

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



創立70周年健康まつり

神戸ハーバーランドに2800人

迎春

甲南大学 きのえ 甲の和太鼓

お知らせ **新春のつどい**

1月13日(土) 14:00開演

場所 兵庫県民会館 パルテホール

講師 笑福亭竹林さん

★第1部は笑福亭竹林さんの講演「楽しい子育ては平和な世界へ繋がる」と落語を楽しんでいただきます。第2部は4年ぶりに懇親会の開催と、創立70周年記念動画上映があります。



- 今号の主な記事
- 創立70周年健康まつり…2
 - 薬局で〜す…3
 - 秋の組織強化月間…4
 - 心のスナップ…5
 - クイズまちがいは7つ…6
 - 「いつでも元気」読者交流会…7
 - わが家でグルメ気分…8



神戸健康共和会 理事長 藤末 衛

神戸健康共和会・東神戸医療互助組合創立70周年記念式典

第1部では「神戸健康共和会・東神戸医療互助組合創立70周年記念式典」を開催。70周年記念動画が上映され、共和会と互助組合がともに歩んできた歴史を振り返りました。

神戸・新開地ツアー開催!!



灘西支部

組合員さんと楽しく交流をしたいと思います、10月31日(火)に「神戸・新開地ツアー」を開催しました。当日は26人が参加し、最初に喜楽館のバックツアーを案内人の桂三ノ助さんにしていただきました。普段見ることのできない喜楽館の裏側や、落語の道具の紹介をしていただき、皆さん興味津々!!

そのあとはおいしい新開地グルメを堪能しました。最後に喜楽館で落語の鑑賞もあり、笑いにつつまれ大盛況



参加された方からは「舞台装置の説明などは普通はなかなか知ることができないので貴重な機会でした」「落語はTVで見たことありませんが、生で見たのは初めてだったので面白かったです」「とても楽しい一日でした。ありがとうございました。」「うございました」などの感想もいただきました。

芦屋支部のお気軽散歩

芦屋支部 濱本 鶴男

10月15日(日)、お気軽散歩を楽しみました。今回は阪神打出駅から春日町の旧西国街道を東へ歩き、国道2号線に出て楠町の「大楠公戦跡碑」、さらに北に上がって山手幹線沿いの「阿保親王塚(親王塚町)」、南に下って春日町の「金津山古墳跡」を巡りました。

大楠公戦跡碑は、楠木正成と足利尊氏がたたかった打出浜の合戦に由来しています。室町幕府の初代将軍となった足利尊氏ではなく、なぜ楠木正成が「大楠公」と顕彰されるのか話題になりました。明治維新後、天皇制国家をつくらうとした明治政府が、南北朝内乱時代に天皇親政(天皇による



政治)をめざした南朝の後醍醐天皇と忠臣楠木正成を称えようとした、などが語られました。

阿保親王は、第51代平城天皇の第一皇子ですが、当時藤原家子の乱などの政変により皇位を継承することができませんでした。阿保親王の子が在原業平で、藤原定家らと並び称される平安時代初期の歌人です。「世の中にたえて桜のなかりせば春の心はのどけからまし」の歌が有名で、松の内公園に歌碑が建っています。「伊勢物語」は在原業平を主人公とした物語で、芦屋市には業平橋、業平町などの地名が残されています。

秋の気配を感じながらのお気軽散歩は、歴史を巡る散歩になりました。



ひとりぐらしのクリスマスケーキ

【材料】

小麦粉……………100g

砂糖……………80~90g

ベーキングパウダー……………小さじ1

バター……………80~100g

たまご(L)……………2個

バニラエッセンス…適量

【デコレーション】

「しぼるだけホイップ」……………1個

いちご……………2粒

残ればマドレーヌとして、粉砂糖を振りかけて食べるとおいしいよ!

【作り方】

- ①ボウルに卵を割り入れ砂糖と共に混ぜる(泡立てなくてもよい)。
- ②小麦粉とベーキングパウダーを混ぜ、ふるいながら①に入れる。
- ③バターをレンジで温める。
- ④熱いバターを②に入れ、バニラエッセンスを入れ、30分以上おく。
- ⑤マドレーヌ型に7~8個に分けて入れる。
- ⑥170度に温めておいたオーブンで12~15分焼き、あとは冷ましておく。
- ⑦マドレーヌ2個を平らにする。
- ⑧「しぼるだけホイップ」で飾り、いちごを乗せればでき上がり。

葺合南支部 岡 敦子さん

2023年度「秋の組織強化月間」に参加されたみなさん!! 大変ご苦労さまでした。感謝!感謝です。

「夢と希望ある」最高の峰である20000世帯の組織を作り上げましょうとよびかけ、月間が始まりました。今秋の運動では、「一人ぼっちの組合員さんをなくそう」「困りごとはありませんか」また、互助組合の魅力が詰まった「健康ニュース」や「支部ニュース」を持ちながら訪問活動が取り組まれました。

その結果、いろいろな声が寄せられました。「わざわざ来てくれてありがとう」「物価高で生活費が大変」などなど。目標に掲げた訪問件数

11月5日にハーバーランドのスペースシアターで開かれました。「創立70周年記念動画」が上映され、ともに歩んできた歴史を振り返りました。

「健康まつり」に2800人が集う!! 70年の歩みに確信、未来へ

秋の月間中(9~11月)に1200人を超える組合員さんから出資金2600万円以上が寄せられました。(昨年実績上回る)

「少ないですが、気持ちだけ」夫婦共々、いつもお世話になっていきます。これからも地域のため、頑張ってください。病気になる時、お世話になります。などのコメントがありました。心こもる貴重な出資金に熱くなりました。

「病院・事業所」と地域の連携で共同の輪を広げましょう。

70年の歴史に誇りを抱き、80年の未来に向けて、しっかりと歩んで行きましょう。

組織強化月間のお礼

東神戸医療互助組合理事長
漁島 国弘



1000件をクリアしました。多彩な企画がどんどん取り組まれました

趣向を凝らしたブース。華やかさと迫力、多彩なステージ企画。では若々しいエネルギーに満ちた姿に、通りすがりの人たちも足を止め見入っていました。

神戸健康共和国を支え、経営を守るための出資金集めも大きく前進



創立70周年 健康まつり

華やかさと大迫力!多彩なステージ企画、趣向を凝らしたブースなどで健康まつりを大いに盛り上げました!



インフルエンザの時に使用する解熱剤について



院内薬局 近藤 まゆ

インフルエンザに罹ると38℃以上の高熱が急激に出ることが多く、高熱による辛さや不快感を解消するために解熱剤を使用したいと考え方もいらっしゃると思いますが、安易に解熱剤を使用しない方が良いです。

解熱剤の一部ではインフルエンザの時に使用すると、インフルエンザ脳症と呼ばれる合併症を引き起こすことが非常にまれですが報告されています。

インフルエンザ脳症とは、インフルエンザウイ

ルスへの感染が原因で起こる意識障害やけいれんのことをいいます。解熱剤を使用していなくても発症することがありますが、一部の解熱剤を使用することで発症や重症化のおそれがあるとされています。

そのためインフルエンザの疑いがある高熱に解熱剤を使用する場合は自己判断での使用は避け、医師または薬剤師へ相談してください。また、病院からもらった薬は個人のための薬なので自分以外の家族などへ使用することは避けてください。

あけましておめでとうございませぬ! 二〇二三年を振り返ると、実に様々な事が前進した年だったと思えます。コロナ禍も完全収束とは言えないものの社会生活への影響はほとんど感じられませぬ! ジャニーズ創業者による性加害も、被害者支援がはじまり、報道各社の忖度の実態も次々と明らかになり、利益のためにものを言えない風潮は境界をはじめ様々あるが、これも変えることができるのか、すべて世論の力でしょう! 暮れには自民党金権政治の闇が暴かれ政治と金の問題が大きく取り上げられました! イスラエルとハマスとの戦闘も世界の世論が「武力による殺し合いではなく話し合いを」「核兵器の抑止論は安心につながらない」と報道各社の読者欄への投稿は、世論作りに役立ちます。皆さんもぜひ挑戦を! 二〇二四年は、国民みんなが安心して働き、暮らして続けられる世界となることを切に願うとともに、その実現のため活動にも足をふみだしましよ。

(J・M)





月下美人が咲きました (A Queen of the night)

M.Pさん



サボテン科、クジャクサボテン属に分類されるサボテンの仲間です。一晩で咲き、枯れてしまうので蕾を見つけたらその日の晩には注意して見守っておかないと、一年に一回の開花を見逃す事になります。下を向いて出来ていた蕾が一気に上向きにその花びらを大きく開きます。美人薄命を代表するような月下美人を愛でながら、自然の偉大さや、世の中には不思議な事が想像以上に存在する事などを感じつつ、清く、正しく、優しい人間でありたいと思います。

大腸がんチェック はじまるよ

1月～3月は
大腸がんチェック月間
年に一度は
チェックしよう！



この大腸がんチェックは、2回採便して郵送するだけの簡単なチェックです。70歳以上の方などは自治体の制度によって無料。詳しくはお住まいの自治体にお問い合わせください。
無料制度の対象外の方は、互助組合の大腸がんチェックをお勧めします。価格は600円(採便キットをこちらから郵送する場合は700円)。
また、1月28日(日)には東神戸病院 瀧本和雄先生による「大腸がんについて」の学習会も実施します！詳しくは下記までお問い合わせください！
お申し込みは→東神戸医療互助組合事務局
(☎078-851-9381、FAX078-821-7270)

ボランティア委員会主催 出前トーク学習企画

「日常生活自立支援事業 (福祉サービス利用援助事業)とは」

～認知症等高齢者・障がい者の
権利を守る支援と日常的金銭管理～

日時：1月21日(日) 14:00～
場所：灘区文化センター5階 会議室E
JR六甲道駅南接
講師：神戸市社会福祉協議会
安心サポートセンター職員
参加費：無料
定員：40人(定員になり次第受付終了)
メ 切：1月15日(月) 必着

金銭管理が難しくなった認知症等高齢者や障がいの方が地域で生活ができるようなサポートを知ろう！

《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
Email: info@kobegojo.sakura.ne.jp

秋の組織強化月間

楽しく多彩な取り組み

コロナ禍で中止となっていた、バス旅行、健康チェックなどが再開し、以前のような活気ある取り組みが開催されました。



北支部 「天橋立」



ほくら・うはら支部 「淡路島」

4年ぶりの
バス旅行！



兵庫支部 「丹波市」



六甲アイランド支部 「奥播磨」



灘東・灘西支部 「奈良」



住吉南支部 どんぐり昼食会



御影支部 医療懇談会



東灘GENKIまつりでの健康チェック



川北支部
ウオーキング
川

こわすな王子公園 11/18

市民パレード 旧花時計前～大丸前まで



150人以上が集まり旧花時計から大丸前まで「こわすな王子公園」と訴えながらパレードしました。(T.S)

多彩な取り組み

囲碁将棋大会

2月開催見合わせのお知らせ

毎年2月に開催しておりました「囲碁将棋大会」について、諸般の事情により2月開催を見合わせる事となりました。
参加を楽しみにされていた皆さまにはたいへん申し訳ありませんが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。



生田支部 署名行動



あけましておめでとうございます 今年もよろしくお願いたします



- | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|---------------------------|------------------------|----------------|----------------|---------------|----------------|-----------------|--------------------|----------------|----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-------|-------|--------|-------|--------|------|-------|-------|------|------|----------------|---------------|--------------|---------------|---------------|------------------|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 地域福祉会あす 理事長 藤原 みゆき | 神戸医療研究所 代表取締役 成山 昌子 | 神戸健康共和会 理事長 藤末 衛 | 兵庫支部長 千葉 敬子 | 北神支部長 永楽 正夫 | 北支部長 田嶋 俊三 | 生田支部長 渡部 昌武 | 菅合南支部長 前田 安枝 | 菅合北支部長 ミチコプラトリー | 灘西支部長 藤田 昌子 | 灘東支部長 秋本 廣子 | 御影支部長 小林 アイイ | 六アイ支部長 高西 裕子 | 住吉南支部長 兵頭 和子 | 久保 正恵 | 北嶋 寿一 | ほくら支部長 | 宮本 琴子 | うはら支部長 | 渡部 明 | 芦屋支部長 | 三木 康洋 | 専務理事 | 森 淳子 | 副理事長 三木 美恵子 | 副理事長 前田 安枝 | 副理事長 北山 稔 | 副理事長 青木 公一 | 副理事長 魚島 国弘 | 東神戸医療互助組合 理事長 | | | | |

東神戸病院・職員に対する ご意見・感想を

地域の方々に利用しやすい東神戸病院を目指すために病院職員と組合員が直接意見を交わす「病院利用委員会」があります。そこでは院内に設置されている「投書箱」に投書いただいた内容について意見交換を行っています。病院・職員に対してご意見などありましたら、投書お願いいたします。



この度、QRコードを読み込んだ投書も出来るようになりました。紙面での投書と併せてご利用ください。



「いつでも元気」読者交流会

教育学習委員会主催

10月13日(金)午後、9人が参加しました。第一部では雑誌「いつでも元気」に掲載されている「Let's体操」をもとに、東神戸病院リハビリテーション科職員2人が、ごこの筋肉をどう動かすのか丁寧に説明されて、参加者も納得。第二部では誌面の魅力と読者拡大の経験进行交流しました。誌面の魅力では「身近な

テーマの記事が多く分かりやすい」「全国の活動経験が学べる」「連載「終活講座」は自分のこととして気になる内容」「日本の風景」写真がきれいでお気に入り」などの意見が出されました。読者拡大の工夫と経験では「かかりつけの開業医の待合室に置かせてもらっている」「読者と気に入った記事で対話を続け、今では次の号が楽しみだと言われている」などの声がありました。



六アイ支部 梅崎 文子さん
配達地域 向洋町中2丁目



北神支部 岡本 暁良さん
配達地域 鹿子台北町 上津台など

『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392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

LINE 公式アカウント はじめました!

お友達登録はこちらから！
最新情報やイベントなど東神戸医療互助組合に関するお知らせをお届けします♪



2023年12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) 18,394世帯
- 出資金 1,408,153,716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)
- 葺合北支部 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)851-9381 (互助組合事務局)
- 北神支部 TEL(078)953-2885 (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」



健康保険証絶対残してほしいです。マイナンバーは何かにつけて言われますが、本当は持ち歩くのは怖いんです。頑張ってる残してほしいとみんなにも言っています。

(東灘区 高橋 悦子さん)

毎月の健康ニュースに今までほとんど目を通していませんでしたが、今回なんとなく目を通して見て、役に立つ面白い記事がたくさん掲載されており、今まで読んでいなかったことを後悔しています。

(東灘区 穴戸 正和さん)

お米の上にごつまいもを小さく切って乗せ、炊きました。栗ごはんのようにおいしかったです。栗は準備が大変ですが、ごつまいもはすべてできて楽しみです!!

(東灘区 尾川 智子さん)

いつも楽しく見えています。お料理など実際に作ってみて、知り合いなどに持って行ってあげています。

(加古川市 藤田 吉子さん)

地球温暖化による自然環境の破壊による影響で、日本の良き四季および感染症の増加など種々の変異する現在。将来が心配です。

(東灘区 道上 静男さん)

バス旅行に参加してきました。コロナ禍で4年ぶりでしたが、天候に恵まれ気分転換でき楽しかったです。

(北区 稲葉 悦子さん)

組合員となり、日も浅く健康ニュースが初めて届き、記事を読みながら東神戸医療互助組合を少しずつ理解してゆこうと思います。

(灘区 田中 洋子さん)

75歳を過ぎてから自分の才能に気づきました。まちがい探しが得意!!ナ、ナント!まちがいさがしのやすひろ、と呼ばれています(笑)

(灘区 古澤 靖弘さん)

1月号は 当選者2倍 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・FAX・メールにてご応募ください。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
- FAX 078-821-7270
- メール info@kobegojo.sakura.ne.jp

■しめきり 2月10日到着分まで
※正解者の中から抽選で20人の方に500円の図書カードを進呈。

- ★408号では106通の応募があり、99通の正解でした。
- ★408号の答え——①サツマイモが入っているザル ②イーゼルの横木の太さ ③絵の具のパレット ④エプロンのポケット ⑤帽子 ⑥猫のしっぽ ⑦左上の人が座っている椅子

- 当選者(408号)
- 山野 順子さん(東灘区) 柳川 和子さん(東灘区)
- 坂本 鈴子さん(東灘区) 谷河 孝子さん(東灘区)
- 大野 麗子さん(東灘区) 辻井 光男さん(東灘区)
- 池田まち子さん(灘区) 森 雪美さん(中央区)
- 中嶋 啓恵さん(中央区) 渡邊 節子さん(長田区)
- (2月上旬までに発送予定)



出資金・出資運動 にご協力下さい!!

出資金は東神戸病院をはじめとする医療・介護の事業所を支える大きな力となっています。1口1,000円単位でいつでも増資・減資(貯金のように預けたり、下ろしたり)ができます。医療・介護を誰もが安心して受け続けられるためにみなさまの出資金で応援をお願いします。