

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

みんなイキイキ活動中
…………… 2面

新入職員紹介
…………… 4面

環境問題について考える
…………… 5面

コロナ禍をこえていこう!

4/8

学園都市支部



ハンドベル演奏と落語

組合員集会を
開催しました

3/30

岩岡支部



オカリナ演奏

4/3

西明石支部



スクエアステップをしました

組合員数 5万7,526人 出資金総額 20億2,775万7,000円
1人あたり出資金額 3万5,249円 支部数 54支部 班数 571班 3月31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
きたすま歯科 ☎078(741)7224	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	訪問看護STにし ☎078(975)9575	

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。
配布のお手伝いをいただだけの方は健康まちづくり部 078(641)4322まで、ご連絡ください。

2023年

5・6月号

No.391

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。

垂水ブロック

加古川ブロック

やよい支部 編み物班



おしゃべりしながら楽しさいっぱい

2020年9月から、毎月第1火曜日午前10時に活動している編み物班です。

ベストや小物など、自分たちの好きな作品を皆で教えあい編んでいます。作品展にも出品しています。手先を使うことは脳の刺激にもとても良いことなので、おしゃべりしながら頑張るって手を動かしています。

未来支部 ノルディック班



JR線の鉄橋下を歩く

ノルディック班は発足7年になります。班員は9名です。

年に一度指導員の方に来ていただいております。その都度体験参加を呼びかけています。結果、少しずつメンバーも増えてきました。毎月第1水曜日10時に集合し、加古川河川敷を歩きます。四季折々の川辺の変化を楽しみながら、おしゃべりも挟みつつ、いい汗をかいています。

西舞子支部 さざんか班



麻雀のルールを学びました

さざんか班は2023年の2月結成されたホヤホヤの班です。

以前からある「健康麻雀班」の参加者が増えた為定例化も含め独立した班として誕生しました。班会に先立ち「麻雀講座」の公開班会を開催、山陽の西舞子駅の掲示版に案内ポスターを張ると、問い合わせが複数あり新加入にもつなげられました。

丘の風支部 ガラス細工班



作成中の写真です

ガラス細工班は2021年にできた、新しい班でもおにステンンドグラス作製にとりくんでいます。

「1mmにも満たないけど、すぎ間が気になる」「もついで削るか?」「どこまで削るか?」「配置を再考したくなった」「こうか?」「うん、いや、こっちでいくか?」それはもう脳トレ! 構想、色選別に悩みなから、それも楽しんで活動しています。

カンガルのポケット

114



若者の人生設計

小児科医 木村 彰宏

「お休みの日は、umieで孫たちとお買い物、わたしのカードがお目当てだけ」と看護師さん。お金が出ていくのはつらいけど、なんだかうれしそうです。年を取ると定番の話題は孫と病気の話。病気の情報交換に医療生協のニュースを入れていただくとありがたいのですが、孫の話となると少し複雑です。「うちの子どもは、結婚する気がないみたい」と話をされる方が多くなりました。前置きでお伝えした少子化につながる、今の若者の人生設計のお話をしましょう。

少子化対策は失敗?

少子化対策として誰もがすぐに思い描くのが子育て支援です。出産育児一時金の支給や、保育所の拡充、学校給食の無料化や、高校授業料無料化など不十分とはいえ、子育てしやすい環境を作る施策が打ち出されてきました。しかし、皮肉なことに日本の出生数は右肩下がりで少なくなっています。

山田昌弘先生の「日本の少子化対策はなぜ失敗したのか」(光文社新書)を読みました。山田先生は、子育て支援の大切さを認められながらも、出産や子育ての前段階である未婚率の上昇こそ、少子化の主な原因だと強調されます。結婚をためらい、子どもを育てない今の若者の価値観を、若者がおかれている社会状況から述べられます。

結婚への安定志向

欧米と比べて日本の家族意識は、①結婚するまでは親と同居するのが当然と思われ、成人未婚者の7割が親と同居している。そのことは世間もごく普通のことと受け止めている。②大多数の女性にとって仕事は自己実現につながりにくく、子どもを立

派に育てることこそが他人からの賞賛を得るポイントという強い意識がある。③恋愛感情こそが結婚の大きな価値だと位置づけられていない。愛情は配偶者よりも子どもに、また経済生活へと向かう。④将来の子どもへの責任意識が強く、高等教育などの費用は親が当然負担するべきだし、子どもにはみじめな思いをさせたくない、よりよい人生を送ってほしいという願望が強いと言われます。そのうえで、今の若者には、中流生活から転落するリスクがある結婚はしない。仲間や親せきからみて生活レベルが落ちたと評価される結婚はしない。子どもにづらい思いをさせるような子育て環境が予測される結婚はしないという、世間体を意識した結婚への安定志向があるとされます。

若者がおかれている劣悪な環境

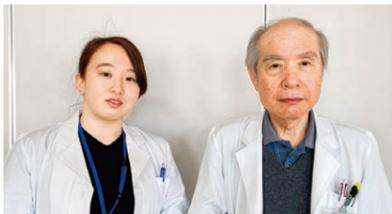
1980年頃までは、ひとりでは暮らせなくても二人なら暮らしていると言われていました。結婚すれば親以上の生活や、自分以上の子育てが期待できました。今は34才までの若者は非正規雇用が20%を占め、失業者や無職の若者を含めると、25%近くの若者が劣悪な環境に置かれています。ひとりで生きていくだ

未来のお医者さん

ようこそ 未来のお医者さん ⑩ 民医連医療・医師後継者づくりのとりくみ



今回は神戸大学2年生の梶原悠花さんを紹介いたします。梶原さんは神大一般入試の日に配布した兵庫民医連の奨学金に関する資料を見て連絡をくれた学生さんで、地域医療に従事している医師のドキュメンタリー番組を見たことをきっかけに医師を志すようになったそうです。3月7日(火)に実施した神戸協同病院での実習では道上医師の訪問診療と鈴木医師の病棟業務に同行し、「無差別平等の医療に共感した」「親しみやすい医師が多くて市民にとって良い病院だと感じた」などの感想を話してくれました。将来は患者さんに寄り添って考えられる医師になりたいと話してくれており、地域に貢献できる医師になれるよう今後も一緒に学んでいきたいと思っています。



道上医師と一緒に

(医学生対策担当 橋本 史帆)

けでも精いっぱい、結婚を考える余裕などない経済的に厳しい現実が浮かび上がります。

出会いが容易であった1980年頃までに比べ、正社員は長時間労働に疲れ、非正規社員は職場の移動が激しく、労働組合青年部やサークルなどの活動も低調となり、自然な出会いが少なくなりました。コロナ禍もまた、未婚男女の出会いを難しくする原因といえます。恋愛への感情も、お金や時間がかかり、相手に合わせるのが面倒だし、気の置けない友達とつるむほうが自分に合っていると、男女の交際意識も低下しています。

何を変えるべきか

家族の価値観や、経済的理由、自然な出会い、恋愛観のどれ一つとっても、今の若者の婚姻率が増えるとは思えません。欧米のような婚外出産がなじまないとすれば、少子化を食い止めることは難しいでしょう。もし方策があるとするばどんな仕事についても、誰と結婚しても将来安定した子育て生活を送る保証を、若者が手に入れた時かもしれません。そのため何を変えるのが、今、問われています。

「環境問題」について考えてみませんか?

後編



昨年12月12日に医療生協主催で「気候危機と私たちの暮らしと健康と…」と題した学習会を行いました。講師は環境カウンセラーの北尾 進氏に、環境問題の現状について解説し私たちが何をすべきかを掘り下げていききっかけになりました。前号の三つの輪3・4月号では、気候危機や環境問題の現状についてとりあげましたが、今回はそれらの克服のための3つの方法について紹介します。

気候危機・環境問題克服の3つの方法

1 「削減」… CO₂の排出量を減らします

節電などエネルギーを効率よく消費して無駄を減らすこと、レジ袋などプラスチックを使用しないこと（プラスチックフリー）、農薬や化学肥料（生産過程でCO₂を発生する）に頼ることのない自然な土で農産物をつくる形態（有機農業）を応援すること、企業は環境に配慮した衣類を生産し消費者はエコなファッションを積極的に取り入れる考え方（サブティナブルファッション）を取り入れること、他の食品と比較して温室効果ガスの排出量が多い肉類を控えることがあげられます。また、エコクッキングを実践することも大切です（空腹時の買い物は避ける、水を節約する、落し蓋等でエネルギー消費を抑える、残さず食べる、油で汚れた食器は重ねない、洗い桶を使う、汚れの少ないものから順番に洗うなど）

2 「代替」… 太陽光や風力などの再生可能エネルギーに切り替えます（パワーシフト）

再生可能エネルギーは温室効果ガスを排出せず、国内で生産できることから、エネルギーや安全保障にも寄与しています。しかし、日本の

再生可能エネルギーの割合は18.5%（2019年度）が現状です。2016年から電力自由化によって一般家庭も電力会社を選べるようになり、私たちが再生可能エネルギーの電気を選ぶことで未来を変えることができます。

3 「吸収」… CO₂を吸収する植物の植林、森林保全にとりくみます。

環境省の調査によると2020年度の1世帯あたりの年間CO₂排出量は約2.9トンで、約330本のスギの1年間の吸収量に相当します。

2030年こそが人類の大きな分岐点となる

2022年11月のCOP27首脳級会合で、国連のグテーレス事務総長は「人類には選択肢がある。協力するか滅びるかだ」と述べて国際社会が一致して気候変動にとりくむように訴えました。後戻りできない気候の変化に陥らないために、この先10年のとりくみが極めて重要とされており、地球と共存し市民がコントロールできる民主主義的なシステムをつくる必要があります。さて、組合員の皆さんはどのように考えますか？一人ひとりが主人公です、声をあげていきましょう。

原発ゼロの社会へ Vol.46

電力価格高騰のなかで

政府の原発を稼働させる政策転換の理由については、ロシアのウクライナ侵攻などでエネルギー価格高騰に対する国内への安定供給のため、電力価格の上昇抑制を挙げています。しかし、原発新設のためのコストは再生可能エネルギー（再エネ）のコストの数倍から数十倍、原発の運転コストも再エネ新設のコストより高いと試算

しているところもあります。太陽光や風力発電のコストは下がる一方で、原発のコストは過去10年間で約2倍になっています。

また、東電福島第一原発の廃炉と賠償などにかかる費用は、2016年時点で総額21兆5000億円かかる見通しです。廃炉の最難関とされる燃料デブリの取り出しや保管方法など今後費用が更に増加するおそれもあります。

GX（グリーントランスフォーメーション）では、今後10年で150兆円の脱炭素投資を行うとしています。原発に投資が多くされればその分再エネや省エネに回されるお金は少なくなります。原発に私たちの税金や電気代を使う事が、本当に未来の社会のためになるのか、立ち止まって考えてみませんか。

組合員といっしょに築く三つの輪



横尾支部



長田北部支部
生協会館
たんぼぼの家

Cグループ 横尾児童館
健康チェックとスクエアステップ
①活動ができた成長
健康づくり委員会の発信
元々認知症予防活動として
→スクエアステップ
②このたびは取り組みが
無理せず楽しく運動が
楽しめて大丈夫!!
間違えるのが会話のテーマ
スクエアステップは変化が
・すく足がなくなった
・足も上げやすくなった
・運動が会話が



西区なでしこ支部
生協会館
かがやき

生協会館かがやき(8000円)
①活動したこと
・組合員訪問
・新入職員面談
・署名、募金活動
②活動ができた成長
組合員同士の関係が深くなったため、生協会館と通じて、活動の場を作った。
③このたびは取り組みが
人の声口を聞かない、新入職員も待つ

長田北部支部・たんぼぼの家
・特徴
坂道が多い。長田プロフの中一層大きい支部。
高齢者が多く、空室も多い。
①支部の取り組
神戸医生協に見えぬように、生協会館を作った。
②このたびは
3つの輪に取り組み、
孤独死の早期発見(弁当前)
町規模で組合員が安心して暮らせる町づくりをするために
地域に出ている。

新入職員を代表して

看護師 森本 彩花さん

これから私たち新入職員は、皆様により良い医療を提供できるように、幅広い知識や技術を身につけていきたいと思っております。また、神戸医療生協の一員として、組合員の皆様と一緒に、三つの輪を広げていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

新入職員の職種は、
管理栄養士、介護員：各1名
理学療法士、歯科衛生士、
事務：各2名
看護師：10名です。

2023年度入職式が4月1日に18名の新入職員をむかえて開催しました。入職式後にはオリエンテーションを4日間にわたって行いました。オリエンテーションは、民医連と医療生協についての学習や先輩職員による介護看護の活動紹介、救命講習などを学びました。また、地域を知るために地域の組合員さんとの交流をするフィールドワークも行いました。想いを胸に4月からそれぞれの医療介護現場で活躍していきます。

はすみや会館 10周年をむかえて

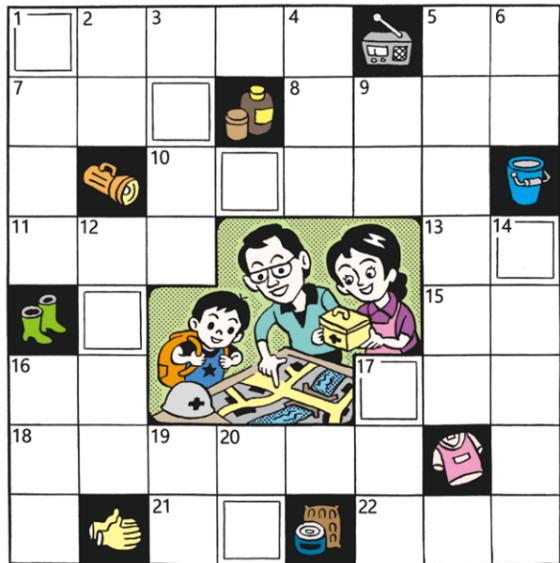


ギター演奏に合わせて歌を歌いました

長田区蓮宮通にある「はすみや生協会館」は2023年3月30日に開所10周年を迎えました。10周年を祝う会では35名の方がお祝いに駆け付けて下さり、開所式の頃の写真を眺め話が弾みました。地域の方が気軽に立ち寄れるいばしょをと創立に携わられた方たちの意思を受け継ぎ、コロナ禍の中での食事中止や活動の制限もありましたが、この日を迎えられることは地域の組合員さんのおかげです。今後も皆様と歩んでいきたいと思っております。当日はたくさんのお花やお祝いを有難うございました。今後ともよろしく願っています。
(蓮池支部支部長 滝井正子)

クロスワードパズル

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.390(3・4月号)の答え ハルガスミ(春霞)

応募方法

●はがき郵送またはメールでも受付をしています ●メ切 5月31日(水) 着

【はがき応募の場合】

- 宛先 神戸医療生協本部編集部 (住所は表紙参照)
- ハガキに「解答・住所・氏名・年齢」を記入の上、余白にご意見、通信などもあわせてお寄せください。

【メール応募の場合 (QRコードからも読み込めます)】

- 宛先 kikanshi.3tunowa@kobe-iseikyo.or.jp
- 件名に「クロスワードパズル応募」と入力し、本文に「解答・住所・氏名・年齢」を入れてください。ご意見や通信などもあわせてお寄せください。



ここから読み込めます

●前号クロスワードパズルの応募総数は171通 (うちメールは88通) でした。パズルの正解者の中から次の10人の方に1,000円分の図書カードを郵送させていただきます。

井上祥三/乾紀子/内田敏宏/角中圭子/河合揚子/谷口美弥子/中野純人/村川美和子/柳佳代子/山本さかゑ (敬称略)

ヨコのカギ

- | | |
|---------------------------|-----------------|
| 1 結婚おめでとう! どちらが……したのかな? | 13 刺し身に付いています |
| 5 ホンダのスーパー……は生産量世界一のオートバイ | 15 多くの国では主食です |
| 7 恋人です | 16 昔は船乗りの総称でした |
| 8 団体の新聞をこういいます | 17 芽を出しましたよ |
| 10 火山からの噴出物の一つ | 18 ジャガイモ生産量日本一は |
| 11 引き分けです | 21 ウィンドーです |
| | 22 この生産量日本一は徳島県 |

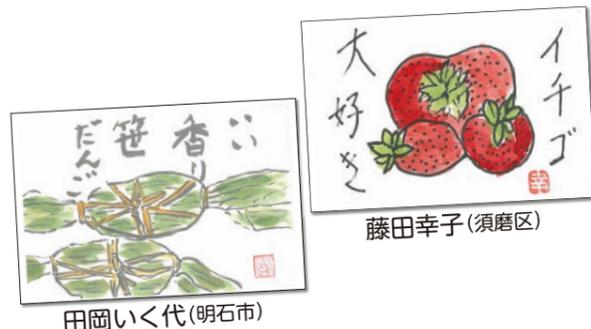
タテのカギ

- | | |
|----------------------|-----------------------------|
| 1 誇りとか自尊心とか | 12 内臓を保護しています |
| 2 別名はウサギウマ | 14 めったにありませんが、わずかな可能性も |
| 3 トランプゲームの一つ | 16 ……者とは幸せな人のこと |
| 4 かぶり物の一種。フードともいいますね | 17 犬のしつけの一つ。決められた場所に入ります |
| 5 危ないところで助かった! | 19 草や芝を刈る道具 |
| 6 さむらいです | 20 アフガニスタン支援で多くの……を掘った中村哲医師 |

伝言板

- ◆第一希望の高校合格しました! 木村先生ありがとうございます!! (垂水区 10代 湯浅 実彩)
- ◆小学生の娘とクロスワードパズルを楽しみました。「はるがすみて何?」と疑問を持ち自分で調べて納得していました。未来の日本の予告編、子育て世代として子供達に明るい未来と希望を持って繋げていくためにできる事を、個々でしっかり考えていこうと思える内容でした。次回も楽しみにしています。(明石市 40代 土居 真理)
- ◆7年前まで協同病院のすぐ近く真陽第二住宅に住んでいました。両親とも協同病院でお世話になりました。先日、診察を受けた時、注射が痛かったので思わず先生の腕をつかんだら、これが二十歳の娘なら良いのになあ、ですって。言い返しました、二十歳が4人いると思ってと(笑) (須磨区 80代 藤井 勝代)
- ◆環境問題について考えてみませんか? を読みながら、気候危機の問題はかなり深刻だとますます痛感しました。ここまで気温が上昇したら、私たちの世代も怖いけど、孫たちの時代がやってきたら、体中がこげてしまうんじゃないかと、冗談ではなく本気で震えてしまいます。(加古川市 60代 竹田 和世)
- ◆昨年、医療生協の便検査で夫の大腸がんが見つかりました。発見が早かったので命びろいしました。これからも健康診断がんばって受診します。(垂水区 70代 田中 孝子)
- ◆それぞれブロックごとに色々な活動をされているんですね。社会参加は老化防止になりますね。刺激をもらっています。(垂水区 70代 正木 康子)
- ◆きたすま歯科まえの花壇。最後の最後に「そうだったんだ」。季節ごとに咲くオキザリスやスノーボール。ドキドキの通院がきれいな花々にどれだけ癒やされたか。友が丘の花班のみなさんにも「ありがとうございました」。(須磨区 70代 吉村 洋子)
- ◆マイナカードを普及させたいがための「保険証廃止」は、絶対止めて欲しい。マイナカード不保持者には見せしめのように毎年更新の「資格者証」を新たに発行するというのが、保険者の手間を増やすし、従来通り「保険証」を使用すれば済むこと。また、「資格者証」には窓口負担額を増額するというが、これは国による差別・齟齬ではないか。保険料をきちんと支払い、保険資格を保有するのに…だ。マイナポイント2万円で、大切なものが後退させられることを、もっと広く知らせて欲しい。(兵庫区 60代 ペンネーム 頻繁通院子)
- ◆いたやどクリニックの胃カメラが新しくなったというニュースを読みました。胃カメラ苦手なので少しでも楽になっていくといいですね。(須磨区 50代 松山 浩之)

※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寄せください。



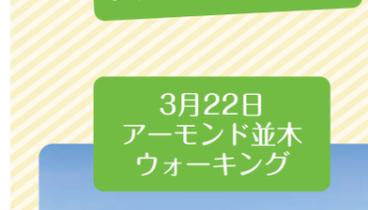
田岡いく代(明石市)



2月24日
虹支部
フレイル班



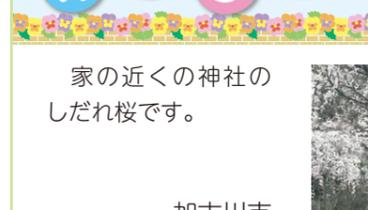
3月2日
西神南支部
ノルディック講習会



3月22日
アーモンド並木
ウォーキング



3月4日
離宮支部
健康チェック コープ須磨



3月29日
竜宮支部
公開講座
タオル体操



わたしのイチオシ!

家の近くの神社の
しだれ桜です。



加古川市
栗屋 順子さん

川柳・おすすめしたい本・お庭のお花の写真など、テーマは自由です。
「わが家のアイドル」も募集しています。

法律相談 (無料/要予約)	神戸協同病院 ☎641-6211/18:00~	5/19金 6/16金	いたやどクリニック ☎611-3681/18:00~	5/25木 6/22木	協同歯科 ☎913-1155/18:00~	5/9火 6/13火
------------------	----------------------------	----------------	-------------------------------	----------------	--------------------------	---------------

健康づくりイベント

ウォーキング	5/29 月	淡路島 ウォーキング	集合時間: 9:40 集合場所: 淡路ジェノバライン 明石港 参加費: 無料 持ち物: 水分 淡路公園で季節の花を見に行く約4kmのコースです。 明石港から船に乗りますが運賃は必要です。(片道: 600円)
	6/20 火	加古川廃線 ウォーキング	集合時間: 10:00 集合場所: JR加古川駅 別府鉄道跡を歩き、山陽別府駅まで行く約6kmのコースです。
	7/28 金	夕暮れ ウォーキング	集合時間: 18:00 集合場所: JR垂水駅 垂水から舞子まで夕暮れの海岸沿いを歩く約3kmのコースです。

参加は予約制とします。
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。

ウォーキングボランティアを募集します。
内容はウォーキングコースの下見、当日の参加者の誘導などです。ご自身の健康のためにもご興味のある方はご連絡ください。

あなたの
まちの

支部長紹介



加古川ブロック
のぞみ支部
永山 直巳さん

のぞみ支部は加古川市平岡町と加古郡稲美町を活動拠点にしています。

前支部長の後任として白羽の矢が立ったのが、永山さんでした。他の地域での班活動がきっかけで神戸医療生協に加入したため、のぞみ支部に所属はしているものの関わりはない状況でした。

支部の現状を説明し、初めは運営委員としてならと返事をもらい、1年間の支部長不在を経て、2021年7月から支部長になりました。

医療生協の行事や学習会にはほぼ全て参加され、とても熱心に活動されています。組合員訪問はまだできていませんが、コロナ禍で休止していた班会の再開や、公開講座、組合員集会の企画などいろいろなことにチャレンジしてきました。

これからも、地域の組合員とのつながりを大切に、支部一丸となって他方面での活動を頑張っていたきたいと思います。

(支部運営委員一回)

食糧支援のとりくみ



3月5日の日曜日に朝霧生協会館で「食糧支援のとりくみ」を実施しました。

協同歯科利用委員会を中心にとりくみを進め当日は組合員・職員あわせて17名のスタッフで、支援物資の受け渡しや健康チェックを実施、歯科医師や衛生士、看護師が医療相談にも対応しました。

とりくみに先立ち地域や事業所で、支援物資の募集を呼び掛け、三つの輪に折り込み、協同歯科周辺に3000枚のチラシを配布すると「物資を渡したい」と多数連絡があり、お米が220kg、レトルト食品や缶詰、日用品も集まりました。

当日は27組35名の方が、物資をとりに来られ、朝10時開始にもかかわらず、9時前から待っている方もいて、改めてとりくみの重要さを認識しました。バスで物資をとりに来られた方からは「今度やるときはぜひ、近くで開催してほしい」との要望もあり、次回開催に向けて場所や伝え方について検討していきます。(協同歯科利用委員会 委員長 林野のり子)



CT付きレントゲンを
導入しました!

なでしこ
歯科

生協なでしこ歯科では2005年の開設以来、使用してきた従来のレントゲン機器の故障に伴いCT付きのレントゲンに更新しました。CTにより従来の2次元的なレントゲン写真とは違って3次元的で立体的に画像を撮影できるようにしました。

しかもデジタルなので被ばく線量も従来のフィルムに比べて少ないため体にやさしく画像も鮮明で現像時間も短く、また現像液も使用しないので廃液が生じず環境にもやさしいということ尽くしです。

今まではインプラントの診断などで協同病院の放射線科にCT撮影を依頼し患者さんに病院までご足労をおかけしていましたが、自院で撮影が可能となり、より安心、安全な医療の提供につながり、これからも歯科のデジタルトランスフォーメーションの向上を目指して口腔内スキャナーなどの導入を考えていきます。

(生協なでしこ歯科 副所長 窪高志)



医療機器の更新には組合員のみなさまからの出資金をもとで導入しております。