



三重の滝



文蔵の滝

「三重の滝」と「文蔵の滝」

かつらぎ町北部の一言主神社の境内の奥に階段状に3段に分かれて落ちる「三重の滝」があります。落差20数メートル、古くから豊城修験道の行場とされていた所です。

「三重の滝」の近くに「文蔵の滝」があります。この滝は水の中を歩いて洞窟に入らないと見る事ができません。洞窟の中に高さ10数メートルの滝がまっすぐに落ちる、ちょっと神秘的な光景の所です。

この二つの滝は近くまで車で行けます。夏は滝の冷気を求めて、また秋は紅葉が素晴らしいので是非一度お出かけください。

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
- 在宅介護支援センター和歌山生協病院 (073)474-2711
- 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 ……(073)471-8171
- 生協こども診療所 ……(073)476-4455
- 生協こども診療所 診療予約電話自動受付 (073)471-0099
- 生協中之島
- 複合型サービス ……(073)422-3476
- デイサービス ……(073)422-2003
- 訪問看護ステーション・レインボー (073)422-2225
- 生協芦原診療所 ……(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 ……(073)451-6177
- おおみや診療所 ……(0736)61-6151
- 総合介護支援センター デイサービスげんき (073)487-3388

みんなの力で医療生協を育てよう

生協強化月間

(10月～11月)



セラバンドで決めポーズ

人の輪が広がるのが魅力

南地区 広瀬支部 あじさい班

2005年6月に誕生したあじさい班。毎週木曜日、生協芦原診療所の組合員ホールで、セラバンド体操を中心に健康体操をしています。あじさい班に入るきっかけは、膝を悪くして山本先生（生協芦原診療所所長）にすすめられてとか、友人のヨシコさんにすすめられてとか、おじいさんが組合員やったからとか、いろいろですが、みんな人の輪でつながっています。

「体操続けるとよう眠れるようになったわ」「お友達が増えたよね」「体もしっかりしてきたけど口もしっかりしてきたわ。楽しい人ばかりやで」そして体操ばかりじゃなくて「入院中に知り合った方が、外へ出ていくのも嫌でもう死にたい、とばかり言ってたけど、芦原診療所の虹の昼食会に誘って見たら、だんだん明るくなって外へご飯を食べに行くようになったんよ」といろいろな活動を通じて人の輪が広がっていく医療生協の魅力をいっぱい語ってくれました。

月間期間中のとりくみ

●10・1全国いっせい仲間ふやし行動

(早くから対象者に働きかけ、手だてを準備し、いっせいに仲間ふやしの飛躍をつくります)

●毎月、9日・25日に組合員利用100%デーにとりくみます

●ヘルスアップチャレンジ2014 (9月～11月)、通信教育、健康チェックと健診受診など班づくりや班会開催の中で旺盛にすすめます。特別養護老人ホームわかばの見学班会や健康ファイルづくり班会などひらきましょう。

●「健康とくらし」の手配りさんふやしにとりくみます

●10月4日(土) 組合員・職員活動交流集会 (p6参照) を多くの組合員参加で成功させます。

「地域まるごと健康づくり」を大きくひろげ、
全国300万人組合員と連動した
「仲間ふやし」を中心にした組織強化の月間に

今年もいよいよ生協強化月間がはじまります。

集团的自衛権行使容認の閣議決定、医療・介護（一体改悪）

総合法案、消費税増税、TPP加入、原発問題、米軍基地問題など現政権のもと私たちの平和、命とくらしを取り巻く環境が深刻になってきています。このような中で誰もが安心して暮らせるまちづくりを進める医療生協の役割はより一層高まっています。強化月間では、仲間ふやしや班づくり・班会、担い手づくりなど年間目標の80%達成をめざしましょう。



組合員であることを誇りに!

河西地区 くすみ支部 岩元 節子さん (83歳)

河西診療所の設立当時、主人の名義で加入しました。そのまま月日が流れましたが、ある時、きっかけがあり自分の名義に書き換えていただきました。その時から自分の気持ちが変わったような気がしました。それまでは何気なく一歩引いたような気持ちがあったように思います。自分名義になってからは、自分も組合員の一人であることを誇りに思っています。

幼いころから踊りを続けていて、河西地区の民踊サークルに早くから入れていただき、20年ほど踊りを楽しみました。今はマジックサークルに熱中しています。

主人が亡くなってから一人暮らしですが、サークルの皆さんが気持ちよく受け入れてくださって、すごく楽しく日々を過ごしています。今後もできる限りいろいろな行事に参加させていただきたいと思っております。どうぞよろしくをお願いします。

月間課題項目	年間目標	7月末到達	月間目標
仲間ふやし	1000人	139人	660人
出資金ふやし	1億円	1380万円	6600万円
班づくり	30班	2班	22班
班会開催	1000回	305回	500回
担い手ふやし	100人	5人	75人

沖縄～辺野古の海と平和を守る連帯行動に参加して



海上調査に乗り出す



基地建設を阻止するための座り込み

基地ができることを止めたいと思いましたが、一日中飽きることもなく見ていました。

藤井 かおりさん（和歌山生協病院看護師）

終戦からアメリカの支配、返還の喜びもつかの間…

6月26日から28日まで行われた第32次辺野古連帯支援行動に参加してまいりました。沖縄北部の高江と辺野古の海で座り込みをしながら今までの出来事を学んできました。1945年、沖縄戦が行われたのち、沖縄は日本から切り離された米軍の統治下におかれ、返還されるまでの27年間はアメリカの高等弁務官の勝手し放題の時代でした。暴行事件は日常的に行われていたという残酷で長期にわたる苦しい時代の話も教わりました。

1966年、日米両政府は沖縄県民の負担軽減を行うとして土地を返還するという合意を交わし、やっと平和な生活が送れると県民は喜んだそうです。しかし、それは条件付きのもので、その条件とは、ヘリパット（ヘリコプターの着地帯）の高江への移設と、普天間基地の辺野古への移設ということだったのです。

座り込みしか
すべはなかった

高江では何の説明もないまま突然

始まるヘリパットの工事を阻止するため、座り込むしか手段はなかったそうです。（住民のリーダーである）伊佐さんと山崎さんは、長期に及ぶ闘いと苦しい経験を淡々と話してくれました。一緒に座ったのはたった2時間でしたが、今までとは違った気持ちで話を聞くことができました。

辺野古の海を
戦争のために使わせない

辺野古では、おじい、おばあが「命の海」を戦後の何もないとき、この海の恵みがあつたからこそ生きていくことができた、子供を育てることができた…。命の海が広範囲にわたり埋め立てられる計画になっていて、この海を守るために、基地建設を阻止するために座り込みを始めたということでした

安倍政権が、戦争をする国をつくることのために基地建設を強行的に進める中、絶対にあきらめないという気持ちで戦い続けている人々と接する機会となりました。沖縄の歴史や、起こっている現状を伝えることを何らかの形にして実践していきたいと思いました。



和田 純子さん（和歌山生協病院看護師）

高江だけじゃない、
日本の問題だ

高江村に行くまではその村の名前すら知りませんでした。高江の人たちは2007年から一日も欠かすことなく座り込みをしているそうです。住民の方たちは「これは高江だけの問題ではない。高江のような実態を許せば今後国民の人権、表現の自由も弾圧させられてしまう。だから負けられない」「一人でも多く知ってもらいたい。世論を味方にするのが大きな力になる」と言っていました。自分たちの事でも精一杯のはずなのに、国民の未来まで考えてくれてるんだと感動しました。

一人でも多く知ってもらうために「標的の村」などの資料映画の上映会を開いたり、支援行動に興味を持って参加してもらえるように、この3日間で学んだことを伝えていきたいと思えます。

原水爆禁止世界大会に参加して

「戦争の悲惨さ」と「情報の大切さ」

前田 進吾さん（和歌山生協病院リハビリ課職員）

8月4日から6日、職員5名、組合員さん1名で広島の世界大会に、参加してきました。台風のせいで3日間雨が降り続く生憎の天気でした。私は入職5年目で3年前の長崎大会に初めて参加させていただきました。今回もう一度平和のことを考え直してみたくて参加しました。

一番印象に残ったことは「戦争の悲惨さ」と「情報の大切さ」です。初めて参加した人は原爆資料館の展示を見

て衝撃を受けていました。僕は、被爆者の方のお話で、原爆投下の前に米軍の「子どもは早く逃げなさい」という内容のビラが撒かれていたこと、そのことを知って実際に逃げようとした人もいたが検問で戻されたという事実があったことを初めて知りました。情報が正しく伝わっていれば少しでも助かる人がいたはず。現代はそのころとは逆に情報があふれる時代だけど、真実が伝わっているのかは疑問です。常に興味を持って自分で判断する。一度興味を持って知れば、心の中に残る



し、変わるきっかけになることもできると思いました。

また大会に参加できて、自分だけじゃない、こんなに多くの人が一つの事を考えている、ということに感動しました。



地域密着型特別養護老人ホーム 「わかば」がスタート!

たくさんの方々の支えで9月1日開設

社会福祉法人 わかやま虹の会
特別養護老人ホーム わかば
施設長 前 仁子

特別養護老人施設わかばがいよいよ9月1日
開設いたしました。
りとした暮らしの中で、一人ひとりが豊かに暮

らせる居場所をめざす』ことを理念に利用者様
いま政府は要支援者を介護保険からはずし、
ご家族様の思いを大切に、職員一同力をあわせ
特養入所は要介護3以上に絞り、利用料2割負
歩み出したいと思います。
担の一部導入案が検討されています。介護の現
末永く、あたたかく育
場も、取り巻く状況も待たなすです。
てていただけますようお
『憲法に基づく基本的人権を尊重し、ゆった
願いたします。

看護師 山本 真智子

特養わかばで「豊かな時間」を

「このまちが好き」大切な思い
健康が急づくまちなしていきた
い、という思いの中で、特別養
特養わかばでは、さまざまな
生活場面でも、ご本人の思いを大
切にし、人として尊重される事
にこだわった豊かな生活を築き
上げていきます。例えば、食事
の前は、お手拭きでなく水道の
水で手洗する、排泄もトイレ
誘導がごく自然にできるよう援
助していく、などです。

私は「豊かな時間」の話にな
るといつも思いつく事例があり
ます。ある看護学生の受け持ち
の患者さんは、癌の末期で、日
常的にはベッドに寝たままの状
態でした。そしていつも見つけ
ておられる窓をきれいに磨いた
のです。
わかばでは、これからどんな
方と出会いどんな時間を一緒に
作り上げることになるのでしょ
うか。なんとなくワクワクして
きます。

認知症型デイサービス、 シヨートステイも併設

シヨートステイは要支援1か
ら要介護5までの方が利用でき
ます。自宅での暮らしを続けな
がら必要な時に、1泊2日から
最長30日まで施設に泊れます。
認知症型デイサービスは、家族
的な雰囲気、なじみの関係の中
で1日を落ち着いて過ごせます。

1階の地域交流センター もご利用ください

1階に5畳ほどの地域交流セ
ンターがつくられています。趣



味のクラブ活動や地域での会議、
元気な高齢者の方の介護予防学
習会などにご利用ください。そ
して時には、入所されたお知り
合いを訪ねてみてください。小
さな特養ですが、生協病院や地
域の医療機関、介護事業所と連
携しながら、住み慣れたこの地
域で、安心して暮らせるための
力強い味方になれるよう頑張り
ます。

多くの方々のご協力のおかげで、開設を
迎えることができました。謹んで御礼申し
あげます。今後も引き続きご協力賜ります
ようお願いいたします。

わかやま虹の会をささえる会
会長 山本 純嗣

※寄付金総額…………… 43,736,295 円
2014年8月10日現在

※虹の会会員…………… 663 名

出会い ふれあい 支え合い ひろば

めざせ！健康チェックサポーター



尿検査試験紙の色を真剣にチェック

7月29日(火)に東中地区では、健康チェックサポーター養成講座が開かれました。自分たちの健康を自分たちで守るため、健康チェックの方法や生活習慣と病気の関連性などを学習しました。血圧を実際に測ったり、尿検査の試験紙を自分で判定したり、身長と体重からBMIを計算してみたりしました。参加された組合員からは「肥満と食べるのが早いのは関係があるのか」「今度は支部の方へも来てほしい」など質問や要望があり、13名と少人数でしたが、わいわいと楽しく学習できました。病気の最大の治療法は予防です。病気になる前に健康チェックをして、自分たちの健康は自分たちで守れるよう、今後も健康チェックサポーター養成に取り組んでいきます。

「那賀ウォーク」2年で13回 今回は「天野の里山と町石道」

「那賀ウォーク」は、那賀地区健康づくり委員会が2年前に始めたハイキングです。「地元5町(那賀、打田、貴志川、粉河、桃山)をもっとよく知りたい」という要望に応じて2か月に1度、地元のコースを歩いて13回を重ねました。毎回地元の語り部の方に歴史や由来を教えていただく企画を盛り込んでいます。

7月19日はかつらぎ町天野の里山と町石道。木陰が

多くて歩きやすいコースで、那賀ウォークとしては初めて一日コースを設定しました。風がさわやかで涼しく、里山の美しい景色や世界遺産の丹生都比売(にゅうつひめ)神社の宮司さんのお話を堪能できて、参加した13名も満足の日でした。



～組合員さんと一緒にすすめる医師養成～

学んで遊んで大喜び 喘息児デイキャンプ

7月29日(火)こども診療所喘息児デイキャンプが行われました。このデイキャンプは、喘息の病気があっても普通に学校に行ってみんなと遊べるようにと始まった取り組みです。デイキャンプでは喘息を持った小学3年生から6年生が参加し、気管支喘息の学習、カレー作り、プール遊びなどを行いました。

運営は、こども診療所スタッフだけでなく、医学生・看護学生も一体となって取り組みました。今年のデイキャンプにも和歌山県立医大から医学生が参加し、こどもたちと一緒に学び遊びました。医学生の『お兄ちゃん』にこどもたちも大喜びで、特にプール遊びのときはこどもたちに囲まれて大忙しの活躍ぶりでした。



CTスキャンの説明を受けるこどもたち



プールでの楽しい水中玉入れ

お問い合わせやご紹介は、和歌山県民医連・医学生担当 (TEL 441-5090) まで、気軽にお声をかけてください。

読者のひろば

運動不足解消

この頃余り歩かないのでヘルスアップチャレンジは参考になりました。

和歌山市 山田 琴江

認知症対策

認知症の予防に、簡単な引き算、音読等が良いらしい。早速問題を作りやってみる。やはり引き算が弱い。頑張ろう。

和歌山市 中原 美智子

日々是好日

今年の3月30日で二度目の退職。以前にも増して独居生活ってやるのが沢山。一日十人と話し、百字書いて、千字読んで、万歩歩くのがベースです。

和歌山市 神前 素子

好評！大根もち

ためしてクッキング「大根もち」を作りました。ビールのおつまみにも最適ですね。胃腸に良くあっさりし

ていて、がごめ粉末プラスしました。我が家の定番メニューになります。

和歌山市 宮本 依左子

※がごめ…昆布の一種なんですね。初めて知りました。

「大根もち」美味しかったです。しょうがを入れてもいいですね。いつも配布有難うございます。

和歌山市 濱本 由賀

そつとこのぞいて

メダカの卵がたくさんつき、卵をかえすのにはまっています。小さな発砲スチロールの箱をいただき、ほてい草に卵をつけると2ミリくらいメダカの赤ちゃんが100匹位つじょうじゃ泳いで日に日に大きくなり楽しみです。

和歌山市 小畑 延子

人生を美しく

「終の棲家」をどこにするか考えるようになり、元同僚の方々の入所先を訪ねて参考になっています。

和歌山市 益田 啓子

第26回組合員・職員交流集会

- とき 2014年10月4日(土) 10時～15時
 - ところ 和歌山市北コミュニティセンター
 - 記念講演 「セーフティウォーキング～生涯、自分の足で歩き続ける～」
講師 土井 龍雄氏 他
- ※日頃の組合員活動の発表を通して組合員、職員の交流を図ります。
どなたでもお気軽にご参加ください。

相談室の風「老健施設は今」を関心深く拝読いたしました。

和歌山市 田中 美津子

短歌

一しづつ
生老病死身に当てる
病に負けじと
今日の吾あり

堂脇 満洲子

(特養ホーム「わかば」設立に寄せて)

川柳

議員さん
やじに本音が
あらわれる

松寿司

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～

生協子ども診療所

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

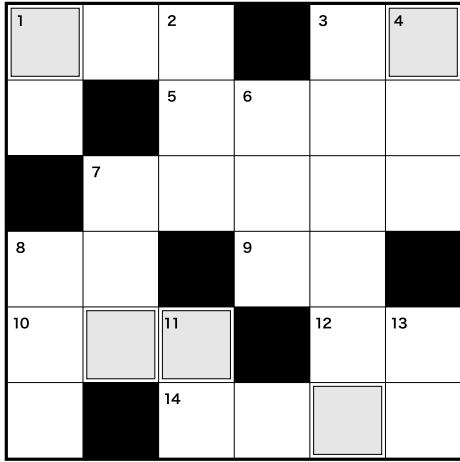
受付/午前8:30～12:00
夜診4:30～7:00
診療開始時間/午前9:00～
夜診5:00～

	午前		午後		夜診	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後
月	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診
火	古田	古田	古田	古田	古田	古田
水	柳田	柳田	柳田	柳田	柳田	柳田
木	古田	古田	古田	古田	古田	古田
金	古田	古田	古田	古田	古田	古田
土	交代診療	交代診療	交代診療	交代診療	交代診療	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.172

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 かわいい、かわいい

- 1 内々の通知、決定。
「異動の○○○があった」
- 3 駅で切符を確認する
「改○○くち」
- 5 力を込めて製作した作品
- 7 赤とんぼの1種
- 8 戦国時代の武将○○信長
- 9 現在の瞬間
- 10 「信州○○○の善光寺参り」
- 12 親分。「サル山の○○はアイツだね」
- 14 各駅停車の普通列車。今じゃ言わないかも

30のキー

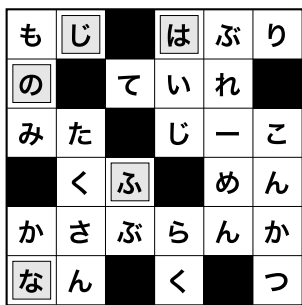
- 1 9月は○○月とも言います
- 2 自分ひとりの力、独力
- 3 仙台・塩釜名産。笹の葉の形
- 4 魚や鳥のひき肉に卵・片栗粉などをすりまぜて丸めたもの
- 6 精神を集中してことに当たる気分の勢い。「○○○を入れてかかれ」
- 7 ニックネーム
- 8 1983年NHKの朝の連続ドラマ主人公。橋田壽賀子作品。その後、アジアでも放映され爆発的人気を博した。
- 11 ○○を鳴らす、○○から手が出る
- 13 ○○○学、○○学、○○式、○○奇な運命

タテのキー

- 宛先／8ページに掲載
●発表／本紙236号
●メ切／10月末必着
●発表／2015年1月号
- 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ください。

応募方法

当選者発表



解答／No.170「ふじのはな(藤の花)」

- 和歌山市 東 祥子様
和歌山市 坂田 弥生様
和歌山市 佐野 美里様
和歌山市 服部 一亨様
和歌山市 松本 爽蘭様

健くらパズルNo.170の正解は「ふじのはな」でした。応募総数55通のうち正解は55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。

役員体制

2014年6月21日第58総代会にて決定

敬称略(各項目で五十音順)

理事長	(再) 山本 純嗣	理事(新)	富村 佳子
副理事長	(再) 木下 和久	〃(再)	中西 イン
〃	(再) 古田 光明	〃(再)	西本 三平
専務理事	(再) 久保田 泰造	〃(新)	畑 伸弘
常務理事	(再) 田畑 安敏	〃(再)	堀 孝
〃	(再) 藤沢 衛	〃(再)	宮井 保美
〃	(再) 森岡 佳昭	〃(再)	室谷 寿彦
理事	(新) 有竹 昭	〃(再)	森脇 正雄
〃	(再) 石垣 保	〃(再)	山田三代士
〃	(再) 上田 正美	〃(再)	山本 尋高
〃	(再) 太田 智恵	監事(再)	目 祐二郎
〃	(再) 奥村 明春	〃(再)	中川 司郎
〃	(再) 神谷 治良	〃(再)	山形 由廣
〃	(新) 川崎 康樹		
〃	(再) 木下 洋		
〃	(新) 甲佐 洋三		
〃	(新) 瀬藤 幸生		
〃	(再) 高橋 治雄		
〃	(再) 高良 マリ子		
〃	(再) 父川 恵照		

退任された役員のみなさん

理事	小西 教之
〃	滝 すがこ
〃	中 玲子
〃	中村 茂
〃	満生 明厳

第34回 生協まつり

10月12日(日) 10時から15時まで

和歌山城砂の丸・西の丸広場にて

入場無料!

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

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346回 熊野古道 岩代王子・千里王子から三鍋王子 10km 山レベル 体力4、技術4

岩代から目津崎までの浜を岩代の浜・千里の浜と呼び砂浜を歩く熊野古道です。昼時間が引き潮ですので、目津岬方面に行ける所まで海岸を歩きます。磯遊びしてから三鍋王子を通り南部駅に向かいます。

日程：平成26年10月26日(日)

集合場所：JR和歌山駅4番ホーム8時、8時5分発紀伊田辺行き普通電車乗車、9時40分岩代駅下車(1,490円)

参加費：300円(会費、写真代込み)

第347回 平成26年度目玉企画 当尾(トウノ)石仏巡り 10km 山レベル 体力5、技術4

遠方へのハイキングも取り入れていこうと思います。

今回は、京都府木津川市東南部の当尾磨崖仏文化財環境保全地区にある浄瑠璃寺と岩船寺とその周辺を巡ります。国宝・重文の建造物・像を見学します。

和歌山⇄奈良の交通については季節割引切符の利用も可能です。

山靴不要ですが、しっかり歩ける靴で参加ください。現地食事期待出来ません。

日程：平成26年11月16日(日)

集合場所：JR和歌山駅阪和線ホーム7時40分、7時44分発天王寺行き快速乗車乗車、8時49分天王寺着16番線9時発加茂行き大和路快速電車乗車、9時51分加茂駅着(1,940円)奈良交通バス10時14分発10系統加茂山の家行き乗車浄瑠璃寺前下車(400円)

参加費：1,000円(会費、拝観料300円、400円、写真代込み)

平和夏まつり



「塩津いな踊り」



河西 7月26日、250人参加



「亀の川念仏踊り」

海南げんき 8月2日、台風の雨の中400人参加



生協中之島 7月26日、300人参加。原爆のパネル展も

キャベツといかの簡単みそ炒め

調理師の

ためしてクッキング 107



濃厚な味なのでご飯がすすむ献立です。いかのかわりに豚肉でもOKです。また秋らしくしめじなどを加えてもおいしくいただけます。副菜は酢の物などがよいでしょう。



〈一人分〉
エネルギー 207kcal
塩分 2.2g

〈材料〉2人分

キャベツ…… 280g(6枚)
人参………… 210g(2cm)
いか………… 小1ばい
片栗粉……… 小さじ2
ごま油……… 大さじ1
味噌………… 大さじ1
砂糖………… 小さじ2
酒…………… 小さじ2
しょうゆ…… 小さじ1
七味唐辛子… 少量

【A】

〈作り方〉

- 1 キャベツは大きくひと口大に、にんじんは皮をむいて細切りにする。
- 2 いかはさばき、胴は1cm幅の輪切り、足は2～3本ずつ分け、片栗粉をからめる。【A】は、混ぜ合わせる
- 3 フライパンを熱し、ごま油大さじ1/2を回し入れて、キャベツ、にんじんを強火で炒める。歯ごたえが残るうちに取り出す。
- 4 ③のフライパンに残りのごま油を足し、いかを炒め【A】をからめる。火を強め、③の野菜を戻して手早く炒めて出来上がり。



編集後記

今年の5月に福井地裁の樋口

裁判長が大飯原発運転禁止を命

じた判決で「生存を基礎とする

人格権は最高の価値を持つ」「人

の命は何物にも変え難いもの

だ」「人の生存にかかわる権利

と電気代が高い低いという問題

を並べた議論をする仕方がおか

しい」と言っています。この明

快な判決に感動しました。その

あと安倍内閣は7月1日に「国

民を守るために海外での武力行

使を認める」と閣議決定しまし

た。武力衝突が起これば人を殺

したり、殺されたりするのは、

日本や世界中の人たちです。こ

の人たちの生命、自由、幸福追

求の権利は守られません。この

相反する2つの決定に、「日本

国憲法がいきる日本」にどう

思いを強くしました。(洋)

※パズルの答え、

ご意見・ご連絡は左記まで。

〒640-8390

和歌山市有本一三八―四

和歌山中央医療生協

「健康とくひこ」

編集委員会