

健康とくらし

いま、和歌山中央医療生協は

- 組合員数-----21,783人
- 出資金---950,794,500円
- 一人平均-----43,648円
- 出資額
2014年3月31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-iryoseiky.com/>

和歌山城



▲カワセミ



▶オシドリ



▲紅葉渓庭園のある西の丸と二の丸を結ぶ御橋廊下

和歌山城の鳥

都会に残った緑あふれる森と水辺を持つ和歌山城は、鳥たちのオアシスといった場所です。数年前から溪流の宝石と言われるカワセミが頻繁に姿をみせるようになり、繁殖もしているようです。いつでも見られるわけではありませんが、紅葉渓庭園の御橋廊下付近にいます。

そこから少し北側を見るとオシドリがいます。今の時期だといつでも見ることができません。お花見や紅葉狩りだけでなく、城内の生き物に目を向けて散策するのも楽しいものです。



写真と文／西本 功さん（河西くすみ支部）

和歌山中央医療生協事業所のご案内

和歌山生協病院	(073)471-7711	生協こども診療所 診療予約電話自動受付	(073)471-0099	生協芦原診療所	(073)423-4349
在宅介護支援センター和歌山生協病院	(073)474-2711	複合型サード	(073)422-3476	訪問看護ステーション生協みなみ	(073)435-5661
ヘルパーステーション協同	(073)471-7728	デイサービス	(073)422-2003	河西診療所	(073)451-6177
和歌山生協病院附属診療所	(073)471-8171	訪問看護ステーションレインボー	(073)422-2225	おおみや診療所	(0736)61-6151
生協こども診療所	(073)476-4455			総合介護支援センター デイサービスけんき	(073)487-3388

4月からの診療報酬改定で私たちの医療はこう変わる

「消費税アップで社会保障充実」とは真っ赤なウソ

医療保険で行う医療行為は、すべて厚生労働省が定める診療報酬制度によって点数・値段が決められています。(1点10円)日本の医療は、診療報酬の点数の誘導によって、厚生労働省の思い描く形につくられている、と言って過言ではありません。4月より診療報酬が改定され、これまでにない大きな変化を余儀なくされています。

和歌山生協病院の古田光明院長、太田智恵総看護師長、森岡佳昭事務長にこれからの医療、和歌山生協病院はどう変化するかを話していただきました。

「病院から在宅へ」を

一層おしすすめる 今回の改定

森岡 今回の改定は、2025年の超高齢社会を見越した内容とされています。第一に病院・病床の機能を分けること、次に「地域包括ケアシステムの構築」が打ち出されています。従



太田智恵総看護師長、古田光明院長、森岡佳昭事務長

来、7対1の看護基準(*)を満たしていた病床が36万床あったのを2年間で9万床減らし、最終的に18万床まで減らす計画です。また急性期の病床にも在宅復帰率が問われるようになり、療養型病床には一定の在宅復帰率をクリアしないと急性期病床からの紹介を見込めなくなるような改定がされました。つまり患者を「病院から在宅へ」送り出し

「時々入院、ほぼ在宅」といった状況を誘導するような内容となっています。そして高度急性期・急性期・回復期・慢性期の4区分のいずれかを病院が選択し申告させる制度をつくらうとしています。

生協病院も急性期病床 を減らす方向へ

古田 和歌山生協病院をはじめ

中小規模の病院では7対1の看護基準を満たすことが厳しくなり、急性期病床を減らし地域包括ケア病床(**)(病床)への転換を余儀なくされます。結果として看護師体制が手薄にならざるを得なくなり、中小病院の救急体制は今後後退すると思われるかもしれません。医師養成で言えば、生協病院では75%以上が高齢者、内半数が後期高齢者の患者であるため、専門医より総合医、総合的な力量を持った内科医の養成が必要になってきます。診療報酬制度の入院日数のしぼり(***)のため、患者が満足するしないに問わず、一定日数がくれば退院を促さざるをえない。これが今以上に激しくなると思われるま

す。高度急性期ではない中小病院は、高齢者を中心として入院から在宅、在宅から入院への地域医療に役割を変わらざるをえないでしょう。

看護だけでなく 介護の力も重要に

太田 7対1の看護体制が維持できなくなると、急性期の方のケアが厳しくなってくるでしょ

う。地域包括ケア病床になっても、急性期からの受け入れをするためには包括病床から在宅へ復帰させる力がより必要になってきます。看護の力だけでなく、介護の力と在宅で受け入れる力が求められます。しかし現実には、独り暮らしが困難だったり、家で介護できる条件がなく受け入れる力のないケースが増えたと感じています。その点で、ショートステイで受け入れてもらうことが大切になってきます。生協中之島でショートステイ(短期間施設で宿泊すること)の受け入れができるので助かっています。また8月完成予定の特別養護老人ホームでもショートステイの受け入れが可能なので期待しています。

消費税増税は 経営を圧迫する

森岡 これまで医薬品などを買うのに5千万円くらい消費税を払っていましたが、単純計算で3千万円弱上積みになります。診療報酬改定で、材料費、薬剤費の消費税分の補填すると言っていますが、約1.3%の増で全く不十分です。私たちは消費税分

を患者さんに転化するわけには
いかないのです。今後経営を圧迫
していくのではと懸念していま
す。

経営を守っていくために、組
合員さんにお願ひしたいのは、
病院・診療所の利用を強めてい
ただきたいことです。病気で受
診していただくのはもちろん、
健康診断をもっと受けていた
きたい。また差額ベッド料(※4)を患
者さんから徴収していない病院
であることが案外知られていま
せん。厳しい経営状況でも「お
金の有る無しで医療に差別を持
ち込まない」という病院設立以
来のモットーを貫いています。
また無料低額診療も利用できま
す。このことをもっと知ってほ
しいし、広めていただきたいと
思っています。

社会保障充実の

声を大きく

厚生労働省は、何故病床数を
減らすことに執着するのか、答
えは「医療費にかかる国庫
負担を減らしたい」ということ
でしょう。そのためにまず医療費
がかかる高度急性期の病床を減
らし、患者を地域包括ケア病棟

へ、在宅へと追いやっていく施
策をすすめています。消費税は
導入当初から「社会保障充実の
ために使う。日本の将来のため
に必要な財源」と謳われてきま
したが、その間医療費などの自
己負担は増えるのに、年金など
の支給されるものは減る、とい
う社会保障の充実とは真逆の現
象が続いています。憲法に保障
された「権利としての社会保障
の充実」を私たちはもっと声を
大にして訴えていかなければな
らないでしょう。

(※1) 7対1の看護基準…入院病棟の
看護師の配置は診療報酬で決められてい
る。患者7人につき看護師1人の配置は
最も手厚い基準。今回新たに、より重症
の患者を多くみるのが条件となった。
また「在宅復帰率(自宅へ帰る等の退院
割合)75%以上」が課せられた。

(※2) 地域包括ケア病棟(病床) …「急
性期後、回復期を担う病床」として今回
新しくつくられた制度。入院60日を限度
とし、在宅復帰率70%以上が課せられて
いる。

(※3) 入院日数のしほり…病気によっ
て入院に必要な日数は異なるが、診療報
酬では患者の「平均在院日数」を病棟の
役割ごとに定めている。例えば今回の改
定では急性期病棟は18日。平均在院日数
が定められた日数を越えたら看護基準を
下げなければならない。

(※4) 差額ベッド料…1部屋4床以上
で部屋代を徴収できる。医療機関独自で
料金を設定できるが、生協病院では徴収
していない。

研修医 紹介

杉本 亜弥 (すぎもと あや) 医師

1981年4月、大阪府生野区生まれ、三重大学医学部出身。

医師をめざした動機は?

父が開業医でした。それで子
どもの頃から何となく将来の目
標として医師になることはあり

ましたが、直接のきっかけは中
高生時代に出会った心理カウンセ
ラーの先生、小児科医の先生
の姿を通して、はっきりと医師
をめざすようになりました。

和歌山生協病院に就職を決
めたのは?

医学部卒業後、父が亡くなる
など家庭の事情で初期研修が受
けられませんでした。改めて研
修先を探すのに、医師の就職を
紹介する民間機関を通して、和

歌山生協病院を知りました。紹
介された中で、和歌山生協病院
が一番自分に合っている、丁寧
な研修を受けられるのではと思
いました。見学にも来て、研修
医の方や先生方とお話をしてそ
の思いが強くなり、就職を決め
ました。

これからどんな医師を目指
しますか?
当面、2年間の研修をしっか
り頑張りたいと思っています。
そして将来は、月並みな表現で
すが、患者さんの心に寄り添え
る医師になりたいと思っています。

あがりの特養ホーム 建設ニュース



上棟式で挨拶する小西「わかやま虹の会」理事長

上棟式が行われました

3月18日(火)、「虹の会をささえる会」の役員のみ
なさん、工事関係者が参列し、上棟式が行われました。
小西理事長が工事の無事と職人さんへのねぎらいを述
べ、「日に日に鉄骨が立ち上がり、完成が待ち遠しい。
患者さんや地域の方々も期待している特養ホーム、安
全に工事をすすめていただきたい。」と挨拶を行いました。
神酒で清めた後、用意されたぜんざいを皆でいた
だき、無事上棟式を終えました。

*寄付金総額 2014年4月10日現在 30,270,918円
*虹の会会員 604名

フクシマを忘れない！ 原発ゼロへ決意あらたに



「フクシマを忘れない！原発ゼロへ 和歌山3・9アクション」が3月9日（日）に和歌山城西の丸公園にて行われました。福島からお越しいただいた浜通り医療生協理事長の伊東さんに、14万人もの県民が強制避難をして県外で家族や友人と離れ離れになって暮らしていること、その中で差別も受けているという現状をお話していただきました。その後パレードには1200名（医療生協から50名）が参加し、和歌山城周辺を「原発いらない」と大きな声でアピールしながら行進しました。

有本支部 お花見

4月5日（土）、有本支部でお花見。68名の組合員さんが参加。



南地区 ウェルカム！ 医療生協へようこそ 河西地区



3月29日（土）に、河西診療所組合員ホールに於いて、2013年度に河西地区にお住まいの医療生協に新しく加入された方を対象に「新入組合員さん歓迎ウェルカムパーティー」を開催しました。ハガキで案内をし、各支部で手分けして電話などでお誘いし、8名の方にご参加いただきました。迎える組合員は運営委員・理事・サークル員合わせて14名でした。

最初に歓迎のあいさつのあと、医療生協紹介DVD、河西地区紹介スライド、パンフレットなどで医療生協の様々な取り組みを紹介しました。そのあと、マジックサークル



した。招待状を送付、10名の新組合員さんが参加されました。各支部の世話人さんや班からも来ていただき、総勢30名ほどが集まりました。毎年料理教室「アトリエ班」の皆さんが昼食を作ってくたさいます。数日前に高野山に山菜取りに行き、前日に加太でひじきとわかめを取ってきて山菜のてんから、ひじき入りの散らし寿司、わかめの味噌汁、ふきのとうの田楽、そしてヨモギ団子と春を感じる心

の方にマジックを披露してもらい、みんなで楽しみました。加入された組合員さんからは「医療生協のしくみがよくわかり楽しい時間を過ごさせてもらった」「色々なサークルについて聞け、又参加出来ればと思う」「近所にあれば班会にも参加したい」など前向きな意見をいただきました。新しい組合員さんに生活の中で少しでもプラスになれるものを見つけてもらえる良い機会になったのではないかと思います。

（味 河西診療所事務長）

尽くしの料理が出来上がりしました。

食後にヨーヨーパフォーマンス、腹話術、ヨガの実演、その後医療生協紹介ビデオ、南地区の紹介スライドを使って活動紹介を行いました。支部世話人さんと新組合員さんをご近所同士、思わぬところで会って驚いたり、久しぶりの再会に話が弾む組合員さんがいたり、賑やかなウェルカムパーティーでした。

（里崎 芦原診療所事務長）

3 相談室の風

「複合型サービス」を利用する

生協中之島所長
訪問看護ステーション「レインボー」看護主任 畑 ゆかりさん

2013年4月より生協中之島は、地域密着型複合型サービスの事業所として発足しましたが、「複合型サービス」はまだよく知られていません。今回生協中之島の畑さんにどんなサービスを受けられるのか、特徴などについてお話していただきました。

※「複合型サービス」とは 何ですか？

大きく言って4つのサービスが利用できます。①通所介護（デイサービス）②訪問介護（ヘルパーが訪問）③訪問看護（看護師が訪問）④短期宿泊（ショートステイ）です。これらを組み合わせる利用することが可能です。利用するにあたっていくつか条件があります。複合型サービスを利用する場合、まず介護保険の「要介護」認定を受けていることが必要です。「要支援」の方は利用できません。生協中之島でサービスを受けたい場合、事前に生協中之島に登録が必要です。利用料などは、個別にお問い合わせ、ご相談ください。



洗濯物をたたみながら談笑中

※生協中之島ではどんな方が利用されていますか？

例をあげると、Aさんは90歳を越える1人暮らしの女性で、息子さんとはほぼ音信不通状態です。生協中之島からヘルパーが訪問していましたが、薬の管理ができない、火の元が危ない、暑い中でも冷房をつけないので熱中症が心配されるなどヘルパーの援助

なしで生活できない状態の方でした。生協中之島でお世話する方が安心、ということとで、現在昼間はデイサービスに通い、時々宿泊も利用しながら過ごし、ほぼ毎日を生協中之島で見守っている状況です。このような方の場合、将来施設入所というケアプランも考えています。

※「複合型サービス」の優れた点はどんなところですか？

登録された方が利用することで、利用者もスタッフもなじみの人に囲まれてアットホームな関係がとれます。特に認知症の方は周囲の環境や人が変わることによって症状が進行する場合があるので、この点で利用しやすいと思います。

※最後に

「複合型」サービスの基本は「家で過ごしたい」という方の生活をお手伝いすることです。看護師が常時待機していて夜間の救急対応もしています。特に医療面でのケアが必要で、家でお世話するのが難しいという方は、「複合型」を利用されるのがよいと思います。



医師のたまご

いしたま発掘!!

～組合員さんと一緒にすすめる医師養成～



医師のたまご

医学部新1年生で病院・医学生センターは大賑わい!!

春を迎え、多くの医学生や高校生と出会いました。医学部に合格をした新1年生の中には、高校生1日医師体験や医学部模擬面接に参加し「医学部に合格しました！」と担当者に電話で連絡をくれ、病院まで挨拶に来てくれた方もいらっしゃいました。そんな新1年生を応援し、夢や希望をさらに大きくしてもらうために、新入生歓迎企画を開催しました。古田院長や本田医師から、これから医学生として何を学ぶべきか、地域の方々の思いも含めて話していただきました。また、今中医師や岡井医師、熊田医師の若手医師からは、具体的な医学生ライフについて話してもらいました。

新1年生の中には、東日本大震災被災地支援ボランティアに参加した医学生もいます。「報道されていない被災地の現状を自分の目で見て、現地の人達の思いをしっかりと聞きたい。自分に何ができるのか考えたい。そして和歌山の中での活動にも活かしたい」と話してくれました。



☆4月からランチタイムミーティング再開です!

読者のひらば

復興は遠し

3月、仙台へ日帰り訪問に行きました。現地の方の案内で被災地を2時間ほど見てきました。まだまだこれからです。

和歌山市 庵 則子

齢重ねるも良し

70代に入りましたが、失敗しても笑って済ませる生きやすさができ、健康で有る事に感謝の日々です。

和歌山市 堀 喜代子

パズルは楽し

私、ここ1年程前からパズルを楽しんでいます。つくづく自分の無知さを知りました。お蔭さまで少しは物知りになったかなと思います。これからも間違っても頑張ってお楽しみしたいと思います。

和歌山市 塩崎 忍

ジエネレーションギャップ

健康からパズルの対象年齢が高くて、ヒント自体がクイズになっている時があります。難易度が高くなって夫婦でワイワイ言ってる解いていますが、夫も同じ年なのでやはり同じくわからない事が多いです(笑)

和歌山市 中野 芳子 31歳
*すみません全然気づかず…。

表紙写真

3月号の表紙を飾る粉河産土神社は粉河寺の境内と共に、私の小学校時代のすてきな遊び場でした。下から見上げた写真になつかしさがこみあげてきます。戦時中は兵士の武運長久を祈る神社でしたが、左の「紀元二千六百七十四年」には驚きました。

和歌山市 山本 滋子

子育てママの思

以前掲載されていた「小児科医のつぶやき」を楽し

みにしていました。只今、子育て真っ最中！
ともるひは

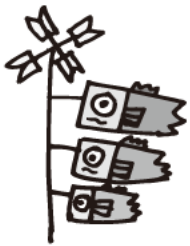
日々学び育つ
我が子たち

和歌山市
ペンネーム ほっとゆう

「ごちそうさん」

NHKの「ごちそうさん」(朝ドラ)を毎日見えています。私も色々な料理やお漬物を作っては近所の人たちに配っています。みんなの「ごちそうさん」と云ってくれる笑顔は本当に嬉しいものです。亡き夫は何時もこの世は「たのもし講」と云っておりました。あげたり、もらったり。何時の世が変わってもこんな事は人と人との和を広げると思っています。

海南市 吉村佐紀子



診療案内

和歌山生協病院

受付/午前 全予約制
午後 全予約制

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~

生協こども診療所

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

生協芦原診療所

受付/午前8:30~12:00 夜診4:30~7:00
診療開始時間/午前9:00~ 夜診5:00~

河西診療所

受付/午前8:30~12:00 夜診4:30~7:00 (予約制)
診療開始時間/午前9:00~ 夜診5:00~

おみや診療所

受付/午前8:30~12:00 夜診4:30~7:00
診療開始時間/午前9:00~ 夜診5:00~

	午前		午後		夜診				
	午前	午後	午前	午後	午前	午後			
月	土生(第4)		小西	三谷	坂口	田端	松岡	小西	喘息
火	古田		小西	畑	本田	上垣内	三谷	糖尿病	
水			小西	内田	畑	三谷	田端	松岡 本田 (第1・3・5) 小西 (第2・第4)	
木	古田(第1・第3)	古田(心臓特診)	小西	土生	畑	上垣内	土生		
金	古田		内田	本田	村井	小西	田端	畑	古田 土生
土			交代診療						

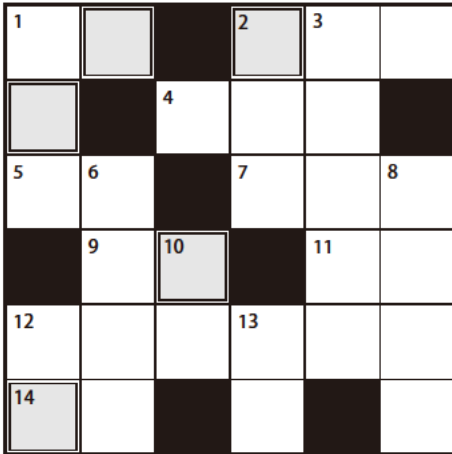
*診療体制が変更される場合があります。事前にお問い合わせください。

健くらパズル

懸賞付

No.170

あなたも挑戦してみませんか



《解き方》

2重枠の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 紫の優雅な影つくる○○○○○

ヨコのキー

- 九州の玄関口。山口の下関と向かい合わせ
- 世間における地位・勢力・人望。○○○がいい、○○○を利かせる
- 世話をして整え、よい状態を保つこと。「お肌の○○○に余念がない」
- 人気ドラマ「家政婦は○○○○」
- 2006 FIFAワールドカップ日本代表の監督として出場したブラジル出身の元サッカー選手
- 古代エジプト王、ギーザの三大ピラミッドのうち最大を誇る。
- うどん、そば、中華そば、素麺：総称して
- 「君の瞳に乾杯」のセリフで有名なアメリカ映画

タテのキー

- インド、パキスタンなどの中央アジアで食べられているパン
- 見るごと、見物すること。○○○遊山
- アニメ「アルプスの少女ユウキ」
- グリム童話。ロバ、犬、猫、ニワトリが大活躍。「○○○○の音楽隊」
- 数量が多いこと、十分なこと
- 結婚相手を探す活動(?)
- 織田信長「天下○○」を唱え決起した
- 網、○○具、○○切り声
- 心身が安らかでたのしいこと。「○○ちゃん」

《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5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、短文芸などを書いてお寄せください。掲載させていただきます。いただいた方には、編集委員会より粗品をお送りします。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てください。
● 発行/6月末日必着
● 発表/本紙234号
(2014年9月号)
● 宛先/8ページに記載

《当選者発表》

健くらパズルNo.168の正解は「はつごよみ」でした。応募総数67通のうち正解は67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。

和歌山市	松本 典子様
和歌山市	市川 葉子様
和歌山市	島本 恵子様
岩出市	田中 幸子様
海南市	中西 弘明様



解答/No.168「はつごよみ(初暦)」

母と私

今、母の病気で一緒に暮らしています。石川啄木の歌が思い出されます。

たはむれに

母を背負ひて

そのあまり軽きに泣きて

三歩あゆまず

母にがんばってもらいた

い。病気にまけないで!

和歌山市 小川日出美



総代会のご案内

和歌山中央医療生活協同組合第58回通常総代会は下記の日程で開催します。

日時 2014年6月21日(土)
午前10時開始 午後3時終了予定
場所 和歌山市北コミュニティーセンター
2階多目的ホール(和歌山市直川)

入職式



4/1、医師1名、看護師10名、栄養士1名、理学療法士1名が入職式に出席しました。

よろしくお祈りします!

医療生協ハイキング

生石山をレベル5として楽な山を5以下で、苦しい・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342回 6月恒例清掃ハイク JR六十谷駅～南海箱作駅 13km

昨年は橋本市恋野の紫陽花を見る為に、清掃ハイクは自由参加としました。今年は少し足を延ばして阪南市桃の木台に抜けるコースを予定しています。前任のリーダーの時に使ったコースです。少し距離がありますが頑張りましょう。

日程：平成26年6月1日(日)

山レベル：体力5、技術5

集合場所：JR和歌山駅8時24分発天王寺行き普通電車乗車、8時29分六十谷駅下車、8時30分駅前集合(JR160円)

参加費：300円(写真代、会費込)

●第343回 第5回紀州街道(岸和田・泉佐野)8.5km

昨年は想定外の早期梅雨明けで、灼熱の街道歩きとなりました。今回は、岸和田の錆地蔵から南に向かい、泉佐野駅を目指します。雨の中を傘をさして旧街道を歩くイメージをしています。

日程：平成26年7月6日(日)

集合場所：JR和歌山駅7時21分発南海和歌山市駅行き乗車、7時28分着、南海電車乗換、7時32分発難波行き普通電車乗車8時27分錆地蔵駅着(JR190円、南海640円)

参加費：300円(写真代、会費込)

この機関紙は、組合員ボランティアによって届けられています。住所等変更があればご連絡下さい。

組合員作品紹介



河西くすみ支部

北山好笑さん(84才)の作品です。くすみ支部では、支部ニュースを10年間発行してきました。北山さんは支部ニュースに作品をいつも寄せてくださっています。



調理師の

ためしてクッキング

105

野菜たっぷりドライカレー

【材料】4人分(ご飯200g×4人分)

玉ネギ……………100g
れんこん……………30g
なす(1本)……………85g
トマト(半分)……………80g
人参……………40g
ゆで大豆……………40g
合挽きミンチ……………80g
生姜……………8g
カレールー……………固形2個
ウスターソース……………大1
ケチャップ……………大1 } 調味料
水……………150cc

【つくり方】

- ①なすびとれんこんを5mm角に切って水にさらす
- ②トマトを湯むきして1cm角に切る
- ③玉ネギ、人参、生姜をフードプロセッサーにかけ、みじん切りにする
- ④カレールーを細かく切る
- ⑤ボールに①～④とミンチ、大豆、水、調味料をすべて入れ、サツと混ぜる。レンジ(500w)で5分加熱する
- ⑥⑤を全体に混ぜる。さらに5分レンジで加熱する
- ⑦出来上がったらご飯に盛りつけてパセリをふる



<1人分>エネルギー 230kcal
タンパク質 7.8g
塩分 1.3g

4月から消費税が5%から8%へと増税されました。政府は「社会保障のため」に使うと大宣伝しながら、実際には年金、介護、医療などが次々と改悪されています。70〜74歳の患者負担1割から2割へ(今年から70歳になる方)、介護保険利用者負担1割から2割(一定所得者)、年金引き下げなどなど、3兆5千億円の社会保障の負担増・給付減を推し進めています。国民に増税で5兆円の負担増を強いておきながら、社会保障の充実には回らず、安倍内閣は大企業減税や公共事業、軍事費のバラマキを進めています。「すべて社会保障に」というのはでたらめです。庶民の苦しさを分かっているというのが、大多数の国民の声ではないでしょうか。

編集後記

(宛先)
〒640-8390
和歌山市有本一三八―四
和歌山中央医療生協
「健康とくらし」
編集委員会

※パズルの答え、ご意見・ご連絡は左記まで。