# 異なたより

2023年 8月号 第352号

組合現勢

組合員総数 10,530名

(6月/加入7·退会14名)

出資金総額 462,338千円 (6月30日 現在)

《発行》虹のたより編集委員会 《発行責任者》渡部 哲也 南大阪医療生活協同組合 TEL 06-6685-3824

フレイル予防」の話と健康体操 保健大学2023

保健大学が久しぶりに開催されました。加賀屋診療所の矢野所長を講師に迎えて「フレイル予防」の学習会と、両診療所の理学療法士による健康体操の実技講習の内容で行われました。

住吉民主診療所では6月29日に開かれ、組合員・デイケア利用者・職員が46名参加しました。加賀屋診療所では7月6日に開かれ、組合員・職員29名が集まりました。

矢野所長の「フレイル予防」の話では、フレイルは、加齢によって身体が老い衰え社会とのつながりが減少した状態のことで、具体的には身体的な衰え、心理的精神的な衰え、社会的な衰えの形で現れるとされています。それを予防するために、運動をし、栄養を摂り、社会参加をすることが大事と話され、今回の保健大学のような集まりに参加することは社会的参加の活動になるので有意義だと強調されていました。これを聞いた組合員からは、「たまり場での活動が、社会的参加



を促す場になっていて意味があることだと改めて感じた。」と感想が出されていました。

後半の健康体操は、住吉民主診療所では鈴木理学療法士が、加賀屋診療所では四方理学療法士が講師を務めて 気軽にできる体操を紹介し、実践を交えて学びました。

13 支部からの参加があり、保健大学を心待ちにしておられた組合員の参加で、楽しく学び合うことができました。



# ぶち健康まつり」が開かれました。 7 月 11 é

20日に住吉区北地域包括支援センターの呼びかけで、



長体重、 や参加している事業所の方も健康チ 約者がとぎれた休憩中は包括の職員 たくさんおられ盛り上がりました。予 結果が出ると、キャーと喜ばれる方が 年齢測定は大人気で実年齢より若く 療生協にとっても楽しみな企画にな ました。年1回の取り組みですが医 など注意を呼び掛けて注目されてい で示され、 エックをされ、様々交流ができました。 伝いをしました。血管年齢、骨密度、身 展示では高齢者の危険地域が地図 血圧測定を行いました。血管 道路の傾いているところ

> 3年以上にわたるコロナ禍を乗り越えアフターコロナという言 葉も出てきていますが、ぜひ、感染対策には留意しながら医療 生協運動の前進をはかりましょう。

員5人が参加し、健康チエックの な企画がありました。医療生協から職 示、スマホ相談、認知症相談など多彩

薬の講座、足趾力測定、福祉用具

## 組合員のみなさんへ

組合員活動部部長 山嵜 寿美雄

6月に行われた総代会では、通常総代会アピールが 決議されました。コロナ禍で、つながりが希薄にな り運動が弱くなったと指摘していますが、この間の ブロック会議等で「たまり場」を掃除していると地 域の人から声をかけられて、(健康づくり)体操に興 味があり対話になったという例や、名前もすぐに思 い出せない組合員が3年ぶりに体操に来てくれたな ど地域住民は健康づくりを模索し始めています。内 閣府の国民生活に関する世論調査でも日常生活の悩 みや不安に感じる項目も調査されており、「自分の健 康について」が1位になっています。

おおさかまるごと「健康チャレンジ」のお誘いや「健 康診断」の声かけをまわりの組合員さんに訴えましょ

う。これは、総代会アピールでも呼びかけた、事業 と活動を知らせることになります。その際、健診受 診や介護相談も紹介しましょう。

地域のみなさんは政治の介護改悪で将来不安があ るのではないでしょうか。こんな時に頼りになる存 在でありたいと思います。

「秋の生協強化月間」(9月末~11月) は今まで 以上に仲間増やし、出資金増資運動、担い手増やし、 班会活動が大切です。「人と人のつながり」を生かし て医療と介護事業に組合員さんに参加していただく ことが、医療生協の出資・利用・運営を広げること になります。地域で頼りにされる医療生協をめざし てともに頑張りましょう。

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

### 2023年度 第1回 理事会報告

日時/2023年6月25日(日) 総代会の終盤にて

会場/住吉区民センター 小ホール

出席/理事20名 欠席2名 監事 3 名 欠席 0 名

1. 総代会で選出された理事の中か ら2人の代表理事の選出、確認 をしました。

代表理事は関根信次 (理事長) と渡部哲也(専務理事)で了承 され、総代会に報告されました。

### 2023年度 第2回 理事会報告

日時 / /2023 年 6 月 26 日 月 午後6時~午後7時40分

会場/加賀屋診療所

出席/理事17名 欠席5名 監事 1名 欠席2名

- 1.前々回の理事会議事禄を承認し ました。2項組合員は該当あり ませんでした。
- 2. 渡部専務理事より、5 月度の経 営結果報告がありました。法人 で▲ 2267 千円の赤字。
- 3. 総代会の報告及び反省点など若 干の意見交換を行いました。
- 4. 組合員活動について、山嵜組活 部長より、5月度の到達状況、 東住吉支部づくりなどについて 報告がありました。
- 5. 各種委員会の報告では健康づく り委員会、事業所利用委員会、 社保平和まちづくり委員会、く らしの助け合いの会「ななちゃ ん」の報告が各々の理事よりあ りました。
- 6. 専務理事より、総合建設委員会 の開催日程が7月22日と報告 されました。
- 7. 人事案件は 1 名の採用がありま した。
- 8. その他。夏季一時金のために医 師信用組合から 2000 万円の借 入を了承しました。また、福祉 医療機構からの8000万円の借 入金を一活返済することを確認 しました。

以上、すべて承認されました。



が行われました。 を開 帯のあいさつがあり、 党井上ひろし市議から連 いて通し行進者のあいさ 大会に向けて基幹コースの住吉 户 4 はじめに日本共産 沢ノ町公園で集会 =核兵器の廃絶を願って 原水爆禁止世界 国民平和 続 1大行進

> 発・核兵器NO」 いのち・くらし・未来をま 生協 緒に参加した職員からは、 職員が参加しました。 の旗を掲げて、 酷暑の中、全日本民医連の のプラカードや医 多くの組合員 娘と孫 子

孫の世代と平和を考えるいい機会と

は絶

なりました。」「戦 対に だがめ スター 平和をアピールして玉出の交差点ま で歩きました。 りつける中でしたが、 前の御崎中公園から網の目コースが 住之江区でも同日に住之江区役所 トしまし た。

熱い日差しが照

沿道の人々に

歩きました。被爆者の高木静子さん 天王寺・あべのベルタ西側公園まで お住まいのマンションのベランダか 元気に手を振って応援してくださ 住吉区の行進

後続車から加賀屋

緊急時

戦場には誰も送らないという思い、 法9条は守るという思いを更に強くし た。」と感想が寄せられました。

はじめに

国から救済が受けられるかもしれません

受けた集団予防接種が原因

りません。一方、乳幼児が

B型肝炎ウイルスは、

主

とは戦前から常識とされ禁 種々の感染症の原因となるこ

大阪民医連では幼少期に

粉浜支部

した。ゆったりと草花を愛で、 6月27日 住吉公園を散歩しま

でランチをしました。(抱 千代子) 蝶や鳥たちをながめ自然を満喫 しました。その後、近くの「一平

る中、運営委員会で話し 理かな」と意見が出 で、初めてのおにぎ コンロもないし無 ポートタウン支部 そう。けどうちは り班会が7月14日 験を聞いて「楽し に開かれました。 加賀屋南支部の経

後半は、ビンゴゲームで盛 なると予約してくれた組合 間前から運営委員が準備に 今回の開催となりました。 合って、器具などを持ち寄っ り上がりました。 挨拶の後、おまちかねのお まりました。瀧本支部長の 員さん23名がニコニコと集 準備をしました。11時半に たら何とかできそうとなり、 にぎりと豚汁を頂きました。 集まり、おにぎりと豚汁の 当日は、開催時間の2時

りました。 組合員さん待望の住吉支部 あたらしい班会がはじま

以後再び感染することはあ とんどが治癒してしまい、 することはあってもそのほ B型肝炎ウイルスの 感染経路は?

型肝炎でお悩みの方へ

ウイルスに感染した理由 集団予防接種でB型肝炎

されることなく数人に連続 代のころから行われてきま する集団予防接種が明治時 ひた。その際、注射器(針・筒) 日本では、幼児を対象と 1人ごとに消毒や交換

なお、このような注射器の

の健康麻雀班会です。

初心

者で楽しく運営しています。

• • • • • • • •

せずに連続使用することが、 で続いたといわれています。 器が普及する昭和63年ころま てしまうことになります。 **埋続使用は、使い捨ての注射** 注射器(筒・針)を消毒

日時

場所

内容

<u>に取組みましょう。</u>

でB型肝炎ウイルスに感染 が受けられるように支援を された方が国からの給付金 以下の要件に該当する方、

> ウイルスが肝臓に留まった 免疫力がきわめて弱いため、 ウイルスに感染した場合、

> > 乳幼児期に持続感染した場 に血液を介して感染します。

> > > して使用されてきました。

成人には免疫力があるので、 ウイルスの感染によって起 がウイルスに感染した場合、 こる肝臓の病気です。 B型肝炎とは にお問い合わせください。 ていても結構ですのでお気軽 その可能性がある方は間違っ B型肝炎とは、 B型肝炎 成人

が成人になると、ウイルス うな持続感染状態の乳幼児 ることがあります。 まいます。そして、このよ まま感染状態が持続してし

染する垂直感染(母子感染) 生時に母親から子どもに感 て感染する水平感染があり い回し、 注射器(針・筒)の使 輸血等を原因とし

肝炎ウイルスに感染するこ どみられなくなりました。 事業が開始された昭和61年 とはほとんどありません。 以降は、母子感染はほとん ただし、母子間感染阻止 日常生活の場でB型

は肝硬変、肝がんと進行す 慢性肝炎を発症し、さらに と免疫の共存状態が崩れて

時的に急性の肝炎を発症

ます。 合の感染経路としては、出

主催 南大阪医療生活協同組合 健康づくり委員会【連絡先】06-6685-3824

~健康チャレンジ2023~

住吉民主診療所

体験談交流と健康体操

2階

是非、超過達成したい。

お待ちしています。

体験談や、支部でのグループエ

はじまるよ、

おおさかまるごと健康チャレンジ

8月29日(火) 14:00~

健康チャレンジのエントリー者目標は、900人!

組合員ホール



組合員の皆様

お気に入りの散策場所をご紹介ください

B型肝炎ウイルスは血液 まったのです。 が国にB型肝炎が蔓延してし 集団予防接種における注射器 惜しむなどの理由から、国は という僅かな手間とコストを かわらず、 忌とされていました。にもか )続けました。 その結果、 (筒・針) の連続使用を放置 「1人ごとに注射 を取り替える」 (次号へ続く)

### ぼ確実にウイルスに感染し の僅かな血液によって、ほ は注射器に付着した感染者 染者の後に注射を受ける人 続使用すれば、ウイルス感 者がいた場合、 該集団の中にウイルス感染 を介して感染するので、 注射器を連 当 #/

生根神社

獅子舞いがきま 元の生根神社の 7月9日は地

りでした。(南港中 Qちゃん) じる中身にみんなで共感しか たない庶民のくらし、今に通 あふれて来ました。権力を持 たのですが貧しい武士のくら で

、たそがれ清兵衛

、を観ま しに引きこまれて最後は涙が した。昔の映画で画面が暗かつ 先日たまり場でのシネマ

賛成されているのかなあ。 応援されている人、カジノも は、本当に反対。知事、市長を カジノ本当に必要? これ

# (長居東 青山 千代乃)

り

思います。よろしくお願いし めにも健診は大事!! ます。毎日を元気に過ごすた クコースでお世話になろうと が来ました。今年も人間ドッ 年に1回の健康診断の時期

# 大領 木村 和代)

いこうと思いますが、「まだ こともあり少しずつ減らして ホッとしています。年齢的な 今年も衣替えが無事終わり た。毎年、息子が、

と結局、全然減らない服とパ 気に入りで捨てられないし」 しに毎年苦笑いしてます。 ンパンになるタンスの引き出 一度も着てないし」「これはお

# 大 領 西田 美香)

のこと。先がみえてる我々年 う病気も流行って来ていると 方ないね。グチでごめんなさ 生をすごしたらよいのか。国 ね。マスクを外してもよいこ をみてもよいことはないです もダメ。アハハ…笑うより什 よりは何を楽しみに残りの人 コロナもインフルエンザも違 とになったものの、少しずつ、 毎日、テレビをみても新聞 (上住吉 ヤウコ)

思いながら無精者ゆえ叶い です。自分も何か書こうと やすくなり助かります。 か…今までと違って受診し 以上も勤務してくださると ません。同じ先生が週4回 「虹のたより」毎月楽しみ

# (西加賀屋 とん子)

てくれます。「親が元気なの 大好物の「どら焼き」を贈っ 今年も父の日がやってきま 私の

# (南住吉 もっちゃん)

これからも健康に留意して元 は子の励み」と勝手に思い、

気に過ごしていきたいです。

ね。 くのしかかっています。) 投 月々の薬代、診察代、大き でいる薬の副作用として糖尿 悪いと思われがちですが、そ 療費の助成があれば良いです 書の方の心痛わかります。医 病治療が必要になってます。 自身、他の病気のせいで飲ん れだけではありません。 生活習慣病と言われ、本人が ればたいへんなことですが 体が不都合の感覚がない(あ 特に糖尿病治療だとあまり身 いがたいへんだと思います。 生活の方の病気治療費は支払 虹の箱の投書を読み、年金 がんばってください。

# 対田 ばあばちゃん)

と欲張りな日程でしたが 日の旅行に行ってきました。 また行きたいです。 お天気に恵まれてとても楽 白川郷、上高地、黒部ダム い景色で心が洗われました。 しい旅になりました。美し 数年ぶりに夫婦で1泊2

(中加賀屋 てるてるまん)

## 加賀屋診療所 デイケア室

皆さん、こんにちは!! ここは加賀屋診療所の2階 にある介護施設になります。

加賀屋診療所デイケア室では、日常生活動作能 力の維持・向上のためにお医者さんの指導のもと、 個別リハビリや集団体操を行ったり、 食事や入浴 の提供を行っております。

本日はその中の食事提供についてお話させてい ただきます。



(四方

直樹)

利用者様の中には様々な事情によりお箸が使いづらい方や飲み込む力が 弱っている方々がいらっしゃいます。 そんな方々のために配膳スタッ ご飯をおにぎりにしたり、おかずを1口大にカットしたりし 利用者様の食事援助を間接的に行 の食事形態を変更することで、 ご自宅でもこれを参考に食事づくりをされている利用者様もいらっ

接種後は発熱してしんどい 回目、うけようか悩みます。 あります。コロナワクチン6 もあるし、悩ましいですね。 ちの間にも感染が広がりつつ うです。 じわじわと子どもた コロナ第9波がやってきそ 接種しても感染すること (南住吉 わんこ)

で失敗ばかり。先日、おかし

なメールを受け取りました。

電話料金の相談。

今日中

変更しました。

全くの初心者

イ (携帯電話)

古稀を迎え、

仕事上ガラケ からスマホに

しゃます。

(このつづき次ページの最上段下)

にひどい通知が来ました。 たが、次の日パソコンの画面 に返事を」と。消去しまし

声で「~すぐここに連絡を。 自分に言い聞かせました。 にはもっと注意しなければと ですね。「お金の事・急ぎ」 ることを確認しました。怖い を立ち上げて正常に動いてい す。思い切って強制終了しま す。」と何度も繰り返されま のが消去される恐れがありま 終了すると内蔵されているも した。その後、再度パソコン

# (阿倍野 坂 野 幸江

# 事業所利用委員会 住之江

開催日:2023年

6月22日(木)

所:加賀屋診療所

場

3 F会議室

出

# 虹の箱の投書(3通)

投書3件メール、ハガキ含む

接遇が良くない。 お願いした時の職員の対応 口で預かってもらえないか ✔ 支部バスツアーの時に 手押し車を診療所の窓

態度で接するべきではないか」 「職員は組合員さんの立場に た。「配慮をした言葉や 申し訳ありませんでし

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

# 俳句

蝉しぐれ介護ベッドを返却す 脳のはずれに糸とんぼ引っかかる 鳴きに鳴き蝉のなきがら裏がえる むらさきのこころを開く焼なすび あじさいが見つめているよ家族葬

> 井上 翠 その子 市江 淳一 明

> > 応

締切/8月3日

ペンネームと本名をお書きください

**送5先**/〒559-0016 住之江区西加賀屋2-4-2

進呈します。

南大阪医療生協機関紙編集委員会 宛

賞 品/正解者の中から5名様に全国共通図書カードを

解答をハガキに書いて編集委員会あてにお送りくださ

い。(匿名希望の方は、賞品発送の都合がありますので、

仲村めぐみ

ふれあい作

ノブリン 海

月

またとない夕焼スマホに納めたり タイタニック見たさ生命より大切か?

ことが大事だという話になり 見が出され、接遇についても 私物は受付で預かれないので う一度学習や交流などをする か検討させていただきます。 すが、どのような対応が適切 せていただきます。基本的に ました。今後に生かし改善さ 立って考えてほしい」などの意

すのでよろしくお願いします。 不快です。母が度々言っていま さいのがいやです。気持ちが ♪ 診察でお世話になってい ます。看護師のたばこく

な思いをさせてしまい、申し 意見が出されました。ご不快 関なので配慮するべきでは」と 質過敏症とかもある。医療機 **A** 「タバコが嫌な人は不快 に感じると思う。化学物

> 喚起をさせていただきます。 訳ありません。職員には注意

車 (一般車両) は通るし、な ているし、薬局の方は問屋さ んとかなりませんか。 かなか渡れませんでした。 んが駐車して、一方通行でも た。診療所は送迎車が駐車し ✔ 薬局に行くとき、道路 横断するのに大変でし

の改善になればと思います。 させていただくことで、若干 車場を利用するよう声かけを ないか検討することと、業者 と薬局に行けない状況になり 注意喚起する看板を設置でき ました。通行する車に向けて A 薬局が診療所前に移転 方には目の前に止めずに駐

# 【ヨコのカギ】

※余白に紙面批評や近況・ご意見などお書きください。

①火のない所に―― 【タテのカギ】 立たぬ は

②セ氏と――の温度計

③現役から退くこと

④春夏秋冬

⑧遠足の必需品 ⑥聞くは一時の

-を射た忠告

③バットの一 毎風が吹けば--練習 一屋が

儲かる

15量より

入る文字をうまく並べてで きる言葉は何? カギを解き、二重ワクに

①——両成敗

③他山の-

⑤3カ月の期間

⑦栗鼠とは ――ともに認める読

⑫安楽-⑪リビングルーム

14 一 昨 年

⑥めったにない。 ⑪漢字の右側の部分 才能の持ち主 な

応募総数=33通 第350号の当選者

当選者(敬称略) うち正解=33通

北村 照子 ノブリン 方 (湯 里

美香 天 領

正解 コロモガエ ばぁばちゃん 梅子 苅 (南港東)  $\oplus$ 

(衣替え)

## ハガキでの応募・メール受付できます 投稿に加えて

「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。

また新たに、「とっておきの 1 枚」(テーマは「涼をもとめて」) や、「マ イブーム」の写真の募集も始めます。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、

ハガキ・封書の送り先

あらかじめご了承ください。

〒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

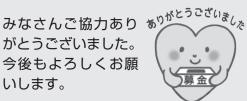
メールはこちらへ kumikatu@moisk.jp

## トルコ・シリア 大地震募金

24.376 m

日本ユニセフ協会に送金しました。

がとうございました。 今後もよろしくお願 いします。



### 住吉民主診療所

- 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	北田 (内科) 山田 (内科)	北田 (内科)	中島 (内科) (小児科) 高田 (内科)	久保田 (内科) 代診 (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) (小児科)	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。
- 婦人科検診 8月12日(第2土曜日)・9月9日(第2土曜日)
- 健康診断 月~土(午前)

日曜健診 7~9月なし

事前にお問い合せ、ご予約ください。

胃カメラ 毎週火・金・土曜日(午前) 月1回 土曜日(午後)

**エコー検査** 8月3日(木)・8月8日(火)・8月31日(木) 9月7日(木)・9月12日(火)・9月28日(木)

予防接種
小児各種、肺炎球菌の予約受付ています。

※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 夜間 18:00~19:00

住吉民主診療所の 無料法律相談 ▶9月7日(木)午後6時~ 事前にお問い合せ、ご予約ください。 予約電話 06-6673-3630 (法律相談)

### 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

		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

	月	火	水	木	金	土	
	西口	矢野	矢野	矢野	矢野	第1.3	第1·3·5
	(内科)	(内科)	(内科)	(内科)	(内科)	辻	矢野
	田中	(小児科)	(小児科)	(小児科)	(小児科)	(内科)	(内科)
午前	(漢方)	池谷	福島	믔	田中		(小児科)
前	(予約制)	(内科)	(内科)	(内科)	(漢方)	第2	第2·4
				(漢方)	(予約制)	後藤	岡崎
						(漢方)	(内科)
						(予約制)	
	/	第1·3·5	/	鋳谷	/	/	
<b>/</b> -	/	(小児予防接種)		(整形)	/		/ /
午後	/	第2.4			/	/	
15	/	鋳谷			/	/	
	/	(整形)			/	/	
往		#_	福島	#公	ケー田マ	第1·3·5	第2·4
往診		西口	矢野	荒谷	矢野	矢野	荒谷
7 <u>+</u>				渋谷	仁科		
夜診				(心エコー)	(内科)		
0/				(循内)			

健康診断 平日健診 (月~土) 午前 9:00 ~ 11:30 日曜健診 8 月20日(第3)・9 月17日(第3) 事前にお問い合せ、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・5

予防接種
小児各種、肺炎球菌、コロナワクチンの予約 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 ▶8月10日(木)午後6時~ 事前にお問い合せ、ご予約ください。 予約電話 06-6681-1498

木(夜診)心エコー

### 熱の症状がある方は、事前に電話予約をお願いします。