

日本国憲法第25条 (生存権、国の社会的使命)
すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。
国はすべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。



神戸市東灘区住吉本町2丁目19-3 TEL(078)851-9381 FAX(078)821-7270 Email info@kobegojo.sakura.ne.jp URL www.k-kyowakai.or.jp

コロナなんかに負けない!

組織強化月間へスタートダッシュ



9月12日(土)、神戸市た
ちばな職員研修センターに
て、「秋の組織強化月間スタ
ートダッシュ集会」が開催さ
れました。今年に新型コロナウイルス
拡大の中で開催
の可否自体も検討しました
が、組合員の元々な日常の活
動を共有しようというこ
で開催に至りました。

指定報告では、まず共和会
の藤末理事
長の挨拶と
情勢報告が
行われまし
た。
葦合北支
部からは
「やなしん
カフェ」の
再開にあ
り、場所を
屋外に移
し、食器だ

感染予防を工夫し
活動再開

当日は、全15支部から参加
の組合員と9事業所からの職
員、来賓をあわせて74人が集
いました。
最初に青木組織委員長によ
る月間方針提案では、コロナ
禍で班会や行事が減少する中
で、特別企画「ごぼう先生の
健康体操」へのお誘いなどを
通じて仲間増やしを進めるこ
と、神戸健康共和会の事業所
を守り育てるために、出資金
の年間純増5000万円突破
をやり抜くことが提案されま
した。

また、六甲アイランド支部
からは、コロナ自粛のもとで
も、認知症予防の脳トレ用紙
(4面に続く)



葦合北支部の報告をする
プラトリイ支部長



コロナ自粛から班会再開

うはら支部 北林・宮本

新型コロナウイルス感染症拡大
の影響で、しばらくお休みしてい
た「魚崎せせらぎの会」ですが、
9月4日(金)から再開しまし
た。参加した方からは、「自粛で
退屈していたので、とても楽しか
ったです」「次も楽しみにしてい



ます」と嬉しいお言葉をいただき
ました。
「魚崎せせらぎの会」は、認知
症予防を目的とした班会です。奇
数月の第1金曜日13時半から開催
です。参加お待ちしております。
(北林)

新型コロナで休止していた「の
より班」ですが、8月3日に再開
できました!
10月5日には、新しい参加者も
迎えて、頭をフル回転させながら
脳トレを行いました。「とても
頭を使いました」「みんなが集ま
ってやるのはとても楽しいです
ね!」との声とともに、皆さまの
いきいきとした笑顔に、スタッフは
安心しました。
これからも工夫しながら、楽し
く元気に「のより班」を続けてい
きます。(宮本)

手配り率100%へ!

兵庫支部 m・k

組織強化月間にあたり、支部目
標の達成と同時に、健康ニース
手配り率100%を重点課題とし
て取り組んでいます。
そのきっかけは、配達協力者の
高齢化に伴い、病気療養のため協
力者が減少したことです。配達

地図に落とし配達者のルートを
検討中



一部の人が過重になったり、郵送
に切り替えて何とか乗りきってき
ましたが、従来から兵庫区南部地
域は郵送になっていたため、あわ
せて手配りできないかと検討を始
めました。
まず、配達者がどこを配達して
いるか、地図に落とし現状を全体
で共有し、配達地域の調整をしな
がら、配達協力者を探しつつ、一
人の配達者に負担がかからないよ
うに調整中です。
現状は611部を協力者20人で
分担して手配り。残り71部が郵送
で、手配り率は89.6%です。
11月で90%、1月には兵庫区内
の手配り率100%を目指し奮闘
中です。

組織強化月間特別企画
ごぼう先生と笑顔で体操

11月14日(土)
14時開演

東灘区文化センター
うはらホール
(JR住吉駅直結
徒歩5分)

★参加無料ですが事前
申込が必要で
す。申込の締め切
りは11月10日(火)
です。



たまには外に出て
みんなで体を動かして
笑って元気になる!!

今号の
主な記事

- コロナ禍でも安心してかかれる病院めぐり...3
インフルエンザ予防接種スタート...4
互助組合を支える人たち...5
心のスナップ「教会の看板」...5
11月の行事・班会等一覧...7
わが家でグルメ気分「バター醤油風味のカボチャ料理」...8

電子レンジだけで簡単!
バター醤油風味の
カボチャ料理



葦合南支部
山根撰子さん

- 【材料】
・南瓜 1/4個
・バター 15g
・醤油 大さじ1/2杯

- 【作り方】
①南瓜は種を取り、耐熱皿に皮を下にしての
せる。種を取ったあとのくぼみに、バター
をのせる。ラップをふんわりとかぶせ、レ



- ンジ(600W)で8分ほど、柔らかくなる
まで加熱する。
②①を熱いうちにフォークやナイフで切り分
け、醤油を絡めてできあがり。きれいな色
に仕上がる旬の南瓜料理です。

～地域のみなさまへの感謝とともに～

## コロナ禍でも安心してかかれる病院をめざして

東神戸病院 総看護師長 長岡利恵子



2019年12月、中国の武漢市で検出された新型コロナウイルス感染症（COVID-19）は、世界各地に感染が広がり、2020年3月11日にWHO（世界保健機関）はパンデミック（世界的な大流行）を宣言しました。

日本でも1月16日に国内初の感染者が確認されて以降、感染が拡大し4月7日～5月6日まで「緊急事態宣言」が発令されました。

### 東神戸病院の対応

当院では、1月24日から新型コロナの対策会議が開始されました。感染を防ぐための物品が不足し、新型コロナの詳細も充分にはわかりません。「熱がある」と言えば町の医院では受診を断られるということも起きました。私たちは、どうしたら地域の方々の受療権を守ることができるか（受診を拒否されず、いつでも安心して医療を受けられるようにできるか）、議論を重ねてきました。

そうした模索が続くなか、互助組合の方々や地域の皆さまより、たくさんの手作りガウンやマスクなどの寄付があり、安心して医療・介護活動が継続できたとともに、皆さまの心遣いに職員一同とても励まされました。本当にありがとうございました。

### 「風邪・発熱外来」を開設

感染が広がり始めた3月9日からは、玄関前に職員が交代で立ち、来院者に風邪症状や発熱の有無を確認することを始めました。また同時に、有症状の方が一般の患者さまと接することがないように、通常の外来とは別の場所で診察する「風邪・発熱外来」を開始いたしました。

しかし急いで開設したので大変狭く、換気も不十分でしたので、4月13日からは、病院1階部分を大きく改造し、新たなスペースを確保して診察を続けました。

「風邪・発熱外来」の役割は、重症な患者さまを早期に発見すること、新型コロナの可能性が高い場合、他の医療機関へ早期に送ること、軽症者の対応

療法と今後の対応についての説明を行うこと、新型コロナ以外の疾患の診断と治療を行うこと、「接触者・帰国者外来」に受診者が殺到し、機能しなくなることを防ぐことでした（地域の中での役割分担）。役割を担うにあたり、医療者が感染しないことと、「風邪・発熱外来」の中での感染拡大をおこさないことは最重要課題でした。そこで、マニュアルを早急に作成し、デモンストレーションを行うなど注意をはらってきました。

3月9日の開設時から9月末までで、「風邪・発熱外来」にはのべ583人の方が受診されました。今後も安心して受診していただくために以下のことをご協力お願いいたします。



病院玄関で「お熱はありませんか？」とお声かけさせていただいています。ご協力ください！

### 入院患者様の面会について

院内感染を防ぐため、面会制限を行ってまいります。以前は完全に面会禁止とさせていただいた時期もありましたが、現在は患者さま1人につき面会者2人までの登録制として、平日15時～17時の間に1回10分間までの面会のご協力をお願いしています。また、入院中の患者様にも、病室外に出られる際にはマスクの着用をお願いしています。

今後の感染拡大の状況によっては、こうした状況も変更があるかもしれません。職員も手指消毒を徹底し、食事以外はマスクを着用するなど徹底した感染予防を行っています。

地域のみなさまも長期間、制限された生活の中でストレスも溜まり、ご不自由なことも多いのではないかと思います。体調不良やご心配なことなどございましたら、お気軽に病院にご相談ください。

これからインフルエンザの流行時期になります。手洗い、うがいの励行も引き続き行ってください。

コロナ禍で厳しい状況ですが、皆さまとともに乗り越えていきたいと思っています。皆さまのご健康とご多幸を職員一同心からお祈り申し上げます。

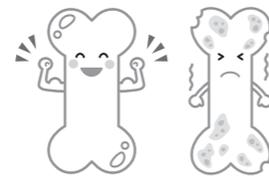
### 骨粗しょう症のクスリ

骨粗しょう症とは、骨の量が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。日本では、約1300万人の骨粗しょう症患者がいると推定されており、骨折は要介護状態になる要因の一つです。特に女性は閉経後に女性ホルモンの低下により骨量が低下するので、注意が必要です。

骨粗しょう症のクスリは大きく分けて、骨が減るのを抑える薬、骨の形成を促す薬、骨の材料を補う薬があります。

現在一番多く使われているのが、ビスホスホネートという、骨が減るのを抑え

る薬で、内服や注射があります。この薬はまれに顎骨壊死という副作用が起こります。顎骨壊死は、歯科治療や感染がきっかけでおこるので、歯科治療の際は必ずこの薬を飲んでいることを歯科医師に知らせることが必要です。また、骨折を予防するためには、第一に転ばないこと、バランスの良い食事、日光浴、適度な運動が必要です。



東神戸薬局 成山昌子

### 風邪症状や発熱がある方

風邪症状や発熱がある方は、「風邪・発熱外来」で診察させていただきますので下記の診療時間内にお越しください。

#### ■診療受付時間

- ・月曜～土曜の午前診療：8時30分～12時00分
- ・月曜と金曜の午後診療：16時30分～19時00分

事前にお電話をいただくと、よりスムーズにご案内ができますので、ご連絡をよろしくお願いたします → ☎078-841-5731

新型コロナウイルス感染症が広がるなか、芦屋支部は7月、伊藤市長に面会し、芦屋保健所の存続・拡充を求める「要望書」を提出しました。兵庫県が、芦屋保健所の行っている業務を宝塚保健所へ集約し、窓口業務だけを残して分室化する方針を進めているためです▼「あたたかく民主的な市政をめざす芦屋市民の会」が9月議会に、芦屋保健所の存続を求める請願を提出し、全会一致で採択され、政府関係省庁と兵庫県に送付する「意見書」も可決されました▼菅政権は「自助・共助・公助」と、自己責任の政治をすすめています。今こそ野党連合政権で政治の転換が必要です。「市民連合」は、いのちと人間の尊厳を守るため「15項目の要望書」を提案し、「医療・公衆衛生体制に国がしっかりと責任をもち、だれでも平等に検査・診療が受けられる体制づくりをめざす」としています。力を合わせて政治を変えましょう。

(H・T)



(1面からの続き)



松本のり子市議

業者からの相談活動を通して会員が増えていることが報告されました。また、民商も秋の組織強化月間を控えており、休業補償などの運動に取り組みたいと連帯挨拶がありました。

東神戸病院の横山副総看護師長から、「もし発熱したら?」受診方法やPCR検査について」をテーマに、病院の発熱外来の受診方法や感染対策が紹介されました。

最後に東神戸病院の遠山院長から挨拶。寄せられた支援への感謝と、「コロナ禍のもとで感染対策をしっかりととりながら、誰一人取り残さない仲間・居場所づくりを進めるスタートの場にしよう」と呼びかけがありました。



遠山治彦院長

今年も、新型コロナウイルスの影響で多くの活動自粛が余儀なくされ、人と人との接点が持ちにくい状況が続いてきました。

た。そんな中、「こんな時だからこそ、組合員の声を聞き、笑顔を取り戻そう!」と、互助組合として地域で工夫をしながら様々な活動が取り組まれました。

暖かい激励の出資  
ありがとうございます

東神戸病院をはじめとした共和会事業所を支えるために大幅な増資(出資金)をお願いしていますが、大勢のみなさんから協力をいただきました。郵便振替での増資だけで、120件を超える方々から200万円以上の出資金をいただき、さらに「来たほうが早いから」と振替用紙をもって窓口で出資してくださる方も大勢いらっしゃいました。心温まるコメントもたくさんいただき、職員からも感謝の声が多数寄せられました。

月間はまだまだ続きます。ぜひ、未加入のお知り合いの方へ「加入」のお誘いと、「出資金増資」へのご協力、「いつでも元氣」の定期購読などを拡げていただきますようお願いいたします。



教会の看板

兵庫支部 岡本 勇さん

この写真は、毎年平和行進で新宮町の教会で宿泊を提供していただいている看板が老朽化し、私が手づくりで届けたものです。

「すてきな看板ありがとう」の感謝を込めた寄せ書きハガキが、牧師をはじめ近隣の住民から手渡されました。「平和をつくり出す人たちはさいわいである。彼らは神の子とよばれるであろう」(マタイ福音書)



互助組合を  
支える人たち



うはら支部  
岡本泰子さん

毎週火曜日には東神戸病院で、通所リハビリテーションの利用者の皆さんに、リハビリの中休み時に、お茶を出したり、話し相手や間違い探しなどのゲームを一緒に楽しんだりして、利用者の方々に楽しんでいただけるように手助けし

ているボランティアです。退職して、16年ほど前から関わり、今では気心の知れた利用者の皆さんと楽しくおしゃべりして、自身の居場所的な「職場」です。新型コロナウイルス感染症が広がる2月ごろまでは、全日のボランティアでしたが、今は午前中のみお世話をしています。

ボランティア活動はデイケア以外に、月1回のコミセン

の当番もしています。しかし、ボランティア活動でも特にデイケアのお世話は、「利用者の皆さん方などに役立つているのだろうか」と自問自答する時があります。

医療互助組合との関わりは、もともとボランティアに興味があつて、退職後に東神戸病院の友達にデイケアを紹介されたからです。うはら支部の運営委員になったのも7~8年前です。ボランティア活動は、健康であり、外出や人との出会いが苦にならない限り続けられるものです。組合員の皆さんにお勧めします。

老活セミナー

~終活より以前に知っておくこと

家族信託(民事信託)を知っていますか。2007年に法律改正で認められた新しい制度です。親が認知症になってしまうと、親と子であっても財産の管理はできなくなります。老後問題の新しい解決方法として画期的な制度です。新しい制度をうまく活用するために正しく知ることが大切です。「知は力なり」、司法書士の方に分かりやすくお話をさせていただきます。一緒に身近な法律制度を学び、老後を安心して心豊かに過ごしましょう。

(ボランティア委員会 大江幸子)

日時 12月5日(土) 10時~12時  
会場 野の花サロン  
定員 20人(定員になり次第締切)

秋のウォーキング企画

夙川の歴史探訪(健脚者向け)

日時 11月28日(土) 9時30分~  
集合 9時30分(阪急夙川駅南側改札口前)  
参加費 300円(旧山本住宅入館料・保険料込)  
定員 25人(定員になり次第受付終了)  
締切 11月19日(木) 必着

夙川カトリック教会を通り、「火垂るの墓」の舞台になったニテコ池を通り、夙川沿いを歩くコースです。途中で旧山本住宅も見学をします。約4kmを2時間半~3時間程度で歩くコースです(旧山本住宅見学含む)。

《お問い合わせ・お申し込み先》

東神戸医療互助組合 TEL:(078)851-9381 FAX:(078)821-7270  
E-Mail: info@kobegojo.sakura.ne.jp

「月間粗品」

毎年、組織強化月間中には、加入や出資をしていただいた方に、粗品をお渡ししています。今年は写真の3種類(神戸市指定ゴミ袋・除菌シート・クレラック)から、どれかひとつ。

郵便振替などで出資していただいた方は月間中に記帳にいらっしゃる機会があれば、窓口などでお渡しできますので、遠慮なくお申し込みください。



インフルエンザ  
予防接種スタート

今年も東神戸病院や各診療所でインフルエンザの予防接種が始まっています。

互助組合員が一般料金5000円で受けた場合には、互助組合から2000円を補助します。つまり実質3000円!同居の家族にも適用されますので、ご活用ください。

ワクチンの残数の確認や接種受付時間など詳しくは病院・診療所の窓口、またはお電話でおたずねください。東神戸病院:078-841-5731(代表)

# 東神戸医療互助組合 11月の行事・班会等一覧

11月中に各支部のエリアでひらかれる班会や行事の一覧です（10月21日現在で日程の確定しているものだけ掲載）。ぜひ、お近くの催しにご参加ください。開催場所や時間など、詳細は本部事務局または主催各支部にお問い合わせください。

### 本部

- 11月1日（日）住吉本町 沖繩空手同好会（毎週日、木、土）
- 11月4日（水）住吉本町 野の花喫茶
- 11月11日（水）住吉本町 野の花喫茶
- 11月18日（水）住吉本町 野の花喫茶
- 11月21日（土）住吉本町 沖繩三線同好会
- 11月25日（水）住吉本町 野の花喫茶
- 11月26日（木）住吉本町 沖繩三線同好会
- 11月28日（土）住吉本町 健康フラダンス

### 芦屋支部

- 11月5日（木）呉川町 脳いきいきクラブ
- 11月12日（木）大東町 打出班会／健康体操
- 11月17日（火）大原町 保健所存続を求める青空行動

### ほくら支部

- 11月2日（月）深江本町 深江新婦人班会
- 11月9日（月）森北町 サンライフ本山班会／健康体操
- 11月14日（土）本庄町 本庄新婦人班会／健康体操
- 11月18日（水）本山南町 本山南班会／健康体操
- 11月19日（木）深江南町 深江南班会／健康体操
- 11月20日（金）本山南町 脳いきいきカフェ
- 11月24日（火）青木 青木新婦人班会／健康体操
- 11月25日（水）深江本町 「介護の困った！」交流会
- 11月26日（木）本庄町 本庄住宅班会／健康体操
- 11月27日（金）森北町 脳いきいきカフェ

### うはら支部

- 11月6日（金）魚崎南町 魚崎せせらぎの会／脳いきいき
- 11月18日（水）田中町 グラウンドゴルフ@中之町公園

### 住吉北支部

- 11月27日（金）鴨子ヶ原 渦森脳いきいきクラブ
- 11月27日（金）鴨子ヶ原 医療懇談会「感染症について」

### 住吉北南合同

- 11月13日（金）住吉本町 健康ウォーク班会

### 住吉南支部

- 11月4日（水）住吉本町 空地区班
- 11月11日（水）住吉東町 認知症予防班会
- 11月18日（水）住吉宮町 住吉宮町班会
- 11月19日（木）住吉本町 脳いきいきクラブ
- 11月19日（木）住吉本町 どんぐり昼食会

- 11月20日（金）住吉本町 どんぐり昼食会
- 11月25日（水）住吉東町 清流班会

### 六甲アイランド支部

- 11月7日（土）向洋町 手づくりの会
- 11月16日（月）向洋町 脳と身体健康体操

### 御影支部

- 11月11日（水）御影塚町 浜御影班
- 11月12日（木）住吉本町 囲碁道場
- 11月26日（木）住吉本町 囲碁道場

### 灘東支部

- 11月5日（木）篠原南町 脳いきいきクラブ
- 11月9日（月）大和町 大和西班会／健康チェック等
- 11月17日（火）琵琶町 琵琶班会／健康チェック等
- 11月21日（土）鶴甲 鶴甲健康班会／健康チェック等
- 11月25日（水）篠原南町 囲碁サークル@ほおすき
- 11月26日（木）弓木町 六甲道班会／健康チェック等
- 11月27日（金）篠原南町 お元気カフェほおすき

### 灘東西合同

- 11月21日（土）深田町 医療懇談会「認知症 神戸モデル」

### 灘西支部

- 11月5日（木）篠原南町 ひまわり班
- 11月11日（水）篠原南町 囲碁サークル@ほおすき
- 11月13日（金）篠原南町 お元気カフェほおすき
- 11月26日（木）摩耶海岸通 HAT摩耶班会／脳いきいき

### 葺合北支部

- 11月6日（金）旗塚通 柳診カフェ「ラポール」
- 11月6日（金）旗塚通 認知症・介護予防教室B
- 11月10日（火）旗塚通 認知症・介護予防教室A
- 11月13日（金）旗塚通 柳診カフェ「ラポール」
- 11月20日（金）旗塚通 柳診カフェ「ラポール」
- 11月20日（金）旗塚通 認知症・介護予防教室B
- 11月24日（火）旗塚通 認知症・介護予防教室A
- 11月24日（火）布引町 布引住宅班／健康チェック等
- 11月27日（金）旗塚通 神若国香旗塚班

### 葺合南支部

- 11月4日（水）八雲通 カフェ&昼食会
- 11月6日（金）八雲通 ヨガ教室

- 11月11日（水）八雲通 ふれあい班／健康チェック等
- 11月18日（水）八雲通 カフェ&昼食会
- 11月20日（金）八雲通 ヨガ教室
- 11月25日（水）八雲通 脳いきいきクラブ

### 生田支部

- 11月19日（木）下山手通 こども食堂

### 兵庫支部

- 11月2日（月）荒田町 囲碁将棋
- 11月5日（木）駅前通 水木班会
- 11月9日（月）荒田町 ちぎり絵
- 11月13日（金）荒田町 なんでも相談会
- 11月18日（水）荒田町 荒田班会
- 11月21日（土）荒田町 コンサートを聴く会
- 11月27日（金）荒田町 なんでも相談会

### 北支部

- 11月24日（火）松が枝町 松峰班会

- 11月27日（金）鈴蘭台南町 サロンすずらん・カフェ

### 北神支部

- 11月12日（木）西大池 太極拳班
- 11月17日（火）西大池 いろどり喫茶
- 11月19日（木）西大池 大池班会（健康班会）



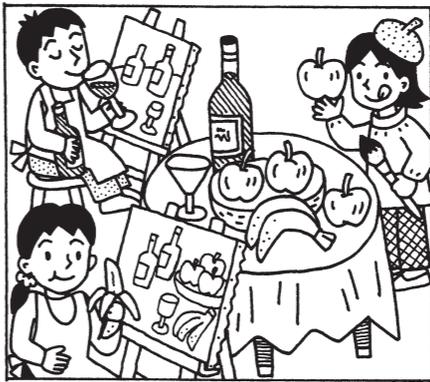
## クイズ まちがいは7つ

2つの絵に7か所ちがうところがあります。どこでしょうか？（印刷のよごれやかすれを除く）  
絵に7か所の○印を入れ、ハガキに貼ってご応募ください。住所・氏名を

## 『芸術の秋？』

忘れずに。

■宛先 〒658-0051  
神戸市東灘区住吉本町2-19-3  
東神戸医療互助組合事務局 宛

■しめきり  
12月10日到着分まで  
※正解者の中から抽選で10人の方に500円の図書カードを進呈（1月下旬発送予定）。

★389号では121通の応募があり、120通の正解でした。

★389号の答え——①右端の花 ②花瓶 ③ぶどう ④三方 ⑤テーブルの足 ⑥左のうさぎの尾 ⑦左のうさぎの耳

■当選者（389号）  
加藤 弘子さん（須磨区）  
山之 順子さん（東灘区）  
柿本美恵子さん（長田区）  
澤田 聖さん（東灘区）  
清水 知子さん（東灘区）  
河野 勝美さん（兵庫区）  
新森 正男さん（東灘区）  
荒木 千年さん（西宮市）  
原田 孝司さん（東灘区）  
永井やす子さん（東灘区）

## 2020年10月1日の東神戸医療互助組合

●組合員数（転居先不明を除く） 19,392世帯

●出資金 1,292,876,832円

- 各支部の連絡先一覧
- 芦屋支部 TEL(0797)31-7454 (芦屋民商内)
- ほくら支部 うはら支部
- 住吉北支部 住吉南支部
- 六アイ支部 御影支部
- 灘東支部 灘西支部
- 葺合北支部 TEL(078)851-9381 (互助組合事務局)
- 葺合南支部 TEL(078)231-2335 (柳筋診療所内)

- 葺合南支部 TEL(078)231-9031 (東神戸診療所内)
- 生田支部 TEL(078)351-0251 (生田診療所内)
- 兵庫支部 TEL(078)371-1841 (事務局長個人宅)
- 北支部 TEL(078)594-7611 (訪看 までしこ内)
- 北神支部 TEL(078)202-2820 (支部長個人宅)

- 出資金はこちらへ郵便振替 □座番号：01180-7-29220
- 銀行振込 みなと銀行住吉支店 □座番号：普通213870
- ★いすれも名義は「東神戸医療互助組合」