

2018年8月31日現在  
 組合員 4,082人  
 出資金 1億6,350万円  
 7~8月の動き  
 組合員 新規加入17人  
 退会11人



**第106号**  
 2018年9月1日発行  
 (奇数月発行)  
 〒503-0982 大垣市久徳町153-1  
 TEL 0584-92-3268  
 ホームページ seinou.coop  
 編集 機関紙編集委員会

# 核兵器廃絶の願い届け 職場から2人の職員が広島世界大会に参加

西濃医療生協の事業所では、社会保障の充実とともに平和を守ることが大切にし、8月、広島・長崎で行われる原水爆禁止世界大会に職員を代表派遣しています。全国から広島・長崎にむけて行われる国民平和行



進には、大垣から関ヶ原を通る行進に参加。また、7月には事業所周辺のご家庭に、折り鶴つくり・国際署名・派遣カンパのご協力で訪問するなどの活動を行ってきています。今年も多くの皆さまからのご協力に感謝いたします。

昨年、国連会議において核兵器のない世界という人類共通の夢の実現に大きく貢献する重要な一歩と表される「核兵器禁止条約」の採択に、唯一の被爆国日本が世界に発信する「ヒバクシャ国際署名」が大きな力を発揮しました。

今年、診療所から2人の看護師が代表として8月4日から6日にかけて広島での世界大会に参加しました。本紙4~5面を平和コーナーとし職員の参加記のほか、組合員からの投稿を掲載しています。

今年の「健康まつり」は**10月28日(日)**  
**ソフピアホールを会場に開催**  
**ソフピアホールを会場に開催**

## せいらゆう

棋士の真剣勝負は人生の縮図のようであり、とても魅力的です。最近様々メディアで将棋が取り上げられることが増えました。将棋を題材にした良質な映画や漫画も多く、隣

県愛知の藤井七段の存在もあり、将棋や棋士が注目されることが増えています▼タイトル戦ともなれば和服に身を包み、格式高い旅館や古利などで対局が行われる伝統ある将棋の世界ですが、近年は人工知能(AI)の影響が無視できなくなりました。昔は複数名が集まって盤を囲んで行われていた将棋研究も、いまやパソコンの画面に向かい、カチカチとマウスをクリックして一人研究に没頭する棋士が増えているそうです。今までの常識が覆るような戦法を人工知能が提示することも多く、長年不利だと言われていた戦法が急に脚光を浴び流行の型になったりもしています。もはや一流棋士であっても、勝負に勝つポイントは、いかに人工知能が導き出す最善手に近い手を指すかということ

イコールになっています。少し寂しさも感じますが、これからの時代は、将棋のような「達人」が集う世界であっても人工知能とは無縁ではいけないのだと思います▼羽生善治竜王も人工知能に関心をもち棋士の一人で、その知識量は対談した専門家も驚くほどです。羽生竜王は、最近の人工知能の加速度的な進歩について社会システムそのものを変えてしまう可能性が大きいと予見しています。人工知能の進歩の速さに危惧を示しながらも、「テクノロジーの進歩によって実現可能になる社会形態もある。どのように社会をデザインしていくかといった主体性が人間に求められている」と述べています。主体性をもったデザインこそ人間が人工知能に使役されないポイントだというのは慧眼です▼近年、「3年ひと昔」と言ってもよいほど時代の変化は激しいものがありますが、良いものを守りながら果敢に新しいものを取り入れていくという人間の柔軟性こそが未来への鍵になってくるのかもしれません。

(T・N)

## 2018年度第1回支部代表者会議 中長期計画「3つの柱」を目標に 今年度重点課題と支部活動を交流

8月26日(日)介護センターしずさとにて、第1回支部代表者会議を開催しました。10支部からの代表、組織担当理事など24人が参加しました。

6月末に総代会が開催されて以降、初めての支部代表者会議で、松岡専務からは、中長期計画のポイントと今年度方針にそって、支部活動を進める重点課題について説明がありました。

「中長期計画」では、10年後の医療生協の姿を「3つの柱」に整理し展望しています。共通したテーマは「健康で安心して住み続けられるまちづくり」です。今回の支部代表者会議では、特に、地域

### 中長期計画「3つの柱」

#### 第1の柱

要求をもとに地域の人とつながって進める健康で平和に暮らせるまちづくりを医療生協活動の柱として展開し、地域での医療生協の存在価値を高めていきます

#### 第2の柱

「住み慣れた地域で最後まで自分らしく生きる」ことを支援する医療・介護事業を発展させ、地域連携の推進役になっていきます

#### 第3の柱

まちづくりや医療・介護・福祉の推進役として信頼される存在へ成長していきます

での「居場所・たまり場」づくりにもむけた、この間の活動を交流しました。

神戸支部からは「3つ目の班づくりを通じた担い手ふやし・地域とのつながりづくり」についてをテーマに、古橋支部長から報告がありました。健康班会を新たな地域でつくるにあたって、保健センターや町の健康福祉課を訪問して、医療生協の健康づくり活動のことを知らせること、老人会や自治会にも知らせ理解と協力をお願いすることは、医療生協の支部を「見える化」するうえで大切なことです。この経験を普及していくうえで貴重な報告でした。

赤坂支部の「健康サロン・高齢者ヨガ班会の定時定点開催で居場所づくり」も貴重な報告でした。組合員の健康への願いにこたえ、毎月1回、同じ会場で開催し、これに地域の組合員もまだ加入していない方も参加され、医療生協にふれることで、組合員が元気になり、組合員にもなってくれるという支部・班の典型的な活動に、その大切さを改めて痛感しました。このほかの支部からの報告もつけ、交流しました。

このほか、まちづくりのいっかんである「しずさとたすけあい」の活動報告、「秋の生協強化期間」で仲間ふやし、班づくりなどをすすめる「居場所づくり」をめざすこと、大垣市東部にあるソフトピアを会場に今年の健康まつりを成功させることなど、討議を行いました。

### 日本医療福祉生協連主催 地域コーディネート研修会に参加

8月30日(木)31日(金)の2日間、東京で地域コーディネート研修会に、中尾・長屋常務理事、黒田理事の3人が参加しました。

一日目の学習講演では、社会福祉協議会の若い女性職員から、みんなが集まる居場所づくりの取り組みの発表がありました。社協、地域団体が協働で企画・運営することで、幅広い世代が交流し集える場―理想のカタチが現実になった「だんだんひろば」。医療生協もいっしょになつて居場所づくりをおこなった成功例です。こんなふうに行政と一緒に居場所づくりを取り組めるようになりたいと強く思いました。そのためにも、行政・社協・市の包括と情報を共有し、つながる必要性を感じました。

二日目の学習講演は、コミュニティデザイン・社会福祉士の山崎亮さんでした。事例を聞きながら、原点に戻り、医療生協らしいサービスを作り、地域に入っていく取り組みが大切だと考えました。西濃らしいやり方で良いのだなと実感しました。まちづくり活動をすすめていくうちに信頼関係ができる仲間がいて、それは大人の部活のようにすすめれば良いとのことでした。コツコツと積み上げていくことが、やがて居場所づくりや支部活動、たすけあい活動につながっていくのだと思います。

最後に、4つの医療生協報告もあり、みなさんの抱える悩みに共感し、進め方には学びを受けました。できないこと、無いものを探して嘆く「引き算」ではなく、有るもの、これならできる「足し算」を見つけて活かす「足し算」をする。行政や社協、他団体と連携し「かけ算」の地域包括ケアの構築。自分たちの目の前にあることをひとつひとつ進めていけたらと思います。

### しずさと診療所

#### 西日本豪雨災害支援募金のお礼

7月から約2ヶ月の間、診療所受付窓口にて「西日本豪雨支援募金」の呼びかけをさせていただき、非常に多くの方にご協力いただき、支援募金は総額3万2656円となりました。岐阜県医連全体では約50万円の募金が集まり、そのうち10万円はすでに県内で被害のあった関市に対しての寄付とさせていただきます。頂いた募金は岐阜県医連でとりまとめ、被災地の復興のために役立てていただくように、全日本民医連を通して被災された地域の方々へとお送りさせていただきます。ご協力大変ありがとうございました。

### 不破支部 ハーブ教室

今回のハーブ教室はとても楽しみにしていました。それは、自宅にも数種のハーブが庭にあるからです。

さて、当日、教室に入ると沢山のハーブに圧倒されました。先生が説明されて、「あ、知ってる」「家にある!」「ふっくん、そついうんだ!」効能等を教えていただき、また少し、興味がわきました。

その次に、ハーブを使って料理を作りました。作る料理の味がどんな感じになるか、とても楽しみでした。



1. フェンネル香るホタテのタルタルソース

2. 旬の野菜トマトとバジルのパスタ

3. トムヤムクン風レモンガラスのスープ

4. ミントとナッツのカナッペ

私たちのグループは、「スープ」「カナッペ」「タルタルソース」「パスタ」の順番で作りました。

参加するたびに思っけれど、ワイワイ、ガヤガヤ、と言いながら作る料理は、自宅で作る料理より遥かに楽しい時間です。

その昔の学校の家庭科の授業を思い出しました。

ここだけの話、失敗作も「また、おいしい!」です。

私的には、一番気に入ったのは、「ミントとナッツのカナッペ」です。

水気を切ったヨーグルトがチーズのよつな感じで、ナッツとハーブがアクセントとなり、黒砂糖の甘さが後に残り、今まで味わったことのない様な不思議な味覚でした。

翌日、孫たちが遊びに来たので、作ってみました。

なあーんと、孫たちに滅茶苦茶褒められ、また娘たちにも「お母さん、これどつやって作るの?作り方教えて!」と言われ鼻高々でした。

先生に感謝!一緒に作ったお仲間感謝です!

室 あや子

### 赤坂支部 ヨガ班会

赤坂支部では昨年の健康サロンにて「高齢者にやさしいヨガ」を計画しました。その時の参加者から「今後も続



けてやれたらいいね!」との要望があり、さっそく先生にお願いしたところ快く受けていただき、月1回第1木曜日にヨガ班会を立ち上げることができました。参加者は60代から90代で、それぞれの体調に合わせて「無理のないヨガ」をモットーに楽しくやっています。

早いもので8月2日(木)の班会で1年になりました。その日はいつも通りにヨガをやり、その後は食事しながらの懇親会で、1年間参加しての感想や日ごろの思いなどを語り合い、交流を深めました。参加者17人。今後も引き続き、ヨガ班会を進めていきますので、興味のある方は是非ご参加ください。お待ちしております。

玉井千登枝

### しずさとたすけあい通信

事務局会議にて、この夏は猛暑日が続く、草取りをするにあたり担い手の負担も考え時間制にしてはどうかとの意見が出ました。例えば1時間でもどうしてもほしい場所だけするという具合です。コーディネーターと依頼者との打ち合わせを綿密に行ない希望に添えるよう活動していきます。

福祉輸送の登録をしました。病院の送迎やスーパーへの送迎など。(利用できる方は介護認定の方と障害認定を受けている方)ご希望の場合は下記までお気軽にご相談下さい。

ご利用・担い手登録のお問い合わせは  
電話：080-3645-3268

### 医療生協の職場代表として 原水爆禁止世界大会に 初めて参加して

今回、診療所から職場を代表して私たち看護師2人が、岐阜民医連事業所で働く仲間と一緒に、広島での原水爆禁止世界大会に参加しました。

8月4日(土)平和公園に千羽鶴を届け、原爆ドームを見学し、世界大会の開会式に参加しました。

8月5日(日)分科会に参加。黒い雨の体験者の話を聞く。体験者は当時幼かったが、周りの大人の話や実際に見た現状を話して下さった。午後からはグループに分かれて、

- ① 初期放射線と残留放射線、
- ② 内部被曝と外部被曝、
- ③ 3つの降雨地域のちがいない



岐阜民医連の仲間とともに



2日目：分科会「被爆者訪問」

どディスプレイを行ないました。なぜ日本政府は黒い雨の被曝を認めないのか、疑問に感じました。

8月6日(月)は、平和祈念式典に参加し、原爆資料館の見学をしたあと、世界大会の閉会式に参加しました。

原水爆大会に参加して、実際に体験された方々は高齢化してきており、戦争や原爆の悲惨さを実際に体験し伝えていく担い手が少なくなっている現状が分かった。被爆者の方たちから聞いた話を私たちに伝え、後世に引き継いでいく必要があると考えました。

西田沙枝子  
武藤三穂子

### 原水爆禁止 世界大会に参加して

今年の夏、広島で開催された原水爆禁止世界大会に「ぎふキッズ9条の会」から同級生の友達と参加しました。今回の参加の目的は、原爆ドームと広島のことを学ぶ、です。

私は、広島に行く前の学習として「原水爆禁止世界大会の歴史」「もぎ原爆」「現在の広島のことを調べる」「平和展」で被爆者の話を聞き、原爆の展示を見ました。また、子ども会や学童の人たちに、原爆についてのアンケートに協力してもらいました。実際に広島に行ってみ聞きました



時にどうしてそうなったのかなどがすぐに分かったので、事前学習が役に立ちました。

8月4日に広島に向けて出発し、世界大会に参加しました。岐阜の代表として、だん上にながりました。被爆者の話も聞きました。被爆者の藤森さんは、

12人の大家族で兄2人と姉2人がそかいした後、残った8人は全員被爆しました。被爆した藤森さんは、目、口、鼻を残して、包帯でぐるぐるまきになっていたそうです。藤森さんは最後に、「私たち被爆者とみなさんで、全力で核兵器のない世界にしていきたいと思います。」とおっしゃっていました。

5日は、朝からフェリーに乗って似島という島に行きました。似島は広島で被爆した人が運ばれた所です。ほとんどの人はすぐに亡くなったそうです。亡くなった人は、馬の焼却炉で燃やされ、掘り出された遺骨のうち、身元が分からない方はそのまま焼却炉に埋められたそうです。その他の遺骨は、家族の所に返されたそうです。麻酔薬がなくて麻酔なしでけがをした人の手術していたという話が一番ショックでした。

島の弾薬庫がとても広くて弾薬庫に続くトンネルや階段がたくさんありました。階段には、とても急な所がありました。一つのトンネルには、弾薬庫につながる線路があったそうです。

3日間を通じて「戦争は、とても恐ろしい。戦争をぐんぐんしよう、という人にはなりたくない。」2年生で長崎の世界大会に参加した時よりももっと、「戦争はぐんぐんたあ。」と思いました。また、実際に原爆ドームを見て「意外と大きい。たいたいの家は吹き飛ばされたのに、上の方しか飛ばされていない原爆ドームは、丈夫だったんだなあ。」と思い、アンケートに協力してくれた人や学校の友達に、ぎふキッズ9条の会として知らせたいと思いました。

6日は朝から世界大会の閉会式と式典に参加しました。人類史上初めて原子爆弾が落とされた73年です。午前8時から行われた式典には世界中からおよそ5万人が参加しました。8時15分(広島に原爆が落とされた時間)に、もくとつしました。平和記念館見学後に、世界大会の閉会式に参加

しました。みんな「青い空は」を歌いました。その他、高校生の発表や、小池あきらさんや被爆者の話を聞きました。私は式典に参加して、暑くて苦しい中で、たくさんの方が死んでいったことを考えると、とてもかたじけなく感じました。

5年生 中尾 雅

# 戦後73年。「戦争はイヤ」 いつまでも戦後であり続けたい

投稿

特攻の基地・知覧の旅日記  
語り部さん朗読に涙…

「戦争は二度とあってはならない」の思いさらに強く

今年3月27日、家族旅行として知覧行きに同意したものの、内心では「戦争色が濃い所へ行くのはあまり気が進まないわ」と思っていました。当日、私たちはJR鹿兒島中



央駅で降り、息子が運転するレンタカーで知覧特攻平和会館に向かいました。

車窓から見える鹿兒島の町は、椰子の木が立ち並び、まるで、南国の島へ来たようでした。だんだんと目的地に近くなると、道路の両側には数多くの灯籠が並び、それらに導かれるようにして、平和会館に着きました。付近一帯の公園は、満開の桜並木で、とても心が和みました。

ら、「最後の手紙」の朗読があり、「お母さん、お元気で…」これには、もう涙、涙…でした。

そして、私が最も印象に残っているのは、結婚を約束した特攻隊員さんと婚約者の出会いから別れまでの長い長い手記です。

どうして？これもお国のためですか。怒りを感じ、本当に胸が押しつぶされそうになりました。

会館の中に入るとすぐに戦闘機の飛び立つ映像が目に飛び込んできて、「ドキッ」と立ちすくんでしまいました。さらに足を進めると、若い特攻隊員さんの遺影がズラッと並んでいます。特攻戦死された隊員さんは1063人、多くは17歳から20代前半の若者たちであったと記されています。そして、展示の遺書や遺品の数々、破損した戦闘機には、体が震えました。また、視聴覚室では、語り部さんか

私は、子供の頃、両親から戦争の怖さや悲惨さを聞いていましたので、戦争は二度とあってはならないと思いつけてきましたが、今回の旅行ですらにその想いは、強いものになりました。

安心してご飯を食べて、誰かとおしゃべりして笑いあう、そんな毎日がずっと続きますように、願っています。

近藤尚子



西濃ピースフェスティバル  
「平和を語り継ぐ夏」に70人

7月28日、24回目を迎える西濃ピースフェスティバルをスイトピアセンターで開催しました。

今回の「平和を語り継ぐ夏子どもと大人の平和広場」には約70人の子どもや大人が参加。絵本の読み語りや9歳で被爆された加田さんの体験を聞き、折り紙やスタンプリングを楽しみました。

出前平和講座はコープぎふ、どろんこ学童クラブ、川並子ども会へ。延べ200人の参加があり有意義な時間でした。

実行委員 寺倉 和子

## 西濃 平和の夕べ

核兵器廃絶平和行進・世界大会、平和活動の交流

日時： 9月15日(土) 午後6時30分～

場所： 介護センターしずさと

内容： 活動報告・交流

- ・2018年原水爆禁止国民平和行進の取組み
- ・核兵器廃絶国際署名への取組み
- ・2018年原水爆禁止世界大会参加者報告
- ・西濃ピースフェスティバル(被爆体験を聞く・読み聞かせ・出前講座など)報告
- ・ロシアへの墓参の旅一帰国報告
- ・「原爆と人間」パネル展など

平和の歌を歌いましょう!



西濃南部支部

伊吹山の旅日記 ②



いやあ、とにかく今年暑いですね。8月3日。今朝の天気予報。最高気温、岐阜・名古屋39度。え、

何っ？39度！この暑さで、今回の登山の参加者が、3人だけになったそうです。

そりゃそうですよね、この暑いのに、汗をかいて山に登ろうという人の、気がしれませぬ。あつ、私もその一人でしたっけ。バスに乗って、山上駐車場に着くと、ん、風が涼しい。日差しは強いけど、下界に比べると、10度くらい低いですね。

平日なのに、人は多いですね。田舎の土日のスーパーくらいですね、これは。

山頂までの登山道は、石のゴロゴロの山道です。往復 90分の山登りです。なかなかツライです。

山腹の夏のお花畑も、温暖化の影響で、一部しか見れなくなっただけです。昔は、一面のお花畑だったとか、あ、残念ですね。

でも、琵琶湖がずいぶん近くに見えますね。今年は、ラッキー



伊吹山の山頂って、すごいですね。電気も水道もないのに、おみやげ屋さんだったり、食堂があるんです。それに、トイレが立派なものには、驚きですね。この登山は、普段は使わない筋肉を使って、いやあ、チョットきついです。でもまあ、これも、年1回の体力確認ですね。いい汗をかいて、気分がいいです。これって、年1回だからいいんです。世話人の田中さんなんて、毎月、どこかの山へ登っているんだそうです。お歳は、70うん歳。へえ、すごい!!、と感心することしきりです。よし、来年も登るぞ。

近藤昌泰

西支部 健康班会 楽しく広場

毎月一回楽らく広場を開いています。場所は南徳光公民館です。6月のおテーマは「シャキッとなる秘訣」でした。左右足のバランスチェック、シャキッと体操。参加者22名。7月は「ちょい尿漏れ」股間を締める力チェック、骨盤底筋を鍛える体操でした。参加者21名。

毎回みんなが悩んでいることに、長谷川賢治さんの図解入りでのわかりやすく丁寧な説明です。それぞれ効果をもたらす体操。自分

の体力に合った動きで良いのだそうです。体がすっきり軽くなったような気がします。でも大切なのは毎日続けること！

さて運動の後は、手作りデザートを頂きながらのお茶会です。6月は「マジックゼリー」、7月は「さわやか寒天ゼリー」でした。ほど良い甘さでおいしく頂きました。とても評判が良くて、作り方、今までのレシピを書いてもらうことになりました。

みんなでわいわいがやがや楽しい広場です。体も心もすっきりです。「また来月ね」と笑顔でのお別れでした。

葉原みや子

フードバンクぎふ

「食品ロス」を「ありがとう」に、健康まつりで食品提供のご協力を！

フードバンクぎふは、大垣市に拠点を置き、2013年より活動しています。西濃・岐阜地域を中心に、食べ物に困っている方(約250世帯)に無償で食料品を提供しています。昨年は約20トンの食品を扱いました。農事組合法人白鳥ファーム(池田町)、コストコ羽島店、株式会社大光(大垣市)、セカンドハーベスト名古屋などから協力いただいています。

連絡先 090・33333・23001(赤星)

健康まつりでフードドライブ

10月28日に開催される健康まつりにおいて、フードドライブを実施します。フードドライブとは「つい買いすぎてしまった」「買ってみたけど好みと違った」、「いただきもの」など、食べる見込みがなく、食品庫の中で時

間だけを過ぎて賞味期限が過ぎてしまふ...そんな家庭で眠っている食品を頂いて、困っている方に無償で提供する活動です。

◇寄贈いただきたい食品

常温保存が可能なもの、賞味・消費期限が1週間以上残っているもの、未開封のもの(例)お米、缶詰、レトルト食品、インスタント食品、カップ麺、乾物、乾麺、調味料、食用油、スナック菓子など

×お預かりできない食品

開封済み、要冷蔵・要冷凍、賞味・消費期限切れ、または1週間を切っている、生鮮食品、持ち運び(重さ・大きさ)に困難をきたすもの(例)野菜、果物、肉、魚、卵、生菓子、冷凍食品など



F C岐阜ホームゲームでのフードドライブ(8月11日)



看護師1日体験に参加した高校生。血圧の測り方を体験

### 高校生医療者1日体験を開催

7月末から2週間の間、将来医療系の大学への進学をめざす高校生

生の医療者体験の受け入れを行い、県内7つの高校から18名の高校生を受入れました。

参加した高校生からは「薬剤師が訪問（服薬指導）することを初めて知った」「医療者への興味が今まで以上に深まった」「在宅医療はとても良いと思った」「先生に命を預けている、と言った患者さんの言葉が心に残った」などたくさん感想が寄せられました。初々しい高校生の姿に職員も癒やされながら、医療生協の活動を知らしてもらい、将来の仲間づくりをめざした取組みを今後も続けていきたいと思えます。

### 健康委員会 子ども料理教室に参加して

子ども料理教室は今回で2回目の参加です。いつも夏休みは子どもが家で一人留守番なので、子ども孝行にと思ったのですが、実際は、もう6年生で反抗期が始まり、「えー、行きたくない」という子をつれての参加となりました。

一昨年、キーマカレーを教えていただいて以来、わが家のカレーはいつもキーマカレーです。働いている私にとって、簡単にできて、おいしいので、しょっちゅうわが家の夕飯にあげられます。今回は何かなあ？と期待して参加したところ、スティック春巻き、ハニーマスタードサ

ラダ、食べる野菜スープが献立でした。どれも、家の冷蔵庫にある食材が多く、簡単に作れるもので、よかったです。特にスティック春巻きは、アスパラをゆで、半分に切って、ベーコンと一緒に春巻きの皮で巻き、大めの油をフライパンにひいて焼くだけで、食感もパリッとして子どもも私も大満足でした。家に帰る途中スーパーに寄り、春巻きの皮とベーコンを買い、今が旬のオクラを使って春巻きを作ってみました。わが家でも皆ペロリと食べてくれました。春巻きの皮を4分の1にして、ミニ春巻きにして、子ども二人のお弁当にも入れてみました。わが家は核家族で、誰かに料理を教えるもう機会がないので、私のレパートリーが増えて良かったです。 大橋稚子

### 西支部

## 健康班会 楽しく広場

日時 9月26日(水)  
9時半~11時半  
テーマ 足のおくみ

日時 10月25日(木)  
9時半~11時半  
テーマ 皆様のご希望で決めます

場所 南徳光公民館  
参加費 100円(おやつ、飲み物、材料費)  
西支部以外の方もお気軽にお越しください。  
組合員以外の方も大歓迎です。  
問合せ先 齋藤葉子 090-4860-4505

### 赤坂支部 健康サロン

## 「介護の世話にならないために」

9月からしずさと診療所よりリハビリ専門職員を招いて健康サロンを全6回に渡り開催します。  
第1回実施日 9月20日(木)午前10時~11時半  
場所 旧早野邸セミナーハウス  
会費 100円  
問合せ先 大谷 91-6049 高瀬 71-4409  
宇津(時) 91-2379  
第2回は、11月15日(木)の予定です。

### 西濃南部支部

## 笑いヨガ班へのお誘い

(夜の部も始めました。)

~笑いヨガで心も体も健康に~

日時 9月16日(日)午前10時より  
9月17日(月)午後7時半より  
10月20日(土)午後2時より  
10月22日(月)午後7時半より  
どちらも1時間位行います。

場所 養老町広幡公民館 和室(養老町口ヶ島19-1)  
持ち物 飲み物 タオル(笑うので喉が渇き汗が出ます)  
参加費 無料  
どなたでもお気軽にお越しください。  
夜の部では「朝までぐっすり寝られた」「目覚めがとても良い」と好評です。  
連絡先 長屋由利子 080-1612-4387

### 西濃南部支部 けんこうカフェ

実施日 9月30日(日)午前10時~11時  
場所 海津市平田町ふるさと会館 和室  
持ち物 タオル、飲み物  
プログラム 10時 笑いヨガ(講師 新垣美代子さん)  
10時40分 食・運動・社会参加の「私の話」  
問合せ先 野津 0584-57-2553

健康委員会からのお知らせ

健康講座『楽しく健康体操』

■日時 9月30日(日) 9時半～  
「げんき」にチラシを折り込みましたので申し込みお待ちしています。

健康チャレンジ

今年度は来年2月3月の2か月間、皆さんと一緒に健康づくりをしていきたいと思ひます。チャレンジカードは「げんき」1月号に折り込みます。

グラウンドゴルフで楽しく健康づくり

実施日 9月14日(金) 21日(金) 25日(火)  
10月5日(金) 31日(水)  
※時間はいずれも12時30分～

場所 三城公園  
ソフトボール場



問合せ・申込先  
河村秀一 090-5450-3227

無料 くらし何でも相談会

多重債務(破産・再生・任意整理)、離婚・親権、遺産相続、交通事故、労働災害、医療事故、消費者被害、損害賠償など。提携弁護士がご相談をお聞きします。

日時: 9月20日(木) 午後1～3時  
10月18日(木) 午後1～3時

場所: しずさと診療所内

- 相談料: 無料
- 相談時間: 30分
- 事前申込みが必要です。
- 本部電話 0584-92-3268

しずさと診療所 診療案内

内科・外科・整形外科・リハビリテーション

インフルエンザ予防接種の実施について

日程は10月中旬以降を予定しています。  
実施日・価格および予約開始時期などの詳細は、別途ご案内させていただきます。

- 水曜夜の柄澤医師の診察は予約のみです。
- 金曜午前は長谷川医師が診察を担当、柄澤医師は胃カメラ・エコーを担当します。

診療所・介護事業所の草取りボラに皆さまのご協力をお願いします

■日時 9月16日(日) 7時～  
※雨天の場合9月23日(日)  
■集合場所 しずさと診療所  
■問合せ先 正岡礼子 0584-27-5957

ウォーキングの会

日時 9月17日(月) ※雨天時24日(月)  
場所 「各務原自然遺産の森」を尋ねます。  
変化に富む川や池もあり、楽しい所。  
色々なコースがあり自分の体力にあった散策ができます。  
集合場所 しずさと診療所 8時30分  
教育会館 8時40分  
総合体育館駐車場 9時00分  
持ち物 弁当・水筒・雨具など  
費用 会費100円+交通費500円  
問合せ先 馬淵秀人 0584-91-5687 090-6580-8156

山楽会

日時 9月10日(月) ※雨天時12日(水)  
場所 貝月山(標高1234m)  
\*歩行時間(2+1.5)時間  
\*健脚度: 中級の上  
\*ふれあいの森から登る  
集合場所 教育会館 7時45分発  
しずさと診療所 7時45分  
池田中央公民館 8時15分  
揖斐川町JA 8時30分  
ふれあいの森 9時45分  
持ち物 弁当・お茶(500m×2本程)・雨具・タオル  
費用 会費100円+交通費500円  
問合せ先 奥田進 0584-89-2604 090-7687-0031

		月	火	水	木	金	土
8～9時	検査	柄澤	柄澤	柄澤		柄澤	柄澤
9～12時	第一診察室	柄澤	柄澤	柄澤	柄澤	長谷川	※
	第二診察室	長谷川	長谷川	長谷川	<住診> 長谷川	<検査> 柄澤	
14～17時	訪問診療	柄澤 長谷川	柄澤 長谷川	柄澤 長谷川	柄澤	柄澤 長谷川	
17～19時	第一診察室	柄澤		泉		長谷川	
	第二診察室			柄澤			

※土曜日の診察

第1・3に岡野医師が担当します。  
第2・3・5は柄澤医師が担当します。  
第4は長谷川医師が担当します。

<医療・介護のお問い合わせは>

▼しずさと診療所

電話 0584-93-1170 FAX 0584-93-1169  
〒503-0982 大垣市久徳町153-1

▼デイサービスひのき

電話 0584-93-0310 FAX 0584-93-0311  
〒503-0981 大垣市検町706

▼介護センターしずさと

電話 0584-91-3912 FAX 0584-93-1151  
〒503-0981 大垣市検町1452

- ・介護支援センター 0584-93-1171
- ・デイサービスセンター 0584-93-1172
- ・訪問看護ステーション 0584-93-1173
- ・ショートステイ 0584-93-1175