



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

発行人:村上 正治 | 編集:機関紙編集委員会 | 組合員数 17,591人 | 出資金額 570,521,000円 | 平均出資額 32,387円 2020.1.29現在

ろっこう医療生協 40周年

これまでと

これから②

六甲道診療所 オープンから震災・復興まで

多難なことばかりではなかった 六甲道診療所

谷口 敏光 (六甲道診療所所長)

1992年に医療生協2つ目の診療所としてスタートしました。灘診療所と違って1等地1階新築で家賃が高い！所長の見込み違い？と自責のさなか、あの大震災で「全壊」と打ちひしがれながら、半地下喫茶店やしっかり立っていたご自宅1階を提供してくださった組合員さんのおかげで、半年間の仮設診療所時代は悪いことばかりでなかったと信じて。

今の時代、BCP(事業継続計画)なるものをすべての事業所で作成しています。自分の中では密かに「高をくくっている」気持ちがありますが、それではいけませんね。仮設診療所だった辺り、今は六甲道南公園です。周囲には今も次々マンションラッシュです。六甲道診療所に来られる「新患」は毎月60以上、冬場は

100をこえます。震災前から住んでおられる方は半分以上になりました。人の入れ替わりがあって、つながりが希薄になったともいわれます。孤独死だけでなく、貧困やひきこもりなどが問題になってきた震災後25年に区切りなどはつけられません。まだまだ、ここで走り続けていきたいと思っています。



竣工記念レセプションであいさつをする谷口所長 (1992年)



阪神淡路大震災で被災。ご自宅をお借りして診療を継続(1995年)

開設からお世話になっています

植田 志摩子さん(西郷支部)

1992年に診療所ができて、それから2年半後に震災が起こりました。建物は全壊で機能停止。これからのことが不安になりましたが、すぐに谷口先生はじめ診療所のスタッフさんが動かれて本当に助かりました。すぐ近所で娘が喫茶店をしていたので、一時的に診療所として使ってもらいました。階段まで患者さんが列を作っていたのを今でも思い出します。

あれから25年。今も当時と変わらず地域に寄り添った診療所でとても利用しやすいです。これからもよろしくお願いします。



1面 特集1 これまでとこれから② 六甲道診療所

4面 特集2 新春のつどい・「高齢者を狙った消費者被害」学習会

2面 介護相談室 Q&A

3面 四季のカルテ「子宮頸がんワクチンの勧奨再開を」

5面 健康チャレンジ報告、みんなの居場所

6面 お知らせ

7面 パズル、読者のおたより、連絡先

8面 虹のギャラリー、からだ想いメニュー、だいすき絵本コーナー

私たちの4つの理念
法人ポリシー

① 組合員による組合員のための医療・介護・福祉をめざします
② 健康と笑顔のあふれるまちづくりをすすめます

③ 信頼ある仕事を常に追求する職員育成に努めます
④ 共同の力で平和と暮らしを守り抜きます

介護相談室

Q

&

A

Q

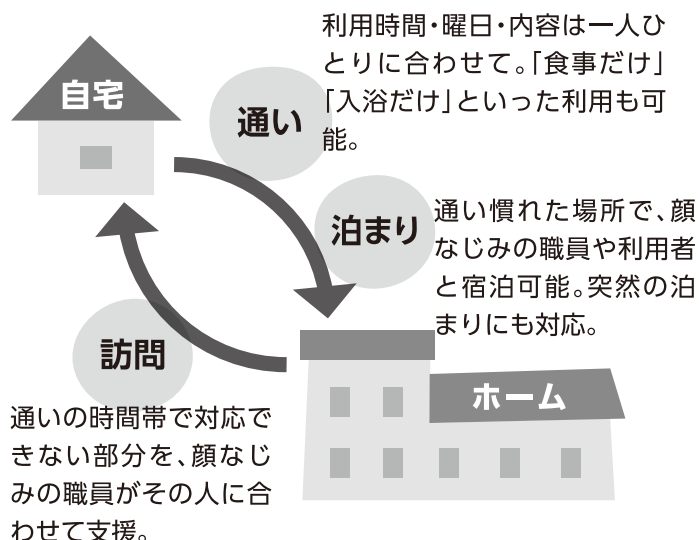
**夫婦2人暮らしです。
住み慣れたまちで可能な
かぎり暮らし続けたいと
考えています。**

A

**ろっこう医療生協の「小規模多機能居宅介護」を
ご利用ください。**

小規模多機能居宅介護とは、利用者が可能なかぎり自立した生活を送ることができるよう、施設への「通い」を中心として「宿泊」や「訪問」を組み合わせ、24時間365日、日常生活上の支援を行うサービスです。

ひとり暮らしでご病気や生活上の課題があっても、利用者が希望する生活にできるかぎり添うような支援を行っています。中でも、健康管理、家族や関係機関との連携、地域のイベント参加の支援を大切にしています。



▶事例

Aさん(80歳代女性)

すべて「とががわ」のスタッフで安心

認知症でご主人と二人暮らし。娘さんが対応する曜日以外は「小規模多機能とががわ」へ通い、週数回は泊りを利用されるため、毎日必ず介護者によるケアが行われています。

お宅も訪問し、トイレ誘導、着替え、通いの準備などの援助もさせていただいています。訪問時には、ご本人だけでなくご主人の様子も確認

しますので、ご家族まるごと「とががわ」が関わっている状態が続いています。

「とががわ」に通う楽しみの一つが、気の合う利用者とのおしゃべり。とても楽しそうです。泊りの日には、漢字パズルなどの問題を持参して、脳トレに励んでいます。

お気軽にご相談ください

小規模多機能 とががわ ☎078-414-7014
うはら多機能ホーム ☎078-452-6777

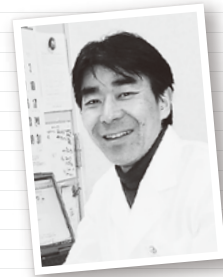
20〜30歳代女性の 子宮頸がんが急増

子宮頸がんは女性のがんの中で、乳がんについて多く、20〜30歳代の若い人に増えています。国内では、毎年約1万人が発症し、約3000人が死亡。手術で子宮を摘出すると、妊娠できなくなり、排尿障害や下肢のリンパ浮腫などの後遺症に苦しむ人も増えています。

四季のカルテ 子宮頸がんワクチンの 勧奨再開を

東雲診療所

小西 達也 医師



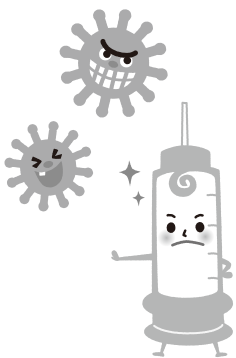
ヒトパピローマ ウイルス(HPV)が 原因

HPVは、ほとんどの女性に感染する一般的なウイルスです。梅毒や淋菌など性病の病原体にくらべて性交渉による感染力が強く、性交渉経験者の80%は一生に1度は感染します。感染しても2年以内に90%は自分の免疫力で駆除されますが、10%は持続感染し、4%

は5年から10年でがんになります。

ワクチンで70%の 子宮頸がんを予防

子宮頸がんワクチンは子宮頸がんの70%の原因となる16型と18型のHPVに対する予防効果があります。世界では、80か国以上で公費助成実施がされており、今や、90%以上の子宮頸がんを予防する9価ワクチンに切り替わりつつあります。HPVワクチンを早期に取り入れたオーストラリア、米英、北欧ではHPV感染が低下し、2028年にはオーストラリアで新規の子宮頸がん患者がいなくなるシミュレーションも発表されています。



小6から高1までの 女子は無料でワクチン がうけられます

16型と18型を予防するサーバリックスと尖圭コンジロームの原因である6型と11型も予防するガーダシルの2種類があり、どちらも3回の接種が必要です。感染したウイルスを駆逐する効果はなく、初感染する前に接種する必要があるり、世界的には9〜16歳の女性に接種されています。積極的勧奨が中断されていても公費助成による接種は可能です。

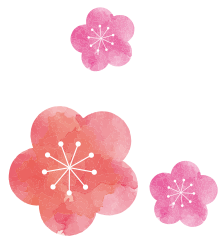
子宮頸がんワクチンに 重篤な副作用はない

副反応を訴える人たちが現れ、メディアが乗っかり薬害として報道したことでHPVワクチンの積極的な勧奨は中断されました。

その後、平成27年の「名古屋スタディ」や平成28年の厚生労働省研究班の全国疫学調査で、HPVワクチンと「副反応」に関係がなかったことが明らかになりました。WHOや日本産婦人科学会などが政府に繰り返し勧奨再開を提言しています。政府・官僚に正しい判断のできる人物はいないようです。

メディアの質の低下も惨憺たる状況で、正しい報道がありません。医療生協は「いのちの章典」の健康観の中で、「自分を変え、社会に働きかける」と述べています。ワクチンの勧奨再開で子宮頸がんから若い人たちを守りましょう。

また、現状でも各診療所で接種可能です。ワクチン在庫の関係上、お問合せの上、母子健康手帳をご持参いただきますようお願いいたします。



ポートアイランド支部



中央支部



灘中央支部

新春 の つどい



西郷支部



毎年恒例の「新春のつどい」が19か所で開催されました。今年も様々な健康づくりの取り組みに、ぜひご参加ください。



六甲南支部



本山支部



「ふせごう! 高齢者を狙った 消費者被害」学習会

健康食品、健康グッズをめぐるトラブルについて、悪徳な会社にだまされない方法を学びましょう。

日時 2月27日(木)14:00～15:30

会場 シマブンビル4階ホール(神戸市灘区岩屋中町4-2-7)
阪神岩屋駅南側すぐ・JR灘駅南へ徒歩3分

参加 無料 ※事前にお申込みください。



おはなし

兵庫県立消費総合センター
消費生活専門員 **武田 博**さん

TEL.078-802-3424(生協本部)



健康づくりがんばったよ! ひょうごまるごと 健康チャレンジ2019

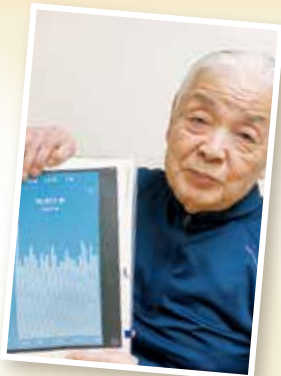


ろっこう医療生協では昨年の1,015人から増えて1,270人がチャレンジし、健康づくりの輪が大きく広がりました! 30日間頑張りぬいた方の声をお届けします!

挑戦は続く!

植野 真行さん(上野支部)

健康チャレンジを通じて、歩数の記録をまとめました。せっかくの機会なので歩数だけでなく、血圧や体脂肪率なども数値にすることで、自分自身の体調管理にも役立ちました。挑戦が終わっても継続して記録を残していきたいですね。



親子で挑戦!

武田 萌さん

(にじいろクリニック)

腹筋を始めました。日頃の習慣を見直す大切さを学びました。



あいうべ体操を継続中

曾我 一美さん
(灘中央支部)

30回チャレンジしたことで、習慣になりました。チャレンジ後の今でも、顔にクリームを塗ったときに、あいうべ体操をしています。チャレンジして良かったです。



右から2番目が曾我さん▲

右から2番目が曾我さん▲



武田 野吾さん
(神戸支部)

1か月頑張れた。縄跳びが苦手で最初は気が進まなかったけど、挑戦するうちに楽しくなってきた。



灘ブロック活動紹介

みんなの **居場所**

灘区健康体操 灘中央支部

灘区健康体操会の皆さんに講師として来ていただき、毎月第2木曜10時~11時に、灘中央自治会館で開いています(8月はお休み)。あいうべ体操、簡単な筋トレ等のほかに、振り付けをしながら歌ったり、脳トレをしたりと、いろんなメニューを取り入れてくださっています。頭も身体も口も動かして、気持ちの良い時間を一緒に過ごしませんか?



定例日: 毎月第2木曜10時~11時

会場: 灘中央自治会館(稗田小学校南側)

参加費: 無料 持ち物: タオル、飲み物

しょうわかい
ろっこう笑和会
のごあんない

3カ月に1度、みんなで集まって楽しい時間を過ごす会です。

日時 3月11日(水) 14時～16時

会場 なだ組員集會室

参加費 300円(お菓子代) **内容** おくすりのおはなし

参加希望の方は、2月末までにお申込みください。

☎078-802-3424 (生協本部)

2019年12月21日
第7回理事会報告

議題1 組員活動の課題について

- ▶生協強化月間を振り返って
- ▶消費者啓発のための学習会について
- ▶なだ・くらしの相談会について
- ▶2020年新春のつどいについて

議題2 社会保障平和、被災地支援活動の件

- ▶敬老パス・福祉パス制度の維持・拡充を求める署名
- ▶3/12東日本大震災被災地支援・紙ふうせんコンサート

議題3 事業の課題の件

- ▶六甲道診療所AED購入(更新)

議題4 労務、経営の課題の件

- ▶11月決算(案)

議題5 第7次5か年計画(2025プラン)について

- ▶2020年度・創立40周年にむけて
- ▶組員アンケート(回収1,237人)・・・分析中
- ▶医療福祉生協2030年ビジョン(案)の学習
- ▶創立40周年記念事業
- ▶第7次5か年計画(2025プラン)
- ▶創立40周年記念事業

議題6 創立40周年記念事業について

- ▶創立40周年記念事業
- ▶記念イベント(案)

議題7 その他

- ▶1/11震災とアスベストを考えるシンポジウム
- ▶1/17追悼・連帯・抗議の集い
- ▶1/18講演会
- ▶「食の安全はなぜおびやかされるようになったのか」
- ▶3/20花たば寄席(水6寄席)

2020年
とき

3月12日(木)

開場 13:00 開演 13:30 終演 15:45

ところ

神戸市立灘区民ホール

大船渡津波伝承館ビデオ上映

復興支援特産品販売・カンパ活動

主催：忘れない！東日本大震災「紙ふうせんコンサート」実行委員会

構成団体：こうべ保健サービス NPO法人花たば ろっこう医療生活協同組合
水道筋6丁目商店街 水道筋ひだまり商店街

構成団体の事業所でチケット発売中

■公演・チケットのお問い合わせ ろっこう医療生活協同組合 〒657-0831 神戸市灘区水道筋6丁目7-11
TEL ▶ 078-802-3424 FAX ▶ 078-802-1649 E-mail ▶ nakama@rokkko-mcoop.or.jp

前売・当日共
2,000円

(税込・全席自由)

収益は被災地
大船渡へ
寄贈します

**住所不明組員の
自由脱退手続きに関する公示**

2020年2月1日
ろっこう医療生活協同組合
理事長 村上正治

定款第10条2項により、毎年、秋に組員にお送りしている「出資金現在高通知」が2年連続して宛先不明で返却された組員を「住所不明組員」として、当該事業年度末において「脱退の予告があったものとみなし」脱退手続きを行いますので、公告します。

お心当たりの組員は、生協本部・各診療所に「住所不明組員の名簿」を掲示・備え置きますので、お問い合わせ下さい。

**名簿据え置き期間
2月14日～3月14日**

この件に関するお問い合わせは、下記のところまでお電話下さい。

ろっこう医療生協本部 ☎078-802-3424

**公 示
第36回通常総代会について**

と き：6月27日(土) 13時
ところ：シマブンビル・大ホール
(灘区岩屋中町4-2-7)

**第36回通常総代会総代
選出について**

総代選挙管理委員会

定款第45条に基づき第36回総代会総代選挙について公示します。総代に立候補する組員は、2月12日から3月11日までに選挙管理委員会事務局(医療生協本部)に届け出ること。選挙区は支部を単位とし、選挙区ごとの定数は以下のとおりとする。

上野11人、篠原6人、灘中央17人、原田12人、摩耶13人、河原8人、西灘9人、西郷12人、鶴甲9人、六甲北19人、六甲南23人、筒井16人、葺合17人、中央5人、ポートアイランド3人、甲南11人、御影住吉9人、本山4人、神戸8人 合計212人

だいすき
絵本
コーナー

おさじさん

作:松谷みよ子 絵:東光寺啓
童心社出版



母が読み、私が読み、
今まさに10か月のわが
子へ読んでいます本です。

わが子の食事の様子
…バナナ等は私に食べ
させてもらうより、自分
で手掴みする方が、食欲

が出るようです。手でぐちゃぐちゃにしたり、
床に落としたりと後片付けが大変ですが、
これも学びと思って手で触らせています。
ただ、おかゆ等は、最初から自由にさせると、
食べる分が無くなってしまいます。まずは
おさじで食べさせるのですが、私の手から
おさじを取るの、もう一本おさじを用意し
ます。すると空いている手でそれも取るの、
計3本のおさじが必要です。

この絵本は「おさじさん だいすき あなたも
もっているでしょ おさじさん」で終わります。
読み聞かせながら「僕も持っているよね、
大好きだよ」と話しています。大好きなお
さじさんとお話しながら、もりもり食べて
大きくなあれと願う毎日です。

H.Sさん(上野支部)



「神戸港の夕景」

園部 俊明さん(ポートアイランド支部)

虹の ギャラリー



「抱瓶(沖縄の酒器)」
松田 寿子さん(六甲南支部)

牛肉とブロッコリーの炒め物

エネルギー(1人分)
179kcal

ブロッコリーは栄養満点の万能野菜。

油と一緒に食べるとβカロテンの吸収率アップ!

材料(1人分)

牛スライス肉…1枚	片栗粉…小さじ1弱	赤ピーマン…1.5cm幅
生塩麴……少々	ごま油…小さじ1/2	黄ピーマン…1cm幅
料理酒…小さじ1/2	ブロッコリー…大2房	
	玉ねぎ ……中1/4弱	

【調味料】	おろししょうが…小さじ1/2	濃口醤油…小さじ1/2
	おろし生にんにく……少々	料理酒……小さじ1
	オイスターソース…小さじ1	上白糖…小さじ1弱
		片栗粉…小さじ1弱

作り方

- ①ブロッコリーと赤ピーマン・黄ピーマンは軽くボイルしておく。玉ねぎは1cm幅のくし切りにする。
- ②牛肉は一口大に切り、塩麴と酒・片栗粉の順に調味料をもみ込む。
- ③ごま油を熱し、しょうが・にんにくを炒め、下味をつけた牛肉を炒めて、いったん取り出しておく。
- ④調味料を合わせておく。ごま油を熱し、玉ねぎを炒めて油がなじんだら、ブロッコリー、赤・黄ピーマンを加えて火を通し、牛肉を戻して調味料を加える。
- ⑤とろみが付いたら、皿へ盛りつける。

Point

牛肉の下味を塩麴にして旨味をプラスしています。

からだ
想
い
メニュー

【資料提供】ウオクニ株式会社
(難診療所の給食業務等を委託しています)

