

# お元気ですか

大阪きづがわ医療福祉生活協同組合  
港エリア事務局  
〒552-0003 大阪市港区磯路3-3-4  
TEL 06-6571-0606  
〈発行日2019年7月1日〉  
港・西エリアニュース Vol.087

すこしおレシピ本販売中!!

## すこしお料理作ってみた!!



すこしおレシピ本『減塩でもおいしい野菜のレシピ』販売中です！この本は医療福祉生協連が、女子栄養大学出版部と協同で作りました。医療福祉生協の医師と女子栄養大学の管理栄養士による減塩のコツやワンポイント付きの「減塩でもおいしい野菜のレシピ」本です。楽しく美味しい減塩アイデアが満載の内容です。



そして今回は好評につき、「作ってみた」第2弾です！！

## 牛肉のたたき風サラダと

## ひじきとニラとしめじの煮物を作りました



料理をあまり作らない人でも、簡単に作れて、減塩料理とは思えないしっかりとした味付けになっていて、とても美味しく頂きました。牛肉のたたき風サラダとひじきの煮物は恐ろしく簡単で、調理時間も40分程度で作ることができて、他の料理にも挑戦したいと思いました。ぜひ皆さんも本をお求めになって、減塩料理に挑戦してみてください！オススメです!!



# 第19回文化のつどいを開催しました！

5月26日（日）第19回文化のつどいを開催。会場は診療所の隣にある磯路老人憩いの家で、去年は休止となりましたが、100名近くの方に足を運んでいただきました。出店はおにぎりやバラ寿司、おでん、焼き鳥などの飲食コーナーや手芸があり、今年は休憩時間がありお昼休憩など参加者は飲食しながらゆっくりと過ごされていました。舞台出演は民謡や詩吟、コーラスで新舞踊、途中で飛び入り参加もあり、最後は大正琴で瀬戸の花嫁などの演奏で出演者、参加者一緒になって歌い、賑やかに締めくくりました。



## サークル活動ご案内

【】の記載のないものはみなと生協診療所で行なっています。  
お問い合わせは 06-6571-0606

サークル名	日時	料金
民謡	第1~3(木) 13~15時半 【晴ればれ】	月1500円
生花教室	第2.4(土) 15時半~16時	月3300円(花代含む)
コーラス	第1.3(木) 14~15時	月800円
習字教室	第1.2.4(火) 19~20時半 第2.4(土) 10時半~12時	月3500円 月2500円
新舞踊	第2.4(土) 13~15時半	月3000円(他部屋代)
詩吟	第1.3(金) 10~12時	月1000円
大正琴	第1.3(金) 13~14時	月3000円
健康麻雀	第2.4(土) 14~16時 第1.3(土) 13~16時 【晴ればれ】	1回500円 1回200円
手芸	(月) 不定期 13~16時	1回100円
筋トレ	(月) 14~16時 【晴ればれ】	月100円
将棋	第2(日) 14~17時 【ながほり通り診療所】	1席200円
カラオケ	偶数月 第4(土) 14~17時 【ドレミ館】	1回1500円(おつまみ、ワンドリンク付き)
卓球サークル	毎週金曜日 13~15時 【晴ればれ】	月100円



## 7

## ながほりタイムス

2019.07

👤 こどもさんの困った！に…

これから夏休みをむかえて、ご家族で旅行・帰省される方も多いのではないのでしょうか。急な発熱など、とっさのときにどのようにすればいいのか？そんなときに役に立つサイトをご紹介します。

【こどもの救急】というサイトです。厚生労働省の研究班の助成金により、日本小児科学会の医師たちが監修をしているサイトなので、安心な情報です。チェックをつけて、こんなときは…というアドバイスがあります。もちろん緊急の時は、救急車、救急診療所へ。

\*ながほり通り診療所は「お盆」による長期休診はありませんので、お気軽にご相談ください（台風など天候による休診の場合がございます。お電話での確認をお願いいたします）。



<http://kodomo-qq.jp/>

✓ 公式LINEアカウントできました！

👤 ついに？ようやく？

公式LINEアカウントができました、(\*V)/  
急な単位の変更、ワクチンの流通制限、イベントのご案内など、ながほり通り診療所からのお知らせが直接届きます。もちろん今まで通り、Facebookにも模様をお伝えしてゆきます。

直接お答えはできないので、ご要望は、下記まで。

(担当)岡澤 06-6533-0106

[okazawa.n@osaka-kizugawa.coop](mailto:okazawa.n@osaka-kizugawa.coop)



友達追加から  
QRコードを読み取るか、  
検索を。  
LINEIDは  
@531fwslu  
です。

👤 今後の代診予定

🚗 7月30日（火）  
⇒辻本Drから堀Dr

👤 7月31日（水）  
⇒堀Drから田窪Dr

👤 8月2日（金）  
⇒辻本Drから田窪Dr  
他は変更はありません  
(急な変更等はご了承ください)

🐱 イベントご案内

・ 小児科医とおはなし会「てとてと」  
7月28日（日）10:30～

・ おやこdeたいそう  
7月19日（金）、26日（金）14:00～

・ こども食堂  
よる）7月26日（金）18:00～  
8月23日（金）18:00～  
あさ）8月8日（木）7:00～

♪ ご来院の際は、お電話いただくと、待ち時間短縮につながります。  
その他、掲載記事のお問合せや、医療・介護についてもご相談を承っております。

お気軽にご相談ください。☎ 06-6533-0106



# しおかぜまつり

2019年 8月 25日 日

午前10時～午後2時ごろ



## デイサービスセンターしおかぜ

港区八幡屋3-5-1

☎ 06-4395-3700



### バザー

デイサービスセンターしおかぜ利用者さんの手作り作品等も販売します

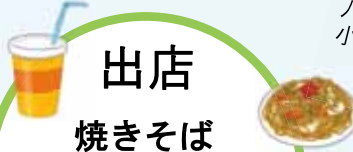


子どもコーナー  
くじ引き  
スーパーボール  
すくい



### 出店

焼きそば  
フルーツ  
ジュース  
など



医療・介護相談 も行なっています。  
お気軽にスタッフまでお声かけください。

### 健康診断のご案内【\*要予約】ご予約・お問い合わせは みなと生協診療所 06-6571-5594まで

みなと生協診療所では、健診受診の当日だけでなく、健診後の結果説明も行ってまいります。医師・看護師が疑問や不安にお答えします。

日曜健診

	7/21	8/18
健康診断	○	○
婦人科健診	○	-

両日とも午前8:30-11:30

平日健診

	時間	月	火	水	木	金	土
午前	9:00-	○	○	○	○	○	○
午後	18:00-			○			

### 無料法律相談のご案内

日時： 7月16日(火) 15:00-16:00 場所：みなと生協診療所  
\*要予約 TEL 06-6571-5594



### みなとみんなの食堂・ながほり子ども食堂

ボランティア募集中!

### 麻雀

毎月第2・4土曜日 13時半～  
みなと生協診療所1階 サロン

## 大阪きづがわ医療福祉生活協同組合

港区・西区エリア

みなと生協診療所 TEL06(6571)5594  
 コープみなと介護よろず相談所 TEL06(6571)7880  
 みなと生協診療所デイケアセンター TEL06(6575)9163  
 グループホームしおかぜ TEL06(4395)3311  
 高齢者住宅ふきのとう TEL06(6571)0606  
 医療生協ながほり通り診療所 TEL06(6533)0106

訪問看護ステーションさくら通り TEL06(6571)8585  
 ヘルパーステーションみなと TEL06(4395)3300  
 デイサービスしおかぜ TEL06(4395)3700  
 配食サービスしおかぜ TEL06(4395)3335

デイサービス医療生協ながほり通り TEL06(6533)0661



やっています♪

みなと生協診療所

or

医療生協ながほり通り診療所

検索