



● 組合員 17,822人 ● 出資金 411,534千円 ● 1人平均出資金額 23,091円 (2024年6月30日現在)



不戦の誓い

(姫路市手柄)

手柄山の頂上にそびえる太平洋戦全国戦災都市空爆死没者慰霊塔(以下、慰霊塔)。1956年に当時の姫路市長石見元秀氏が全国113の戦災復興都市と協力し建立しました。ここには50万9700人余りの軍人軍属以外の民間人が供養されています。

なぜ民間人だけなのでしょう?終戦後、1952年に国は旧軍人軍属らへの恩給・援護制度を作りましたが、空襲の犠牲となった多くの民間人には何の補償もありませんでした。慰霊塔の背面に「非業の死を遂げた幾多の無辜(≡罪のないこと)の市民については全くこれを顧みるところがなかった」と国を厳しく批判する文章が刻まれていることからその理由が推察できます。

慰霊塔の高さは26メートル

ル75センチで、剣を地中に突き立てた形をしています。これは、「もう戦争はしない」「戦争という剣を二度と抜かない」という不戦の誓いを表しています。慰霊塔が建立した10月26日には、毎年総理大臣なども参列して追悼平和祈念式が行われています。

(写真・文:地域サービス部 藤木祐弥)



▲慰霊塔の背面に刻まれた国へのメッセージ



▶全国の戦災都市の被災状況が記された側柱



姫路医療生協創立50周年

新しい共立病院を拠点とした 介護と医療の連携強化を

6月20日(木)、イーグレひめじあいめつせホールにて2024年度通常総代会を開催しました。当日は122名の総代が出席され、会場参加者は合計177名でした。

冒頭、西村理事長からは

2023年12月にリニューアルした共立病院について、組合員と職員の協力によって建て替えを実現できたこと、また多くの患者利用者に喜んでもらえて大変嬉しく思うと話があ

りました。続いて来賓の清元秀泰姫路市長からの祝辞では、姫路医療生協が50周年を迎え、新しい共立病院を拠点としてこれから更なる地域医療への貢献に期待していますとお言葉をいただきました。

第1号議案では黒岩専務理事が2024年度のすすめかたを提案。介護と医療の連携をより強化し、一体的なサービス提供で利用者の在宅生活の限界点を高めること、また

はりニューアル後の患者の声や組合員による院内ボランティア活動について報告がありました。小規模多機能ホームからは、「生協10の基本ケア」の説明、健康づくり委員会からは「めざそう健康寿命100歳 生き生き広場」の実践報告がありました。

また、4名の方から当日通告発言があり、組合員が減少している現状とこれからの課題について、診療報酬マイナス改定により訪問介護事業を心配される声、支部の決算報告書の取り扱い、事業所利用時の職員の対応についてなど、様々な意見が出されました。

後半の全体討論では3名の登録発言があり、共立病院から



あいさつをする西村哲範理事長

地域組合員と職員組合員がともに学び、地域に協同の輪を広げたいと説明しました。

この日提案された議案は全て採択されました。



組合員の減少について発言する立川繁美総代



共立病院の建て替えについて報告する鍛冶絢子事務長



祝辞を述べる清元秀泰姫路市長

丁寧な説明が患者様に人気です



共立歯科に着任しました

松本直子です

よろしくお願ひします！

らで働き始めたのは10年くらい前からですので、私を見たことがあるという方もいらっしゃるかもしれません。私の父親の歯科医院で働きながら非常勤で来させていたideていました。父親の跡を継ぎ、一人で開業する道を選ぼうと考えておりましたが、長く共立歯科で働かせてもらう内に私が一人で開業するより、他

その一端を担っています。歯医者が怖いと感じる方もいらっしゃると思います。そんな方でも気軽に来てもらえるよう分かりやすい説明、丁寧な治療を心がけています。皆様により豊かで幸せな生活を送れる手助けになれるようこれからも日々研鑽けんけんに励んでまいります。どうぞこれから宜しくお願ひ致します。

7月より共立歯科に入職しました松本直子と申します。この場をお借りしてごあいさつさせていただきます。誰かが幸せで豊かな生活を送りたいという思いがあると、口腔機能は食べる、話す、笑うなど



まつもと なおこ
松本直子 歯科医師

この度、10年ほど前から共立歯科に携わっていただいていた松本先生が、常勤の歯科医師となってくださいました。以前、診てもらっていたという組合員さんも多いと思います。すごく優しい先生です。お口のこと、どんどん相談してください。

ふくだ ともき
共立歯科 所長 福田 朋樹

松本直子先生は勉強熱心で何でも相談に乗ってくださる笑顔の素敵なやさしい先生です。

医局もより明るく華やかになりました！歯科に受診するのが不安な方も是非一度お越しください。お待ちしております。

まき なおみ
共立歯科 事務長 牧 尚美



音楽の千カウで 地域を元気に!



7月11日(木)、旭陽北支部主催「みんなで歌を歌おう! 音楽を聴こう!」が開催されました。「音楽を通して地域の方の交流の場を作り、楽しい時間を過ごしてもらいたい」という思いで始まった今回の班会。旭陽北支部 支部長の平田さんが参加しているバンド『シング・レフティーズ』による歌謡曲、ジャズ、ポップスなどの多彩な演奏が始まると、会場を訪れた人たちは懐かしい曲の数々に聞き入っていました。

『シング・レフティーズ』は、リーダーのじんさん、ボーカルのたまちゃん、ギターの水井さん、キーボー

ドの京子さん、ベースの平田支部長の5名で2019年に結成されました。

バンド名は「左利きの人たちが多く」との理由で命名されたそうです。

結成当初はコロナ禍の真っ最中ということもありなかなか活動ができませんでしたが、今は各地のイベントで演奏を行い、精力的に活動を行っています。

バンドメンバーの方にお話を聞くと「音楽を聴くことでみんなが明るく楽しくなってほしい」、「音楽を聴く人の笑顔を見るのが楽しい」、「仲間と演奏しているのが楽しい」などお話から音楽の楽しさや素晴らしさが伝わってきました。

次回の「音楽を聴こう!」は、9月12日(木)の生協強化月間スタート企画での演奏になります。みなさまにも素晴らしい音楽を聴いていただきたいと思いますので、ぜひお越しください。

(取材:地域サービス部 大林 克実)



今後のご案内

🎵「音楽を聴こう!」 🎵「歌をうたおう!」

2カ月に1度・第2木曜日開催 2カ月に1度・第4日曜日開催
時間:14:00~ 時間:14:00~

会場はいずれも「ひらた健康堂」(姫路市網干区坂上479-2)
※「音楽を聴こう!」は9月の会場のみキャスパホールになります。

◀シング・レフティーズのみなさん
後列:左から 平田支部長・永井さん
前列:左から じんさん・たまちゃん・京子さん



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)

増位支部

『第71回 オレンジカフェ花北』

今回は『ポッチャ』で楽しく交流します!

8月21日(水)13時30分~14時30分

会場:花の北市民広場 展示室

(増位新町2丁目12)

参加費100円 ※事前申込が必要です。

めざそう健康寿命100歳! 生き生き広場

第8回『腰痛予防のお話+予防体操』

8月22日(木)14時~15時30分

メイン会場:花の北市民広場

第4会議室(増位新町2丁目12)

サブ会場:網干市民センター 展示室(網干区垣内中町120番地)、

地域サービスセンター(大善町14)

生協マルシェ夏休みバージョン

8月27日(火)10時~11時30分

会場:地域サービスセンター

(大善町14)

夏休み特別企画としてお子様向けのマルシェを開催!

子ども用品のバザーも行います



職場のホープ君60



グループホームめが副主任
なばた ゆり
名畑有里さん

以前はショートステイついで勤務していましたが、5年前に異動してきました。

趣味はお菓子作りや読書(山田悠介さんなど)です。加えて、最近ハマっているのがマッサージ(する側)です。知り合いや利用者様に「気持ちいいー」「ありがとう」と喜んでいただけると嬉しくなります。

業務では、利用者様に安心して過ごしていただけるよう、不安な時は背中をさすりながら話を傾聴するなどゆっくり丁寧に接することを意識しています。2年前からは副主任となり、職員にとって働きやすい職場をめざして話しやすい雰囲気づくりや、職員の意見を尊重した業務や職場環境の調整も行っています。まだ慣れないことも多くありますが、

所長や周りの人達に支えられながら成長していきたいです。



事業所の魅力も発信中♪



姫路医療生協ではSNSでの情報発信を行っています。
『ひめじ』とはまた違う、事業所の日常や職員の意外な顔など普段あまり見られない情報がたくさんあります。
今回は法人Facebook(フェイスブック)・共立病院と共立歯科のInstagram(インスタグラム)をご紹介します!

姫路医療生協 Facebook

姫路医療生協のFacebookでは、各種イベントのご案内や事業所からのお知らせ、班会など地域活動の紹介や「ひめじ」のちょっとした裏話など、バラエティに富んだ内容で発信しています。職員も頑張って投稿していますので、ぜひご覧ください♪



ココからアクセス



共立病院 Instagram

当院の雰囲気、日常、取り組みをより多くの方に知って頂くため週3回程度配信しています。すでに500人以上のフォローを頂き、総再生回数は25000回を超えています。組合員さんからの「いいね」は職員の励みにもなります。思わず笑顔になるような楽しい配信を心がけています。ぜひご覧ください。



ココからアクセス



共立歯科 Instagram

4月よりInstagramを始めました!歯だけではなく、ホワイトニングなどのイベント等、様々な情報を発信していきたいと思います。「フォロー」「いいね」よろしくお願いします♪ここだけの話ですが、8月中にフォローしてくれた方には素敵なプレゼントを用意しています!



ココからアクセス





みんなの川柳 みんなの絵手紙

今月の川柳

値段見て 今日の夕食 悩みます

P.N さくらんぼちゃんさん(網干区)

雹被害 あつという間に また金や

谷川 千鶴子さん(大津区)

雨降りて 地かたまらぬ 日本かな

長澤 辰三さん(広畑区)

目の前に あるのに探す スマホどこ

稲田 哲弥さん(高砂市)

場所取りに 駆り出され行く ディズニージー

P.N しいやんさん(たつの市)

能登照らす 百万馬力 初賜杯

藤井 真也さん(飯田)

中村哲 映画班会 灯をともし

P.N 三枝子さん(太子町)

夏の日に 園児と遊び ハイタッチ

P.N 民樹さん(太子町)

年とって 筋肉ないのに 筋肉痛

P.N けいこさん(太子町)

朗う朗うと 話し続ける 本音どこ

安井 喜美子さん(豊富町)

※今月、川柳は17名の応募がありました。

今月の絵手紙



津組万智子さん(網干区)



長谷川カツヨさん



内橋弘子さん(飾東町)

みんなでつくり「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 姫路医療生協 地域サービス部 「虹のひろば」係 まで

読者のたより



ついこの間生まれた娘が7月20日で1歳になりました。最近では糸巻き巻き、お辞儀、バイバイ、おつむてんてんも出来るようになりました。嬉しいようで寂しいような…。これからも娘との時間大切にしていきたいなと思います。

(藤澤 叶さん 青山西)

川柳やかんたん料理見るのが楽しみです。中でもクロスワードは一

番に見て謎解きを頑張ります。答えがわかると孫たちとハイタッチします。

(秋田 洋子さん 飾東町)

毎日水かけをしています汗びっしょりになります。草もいっぱい生えているので抜いても引いてもキリがない。水分・塩分補給して頑張るぞー!

(春名 照美さん たつの市)

月初旬にしては夏真っ盛りのよう

な天気ですが、家庭菜園の野菜の種類が徐々に増えてきました。我が家では、ズッキーニが一番早く次はインゲン豆でしたが、キュウリ茄子が加わり、トマトもだんだん赤くなってきました。とれとれの旬の野菜を頂くのが最高の幸せです。

(金田 宏さん 網干区)

梅雨入りしても雨が降らず、暑くて溶けそうです。今年はプールに行きたいなあ。

(登 萌那さん 神戸市)

焼きピーマンとミニトマトのマリネ

手柄支部 藤井なおみさん



- 材料**
- ピーマン…2個
 - ミニトマト…7〜10個(100g)
 - ゆずこしょう…少々
 - オリーブオイル…小さじ1
 - しょうゆ…小さじ1
- 2人前

作り方

- 1 ピーマンを縦半分に切り、ヘタと種を取る。オーブンでしんなりするまで5分程度焼く。粗熱が取れたら横1〜2cmに切る
- 2 ミニトマトはヘタを取って縦半分に切っておく
- 3 ボウルに①と②を入れてオリーブオイルを振りかけ和える
- 4 仕上げにしょうゆとゆずこしょうを加え、さらに和えて出来上がり



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

- ①……は宵越しの銭は持たぬ
- ④夏に多い皮膚の出来物
- ⑦恩返しをする鳥
- ⑧桜肉は……の肉
- ⑩千分の1の単位
- ⑪宇宙から来た“ちり”
- ⑬新しい時代。……メーカー

- ⑮「時雨」の読み方は？
- ⑰道筋。経路
- ⑱年輪の数と一致します
- ⑲「辛勝」の反対語は？
- ⑳……心。……全地帯
- ㉑高跳びの横木
- ㉒刀をおさめる入れ物
- ㉓ワインは……の実でつくる果実酒
- ㉔ダンスで速いステップ

? タテのカギ

- ①パリのセーヌ河畔の広場に立つ……塔
- ②アメリカの貨幣単位
- ③高い金額。……紙幣
- ⑤セミがあちこちでしきりに鳴いています
- ⑥……そばの上にもノリをかけるトザル
- ⑨めつたに無い様子
- ⑪了解。承知すること
- ⑫つり集めること。社員……
- ⑭首都はワルシャワ
- ⑯温度を下げる……装置
- ⑰冗談。しゃれ
- ⑲雑木。山で……を刈る
- ⑳……ハチ取らず
- ㉑日本銀行で新……発行

無料法律なんでも相談
※要予約 ※初回に限り無料です

8月15日 木
9月19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8月31日です。

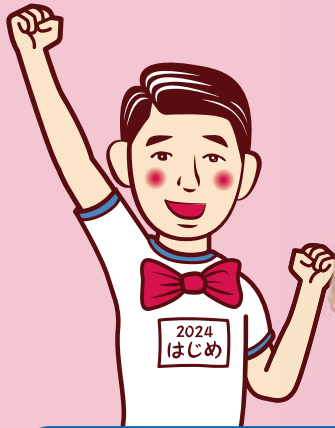
Web応募はこちらから



6月号の答えと当選者 正解は「アイアイガサ」今回は103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。

- 片山 忠彦さん(広畑区) 原村 操さん(安田)
- 北山 廣子さん(高砂市) 菅原 幸子さん(若菜町)
- 山本 有香さん(野里新町) 中谷 町子さん(亀山)
- 桂 礼子さん(花田町) 齋藤 道代さん(夢前町)
- 釣 貢一さん(網干区) 森崎 隆広さん(上大野)

2024 ひょうごまるごと健康チャレンジ



健康習慣
作りをしよう！

ひょうごまるごと健康チャレンジってなあに？

ひょうごまるごと健康チャレンジは、宣言した目標に、期間内に継続してチャレンジすることで、楽しみながら健康習慣を身につける取り組みです。兵庫県生活協同組合連合会が中心になり兵庫県下8つの医療生協とコープこうべが共同で実施しています！

どうやって参加するの？



上記の二次元コードから
パンフレットの
ダウンロードと
結果報告ができます。

報告締切

2024年12月10日必着

STEP
1

まず、パンフレットを受け取ります

パンフレットは地域サービス部や姫路医療生協の各事業所、地域の世話役（理事、支部運営委員、支部長など）より人数分お受け取りください。今月の「ひめじ」8月号にも折り込んでいます。

STEP
2

チャレンジ目標を決めます

独自のメニューでもOK！

STEP
3

選択した目標に30回チャレンジする

11月30日までの**お好きな30回**（連続する30日でなくてもOK）で取り組んでください。

STEP
4

チャレンジが終了したら結果を報告！

パンフレットの報告書部分を切り取り、地域の世話役または地域サービス部へご提出ください。

チャレンジコースは全部で4つ！

A 運動コース

- 普段より1000歩多く歩く
- エレベーターを使わないなど



B 生活習慣コース

- 決まった時間に起床
- 寝起きに水を飲むなど



C リフレッシュコース

- だれかとおしゃべり
- ガーデニング
- 家庭菜園など



D 食事コース

- 間食はしない
- 腹八分目を守るなど



キッズにおすすめ



- 夏休みにラジオ体操に挑戦
- 毎日歯磨きなど

プレゼントチャンス！

- 結果を報告いただいた方の中から抽選で、合計300名様に2,000円分のQUOカードをプレゼント！
- 地域サービス部まで直接ご提出いただいた方全員に参加賞（ボールペンまたは歯ブラシ+キッズにはキラキラシール）もあります。



※直接郵送、または、WEBで報告された場合は参加賞の対象外となります。

過去に参加された方の感想を紹介

チャレンジに参加することで一緒に運動する仲間ができた！

毎日頑張ったことで規則正しい生活習慣になった！

チャレンジ期間は生活習慣を意識でき、目標以外にも『体に良いかも』と思うことを取り入れることができた。これからも続けていきたい

ぼくもがんばるぞ！



【お問合せ】姫路医療生協 地域サービス部 ☎(079)285-3399