



自家菜園横のコスモス畑



3年前から、ごく一部を自家菜園として野菜などの栽培をし、作付のしていないところをコスモス畑にしている。

種は最初の年にまいただけ毎年花を咲かせてくれています。

写真・文／

室谷寿彦さん(岩出市)

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
- 和歌山生協病院附属診療所 ……(073)471-8171
- 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
- 在宅介護支援センター和歌山生協病院(ケアマネ) ……(073)474-2711
- サテライト型小規模介護老人保健施設松寿苑 ……(073)431-8311
- サービス付き高齢者向け住宅 生協にじ ……(073)476-4477
- 地域支えあいセンター 虹 ……(073)435-6611
- 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
- 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 生協みなみ ……(073)435-5661
- ヘルパーステーション 協同 ……(073)471-7728
- 海南・海草総合介護支援センター げんき
 - デイサービスげんき ……(073)487-3388
 - ケアプランセンターげんき ……(073)487-3388
 - 定期巡回・随時対応型訪問介護看護げんき ……(073)487-3377

和歌山中央医療生活協同組合・第65回通常総代会

今こそ、知恵を寄せ合い、 今できる「人と人とのつながり方」を探ろう

6月27日(日)の午前10時から、和歌山市のプラザホールにおいて、和歌山中央医療生活協同組合・第65回通常総代会が開かれました。今年もコロナ禍での開催となり、出席者を絞った開催となりました。また、今年よりリモートで各診療所や組合員の自宅とインターネットで結んで様子を見たり、発言を行ったりできるシステムを併用して行ないました。

議長は選出ののち、山本理事長が開会のあいさつを行ないました。政府のコロナ対策は後手に回って不十分であり、感染拡大がおさまっていない。しかし、オリンピックはなんとでも開催しようとしている。国民のいのちと安全に全く目が向いていないと、あいさつがありました。

続いて、森岡専務理事が議案について説明を行いました。2020年度の事業の取り組みでは、新型コロナウイルスの感染が広まっていく中、いち早く「発熱・風邪外来」を開

き感染拡大を食い止める診療を始めたこと。2021年度の取り組みでは、事業・地域・組織を一体のもととして、頼りにされる包括的な事業と運動、連携を広めていくことが、提案されました。

提案に対する質疑ののち、文書発言も含め25人の総代より発言があり、藤沢常務理事が理事会として発言をまとめました。

東中地区・四ヶ郷支部からは宣伝カーの活用についてです。四ヶ郷支部の駒田さんは毎週月曜日「勇気と安心を届ける」宣伝カー運行をされています。南地区でもボランティア委員会の取り組みで運行しています。

宮北支部からは、和歌山の医療を良くしている運動ができていないのか、医療情勢の論議が不足しているので対策をとの要望です。運営委員会の在り方について検討をとの要望は大事なご指摘です。積極的にとらえたいと考えます。2つめは、「健康とくらし」配布

協力者へのお礼についてです。四ヶ郷支部から、医療費支払い方法、ワクチン接種の予約についての要望、南地区・明和支部から紀三井寺・和歌浦地域のたまり場についての要望がありました。以上4名の総代さんからの要望は理事会で受け止め対応を検討します。

南支部の「ほっとサロン」「ほっと文庫」、一番遅い人に歩調を合わせ心地よい汗を流すくすみ支部の歩こう会、明和支部の登山の取り組み、老人会の協力もいただき会場確保に努力してカフェや体操を維持し健康で過ごせた安原支部、あいうべ体操、スクワットなど、しゃべらないで取り組みに工夫した西支部さくら班、地域の集会所や公民館が使えない時期が続きましたが7月からの使用について検討している岡崎支部・花水木班、「健康とくらし」手配り100%の広瀬支部は「気分が落ち込んでいたが元気が出た」との声に励まされ6月から「脳いきいき教室」を再開予定です。

仲間増やし目標を達成した河北東支部と打田支部からは、事業所のないあるいは遠い地域での取り組みとして教訓的です。河北東支部の西本さんは日頃からお付き合いと信頼関係を築くなかで医療生協の魅力を語っています。積み立て増資を広げる活動に頭が下がる思いです。打田支部は「でかける・つながる・安心を結ぶ」健康づくりを基礎に、楽しく、ためになる活動を実感してもらうことで医療生協に入って良かったと感じている人を増やしています。

海南海草支部は、昼食会は弁当に、夏祭りを屋台村に変えるなどの工夫、訪問対話を大事にして16年連続仲間増やし目標達成に結び付けました。この支部の仲間増やしの準備は大変綿密に行われていると聞きます。共有できればと考えます。得津さんの「みんな元気が好きです」の言葉が印象的でした。

「お困りことはありませんか」と「支えあいシート」を手に2度の訪問で54件の組合員と対話した岩出支部の取り組みは、病气などの不安の声に対して診療所の受診につなげるなど対応しています。

2021年度 総代

東中地区
藤井 将代
井本 有一
根田久美子
赤井美代子
尾崎 廣子
後 光則
岡野 裕三
上野とよみ
駒田 晋
高垣 正勝
津呂美美員
長嶋 興嗣
中出 峰一
楠本 幸男
野口 武寛
宮井 幸美
村坂るみ子
山田佳世子
米田 昌子
宇城 公子
岡田 和夫
梶谷 脩子
木下 育子
中井美智子
中山 進
福本 嘉菊
藤井健太郎

中地区
菅本まち子
林 順徳
林 晋巳
坂口 洋子
高木賢代子
段木 住子

南地区
高田キヨ子
丸山日出子
田村 義夫
宮田満佐子
田村加代子
西岡 政子
森岡 好宣
大畑 主馬

門坂 和子
嶋田 豊子
竹内 和子
堀代千代子
土佐 明子
西本エイ子
久喜 幸子
南條 芳子
山下 孝子
山田 正子
植田 桂子
佐藤ツヤ子
島 多賀子
土居 裕明
中尾興太郎
橋本 妙子
三木エミ子
森川 淑子
吉田 敏博
京井由紀子
酒井美栄子
久保 善秀
菅原勝太郎
北原 義一
土本 圭子
南條 佳弘
西林あさ子
湯川美智子
雑本 幸子
上田 愛子
上田 眞利子

藤沼 幸子
西本 昌子
平井 決
山塚 侃児
新谷 泰宏
平野公美子
農本 倫代
山本佳代子

2021年度 総代



東地区・那賀地区・河西地区などの総代のみなさん方から、組合員にとって事業所は拠り所であり感染対策を行いながら活動する職員への敬意、医療生協はなくてはならない存在、職員の苦労により乗り越えられ感謝するなど、職員の奮闘への労いの発言がありました。

特別決議

新型コロナウイルス感染症がもたらす様々な困難を、「協同の力」で乗り越え、日本国憲法が生きる平和で人権が保障される社会、安心して住み続けられる社会をつくりましょう。

新型コロナウイルス感染症の猛威は1年以上経過した今も続き、政府の科学に依拠しない場当たりの対策もあいまって、国民のいのちと暮らしを脅かしつづけています。効率化で削減された救急病棟や弱体化された感染症対策・保健衛生行政により、医療崩壊が現実となり失われなくて良い命が失われています。補償が不十分な中、休業・廃業等による収入の激減や失業により、生活の糧を奪われた人々の悲痛な叫びが起こっています。

当法人の事業所をはじめ全国の医療・介護の事業所では、医療・介護の提供を懸命に続けています。多くの職員は「いつ感染するかわからない恐怖」などと闘いながら、地域住民の暮らしに寄り添い、地域医療と住民のいのちを守っています。あらためて、

医療・介護業務を行う役職員の奮闘に心よりの敬意を表し、感謝をいたします。

秋までに行われる衆議院選挙は、国民の命を顧みない今の異常な政治を変えるチャンスです。組合員・職員が学習し投票に参加しましょう。

いま、私たち医療生協の強みである、「でかける・つながる・安心を結ぶ」組合員活動がままならない状況です。昼食会やカフェが開けない、夏まつりができない、医療生協らしい協同のとりくみが大きく制約を受けています。しかし、組合員が困りごとを抱えている今こそ、医療生協のネットワークと総合力を発揮して、今できるやり方を模索し、感染対策を取りながら創意工夫で大胆に活動を拡げることが必要です。知恵を寄せ合い、今できる「人と人とのつながり方」を探っていきましょう。そして、すべての人々と手を結び様々な運動をすすめていきましょう。

以上決議します。

2021年6月27日

和歌山中央医療生活協同組合 第65回通常総代会

スローガン

- 協同の力で、「医療福祉生協の地域包括ケア」を実現し、「地域まるごと健康づくり」を3つの戦略ですすめよう。
- コロナ禍でも、創意工夫で「でかける つながる 安心を結ぶ」とりくみを広げよう。
- 日本国憲法を守り、平和で人権が保障される社会を目指して行動しよう。



上田 睦子	安田かず代	渡辺 千鶴 ※選挙管理委員長	岩崎 優	廣木 清	久保田いく代	白高部・御坊市地区	本下美知子	有田部・有田市地区	父川 恵照	伊都部・橋本市地区	幡川 康子	八畑美知子	稲田 優子	中谷 澄雄	《海南海草》	田上 明美	高瀬 賢司	甲佐 洋三	楠本 道代	大尻 長	市来 利恵	赤阪 直美	赤井 博	《谷出市・紀の川市地区》	阪口 国彦	久保 洋治	正垣 繁美	藤井 芳美	鈴木 康子	坂本 妙子	岡本ツネ代	上田 和美	岩橋 俊幸	乾 弘雄	西川 明美	寺下 芳子	前田エイ子	山中美知子	
神崎 義美	亀山 節子	有馬 和子	（敬称略）	廣畑 敏雄	宅田 紀子	山本 正弘	市川智津子	市川 智津子	角田 繁	角田 繁	市川 智津子	市川 智津子	市川 智津子	山本 正弘	山本 正弘	井上 祥子	松岡 治雄	高橋 治雄	川邊 典子	櫻阪美智代	光部みさ子	弘井 淑子	茶谷 幸子	茶谷 幸子	平松ルミ子	中村 茂	陶 みよ	鈴木 勝美	木谷カズコ	大原 俊子	宇田ともえ	浅見 京子	龍神佐和子	西本 功	森 教一	森本美美子	中井 和子	山本トキ子	
				敏雄	紀子	得津 幸子	市川 智津子	市川 智津子	角田 繁	角田 繁	市川 智津子	市川 智津子	市川 智津子	山本 正弘	山本 正弘	井上 祥子	松岡 治雄	高橋 治雄	川邊 典子	櫻阪美智代	光部みさ子	弘井 淑子	茶谷 幸子	茶谷 幸子	岡崎 昌子	岡崎 昌子	布袋みどり	新谷 幸子	小林 正知	古賀 春美	川口 和美	梶合 実子	堀 孝	佐藤 英昭	崎山 善久	森志八才子	森本美美子	中井 和子	山本トキ子
				敏雄	紀子	得津 幸子	市川 智津子	市川 智津子	角田 繁	角田 繁	市川 智津子	市川 智津子	市川 智津子	山本 正弘	山本 正弘	井上 祥子	松岡 治雄	高橋 治雄	川邊 典子	櫻阪美智代	光部みさ子	弘井 淑子	茶谷 幸子	茶谷 幸子	岡崎 昌子	岡崎 昌子	布袋みどり	新谷 幸子	小林 正知	古賀 春美	川口 和美	梶合 実子	堀 孝	佐藤 英昭	崎山 善久	森志八才子	森本美美子	中井 和子	山本トキ子
				敏雄	紀子	得津 幸子	市川 智津子	市川 智津子	角田 繁	角田 繁	市川 智津子	市川 智津子	市川 智津子	山本 正弘	山本 正弘	井上 祥子	松岡 治雄	高橋 治雄	川邊 典子	櫻阪美智代	光部みさ子	弘井 淑子	茶谷 幸子	茶谷 幸子	岡崎 昌子	岡崎 昌子	布袋みどり	新谷 幸子	小林 正知	古賀 春美	川口 和美	梶合 実子	堀 孝	佐藤 英昭	崎山 善久	森志八才子	森本美美子	中井 和子	山本トキ子

出会い ふれあい 支え合い ひろば

南地区

3支部の役員でホウ酸団子作り



南地区では支部総会参加者のお楽しみ企画として、毎年全支部でホウ酸団子作りを行っていました。しかしこれもコロナ感染対策のため、中止にせざるをえなかったりしました。今年は7支部のうち、広瀬、南、安原の3支部が役員のみで作り担い手さんの希望者に配布しました。



雑賀高松支部は、毎年支部総会に参加してくれていた方に声をかけ、15人で支部総会とホウ酸団子づくりを開催しました。自粛期間中なので迷いはありましたが、自治会館の貸し出し中止で、ふれ愛カフェや班会ができていないため、せめてここで交流をと、もと喫茶店だった組合員さん宅をお借りし、広いスペースで行いました。支部長さんが材料の玉ねぎを予め摺りおろして持ってきてくれたり、使ったボウル類は各自家で洗ったりと工夫し、短時間で終わりました。

ホウ酸団子は生地を持ち帰り、各自家で丸めるのですが、ペットボトルの蓋に詰めるのが楽なようです。市販品は以外と高値、各自で作ると量が多すぎるため、ホウ酸団子作りを待っている組合員さんも多いです。

中支部 習字サークル発足

以前より支部運営委員会で「サークルが増えたら良いね」と話しあっていました。

「習字はどうか?」「やりたい」と賛同があり、師範免許を持っている方に協力をお願いして、始めることにしました。

今年2月3日に準備会議を開き、翌月3月3日からサークルを開始しました。4月も7日に行いましたが、残念ながらコロナ禍でそれ以降はお休みとなっています。

サークルでは、毎回、漢字、ひらがな、手紙文、ペン習字のお手本を用意して、自分の書きたい手本を選んでそれを見ながら書いています。

参加されている方は、学生以来久しぶりに筆を持つ方、自己流で書いていてこの際練習したいと言う方と、思いはいろいろなようです。筆の進め方や字のバランスのとり方など、質問すれば先生が丁寧に教えてくれます。

静かに集中!
この時間がいいね

参加者それぞれ、静かに集中して習字にとりこんでいます。「静かに集中できるこの時間がいいね」が皆さんの感想です。



サークルは毎月第1水曜日10時から90分程度、場所は中之島いこら会館にて開催しています。現在8人程度参加されていますが、12人までなら増えても大丈夫です。

気軽にできる楽しい習字サークルをめざしていますので、地域の皆様のご参加をお待ちしています。

フレイル予防で健康に 第3回



持病と食事のコントロールを

リハビリテーション課 岩崎 仁子

健全な段階からフレイルを予防するためには、生活習慣病の予防（進行を抑制）をしながら運動機能の維持、認知機能の低下を防ぎ、社会との関りを持ち続けることが大切です。下記にお話ししたいと思います。

●持病のコントロールを

既に糖尿病、心臓病、腎臓病、呼吸器疾患、整形外科疾患などの慢性疾患がある場合には、まず持病のコントロールをして悪化させないことが大切です。持病のコントロールがうまくいかず体調不良などある場合、行動が制限され

るなど体を動かしたからなくなったり、さまざまな症状が現れ身体機能が低下してしまうことにつながります。医師や薬剤師さんたちとうまく連携を取り、負担にならないようなコントロール方法を続けて現在の状態を維持継続しましょう。

●バランスの良い食事を

低栄養はフレイルを起こす最大の要因です。高齢になり食が細くなって満腹感があっても栄養が十分に摂れていなかったり、あっさりしたものばかり食べていると体を維持するために必要な栄養素が不足したりします。高齢になると若い頃のようにお腹が空くことも減り、食事の品数や食材も減り、低栄養状態に陥りやすくなるといわれています。高齢になっても良質のたんぱく質は必要です。伴って繊維質やミネラルなど様々な栄養素をバランスよく摂って低栄養状態に陥らないようにしましょう。

次回も引き続き「フレイル予防」をお話しします。



ほそべ ひろこ
細部 裕子医師

**海南市出身なので
懐かしい気持ちに**

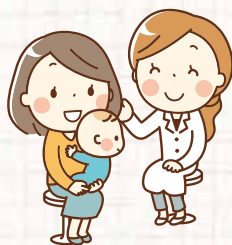
はじめまして、和歌山生協病院の医師の細部裕子です。3月29日より就任しました。今、主に担当しているのは、外来診療と健康診断、ワクチン接種の診察、小児科の診察、訪問診療（往診）も担当しています。

出身は和歌山県海南市ですが、高校1年より、岡山県の川崎医大附属高校に入学して、和歌山を離れました。その後大学も岡山県の川崎医科大学で、卒業後、東京の東京医科大学小児科に入局し、研修医、研究医として勤務しました。その後、東京の病院で勤務していましたが、2005年に父が急逝し、実家の開業医を維持するため、内科医の妹と交代で、東京と和歌山の往ったり来たりを続けてきました。去年、緊急事態宣言がでて、飛行機も欠航になったり、東京の往復がむずかしくなり、和歌山に帰ってきました。

そして、縁があり、和歌山生協病院で働かせていただくことになりました。

和歌山の人たちは、暖かく、親切で、私もほっこりしています。懐かしい和歌山弁にも癒されますし、往診で紀の川の堤防を車で通ったりすると、子供の頃、祖母とお墓参りに行ったことなど思い出し、懐かしい気持ちになってしまふ、このごろです。

**専門は小児科と
アレルギー**



私の専門は小児科とアレルギーです。とくに好きな分野は食物アレルギーです。卵や小麦のアレルギーがあつて、保育園や小学校でみんなと同じものが食べられない子供たちがいますが、その子供たちの中には、ほんとは食べても大丈夫な子もいますし、成長とともにだんだん食べられるようになっていく子供もいます。そんな子供には、食物アレルギー負荷試験をして、どのくらい食べられるか見つけてあげる。そんな診療もしていきたいと思っています。

**とにかく犬が好き
ジャズはボーカル**



趣味はジャズと犬の散歩です。とにかく犬が好きで、犬を飼っている人、犬好きの人と繋がりたいので、気軽に声をかけて頂ければ、うれしいです。今、我が家には2頭のジャックラッセルテリアの女の子がいます。13歳のデイジーと6ヶ月の凜です。家に帰って、散歩するのが日課です。

ジャズは学生時代より始めました。和歌山でも地元のアマチュアのミュージシャンと交流しています。私はヴォーカルなので、ただいままコロナで自粛しています。早く、歌が歌える世の中になってくれることを、心より願っています。こんな私ですが、どうか、よろしく願います。

～組合員さんと一緒にすすめる医師養成～

「合格を祝う会」に15名の学生参加



4/3（土）和歌山生協病院で医系学生合同企画「合格を祝う会」を開催しました。オンラインでの参加者もあり、医学生・看護学生・リハビリ学生を合わせて15名が参加しました。



和歌山生協病院の古田院長を講師に新型コロナウイルスの感染拡大について、病院や社会への影響を学びました。また、パンデミックが表出させた様々な医療の問題点についても事例を交えて話がありました。

過ごせる社会保障について考えさせられた」「学年・学部の違う学生と話せて良かった」と感想が寄せられました。

学生からは「日本の医療者の少なさに驚いた」「安心して

「いたたま」についてのお問い合わせやご紹介は、和歌山県民医連・医学生担当（TEL 073-441-5090）まで、ご連絡ください。

読者のひろば

「ありがとう」 「こども診療所」

「生協こども診療所」で10年程お世話になりました。キャンプやクリスマス会などに参加するのが楽しかったです。木津先生や看護師さんに優しく接していただいたことを、今でも覚えています。閉院してとても寂しいです。ありがとうございました。

海南市 匿名希望

安心の病院です

「コロナ患者が増える中で、生協病院内のきっちりとした対策に、受診する身にとっては、安心して行けるので感謝しています。ありがとうございます。」

和歌山市 中村 詩織

平和な世界はいつ?

毎回の「健くらパスル」を楽しみにしています。今、日常耳にする言葉が、新型コロナウイルス、外出自粛。平和な世界は、いつになるのでしょうか。

和歌山市 田組 けい子



とてもうれしい こいのぼりの写真

有田川のこいのぼり、とてもきれいな写真で、市民としてもとてもうれしく思いました。毎年見ているのですが、改めていいなあと思いました。ありがとうございました。

有田市 竹中 佳子

政府の対策は限界

外出している若者にインフルエンザのように見える場面をテレビでよく見かけます。「マスクをしているから大丈夫」という返事。しかし、変異ウイルスの拡大で、「マスク飲食」や「戸外のバーベキュー」でも感染が広がっているという報道を見ます。以前のように、単に「外出自粛」と述べているだけでは、若者に伝わりません。これまでのいきあたりばったりの政府の対策の限界を感じ、心がさらに重いです。

和歌山市 亀井 和子

なんて嬉しい なんとかわいい

この1年半、コロナ感染の予防のため、ほとんどの人がマスクをつけた顔で

す。なので、この間生まれた赤ちゃんの表情も笑顔もわからないと思ひ込んでいた抱っこされた男の赤ちゃん、二コ二コしてくれまして。なんて嬉しい、なんとかわいいこと。

和歌山市 那須 裕子

いつもと違う道

健康のために毎日散歩をしています。脳いきいき力条「によります」といつもと違う道を通る」とありました。たいへん参考になりました。

貴志川町 池田 弘男

今後も期待

ためしてクッキング、楽しみで作ったりもしています。栄養があって、年寄りでも簡単に作れるひと品に、今後も期待しています。

和歌山市 松下 勝利

伝言板が懐かしい

今は便利な携帯電話があるけど、昔は、駅にあった伝言板に書いたり、見つけたり。なぜか、懐かしいなあ。

和歌山市 南方 加代子

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
発熱・風邪外来の
受付時間/
午前9:00 ~ 11:30

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9:15 ~ 午後2:00 ~
皮膚科の受付時間/午前8:00 ~ 11:00

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

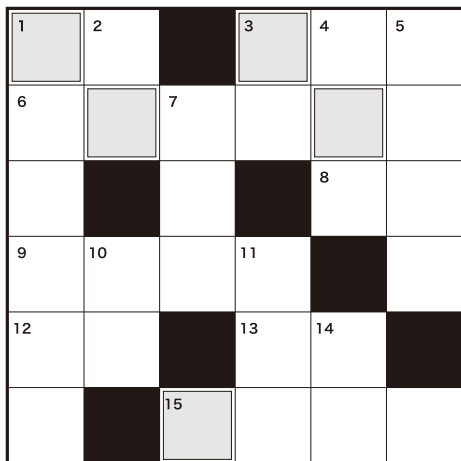
受付/午前8:30 ~ 12:00
夜診4:30 ~ 7:00
診療開始時間/午前9:00 ~
夜診5:00 ~

月	和歌山生協病院		和歌山生協病院附属診療所										生協芦原診療所		河西診療所		おみや診療所		月
	午前	午後	午前		午後	夜診	小児科			午前	夜診	午前	夜診	午前	夜診	午前	夜診		
	予約診	発熱・風邪外来	新患	予約診	外科	整形外科	皮膚科	内科特診	内科	午前診	午後診	夜診	山本	山本	木津	木津	奥村	奥村	
		土生(第4)	佐藤	小西	三谷	田端	松本	国本	三谷	小西	喘息	佐藤	山本	山本	木津	木津	奥村	奥村	
火	古田	土生	佐藤	小西	畑	松岡	上垣内	三谷	坂口				山本	山本	木津	木津	奥村	奥村	
水			佐藤	小西	内田	畑	三谷	田端		松岡	小西	細部	山本	山本	木津	木津	奥村	奥村	
木	古田(第1第3)	古田(心臓特診)	佐藤	小西	土生	岡井	上垣内						山本	山本	内田	内田	奥村	奥村	
金	古田	畑	佐藤	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	山本	木津	木津	奥村	奥村	
土				交代診療											交代診療	交代診療	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。
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。
小児科の急患の方は、お電話にてご相談ください。

健くらパズル 懸賞付 No.213

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 すりむいた!

ヨコのキー

- 1 純粹でないこと。↓精密
- 2 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。
- 3 ポテトサラダを作るにはジャガイモを○○○芋にしなくては
- 4 本体とは別に付いている部品
- 5 相撲の手の一つ。差し手の関節を動かさないよう挟み付けて押し出すこと
- 6 染色の一つ。糊を置いた中に着色して乾いたら洗い流す方法
- 7 悪い点をあらためて直すこと
- 8 ホースのように細長く中が空洞のもの
- 9 するめを薄く押し伸ばしたもの
- 10 ある者の主義主張に賛同して援助すること
- 11 他人に貸す部屋
- 12 タイルとタイルの間の継ぎ目
- 13 奈良公園のアイドル
- 14 紀ノ○○○崎市、○○越市、○○中島合戦
- 15 背の高い夏の花

タテのキー

- 1 身近に置いて毎日の戒めとする格言
- 2 ある物事を知り尽くしていること
- 3 青色プラス紫色
- 4 本体とは別に付いている部品
- 5 相撲の手の一つ。差し手の関節を動かさないよう挟み付けて押し出すこと
- 6 染色の一つ。糊を置いた中に着色して乾いたら洗い流す方法
- 7 悪い点をあらためて直すこと
- 8 ホースのように細長く中が空洞のもの
- 9 するめを薄く押し伸ばしたもの
- 10 ある者の主義主張に賛同して援助すること
- 11 他人に貸す部屋
- 12 タイルとタイルの間の継ぎ目
- 13 奈良公園のアイドル
- 14 紀ノ○○○崎市、○○越市、○○中島合戦
- 15 背の高い夏の花

●宛先 / 8 ページに掲載
●発行 / 8 月末必着
●発表 / 本紙 277 号
(2021年11月号)



解答/No.211「かくれんぼ」

和歌山市 寺地 宥さん
和歌山市 田村久美子さん
岩出市 伊藤 純子さん
貴志川町 中西 悦子さん
海南市 中 博史さん

貴志川線14の駅を訪ねる⑩



伊太祈曽駅 駅番号09

1日の乗降客 約750人
所在地 和歌山市伊太祈曽

神谷 治良

伊太祈曽駅(開業当初は山東駅)が誕生したのは山東軽便鉄道開業と同時の1916年(大正5年)です。

伊太祈曽駅到着前と出発直後に「鞠と殿様」のメロディが流されます。

1933年(昭和8年)8月貴志駅まで延伸され、中間駅となると同時に伊太祈曽駅に改称、2006年(平成18年)4月和歌山電鐵への継承と同時に伊太祈曽駅に改称されました。(駅名標をよく見ると現在も伊太祈曽になっています)

この駅より貴志方面には行き違いのできる駅がないため、当駅で必ず上下列車の交換が行われます。

貴志川線唯一の有人駅で、窓口では一日乗車券や和歌山電鐵グッズの販売をしています。電鐵本社があり(駅長は・よんたま)ます。また構内には車両基地があり点検等を行っています。

駅から南へ徒歩約5分の所には三社参りで有名な伊太祈曽神社(伊太祈曽地区)があります。道を挟んで南側には伊太祈曽神社古墳があります。毎年7月の末には茅野輪くぐり(輪くぐり)10月には秋祭りが盛大に執り行われます。秋祭りには神輿が出て北へ2Km少々離れた奥宮丹生神社(明王寺地区)までかつては3基の神輿を担いで往復をしました。

また、近くを熊野古道が通っていて北へ約700mの所には平緒王子跡(平尾地区)南西約1.4Kmには奈久智王子跡(奥須佐地区)があります。

東北へ徒歩約20分には和歌山市初の道の駅がある四季の郷公園(明王寺地区)があり四季折々に家族連れで賑わっています。見どころ、歩きどころ満載の駅周辺です。



生協まつり・夏まつりの中止について

今年も新型コロナウイルス感染症の終息が見通せない状況であり、夏に行なっていた各地区の「平和夏まつり」ならびに、10月に開催していた「生協まつり」を中止とすることになりました。

ボランティア紹介

南地区安原支部 ふれあいカフェ「なかよし」 工夫凝らして楽しく継続しています

安原支部では組合員さんの自宅をお借りして、お喋りとお物づくりの場としてふれあいカフェ「なかよし」を開催しています。コロナ禍前の春には山で採った筍で筍ご飯を炊いたり、季節ごとに食事会をしていましたが、昨年からは感染症対策で食事会は中止しています。食事企画には男性も参加してくれていたため、早く元の取り組みが出来ることを願っています。

今も「なかよし」は二週間続きの和室を使わせていただき、自粛期間を除き毎月1回定例開催しています。昨年度はお手玉、花籠、ティッシュケースなどを作りました。「なかよし」には、お手玉に入れる数珠玉と小石を集めたり里山で植物を集めたり

と、材料を確保する人、車を出して買い出しに連れて行ってくれる人、先生役になってくれる人がいます。安原支部は地元出身者が多いので、地域の様子がよくわかります。一人暮らしの方を誘って喜んで頂いています。

また最近では、組合員でもある老人会会長さんが、安原の体操班に手作りの踏み台を寄贈してくれるという嬉しい出来事がありました。ピールの空き箱に厚い板を貼り付けており、軽いのになかなか丈夫なので重宝しています。班活動もふれあいカフェも、楽しく継続できているのは皆さんのおかげと感謝しています。



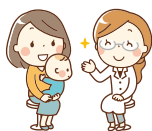
生協病院附属診療所

5月10日(月)より、和歌山生協病院附属診療所内に小児科を開設しました。

診療は月・水・金曜日の夜間診療と土曜日の午前診療(月2回不定期)となります。

月～金曜日の午前診療はありませんが、急患の方は和歌山生協病院「発熱かせ外来」

(予約制) ☎073-471-7711までお電話でご相談ください。なお、附属診療所小児科の受診方法や予防接種やアレルギー特診のスケジュール等につきましては、和



小児科開設のお知らせ

歌山生協病院附属診療所ホームページ内の小児科のページにてご案内させていただいております。また、ご不明な点は、附属診療所 ☎073-471-8171までお気軽にお問い合わせください。

ゼリーヨーグルトムース

ためして 147
クッキング

★つくった人からひと言

水切りヨーグルトを使ったさわやかなムースです。ポイントはオレンジジュースのゼリー液を必ず冷ましてから上にのせてください。



材料(5～6個分)

プレーンヨーグルト…500g
粉ゼラチン…10g
砂糖……………大さじ6
生クリーム…1カップ
レモン汁…大さじ1/2
オレンジジュース…250ml
砂糖……………大さじ1
オレンジなどの好みの果物

〈作り方〉

【下半分について】

- ① ボウルにざるを乗せ、ペーパータオルを敷き、ヨーグルトを入れる。それを冷蔵庫で一晩水切りする。
- ② ゼラチン5gに水大さじ3を入れてふやかし、レンジ500Wで約40秒加熱して完全に溶かす。
- ③ ボウルに①と②を入れて混ぜ、さらに④を加えて混ぜあわせ、型に流し入れて冷蔵庫で冷やし固める。

【上半分について】

- ④ ゼラチン5gにオレンジジュース50mlを入れふやかし、レンジ500Wで約40秒加熱して完全に溶かす。
- ⑤ 鍋に残りのオレンジジュースと砂糖を入れ、火にかけて溶かす。そこに④を混ぜ、さめたら③の上に流して乗せる。さらにその上に、一口大に切った果物をのせ、冷蔵庫で固める。

(1個分) エネルギー 約300kcal たんぱく質 6.4g ※料理とレシピは、和歌山生協病院食養課。

いつもの高野山は、外国からの観光客や、国内の観光客がおおく見かけていましたが、観光バス駐車場もガラガラで観光客の少ない高野山でした。
コロナ禍が収まった時にあらためて、ゆっくりと山内の散策をしたものです。



6月初め、高野山の寺院で父親の50回忌の法要を行いました。

編集後記

〒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。