

2019
3・4
No.244

平和こそ、健康こそ、組合員の声こそが、

たから

組合員数 14,374人
出資金 343,248千円
組合員1人平均 23,880円
(2019年1月31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。

東支部 活動紹介

すいらく

毎週水曜日 10:00~15:30
コープ山本店 3F集会室にて
楽しく開催中!



誰でも参加でき
楽しい催しが
いっぱい!



ゴールデンウィーク中の 診療のお知らせ

	4月 27日 (土)	28日 (日)	29日 (月)	30日 (火)	5月 1日 (水)	2日 (木)	3日 (金)	4日 (土)	5日 (日)	6日 (月)
高松診療所	○	休	休	○	○	○	休	休	休	休
良元診療所		休	休				休	休	休	休

※○の日は診療しております。

良元診療所 ☎0797-71-7288
通所リハビリ ☎0797-71-8540
高松診療所 ☎0797-72-2585
ケアサポート ☎0797-76-4536
訪問看護ステーションひだまり ☎0797-77-3115
ヘルパーステーションひだまり ☎0797-77-3245
デイサービスひだまり ☎0797-76-4770
デイサービスあつたかハウス今津 ☎0798-34-6221
ケアサポート今津 ☎0798-37-1612
組合員センターさがん ☎0797-84-1521
あつたか庵(組合員センター) ☎0798-36-5520
良元センター「CoCoLo」

今年も実施！ 虹のバレンタイン行動！！

2019

2月9日はお天気にも恵まれ、6会場で実施。準備した3200セットをすべて配ることができました。と、同時に『9条守ろう』『消費税増税反対』『75歳以上の2割負担反対』の署名をお願いします。



会場	参加者		チョコの数	署名	実施状況
	組合員	職員			
阪急宝塚駅噴水前	6	7	600	60	人通りが少なくチョコだけ受け取って去って行く人もいるなか、足を止めて署名に協力してくれる人もいた。
阪急伊丹駅北側	4	3	300	12	人通りは多かったが、チョコだけ取って足早に去って行く人ばかりの中、署名に協力していただけの方もいた。
阪急逆瀬川駅前	7	8	600	0	人通りはまばらであったが、できるだけ広範囲に分かれて配布を行い、あっという間に600セットを配り終えました。宣伝は2名で医療生協のアピールを行いました。
西宮北口アクタ回廊	8	2	800	15	“妖怪ウオッチの被り物”と“握力測定”を組み合わせる行動は西宮支部の定番です。道行く人に「暮らしを支え、住み続けられるまちづくり」を目指す医療福祉生協連のアピールをしました。今年、初参加の組合員さんとラブラドル（犬）も大きな力を発揮してくれました。
阪急仁川駅	4	6	600	20	人通りが少ない中、1時間ほどでほぼ配り終えた。「次回は場所を変えては」と意見もあった。
J R 三田駅前	6	1	300	0	私立高校受験日ということもあり、学生がJRから降りて来られ、手渡そうとするもかなりの確率で断られる。全体的に『取り』は悪い中45分ほどで配り終えた。
計	35	27	3200	107	

私も組合員



元気の秘訣は…

伊丹支部 小久保彰二さん(68歳)

加入：2014年11月7日

カラオケが趣味の小久保さんは、人を楽しませることを考えることが好きだそうで、インタビュアーの時に手品やクイズも披露していただきました。お話を聞いていても優しい人柄を感じ、その秘訣なども教えてもらいました。

□組合員になったきっかけ

■支部長ともう一人の組合員さんに勧められて加入しました。前任の方が体調を崩されたため、カラオケ班の班長をすることになり、今では運営委員会に出席したり、健康まつりや総代会にも参加したりしています。

□カラオケについて

■音楽が好きで、高校時代にはバンドを組んでいました。大人になってからは、手軽にできるカラオケにハマリ、歌声をカセットテープに録音して練習したり、時には地域の大会に出て、時には賞をもらったりもしています。カラオケ班では毎回10人以上の参加があり、紹介をきっかけに新しい方も増えています。カラオケ班は他支部にもありますが、支部対抗で大会など開いて、横のつながりをつくれたらおもしろいんじゃないかな、なんて思っています。

□奥様のこと

■妻が39歳のころ、急に「金槌で叩かれたように頭が痛い」と言い出して、病院で検査したら脳梗塞だと分かりました。手術後、後遺症が残りました。



水森英夫杯では最優秀歌唱賞を受賞

車椅子生活に。ヘルパーさんにも入ってもらいましたが、どうしても一人になる時間があることを心配した長男が「学校を中退して介護する」と言い出しました。それから数年後、私が替わって介護するようになり、更には施設で最期を迎えることとなりましたが、今でも息子には頭が上がりません。

□元気の秘訣は…

■車を手放してからは、足が弱らないようにと自転車で出かけるようになりました。近所はもちろんのこと、宝塚の駅前や豊中の方までも自転車でいきます。あと細かいことは気にしない性格なので、これまでほとんど怒ったこともありません。ストレッチを貯めたい、それも元気の秘訣かなと。支部の方からも「温かな雰囲気だから人が集まりやすい」なんて言葉をもらって嬉しく思っています。

(インタビュー 前田秀輔)

班活動紹介

西宮支部

北口シネマ班

2018年8月に誕生した、「北口シネマ班」は、コープ北口食彩館3階の組合員集会所で月1回、第3日曜日の午後で開催しています。平均参加者は20名、班はコープサークルとして開催しており、毎回新しい方の参加があり、知らない方たちとの出会いが楽しみです。

映画で交流

終了後はささやかなお茶会を開き、映画の感想や自己紹介などをします。

6回目は、故・市原悦子さんの最後の主演作『じゃぼん玉』を鑑賞しました。参加者全員、心にしみる素敵な映画の内容とともに市原さんの女優人生を想い、感慨深く忘れられない映画会となりました。



現場や市民の声 行政に届ける

1月30日
西宮市

参加者 12名
市職員 24名

●子育て支援



要望 妊婦健診を充実させるとともに
広報を強化してください。



回答 妊婦歯科検診を妊娠中に1回無料で受けられるように
しました。未受診対策としては市内の薬局・産婦
人科にはポスターを掲示しています。



●高齢者医療



要望 特定健診を国基準以上
に充実させてほしい。

回答 新たに尿潜血検査を
追加しました。



●国民健康保険



要望 国民健康保険料の引き下げに努力してください。

回答 今年度も一般会計から繰入及び財政安定化基金から繰入を行い、
保険料率の抑制に努力しました。今後も実施していく方針です。



●介護保険



要望 総合事業「家事援助限定訪問サービス」を担う家事支援専門員
が不足しています。今後の計画を教えてください。

回答 これまで400人を超える家事支援専門員を育成してきましたが、実際には1割以下
の方が活動されるにとどまっています。2019年度も引き続き育成していきます。



要望 認知症高齢者数を把握し、地域・警察署等と連携し支援を講じてほしい。

回答 2017年1月より「西宮市認知症SOSメール配信事業」を開始し、現在、登録者数は高齢
者88人、支援者914人となっています。今後も高齢者とその家族の支援をおこないます。



懇談を終えて

昨年の懇談で「生活保護のしおり」をわかりやすく改善して
ほしいと要望したところ、今年度より《生活保護の目的
生活保護制度とは日本国憲法25条の理念に基づき、国が、生
活に困窮するすべての方の「健康で文化的な最低限度の生

活」を保障し、自立した生活が送れるよう支援することを目
的として定められた制度です。》が追記されました。懇談を
重ねる度に改善が見られ、今回の要望に対しても成果を期待
しています。

自治体と懇談

今年も医療生協と関係団体が合同で、市職員と懇談が宝塚市は1月
22日に、西宮市は1月30日におこなわれました。医療や介護だけでな
く、保育や税金についてなど幅広い分野で現場の声を直接、行政に届
ける貴重な場となっています。

●国民健康保険



要望 宝塚市の国保税は、世帯・所得別モデルケース国保料（税）の
リストを見るとどれを見ても県内ワースト10になるほど高額。
国保会計は黒字とこのことなので値下げなどの検討をしてほしい。

回答 国保会計は黒字だが、県へ納める額も増えています。
今後このまま黒字が続けば値下げも検討できるかもし
れないが、現時点では難しい。



要望 資料を見ると差し押さえ額が昨年より倍以上になっている。内訳を見ると給与や学資保
険などがあるが、生活や子どもの将来に必要なお金まで差し押さえしないでほしい。

回答 以前より資産状況が把握しやすくなったのが増額の理由。生活
に最低限必要な額は差し押さえできないように決められてい
る。無理のない支払いもできるので納税相談に来てほしい。



●介護保険



要望 総合事業でのヘルパー派遣が少ないように思うが、これからどうして行こう
と考えているのか今後の計画を教えてください。

回答 担い手の登録が少なく事業所ともマッチングできていな
い。総合事業は国の方針なのでこれからも続けていくが軌
道修正を検討している。



●保育



要望 虐待や育児放棄の相談を受ける機会が増えた。現場は、体力的精神的にも負担が大きい中、
ギリギリの状態働いている。このままでは子どもの健康や安全を守ることができない。行
政としてケースワーカーなどを現場に配置し、相談に乗れるような体制を作ってほしい。

回答 現場にケースワーカーを配置することは予算的にも人員的にも厳しいが、保育士不
足や賃金についても市として認識はしているので、前向きに検討していきたい。



懇談を終えて

参加された方からは「高額な国保税や、差し押さえの実態
は毎年、要求しているのに改善する姿勢が感じられない」と
不満の声も。

「生活保護のしおり」を窓口に置くよう検討すると言った
ことや、無料低額診療の資料を生活援護課の窓口に置くよう
にする点など前進が見られました。

今年も 新春のつどいを開催!

宝塚映画
OBからのお話



北支部 (1月20日)

落語鑑賞



良元ブロック (1月20日)



ゲーム&ビンゴ大会

東支部 (1月23日)



沖縄舞踊

高松支部 (1月26日)



約15分でアク抜きができます

- 蕨(ワラビ)の簡単なアク抜き**
- 春になると、ワラビが顔を出します。イノモトソウ科のシダの新葉で、日当たりの良い乾燥地に群生します。スキー場などにも出ます。
- 最近では、ワラビを道の駅などで買い求めることが多くなりました。太くて色の鮮やかなものが多いです。
- 小麦粉と塩でアク抜き**
- 採れたての新鮮なワラビは、重曹を使わなくてもアク抜きができます。
- ① 根元の硬い部分を切り落としします。(一束)
 - ② 鍋に水を入れ、小麦粉と塩を加え、泡立て器でよく混ぜます。
 - ③ ②を中火にかけ沸騰

自然を食す 山菜・野草

その七 新鮮なワラビを食べる

勝部 昭義 (理事)

- ④ ゆでたワラビを冷水に取り、10分ほど浸せばアク抜きの完了です。ザルに上げ、水切りをします。(採れたてでない場合は、重曹に一晩浸け込んでアク抜きをしましょう)
- したら、①を入れて弱火で4分ほど煮込み火を止めます。(小麦粉がアクを吸着します)

使い方(例)

味噌汁に
2〜3センチに切って味噌汁に入れると、少しぬるつとして美味しいです。

卵とじで
卵とじにすると、色合いもよくなります。

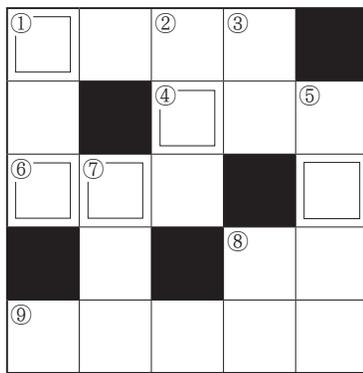
天ぷらで
ワラビを半分の長さに切り、3〜4本をひとつにして天ぷらで食べるのもいいです。

和え物に
かつお節と和えて食べてみましょう。美味しいですよ。

保存方法
5センチにカットし、パックに入れて冷凍保存できます。

医療生協 パズル

⑤ 文字のごとばを作ってください。
 ⑥ ⑦ ⑧ ⑨
 ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮
 ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳



① ユーラシア・北アメリカに住む。日本では北海道に住んでいる

② 棒に輪を投げる遊び

③ 元素のひとつ。記号P、原子番号15

④ 頭のつむじのこと

⑤ スギナの胞子莖。食用

⑥ 春の七草のひとつ・スズナ

⑦ くまのかぎ

⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳

No.243の解答は「うしきま(東京)」でした。

ほ	う	し	ほ	と
ほ	う	し	ほ	と
き	よ	う	け	の
ぐ	ち	お	い	さ
せ				

☆今回は46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)。

「おめいぶんびわくおね」

- 平位 直子 上田 さくら
- 福島 宏 太田垣 眞男
- 畦地 由明 エイコ
- 片岡 日和

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3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。

※お名前の掲載を希望されない場合は、ペンネームのご協力をお願いします。

(広報委員会)



kouhou@takarazuka-mcoop.net



▼野菜や野草を煎じて飲むという記事に興味を持ちました。天日干しをしたことがないので、大根や椎茸、みかんの皮等干してみたくまりました。どのくらい干せばいいでしょうか？また、記事を楽しみにしています。

(弥生町 本田 友香)

▼初詣で、例年より高めのお賽銭をしたのに、娘が早速インフルに…祈りが足りなかったのかな。

(谷口町 こん)

(高松町 楠田 訓子)

▼先日、元文科省事務次官の前川喜平さんの講演会に参加しました。教育、憲法、森友、加計問題など、ユーモアをまじえて、時間が経つのも忘れる程、素晴らしい講演会でした。

(湯本町 越智 睦子)

▼昨年は、病院通いが多く大変でした。今年は趣味を一つ増やして楽しい一年にしたいです。

(川西市 やまちゃん)

▼昨年12月に4番目の孫が生まれました。命の大切さを改めて感じます。この子達が大人になった時も戦争のない日本、世界から戦争がなくなる事を願います。そのためにジジジは頑張らないといけません。

(尼崎市 掛布 康孝)

▼我が家には、猫が3匹います。『猫』でかたづけますが、顔も性格もみんな違って面白いです。癒やされています。

(三田市 松岡 信枝)

法律相談

要予約

日時：4月1日(月) 14:00~16:00
 担当：任(イム) 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
 組合員無料 (電話0797-69-6121)迄

▼愛犬が昨年から療養中！ 私達にやっとなってきた家族と一緒に旅したり癒やしてくれて有難う。お友達のごちやんと一緒に走って遊べるように頑張っています。

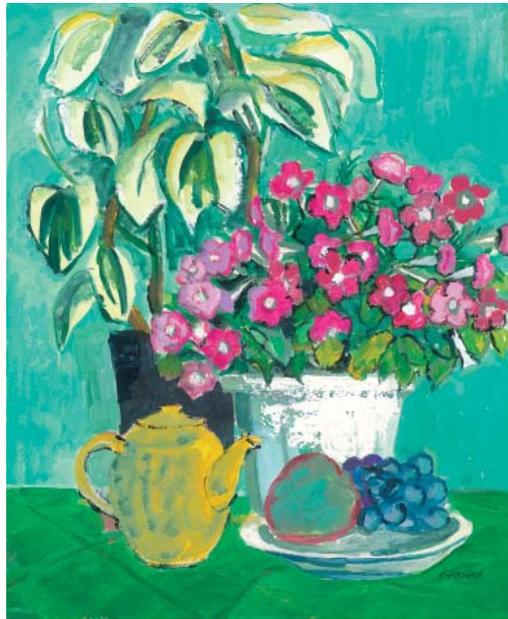
(中野町 平井 節子・もも花)

新入職員紹介



デイサービスひだまり
小坂 幸子さん

1月からデイサービスひだまりで働いています。
利用者さまとスタッフのみなさんに温かく迎えていただき、嬉しく思っています。がんばりますので、よろしく願いいたします。



未成町
村上 喜美子さん

作品紹介

小浜
吉田 実さん



鹿塩
田中 とみ子さん

公 告

2018年度末、住所不明組合員のみなし脱退処理について

「宝塚医療生活協同組合定款」第2章第10条2・3項にもとづき、2018年度末で以下の条件の住所不明組合員について、みなし脱退処理をおこないます。

みなし脱退の対象とする組合員は、過去3回の残高通知で3回とも住所不明者として通知郵便物が返送された組合員のうち、全支部・事業所での確認作業でも不明であり、かつ連絡先（住所・電話番号）が不明の組合員663人です。

住所変更などの届け出がお済でない組合員は、宝塚医療生協事務局へお問い合わせの上、住所変更の手続きをおこなっていただきますようお願いいたします。

なお、「みなし脱退処理」後でも、所在が確認された組合員は、その段階で組合員としての資格を復活します。

2019年2月20日
宝塚医療生活協同組合
電話0797-69-6121



第23回生協学校

日時：5月21日（火）
14：30～16：00
場所：宝塚西公民館
認知症サポーター養成講座「キャラバンメイト養成」に取り組み、認知症を知り、地域をつくる活動
修了者には、オレンジリングを配布

編集後記

★自治体との懇談の記事は例年、字数が多くなるため読みにくさを感じていましたが、今回見開きカラーにすることで改善できました。宝塚市と西宮市以外にも要望書は出していますが、市によっては懇談の機会すら持ってもらえない所もあるのだとか…。市民に寄り添う市政であってほしい願います。(M)