



姫路医療生協現勢
(2017年8月31日現在)

●組合員 20,386人

●出資金 421,163千円

●1人平均出資金額 20,659円

〒670-0832 姫路市双葉町10番地
☎079-285-3398



魚吹八幡神社 の 秋祭り

(網干区宮内)



網干区宮内にある魚吹八幡神社。摂政3年(西暦203年)、応神天皇と神功皇后が三韓征伐の際、現在の魚吹八幡神社がある宇須伎津の地に御滞泊された際、神のお告げを受け、そこに淨地を開き、一小社を建立して玉依比賣命(たまよりひめのみこと)神武天皇の母を祀られ、敷嶋宮と名付けたのが起源とされています。

毎年10月に行われる秋祭りは播州地方最大の氏子数を誇り、ちようちん祭りとしても有名です。

厩宮では、神輿3台の渡御・還御、屋台18地区、だんじり4地区の練り出し、獅子だんじりでは獅子舞が披露されます。宵宮では、門前と境内参道で、7地区による幻想的で勇壮なちようちん練りが行われます。暗闇の中をまるで光の波のように揺れる提灯の列はため息の出る美しさです。このちようちん祭りは、兵庫県指定無形民俗文化財にも指定されています。



(写真 副理事長 福居 良介)
(文 常任理事 川井 隆)

来春オープン

「自宅で暮らしたい」を実現

小規模多機能ホーム野里
定期巡回・随時対応サービス北部

新事業所が
来年4月に誕生

姫路医療生協は、地域包括ケアシステムの推進に貢献す



▲小規模多機能ホーム野里完成予想図

るために、新たな2つの新規事業開設の準備をすすめています。まず一つ目は『小規模多機能ホーム野里』です。2018年4月に姫路市野里地域（野里上野町1丁目735-2）に開設予定です。小規模多機能ホームは、通いと訪問、泊り、ケアマネジメントの4つのサービスを柔軟に組み合わせた在宅サービスです。姫路医療生協で9か所目の小規模多機能ホームとなる『野里』は、9月半ばに地鎮祭を行い、これから建設を進めてまいります。城下町の雰囲気漂う街家風デザイン建物です。

同じく4月に『定期巡回・随時対応サービス北部』を福祉介護センターすずかぜ内（姫路市砥堀630）に開設いたします。定期巡回・随時対応サービスは、訪問介護と訪問看護、オペレーターサービス（随時対応）を組み合わせ、24時間いつでもつながる安心サービスです。『北部』は法人内4か所目の定期巡回・随時対応サービスとなる



▶小規模多機能ホーム野里の地鎮祭（9/13）



ります。

地域包括ケアと
これからの介護・医療

2018年4月の医療報酬・介護報酬同時改定で医療と介護のあり方が大きく変わろうとしています。今回の改定の柱は、在宅医療と介護サービスの連携強化と言われています。

姫路医療生協では、これまでも「介護が必要になっても最期まで住み慣れた家で暮らし続けたい」という要望に応えるべく、介護と医療が連携し、在宅看取りや認知症

介護等を強化することで、在宅サービスの限界を高める努力をしてまいりました。共立病院、あばし診療所、共立歯科とも訪問診療を重点に置いています。これからも、事業所間、多職種間の連携を強化し、介護と医療の一体的なサービスの提供をめざします。そして、新たに展開する『小規模多機能ホーム野里』『定期巡回・随時対応サービス北部』が加わるることによって、さらに広く、深く地域包括ケアのあるまちづくりを前進させたいと考えています。（専務理事 黒岩勝博）

在宅看取りと認知症ケアを一緒に考えませんか？

今年も、11月24日（金）14時より、『第19回介護・医療フォーラム』を姫路キャスパホールで開催します。講師には、東京大学名誉教授で、NPO法人ウイメンズアクションネットワーク理事長の上野千鶴子先生をお招きし、「おひとりさまとおたがいさま」在宅看取り・認知症ケアを

知症ケアを考える」をテーマにご講演いただきます。超高齢社会を迎えるこれからの時代、私たちにとっても在宅看取りや認知症ケアは一番関心のあるテーマです。高齢化がすすむ中、法人理念の「その人らしく気持ちよく生きる」を実現すべく、地域全体でどのように活動・運動を上げていくかはこれから大きな課題です。この地域包括ケアに基づく社会・地域づくりへの大きなヒントや介護問題も含めた様々なアドバイスを上野先生よりいただけたらと思います。参加費は無料です。今月号のニュースと一緒に申込用紙付のチラシをお届けしております。

姫路医療生活協同組合 第19回介護・医療フォーラム

入場無料

超高齢社会！自分らしく生きること、地域で暮らすことの意味を一緒に考えていきましょう。

講演 「おひとりさま」と「おたがいさま」～在宅看取り・認知症ケアを考える～
講師 上野 千鶴子 氏
日時 11月24日（金）14：00～16：00 開場（13：30）
会場 姫路キャスパホール
キャスパ7F（山陽百貨店西館7F）
申込み TEL 079-285-3399 FAX 079-285-3406
主催 姫路医療生活協同組合 後援 姫路市



上野千鶴子さん
（菅野勝男 撮影）

大変貴重な機会です。是非多くの方々の参加をお待ちしております。組合員に限らず、ご友人やお知り合いの方も誘いあわせの上で参加ください。自分らしく生きること、地域で暮らすことの意味を一緒に考えて参りましょう。（常任理事 柿谷 純一）

【お問合せ・お申込み】

組合員サービス部

電話 079-285-3399

FAX 079-285-3406

2017年WHOウォークイベント 龍野の街歩き

11月5日（日）

集合場所 JR姫新線 本竜野駅
集合時間 午前10時15分 ※終了は12時頃
参加費 200円（資料代）



如来寺周辺



旧脇坂屋敷周辺

熱中症対策に、帽子・お茶等各自でご持参ください

※雨天の場合は朝8時時点の天候の状況で判断します

共催 高齢者はりまの会・姫路医療生活協同組合（健康づくり委員会）
参加申込 組合員サービス部 ☎079-285-3399 FAX079-285-3406
申込メ切 10月31日（火）

健康チャレンジ応援講座②

「脳いきいき～医師が考えるポイントはここ！」

認知症にならない為にはどうすれば？共立病院の医師が考えるポイントをお話します。さらには、友達など身近な人を「認知症かな？」と思った時、あなたはどのようにしますか？みんなで一緒に考えてみましょう。

講師 共立病院 医師 中野 隆氏
日時 10月26日（木）午後2時～3時
場所 共立病院 生協会館2階
（姫路市市川台3-12共立病院敷地内）

ご参加のお申し込みは…
組合員サービス部まで（☎079-285-3399）

元気いっぱいに 強化月間スタート！

2017年度

『いきいき秋の楽・演・祭』

9月25日から始まる秋の生協強化月間に先駆けて、9月7日（木）、姫路キャスパホールにて2017年度秋の生協強化月間スタート企画『いきいき秋の楽・演・祭』が開催され、職員・組合員合わせて27名が参加しました。

オープニングは余部のエレキバンド『スイートポテト4』によるロック演奏。賑やかな幕開けの後、今年の月間



▶ベンチャーズの曲を演奏

方針説明、ニュースコンクールの表彰式と続きました。原水爆禁止世界大会（長崎）の報告会では、核と平和をめぐる世界の矛盾があるなか、それでも、核兵器のない平和で公正な社会の実現を諦めないことの大切さが語られ、参加者の心に響きました。

今回のスタート企画の総合テーマは「地域共生社会」。居宅介護支援事業所のケアマネジャー扮する「主婦」がご



▶健康チャレンジ頑張ろう

2017年度ニュースコンクール

授賞作品

- 理事長賞
『おおつ支部ニュース』 大津支部
- 広報委員長賞
『城北新聞』 小規模多機能ホーム城北
- 入賞
『よべ支部ニュース』 余部支部
『増位支部ニュース』 増位支部
『あらかわ支部ニュース』 荒川支部
『ひろはた・やわた』 広畑・八幡支部
『あぼし支部ニュース』 網干支部
『みつの里』 御津支部
『共立病院だより』 共立病院
『あぼし新聞』 通所リハビリテーションあぼし
『つどい通信』 デイサービスつどい
『入浴新聞』 訪問入浴サービス共立
- 努力賞
『たつの支部ニュース』 龍野支部
『ほっこりだより』 東第1支部

他にも、健康チャレンジのお知らせショートコント、ラストは華やかな社交ダンスが会場を沸かせました。

この月間は組合員一人一人が地域づくりの主役となって安心ネットワークを広げていきます。

キラリハート

キラリ輝く 笑顔あふれる
ある日の出来事

あるお便りから…
訪問看護ステーションなど

所長 香川 陽子

「8月16日の14時頃に、浜国道にて介護していただき、

本当に感謝申し上げます」というお便りが届きました。当事業所の職員に確認しましたところ、大変暑い日中に具合が悪い様子が道路の端に座っておられたご婦人を介抱した件がございました。医療に携わる者として当然のことをしたのですが、このように感謝のお便りをいただき有難く存じます。

今後も職員一同、初心を忘れず日々の業務に努めてまいります。

※キラリハートコーナーでは

姫路医療生協の職員や組合員のキラリと輝く活躍を紹介します。2018年1月号より新コーナーとして掲載します。



▶最後は華やかな社交ダンス

行事案内

関心がある行事にぜひ参加ください！

お問合せ
☎079-285-3399
(組合員サービス部)

糖尿病教室

参加費 300円

⑥10月21日（土）13時30分～「6番目の合併症歯周病!!」

講師…歯科衛生士

場所 デイケア室（共立病院東隣のプレハブ棟1階）

お問合せ ☎079-285-3377 担当…上野

第19回 姫路医療生協 介護・医療フォーラム

11月24日（金）14時～16時 ※3面に関連記事

場所 姫路キャスパホール（山陽百貨店西館7階）

講演 「おひとりさま」と「おたがいさま」～在宅看取りと認知症ケアを考える～

講師 上野千鶴子氏（東京大学名誉教授・NPO法人ウィメンズアクションネットワーク理事長）

「原発なくせ」姫路医療生協の会 駅前署名行動

11月28日（火）14時～15時 場所 山電姫路駅前広場

姫路医療生協2018新春講演会

※事前申込が必要です

2018年1月19日（金）14時～16時

場所 姫路キャスパホール（山陽百貨店西館7階）

講演 「高齢期を安全に暮らす・支えるそのために！」

講師 角田龍平氏（弁護士・元漫才師）

サークルてくてく歴史散策

2017年11月27日（月）参加費6000円

岡山浅口市鴨方町紅葉の美しい明王院・丸山公園孔雀・金光町寂光院・倉敷市一の口水門を訪ねる

会員申込 10月31日までに葉書で姫路市宮上町1-59-2

野村千恵子宛へ☎090-8201-7688

私のおすすめ料理

簡単肉まん

英賀・津田支部

榎田 一子さん

材料（6個分）

豚ミンチ肉 80g

玉ねぎ 1/2個

青ネギ 2本

生椎茸 2個

A 塩コショウ 少々

A 鶏がらスープ 少々

A 小さじ1/2

B 砂糖・片栗粉・酒・

B しょうゆ・ごま油 各小さじ1

【皮の材料】

ホットケーキミックス 200g

ベーキングパウダー 小さじ2/3

酒・みりん 大さじ2

酢 大さじ1

サラダ油 小さじ1

①皮の材料の、酒・みりん・酢・サラダ油をボウルに入れよく混ぜ合わせてから、ベーキングパウダーを入れたホットケーキミックスを加え良くこねる。パサパサの時は酒を上がりでだす。

※蒸した後はお早目にお召し上がりください。



健康野菜
ひまわり市
10月3日（火）
10日（火）
17日（火）
24日（火）
31日（火）
8:00～10:00
共立病院正面玄関

無料法律
なんでも相談

10月19日（木）
11月16日（木）
12月21日（木）

時間 PM2:00～4:00
場所 共立病院相談室
（共立病院の薬局前）
協力 姫路総合法律事務所
（弁護士）

※要予約 相談希望の方は、下記へお申し込みください
姫路医療生協本部
☎(079)285-3398



訪問看護ステーション
てがら

長田 香苗さん

昨年9月から訪問看護ステーションでがらで勤務させて頂き1年が経過しました。訪問看護師の業務としては、利用者様のご自宅を訪問させて頂き、状態観察や清潔ケア、介護相談などを行っています。利用者様やご家族様と共にケアや今後の在宅生活を考える事ができ、人と人とのふれあいを感じています。利用者様が住み慣れた地域で、在宅生活を続けていけるように、地域や地域を取り巻く皆様との連携に努めながら、今後も看護をしていきたいと思っています。

一期一会…出会いを大切に、少しでも利用者様の歩んで来られた人生に寄り添えるよう自分自身も成長していきたいと思っています。



10月のテレホンサービス

月曜日 不登校児をもつ親御さんへ
火曜日 在宅で受けられる介護サービス
水曜日 むずむず脚症候群
木曜日 耳鼻科で診るめまい
金土日 死にたいと思ったとき

兵庫県保険医協会
健康情報テレホンサービス
☎0120-979-451



お口の定期検診の ススメ

共立歯科 歯科医師 谷口 和子

みなさんは、歯の定期検診には通われていますか？定期検診は、虫歯を未然に防ぎ、歯の健康を保つために必要なことです。今回は、歯の定期検診でどんなメリットがあるか、どんなことを行っているのかについてお話ししたいと思います。

歯の定期検診では、主に虫歯や歯周病の確認、検査、歯のクリーニング、ブラッシング指導、詰め物の不具合、粘膜に異常がないかどうかをチェックします。また、インプラントや入れ歯のチェックも行っています。もし、定期検診で予防せず、症状が出てから治療を行う場合、虫歯の程度や本数によっても異なりますが、一本の歯の治療で大体2,000円〜15,000円くらいの費用がかかってしまいます。治療する歯の本数が多い場合や歯を抜かなければならなくなってしまう場合はそれ以上の費用がかかりますし、通院回数も増えてしまいます。また、歯を削る量も、虫歯がひどくなればなる程多くなります。

定期検診の費用は、保険内で大体2,500円程度に収まる事が多いので、虫歯が本格化して通院を重ねることを考えると経済的です。

このように、定期検診を受診し予防することは、費用面、通院回数、歯を削らずに済むという点においても良いと言ったことがお分かり頂けるかと思いますが、虫歯になり、痛みが出る前に、定期検診でお口の健康を守りましょう。

共立歯科では、虫歯治療終了後の患者様に対し、一人一人に合った、お口の定期的なメンテナンスや、歯磨き指導を行っています。ご興味のある方は、是非お問い合わせください。

【お問合せ】
共立歯科
☎079-233-0016



読者のたより

毎月楽しみにしています。クイズも大好きで一番に楽しみますが、主人が早々と答えを出してしまい「答えは〇〇〇〇やで」と言つので、「答えは私の頭の体操！答えわかってても解いていく楽しみとらんといて…」と主人に言っています。

(井上弘美さん(76)たつの市)

暑かった夏も過ぎ、ホッとしています。秋が来ると播磨地方はお祭りが楽しみです。新米もできて食欲も出てきます。体に気を付けて過ごしたいものです。

(河本美千子さん(71)広畑区)

電子辞書で確認しながらクロスワードを解いています。「あゝそつなんや」と知らなかった言葉に出会うことに喜びを感じています。クロスワードは脳トレに良いです。

(堀合照美さん 太子町)

夏の間に楽しませてくれたヒマワリの後にコスモスの種を撒きました。色とりどりの花が咲くのが楽しみです。

(岡本美智子さん(64)御立東)

子どもが4歳になりました。スナック菓子やジュースはほとんど食べたり飲んだりしませんが、アイスやケーキは好きです。しっかりと食事がとれるよう控えていきたいと思っています。

(白髪みどりさん(42)豊富町)

今年の夏もとても暑く、エアコンを活用していたのですが、2度も軽い熱中症にかかってしまいました。幸い、休養を取ることで快復できましたが、連日の熱中症の報道も他人事と思っていられないなど痛感しました。

(内海 愛里さん(26)網干区)



ザ・クロスワード

出題 ●モロズミ勝

1	2	3	4	5	6
7	A	8	9		
	10		11	B	
12	13	14	15	D	
16	17		18	19	
20			21	22	E
23		24		25	
26			F	27	

答	A	B	C	D	E	F

?ヨコのカギ

- ①食用にもします
- ④山口百恵のヒット曲
- ⑦まつたけレシピーの一つ
- ⑨杵(きね)の相棒は？

【問題】二重ワクの文字を、A～Fの順に並べてできる言葉は、なに？

?タテのカギ

- ⑩商…、紅…
- ⑪高みの席。天井…
- ⑫仙台銘菓。萩の…
- ⑭88歳は米寿、90歳は？
- ⑯栄養…：バー
- ⑰宮城県の人気日本酒…
- ⑱かすみ
- ⑳恐れをいだかない心
- ㉑見えつ張り。…男
- ㉒街宣行動に必須
- ㉓魔よけ用に屋根の上に置きます
- ①松飾りとも言います
- ②…で鯛を釣る
- ③キューバのラテン音楽
- ④再生紙の原料
- ⑤ライオンやトラなど
- ⑥秋の七草の一つ
- ⑧医者が住んでいない村
- ⑨スプーン
- ⑩大阪人が食い道楽なら京都人は？
- ⑪小魚を甘辛く煮付ける
- ⑫千人…：百万馬…
- ⑬倒木や火事…：これによる被害は甚大
- ⑭離婚後は質屋に売る？
- ⑮黒やギさんが食べる
- ⑯昔話「鶴の…返し」
- ⑰おぼれる者はつかむ？

⑳病原体から作った薬
㉑過去、現在、…

【応募方法】

ハガキにクロスワードパズルの答えを記入してご応募下さい。抽選で正解の方10名に図書カードをお送りします。あなたの身近な出来事やニュースの感想などもお寄せください。その際、差し支えなければ、年齢をご記入くださるようお願いいたします。(読者のたよりコーナーに掲載させて頂くことがあります)

【応募先】

〒670-0832
姫路市双葉町10
姫路医療生協編集部
締め切りは10月31日です。

8月号の答えと当選者
正解は
「マツバボタン」

今回は82通の応募でした。以下の10名の方に図書カードをお送りします。
清水 正子さん(飾磨区)
太田登代子さん(網干区)
阿佐 英一さん(飯田)
笠木ひろ子さん(四郷町)
野見 幸雄さん(飾磨区)
池本三千蔵さん(木場)
合田 敏子さん(網干区)
松本 延子さん(網干区)
山本 明美さん(大津区)
森崎 隆広さん(上大野)

花は季節ごとに見える美しさが魅力ですが、押し花は、その花の違った魅力も引出しながら美しい姿を永く楽しむことができます。今回は、東第2支部で押し花を製作されている川口みつゑさん（82）にお話を伺いました。

押し花との出会い

2003年に、ある押し花の先生の個展を見に行った際、その素晴らしい感銘を受け、その場で押し花を体験し興味を覚えたことが押し花製作のきっかけでした。

それから、自分でもこんな作品が作れたらいいなと思う

ていたところにお誘いがあり、月に一度、教室に通うことになったそうです。現在でも、月に一度、白浜の教室へ通われているそうで、「遠いし大きな額縁を持つての移動は大変ですが、同じ趣味を持つている方との出会いも楽しくて続いています」と川口さん。

押し花で花に新たな命を

東第2支部
川口みつゑさん

根気よくコツコツと

押し花の素材は、名もない野花や記念に頂いた花束、時には野菜や果物も使用されるなど様々です。しかし、見た目の華やかさとは異なり、野菜の皮を薄く削って押したり、花びらを一枚一枚外して組み立てたり、素材を3日ほど乾燥させて着色したりと、根気の必要な作業が多いそうです。

作品の完成には3カ月程度かかるため、出来上がったと



▶川口さん、お気に入りの一枚と



▶ピアノの部分はナスの皮で



きの喜びはひとしおなのだそうです。現在は、絵はがきやしおり、コースターなど、比較的簡単でかわいい押し花作品を、ご近所の方のおしゃべりを楽しみながら製作されています。完成した作品はご親族のお祝いやプレゼントなどにされることも多く、とても喜ばれているそうです。

鮮やかさを閉じ込めて

取材に伺った時も、ご姉妹やご友人と楽しく押し花を製作されていました。教室など



▲川口さん四姉妹とご友人

を開く予定を伺いますと、「先生までは出来ませんよ」と笑顔で答える川口さん。

最後に押し花の魅力を伺いますと、「押し花は、綺麗な花を綺麗な内に、綺麗なまま作品にすることで、花に新たな命を吹き込む、花の命を蘇らせる作業だと思っています。また、絵では書けない本物を使っているところも押し花の魅力ですね」と語る川口さん。

川口さんの押し花作品は、共立病院待合ギヤラリーに11月半ばから12月半ばまで展示予定です。皆さんも是非一度、押し花の魅力に触れてみてはいかがでしょうか。

（取材 理事 野村千恵子）