

2019
1・2
No.243

平和こそ、健康こそ、組合員の声こそが、

たから

組合員数 14,293人
出資金 341,155千円
組合員1人平均 23,869円
(2018年11月30日現在)

【発行】
宝塚医療生活協同組合
宝塚市御所の前町15-21
TEL0797-69-6121
FAX0797-69-6223
iseiky@takarazuka-mcoop.net
http://www.takarazuka-mcoop.net/

一人は万人のために、万人は一人のために。

良元センター CoCoLo



ハーモニカ、落語、
紙芝居 何でもアリ



良元診療所
通所リハビリ
高松診療所
ケアサポート
訪問看護ステーションひだまり
ヘルパーステーションひだまり
デイサービスひだまり
デイサービスあったかハウス今津
ケアサポート今津
組合員センターさがん
あったか庵(組合員センター)
良元センター「CoCoLo」

宝塚市大成町10-45 ☎0797-71-7288
宝塚市大成町10-45 ☎0797-71-8540
宝塚市高松町5-10 ☎0797-72-2585
宝塚市高松町5-10 ☎0797-76-4536
宝塚市高松町5-10 ☎0797-77-3115
宝塚市高松町5-10 ☎0797-77-3245
宝塚市高松町5-10 ☎0797-76-4770
西宮市今津山中町3-23 ☎0798-34-6221
西宮市今津山中町5-29 ☎0798-37-1612
宝塚市清荒神3丁目2-10 ☎0797-84-1521
西宮市今津山中町5-29 ☎0798-36-5520
宝塚市大成町1-20

CONTENTS

- 2面 法人学習会・表彰されました
- 3面 私も組合員・班活動紹介
- 4・5面 2019年の抱負
- 6面 支援バザーにご協力を・自然を食す
- 7面 パズル・読者のひろば
- 8面 作品紹介・新人職員紹介・編集後記

法人学習会
チーム
ステップス

チームでつくる 医療安全を学ぶ



チームで紙の鎖をどれだけ長く作れるかをゲーム方式で体験しました。

結果は、長く鎖ができたチームとそうでなかったチームと大きな差が出ました。それは、役割分担を細かく考え、他の人が何をしているかを観察し、想定外のことに対処できたかの差でした。また、時間の管理や困った経験をチームで共有したかでも差ができました。ゲームを通して、チームワークが大切ということを感じて感じました。

講師に尼崎医療生協病院 遊道桂子さんを迎え、11月11日介護の日に職員32人の参加で開催しました。
なんと医療事故(有害事象)は、入院中に10%もあり、交通事故と比較すると3倍の確率で起こっているそうです。残念ながら重大事故は10数年減っていない中、人が人をケアするという点においては、ゼロにするには難しい状況が続いています。

そこで、医療事故を少しでも減少させていけるように「チームステップス」という手法を使い医療安全についての学習をしました。



私たち一人ひとりが患者さん・利用者さんの安全を支える柱であり、皆さんに安全で安心の医療・介護を提供できるようチームトレーニングを積み重ねていくことが大切だということ学びました。
(職員教育委員会 弘中 伊津子)

最優秀賞を受賞

デイサービスひだまりの作品が「介護者による市民フォーラム」の作品展で2年ぶり2度目の最優秀賞を受賞しました。



地域福祉活動功労者として表彰

「サロンすくらん」代表者の相馬新一さん(東支部)が、地域の様々な組織・団体と連携しながらの10年間にわたる活動や、長尾安心地区推進協議会のメンバーとして、高齢者の見守り活動の支援をたたえ、11月8日の第44回宝塚社会福祉大会で、地域福祉活動功労者として表彰されました。



「サロンすくらん」代表者の相馬新一さん(東支部)が、地域の様々な組織・団体と連携しながらの10年間にわたる活動や、長尾安心地区推進協議会のメンバーとして、高齢者の見守り活動の支援をたたえ、11月8日の第44回宝塚社会福祉大会で、地域福祉活動功労者として表彰されました。

私も組合員



「好き」「楽しい」が原動力

三田支部 森田なつ子さん(68歳)

加入：2008年3月23日

三田支部で支部長代行をされている森田さんは、医療生協の活動以外にも地域のイベントに出たり、趣味でパントマイムや絵手紙をしたり…忙しいながらもどれも楽しまれていて、話をきいていると私まで元気をもらいました。

□お仕事について

■保育の専門学校を卒業後、児童養護施設で働いていました。40名ほどが同じ屋根の下で暮らす施設では、年齢層やここに来るまでの背景もさまざま。大変なこともありましたが、今でも連絡を取り合うくらい親しくなった子どももたくさんいて、家族同様だなと感じています。

□趣味について

■退職が近づいてきた時、なにか趣味も持つておかないとなあ…と思いつながら、公民館の掲示板に「パントマイム教室」の文字を目にして、習ってみることに。始めて13年ほどになります

が、楽しくて今も教室のある尼崎まで通っています。また、友達に勧められて、社協の地域福祉活動に、私の友達を中心に作ったグループ「ぶくぶく一座」という名前が加盟。デイサービスや地域のお祭りなど、イベントの際に手あそびやパクパク人形、歌唱や簡単な手品などを、仲間と集まって披露しています。嬉しいことに年々、依頼が増えてきていて、「このイベントは子どもが多いから〇〇さんをお願いしよ

う」とか「この日は時間が長いから〇〇をして…」なんてコーディネートみたいなことをしています。

□スケジュール帳を見せてもらうと、

予定がびっしりと入っていて驚きました。大変ではないですか？

■もともと活発に動くことが好きな性格もありますし、楽しみながらしているの、しんどさはないですよ。

□医療生協の活動

■現在、三田支部では毎月の健康チェックやハイキング班が主に活動していますが、私も地域のコミュニティ作りとして「よかたん班」を立ち上げました。食事をしたり、お風呂に行ったり、参加者がしたいことを出し合っていて、ワイワイ楽しむという形をとっています。また、医療生協主体ではないですが、2月からはコープこうべを借りて、子ども食堂「にじいろカフェ」もはじめる予定です。三田支部は、宝塚からは離れています。班会を開いたり、健康チェックをしたりといった活動を通して地域の輪を広げていけたらと思っています。

(インタビュー 前田秀輔)

班活動紹介

高松支部

げんき会

ました。当会員は12名でしたが、約3年半経過した現時点では、男女合わせて27名と大幅に増加しています。

練習は週に2回、

「元気」の秘訣は

武庫川の河川敷で行っています。また、年に数回大会を催したり、他グループとの交流試合にも挑戦したりしています。このような活動を通して、近隣住民同士が助け



合いながら、一人で引きこもることなく、見守りあう地域にしていきたいと頑張っています。

(木村正雄)

2019年の抱負



あけましておめでとうございます。元号は変わっても、9条改憲は困ります。平和・健康・きずなを大切に、事業と運動、人づくりを発展させ「健康まつり」を成功させましょう。皆様のご多幸とご健勝を祈念します。

理事長 脇野 耕一



デイサービス ひだまり



ひとつの輪
チームの力で 強くなる!!

いつもニコニコ
笑顔で訪問。納得のケアと
技術で安心を届けます。



訪問看護ステーション ひだまり

高松診療所

3年目を迎えるひだまり会館の先頭に立って、みなさんを引っ張っていきます!!



通所リハビリ



住み慣れた地域で虹のように
七色に輝いた生活が
送れるよう支援
します。



私達の笑顔があれば、
向(6)かう所、敵なし!!
信頼される事業所をつくります。

良元診療所

今年も「地域に開かれた診療所」
としての役割を追求していきたい
と思います。GO・GO地域へ!



知(シ)って、知(シ)らせて行
動する本部事務局を今年もよ
ろし(シ)くお願いし(シ)ます

ケアサポート 今津



利用者様と一緒に七転び八起き
しながらも生活の質をあげら
れるように支援して
いきます。

ヘルパーステーション ひだまり

QOL(クオリティー)
の向上を目指しその人
らしさを大切に在宅生
活を支えます。



本部事務局

ケアサポート



あったかハウス 今津

今年のあったかハウス今津は
テン換期! 美人10人で、
「目指せ! 利用者
毎日10人!!」

ゴール

いのち輝き、
しあわせに暮らせる
しゃかい(社会)を

健康で
いい年に!



支援バザーにご協力を

今年8月より、ひだまり会館4階で、地域の有志を中心にはじまった「とて食堂」。この取り組みは、空手教室と子ども食堂をあわせたもので、毎回20名程度の子どもたちが元気に声を出しながら、空手に励んでおり、食事はカレーや焼きそばなどで、きたての料理を一緒に楽しんでいきます。

宝塚医療生協としてもこの活動に何か協力できないかと考えました。また



この間、広島県の豪雨や北海道の地震など、大きな災害が日本列島を襲ったこともあり、ひだまり会館でバザーを常設して、収益を災害復興や「とて食堂」の活動に寄付しよう、という取り組みがはじまりました。

出品に協力してくれたり、知り合いに声をかけてくれたり…また小林地域包括支援センターも地域へ情報発信してくれる事になりました。一人ひとりのあたたかい気持ちで、新たな絆へと繋がっていると感じています。

よろしければ、見に来てください。

(ケアサポート 曾我里美)

野草などを煎じてみよう

煎じてお茶を飲む習慣は大昔からあったわけではなく、食が足りる時代になってから始まったようです。現代では日常生活に欠かせないものとなっています。

先に干す方法

① 一気に干し上げる
流水で洗った後、よく水を切り、布巾ではさむようにします。乾燥かごやザルに並べて乾燥。天地変えをしてまんべんなく干し上げます。

② 煮つめる・飲む
乾燥しきった野草10gに対し、500ccの水を使い、とろ火で40分、水量が半分になるまで煮つめ、こしとったものを3



煮出しには土鍋・土びんがGOOD!

自然を食す 山菜・野草 その六 煎じてみましょう

勝部 昭義 (理事)

回に分けて飲みます。

後で干す方法

(緑茶(つりと同))

① 野草などを流水で洗い、水を切らずに2〜3分蒸す。② 冷ましてから葉や茎をむしり取る。③ 取ったものを3ミリぐらいに包丁で刻む。④ しぼってアクを取ったらザルなどに広げて日光で干す。⑤ 湯を注ぎ飲む。

野菜・果実でも

楽しめます

柿の葉茶(柿茶)のファンで30年来飲んでいます。最近では、タンポポ茶、ミント茶、クコ茶、桑の葉茶、ごぼう茶などが知られてきました。

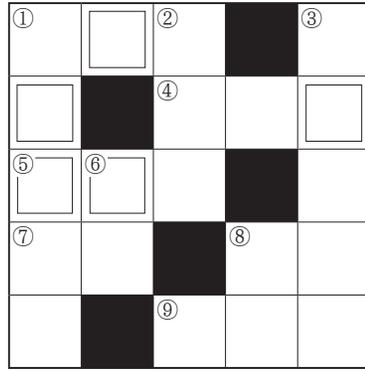
余った野菜・果実の皮を完全乾燥させれば使えます。ニンジンの葉やミカンの皮も干して煎じます。

干すことによってビタミンなどの栄養素が増すので、切り干し大根も自分で作ったりしています。大根葉は水に戻して料理に加えるといい味が出ます。

スーパーで葉をつけた野菜を見ると「天日で干そう」とすぐ思う私です。

医療生協 パズル

5文字のこのばを作ってください。
1888年に名をかえた



- ①畑のキャビア、とんぶりはこれの実
②あらゆる方向、〇〇〇八方
③春の七草のひとつ、「コオニタビラコ」のこと
④前もって知ること
⑤姪の対義語
⑥僧・坊さん
⑦教・強・胸・京・鏡、読みは同じ
⑧木を切り割る道具
⑨足をくすさす、きちんごと座る

No.242の解答は「アキアカネ」でした。

Grid for No. 242 solution: アキアカネ

☆今回は22名の応募があり、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)。

「めいじゅんぱくおね」

- 新田 千恵子 今西 裕子
松田 健三 今西 裕子
大川 まさ子 シンちゃん
上田 光二

パズル解答についてお願い

応募される時必ず郵便番号、ご住所、お名前を記載してご意見等があればひとこと添えて、ハガキ、FAX、メールでご応募ください。
〒665-0041 宝塚市御所の前町15-21 宝塚医療生協「パズル係」あて。
メ切は1月31日(必着)。正解者の方に抽選で図書カードを差し上げます。



kouhou@takarazuk-mcoop.net

読者の ひるば

通勤時、街路樹の紅葉にいやされ秋を感じています。

(三田市 ねつき)

子供が看護学校受験にいま頑張っています。応援をお願いします。

(末広町 上田 光二)

すいらく厚食会に参加しました。大勢でお料理するって楽しい！100歳体操いいですね！でも第1・2・3水曜日は都合が悪く残念…。第4・5は又参加したいです。よろしくおねがいします。

(南つばしが丘 ひらちゃん)

市民講座での話題。外国の有名文学者の名言に『年をとったから遊ばな

くなるのではない。遊ばなくなるから年を取るのだ」とある。遊びには色んな意味があるかと思いますが、これからも趣味や興味に頑張って遊びたいと思います。

(末広町 中山 昭)

例年より暖かいのか寒いのかよくわからない気がします。

気にかかるのは、今もなお避難生活をおくっている人たちのことです。

(川西市 村井 翠)

これまで医療機関にかかる事が少なかった。年齢を重ね、日々健康に気を付けてこれまでの普段通りの生活が送れるようにしたいと思っています。

(おつりたつた)

父が残した実家の植木の剪定をしています。11月は金木犀、銀木犀12月は松。1月はボケ。とても楽しいです。

(おつりたつた)

子どもに「学校のマラソン大会があるから見に来て」と言われ、応援に。授業では上位だと話していたので、期待して

投稿の際にはできる限り実名、もしくはペンネームを添えていただきますようお願いいたします。

広報委員会からお願い

投稿の際にはできる限り実名、もしくはペンネームを添えていただきますようお願いいたします。

要予約

法律相談

日時：2月4日(月) 14:00~16:00
担当：吉田弁護士
場所：宝塚医療生協 本部事務局会議室
予約及び問い合わせ 宝塚医療生協本部事務局 (電話0797-69-6121)迄

いきましたが、結果はふるわす…。しかし、悔しがるどころか、楽しかったそいで「そのポジティブさ、見習わなければ」と思いました。

(おつりたつた)

父が残した実家の植木の剪定をしています。11月は金木犀、銀木犀12月は松。1月はボケ。とても楽しいです。

(おつりたつた)

広報委員会からお願い

投稿の際にはできる限り実名、もしくはペンネームを添えていただきますようお願いいたします。

新入職員紹介



訪問看護ステーションひだまり所長
森脇 弘美さん

宝塚医療生協とのご縁を感じています。訪問看護師として働かせていただくことになりました。ご利用者の生活の伴走者という思いで看護に取り組んで参りたいと思います。どうぞよろしくお願ひ致します。



谷口町
川瀬 修さん



小浜
吉田 実さん

3000万署名 目標達成しました！

約1年前より取り組んだ3000万署名(安倍9条改憲NO! 憲法を生かす全国統一署名)が、11月20日に4234筆集まり、兵庫民医連の法人としては2番目に

目標を達成しました。情勢は、皆さんの「日本国憲法を守りたい」という思いとは裏腹に、改憲への動きが国会内でも審議されようとしています。引き続き憲法や平和、社会保障に関する署名活動に取り組んでいきますので、ご協力をお願いいたします。(中田幹二)



シデ紐を貼り合わせて作ります

世界遺産
白川郷合掌造り
武庫川
小西 勲さん

編集後記

★今回、オールカラーでの発行となりました。写真も映えて見やすくなったように思いませんか？編集も新鮮な気持ちで取り組みました。毎年恒例の事業所挨拶も楽しめるように、とアイデアを出し合いました。また感想をお聞かせくださいね。(M)

お詫び
242号12面の新入職員紹介で松浦智尋さんの所属事業所が「訪問看護ステーションひまわり」となっていました。正しくは「訪問看護ステーションひだまり」です。お詫びして訂正します。