



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

2022年／1月号 No.397

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。



左から前田竜成専務理事、漁島国弘理事長、北山稔編集委員会責任者

世代を越えて 絆を深める年に

新春インタビュー

コロナ禍の中で2年目の新しい年を迎えました。組合員さん、職員の皆さん、各団体の皆さん今年もよろしく願います。

年頭にあたり、漁島国弘理事長と前田竜成専務理事からお話を聞きました（聞き手は北山稔・本紙編集委員会責任者）。

漁島 新しく誕生した岸田政権は、憲法改悪の動きだけでなく、「敵基地攻撃能力」の保有を進めようとし、さらに「台湾有事」を口実に集団的自衛権の行使をほめかして9条改憲を狙っています。今年、この危険な岸田政権を包囲する年にしましょう。

前田 今回の総選挙結果により、維新の会と国民民主党の野党までが改憲の土俵に乗ろうとする動きは、大変危惧するところですね。

——その流れで、軍事費が国民総生産費の1%から2%（11兆円）への増額などに対

漁島 コロナ禍のもとで、社会保障の脆弱性が浮き彫りになりました。民医連の主張にあるように地域から「安心安全な」医療と介護、公衆衛生の拡充を求める世論と運動を広げていくことが非常に大事になってきています。今一度、「憲法25条の拡充」をめざす連絡会議などのような組織を他団体と一緒につくって取り組みたいものです。

ほんとうに命を守る
医療政策・コロナ対策を

——この一年、医療や介護面での東神戸医療互助組合の活動はどうでしたか。

——「公助」を放棄し国民に「自立・自助」を求める自・公政権の政策で、医療や福祉が後退して失業・収入減など若年層も含め貧困が広まるなかで、一昨年来のコロナ禍にみまれ、国民の苦難は未曾有に深刻化しました。いまの政局をどう見えていますか。

今号の
主な記事

薬局で〜す「しょうが、パワーで体温アップ免疫アップ」…3 大腸がんチェックはじまるよ…4 心のスナック「虹」…5 当選者2倍・まちがいは7つ…6 わが家グルメ気分「トマト風味のロールキャベツ」…8



芦屋で新班スタート ミステリー・ウォーク

芦屋支部 平野 貞雄

芦屋支部は、コロナ禍で見送っていたウォーキング企画を11月21日に「ミステリー・ウォーク」として実施し、9人が参加しました。集合場所となった芦屋市役所前の広場では「非核平和都市宣言」の銘板や平和モニュメント、被爆ア



オギリなどの説明がありました。が、50年ほどの前のテレビ番組「ウルトラセブン」で「地球防衛軍」の基地となった芦屋市役所北館がもつばらの話題に……。そのあと、バス停にだけ名前が残っている橋「永保橋」、妖怪伝説の「ぬえ塚」、水の流れが消えた芦屋川などのミステリー（？）を探索しながら芦屋公園周辺を巡りました。

他にも、日中平和友好の碑、高浜虚子記念館前なども含めて一時間半ほどのコースでしたが、いずれも「初めて知った」という人もあり、楽しいひと時となりました。今後毎月開催していく予定です。

神戸医療生協とも 協力しあい活動推進

兵庫支部 門脇 操

兵庫支部は、東神戸医療互助組合の支部があるエリアの西端で、神戸医療生協の組合員さんと混在する地域での活動となっています。

「つながりサロン」ができてから、神戸医療生協の組合員さんとお互いの交流をし、楽しく過ごしています。



今後は、コロナの影響がなくなれば、お互いに、バス旅行などと一緒にできればと思っています。

サロンの開所日は、月・水・金ですが、医療生協さんに空いている曜日を活用していただき、自宅では大きい音が出せない住宅事情の中、「CD音楽コンサート」を解説交えて聴き、新年には、新春コンサートを計画



孫にも好評

トマト風味のロールキャベツ



北支部
田嶋 鈴子さん



【材料（4人分）】

キャベツ………… 8枚
合挽ミンチ…… 300g
玉ねぎ………… 1個
トマト………… 1個
ベーコン………… 2枚
たまご………… 1個
パン粉………… 少々
牛乳…………… 50cc
調味料

【作り方】

①キャベツをはがして、しんなりするまで茹でる。
②玉ねぎをみじん切りで炒め、ボウルにミンチ肉と炒めた玉ねぎ、パン粉、たまご、牛乳を混ぜこねる。
③①のキャベツに②を包み、爪楊枝2本で止める。
④湯むきし皮をむいたトマトを乱切りにしておく。
⑤鍋に③と④、ベーコン、コンソメ1個、ケチャップを入れて、水を材料の2／3入れ、1時間弱火で煮る。最後に味調整。



（2面に続く）



——超高齢化社会の中で、来年の70周年をめざしての世代交代が求められていて、活動のあり方が問われているのでしょうか？

前田 日本の病床数がOECD諸国と比べて多いと政府は主張していますが、それは病床数の数え方が違うからです。日本では急性期や感染症病床以外に、精神科病棟や療養病床の病床も含めてカウントされています。また医師や看護師の人数や保健所の数が少ないことによって、コロナ感染のパンデミックに対応できないことが明らかになったのです。感染の第6波が来るかもしれないのに、なお病院の統廃合や病床の削減を進めています。政府の医療制度のあり方を変えていかないと、いのちを守るどころではないなあと 생각합니다。

前田 今の若い層の人たちは、医療費は高くて当たり前、保険料も払うのが当たり前、むしろ自分でやるのが当たり前のように受けとめている人もいます。毎日のように政府が言い続けることで、そうではなく「社会保障は権利

なのだ」という概念が無いような環境のなかで育ってきているので、「それは国民の権利なんだ」と意識を変えて行けるような動きが必要だと思います。

前田 家計は火の車で食べ物もない大変な状況だが、昔のようには一目でわかるような身なりではなく、今は必要最低限の衣服は整えている人もたくさんいます。経団連の十倉会長は「行き過ぎた資本主義により地球が悲鳴をあげている」と新自由主義の行き過ぎをコメントしていますが、この問題も、私たちがもつと声を上げなければならないと思っています。

漁島 数字は忘れたが、今コロナ禍の新しい貧困で、特に退学する大学生が大変多いと発表されている。

前田 しかし、私たち個々人が貧しい人を助けるといっても限界があります。政府が教育を守る視点が必要ですね。

——東神戸病院や院所との共同の取り組みですが、昨年の月間でコロナ禍の中で共和会の経営を守ろうと、組合員さ

の方々が世話人へ、適切な呼びかけが必要であると思う。

前田 組織委員会でも話題になった子ども食堂や無料塾など、子どもさんを対象にして、人生の先輩から色々教えられるのではないかと。子どもさんと一緒に参加された30代から50代の親御さんに関わりが持てるのではないですか。

漁島 元教師の組合員さんの協力で、子どもさん対象に宿題や勉強会を開催して取り組んだことがあった。その様な活動の取り組みにより、新たなつながりが広がりますね。

——若い人たちが何を求めているのか、そのニーズを吸収して東神戸医療互助組合の運動に生かすことで、組織の新たな広がりができるのではないのでしょうか？

漁島 目標をハッキリした上で、要求運動のなかで組織できるような取り組み、運動の過程で若い人たちが参加してもらえるように広げたいですね。

——70周年を迎えるなかで新しいつながりを広める、世帯



んに訴え、1億5千万円を超える多くの出資が寄せられました。過去最高額でした。

漁島 この場を借りまして組合員の皆さまに對して、厚く御礼を申し上げます。

組合員さんから、診察時の「感謝やお礼」の声が振込用紙に多く寄せられていました。

寄せられた声に感銘を受けました。出資金額だけではなく院所から離れていても、職員ガンバレ」「病院ガンバレ」との「熱い気持ち」が本当にありがたかったですね。

訪問活動はコロナ禍で外出自粛もあって、「よく来てくれた」と30分近くもお話しするほど大変喜ばれ、歓迎されましたね。

——特に対話が如何に大切なことであるかがわかったのではないですか？昨年、北区で居場所が開設されました。居場所がある地域では新たな班会や催しを取り組まれて、大

変喜ばれていますが、それに関していかがでしょうか？

前田 北支部は、地域で行事などを取り組んで行ける居場所を目標のスローガンに掲げて、動き出したのは凄いことでした。運営委員さん全員が動き出して、お金も集め出し、人も寄ってきたのです。毎日の当番制により、居場所を開けておこうと。開けておくことにより、大腸がんチェックの販売や相談ごと、署名に取り組んでもらったことで、新たな人とのつながりが広がるなど、居場所の役割は大きかったですね。

漁島 兵庫支部の居場所では、生活相談に取り組んでいるが、「生活相談」に乗って欲しい人を他の団体から兵庫支部の相談会へ紹介されるほど、市民権を得るようになっていきますね。

——居場所がないのは東灘でも住吉川以东ですね。居場所づくりを新たな目標で取り組むことが必要ですね。居場所の活用の方、運用も含めて次のステップに発展すると良いですね。



オリンピック・パラリンピックについて、少し違う角度から見てみた▼共通点は速さ、強さ、高さ、正確さなどを競うということ、違いは幾つかあるがパラ選手はスポーツをするまでにかなり時間を要しているということだ。そして二つを見て、障害の有無にかかわらず選手たちは最高をめざしている、それを今回実感した▼私は、真っ黒に塗ったゴーグルをしたり、半身固定したりして水泳したことがある。まっすぐ泳げず、バランズやリズムも大変だった。パラを見て凄いの言葉しかない▼パラの開会式に手話通訳がNHKとEテレに付いていたが、オリの開会式に手話は付いていなかった。もう一つの大会デフリンピック（聴覚障害者のオリンピック）があまり知られていないのは残念だ。ぜひ日本でも開催して欲しい▼最後に、次回パラリンピックを見る時は、障害者ではなく選手として応援するのはどうだろう。(TS)

〴〵しょうが、パワーで 体温アップ免疫アップ

東神戸薬局ひかり店 下浦 志織



〴〵しょうが、は私たちの食事に欠かせない名脇役ですが、漢方薬でも生薬のひとつとして、たくさん使われています。

生薬としての〴〵しょうが、は、生姜（しょうきょう）と乾姜（かんきょう）に分けられ、その違いは加熱の有無です。生の状態から乾燥させたものを生姜、蒸した後に乾燥させたものを乾姜と呼びます。

生姜の主な効果は、吐き気や食欲不振を改善する健胃作用や殺菌作用。乾姜は、血の巡りを改善し、身体を内側から温める効果が強く代謝がアップ

します。加熱をすることで冷え改善に役立つ温め成分が豊富になるのです。

〴〵万病、の元と言われるくらい、さまざまな体調不良につながる〴〵冷え。体温が1度下がると免疫力は4割も落ちるそうです。加熱した〴〵しょうが、を食べてしっかりと平熱を上げましょう。

東神戸薬局ひかり店では、『小太郎漢方のしょうが湯』を販売しています。お湯に溶かして飲む「しょうが湯」はまさに飲む体温革命です。身体が冷えているなと感じた時にいかがでしょうか。



虹

御影支部

青木 公一さん

互助組合理事会に向かっていると六甲山には雨雲がかかり、ちょうど家を出る直前から小雨交じりの冷たい風の中、単車を止めて撮影しました。久しぶりの虹をみて感激しました。



「食事とお口の健康」学習会

日時：2月19日（土）14：00～16：00
会場：東灘区文化センター会議室1・2
講師：管理栄養士・歯科衛生士
定員：25人
申込：東神戸医療互助組合まで（2月4日メ切）
☎ 078-851-9381（平日9：00～17：00）
FAX 078-821-7270
Email info@kobegojo.sakura.ne.jp
主催：保健委員会

認知症予防ネット講演会

新型コロナによる長期自粛が
高齢者の健康に及ぼした影響

日時：1月30日（日）10：00～
場所：灘区文化センター
講師：古和久朋先生
（神戸大学大学院保健学研究科教授）
参加費：500円
主催：認定NPO認知症予防ネット神戸
申込：定員100人まで先着順に受付
Tel&Fax 078-841-4982
Email：n_yobounetkobe@yahoo.co.jp

第33回 囲碁将棋大会

とき：2月23日（水・祝）10：00～
（9：30受付開始）
ところ：神戸市勤労会館 308号室
参加費：組合員1000円 非組合員2000円
申込先：東神戸医療互助組合 ☎078-851-9381
E-mail：info@kobegojo.sakura.ne.jp
メ 切：1月31日（月）
飲み物は各自でご用意ください

訪問介護員募集中！

NPO法人「地域福祉会あす」です。地域の多くの高齢者が支援を待っているため「あす」はまだ人手不足。ヘルパーさんを大募集中です。是非お力をお貸しください。

介護福祉士、ヘルパー2級など、介護資格要

ヘルパーさんのスキルアップも
応援しています詳細はお電話（078-845-2520）、
またはホームページで→2022新春学習会
気候危機と日本の現状と課題

日時：1月8日（土）14：00～
今年はオンライン講演による開催です。
詳細は右のQRコードから→



11月30日（火）、住吉北支部は医師を講師に、しっかり換気しながらコロナを学ぶ医療懇談会。



11月12日（金）、うはら支部が主催したグラウンドゴルフ大会には30人が参加しました。



11月5日（金）、灘東支部の「相楽園ウォーキング」には13人が参加。



ほくら支部は毎月第4水曜日定例でウォーキング班会を立ち上げ。



保健委員会主催の秋のウォーキング企画、今年は11月27日（土）、30人の参加で「兵庫七福神めぐり」でした。



組合員数が1000人超の東灘東部2支部（うはら支部・ほくら支部）を再編・細分化するプロジェクト会議が始動、12月10日（金）には両支部運営委員が一堂に会して懇談しました。



11月2日（火）に恒例の互助組合役員と東神戸病院医局との懇談会がひらかれ、医師10人を含め39人が参加して、懇談しました。写真は冒頭挨拶をおこなう遠山治彦東神戸病院長。



コロナ緊急事態宣言が終了し、生田支部は10月から生田診療所前での署名行動を再開しました。

大腸がんチェックはじまるよ（1月～3月）

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500円（採便キットをこちらから郵送する場合は600円）。

お申し込みは互助組合事務局にどうぞ → ☎078-851-9381



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いたします



東神戸医療互助組合 理事長 魚島 国弘
副理事長 青木 公一
副理事長 秋本 廣子
副理事長 門脇 操
副理事長 北山 稔
副理事長 三木 美恵子
専務理事 森 淳子
専務理事 前田 竜成
専務理事 芦屋副支部長 廣瀬 久美子
専務理事 うはら支部長 宮本 琴子
専務理事 ほくら支部長 北嶋 寿一
専務理事 住吉北支部長 久保 正恵
専務理事 住吉南支部長 兵頭 和子
専務理事 六アイ支部長 高西 裕子
専務理事 御影支部長 島田 俊子
専務理事 灘東支部長 大江 幸子
専務理事 灘西支部長 藤田 昌子
専務理事 葦合北支部長 ミチコブラトリ
専務理事 葦合南支部長 香川 猛
専務理事 生田支部長 渡部 昌武
専務理事 北支部支部長 田嶋 俊三
専務理事 北神支部長 明尾 正昭
専務理事 兵庫支部長 千葉 敬子
神戸健康共和会 理事長 藤末 衛
神戸医療研究所 代表取締役 山口 扶左子
地域福祉会あす 理事長 藤原 みゆき

コロナ禍の組織強化月間も
創意工夫で多彩に活動



「新型コロナQ&A」が特に勉強になり、とても役立つ記事だと思いました。テレビで「ブレイクスルー」という言葉をよく聞くけど、どういう意味かわからず、頭の中が??だったので、この記事のおかげで解決しました。ありがとうございます。

岡崎孝子（灘区）

「新型コロナQ&A」、院長先生のお答えがわかりやすかったです。ありがとうございます。野田滝子（灘区）

人出も増えて第六波が不安です。健康のために釣りに行ってますが、コロナのせいか釣り人が増えてます。

根津富太郎（須磨区）

今まで6個だけしか探せなかったのですが、初めて7個

見つけました。とてもうれしかったです。どうか当たりりますように！

絹川簾子（東灘区）

図書券が当たれば令和4年、良い年の始まりだ。本を読んで認知症予防がんばるぞ。

西村彦三郎（須磨区）

前回当選しました。とてもハッピーな気持ちになりました。ありがとうございます。

西脇幸子（北区）

秋になりました。来年はマスクを外して、のんびりと散歩できるのでしょうか。

尾川智子（東灘区）

「なんの実？」の写真を目見て「あー柿の実」。昔々子どものころ、親指と人差し指でできるだけ小さい丸をつくったくらいの実がありました。文章を読み、「コブシの実とはネ...」。勘違いだったけど懐かしかった！

小松公江（東灘区）

このままコロナが終息して

紅葉が見られる季節になっ

まちがいは7つ

1月号は
当選者2倍

『寅のお正月』

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 2月10日到着分まで

※正解者の中から抽選でいつもの2倍＝20人の方に500円の図書カードを進呈（3月下旬発送予定）。

★396号では111通の応募があり、106通の正解でした。

★396号の答え—— ①花瓶の取っ手 ②卓上のリンゴ ③中央の人のリンゴ ④その人のズボン ⑤右側の人の筆 ⑥その人のスリッパ ⑦パレットの形

■当選者（396号）

尾川 智子さん（東灘区）
廣田 純子さん（北 区）
小倉 愛子さん（東灘区）
大道 昭子さん（中央区）
佐藤 桃慈さん（灘 区）
霞岡 和子さん（西 区）
高島 順子さん（東灘区）
中島 史朗さん（東灘区）
前田 都子さん（灘 区）
鈴木 政子さん（灘 区）

て、外出したい思いはありますが、車椅子仕様になつて、なかなか外出できません。去年も11月に身体の調子が悪くなつて、今年もまた...

阿部千鶴子（東灘区）

清水恭子（東灘区）

「互助組合」の存在価値が輝き、組合員の絆と交流を深め、「なかま」の輪を広げる秋の運動に参加されたみなさん!! 本当のご苦労さまでした

理事長 漁島 国弘

「コロナ禍の中、条件の厳しい「秋の月間」となりましたが、お互いに知恵を出し合い工夫を凝らし協力し合った取り組みとなりました。

笑顔を取り戻し、ひとりぼっちの組合員をなくそうと、訪問行動が多くの支部で計画され、再会を喜び合い会話が弾み、うつが解消された。

「ウォーキング」「グラウンドゴルフ」「スマホお悩み交流会」「ヘルマンハープ」「喜楽館・相楽園へ」「みんなで遠足企画」など、多彩な企画で絆が強まりました。

「居場所」の再開は、一気に明るい雰囲気をつくり出しました。また、「医療懇談会」「脳いきいきクラブ」にも新しい方も参加され、とても良い企画ですね。この場で加入された経験も生まれました。

「健康ニュース」配布時に「お元気ですか」「お変わりありませんか」と一声運動も取り組まれ、見守り隊の役割も果たされている報告も寄せられました。配達も過重負担を解消し、5部でも10部でも協力者も増えました。

職員とも心を寄せあい、共和国事業所の経営を守ろうと呼びかけました。職員の方も地域に出かけ組合員さんや街の実態を知ることができたと。訪問活動の大切さを実感されたと報告されています。

「出資金あつめ」での「緊急増資アピール」を呼びかける中、郵便振替では80人の組合員さんから150万円も寄せられました。「たくさんはできませんが応援しています」「過日主人が亡くなりました。それまで東神戸病院でお世話になりました。少額ですが感謝を込めて送付させていただけます」などのコメントも添付され、胸が詰まる思いでした。月間では1311人から約336万円となりました。なかまふやしは136人の拡大となりました。いつでも元氣も普及され414部の到達です。

「なかま」ふやし、「出資金」集めは、月間のみでなく通年の取り組みとして位置づけコツコツとした活動が求められます。「加入して良かった」の想いを周りの人に広げましょう。2022年3月の年度末に向けて引き続き協力し合つて頑張りましょう。

いつもご苦労様です

健康ニュース
配達協力者ご紹介

『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。

北神支部
眞鍋 靖子さん



配達地域 藤原台中町、
藤原台北町

灘西支部
青柿 早苗さん



配達地域 灘北通7・8
丁目、摩耶海岸通2丁目

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。

2021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） 19,043世帯
- 出資金 1,373,524,771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)597-6962
(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：普通通13870
★いずれも名義は
「東神戸医療互助組合」