



取材の日もジャイアントパンダのタンタンが姿を見せる10分前にはこの人ばかり

と、市民が気楽に立ち寄れる憩いの場として王子動物園が維持されるとは、とても思えません。

王子動物園は、日本動物園水族館協会が定める施設基準に照らすと、飼育する動物の数に対して施設面積が狭いんです。その意味では、動物がのびのびと暮らせる環境に充実・拡充させることは必要だと思えますが、そういう方針は箱モノ行政の発想からは出にくいでしょう。

気楽に立ち寄れる憩いの場として拡充を

署名にご協力ください
王子公園、王子動物園のこれ方とみんなで考えるための請願署名
本紙『健康ニュース』を手配りでお届けしている地域では、署名用紙と返信用封筒も折り込まれています。ぜひご協力ください。

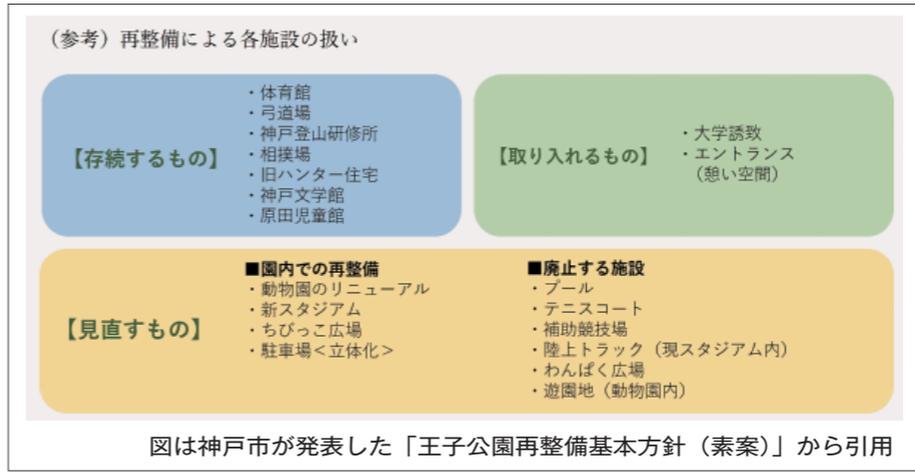
王子動物園は、日本動物園水族館協会が定める施設基準に照らすと、飼育する動物の数に対して施設面積が狭いんです。その意味では、動物がのびのびと暮らせる環境に充実・拡充させることは必要だと思えますが、そういう方針は箱モノ行政の発想からは出にくいでしょう。

王子動物園はレッサーパンダも可愛い
「基本方針」に対する意見募集期間は終わりましたが、久元市長に市民のみなさんの想いを届ける方法はまだまだたくさんあります。



王子動物園はレッサーパンダも可愛い

医薬品の供給不足
これらは小林化工の事件を発端に、一部の後発医薬品製造企業が出荷停止や調整を行っているため、他の会社の医薬品に集中し、薬局への割り当てが極端に制限されているからです。この数は3000種以上にのぼり、発注をかけてもいつ納品されるかわからない状況がここ1年ほど続いています。



図は神戸市が発表した「王子公園再整備基本方針（素案）」から引用

Table showing current zoo admission fees: High school students and above 600 yen, Middle school students and below free, Residents aged 65 and over free.

「リニューアル」で
「基本方針」はこう述べています。「王子公園周辺は、山から海まで繋がる美しい景観が広がり、歴史や文化が薫るポテンシャルが極めて高い地域であり、このたび新たに大学を誘致することで阪神間を代表する学術・文化の拠点

「リニューアル」って
「リニューアル」って民営化？入園料は？
「リニューアル」はこう述べています。「王子公園周辺は、山から海まで繋がる美しい景観が広がり、歴史や文化が薫るポテンシャルが極めて高い地域であり、このたび新たに大学を誘致することで阪神間を代表する学術・文化の拠点

「一面からの続き」
「基本方針」と言いながら、かなりの具体的な内容になっていて、なんと今年中に誘致する大学の公募も始めると言っています。

「リニューアル」で
「リニューアル」って民営化？入園料は？
「リニューアル」はこう述べています。「王子公園周辺は、山から海まで繋がる美しい景観が広がり、歴史や文化が薫るポテンシャルが極めて高い地域であり、このたび新たに大学を誘致することで阪神間を代表する学術・文化の拠点

ダウンで決めてゴリ押しする
「基本方針」はこう述べています。「王子公園周辺は、山から海まで繋がる美しい景観が広がり、歴史や文化が薫るポテンシャルが極めて高い地域であり、このたび新たに大学を誘致することで阪神間を代表する学術・文化の拠点



通りがかりの子どもたちも署名に

いつのまにこんなに年をとったのだろう、気がつけば80歳後半。そんなはずはないと無駄な抵抗をしたくなる。年老いると物事を悲観的に考えることが多くなる。細心の注意を払っているつもりが転んで骨折したり、予期せぬ不幸が起きる。フレイルについて学習する機会もあるが、その論理は理解できても、実行となると単独では困難な課題だと思える。地域に気軽に立ち寄れるような老人の居場所は見つからない。内容の充実した居場所づくりが強く求められる状況だ。最近の世相の象徴的な事件として、自殺願望で何の関係もない人を巻き込んで傷つけ、多くの人に被害を及ぼす恐ろしい行為、この発送はどうして生まれてくるのか。コロナ禍がますますひどくなり、物価は上昇し、給料は上がらない庶民の生活は苦しさを増している。どうすれば暮らしやすい世の中になるのか。アンチエイジングにもがく一老人の日々の雑感である。(K・K)





名前は禾

住吉南支部
堀口 泰志さん



私の名前は禾（のぎ）
といいます。兄がいて、
おもちの取り合いで、
いつも泣かれます。で
もめげずに何回でもチャ
レンジします。

日本のルール無視 米軍基地がコロナの抜け穴に

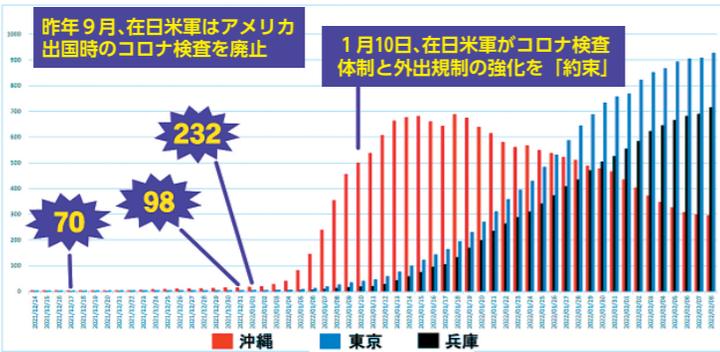
新型コロナのオミクロン株が、年明けから猛威を振るい、全国で過去最多を記録しています。特に、在日米軍が昨年9月に出国時検査を廃止した結果、基地が感染源となり基地周辺の市中にジャジャ漏れ状態を招いて重大な事態となっています。米軍基地が集中している沖縄県が特に著しく、東京・横田、神奈川・横須賀をはじめ、山口・岩国や広島・呉、長崎・佐世保などにも感染が広がっています。これらの最大の原因は、日米地位協定により米軍人やその家族に検疫の国内法が適用されず、自由に入国できることにあります。いくら国内の民間空港などで「水際対策」をしても、米軍基地が大きな抜け穴になっているのです。

米軍や日本政府への批判が噴出するなか、日本政府は1月6日、やっと米国に電話会談で「外出の制限」を求めましたが、抜本的な予防措置までは求めませんでした。

私たちは日本政府に対して「入国や検疫に関して一般の入国者と同様の措置」と、不平等な日米地位協定の改正を強く求めます。

人口10万人あたりの新規感染者数(直近1週間合計値)の推移

2021年12月14日~2022年2月8日



米軍資料：月刊誌『世界』3月号「沖縄と基地オミクロン」より

12月17日、在沖縄の米軍基地キャンプハンセンで70人のクラスター発生。在沖縄米軍全体で12月31日には1日の新規陽性者が98人、1月1日には232人にのぼった。これら米軍内のコロナ感染者数は、沖縄県の集計には含まれていない。



大永 昭子さん
灘東支部

配達地域 楠丘町1・2丁目、高德町1・2丁目、弓木町3丁目



淡路 淳子さん
生田支部

配達地域 元町通4~7丁目

『健康ニュース』は多くの組合員のボランティアによって、みなさんのお手元に届けられています。現在、配達協力者は324人。お世話になります。

いつもご苦労様です
健康ニュース
配達協力者ご紹介

日頃の皆様のご支援
ご協力に感謝！
4/2春もやります。
さくらBOX
入学進学準備用品、
食料品、衣類他。
えう！ご支援。
地域福祉会ああす

2022年2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) 19,025世帯
- 出資金 1,375,042,821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
- TEL(078)851-9381 (互助組合事務局)
- 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 なでしこ内)
- 北神支部 TEL(078)597-6962 (副支部長個人宅)

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

投稿

訪問看護が結んだ絆 27年ぶりに素敵な再会



峯口 シヅ子さん

2月5日(土)、本山南地域福祉センターで、ほくら支部の「健康ニュース配達ボランティア慰労会」が開催されました。コロナ禍でもあり、20人ほどの参加者でした。私はそこで、思いがけなく阪神・淡路大震災前に訪問看護でお伺いしていた佐久間さんと再会しました。

それぞれ自己紹介するなかで佐久間さんは「震災前3年間ほど、訪問看護を受けながら母の介護をし、見送ることができました。東神戸病院に



そんな私たちは、佐久間さんのお母様の訪問看護で、大切な基本を覚えていただきました。佐久間さんはご自宅をしながら、隣室で寝たきりのお母様の介護をされていた。訪問初期の私たちの主な役割は、健康状態のチェックと入浴支援でした。入浴時、看護師は利用者様の全身を洗い、介護者の方へ抱っこ移動、介護者の佐久間さんは浴槽の中

返信

佐久間佳子さん

母が脳内出血で倒れ(身障者1級)、同居して介護することになりました。身体は不自由ながら、元気で健康だったので、毎日、ラジオとドリルと読書。朝は部屋の消毒と母の入浴、午後は保育しているベビーたちの入浴後、母の

でお母様を抱っこして一緒に浴槽で暖まり、ゆったりと会話して、まるで赤ちゃんの入浴シートのようでした。訪問するたびに、愛情いっぱいこの状況に看護師全員が感動し励まされました。入浴シーンが一番印象的でしたが、健康状態をみるのも食事や排泄についても細やかな視点や配慮があり、たくさん学ばせていただきました。愛情こそが良い介護につながっていたんだと当時を振り返ることができ、温かい気持ちになりました。

ご協力ください 憲法改悪を許さない全国署名

本誌『健康ニュース』が手配りで届いている地域では、右のような署名用紙と返信用封筒が折り込みされています。岸田政権は2021年の総選挙で改憲発議に必要な3分の2の議席を手に入れました。9条に自衛隊を書き込む事などの自民党の改憲4項目案をベースにして、国会の憲法審査会での改憲案づくりを急ごうとしています(詳しくは署名の表面をご覧ください)。9条に自衛隊を明記すれば、自衛隊が海外での戦争に参加できるようになってしまいます。すべての戦争に反対し、国会が改憲の発議を許さず、憲法が生かされた政治を求めています。ぜひ、あなたの想いを署名に託し、届けてください。



入浴と全身マッサージという日々でした。そんな介護生活が5年を過ぎたころに、主治医から「他人様の力を借りなさい」と勧められました。あちこちの訪問看護に来ていただいたけれど、東神戸病院がピカイチでした。震災で母は施設に移り、半年後に亡くなりました。また神戸の人たちは混乱と復興と仕事で熱い鉄板の上の炒り豆のようでした。以来27年間、ずっとお題目のように「東神戸病院の看護はピカイチよ」と周囲に言い続けて来ましたが、2月5日、そのご本人と偶然再会。お互いに頭は白いモノがいつぱい。この口からお礼を言うことができ、ありがとうございます。ありがとうございました。(配達地域は田中町1丁目、本山中町3・4丁目)



1月19日(水) 10時半から魚崎地域福祉センターでおこなわれました。チラシを見て男性1人・女性2人が訪れました。和やかに握力測定、立ち上がりテスト、ふくら

フレイル・チェック & 相談会をおこなって



うはら支部 三木美恵子



いつも難しいけど、今回は7つ見つけました!! 当たりますよ!!

橋田 典子(西区)

すぐにはわかかって嬉しくなりました。今年はいいこといっぱいあります。

久谷 リエ(明石市)

帰省中の孫(8歳)が4つ、私が1つ、あとせんせん見つけられなくて、嫁が2個。家族の連係プレーで何とか7つ見つけました!!

高島 幾代(東灘区)

阪神・淡路大震災で神戸を離れ、三木に移り住んで25年。90歳になり、東灘時代を思い出します。昔を思いながら、若返りにまぢがいさがしで頭を使ってみました。

泉 喜代美(三木市)

よろしくお願ひします。図書カード当たりますよ!!

中村 かえで(伊丹市)

心のスナップの虹、虹を見るとうれしくなりますね。しょうがパワーの話、生姜と乾姜の違いも勉強になりました。ありがとうございます!!

成田 悦子(灘区)

しょうがパワーの記事、たいへん参考になりました。生姜湯、紅生姜で免疫力をアップし、コロナから身を守ります。がんばりましょう!!

佐久間 且任(東灘区)

今年はコロナも収まって、5人姉妹で旅行に行きたいです。

森中 光子(長田区)

いつも健康ニュース届けていただいているので読んでいます。勉強になります。ありがとうございます。学習会も計画されておられますが、8歳となりましたので遠出はできなくなりました。

高塚 かつ枝(明石市)

はぎ指輪つかテスト、だ液ごっくんテストなどをおこない、皆さん初めての体験で「腰痛があつて来たが楽しかった、また知らせてほしい」「体重が2kg減って体力が落ちたと自覚している、家族の介護で疲れている」「ボランティア活動に興味がある」などの感想も聞かれ、医師との懇談や運営委員と話も深まりました。

寒い平日の午前で、人通りも少なかったなかで、新たな繋がりができそうです。場所を変えて、今後も続けていきます。

淡河(おひび)町 ぶらぶらウォーキング

北神支部 松本 邦男

10月31日(日)、淡河町のぶらぶらウォーキングに20人が参加。コロナで二度延期、三度目が選挙で、これ以上の延期無理とのこと、各班の取り組みになった。今回は夫婦で参加した。淡河町は鎌倉幕府の執権 北条義時の時代に淡河城が築かれ、以後400年の城下町。後に播磨地域と有馬温泉を結ぶ「湯の山街道」は、秀吉が整備し繁栄した宿場町でもあった。江戸時代、参勤交代で大名



などが休泊した本陣は、大庄屋の邸宅で60年以上の空き家の時を経て「淡河宿本陣跡」として修復された。

今は地域の交流・情報発信の拠点となり、イベントやカフェ等に利用されている。

本陣跡を見学し、道の駅で地元産そば粉の手打ちそばを昼食。満月堂の名物「豊助饅頭」などを土産にした。

「のんびり、ぶらぶら出来てよかったわア」とは妻の言。商家の屋号が軒を連ねているという街道や淡河城址を、後日、散策したいと思っている。

7 まちがいは7つ



『ひなまつり』

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 4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(5月下旬発送予定)。

★397号では172通の応募があり、149通の正解でした。

★397号の答え——①鏡餅 ②羽子板の大きさ ③右下の羽根 ④トラの尾 ⑤下のカップ ⑥左の人の座布団の大きさ ⑦その人の右手の持ちもの

■当選者(397号)

- 三保 景子さん(東灘区) 桐田 静江さん(東灘区)
- 坂越 峯里さん(兵庫区) 高橋 雅人さん(奈良市)
- 大河 孝夫さん(東灘区) 川崎由美子さん(東灘区)
- 久田 道裕さん(東灘区) 奥田 静子さん(尼崎市)
- 宇城 明子さん(兵庫区) 岡部 順子さん(灘区)
- 山田 詩織さん(芦屋市) 藤原 信弘さん(東灘区)
- 前畑 周さん(灘区) 坂本 節子さん(東灘区)
- 菊川 憲一さん(宝塚市) 谷川 博和さん(長田区)
- 澤瀬善之助さん(東灘区) 福井 秀隆さん(東灘区)
- 橋田 典子さん(西区) 村上 忠一さん(東灘区)

長いコロナで、近所の人に用事があつても電話で済ませています。早く顔をあわせてゆつくり話したいです。

宮本 登喜子(赤穂市)

孫は年男。小6になりま

のロールキャベツ大好きで

グルメの記事、トマト風味

大河 孝夫(東灘区)

す。いやがるかと思っただけ

ど、トフの着るるみを着て、

みんなと写真とりました。

坂本 節子(東灘区)

す。もともとロールキャベツ

が大好き。

藤井 恵(長田区)

バス旅行の復活を期待しています。



金柑シロップ漬け

【材料(4人分)】
 金柑.....適宜
 砂糖.....金柑の重さの2分の1~3分の1程度(好きなだけ)

【作り方】
 ①金柑を洗って皮に6~8本切り目を入れる。
 ②鍋にたっぷりの水と共にに入れて沸騰後、3分程度茹でてザルにあける。
 ③鍋に金柑と砂糖を入れ、ひたひたの水を加えて弱火にかける。沸騰後20分程度弱火で煮て、火を止めてそのまま冷ます。翌日以降の方が味がしみておいしい。



住吉北支部 佃 美子さん