

2019年1月

第260

(隔月発行)

健康とくらし

題字は和歌山生協病院 畑 伸弘医師

いま、和歌山中央医療生協は

- 組合員数 ……23,223 人
- 出資金 ……939,671,400 円
- 一人平均 ……40,463 円
出 資 額

2018年11月30日現在

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 ☎073-474-5121 FAX.073-475-4288 ホームページ <http://www.w-iryoseikyoo.com/> 編集 ● 機関紙委員会



那智の滝

那智の滝は、和歌山県東牟婁郡那智勝浦町の那智川中流にある滝です。滝の落ち口の幅は13メートル、滝壺までの落差は133メートルあり日本一です。栃木県の華厳の滝、茨城県の袋田の滝とあわせて、日本三大名瀑に数えられています。水の落ち口が3つに分かれているところから、「三筋の滝」とも呼ばれます。1972年には国の名勝に指定され、2004年には世界遺産の一部として指定されました。

那智の滝はもとも48あって、私たちがよく知る那智の滝は一の滝になるそうです。滝自体が飛瀧神社のご神体となっています。

滝の落ち口には、注連縄が張られていて、毎年7月と12月に張り替えが行なわれています。

写真/室谷寿彦さん 文/神崎義美



迎春

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
- サービス付き高齢者住宅「生協にじ」 (073)476-4477
- 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・生協みなみ (073)435-5661
- 地域支えあいセンター虹 ……(073)435-6611
- 生協芦原診療所 ……(073)423-4349
- 河西診療所 ……(073)451-6177
- おおみや診療所 ……(073)61-6151
- 総合介護支援センター デイサービスげんき (073)487-3388

あけまして
おめでとう
ございます



理事長
山本 純嗣

新年明けましておめでとうございます。平成が終わることになりました。平成は日本経済停滞の30年間となってしまいました。その代わり、明治以来はじめて戦争のない時代となりました。

経済発展が低調であっても平和な方が良く決まっています。少子高齢化や貧富の格差拡大、健康保険や年金をはじめとした社会保障制度の後退など新たな社会問題もおこってきました。

さし当たって今年の最重要、喫緊の課題はなんといっても憲法9条問題でしょう。集団的自衛権容認と安保法制の現存する中で、憲法9条に自衛隊を明記するということは、自衛隊を海外で戦える軍隊として認知することになり、戦後70年余り続いた平和日本の立ち位置を根本的に変えることになってしまいます。これだけは絶対に阻止しなければならぬと思います。

次の時代に解決を持ち越した世界的な重要問題として①地球温暖化問題と②核廃絶問題をあげたいと思います。①昨年、国連のIPCC報告で地球の平均気温は産業革命前より既に1℃上昇

してしまったようで、早ければ今後30年以内に1.5℃に達するとの警告が出されました。昨年は大変暑くて長い夏だったうえに、西日本豪雨や台風21号などの猛烈気象に見舞われました。1℃だけでも世界中で異常気象による大災害が起こっているのに1.5℃になるとどういふことになるのか空恐ろしい気がします。このままでは2050年までに最大2.0℃以下に抑えるという最終目標が達成できない恐れが強いです。地球生命の危機が迫っています。②人類が核兵器によって破壊される前に、人類が核兵器を破壊してしまふことを願います。

昨年、3人の新卒医師が生協病院での研修に参加してくださいました。研修は順調に進んでいます。今春また2名の新卒医師が生協病院で研修を開始してくれることになりました。これらの青年医師たちが、やがて、私たち医療生協の次の時代を担うリーダーとなっています。今年が良い年となりますように。

2018 合同ウォーキング大会に63名

10月31日(水) 医療生協「健康づくり委員会」主催の「2018合同ウォーキング大会」を開催しました。全地区から63名の参加者となりました。JR和歌山駅で「わかやま電鉄貴志川線」に乗車。「大池遊園駅」で貴志方面からの参加者と合流しました。

まず、大池遊園駅前広場で有竹理事の指導で「ストレッチ体操」を参加者全員が行いました。有竹理事が先頭で案内を行い、健康づくり委員さんが歩く隊列の中に入ってもらい、最後尾を宮下が歩きました。各地区歩こう会、歩く会の健脚の組合員さんは前方へ、マイペースな方は後方に2列に並んで歩きました。最高令は88歳。80歳代の組合員さんが10人も参加してくれました。大池遊園駅から歩道が整備された道を適時休憩を入れながらウォーキングを楽しみました。

終着地「伊太祁曽神社」に到着し宮司さんの案内で、「伊太祁曽神社のいわれ」などの解説もして頂きました。「伊太祁曽神社」常盤殿2階大広間」をお借りして昼食休憩を取りました。昼休憩時には参加者へ血圧測定を実施しました。昼食休憩後、参加人数が多いので、各地区ごとに参加者に手を挙げてもらい、代

表で感想など一言頂きました。伊太祁曽神社から伊太祁曽駅へ移動したところ、平日にもかかわらず、観光ツアー客と合流してしまったので、切符をかうのにも一苦労でした。団体さんとは方向が別でしたので「梅屋電車・車両」に着席乗車でき、皆さん喜んでくれました。

伊太祁曽駅出発後、貴志川線沿線の方は下車され、最終はJR和歌山駅で皆さんにお別れを言ってお解散しました。「思い切って参加したけどよかった」「久しぶりにウォーキング大会に来たのでうれしかった」など沢山の感想を寄せて頂きました。皆さんに楽しんでもらいたい大変良かったです。今後とも健康づくり委員会では「各地区歩こう会」と連携しながら継続していきます。



今年も病院探検を 開催しました

12月8日、小学生を対象にした「病院探検」を開催しました。実際に白衣を着て、病院で各職種の疑似体験ができる人気企画ということで、今年は定員を超える21名の参加となりました。

今回も和歌山生協病院薬剤課、リハビリ課、病棟若手看護師の皆さんの協力を得て、様々な職種の仕事を体験することができました。調剤体験や車いす操作体験、看護師体験では、点滴注射の手技や蘇生法の学習が行われ、佐藤所長による説明の後、訓練用の人形相手に実際に心臓マッサージを経験しました。最後に佐藤所長より、修了証と白衣姿の記念写真を



受け取り、迎えに来られた親御さん達と病院を後にしました。この経験を通して、少しでも医療機関で働くことの意義や人命の重要性を学ぶ機会になればと思います。さらに参加してくれた子どもたちの中から将来医療に携わる職種をめざし、この医療生協でいっしょに働くことができれば何よりです。

海南・海草支部

大人も子どもも泥だらけ サツマイモ掘り体験

医療生協海南・海草支部は11月23日（金）勤労感謝の日にサツマイモ掘り体験を行ないました。

8家族（父母10名、子ども13名）とボランティア7名 総勢30名で芋掘り体験を行ないました。9時30分前にぞろぞろと集まりだし、時間ちょうどに支部長の中谷さんの第一声でスタートしました。掘り方の説明を簡単に説



明した後、畑へ…

力持ちのお父さん2名がスコップで周辺の土を取り、土からのぞいたサツマイモをヨイショヨイショと声をかけながら、掘りました。大人も子どもも土のうえで泥だらけになりながらの作業に一生懸命になりました。

畑の近くで、鍋の下に石を敷いて焼きいもを作りみんなで食べました。

このとりくみは今回で4回目。後日中谷支部長が参加されたお宅を訪問し、感想文を書いていただきました。「楽しかった」「お美味しかった」などたくさんの感想が寄せられました。今後も地域の子どもや、若い人たちに自然や文化に触れてもらう機会を作っていきたいと思います。

事業所の紹介

生協よりあい 一緒に時間をかけじっくりと

生協よりあいは、和歌山生協病院の東側にある認知症対応型のデイサービスです。

利用者様が、安心して過ごせるよう、笑顔の素敵な（自分で言うのも何ですが…）スタッフが毎日元気にお迎えしています。

一般的なデイサービスとの違いは、認知機能が低下しても住み慣れた地域で生活を送れるように少人数（定員12名）で専門的な認知症ケアを手厚く受けられます。

「できない」ことを単純に「してあげる」のではなく、一緒に時間をかけじっくりと取り組みます。また、できることは継続してもらいながら自信や楽しみにつなげればと、利用者様おひとりおひとりに寄り添いその個性を発揮していただいています。

最近のよりあいでのひとこまです

【Aさん：よりあいで育てた小松菜をゴマ和えに】

ゴマを入れたすり鉢とすりこぎを手渡すと、慣れた手つきでゴマをすり、その香りを楽しまれていました。

→ 長年身に付いた動作記憶はいつまでも保たれています。

【Bさん：スタッフが朝お迎えに行くと「今日は行かない」】

理由を聞くと、「自宅周辺で朝から電気工事が始まった」と落ち着かない様子。

→ 場面を切り替えるために、別のスタッフが少し時間をおき改めてお迎えに。

「一緒にお昼を食べましょう」と明るくお誘いすると「そうやね」とのお返事。来所後はいつもと変わらずお元気に過ごされました。

認知機能が低下すると、生活全てにおいて受動的になりがちですが、その人がその人らしく自己表出・選択・体験できる環境作りを大切にしています。

利用者さんの残存機能を活かしながら、いきいきと豊かに暮らし続けられるよう、「よりよい介護」を目指し、学習や実践を重ねています。



利用者さんと作った作品

長寿万歳

63

和歌山市在住

いぬい ひろお

乾 弘雄さん (83歳)

いぬい ちあき

乾 千秋さん (77歳)

まだまだ長寿の意識はない

生い立ち

乾弘雄さんは、1935年5月に和歌山市で生まれました。1945年7月の和歌山空襲にあわれ、その時の記憶が鮮明にあるそうです。焼夷弾が落ちてくる中を、逃げながら、和歌山城が焼け落ちるのを見たそうです。途中で家族はばらばらになってしまいましたが、何とかみなさん無事に逃げられました。その後終戦まで、奈良の吉野へ疎開されました。

乾千秋さんは、1941年6月に和歌山市で生まれました。幼かったため、戦争の記憶はあまり残っていないそうです。

弘雄さんは、戦後、中学を卒業してから、三菱電機に入職しました。仕事をしながら、高校、大学を卒業されました。学校では、人前に出るのが苦手な性格を直そうと、生徒会や学生自治会の会長を務め、活動に積極的に参加したそうです。

28歳で三菱電機を退職し、和歌山市の中学校で技術・家庭科の教職に就かれました。その後

33年間現場の教師として勤めました。また、和歌山市教職員組合の執行委員も担われました。今年で結婚55年になります。が、まだまだ長寿の意識はないとおっしゃいます。

ともに医療生協の活動を

千秋さんは、河西診療所開所当初に、事務長から運営委員を頼まれ、組合員活動を支えてこられました。また、民謡サークルを作って活動し、河西地区の夏まつりや、生協まつりなどで踊りを披露していました。

弘雄さんは、教師を退職後、すぐに医療生協の理事を頼まれ引き受けられました。最初の年から、支部分割の課題で、支部長さんや運営委員さんを頼みに走りまわられ苦労をしました。また、東洋台（住宅団地）の管理組合の理事長をされていた関係で、東洋台の住宅の中で、たくさん組合員を増やしました。また健康とくらしの配達者を増やして、地域の活動家も増やしています。



また、河西地区にあった「フレンドの会」を、高齢者が集まって楽しい時間が過ごせるようにと、「まんさくの会」に改変されました。規約を作り、会長もされて、会の発展に努めてこられました。今でも、年に4回お誕生日会を開き、河西地区の高齢者の方々に喜ばれています。

夫婦でカラオケ

カラオケは、千秋さんが若い頃から楽しみにしていた趣味の一つです。近所の公民館やスタジオに出かけて練習をしています。そのうちに、弘雄さんも誘って出かけるようになり、今は共通の趣味の一つとなっています。

健康にも、たいへん気を使っているようです。弘雄さんが難病にかかったこともあり、健康づくりを意識して取り組んでいます。毎日、2人でラジオ体操をしています。夕方には、団地の中を40〜50分くらいかけて一緒に歩いています。

また、弘雄さんは、自動車の運転をやめるまで、外へ出かけて油絵も描いていたそうです。家の中には、当時描かれた油絵が何枚も飾られていました。

2年半前から自動車に乗らなくなって、不便になったこともありますが、バスやタクシーなどをうまく使って、今でも弘雄さんは、くすみ支部の運営委員をされています。

「組合員さんでも、なかなか河西診療所にかかってくれる人が少ないんだよ」と心にかけるれている弘雄さん、千秋さん。これからも河西地区の組合員運動を支え続けていこうという気持ちにあふれたお二人でした。





第1回



塩のことを知って かしこく減塩食を

60代の摂取が 最も多い



薄味を心がけている方、塩分は控えた方がいいと思いつつもまだ実行に移せてない方など、健康のために減塩に関心がある方は多いですね。今回は塩分について知っていたきたいことをお伝えします。

では世界的に見ても塩分摂取量が多い日本人は1日にどの程度塩分を摂っているのでしょうか？平成29年は男性10.8g、女性9.1gでした。しかし、年齢差が大きく男性20～30代・女性20代が最も少なく、男女とも60代が最も多くなっています。

厚生労働省が掲げている目標は成人男性で8g未満、成人女性で7g未満。特に高血圧患者に関しては1日6g未満となっています。

汗をかく夏は どうすれば…

生協病院でも高血圧や心臓病の治療のための食事は1日6g未満で提

供しています。また、管理栄養士が栄養指導や保健教室で減塩についてお話ししています。

そのような場面で「夏は汗をかくので塩分はいつもより多くとった梅干を食べたりするといったのでは？」などとよく聞かれます。塩も大切なミネラルですが、残念ながら体に必要な塩分量は1日たった1～2g程度です。夏に運動をして大量の汗をかいたときなどを除けば、普通に食事をしていれば足りなくなることはありません。大量の汗が出ない限りは梅干しも塩をなめる事も必要ない、ということですよ。

なぜ摂りすぎは 良くないの

そもそもどうして塩分の摂りすぎはいけないのでしょうか？

食事で塩分をとると、血液中の塩分濃度が高まります。すると体は血管内に水分を送り、塩分濃度をもとに戻そうとします。結果、血液の量が増えることに。血液を循環させる心臓はより強い力で血液を押し出さ

なければならなくなります。これが「血圧が上がる」という状態です。

血圧が上がると、心臓はいつもががんばった状態に、血管は高い圧力に耐えた状態になっています。それが長く続くと血管が硬くなります。これが動脈硬化です。心筋梗塞や脳卒中のリスクが上がってしまいます。動脈硬化は自覚症状がありません。ふだんから気をつけていなければならぬのは、そのためです。

毎日の食事で 少しずつの減塩を

みなさん、やっぱりうす味を続けよう、これからはがんばって塩分をひ

読者のひろば

来年こそは…

私の得意技は、鮎釣りで
す。今年は、いちばんいい
時期に台風が来て釣りにな
りませんでした。来年こそ
は…。

和歌山市 貴志 英司



主人が脳トレ挑戦

主人は身体が不自由です
が、最近では脳トレのためと
して雑誌のクロスワードや
数独に、挑戦しています。

和歌山市 山下 道子

幸せの朝スープ



温かい野菜スープが飲み
たくて、炊飯器に野菜と水
を入れてスイッチオン！朝
食に食べる具だくさんの
スープは身体にしみて幸せ
です。

和歌山市 片木 紗季

学習会がうれしい

和歌山市第2在宅医療・
介護連携推進センターで
学習会のお知らせを入れて
くれています。毎回参加し
ています。とても教えても
らってうれしいです。

和歌山市 杉本 かほる

ここにも台風被害

趣味でよく波止釣りに行
きますが、和歌山の各波止
も先日の台風21号で、ひと
い状態になっています。分
厚いコンクリートが簡単に
剥がれていたり。改めて波
の強さ、怖さを痛感してい
ます。

岩出市 須川 卓実



楽しいパズル

脳トレができてきたのか、
早く解答ができました。い
つも楽しみに待っています。

俳句

古車庫にサックス響く
初冬かな

和歌山市 南條きわゑ

塩分を意識



月1回、芦原診療所をお
借りしてサークル活動をし
ています。毎回、検尿をし
ていただいています。いま
であまり気にしていません
たのですが、最近は調理を
するときに、塩分ひかえめ
を意識するようになりました。

貴志川町 稲垣 益美

真つ先に取り組みます。あ
りがとうございます。前回
もできていましたのに、出
すのを忘れて、残念な思い
でした。

和歌山市 片山 治美

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～
整形外科・午後の診療開始時間／午後2:00～

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	
	予約診		予約診		予約診	
月	土生 (第4)					
火	古田	土生				
水						
木	古田 (第1・第3)	古田 (心臓特診)				
金	古田					
土						

午前		午後		夜診	
内科		外科		夜診	
新患	予約診	外科	整形外科	内科	内科
木下 診療	小西	田端	松本	松岡	小西 喘息
小西	畑	今中	上垣内	三谷 坂口	
小西	内田	畑	三谷	田端	松岡 小西
小西	土生	畑	岡井	上垣内	
内田		坂口	小西	田端	古田 (第2・第4) 土生 川西
交代診療					

午前診	午後診	夜診
佐藤		佐藤
佐藤	特診	
森田	予防 接種	佐藤
佐藤		
佐藤	予防 接種	佐藤
交代 診療		

午前	夜診
山本	
山本	
山本	山本
山本	
山本	
交代 診療	

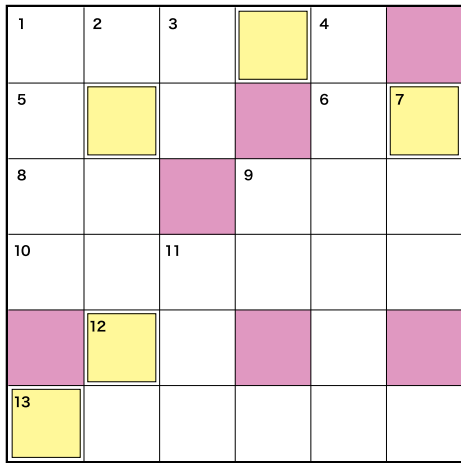
午前	夜診
木津	木津
木津 検査 (第1・3)	
木津	
内田	
木津	木津
交代 診療	

午前	夜診
奥村	奥村
奥村	
奥村	奥村
奥村	
奥村	奥村
奥村	

医師の都合により、診療体制が変わることがあります。詳しくは病院、各診療所へお問い合わせください。

健康パズル 懸賞付 No.198

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 この季節は波高く、暗い海面なのは？

ヨコのキー

- 1 年末、新年の飾り物などを売る市
- 2 肉親に対するような真心のこもった心遣い。「○○○」になつて相談に乗ってくれた
- 3 マツバ、毛、タラバ、花咲といえは
- 4 関係、縁故「○○○をつける」
- 5 「にぎりじゃなくて○○○寿司にしよう」
- 6 「1月の祝日にはたくさん誕生するわね」
- 7 勢いがあること。○○○火山○○○気立つ、○○○況を呈する
- 8 「近所の○○○○○○達が保母さんといっしょに津波の避難訓練をしていたよ」

タテのキー

- 1 旧年を越して新年を迎えること
- 2 正月の酒宴。「今日は会社の○○○○○○で遅くなるよ」
- 3 木材・石材の加工に用いる道具。かなづちなどで柄の端をたたいて削る
- 4 自分の力が強いことを誇ること
- 5 「ソーラン節」：○○○○来たかとカモメに問えばあ わたしや立つ鳥 波に聞けチョイ……」
- 6 「天変○○○」
- 7 1月7日、3月3日、5月5日、7月7日……

〈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。

- 宛先／8ページに掲載
- 発表／本紙262号 (2019年5月号)
- 〆切／2月末必着

〈当選者発表〉

196の正解は「カキフライ」でした。応募総数64通のうち正解は64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 上北 裕之
- 和歌山市 浜中 良宏
- 和歌山市 渡邊 幸男
- 和歌山市 武本 恵子
- 和歌山市 岸川 卓司



解答/No.196「カキフライ」

ぶらり、紀のくに ミニ紀行 ②5 紀美野町 峠のパン屋さん

満生 明厳 (東中地区歩こう会)

10数年前、紀美野町「のかみふれあい公園」沿いの町道を南へ鳥居峠にさしかかる辺りに、一軒家の木造建てベーカリーカ

フェを偶然に見つけた。以来、月1回、パンとコーヒーを家内と楽しむ。やがて平日も客が増えて、カフェ前のねむの木の下で、談笑したり、谷向うの海を眺めたりして順番を待つ人々、その姿にも安らぎがあるようだ。近頃運転が覚束なくて私のカフェ行きが少なくなつた。私だけの呼び名、峠のパン屋さん。パンはうまい。



おしらせ 生協ハイキング

【難易度】について、生石山を【技術：5、体力：5】として概略表示。

第398回予定 黒川峠から「竜門山」(756.6m) 8km
日程：2019年2月17日(日) 【技術：5 体力：5】
集合場所：JR和歌山駅(和歌山線8:19発奈良行き乗車)
下井阪駅(8:43下車)コミュニティバス乗車(8:53)
高原バス停下車(100円)
歩行コース：黒川峠高原バス停⇒畑野集落⇒田代峠⇒龍門山⇒粉河駅
帰路：JR粉河駅⇒和歌山駅

第399回予定 紀伊駅から「雲山峰」(489.9m) 10km
日程：2019年3月31日(日) 【技術：5 体力：5】
集合場所：JR和歌山駅(8:36発紀州路快速乗車)紀伊駅下車
歩行コース：紀伊駅⇒雲山峰⇒山中溪駅(桜見物)

【中止】について、前日19時発表の降水確率60%以上の場合【詳しくは安田073-473-0668まで】

ボランティア紹介

笑顔に出会い
元気をもらいたくて



医療生協那賀地区

医療生協那賀地区では、おおみや診療所でおおみやカフェとランチを交互に毎月開催しています。参加を楽しみにしてくれている組合員さんの送迎担当。くつろぎのひと時を過ごしていただくために、庭に咲いた草花を摘んで参加してくれる人。それをテーブルに飾る人。友達を誘って毎回のようコーヒーやミルクココアを飲みに来てくれる人。ウェイトレス、飲み物やおかしを用意する人。ゲームや出し物で会場を盛り上げてくれる人などたくさんの組合員ボランティアそして職員に支えられ運営しています。

笑顔と騒がしいほどのおしゃべりに花が咲く。「楽しかったまた来たい」と言ってもらいたくて…気負わず「できるときにできることをする」。をモットーにただいまからおみやカフェ開店します。



東・中地区



バス旅行



海南海草地区



南地区

紅白なます

★つくった人からひと言

サーモンの刺身についているしょうゆやわさびを使って、和えても風味豊かだよ。

イクラをのせれば、おせちとしても使えます。“親子なます”です。



材料(2人分)

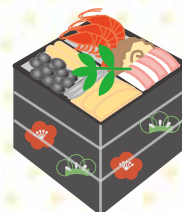
サーモン(刺身用)……………6枚(約60g)
刺身についている大根のツマ……………70g

調味料 { 酢……………大さじ1強
砂糖……………小さじ2
淡口しょうゆ……………少々

〈作り方〉

- ① 調味料を合わせておく。
- ② 大根のツマとサーモンを調味料と混ぜ合わせ、味をととのえる。
- ③ ツマを先に盛りつけ、サーモンをのせる。
(大葉や菊花もあれば、細かくしてかざるのも良い。)
好みにより、わさびやしょうゆを加えても良い。

〈一人分〉 エネルギー 140kcal
タンパク質 15.4g
脂質 5.0g
塩分 2.6g



※料理とレシピは、和歌山生協病院食養課。

編集後記

憲法九条は私達にとって何なのか。

条文は非常に短く簡潔にまとめられ、戦争に結びつくすべての行為を制限・禁止をしています。

安倍九条改憲案は、「九条の二を追加し自衛隊の憲法明記をもうろんでいます。

法原則では、後法優先の原則で、「九条の二」に自衛隊を追加されると、現行の九条に反することも許されることになってしまいます。

1874年台湾出兵から日清・日露・第一次世界大戦…を経て1945年終戦まで71年間の戦争の歴史でした。終戦後、今日まで73年間となり、戦争しない時代が長くなりました。

戦後がこれからも長く続くよう、改憲させないよう私達が主体的に行動していきたいものです。

(T・M)

※パズルの答え、
ご意見・ご連絡は左記まで。

〒640-8390

和歌山市有本一三八一四

和歌山中央医療生協

「健康とくらし」

編集委員会