

2025年
4月1日
No.537

ひめじ



● 組合員 17,874人 ● 出資金 408,261千円 ● 1人平均出資金額 22,841円 (2025年2月28日現在)



咲いた咲いた♪

(光都こうとチューリップ園 / 上郡町)

上郡町、佐用町、たつの市にまたがる西播磨テクノポリス計画の拠点都市である播磨科学公園都市。世界最高性能

の大型放射光施設『Spring8』などを持つ広大なテクノポリスの一角に、人々の憩いの場所があります。

上郡町の光都チュー

リップ園は、約5000平方メートルの敷地に、約4万2000本の色とりどりのチューリップが咲いています。毎年4月にはチューリップフェアが行われ、春の風景を求めて多くの人が訪れています。園の中には黄色いポストやヨーロッパの住居をイメージしたパネルなどもあり、「映える」写真を撮って楽しめます。

光都チューリップ園は1999年にたつの市・上郡町・佐用町と兵庫県企業庁が協力して開園しました。球根の植え付けは、西播磨地域の児童や住民グループがボランティアで行つ



ており、「訪れる人たちを喜ばせよう」という想いと地元愛が詰まった場所となっています。
(写真・文：地域サービス部 藤木 祐弥)

光都チューリップ園 所在地：赤穂郡上郡町光都2-21

※チューリップの開花状況は播磨高原広域事務組合のホームページ (<http://www.harimakogen.jp>) でご確認ください。



ニュースひめじはホームページでもご覧になれます <https://www.himeji-mcoop.or.jp>

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



共立病院に新しく 常勤医師が着任しました



この度、共立病院に入職しました松岡裕樹です。私は、2008年に兵庫医科大学を卒業後、兵庫県地域医療支援医師として10年、但馬地域の診療に従事していました。総合内科専門医、循環器内科専門医、抗菌化学療法学会認定医、産業医の資格を有しています。高血圧、糖尿病、脂質異常症など生活習慣病をベースとした虚血性心疾患に対するカテーテル治療および慢性心不全患者に対する入院および外来治療を経験して参りました。また、多くの疾患を抱える高齢患者様の内科診療経験を通じて全人的医療*の重要性を認識し、日々バランスを意識した医療を実践できるように心掛けています。患者様や各専門職とのディスカッションに基づく



意思決定のプロセスが重要と考えております。趣味は海外旅行と語学で、33か国旅行の経験と、2020年10月から本格的に始めた語学においては英語、スペイン

語、イタリア語、ポルトガル語、フランス語の順で話せます。特に英語はC1(上級)レベル、スペイン語からポルトガル語までB2(準上級)レベルの語学力で、日常会話以上に医療面接可能な水準に達しています。現在フランス語はB1(中級)レベル、中国語も独学で勉強し、言語脳の限界へ日々挑戦しています。外国人外来患者様の診療については特にご相談ください。これから、共立病院の地域診療に貢献できるように日々研鑽してまいります。

※特定の部位や疾患に限定せず、患者の心理や社会的側面なども含めて幅広く考慮しながら、その人に合った総合的な疾病予防や診断・治療をおこなう医療



松岡裕樹^{ゆうき} 医師



共立病院 診療担当表

診療時間 (受付時間)		診療科	月	火	水	木	金	土
午前外来	9時~12時	内科	沖野	西村	沖野	西村	西村	西村 / 重成 / 三宅 / 沖野
			三宅	重成	三宅	大木	重成	松岡
			辻		松岡		辻	馬場
								大木
		整形			赤羽		日野	
午後外来	16時~19時	内科	西村		松岡		西村	
					三宅		重成	
内視鏡	午前	嚥下内視鏡	沖野		沖野		西村	
		胃カメラ		杉本		沖野		小山(1週・3週)
	午後	大腸カメラ		杉本				

担当領域

- 西村医師：循環器・消化器
- 重成医師：糖尿病

- 三宅医師：呼吸器
- 沖野医師：消化器
- 松岡医師：循環器・総合内科

- 馬場医師：内分泌・糖尿病
- 辻医師：糖尿病
- 大木医師：一般内科

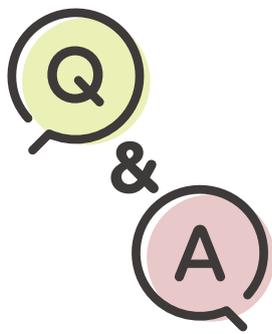
※嚥下内視鏡検査、胃カメラ、大腸カメラは予約制となっております。

※診療担当表は、4月以降変更する場合がございます。



共立病院 副院長
重成 憲爾

待望の常勤医師、松岡裕樹先生。但馬地方で地域医療を担ったほか、県内の総合病院、循環器科でもご研鑽とのこと、聡明な印象受けました。また、ややマニアな一面もありご愛嬌。しかしお仕事は頼もしく、活躍にご期待くださいませ。



大切なお知らせ 出資証券及び 出資通帳の発行を廃止します

これまで皆さまからお預かりした出資金に対して出資証券(以下:証券)及び出資通帳(以下:通帳)を発行しておりましたが、2025年4月1日より証券・通帳の新規発行を廃止することになりました。

証券・通帳発行廃止 Q & A

- Q** 増資した時、何か形に残るものはないの？
- A** 加入・増資の際には、領収書を発行します。必ず領収書をお受け取りいただき、保管してください。
- Q** 環境問題やSDGsへの貢献としてペーパーレス化をすすめるためです。また、証券・通帳を紛失される方が多く、手続きが煩雑化しています。諸手続きを円滑にするためにも新規発行を廃止します。
- Q** なぜ発行廃止になるの？
- A** 2025年4月1日より、脱退・減資の手続きの際、証券・通帳の返却は不要となります。ご自身で処分いただきますようお願いいたします。
- Q** 手元にある証券・通帳は、どうすればいいの？
- A** 2025年4月1日より、脱退・減資の手続きの際、証券・通帳の返却は不要となります。ご自身で処分いただきますようお願いいたします。
- Q** 自分の出資金がなくなってしまうか不安…
- A** お預かりしている出資金は、組合員管理システムで厳格に管理しています。**出資金ならびに組合員の権利等については、一切影響はありませんのでご安心ください。**また、2020年から毎年1月にお届けしている「組合員の所在確認と出資金額のお知らせ」ハガキで出資金残高をお知らせしていますので、ご確認をお願いします。



姫路医療生協では、皆さまからたくさんのご出資をいただき新規事業の展開や共立病院の建て替えリニューアルを行うことができました。法人理念『その人らしく、気持ちよく生きる』の実現をめざして、これからも質の高いサービス提供と地域活動を推進していきます。今後も、皆さまのご理解とご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。



姫路医療生協

SNS発信中

姫路医療生協では各SNSで情報を発信中です！
ぜひ、フォローやお友達登録をお願いします！
ご家族や友人にもお知らせください



共立病院
Instagram



共立歯科
Instagram



姫路医療生協
Facebook



地域サービス部
公式LINE
ID: @838trcrzs

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)

第71回「お茶しませんか？」

4月14日(月)13時30分～15時
会場…小規模多機能ホーム野里
(野里上野町1丁目8-8)
参加費…200円(お茶代)

オレンジカフェ花北

4月16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

※事前申し込みが必要です

野里支部学習班会「睡眠について」

4月17日(木)14時～15時
会場…小規模多機能ホーム野里 地域交流ルーム

めざそう健康寿命100歳！

生き生き広場

第15回「転倒予防体操」

4月24日(木)14時～15時30分
メイン会場…網干市民センター(網干区垣内中町120番地)
サブ会場…地域サービスセンター

【支部総会日程変更のご案内】

別所・御国野支部総会

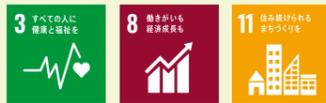
4月16日(水)14時 ※会場については
4月16日(水)15時 変更ありません





代表理事・専務理事
くろいわ かつひろ
黒岩 勝博

2025年度 総代会方針(案)



テーマ 生協10の基本ケアを学び、実践し、
くらしの安心ネットワークをひろげよう!

2024年度、姫路医療生協は皆様のおかげで50周年を迎えることが出来ました。そして、超高齢社会へと突入した2025年度。「生協10の基本ケア」をはじめとする自立支援や、地域活動を通じたつながりづくりはますます大切になっていきます。新しい時代への展望について黒岩専務理事に伺いました。(編集部)

まず、2024年度の振り返りと 2025年度の事業展開について お聞かせください

黒岩：2024年度は姫路医療生協創立50周年という節目の年となりました。創立50周年記念祝賀会の開催や記念誌の発行等をおこない、記念誌では、当生協の西村理事長と清元姫路市長の対談が実現しました。対談では「多様なつながりのある地域づくり」の重要性を再確認し、清元姫路市長から「新しい共立病院を拠点にした連携強化」への期待の言葉をいただきました。事業展開では、昨年8月に共立病院



の通所リハビリテーションをリニューアルオープンし、多くの方にご利用いただき喜ばれています。

また、環境変化に対応し、経営改善をはかるために事業の統廃合・再編をすすめました。介護報酬のマイナス改定や介護職員の不足、赤字経営の継続等によるショートステイつどいや訪問入浴の閉鎖は大変残念ですが、利用者様には法人内外のサービスへの移行を丁寧にすすめました。福祉介護センター太子は福祉介護センターあぼしに統合し大型化することで、持続可能な事業へと経営改善をすすめました。

2025年度も引き続き、組合員のニーズにお応えできる持続可能で質の高い



西村理事長(右)と清元姫路市長の対談



住み慣れた自宅で安心の
在宅生活を支援します

サービス提供をめざし、事業の再編・経営改善をすすめます。

現在の「生協10の基本ケア」の 取り組みや今後の展望を お聞かせください

黒岩：「生協10の基本ケア」(以下「10ケア」)は、姫路医療生協のケアの基本理念として、地域での学習会や事業所での実践がひろがりました。「10ケア」は、① 尊厳を護る、② 自立を支援、③ 在宅を支援することを大切にケアの考え方、実践です。

昨年10月に開催した法人 学術運動交流集会では、各事業所における「10ケア」の報告がおこなわれ、「生きる力を最大限引き出すチームケアの実践」とし



コープ砥堀店健康チェック

て大きな共感がひろがりました。「10ケア」の自立支援とは、『利用者ができることを増やしていくケア』であるとも言えます。「10ケア」の考え方をひろげることで、『介護が必要になっても誰もが住み慣れた自宅で安心して住み続けられるまちづくり』に貢献していきたいですね。



太子支部認知症学習会

2025年は国民の5人に1人が 後期高齢者となる超高齢社会に 突入します 今後の地域活動について お聞かせください

黒岩：くらしの安心ネットワークを大いにひろげていきたいですね。多彩な組合員活動と介護・医療活動を活かして、「つながり・健康づくり・助け合いのあるまちづくり」をすすめます。エリア(地域)ごとに、まちかど健康チェックや生協マルシェ、認知症カフェ、フレイル予防教室、ポッチャ、家族会等のイベント開催をひろげます。イベントには、まだ組合員になっていただいていない地域の方にもひろく参加を呼びかけ、地域に開かれた運営をすすめます。



クリスマスマルシェ

50周年イヤーのこれまでの 振り返りと、60年・70年に 向けた意気込みや展望を お願いします

黒岩：姫路医療生協50年の教訓は、① 組合員・職員・地域住民との協同、② 事業を通じた社会貢献、③ 行政や他団体との顔の見える関係づくりと言えます。50年の取り組みが法人理念「その人らしく、気持ちよく生きる」の実践につながっています。

2024年度は日本被団協がノーベル平和賞を受賞するという嬉しいニュースもあり、今年度は平和の取り組みをさらにすすめます。また、2025年は国連が定めた国際協同組合年です。姫路医療生協50年の教訓をさらに発展させ、国際協同組合年にふさわしい協同と連携をすすめ、今後の60年、70年を見据



生協学校

え、誰一人取り残されない、平和で公正で持続可能なまちづくりに貢献していきます。

— ありがとうございます。
50年の実績に甘んじることなく、さらなる成長と飛躍を目指す姫路医療生協にどうぞご期待ください。



共立病院通所リハビリテーション



昨年8月にリニューアルして広がった共立病院通所リハビリテーション



みんなの川柳 みんなの絵手紙

今月の川柳

五七五に収まらないぞ困ったな

稲田 哲弥さん(高砂市)

孫四人雪に転んで拍手かな

藤井 真也さん(飯田)

大統領 外交すべて 儲け主義

匿名さん

はぐれ雲行くあてさえも定まらず

PN ヤッサンさん(たつの市)

いそいそと花便り待つ 旅気分

安井 喜美子さん(豊富町)

春日和曾孫抱いてる夢を見る

阪田 民樹さん(太子町)

コーヒーの渦に写りし店灯り

PN やよひさん(太子町)

積雪が標識消してここは何処

松下 美智子さん(網干区)

何でかな惚けと惚れるが同じ文字

PN 三哲さん(網干区)

月一の体操だけど気力湧く

PN マーチャンさん(野里堀留町)

※今月、川柳は十三句の応募がありました。

今月の絵手紙



家納 昭次さん(たつの市)



岡田 樹久代さん(たつの市)



田中 美栄子さん (あぼし絵手紙サークル)

みんなで作ろう「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 姫路医療生協 地域サービス部 「虹のひろば」係 まで

読者のたより

昭和19年生まれ。今年81歳になりました。カラオケ教室月1回楽しみです。耳の障害があり伴奏に合わないこともあります。皆さん真剣に聞いてくれます。優しい人に囲まれて幸せです。

(山田 芳子さん 網干区)

生協10の基本ケア⑧の「夢中になれることをする」が大好きで部屋に貼っています。一つはデイサービ

スで歌を歌うこと。下手ですが、嬉しい気分が家へ帰ってきます。もう一つは花を育てること。かわいい花が咲いてくれます。クイズも字引きを引いたりヘルパーさんと教え合

いっこをして楽しんでいます。

(改発 美枝子さん 網干区)

水道水からばたばたと凍結防止していた水も「氷」になっていました。3~4日間溶けませんでした。

(齋藤 道代さん 夢前町)

歳なんでしょうか。去年から、公園の子どもに「おじいさん」と言われる様になった。自分ではまだそこまではと思っているのに。72歳と11カ月。

(米澤 収次さん 網干区)

立春が過ぎてからのの方が寒い日々です。家の中にこもっているだけの毎日はテレビに向かって毒を吐く日々。こんなことでいいのかしら!?とちょっと心配。

(屋代 みわさん 東今宿)

私のかんたん料理

かんたんリゾット

地域サービス部



材料

- ミートソースの pasta ソース(市販品)…260g
- ご飯…300g
- ピザ用チーズ…50g
- 乾燥パセリ…お好みで
- 3人前
- 水…100ml
- 塩こしょう…少々

作り方

- 1 フライパンに pasta ソースと水、塩こしょうを入れて中火にかけ混ぜ合わせる。
- 2 沸騰したらご飯を入れ、ほぐしながら①と混ぜ合わせる(中火で2~3分程度)。
- 3 弱火にしてピザ用チーズを入れ、チーズが溶けるまで混ぜ合わせる。
- 4 お皿に盛りつけたら仕上げに乾燥パセリをふって出来上がり。

※カルボナーラ+黒コショウやトマトソースベースの pasta ソースを使ったアレンジもできます。

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 ユーカリを食べる動物
- ④ 横浜流星が主演の大河ドラマ
- ⑦ ……あかつきを覚えぬ
- ⑨ 十二支の2番目
- ⑩ 縫わない針。……針
- ⑪ 昭和のお笑いグループ、チャンバラ……
- ⑫ 魚や貝は……の幸

- ⑭ 前へ進めること
- ⑯ 火事場などにいる馬?
- ⑰ ……を照らす、これ則ち国宝なり
- ⑳ 串……、……虫
- ㉑ へま。……を踏む
- ㉒ 油を流すヒキガエル
- ㉓ 首都はイスラマバード
- ㉔ 有名な「動物記」の人
- ㉕ 丸太をつないだ舟

②5 ……は飢えても穂をつまず

②2 それ行けアン……マンス

②2 自分で食事を作りま

②0 大衆的なお菓子

②9 首都はカンパラ

②7 引き分けとなった碁

②5 当世。……の子

②3 旧国名はビルマ

②1 ……には勝てぬ

②6 海水の満ち引き

②5 10本のピンを倒す競技

②4 駅……。どか……

②3 日本間で天井とかも

②2 魚へんに占と書いて?

②1 からみをつける香辛料

? 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

4月17日 木

5月8日 木

※5月は第2週になります。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4月30日です。

2月号の答えと当選者 正解は「ヒョウテンカ」今回は112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。

- 伊佐見百合子さん(広畑区) 中島 健治さん(兼 田)
- 森川 明広さん(飾磨区) 間森 誉司さん(青 山)
- 篠原 美朝さん(たつの市) 西村 悠さん(豊富町)
- 高森 健児さん(勝原区) 飯塚 和子さん(網干区)
- 齋藤 道代さん(夢前町) 安芸てつ子さん(たつの市)

Web応募はこちらから



助永さんは会社を退職後、仕事一筋だった人生を見つめ直し、「絵」という新しい世界へ飛び込みます。そこで見つけた新しい居場所などについて今回、語っていただきました。



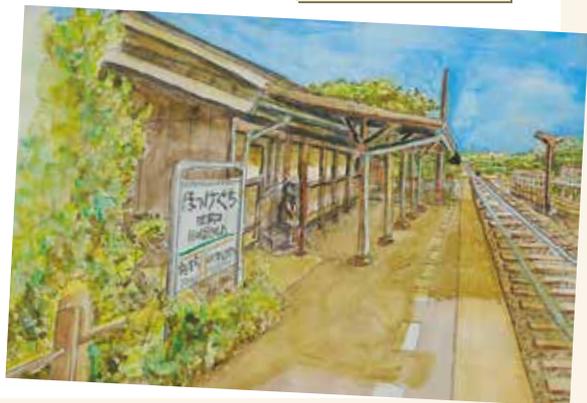
鶴林寺の三重塔(加古川)

「不安から、「就職だけが人生じゃない！」と一念発起。まずは時流に乗ろうと考え、携帯をスマホに変更し、ブログやインスタグラムを始めるた

をインターネットで調べて取材に出かけます。工程としては、まず、取材先周辺を散策して構図を決め写真を撮ります。取材は、姫路市内

を中心に、近くは加西市や赤穂市、神戸市、遠くは滋賀や京都、岡山です。撮った写真は気に入った構図を選定し、印刷した写真を見ながら絵を仕上げます。外出して取材に出かける事

北条鉄道 法華口駅



仕事一筋の人生を振り返り

2019年3月に会社を退職後、60歳を過ぎた資格を持たない管理職に、キャリアを活かした再就職を見つめるのは困難でした。「このままではあまりに寂しい老後を迎えるのでは…」と



冬の佐用川

「ブログ」のための絵

すけなが 助永さん

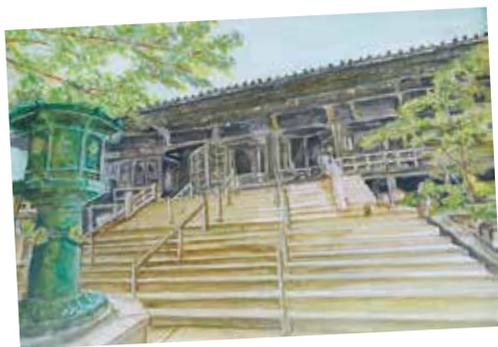
めに公民館のパソコン教室に通っていました。で気分転換も図れます。

老後の支えは「つながり」

幼い頃から学童美術展や校内写生大会で金賞を頂き、褒めて貰え嬉しかった事を思い出し、日々描いた絵を投稿するブログをはじめました。ブログは日記を書き続けるかのように毎日投稿していました。ブログを続けたいために、好きな奥行きのある風景や歴史ある神社仏閣など

ブログは2021年9月から開始しましたが、徐々にコメントや評価を頂くようになり、ブログを通じて様々な方々とつながることで不安や心配が払拭されました。また、私自身もつながった方々の多難な人

彩など意識して描けるようになり、みなさんからの激励などで徐々に色鉛筆画、水彩画と多彩に広げることが出来ました。最近では、老いを感じる不安や思いをブログに投稿し、補助説明として挿絵を描いています。が、いつかまた風景水彩画に戻ろうと考えています。インスタ



播州清水寺(加東市)

グラムも、オンライン展覧会を開催して読者さんが増えており嬉しい限りです。今後は、絵にも挑戦して市展や展覧会に出展したり、個展などでできればいいなと考えています。(文：助永様より提供 写真：地域サービス部 藤木祐弥)