

3000万人署名 ありがとうございます でございます!



昨年より「安倍9条改憲 No! 憲法を生かす全国統一署名」を集めてきました。それにとともに「憲法9条を守る、3000万人署名を集める委員会」が生協内の若手職員を中心に立ち上げられ、私たちの中でどんなことが出来るだろうと試行錯誤を繰り返しながら駆け抜けてきました。

短い期間でしたが委員会の各メンバーが、街頭での署名活動や学習会、様々なイベントへの参加を通して平和への想いや尊厳を学ぶことができたように思います。ご協力いただいた多くの方にお礼を申し上げます。

そしてこの委員会も署名活動とともに：終わらせません!(笑)

この委員会の目的の一つ、それは学習です。それがきっかけ始まりだしたところで終わってしまうのは



もったいない、まだまだ学びたいところ、この委員会の存続も決定しました。これからいろいろな形で学んだことを発信できればと思います。そして改めて署名等、たくさんの方にご協力頂き、本当にありがとうございます。



ma² ママ・ちょこ 28

はしか(麻疹)

予防接種を受けていない1歳前後の赤ちゃんが多くかかります。うつる力が強く、とても重い病気です。



●はしかの症状

- ①はじめの2~3日は、熱、咳、鼻みず、目やになど、かぜと同じ症状で、この時期に「はしか」と診断するのは難しいものです。
- ②いったん熱が下がり、再び高熱が出るのと同時に、全身に発疹が現れます。
- ③発疹が現れたてからも、さらに3~4日高熱が続きます。

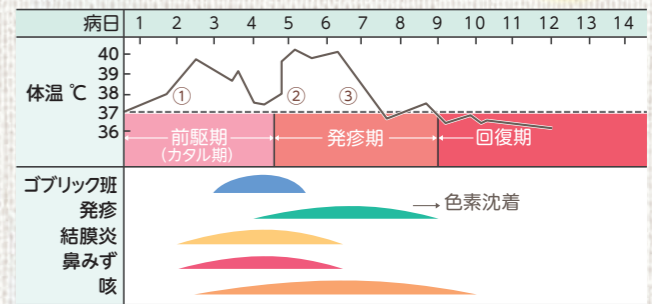


●家庭で気をつけること

- ① **高い熱** 熱が続くときは解熱剤や氷枕を使って快適に過ごせるようにしてください。「はしかは冷やすな」というのは迷信です。
- ② **強い咳** 咳止めを処方しますが、それでも強い咳が続きます。

●次の観察は

はしかは肺炎や脳炎を合併することがあるので、治るまでは目が離せません。主治医に指示された日に受診してください。



③食べ物

食欲がなくなるので水分を十分に補い、消化のよい、口当たりのよいものを与えるようにしましょう。

④入浴

発疹がうすくなり、咳も少なくなって熱がなければ、入浴してもよいでしょう。

●他の子にうつしたかもしれない

予防接種を受けていない子が、はしかの子と接触したときは、72時間以内に予防接種を受けると、発病を防げる可能性があります。早めに知らせてあげましょう。

理事会報告

第11回 理事会
日時 2018年4月21日[土]午後3時~5時30分
場所 本部
出席 理事 28名/31名中 監事 1名/3名中

はじめに
情勢学習 4.14.国会前総行動報告、5万人超えの規模になった、若い人が多く音楽などで賑やかで元気がでた。
震災支援報告 3名が3/9~11に震災7年の現地に行き組合員さんとの交流、復興の状況を報告

常務理事会報告・協議決定事項
*2018年度の予算づくりの推進
報告事項
①民医連・医療生協等会議参加と報告
②地域活動 ③経営の改善に向けて
④管理運営 ⑤2017年度「みなし自由脱退組合員」の処理について

協議承認事項
1号議案:3月度の事業活動報告及び年度末の取り組み
①3月度の事業収支結果
②困難を打開する本格的な「組合員による事業利用大運動」
③2017年度の組織運営の到達(全国四課題)について
2号議案:西成エリア:認知症ディサービスの休止届提出の件
3号議案:医療福祉生協連総会等代議員の選出・常務理事会へ一任を行う

各報告承認事項
次回拡大常務理事会 5月9日[水] みなと診会議室 午後3時
理事会 5月19日[土] 本部 午後3時

編集部 だより

初孫が出来てから、ずっと、月に1回、子どもの本をとってきました。初めはかわいい絵本でしたが、今は中学3年と1年になり、送って来る本も大人が読んで読みごたえのある、ごつくて長い本が来るようになりました。いつも私が先に読んで孫にプレゼントするのですが、読むのに1週間ほどかかります。それも早く読まなければと、目が疲れるのもいとわず!自分の子供を育てるときは、毎月子どもの友と科学の友をとって、割と手軽な値段で買える薄い表紙のものだったのですが、今取っているものはハードカバーで値段も結構高いのです。上の孫は中学3年生なので今年でもう卒業です。これからは自分で選んで読書してほしいと願っています。図書カードが役に立ちそうですね!

渡口 差知子



孫にあげる本

075
今月の
いちまい

医療費の支払いでお困りの方一度ご相談ください 必要な診察・治療を受けていただく事が何よりも大切です

無料低額診療事業 実施診療所

- ・みなと生協診療所
- ・たいしょう生協診療所(医科・歯科)
- ・ながほり通り診療所
- ・西成民主診療所

TEL.06-6571-5594 TEL.06-6554-1197(医)/TEL.06-6554-8841(歯) TEL.06-6533-0106 TEL.06-6659-1010

「大災害から生命を守ろう」

いのち 防災 まもる

「オストメイトへの配慮」を念頭に
 ストーマとは、手術によって病気を摘出した後に腸や尿管の一部を体外の外に出してつくった便や尿の出口です。肛門や尿道からの排泄に代わり、ストーマから便や尿を排泄するようになります。ストーマをお持ちの方をオストメイトといいます。

オストメイトは、便や尿の排泄をコントロールできないため、腹部に便等を入れる袋(以下「パウチ」)を着ています。このパウチに溜まった便等の汚物は、日に数回排出するほか、定期的に交換する必要があります。

交換時には、パウチ内の汚物を便器に排出の上、パウチを洗浄し、洗浄後のパウチを汚物入れに投入しています。このため、オストメイトも使用しやすい設備をもつトイレにはシャワーやフックなどがついています。

また、パウチを数日間貼った状態のため、皮膚トラブルの防止にパウチ周辺の皮膚を清潔に保つことが重要です。

自宅ではシャワーやシャワーボウル



「オストメイトへの配慮」を念頭に
 ストーマケアが十分にできず、お困りの方がいらっしゃる可能性があります。いわゆる「見えにくい障害」は、周囲の目も含めてストレスが大きく、理解者による配慮が必要です。

自分のトイレの心配はもちろんですが、「オストメイトもいらっしゃるかもしれない」ということを念頭に置いておきたいものです。

しかし、日本トイレ研究所の調査によると、震災の場合自治体による仮設トイレができるまでに3日以上かかると予想されています。さらに入浴もままならないことが予想され、ストーマトラブルの発生が懸念されます。

着衣の状態ではわからないため、ストーマケアが十分にできず、お困りの方がいらっしゃる可能性があります。いわゆる「見えにくい障害」は、周囲の目も含めてストレスが大きく、理解者による配慮が必要です。

「大阪きづがわ医療福祉生協」

～ きづがわ「であい・ふれあい・ささえあい」けあ ～

2020計画

3つの視点

- **健康づくり**
 - フレイル予防・認知症予防を進めます
 - 健診をひろげ、「健康度の見える化」をすすめます
- **病気になったら、介護が必要になったら「その人らしく生きる」を応援します**
- **地域が主役**
 - 身近な『おとなりさん』づくり(班)をすすめます
 - つながる人、ささえあう人は『おたがいさま』の関係づくり

皆でトレーニングをして健康づくり!



地域主催の昼食会です!

3つの計画

- **事業**
 - 健康づくり、24時間365日の生活を応援する事業の推進を行います
- **地域**
 - 地域まるごと健康づくりをすすめます
- **組織**
 - 大阪きづがわ医療福祉生協が地域になくてはならない存在になります

皆さんも一緒に!



健康チェック

4つの重点(2018年度)

- ① 4課題を達成しましょう! (なかまふやし・出資増資 ほか)
- ② 健康づくりチャレンジ2,000名の参加を実現しましょう!
- ③ 1支部1健康づくり・1居場所班会をはじめましょう!
- ④ 平和を守りましょう!

集まりのはじめは、『あ・い・う・べ体操から』始まります!



Profile **がもう 健**
 ● 1935年 大阪市住吉区生まれ
 ● 大阪府議会議員四期(西成区選出)
 ● 郷土史家
 ● 大阪きづがわ医療福祉生協前理事長
 ● 著書「今昔木津川物語」「今昔西成百景」など

江戸の世界に誘う 草津宿本陣 後編

がもう健の) 次郎と友子の「びっくり史跡巡り」 第27回 日記

「参勤交代で正確にはどういうことなの」と友子が質問した。

「江戸時代の大名の数は二百七十位。関ヶ原の戦い以前から徳川氏に仕えて大名に成った、五万石以下の譜代大名が多かったが、大・中の大名もかなりいた。それらの大名統制のために、一定の期間諸大名を江戸に参勤させた制度。一六三五年(寛永十二) 武家諸法度の改正で制度化された。多くは在府・在国一年交替が原則。同時に大名は妻子を人質とすることになり、道中の費用や江戸屋敷の維持などの膨大な出費に悩まされた。幕府にとっては大名統制策として有効であった。

一方、経済機構の整備、文化の全国交流、江戸の繁栄など諸方面に大きな影響をあたえたが、一八六二年(文久二) 幕政改革の一つとして大名は三年に一度百日在府と改正したが、このことによつて幕

府の大名統制はゆるんだ」「二一七年間もやっていたのはすごいね。大名行列に何か規制はなかったの」

「参勤交代で大名が江戸と国もとを往復する基準は、武家諸法度で百万石以下二十万石以上は二十騎以下と規定したが、実際にははるかに大規模で、多い場合は数千名、少なくとも百名以上。諸藩は威をばり見栄をかざった」「幕府は大名が浪費して潰れるのを待っているのね。それにもう幕末近しいではないの」「この年だけでも坂下門外の変、寺田屋騒動、生麦事件：大政奉還、徳川幕府崩壊まであと五年だものね」

「その後のお兄さんは」「以前はこの商店街に自転車できたらしいけど。最近スーパーで眼覚まし時計を五台も買ってきた」「安かったから配るつもりか…」「またね」「またね」

多職種と密に連携！利用者の“困った”に全員で応えています
ヘルパーステーションみなと

🏠 **どんな事業所？**

- 明るくパワフルな女性がたくさん活躍しています
- 他職種と連携しやすい環境で、スピーディーに対応できます。
- 診療所、居宅介護支援、デイケアサービス、訪問看護すべて併設しているので、この強みを生かしたサービスを提供しています。



👤 **どんなスタッフ？**

よく食べ、よくお話をしたりとにかく明るい人が多く気軽に相談できる人達です。
男性1名、他はみんな女性です。



🌿 **みなと** 利用者さんの“困った”に応えるために、たくさんの仲間を募集しています！私たちと一緒に働きませんか。ご連絡お待ちしております！ **TEL.06-4395-3300**

おひとりお一人の気持ちを考えプランを作成企画いたします！
ケアプランセンターさくら

春ですね…。 ご病気など不安を抱えられるようになっても『住み慣れた家でくらしたい!』を実現するためのお手伝いを、ケアマネジャーは、ご支援させていただきます。



- ご本人様の「こうしたい!」
- ご家族の「こうしてあげたい!」

というお気持ちを大切に、安心して日々暮らして頂けるように努力してまいります。

📣 **スタッフの声**

保険料など制度のこと
は私へお任せください!
日下部 雅喜

認知症でお悩みの方、
ぜひご相談ください。
阿部 友樹



📞 **お電話、お待ちしております!**

📍 **西成** 大阪府大阪市西成区松2-1-7
TEL.06-6659-3633

外来診療・訪問診療を行い、地域の皆様の健康作りを応援します!
たいしょう生協診療所

たいしょう生協診療所が千島に移転して早いもので7月で3年目の年を迎えます。

診療所の池には、かわいいメダカが泳いでおり、水蓮のつぼみも出現しました。

お立ち寄りの際はご覧下さい。

🗨️ **そろそろ水蓮が綺麗に咲きます。気軽に診療所に足をお運び下さい。**



📅 **定期健診について**

- **特定健診受診券が4月下旬から5月上旬にかけて皆様のご自宅に大阪市より届いております。組合員健診では特定健診と大阪市がん検診を併用し充実した内容の健診ができます。**
- 健診受診は「めんどくさい」「体調が悪くない」「お金がかかる～」「病気みつかるのがこわい」とお考えの方は、病気を探すのではなく「自分が健康であることを確認するための健診をする」と思ってください。また「いつも病院で検査を受けているからいいわ」とお考えの方は「**がん検診の検査項目が含まれているか**」**ご確認下さい。**どんな方も健康について何かしら関心が高いと思います。ご家族やご友人にも「健診受けとかなあかんよ」とお声掛けしあって下さい。みんなで健康で、いきいきすごせる街にしていきたいですね。



👤 **スタッフより**



診療所職員も地域のみなさまが安心して暮らして行ける街づくりのために、医療の質の向上、利用者様目線のサービスを向上し地域になくてはならない頼りにされる診療所を目指します。

事務長 北浦

📍 **大正** 大阪府大阪市大正区千島1-20-12 **TEL.06-6554-1197**

シリーズ
医 福 食 住
みらいの
これが医療福祉生協の魅力

生協が大切にしている介護

日本生活協同組合連合会は、「生協10の基本ケア」を発表しました。生協が大切にする介護の基本は、利用者の①尊厳を守る(まもる)②自立を支援する③在宅を支援するの3点です。この基本ケアに学び、在宅でのより良い暮らしを応援していきます。

このまちで
わが家で
「ふつうの生活」取り戻す介護
「生協10の基本ケア」を全国の生協で推進

<p>① 換気をする</p>  <p>病気予防の基本として、換気を行います。新鮮な空気を取り入れ、衛生的な環境を守り、感染症を予防します。</p>	<p>② 床に足をつけて座る</p>  <p>日常生活がリハビリという考えの下、足を使って立ち上がる習慣を身につける中で、トイレやお食事など自分でできることを増やします。</p>
<p>③ トイレに座る</p>  <p>トイレでの排泄は人間が守るべき尊厳の基本と考えます。布パンツでの暮らしをサポートします。</p>	<p>④ あたたかい食事をする</p>  <p>ご自身で調理したり盛りつけたり、親しい方と楽しく食べることで社会性を保ちます。誤嚥防止のために、食事前には口の体操も行います。</p>
<p>⑤ 家庭浴に入る</p>  <p>湯船にゆったりつかる習慣は日本の素晴らしい文化です。生活リハビリの効果を生かして家庭浴への入浴を大切にしています。</p>	<p>⑥ 座って会話をする</p>  <p>安心感を与えられるように座って会話をします。共に時間を過ごし、日々の見守りを行います。</p>
<p>⑦ 町内におでかけをする</p>  <p>慣れ親しんだ地域に出かけることは社会性や精神的な豊かさを保つために大切なことです。これまでの生活リズムを維持できるようにします。</p>	<p>⑧ 夢中になれることをする</p>  <p>自分らしく、好きなことに夢中になれる機会や、居場所づくりに取り組みます。</p>
<p>⑨ ケア会議をする</p>  <p>自分の街で住み続けられるように、社会性と暮らしを守るケアプランをつくれます。職員はチームでケアに取り組み、ご家族を含めサポートします。</p>	<p>⑩ ターミナルケアをする</p>  <p>元来な時から人生の最期まで、地域との連携でご自宅でのターミナルケアをサポートします。</p>

おたよりコーナー

■この時期になると毎年大正通りに白のこぶしの花が咲いています。21年前ある日突然亡くなってしまった息子。突然死でした。大正通りのこぶしの花が毎年慰めてくれている様です。早いもので来年は22回忌です。
大正区 チャミーグリーンさん

■年をとっても知らない事が多すぎる。自分でびっくりしている。それとも、もう忘れてしまったか？悲しい老女の独り言でした。今日も元気に歩きますよ。
大正区 ある老女よりさん

■初めて応募しました。いつもまちがいさがしはしていますが、応募したのは初めてです。当選するのがたのしみです。
大正区 福田 明美さん

■4月から子供が幼稚園へ。親から離れ大泣きすると思いきや、普通に大丈夫でした。毎日楽しく幼稚園生活を送っているの、親として安心です。
港区 中井 美幸さん

■最近暖かい日が多くなり、散歩にはちょうどいい季節になりました。体の為、健康の為に少し運動してみようかと思っています。
港区 霜村 順子さん

■桜が大好きな私、2月に階段から落ちて左足を骨折してしまいました。今年はお花見も車窓からです。来年は思う存分お花見したいです。
港区 ヤダモンさん

■生協の方と共に、お花見に参加させて頂きとても楽しいひとときを、過ごさせてもらいました。ありがとうございます。毎年誕生日月にハブラシ(プレゼント)頂きありがとうございます。何時もより「みらい」が早く入りありがとうございます。
港区 山本 美代子さん

■3月後半から暖かく晴れの日が続いて、近くの公園の桜も満開になり、今年は一歩外へ出れば桜見を楽しむことができました。今は4月1日現在、桜の花びらが散り始め、花びらが足元をピンクのじゅうたんの様になりました。梅好みの私ですが今年も桜と長い間つきあうことができそうです。
西成区 金元 美根子さん

■「歩く」ことを日課にしようと、買い物など近くの所は歩いて行くことにしています。時間の節約にはなりません、筋力がつくとも体力もついていくことを感じるようになりました。心身共に健康にいいので続けて行こうと思います。
西成区 金元 美根子さん

■4月に入り朝は寒い位ですが、日中は暖かい日が続いております。今年は一週間も早くデイケア室よりリフトで近くの公園に花見にいきました。昨年は雨でリフト車の中での花見でしたが、今年は満開の桜でお天気もよく心が一邊に癒されました。ありがとうございます。来年も期待しております。
西成区 岡本 康榮さん

■まちがいさがし毎回来しみに挑戦しています。いつも後一つがなかなか見つけれませんが、今回あつという間にみつかりうれしく応募してみました。
大正区 リリーさん

■インフルエンザの予防接種のおかげで無事に、何なく春を迎えました。1歳の娘を連れて大阪城へお花見に行きました。平日にも関わらず多くの人でにぎわっていました。いつまでも花より男子(団子)が、日本に生まれてよかったと思いました。
大正区 ながお ふゆこさん

■高齢聴覚障害者は一般のホームやデイサービスの利用も困難。コミュニケーションが難しいという理由で入所も利用も断られてしまう、何とかならないものかと思うだけです。
大正区 ろうあおの老人さん

■福井県で昨日、大飯原発が稼働しました。尚3号機が5月稼働の予定です。当地ではこれで原発4基が稼働し、3基が稼働許可の状況となりました。然し事故の場合の避難の体制は、充分ではありません。殊に関西の水圏。琵琶湖は直ぐ近く、この湖が汚染されたら大変です。東北復興未だならず、原発百害あって一利なし、考えれば考える程、全身、不安と怒りで一杯です。原発反対！
港区 正木 ツヤさん

まちがいは7

下の絵は上と7ヶ所のまちがいがあります。どこ?どこ?まちがいさがし

正解者の中から抽選で15名の方に図書カード(500円)を進呈!

【ハガキ 応募方法】
解答イラストを切り取り、ハガキに貼って下記住所までお送りください。

【メール 応募方法】
解答画像を添付の上、下記アドレスまでメールをお送りください。
*ハガキ・メールとも氏名、住所、連絡先、今号の感想やご意見、近況などをお書き添えください。

4月号の応募総数66名で
全員正解でした。

4月号の当選者 15名

図書カード当選者は発送をもって発表に替えさせていただきます。抽選は毎月第一月曜日に行っています。見学されたい方は、ご一報の上、お越しください。

郵便番号は正確に
〒556-0024 塩草2-2-31
大阪きづがわ生協「みらい」係
mirai1@osaka-kizugawa.coop

応募先

どしどしご応募
お待ちしております

6月末日 必着

以前、私が投稿した息子の事を書いた便りが載っていて、それを知らない旦那はめっちゃビックリしてました。「同じ境遇のお話じゃなあ〜」同姓同名いや、嫁やん〜みたいな(笑)また載ってビックリさせたいです!(-;-)

港区 岡本 よしみさん

■図書カード送って頂き有難うございました。まちがいさがしは、どのくらい早くみつけれられるか楽しみにしています。
西成区 渡辺 美保子さん

■初めて当りましたーありがとうございます。図書券は知り合いの子供に何かのお祝いにあげようと思います。今後またまちがいワイス楽しもうと思います。
西区 川本 泉さん

※メールでおたよりを送っていただく場合、住所、氏名を入力してください。
※おたより掲載は図書カード当選と関係ありません。(編集部で選ばせていただいています)

無料 高齢者・障がい者のための
電話相談・出張相談

受付専用 ☎ 06-6633-7624

受付時間/月~金 9:30~17:00

まずは、お気軽にお電話ください

きづがわ共同法律事務所
代表 TEL.06-6633-7621