

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 ……23,349 人
 - 出資金 ……950,181,600 円
 - 一人平均 ……40,695 円
出 資 額
- 2020年11月30日現在



迎春



不老橋

和歌浦で見る日の出の様子です。不老橋を渡って、少し奥へ行ったところから写した写真です。

今年は、コロナ感染も収まり、楽しい1年が過ごせればいいですね。

写真／Kさん（和歌山市）

文／神崎 義美

折り紙／平野公美子さん



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 050-5840-4884
- サービス付き高齢者住宅「生協にし」 (073)476-4477
- 生協中之島
 - 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 ……(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
- 介護老人保健施設・松寿苑 ……(073)431-8311



新年のご挨拶

新年明けましておめでとございます。

昨年は、新型コロナウイルスに翻弄された一年でした。発生したとたんにみるみる世界中に広がり社会機能をマヒさせてしまい、いまだに収束の気配がみえません。医学レベル世界一の米国が、科学軽視とフェイクで感情に訴えるだけのトランプを大統領としてしまっていたため、犠牲者数世界一という代償を支払わされています。医学さえ発達すれば自然と人々の病気や健康が良くなるというものではないことが如実に示された形です。菅新政権も学術会議への人事介入に見られるように、科学軽視で不幸な結末を招く可能性があり、決してよそ事とは言いきれません。

企業利益を最優先とする新自由主義経済は、「今だけ、金だけ、自分だけ」の風潮をもたらし、社会保障や公共部門を切り崩し、極端な貧富の格差拡大、社会の分断や人種差別を招き、パンデミックのような危機に直面した時には社会がもたないという社会構造の弱体化をもたらしています。様々な点で、まさに今、新自由主義からの脱却が求められています。



理事長
山本 純嗣



医療生協は組合員ご自身が支えあって命や暮らしを守り、より良い社会を築こうという組織です。コロナ危機のために多くの仲間が様々な困難に直面していると思われれます。そんな時にこそ、感染予防対策をしっかりとしたうえで積極的に交流を深め、支えあい活動を広げ、困ったときには頼りになる、入ってよかったと言ってもらえる医療生協でありたいものです。

今年は、世界中が待ち望んでいた核兵器のない世界への第一歩、国連の核兵器禁止条約が発効します。日本政府は、核兵器国と非核兵器国の橋渡しをするとしてこの条約に参加しません。妥協の余地のない絶対的な対立、悪魔の兵器で脅かされている核兵器国と、その危険性に脅かされ続けている非核兵器国との間にどんな橋をかけようというのでしょうか。核戦争の悲惨さを体験した唯一の戦争被爆国日本が核兵器禁止条約に反対してどうするのか。毅然とすべきです。

今年が新型コロナウイルスをはじめ、世界の差し迫った問題が解決へ向かう転換年となりますように。

南地区

街角健康チェックの開催

今年は、コロナ感染予防のため、集まりや行動への制限が多々ありました。その中、体力や筋力の低下、外出にも二の足を踏んでいる人たちの出かける機会になればと、今回、街角健康チェックを南地区・南支部の「ふれ愛ほっとサロン」の企画で実施しました。

事前に近隣へのお知らせチラシを220枚程度配布し、11月4日(水)、地域交流センターで午後1時30分から3時まで、骨密度測定・足指チェック・血圧測定・尿検査・体組成測定を行いました。

当日は、チラシを見ての参加者が数名、スタッフの知人3名、いつもの「ほっとサロン」の参加者が8名、スタッフ5

名の21名の健康チェックが、密にならずにスムーズにできました。

チェック終了後、それぞれに坂口事務長に気になるところを質問したり、説明を受けたりして、「自分の身体の見直しの機会になった」と、喜ばれました。次回の開催を希望される声も多く好評でした。



河西地区 フラダンスサークルで気持ちいい汗

2012年にフラダンス体操サークルとして始めました。いろいろな経過がありましたが、2013年にフラダンスサークルになり今に続いています。

月2回、火曜日の午後に練習しています。イベントへの参加は、河西診療所の新年会、夏まつり、デイサービスなどで踊らせてもらったり、医療生協以外のデイサービスからのお誘いがある



れば、踊らせてもらっています。サークルのメンバーは、50歳代から70歳代と若くはないですが、心を込めて踊らせてもらっています。

コロナ禍で練習がお休みにになり、また、再開できた時「やっぱり体を動かして汗が出ると気持ちがいいね」とみんなで話しました。フラダンスは、南国気分の癒しの音楽に合わせて踊ります。山、河、海、花やその香り等のすべてを、手と足のステップも加えて表現し、その綺麗さを笑顔と供に伝えます。

フラダンスには、認知症予防や若さを保つ力があるという説もあります。私たちも、そう思いながら練習に励んでいます。

東中地区 2020年度やらら！どまんなか集会

10月30日(金)午後1時30分から3時までわかやま市民生協E*KAOホールにて「2020年度やらら！どまんなか集会」を行ないました。開会のあいさつを石原久子理事、司会進行役を木下洋理事にいただきました。当日は、東中地区の組合員28名と職員6名計34名が集まりました。

集会の目的は、①「東中地区の支部全体の地域訪問行動を加速し、行動した際の感想や体験を持ち寄り」、②「訪問行動から具体的な教訓をもとに共有し、11月の訪問行動につなげる」、③「新しい後継者(運営委員)を迎え入れる」でした。

討論の中で、①後継者を一人増やした際の体験②病院から遠い地域の訪問する際の体験③組合員さんの本音の聞きだし方④訪問した際の苦悩やその対処方法などの体験を発言してもらいました。各支部の訪問の工夫や体験談を全体で

共有することができました。

「どまんなか集会」を通して、支部ごとにさまざまな問題点はありますが、今いる組合員一人一人の繋がりをより大切にする重要性や、組合員と共に頑張り引っ張っていける職員のサポートの重要性を改めて考える集会となりました。



サテライト型小規模 介護老人保健施設 松寿苑

松寿苑は、2020年8月1日より和歌山中央医療生活協同組合の一員となりました。

もともと定員45床の施設でありましたが、サテライト型となり定員29床の施設と



なりました。介護老人保健施設とは自宅復帰を目指す施設です。職員はパートも含め、25名います。施設は夜のネオンがきれいなアロチの飲み屋街にあります。

アクセスは和歌山駅から徒歩10分と便利なところにあります。今年度はなかなかコロナウイルスの影響で利用者様の外出が困難ですが、春には近くの大新公園でお花見、秋

介護相談などもお気軽に

も紅葉を見に出かけたりしています。

夏は夏祭り、冬はクリスマス会などのイベントを開催しています。他にも和歌浦の海を見に行ったり、回転寿司に行ったりとその方々に合わせた要望をできる限り叶えています。医療は和歌山生協病院の先生方にサポートいただいています。看護・介護も経験のあるスタッフがそろっています。

高齢者施設といえば、なかなか閉鎖的な施設のイメージがあり入りづらそうな感じがします。そういったイメージを払拭し、誰でも気軽に利用・見学できるものが作れればと思っています。自宅での介護に疲れた、介護者の時間が持てないなど、お困りごと、介護相談などあれば気軽にご相談ください。

長寿万歳

65

やまつか かんじ
山塚 侃児さん(84歳)
やまつか みさお
山塚 操さん(84歳)



医療生協をはじめいろいろな活動で毎日忙しく

生い立ち

山塚侃児さんは、1936年(昭和11年)に現在の岩出市で生まれました。その後、おとうさんの仕事の関係で和歌山市へ転居されます。おとうさんは学校の先生をされていた。高校を卒業後、銀行へ就職しました。下津の支店で働いたこともあり、その頃が一番楽しかったそうです。

「健康とくらし」を配る手伝いから

侃児さんは、銀行に勤めながら地域の自治会の会長も務められ、現在まで30年余ずっと会長をしています。

侃児さんが医療生協に関わるようになったのは、中之島診療所を建てる頃です。その後、地域で「健康とくらし」を100部も配っている組合員さんがいると聞き、それはたいへんやと、少しくらいなら自分も手助けできるのではないかと思い、地域で「健康とくらし」を配るよう

になったのが、組合員活動参加へのきっかけでした。

退職後は、医療生協のヨガや太極拳のサークルにも参加し、また、雑賀高松支部の副支部長として医療生協の運動に深く関わるようになりました。

健康チェックは今も年2〜3回

操さんは、和歌山市で2人目の子どもさんを産むとき、入院助産金の支給制度がないことに疑問を持たれ、地域の婦人団体に加わって、運動をしました。その後も、その婦人団体の中で活動するうちに、医療生協の健康チェックを受けようという話になり、医療生協との関わりが始まりました。その後、年に2〜3回は健康チェックを受けています。

医療生協がますます大切

侃児さんは、「菅首相は、『自助、共助、公助』といっている。それだからこそ、医療生協の助け合い運動、地域でのつながり

は、ますます大切になってくると思う」と医療生協への期待を語りられました。

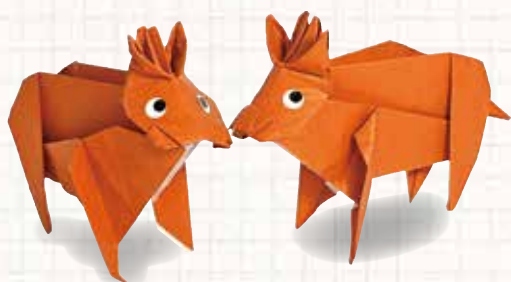
自分の健康を守る手助けを

操さんも「自分の健康は、自分で守っていくしかない。その手助けを医療生協にはしてもらいたい」と話されました。

お二人とも、いまでも、医療生協の活動をはじめいろいろなサークル活動、社会活動に奮闘されています。操さんは「毎日が忙しい」とおっしゃっています。

お二人とも、和歌山上空襲で家を焼かれることはなかったそうですが、操さんは、艦載機の機銃掃射を受けた経験もあるそうです。

車庫前で開かれていた、ソシ





岡井 康葉医師

はじめまして、和歌山生協病院で9年目の内科医をしている岡井と申します。育ちは大阪・堺で、和歌山県立医科大学出身です。今は和歌山で結婚して子供も居ます。今日は、新型コロナウイルスのお話をします。

感染力のピークは…

まず、新型コロナウイルスは今までの普通の風邪を引き起こすウイルスの1つとして認識され、あまり脅威はありませんでした。そこへ、致死率の高い今回の新型コロナウイルスが出現しました。

症状は、発熱・咳・のどの痛み・倦怠感・下痢・味覚障害などが7〜10日間続きます。感染しても全く症状が出ない人もいます。ただし、無症状の人でも他の人に移す力（感染力）があります。また感染力のピークはなんと発症1日前です。つまり、症状がなくても人に移す力が大きい可能性があり、これが新型コロナウイルスの非常に厄介な所です。

主な感染経路は、飛沫感染や接触感染という事がわかっているのですが、とにかく①マスクをする②手を洗う又は消毒する、ということが大事です。

外出後・食事の前・顔を触る前・咳やくしゃみの後・トイレ後等は

症状がある場合、約8割は軽症ですみますが、2割くらいの方が肺炎となり、さらに一部が重症化します。脳梗塞や心疾患を起こす事もあります。重症化しやすい人は、65歳以上の高齢者、糖尿病・高血圧・心血管疾患・肺気腫・慢性腎臓病といった持病がある人、肥満（BMI30以上）の人です。

とにかく感染予防

治療に関してですが、「ウイルス」は「細菌」とは構造が違うので、いわゆる普通の「抗生物質」「マイシン」が効きません。（ちなみに普通の風邪もウイルス感染症なので、「抗生物質」「マイシン」は効きません。）重症化すれば抗ウイルス薬等の投与をしますが、それでも2〜3%の方が亡くなります。

ワクチンはまだ研究段階であり、完成しても100%予防できるかは不明です。そのため日々の生活での感染予防がとても大切になってきます。

石鹸やハンドソープで手を洗ってください。手洗いがすぐに出来ない時はアルコール消毒液を使いましょう。厚労省が推奨しているのは、エタノール濃度70%以上95%以下のものです。それが入手難な場合は、60%台でも一定の有効性はあるのでかまいません。

感染リスクが高まる状況は、①飲酒を伴う懇親会②大人数や長時間に及ぶ飲食③マスク無しでの会話やカラオケであり、できるだけこれらの状況は避けたい所です。また④狭い空間での共同生活⑤居場所の切り替わり（休憩室、喫煙所、更衣室）でも感染リスクが高くなるので、気をつけましょう。

感染した人を責めないで

新型コロナウイルスは、身体面だけでなく、不安やストレス等精神面への影響も大きいのが問題です。感染症への考え方も人それぞれなので、意見が食い違う事もあるでしょう。それでも感染した人を責めるのはやめましょう。誰だっというかわからないのです。

感染対策をしながら、近所を散歩したり自宅でできる楽しみを見つけたりと気分転換をしつつ、コロナを乗り切りましょう。

～組合員さんと一緒にすすめる医師養成～



700kg以上のお米など学生へ配布

コロナ禍で困っている学生の支援のため食料・日用品の配布を、組合員さんに協力いただいて10月から実施しています。これまで、20件以上の支援をいただき、お米・野菜などの食料品や日用品を学生に配布することができました。これまで合計で、お米は700kg以上の支援をいただきました。

「困っている人に手を差し伸べる医師になってほしい」「大変だろうけど頑張ってもらいたい」と温かいメッセージもいただき、支援の品物と共に学生に伝えました。

学生は「お米は本当に助かる、ありがとうございます」「これをきっかけに自炊をして節約します」「助かりました。自分も困っている人を助ける活動をしたいと思います」と、とても喜んでいました。作った料理の写真を送ってくれた学生もいます。

今後も学生への支援を続けていこうと思います。取り組みへのご協力ありがとうございました。



読者のひろば

**頭を悩ませ
楽しんでます**

毎号、じっくり読んでいます。健康からパズルも難しい時があり、頭を悩ませます。これからも、楽しみにしています。

和歌山市 奥野 泉美

配布に感謝

新型コロナウイルスの感染の終息が見えないが、手洗いや3密を守り防止に努め収束を願うばかりの毎日です。健康とくらしを配布いただき感謝しています。健康からパズルと食事と健康を楽しんでいます。

岩出市 中嶋 荘三

**皆さんの
笑顔が見たい**

今年は、新型コロナウイルスで全世界がたいへんな目にあっている。私もボランティアは、みなさん楽しみにしているのに、お休みしています。早く収束して、みなさんの笑顔が見たいです。

和歌山市 渡邊 幸男

足も喜ぶ

私は有本の「歩こう会」にいっています。コロナのため長い間休んでいたけど、また行けるようになりうれしいです。足も喜んでいきます。

和歌山市 宮崎 清子

**まだ行けてない
「あひぎ島」**

テレビ、ラジオで何回も「あひぎ島」のことがニュースになっています。一度は観に行こう思うのですが行っていません。見た目と写真では違ってしまうね。

岩出市 安田 稔

飛んで行きたい

今月号に南地区の健康マージャン班の記事と写真が掲載されているのを見てすごくうらやましく…。

元気な頃、近所に住んでいた親類が寄って、毎晩にぎやかに楽しくマージャンしたのを思い出し、羽根があれば飛んで行って、お仲間に入れていただきたいです。

岩出市 阿部 和子

川柳

(南支部)「これ愛サロンほつと」の方々の川柳です)

溜めていた
出番来たぞと レンズ袋

和歌山市 美恵子

どこ行くかも
マスクなしでは 入れない

N.M



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～
整形外科の診察開始時間/午前9:00～午後2:00
皮膚科の受付時間/午前8:00～11:00

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～

月	午前		午後		午前							午後			夜診		月						
	予約診				内科			外科	整形 外科	皮膚科	内科 特診	内科	午前診	午後診	夜診	午前		夜診	午前	夜診			
	新患	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診		予約診	予約診	予約診			
	土生 (第4)				小西	三谷		田端	松本	国本	三谷 松岡	小西 喘息	佐藤		佐藤	山本		木津	木津	奥村	奥村		
火	古田	土生			小西	畑	松岡	上垣内			三谷 坂口		佐藤	特診		山本		木津 検査 (第1・3)		奥村		火	
水					小西	内田	畑	三谷	田端			松岡 小西	佐藤	予防 接種	佐藤	山本	山本	木津		奥村	奥村	水	
木	古田 (第1・第3)	古田 (心臓特診)			小西	土生	岡井	上垣内					佐藤			山本		内田		奥村		木	
金	古田				内田	土生 (第1・第3)	坂口	小西	田端	松本		古田 (第2・第4) 土生 川西	佐藤	予防 接種	佐藤	山本		木津	木津	奥村	奥村	金	
土					交代診療													交代診療			奥村		土

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。
発熱のある方は、受診前に前もって、附属診療所へご連絡ください。

あなたも挑戦してみませんか

1	2		3		4
5		6			
	7			8	
9				10	
		11			
12				13	

〈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 息を吸ったり吐いたり

- 10 ひもで吊り下げて打ち鳴らす。船の出帆など
- 11 ラテン語で「宇宙」
- 12 着物などの姿
- 13 高知県の旧国名
- 9 医師の仕事着
- 7 ♪「七つの子」はだれの子？
- 5 紀元前のインド発祥のウルシ科果樹。沖縄、宮崎、和歌山で栽培
- 3 七福神の一つ。釣り具を持っています。
- 1 ♪「ずいずいずつころばし ごまみそずい...」の周りでお茶碗欠いたのだくれ

ヨコのキー

- 1 リビングルーム
- 2 90度から180度までの角。鋭角
- 3 英語で第一人者。トランプ札のA、1
- 4 急いで逃げるさま。○○○○さつさ
- 6 高山で望む荘厳な日の出の景観
- 8 ○○○○過ぎれば熱さを忘れる
- 9 古墳の周りに立てられた土器

タテのキー

貴志川線14の駅を訪ねる 7



交通センター前駅 駅番号06

1日の乗降客 約250人
所在地 和歌山市西

神谷 治良

この駅が誕生したのは1999年(平成11年)5月で貴志川線の駅では最も新しい駅です。

和歌山県警察本部交通センター(和歌山県運転免許試験場)へのアクセスを向上する目的で建設されたということです。

和歌山市内、近郊の方で自動車運転免許証をお持ちの方でしたら免許更新のため一度は訪れたことのあるのが交通センターです。

またこの駅を降りてすぐ目の前が和歌山交通公園です。ここでは、子どもさんたちが楽しく遊びながら交通ルールを学べる公園で遊具もたくさんあり、ピクニックや花見にも多くの家族連れの様が見られます。



健くらパズル 訂正とお詫び



健康とくらし271号の健くらパズルのコーナーにおいて、No.207の解答として「ひやしあめ」と掲載しないといけないところを「もようがえ」と掲載してしまいました。訂正し、お詫び申し上げます。参考として、No.207の解答を今月号に掲載させていただきます。

な	つ	や	す	み	
つ	い	か	ん	ば	ん
め	し	た		え	
	け		ひ		か
あ	ん	ぱ	ん	ま	ん
り		い	ば	ら	き

解答/No.207「ひやしあめ」

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。

〈当選者発表〉

208の正解は「もようがえ」でした。応募総数88通のうち正解は88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 高橋 正義さん
和歌山市 西岡 勇雄さん
和歌山市 松野ひとみさん
貴志川町 貴志 勝人さん
紀の川市 大原 正嗣さん

け	む		あ	お	さ
ん		な	し		よ
る	く	が		け	り
く		れ	も	ん	
え	く	ぼ		こ	し
ん		し	よ	う	が

解答/No.208「もようがえ(模様替え)」

ボランティア紹介

初めての 打田支部 活動交流会を開催



新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止として、様々な行事や取り組みが中止または延期となっています。

寂しく感じている組合員のみなさんと安心して交流し、班やサークルで練習している活動を披露する場をつくろうと、組合員で相談し、11月18日(水)に初めて打田支部活動交流会を開催しました。会場は、組合員が参加しやすい場所で広めの会場を借りることができました。

会場設営や受付、司会、発表と、支部の運営委員とともに組合員のみなさんが自らボランティアとなり、役割をもって運営、参加することとなり、楽しい交流会となりました。

東・中地区 歩こう会

晩秋の紀の川を背に万葉の里から宝来山神社へ



11月16日(月)、月に1回の歩こう会に25名の参加で元気に和歌山駅を出発。西笠田駅で下車、そこから万葉の里(道の駅)まで、まずはウォーミングアップ・ウォーク。ここでトイレ休憩や産地の農産物を仕入れて、そこから宝来山神社へ。澄み切った田園地帯を元気に歩きました。当日は、暖かくて風もなく汗ばむ陽気でした。そんな中でマスクをして歩くと呼吸が荒くなり外して歩く人もいました。

高齢になってくると、遠距離のウォークが膝や腰の負担が多くなり難しいので、平坦な行程をできるだけ選び5~6kmぐらいのコースを中心に歩いています。

コロナ感染拡大がなかなかおさまらず、3密を避けて四季折々の自然を楽しみながら皆さんがんばって歩いています。

(写真は、前回行なった時の写真です。)

エビのクリームオムライス



★つくった人からひと言

卵は半熟に！たんぼの花のようにふわふわに仕上げましょう！



〈一人分〉エネルギー 845kcal 塩分 2.5g
※料理とレシピは、和歌山生協病院食養課。

材料(1人分)

クリームソース	むきエビ……………5匹	牛乳……………100cc	バターライス 玉ねぎ……………30g バター……………5g ご飯……………150g 塩コショウ……………2g 卵……………2個 サラダ油……………適量
	しめじ……………1/2袋	生クリーム…10cc	
	ほうれん草……………1/2束	塩コショウ……………2g	
	ホワイトソース…1/2缶	バター……………5g	

〈作り方〉

- ① 熱したフライパンにバターを溶かし玉ねぎを炒め、塩コショウをふる。
- ② 玉ねぎに火が通ったらご飯を入れてしっかり混ぜ合わせる。
- ③ ホワイトソース缶、牛乳、生クリーム、塩コショウをボウルでしっかり混ぜ合わせる。しっかり混ぜないとダマになるので注意が必要です。
- ④ ほうれん草を下茹でしておく。
- ⑤ 熱したフライパンにバターを溶かし、エビ・しめじ・ほうれん草を炒め、ソースと混ぜる。
- ⑥ 熱したフライパンにサラダ油を適量入れ強火にし、卵をジュウと一気に入れてかき混ぜ中央にする。この時フライパンは常に動かしておく。
- ⑦ 片面に火が通ったら卵を滑らせながらバターライスの上に乗せる。最後にクリームソースをかけて完成です。

編集後記

新年おめでとございます。昨年、新型コロナウイルスの流行が、生活習慣をはじめ社会の様々な場面で、変化と影響を与えてきました。マスクをつける、3密を避ける、「ソーシャルディスタンス」をとるなど、それまで考えてもみなかった生活行動を強いられるようになりました。様々な営業、事業活動が自粛に追い込まれ、労働者は解雇され、営業は立ち行かなくなりました。医療生協でも、班会やサークル活動の自粛、様々な集いや会議の延期や縮小を余儀なくされました。ワクチンの開発が進んでいますが、このコロナ禍がいつ終息するのかわかりません。(この文章を書いた11月中旬には、日本では「第3波」の流行が発生していると言われていました)

一方コロナ禍のなかで、あらためて気づかされることもたくさんありました。働き方の見直しや、学校の1学級の人数の在り方など今まで声を上げても見向きもされなかったところに、光が当たるようにもなりました。そして一番深く感じられたのは、人と人との結びつきの大切さです。人は、人と身近に交わりを持つことで、元気をもらい活力が生まれてくるのだと、改めて感じさせられました。

今年、このコロナ禍が終息し、人々の交わりが正常に行える世の中になってほしいと思います。(Y・K)

〒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。