

2023  
1・2  
No.267

平和こそ、健康こそ、組合員の声こそが、

# たから

組合員数 14,739人  
出資金 340,920千円  
組合員1人平均 23,130円  
(2022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  
iseikyotakarazuka-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。

## 謹賀新年



### 南めばえ支部 太鼓班

代表の方にお声をかけていただき、職員を中心に新しい班会が出来ました。南めばえ支部の活性と、健康維持のため楽しく続けていきます。

私たちと一緒に  
働きませんか？

職員  
募集中



宝塚医療生協では  
医師、看護師、介護  
職員を募集中です。  
気になった方はQR  
コードを読み取って  
いただき、募集内容  
をご覧ください。

良元診療所  
通所リハビリ・訪問リハビリ  
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



西宮支部の学習会  
川口啓子先生による「あなたの介護は誰がする」



訪問看護ステーションひだまり

50周年記念式典の中で、3年ぶりの三二組合員交流集会を開催。生協強化月間のスタートダッシュとなりました。なかなかコロナ前のような活動には戻っていませんが、工夫を凝らした新しい取り組みを報告します。

- **地域訪問行動** 高松支部と伊丹支部は訪問行動を行い、増資・仲間増やしの成果とともに会話の大切さを実感したと報告がありました。
- **学習会** 西宮支部は講師を招いて、介護学習会を企画。「こんな素晴らしいお話が聞けるなら組合員になりたい」と新たに仲間が増えました。

月間目標達成支部・事業所

仲間増やし	出資金増やし	担い手増やし
仁川支部	さわやか支部	高松支部
西宮支部	伊丹支部	東支部
東支部	三田支部	ケアサポート今津
ケアサポート今津	ヘルパーひだまり	南めばえ支部
あったかハウス今津	本部事務局	ヘルパーひだまり
ケアサポート		
ヘルパーひだまり		
本部事務局		

期間：9月25日～11月30日

2022年4月1日～11月30日まで（12月6日現在）

	月間目標	到達	目標比
仲間増やし(人)	447人	238人	53%
出資金増やし(千円)	18,688千円	10,543千円	56%
担い手増やし(人)	81人	38人	47%

2022年生協強化月間終了お疲れ様でした！



支部訪問の奥村委員長



高松支部支部長の宇都宮さん。事前にお知らせのチラシを入れてから訪問しました

スローガン

なんとって宝塚医療生協  
この50年を未来につなげる若い時代へ

- **組合員活動委員長が支部を訪問** 鹿塩支部と伊丹支部の支部運営委員会に奥村委員長が参加しました。法人の現況と、支部活動の現状を共有しました。
- **訪問看護ステーションひだまり** スタッフの意識向上のために事務所にポスターを貼りました。独自で生協強化月間のチラシも作りました。
- **新しい班が増えました！**
  - ・南めばえ支部：太鼓班
  - ・東支部：手芸班

インスタグラムはじめました  
\*デイサービスひだまり\*



デイサービスひだまりでは、お正月や夏祭り、運動会にクリスマス会などさまざまな行事があります。また春には桜を見に近所の公園まで行ったり、5月は荒牧バラ公園や10月には武庫川髭の渡しコスモス園まで出かけたりと、季節を感じられるような取り組みをたくさんしています。

そういった「利用者さんが楽しんでる姿をもっとタイムリーに見ていただけないか」と考え、インスタグラムを通じて発信していくことにしました。

行事以外にも制作やゲーム、体操など、日々、利用者さんがイキイキとされている姿がたくさん見られます。職員も一緒に楽しんで、多くの



笑顔と共にお届けしたいと思っています。

インスタグラムで写真や動画を載せることで、楽しい雰囲気が伝わり、デイサービスひだまりを知っていただければ幸いです。良かったらフォローもお願いします。

(個人情報保護の観点から利用者さんのお顔は隠して投稿しております。ご了承ください)



インスタグラムの見方



左のQRコードをスマートホンで読み取って見るすることができます。また、アプリをダウンロードすれば、より手軽に見れるようになり、新しい投稿があった時には通知を受け取ることもできます。



インスタグラムってなに？

写真や動画を無料で、インターネットを通じて共有できるSNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）です。

個人で趣味やペットの画像を投稿する人もいれば、最近では企業やボランティア団体などがPRを目的に活用されるところも増えてきています。



左が亀崎千恵美さん

祝 全国障害者スポーツ大会で  
銀メダル！  
介護部長 亀崎千恵美さん

10月28日～30日に開催された「いちご一会」とちぎ大会 全国障害者スポーツ大会」に介護部長の亀崎千恵美さんが出場。なんと！銀メダルを獲得しました！

コロナ禍で、どうしてもネガティブな情報がたくさん入ってきてがちな昨今ですが、宝塚医療生協としてもおめでたいニュースに嬉しく感じています。

以下、亀崎さんからのメッセージです。

「障害者となっては14年。私が元気でいることを周りの人に伝えたくて、事故から3年後、学生時代に励んでいた卓球を始めました。

練習時間がなかなかとれず、国体出場まで10年以上かかってしまいました。今回は銀メダルに終わりましたが、次は金！

気持ちよく送り出してくれた宝塚医療生協の皆さんには感謝の気持ちでいっぱいです。」



理事長  
すなもり みつ い  
砂盛 光偉

あけまして おめでとうございます。

良元診療所・新所長に、三宅医師の退任後、昨年12月1日付で阿部義美医師が着任されました。改めて、良元診療所の発展・継承を地域コミュニティにも支えられながら、進めていきたいと思ひます。

コロナ禍4年目を迎える年となりますが、医療・介護の現場から「その人らしくいられる」社会生活環境づくりの支援・エールを多職種連携して発信していく所存です。様々な「社会的ケア」を産出せる一年をめざしていきたいと思ひます。



良元診療所  
通所リハビリ

負けへんで  
楽しいリハビリ  
Withコロナ

良元診療所  
訪問リハビリ

住み慣れた  
自宅でリハビリ  
元気をお届け



デイサービス  
あつたかハウス今津

あつたか  
過ごす時間  
が宝物



いつ来ても  
心がなごむ  
本部へ

本部事務局



ていねいに  
寄り添うケアマネ  
めざします

ケアサポート

# 新年の抱負

咲く笑顔  
一日一笑  
ひだまりで

デイサービス  
ひだまり



飛びまわる  
在宅看護  
笑顔でGO!

訪問看護ステーション  
ひだまり



人生を  
楽しく過ごす  
架け橋に

ケアサポート  
今津



地域から  
選ばれる診療所(ところ)  
目指します

高松診療所



阿部所長と  
作っ  
ていこう  
新たな良元

良元診療所

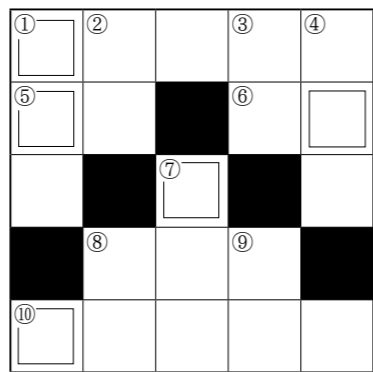


笑顔全開  
仲間が増えて  
パワーアップ

ヘルパーステーション  
ひだまり



- ① 無理が通れば〇〇〇が引っ込む
  - ② 法隆寺や東大寺がある県
  - ③ 絵をかくことを仕事にしている人
  - ④ 根茎や葉は食用刺身の薬味
  - ⑦ 四すみに角がある形
  - ⑧ 〇〇〇の心子知らず
  - ⑨ 宝塚にある衣・食・財の神。〇〇〇神社
- 〈たてのかぎ〉
- ⑤ ヨーロッパを東に流れる川。ダニユー川ともいう
- ⑥ 表の反対



5文字のこぼれを作ってください。

〇の中のこぼれを組み合わせて、  
「ボタンナベ」  
今年は何？



⑥ 雨の日に使ったもの  
⑧ 〇〇〇八目  
⑩ 順風の対義語

No.266の解答は「ボタンナベ」でした。



パズル解答にまつるのお願い

必ず郵便番号、ご住所、お名前（ふりがな）、希望される方はペンネーム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。

×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@takarazuka-mcoop.net

ええ〜と喜んでしまいました。今まで千円ちょっとだった薬代が今回、

宝塚市の医療にお金をかけて欲しいです。

(山本南 馬目 容子)

新たに良元診療所に阿部義美所長をお迎えし期待感が膨らみます。自分にできる身近なSDGsにつながる取り組みが数々ありますね。

(鹿塩 佐藤 君子)

良元診療所に所長先生として阿部義美先生、よろしくお願ひします。優しいそつな先生ですね。何でも相談できそつです。息子のようにかわいらしい先生です。



(西宮市 渡辺 玲子)

50の手習いじゃなごですが、西宮支部で今度お茶の班を作りました。ああでも無い、こつでも無いと言いつつ、最後は美味しい薄茶を頂き、優雅な気分を味わっています。

(西宮市 岩瀬 美貴子)

南めばえ支部にて、太鼓班を立ち上げました。皆さん、仕事に子育てと色々忙しい中ですが、無理せずポチポチ続けていけることを願っています。

(逆瀬台 ゆきん)

ぼたん鍋、食べたことないです。食べてみたいですね。

(南のびりか)

も〜し・も〜しは、どなたの言葉？ちよつとした一言が面白いです。

バチを持ちストレッチ開始から、肩、脇、背中が伸びて、キーン痛〜!! といながら始まり、持ち方、叩き方の基礎を学び、初級編の一曲。楽しかった、気持ちよかったです。翌日の筋肉痛でまたま

**要予約** 組合員無料 **法律相談**

日時：2月6日(月) 14:00~16:00  
担当：長岡 弁護士(尼崎あおぞら法律事務所)  
場所：宝塚医療生協 本部事務局会議室  
予約・問い合わせ 宝塚医療生協本部事務局 (電話0797-69-6121)迄

た大笑いしています。(南めばえ支部 太鼓班)

おたがいさん発

「おたがいさん あんなこと・こんなこと」  
—高松支部編—

現在、少しずつ活動の輪が広がっている、助け合い活動「おたがいさん」。

生活を送る上で、ちょっとした手助けが必要な時に利用してもらっている取り組みです。

「たから」でもこれまでの活動の一部を紹介してきましたが、まだまだ「どんなことを頼めるの?」という声もチラホラ。

今回は、実際にどんな依頼があるのかいくつか紹介したいと思います。

- 朗読を楽しんでいます。お手本になるYouTubeを観たいのですが…操作が難しいです。困ったときは手伝ってもらえますか?
- ひとりでの通院は「もし、途中でしんどくなったら…」と思うと不安です。一緒に行ってもらえますか?
- 浴室の壁のヒビが気になります。あと、水道栓から水がポタポタと漏れています。見てもらえますか?
- デイサービスのお迎えが来るまで、お父さんを見守ってもらえますか? 介護保険を目一杯利用しているので、ヘルパーさんの利用ができません。



塀の補強



花壇の整理

- 体調が良くなってきたので、庭を整えたいです。花木を抜いて花壇と一緒に作ってもらえますか? ついでに塀の補強もお願いしたいです。
- おたがいさん、もっと早く知っていたら入院の時に荷物を助けてもらえたのになあ。

このように、ちょっとしたお手伝いから、日曜大工のようなことまで幅広い依頼があります。全てに応えられるわけではありませんが、ちょっとした困りごとがありましたら、まずはお気軽にご相談下さいね。

本部事務局 ☎0797-69-6121



高松診療所

●薬袋の再利用  
高松診療所では、半年ほど前から薬袋(やくたし)の再利用をしています。当院は、院内でお薬をご用意しているのですが、物を大切にされる患者さんが多いためか「いつも同じ薬やから袋用意せんでいいよ」「もつたないからお薬の袋はいらんよ」という声がチラホラ



薬袋不要のトレー

●医療に困っている方がいたら…  
良元・高松診療所では医療費の支払いでお困りの方に向けて、無料低額診療をおこなっています。最近では後期高齢者の窓口負担が2割になり、改悪の一途をたどっています。  
「お金がな〜」と処方方を辞退される方や、窓口で支払いに困っている方がいないかなど、スタッフの中で意見を出しあい、患者さんが安心して医療にかかれるよう考えていきます。



●小さい事からコツコツと  
その他にも診療時間外は電気を極力消すようにしたり、マイボトルを使用したりと、小さなことではありますが、身近にできることを続けていきます。

新入職員紹介



看護師  
前岡 真己さん

10月よりお世話になっております。まだまだ慣れないことがたくさんありますが、皆様のお力をお借りして頑張っていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。



事務  
日高 忍さん

12月より本部事務局でお世話になっております日高です。スポーツ観戦が好きで今回サッカーW杯日本代表チームの試合に感動と勇気をもらいました。

私も縁の下の力持ちとなれるよう精一杯頑張ります。よろしくお願いいたします。



事務  
前田 優香さん

8月より本部事務局の事務職員として、組合員活動を主に担当しております。

不慣れなことも多くご迷惑をおかけすることもあると思いますが、頑張りますのでよろしくお願いいたします。

高松診療所 診療時間変更のお知らせ

内科 診療時間

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~ 12:00	山口	韓	山口	韓	韓	山口 第1・3 斎田 第2・4 中森 第5
午後		韓 14:30~ 17:00		韓 14:30~ 16:00	山口 16:00~ 17:00	
夜間	山口 17:00~ 19:00		山口 18:00~ 19:00	山口 16:00~ 19:00		

変更点 2023年1月より 月曜日、水曜日の夜間終了時間が**19時まで**となります

訃報

良元診療所 通所リハビリ、訪問リハビリの阪口昌弘課長が2022年12月4日に逝去いたしました。「理学療法士からみた健康増進法」は、組合員さんが読んでためになる記事ばかりで、読者の皆様からも大変人気だったため残念でなりません。謹んでお知らせ申し上げます。

編集後記

★早いもので、もう年明け。毎年「新年の目標」を考えるが、気が付いたら忘れてしまっている。このままでは成長がない！と感じたので、今回は周りに公言して、自分を追い込もうかなと思っています。(S)



匿名希望さん



小林 重本 憲三さん



谷口町 川瀬 修さん