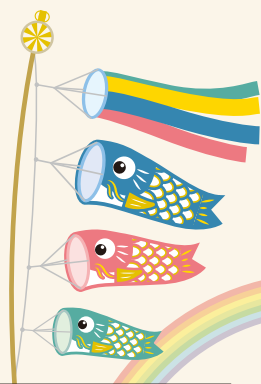




2024年
5月1日
No.526

ひめじ



● 組合員 17,767人 ● 出資金 412,713千円 ● 1人平均出資金額 23,229円 (2024年3月31日現在)

黒松

(浜の宮公園
加古川市)



甲子園球場約12個分の広大な敷地に加古川市の木「黒松」が約3000本群生している浜の宮公園。江戸時代には播磨灘の白い砂浜に松の緑が映える美しい景観「播州松巡り」として人気を集めたそう

です。公園に一歩足を踏み入れると見渡す限り立派な黒松が並び、その景色は壮観です。公園の西北端には、菅原道真を祀る浜宮天神社がありま

す。道真が大宰府へ派遣される道中、この地に立ち寄り海植えたと言われる加古の浜松(2代目で樹齢約500年)は、道真が眠る九州の方角に向かつて枝を伸ばしていま

す。また、松林の中に陸軍航空通信学校尾上教育隊の兵舎跡など戦跡もみられ、この地の歴史を感じることが出来ます。他にもグラウンドやジョギングコース、プールなどがあり、冬には松ぼっくり集めも楽しめる憩いの場として親しまれています。気持ちのよいこの季節、ぶらりと訪れてみてはいかがでしょうか。



▲ 浜宮天神社



▲ 菅原道真が眠る九州へ向かって伸びている松

(写真・文：地域サービス部
久保茂)

817-1
浜の宮公園
加古川市尾上町口里





共立病院オープン後報告③

地域包括ケア 病棟のご紹介



共立病院も建て替えから半年が経ちました。今回は2階の地域包括ケア病棟をご紹介します。

広く明るく快適になった病棟。入院生活も以前より快適になったと、実際に入院された患者様に好評です！



みんなでリハビリ
頑張りましょう！



リハビリ室の患者様を
見守りながらカルテ入力



まず、2階エレベーターを降りると、左側にスタッフステーションとリハビリ室があります。こちらも、以前より広く明るくなっています。



春は市川の桜を見ながらリハビリができますよ♪

右側には面会コーナーがあります。ご家族様との面会などにご利用いただいています。



こちらは浴室です。寝たきりの方はもちろん、一人で入浴できる浴槽もあり、退院後を想定し、どこに手すりをつければいいのかなど確認しながら利用できます。

新しくなった共立病院 病棟、いかがでしたか？



患者様の中には、「家より綺麗やからずっとここにおりたいわ〜(笑)」とおっしゃる方もいらっしゃいました。グッと快適になった共立病院の地域包括ケア病棟。今後も、地域に根差した安心・安全の病院としてみなさまに寄り添ってまいります。

(共立病院 看護部長 清瀬 礼子)



◀新しい環境でスタッフも働きやすくなりました



姫路医療生活協同組合

2024年度 通常総代会開催の公告

姫路医療生活協同組合2024年度通常総代会を
右記の要領で開催いたします。

1. 開催日時

2024年6月20日(木) 午後2時～4時30分

2. 開催場所

イーグレひめじ あいめっせホール(3階)

2024年5月1日 姫路医療生活協同組合 代表理事 西村 哲範

今年度の

ニューフェイスを よろしくお願いします!

2024年度、姫路医療生協に新たに3名の仲間が増えました。みなさんはすでに辞令式と基礎研修を終え各職場で奮闘中です。組合員・地域のみなさま、どうぞ温かい目で見守ってあげてください。よろしくお願いします。

① 山本 穂香

所属：共立病院 病棟 趣味・マイブーム：読書（ミステリー・サスペンスものが好きです）、クラシック音楽（ピアノ曲）の動画を聞きながら寝ること 組合員・地域のみなさまへ：新卒看護師として初めての病棟勤務となります。これから地域のみなさまの生活を支えていけるような看護師を目指して、精一杯頑張っていきます。

② 岩崎 真由美

所属：訪問看護ステーション 共立ひめじ 趣味・マイブーム：お菓子作り・息子のサッカー観戦 組合員・地域のみなさまへ：訪問看護は初めてなので、色々のご迷惑をおかけすることもあると思いますが、一生懸命頑張りたいと思います。よろしくお願いします。

③ 廣瀬 貴美

所属：訪問看護ステーション別所 趣味・マイブーム：御朱印集め 組合員・地域のみなさまへ：初めての訪問看護で不安なことも多いですが、一日でも早くみなさまのお役に立てるように頑張りたいと思います。よろしくお願いします。



西村理事長



の訪問看護で不安なことも多いですが、一日でも早くみなさまのお役に立てるように頑張りたいと思います。よろしくお願いします。

バランスとり
みなさん目は真剣



〈つながりづくりは〉 ゆるく・たのしく・しっかりと

—— 広畑・八幡支部活動紹介 ——

広畑・八幡支部では「ゆるやかでも良い、横のつながりを」をテーマに支部運営に取り組んでいます。

きっかけは、8名の運営委員さんが加わり17名の大所帯となったことでした。運営委員さんが増えるのは喜ばしいことですが、みなさんなかなか名前と顔が覚えられず、新旧運営委員さんの間にすきま風が吹いていました。

そこで、まずお互いを知るために「何でもいい、しゃべろう会」を立ち上げ毎月の『ひめじ』仕分け後に開催。すると、半年後には新しい運営委員さん達も『ひめじ』の配達に協力してくれるようになりました。

さらには、医療生協の事業内容をもっと知りたいという意見も出て、「もっと知りたい学習班会」をスタート。毎月、各事業所から職員を招いて1年間かけて理解を深めました。

最近では、新たに「楽しみながらつながりづくりが出来る企画を」という声が挙がり、認知症予防の棒体操を始めました。30分もすれば汗も出て、体が温まります。声も出るし、笑いもあり、楽しく続けています。

（支部担当理事 福居 良介）



姫路医療生協 第7回 禁煙ポスターコンクール

医療福祉生協連 2024年WHO5.31世界禁煙デーポスターコンクール

姫路医療生協では、2023年度も禁煙の啓発を目的とした禁煙ポスターコンクールを開催しました。2023年度のコンクールでは、初めて①幼児・小学生の部、②18歳未満の部(①を除く)、③18歳以上の部の3部門で開催しました。③では、事業所の利用者様やサークルのみなさまからもご応募いただき、3部門合計で152作品が寄せられました。ご応募いただいたみなさまには感謝申し上げます。厳正な審査の結果、①②より、それぞれ優秀賞2点と佳作3点、③より、最優秀賞と、優秀賞1点・佳作3点が選ばれました。そして、日本医療福祉生協連のコンクールでも、②③で最優秀賞各1点と、優秀賞1点が選ばれました。今回も多数のご応募ありがとうございました。(健康づくり委員会 委員長 上田 千紅)

結果発表

姫路医療生協 第7回 禁煙ポスターコンクール審査結果



最優秀賞
(18歳以上の部)

姫路医療生協禁煙ポスターコンクール
医療福祉生協連 2024年 WHO5.31
世界禁煙ポスターコンクール
はせがわ
長谷川 カツヨさん



【長谷川カツヨさん受賞コメント】

女の子がおじいちゃんに「パッパあかんで～」と言っているのを見かけて、「パッパって?」と尋ねたら「タバコでんがなあ～」とおじいちゃんが苦笑い。そんな瞬間をテーマに描いた作品です。喫煙されているおじいちゃん方、お孫さんに嫌われないよう禁煙しましょうね。



最優秀賞
(18歳未満の部)

医療福祉生協連
2024年 WHO5.31
世界禁煙ポスターコンクール
ふじもと つぐみ
藤本 接美さん(姫路工業高校1年)

【藤本接美さん受賞コメント】
肺に直接、吸殻をこすりつけるというショッキングなビジュアルにすることで、まず危機感を与えたいと思い、このようなデザインにしました。きれいな肺が汚れている様子の色使いは、難しかったです。今回このような賞をいただき、ありがとうございます。少しでも禁煙の輪が広がることを願っています。



優秀賞
(18歳未満の部)

姫路医療生協禁煙ポスターコンクール
医療福祉生協連
2024年 WHO5.31
世界禁煙ポスターコンクール
とよしま りんのすけ
豊島 稟之祐さん
(姫路工業高校2年)



【幼児・小学生の部】



たかみ ひかり
高見 光陽さん
(太田小4年)



ふじわら りお
藤原 里央さん
(城西小5年)



ふじもと りあな
藤本 莉亜奈さん
(城西小6年)



たききた りお
瀧北 梨央さん
(城乾小2年)



なかい さくら
中井 咲良さん
(城西小6年)

【18歳未満の部(幼児・小学生除く)】



こうだに なな
河谷 菜々さん
(龍野北高校2年)



なかつ さえ
中田 紗英さん
(龍野北高校1年)



おおつか みみ
大塚 美海さん
(姫路工業高校1年)



ホアン イエンさん
(姫路工業高校1年)



はらだ きよみ
原田 清美さん



たかはし なおみ
高橋 尚美さん



しまお ふさえ
嶋尾 房枝さん



いしばし ひろこ
石橋 博子さん

福祉用具レンタルなど

合併のお知らせ

福祉用具レンタルなど(姫路市継)は、2024年4月1日に福祉用具レンタル共立と合併しました。
これまで当事業所をご愛顧いただきました組合員・地域の皆様には御礼を申し上げますとともに、今後は、福祉用具レンタル「共立」と「あぼし」をご利用いただきますようお願い申し上げます。

●あぼし
姫路市網干区垣内本町553-20
お問合せ: ☎ 079-263-8503

●共立
姫路市市川橋通2-36
お問合せ: ☎ 079-285-3578



行事案内

関心がある行事にぜひご参加ください。
お問合せ: ☎ 079-285-3399(地域サービス部)
.....
5月15日(水)13時30分~14時30分
会場: 花の北市民広場 第6会議室
今回は、ケアマネジャーを招いて、介護保険制度や社会資源などについてお話していただきます。

オレンジカフェ花北 参加費100円

第19回 生協マルシェ

5月28日(火)10時~11時30分
会場: 地域サービスセンター(大善町14)

めざそう健康寿命100歳! 生き生き広場
第5回『健康診断がさらに充実♪』
5月23日(木)14時~15時30分
メイン会場: 花の北市民広場 第2会議室(増位新町2丁目12)サブ会場: 地域サービスセンター(大善町14)・網干市民センター 展示室(網干区垣内中町120)
※前月号のご案内から、内容が一部変更となっておりますのでご注意ください。

※学年は応募当時のものです



みんなの川柳 みんなの絵手紙

今月の川柳

生きたいと願うだけの子 無残にも

P.N しいやんさん(たつの市)

悴む手 耕す畑は 春半ば

三木 敏雄さん(たつの市)

耳遠く わかったふりして 恥をかき

P.N 光峰さん(太子町)

道の駅 野菜並びて 主張する

P.N やよひさん(太子町)

ラインより 心に響く 置手紙

P.N ひまわりさん(太子町)

戦火やみ 平和を祈る ウクライナ

P.N 民樹さん(太子町)

席なんか 譲っていらん やせ我慢

稲田 哲弥さん(高砂市)

姫路城 ライトアップで まぶしそう

長澤 辰三さん(広畑区)

気に入った写真がないの まだ死ねん

曾我 悦子さん(太子町)

まだ踏める ペダル軽しや 初夏の風

首藤 文子さん(網干区)

※今月、川柳は15名の応募がありました。

今月の絵手紙



名倉ひさよさん
(あばし絵手紙サークル)



内橋弘子さん(飾東町)



松本延子さん(網干区)

みんなでつくろう「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



メタボ脱却のため、エアロバイク始めました。25分一生懸命漕いでも、ご飯お茶碗半分の消費カロリーが表示されるので、道は遠いなあとと思う今日この頃です。

(平岡 尚子さん たつの市)

いつも楽しく拝見しています。4月の川柳コーナーに、3月まで娘の書道の先生をしていた方のお名前があり大変驚きました。先生は90歳ま

で立派に書道の先生をされていました。また娘と、先生に会いに行きたくなりました。お体を大切に、いつまでもお元気でいてくださいね。

(井上 結夢花さん 四郷町)

3月に79歳になりました。オートバイ(昨年4代目を購入)とマウンテンバイクを駆使しながら彼方此方出かけて健康維持に努めています。風を感じながらの走行は最高で〜す。

(藤原 信昭さん 大津区)

3月に主人が天国へ行ってから13年。やっと桜が綺麗だと素直に見れるようになりました。パパも見るよね。 by ママ

(土田 千津子さん 網干区)

東京の孫が中学生になりました。制服姿の写真が送られてきてビックリ。大きくなっていました。

(中谷 町子さん 亀山)

春キャベツの帆立あん

豊富支部 鷹馬 まり子さん

材料

4人前

- 春キャベツ…300g
- 絹さや…1パック
- 白ねぎ…1/2本
- 帆立缶…1個
- サラダ油…大さじ1
- 水…15cc
- 塩…小さじ1/2
- こしょう…少々
- 水溶き片栗粉…(片栗粉:大さじ1/水:大さじ2)
- しょうが汁…小さじ1

作り方

- 春キャベツは4～5cm角に切り、絹さやは筋を取る。白ねぎは斜めに薄切りし全てを入れて炒める
- 帆立を汁ごと入れ、水・塩・こしょうを加え2～3分煮る
- 水溶き片栗粉でとろみをつけ、しょうが汁を加えたら出来上がり



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

- ……の行水、……天狗
- 甘味トウガラシ
- 小型のモーターを付けた自動二輪車
- 歌の文句
- 根性、……ポーズ
- 鳩は……を象徴する鳥
- 西部劇映画「…馬車」
- イエス・キリストの母

- 連休で家を空けるときは……ねらいにご用心
- 東京圏の……の価格が上昇しています
- 寄席演芸の代表格
- 夜明けの空に残る月のことを……の月という
- 外出中です
- 血栓防ぐ……オイル
- 飲み物、栄養……
- 砂漠の乗り物

23 酔っぱらって巻くもの

22 「浅…非才」動物は

20 キングコングに似たる

18 小指と中指の間の指

16 ……映画にだまされ

15 笑いすぎると外れます

14 ラジオなどの聴取者

12 5月の誕生石

11 毛、……ピース

8 上昇気流により発生する激しい渦巻き

6 端午の節句に食べます

5 難解で、少しも……できない

4 ゴルフの各ホールごとの基準打数

3 上下ひとそろいの洋服

2 いたずら書きのこと

1 液体などの沈殿物

？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

5月16日 木

※6月は会場が生協本部2階になります。ご注意ください。

6月20日 木

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5月31日です。

3月号の答えと当選者 正解は「ジュケンセイ」

今回は102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。

三木 愛里さん(太子町)	井内 洋子さん(御野町)
川口みつゑさん(日出町)	近藤 幸代さん(手柄)
藤本真理子さん(網干区)	岡本 信恵さん(広畑区)
御古 博子さん(飾磨区)	釜田 玲子さん(御立中)
古林富美子さん(夢前町)	高井 宮子さん(網干区)

Web応募はこちらから



入院中でも
安心

病棟専属の歯科衛生士が あなたのお口をケアします！



▲充実したケア用品

在宅復帰を目指すには、まず栄養が必要です。入院中は全身状態も悪く、食べられないことで口腔嚥下状態が悪化し、食欲がますます低下するという悪循環があります。食べるためには口を清潔に保ち、しっかりと噛めるような口腔管理が重要です。共立病院では、多職種で

ハビリ・栄養・口腔の一体的な取り組みを行っており、歯科衛生士は「食べるための口づくり」を担っています。

まず、全ての患者様において、入院初日にお口の状態をチェックします。歯や義歯の状態、乾燥や汚れ、痛みは無いかなど、OHAT（※お口の健康状態を客観的に捉えるためのツール）で結果を数値化し、問題があれば共立歯科と連携して早

期治療につなげています。歯科医師とともに患者様の状態を確認した後は、診察の情報を多職種で共有し、退院後の歯科往診の必要性をご本人とご家族にお伝えします。

入院初期は、90%以上の患者様に口腔トラブルがあります。そのため、歯科衛生士厳選のケア用品（歯ブラシ・舌ブラシ・タフトブラシなど）を入院セットに常備することで質の高いケアを実践しています。また、誤嚥リスクの高い患者様が多いため、医師や言語聴覚士と共に嚥下検査場面にも参加して、口腔嚥下機能を引き出す専門的



▲OHATによる口腔内の確認

ケアも行います。終末期の患者様も看護師とリスク管理をしながら、最後まで安全に、心地良いお口で過ごせるよう努めています。

口腔ケアは、誤嚥性肺炎や認知症の予防、腸内環境への影響など、

掛け合わせることが相乗効果となり、患者様の能力を最大限に引き出し、安全に、必要な栄養が摂れることに繋がると実感しました。これからも患者様のために、笑顔と優しさを大切に、寄り添うケアを行います。

全身的な効果があることも明らかになっています。これまでの実践から、多職種の専門性を



▶共立歯科による往診



▶嚥下内視鏡検査の様子

入院初期は、90%以上の患者様に口腔トラブルがあります。そのため、歯科衛生士厳選のケア用品（歯ブラシ・舌ブラシ・タフトブラシなど）を入院セットに常備することで質の高いケアを実践しています。また、誤嚥リスクの高い患者様が多いため、医師や言語聴覚士と共に嚥下検査場面にも参加して、口腔嚥下機能を引き出す専門的

歯科衛生士の
若木由佳です。
お口に関するお悩みや
相談があれば、お気軽に
お声掛けください。

