



神戸市東灘区住吉本町2丁目19-1 TEL(078)851-9381 FAX(078)821-7270 Email info@kobegojo.sakura.ne.jp URL www.k-kyowakai.or.jp

2020年／9月号 No.389

発行 東神戸医療互助組合

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。



入口で「お熱は？」と声をかけ発熱外来も受付中。右端に見えるのは冷風装置。
ここにも出資金が！

緊急増資にご協力ください

新型コロナで大打撃！病院・診療所・事業所を守ろう！

組合員の皆さま、世界で猛威をふるう新型コロナウイルス感染症は、私
たちの生活や経済に大きな影響をもたらしました。

この問題は、共に地域で医療や介護事業を担っている神戸健康共和会な
どにも経営的に大きなダメージを与えました。政府や行政は、補正予算を
組みましたが、新型コロナを受け入れた医療機関が中心の支援内容となっ
ており、発熱外来など独自で奮闘した病院などへの支援は僅かです。この
ような苦しい状況でも、共和会としては事業活動を発展させるために設備
や備品の更新など投資を続けていく必要があります。互助組合は規約でも
共同の立場として、共和会と協力・共同して医療や介護、経営活動に参加
する事を掲げています。私たちの大切な事業所を守るためにも、ぜひ、出
資金（増資）へのご協力をお願い致します（折込の郵便払込票もご活用く
ださい）。

2020年8月吉日 東神戸医療互助組合

理事長：漁島国弘、副理事長：青木公一・北山稔・門脇操・大江幸子・森淳子、専務
理事：前田竜成、他理事一同、各支部長：渡部明（芦屋）・北嶋寿一（ほくら）・宮本
琴子（うはら）・久保正恵（住吉北）・兵頭和子（住吉南）・島田俊子（御影）・高西裕
子（六アイ）・秋本廣子（灘東）・藤田昌子（灘西）・プラトリーミチコ（葺合北）・香
川猛（葺合南）・渡部昌武（生田）・田嶋俊三（北）・岡本暁良（北神）・岡本勇（兵庫）

昨年末から新型コロナウイ
ルス感染症が全世界で広が
り、パンデミック状態継続中
です。

互助組合の活動も「緊急事
態宣言」のもと、各支部での
班活動や青空健康チェックな
どが活動自粛となり、一部現

在も休止を余儀なくされてい
ます。さらに、その第二波の
様相が見られ、各地で過去最
高の感染者数が報道されてい
ます。

組合員の皆さん、職員の皆
さん、今年はコロナ禍での特

秋の組織強化月間スタート

新型コロナに負けない組織づくりを

組織委員長 青木 公一

7月15日、芦屋支部二役で伊藤
舞市長（写真左端）を訪ね、芦屋
保健所の存続を求める要望書を提
出して懇談をおこないました。
保健所は本来、保健、医療、福
祉の総合的推進をはじめ、健康づ
くり対策、食品、生活衛生対策等
にとりくむことを目的としていま
す。コロナ禍で保健所の機能を大
幅に拡充すべきときに、あるここ

1947（昭和22）年に保健所
法が改正され、保健所の役割が強
化されて、以前は警察の業務だっ
た食品衛生と急性感染症予防の業
務が保健所に移管されました。国
民の健康に関わる多彩な役割が期
待され、多種多様で膨大な業務を
おこなねばならなくなります。
感染症対策や保健予防活動だけで
なく、公衆衛生に関わる営業許可

可や立ち入り検査、害獣・害虫の
駆除やペット飼育の相談みたいな
ことまで保健所の仕事です。
1980年代初頭、第二次臨時
行政調査会と中曽根内閣の発足以
後、「行財政改革」という名の福
祉切り捨てが強まります。大企業
を潤わせる「ムダな公共事業」に
は惜しげも無く予算が注がれる一
方、国民むけのサービスに対して
は「ムダな人員の整理」とか「行
政の効率化」が追求され、「もつ
と削れる」「もつと減らせる」
と、通常時に運営できる限界ギリ
ギリまで「効率性」が求められ続
けました。
その結果、1989（平成元）
年にはまだ全国848（兵庫県内
41）カ所あった保健所が、年を経
るごとに減らされ続け、今年4月
1日には469カ所（55%）。兵
庫県にいたっては半分以下の17カ
所（41%）にまで減ってしまいま
した。通常時の業務をこなすのに
ギリギリの体制では、危機に対応
できません。ひとの命を託す医療
・介護・保健・福祉行政にこそ、
自然災害や感染拡大などの危機に
対応する余力、ゆとりが必要では
ないでしょうか。まして現状から
さらに保健所を減らすなんて言語
道断。大幅な拡充を求めます。



芦屋市長に申し入れ
保健所の存続・充実に

芦屋支部 廣瀬久美子



とか県は、芦屋保健所を宝塚保健
福祉事務所に統合して、芦屋には
「分室」を残し、一部の業務だけ
をおこなうとする計画を打ち出し
ました。

危機対応の余力ある 医療・福祉行政こそ



県会議員
きた 結

「許せない！」と支部運営委員
会で相談し、保健所の存続と体制
充実を求める要望書を市長に提出
することになりました。渡部事務局
長が「市も芦屋保健所の重要性を
認識して要望書を県に提出してい
るが引き続き求めていただきた
い」と訴えると、市長から「8月に
県知事と懇談するのでその時に伝
えたい」と回答をいただきました。

納豆サラダ

身体に良いと知っていても納豆が苦手だった私も、
今では美味しくいただいています。トッピングをいろ
いろ加えるともっと美味しく食べられます。是非、苦
手な方、チャレンジを！

【材料】

- ・キャベツ 細長く千切り 70～80g
- ・納豆 1パック（たれもまぜておく）
- ・トッピング ネギ、スプラウト、大葉、ミョウガ、ちりめんじゃこ、その他なんでも
- ・オメガ3のアマニ油またはエゴマ油小さじ1（オリーブ油も可）

【作り方】

- ①納豆に付属のタレを入れて混ぜます。
- ②お皿に材料を盛り付けます。
- ③アマニ油を回しかけます。



うはら支部
増谷典子さん

今号の 主な記事

- 互助組合を支えるボランティア紹介…3
- 【いのちの相談所活動】を…4
- 北支部居場所「サロンすずらん」オープン…5
- 心のスナップ「津奈木のシンボル」…5
- まちがいは7つ…6
- 保健所存続へ芦屋市長に申し入れ…8
- わが家でグルメ気分「納豆サラダ」…8

(1面からのつづき)

所となっている医療機関に支援の手を差し伸べることは、国民・県民の生命と生活を守るべき行政の当然の責任です。

お困りごとは？

声かけ訪問行動を

コロナまん延のなかで、単身高齢者や老夫婦・障がい者などは、とりわけ自宅にこも

りがちになります。今年のとりくみでは、「自粛生活で困りごとはありませんか？」「感染の不安や予防対策で困っていることは？」など、行政からの手が届きにくい方への訪問行動や相談活動も積極的に展開しましょう。

長い自粛で失われがちな、

笑いや、人との結びつきを、

再び感じられるような楽しい

企画を組合員さんに届けましょ

う。特に、今年度の活動の

取り組みでは、新型コロナナウ

「コミセン」再開しました



東神戸病院の「コミュニティセンター」をご存知ですか？通称「コミセン」、病院待合室の南側にあるカウンタ―で、東神戸医療互助組合の窓口です。新型コロナウイルス感染防止のため、長らく閉鎖していましたが、7月第1月曜日から再開しました(写真)。平日午前中に組合員のボランティアの人に入っていただき、加入や出資の受付、あれこれの相談などに応じています。ただし、今はコロナ対応のシールド越し、病棟の面会制限に準じて、対話も10分以内に制限させていただいています。ご協力よろしくお願ひします。

イルス感染症の予防や拡大防止策を徹底して取り組みましよう。

活動の担い手ひろげ 強く大きな互助組合を

健康ニュースの配達協力者をはじめ、支部運営の担い手を広め、「組合員マップ」の作成を進め、地域での班会・医療懇談会を計画して、「地域の絆」作戦をおこないましよう。

共和国事業所と職員を守り「地域医療の砦」として、仲間増やしや出資金(増資)を年内には目標達成させるために奮闘しましょう。

最後に、新型コロナウィルス感染症での政府の対応「国民への安心感を」求めて声を上げましよう。医療や介護体制、社会保障制度の充実を求めて改善させましよう。

特に、PCR検査のさらなる拡充と医療機関の経営危機を支援させる取り組みも重要な強化月間の課題です。皆さん一緒に頑張りましよう。



昨年度「組織強化月間スタートダッシュ集会」のようす

■2020年度スローガン
◎コロナ禍の中、組合員の声を聞き、新しい輪を拡げ、笑顔を取り戻そう！
◎地域の宝である共和国の事業所の経営を、私たちの活動と出資金で守ろう！

基本課題の目標

仲間ふやし 425件
(年間850件)
出資金 5000万円
(年間1億円)
いつでも元気 +50部



神戸に引越してきて近くの畑を借り、野菜づくりを始めて十数年。今夏はトマト、ナス、きゅうりを栽培。今年は梅雨が長く、農作業をしていると地球の温暖化の影響ではないかと、ひしひしと感じます▼各地でおきる集中豪雨：と思えばカラカラ天気。農家の人も激しい気候変動で難しい作業を強いられれています。ミミズがいる土は生きていけると言われますが、そのミミズも今年はちょっと少ないような：▼郊外を車で走っていると、畑などが草ぼうぼうになっているのが目立ちます。農業の後継者不足が深刻です。日本の食料自給率もどんどん低下して、今は30%台。農業を国の基幹産業とすべきだと思います▼畑作業は「3密」とはほとんど無縁です。少しは日本の食料自給率向上に寄与しているのではないかと、今日も老体に鞭うち、雑草とりや害虫とたたかいながら、鍬をふるっている今日このごろです。

(O・A)

互助組合を支える人たち

ボランティア活動紹介



東神戸医療互助組合の活動は、本部役員だけの活動ではなく、多くの組合員のみなさんの積極的で多彩な活動参加によって成り立っています。互助組合活動のイメージを広げるために、そんな方をお2人紹介したいと思います。



御影支部
井内節子さん

第1・第4月曜に、東神戸病院の「コミセン」当番をしています。7月に「コミセン」が再開した初日に当番をしたのは私です。「あ〜うれしい。」「ミセンが開くの待ってたの」とたくさんの方が声をかけてくれました。「コミセン」当番歴十数年なので、顔なじみの患者さんも多く、4カ月ぶりの再会に、おしゃべりの花が咲きました。

互助組合との関わりは、母の時代から。母は25年間、病院の中のボランティアとして活動してきました。ボランティア仲間と会うのが楽しかったようです。いつもうれしそうに出かけていく母を見て、

私もうれしかったのを覚えています。

95年、母が震災で亡くなり、今度は私がボランティアとして参加するようになりました。いちど急性肺炎で死にかけてところを助けてもらった恩返しという気持ちもありますが、楽しそうなお母の姿が印象に残っていたからです。私は互助組合のカラオケサークルのお世話係もしていましたが、みなさんも自分の趣味や特技にあうボランティアを見つけてみませんか。



ほくら支部
原口 廣さん

阪神・淡路大震災のあと、70歳のときに『健康ニユー

腎臓の働きと、薬と水

病院で発行される処方箋に検査数値が表示されるようになりました。薬局ではその中でも、腎機能の検査値をよく参考にしています。なぜかと言うと、腎臓の働きが落ちると排泄されにくくなる薬や、さらに負担をかけてしまう薬があるからです。

腎臓の働きは、まず血液から水とともに不要な老廃物や薬を排泄し原尿を作り、さらに体にとって必要な糖やミネラルや水をもう一度吸収し、濃縮された尿として排泄します。

この時水分摂取が不十分で血液が濃くなっていると、老廃物を排泄す

るための腎臓の働きに負担がかかります。腎臓の働きに負担をかけず老廃物や薬や、薬の分解物を排泄するためにはしっかりと水分をとる必要があります。脱水症状や膀胱炎の予防にも大切ですので、制限されてる場合を除いて、1日2リットル以上を目安にとると良いといわれます。

利尿作用があるお茶やコーヒーを好んで飲まれる方も、水や白湯なども併せてとるようにしましょう。



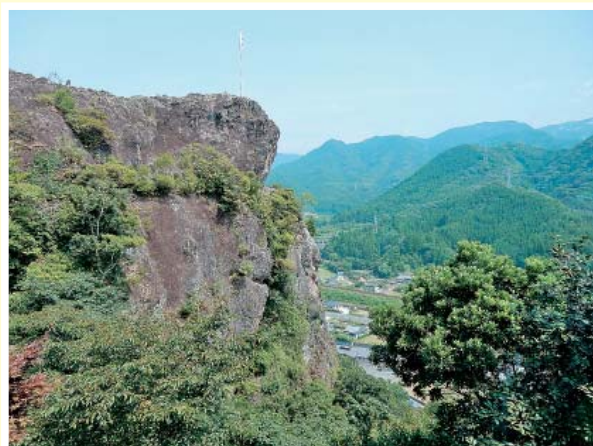
東神戸薬局
椿野みほ



熊本県 津奈木のシンボル

北支部 浦田 俊夫さん

わが故郷・津奈木町のシンボル重磐岩。高さ80メートルもある岩山です。中学生のころ先端まで行って、紙飛行機を飛ばして遊んだものです。今では地上の美術館からモノレールが引かれ、楽に登れるようになっていました。就職後帰省する際車窓から重磐岩を見て、帰ってきたと懐かしさが込み上げてきたものでした。



8月8日、全日本民医連主催の「平和の波交流会」がひらかれ、共和国グループからは10人が参加しました。全日本としても初めてのオンライン交流会です。当日は全国からたくさん仲間が86カ所に参加。

日本原水協・前川史郎理事による核兵器禁止条約発効後、世界の話や、全国各地の仲間が斬新なアイデアでコロナをかわしながら熱心に取り組むようすを見て聞いて、平和への強い思いと元気をもらうことができました。



民医連 平和の波交流会

原水爆禁止2020年世界大会は、コロナ禍の中オンラインで開催され、貴重な成果を収めました。2日の国際会

議、6日の広島、9日の長崎集会に加え、各分野別、課題別集会も行われ活発な議論が展開されました。

「核兵器禁止条約」を採択し、発効を展望するところに来ています。コロナパンデミックの教訓は、核兵器や軍力だけでなく、人の安全は対立を乗り越え協力、協同こそがそれを保障してくれることです」と語りました。多くの代表が「核

——原水爆禁止世界大会—— 今年はオンラインで参加



8月4日、広島原爆資料館前で全国から寄せられた1万1000余のペナントが披露されました

広島集会に参加した国連事務次長の中満泉さんは「国連は創立当初から核兵器の廃絶を第一義的課題として取り組んできました。この間、被爆者をはじめ市民社会のみならずと各国政府の努力で『核兵器禁止条約』を採択し、発効を展望するところに来ています。コロナパンデミックの教訓は、核兵器や軍力だけでなく、人の安全は対立を乗り越え協力、協同こそがそれを保障してくれることです」と語りました。多くの代表が「核

草の根「いのちの相談所」

全国各地で活動を

新型コロナウイルス感染症の緊急事態宣言は5月末に解除されましたが、引き続き、新たな感染拡大の波が押し寄せています。

国民生活においては雇用の

危機が深刻さを増し、大量の解雇・失業者、多くの倒産が危惧されます。「コロナ禍」は元々困難を抱えていた非正規雇用者・独り親家庭等を苦しめています。

第2次補正予算では10兆円の予備費を計上したまま国会は閉会されましたが、国民のいのちと生活最優先・感染拡大の次なる波への備えのために、医療・介護を守る取り組み強化が求められています。

7月より各地域で生健会や社保協等との共催にて「国保と暮らしの何でも相談会」にも取り組みました。相談内容はやはり、生活保護申請が多く、減免・退職後の相談など20人近くありました。私たちは、困難を抱える方々のよりどころとなるよう、「いのちの相談所」のポスターを事業所や自宅、自治会看板などに貼りだし、相談窓口としての役割を發揮しようと思ひます。今こそ、地域に打って出て、地域の様々な困難に寄り添った取り組みを大胆に展開しましょう！

今年の秋も 10月1日~11月30日 ヘルスアップチャレンジ！

今年は8コースのチャレンジをご用意。

- ①めざせ1日5000歩健脚ウォーキング
- ②足から口コモ予防ゆっくり筋トレ
- ③ポッコリおなか解消信号まちだけ筋トレ
- ④お風呂でグーパー握力アップ
- ⑤バランスのとれた食事と“すこしお”で食生活改善
- ⑥お口の健康でフレイル予防
- ⑦脳いきいき生活実践
- ⑧自由設定コース

詳細は、折込チラシ、または右のQRコードからダウンロード、または互助組合事務局に資料請求してください。



兵器禁止条約」に言及し、その発効に力を尽くすことを呼びかけました。6日に3カ国、9日に1カ国が批准書を提出し、発効に必要な50カ国にと6カ国となっています。

被爆者の声、一筆一筆の署名が大きな力となります。私たち一人ひとりが自分にできることに取り組みましょう。

今年も元気に 平和行進

7月9日、今年も平和行進が、無事、東灘を進んでいきました。コロナ禍のなか、工夫しての行進。核兵器禁止条約の批准国が順調に増えてきていることに勇気づけられた行進となりました。



OPEN 北支部の新しい居場所「サロンすずらん」

北支部組合員の居場所『サロンすずらん』（写真）がオープンしました。当面1階のみオープンで、2～3カ月後に2階もオープン予定。神鉄鈴蘭台駅から徒歩2分、ダイエーのすぐ西です（鈴蘭台南町6-12-48）。1階は会議や喫茶、事務所として利用。2階（土足禁止）は全面バリアフリーで、必要に応じて可動仕切りで分離できるフリースペースと多目的スペースです。

“いつまでもこの街で健康に暮らしたい”組合員共通の願いを交流する場として、またひとりぼっちの仲間をつくらないために、いつでもだれでも気軽に立ち寄れる居場所として組合員さんから愛される場になるように願っています。そして無差別・平等の医療と福祉の実現をめざす民医連運動の北区の拠点の一つとして役割を果たせるようにと思っています。お近くにお越しの際は是非お立ち寄りください。



野の花喫茶が再開しました

7月1日から毎週水曜の「野の花喫茶」を再開しました。「自粛」で地域から居場所が減っていたなかでの再開に、みなさん「待ってました！」と参加されました。コロナ対策でコーヒーなどの提供はなく、3密を避けたり、マスク着用したりと、ようすが変わりましたが、脳トレプリントや体操をしながら、毎回、会話に花が咲いています。



囲碁道場

再開しました

コロナの影響で3月以来休場していた囲碁道場が、今日8月13日から再開しました。3密を避け、スリッパ、マスク持参での再開です。「そろそろ再開してるかと思って来てみた」という人や「待ってったんや!」という人も。

これからは従来通り、「野の花サロン」で第2と第4木曜、午後1時から5時まで。初めての方も奮っておいでください。対局シールドを8つも用意してお待ちしております。



神戸健康共和会が加盟する全日本民主医療機関連合会が発行している月刊誌「いつでも元気」は、健康づくり・まちづくり・時事問題など多彩

な記事満載で、気軽に読めて役に立つ雑誌です。全国各地の活動も紹介されており、東神戸医療互助組合の読者の中からも「後で家族に迷惑をかけるないように勉強しなくちやね」と話題になるなど、暮

らに役立つ雑誌です。コロナウイルスが今なお収束せず外出控えが続く中、体力低下や認知症の予防のために自宅でできる体操や脳トレの紹介を増やしています。平和を巡る記事では、沖縄の米軍基地問題などマスコミが十分に報じない問題の本質を掘り下げた記事が続いています。

『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。



5月号から始まった連載記事「終活講座」には、東神戸医療互助組合の読者の中からも「後で家族に迷惑をかけるないように勉強しなくちやね」と話題になるなど、暮

「いつでも元気」ぜひ購読ください

らに役立つ雑誌です。コロナウイルスが今なお収束せず外出控えが続く中、体力低下や認知症の予防のために自宅でできる体操や脳トレの紹介を増やしています。平和を巡る記事では、沖縄の米軍基地問題などマスコミが十分に報じない問題の本質を掘り下げた記事が続いています。

転居の際はご連絡ください

毎号、かなりの数が「宛先不明」となっています。転居される際は互助組合事務局（☎078-851-9381）にご連絡ください。とくに、以前の住所から転送される郵便でニュースを受け取っていらっしゃる方は、至急、ご一報ください。ご協力よろしくお願いいたします。

いつもご苦勞様です

健康ニュース
配達協力者ご紹介



生田支部
伊井 公美さん
配達地域
中山手通3丁目・8丁目



六アイ支部
細川 智子さん
配達地域
向洋町中1丁目・5丁目

2020年8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）
19,431世帯
- 出資金
1,275,136,962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)594-7611 (訪看 なでしこ内)
- 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
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」

カラフルな健康ニュースになりましたネ。毎回、楽しみにしています。小学生の孫がマスク熱中症になり、頭痛に苦しみながら、それでも真面目にマスクをして登校してい

最後のひとつがなかなかわからず、頼りの主人も昨年亡くなり、どうしようかと思っ

健康ニュースの配達を終えたあと、なんとなく気が向いて「まちがいは7つ」に挑戦

おばあちゃんやりまして。楽しかったです。図書力

「図書カードくださーい!!」これが今年の願いごとです。木村夏江（須磨区）

「コロナでどこへも行けず、近所の公園とか菊水山とか再度山など、軽く山歩き。右膝も痛く、遠くへは行けない。毎日の鈴蘭台のダイエー往復くらいかな。早く自粛解除してほしい。給付金もやっと入りましたが、友だちに「安倍さん年末もお願いします」と言ったら、安倍は年末まで持たんとか。

千本勇三（北区）

7つ見つけた時の母の嬉しそうな顔が思い出されます。存命なら今年7月で百歳！東神戸病院にはお世話になりました。前敷清子（東灘区）

「いろえんぴつ」で種苗法について読み、びっくりました。こんなことが知らないうちに起こっているなんて。大切なことなのに！日本の農業を守りたいですね。島田芳子（明石市）

島田芳子（明石市）

『十五夜』

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

10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（11月下旬発送予定）。

★388号では148通の応募があり、145通の正解でした。

★388号の答え——①右のUFO ②織姫のストール ③織姫の服 ④左のUFO ⑤牛の尾 ⑥彦星の頭巾 ⑦牛の角

■当選者（388号）

佐伯 順子さん（北区）
中野 大さん（東灘区）
村田千鶴子さん（東灘区）
池田 恵子さん（灘区）
木下 直子さん（須磨区）
柳川 和子さん（東灘区）
佐藤 桃慈さん（灘区）
伊藤 孝清さん（東灘区）
相沢 節子さん（東灘区）
庄島 道子さん（西区）



知人のコメントが載ると、近況がわかり、嬉しく拝見しています。

関根良子（須磨区）

学校の席は1mはなれてない。20人学級ならいいのにな。宮武凜乃（兵庫区）

大場敏子（東灘区）

クイズ まちがいは7つ

