

2023  
7・8  
No.270

平和こそ、健康こそ、組合員の声こそが、

# たから

組合員数 14,782人  
出資金 323,854千円  
組合員1人平均 21,909円  
(2023年5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  
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。

## 久しぶりに班会再開 みんなで食事を楽しみました♪



北支部  
安心シニアのじぶ

組合員さんの  
イキイキ写真館



この日のメニューは、鱈の煮つけ、ポテトサラダ、だし巻き卵、かぼちゃの煮つけ、れんこんの炊き合わせ、お漬物でした♪

午前中は、座談会のような感じで「近所で困っている人」をテーマに話し合いました。ケアサポートの亀崎所長とデイサービスひだまりの仲宗根も参加したので、意見を聞いたり相談をしたりしました。

お昼のお食事は、ご飯やお味噌汁の用意はデイサービスひだまり職員の田村さんがお手伝いをしてくれており、おかずは清荒神市場にある「明石や」さんに協力いただいています。

和やかに楽しくお話ができ良かったです。

(取材：仲宗根晴美)

### デイサービスひだまりの Instagram



行事の様子や、日々の楽しい取り組みを紹介しております。ぜひ、フォローをよろしく願います♪

DEISABISUHIDAMARI

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  
宝塚市今津山中町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

太鼓班に続き、4月に新班が誕生しましたーその名も「ミニズ〜ン」。

畑づくりを通して、四季を感じ「自然に親しみながら、継続的な地域交流の場」づくりをしよう！がコンセプトです。

4月初旬、石灰をまぜ肥料をまき、畑を耕すところから始めました。その後、キャベツ、キウウリ、ブロッコリーなど色々な苗を植えました。写真は載せられませんが畑を耕すと、うじゃうじゃ〜とミニズが…(苦笑)。参加したお子さんが名付け親。「ミニズ〜ン」班会名決定の瞬間でした。あれから2カ月、こんなに成長しました！

## いろいろどりの野菜ができました

南めばえ支部



## 組合員活動



5月22日、神戸市兵庫区の湊山温泉に行ってきました。前回の「たから」に参加募集チラシを入れましたが、当日は仁川支部運営委員会の5名の参加でした。温泉もランチもとても好評でした。今日の参加者お一人が卒業された湊山小学校は、2015年に廃校となりましたが、2022年にリノベーションし、

## 温泉のあとは、リノベーションした複合施設へ

仁川支部

「NATURE STUDIO」という複合施設になっていきます。運動場は花壇やジジマスの釣り堀に、体育館は食堂になっていました。水族館やハーブショップ、ビールの醸造所もありました。機会があれば一度行ってみてください。私も温泉の後、行く楽しみができました。(長瀬郁子)

NATURE STUDIO  
(ネイチャースタジオ)の  
ホームページ▶



## 新しい班会メンバーと必要物品を募集します

折り紙やボードゲームなど、大人も子どもも一緒に楽しく遊ぶ班会を作りたいと考えております。

使わない折り紙やカードゲーム、ボードゲームがありましたら寄付をお願いいたします。

参加したい方や興味のある方も是非ご連絡お待ちしております。

連絡先：☎0797-69-6121 (担当：前田優香)

### 【欲しいもの】

折り紙、折り紙の本、UNO、ジエンガ、将棋、人生ゲーム、オセロ、ドンジャラ、黒ひげ危機一髪、ワニワニパニックなど



## 宝塚医療生協の通所事業

2 通所リハビリ

## 心弾む楽しいリハビリ



良元診療所2階に併設されている、通所リハビリです。

最近「歩くことが不安になってきた」「体力が低下してきた」「外出する機会が減ってきた」など、ご自身で気になることはありませんか？

通所リハビリでは、リハビリ専門の理学療法士や作業療法士が、個別リハビリを実施し、一人ひとりに応じたプログラムを作成してトレーニングを実施しています。

一日のご利用を通して、さまざまな活動を提供し、心身機能の維持・向上を図っています。

見学や体験、随時受け付けています。お問い合わせください。

☎0797-71-8540



## デイサービスひだまり

### SDGs (エス・ディー・ジーズ)

地球に住むみんなが地球に優しくすることで、子の代・孫の代・その先... 住みやすい環境を作っていこう。千里の道も一歩から、小さいことからコツコツと。私達はデイでの食事やティータイムでの食べ残し等を少なくするよう、心掛り取り組んでいます。



「ひだまりだより」の記事より

### ● 残食ゼロを目指す

【昨年は「廃棄食品を減らす」を目標に、残食ゼロに向けての活動に力を入れました。】

デイサービスひだまりを利用される方々が、できるだけ食へやすく一人ひとりに合わせて美味しく・楽しく・しっかりと食べていただけるよう工夫しました。「ひだまりだより」にも残食ゼロの記事を掲載して、皆様へ取り組みを報告しました。



● リユース

先日、組合員さんや診療所へ来られた方々から「未使用だけど、家では使う機会がなくて…」と、布やカーテン生地などを寄付していただきました。何かできないかと考え、座布団カバーやフロアモップ・レクリエーション用具(オセロ)などを、利用者さんと話を弾ませながら作成しました。他にも、近隣の保育園児との交流会に向け、牛乳パックでの玩具作りを行っています。



リユースを通してこれからも楽しく・末永くみんながSDGsに取り組んでいきたいと思えます。



11支部全てが表彰状にニココリ

開会挨拶後、議長に高松支部 宇都宮勝総代と元気支部 水口治彦総代を... 山崎晴恵宝塚市長からはビデオメッセージを、ねりき恵子前兵庫県会議員からはお祝いのメッセージをいただきました。その後の議案提案では「2022年度の振り返りと2023年度の重

6月17日午後、ソリオホールで宝塚医療生活協同組合第56回通常総代会がありました。今回は、新型コロナウイルス感染症の感染症法における位置づけが5類に移行したこともあり、3年ぶりに通常規模の開催となりました。当日は関係者を含め178名の参加がありました。

- 抜本的な経営改善の為、経営構造の転換を進めます。
● 地域組合員とのつながりを再構築していきます。
● 人権と平和が守られるまちづくりを進めます。

23年度スローガン

第56回通常総代会

Table with 3 columns: Position, Name, and Status. Includes 三役、常務理事紹介.

Table with 2 columns: Name and Branch. Includes 今回退任された方々.



原水禁世界大会の呼びかけをする向川職員、中橋職員



7月導入のベジチェックも総代さんに試してもらいました♪

点方針」「2022年度決算報告と2023年予算提案」など、5本の議案

新理事 section featuring 8 circular portraits of new council members with their names and branch affiliations.



茅野新理事長より第一回理事会の報告

休憩を挟んで、昨年12月から良元診療所所長に就任された阿部義美先生から挨拶があり、質疑討論へ。右表の6名から発言がありました。議案採択では、すべての議案が賛成多数で可決。続いて支部・事業所表彰

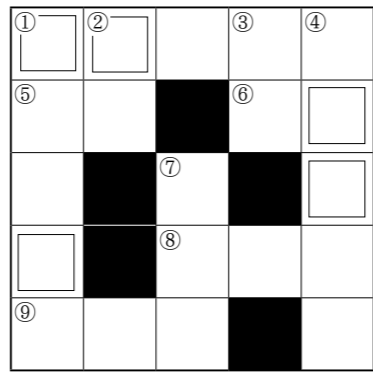
Table with 2 columns: Item number and description, and Committee/Person responsible.

11支部の表彰内容

Table with 3 columns: Branch/Department name, Award category, and Award content.

では、年間目標達成の他に「新しい取り組み始めたで賞」「継続は力なりで賞」と、二つの賞のどちらかを取り上げ、全支部に送るといふ新しい取り組みをおこないました。(右表参照) 新入職員紹介を高松診療所 前岡真弓さんと訪問看護ステーションひだまり 石井優衣さんより報告があった後、特別決議「平和運動を強め、誰もが安心して住み続けられる社会を実現させよう」を拍手で採択。第1回理事会報告が茅野涼一新理事長からあった後、山口常務理事より閉会挨拶を行い、すべての議事を終了しました。今総代会は、総代定数203名のうち、本人出席114名、代理出席61名、書面議決21名で開催しました。

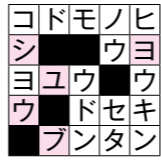
- くたての(かぎ)
- ① イタリアの探検家〇〇〇〇〇〇の卵
  - ② 〇〇を天に任せる
  - ③ 〇〇・ヨロ・ナナメ
  - ④ 太陽のくすむいり
  - ⑤ ありのま
  - ⑥ 家鴨の書
  - ⑦ 鉄・ニッケル・クロムの合金。さび
  - ⑧ 刃物や食器等に使う
  - ⑨ 兵庫県の県鳥
  - ⑩ 〇〇より証拠
  - ⑪ 〇〇に真珠



5回の中のことばを組み合わせて、  
5文字のことばを作ってください。



No.269の解答は「シムレット」でした。



パズル解答についてのお願

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。



- 岩瀬 美貴子
- 井田 純子
- 平岡 康
- ああちゃん
- けろすけ
- くみちゃん



kouhou@takarazuka-mcoop.net

宝塚医療生協「パズル係」あて。〒665-0041 宝塚市御所の前町15-21

社保平和委員会の取り組み

大軍拡ハンタイザームービー  
ご覧ください

政府は、戦後最大の軍事費6・8兆円を含む114兆円の2023年度予算を成立させました。軍事費は5年間で43兆円の大増額。その財源は社会保障の削減や国立病院の積立金、中小企業向け融資の基金の流用など、国民生活を犠牲にする予算となつていま



政府の大軍拡の取り組みについて、まずは私たちが正しく認識を



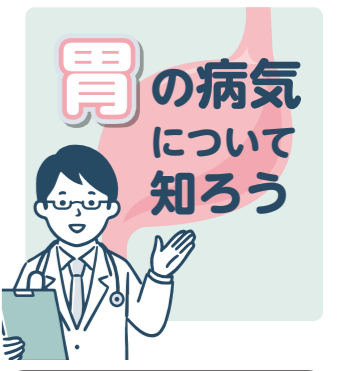
左上のQRコードから動画をご覧ください。

健康保険証がなくなるかもしれない!?

政府は、2024年秋に現行の健康保険証を原則廃止することを盛り込んだマイナンバー法などの関連法案を6月2日参議院本会議で可決しました。マイナンバーカードは、国民には「ポイントがもらえる」等と利点だけ大きく宣伝されましたが、問題点や注意点など周知されていませ



今後は、マイナンバーカード・マイナ保険証の問題点や危険性について広く知っていただくための学習会や資料提供をいたします。また法案が成立しても、制度の中止は可能です。署名等も呼び掛けていきます。ぜひご協力ください。



はじめて

1 ピロリ菌①

胃にはさまざまな病気があります。普段から症状がなければ、なかなか気にすることもないかもしれませんが、病気の原因や治療方法を紹介していくことで、興味を持ったリ、検査を受けたりするきっかけにもなりたいと思

Q1・ピロリ菌とは何ですか?

A・ピロリ菌は胃の粘膜に生息しているらせんの形をした細菌です。正式な名前はヘリコバクター・ピロリ。ヘリコとはらせん形(ヘリコイド:helix)から命名されており、ヘリコプターの「ヘリ」と意味は同じです。へん毛と呼ばれる部位をスクリー



のよう回転させながら移動します。1秒間に1000回くらい回転させ、自分の10倍ほど

の長さを移動します。この移動の速さは、人間で言うと100mを5・5秒で泳ぐほどの猛スピードなので、オリオンピックなら間違いなく金メダルです。

胃には強い酸(胃酸)があるため、昔から細菌はいないと考えられていました。しかし1982年、オーストラリアの医師によって胃の粘膜からの培養に成功し、ピロリ菌が胃の中に生息していることがわかりました。

Q2・なぜ胃の中で生きていける?

A・ピロリ菌は「ウレアーゼ」という酵素を持っています。この酵素を利用すると、ピロリ菌の周辺にアルカリ性のバリア層が作られるため、胃酸の中でも生息できます。ピロリ菌は胃の粘膜の表面が粘液の中に住んでいます。

Q3・どのようにしてピロリ菌に感染するのですか?

A・感染経路はまだはっきりとは分かっていませんが、口を介した感染(経口感染)が大部分であると考えられています。ピロリ菌の感染率は、乳幼児期の衛生環境と関係していると考えられており、上下水道が充分普及していなかった世代の人が高い感染率となつて

次回も、ピロリ菌の関する病気に



中山五月台

「スクエアステップ」を初めて知りました。年々とも足腰が弱くなりつつあり、楽しそうだと感じました。教室など、また、「たから」の講座スケジュール予定を楽しみにしています。

ああちゃん

「薬食同源」借りて読んでみたい。体をくくるもです。食へ過ぎないのも大事な。過ぎないのも大事な。

小林 緑の指

すみれが丘

スクエアステップ、習える日が早く来るよう期待しています。

ああちゃん

安倉中 ちゅちゅ

前回表紙に出ていたお茶会をみんなで作りました。昔ちよつとかじつただけなので、忘れていたことが多く、本から学んだの、お互いに教えあったりと楽しみなが、忙しい日々を忘れ、ゆっくりとした時間を過ごしています。

西宮市 若瀬 美貴子

西宮市 くみちゃん

応募数が少なくて寂しいと載つておどろき、はじめて楽しんでました。いつも楽しく読んでいます。

川西市 平岡 康

いつもパズル楽しみにしております。今日は、うちの庭のピワの実が食

日本南 あい

安倉西 津幡 芳江

要予約 法律相談 組合員無料

日時：8月7日(月) 14:00~16:00  
担当：任 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

