を買い集め、権力と利権に執着する、浅ましい議員の姿を晒す場となっている。国会に大地震が襲ったようだ。しかし、これは自然災害ではない。人災である。長年そんな議員に票を入れてきた結果である。

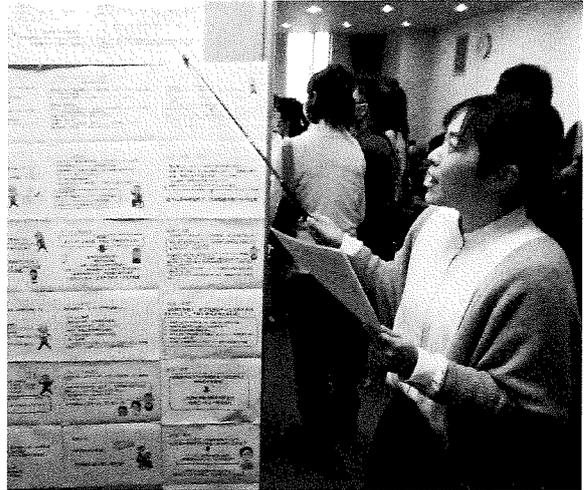
政治が負うべき責任を負わないと、行政はまともに機能しない。まともに機能しない行政のもとに暮らす国民は、浮かぶ瀬がない。常に踏みつけられる存在となる。唯一の解決策は投票する事である。回り道に見えるかもしれないが、真つ当な政治家に、真つ当な政党に一票を託すことである。

第48回 兵庫民医連学術運動交流集会

2月12日、神戸市産業振興センターで、3年ぶりに対面方式で行われました。ろっぽう診療所から古谷看護師が、訪問看護ステーションえがおから亀村作業療法士が、それぞれ医療・介護の取り組みを、県連の各法人に向けて広く発信しました。



古谷看護師
「コロナ禍でのろっぽう診療所のあゆみ」



亀村作業療法士
「訪問看護におけるリハビリテーションの
終了に繋げる事が困難なケース」

古谷看護師は、患者さんやスタッフの協力を得ながら試行錯誤を重ね、一丸となって新型コロナウイルスに立ち向かったろっぽう診療所の取り組みを紹介しました。亀村作業療法士は、訪問リハビリで、自立度が向上してサービス終了となった症例と、そうでない症例を紹介し、どのように終了への道筋を立てるかを発表しました。

参加者からは、「たじまの発表はどちらも堂々としていて、内容がよく伝わりよかった。」「藤末先生の講演では、これまでの民医連の先進的な取り組みと、これからも先進的であり続けようとする民医連の話が聞けた。民医連の未来が明るいものに感じられた。」「懐かしい人に出会えて嬉しかった。」との感想がありました。

委員会だより

事業利用委員会委員長 岡本 妙子

事業利用委員会では、たじま医療生活協同組合を利用者様により快適にご利用いただくために、接遇や運用、設備面のことなど改善事項について話し合い、実施しています。最近課題となっていることをお知らせします。

1 送迎ボランティア募集中

ろっぽう診療所では、通院が不便な患者様を対象に、ボランティアによる送迎をしています。毎日1名のボランティアが診療所で待機して、要請があれば診療所の車で患者様を送迎します。通院が不便な患者様にとっても好評で大切な取り組みです。現在約10名のボランティアが関わっていますが、高齢化と人数不足が悩みです。月に1回からでも良いので、ボランティアに参加してくださる方を大募集しています。

*送迎をご利用いただけるのは、旧豊岡市(港地区を除く)にお住いの方です。

2 「虹のこえ」をご利用ください

ろっぽう診療所の玄関に「虹のこえ」と書いた可愛い箱があるのをご存知ですか。「虹のこえ」は、たじま医療生活協同組合へのご意見・ご要望・ご感想などをお寄せいただくものです。お寄せいただいた「声」は、定期的に確認・検討して回答させていただきます。「虹のこえ」は、医療生協と利用者様を結ぶかけ橋です。どうかご利用いただいで、医療生協の前進のために、ご協力をお願いいたします。



ろっぽう診療所玄関にある
「虹のこえ」を入れる箱

2024年度たじま医療生活協同組合第29回通常総代会 地域区分理事候補推薦の公告

2024年3月15日
たじま医療生活協同組合

定款第18条、第19条および役員選任規約に基づき、2024年度の役員選挙を以下のとおり実施します。

(1) 役員選任を行う総代会

- ① 日時 2024年6月22日(土) 13時30分から16時30分まで
- ② 場所 但馬空港ターミナルビル 多目的ホール

(2) 区域別の理事定数

区域	全体区分	地域区分			合計
		港地区を除く 旧豊岡市	港地区以外の 旧豊岡市を除く北但	南但	
理事数	6	10	7	2	25

(3) 申出の受付方法及び申出の期限

- ① 受付方法 推薦を受けることを希望する申出は事務局で受け付ける。
- ② 申出期限 2024年4月30日(火)
- ③ 申出をすることができる組合員は、公告のあった日の前月の末から継続して組合員である者に限る。

以上

2024年度たじま医療生活協同組合第29回通常総代会 総代選挙の公告

2024年3月15日
たじま医療生活協同組合

定款第44条、第45条および総代選挙規約に基づき、2024年度の総代選挙を以下のとおり実施します。

(1) 選挙区および選挙区ごとの定数

支部名	新田 中筋	神美	鶴城	亀城	北西	日高	出石	きた み	やぶ	朝来	美方	職員	合計
総代数	19	9	9	11	12	9	5	6	4	4	4	8	100

(2) 候補者登録の受付期間及び受付方法

- ① 受付期間 2024年3月15日(金)から5月15日(水)まで
- ② 受付方法 候補者の立候補および推薦は事務局で受け付ける。
- ③ その他 候補者は2024年3月31日現在の組合員名簿登録者とする。
理事、監事、家族組合員は候補者になることができない。

以上

健康診断はお済みですか？

豊岡市の特定健診の受診券をお持ちの方は、ろっぽう診療所で健診を受けられます。必ず日時をご予約のうえ受診して頂きますようお願いいたします。

年齢	特定健診		+	成人病健診
	豊岡市国民健康保険	協会・組合・共済健保の家族		(胸部X線、心電図、大腸がん他)
40歳以上 74歳未満	無料	受診券にて ご確認ください		2,000円 (組合員価格)

たじま医療生協組合員の方は、追加料金 2,000 円で「成人病健診」を受けて頂くことができます。成人病健診では、胸部X線・心電図・便検査等が追加となり、血液検査の検査項目が大幅に増えます。

上の表の年齢に該当しない組合員の方は、成人病健診を組合員価格の 6,800 円で受けて頂くことができます。また、労働安全基準法に準じた健康診断もお受けしています。詳しくはろっぽう診療所にお問い合わせください。

追加料金で次の検査もできます

検査内容	組合員価格
肝炎	1,400円
前立腺がん	1,300円
動脈硬化	900円
骨密度	1,000円
大腸がん検診	800円
胃カメラ	8,900円
腹部エコー	4,200円
胃がんリスク検診 (ABC 検診)	2,500円

ご予約はお早めに



ろっぽう診療所 電話 0796-24-7007

「なんなっと」通信

『なんなっと』は今年の4月で8年が経過し、9年目に入ります。今日まで活動が行えているのも、一重に組合員様のお力添えによるものと、感謝しております。

発足時の支援件数は、ひと月12件から始まり、現在では200件を超えることもあります。そして利用登録者数は、550人を超えました。

中にはご逝去された方、介護施設等に入居され、支援を必要とされなくなった方もおられます。少しでも長く、自宅で日々を過ごしたいのは誰もが望んでいることで、今後支援を必要とされている方に寄り添ってあげたいと思います。

昨年とは朝来支部でも、『なんなっと』を始めました。これまで以上に広範囲に活動を行ってまいりますので、少しでも困りごとがあればご相談ください。

『なんなっと』は、支援者の平均年齢が5歳ほど上がり、老老支援に近づいています。今後も活動を継続してゆく為に支援者を募集しています。

「誰かの助けをほしい」「これなら出来る」など、自分の持っているスキルを活かして、私たちと一緒に活動してみませんか？よろしくお願ひいたします。

一緒に「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！



ろっぽうクイズ

2月12日に行われた兵庫民医連学術運動交流集会は何回目だったでしょう？

- A 48
- B 58
- C 68

はがき、FAX、メールにて、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。川柳や俳句、短歌も募集中心。

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4月15日です。

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

ご意見・ご感想より

- 定期的に届く健康診断や予防フクチンのお知らせに助けられています。病気に気づきかけにもなりますし、流行りの風邪予防はしたいけれど、こういつたつながらがないとなかなか行動に移しにくいもので、これからもありがたい利用させていただけます！
- 趣味の紹介、楽しみです。
- 医療生協って、結構そば打ちが多いんですね。そういう班をみんなで作って集まるのって、とっても楽しいですね。
- コープデイズでの健康チェック、見たことあります。医療生協ってあんな活動もしてるとですね。

前回の答えは「◎スマイル」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進呈します。
おめでとうございます。
STさん (香美町)
にゃんちゃんママさん (豊岡市)
スキースキイさん (養父市)

ろっぽう診療所 診療時間

診療体制	月	火	水	木	金	土
午前診療 9時～12時	○	○	○	○	○	○
午後診療 2時～4時	往診・予防接種等					
夜間診療 4時～6時	△	△	○	△	○	△

受付時間 午前診療 受付 8:30～12:00
夜間診療 受付 3:30～6:00
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)
診療所診療放射線技師(非常勤)
訪問看護師(常勤・非常勤)
ヘルパー(登録型・非常勤)
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)

支部リレートーク 出石支部支部長 湊崎紀代美



2023年健康まつり

こんにちは。
 やぶ支部からバトンを受け継ぎました
 出石支部です。
 わが支部は2008年9月29日に誕生
 しました。11番目の支部誕生だったと聞
 いています。現在は組合員数240人と
 なりました。
 日頃の様子をお伝えします。ろっぽう
 通信発行月に、発送の仕分けや手配りを
 担っているのは12人。手はもちろん口も
 しっかり動かしながら、賑やかに楽しく
 作業をしています。
 また、昨年9月から『支部たより』を
 発行し始め、身近なニュースやお知らせ
 が届くよう頑張っています。班活動はカ
 ラオケとハイキングがあり、自粛期間を
 経て再活動し始めました。
 カラオケ班は、八鹿スタジオまで遠征
 し、好きな曲を思いっきり弾けて歌い切
 り、スッキリ気分が帰ります。昨年の健
 康まつりでは生演奏にあわせてステージ
 で歌わせてもらいました。ありがとうございました。

ハイキング班は、日頃身近に眺めてい
 る但馬の低山を歩いていきます。そして
 「あの山登ったなア」と眺めて元気を
 もらっています。それから、組合員さん
 其々に色々な趣味や特技をお持ちですの
 で、『そのお宝！分かち合い企画』が出
 来ないかと目下思案中です。
 近頃は、他支部さんとの交流も、機会
 あれば持たせてもらっています。日高支
 部さんとの共催学習会「嚙下障害と口腔
 ケア」もその一環でした。2月には養父
 支部さんの「蕎麦食べよう会」にも参加
 させてもらい、打ちたて、湯がきたての
 美味しい蕎麦と皆さんの連携パワーをた
 くさんもらってきました。地域は違えど
 も医療生協組合員どうし、機会ある毎に
 交流させてもらい、繋がらせてもらいた
 いと思っています。どうぞ出石支部の班
 活動にもご参加ください。そして貴支部
 とご一緒出来ることがあればどうぞお声
 をかけてください。
**楽しみも倍に！
 力も倍に！**



剣蛇ヶ岳ハイキング

わたしのおすすめレシピ ⑫

春のお楽しみに♪

フルーツ大福

栄養士 岸本 美津子

材 料 (6個分)

白玉粉……120 g	白あん……180 g
砂糖 ……40 g	(黒あんでも)
水………150cc	果物 ……60 g ほど
片栗粉……適宜	甘夏、キウイフルーツ、リンゴ、 缶詰の桃など好きなもので



作り方

- ① 果物は水気をふいて一口サイズに切っておく。
- ② 白あんを6個に分け、薄くのばして①を丸く包む。
- ③ 大きめの耐熱容器に白玉粉、砂糖、水を入れて混ぜ合わせる。
- ④ ③にラップをふわっとかけ、電子レンジで2分ほど加熱する。
- ⑤ 取り出して全体を混ぜ、再度1～2分加熱してつるんとなるまでよく練り混ぜる。
- ⑥ 片栗粉を広げたバットに取り出し、個数分に分ける。
- ⑦ ⑥を薄く伸ばして②を包み、余分な片栗粉をはたく。

但馬にもようやく春の訪れですね。リンゴと甘夏で作ってみました。
 ひな祭りや卒業、入学などのお祝いにもどうぞ (^_^♪