

健康とくらし

第216号 2011年9月号
〈隔月発行〉

発行◎和歌山中央医療生活協同組合
〒640-8390 和歌山市有本138-14

編集◎機関紙委員会

題字は和歌山生協病院、畑 伸弘医師

※住所等変更のさいはご連絡下さい。



窓辺の涼しさ ゴーヤの花

目次

- 体力測定会 ————— 2、3
- 近畿組合員交流集会 ————— 3
- 原発ノー ————— 4
- 喘息児デイキャンプ・戦争展 ————— 5
- ためしてクッキング ————— 5
- 読者のひろば ————— 6
- ハイキング・パズル ————— 7



医療福祉生協の出番です!

7/23、24 近畿ブロック組合員交流集会
(3ページに関連記事)

第7回体力測定会

自分の体力を知ろう!

健康増進に体力測定!

2011年7月13日(水) 北コミュニティセンターで開催

2分間腿上げ測定



7月13日(水) 第7回目となる体力測定会が和歌山市北コミュニティセンター多目的ホールでおこなわれました。各地区から43名の参加申し込みがあり、

- ① 握力測定
- ② 上体起こし
- ③ 長座位体前屈
- ④ 開眼片足立ち
- ⑤ 10m障害物歩行
- ⑥ 2分間腿上げ測定
- ⑦ 30秒椅子立ち上がり

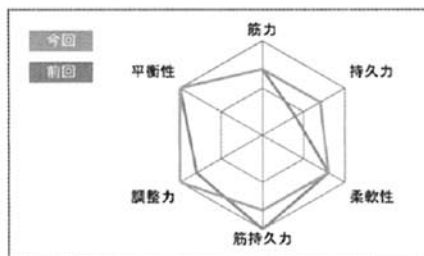
の7競技をグループごとに挑戦しました。
この体力測定は、高齢者を対象にした安全性の高いプログラムで、自分の体力を知り、健康増進のためにどのような



ID	0000000060	生年月日	昭和 年 月 日	性別	
氏名	様	年齢	歳	今回	
所属		測定日	2010年07月14日	今回	2011年07月13日



項目	単位	前回	今回
血圧	最高	mmHg	142
	最低	mmHg	92
安静時心拍数	拍/分		68
身長	cm	162.0	162.0
体重	kg	67.0	66.0
BMI		25.5	25.1
体脂肪率	%	25.5	25.2



10m障害物歩行

項目	単位	前回	今回	全国平均	得点	
握力	右	kg	36.0	38.5	39.0	7
	左	kg	43.0	39.5		
上体起こし	回		26	18	13.2	8
長座位体前屈	cm		48.0	48.0	36.8	8
開眼片足立ち	秒		120	120	78.4	10
10m障害物歩行	秒		5.4	4.2	6.2	10
6分間歩行	m				616.4	
2分間腿上げ	回		99	119	92.7	7

体力年齢(65歳未満は総点数)	
前回	56
今回	52
総合評価	
前回	B
今回	A
備考	
<input type="checkbox"/> 腰痛	<input type="checkbox"/> 膝痛



長座位体前屈

参加者に渡される判定表

各競技について自分がおこなった運動回数などが全国平均と比べてどうなのか、毎年参加されている方は前回と比べてどうなのか、筋力、持久力、柔軟性などの項目の優れている点、足りない点などが一目瞭然。総合判定では、「筋力年齢」が表示されます。

運動が必要かを調べるものです。総合判定で「体力年齢」を出すこともできますし、9月から始まる『健康づくりチャレンジ』への目標づくりにも役立ちます。

今回は、男性12名、女性31名、年代別では50歳代2名、60歳代23名、70歳代18名が測定をおこないました。

昨年の体力測定よりおこなった1年間の努力が体力アップにつながり、「体力年齢」が若くなった人や、逆に「こんなはずではなかった」という人など、判定表を見せ

あいながら楽しく、生き生きとした表情があふれた測定会になりました。また来年、挑戦してください！『健康づくりチャレンジ』にも挑戦して下さい。



上体起こし



30秒間椅子立ち上がり

つながりあい、支えあい、 地域に『わ』を 広げよう!

近畿ブロック組合員交流集会



アンケートを素材に支部活動などの交流をおこないました。

二日目は、NHK社会番組ディレクターの坂垣淑子さんによる「無縁社会」をテーマにした講演がありました。無縁社会・無縁死の取材、番組づくりを通して日本社会のゆがみが明らかとなる話を聞くことができました。

『一班に一人』 新しい組合員さんを!

今年も生協強化月間が始まります。生協を広く知らせ、目標を持って組合員の輪を広げるとりくみです。今年には特に仲間増やしについて「一班に一人」の新規加入の組合員さんを迎えるとりくみを呼びかけます。あなたの周りで未加入の方はいませんか?

前号総代会記事で開催日が6月24日になっていましたが、26日の誤りでした。お詫びして訂正します。

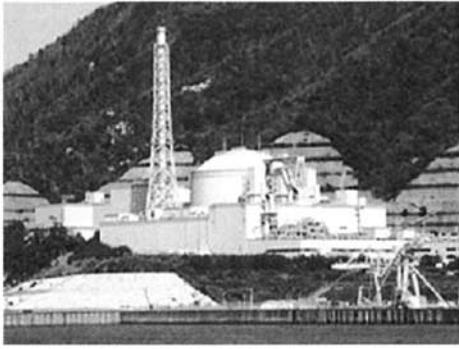
7月23日(土)、24日(日)、近畿ブロック組合員交流集会が神戸・シーバル須磨で開催され、近畿各地から300名を超える組合員さん(和歌山から組合員・理事18名、職員3名計21名)が集いました。

一日目の全体会では、日本医療福祉生協連(藤谷専務)が『今こそ医療福祉生協の出番』と題して基調報告をおこないました。この中で藤谷専務は、今の時代認識の特徴を述べ、このままだは地域のつながりがない

り安心してくらし続けられない社会がやってくることを警鐘を鳴らしました。ここに協同組合としての医療福祉生協の出番があると参加者を激励しました。

その後、「高齢者にやさしいまちづくり」(医療生協かわち野)、「組合員センターを中心とした活動」(神戸医療生協)、「施設づくり」(乙訓医療生協)など、各生協からとりくみの報告があり多くのことを学びました。全体会のあと、27の分散会にそれぞれ参加し事前

Copyright © 2017 Nishikyo Block Association. All rights reserved.



「原発ノー」を 歴史的・世界的流れに!

最初からなかった! 原発「安全神話」
国や電力会社、保安院に強い不信感持つ国民
原発依存政策の転換を歴史の流れにしましょう!

東京電力福島第一原子力発電所から漏れる放射能が、市民生活や環境に深刻な影響を与えています。政府や東京電力は、事故原因が「想定外」

の大津波だとしていますが、専門家が「政府と電力業界は津波対策を怠ってきた」と証言、放射能事故の過小申告と、データの出し渋りなど隠蔽体質と、ありもしなかった原発「安全神話」であったことがだんだんと明らかになりました。多数の原発労働者が受けた被曝災害、農業、漁業、酪農業生産者などへの生活被害をこれほどまでに拡大したのは震災によるものではなく、明らかに人災だとする怒りの声が高まっています。

◆つる不信感・不安
食品や校庭の土から高濃度の放射性物質が検出されるなど、子どもの健康への影響や再び自宅に帰れるのか、仕事はどうなるのかといった不安も増しています。更には、玄海原発再開をめぐる説明会や過去のプルサーマル原発説明会で電力企業や原子力安全保安院までが賛成世論をでっち

上げるよう指示していたことが判明し、国民はますます不信感をつのらせています。

◆歴史的な流れを

原発から自然エネルギー政策への転換が大きく取り上げられるのが必至だと思われませんが、東京で6月におこなわれた集会で若者を中心に2万人が「原発いらぬ」「廃炉へ」と訴えました。

放射線測定器を送る 募金活動にご協力を!

福島県の被災した4生協では、組合員自身が放射線測定器を購入し、生活区域の測定を始めました。大きな不安を抱えながら放射線被害と向き合おうとしているのに、測定器が不足しています。日本医療福祉生協連では、放射線測定器(1台約15万円、100台)を送ろうと募金運動を呼びかけています。私たちもこのよびかけにこたえ、募金運動にとりくみたいと思います。

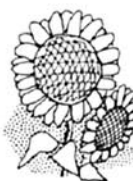
原発NO 世界の決意

和歌山での原発反対住民運動やエネルギー、放射線の影響など学びながら、この政策転換が歴史的・国際の流れとして結実できるよう力を合わせたいと思います。国と東京電力、地方自治体の責任で、住民のみなさんの生涯に渡る健康管理、生活保障、原発事故の一刻も早い収束を求めて全国で連帯して進めましょう。

◇政府の政策として

「原発NO」決定
ドイツ、スイス、

ドイツは、昨年示していた原発の再開政策に「2022年までに全廃する」と閣議決定。フランスから電力供給を受けているドイツですが、風力や太陽光などの自然エネルギーへの転換を更に進めて行けば大丈夫と自信を見せています。スイスも2034年までに原発を全廃することにしました。



◇国民投票で
原発再開に「NO」決定
イタリア、

イタリアでは6月12日、13日の国民投票の結果、1990年にすべて閉鎖された。デンマークでは1985年に「原子力に依存しない公共エネルギー計画」を決議。風力やバイオマス発電と省エネを実現させて原発ゼロを維持しています。オーストリアでも1999年に憲法に「原発建設禁止」を明文化しています。

◇憲法に「原発建設禁止」
デンマーク・オーストリア、

デンマークでは1985年に「原子力に依存しない公共エネルギー計画」を決議。風力やバイオマス発電と省エネを実現させて原発ゼロを維持しています。オーストリアでも1999年に憲法に「原発建設禁止」を明文化しています。

◇国民投票で
原発再開に「NO」決定
イタリア、

イタリアでは6月12日、13日の国民投票の結果、1990年にすべて閉鎖された。デンマークでは1985年に「原子力に依存しない公共エネルギー計画」を決議。風力やバイオマス発電と省エネを実現させて原発ゼロを維持しています。オーストリアでも1999年に憲法に「原発建設禁止」を明文化しています。

◇国民投票で
原発再開に「NO」決定
イタリア、

イタリアでは6月12日、13日の国民投票の結果、1990年にすべて閉鎖された。デンマークでは1985年に「原子力に依存しない公共エネルギー計画」を決議。風力やバイオマス発電と省エネを実現させて原発ゼロを維持しています。オーストリアでも1999年に憲法に「原発建設禁止」を明文化しています。

◇国民投票で
原発再開に「NO」決定
イタリア、

イタリアでは6月12日、13日の国民投票の結果、1990年にすべて閉鎖された。デンマークでは1985年に「原子力に依存しない公共エネルギー計画」を決議。風力やバイオマス発電と省エネを実現させて原発ゼロを維持しています。オーストリアでも1999年に憲法に「原発建設禁止」を明文化しています。

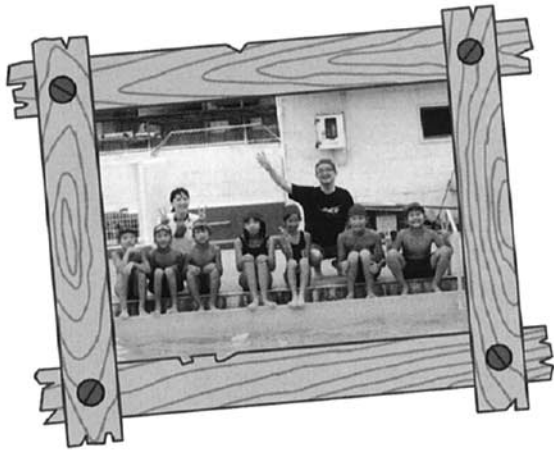
戦争展わかやま

わかやま市民生協組合員
ホールにて8月5日(金)
と6日(土)開催されま
した。

写真パネルや戦時中使わ
れた手りゅう弾や飯盒など
が展示されていました。ス
テージでは平和コンサート
やよみかぜの会のみなさ
んによる朗読があり、夏休
みでもあり子どもを連れた
親子の姿が見られました。

キニ公海上で、アメリカによ
る水爆実験で被爆した古座町
のカツオ漁船第五福竜丸のパ
ネルもあり、「原水爆の被爆
者は私を最後にしてほしい」
の無線長久保山愛吉さんの言
葉が胸に迫りました。

また、川柳コーナーもあり、
「おしいちゃん戦争から帰れ
てうれしいよ」「せんそうが
この世からすくなくなつて」
など会場で寄せられていまし
た。



恒例

喘息児 デイキャンプ

楽しい夏休みの思い出
生協こども診療所

7月21日(木)四ヶ郷小学
校で、恒例の喘息児デイキ
ャンプが開催されました。生協
こども診療所を利用している
小学3～6年生の喘息児を対
象に13名の参加がありまし
た。

午前は喘息についての学習
と昼食のカレーづくり、午後
からはプール遊びなどを行い
充実した一日を過ごしまし
た。昼食づくりには地域の組
合員さんのご協力もいただき
段取りよく進められ、みんな
でおいしいカレーを食べるこ
とができました。子どもたち
にとって夏休みの楽しい思い出
となったようです。

調理師の

ためいてクッキング⁹⁰

肉みそジャージャー そうめん

【材料】1人分

そうめん(乾) ……90g
(1束は約50g)
きゅうり ……50g
玉ねぎ ……30g
ゴマ油 ……2g

肉みそ材料 1人分

A 味噌 ……9g
砂糖 ……4.5g
酒 ……3.5g
みりん ……4g
濃口しょうゆ ……3g

生しいたけ ……5g
えのきだけ ……20g
玉ねぎ ……20g
長ネギ ……20g
にんにく、土生姜 ……各8g
ゴマ油 ……3g
豚ひき肉 ……50g
水溶き片栗粉 ……少々

※肉みそは香味野菜をしっかり炒めて甘み
を引き出すのがおいしく作るポイントです。

※そうめんに限らず、中華麺やうどんでも
OKです。

※1人578kcal たんぱく質21.6g、食塩5.0g、
脂質14.3g

《肉みその作り方》

- ① しいたけはいしづきを取り、えのきだ
けといっしょにみじん切りにする。
- ② 玉ねぎ、長ネギ、にんにく、生姜をみじん切りにする。
- ③ 調味料Aを器に混ぜ合わせる。
- ④ フライパンにゴマ油を熱し、②の長ネギ、にんにく、生姜をいため、ひき肉
を加える。肉の色が変わったら②の玉ねぎを入れて更に炒める。
- ⑤ 玉ねぎが透き通ったら③の調味料を加えて混ぜ、味をなじませる。水溶き片
栗粉でとろみをつけ、ゴマ油を振る。これで肉みそは出来上がり!

《作り方》

- ① きゅうりは千切り、玉ねぎは繊維に沿ってできるだけうすく切り水にさらす。
- ② そうめんはたっぷりの湯で約2分ゆでる。冷水でぬめりを取り、しっかり水
を切りゴマ油を混ぜる。
- ③ 器にそうめんを盛り、①の野菜と肉みそをのせる。よ〜くかき混ぜて召し上
がれ!



読者のみなさまへ

どうしてかなあ

小さい時から生協病院でお世話になってきた息子も今春、大学へと進み、家から離れて下宿生活となりました。食事のことなどがかりですが、今のところ何とかやっています。母親の心配はきりがありません。

和歌山市 西 由美さん

ゆいゆいゆい

退職しました。「健康とくらし」をゆつくり、じっくり読むことができました。健康で過ごせることが一番の幸せですね。

和歌山市 白井 陽子さん

ゆいゆい

とうとう後期高齢者の運動講習の通知が届く歳になってしまいました。

御坊市 福吉 喜美子さん

※お元気ということですが、でも講習料金高くないですか？

♪歌は思い出すとよきこと⑬

♪歌いましょう、懐かしのあの歌、この歌♪

じいわね

じいわね

なに見てはねる

十五夜お月さま

見てはねる



※この歌につながるみなさんの思い出をハガキの余白に書いてお送りください。「健康とくらし」に掲載させていただいた方には記念品をお送りします。

生還（ご本人見出し）

2009年にクモ膜下出血で数ヶ月に渡り意識不明に。その間に脳手術を施していただきましたが高次脳機能障害となりました。リハビリを懸命におこない、現在日常生活は何とかできています。

和歌山市 岡畑 勉さん

窓辺の涼しさ

窓の下に植えたゴーヤ2本。みどりの葉をひろげ、少しの陰と涼しさを運んでくれます。毎日見て楽しんでいきます。

和歌山市 今西 幸子さん

毎日の日課

世界中で、日本で、自分の身の回りでいろいろなおことが起こり、落ち込んだりすることが多い中、私は寝る前に必ず笑うようにしています。夫と2人で毎日行う日課です。

バンザイ

なでしこジャパン、バンザイ！熱帯夜の寝不足はイヤだけど、女子サッカーは見ていて感動！涙が出そうでした。

和歌山市 和久田由起子さん

貴志川線まつり

今年も貴志川線まつりに健康チエックで参加していただきありがとうございます。

毎回好評で、受けられた大勢の皆さん、結果を参考に明日からの健康を考えていかれることでしょうか。私は「年の割りに良」でしたよ。

和歌山市 山本 滋子さん

ぎつちりー！

限られた紙面に多くの情報を掲載するのはたいへん苦勞のあることだと思えます。少し見出しを文中に入れていた

だければ「ぎつちり感」も和らぐのではないのでしょうか。

和歌山市 山入 桂吾さん
※ありがとうございます。「読むのに疲れる」ではだめですからね。工夫します。

歌は思い出とともに⑭

「靴が鳴る」

「靴が鳴る」なつかしいです。45年前に初めて母に買ってもらった「靴が鳴る」「かもめの水兵さん」のシート、毎日のように聞いていました。

和歌山市 宮本依左子さん

第31回

生協まつり

入場無料

10月23日(日)

午前10時～午後3時まで

和歌山城砂の丸・西の丸広場にて

- ☆大人も子どもも楽しめる！
- ☆出店もたくさんあります！
- ☆福引き券100円販売
- ☆豪華景品用意しています！



医療生協ハイキング

※生協ハイキングは当日参加もできる気楽な会です。
 ※日頃のウォーキング訓練は必要です。少しでも坂を絡めたルートで体作りをしてください。
 ※山のレベルを表示しています。大まかな表現ですので実際を表していません。生石山をレベル5として楽な山を5以下で、舌しい、難しい山を5以上で表現します。大まかな表現ですので実際を表していません。

●第310回 300回超え記念第2弾 10月30日(日)

熊野古道小辺路果無越え **要予約** 10.4km

健脚向け、マイクロバス1台約25名限定開催 ご予約はお早めに **山レベル/体力7・技術5**

果無峠の標高は1,114m。約1,000mひたすら登り1,000m下るコースです。

歩行時間4時間、所要時間5時間30分。

集合場所：①南海和歌山市駅市民会館午前6：30集合、6：40出発

②JR和歌山駅東口セブンイレブン横6：40集合、6：50出発

歩行コース：十津川温泉泉の郷⇒果無集落への登山口⇒観音堂⇒果無峠⇒三十町石⇒七色分岐⇒八木尾バス停

参加費：5,000円(バス代、入浴料、会費、写真代込み)

参加申し込み：電話073-473-0668 安田さんまで。先着25名

※申し込み後のキャンセルは特別な事情の場合以外は受け付けられません。よろしく願います。

●第311回 紀美野町みかん狩り食べ放題 11月20日(日)9km

酸味と甘みの濃いみかんの味がよいとの評判。持ち帰りのみかんをバス停まで運んでもらう段取りを考えています。 **山レベル/体力4・技術3**

集合場所：JR和歌山駅午前8：05発海南行き乗車、8：20海南駅下車(230円)

8：50発登山口行きオレンジバス乗車、9：18下佐々大師前下車(520円)

歩行コース：下佐々大師前バス停⇒大竹山方面農道北進⇒柴目薬師寺⇒柴目⇒山畑⇒みかん狩り農園

帰路：昼食・みかん狩り後 動木(とどろき)方面移動⇒オレンジバス曲谷バス停乗車⇒JR海南駅

下車(バス代460円)⇒JR和歌山駅(230円)

参加費：1,300円(みかん狩り代、会費、写真代込み)

※みかんの進物発送を希望される人はリストを用意されたら受け付けてくれます。

歌は思い出とともに⑩

「靴が鳴る」

運動会だったかな？新しい靴を買ってもらった時でしょうか、家の中で履いて飛び

回っていたんです。履いて飛び回って脱いでまた履いて…その時、母が歌って聞かせてくれたのが「靴が鳴る」でした。その母は今94歳です。和歌山市 藪下美和子さん

あなたも挑戦してみませんか

《解き方》

2重棒の5文字をうまく並べると言葉ができます。それが答えです。ヒント しめじにまいだけ、なめこも入れて

1		2		3		4
		5				
6	7			8	9	
	10		11		12	
13						
14					15	16
17						18

- 1 四神のひとつ。青竜・白虎・朱雀
- 3 道案内、先導
- 5 「〇〇〇男」京女
- 6 緊急〇〇〇、〇〇〇を静観する
- 8 茨城県産野菜
- 10 憲法19条「〇〇〇及び良心の自由」
- 12 めったにないこと、まれなこと
- 13 目的のために心を合わせて努力すること

- 14 総・層・僧・卓・双
- 15 安〇〇・娘〇〇・〇〇園・千秋〇〇
- 17 布を裁断する前にアイロンなどをかけたりして地質を平らにすること
- 18 物の価値が減少すること。「インフレで貯金が〇〇〇した」「インフレーション」
- 1 「タテのキー」
- 1 〇〇〇〇の白旗、〇〇〇〇、〇〇〇豆
- 2 すげないこと。「〇〇〇〇〇な返事」
- 3 由紀さおりさんと安田祥子さんのこと
- 4 タイマイ亀の甲羅。壺、かんざし、眼鏡の縁に加工
- 7 「ぞ」で振り合うも〇〇〇〇〇〇緑
- 9 樋口一葉作『〇〇〇〇〇』
- 11 「地下食」〇〇〇〇〇におきさんが殺してしています
- 13 「〇〇〇〇はすべて山の中であら」で始まる島崎藤村『夜明け前』
- 16 いがに包まれている

健くらパズル

懸賞付 No.154

こ	う	は	い	が	に
い	ず	お	ど	り	こ
の	ぼ	き	い	う	な
り	か	い	と	お	る
	が	ん	く	つ	お
は	く	じ	つ	お	さ

解答/No.152 はつがつお

《応募方法》
 ハガキに、できた言葉と住所・氏名・年齢・電話番号を「ご記入ください。正解の方のうち、抽選で五名の方に図書カードをお送りします。」
 ハガキの余白に、紙面へのご意見、身の回りのできごと、短文などを書いてお寄せください。掲載させていただいた方には、編集委員会より記念品をお送りします。ご意見等掲載に際し匿名を希望される方はその旨をお書き添えください。
 ●宛先/8ページ下欄
 ●〆切/10月末日必着
 ●発表/本紙218号
 (2012年1月号)

《当選者発表》
 健くらパズルNo.152の正解は「ハツガツオ(初鰯)」でした。応募総数40通のうち正解は39通でした。抽選で次の5名の方々に図書カードをお送りします。
 杉浦 哲子さん(和歌山市)
 辻本恵以子さん(海南市)
 中嶋 莊三さん(岩出市)
 丹生谷特殊代さん(和歌山市)
 宮下佐規子さん(和歌山市)

診療案内

和歌山生協病院附属診療所

受付 午前8:00～11:30 夜診4:30～7:00 診療開始時間 午前9:00～夜診5:00～

月	午前					午後	夜診
	内科				外科	内科 特診	内科
	新患	予約診					
月	診療	小西	三谷晃	坂口	田端	松岡	児玉 三谷尚 喘息
火	小西	診療	畑	本田	上垣内	三谷晃 糖尿病	
水	小西	内田	畑	三谷晃	田端	村井 神経内科	松岡 本田
木	小西 児玉	土生	畑	三谷尚	上垣内	心臓 土生	
金	内田 小西	診療	村井	本田	田端	畑	診療
土	交代診療						

生協こども診療所

受付 午前8:30～12:00 夜診4:00～7:00

午前診	午後診	夜診
交代診療 (木津・佐藤・児玉)		佐藤
佐藤	特診(佐藤) 予防接種	木津
木津	特診(木津) 予防接種	佐藤
木津	赤ちゃん外来 予防接種	
佐藤	予防接種	木津 特診(佐藤)
交代診療 土曜日のみ 受付は11:30まで	予防接種 火水金 木 火・金	いずれも午後 1:30 3:30 7:30

生協芦原診療所

受付 午前8:30～12:00
夜診4:30～7:00

午前	夜診
山本	
山本	
三谷尚	山本
山本	
山本	山本
山本 (交代診療)	

河西診療所

受付 午前8:30～12:00
夜診5:00～7:00

	午前	夜診
月	井戸	井戸
火	井戸 検査(第2・第4)	
水	井戸	坂口
木	内田	
金	井戸	井戸
土	井戸 (交代診療)	

おおみや診療所

受付 午前8:30～12:00
夜診4:30～7:00

	午前	夜診
月	奥村	奥村
火	奥村	
水	奥村	奥村
木	奥村	
金	奥村	診療
土	奥村	

事業所の所在地・電話番号

- 時間外・深夜・休日の急患は、生協病院へご相談下さい。
- 往診等のご相談は各診療所まで

和歌山生協病院	和歌山市有本143-1	☎ (073)471-7711(代)
在宅介護支援センター和歌山生協病院		☎ (073)474-2711
訪問看護ステーション・レインボー		☎ (073)474-8737
ヘルパーステーション・協同		☎ (073)471-7728
和歌山生協病院附属診療所	和歌山市有本141-1	☎ (073)471-8171
生協こども診療所	和歌山市有本144-17	☎ (073)476-4455
“	診療予約電話自動受付	☎ (073)471-0099
中之島診療所(休診中)	和歌山市中之島880-2	☎ (073)422-3476
中之島デイサービス		☎ (073)422-2003
中之島第2デイサービスいこら	和歌山市中之島867	☎ (073)422-3551
生協芦原診療所	和歌山市雄松町2丁目55	☎ (073)423-4349
訪問看護ステーション・生協みなみ		☎ (073)435-5661
河西診療所	和歌山市平井66-1	☎ (073)451-6177
おおみや診療所	岩出市宮50-1	☎ (0736)61-6151
総合介護支援センター デイサービスげんき	海南市沖野々394-3	☎ (073)487-3388

- 介護認定や介護サービスに関するご相談はもよりの事業所にお問い合わせ下さい

長寿ばんざい 2人あわせて160歳以上 募集!

和歌山県下のご長寿の組合員さんをお訪ねして、おいたちや戦前戦後、ご苦労されたお話などをお聞きして掲載しています。

1月号はご夫婦あわせて160歳以上のおふたりをご紹介しますと思います。下記に該当される方はハガキでご応募ください。

- ・医療生協の組合員であること
- ・ご夫婦ともお元気ですごされていること



いま、和歌山中央医療生協は

- 組合員数----- 24,379人
 - 出資金--- 1,006,319,300円
 - 一世帯平均----- 41,278円
出資額
- 2011年7月末日現在

和歌山中央医療生活協同組合
☎ 073-474-5121 FAX 073-475-4288
医療生協のホームページ
<http://www.w-iryoseikyoo.com/>

パズルの答え、ご意見・ご連絡は下記まで。
(切り取ってはがきに貼っても結構です。)

(宛先)

〒640-8390
和歌山市有本138-14
和歌山中央医療生協

「健康とくらし」編集委員会

編集後記

まだまだ暑い日が続くようですので熱中症には引き続き警戒が必要です。

総代会は生協法の関係で6月開催となり、通常の発行では7月号に間に合わなくなりました。編集委員会の協議で、総代会の模様を早くお伝えしなければということになり、昨年からの9月号ではなく発行を遅らせて7月号に掲載することになりました。遅くなった7月号を気兼ねしながら配布いただいた方から「7月号がなぜ遅くなったか本紙に説明がなく不親切」と指摘があり、たいへん申し訳なく思っています。(編集委員会一同)