

虹のたより

2024年
2月号
第357号

組合現勢

組合員総数 10,553名
(12月/加入13・退会14名)

出資金総額 ... 465,368千円
(12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



健康診断を 受けましょう



健康診断(特定健康診査)は、身体診察とともに、身長・体重・腹囲・血圧測定、尿に糖やたんぱくが出ていないか、採血で肝臓や腎臓の異常がないかなどを調べます。そして、高血圧や糖尿病、メタボリックシンドロームに対する生活習慣の改善や治療、また、がん検診とあわせて受けることで早期のがんの発見と治療につなげることができます。

これらは、症状がでない段階が長く、症状が出たときには大変なことになることがあります。

例えば高血圧の末に脳出血や脳梗塞を起こしたり、糖尿病の合併症で心筋梗塞や透析、失明になってしまったり。また、がんが大きくなってから見つかり、完治のための治療ができなくなる、などです。

健康診断の目的は、症状が出ない段階で病気を見つ

けていくこと。そして、病気になりやすい生活習慣を改めていくきっかけにもなります。

医療生協では、特定健診をさらに充実させた3つのコースがあります。どのコースも、大阪市のがん検診とのセットで、安価で受けることのできるコースです。

特定健診を受けるには受診券が必要です。なくしてしまった方は再発行ができます。お持ちの方は3月末までが期限となりますので、早めの健診受診をおすすめします。

症状がないからといって放っておかず、健康診断を受けて、健康で長生きすることを目指しましょう。

(加賀屋診療所 宮崎 綾子)

2/24[±]
14:00~

拠点

東住吉センター、オープン

東住吉区にも支部ができ、組合員さんや地域の方、職員も立ち寄れる、南大阪医療生協の拠点・センターをつくります。皆さんにお集まりいただき、開所式を行います。

ぜひご参加ください。



▲東住吉支部会議

開所式

日時 2月24日[±] 14時~

場所 東住吉区駒川3-27-5
K&Kハイツ浪速1F

問い合わせ先

組合員活動部 ☎06-6685-3824



▲東住吉センター

「憲法9条を守る思い」つなごう未来へ

今もなお、世界では2つの戦争をはじめ紛争や内紛が50を超える地域で起きています。

日本は第二次世界大戦後につくられた憲法9条で、戦争に参加することもなく巻き込まれることもなく、平和な世の中を築くことができているのですが、これが当たり前ではないことを感じずにはいられません。

世界に誇れる憲法9条が脅かされている今、全国で「9条の碑」の建立が相次いでいます。南大阪医療生協でも、これまでも署名行動を行ってきましたが、「今こそ平和を考える意義がある」「診療所に9条の碑を建て平和について語ろう」「未来へ平和をつなごう」と呼びかけ、碑を建立することを理事会で決定しました。

組合員・職員の皆さま、地域の皆さま、他団体の皆さまにもご協力をお願いすることとなります。これから、社保平和まちづくり委員会を中心に実行委員会を立ち上げ、建立に向けて取り組みます。学習会や戦争体験者のお話を聴く会など、様々な取り組みを考えています。皆さん、一緒に考え、行動を起こしましょう！

(紙谷 京子)

憲法9条の碑 建立 実行委員会三役

実行委員長	紙谷 京子
副実行委員長	三輪 健二 東田 協直
事務局長	阪口 浩介

ハガキでの応募・**メール受付**でき 投稿に加えてます

「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



住所不明の組合員の

「みなし自由脱退」手続きについて

転居などにより住所の確認ができなくなっている「みなし自由脱退」手続きの対象となる組合員が2023年3月現在1,641名おられます。

この方々について、定款第10条に基づき、2024年3月末日をもちまして、みなし自由脱退手続き処理をいたします。

つきましては、お心当たりのある方は、組合員活動部にて住所変更手続きをお願いいたします。

尚、2月15日～3月15日の期間中、対象者の組合員名簿を住吉民主診療所・加賀屋診療所・組合員活動部に設置しています。

2024年2月1日

南大阪医療生活協同組合 専務・組合員活動部長 山崎 寿美雄

連絡先

組合員活動部 ☎ 06-6685-3824

日時/2023年12月20日(水)

午後6:00～7:30

会場/加賀屋診療所

3F 組合員ルーム

出席/理事 18名 欠席 4名

監事 1名 欠席 2名

1. 前回の理事会議事録を承認しました。2項組合員は13名承認しました。
2. 「いつでも元気」のミニ学習を行いました。
3. 山崎専務理事より11月度の経営報告がありました。単月で▲1943千円となり、累積経常剰余が▲22741千円という厳しい結果となりました。
4. 11月度の組合員活動到達、東住吉の支部結成総会(11月26日)の報告がありました。
5. 健康づくり委員会、事業所利用委員会、くらし

の助け合いの会「ななちゃん」の報告が各担当理事からありました。

6. 社保平和まちづくり委員会からは9条の碑を建立することが提案されました。
7. 人事案件の報告がされました。
8. 無料低額診療制度の年間報告を次回報告することになりました。

以上、すべて承認されました。

たまり場 定期班会 活動一覧

どなたでも
参加できますよ

地域の「たまり場」で様々な取り組みが行われています。興味のあるところに参加してみたいはいかがでしょうか。各地域での喫茶で月に1回、ケアマネージャーが参加し介護の相談会を行っております。お問い合わせください。班会は変更になる場合があります。初めて参加される方は、組合員活動部 (☎ 06-6685-3824) までご連絡ください。

班 会 内 容	と き	時 間	たまり場	場 所
すこやか喫茶 (月曜「囲碁」・水曜「将棋」)	毎週(月)(水)	10:00~11:30	すこやかポート	南港中 2-2-42-103
すこやか喫茶	毎週(火)(木)	10:00~11:30	すこやか加賀屋北	東加賀屋 2-9-9
	毎週(火)(金)	10:00~12:00	すこやか安立	住之江 1-3-7
	毎週(火)(土)	10:00~12:00	すこやか住吉	住吉 1-7-37
	毎週(水)(金)	9:30~11:30	かがや南すこやか	西加賀屋 3-13-21
	毎週(火)	10:00~	すこやか粉浜	粉浜 1-24-23
	毎週(金)	10:00~11:30	すこやか荻田	荻田 5-9-17
	第1(土)	10:00~12:00	すこやかよさみ	我孫子 5-3-2
	毎週(水)	10:00~12:00	なごやか御崎	御崎 8-1-3
なごやか喫茶	毎週(水)	10:00~12:00	なごやか御崎	御崎 8-1-3
食事会 (要予約)	第2・4(火)	11:30~13:00	すこやか加賀屋北	東加賀屋 2-9-9
子ども食堂 (墨江清水丘支部)	第3(木)	17:30~19:00	すこやかよさみ	我孫子 5-3-2
映画会	第2・4(金)	13:30~	すこやか荻田	荻田 5-9-17
	第2(火)	13:00~	すこやかポート	南港中 2-2-42-103
	第2(水)	13:00~	すこやか安立	住之江 1-3-7
	第3(火)	13:30~	なごやか御崎	御崎 8-1-4
	第3(火)	9:45~	すこやか加賀屋北	東加賀屋 2-9-9
	第3(木)	13:30~	すこやか粉浜	粉浜 1-24-23
	第4(金)	13:30~	かがや南すこやか	西加賀屋 3-13-21
	毎週(金)	10:30~	かがや南すこやか	西加賀屋 3-13-21
ころばん体操	第4(金)	10:00~12:00	すこやか安立	住之江 1-3-7
ころばん体操・ボッチャ	第3(土)	10:00~	加診 3F ホール	西加賀屋 2-5-25
ころばん体操・歌ひろば (会場:住吉ときわ会館)	第1・3(月)	10:00~	すこやか住吉	住吉 1-7-37
ころばん・セラバン・水戸黄門体操	第2・4(金)	14:00~	すこやかよさみ	我孫子 5-3-2
セラバン体操	第1・2・4(月)	10:00~	すこやか粉浜	粉浜 1-24-23
いきいき百歳体操 (第4金曜「ボッチャ」もします)	毎週(金)	13:00~	すこやかポート	南港中 2-2-42-103
フレイル・レクリエーション	第1・4(金)	10:00~	すこやか安立	住之江 1-3-7
体操&脳トレ	第2・4(木)	10:00~	すこやか粉浜	粉浜 1-24-23
お散歩班会 (ライフ加賀屋前集合)	第2(金)	10:30~	すこやか加賀屋北	東加賀屋 2-9-9
笑いヨガ	第3(火)	14:00~15:00	すこやか荻田	荻田 5-9-17
ボッチャの日	第2(水)	10:00~	なごやか御崎	御崎 8-1-4
万葉集を読む会	第4(水)	13:30~	すこやか安立	住之江 1-3-7
折り紙教室	第1(水)	14:00~16:00	すこやか荻田	荻田 5-9-18
小物づくり	第2・4(土)	14:00~	すこやか住吉	住吉 1-7-37
	第2(火)	13:30~	かがや南すこやか	西加賀屋 3-13-21
健康マージャン	第1・3(水)	14:30~	すこやか住吉	住吉 1-7-37
	第2(金)	13:00~	すこやか粉浜	粉浜 1-24-23
カラオケ	第1・3(金)	10:00~12:00	すこやか加賀屋北	東加賀屋 2-9-9
	第1(木)	13:00~	すこやか粉浜	粉浜 1-24-23

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

毎日書き込まれた
カレンダー

漢字部首別書き出し
(山本さん)

おおさかまるごと 2023 健康チャレンジ

申込者 1,046 人 報告書提出 1,037!

毎年参加者を増やして、ついに 1,046 人と大きく伸ばして終えた今回の健康チャレンジ。組合員の働きかけで 600 人近い方の申し込みを組織できたのは今回の大きな成果でした。その中で、地域の学童保育所に支部が働きかけ、申し込みが広がりました。

アンケートの結果からは、

「年齢分布」では、学童保育

所での参加が増えたので 19

歳以下が増加し、40 代、70

代もよく伸びていました(図

①)。「自己評価」で、よくで

きたとまあまあできたが拮

抗しているのが特徴的でした

(図②)。「申し込んだき

かけ」では、3 割を超す方

が適度な運動をするきつ

た。テレビ体操をするよ

うに心がけていた。

● 毎朝、ラジオ体操に行く

のに 30 分前に家を出て

ウォーキング。雨天の時

はラジオ体操だけでした

が。朝と夜の歯みがきも

鏡を見てしっかり磨くよ

うにしました。とても規

則正しい生活が送れてよ

かったです。(粉浜 75 歳)

● 歩くことで後の体のスッ

キリ感とあわせ、木々の

色どりや落ち葉など季節

の変化を感じる楽しみが

あった。(粉浜西 76 歳)

● 年をとったから、どうで

もいいじゃなく身体を動

かすこと、脳も常に働か

せること、良かった。

(ポートタウン 89 歳)

● お天気の日が多かったせい

か、いつもよりスムーズに

ウォーキングできたよう

です。2 カ月つてあつとい

う間でした。(緑木 82 歳)

● 頑張りました。体重も減

りました。

(新北島 76 歳)

● 脳トレの問題はよくして

いるが運動は足腰が痛い

ので大変。(新北島 76 歳)

● 頑張りました。体重も減

ことで過食がへってきて

3 kg ほどやせた。

● 毎日 5000 歩目標だつ

たが、6000〜1 万歩

まで伸ばす日が 30 日以上

あった。よく頑張れたと

思います。(我孫子 75 歳)

● 毎日続けることが大変だ

ということに気がつきま

した。どんなことでも続

けていきたいと思っています。

(ポートタウン 81 歳)

● 朝食を抜くことが多かつ

たが、健康チャレンジを

始めて、朝食におにぎり

を食べるようになった。

(浜口西 42 歳)

● 脳トレの問題はよくして

いるが運動は足腰が痛い

ので大変。(新北島 76 歳)

● 頑張りました。体重も減

りました。

しました。口の乾きが気

になりましたので、その

度、あいうべ体操、パタ

カラ体操を続けます。口

の中がうるおってきま

すので効果が大きいです。

● 睡眠時間が前より増えて

良かった。6 時間以上

47 日間。5 時間以上 14 日

間。食事時間を守り、間

食はタンパク質を。寝る

前の読書で 8 冊読破でき

て良かった。(御崎 71 歳)

● 目標は長くがんばったが夏

の疲れもあつて前年のよう

に頑張れていない。もつと

やれたはずなのに!

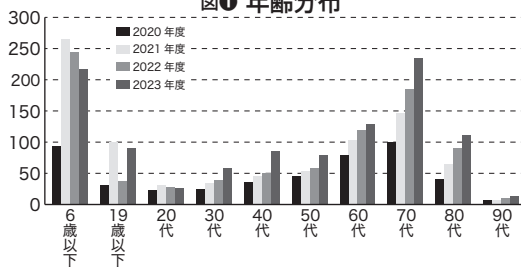
(ポートタウン 78 歳)

● はじめて参加したけどた

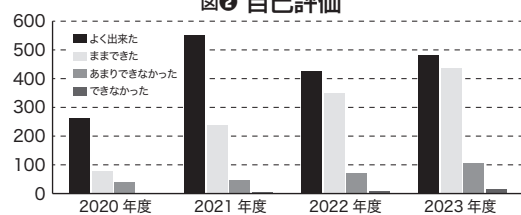
のしかった。

(帝塚山学童 6 歳)

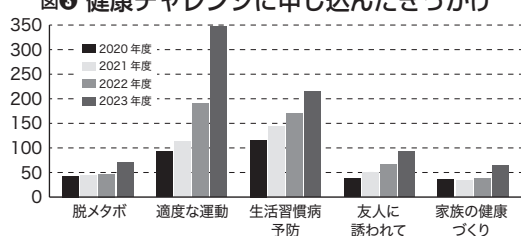
図① 年齢分布



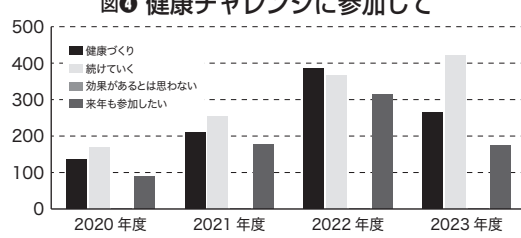
図② 自己評価



図③ 健康チャレンジに申し込んだきっかけ



図④ 健康チャレンジに参加して



た(図③)。
感想文からいくつか紹介
します。

●新聞は毎日欠かさず読ん
だ。毎日の血圧も欠かさ
ず測った。大声で歌も唄っ



加賀屋合同 ボッチャ班会

●睡眠と食事は規則正しく、
無理にスケジュールを組
まなくても割と自然にや
れた感がある。チャレン
ジする項目を書いた紙を
目のつくところにぶらさ
げています。これからも
じっとしていないで楽し
く続けることが健康につ
ながると思っています。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

(安立 79歳)

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●「虹のたより」配達で運動
をするようになり、ウオー
キングを継続している。

●普段から健康には気をつ
けていますが、項目を明
確にすることでより意識
を持つことができました。

●チャレンジをたくさん選
びすぎて好きなものはう
まくなってきたけど、全体を
見てあまりうまくいかな
かった。

(中加賀屋 63歳)

●一つの漢字のつくりは何
種ものへんがあり、字の
奥深さを改めて知れた。

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●過食があつて体重計にの
るようになって意識する

●毎日いっぱい体を動かせ
た。ドッジや鬼ごっこを
した。(帝塚山学童 8歳)

●習いごとが多いので学童
ではあんまりできなかった
けど、休んだ日も空手
でがんばった。

(帝塚山学童 7歳)

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

(浜口保育所 29歳)

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

●毎回4時間眠ることが多
かったが、眠る時間を変
えるだけで次の日の目覚
めや活動量が全く違った
のでこれからも快眠でき
るようになりたい。

あの人、
この人、

うちの支部のひと

▼豊後 順子さん(大和川支部)



福井出身の豊後さん。こ
の元日の能登地震で福井県
にも大きな被害が出ていま
すが、70年前の福井地震は
さらに大きな被害にあった

と言います。その福井で高
校卒業後も開業医で看護師
見習いをしながらお手伝い
さんをしていました。医院
が閉院したのを機に外へ飛
び出したいと次兄を頼って
上阪します。

好きなことをたくさん
やってと思っていたら、実
家の方で見合いの話が進ん
でいて、間もなく結婚し福
島区の野田に住むことにな

ります。同居した舅が喘息
患者で夜中に発作を起こす
ことがしばしばあり、看病
をしながら大阪から公害を
なくす会のお手伝いを始め
ました。

地下鉄サリン事件のあつ
た年からは毎年、霞が関の
各省庁への陳情に二十年間
通い、デモにも参加してき
ました。最近の役人は、公
害のことを知らない人たち
ばかりだとちくりと批判し
ます。

夫の両親と夫の3人の介
護や看取りを経験したこ
とがきっかけで介護保険

が始まったこともあり、介
護の仕事をお勧められ登録ヘ
ルパーになります。利用者
さんとの年齢が近いことも
あつて話しやすいと喜ばれ
たといいます。80歳で、コ
ロナ感染がおこつて辞める
まで20年続けました。

夫が亡くなり、長屋を退
去して新北島の住人に。ジ
ム友だった長嶺秀子さんに
勧められて医療生協のバス
ツアーに参加して加入し、
1年後には機関紙の配達と
運営委員を引き受けていま
した。ジムに通うようになつ
たのは、健康よりおしゃべ

りする相手が欲しかったか
ら、と言つ豊後さん。支部
のこれからを担ってくれる
(自分より)若い人に入つて
欲しい、手伝つて欲しいと
切に願っています。(い)

お詫びと訂正

第356号新年号の
「あの人この人うちの支
部のひと」の山田泰子さ
んの記事で「関西平和美
術展の実行委員長」とあ
るのは「事務局長」の誤
りでした。訂正してお詫
びいたします。



加賀屋北支部 ウォーキング班会

読者のひろば

こうして、サギ男はやって来る！参考になりました。あの手この手の「サギ」こわいです。私はクレジットカードサギのTEEしがありました。サギとわかったので最後まで聞いてカードは持っていないと言ったら切られたけど、ほんまにかかってくるんやなあ。

(南港東 呑ちゃん)

暑かった夏をのり越えたと思ったら、暖房器具の出番？昔はゆつくり季節変わってたな。今月、金婚式を迎えます。よく、頑張ったよね？これから(もう少しかなあ)よろしくね。

(東加賀屋 ちかちゃん)

「虹のたより」にサギ男の実例がのっていました。実例があると、とてもわかりやすいです。気をつけると言われても、どこに気をつけるかわかりませんしね。

(南住吉 豆助)

11月11日小学校のふれあい大会に老人グラウンドゴルフ部員で参加しました。4年振りの開催ということで子どもたちは大変うれしそうでした。沢山のパワーをもらったひとときでした。

(東加賀屋 セレソカコちゃん)

11月22日(水)の、防犯隊アウンスとゴミ拾いで大いに宣伝し、安心、安全な街にしましょう。

(平野区 ナデシコ)

寒さに弱いギーボです。体力を付けるために四苦八苦しています。どうすれば？

(杉本 ギーボ)

近くのチンチン電車の踏切りでのことです。電車を見に来ていた若いお母さんとその子ども。「来た、来た」と大はしゃぎ。目の前を電車が通り過ぎる時大きな声で「バイバイ」すると運転手さんが白い手袋の手を振ってくれました。子どももお母さんも大喜び。私と目が合ってニッコリ。日本は平和です。日常の何げな

い喜びが戦地の子どもたちにも一日も早く訪れることを祈っています。

(安立 太鼓橋)

文化の日は68回目の誕生日でした。健康診断を受けました。去年に注意された体重オーバーと腹囲に気をつけ、食事した結果……。ほめられました。ヤッター。このまま維持できるようにがんばります。

(中加賀屋 てるてるまん)

また介護保険制度が改善されようとしていますね。介護保険料も引き上げ。政府はどこまで高齢者いじめをするのでしょうか。若い方も生活が大変なのは理解しています。老若で手をつなぎ、安心して生活できる社会にしていきたいと願っています。

(阿倍野区 坂野 幸江)

最近公園でドッジボールや陣取りをしています。暗くなるのが早くなってきたので5時に帰らないといけないうどもと遊びたいです。

(帝塚山西 KN)

介護だより

訪問看護ステーション「虹」

住み慣れたご自宅で、療養生活を続けていただくために、ケアマネさんやヘルパーさん、医師

や他職種と連携をとり、日々訪問に走り回っています。

訪問看護師 10 名、理学療法士・作業療法士 3 名、事務員 2 名です。医療、看護、介護のことでお困りの方がいましたら、南大阪医療生協までご相談ください。



連絡先／ 虹 TEL 06-6695-2400

事業所利用委員会
報告 住吉

開催日：2023年

12月15日（金）

出席：9人

虹の箱の投書（2通）

記入日：12月11日 40代 女性

お名前：記名あり

Q 予約時間の確認ができなく、病院で今の時期

に待たなければいけないというところが患者側の大きな負担だと思います。来てからも待つことはありましたが、以前の方が助かっていたので、自宅までできる限りは待ちたいです。よろしく願います。

A 中島先生の待ち時間につきましては、以前より様々なご意見がありましたが、診察遅れに対して、

何時に行けば良いかという問い合わせの電話が頻繁に入り、業務に影響が出ていたことも事実です。

15分毎の診察枠をとっておりますので、皆様にご協力いただけると幸いです。

中島先生にも伝えておりますが、何卒ご理解の程お願いいたします。

記入日：11月30日 60代 男性
お名前：記名あり

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ます。どしどしご応募ください。（送り先はクイズと同じ）



俳句

節分の鬼と握手す下校の児童
連れ合いに辛抱教つ年男
新年もミサイルの下ガザの子
孫生まれけり正月の男の子
南海トラフ組み立てている寒夜
介護という命の綱よ冬の庭
元旦の地震罹災の能登半島

川柳

細田爺 真実語らず あの世旅
ウクライナ ハマスの為に影薄れ

市江 久枝
阪口 俊代
山辺 武子
仲村めぐみ
三井 淳一
翠 その子
朝吹 真美

海 月
海 月

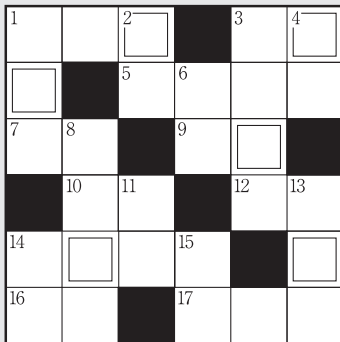


デイクアなないう作品
（住吉外来に展示）

Q 特定健診の時期になると、委任状をこちらに来て出すのですが、忘れがちになりますので、そこから発送していただけたら忘れずに助かります。

A 生活保護の方の受診券の対応でしたので、本人様と直接対応・連絡しました。

クロスワードパズル



カギを解き、二重ワクに入る文字をつまみ並べてできる言葉は何？

- ① 俗に一六銀行
- ② 飲みすぎて——が回る
- ③ 速度
- ④ 凹と——
- ⑤ ——の一声
- ⑥ 男女が集まる飲み会
- ⑦ 車。ミニ——
- ⑧ 備えあれば——なし
- ⑨ 他山の——とする
- ⑩ ——は友を呼ぶ

【タテのカギ】

- ① 俗に一六銀行
- ② 飲みすぎて——が回る
- ③ 速度
- ④ 凹と——
- ⑤ ——の一声
- ⑥ 男女が集まる飲み会
- ⑦ 車。ミニ——
- ⑧ 備えあれば——なし
- ⑨ 他山の——とする
- ⑩ ——は友を呼ぶ

【ヨコのカギ】

- ① 息子と娘。帰国——
- ② ストライチ
- ③ ——箋に一言書く
- ④ トンボの幼虫
- ⑤ 市販の——を使ってカレーをつくる
- ⑥ 蛹が——して成虫に
- ⑦ 静の対
- ⑧ 鉛筆の——を削る
- ⑨ まれ。——の昇進

第355号の当選者
応募総数 30通
うち正解 30通

当選者（敬称略）

もっちゃん（南住吉）

KN（帝塚山西）

水井 泉（中加賀屋）

たかちゃん（我孫子）

ちかちゃん（東加賀屋）

正解 文化の日

（トンカノヒ）

応募方法

解答をハガキ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／2月29日

賞品／正解者の中から5名様に全国共通図書カードを進呈します。

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。

無料・低額診療 制度のご案内

医療費に困り治療をあきらめている方、一日でも早く私たちの診療所へ来てください。



一緒に治療を始めましょう。
また、ご近所でお困りの方がおられたら紹介してください。

能登半島地震被災者への 義援募金にご協力お願いいたします

1 月 1 日に石川県能登半島で発生した、能登半島地震で亡くなられた方、被災・避難されている本当に大変な生活を強いられている皆様にお見舞いを申し上げます。両診療所等で募金箱を設置しております。皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

南大阪医療生活協同組合



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	北田 (内科) 山田 (内科)	北田 (内科)	藤井 (内科) 高田 (内科)	久保田 (内科) 安山 (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 2 月 10 日 (第 2 土曜日)・3 月 9 日 (第 2 土曜日)

健康診断 月～土 (午前)

日曜健診 2 月 18 日・3 月 17 日
事前にお問い合わせ、ご予約ください。

胃カメラ 毎週火・金・土曜日 (午前)
月 2 回 土曜日 (午後)

エコー検査 2 月 1 日 (木)・2 月 13 日 (火)・2 月 22 日 (木)

予防接種 小児各種、肺炎球菌、コロナワクチン、インフルエンザワクチン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

▶ 3 月 7 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

		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
午前	西口 (内科) 田中 (漢方) (予約制)	矢野 (内科) (小児科) 池谷 (内科)	矢野 (内科) (小児科) 福島 (内科)	矢野 (内科) (小児科) 呉 (内科) (漢方) (予約制)	矢野 (内科) (小児科) 田中 (漢方) (予約制)	第 1・3・4 辻 (内科) 矢野 (内科) (小児科) 第 2 後藤 (漢方) (予約制)
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	第 1・3 矢野 第 2・4 荒谷

健康診断 平日健診 (月～土) 午前 9:00～11:30
日曜健診 2 月 18 日 (第 3)・3 月 17 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、コロナワクチン、インフルエンザワクチンの予約を付けています。

※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

▶ 2 月 22 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。