

虹のたより

2025年
5月号
第371号

組合現勢
組合員総数 8,917名
(3月/加入16名・退会8名)
出資金総額 ... 357,095千円
(3月31日 現在)

〈発行〉虹のたより編集委員会 〈発行責任者〉山崎 寿美雄
南大阪医療生活協同組合 TEL 06-6685-3824
〒559-0016 大阪市住之江区西加賀屋2-4-2 FAX 06-6683-0459



いつもの
場所で
アプロ

安立支部

WHO健康チェック

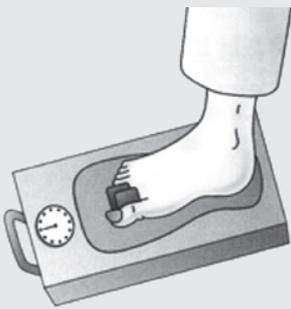
今年も「WHOの健康チェック」の時期になりました。4月21日は、安立商店街のアプロの駐輪場の一角をお借りして行われました。以前は住吉民主診療所にかかっていた、という方など10名の方が健康チェックを受けられました。

歩行うまくできていますか？

足指力は衰えて いませんか？

つまずいて転びそうになりヒヤッとしたことはありませんか？つまずきを留めるのに足指力が物を言いますが、足指力を測定したことはありますか？

健康チェックで足指力を測定することがあります。足指のケアは後回しにされている方が多いのか、簡単な検査ですが、なかなか測定値が上がらず苦労されている姿が見受けられます。健康チェックでは、「足



センサー部分を、親指と第2指で痛みがない範囲で十分に挟み込みます。

指力計測器「チエッカーくん」で足指力を調べています。測定は、椅子に座って片足をチエッカーくんにおいてセンサー部分を親指と第2指で挟んで行います。測定結果によって「がんばろうグループ」「いい感じグループ」「上出来グループ」と評価が分かれ、それぞれにセルフフィットケアの筋力アップ体操を紹介しています。

この足指力は、日常生活の基本になる歩行、移動能力にも大きく影響します。日常生活の自立度を高く保って健康寿命を延ばせるように、足の筋力アップを図って、下肢機能やバランス機能を上げましょう。一度、足指力を測って自分の足部の筋力の有無を見てみてはいかがでしょうか。



自転車で出発

車で「行ってきます!!」



朝一番のミーティング



訪問看護の一回

8:45 出勤。

各自、一日の訪問予定を把握し、利用者様のこれまでの状態確認、本日の訪問の目的やケア内容確認、情報共有のためのミーティングを行います。

9:15 訪問開始。

自転車や自動車に住吉区、住之江区、東住吉区へ軽快に出発！

雨の日もカンカン照りの日も木枯らし吹く日も走ります。午前中に一人の看護師で3件程度訪問します。

その方の状況や訪問内容により、各自の訪問時間も異なります。1件30分の方、90分の方まで様々です。体温脈、血圧、酸素濃度など全身状態を観察した後、入浴介助や点滴、オムツ交換や床ずれの処置、在宅酸素機器やカテーテルが入っている方のケア、食事介助やリハビリ、薬の管理など、その方の病状や希望に応じてサービス内容も様々です。

昼休憩をとった後、午後3〜4件訪問します。

16:15 頃、事務所に戻り、それぞれの方についての記録をパソコンに入力します。



点滴中です



入浴介助



ケア中です



住吉民主診療所 ☎06-6696-5250 / 加賀屋診療所 ☎06-6681-1498
介護の相談はケアプランセンターへ ☎06-6695-1153
組合員活動部 住吉 ☎06-6696-5034 / 住之江 ☎06-6685-3824

第37回 通常総代会 日時/6月22日(日) 午後1時〜
場所/住之江区民ホール(舞昆ホール)



理学療法士によるリハビリです

看護師によるリハビリ



在宅での療養で気になることがあれば、いつでもご連絡を！

また、訪問の際に異常や気になったことがあればすぐに責任者に連絡。基本一人での訪問になるため、「報告、連絡、相談」を基本とし、一人で判断することなく早期に対応するよう努めています。また、多職種連携を大切に、主治医やケアマネ、デイケアやヘルパーなど他部門への報告を電話や書面で行っています。事務処理が済めば退勤です。

しかし、訪問看護はこれで終わりではありません。

16:45～翌朝8:45

(日曜・祝日は8:45～翌朝8:45)まで 待機当番が自宅で待機します。

24時間365日、利用者様が安心して在宅生活を送ることができるよう、緊急時の対応をする「24時間対応体制」をとっています。困ったり迷ったりした時の相談や、状態悪化や対応に困ったとき、看取りの対応などの訪問を行っています。病院のように、ナースコールを押したらすぐに行けるわけではありませんが、寝る時も枕元に携帯を置いてあります。自宅待機からの訪問になりますので、30分～1時間程度は待つていただくこととなりますが、対応してくれる電話がある、来てくれる看護師がいるということ、安心していただいています。

訪問看護は24時間体制で皆様の在宅療養を支援します!!

(訪問看護ステーション虹 紙谷京子)

緊急対応できます!!

緊急時の連絡先

状態が急変したり、相談したいことがあれば下記へ連絡してください。
緊急時は、119の救急車へ連絡してください。

1 48-1076 (訪問看護1 紙谷)

2 0565 (訪問看護2)

かかりつけの医師へ連絡してください。

南大阪医療生活協同組合 紙谷ステーション TEL:06-6895-2400



訪問終了後の事務作業



パソコンでの入力作業

マージャンのマットと牌 ^{ばい} ありがとうございます

前月号に「マージャン牌はありますか？お譲りください」とお尋ねいたしましたら、組合員さんからマージャン牌をいただくことができました。とて

も助かります。ありがとうございます。助け合いのネットワークを実感しました。今後ともよろしくお願いたします。(なないろ 坂本)

健康づくり委員会

4月14日

ポッチャ体験交流会



4月14日、住吉民主診療所の組合員ホールで健康づくり委員会が、ポッチャ体験交流会を開きました。組合員15名、デイケアのないの利用者19名、職員5名の総勢39名であったという間の1時間をポッチャ対戦で楽しみました。



狙いを定めて白いジャックボールがけて一投。なかなか思い通りにコントロールできずため息が漏れたり、ジャックボールに大接近して拍手喝采になったりして白熱戦が繰り広げられました。

なないろの参加者からは、「1時間では短い。次は2時間はやって欲しい」と、声が上がるほどの反響でした。

健康づくり委員会では、じっくり楽しんでもらえるように支部での取り組みになるといいのになあ、と話しています。



あの人、この人

うちの支部のひと

▼矢取フサ子さん(大和川支部)



「じつと、してるのは嫌い！」な矢取さん。寸暇も逃さず自宅団地の廊下をウォーキングして一日5000歩を目標に30分ほど歩いていきます。一人暮らしを乗り切るための日課です。80歳を過ぎても、2年前まで現役で住之江競艇で清掃の仕事を42年間続けてきました。

「ずっと働いてたからできなかつたけど、もともと元気に動けているうちに仕事を辞めてたら医療生協のこともいろいろ手伝えたんやけど」と残念がります。

貝塚で生まれ、國光運輸に勤めていた俊彦さんと結婚して加賀屋の住人に。夫は住之江生健会で地域に根を張った活動をしています。52歳の

時に仕事中に脳内出血で倒れそのまま帰らぬ人に。矢取さん45歳、そこから一人で3人の娘の子育ての日々。おもちゃのピストルを組み立てる内職をしていましたが、末娘が幼稚園に上がって、住之江競艇で働き始めました。今では6人の孫と3人のひ孫がいて、孫たちにお正月のお年玉を貰っていると顔をほころばせます。自慢の孫たちの話になると話題が尽きません。

坐骨神経痛と膝の痛みが治まって、最近は大和川支部のラジオ体操班会やお花見班会に参加できるようになり、支部の組合員さんたちのおしゃべりが楽しい。

「医療生協は心の拠り所やねからな」と、うれしくなる一言をさらりと口にする、シルバーヘアにパーマを掛けてお洒落で、前向きな話しぶりが印象的な矢取さんです。(い)



社保平和まちづくり委員会

4月18日

まちづくり企画 第4弾

加賀屋診療所周辺中加賀屋3丁目の行動



夏日に
なつた4月
18日、組合員と
職員合わせて9名の参加で「防犯アナウ
ンスとゴミ拾い」の活動を行いました。
この日のゴミも、どこの地域でも経験
した煙草のポイ捨てゴミが一番多く見受
けられました。加賀屋診療所の地元地域
ということもあって「ありがとう」「お
疲れ様」と声を掛けてくださる方が何人
かおられ、参加者が勇気づけられる場面
もありました。

次回は、涼しくなった時期にやりま
しょうと話して終了しました。

平和の思いを
未来につなごうプロジェクト

映画のつとめ

「夕風の街 桜の国」



6月28日(土)午後2時～
住吉民主診療所集合

南大阪医療生協 9条の碑建立実行委員会主催
問合せ先 組合員活動部 06-6685-3824

ハガキでの応募・**メール受付**でき
投稿に加えて **受付**ます

「読者のひろば」への投稿やクロスワードパズルの解答を、ハガキでの応募に加えてメールでの受付も行っています。

また「とっておきの1枚」(テーマは「わたしの自慢」)や、「マイブーム」の写真の募集もしています。写真には、一言コメントを添えてください。掲載作品には、「QUOカード」をプレゼントします。

なお、ご提供いただいた写真はお返しできませんので、あらかじめご了承ください。

ハガキ・封書の送り先

〒559-0016

大阪市住之江区西加賀屋2-4-2

南大阪医療生活協同組合・機関紙編集部

メールはこちらへ

kumikatu@moisk.jp



2024年度 第10回 理事会報告

日時/2025年3月26日(水) 午後6:00～7:40

会場/住吉民主診療所 3階 組合員ルーム

出席/理事16名 監事1名

1. 前回の理事会議事録を承認しました。2項組合員3名承認しました。
2. 山崎専務より2月度の経営報告がありました。25年度第2次予算案策定の状況と必要利益に達したが、達成根拠の議論を継続中と報告がされました。
3. 出資金が連続減資となっている報告がされました。
4. 1月度の組合員活動、健診紹介、班会数など報告されました。
5. 各種委員会の報告が各担当理事から行われました。
6. 無料低額診療制度の診療所負担分の報告がされました。
7. その他、労組からの春闘要求書の検討を行いました。
以上、すべて承認されました。

読者のひろば



夢洲駅見学に行ってきた

旗は壮観に並んで気持ちよ
さそうに風にたなびき、国
名は表示されていますが勉
強不足で知らない国の方が
多かったです。機会があれば
大屋根リングが上がって
みたいです。

(東加賀屋 サンモン)

訪問リハを行っています。
この1週間雨で泣かされま
した。やっと落ち着いて春
が来てホッとしています。
全国的に訪問介護事業所の
空白自治体が増えていま
すね。訪問介護福祉さんと
話をしますが、本当に深刻
な問題とのことです。介護

を必要とする方が安心して
介護を受けることができる
ようにしてほしいです。「私
たちが介護が必要となつた
時、誰が介護をしてくれる
のだろう」と話も。

(阿倍野区 坂野 幸江)

三寒四温とはよく言った
ものです。大阪では3月3
日におひな様をかたづけま
すが、四国松山では4月3
日まで飾りました。3日に
は母が巻き寿司を巻き花見
に繰り出しました。つくし
も摘みました。これから、
菜の花、れんげ、すみれ、
藤と咲きつづけてくれます。
今、春の花々の歌をひっ
さげて音楽ボランティアを
楽しんでいきます。後期高
齢者の私、まだまだ元気です。

(東粉浜 くんちゃん)

米価が下がりません。輸
出や飼料には多量に生産さ
れている上に備蓄用の米も
驚く程有るのに、農家や業
者の出し惜しみや一度値上
げをして利益を得た業者が
今更値下げして倉庫に持っ
ていた米を、備蓄米が放出
されたために安価で売った

ら損をする訳で、政府の考
えるようにはならないので
は…と思えますが、皆さん
はどう思われますか？

(我孫子 高橋 海月)



先日、桂米朝さんの特別展
(尼崎市)に行ってきた。
今年が米朝さんの生誕百年・
没後十年にあたるのを記念
して、ゆかりの品が多数展
示されていました。40年前
に行った「米朝・枝雀親子
会」も思い出され、落語フ
ァンの私にとって幸せなひと
ときでした。

(南住吉 ターチャン)

万博の前売券は6割程度
しか売れておらず2月に当
日券販売を決定。並ばない
万博はどうなったのでしょ
う。S45年万博のテーマ「人
類の進歩と調和」太陽の塔
と岡本太郎さんの印象が強

南大阪医療生協ケアプランセンター

介護だより

烈に残っています。

(南港東 呑ちゃん)

こんにちは。南大阪医療生協ケアプランセンターです。
ケアマネジャーは介護サービスを利用する際、ご本人やご家族様の希望を聞きながら在宅生活を送るうえで必要なサービスを共に考え、ケアプラン(居宅サービス計画書)を作成し、サービスを提供してくれる事業所との間に立って連絡や調整を行い、住み慣れた自宅で暮らすことができるよう支援しています。介護サービスには、訪問介護・訪問看護・訪問入浴など「自宅で利用できるサービス」とデイサービスやデイケアのように「通いで利用できるサービス」、ショートステイの様に「お泊りができるサービス」や介護ベッドや車いすなどの「福祉用具のレンタル」、ポータブルトイレや浴室の椅子などの「福祉用具の購入」、手すりの取り付けや段差の解消などの「住宅改修」があります。ご本人の介護保険の介護度により、受けることができるサービス・受けることができないサービスがありますので、担当のケアマネジャーや当ケアプランセンターに気軽にお問い合わせください。(ケアマネジャー 笠木)

毎回楽しみに待っています!!(クロスワードパズル)

(清水丘 モンキイ)

1カ月はあつという間orまだかな? 難問もあり、たいへんたいへん。たまに、スラスラのこともあり、ときどきタイム。

(墨江 さわちゃん)

長男は大学生に。次男は中学生に。楽しみな春を待ち望んでいます。新しい環境になる多くの皆さん心から応援しています。

(墨江 さわちゃん)

やっと暖かくなってきましたが、花粉症の人は辛そうで可哀想です。せつかく(このつぎ次ページの最上段)

ふれあい作品コーナー

いい季節なのに鼻するずるではどこにも行きたくなくなりませぬね。
(我孫子 たかちゃん)

が痛く、ムリやり食事をして1日中寝こみました。最近の気温の変動は異常ですネ。急に暑くならないですし、ずっと暖かくなってくれたらいいですね。
(安立 太鼓橋)

このコーナーでは、組合員さんのイラスト・絵手紙・俳句・川柳・写真などの作品を掲載していきます。どしどし応募ください。
(送り先はクイズと同じ)



俳句

登校路 若葉の匂いは 薄緑
俳句という 大きな時計 夏燕
蛭烏賊 能登の港を 照らしたり
六キロの吾子 乳首噛まれて 花疲れ
永き日や 夫に聞かす ハーモニカ
花冷の ベッドに横向き 傷癒やす

短歌

我妻は 一度出たらば 放ち鳥
何時戻るやら 夢のまた夢
くちばしに 小枝一本 渡り鳥
海を漂い 羽根を休める

森本 茂

高橋 海月

神野 益三

仲村 恵

翠 その子

阪口 俊代

三井 淳一

田辺 照子

事業所利用委員会 報告 住之江

●ご注意ください！
「読者のひろば」へのお便りには、お名前、ご住所の記入をお忘れなく。
メールで送っていただくときにも、お忘れなく。
よろしくお願いいたします。

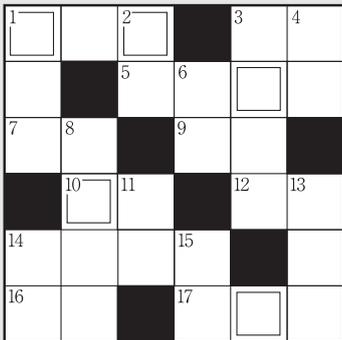
虹の箱の投書

Q 店の軒下で、職員の人
がタバコを吸っているの
を何回か目にします。診療所
に入りされる時を見かけた
程度で面識はありませんが、
他人の場所でタバコを吸って
いることに対して私自身、自
分がされたら不快ですと気
になっていました。自分の職
場や、家で吸われたらいかが
でしょうか。

A

道路、広場、公園など
公共の場での喫煙は禁
止になっておりますし、喫
煙スペースではない他人の
敷地で喫煙していることは
不適切と考えます。職員に
は、喫煙スペースで喫煙す
るよう周知徹底いたします。

クロスワードパズル



カギを解き、二重ワクに入る文字をうまく並べてできる言葉は何？

- ① 商品やサービスの一つ
② の一つ覚え
③ 負け越しの対
④ 苦——を共にする
⑤ 釣り——を垂れる
⑥ ——に水
⑦ ——は津で持つ
⑧ 京都祇園の——さん
⑨ 謎を解く——
⑩ 他山の——

【タテのカギ】

【ヨコのカギ】

応募方法

解答を八カギに書いて編集委員会へお送りください。
(匿名希望の方は、賞品発送の都合がありますので、ペンネームと本名をお書きください)
締切/5月31日
賞品/正解者の中から5名様に全国共通図書カードを送ります。
送り先/〒559-0016 住之江区西加賀屋2-4-2
南大阪医療生協機関紙編集委員会宛
※余白に紙面批評や近況・ご意見などお書きください。

第369号の当選者
応募総数119通
うち正解119通

当選者(敬称略)

- サンモン (東加賀屋)
- 佐尾山 頼幸 (清水丘)
- 太鼓橋 (安立)
- たかちゃん (我孫子)
- 呑ちゃん (南港東)
- 正解 シンジイドウ (人事異動)

■医療と介護に関するお問い合わせは

訪問看護ステーション・虹	☎ 06-6695-2400	自宅療養されている患者様のケアや診療の補助を行います。
ケアプランセンター	☎ 06-6695-1153	介護のことなら何でもご相談ください。 介護保険の申請から利用まで、お手伝いいたします。
デイケアなないろ (住吉区)	☎ 06-6695-1139	デイケアの事業内容 個別リハビリ、介護入浴、食事、健康チェック、年間行事 お試し体験随時受付中 短時間デイケアも
デイケア加賀屋 (住之江区)	☎ 06-6685-0149	
ヘルパーステーション・のぞみ	☎ 06-6695-1112	資格を持ったホームヘルパーがご家庭にお伺いし、介護や家事など身の回りの援助を行います。



住吉民主診療所 診療案内

- ・電話 06-6696-5250 ・FAX 06-6696-6205
- ・〒558-0031 大阪市住吉区沢之町 1-3-16

		受付	診療時間
午前診	月～土	8:30～12:00	9:00～12:00
夜診	月・水・木	17:30～20:00	18:00～20:00

	月	火	水	木	金	土
午前	中島 (内科) 本郷 (内科)	久保田 (内科)	藤井 (内科) 高田 (内科)	久保田 (内科) 長田 (内科)	北田 (内科) 高田 (内科)	北田 (内科)
往診		西口 桜井	西口	中島 福島	中島	
夜診	橋村 (内科) (小児科)		萩原 (内科)	橋村 (内科) (小児科)		

※夜診は月・水・木 行います。
※混雑の回避のため、予約診療を実施しています。 電話 06-6696-5250

婦人科検診 6月14日(第2土曜日)

健康診断 月～土(午前)
日曜健診 7月20日(日)
事前にお問い合わせ、ご予約ください。

胃カメラ 毎週土曜日(午前)
月2回 土曜日(午後)

エコー検査 5月13日(火)・5月23日(金)
6月5日(木)・6月10日(火)・6月27日(金)

予防接種 小児各種、肺炎球菌、带状疱疹ワクチンの
予約を受付けています。

※お身体の不自由な方等に送迎を実施しております。
午前 9:00～12:00

住吉民主診療所の
無料法律相談 ▶6月12日(木)午後6時～
事前にお問い合わせ、ご予約ください。
予約電話 06-6673-3630(法律相談専用)

加賀屋診療所 診療案内

- ・電話 06-6681-1498 ・FAX 06-6682-2338
- ・〒559-0016 大阪市住之江区西加賀屋 2-5-25

		窓口受付	診療時間
午前診	月～土	8:30～12:00	9:00～12:00
午後診	木	13:30～16:00	13:30～16:00
夜診	木・金	17:30～19:30	18:00～19:30

※お電話での受付・ご相談は 午前8:45～ となります。

	月	火	水	木	金	土
午前	西口 (内科) 田中 (漢方) (予約制)	矢野 (内科) (小児科)	矢野 (内科) (小児科) 福島 (内科)	矢野 (内科) (小児科) 呉 (内科) (漢方)	矢野 (内科) (小児科)	第2・3・5 矢野 (内科) (小児科) 第2 第4 後藤 (漢方) (予約制) 藤田 (内科)
往診		第2・4 鏑谷 (整形)		鏑谷 (整形)		
夜診		西口	福島 矢野	荒谷	矢野	
				渋谷 (心エコー) (循内)	林部 (内科)	

健康診断 平日健診(月～土) 午前 9:00～11:30
日曜健診 5月18日(第3)・6月15日(第3)
事前にお問い合わせ、ご予約ください。

胃カメラ 第2・4土曜日(大橋医師) 9:00～12:00(予約制)
日曜健診時 9:00～11:30(予約制)

エコー検査 月・水(午前・予約制)
土(午前) 第1・3 木(夜診) 心エコー

予防接種 小児各種、肺炎球菌、带状疱疹ワクチンの
予約を受付けています。

※お身体の不自由な方等に送迎を実施しております。
午前 9:00～11:30

加賀屋診療所の
無料法律相談 ▶5月23日(木)午後6時～
事前にお問い合わせ、ご予約ください。
予約電話 06-6681-1498

熱や風邪の症状がある方は、事前に電話予約をお願いします。