

一人は万人のために 万人は一人のために

たから

宝塚医療生協
平和こそたから・健康こそたから・組合員の声がたから

No. 207 2013.01.01

組合員数 11,597人
出資金 212,942千円
組合員1人平均 18,362円
(2012年11月30日現在)

発行 宝塚医療生活協同組合
宝塚市鹿塩1丁目18-6
☎ 0798-57-3137 FAX 0798-57-5667

URL <http://www.takarazuka-mcoop.net/>
E-mail iseikyo@takarazuka-mcoop.net

喜びにあふれたハーモニーが会場いっぱい



練習の成果を見事に発揮した
祝典合唱団



宝塚医療生協創立40周年記念祝典



ソプラノ・藤野敬子氏 (右)
テノール・田代恭也氏 (左)



指揮・加藤完二氏 演奏・宝塚市交響楽団

新年のごあいさつ
新春のお慶びを申し上げます。
昨年、創立40周年を迎え、「高齢者にやさしいまちづくり講演」「健康まつり企画」「記念誌発行」「記念祝典」を行ない、新たな飛躍と前進を誓い合いました。私達を取りまく情勢は、消費税増税・「原発ゼロ」自然エネルギーへの転換・オスプレイ配備や米軍犯罪などの問題が。そんな中、年末の総選挙は、「自衛隊を国防軍に」と主張する自民党が圧勝。これは、民意を正確に反映しない選挙制度の結果です。また、選挙前に「自民優勢」を報道し、世論を誘導するマスコミの弊害が際立った選挙でした。「9条の会」活動を強化し、平和・社会保障運動を強める必要が有ります。また、TPPは営利企業の参入・「混合診療」等を認め「皆保険制度」を崩壊に導く危険なもので容認できません。
高齢者が、住み続けられるまちづくり、全ての人にやさしいまちづくりの取組みを強めていきます。安心して暮らせるまちのために、ご一緒に奮闘しましょう。
今年もどうぞよろしく願いたします。

エコキャップ運動

ペットボトルのキャップで、世界の子どもにワクチンを届けます

●届けたキャップ
612,866 個

●CO₂削減効果
4,805.0 kg

●ワクチン
762.7 人分

2012年11月27日現在

【お願い】 キャップは、きれいに洗
い、シールをはがして、本部か良
元、高松両診療所にお届け下さい。

2012年度 自治体キャラバン

安心・安全のまちづくりを

西宮市

11月14日、西宮市役所で、10名が参加して懇談を行いました。今年は事前に、質問・要望事項の事前学習会を行い、懇談を簡潔に行うことができました。

①国民健康保険について

質問…国民健康保険会計への一般会計繰り入れを増やすこと。

回答…平成24年度に10億に拡充して保険料の負担軽減をしています。

要望…一般会計繰り入れを制度化してほしい。



質問…国保法第44条の一部負担金減免を国基準のよつに「一時的な困窮」「入院」に限定せず、実際に

に使える制度にできないか。

回答…国基準に加え「災害・盗難による減免」や「失業及び休廃業による減免」などを拡充させ「入院・通院を区別せず、一部負担金減免の対象とするなど、国が示した基準よりも利用しやすい制度を実施しています。

②生活保護について

質問…生活保護の扶養義務の法制化を許さず、生存権を保障すること。

回答…扶養関係で受給拒否をすることはありません。

質問…通院の為の移送費の認定について、「しおり」に明記し周知徹底を。

回答…主治医の意見書が必要であるため、主治医を中心に医療機関に案内しています。

医療扶助の内容を「しおり」に記載しておりますが、用紙を添付するのは難しい。

要望…用紙も添付すれば、より分かり易く利用に繋がるはずですよ。

③健診について

質問…特定健診を住民が受診しやすい制度に。

回答…昨年末では受診券の送付を世帯別にしていたが、受診率向上の為に今年からは個人宛てで受診券を送付することにしました。また、未受診者には電話をして受診を促すようにし、受診率向上に向け力を注いでいます。

その他、介護保険・災害・防災対策についてなど要望を行いました。毎年継続して、市民の要望を伝えることで、社会保障の充実に繋がればと思います。

宝塚市

12月3日、宝塚市役所会議室で、地域の民主団体の方々も合わせ17名が参加して懇談会がありました。

①新エネルギー推進課について

質問…今年度4月より「新エネルギー推進課」を新設されたが、具体的にどのような取り組みをされているのか？

回答…6月より市民向けセミナーを実施しており、「どのような取り組みがふさわしいか」を、市民の皆さんと協働して決定をしています。

来年度には、具体的な取り組みの提案・実践していく計画である。

②県立こども病院移転について

質問…県立こども病院移転計画について

で、「現時点で県に対して意見を具申する予定はありません」とあるが、大震災のアクセスなど危惧の声が多い。市としても県に対し要望・具申を行ってほしい。

回答…県の動向を見守ります。

要望…「市民にやさしいまちづくり」を掲げている宝塚市であれば、市民がいつでも安心して受診できるように、県にはたらきかけるよう、強く要望します。

③健康診断について

質問…(1)3月までがん検診の受診ができるように(2)特定健診受診券を一斉配布してはどうかについて、検討してほしい。

回答…受診者の整理事務処理等に、約1か月を要することからご理解をいただきたい。また受診券発送については、受診者の希望受診月等も考慮して発送しています。

要望…受診率アップに向けての提案だから前向きに検討してほしい。

その他、国保・介護・保育等多岐分野にわたった懇談となりました。前向きな回答もあり、継続して懇談を行っていく意義を感じました。



宝塚医療生協創立40周年記念祝典

歴史を語り継ぎ いのち輝くまちづくりを 健康づくりを



手を取りあって「ふるさと」を合唱



子どもたちとクリスマスソングを楽しみました



歌唱指導をいただいた
税所美智子さん（右）、
中村文美さん（左）



司会は、ケア
サポート今津の
亀崎千恵美所長



透明の杯を持ち、小粋に乾杯



感動を呼んだ歌と演奏、
ありがとうございました



中川智子宝塚市長
も飛び入りで熱唱

12月16日、「宝塚医療生活協同組合
創立40周年記念祝典」を宝塚ホテルで
開催し、6百数十名を超える参加で祝
いました。

宝塚市交響楽団の生演奏をバック



兵庫県保険医協会
池内春樹理事長



全日本民医連
藤末衛会長



日本医療福祉生協連
藤谷恵三専務理事

に、組合員、職員で編成した「祝典合
唱団」の「たんぽぽ」合唱でスタート
し、茅野理事長が開会のあいさつし、
中川智子宝塚市長、兵庫県保険医協会
池内理事長、全日本民医連藤末会長、
日本医療福祉生協連藤谷専務理事から
祝辞をいただきました。

宝塚医療生協の歴史をパワーポイン
トで。現在の支部・事業所紹介をムー
ビーで。そしてこれからの未来を協野
副理事長の語りで綴りました。

フィナーレは、「第九」の合唱、閉
会のあいさつの後、「ふるさと」を参
加者全員で手をつないで合唱し、今後
の「まちづくり・健康づくり」、宝塚
医療生協の前進を誓い合いました。



生協強化月間を終えて 地域訪問で担い手増える

今年度の生協強化月間は宝塚医療生協創立40周年、国際協同組合年の節目の年として取り組みました。9月の組合員活動交流集会を皮切りに、地域組合員、事業所組合員が協力し、統一訪問行動4回、健康チェック13回に取り組みなど医療生協の宣伝、まちづくり、健康づくりをすすめる中で新組合員が35名増えました。

10月、鹿

塩地域訪問行動で支部運営委員を増やし、支部に元気が湧きました。11月訪問行動では、さわか支部が新しい虹の係を迎えました。全国的に担い手不足が悩みの種となっている中、宝



塚も例外ではありませんが、このような取り組みを今後継続していくことが、問題を解決する一つの方法ではないかと思われます。

一方、全国4課題では、仲間ふやしで3支部・3事業所が年間目標を達成、全体でも目標の51・7%の到達をしました。また出資金ふやしでは3支

第15回 生協学校

人に迷惑をかけない、 自分らしく生きる

部・1事業所が目標達成しましたが、全体では昨年を大きく下回る結果となりました。4課題を達成できなかったことは反省点であり、今後はより効果的な行動に取り組みましよう。

(組合員活動委員会

事務局 田中 剛)

11月4日に開催された第15回生協学校。今年は訪れる『死』を踏まえてどう生きるかをテーマに高齢者生協伊丹支部の細川雅司事務局長による講演がありました。

人の三大事業には「結婚・出産・葬儀」がある。出産・結婚は事前準備を充分する事が出来るが、葬儀については短時間で決めなければいけない。人生最後の幕引きである「死」については、自分で死の始末は出来ず、日頃からどのように生きるかを考え家族や友人と話し合っておくことで、コミュニケーションをとることに繋がる。それらを考える時エンディングノートの活用をと細川氏は話されました。

(教育委員会 山口ちあき)



私 も 組 合 員



どんな仕事も断りません！ 依頼があれば何処へでも！

東支部 星野 秀之^{さん}(41歳)

加入：2010年9月

宝塚医療生協が設立当時からお世話になっている「つくしや」工務店で働いている星野さん。「水周りの調子が悪い」「建物の修繕をしたい」等、相談をすればすぐにかけつけてきてくれて、とても助かっています。

■建築業をはじめたきっかけは？

実家が工務店だったので、家を継ぐつもりはなく、大学も商学部を選びました。就職活動中のある日、父が体調を崩し、仕事を続けられなくなっただんです。それから昼間は仕事の手伝いをして、夜には建築士の夜間学校に通い勉強をしました。筆記は一発で合格したのですが、実技の製図は、当時目に病気を持っていた僕にとっては、とても苦労しました。

■「つくしや」で働くようになるまで

だんだんと経営が苦しくなり、店をたたむことになりました。次の仕事先を探していた時、夜間学校で知り合った彼女(後の奥様)の実家で、働き手を募集していると紹介してもらいました。それが「つくしや」だったんですね。社長には、授業に間に合うように時間の融通を聞いてくれるなどよくしてもらいました。ただ、自分の娘と私とお付き合いをしていることを聞いてから、少し態度が変わったようにも感じますが(笑)。

■勧められるまま組合員に…

3年前に仕事で医療生協事務局に行

った時に、そば茶を勧められて買い、組合員加入も勧められて入り…といった感じでしたね。あまりに自然な流れだったので、後になって「これって医療生協の組合員になったってことかあ」と気づきました(笑)

■失敗をしながら学んできた

建物の修繕などの仕事の時、私が原因や必要な作業を、作業員に伝えるのですが、初めはその原因が違っていたり、他の作業が必要だったり…という失敗が何度ありました。でも失敗しないと分からない事もたくさんあり、次に同じような状況と出会った時は正しく対応できる。そういった点では、毎日が勉強ですね。

■これから考えていること

節電が目されるようになってから、太陽光発電が普及したように、今後は自然エネルギーをどう使っていくかが、一層注目されていくでしょう。建築の目線から皆さんがよりよい暮らしができるようになるにはどうしたらいいか?これからも考えていきたいと思っています。

(インタビュー 前田秀輔)

班活動 紹介

西宮支部

絵手紙班



コケに魅せられた一日

おしゃべりと絵筆を持つ時間が半々の絵手紙班会定例の11月の班会では、はじめて「コケ玉づくり」に取り組みました。7cm程度の真丸なコケ玉を1つ、卵の殻を半分使った変わり種と寄せ植えもつくりました。

コケは2〜3週間前から集め、コケがこんなに可愛いとは!? 寄せ植えには道端の野草達と、ミニ牡丹・チェッカーベリーの真っ赤な実を見て「私って芸術家!」と満足。画を描くことも花を植えることも何気ない身近なきれいなものを感じることに共通します。

コケたちは本当にかわいかったです。写真は班員の足立直子さんの作品です。

組合員活動

伊丹支部

健康チェックの「わ」が広がる

11月12日に伊丹市立サンシティホールで、健康チェックが行なわれました。11名がチェックを受け、うち5名が組合に加入しました。その多くが、スタッフの説明を聞いて納得。事業所



がなく、診療所も遠い伊丹支部ですが、医療生協が健康づくり、まちづくりのために事業と組合員活動をしていることなど、誠意を持って説明することが、大事だと分かりました。また、スタッフが測定の方法を実習する機会となり、各支部で健康チェックの担い手が増えていることも特筆すべきことです。

(組合員活動委員会

事務局 田中 剛)

高松支部

1泊バスツアー開催

11月21日から22日、恒例の1泊旅行を行ない18名が参加しました。



紅葉真っ盛りの新名神を走り、甲賀忍者屋敷を見学し、近くの山里の割烹で昼食をとりました。
1日目は、雄大に広がる千鳥ヶ浜が眼の前に見える「浜の雅亭一井」で宿泊、温泉と夕食で楽しく交流しました。

2日目は、「二見ヶ浦」と「伊勢神宮」に立ち寄り、「いい夫婦」(11月22日)で賑わう「おかげ横町」で昼食、ゆっくり散策して、帰路につきました。

餅つき大会・体験交流

12月1日、恒例の「餅つき大会・体験交流」を行ないました。

高松支部が、地域交流事業の一環として毎年開催しているものです。

「歳末助け合い事業の助成」と地元自治会等のご協力で、約30人を超えるお手伝いさんが集まりました。

厳しい寒さの中でしたが、近くの子



どもさんやお年寄りら約100人が元氣よく「餅つき」を体験しました。「ぜんざい」や「つきたてのお餅」を食べたり楽しいひとときを過ごしました。

又、地域の人たちと、焼き鳥を囲んで、和やかな雰囲気の中で交流を深めました。

多くの方々にご協力をいただきました。ありがとうございます。

(高松支部 宇都宮勝)

良元ブロック

足腰の健康を維持する秘訣とは



12月1日、良元診療所で第2回良元ブロック医療懇談会を開きました。講師として、良元診療所で診察されている内科医の安岡加代子先生にお話をいただきました。テーマは「足腰の健康」。

安岡先生の50年のご経験から話されることに、それぞれ思い当たることがあり、多くの方がうなずいて聞いていました。「あの時」についていたらよかった」ということのないよう、ここでも生活習慣と大いに関係している。①運動器は使い続けるほど動きはよくなる、②食事(カルシウムだけでなくバランスのよい食事)と運動(有酸素運動)、③転びにくい歩き方、④腰痛、膝痛を起こしにくい体、⑤適正体重、⑥正しい姿勢、⑦靴、⑧寝具、⑨新聞広告(栄養補助食品)に惑わされず健康欄を、⑩ラジオ体操などでストレッチ、膝屈伸運動を、など具体的に話していただきました。日常の足腰の悩みについての質問が多く出されました。

(さわやか支部 岡沢正男)

北支部

清荒神駅前健康チェック



12月1日午後、清荒神駅前のベガホール・図書館前広場で街頭健康チェックを開催。小雨がパラつく生憎のお天気でしたが、 TENTを張り、ノボリを立て、本部スタッフの応援を得ての取り組みでした。うれしいことに近隣のマンション等にあらかじめポストインしたチラシをもって待っていてくれるグループの方、通りすがりの方も立ち寄ってくれました。健康相談コーナーが人気でした。秘訣は、ゆっくり時間をかけて説明を受けることでした。あたらしい仲間も増え、最初にしては上出来でした。ベガホールと図書館のご協力に感謝です。開催時期をもう少し暖かい時期にした方がよかったです。

(北支部 濱田正子)

西宮支部

7年間ずっとお世話になったなあ

あつたかハウス今津は12月1日に7周年を迎えました。折り紙の菊の花で作った『祝7周年』の胸章を全員で付け、手作りの7周年記念式典をしました。

この日の為に利用者さんと職員で手作りした『7周年おめでとう』のくす玉も見事に割れて大成功。今までの写真スライドショーを見ながら、職員ひとりずつ歩みを振り返りながら挨拶をしました。

あつたかハウス第1号の利用者さんからは「7年間ずっとお世話になったなあ」とありがたい言葉。「あつたかハウスにいられて、本当に楽しい」と涙ぐんで下さる姿を見て、来て本当によかったなと職員も感極まりました。

3名の利用者さんとスタートしたあつたかハウス今津は、今では30名の方々にご利用いただいています。これからも「あつたか」らしさを大切に皆さんとともに歩んでいきたいなど改めて感じました。

(あつたかハウス今津

市居美帆)





「そのままでもいいがな」

良元診療所 藤井靖子（小児科）



医師になつてしばらくは、新生児医療と小児がんを主に勉強していました。赤ちゃんの産まれ出る瞬間は、何度立ち会つても特別な感動がありません。産まれ出てきた赤ちゃんを刺激したり、吸引したり…元氣な産声をあげてくれれば一安心です。

よく飛行機の離陸に例えられますが、最初の一步を手助けしてあげれば、自分の力で上昇気流に乗って行ってくれることが多いものです。一方で、いろいろな理由でその飛行に制限がかかってしまうことがあります。他の子達のように高く飛べないかもしれない。低空飛行を支えつつ、見守ることもあります。また、調子を崩していたように見えたのに、調子を崩し

て、休息や治療が必要になることがあります。中にはしばらく集中的な治療を受けたり、それが時には何年にも渡ったり、稀には遂に戻るごとのできなかった子どもたちがいます。それはとても悲しい…。

それでもやはり、私が小児科医でありたかったのは、どんな難しい病気と闘っている子どもにも、今日一日を精いっぱい生きようとする命の力強さを感じる事ができたから。ちょっとしたことでとびつきの笑顔を見せてくれる子どもたちに力をたくさんもらうことができたからです。

私にも8歳と5歳になる2人の息子がいます。子どもが産まれた時にはその存在がただただ嬉しくて、その子のそのままを受け入れようと思っていた



はずなのに…。ついつい、あれもこれも、無いものを子どもに求めてしまったり、思い通りにならない子育てにため息が出てしまったり…。でも、そんな時、子どもの目をじーっと見てみると、その奥に、一生懸命生きようとする子どもが命の炎が見えるような気がする時があります。

「そのままでもいいがな」は、私の好

生活保護基準の引き下げを阻止しよう

弱者切り捨てに反対

政府は、生活保護制度を見直すため、2013年度の予算案で、保護基準の引き下げを初めとする様々な「改悪案」を検討しています。国が発表している生活保護者は、12年1月で約161万8500人と前年度に比べ6万人の増加。増え続ける保護費を抑えるために、生活扶助、医療扶助費を引き下げるほか、不正受給者に対処する窓口での審査強化などが計画されています。

生活保護は、憲法で定められている「すべての国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する」との理念に基づいた施策。国に、生活困窮者を保護し、自立を助長する義務が課せられています。

きな相田みつをさんの言葉ですが、その言葉を胸の中で反芻します。そのままでもいいがな。そのまま、あるがままで、子どもが産まれ持った個性を開かせるのを応援するものでありたいな、と思います。同じ気持ちで診療室の子どもたちをみています。しんどい時には、出来るだけのサポートをさせて頂きたいと思っています。

有識者らで組織する生活

保護問題対策全国会議は、

保護者の増加は、高齢化が

一段と進んだことと、バブル経済の崩壊によつてもた

らされた経済不況のため、正規労働者を派遣、契約社員、パート労働者に切り替えるなどした結果、雇用不安が増加し、リストラが横行したこと。また、賃金の切り下げ、労働時間の延長などで働いても生活できない人が発生した、と指摘。保護に頼らなくては生きて行けない人が増えたことは、「国、社会に大きな責任がある」としています。保護基準の引き下げなどは、国が国民に対する責任を放棄し、弱者を切り捨てる施策にほかなりません。

いま必要なのは、貧困者を減らし、弱者を守る施策です。保護基準の引き下げを「みんなの暮らしの問題」ととらえ、阻止しよう。

（理事 上田岩夫）

読者の ひろば

▼なかなか活動に参加できませんが、楽しい誌面に、毎回「次はこれに参加するぞ」と思っています。

(清荒神 山口なり)

▼「薬食同源」のわかめの機能成分で動脈硬化の低下があるの、海藻類をよく食べるように心がけています。

(仁川台 草雑忠)

▼「季節のたより」をいつも楽しみにしています。「クロスワード」は大好きで、いつも解いています。応募するのは初めてです。

(高松町 楠田訓子)

▼いつも主人(テイ)共々お世話になりありがとうございます。患者をお呼び下さる時「〇〇様」と言ってお下さるのがとても嬉しいです。

(谷口町 里田朋代)

▼最近高齢者とか介護という言葉をよく聞くようになりましただね。私事ですが、NHK連続テレビの「純と愛」にハマっています。「カーネーション」とは違って、今の世の中を見るような。またこれからどうなるのかなーと思いつつながら。8時になるとテレビの前にいます。

(光明町 高地花子)

▼わかめの栄養価(薬食同源)を知り、これからどんどん海藻を食卓にのせたいと思います。

(武庫川町 黒田富美子)

▼西宮市にも生協病院が欲しいものです。

(西宮市 岩本潔融)

▼初めてやってみました。いつもは、ゆつくり目を通す暇がなくて、こういうことをしているのを知りませんで…。

(中山五月台 浜田美智子)

▼20年飲んでいた降圧剤を止めています。定年退職後、ストレスのない生活をしているからか、血圧が下がってきたのです。少々高めの日もあるのですが…生活習慣って大きいですね。

(篠山市 平位直子)

▼薬食同源を読んで、すぐ役に立ちます。成分とか、働きとか、身体にどういいのか、良く分かりました。これから期待しています。

(鹿塩 兼平真有美)

▼今年は「みどし」、母が生まれていれば84歳。10年前に亡くなりましたが、いつも子育てに労を惜しまず、協力していました。その末の息子、今年やっと結婚してくれました。母にも見てほしかったです。

(匿名希望)

▼去年のなつの猛暑。又、厳しい寒さが続いています。元氣な私でさえ大変です。一つでも病を持っている方、本当に辛いと思います。有名人の方々も次々と亡くなられ、本当に防ぐ事の出来ない「ガン」どうしたらいいのでしょうか？私の兄弟も早くに亡くなり、本当に淋しくなりました。毎年の健康診断で守っていきたいと思います。

(光明町 井之口佳子)

▼去年はじめて特定健診の受診をして、薬を飲み始めるようになりました。良かったのか悪かったのかフクザツな感じ。

(清荒神 藤田真治)

エコキャップボランティア募集

ペットボトルのふた(キャップ)を集めて、洗浄し、リサイクルメーカーへ売却、その利益がポリオワクチン代として寄付されます。この取り組みに参加して、あなたも発展途上国の子どもを救う、「ワクチン大使」になりませんか？

ボランティアさんをお願いしたい作業

- A キャップを洗濯ネットに袋づめ
- B 洗濯機で洗浄
- C 本部事務局3階へ運搬し、並べる

日程

奇数月 第4金曜日
14:00~16:00

申し込み

宝塚医療生協事務局(担当:田中)
電話 0798-57-3137 FAX 0798-57-5667
メール tanaka@takarazuka-mcoop.net 迄



法律相談

日時: 2月4日(月) 14:00~16:00

担当: 菊田弁護士

場所: 宝塚医療生協事務局会議室

(宝塚市鹿塩1丁目18-6 中津浜線「大吹町」交差点角)

*相談希望の場合、事前予約が必要

*宝塚医療生協組合員は、無料

予約及び問い合わせ: 宝塚医療生協事務局(電話0798-57-3137) 迄



(匿名希望)



受賞の喜びを語る川内所長

みんなで
頑張ったから
できた

兵庫民医連60周年記念
「職場アピールムービー」コンクール
「会長賞」^(最優秀作品)受賞の喜び

けがや病気で仲間が倒れ、不安と心配の時期が続いてきました。そんな時、兵庫民医連は60周年記念企画として「職場アピールムービー」の公募がありました。

「職場全員で参加し応募しよう、明るい話題を作ろう」と、西宮今津の事業所職員が中心に企画・応募し、管理者の会議で議題に挙げ全員一致で全事業所が協力することになりました。作品が出来上がり視聴した時から、各事業所から送られて来る笑顔の映像を見る度に「絶対に優勝(会長賞) まちがいなし!! これ以上の作品があったら見せてみよう!!」

と鼻息を荒くして受賞を信じていました。なのに、いざ表彰式となると、涙が出ました。幸せな気持ちでとても嬉しかったです。忙しい中でしたが頑張れば形になることを皆で感じた受賞でした。創立40周年記念に華を添られたと、心から感謝です。「これからみんな元気に頑張ろうね」

(市居美帆・亀崎千恵美・川内真希)

映画上映会のご案内



と き：1月31日(木) 13:00
ところ：宝塚市立西公民館

講演会：「ハンセン病問題とわたし」
講 師：宝塚市長 中川 智子
映画上映：「もういいかい ハンセン病と三つの法律」143分
入場無料

主催／宝塚市 宝塚市教育委員会

山田洋次監督50周年記念作品

東京家族

おかしくて、かなしい。これは、あなたの物語です。



医療福祉生協全国共通特別鑑賞券
(1,000円) 販売中

映画の情報はこちら
<http://www.tokyo-kazoku.jp/index2.html>
上映劇場の情報はこちら
<http://www.tokyo-kazoku.jp/theaters.html>

・チケットは宝塚医療生協事務局まで ☎ 0798-57-3137

2013年
1月19日(土)
全国
ロードショー



医療福祉生協連

山田洋次監督からのメッセージ

日本医療福祉生協同組合連合会のみなさま

2011年4月1日クランクインを目指していた『東京家族』は、準備の段階で3・11の東日本大震災、それに引き続き福島原発メルトダウンという歴史的な事件に遭遇し、製作を延期することになりました。3・11以降以後の東京を、或はこの国を描くためには、どうしてもそれが必要だと考えたのです。

それから11か月。新たに書き直した脚本でクランクインを迎えました。これは、2012年5月の東京の物語です。

(中略)

来年1月封切りとなりますが、この作品をひとりでも多くの人たちに観ていただきたいと、心から願っています。

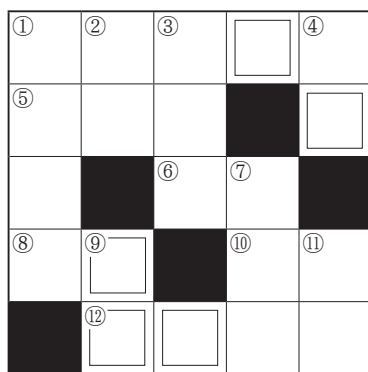
2012年10月

山田洋次

医療生協 パズル

〈ヒント〉

寒い。歩くときサクサク



〈たてのかぎ〉

① おせち料理にかかせないにんじんのたまたま

② 絵をかくことが仕事

③ ぶつうの人家

④ 九十九里浜がある県

⑦ 江戸時代末期の俳人 小林○○○

⑨ 両手と両足

⑪ 反対の意見

〈よよのかぎ〉

① 大小二個を重ねて正月に供える

⑤ ○○○足熱。健康法のひとつ

⑥ 二枚・巻・角といえは

⑧ 背骨の下のおれまがる部分

⑩ 二つそろって一組となるもの

⑫ 姫路城の別名にもなっている鳥

パズル解答についてのお願

回の中のことばを組み合わせて、5文字のことばを作り、同時にご意見等を必ずひとこと添えて、ハガキ、FAX、メールでお答え下さい。

〒665-0054 宝塚市鹿塩1丁目18-6
宝塚医療生協「パズル係」あて。

メ切は1月31日。正解者の方に抽選で図書カードを差し上げます。

応募される時必ず図書カード送付先のご住所、お名前を記載してください。お名前の掲載を希望されない場合匿名希望と添えてください。
(広報委員会)



kouhou@
takarazuka-
mcoop.net

「おめじゅひびれごまわ」

No.206の解答は

「ふゆじたく」でした。

ふ	ゆ	じ	た	く
た	ば	て	い	よ

☆正解者の中から抽選の結果、左記の方に図書カードを進呈します(敬称略)。

☆今回の抽選にもれた方も今後とも「読者の広場」や「もーし・もーし」の投書もあわせてお願いします。

大谷 美保子 草薙 忠
岡田 加代子 小松 美佐子
菅野 陽子 山口 なり
岸 美佐子

七草粥

始める前、1935(昭和10)年頃までは、どこの家でも元日(新正月か旧正月)には、その家流の雑煮を祝い、7日には、健康を願う「七草粥」をすすりました。コップこうべでは、年末年始にかけて、七草粥の材料として春の七草(せり、なすな、ごぎょう、はこべ、ほとけのざ、すずな、すずしろ)の若葉を販売しています。ぜひ作って食べて下さい。家中の健康食談義に発展するでしょう。

「春の七草の栄養成分」

せり・なすなをミネラル成分(単位mg)で比べると、カリウム410対440、カルシウム34対290、鉄1・6対2・4、亜鉛0・3対0・7、銅0・15対0・16となる。ビタミンで比較すると、その差は大きく開く。ビタミンA160対430μg、K160対330μg、B1では0・04対0・15mg、B2は0・13対0・27mg、B6は0・11対0・32mg、ナイアシンでは1・2対0・5mgと唯一、逆転し、パントテン酸0・42対1・10mg、Cでは20対110mgと

大きく開いている。

久保 久次

七草粥

年始特載

薬食同源 (89)

「ごぎょう、はこべ、ほとけのざ」については、食品成分の資料がない。調理の難度が高く、野菜になりきれいていなくて、味覚の点でも劣るからか。ごぎょう、はこべの異称。栄養成分の量は不明だが、薬用成分は確かと考えられる。去瘀、扁桃腺炎、胃炎の民間薬として使用されているからだ。はこべ、なでしこ科はこべ属日本全国に18種もあるとか。英名はチック・ウイードといい日本名のヒヨコ草に通ずる。新芽(茎)や蕾を茹でて、ひたしにすると美味、産後の食事にも、乳の出が良くなると利用された。乾燥させて粉末にし、塩と混ぜて歯磨き粉として利用された。歯ぐきの炎症、歯痛、はれ物、でき物に有効。ほとけのざ、菊科のたむらごの別称。栄養成分はないとされているが、健胃、整腸、高血圧予防に利用される。すずな、すずしろについては、かぶと大根の葉、生で栄養成分を見ることができる。とても、よい成分を持っている。

一壁掛けアートの世界一 17



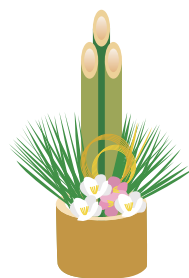
今年平和でありますように。平和だからこそ和やかな生活がおくれます。スポーツも演劇も音楽も平和だから楽しめます。



作者自宅の犬と一緒に

今回の作品は 正月用「和」

さまざまな折り紙や紙粘土を使って作るさわやか支部長・岡沢正男さんの、「壁掛けアート」をご紹介します。良元診療所待ち合い室に掲示しています。



編集後記

★11月20日、西宮支部で史跡めぐりをし晩秋の夙川公園を歩きました。空の青とひらひら舞いちらる紅葉を見て「綺麗ねー」と歓声をあげて歩きました。さくさくと音がして気持ちよかったです。★落ち葉を拾いました。葉が、くるくると丸まって可愛く一枚一枚、色も大きさも違いました。

春には満開の花をみせ、夏の太陽から新芽を守った葉が、その役割を終えて散るのですね。既に、春のお花見の準備が始まっているのです。(私もこうありたいな) 自然の営みに感謝です。★誘った友人が医療生協に加入してくれ、ラッキーな一日でした。(H)



神戸市 浜本 秀子さん



星の荘 広瀬 則子さん

季節の たより



平井山荘 富永 岩子さん