



通常総代会 第8回

2019年6月23日(日)

大阪市立子ども文化センター大ホールにて、245名の出席で、第8回通常総代会を開催しました。別所義正理事長の挨拶の後、ご来賓を代表して、大阪民医連事務局長の釘宮隆道様よりご挨拶をいただきました。また、お寄せいただいたメッセージを代表して日本医療福祉生活協同組合連合会のメッセージをご紹介します。



次ぐ自然災害に抗して改めて防災の取り組みも強めようと訴えました。

また、熱中症訪問を取り組んだ成果で環境省「熱中症予防プロジェクト」に参加し、優良賞を受けたことなど報告。

総代会議案を奥章専務理事が提案。大阪北部地震・西日本豪雨災害・台風24号大阪直撃など相



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



ママ・ちょこ 42

ひとり親家庭サポーター事業をご存知ですか?

大阪市では、母子・父子家庭及び寡婦の方に対する相談・情報提供機能の充実と、就業支援、とりわけ児童扶養手当受給者に対する自立・就業支援を推進するため、各区保健福祉センターで、相談窓口を開設しています。また、訪問による相談も実施しています。就業支援の専門的知識をもつサポーターが、就職や自立支援に関する制度などの情報を提供するとともに、きめ細かな就業相談を行っています。また、離婚前相談、ひとり親家庭自立支援給付金の事前相談・申請受理も行っています。



詳しくは ひとり親家庭サポーター事業をご覧ください。
<https://www.city.osaka.lg.jp/kodomo/page/0000002811.html>

相談日

区によって相談窓口の開設日が異なります。各区へお問い合わせください。

相談時間

9時15分から17時30分
※出張や予約相談などで不在の場合がありますので、予めお電話にてご確認ください。
※相談日が祝日の場合、振替実施は行いません。

対象者及び申し込み

母子家庭、父子家庭および寡婦の方

利用料(費用)

無料

理事会報告

第12回 理事会

日時 2019年6月15日[土]午後3時~4時45分

場所 本部

出席 理事 23名/29名中 監事 1名/3名中

常務理事会議事

- ① 法人運営に関して 新しい体制の中で運営管理体制づくり確立
- ② 医師・歯科医師確保にむけて
- ③ 震災支援・防災の取り組み
- ④ 学習月間の具体化について
- ⑤ 熱中症訪問について 6~7月を中心に
- ⑥ 事業計画作成へ
- ⑦ 総代会議案書の一部訂正の件

常務理事会 報告・協議・決定事項

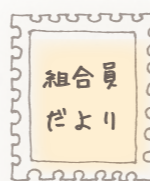
- ① 医療介護安全の取り組み
- ② 2019年度全国四課題目標
- ③ 災害支援について
- ④ 法人運営に関して
- ⑤ 医療福祉生協連・民医連・法人共通
- ⑥ ライフデザインノート「最後までじぶんらしく」の活用について
- ⑦ 大阪きづがわ組織を最大限生かした職員確保及び育成

第12回定例理事会 協議承認事項

- 1号議案:5月度の事業活動報告
- 2号議案:総代会運営について
- 3号議案:夏季一時金支給について

各報告承認事項について

次回 常務理事会 7月10日[水] 午後3時半 みなと生協診療所
理事会 7月20日[土] 午後3時~ 本部



先日男3人で堺のイオンのランチに行きました。一緒に行った方からこんなお手紙を頂きました。(本当はもっと来るはずでしたが、天気が悪くたまたま男3人で行くことに…)

7月1日、お食事健康ウォーキング班会で、南海七道駅そばのイオンモール内の健康美食ビッフェレストラン「豆の花」へ連れて行ってもらいました。約40品目から自由に好きなだけ食べられました。1人1600円かかりましたが、納得でした。高齢者一人ではこのような店には入りづらいのです。1カ月に1度ぐらいこのような食事のプチ贅沢企画を今後お願いしたいと思います。行ってよかったです。

西成区在住 佐藤 泰正(82歳)

※男3人、食事の後、イオンを散歩しました。楽しくおしゃべりも弾み、いい日でした。医療生協ってこんな貴重なこともできるんですね。



088
今月の
いちまい

私の健康法(滝本 タツエさん 77歳)

● たまたま仕事で歌った民謡、今では弟子を持つまでに

幸いご主人は2か月で働けるようになったのですが、料理屋さんにはそれから宴会のたびに呼ばれるようになり、三味線も習ったらいよいよ進められ、勧められるままに習い始めました。好きこそもの上手なれでめきめき上達し、民謡が縁で弟子を

滝本さんは、今一人暮らしですが、子どもさんは娘さんが2人、孫さんは4人います。ご主人は、船乗りさんでしたが、丁度子どもがよちよち歩きの際に、急に病気になる体が動かなくなりまして。日給月給のような生活でしたので、たちまち生活がタツエさんの肩にかかってきました。近くの料理屋さんに子どもを背負って、皿洗いで働くことになったのですが、宴会の時に、民謡を歌ったのがきっかけで、宴会があると呼ばれ民謡を歌うようになりました。

「はじめ周りはいつも人がいっぱいいます。65歳で主人は天に行きましたが、お弟子さんにはいつも人がいっぱいいます。」

まだまだ歌い続けます



これからも、みなさんに民謡で楽しんでもらえるよう、健康でいたい

紹介する人もでき、稽古場も提供する人もあり、輪がどんどんできていきました。

今はいろんなところで引っぱりだこです。お弟子さんたち「先生、すこしは断りや！」と言われるそうです。が、「これも功德や」と言っている限り晴れの舞台に出て、みんなに喜んでもらうと思っています。そのために健康でいたいと思っ

通常総代会 第8回



大阪きづがわ医療福祉生協として提唱してきた「きづがわ『であい・ふれあい・ささえあい』けあ」は、地域のつながり・ささえあいの取り組みがさまざまな活動として広がっていることを報告。

地域丸ごと健康づくりでは、3年目となった健康チャレンジも府下で約11397人が登録し、目標とした10000人を超えたこと、大阪きづがわ医療福祉生協では約1500人が登録され、小学校や町会のつながりでも広がっています。

討論では、議案書を豊かにする内容で9通の発言通告があり会場は感動や共感で和やかでした。

澤高志・奥章、専務理事に木村準司、常務理事に山田英樹と新しい体制が決まりました。



最後に総代会議案は、賛成多数で可決されました。役員改選も行われ、理事長に別所義正、副理事長に倉

また、「第8回通常総代会アピール」も採択され、会場で訴えた原水爆禁止世界大会参加への募金は、79000円余り寄せられました。ご協力有難うございました。

総代会で発言された総代及び職員

- ① 港晴支部の組合員訪問に力を注いだ1年について 松浦 美聡(総代)
- ② 三泉支部でのフレイル予防の取り組み 三好 寿江(理事)、鈴木 鈴子、中務 富枝(総代)
- ③ 西北支部のあゆみと活動 佐伯 敏子(理事)、西原 恵子(総代)
- ④ 大正エリアでのボランティアの取り組み 青木 勝美、滝本 タツエ(総代)
- ⑤ グループホームしおかせの取り組み 萩原 光代(職員)
- ⑥ ながほり通り診療所の子育てお話し会「てとてと」 田窪 翔子、岡澤 憲幸(職員)
- ⑦ 西成エリア「あなたの夢をかなえ隊」第1回 井上 恭子、鮎子多 五月、狭間 義和、澤井 貴善(職員)
- ⑧ 高齢者組合員(港エリア二葉会)の取り組み 西原 忠弘(総代)
- ⑨ 原水禁世界大会への参加に向けて(平和のバトン) 石村 直志、東口 剛士、伊藤 憲太郎、岡崎 一郎、福光 徹(職員)

■退任された役員(ご苦労様でした)

常務理事: 姉川 紀代美
理 事: 泉田 八重子、石倉 功、佐藤 カナエ、佐伯 敏子、西原 美幸
監 事: 仲里 弘

■選任された役員

理 事 長: 別所 義正
副理事長: 倉澤 高志、奥 章(新)
専務理事: 木村 準司(新)
常務理事: 山田 英樹
理 事 (地域理事): 青野 晴美、朝野 勝、稲葉 豊、大槻 昌枝、蒲生 昌子(新)
川内 美世子(新)、小口 美佐子、柏原 貴美子、竹中 茂子(新)
中原 誠、樋口 和子、宮地 由美、圓山 直子、三好 寿江、吉村 安衣
理 事 (職員理事): 石垣 剛、榎田 裕士、北浦 豊啓(新)、潮田 和彦(新)、杉浦 健
中村 雅一、平井 正美、室川 聖子(新)、吉村 洋子
監 事: 藤田 一博、山上 俊夫、小谷 三鈴(新)

新役員ごあいさつ



新専務理事
木村 準司
専務理事に就任しました木村準司です。地域の方々と職員が力を合わせてくらしを支える事業と活動を進めていくのが生協です。法人内での医療と介護の連携を一層進めるとともに、生協以外の方との連携も大切にしていきます。

また、私たちの事業所は「民医連」に加盟しており、無差別平等の医療と介護を進めています。この時代に大変大切なことだと思っています。これからもよろしくお願ひします。

泉涌寺の楊貴妃観音

「びっくり史跡巡り」第41回 日記

Profile かもう 健
● 1935年 大阪市住吉区生まれ
● 大阪府議会議員4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

「泉涌寺は本堂に行き着くまでに、このような楊貴妃観音、木造釈迦如来像では全国一高いという戒光寺、即成院本堂には阿弥陀如来像をかこむ二十五菩薩の群像などで、それぞれ圧倒的な浄土教の世界を体感できるのが他の寺院にない特徴だね」

「次郎ちゃん大感激ね」「時間をかけて拝観することが大事だね。そうすれば極楽を体感できるよ。こんなところは他にないよ」

「『地獄極楽この世にござる』と云うのだから、何もお金を払って地獄を見に行く必要はないと思う。見るなら極楽、泉涌寺前だね」

「友ちゃん今日はタクシーで京都駅まで飛ばして、一杯飲んで帰ろうか」「ホットコーヒーをね」「認知症の兄さんと同じ居して介護している次郎ちゃんも極楽間違いなしよ」

「そんなこと云ってくれるのは友ちゃんだけや」「みんな見てくれてはるよ」

「『日常が何よりも大切でいい』という言葉が好きだから、何かあったら兄を抱いてやる、ハグやね」

「兄さんは…」

「抱き返してくれるよ」

「今日は何かうれしいね」

「極楽気分ですホットコーヒー」

平和だからこそできる盆おどり！
今年もみんな力で合わせ開催します！

西成区 ●

西成平和盆おどり大会

第31回西成平和盆おどり大会を今年も開催します。手作りの夜店もあり、毎年地域の方がたくさん来られます。

学童のこどもたちによるエイサーもあり、みんなが楽しめる盆おどりです。そして、八尾小鉄丸一行による生演奏でおどります。

会場には駐車場などもご用意しています。是非とも、遠方からでもご来場ください。



みんなで
暑い夏を吹
き飛ばしま
しょう！

こどもたちのエイサーは大盛り上がりです



また、この盆おどりは、皆様のカンパで成り立っております。是非とも、カンパのご協力もよろしくお願ひします。

開催日 8月23日(金)・24日(土)
午後6時30分～午後10時まで

場所 松通り公園 (大阪市西成区松3-2)

主催:西成平和盆踊り実行委員会
連絡先:06-6658-7400 (竹中)

みんなの
ひろば

港区 ●

「歯周病」学習会

7月12日みなと生協診療所の待合に併設されているサロンで「歯周病」の学習会が開かれました。

診療所のお隣「なぎさ薬局」さんから薬剤師の加藤さんが講師にやってきてくれました。歯周病は、歯周病菌によって歯の周囲で歯を支えている組織「歯周組織」が炎症を起こし、破壊されていく怖い病気です。みなさん興味津々な様子で、とても熱心に聞かれました。

歯周病への予防法の話聞いた後は「さっそく実践してみるわ!」「来て良かったわ～」と

他人事ではないので
みなさん真剣です



いった声も。普段なかなか聞けない話なのでたくさんの質問も飛び出していました。

今後も定期的に学習会が開かれる予定です。皆さんも是非ご参加くださいね。

歯周病の怖さを知り
予防法を教わりました！

健康づくり委員会

健康スタンプラリー開催します

健康づくり委員会では、医療福祉生協の様々な取り組みが、みなさんの健康づくりに役立てばと願っています。健診を受けておしまいとか、健康チェックを1回やっただけで終わりというのではなく、健康づくりに役立つ系統的なものになるよう、これからも工夫していきます。

そこで、今年健康スタンプラリーを開催することといたしました。西成エリアでは、これまで開催していましたが、きづがわ全体で取り組みます。

年30回の班会(サークルなど含む)等への参加と、年に1回の健診受診のスタンプを押せるスタンプカードを用意します。このカードにスタンプを押して全部押せたら、素敵なプレゼントを進呈します。スタンプカードはエリア事務所にございますので、組合員活動部にお申し出ください。



たくさんのご参加
お待ちしております

※写真は昨年の西成エリアのスタンプカードです。

浪速区 ●

モーニング班会

浪速支部では、毎月第3水曜日、午前9時～11時で、モーニング班会を地域交流センターにわ晴ればれで開催しています。

高齢者が中心の班会ですが、楽しくおしゃべりしています。なんと、車での送迎も行っています。

昨年、新しく入った組合員さんが担当しています。原水禁世界大会が近いこともあり、カンパの訴えもありました。

朝食を食べながら
みんなと楽しくおしゃべり！



車で送迎してもらって
助かります



シリーズ
医 福 食 住
みらいの
 これが医療福祉生協の魅力

糖尿病って怖い病気？

様々な病気を
合併します

糖尿病について正しい知識を持ちましょう

その
1

糖尿病が疑われる人は全国で約1000万人おり、そのうち約760万人が治療を受けていると推定されています。極めてありふれた病気です。

糖尿病はある日突然なるものではありませんが、かといってあなたが絶対にならないという病気でもありません。糖尿病は軽症のうちにはほとんど自覚症状はなく、徐々に忍び寄って来るものなのです。職場検診やまたまた診療所で血糖を計ったら、高かったというこのほうが多いでしょう。それだけ糖尿病には自覚症状がないぶん、ある日『あなたは糖尿病です』と医者から宣告されても、なんだか納得しかねるのです。

そして、糖尿病は放置しておくとなかなか致命的な病気の原因になります。たとえば動脈硬化による心筋梗塞や脳梗塞、腎不全や視力障害や神経障害など様々な病気を合併します。それを防ぐには、そうなる前に予防していただくことが大切です。気づいた頃には手

遅れになっていく人も病院では多くみかけます。

余談ですが、糖尿病と診断された方が喫煙者であった場合には禁煙を強くお勧めします。糖尿病とタバコが組み合わさると動脈硬化が急激に進行するためです。心筋梗塞や脳梗塞の予防としては、第一に禁煙、第二に糖尿病の治療です。

では、『あなたは糖尿病です』と言われてたらどうすればいいのでしょうか？

糖尿病は治る病気ではありません。ある意味、病気というよりは、血糖が上がったりしやすい体質と言ったほうがいかもしれません。しかし、医学の進歩により糖尿病はコントロールできるようなりました。重要なのは糖尿病に対する正しい知識を持ち、賢く対処する事です。

糖尿病はインスリンという血糖を下げるホルモンがうまく働かずして起

る病気です。甘いものやお菓子を食べて過ぎたからなるものではありません。極端な話、糖質(炭水化物)から食物繊維を除いたもの(になるものを食べれば、何を食べても血糖は上がります。

たとえばお饅頭やアイスクリームを食べなくても、ご飯や肉類、パンや牛乳といった甘い食品も体内で分解されて最終的には血糖を上げます。ですから何よりも大切なことは甘いものを食べないことよりも、食事に含まれる糖質の量を正確に把握することが大切なのです。

糖尿病の治療の基本は食事療法、運動療法、そして薬物療法の3つです。

糖尿病と診断されても食事を食べ過ぎず、定期的な運動をすることで、必ずしも薬を必要としない軽症の糖尿病の患者さんもおられれば、インスリン注射を必要とする患者さんまで様々です。そこで必要なことは、糖尿病をコントロールして正常な人と同

じ様な日常生活を送ることです。

例えていえば、髭を剃るのは厄介な事ですが慣れてしまえば面倒なことではありません。糖尿病の治療薬もその様に考えていただければと思います。

よくある誤解として、薬を飲んでいれば安心と思いがち、運動療法がおろそかになる人や、逆に、薬を飲みたくないがために過剰な食事制限や運動をされる人を見かけます。何事もバランスが大事なので、体調に合わせて無理のない治療選択が必要です。



たいしょう生協診療所 小滝和也

治療選択の際に重要な指標となるのが「HbA1c」(ヘモグロビンエーワンシー)です。なぜ血糖ではなく「HbA1c」を指標にするのか？これについて次回の記事で解説していこうと思います。

おたよりコーナー



■最近老眼がすすんでいて老眼鏡が離せません。パソコンやスマホを見るときにもかけるには見えません。でも月に1回のみらいのまちがいがさだけは頑張ってチャレンジしたいです。 **港区 老眼鏡が離せませんさん**

■毎回楽しみにしております。いつもありがとうございます。ましがいの7つは毎回パワーアップしている感じがします(笑)。今回は老眼鏡を片手に探しました(笑)。いいポケ防止になっております(笑)。答えがまちがってなくても嬉しいのですが、毎回ご苦労様です。いつまでも続けて下さいね。 **大正区 ひげおじさん**

■私は重度聴覚障害者ですが、新曲が出たら覚えて歌っています。生協のカラオケにも参加しています。ポケ防止にもなっていると思いますので、これからも1週間ごとに新しい歌を覚えていこうと思います。 **西区 川本 泉さん**

■今回のまちがい探しの絵は、これからの季節、梅雨が始まるかわいい絵でした。現在心臓の手術をして2ヶ月目、ようやく日常生活に少し始めた所です。まだまだ回復とはいえず、ましがい頑張ります。 **浪速区 内川 洋子さん**

■フジ運の悪い私が図書カード始めて当たりました。ありがとございました。早速おたよりコーナーでお礼をと思ってた矢先、熱発で診療所の先生に診察して頂き、肺炎で炎症もきつから入院が必要と云われて急遽診療所の

車で近くの病院へ入院する事になり、今回2019春の健康チャレンジに登録して頂き乍ら残念乍ら今回は諦め、年末も一度挑戦させて頂きます。病に負ける事なく膝原などに屈してたまるものと、ステロイド治療に頑張っています。 **西成区 竹田 早苗さん**

■いつもおじいちゃんにやってもらうけど、今日は自分でできました。 **大正区 渡口 泰生さん**

■0才児からお世話になっている息子も、この春小学生になりました。このまちがい探しも息子の楽しみになっています。 **西区 たまごかけごはんさん**

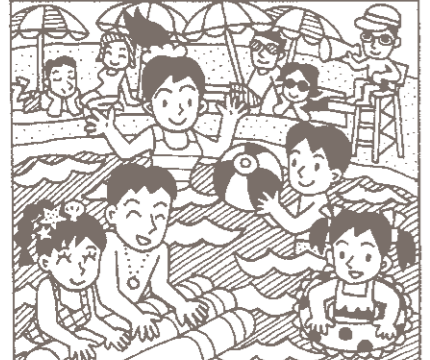
■手紙やはがきを出す機会が減っていますので、あえてまちがい探しはハガキで出しています。今回は最後の1つがなかなか見つける事が出来ず息子に探してもらいました。そして、あつという間に見つける事ができました。小2の息子、脳まで若いとは!!見つけられ私はスッキリしました。 **大正区 沙莉流さん**

■6月から大学や専門学校オープンキャンパスが各学校で始まります。看護師志望なので看護系の学部をたくさん見学したいと思っています。梅雨のジメジメに負けず頑張ります。 **大正区 出口 あずみさん**

■このワイズはほんとうによくできていますね。季節感があるし、見のがしてしまつ、まちがいが実によくできています。孫と一緒に楽し

どこ？どこ？ ましがいがさし **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。 **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!**



6月号の応募総数56名で正解者56名でした。 **6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
 8月末日 必着

いひとときが過ぎます。 **浪速区 平田 淑子さん**

■久しぶりに仲間とハイキングに参加してきました。そして帰りに坂道(下り)でスッテンコロン。救急車で病院へ。という羽目やリトシには勝てない事を実感しました。 **大正区 84才のチヂイさん**

■みらい毎号楽しく読んでいます。5/3私は別の集会に行ったのですが、扇町でも中の島でもいろいろ活動されているんですね。「木曜夜まわりの会」頭が下がります。私も出来ることをこつこつ実行しています。 **西区 井上 和歌さん**

職員募集

- 看護師
- 理学療法士
- 作業療法士
- 歯科衛生士
- ケアマネジャー
- 介護福祉士
- 訪問介護員(ヘルパー)
- 事務員
- 介護スタッフ
- 送迎スタッフ
- 運動トレーナー

● 求人詳細は当生協ホームページにて <http://www.osaka-kizugawa.coop>
 ● 各事業所又は本部(06-4394-8500)まで