# 健康いちばん

組合員2万人まで
あと232人

ろっこう医療生活協同組合　2012年 新年号
神戸市灘区水道筋6−7−11／TEL. 078−802−3424／発行人：村上 正治／編集：広報委員会
●組合員数／19,768人 ●出資金金額／496,295,000円 ●平均出資額／25,074円(2011年12月15日現在)

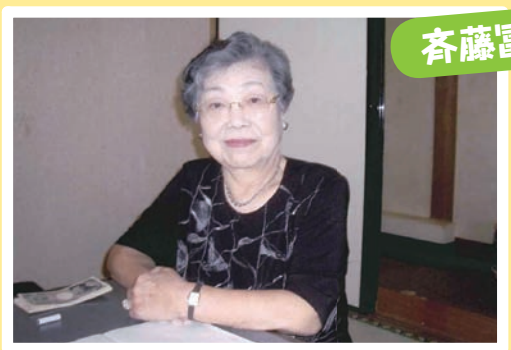
# 新年あけまして おめでとうございます

## 辰年の人、大集合！

### 中野竜誠さん（灘中央支部）

ぼくの夢は、プロのサッカー選手です。中学に行ったら、サッカー部に入ってがんばります。

### 斉藤冨子さん（筒井支部）



家族、身近な人達との絆を大切に健康に注意し自分の事は自分でをモットーに、日々スケジュール通りに明るく、楽しく暮らしていけるよう所望して居ります。

### 砂川　匠さん（筒井支部）

4月から中学生です。部活は何クラブにしようかな

### 藤原雅弘さん（河原支部）

あけましておめでとうございます！2012年は、春から神戸市の小学校教諭として社会人になる僕にとって“はじまりの年”でもあります。地域の方をはじめ、大学生活を通して経験した全ての出会いに感謝をし、その繋がりを大切にしながら、この神戸というまちで社会人として暮らしていきたいと思っています。特に一年目の今年は健康に気をつけ、後悔のない充実した毎日を子どもたちと共に送っていきたいです。

### 武田隆雄さん 和子さん（灘中央支部）

今年も健康がいちばんですが、夫婦の健康、それから町の健康も含めて健康であったほしいです。夫婦お互い助けあって結婚５０周年にむけて頑張っていきたいです。

### 江島玲子さん（東灘支部）

「昨年、両手手根管の手術を受け、長い間よく働いてくれたなあ、と‘アラカン'を意識しました。今年、還暦です。大空を自由に駆ける龍の勢いを頂いて、心上向きに健やかに、日々送れたらと願っています」

### 中井教裕さん（神戸支部）

病気や怪我無く、一年を健康に過ごしたいです。新年から年賀状配達に勤しみます。

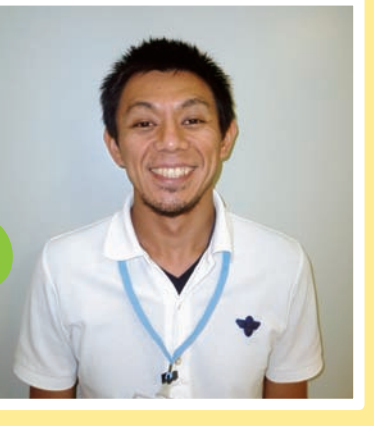
### 吉田尚弘さん（灘診療所・作業療法士）

今年は年相応に見られたい

### 梶木ゆりさん（灘診療所・ケアマネージャー）

こんなところで、同級生に会うとは。

### 高松大介さん（灘診療所・スポーツトレーナー）



仕事でも趣味でも、何か一つ形のある結果を残したい。

# 東日本大震災 支援行動

# 神戸から、大船渡、福島、被災地東北へ「心つないで」

昨年３月11日に発生した東日本大震災は、想像をはるかに超える大災害となり甚大な被害をもたらしました。ろっこう医療生協は地震発生直後から対策本部を設置して、支援行動を開始しました。

福島中央市民医療生協へは、村上理事長をはじめ職員が現地へ赴き、医薬品を届けたり、避難所での診察、炊き出しの支援などを実施しました。夏休みには、福島の子ども達を神戸に招いて「神戸においでよ！福島っ子プロジェクト」も取り組みました。

岩手県大船渡市では、昨年７月から暮れまで毎週２名の保健チームを現地へ送り、保健所と連携し避難所や仮設住宅の被災者の健康チェックや健康相談を行いました。

神戸では、被災地支援行動報告会や東日本大震災支援・健康まつりを開催し、支援募金行動にもたくさんの組合員さんが参加してくれました。

## 大船渡市保健介護センター保健指導係長　佐藤かおり保健師からのメッセージ

平成７年１月に発生した阪神淡路大震災でお亡くなりになった6,400人余りの皆様のご冥福をお祈り申し上げますと共に、被災された多くの方々に心からお見舞い申し上げます。

３月11日に起こったマグニチュード9.0の巨大地震。そして大津波の襲来。想像をはるかに超えるところまで津波は到達し、海から遠い私たち保健師のいる職場の後ろまでその脅威は襲いかかりました。これまでに経験したことのない大災害、東日本大震災により、大船渡市も多くの尊い生命を失い、多くの家屋・町並み、産業の基盤を失ってしまいました。

被災した市町村の多くが役所の庁舎や基幹病院を被災した中、当市はそれらが高台にあり、その行政機能、救命救急機能を発揮することができたことは幸いでした。

発災直後から、自分たちでいいのかと戸惑いながらも、地元の関係機関のご指導ご協力をいただきながら、全国から駆けつけた医療、保健、こころのケアなどの多くのチームの活動を保健師が調整し、自ら被災しながらも住民の健康や生活を守るために奮闘。大船渡市のためにと詰めかける全国の皆様の温かい心、熱意に触れて感謝すると同時に、自分たちは今まで何かしてきただろうか、こんなにまで人のために尽くせるだろうかといった自責の念に駆られました。まだ記憶に新しい阪神淡路大震災や新潟中越地震などの大きな災害を、所詮人ごとにしか思っていなかったのではないかと。

近いうちに宮城県沖を震源とする大地震が発生する確率が高いとされてきましたが、心のどこかで、まさか自分たちの身に起こらないだろう、来てもどうせ大したことのない災害だろうと高を括っていたに違いありません。毎年実施している防災訓練もマンネリ化し、いつの間にか訓練のための訓練になってしまっていたのではなかったかと振り返っています。市の地域防災計画などの見直し、保健活動のマニュアルの作成などを始め平時からの備えの大切さを痛感しました。

今回の震災で、様々な活動を通して様々なことを経験し、失敗もし、学ぶことが多かったです。震災発生時の保健師の活動について検証し、今後に役立てたいと思います。

2011年11月27日

▲福島中央市民医療生協の理事会で、あいさつと神戸での被災体験の教訓などを紹介する村上理事長。当生協から持参した「寄せ書き」「ビデオレター」も紹介され、皆さんに大いに喜ばれました。左は福島中央市民医療生協の川添理事長

▲大船渡市の保健師佐藤さんは、昨年11月理事会と「チャリティコンサート」に参加され、発災から今日までの被災地での活動を報告、支援に対するお礼を述べられました。
翌日、神戸から出発するチームと共に、大船渡に帰られました。写真前列中央の女性が佐藤さん

▲8月16日、大船渡市のお盆。人が多く、献花や送り火が各地で見られました。今年はとくに大切な一日だっただろうと思います。

## 「神戸へおいでよ!! 福島っ子」の想い出

### 中学１年生・女子

今回の神戸旅行はすごく楽しい思い出がたくさんできました。さらに神戸は初めてだったので、よけいに楽しみでした。

神戸の人達はみんな明るくて、すごく話しやすかったです。しかも、お料理もとてもおいしくて、いろいろな楽しい場所がたくさんあったので3泊4日という間がとても短く感じました。

福島では放射能の問題で屋外プールには入れず、とても悲しかったけど、神戸でたくさんリフレッシュできたのでよかったです。

また、水族館や動物園でも楽しくて、時間がすごくたりない気がしました。

神戸で、たくさんの事を知れた気がして、とてもうれしいです。

私が、もう少し大人になったら、また神戸に遊びにいき、色々な所でゆっくりしたいです。今回は神戸に招待していただきありがとうございました！いい思い出ができてとっても満足しています。福島でも、元気に生活していきます。

医療生協の方々もがんばってください！

### 小学4年生・女子

わたしが、一番心にのこったのは、水ぞくかんと、プールと、動物えんです。

福島では、ほうしゃのうで、プールにはいれなかったのでとても、うれしかったです。

水ぞくかんでは、白くまを見れてよかったです。動物えんでは、こうもりを見れてうれしかったです。すごくいっぱいこうもりが木にぶらさがっていました。

とってもたのしかったです。

▲「神戸においでよ！福島っ子プロジェクト」
東灘にある「アトリエ太陽の子」で、神戸の子供達と一緒に自分だけのＴシャツを作りました。個性豊かな絵柄ですね。

## 灘診療所 近藤看護師長からのメッセージ

７月から12月まで１週間交代で、看護師と事務・介護職員、２人１組で大船渡医療支援に行きました。

７月は仮設住宅を訪問し、健康調査票を回収すると共に、体調をお伺いし血圧測定など健康チェックや、生活面で困っている事はないかをお聞きしました。避難所から引越し最中の方やまだ引越しされていない方など、不在がほとんどでした。お聞きした意見は、仮設が上の方にある為、買い物・通院が不便、職場が流され仕事がないなど、辛い意見ばかりでした。でも、「神戸から来ました。」と言うと「神戸も大変やったね。遠い所から来てくれてありがとう。」と、とても優しい言葉をかけて頂いた事もありました。聞かせて頂いた意見は、橋渡し的な役目が出来れば…と思い保健師さんに伝えました。９月位には、借り上げ住宅と言って民間の住宅を市が借りて、そこに住まれている方を訪問しました。仮設は集中していますが、借り上げ住宅は場所がバラバラで、表札がなかったりで、御自宅を見つけるのに苦戦しました。

それから、仮設住宅の集会室でお茶っこ（体操したり、編み物をしたり、おやつを食べながらお話したり…）が始まり、そちらで血圧測定をさせて頂きながら、色々お話も聞かせて頂きました。

最後に行かせて頂いたお茶っこで、「元気でね。また会いに来てよ。」と手を握って言って頂き、ろっこう医療生協のみんなで関われた事が、少しでも心の支えになってくれていたのかな…と思いました。

本当に大船渡の方は前向きな方が多く、逆に元気を頂いたり、優しさにふれたり、とても暖かい気持ちになった事が多々ありました。

７月に比べ12月は、かなり瓦礫は少なくなって更地になり、そこに仮設の商店街が出来たり、閉まっていた店が再開されたり、簡単に復興は難しいと思いますが、少しずつですが確実に復興に向かっていると感じました。

私達の医療支援がどこまでお役に立てたのか、阪神大震災時の経験を生かせたのかは分かりませんが、それぞれが一生懸命何か出来れば…という思いをもって大船渡に行かせて頂きました。

12月最終行動時、花巻空港周辺は行きも帰りも吹雪でした。

一旦、医療支援は終了になりますが、心から復興を祈りながら、支援し続けて行きたいと思います。

### 「東日本大震災支援･健康まつり」収益金を、福島中央市民医療生協と大船渡市にそれぞれ35万円ずつを寄付

昨年11月27日に開催された「東日本大震災支援・健康まつり」では、バザーや東北名産品販売、コンサートチケット料金などの収入から、必要経費を差し引いた収益金が、70万円となりました。お約束通り、福島中央市民医療生協と大船渡市に寄付することかできました。ご協力ありがとうございました。

### 「つばさ募金」にご協力ありがとうございました。

「つばさ募金」は、2011年12月31日で締め切りといたしました。皆様方から頂いた募金は、大船渡での行動にかかった費用や福島の子供達を神戸に招いたときの費用など、ろっこう医療生協の震災支援活動にかかる費用に充当いたします。

12月15日現在　1,067,693円

# 組合員2万人まで、もうひと踏ん張り

## あと232名（12月15日現在）

組合員2万人に向けて、昨年は本格的な組合員ふやし活動を展開しました。健康チェックやけんこうクラブ活動、「組合員紹介・家族加入キャンペーン」、患者さんや利用者さんへの組合員加入のお誘いなどなど、組合員のご協力、職員のがんばりで、組合員2万人までもう少しまできました。今年こそ、組合員2万人を実現いたしましょう。

## 組合員の声

### 組合員を紹介しました

**原田支部・女性**

ご近所の仲良しで、もともと灘診療所の患者でしたので、ちかくで健康チェックがあった時に軽い気持ちでお誘いしました。医療生協ならホームドクターとしてきちんと診てくれると思いますので、自信を持って紹介しました。

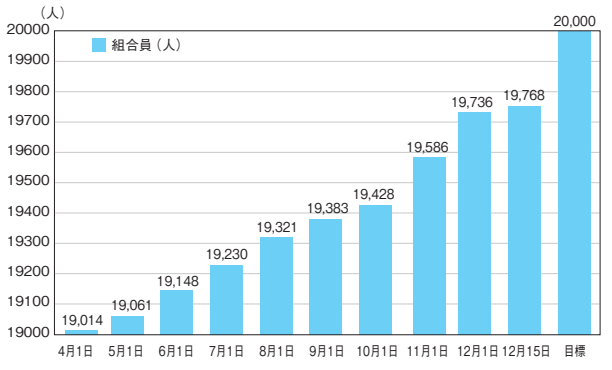
**東灘支部・女性**

御影市場地域交流室でダンベル体操が始まったので、たくさんの方に来てもらおうと声をかけています。特に、近くにあったスポーツセンターが無くなり、そこで知り合った友達が運動不足になっていると思って、ダンベル体操にお誘いしたところ、その方の友人達も参加してくれて、組合員にも加入してくれました。先日は9名も集まってくれて、始まったばかりなのに、楽しく取り組んでいます。

### 組合員になりました

**原田支部・女性**

灘診療所でも組合員になったら、色々安くなると聞いていました。健康チェックを受けられたことで、元はとれたかなと思います。




組合員ふやし実績

# ろっこう医療生協の けんこうクラブ紹介

## 組合員同士のつながりから、健康づくり・支え合いの輪を作り上げましょう

一人でも多くの方に組合員になってもらい、ろっこう医療生協の様々な健康づくり活動への参加を通して、組合員同士のつながり、結びつき、支え合いの輪を作り上げていきましょう。

### アレンジ生け花（中央ブロック）

**「現代の生活空間のお花を楽しむ」**

季節のお花（生花）を使って生け花を楽しんでおります。
ご一緒に生け花を楽しみましょう。お気軽にご参加ください。

### 布ぞうりサークル（とががわブロック）

布ぞうりづくりは前からしたいと思っていました。教室に行くと1回2000円とか3000円とかかかってしまって。けんこうクラブならボランティアで丁寧に教えてもらえて、会費は安いし、来てみてよかったです。

### 琴友会（きんゆうかい）甲南（東灘ブロック）

東灘組合員センター甲南で活動するけんこうクラブとして、昨年12月6日に9名で結成した、大正琴のサークルです。
ろっこう医療生協や東灘でのお祭りなどで発表できるよう練習します。流派に関係なく楽しく出来たらいいので、皆さんお気軽にご参加下さい。

### 憩いの広場ムーン（六甲道ブロック）

“写経“を始めてみると好評で、参加者が増えています。
「お茶を飲んで、おしゃべりして、写経もできて、なんてここでしかできないから楽しくて来ています。」
「家だと1人で、しゃべらない日もあるぐらいだけど、ここでみんなに会えるのが楽しい。」
「1人で来られた方も、この場でお仲間になられています。やはりこういう“たまり場“が必要なんだと感じています。」

### あさがお班（灘ブロック）

年6回開催し、健康チェックがメインの班会です。
この年齢になると、身体のあちらこちらに不具合が出てきます。検診ではお金がかかるし、長時間になるけど、定期的に班会でチェックしてもらうと安心できます。その都度、自分で状況把握ができることが魅力です。
今後は、例えばがんについての学習会など、具体的な病気についての勉強をしたいです。

**脱原発署名**　目標5000筆

1982筆（12月14現在）

署名用紙は、各診療所もしくは医療生協本部にあります
引き続き、署名にご協力下さい

最終締め切り　2012年2月末

## 虹のギャラリー

**干支「辰」**
筒井支部折り紙教室

**「春節祭」**
辻本美佐子（摩耶支部）

## 健康いちばん12月号掲載記事の訂正とお詫び

健康いちばん12月号4面に掲載しています「年末年始の休診のご案内」に誤りがありました。
下記の通り訂正し、お詫び申し上げます。　　健康いちばん編集部

■年末年始の休診のご案内

| | | 12月 | | | 1月 | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 |
| 灘診療所 | 午前9:00～12:00 | ○ | × | × | × | × | × | ○ | ○ |
| | 午後2:30～ 4:30 | × | × | × | × | × | × | ○ | ○ |
| | 夜間4:30～ 7:00 | × | × | × | × | × | × | ○ | ○ |
| 六甲道診療所 | 午前9:00～12:00 | ○ | × | × | × | × | × | × | ○ |
| | 午後4:00～ 7:00 | × | × | × | × | × | × | × | ○ |
| 東雲診療所 | 午前9:00～12:00 | ○ | × | × | × | × | × | × | ○ |
| | 午後4:00～ 6:30 | × | × | × | × | × | × | × | ○ |

誤

正

### ■年末年始の休診のご案内

| | | 12月 | | | 1月 | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 |
| 灘診療所 | 午前9:00～12:00 | ○ | × | × | × | × | × | ○ | ○ |
| | 午後2:30～ 4:30 | × | × | × | × | × | × | ○ | × |
| | 夜間4:30～ 7:00 | × | × | × | × | × | × | ○ | ○ |
| 六甲道診療所 | 午前9:00～12:00 | ○ | × | × | × | × | × | × | ○ |
| | 午後4:00～ 7:00 | × | × | × | × | × | × | × | × |
| 東雲診療所 | 午前9:00～12:00 | ○ | × | × | × | × | × | × | ○ |
| | 午後4:00～ 6:30 | × | × | × | × | × | × | × | × |

## 第七回理事会報告

《二〇一一年一二月一七日》

一. 2011年度生協強化月間のまとめの件
①組合員ふやし、出資金ふやしの進捗
②取り組みのまとめについて
二. 東日本大震災支援活動の件
①大船渡市での被災者健康管理支援行動について
②「東日本大震災支援・健康まつり」のまとめについて
③脱原発の取り組みについて
④「つばさ募金」の取り組みについて
⑤今後の支援活動について（案）
三. 経営課題の件
①年末一時金の支給について
②退職金規程の改定について
③長期借入金の前倒し償還について
④設備投資計画について
四. 人事課題の件
①人事異動の予定について
五. 2012年度の方針・予算づくりの件
①次年度予算・方針づくりの日程について
②「法人方針・骨子」について
六. 今後の諸課題の件
①2012年「新春のつどい」開催の予定について
②大腸がんチェックの取り組みについて
③「月二四日「市民救命士講習会」について
④一月一二日「国際協同組合年」キックオフ大会について
⑤一月二二日福島中央市民医療生協創立30周年レセプションへの参加について

## おすすめメニュー　からだ想いメニュー

**《テーマは風邪予防》**

ビタミンCにはウイルスやストレスに対する抵抗力を高め、体を丈夫にする働きがあります。

●ビタミンCが多いおすすめ食材
・じゃがいも　・カリフラワー　・トマト
・ブロッコリー　・ピーマン　・菜の花
・キウイフルーツ　・みかん　・柿

特に、冬が旬のカリフラワーは加熱によるビタミンCの損失が少なく、優れた野菜です。

●アジの甘酢あんレモン風味
●カリフラワーの昆布和え
●じゃが芋の煮付　●ごはん、みそ汁

| | |
|---|---|
| エネルギー | 511Kcal |
| たんぱく質 | 22.6g |
| 脂質 | 10.8g |
| 炭水化物 | 79.1g |
| 塩分 | 3.8g |

| | |
|---|---|
| 骨なし真アジ | 1切 |
| 合成酒 | 小さじ1 |
| 瀬戸の本塩 | 少々 |
| コショー | 1ふり |
| 片栗粉 | 小さじ1 |
| キャノーラ油 | 少々 |
| 玉葱 | 中1/6個 |
| ヤングコーン | 1本 |
| 人参 | 5㎜位スライス2枚 |
| しいたけ | 1枚 |
| ピーマン | 中1/2個 |
| 酢 | 小さじ2/3 |
| ポッカレモン | 大さじ1/2 |
| 上白糖 | 小さじ1弱 |
| 濃口醤油 | 小さじ1 |

## おすすめメニュー　お正月メニュー

**《テーマはお正月メニュー》**

おせち料理とは、正月に食べるお祝いの料理のこと。その歴史は古く、平安時代の宮中で行われていた行事に由来しています。伝統的なおせち料理には、縁起のよい意味や願いが込められています。

●黒豆…豆は元来丈夫・健康を意味する言葉。まめまめしく働くように、元気に暮らすようにと願いを込めて
●海老…腰が曲がっている姿から、腰が曲がるまで、ともに長生きするという長寿のシンボル。
●れんこん…穴が開いているので「将来を見通せるように」という願いを込めて。

●散らし寿司
●大根のあんかけ柚子風味
●ほうれん草の辛子和え　●赤だし　●黒豆

| | |
|---|---|
| エネルギー | 500Kcal |
| たんぱく質 | 20.5g |
| 脂質 | 19.5g |
| 炭水化物 | 86.6g |
| 塩分 | 6.0g |

| | |
|---|---|
| 無洗米 | カップ1/3 |
| 合わせ酢 | 小さじ3 |
| 高野豆腐 | 1/6ケ |
| ささがきごぼう | 14枚 |
| 人参 | うすぎり1枚 |
| 淡口醤油 | 小さじ1 |
| 上白糖 | 小さじ2/3 |
| みりん風調味料 | 少々 |
| きざみのり | 7㎝×7㎝を切る |
| 穴子スライス | 1枚 |
| 活サラダエビ | 1ピキ |
| れんこんスライス | 5㎜1枚 |
| 酢 | 小さじ2 |
| 瀬戸の本塩 | 1ツマミ |
| 錦糸卵 | うす焼き1枚 |
| きぬさや | 3本 |
| 干しいたけ | 4本 |
| 濃口醤油 | 小さじ1弱 |
| 平切甘酢生姜（ガリ） | 少々 |

【資料提供】ウオクニ株式会社　（灘診療所の給食業務等を委託しています）

## 数独にチャレンジ！

【ルール】
①あいているマスに1～9までの数字のどれかをいれます
②タテ列（9列）、ヨコ列（9列）、太線でかこまれた3×3のブロック（9マスのブロックが9つ）のどれにも1から9までの数字がひとつずつ入ります。
③全部の数字が入ったら　問題の足し算を解きましょう。

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 2 | Ⓐ | | 9 | | | | 7 |
| 6 | | | 7 | | | | 1 | |
| | | 1 | | 2 | 6 | 8 | | 9 |
| | 9 | | 6 | | 1 | 4 | | |
| 8 | | 3 | | Ⓑ | | | | 1 |
| | 5 | | 3 | | 2 | 6 | 9 | |
| | | 6 | | | | 7 | | Ⓒ |
| | 7 | | 8 | | 9 | | 3 | 4 |
| 3 | | 8 | | 5 | | | 2 | |

Ⓐ＋Ⓑ＋Ⓒ＝(　　)

前回の答え
17（Ⓐ:4+ Ⓑ:7+ Ⓒ:6）

●ハガキにクイズの答えと「健康いちばん」をお読みになった感想、住所・氏名・電話番号・年齢を書いて送って下さい。
●**送り先**／〒657-0831 神戸市灘区水道筋6-7-11 ろっこう医療生活協同組合「健康いちばん係」まで
●**締切日**／1月末日
※正解者の中から抽選で5名様に図書カード500円分を送ります。

◆あなたの健康を守る医療生協のネットワーク◆　一般診察、健康診断、予防接種、訪問診察、介護保険のご相談などお気軽に最寄りの診療所まで

## 灘診療所

内科・消化器内科・糖尿病内科
整形外科・放射線科

通所リハビリテーション「つどい」
電話078-801-6665

神戸市灘区水道筋6−6−3
http://www.nada-cl.jp

入院随時（12床）

| 受付時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前 9:00～12:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| 午後 2:30～ 4:30 | ○ | ○ | ○ | | ○ | | |
| 午後 4:30～ 7:00 | ○ | | ○ | ○ | ○ | | |

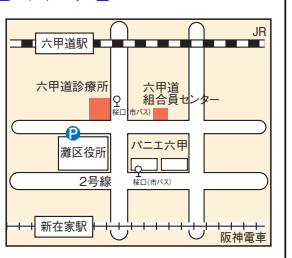
※日曜日と祝日は休診

## 六甲道診療所

内科
小児科

電話078-811-0555

神戸市灘区桜口町4−5−12
http://www.cl-rokkomichi.com/




9ヵ月乳児健診〈予約制〉

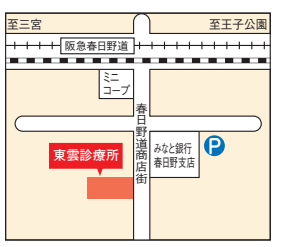
| 受付時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前 9:00～12:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| 午後 4:00～ 7:00 | ○ | ○ | ○ | | ○ | | |

## 東雲診療所

内科・糖尿病内科
リハビリテーション科

電話078-262-7236

神戸市中央区東雲通1−4−24
http://shinonome-cl.jp/




〈介護保険事業〉ケアプラン
通所リハビリテーション
訪問リハビリテーションなど

| 受付時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前 9:00～12:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| 午後 4:00～ 6:30 | ○ | ○ | ○ | | ○ | | |

## ろっこう医療生活協同組合

〒657−0831 神戸市灘区水道筋6−7−11
TEL 078−802−3424　FAX 078−802−1649
URL:http://www.rokko-mcoop.or.jp/
e-mail nakama@rokko-mcoop.or.jp

お引越時は住所変更届をお願いします。出資金についてのお問合せや医療生協へのご意見、ご要望はこちらまで。

| | | |
|---|---|---|
| 通所リハビリテーション | つどい | TEL.078−801−6711 |
| 訪問看護ステーション | あんず | TEL.078−802−3661 |
| ホームヘルプサービス | あおぞら | TEL.078−805−1023 |
| ケアプラン | 医療福祉相談室 | TEL.078−805−6877 |
| 小規模多機能 | とががわ | TEL.078−414−7014 |