サイク

題字/蔡 東隆先生

乙訓医療生活協同組合 No.229 2024. 5. 1 (隔月発行)





医誠会診療所 診療体制表

		月	火	水	木	金	±
午前(予約制)	1診	山西(内科)	山西(内科)	山西(内科)	山西(内科)	山西(内科)	山西 (內科/第1·3·5週) 池原 (內科/第2·4週)
9:00~12:30	2診	大山(内科)	大山(内科)	大山(内科)	小林(鱀)	大山(内科)	休診
午後 13:30~15:00			山西 (完全予約制)			休診	休診
10.00		【往診】	【往診】	【往診】	【往診】		
夜 間 18:00~20:00		山西(内科)	休診	休診	大山(内科)	山西(内科)	休診

- ・発熱やかぜ症状(鼻水・せき・下痢など)のある方は、電話でご相談の上、 受診してくださいますようお願いいたします
- 午前診療は予約の方を優先させていただいています。夜間診療は予約制ではありません
- 医療生協組合員さんを対象に、午前中のみ送迎サービスがあります。 窓口で相談してください

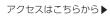
E車場が十分ありません。ご協力をお願いします。

介護事業など

- ◆居宅介護支援事業所
- ◆訪問リハビリテーション
- ◆訪問看護ステーションにじ
- ◆訪問介護ステーション
- ◆配食サービス
- ◆健康づくり
- ◆介護予防運動教室

お問い合わせ 2 921-0661

乙訓医療生協の ホームページ





 $\label{eq:https://www.otokuni-hcoop.com/} $$EX-JU: info@otokuni-hcoop.com$$$

地域まるごと

先生は「気軽に何で

るように」と。会場からは「物忘れ を聞きたいのか具体的に話しができ か認知症かどこで判断するのか」な も相談してください。そのときは何 を傾けました。 題した講演が開かれ6人が熱心に耳

れました。 11人が挑戦、正解者に記念品が贈られあわただしく終了。ナンプレには るクイズ。次のスケジュールに押さ どの質問も出ました。 言葉を並び替えて、元の言葉をつく ボードに書かれたバラバラにした

体を動かしウォーミングアップでス 「こけないようにしましょう」と

「認知症で受診するときのコツ」

ک

10時、2階ホー

ルでは山西先生の

講演・クイズ・体操・映画…

3月24日(日)、4年ぶりとなる『健康まつり』を開催しました。「動いて、笑 顔で、健康に」をテーマに、《組合員や患者とその家族、職員が楽しむ》ことを 目標に担当を大きく4つに分けて実行委員会で議論を重ねてきました。あいにく の雨模様でしたが、10時から昼食休憩をはさんで15時まで開催し、約200人が 参加しました。当日の様子をご紹介します。

笑いながらもなるほどと頷く光景が え方を学びました。最後に「笑点よ 場の皆さんで行い、のどの筋肉の鍛 露しました。その後、発声練習を会 お」を5人の出演者が順次朗読を披 ました。「朝日新聞 10時30分より診療所待合室で行われ 朗読サークル「こだま」の発表が 18歳と81歳の違い」の朗読では いわせてもら

と額に汗も浮かびます。 がら奮闘、「頭にも足にも効く ップになるにつれ足をもつれさせな り興味津々のようすも。 加、初めてだという人が半数以上あ ッキリして次はスクエアステップで 2グループに分かれて20人が参 複雑なステ

困とたたかい、砂漠に水を引き、 な拍手が起きました。 食い入るように観賞、 映されました。会場いっぱいの人は れ地を農地に変え、献身的に35年間 れ果てたアフガニスタンで病い、 館に。医師の中村哲さんが戦争で荒 人々に尽くしてきたドキュメンタリ お昼休みをはさんでホールは映画 『荒野に希望の灯をともす』が上 終わると大き 荒 貧

サークル発表

種球、 サツマイモ、ネギ、 部からぜんざいの販売が行われ、少 通路に3店が出店しました。西京支 合室に5店、旧デイケア室の外西側 を食していました。 し寒い中、 5向支部と園芸サ 今回は雨模様のため、 大賑わいのバザ ヘチマたわしなど出品し、 来場者は温かいぜんざい

売が始まると目当ての品物を求めて くの人が買い求めていました。 時過ぎから待合室の模擬店の販

セロリ、里芋の クルは大根や

多



性スタッフでワイワイガヤガヤのカ 雨天の影響もあって1組の親子と女 レー作りとなりました。 スづくり」が取り組まれましたが、 階では「子どもと一緒にカレーライ 午後1時過ぎより、 組合員さん

売。セッコク(蘭)も出品されてい お菓子や飲み物を100円均一で販 れていました。

「原発をなくす向日市民の会」は

などを出品、

品定めに多くの人が訪

した洋服を出品、大山崎支部も洋服

ムサ

-クルは小物やリフォ

が聞き入っていました。 風にアレンジして演奏され、 の家族を中心に構成されたバンド 「COLOR´s」によりコンサートが ルコ行進曲などがジャズ

子どものあそび場

健康チェック&体力測定

健康チェックと体力測定は、 筋ト

る子どもの様子も見られました。

んが折る折り紙を熱心に見入って

隣の折り紙教室では、

熱心にお母さ

で競いあって楽しむ風景が見られ、 のあそび場」では、モルックを父子

階の元リハビリ室①の「子ども

業療法士からの指導や相談を受けて がフラフラする」と言いながら再挑 いました。 戦する人も。体力測定を見ながら作

りました。 り、 気で汗ばむ暖かさ、久し振りの知人 と会話も弾みました。自身の体を知 外は雨模様でしたが室内は人の熱 生活習慣を考えるよい機会にな

支部の能登半島地震被災者支援バザ

「もってけ市」は多くの組合員か

も人気とのことでした。向陽西向日 ェが良く売れ、またキャンドル掬い

募金箱に入れ購入していました。

買う人自ら決めた金額を

「新婦人くれない班」の着物リフ

ら寄せられた雑貨や洋服、

飲み物な

れ

部屋に置くアロマワックスサシ

管年齢、

血圧です。医誠会看護師と

で行われました。

午前中は体組成と骨密度測定、

レマシンの元リハビリ室②と診察室

による結果説明が行われました。

実年齢より若い数値が出た人はニ

健康づくり委員が担当し、

山西先生

キャンドルや、アロマ関係が並べら

品定めをする姿で混雑していました

「hokkori piilo」のコーナーでは

福引き大会

ました。 は大いに盛り上がってお開きとなり 声もあがり、4年振りの健康まつり までを抽選しました。抽選結果に歓 みに待つ参加者も多く、 健康まつりの締めは福引き。 1 等 { 楽し **3**等

力のバロメーターです。

皆さん「足

立ち上がり、

前屈測定でいずれも体

午後からは握力、片足立ち、足指力

いました。

配いりません」と聞いて納得されて なると多くの方がD判定ですよ。 多く心配されていましたが「高齢に コッとひと安心、骨密度はD判定が

参加者の感想

想も寄せられていました。 「中村哲さんの映画を見たくて参加 います。参加して良かった」 心を入れ替えるチャンスを得たと思 さんから丁寧なアドバイスをもらい ックを受けました。でも作業療法士 しましたが、体力測定の結果にショ 今年新しく組合員になられた方は との感

青い空 2024年5月号

バザー

· は 待

事会だよ IJ

2月理事会報告

【経営状況】

円と赤字で、予算に対しても115 万円届きませんでした。 -月度の経常剰余金は▲390万

余金予算を下回る結果となりました。 円下回り、 収益確保の厳しい月となりました。 のサービスで予算未達となるなど、 減が続いており、介護事業はすべて でした。医療事業は在宅医療の収益 未達、予算に262万円届きません 事業費用は、予算に対し 事業収益は、すべての事業で予算 収益不足額が大きいため、 予算内の執行となりまし 142万 剰

執行となり、

収益不足を補って剰余

【協議事項】

護師の異動配置を確認しました。 万円を確認しました。 法人本部のパソコンの購入費用23 人事関連で、法人本部への常勤看

降は中止を判断、確認しています。 いて討議しました。予算については 、新たな確保が困難なため4月以 外来リハビリは、 2024年度予算と重点課題につ 職員の退職に伴

> 益が予測しづらい状況があります。 医療・介護報酬改定の厳しさから収

3月理事会報告

【経営状況】

円と赤字でしたが、予算に対しては 3万円の増となりました。 ∠月度の経常剰余金は▲1 1 万

確保が困難な状況が続いています。 よりやや収益改善しましたが、

金の赤字幅を縮めました。 2月までの累計で、 346万円となりました。

日時・会場の決定を行いました。 ン常勤看護師の退職を確認しました。 4年度重点課題の討議と、総代会の た。2023年度振り返りと202 2024年度予算案を確認しまし 人事関連で、 訪問看護ステーショ

護事業は人員体制の厳しさから収益 は大きく変わりません。とりわけ介 事業費用は、予算を大きく下回る 医療事業・介護事業ともに、 傾向

状況の厳しさが予想されます。 難な状況からは、次年度以降の経営 ですが、下半期以降の剰余確保の困 の大幅な経常剰余確保が大きな要因 経常剰余金は 上半期

通常総代会黨

日時: 2024年6月16日(日)

午後1時15分開場 1時45分~4時30分

会場:長岡京市立産業文化会館 1階大会議室 対象:組合員総代(オブザーバー可)



詳しくは後日お届けする

内をご確認ください。



24年度及び2025年度

組合員総合

各選挙区とも、 2024年4月2日に第2回総代選挙管理委員会を開催し のみなさんを組合員総代に決定いたしました。 立候補者数と定数が同数でしたので、以下 (敬称略)

第1選挙区:向陽東向日支部

子/森安美和子 田康夫/水谷和夫/村山晃/森下総 中川郁子/林富佐子/藤田千賀/増 河東民子/木村義治/地海香代子/ 大迫啓子/太田久仁夫/ 浅倉静代/上田加代子/薄田暁子/ 川上清美人

第2選挙区:向陽西向日支部 定数15人

律子/橋本陽子/松居正利 籐美保子/髙木春男/玉城勝子/玉 木洋子/長理恵子/中山多恵/西村 赤城哲郎/井上禮子/ ,小林登代/齊 ノ山﨑安

第3選挙区:2向支部 定数 9人

文枝/山口秀治/山本氏惠 田久美子/町田豊/三宅美幸/村井 小野留美子/木田宏司/君島渉/多

第4選挙区:3向支部 定数 13人

井美重子/森下美智子

正子/橋本あけみ/福井ともみ/牧 栄子/竹中照郎/丹野かほる/千脇

三郎/清原巳治/香山義輝/佐伯和 安部袈次/伊藤弘子/岡敏明/門野 知子/山口正/由良緑/和田正子 則/田中洋子/中村とも子/西田佐

第5選挙区:4向支部 13 人

志万幸久/勝見進/木元富士子/坂 浅井誠一/阿部美恵子/生路彰/大

> 彦 代美/廣瀬美砂/松本圭三/若杉清 口保/重本信子/中武治光/平田千

第6選挙区:5向支部 定数

10人

足立將晃/石村侔/植木良一/江口

第9選挙区:長岡京支部

定数

美佐子/川﨑妙子/倉田悠生/上坂

愛子/小林繁代/小森悦子/新庄耐

子/瀬川光子/中川多美子/中村あ

さ子/中村歩/二階堂恵子/林昭男

,福井京子/三木節子/持永由紀子

山内民子/山口孝子/山中繁

治 眞二/西井雄二/昼神猛文/山本祥 藤新一/菅野照子/千田勉/新木本 宇野迪男/岡本幸男/小林達三/佐

第7選挙区:6向支部 定数 20 人

第10選挙区:大山崎支部

定数

伊藤憲一/稲本咊/今井富江/榎本 明紘/甲斐正博/川上洋子/木村千 史香/岡谷雅美/岡庭美恵子/小黒 池上弘子/板倉洋子/井月喜八郎/

福田信二/山副スヘノ

第11選挙区:その他地域

定数

8 人

赤尾三智郎/池田廣子/立野高行/

第8選挙区:西京支部 定数 22 人

金児恵美/河本卓一郎/佐々木保幸

/原田三智子/山路卓也

赤塚賢一/大松美樹雄/加藤圭子)

本昌子/ 男/阪本逸子/澤秀子/田坂靖子/ 鳥木叔江/畑中辰也/服部真貴子/ 薫/小林しのぶ/駒井雅子/齋藤信 尾照江/遠藤綾子/大田千恵子/岡 東憲一/足達宗凡/市川弘子/一ノ /川瀬博/久野まゆみ/小寺

> 総代選挙管理委員会 乙訓医療生活協同組合 2024年4月2日

委員長

鈴木堂司

更する場合があります。

藤田和雄/湊理恵/幸ひろ子 (総代宛)、総代会のご案

状況により、予定を変

以上154人

ご協力お願いします

佛教大学名誉教授

社会保障

まちづく

金澤 誠一

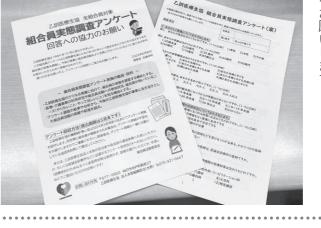
実施します。 全組合員を対象に、 ト用紙などをご覧ください。 詳細は、 アンケートを 折り込みのア

^アンケート実施の趣旨・目的~

- けて、 会とする。 乙訓医療生協のさらなる発展に向 組合員の実態を調査する機
- 医療・介護事業の利用状況や組合 する。 やってほしいこと)を知る機会と 員活動への参加状況、組合員が抱 いているニーズ(やりたいこと・
- アンケー や前進を図る。 活き活きとした組合員活動の発展 ら、今後の乙訓医療生協の事業と ト調査の結果や分析か

実施期間は5月末までを予定して

で組合員のみなさまへ報告させてい ただきます。多くの組合員のご協力 アンケー



買物代行等)が行われ

います。

をお願いします。 トの結果は、何らかの形

②「訪問型・通所型サービスA」

(一)「介護予防・生活支援サービス

事業」のサービス事業の7類型

として行われています

二「介護予防・日常生活支援総合事

(総合事業)」の内容

予防や自立支援を目的としています。 活動が行われ、高齢者の閉じこもり ます。また「通所型」ではミニデイ いう特徴を持っています。 実施する16時間ほどの研修を受講し 必要としない方が対象となります。 業対象者」の中でも「身体介護」を た雇用従事者によって提供されると そのサー 「訪問型」では生活援助(調理、 この類型は、「要支援者」や「事 (緩和した基準によるサービス) ービスや運動・レクリエーション 掃除、 ビスは、主に各市町村が

(住民主体による支援)

③「訪問型・通所型サービスB」

この類型も、 「要支援」 及 び

> される点にあります。 償・無償ボランティアによって実施 業対象者」で身体介護を必要としな い方が対象としています。 住民主体の自主活動として有 その特徴

くりし、 「通所型」は、レクリエーション・ 体操、趣味活動を通じた「居場所づ などの「生活援助」を内容とし、 「訪問型」は、調理・洗濯・掃除 定期交流会、サロン、会食

げています。 課題として「実施主体や担い手が 割に満たない状況です。 ビスB」では訪問型・通所型共に2 ない」「事務負担が大きい」等をあ 町村の割合は約5割であり、「サー ります。厚労省の調査では「サービ スA」は通所型・訪問型共に実施市 問題は、その実施状況の低さにあ その理由・

助)を推進していますが、その「受せ、住民主体の支え合い(互助・自 合事業」に移行しようとしています。 護から在宅へ」と、 改悪により「医療から介護へ」「介 でも政府は27年までに「要介護1 け皿」が十分でない状態です。それ 2」の方をも市町村の実施する「総 政府は、地域医療構想や介護保険 公助を後退さ

にじの利用者さん 度で安定している方が多いです。 半分を占めており、 クの患者さんです。 誠会診療所の患者さんが6割くらい 後期高齢者。 で回っています。患者さんの多くは 長岡京市、 日市一円と 30人程。向 後の4割は他の病院やクリニッ 南区・西京区を、 要介護1

するサ-

ービスです。主治医の先生の ケアマネジャーさんからの

に看護師が伺って、

看護ケアを提供

いる患者さんや利用者さんのところ

訪問看護とは、

自宅で療養されて

ステーションにじ

医誠会訪問看護

ステーションにじ 所長

担当する

者) さんは

思者(利用

眞柄

です。

明子

り者の平尾

依頼で始まります。

医誠会診療所では、

以前から診療

要介護度別割合 要介護度5 10% 要介護度 要介護度4 20% 13% 要介護度2 要介護度3 27% 30%

5年が経ちました。

8年に新たに事業を立ち上げ、

現 在

ステーションにじ」として、

っていましたが、「医誠会訪問看護 所の患者さんを中心に訪問看護を行

昨年の一例を紹介します。 80代の男性患者さんで寝たきり状

になりますが、4年程あります。

訪問看護師としての経験が長い

ました。訪問看護の経験は、

随分昔

別の民医連の診療所から異動してき

す。所長の私(眞柄)は昨年6月に

にじのスタッフは看護師3人で

着替え、 た。尿のバッグを見て量をチェック ルパーさんも利用しながら、清拭や めての介護に挑戦となりました。 介護者は妻。 おむつ交換を一緒にしまし

大野、

そし

て3年目で

すがしっか

と、今朝も団子を食べたいと言った 後、息を引き取られました。聞く もう意識は無い状態で、 と緊急コールがあり、 れから3日目に「様子がおか. わ」と妻は言われました。そしてそ てしまいます。「そうか…覚悟する なくなれば、 急に出なくなりました。尿が全く出 半年経った頃、 ヒトは数日で亡くなっ 病状が変化。尿が 駆け付けると その15分 しい

比較的病状が軽 -と2の方で約

バイク

うよね。 たちのお陰」と泣きながらお礼を言 った。こんなに穏やかに逝くなん ってくださいました。 て。初めてで、私よく頑張ったと思 「こんなに上手くいくと思わなか ありがとう。訪問看護さん

よろしくお願いいたします。 のが訪問看護です。 いことや楽しいこともたくさんある 悲しいケースもありますが、 皆さま、 嬉し

これからの予定

妻は80歳にして初

- ●各支部総会 ※各支部ニュー スをご確認く
- ●6月16日 (日) 第45回通常総代会

やかな日が数カ月続きました。

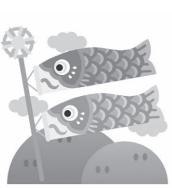
がゆっくりだったので、

まずまず穏 病気の進行

してから尿を捨てる…。

●6月2日(水) 『青い空』仕分け作業日

お知らせ 診療所内に、職員紹介 代の変化と個人情報保護 の観点から検討した結果 掲示を取りやめることと いたしました。何卒ご理 解いただきますようお願 い申し上げます。



7 青い空 2024年5月号



頼れる訪問看護

向陽東向日支部

月10日(日)医誠会2階ホールにお いて13人の参加で行いました。 支部主催の「春のつどい」を、 3

柄明子さんからお話がありました。 やすく具体例に基づいて説明してい 看護で行われている内容を、分かり パワーポイントを使いながら、 訪問看護ステーションにじ所長の眞 について」というテーマで、医誠会 第1部は、「おすすめ 参加者からはたいへん好評 訪問看護 訪問



春のつどいの参加者一堂で

した。 でした。 がら看護されるところに確信を得ま 特に、 利用者に寄り添いな

会を行いました。各組合員の現実に たと思います。 緒に交流できたということはよかっ に交流できたこと、職員も含めて一 おかれている現状を出し合いお互い 第2部は、 学習会に基づき、 (新堀悟史) 交流

洛西おれんじカフェ開催 1 8 0

西京支部

3月17日 (日)、

午前10時から境

カフェ)を開催。 谷会館で、 おれんじカフェ(認知症

りませんとのことでした。 ルツハイマー)を完治させる薬は有 症の薬の話を少ししてもらいまし 員5人が「見学」として参加、認知 きました。今回はエーザイ製薬の職 た「認知症の薬」についての話を聞 会の塚本先生による新たに開発され まり、毎回参加頂いている西京医師 り「元気おばちゃんの体操」から始 今回は53人の参加でいつものとお 残念ながらまだ認知症(主にア

います。 ス、カフェ欅の4団体で実行委員会 区の民生委員、家族の会、アドナー 13年7月に第1回を開催。境谷学 途切れの無い福祉・医療を目指して の町で暮らせるまちをつくる事と、 権が守られ、今まで通り安心してこ 談話。認知症になってもその人の人 楽しく合唱して、 その後定番の懐かしい歌を演奏、 洛西おれんじカフェは20 コーヒータイムで

東支部長は子ども食堂も開催してい T等の有資格職員さんが毎回参加。 として参画。アドナースのST、 支部長がカフェ欅の代表で、 認知症カフェと子ども食堂との 支部 Ρ



会場いっぱいの参加者

コラボの実現を目指しています。 (東憲一)

早春賦・開花宣言1日前 6向支部

の参加。 付きで1時間半。私は今回が初めて 都府立植物園への春レクに参加しま ŧ した。参加者は16人。行程はガイド 曇天、 ガイド付きも初めての経験。 肌寒い3月2日(木)、 植物園の北山門からの入場 京

桜、 の1日後に開花宣言されたが、河津 ただ桜園の染井吉野はまだ蕾。こ 彼岸桜、 寒緋桜などの早咲きの

を楽しませてくれました。 り好きではない私には、この方が目 作られ結実できない染井吉野があま 桜が咲き誇っていました。 人の手で

る笑顔から元気をもらえた一日でし 念。その後、北山通沿いの「うまい 室を見学できなかったのは、少し残 援したくなります。時間の都合で温 いただきました。皆様の楽しんでい もんや こむ」で美味しい昼御膳を ガイドさんの一所懸命な解説も応 (川上貴史)

うたごえ喫茶をやっています 4向支部 お父さんコーラス

校のPTA活動の中からはじまった 「おとうさんコーラス」。 992年こども達の通った小学

初夏・秋・年末の年4回程度。 開催をかさねています。開催は春・ え喫茶」に衣替えをして8年以上の たごえ居酒屋」から昼間の「うたご -5年の10月から夕方の「う

年あまりも継続. 馴染の方も参加してくれ毎回10人程 ター発行)の中の曲をその場で選ん 毎回「うたごえ歌集」(音楽セン 伴奏で歌っていきます。 しているとだんだん 8



ギターを伴奏に歌う参加者

度で一緒に「うたごえ喫茶」を楽し

じいさん」に様変わりしています… んでいます。 グループは現役時代を終了し「お

知らせします。 て下さい。 ます。組合員のみなさんも歌いに来 約2時間、 定期に寺戸コミセンで、13時半から ばらく継続を…と思っています。 不 としての「うたごえ喫茶」はもうし 「年間4回の互いの生存確認?」 開催は支部ニュー お茶と歌集を用意してい (生路彰) ースでお

お出かけ散歩

大山崎支部

歩数は約8000歩。皆で楽しくお が出て当日参加は6人。散歩の往復 10人でしたが体調不良などで欠席者 るところです。当初参加申し込みは られていてスポーツのグランドもあ した。そこは建物の屋上に庭がつく センター公園(長岡京市)に行きま しゃべりしながら行きました。 3月19日 (火)、歩いて洛西浄化

人のように)人と、その姿にまた皆 枝で食べる人、手で食べる(インド と大騒ぎ。仕方なく落ちていた木の に弁当を広げると「お箸を忘れた!」 会話に花が咲きました。テーブル 公園の桜はまだつぼみでしたが、

りの時を過ごしました。(安田義明) 眺めながら、楽しい食事とおしゃ 走り回っていて、その和やかな姿を 公園の広場では幼稚園児が楽しく

今年も大極殿でお花見 5向支部

花見会を行いました。 3月3日(日)、大極殿公園でお

> 広げて、 ど遅い開花です。大極殿公園でも同 のお花見と対照的です。 様でした。 も、一輪の桜花もありません。 今年の桜開花は、 傍らの桜の木を見上げて いつもの場所にシー 昨年より12日ほ 昨年 トを

撮り、 終わりました。 近状を述べたりして、自己紹介。神 り、そこで、 幸記念碑の後ろの桜は開花してお 等を合唱して、天皇皇后両陛下の行 崎屋の弁当を頂いた後、 ンの伴奏で『さくら』『春の小川』 参加者15人はそれでも、 今回の少々寂しいお花見会は 参加者一同記念写真を エレクト (山本祥治) 個々に、



咲きはじめの桜の下で



鶏肉のうま味をご飯に炊き込んで。

エスニックチキンライス

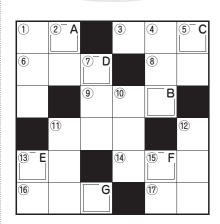
• •	Pres.		

	「鶏もも肉 1枚(250 9)		きゅうり1本(100 g)
 材	酒 小さじ1		トマト1個(1509)
材料	塩 小さじ1/5		香菜(あれば) 適量
2	_ コショウ 少量		- レモン汁 1/2 個分
人分	「米 ──── 1カップ(170 g)	a	水 小さじ1
-	水1カップ		_ 塩コショウ 少量
	しょうが(すりおろす) … 1/2かけ		

熱量 251Kcal 塩分 0.7q

- ①米は洗い水気をきって炊飯器に入れ、分量にし ょうがを加えて30分おく。
- ②鶏肉は余分な脂を除き、酒、塩、コショウをふ る。①に入れ普通に炊く。
- ③きゅうりはめん棒などで軽くたたき割り、一口 大に切る。トマトはくし形に切る。香菜は食べ やすい大きさに切る。
- ④②が炊きあがったら鶏肉を取り出し、食べやす い大きさに切る。
- ⑤器にごはんを盛り、鶏肉、きゅうり、トマトを 盛り合わせて香菜を置く。
- ⑥③を混ぜ合わせて添え、好みでかけて食べる。

クロスワードパズル



□の7文字でひとつの言葉を作って 〈タテのカギ〉 ください。答えをハガキ・FAX・メ ール等で送ってください。正解者の なかから抽選で5人の方に図書カー ド (500円) をプレゼントします。住 所、氏名をお忘れなく。余白には『青 い空』の感想や意見など、何でも結構 ですので書いて送ってください。紙 面の都合で一部編集させていただく 場合があります。

締め切り 5月末日 前回の答え「ハルハナノミノ」 当選者 (星野さん 谷口さん 西垣さん 髙沢さん 徳本さん)

Α	В	С	D	E	F	G

〒617-0002 向日市寺戸町殿長37

乙訓医療生協「青い空」編集委員会 FAX: 075-921-0667 メール: info@otokuni-hcoop.com

①○○○四面のやぐらの上で~♪ ②かたくなに断ること ④サウジアラビアの首都 ⑤林より木が多い

- ⑦○○○まくなし、しょっちゅうの意 ⑩いろいろな形の木片を積んで形をつくる遊び
- ⑪メキシコ料理、トウモロコシクレープを肉、 野菜をはさみトマトソースで食べる
- ⑫初夏、川辺の妖精、光の幻想
- ③神社に奉納する絵入りの額 ⑮パレスチナ自治区、今イスラエルの攻撃に さらされている

〈ヨコのカギ〉

- ①相撲の準備運動。片方ずつ足をあげ土俵を 踏みつける動作
- ③阿寒湖に生息する丸形の藻。天然記念物 ⑥トバク場。大阪万博の跡地をこれにする計画が ⑧どんな障害にも負けない決意。○○が降っても 9能登の被災地に早く安息できる○○○を
- ⑪昔の方位の名。南東にあたる ⑬○○バッグ、○○ライフ
- ⑭鋳物などをつくる木製の型
- 16サザエさんの夫
- ⑪現在の政治資金規正法は○○法だ

(長岡京市・緑が丘

黒田愛子)

しまいました。 柳の作品、 (西京区・大原野 思わずニヤリと レベル高いです。 横井由美)

門別最優秀賞受賞おめでとうござい 『青い空』機関紙コンクー Ϊ́ι 部

ます。

ろ大変でしょうが、 様の努力と情熱を感じます。 も魅力的な紙面に、 ますように。 講評にあるように、 (宇治市・白川 末永く継続され 編集委員会の皆 毎号とて いろい

中平一三三)

春賦」を思い出しますが、 ついてよく知っていたわけではなか 「はるはなのみの」と聞けば その歌に 早

です。 れますね。組合員に若い方が増える は大学の後輩で同じ名前なのですぐ といいなと思いました。 に意気投合し、その頃から大ファン 文化は生きる勇気を与えてく

医療生協のたまり場



長岡京支部 パーキンソン病の家族の会

[日 時] 毎月第3土曜 10時~11時30分 [場 所] 長岡京組合員活動センター『青い空』 [連絡先] TEL.075-921-0667 (法人本部:組織)

けでなく当事者の方も来られていま ご夫婦が参加されました。ご家族だ

お互いに病状のこと、

治療のこと、

り、2月には8人、

3月にまた新しく

ュースで呼びかけ、

1月に7人が集ま

話で、この会が始まりま.

支部二

キンソン病の組合員Aさんからのお電

昨年12月、ご家族が若年性のパ

事者・家族を問わず集まりましょう。

(小森悦子)

けていきたいです。 話し合いながら各々の幸せの形を見つ っていきたいです。 た心をほぐしたいです。ほぐれて軽く を出し合い、聞き合い、 がありました。 なった心で、 緒に笑ってパーキンソン病に向き合 キンソン病は多種多様です。 病気を抱えている家族と 集まって日ごろの思い 支部を問わず、当 緊張で固まっ

大きいと思います。今後ともたい 活動に寄与する『青い空』の存在は に敬意と謝意を表します。 よろしくお願いします。 んでしょうが楽しみにしています。 (向日市・寺戸町 多謝。 菱田昭郎)

ています。

6代には歩いて行っ

た事

いですが交通の便が悪く残念に思

もあります。

(西京区・樫原

藤原敏子)

山に行くと元気な70代80代にお会

て頑張ろうと思います。 します。 (向日市・寺戸町 私も人生の先輩を見習っ 住田珠江

₩

健康チャレンジ、

皆さん凄いです

続けていこうと3月にサロンになりま

した。以下はAさんの発言です。

「病気する人も辛いけど横で見て

や全国の組織などからも情報を頂き 情報交換をしています。乙訓保健所 難病補助制度のことなど出し合って

> 合いたいです。長年難病と付き合って いらぬ緊張を生んでいると気づくこと る家族がどんな思いでいるのか?話し 家族間の思いのすれ違いや言え 心の不自由さやしんどさ 管理栄養士の料理、

> > りがとうございました。

両親が掲載

が使われるのか、 するのか楽しみにしています。 組合員さん登場、どんな方が登場 (向日市・上植野 楽しみにしていま 毎回どんな食材 星野泰亨)

をありがとうございま-

(長岡京市・金ヶ原 西垣裕子)

に保管していました。素敵な思い出 された『青い空』は父がとても大切

めでとうございます。日頃のご苦労 機関紙コンクー ・ル最優秀賞受賞お 医誠会の

来ます。

医療生協の催しに参加.

今のところ:

人で外出することが出

形性膝関節症が両足にあるのですが 健康チャレンジを続けています。

変

意識して体力を維持できるように

出して、 加し元気を頂きました。 長岡京支部の組合員のつどいに参 さあ皆さま、 レストラン楽しみましょう。 (西京区・大原野 美術館、 春です。 図書館、 松村みよ子) しっかり コン +

湊愛子さん

また、 お仕事をさせていただいて本当にあ 父が長い間お世話になりま

私も次はチャレンジ (向日市・物集女町 したいです

松山雅子)

11 青い空 2024年5月号

景を歌った唱歌としてつくられ

うことが分かった。

(西京区・御陵

正時代の初めに、

長野県安曇野の情

ったので、

調べてみたら、

なんと大

母も短い間ではありましたが

組領強 4向支部

おおしま 幸久さん(80)

SLと共に42年

ゆるポッポ屋の4数年でした。 があります。 の経済成長を担ってきたという自負 名前は変わりましたが鉄道員、 から定年の6歳まで国鉄からJRと 昭和37年、高校を卒業した18歳

れ定年までこの仕事をしました。 車両検査の方が向いている」といわ くすごい熱気、 陰線で乗車しました。トンネルが多 模型の運転台で練習をくり返し、 区で毎日機関車の動輪みがき。試験 をかまに放り込むたいへんな仕事で を受け機関助手、 最初に配属されたのは梅小路機関 機関士試験を受けたとき「君は 助手はSLのかま焚きです。 煙とすすの中で石炭 機関士の道を進み Ш

ゼの城下町、 く楽しい仕事でした。 子どもらが大喜びする姿を見て嬉し は山口線など限られるようになりま に応えて梅小路から出張しました。 玉にしたイベントがあり、 ていました。 綾部市大島の生まれ。 地方のまちなどでSLを目 農家だったので蚕を養 綾部はグン

笑顔、 えています。 ばあちゃんが糸を紡いでいたこと覚 職場では優しい話し方、 人望が厚く動労(国鉄動力車 綿花も作っていて、 穏やかな

労組)、 振り返ります。 組合となっての苦労もあったと 委員長を務めました。 分れた全動労でも支部の役 少数

() 配の種も持ちこみます」と苦笑 た。 も2人、孫4人に恵まれまし 出会いがきっかけでした。子ど 結婚。若者たちの交流の場での 27歳で看護師の美枝子さんと 「孫はかわいいけれど、心

ときから日本ベトナム友好協会 長を引受けてきました。 PTA会長、 地域では寺戸中、 医療生協の支部 向陽高でも 現職の

> たすごい国です。 驚きでした。 昨年10月訪れ、 に加入、ベ しました。 当初は貧しかったけれど トナムには5~6回訪問 さすがアメリカに勝っ その発展躍動ぶりは

貸出要請

ディーゼル、

電化が進み活躍の場

すが戦争だけはしてはいけないと強 く思います。 を拾いました。 父は中国に出征、 世界のあちこちで戦争がありま そして僕がいま 負傷して帰国

す。

生に感謝しています。 けてください。 らず今日に来ています。医誠会の先 見つかり手術、 70歳を超えて健診で、 早期発見で大事に至 健診はぜひ受 膀胱がんが (清原



雑 編 感 集

計画 規模アリーナ建設 うな向日市への大 降って湧いたよ もともと府

集女街道は拡幅工事が続けられ さらされていると言っても過言 3番目に小さい市です。その為 日本では1番小さく、全国でも 絡めて向日市へ振ってきたもの。 動にあい、 ろが京都市民の粘り強い反対運 立大学での整備案でした。 整備されていません。 ているとはいえ、 ではありません。幹線道路の物 か道路が狭く生活道路が危険に た。老朽化した競輪場の整備と 向日市の面積は7・72㎞で西 建設を断念しま 歩道も満足に

のアリー このような環境で1万人規模 ナ計画は無謀に近いも

平穏な住宅環境を一変させる計 かりです。 日市に住んで良かったと思え をまじめに聞いてほしいと思 何よりも住民への説明なしに 市民のための整備を願うば 競輪場の整備計画には向 府や市は地元住民の意見

乙訓医療生活協同組合

〒617-0002

京都府向日市寺戸町殿長37番地 TEL·FAX 075 (921) 0667

発行責任者 上西 良太 組合員総数 6,207人 出資金総額 198,007千円 (2024年4月1日現在)