

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 ……………23,305人
- 出資金…1,010,234,869円
- 一人平均 ……………43,348円
出 資 額

2023年5月31日現在



白良浜(白浜町)

約620mに渡って白砂の浜が続く白良浜。毎年約60万人が訪れる美しいビーチは、今年も本州で一番早く海開きしました。

左の写真は、白浜の町並みを一望できる高台にある平原公園から撮影しました。園内の2,000本の桜の木は、花見シーズンには観光客で賑わう撮影スポットにもなるそうです。

写真・文 / 中嶋 一雄

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
- 生協中之島
 - デイサービス …………… (073)422-2003
 - 複合型サービス …………… (073)423-3500
 - ケアプランセンター生協中之島 …………… (073)422-3476
- 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 生協にし …………… (073)476-4477
- 地域支えあいセンター 虹 …………… (073)435-6611
- 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)487-0022
 - 定期巡回・随時対応型訪問介護看護げんき (073)487-3377

介護のご相談は、それぞれの事業所か、在宅介護支援センター和歌山生協病院 073-474-2711 までお願いします。

和歌山中央医療生活協同組合・第67回通常総代会



仲間を増やし安心して暮らしていけるまちづくりを進めよう

2023年6月24日(土)午前10時より、和歌山市北コミュニティセンターにおいて、和歌山中央医療生活協同組合第67回通常総代会が開催されました。各地区からの総代のほか、オブザーバー、職員、理事を含め240名が参加し、議長には岡田総代(東中地区)、赤桐総代(南地区)が選出され議事が進められました。



古田理事長

開会あいさつで古田理事長は、コロナ禍の3年半で起きた事象を振り返りながら「これからは様々な活動を旺盛に取り組み、仲間を増やし安心して暮らしていけるまちづくりをすすめよう」と呼びかけました。

続いて森岡専務理事より、2022年度の活動報告ならびに2023年度の活動方針を中心に、議案の提案が行われました。方針説明では、医療・福祉をめぐる情勢とともに、地域・事業・組織で一体となつてすすめる『健康で居心地よくくらするまちづくり』の具体化が改めて提案されました。また、組合員の要求にもとづく新たな複合施設建設の概要が説明され、成功

に向けた2億円の特別増資運動への組合員参加が提起されました。

討論では、当日発言12名、文書発言8名がありました。各地区・支部での特色ある活動の報告や協同組合の発展に関する意見、海南・海草地区からは先の豪雨災害と支援についての発言がありました。



四課題を達成した宮支部の菅原支部長

- 第1号議案…2022年度経過報告ならびに2023年度方針に関する件
- 第2号議案…2022年度決算関係書類等承認の件
- 第3号議案…2023年度予算に関する件
- 第4号議案…和歌山中央医療生活協同組合複合施設建設の件

- 第5号議案…2023年度役員報酬に関する件
- 第6号議案…議案決議効力発生の件
- 第7号議案…特別決議・スローガン採択に関する件

今総代会は、コロナ禍の間実施できなかった新入職員紹介や昼休憩も挟み、久しぶりに1日開催で行われました。各支部の活発な班活動に対する表彰のほか、2022年度に四課題目標(仲間増やし・出資金・班づくり・担い手づくり)を達成した東中地区・宮支部が表彰されました。そして、組合員ひとり一人の健康観を大切にしながら、医療生協運動を発展させていくための方針が参加者全員で確認されました。最後は、副理事長が『つながり』をキーワードに多世代がワクワクする取り組みを「頑張りすぎないように頑張っていこう」と呼びかけ、閉会しました。

2023年度 総代

東地区	南地区	中地区
井本 有一	井戸上 晴子	亀山 節子
藤井 清人	境 春子	林 順徳
赤井美代子	田村 義夫	林 普己
林 清仁	宮田満佐子	福島 宏子
後 光則	川口 通代	森山 雅子
岡野 裕三	西岡 政子	上田 愛子
上野とよみ	平野公美子	上田眞利子
上田 睦子	西本 昌子	
高垣 正勝	新谷 泰宏	
奥澤エミ子	西本 倫代	
長嶋 興嗣	山本佳代子	
粉川千鶴子		
楠本 幸男		
野口 武寛		
宮井 幸美		
村坂るみ子		
山田佳世子		
川口 汎子		
宇城 公子		
岡田 和夫		
山本 和子		
山下 育子		
中井美智子		
中山 進		
福本 嘉菊		
藤井健太郎		
藤井 将代		
坊垣内弘文		
武内智恵美		
満生 明敏		
堀代千代子		
宮崎 清子		
土佐 明子		
安田 公義		
西本エイ子		
久喜 幸子		
梅谷 幸子		
田中 和子		
山下 孝子		
岡田登志美		
平谷知恵子		
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		
谷口 操		
菅原勝太郎		
北原 義一		
土本 圭子		
南條 佳弘		
南條さわ糸		
西林あさ子		
湯川美智子		
雑本 幸子		
上田 愛子		
上田眞利子		
中村 泰久		
山塚 侃児		
平井 決		
新谷 泰宏		
西本 昌子		
平野公美子		
農本 倫代		
山本佳代子		



目副理事長



2023年度新入職員の紹介

特別決議 その1

戦争に反対し、日本国憲法を守り、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実現のため行動しましょう。

新型コロナウイルス感染症の拡大は発生から4回目の春を迎えました。感染症法上は2類相当から5類へ変更されましたが、ウイルスが変わったわけではありません。これまで、政府の場当たりの対策により、国民のいのちとくらしが脅かされ、削減された病床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ました。5類移行に伴い、医療体制は全医療機関が受け入れる事を条件に補助金を削減、医療費も患者負担が発生します。今後、受診控え、受け入れ先医療機関が確保できるのが懸念されます。私たち地域組合員と職員は、全ての住民がひとしく医療を受けられるように行動します。

ロシアのウクライナへ軍事侵攻は2年目を迎え、世界の平和を大きく揺るがしています。日本国内ではこの侵略に乘じ、憲法9条をないがしろにし、軍事費増額と敵基地攻撃能力をもちこんだ安保3文書の閣議決定など、戦争への動きが強まっています。「憲法9条をまもろう」「ロシアはウクライナから即時無条件に撤退せよ」の世論を上げなければなりません。私たち地域組合員と職員は、学習を深め行動します。

新型コロナウイルス感染症を正しく恐れて、昼食会や夏まつりの再開に踏み出しましょう。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力を発揮し、知恵を寄せ合い、創意工夫で大胆に活動を上げましょう。地域組合員と職員が地域にでかける。班・サークルを旺盛に開催する。後継者をつくる。居場所をつくる活動をすすめてみましょう。そして、すべての人々と手を結び運動をすすめてみましょう。

以上決議します。

2023年6月24日

和歌山中央医療生活協同組合 第67回通常総代会

特別決議 その2

複合施設建設を成功させるため、特別増資運動への参加を呼びかけます。

2024年12月竣工をめざして、「サテライト型小規模介護老人保健施設松寿苑29床」「サービス付き高齢者向け住宅46室」、「通所リハビリテーション」、「放課後等デイサービス」をもつ複合施設（地上5階建て延べ床面積4,206㎡）の建設を、2023年末開始します。

施設には、医療と介護の最後の砦としての役割を果たす老人保健施設「松寿苑」、60歳以上の高齢者が安心して暮らせる賃貸住宅の「サービス付き高齢者向け住宅」、通いで介護保険のリハビリを行う「通所リハビリテーション」、障がいのある児童の放課後等の支援を行う「放課後等デイサービス」の4つの事業を配置します。どれもが、地域組合員の要求にもとづく事業であり、法人にとってどうしても必要なものです。

建築費用が約14億円かかります。このうち8割を借り入れで、残りを2億円の出資金と自己資金で確保します。

第67回通常総代会は、2023年7月から2024年12月までの期間で、2億円の特別増資運動を提起しました。全ての組合員が参加されることを呼びかけます。

2023年6月24日

和歌山中央医療生活協同組合 第67回通常総代会

- スローガン**
- 一、みんなが健康で居心地よくくらするまちづくり実現のために、3つの戦略(事業、地域、組織)を具体化しよう。
 - 一、地域組合員と職員が地域に積極的にでかける、班・サークル活動を旺盛に開催する、後継者をつくる、居場所をつくる。
 - 一、日本国憲法を守り、平和で人権が保障される社会、脱炭素社会をめざして行動しよう。
 - 一、特別増資運動をすすめ、複合施設建設を成功させよう。

笹木 まち子	安田 かず代	駒田 晋	久保田 いく代	御坊市・日高郡地区	本下 美知子	宍田市・有田郡地区	父川 恵照	橋本市・伊都郡地区	平松 泰清	川崎 道生	稲田 優子	古井 旬子	海草郡地区	田上 明美	高瀬 賢司	甲佐 洋三	楠本 道代	大尻 利恵	市来 利恵	赤阪 直美	赤井 博	武田 志津	西本 功	森 教二	阪口 國彦	久保 洋治	正垣 繁美	藤井 芳美	鈴木 康子	岡本 ツネ代	上田 和美	河西地区	西川 明美	寺下 芳子	前田 紀子	山中 美知子
小林 正知	有馬 和子	晋 ※選挙管理委員長	久保田 いく代	御坊市・日高郡地区	宅田 紀子	宍田市・有田郡地区	平田 美也子	伊都郡地区	溝口 恵敬	前山 光夫	角田 繁	玉井 知子	海草郡地区	高橋 治雄	坂井 庸子	北 浩之	川邊 典子	宇田 英子	光部 みさ子	弘井 幸子	茶谷 幸子	平松 ルミ子	中村 千鶴	渡辺 勝実	鈴木 勝子	木谷 カズコ	大原 俊也	宇田 ともえ	浅見 京子	高良 マリ子	近藤 昭子	水落 昭子	柳本 要介	山本 トキ子	前田 加代子	木村 美貴子
森岡 佳昭	葦澤 啓輔			新宮市・東牟婁郡地区	山崎 秀樹				山本 正弘	山中 正史	山田 順子	八畑 美知子		高岡 春子	門 眞一郎	仲村 房子	田村 恵利子	小畑 和江	井上 祥子	小崎 幸代		久禮 多世	堀 孝	布袋 みどり	新谷 幸子	古賀 春美	川口 和実	梶谷 実子	岡崎 昌子	中谷 善久	崎山 善久	柳本 要介	山本 トキ子	前田 加代子	木村 美貴子	

出会い ふれあい 支え合い ひろば

老健施設とサ高住、通所リハビリ、障害児通所事業を備えた 

複合施設を建設します

新施設の成功に向け、2億円の出資金運動にご協力を！

老朽化した老人保健施設「松寿苑」を生協病院近隣に新築移転し、組合員さんの要望が強い「住宅」を同時に建設することを総代会で確認しました。

新施設は、サービス付き高齢者向け住宅と老人保健施設「松寿苑」のほか、通所リハビリと障害児通所事業も備えた複合施設として、2023年度着工、2024年度中竣工をめざします。

組合員に寄り添う和歌山中央医療生協の新たな施設として、2億円の特別出資・増資運動にも取り組んでいきます。みんなの力で建設が成功するよう、ご理解とご協力をお願いいたします。



〈完成イメージ図〉

【計画建物概要】

- 建物構造・規模：鉄骨造5階建て
- 建設予定地：約3239.7㎡
- 延床面積(予定)：約4,206㎡ 1階/約950㎡ 2階/約850㎡ 3階から5階それぞれ約802㎡
- 建物用途：[1階] 通所リハビリテーション 児童発達支援・放課後等デイサービス 厨房
[2階] 介護老人保健施設(29床)
[3階] サービス付き高齢者向け住宅(46室)

認知症予防 第2回



日常生活における認知症予防

リハビリテーション課 作業療法士 宮脇 佳子

今回は、認知症予防についてお話をさせていただきます。認知症予防には、フレイル予防にも効果があると言われる「適度な運動」「バランスの良い食生活」などの他に、「脳を活性化する取り組み」が大切と言われています。

例えば…音楽を聴く、他者と交流する、スポーツをする、脳トレをする など

今回は、日常生活の中でできる取り組みを少し紹介します。

①料理や買い物

- ：〈記憶、遂行(物事を順序だてて行う)機能、計算) 冷蔵庫に何があったかな？
- 何を買えばカレーが作れるかしら？
- 5,000円でおつりはいくらになるかな？
- 下ごしらえは何から始めよう？
- 余ったものでもう一品何か作れないかな？

献立を考えることだけでなく、手際よくすすめるために様々な脳の機能が働きます。



②本や新聞などを読む：〈注意力、記憶力、遂行力〉

書き写し：〈空間認識力、注意力〉

新聞のコラムや昔話の一節、詩集や料理本など、ご自分の興味のあるものから初めてみると続きやすいです。



③日記を書く：〈空間認識力、記憶力、見当識〉

出来事を思い出すだけでも脳の活性化につながります。漢字が思い出せなくても、出来るだけスマートフォンに頼らず思い出してみましょ。



④将棋、オセロ、トランプゲーム

：〈注意力、判断力、空間認識力〉

家族や友人との交流にもつながりやすいです。



⑤散歩：〈注意力、判断力、空間認識力、記憶力〉

いつもと違う道や逆回りで歩いてみると注意力がより働きます。(くれぐれも周囲の状況に気を付けて、安全な道を選んでください) 慣れた道でも「しりとりをしながら歩く」「『あ』の付く言葉を思い出しながら歩く」など1つ課題を加えるとより脳が働きます。



次回は、数字や言葉を使った脳トレなどをもう少しご紹介したいと思います。



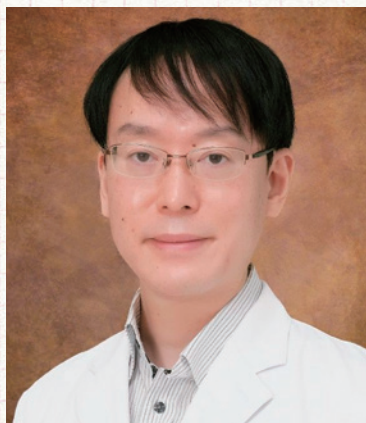
全人的医療とワークライフバランス

4月より内科全般と リウマチ・膠原病を

はじめまして。4月より和歌山生協病院内科でお世話になっております蔵本伸生と申します。内科全般およびリウマチ性疾患・膠原病を診ております。

これまでの経歴

私の研修医時代は皮膚科医として始まりまして。しかし色々な患者を診ているうちに、より全人的な医療をしたいと思うようになりました。皮膚科を一通り学んだ頃に総合診療科というものがあることを知り、京都府内のいくつかの病院で総合診療科医として修練をしました。たまに関節リウマチや膠原病患者さんが来ることもありましたが、なかなか適切に対応することができず、膠原病などに関



のぶお
蔵本 伸生 医師

を独学で始め、これまでコスターやネックウオーマーなど色々な小物を編んでいました。今は手編みセーターという大物に挑戦していて、少々苦戦していますが少しずつ編んでいます。写真撮影も最近始めた趣味で、主

する本で勉強してました。しかしより実践を通して学びたいと思うようになり、大病院でリウマチ性疾患や膠原病を学んできました。おかげでリウマチ専門医の資格も得て、概ね一人前のリウマチ・膠原病内科医となりました。そのままりウマチ・膠原病専門医を続ける道もありましたが、やはり全人的な医療をしたいという思いが強くなり、当院に内科として来る運びとなりました。

趣味はいろいろ

仕事以外にさまざまな物事に関心があり、小学生で始めたピアノ演奏は余裕があれば練習を続けていました。昔からシヨパンの曲がとて好きで、弾くのが難しい曲が多いのですが少しずつ練習しています。数年前から編み物を



に花の写真を撮っています。よく撮れた作品はインスタグラムでMemorieというアカウントにて公開しておりますので、よろしければ一度覗いてみて下さい。その他卓球、英会話、フランス語、ペソ習字などしていますが、どれもまだ中途半端です。

久しぶりの総合診療 新鮮な気持ちで

このたび久しぶりに総合診療・プライマリケア医として働くことになり、新鮮な気持ちであります。大病院での勤務は本当に大変で、時間も体力もほぼ全て仕事に費やしていました。これからはライフワークバランスを大切に、仕事はもちろん、趣味やプライベートも充実させたく思いますので、どうぞ宜しくお願いいたします。

～組合員さんと一緒にすすめる医師養成～

医学生 実習頑張ってます！

夏にも診療所での実習を予定している医学生がいます。今後も、たくさんの実習を通して無差別・平等の医療と福祉の実現を担う医師の誕生へ繋がっていきたいと思います。



医学生へのコロナ禍の影響も一区切りして、この春から医学生の実習が増えました。

リハビリ科、小児科外来、診療所の訪問診療、研修医と一緒に診療を体験して症例検討、他

職種と学習交流…などなど、色々な実習をしています。

実習に来る医学生は、民医連と深い繋がりのある学生もいれば、初めての学生まで様々です。

実習に来た医学生は「患者のために最善を尽くそうとすると、生涯勉強が必要だと実感した。これからも勉強を続けて多くの知識を持った良い医師になれるよう努力しようと思った。」と感想を言っていました。

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

収穫が減ったのはなぜ？

去年まで実っていた果物や野菜の収穫が減ってしまっています。天候の影響なのか、96歳の母とどうしてなのかと、不思議に思う日々です。

田辺市 匿名希望

ウォーク再開!!

緑の美しい季節になりました。しばらく止めていたウォークを再開。午前・午後約30分ぐらいを目標に、また続けたいと思っています。

和歌山市 山本 滋子

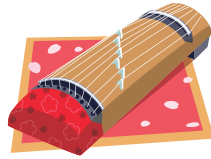


健康から読んで出かけた気分

いつも河西診療所でお世話になっています。

健康からも、いつもじっくり読んでいます。読んではいろいろな所へ出かけた気分になったり、それぞれ頑張っている方々の事を読んで励まされています。有難うございます。

和歌山市 日高 國照



孫とお琴遊び

「健康第一」で一日一日を大事にすごしています。40年ぶりにお琴を出して孫と遊んでいます。

和歌山市 川口 洋子

スマホ依存を改めない

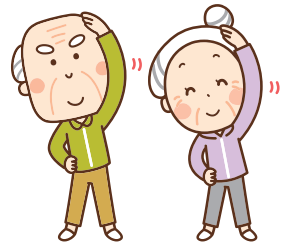
認知症予防の欄が気に入りしました。日頃スマホに依存してる、改めないといふそう思いました。

和歌山市 川下 ゆかり

シニアエクササイズやっています

今年から、生協芦原診療所2階でシニアエクササイズをはじめさせてもらっています。月2回ですが楽しみです。

和歌山市 宮本 かな子



さびしさおぼえる居間の空間

自宅介護していた母(101才)が、5月より特養にてお世話になっています。居間にあったレンタルの介護ベッドがなくなり、大きな空間となり少しさびしさをおぼえています。

和歌山市 のりやん

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	午前		午後		発熱・風邪外来 小児科		午前		午後		夜診		小児科		月						
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後							
	予約診		予約診		外科	整形外科	皮膚科	内科特診	内科	午後診	夜診	午後診	夜診	アレルギー特診(予約制)	佐藤						
月	土生(第4)	佐藤	細部	小西	福島	藏本	田端	松本	国本	三谷松岡	小西喘息					山本	木津	木津	奥村	奥村	月
火	古田	土生	佐藤	小西細部	畑		上垣内	久保午前のみ		三谷坂口						山本		木津検査(第2・4)			火
水			佐藤	小西細部	内田	畑	三谷	田端				松岡	子育て・発達外来(予約制)	小西	細部	山本	山本	木津			水
木	古田(第1・第3)	古田(心臓特診)	佐藤	小西細部	土生	岡井		上垣内	辻岡							山本		内田			木
金	古田	畑	佐藤	内田細川	土生(第1・第3)	坂口	小西藏本	田端	松本				特診(予約制)土生上中	予防接種(予約制)	佐藤	山本		木津	木津		金
土				交代診療														交代診療			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、各診療所へご連絡ください。時間外の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.225

1	2		3	4	5
6			7		
8		9			
				10	
11	12		13		14
	15				

〈解き方〉
ピンク色のマスの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 くるくる回る

ヨコのキー

- 鳥取県西部、山陰の主要漁業基地
- フランス革命時の国王は○○16世
- 物を作るのに使う器具の総称
- 鶏の胃の部位。砂が入っていて食物をすりつぶす。
- 尿量を増大させる作用のあるもの、薬
- 事業に資金を投下する。出資



タテのキー

- 百日紅とも書く中高木。鮮紅色または白色の花が咲く
- 肩からひじまでの間、二の腕
- 青と黄色の間、葉の色
- よりをかけて縄などを作ること
- 戸の立てである家の出入口
- 図と表
- かつて沖縄本島中部にあった、海に面していない市。駐留米軍の施設が多い
- 「○○を追うものは一兔をも得ず」
- 「○○にひかれて善光寺参り」
- 過去と未来の境であるこの瞬間

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名の方にクオ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。
●バ切/8月末必着
●発表/本紙289号(2023年11月号)
●宛先/8ページに掲載

当選者発表

223の正解は「はるがすみ」でした。応募総数77通のうち正解は72通でした。抽選で次の5名の方々にクオカードをお送りします。
和歌山市 上西 延子さん
和歌山市 田端 恵子さん
和歌山市 山下知津子さん
紀の川市 畑 美琴峰さん
橋本市 井本美津子さん

	お	や	ま		ど
さ	が		た		ぶ
め	は	り			ら
し	ん		は		じ
	と	さ			る
ぞ	う	す	い		み

解答/No.223「はるがすみ」



和歌山市内 三十三ヶ寺めぐり⑥ 第5番 南嶽山 禅林寺

和歌山西國三十三ヶ所観音霊場の第5番は、南嶽山禅林寺です。古くから由緒ある寺であり草創の年は不詳です。ご本尊の「釈迦牟尼佛」は、紀伊国名所図会によると運慶(1148～1223年)の作となっています。運慶は鎌倉時代を代表する仏師で、東大寺南大門金剛力士(仁王)像を制作したことで知られています。

かつては、浅野家の菩提所となった寺でしたが、しばらく荒廃が続いていました。寛永元年(1624年)に紀州徳川初代藩主となった頼宣公が、駿河の国より入封した際、随従して来たと思われる來山禅師に命じ再び興させます。それから、約200年後の天保八年(1837年)に、堂宇老朽化のため再建されたということです。現在の建物は昭和の戦災を免れたため、およそ当時のままで建っているということになります。建物の中に足を踏み入ると荘厳さが感じられます。

昭和24年に和歌山市文化財に指定されたご本尊は一般には公開されていません。境内に安置されている「ほほえみ観音」を拝ませてください。脇仏に達磨大師、阿難尊者、迦葉尊者などが安置されています。

また墓所の南側奥には、幕末から明治にかけて迫害され殉教したキリシタンの合同墓も立っています。

※この紹介内容は、第三版和歌山西國三十三ヶ所観音霊場ガイドブック(2010年10月発行)をもとにしています。



各地区の「平和夏まつり」の開催予定

- 中地区 日時:7/29(土) 17:00～19:00 場所:生協中之島
- 河西地区 日時:8/ 5(土) 17:00～19:00 場所:河西診療所
- 南地区 日時:8/19(土) 17:00～19:00 場所:生協芦原診療所
- 東中地区 日時:8/26(土) 未定 場所:生協病院

※時間については予定です。詳しくは各事業所にお問い合わせください。

ボランティア紹介

ウエルカムパーティー・
ホウ酸団子づくりも

組合員の力あってこそ

南地区



毎年、夏の暑さが厳しくなっているように感じます。さて、今年も早くから組合員さんが診療所駐車場の草抜きをしてくださり、きれいになって蚊も減りました。抜いても抜いても生えてくる雑草を、暑い日も休日にもコツコツ抜いてくださり、頭の下がる思いです。

5月末には、コロナ禍で長らく中止していたウエルカムパーティーを中央コミュニティーセンターで開催しました。早朝からたくさんの方々が、設営、お菓子の盛り付け、飾りつけなど、全力で準備してくれたおかげで、78名と大人数の参加者でもスムーズに運営することができました。「生協って楽しいこといっぱいしてるんですね」と新加入の方々にも

大好評でした。

また、5月から6月上旬にかけて開催された支部総会では、南地区の7支部全てでホウ酸団子づくりが行われました。総会参加者を増やすためのお楽しみ企画です。毎年材料の発注から運営まで、すべて組合員さんが段取りしています。「市販のものより効果がある」と楽しみにされています。

医療生協の活動は組合員さんの力あってこそと、日々感謝しています。

第6回 フードバンク & 暮らしのなんでも相談会 沢山の物資と予想以上の来場者

5月27(土)、第6回目の「フードバンク & 暮らしのなんでも相談会」を生協病院駐車場にて開催しました。地域組合員や職員のボランティアは、前回より多い63名が参加してくれました。

今回、地域の方から沢山の物資と、和歌山市民生協さんからは約300点以上の商品を無償提供していただきました。事前に250セットの支援物資を用意しましたが、予想以上の来場者で当日物資を渡

せない方も出てしまいました。最終的には、後日渡しになった方も合わせると310名以上の方を支援することが出来ました。

個々に抱える問題と物価高騰が重なり、世代を問わず様々な支援を必要としている方が増えています。地域の皆さんや企業、

行政とも協力しながら、必要な方に必要な支援が届けられるよう今後も取り組んでいきます。



新生姜と新じゃがのアジフライ



★つくった人からひと言

新生姜、新じゃがいも、アジが美味しい季節です。旬を美味しくいただきましょう。ソースやタルタルソースなどお好みでつけてください。



材料(2人分) ※料理とレシピは、和歌山生協病院食養課。

- アジ 2尾
- 新生姜 100g
- 新じゃがいも 小2個
- レタス 2枚
- レモン 1/4個
- 牛乳 大さじ4
- 塩 小さじ1/3
- パン粉 適量
- 小麦粉 大さじ1
- 卵 1個
- 塩 少々

(一人分)
エネルギー 345kcal
塩分 2.5g

〈作り方〉

- ① アジを3枚におろして小骨をとり、軽く塩をふる。
- ② 新じゃがいもは皮をむき、ラップでつつみレンジで500W4分加熱する。加熱後、竹串がとおればOK。通らなければもう一度30秒加熱し様子を見る。
- ③ 新生姜は皮をむきスライスしておく。レタスは食べやすい大きさにちぎり、トマト・レモンはくし形にきっておく。
- ④ レンジで蒸したじゃがいもをつぶし、Aをいれて混ぜる。
- ⑤ アジの身のほうにつぶしたじゃがいもをひろげ、その上に生姜のスライスをしきつめる。さらにもう一度じゃがいもをひろげ、身を下にアジのをせ形をととのえる。
- ⑥ アジに小麦粉をまぶし、衣をつけ170℃の油できつね色になるまで揚げる。

地球温暖化の傾向が今後も続いていくと、気象災害の更なる激甚化・頻発化が予測されます。最近よく聞く「線状降水帯」は、激しい雨を降らせる積乱雲が連続して発生し、上空の風の影響で帯のように連なる現象を言うそうです。この「線状降水帯」によって、数時間にわたってほぼ同じ場所で続く豪雨は、これまで冠水したことのない地域にも甚大な被害をもたらす危険性があります。今までの常識や思い込みには囚われず、今後の気象災害リスクの更なる高まりに適切に備えていかなければなりません。(N)

6月2日に発生した大雨の影響により、1府13県(千葉県、神奈川県、山梨県、長野県、静岡県、愛知県、三重県、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県、愛媛県、高知県、沖縄県)で被害が発生しました。6月9日に和歌山県がまとめた報告によると、県内の住宅被害は2807棟確認され、人的被害は軽傷4名、重傷1名、行方不明1名、災害関連死を含めると2名が死亡と、大変痛ましい状況です。お亡くなりになった方のご冥福をお祈りするとともに、被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。

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。