



姫路医療生協現勢
(2019年5月31日現在)

●組合員 20,608人

●出資金 438,544千円

●1人平均出資金額 21,280円

〒670-0832 姫路市双葉町10番地 ☎079-285-3398
E-mail info@himeji-mcoop.or.jp

さねもり 実盛さんの虫送り

(神河町長谷／赤田地区)



▲実盛人形と家来の人形を先頭に練り歩く人々

夏土用の頃、兵庫県下の各地では、農作物につく害虫を駆除し、その年の豊作を祈るための行事として「虫送り」を行っていました。しかし、農業の普及等と共に、最近ではすっかり見られなくなってしまいました。

ここ、赤田地区では、平成17年より、村の古老や地方史家らの話を元に、有志によって「虫送り」の再現が行われています。

ヒグラシが鳴き始めました。麦わらで作られた「実盛人形」と家来の人形を先頭に、村の人々は「イネノムシヤラ



▲最後に実盛人形を燃やします

グーシヤラコイ サネモリヤサキダテ…」とお囃子を唱え、50本程の松明を掲げ、鉦や太鼓の鳴り物を合図に青田の畦道を村境の川縁まで進んで行きます。「実盛人形」は、平家の武将・斉藤別当実盛を模ったものと言われています。

ある合戦の時、実盛が乗っていた馬が稻株に躓き、転倒・落馬して討死します。それを怨んだ実盛が、稲の害虫となり、作物の実りを妨げるとの一説があり、「実盛人形」は、害虫の大将として行列の先頭に立ち、虫達を引き連れまわす。

村境の川縁に着いた「実盛人形」は、松明で火を掛けられ、村の人々は煙となつて天に昇る虫達を、手を合わせて弔います。

(取材 あぼし診療所
森山 昌光)



「最期まで 安心の在宅生活、 の実現を！」

～6・20 2019年度通常総代会を開催～



▲東第1・東第2支部合同健康チェックの
取り組みを紹介する松本純子総代

東第1・東第2支部合同健康チェックの取り組みを紹介する松本純子総代は、後半の全体討論では7名が発言。看護小規模多機能すずかぜは、医療ニーズの高い方も24時間安心の在宅支援が可能になるなど看護小規模多機能の特徴を紹介。共立歯科は口腔ケアマスター講

6月20日(木)、イーグレひめじあいめつせホールで2019年度通常総代会が開催されました。会場出席者は243名となりました。冒頭、荻野理事長は「姫路医療生協が今年8月に創立45周年を迎えられるのは組合員の皆様と職員のおかげです」と感謝を述べられました。第1号議案で黒岩専務理事は2019年度方針を提案。姫路医療生協は、個人の尊厳と生活の質の向上を大切にしたい。最期まで安心な在宅生活を「実現することにより、世界で取り組まれているSDGs(持続可能な開発目標)に貢献できることを説明しました。後半の全体討論では7名が発言。看護小規模多機能すずかぜは、医療ニーズの高い方も24時間安心の在宅支援が可能になるなど看護小規模多機能の特徴を紹介。共立歯科は口腔ケアマスター講

代表理事	荻野 俊夫
副理事長	福居 良介
代表理事	黒岩 勝博
専務理事	戸部 芳隆

座や保険でより良い歯科医療を求める署名活動の取り組みを、グループホームめぐは、地域と協同で行うふれあいサロン・喫茶の取り組みを紹介しました。地域活動分野からは、東第1、東第2支部が支部合同のまちかど健康チェックの取り組みを紹介。花田支部は先日初めて開催された『花はな力フェ』の報告を行いました。太子支部は新規事業所開設に向けた意気込みを語りました。この日提案されたすべての議案は採択されました。また、今年度は役員改選も行われ、新任理事6名を含む32名が今期役員として選任されました。

事業所の再編成で サービスの向上をはかります

姫路医療生協 専務理事 黒岩 勝博

今年7月より順次、以下の事業所再編成をおこないます。どうぞ、ご理解・ご協力の程お願い申し上げます。

た地域で暮らし続けたい」という組合員、地域住民の要望にお応えするために、ヘルパーステーションは中重度利用者様への自立支援型のサービス提供を重視することが求められています。身体介護や医療的ケア、在宅看取り等を強化し、「最期まで安心の在宅生活」の実現に貢献します。

姫路医療生協は、ヘルパーステーションのより効率的、効果的な事業運営をはかることも、国や兵庫県、姫路市も推進している定期巡回・随時対応サービスをより多くの方にご利用いただくために、ヘルパーステーションの再編をすすめます。現在、単独で事業運営して

いる3つのヘルパーステーションを順次、定期巡回・随時対応サービスと一体的に運営しているヘルパーステーションに統合します。まず7月に、「ヘルパーステーション(香寺)」を「ヘルパーステーション(花北)」に、「ヘルパーステーション(がら)」を「ヘルパーステーション(ひがし)」に統合します。9月に「ヘルパーステーション(なだ)」を「ヘルパーステーション(別所)」に統合します。現在、ヘルパーステーション(香寺)・「がら」・「なだ」をご利用いただいている皆様

には、基本的には、現在の訪問介護職員が引き続きサービス提供させていただきます。居宅介護支援事業所の移転と新規開設をおこないます

同じく7月に、手狭になった「居宅介護支援事業所(かま)」を福祉介護センターてがら2階に移転します(名称も「居宅介護支援事業所てがら」に変更) 姫路南地域の介護の拠点としてさらなる連携強化をはかります。

居宅介護支援事業所 てがら

〒670-0974
姫路市飯田472-1
福祉介護センターてがら2階
☎079-233-1790

福祉用具レンタルの移転も

9月には、「福祉用具レンタル(別所)」を福祉介護センター(なだ)に移転(名称も「福祉用具レンタル(なだ)」に変更)を予定しています。新たな福祉用具レンタルショップにもご期待ください。

〒670-0802
姫路市砥堀630
福祉介護センターすずかぜ内
❖定期巡回・随時対応サービス北部
TEL 079-265-3555
❖ヘルパーステーション花北
TEL 079-263-9200

〒670-0832
姫路市双葉町2
福祉介護センターひがし2階
❖定期巡回・随時対応サービス中部
TEL 079-285-3470
❖ヘルパーステーションひがし
TEL 079-285-3407

〒671-0221
姫路市別所町別所2-179-1
福祉介護センター別所1階
❖定期巡回・随時対応サービス東部
TEL 079-251-7030
❖ヘルパーステーション別所
TEL 079-253-6711

〒671-1257
姫路市網干区垣内本町553-20
福祉介護センターあぼし内
❖定期巡回・随時対応サービスあぼし
TEL 079-271-3460
❖ヘルパーステーションあぼし
TEL 079-272-8055



定期巡回・随時対応サービス
ヘルパーステーション
統括責任者
坂口 三恵子

家族に依存せず、また家族支援や介護サービスを利用して、自宅で暮らし続けたいと望む方は多くおられます。それを実現するために定期巡回・随時対応サービスは大きな役割を担います。姫路医療生協は今までの事業所運営体制を見直し、また職員の専門性を高め、より多くの方にそれぞれの思いに沿った生活を続けていただけるよう進めていきます。

姫路医療生活協同組合 地域活動交流集会

入場無料
定員150名
どなたでも!

日時 2019年7月31日(水)14:00~16:00
会場 姫路商工会議所501ホール (姫路市下寺町43)
※駐車場(有料)に限りがあります。乗り合わせの上ご来場下さい。

1部 14:00~15:30 「支え合い活動と担い手づくり」
講師：服部真治氏 (医療経済研究機構 主任研究員、さわやか福祉財団研究アドバイザー)

2部 15:30~16:00 体験コーナー
①レクリエーション
英賀・津田支部の認知症カフェ『100縁カフェ』では、多彩な催しがあります。その中から楽しいレクリエーション(笑いヨガなど)を披露していただきます。みなさんも一緒に体験しましょう。

②フラダンス
Let's フラダンス みんなで踊りましょう!!

参加申し込みは下記へ

申込時にお名前・ご住所・電話番号をお知らせください。
(電話・FAXで申込み可能です)

*** 予定席数を越えた場合に限り、個別にご連絡いたします。**

〒670-0833 姫路市大善町141
 姫路医療生活協同組合
 地域サービス部
 「地域活動交流集会」係
 TEL: 079-285-3399
 FAX: 079-285-3406

皆さんようこそ 姫路医療生協へ!

～2019年度 新入職員歓迎会を開催～

5月25日(土)
姫路医療生協
「2019年度
新入職員歓迎
会」をホテル日
航姫路にて開催
しました。



▲緊張する新入職員を先輩職員が拍手で迎えます

新入職員歓迎
会は、姫路医療
生協役員共済
会と法人の共同
開催で、1年間
に在職した職員
を祝つために毎
年実施しています。

今年の新入職員(2018
年5月～2019年4月入
職)は108名でした。歓迎会の
進行・準備は昨年の新入職員



▲司会は昨年の
新入職員が担当

が行い、全体で300名以上の職
員が参加しました。
荻野理事長の開会挨拶では
「安心の在宅、介護サービス
を提供するために法人を大き
くしてきた」の言葉どおり法
人全体の職員総数も90名近
い人数となりました。
時間の都合上、新入職員
の方は、事業所・氏名の紹
介のみとなりました。緊張
しながらも壇上上がる初
々しい姿を先輩職員が暖か

く歓迎しました。また、普
段、勤務地が異なるため、な
かなか会うことの少ない職員
同士の交流も進みました。ピ
ンゲームなどの催しも行わ
れ、楽しい時間を過ごしまし
た。



▲普段接することが少ない職場との貴重な交流も

閉会の挨拶では、「情報通信
技術(ICT)の導入や今年
4月には、2箇所の看護小規
模多機能の開設など、挑戦あ
る運営を行いました。今後も
職員一丸となって力を発揮し
てほしい」と黒岩専務理事。
参加職員もリフレッシュし
た気持ちで決意を新たにす
ていました。

今年の新入職員も来年の新
入職員へ歓迎のバトンをつな
いでいくことでしょう。

GWイベントに 健康チェックで 参加しました



～5・3コープ龍野店で健康チェックを開催～

5月3日(祝)に龍野支
部がコープ龍野店で健康チエ
ックを行いました。今回は、コ
ープ龍野店さんからゴールデ
ンウィークイベント参加の呼
びかけがあり、支部がそれに
応える形で開催しました。

開始前から希望者が受付に
集いはじめます。コープ龍野
店さんも店内放送で「健康チ
ェックを受けましょう」と応
援の呼びかけ。一時は行列が
できるなど、なかなかの盛況
ぶりです。約30名の方が健康チ
ェックを受けられました。ほ
とんどの方が全項目をチエ
ックされました。測定機器担
当の龍野支部組合員も2時間頑
張りしました。



開催数日前から店頭に置か
れたイベント案内で、「姫路
医療生協は、超高齢社会にあ
っても健康寿命を伸ばし、毎
日を自分らしく気持ちよく生
きるために、私たち一人一人
が自らの『健康』に関心を持
ち、積極的に健康づくりに取
り組むことを提案していま
す」と私たちの活動をアピ

野店との繋がりも増え、3名
の方が姫路医療生協に加入し
てくださいました。
今後、地域やコープ龍野
店との連携を強化できるよう
励みたいと思います。
(龍野支部 支部長 木村文明)

健康野菜 ひまわり市

7月2日(火)
9日(火)
16日(火)
23日(火)
30日(火)

8:00～10:00
共立病院正面玄関

行事案内

関心がある行事にぜひご参加ください!

福祉介護センター夏祭り

- 7月20日(土) 開催
 - 福祉介護センターてがら 10時～15時
 - 福祉介護センターおおつ 11時～13時
 - デイサービスつどい 13時～15時
- 7月27日(土) 開催
 - 小規模多機能ホーム香寺 13時30分～
 - 福祉介護センターめが 13時～15時
 - 福祉介護センターさろお 13時～16時

※さろおのみ事前申込要 ☎079-252-8021まで

共立病院 糖尿病教室

④7月20日(土) 13時30分～ 講師 管理栄養士
「間食との付き合い方」(※おやつ提供有)

ヒバクシャ国際署名 駅前署名宣伝行動

7月23日(火) 14時～15時
場所 山電姫路駅前広場(雨天時:JR姫路駅ピオし前)

姫路医療生協 地域活動交流集会

7月31日(水) 14時～16時 ※要参加予約
場所 姫路商工会議所501ホール ※2面に関連記事

サークルてくてく歴史散策

8月9日(金) 参加費 6000円
伯馬の遺跡・遺物・自然を訪ねる:コウノトリの郷・出石の街の散策・斎藤隆夫静思堂・あさこの森など
会員申込 7月8日までに葉書で姫路市宮上町1-59-2
野村千恵子宛 ☎090-8201-7688

私のおすすめ料理

ゴーヤの佃煮

荒川支部 古屋 笑子さん

- 【材料】
ゴーヤ 500g
濃口醤油 50cc
みりん 50cc
砂糖 50g
だし(素) 少々
塩昆布 30g
かつお節 20g
ごま 少々
- ①Aの調味料を沸騰させ、その中に軽く絞ったゴーヤを入れて煮詰める。
②中火で混ぜながら煮汁が少なくなった頃に、Bを入れて、煮汁を含ませると出来上がり。



※かつお節を入れる前にレンジで1分程水分を飛ばすと漬れやすくなり、まんべんなく混ぜます。

作り方

①ゴーヤは縦半分切り、白綿をきれいに取る。2～3mmにスライスして、熱湯でさっと茹でる。

無料法律 なんでも相談

毎月第3木曜日
7月18日(木)
8月8日(木)
※8月は第2木曜日となります
9月19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



共立病院

定期通院が難しいため訪問診療を受けている方は、外来通院の場合よりも受けられる検査の内容に制約があります。先日、共立病院から訪問診療を行っている方に不整脈の症状があると訪問看護師から報告を受けました。主治医と在宅担当看護師で相談しましたが来院は難しい状況です。そこで、自宅を訪問しての検査ができないかとの意見が



正しい
きたい
と思い
ます。

看護師から出され、依頼を受けた検査技師が自宅を訪問して心電図検査を行いました。そして、当日のうちに主治医からご家族へ電話で病状を説明することができました。高齢化が進むと通院できない方は更に増えるため、患者が来院して当然という考えが通用する時代ではありません。在宅患者の利便性を高められる対応を各職員が考え、地域から選ばれる病院を目指しています。

7月のテレホンサービス

月曜日 ドライアイについて
火曜日 呼吸器をしてみませんか？
水曜日 きつくり腰
木曜日 大腸がんの早期発見
金土日 鼻つまりからおこる病気
※15日(月・祝)は金土日のテーマを放送します。
兵庫県保険医協会 健康情報テレホンサービス
☎0120-979-451



読者のたより

夫と高御座山に登ってきました。石の階段、岩の道、何度も登っていますがその度毎に感動があります。今回はササユリが迎えてくれました。可憐な淡いピンクが緑の中で際立って、登ることが楽しくなっていて疲れがありません。以前と比べるとだんだんとペースは遅くなってきました。が、楽しみの一つです。
(小松野幸子さん(70)御国野町)
喧嘩をしながら五十余年。金婚式を迎えることが出来ました。人生百年時代になり、これから一日一日を大切に過ごしたいと思っています。
(前川由美さん たつの市)
梅雨の季節になりました。ほぼほぼに降ってほしいです。農作物にとっては良いかも…。
(宮本小夜子さん(78)飾磨区)

畑を借りて野菜を作っていますが、なかなか上手くいきません。特にスイカだけは3年程チャレンジしていますが、まともにできません。今年こそはと意気込んでいます。
(鷹巣桐子さん(64)高砂市)
自動車免許返納手続きをします。その前から何とも不便を感じています。長年三ツシヨン車に乗っていましたので主人のオートマ車は怖くて乗れません。自由に動けたことに感謝してミッション車を手放しました。
(井上弘美さん たつの市)
最近、酔の物をよく作ります。あじの南蛮漬け、たこときゅうりの酢の物、メ鯖入り大根なます…。今年の夏も元気に過ごせますようにと毎日酢の物が食卓にあがります。
(村瀬眞里子さん(68)太子町)



夏の皮膚トラブルと対策

訪問看護ステーション香寺 所長 大橋 直美



気温の高い夏場は、汗をかいたり、エアコンの冷気や強い紫外線に晒され、肌にとって過酷な季節です。汗をかくことは体温調整に欠かせない機能ですが、汗に含まれるアンモニアな

どの成分による刺激で肌が荒れやすくなります。夏に多い皮膚トラブルでは汗疹が有名です。しかし、実際に多いのは汗荒れと呼ばれる接触性皮膚炎です。首回り、背中、肘の内側など、蒸れやすい部分や肌が擦れる部分でよく見られます。かゆみを伴うため、掻きむしって重症化する人もあります。汗を多くかく子どもがなりやすいのですが、発汗量が低下する一方、皮膚が薄く、乾燥しやすい高齢者もかかりやすい疾患です。次に、手のひらや足の裏のブツブツ(水疱)。かゆみもあるし…まさか水虫？と疑う方も多いと思います。見た目や症状は水虫と似ていますが、それは汗が原因の汗疱状湿疹かもしれません。水虫の市販薬は種類も多く、ご自身の判断で購入される方も多いと思います。しかし、原因が違つと治療方法も異なるため、まず

は、専門医の診断を受けることが大切です。冬場だけでなく、夏も、エアコンの冷気や紫外線を受けた肌は、思いのほか乾燥して痒みを引き起こします。皮膚の表面はベタベタしているけれど内側はカラカラというインナードライ肌も夏場に多く見られます。夏のスキンケアのポイントは、①皮膚を清潔に保つ②汗をこまめに拭く③きちんと保湿するです。②は、擦らず、タオルで押さえるように拭きます。③については、石鹸の使い過ぎはお肌の乾燥を招きます。洗う時も擦らず、石鹸を十分泡立てて優しく洗ってください。お風呂あがりの清潔な肌に保湿剤を塗ることも大切です。

【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？

【ヨコのカギ】
①物の値段
④飼い主のいないネコ
⑦恋文
⑨この中にいる蛙は大海を知らません
⑩鹿苑寺の別称は…

⑪阿寒湖の記念物
⑫とびろ。回転…
⑭繁華街のことです
⑮投手の投球場所
⑯長十郎、二十世紀
⑰湯や茶を飲む器
⑱スプリング、渦巻…
⑳オケやタルの周囲を締め固めます
㉑紫外線から目を守る
㉒川の両岸間の距離

【タテのカギ】
①特定の銘柄品
②コメ…。大…の雨
③…も山のにぎわい
④反対語は「イエス」
⑤寝ついて間もないころ
⑥…の喧嘩に親が出る
⑧ソーダ水やサイダーは…飲料です
⑨遊びに使つボール
⑩牽牛と織女が出逢つ川
⑪…大関、…脱出
⑫7月15日は…の日
⑬床下…の水被害
⑭「貧しい」の反対
⑮起床時の妙な髪型
⑯魚へんに青と書いて？
⑰花の王と呼ばれます

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	E	11		
12	13	14	15		
16	17	F	18	19	
20		21	22		
23		24		25	
26		D	27		

答 A B C D E F

【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】
〒670-0833
姫路市大善町141
姫路医療生協
地域サービス部
締め切りは7月31日です。

5月号の答えと当選者
正解は「ドライフィン」
今回は85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。
森田美津子さん(網干区)
平瀬加代子さん(飯田)
松井ひさ子さん(御立北)
増野加江子さん(飯田)
久保 文江さん(飾磨区)
高谷 聖子さん(別所町)
高山 昌子さん(西延末)
村上 由子さん(飾磨区)
村上 康子さん(飯田)
西原奈美枝さん(増位新町)

高砂支部の筧直樹さん(70)は、農業について全くの素人だった63歳の時、障害者やひきこもりの方の自立就業支援のために有機無農薬野菜の栽培を始めようと発起され、奥様と一緒に稲作と野菜作りに取り組みられています。

地道な活動が実を結び

農業を始めて今年で7年。

現在は、ご夫婦の友人10名程と数名の障害者の方たちで、1町4反(約4200坪)の

稲作と約4反(約1200坪)の野菜作りをされています。

稲作は筧さんの担当で、内6反の米は10日〜2週間天日干ししてから取り入れるというこだわりやう。天日干しのお米は大変おいしく、生産が注文に追いつかないそうです。苗づくりも、ポット苗という方法で、苗が25〜30cm位になるまで育ててから田植えを行うなどこだわりを持たれています。「高齢者が農業を守っているのが現



▲みんなで力を合わせておいしい野菜をつくっています

状で、このままでは日本の農業が駄目になる危機感がある」と話す筧さんは、若者や定年退職後の方が就農できる環境づくりにも力を注いでいます。

農業で育む

地域・障害者との絆

高砂支部

筧 直樹さん

特別支援学校の教師だった奥様は、現役の頃の同僚や友人5名ほどと障害者の教え子たちとともに有機無農薬野菜を育てています。収穫したお米や野菜は直売所や産直センターなどで販売し、収益を活動費に充てています。

PO法人「ファームハウスなるい」を設立。ご夫婦共々ここを拠点に活動されています。

地域や障害者とともに

「ファームハウスなるい」

では、奥様のグループが、今年4月から喫茶とランチを金曜日と土曜日の週2日だけ営業しています。ご近所の高齢者の集いの場だけではなく、高御位山たかみくらやまからの下山者の休憩場所として、季節の野菜を主としたポリウム一杯のランチを安く提供されています。

2017年4月には特定非営利活動(NPO)法人の認可も取得。加古川市志方町の古民家を購入・リフォームし、N

PO法人「ファームハウスなるい」は楽しく、無理はしないこと。「ご近所の方々との繋がりと絆を大事にしな



▲筧直樹さんと奥様の千秋さん

から農作業をしていきたい。『就労継続支援B型事業所』の認可(申請中)を取



▲ファームハウスなるい



▲憩いのカフェスペース

得し、もっと多くの障害者を受け入れ事業を上げたいです」と話す筧さん。夢に向かってお仕事をされている筧さんの目は少年のように輝いていました。

(取材 常任理事 川井隆)

『ファームハウスなるい』では会員・ボランティアを募集中です。楽しく活動しています。お気軽にご連絡ください。

【お問合せ】 筧 直樹

加古川市志方町成井578

☎080-2334214000