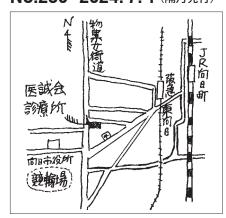
キャダ

題字/蔡 東隆先生

乙訓医療生活協同組合 No.230 2024. 7. 1 (隔月発行)





医誠会診療所 診療体制表

		月	火	水	木	金	土
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 (内科/第1·3·5週) 池原 (内科/第2·4週)
9:00~12:30	2診	大山(内科)	大山(内科)	大山(内科)	小林(紫)	大山(内科)	休診
午後 13:30~15:00			山西 (完全予約制)			休診	休診
13.30 - 13.00		【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

駐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

アクセスはこちらから▶



https://www.otokuni-hcoop.com/ Eメール: info@otokuni-hcoop.com



長岡京支部 長岡京センター

パーキンソン病の家族の会

病気に関する情報交換、当事者も参加し 本人家族のはきだしの場、家族のリラッ クスできるイベント

毎月第3土曜日	10:00~15:00
200円程度	申込不要 ★

ハイツ三ノ宮102号室 西京支部

13 ほっこりサロン樫原

うたう会、トーンチャイム、ウクレレ

不定期、都度	午後
200円程度	申込不要

西京支部 | 境谷会館内「カフェ欅」

14 みんなのけやき

認知症カフェ、子ども食堂、何でも相談、 おしゃべり、『青い空』をみんなで読むなど

日・月休み	9:00~17:00
無料 (ドリンクなど有料)	申込不要

大山崎支部 赤尾さん宅

棚ぶどう

お食事会、健康麻雀、映画会、体操、健康 づくり学習会、地域高齢者のつながりの場

毎月第3火曜日	不定期
実費	要申込

長岡京支部高台自治会館

サロンあじさい

落語、手芸、ギターで歌う、卓球バレー、 オカリナ、ダーツ、クリスマスパーティー、 大正琴、百人一首、手品、アコーディオン、体操

毎月第4木曜日	13:30 ~ 15:30
200円程度	申込不要

長岡京支部 瀬川さん名、神足公民館、神足ふれあい町家

光子のへや

講師による健康講話、歌、踊り、三味線 おしゃべり会、映画、また地域別で多く の人が参加できるよう工夫したイベント

毎月第3木曜日	チラシでお知らせ	
	要申込 ★	

長岡京支部 長岡京センター

10 サロンさいこ

高齢者中心に集まってゲームやお喋り、 健康チェック、長岡京の社協にもサロン 登録している

毎月第2月曜日 (変動あり)	13:30~15:00	
100円程度	申込不要	



長岡京支部 長岡京センター

おしゃべりカフェ青い空

おしゃべり&コーヒー、相談、トランプゲーム 毎月第2・4十曜日 13:30~15:00 200円程度 申込不要 \star



13

14

長岡京市

大山崎町

西京区

8

3

向日市

5

長岡京センター

10 11 12

15

1 2

わたし "く

診療所から離れていても組合員が気軽に集まれる場所がほしいと、 2004年に西京区樫原「ほっこりサロン樫原」から始まった地域支部の拠 点、今では組合員や地域住民が楽しく集える「たまり場」として15の地 域で活動しています。食事会や健康体操、おしゃべりや趣味のサークル など地域によって活動内容は異なりますが、人との出会いと笑顔が免疫 力を高めてくれます。他支部の方の参加も可能ですが、★印のついてい る所は事前連絡が必要です。

場所 名 称 取り組みの内容 開催日 時間 申込みの要不要など

表の見方

---- 問い合わせ -

☎921-0667 法人本部:組織

活動内容は変更があります

小林さん宅 5 向支部 ほっこり5東

お茶会、お食事会、年1回たけのご掘りなど

毎月第3土曜日	お茶会 14:00~ お食事会11:00~
300円~500円程度	要申込

5向支部 井上さん宅

|ほっこり山ノ下

おしゃべり会、参加者の希望する活動など 毎月第3水曜日 14:00~16:00 (8月は休み) 100円程度 申込不要

丹野事務所 6向支部

|ほっこり竹の径

楽しくおしゃべり、お食事会など

毎月第3木曜日	13:30~15:00 (お食事会の時は、 11:30~14:00)
100円~ 300円程度	申込不要 ★

長岡京支部 川崎さん宅

サロン奥海印寺

おしゃべり、体操、近場へ散策など $10:00\sim12:00$ 第2月曜日 申込不要 必要に応じて

| ほっこりレインボー 近況報告、カラピア合唱 毎月第2月曜日 $10:00\sim12:00$ 申込不要 100円

向陽東支部 医誠会診療所

向陽西支部 医誠会診療所 2 ほっこり桜の径 味噌づくり、七夕飾りなど 不定期 不定期

要申込

材料費実費等

2向支部		上野る	さん宅
3	サロン	さく	らんぼ
おし	やべり、打	fり紙、	健康チェックなど
] 3/3	29日 月、12月は翌	变更)	10:00~11:30
無料	(飲み物持	詩参)	申込不要



🚱 青い空 2024年7月号 青い空 2024年7月号 2

特定健診がはじまります! • 後期高齢者医療保

社会保険加入の方の特定健診は4月 は7月からはじまります。京都市や 険加入者の特定健診が、乙訓地域で 健診を受けたい方へ、 よりはじまっています。より詳しい 今年は医誠会

> の健康状態を知り、今後の健康維持 受けやすくなりました。 ドックの期間や対象範囲を拡大し 忙しい毎日でも、

や改善の方法を考えませんか。 年に1度は自分

金澤 誠一



④「訪問型・通所型サービスC」 (一)「介護予防・生活支援サー この「訪問型」は、「要支援者」 事業」のサービス事業の7類型 (短期集中予防サービス) ービス

西京支部) などの健康診断を実施しています。いずれも予約制です。ご予 午後1時以降にお願いします。 約・お問い合わせは、 や「事業対象者」の中でも特に閉じ こもり等の心身の状況のため通所に

佛教大学名誉教授 社会保障 (V)

まちづく

動脈硬化

下記項目が無料~1,000円で受けられます

血圧

牛活習慣病予防健診

身長・体重・腹囲

より詳しい健診を受けたい方は下記の健診もあります

心電図(対象者のみ)

各種健診料金+8,800円

腹部エコーありの場合は12,000円

協会けんぽ加入 の方対象

尿検査

期間・対象

拡大

腹部エコー

※社会保険は受診券参照

自治体検診

特定健診など各種健診

特定健診

血液検査

大腸がん

前立腺がん 胃がん もの忘れ ※対象者は自治体広報参照

その他、雇入れ時の健康診断や企業の定期健康診断、京建労健診(乙訓支部

予約電話(午後1時以降)☎921-0661 医誠会診療所

訪問に

業対象者」でも入浴、調理、 を対象に、保健・医療の専門職がそ 談・指導などを実施するものです。 に関する問題を総合的に把握・評価 の方の居宅を訪問し、その生活機能 し、社会参加を高める為に必要な相 また「通所型」は、「要支援」「事

グラムを実施するものです。 為の改善を目的とした介護予防プロ 療の専門家が、週1回以上、生活行 に支障のある方を対象に、保健・医 よる介護予防が必要と認められる方 よる事業への参加が困難で、

買物等

回に分けて、 事延べ15人が参加しました。 開催され、各支部総代延べ47人と理 14時からと22日(月)18時からの2 春の総代懇談会が4月20日 オンラインを併用して \pm

む重点課題の説明がありました。 告と課題、そして、今年度に取り組 の事業・経営および各活動分野の報 「2023年度の振り返りと202 4年度重点課題」と題して、 懇談に入り、新しい診療所の土地 懇談会は、 初めに上西専務より 前年度

る収益減など、経営への影響が大き

常務理事より解説を受け、学習しま

ŧ

士との委任契約費用33万円を決裁

ハラスメントの対応に対する弁護

介護報酬改定の内容について藤田

4月理事会報告

理 事

会だ

ょ

ンの副主任登用と、非常勤介護士1

人の採用を確認しました。

り

【協議事項】

人事関連で、

訪問介護ステーショ

した。訪問介護の報酬切り下げによ

【経営状況】

【経営状況】

4月度は、

医療・介護事業ともに

5月理事会報告

総代会の議案を討議しました。

3月度の医療事業は、補助金やワ

い改定内容です。

と一緒に取り組んでいくことが確認 含めテンポを速めて組合員の皆さん も出されましたが、新しい診療所も 手の確保に困っている」などの意見 との関係について疑問や要望が出さ いの会やオレンジカフェと医療生協 続可能な事業展開の視点」の身の丈 や、報告の中の「身の丈に合った、持 協力をお願いするべき」などの意見 や資金について、「もっと組合員の 組合員の活動の分野では、 また、「組合員の高齢化で担い 支え合

> ビスB」に結びつくように配慮する 地域の「通いの場」や「通所型サー 動・社会参加が維持されるように、 期集中的実施で、 いずれの場合も、 終了後引き続き活 3~6ヶ月の短

⑤「訪問型サービスD」 としています。

(住民主体の移動サービス)

⑥「その他の生活支援サービス」 内容は、通院や通所型サービス、 援や移送前後の生活支援です。その ビス事業と一体的に行われる移動支 償ボランティアで行われるものです。 体が実施する場合の送迎を有償・無 般介護予防事業における送迎を別主 これは、 介護予防・生活支援サ

期的な「安否確認」などです。 れる場合に効果があると認められる 業であり、「訪問型サービス」や に自立した日常生活支援のための事 への「見守りと共に行う配食」、 ための「配食」や一人暮らし高齢者 ものです。具体的には、栄養改善の 「通所型サービス」と一体的に行わ これは、 問題は、これらのサービス類型も 「要支援者」などを対象

の理由・課題として、担い手がいな その実施状況の低さにあります。 いこと等が挙げられています。

総代懇談会を開催

されました。 はどの程度か、疑問が出されました。

職員プロフィール

10年ぶりの仕事に ワクワク



ヘルパー 酒井 麻美さん

√回勤務しています。 現在、 訪問介護のパ トとして週

でした。 かけは、 はずっと連絡をもらっていたので 近かった医誠会を選んで、面談しま 初めての職場をここに決めました。 て資格を取得。面談後も医誠会から いとアドバイスがあり、 話だけでも聞いてみようと、家から 育てとの両立が難しく、 した。そこでも資格を取った方がい を取ろうと学校を探しましたが、 子育てが一段落したので、 介護の仕事に就こうと思ったきっ 介護の必要性を感じ、 祖母が転倒し骨折したこと 学校に通っ 先延ばしに。 まずは 資格 子

います。 思っている」とのお話でした。 「ありがとう」の言葉が嬉しくて、 を踏み出すのに勇気がいった」と言 のたびに「もっと支えになりたい 働くこと自体が10年ぶりで、「一歩 それでも利用者さんからの (多田)

確保ができました。

回収状況等報告を受けました。

を受けました。

組合員アンケ

トの

しました。

監事より決算監査の報告

終的には目標を大きく上回る剰余金 収益が減少傾向にありましたが、 大幅な確保ができた一方、

下半期は

総代会議案について討議し、

決定

となりました。上半期に経常剰余の 万円と、1千万円を超える剰余確保

【協議事項など】

の超過となりました。

状況は、

累計経常剰余額が1267

字でしたが、予算に対し138万円

経常剰余金は▲47万円と赤

予算超過しました。

達となりました。

3月度を終え、期末決算前の経営

の執行となりました。

抜けない状況となっています。 入への影響が見え始めており、 る訪問介護の単価の引き下げは、

気の

事業費用も人件費、経費で予算未

経常剰余金は20万円の黒字

は収益予算に届かず、

介護事業全体

ったものの、

訪問リハビリを除いて

看護を除き、予算目標を達成しまし

た。ただ、今回の介護報酬改定によ

は件数がやや改善。

介護事業は訪問

収益予算を超過しました。在宅医療

では予算に未達となりました。

事業費用は人件費を中心に予算内

達成、介護事業は前月より改善はあ クチン接種による収益増があり予算

大田管理栄養士 料理

コラーゲンたっぷり!

軟骨も残さず食べればコラーゲンがアップ。 黒酢で煮込めば、やわらかくなって食べやすくなります。

鶏手羽とれんこんの黒酢煮

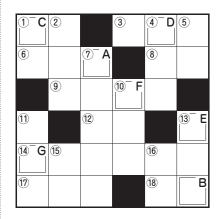


		鶏手羽元6本
材		れんこん(皮を除く)200 9
料料		しょうが、にんにく
2		サラダ油 適量
入分)		- 黒酢、しょうゆ、酒
77	a	水 1/4カップ
		_ さとう 大さじ3
/		

熱量 343Kcal 塩分 2.4g

- ①れんこんは一口大の乱切り。しょうがは皮付きのまま 薄切り。にんにくはつぶす。
- ②鍋に油を熱し、鶏肉に焼き色をつける。余分な脂はキ ッチンペーパーでふき取り、れんこんを加えて炒め全 てを取り出す。
- ③ ⑥を強火にかける。煮立ったら、しょうが・にんにく・ 鶏肉・れんこんを入れ、蓋をして中火で15~20分 煮る。

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 7月末日 前回の答え「コドモノエガオ」 当選者 (星野さん 大瀬さん 吉村さん 川嵜さん 土江さん)

Α	В	С	D	Е	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痛っ。頭を打って〇〇ができた
- ②サザエさん、鉄腕アトムの原作は〇〇〇で
- ④家の妻に一段高く設けた土壁、防災のため に。○○○が上がらない。
- ⑤手塚治虫の『リボンの〇〇
- ⑦日本から唐に派遣した公式使節空海や最澄 も行った
- ⑩南米ペルーの都市、インカ帝国の首都だっ
- ①キリストのお母さん ③こびとの事なら何でもわかる『こびと〇〇
- ⑤体操競技の一つ。マットの上で行う ⑥どろぼうの始まり

〈ヨコのカギ〉

- ①馬のこと
- ③憲法9条は戦争000、戦力不保持、交戦権 否を定めている
- ⑥本家⇔○○○
- ⑧祭りで人形や鉾をのせ引き回す屋台 ⑨デュマ作『モンテクリスト伯』〇〇〇〇王 ⑫バレーボールで攻撃の際アタッカーに打ち
- やすく軽く球を上げること ⑭はやり歌、歌は世につれ世は歌につれ
- ⑩日本の標準子午線135°が通るまち
- 18得⇔○○

『青い空』仕分け作業日

8月28日(水)

原水爆禁止世

上 界 大 会

広

8月4日(日)

組合員実態調査アンケート

5月~6月末までの期間で「組合員実態調査 アンケート」に取り組み、多くの組合員にご協 力いただきました。ありがとうございました。

現在集計中であり集計・分析が済み次第、皆 さまへ『青い空』の紙面などを通じてご報告さ せていただく予定です。

(組合員活動委員会)

7月12日(金)、 いのちの章典実践交流集会 13日(土)

これからの予定

※詳しくは折り込みチラシを 7月27日(土) いのちの章典学習会 ご覧ください

.................. 健康チェック&スクエアステップ

** ** ** ** ** ** ** ** ** **

師が行いました。 (骨密度測定、 を会場に開催。 結果説明と健康相談を看護 \pm 血圧測定) 前半は健康チェック 洛西の境谷会館 を16人に

然と声が け?」「できた、 難しくなり、 簡単なステップから始まり少しずつ ほとんどで、 加。スクエアステップ初体験の方が クエアステップを行 しい時間となりま. 後半は廣瀬美砂され **八ずつステップで進みます。** もれます。 「あれ、 講師の説明と実技の 上手 した。 体と頭を使い んを講師に、 どうやったっ ſĺ など、 (水野) 人が 参

され

人が参加しました。

5月25日(土)、

支部総会が開催

6向支部

音楽ライブと総会

うめはらなかせ」

音楽コンサ

ギター

-伴奏でハ

, ーモニ-

部はギタ

とボ

カル男女2-

切にいつまでもお元気でいて下さい き感謝しております。 の介護で生活の限界を助けていただ にいろいろアドバ しゃる方が多く、 になり助けて頂いたと喜んでいらっ 病の話は共通で、 同じ苦しみを持つ者同士、 せんでしたが、 ご近所の方と各家庭のお話は. 最近80歳代になり 私も洩れなく先生 山西先生のお世話 イスを受け、 先生お体を大 つい老人 主人

楽しく元気にスクエアステップ



西京支部

ま した。 グラン ドピ

はずみます。

昔からの知合いの様で

そうだったの?その方に会うと話が

組合員さん登場の記事は、

い

や

₩

(そうだったの、

大変でしたのによ

にはびっくり。 アノが2台ならび連弾で4人の演奏 に寄せてもらい 先日は友人の自宅でのコンサ またお客が 6人本当

ることがシバシバです

(向日市・寺戸町

(婦規子)

く努力されましたネ)等身近に感じ

ありがとうございまし ンスやギロッ にもったいなかったです。 (京都市 Ź, 大原野 ひとときの別世界 サンサ

松村みよ子)

(,

き

学びとなりま. (向日市・寺戸町

吉村愛也)

組む姿が文字から色々知ることが 地域で人生の先輩たちの健康に取

#

膝の

「再生医療」

ついて、

特集.

てほし (宇治市 () $\dot{\boxminus}$

中平 \equiv

80歳過ぎて杖を使うようになり

(京都市・樫原 藤原敏子)

支えあう健康づくりまちづくり」

楽

向日市

寺戸町

喜多文子

なり、

外出も沢山出来るように。

老

人センターで運動もして

ます。

になってこの3月位から杖が不要に

たが、

健康チャ

ert

ンジをするよう

しく集える場を企画します。

布者は5人増えて

81人です。

人減りました。

『青い空』

の配

支部のスロー

-ガンは

「手をつなぎ

を迎えましたが施設入所や死去など

の組合員数は786

新

しく 29 3月末

報告と方針で始まりました。

あふれる30分でし

た。

2部の総会は、

牧井支部長からの

ク、

替え歌交えてのライブ、

笑顔 <u>خ</u> اح

> ほぐすことが大事だと思 を読みました。 キンソン病の家族の会の記事

(京都市・大原野 大事だと思いました。。話し合いながら心を 横井由美)

7 青い空 2024年7月号

向陽西向日支部

井上 禮子さん(80)

保健師ひとすじ

りは一生の財産となりました。 長でき、できた周りの人とのつなが 師として働き続けることで自身も成 三重県鈴鹿市の生まれ。 働くことは生きがいづくり。保健 父はフィ

成長下で職場では過酷な労働環境に をめざし、 が看護師として姉と妹のわたしを育 リピンで戦死、 生管理課室に就職、 たいと静岡の保健師学校に進みま ててくれました。 早く自立したいと母と同じ看護師 卒業して名古屋の三菱重工の衛 在学中より公衆衛生の仕事がし 京大付属看護学校に入 顔も知りません。 当時は高度経済

> ました。 学童保育の充実のため運動をすすめ てながら多くのお母さんたちと連携 事に就きました。 に住むことに。 て「〇歳児からの保育」や保育所 27歳で結婚、 町役場で保健師の什 向日町(翌年に市 3人の子どもを育 制

守るためがんばりました。

凍りついた道を走るのは怖かったで 2のふるさと的存在となりました。 わり広大な県内を走り回りました。 ここでも県農業協同組合の保健師と 20年間この地で過ごすことになり第 「冬は太平洋沿岸の釜石や大船渡へ って、農業労働や農村衛生にかか 夫の赴任で岩手県盛岡市に転居

すねぇ」

近くにと思ったのです を聞く」ことでした。 大事にされました。 分のすることが見えてき いた母のことが気になり て組合員さんからとても たことは「ていねいに話 知らない土地でまずし 60歳の定年を迎え、 老

声を思い出し、 が、 生協に帰ってきてや」の 蔡東隆先生の「医療 子育てを

体をこわす人が多く、

現場労働者を

しんでいます。 の運営委員を引き受けています。 カリナを習ったり今はコーラスを楽 した懐かしい向日市へ帰ってきまし 夫も理事を務め、 わたしは支部

態は餓死のようでした。 などを開いています。 く現地の土を持ち帰り葬りました。 フィリピンに行きました。 たくなり厚労省の戦没者慰霊事業で 「京都平和遺族会」に入会し講演会 退職後、 父の死の現場に行ってみ 父の骨はな 戦死の実

ません。戦争は破壊と不幸を生むば くしたいと思っています。 かりです。平和を守るため微力を尽 ウクライナ、ガザと戦火が収まり (清原

雑 編 感

白い記事がありま た。 関係について面 認知症とペット 認知症にな

果たしていると考えられます。 歩が必要となり、外出が増え近 など、つながりが大きな役割を 所の人と挨拶する機会も増える る人は平均値より明らかに低い 均値と差はないが、犬を飼ってい る確率が、 というものでした。犬を飼えば散 猫を飼っている人は平

が進んでいます。 円も払わせる、このようなこと 換えていく、例えば人とつなが るための出会い系サイトに何千 のサービスや商品の購入に置き つながりを切って、すべて企業 今の社会は、個人個人の間の

効なことは学術的にも明確であ 変えていこうとするものです。 ポーツ (つながりながら楽しむ) アム・アリーナ改革も、 から観るスポーツ(金を払い個 (個人がそれぞれ楽しむ) へと を進めましょう。 つながることが健康維持に有 様々なつながりの創造へ活 全国で進んでいるスタジ (鈴木堂 するス

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