

虹のたより

2024年
8月号
第363号

組合現勢

組合員総数 8,903名
(6月/加入22名・退会15名)

出資金総額 ... 382,538千円
(6月30日 現在)

〈発行〉虹のたより編集委員会 〈発行責任者〉山岸 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

保健大学開催

「すこしお」って ご存じですか？



塩と上手におつきあい

すこしお



「すこしお」シリーズの保健大学が始まりました。第1回目の講義は7月1日に加賀屋診療所の組合員ホールで開かれ25名が参加しました。

今回の保健大学は、「少しの塩分ですこやかな生活」目指す医療生協の取り組み

を、みんなで学んで地域に広げていこうと、開催していて、減塩について学び、上手に「すこしお」～上手な「塩」との付き合い方を知ってもらう機会にしたいと考えて行っています。

1回目の講師は、健康づくり委員で加賀屋南支部の

運営委員でもある追杉真佐美さん。「すこしお」についてのパワーポイントの説明に参加者からは、「わかりやすく、よくわかる内容だった」「『塩分摂取自己チェック表』で高得点になってしまって食生活の見直しが必要だとわかった」などの感想が出されていました。

今後は、自分のみそ汁の味付けが薄味が濃い味かを塩分計で測定したり、ウロペーパーで自分の塩分濃度をチェックしていく予定です。第2講、3講からの参加もお待ちしております。

なお、この秋に始まる「おおさかまるごと健康チャレンジ2024」のおすすめコースは「すこしお」です。支部でグループをつくってどしどし申し込んでくださいネ。(健康づくり委員会)





▲ 左から、中村さん・井上さん・大村さん

「核兵器のない平和で公正な世界を！」目指し、平和行進が今年も行われました。

私たちの地域の基幹コースは、毎年 7 月 4 日に住吉区・沢之町公園を出発して天王寺や大阪城公園・教育塔、大阪地方裁判所前などを經由して旭区役所まで歩いています。

この行進では毎年、東京～広島間を通して歩かれている方がいます。今年は大村美恵さん（愛知県）が 5 月 7 日に東京を出発し、8 月 4 日まで 91 日間をかけ広島までを歩かれていて、大村さんは沢之町公園の出発式では、アカペラで歌声を聞かせてくれました。

通し行進者の大村さんや、行進途中にある自宅マンションベランダから、被爆者高木静

子さんの手を振っての激励に背中を押され、あべのベルタまで歩きました。

後日、大阪の平和行進のホームページで写真などを見ていると、アメリカでもピースウォークが行われていると知りました。メイン州というところを 5 月 7 日に出発し、7 月に首都のワシントン DC に到着するまでピースウォークを続けているそうです。今年のテーマは「平和を愛し、平和のために歩きたいと願うすべての人にひらかれてる」平和を願う市民運動は、国境を越えて広がっていることがわかりうれしく思いました。来年は戦後 80 年、平和を願い 7 月 4 日、平和行進に参加して一緒に歩きましょう。



▲ 医療生協の参加者

7月4日 原水爆禁止
国民平和大行進

平和な世界を
目指しての歩み

おおさかまるごと 2024 健康チャレンジ

とりくみ期間
10月～11月

参加費
無料

申し込み
締切

9 月 20 日

報告書
締切

12 月 20 日

今年は何に
チャレンジしますか？



今月の折込でお届けしている健康チャレンジのパンフレットをご覧いただきましたか？ 9 月 20 日申し込み締め切りで 10 月から 11 月にかけてがチャレンジ期間です。

チャレンジ 8 コースからお好きなコースを選んで挑戦しましょう。一人でやると途中でサボってしまいそうと心配な方は、5 人以上でグループをつくってチャレンジしましょう。グループ名はお好きな名前にして、声かけあい励ましあって揃って達成して

グループ賞をゲットしましょう。

お申し込み、どしどしお寄せください。ハガキを投函するときは 63 円切手を貼っていただく必要があります。身近な支部運営委員や職員に手渡してください。

ネットからのお申し込みはこちらから

おおさかまるごと健康チャレンジ

検索



社保協の学習会

「保険証なくさないで」



今年12月2日廃止後も
現行の保険証をそのまま
1年間は使えます

6月29日に住吉区社会保障推進協議会（住吉区社保協）の学習会が住吉民主診療所の組合員ホールで行われ医療生協から12名が参加しました。講師は大阪民医連常任理事の庄司修さんです。

まず、4月25日に累計144万筆を超える「現行の保険証を残してください」署名が国会に提出されたことが報告されました。実際の現場では岐阜県で胸痛を訴え、マイナ保険証を提示してクリニックを受診された高齢女性が窓口で「資格情報なし」と認識され「10割負担か被保険者資格申立書の提出を」と説明されたため、受診をとりやめ「いったん様子を見て、紙の保険証を持って出直します」と帰られました。そして、翌日容態が悪化し死亡された、というショッキングな報道事例が紹介されました。患者さんのご家族は「紙の保険証さえ持っていたら」と悔やまれていたそうです。

全日本民医連が調査した経済的事由による受診控えで症状悪化し死亡された「手遅れ事例」の報告（全6



件）のうち5件が大阪市内の事例でした。また、昨年12月に西淀川で取り組まれたフードバンクのアンケートの結果では、353人が回答した中で、保険証を持っていない方が16人、暖房器具が全くない方が20人、保険証も暖房もない方が8人もおられたそうです。

庄司さんは言います。「デジタル化の流れは止められないけれど、社会保障が脅かされてはならない」「保険証をなくす道理はない」「市民の幸せのために保護されながら活用されなければなりません」「どんな政府・どんな自治体をつくるかが大切な問題です」と。

最後に、保険証なくすなの運動をさらに広げましようと呼びかけられました。



虹のたより配達者さん25名に！ 健康診断をおすすめ

東住吉支部の「虹のたより」配達者さん25名のお宅を組合員活動部の森田、松本で訪問しました。「今月も虹のたよりの配布をお願いします」と訪ねると必ずドアを開けてくれます。「今年はもう健診は済みましたか？」とお聞きすると「以前は住診に行っていたけれど色々あって最近では行かなくなりましたねえ」と話されます。そこで「年に1度は健診を」「今年は住診でぜひ健診



を受けましょう」と声をかけます。一人ひとりが健康に対しての意識を高めていただいて、まずはご本人が健診を受けてもらえるよう手助けをしたいと、健診の大事さを訴えました。

また「東住吉センター（すこやか駒川）ではキッサも始めましたよ」と語りながら楽しく会話がはずみしました。



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

加賀屋北支部

組合員でない方も参加

加賀屋北支部の健康チェックが7月16日北加賀屋東部福祉会館で開かれました。開催に当たって支部では500枚のビラを地域にまいて準備しました。おかげで17名の方が来られました。



加賀屋南支部

参加者に健康診断！
さっそく訪問しました！



参加者は、受付を済ませると身長・体重を測り、続いて握力測定、血圧測定、体脂肪測定。血管年齢、骨密度、足趾力と進めていきます。血管年齢や骨密度は実年齢との差で若いと出て喜ぶ人や老けていたとちょっと気落ちする人など色々な反応があり、最後は加賀屋診療所の看護師から今回の総評を聞いて、気をつける事やよかった点、療養の注



6月19日に庭井会館で健康チェックを行い、参加者は22名でした。新しい運営委員さんが参加し、汗だくになりながら1000枚のビラの事前配布も頑張りました。その甲斐あって医療生協をご存じない方が

13名も参加してくださいました。翌週の6月



意点などを聞いてから帰ってもらいました。

中根支部長と新海理事はまだ組合員になっていない人が参加されたので、後で訪問して声を掛けようと思っ

ていますと話していました。く玄関を開けてくださって、「初めて参加しました」「またやってほしい」と話がはずみました。健康診断のおすすめや医療生協のご案内、たまり場でのキッサや映画会の案内も熱心に聞いてくださいました。



あの人、この人、

うちの支部のひと



梅本啓子さん(安立支部)

体験談を聞いてきてと課題を出したら、お父さん自らが原稿用紙に書いてきてくれたこともあった、と当時を振り返ります。

堺で生まれ、高校3年生の時、60年安保闘争を予言する「日本中が大変なことになる」と言った日本史の先生の言葉が忘れられず、2年後大学生になって京都で遭遇した円山公園の集会に「ああ、これが」と引きつけられ、毎日デモ行進に参加していた梅本さん。学生運動や組合の活動を経て気がつく、はつきり物言う人になっていて、元々は「お嬢ちゃんに育つて控えめな性格だったのに」と笑います。

大学卒業後、私立高校に就職し42年間国語の教師として働いてきました。

その間、平和学習にはこだわりの続け、国語の授業の一環として色々な工夫をして生徒と一緒に学んできました。夏休みの宿題

地域猫や絵本の読み聞かせの活動にも参加している梅本さん。愛読書はドストエフスキーの『罪と罰』。最期は、スメタナの「モルダウ」で送って



7月7日の七夕の日、住吉支部は19名で八尾グランドホテルへバスツアーに行きました。

ホテルに到着後は、天然温泉に入浴し、昼食を食べて、アルコールも入りみんなにやかに。そして、お昼からはお待ちかねの大衆演劇の公演です。劇団心の劇、そして華やかな歌謡ショーがくりひろげられました。普段の日常からは抜け出した、盛りだくさんな日曜日でした。



住吉支部 歌謡ショーにうつとり 盛りだくさんバスツアー



25日には運営委員と職員あわせて10名で、定例の組合員訪問とあわせて、健康チェック参加者を訪問しました。皆さん快



ハガキでの応募・メール受付 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「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1回 理事会報告

日時/2024年6月26日(水) 午後6:00～7:30

会場/加賀屋診療所 3階 組合員ルーム

出席/理事 17名 欠席3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0名でした。
 2. 民医連定期総会 DVD の学習を行いました。
 3. 山崎専務理事より5月度の経営報告がありました。2事業所で黒字。全体では単月9207千円赤字。
 4. 5月度の組合員活動到達、地域支部での仲間増やしの経験が報告されました。
 5. 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」の報告が各担当理事からされました。
 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. 人事案件の報告がされました。
 8. 大阪府生協連第63回通常総会の報告がされました。
- 以上、すべて承認されました。

にお父さんやお祖父さんに

欲しいな、と。

(い)

読者の ひろば

359号のパズルの答えが
しつくりとこなかったの
で応募しなかったが、た
った5文字が解けな
くてずっともやもや
していました。361号
で答えが出せない問
題だったと。自分を
信じて5名の方の
応募は素晴らしい
と思いました。

(南港東 呑ちゃん)

前回のクロスワードの
答えは、何度考
えてもインドカ
ゴにしかならず、
知人に聞いた
ら確かにインド
カゴ(印度籠)と
いう物は有ると
のことと確信を
得て投稿しま
した。5名しか
応募者がいな
かったのは他
の応募者も相
当悩んだこと
でしょうね。

(我孫子 海月)

皆さん、359号の
回答に悩ま
れたようですね。
私は、インカ
どこ(?)かな
と思ったり。
昔、インカ帝
国の遺跡の旅
をした元気な
頃を懐かし
く思い出しま
した。

(山之内 カサブランカ)

4月号は「答えなし」だ
たのですね。答えがない
のに頑張
って出してみよう
と色々考
えて出した結
果、「図書券」を
いただきありが
とうございま
した。「チャレ
ンジ」って大
事ですね。今
年も「健康
チャレンジ」
頑張ります!!

(大領 木村 和代)

前々回(359号)の
パズル、可能性
のある答えを
さんざん考
えて、ネットで
調べたりと
かして、納得
できる答え
が見つから
ず落胆して
おりました
が、答え
が出せない
問題とあり
ましたので
安心して
しました。
でもおかげ
で頭の思
考の運動
になりました。

(南住吉 もつちゃん)

いつも虹のたより
を楽しみに
しています。
6月号は上
旬に配達
いただき
ありがた
うございま
した。359
号の問題
が解けな
かったの
で、少し
頭が弱
ったか
と思いま
した
が、答
えがない
のが正
解とわ
かっ
て安心
しま
した。

(清水丘 佐尾山 頼幸)

介護 だより

訪問看護ステーション 虹

4月15日付で訪問看護ステーション虹に入職致しました、理学療法士の千原清秀と申します。私は中学生からラグビーを始め、大学を卒業後、実業団チームでプレーしていました。

現役時代、多くのけがに悩まされながらも常に良好な状態で試合に臨めたのは、理学療法士の方のお陰でした。

引退後、今度は自分自身がもっと人の役に立ちたいという気持ちが強くなり、理学療法士になろうと決意しました。

資格取得後は総合病院に10年間勤務し、病棟、外来、在宅、スポーツリハビリなど全ての分野を経験をし、知識・技術の自己研鑽に努めました。この経験を糧に第二のステージに進もうと決意し、その方の生活に寄り添った理学療法を提供したいと思い、訪問リハビリの分野を選択しました。

一人ひとりに合ったリハビリやコミュニケーションを考えることが楽しくもあり、難しくもありますが、利用者様の日常生活動作の向上、改善に1つでも多く繋がるよう頑張っています。



訪問看護ステーション 虹
理学療法士 千原 清秀

50年も前に使っていた筆と硯石が出て来て、最近、書道を始めました。先生がとても良い方で、半紙に書いた字に、花丸をくださいます。うれしくて、心はずませて週一回通っています。

(東加賀屋 やっちゃん)

今回の答えボウリング。久しぶりに聞きました。会社員だったころ毎週土・日・早朝ボウリングに行っていた頃を思い出しました。今はなくなり残念です。(杉本 ギーボ)

梅仕事の半分が終わりました。5月末に仕込んだ梅ジューズ5キロができあがり。6月上旬に15%の塩で漬けた梅干し5キロとさしす梅(砂糖、塩、酢で漬ける)1キロは梅雨が明けたら天日干しです。今年の梅は高温障害もあり不作。地球沸騰、早く手をたたねば。

(我孫子西 東新 万里)

私、住吉に引っ越して来て今年夏で16年になります。刈田庭井支部の総会に出席する

よう初めて声かけされましたので出席致しました。活動の様子や運営のキビシさが良く理解することができました。出席して良かったです。皆さん体を大切に元気で明るく前を見て進むことを望みます。

(刈田 木ノ下 キト)

許せない!「沖縄アメリカ兵による少女暴行事件」などで今頃、やはり県議会選挙対策だったのではと考えざるを得ない。国もそれ(このつづき次ページの最上段で)

ふれあい作品コーナー

独裁者雁首揃えて何、狙つ
ミサイルと違って汚物紙まだましか

川柳

地球暑すぎる山椒魚困る
嫁に行き優しくなりしねじり花
能登ヒバの香る作業場父の汗
夏休み婆々大好き満ち溢れ
軽やかにステップアップ立葵

俳句

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)



垂水 潤一
海 月

市江 久枝
三井 淳一
埜田そと美
安村 和義
山辺 武子
朝吹 真実

●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。

に加担していたなんて。県
知事に半年も隠蔽していた
なんて許されるのか。
そのような卑劣な「手」を
使つてまで、日本政府はア
メリカに追随するのか。毅
然としてアメリカに対応し
てほしい。日本全体の大き
な問題だと思う。早く、ア
メリカから独立してほしい。
(阿倍野区 坂野 幸江)

事業所利用委員会
報告 住吉

開催日：2024年

6月21日(金)

出席：6人

1. 虹の箱の投書(2件)

① 80代男性・70代女性(ご夫婦)

満足度 10

2024年6月5日

岡山在住でしたので「コロナ
で来院できず、4年以上ぶ
りでしたが、覚えていてくだ
さる看護師さんが居られて、
ホッとしたし嬉しかったです。

② 50代女性

満足度 10

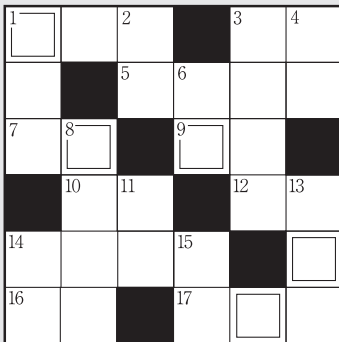
2024年6月20日

親子でお世話になつていま
す。こちらの看護師さんと健
康診断の受付の方(?)は
いつも明るく優しく接して
くださるので嬉しいです。先生
方も相談しやすく優しい先生
ばかりなので、安心して通わ
せていただいています。受付の
方もお話ししやすいですし、全
体的にいつも優しく接してい
ただけで本当にありがたいで
す。これからの末永くよろし
くお願い致します。予約でき
るのも予定がたてやすくて助
かっています！

↓投書ありがとうございます
しました。職員一同大変励み
となります。甘んじるこ
となく、これからも精進
していきたいと思います。



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 馬肉の刺身
② 竹馬の――
③ ――をアルミから樹脂
にして断熱性を高める
④ ――町村議会
⑤ なくて七――
⑥ 種類による区別
⑦ ――の功名
⑧ 陰暦四月
⑨ 雨の日に使つ
⑩ つぱり

- ① アルバイトの略
② 残業の割――賃金
③ 音読の対
④ 利権で甘い――を吸つ
⑤ 大きなお――です
⑥ 奈良の猿沢――
⑦ 夢――虫も好き好き
⑧ ――を張り替え部屋が
一新
⑨ 新五千円――
⑩ 雨天で――

応募方法

解答をハガキに書いて編集委員会へてにお送りくださ
い。(匿名希望の方は、賞品発送の都合がありますので、
ペンネームと本名をお書きください)
締切／8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
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。

「タテのカギ」

「ヨコのカギ」

正解 ボウリング
当選者(敬称略)
舌ちゃん (南港東)
みやび (万代東)
坂本 富士子(我孫子東)
橘 則子 (荻 田)
東新 万里 (我孫子西)

第361号の当選者
応募総数 27通
うち正解 27通

おおさかまるごと 2024 健康チャレンジ はじまるよ、集会!

日時▶ 8月26日(日) 14:00～

場所▶ 住吉民主診療所 2階 組合員ホール

内容▶ 1部／経験交流会

エントリーを増やす工夫やチャレンジ後押し企画の進め方、楽しくチャレンジ生活が進められるように、交流して共有しましょう。

2部／ボッチャ楽しもう体験会

ボッチャのボールに触って投げて、レッツ、ボッチャ!

今年の、健康チャレンジの
エントリー者目標は、1,100人!
昨年の実績を更に超えて、
今年も超過達成しましょう。
多数のご参加、お待ちしております!



主催

健康づくり委員会

【連絡先】 南大阪医療生協
組合員活動部

☎06-6685-3824

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) 代診 (内科)	北田 (内科)	藤井 (内科) 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)	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 8月17日(第3土曜日)・9月21日(第3土曜日)

健康診断 月～土(午前)

日曜健診 8月・9月なし

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 8月13日(火)・8月23日(金)

9月 5 日(木)・9月10日(火)・9月27日(金)

予防接種 小児各種、肺炎球菌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 夜間 18:00～19:00

住吉民主診療所の
無料法律相談

▶9月 5 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) 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)	矢野 (内科) (小児科) 田中 (漢方) (予約制)	第1・3 辻 (内科) 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2・4 荒谷

健康診断 平日健診(月～土) 午前 9:00～11:30

日曜健診 8月18日(第3)・9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

▶8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。