

2023年
12月1日
No.521

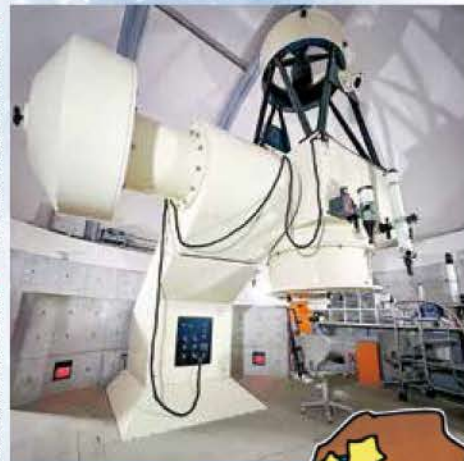
ひめじ



● 組合員 18,100人 ● 出資金 409,863千円 ● 1人平均出資金額 22,644円 (2023年10月31日現在)



▼天体望遠鏡「あさひうら」 ▲世界的建築家 安藤忠雄氏がデザイン



公式キャラクター
うらちゃん



星の子館 やかた (姫路市青山)



▲6階どくしょルーム

星の子館は、1992年に開設した宿泊が出来る児童館です。姫路市立の施設ですが、指定管理者制度により現在は神姫バス(株)が運営しています。

「子どもの記憶に残る体験を提供する場」をスローガンとして、毎月のイベントはもちろん、建物の中にも楽しめる工夫が施されています。大人だけの利用も可能です。

本館の最上階には天文台があり、兵庫県で二番目に大きい天体望遠鏡『あさひうら』で毎晩(休日は昼も)天体観望が出来ます(※11月から来年3月15日までは改修工事のため、代わりに小型望遠鏡や双眼鏡で観望します)。天体観望会は専門スタッフによる丁寧な解説で小さいお子様にも人気です。また、スマホで月を撮影するイベントなどが時折おこなわれています。

今回、専門スタッフの蓮岡さんに冬の星空の見どころを伺いました。「南の空には土星と木星が、東の空には冬を代表する星たちが明るくて見つけやすいです」。

天体観望会以外にも色々な楽しみ方が出来る星の子館。童心に帰り自分なりの楽しみ方を見つけてみてはいかがでしょうか。

(取材・地域サービス部 藤木 祐弥)



◀階段には季節ごとの星座のイラストが

日本ではほぼ見られない▶南半球の星座も紹介



星の子館
姫路市青山1470-24
☎079-267-3050
(お問合せは7時~20時まで)

📺 公式 Youtube 「星の子館チャンネル」 🔍 検索





新しい共立病院にご期待ください

共立病院 事務長 ^{いのかみ やすき} 井神 靖季

新病院建物の本体工事は10月末でほぼ完了し、あとは細部の仕上げを残すのみです。建物内へは医療機器や什器類を除く設備がすべて設置されました。1階受付カウンターや2階スタッフステーション、リハビリ室、休憩室小上がりスペースなどの造作物も完成しており、これまで図面上で想定していたイメージが実際のものとなったことには感慨深いものがあります。12月5日(火)14時～16時に行う新病院内覧会でぜひご覧ください。

今回の建て替えでは最新の機器も導入しました。病棟ナースコールは電子カルテと連動しており、患者情報がモニターへ自動で表示されます。また、ナースコールが作動した際にはカメラで病室の状況を確認できるなど、職

員の働きやすさを考慮した仕様も取り入れています。

新病院での外来診療は12月18日(月)から開始しますが、入院部門の機能は12月16日(土)から新病院へ移行予定です。入院患者さんを安全に移動できるように職員間で協議を重ねています。なお、新病院オープン後も来年夏まで敷地内での工事が行われるため、受診の際は今後も臨時駐車場をご利用ください。

今回が新病院オープン前の最後の報告となりました。様々な環境が変わるため当初は円滑にいかない部分もあるかと思いますが、病院スタッフ一同協力しながら新病院での運用を早く軌道に乗せていきたいと思ひます。引き続き皆様のご理解とご協力をお願いします。

1F



1階の受付カウンター



大きくて分かりやすい診察室の表示



救急患者を受け入れるための1階処置室

機材が揃った調理室

2F



2階のスタッフステーション



プライバシーに配慮した病室のモニター表示



病室はお家のようなあたたかい雰囲気です



病室の状況が確認できるナースコール



広々とした2階リハビリ室

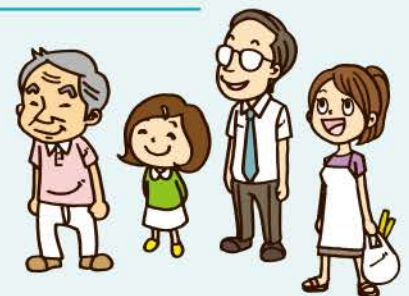
3F



職員休憩室は足を伸ばせる畳スペースも



医師当直室にはシャワールームも





～福祉介護センターさろおマルシェ&秋祭り～



さろおにマルシェ がやってきました!

福祉介護センターさろお
センター長 **さかき としみつ 榊 利光**

さろおマルシェ
出展者の皆さん

10月21日(土)に、福祉介護センターさろおで初めての『さろおマルシェ』を開催しました。当日は、小雨が降ったり強風が吹いたりと天候には恵まれませんでしたが、合計54名の地域の方にお越しいただきました。理事・地域の皆さんにもお手伝いいただき、にじろめだかや芦田ファームの野菜、健康チェックなどの出展に加え、福祉用具レンタルなどの協力で福祉用具(手押し車)などの展示も行い、実物を見て、触れていただきました。西村理事長より提供いただいた丹波の黒枝豆は即完売と大人気でした。



マルシェを楽しまれる利用者様



さあ、上手くのを狙って...



即完売した西村理事長が
作った丹波黒枝豆

同日、デイサービスさろおではフロア内で秋祭り

も行いました。射的や千本引きを利用者様に楽しんでいただき、盛大に盛り上がりました。千本引きでは『無料で理学療法士の肩もみ券』など多数のスペシャル商品も用意。早速使われる方もおられましたが、「あとにとっておくわ」とおっしゃる方もおられました。

新型コロナやインフルエンザの蔓延がありますが、地域の方との触れ合いも大事にしていきたいと思いますので、また地域の方にもご参加いただけるイベントを行っていきたく考えております。

千本引き 何が当たるかな?



花田支部の健康チェック



素敵な景品に利用者様の
笑顔もはじけます

さろおのスタッフもマルシェに参加





和気あいあい マルシェで祝う



福祉介護センターめが10周年

11月3日(金/祝)、福祉介護センターめが開設10周年を記念して、初めての『めがマルシェ』を開催しました。インフルエンザと新型コロナのW流行、3連休初日ということもありましたが、28名が参加されました。

出展内容は、スーパーボールすくいや『就労支援施設きやのーら』さんの焼き菓子などの販売。地元のだ支部は健康チェックや手作り小物で参加し、福祉用具レンタルなどは手押し車の展示を行いました。出展数は少なめでしたが、お子さま連れのご夫婦が数組、スーパーボールすくいを楽しまれ、健康チェックも7名が利用されました。姫路医療生協の紹介や組合員加入のご案内、事業所案内なども皆さん興味深く

聞いてくださいました。

会場は、参加された皆さん和気あいあいとしておられ、他のマルシェにはないようなアットホームな感じが大変よかったです。福祉介護センターめがが地域に溶け込んでいる証拠ですね。

今回、インフルエンザと新型コロナのW流行でめがの職員や利用者様の参加は叶いませんでしたが、次回のマルシェではみなさんと一緒にできたらいいですね。

何はともあれ、福祉介護センターめが開設10周年おめでとうございます。

なだ支部担当理事 ^{かんだ れいこ} 神田 礼子

福祉介護センターめがは7月で開設10周年を迎えることができました。

利用者様、家族様、組合員様、地域の方々、これまで支えていただいた皆様の温かい言葉や支援に感謝申し上げます。これからも福祉介護センターめがをよろしくお願い致します。

福祉介護センターめがセンター長 ^{あかやま} 赤山 まゆみ



大腸がんを早期に発見しよう！

みなさん、大腸がんについて「私は大丈夫！」、「どこも悪くないから自分には関係ない」と考えていませんか？「どこも悪くないけれど、がんが隠れているかもしれない」という意識を持ち、定期的な大腸がんチェックの受診をおススメします。便を採り郵送するだけ。自宅で簡単に出来ますよ。

(健康づくり委員会 委員長 上田千紅)

大腸がんチェックセット

価格:1個800円(税込)

販売期間:2024年2月29日まで

検体受付:2024年3月25日必着

購入できる場所

- ① 地域サービスセンター(姫路市大善町141)
- ② 共立病院・共立歯科・ヘルスコープあぼし診療所各窓口
- ③ 地域の支部へお申込



【お問い合わせ】姫路医療生協 地域サービス部 ☎079-285-3399まで

お詫び

11月号4・5面つどい20周年記事の利用者様コメントで、利用者A様のコメント背景の一部が黒くなっておりました。謹んでお詫び申し上げます。



生協本部 地域サービス部

事務 三木 大地さん

今年3月から生協本部 地域サービス部で勤務しています。趣味はキャンプです。3日以上連休があると但馬や四国・広島まで車で向かいます。これから寒くなりますので、極寒の中で焚火をしながらキャンプができる日が楽しみです。

入職から9カ月が経過した中で印象に残っていることは、7月に福島であった新任組合員活動担当者研修会です。福島第一原発を遠くから見た上で「なぜ事故が発生したのか。なぜ防げなかったのか」を福島の浜通り医療生協の職員から説明を受けたり、東日本大震災で被害に遭った飲食店の店内を見る機会があり、思わず言葉を失いました。それと同時に、もし南海トラフ地震が発生しても地域住民同士が助け合えるように、地域サービス部として皆様との繋がりを大切にしつつ、つながりの輪を広げていきたいと改めて思いました。

現在、主に中ブロックとくらしの助け合いの会

「はなちゃん」を担当しています。業務に取り組む中で組合員さんの笑顔が励みになっていきます。まだまだ経験不足な所がありますが、少しでも早く頼りがいのある職員になりたいと思っています。よろしくお願いします。今後ともよろしくお願致します。



健康講座

大腸がん検査のススメ

共立病院 外来師長 原 喜代美



近年、大腸がんは日本人の死因第1位の病気と言われています。コロナ禍で健康診断やがん検診を受診する人が減っており、結果としてがんに罹る方が増加傾向にあります。

大腸がんは、便に血が混じるといった症状が出るとされています。大腸がんを調べる方法はいくつかあり、その中でも簡単にできるのが便潜血検査（便に混じった目に見えない微量の血液を調べる検査）です。便の表面を採用の棒でまんべんなくこすり、通常2日分の便を採取します。食事制限も不要な簡単な検査です。

便潜血検査を毎年行い、早期発見できれば90%以上が完治するといわれています。ただ、検査

で陽性になったからと言って必ずしも大腸がんというわけではありません。大腸内視鏡検査で組織検査を行い、確定診断となります。

便潜血検査は経済的にも手軽です。有病率が高い方から大腸内視鏡を受けていただくことで効率的に大腸がんを見つけることが出来るといわれています。

共立病院では毎週火曜日の午後に、内視鏡専門医が検査を実施しています。また、姫路医療生協では「班会で健康チェック」「トクトクセット」の2本柱で皆さまの健康づくりを進めています。班会や健診で異常が見つければ病気の早期発見・治療にもつながります。是非この機会に検査を受けてみましょう。



みんなの川柳 みんなの絵手紙

今月の川柳

綾部明美 選

【選者の一言アドバイス】

ダイエット 今がチャンスか 物価高

松下美智子さん(網干区)

上達ポイント

とてもねらいはいいですが、語順を少し工夫しましょう。ずっとリズムよく流れますよ。

【例】物価高の 今がチャンスだ ダイエット

医者通い 増えたがお口 健在よ

PN せつみさん(余部区)

上達ポイント

作者の詠みたいことはよくわかりますが字数を合わせるために口におをつけるのはちょっと…。こうゆう時は他の所で字数を調整しましょう。

【例】医者通い 増えたが口は 元氣です

笑う顔 怒る顔にも 皺二本

PN 敏雄さん(たつの市)

夏過ぎて 秋は一気に 四季どこへ

佐野 信行さん(船津町)

値上がりに タンポポ オバコ 食材に

PN やっさんさん(たつの市)

足音も その日の気分 伝えている

PN マーチンさん(野里堀留町)

秋の夕 おでんのおい 露地裏に

宮本 小夜子さん(飾磨区)

もらい猫 可愛さだけで 最上位

PN 自滅の刃さん(花田町)

今月の絵手紙



内橋弘子さん(飾東町)



津組万智子さん(網干区)



谷郷智美さん(たつの市)

※今月川柳は二十六句の応募がありました。

みんなでつこう「虹のひろば」!

「虹のひろば」では、川柳・絵手紙・かんたん料理のレシピを募集しています。味のある作品、お手軽・時短料理などどんどんお寄せください。

【送付先】〒670-0833 姫路市大善町141 姫路医療系協 地域サービス部 「虹のひろば」係 まで

読者のたより

いよいよ新病院が12月18日にはオープン!行き届いた設備や業務内容を見てとても嬉しく、安心して暮らしていけます。

(森 武子さん 五軒邸)

11月号の高御位山ですが、鹿嶋神社登山口からの記事と写真(険しい岩肌)を見てハッとした。35年くらい前、家族で、弁当持参で3回ほど登ったことがあります。コースは初

心者向け1時間半程でしたが、山の名も、頂上に神社があることも知らなかったです。いい思い出がよみがえってきましたよ。

(大歳 博子さん 大津区)

温かい飲食物がおいしく感じられるようになりました。4年振りの祭りが行われ、神輿や屋台が出ました。屋台を担ぎに、家を離れている若者達がたくさん帰って来てくれて嬉しかったです。

(吉井 秀美さん 佐用町)

プロ野球の関西ダービー。何年振りでしょうか、一つのテレビを夫婦二人で見つて応援しました。

(天野 昭一さん 豊富町)

町内でクマが出たとラインが入りとてもビックリしました。生まれて初めての経験です。

(中島 フミ子さん 花田町)

6Pチーズでクリスマス

地域サービス部



材料

2人前

- サンタクロス • 6Pチーズ…2個 • カニカマ…2本
 • スライスチーズ…1枚 • 海苔…適量
 トナカイ • 6Pチーズ…2個 • 生ハム…2枚 • 海苔…適量
 • ベビースターラーメン…適量 • ミニトマトの皮

作り方

サンタの作り方

- 1 カニカマの赤い部分を切り取り6Pチーズに巻く。
- 2 スライスチーズ(帽子のつばとひげ)と海苔(目)を切りとり、それぞれの部位に飾る。

トナカイの作り方

- 1 生ハムを6Pチーズの先を少し出すようにして巻く。
- 2 ベビースターラーメン(角)、海苔(目)、ミニトマトの皮(口)を細かく切り、それぞれの部位に飾る。

ザ・クロスワード

出題 ● モロズミ勝



答

A	B	C	D	E	F
---	---	---	---	---	---

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 なつかしのCMソング「……用心火の用心」
- ④ 冬至の日のお風呂は？
- ⑥ 事情が複雑、…曲折
- ⑦ じゃんけんのチョキ
- ⑨ レコードを収容する
- ⑪ 大型のサメの俗称

- ⑫ ……サイド、……サンキュー
- ⑬ 元禄15年12月14日、赤穂浪士がやりました
- ⑮ 井戸などにたまる水
- ⑰ 時……。快……。電車
- ⑱ 餅つきの道具の一つ
- ⑲ 病人が入院する部屋
- ⑳ 英語だとペイン
- ㉑ 夜になったばかりの頃
- ㉒ 原付バイクは2段階……
- ㉓ 三浦雄一郎、植村直己さん共通の肩書は？

- ⑫ 星
- ⑬ 太陽から3番目の惑星
- ⑮ 形がゆがんでいます
- ⑯ 物やお金の使いみち
- ⑰ あとから加えること
- ⑱ 和室では脱ぎます

- ⑫ 12月22日、昼がいちばん短い日
- ⑬ 二〇八回の音が鳴りおわると新年です
- ⑮ 床屋、今は……店
- ⑰ ロビンフッドやウィリアムテルは……の歌手
- ⑱ コアラの好物
- ⑲ 甘みの強い調味料
- ⑳ 状況に応じて対処すること……バイ……
- ㉑ 作理事。小説
- ㉒ 地下の層
- ㉓ 太陽から3番目の惑星

? タテのカギ

無料法律なんでも相談

※要予約 ※初回に限り無料です

12月21日 木
1月19日 金

※2024年1月は第3金曜日となります。ご注意ください。

時間 PM2:00～4:00

場所 地域サービスセンター
(姫路市大善町141)

協力 姫路総合法律事務所(弁護士)

【お申込】姫路医療生協本部
☎(079)285-3398

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。(読者のたよりコーナーに掲載させていただくことがあります) ※住所・氏名・電話番号は必ずご明記いただきますようお願いいたします

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12月31日です。

10月号の答えと当選者 正解は「レモンティー」

今回は72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。

- | | |
|----------------|---------------|
| 山下美智子さん(網干区) | 水井 静則さん(飾東町) |
| 三木 総子さん(北野野南町) | 吉田 有李さん(花田町) |
| 黒田 茂さん(網干区) | 春名 照美さん(たつの市) |
| 井上 弘美さん(たつの市) | 家納 昭次さん(たつの市) |
| 山田裕紀子さん(城東町) | 世古八代子さん(飾磨区) |

12月と言えばクリスマス。最先端のおもちゃも良いですが、木の香りや手作りの温かみ溢れるおもちゃはいかがでしょう。今回、長年木工細工を制作されている稲田さんにお話を伺いました。

出会は新聞広告

稲田さんは現在85歳ですが、支部長を務めるなど精力的に活動されています。健康の秘訣を伺うと、「好き嫌いせず何でも食べること。あとは、済んだことはよくよしないことやな」と笑う稲田さん。



▲支部のみなさんと

れていた『動物組み木をつくる』という本を見て、これなら自分でも出来そうと購入したのが40年前。以後、現在も制作を続けています。

木工細工は難しいものでも40分、簡単なものだと10分程でできるそうです。型紙をコピーして木

昔も今も大人気

稲田さんは奥様を早くに亡くされ、現在は娘さんと暮らしています。奥様が生前、神戸の病院に

入院されていた時、お見舞いには必ずこの木工細工を手土産に持っていかれたそうです。奥様への作品は人一倍愛情を込めて作られた

そう、とても素敵なお夫婦ですね。そんな稲田さんの木工細工は病院内でも話題となり、看護師さんや院長先生まで「私も欲しいです」

一枚の木に 込める想い

稲田さん



み溢れる作品で皆さんを笑顔にしてください。

(取材：地域サービス部 藤木祐弥)

に貼り付け、型紙の線に沿って糸のこで切っていきます。最初は手動の糸のこのみでしたが、現在は電動糸のこを利用されるこだわりよう。「(切るのは)直線が難しいんや。板に厚みがあると力が入って、その分ズレやすくなる」と稲田さん。板の厚みが5ミリ違うと力の入れ方も全然違うそうです。

すー」とたくさんのリクエストがあつたそうです。そして現在、稲田さんの作品は子どもたちを中心に人気です。9月の生協マルシェ出展時には、子育て支援センターの所長さんが一目惚れし、20個をまとめ買いされ話題になりました。



▶レインボーフラッグと同じ6色の鯉のぼりとハート



▲地域サービス部に飾ってある今年の干支ウサギ



▲クリスマス仕様の木工細工

