

2020 Vol. 096

特定健診のお知らせ

〒556-0024 大阪市浪速区塩草2-2-31 TEL:06-4394-8500 FAX:06-4394-8505 現勢 • 組合員数 25,359人 出資金額 738,069千円 平均出資金額(1人) 29,105円 支部数 30支部 2020.1.未現在

特定健診の受診券 眠っていませんか?

特定健診って何?

2008年より生活習慣病の予防のため、

国民健康保険や健保組合が実施している健診です。

主な内容は

1 身体測定

2 加圧 尿検査

4 採血

6問診

となっています。

(市町村によって内容に違いがあります)



どうすれば受けられる? 費用は?

対象者には、大阪市の国民健康保険や多くの健保 組合の場合「特定健診受診券」がご自宅に送られて きます。(例: 大阪市国民健康保険の場合40歳以上) この券を実施している医療機関に持っていくこと

で健診を受けることができます。万が一、紛失した場 合でも再発行は可能です。また費用は基本的には無 料です。

※お持ちの保険証によっては受診券の発行を申請する必要があります。

がん検診もご─緒に♪

特定健診には胸部レントゲンや胃透視(バリウ ム)の検査などは含まれていません。採血項目も 必要最低限なものであり、心電図も基本項目には 入っていない場合があります。

がんなどの予防のためにもこれらの健診を1年 に1度は受けることをお勧めします。大阪きづがわ 医療福祉生協の各診療所では、受診券を併用し て上記の項目がセットになって安く受けられる組 合員健診が多数あります。

ご希望の方は各診療所へご連絡ください。また 受診券をお持ちでない方も組合員なら安く受け られる健診があります。

どんな健診を受ければ いいかお悩みの方は一 度ご相談ください。健診 を受けることが健康への 第一歩ですよ!



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

・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







新型コロナウイルス(COVID-19)感染症の

発生に伴う電話相談窓口について(解釈のは対策

新型コロナウイルス感染症の発生に伴い、電話相談窓口が設置されました。



専用電話 06-6944-8197



※番号にお間違えの無いようご確認をお願いいたします。

帰国者・接触者相談センターについて

新型コロナウイルス感染症に感染が疑われる場合に、 どこの医療機関を受診すべきかがわからないという 方々への不安を軽減し、また、患者を診療体制などの 整った医療機関に確実につなぐために、保健所に「帰 国者・接触者相談センター」が設置されました。

大阪市保健所

TEL: 06-6647-0641 FAX: 06-6647-1029

相談受付時間:午前9時から午後5時30分まで(平日)

【相談対象者】

- ▲ 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続 いている。(解熱剤を飲み続けなければならない ときを含みます)
- B 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)が
- © 高齢者や基礎疾患等のある方は、AまたはBの 状態が2日程度続く場合

※令和2年2月18日更新 大阪府HPより

平尾支部

大正エリア平尾支部の総

(39歳)

毎月1回機関誌「みらい」の配達と毎週火曜日と金曜日

に開かれているモーニング班会の有力なレギュラーメン

バーの一人でもあります。

モーニング班会では、高齢者のお客さんに笑顔で、

「おはようございます!」

「ありがとうございます!」

「気をつけてかえってくださいね!」と

よくとおる声で明るく接してくれています。

また月1回のゆいまーる弁当作りでも焼き方として力を

発揮しています。お魚を焼くのはベテランです。

是非、モーニング班会に足を運んでみてくださいね。

理事会報告

第8回 定例理事会

日時 2020年1月18日[土]午後3時~5時30分

場所 本部

出席 理事 26名/29名中 監事 1名/3名中

常務会議事報告・協議・決定事項

■報告事項

全日本民医連総会 2月20日(木)~22日(土)熊本

大阪民医連総会 3月28日(土)~29日(日)

■協議事項

○予算づくりに向けて

11月までの経営到達と2020年度予算編成に向けて

①患者利用者の動向

②経営状況

③現状と課題 きづがわ法人の状況と課題

④上部団体などの提起

⑤2020年度予算編成に向けて

⑥各事業所の第3四半期までの到達と課題について報告を行った

第8回定例理事会 協議事項

1号議案:12日度の事業報告

①12月度の事業結果

②自立できる職場づくりの取組

③2019年度強化月間(4課題)についてのまとめ

④新年互礼会開催の結果 ⑤2月理事会合宿のテーマ及び内容

3号議案:第9回通常総代会の日程など

2020年6月21日(日) 浪速区民ホール

①事業に関する報告

②各委員会報告

③震災支援の取り組み

次回 常務理事会 2月12日[水] みなと生協診療所会議室午後3時半~

2月15日[土] 午後3時~午後6時 一合宿

2月16日[日]午前9時~正午

健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる。

今月号のおもな記事



坂もあり下りは膝に

思います。

だ)」と「口(呼吸)」と「意

します。歩行禅とは「身(から

歩くときは歩行禅を意識

●いつまでも元気に歩けるように

延ばし 京都市中まで足を 畑二千日の後半には 「千日回峰行」とい



めたのも歩いている時でした。 の仕事で生きていこう」と決 与えてくれます。「医療・福祉 いられます。またひらめきも 体は疲れず、穏やかな心持で 調和させることが出来ると身 調和させるのは難しいですが せます。なかなかこの三つを (心)」の三つの要素を調和さ

ばご来光を拝めます。朝日を たりで夜があけ、運が良けれ ら歩きます。横川を超えたあ んの真言を心の中で唱えなが 歩行禅を意識し、お不動さ

の麓、坂本のまちま 体も元気になり す。そこから比叡 身体に浴びると心

歩行禅で比叡 山 \mathcal{O} 山 中を行

山などを。でも自然の中を歩 きでした。今でも休日には10 畑程度歩きます。街や公園、 小さな頃から歩くことが好 わたしのお気に入りです。 峰行」というものがあり Mの距離を体験できる 二日回 う行があります。年に数回30

され 闍梨さん、百日回峰行を満行 比叡山の峰を懐中電灯の明 時半出発。東堂、西塔、横川と ました。午前1時頃起床。千 .回峰行を満行された大阿 過去に6回参加させて頂き た阿闍梨さん先達で1

負担がかかるためゆつくり

坂本のまちで少し休憩をは

りを頼りに歩きます。

堂を目指します。回峰行で一 でも元気に歩けるよう、これ 練習や歩くことを奨励してい 体もリセットされた気分です。 ちよさの方が勝ります。心も はさすがに疲れていますが、そ かけ全行程は終了です。身体 番きつい登りです。7時間程 を登り目的地の無動寺・明王 さみ、そこからはまた一気に山 以上に達成感も有り気持 す。そのため自分もいつま 仕事では利用者様に歩行

左上から小田さん、前田さん。



組合員活動部 西成事務所 小田 芳人

福島第一原発内に入り、分厚い防護

服を着用して遠くから眺めると思っていた

ので、バス車内でしたが近くで原子炉を

見れたので事故のすさまじさ、廃炉の進

捗を実感できたので良かったと感じます。

廃炉館では東京電力職員が福島から

避難している方に対して反省の意を述べ

ていましたが、現在稼働している9機の原

発があること、再稼働の準備をおこなって

いる原発があること、日本の企業が原発

を輸出しようしていることに対し、事故をお

こした立場でどう認識しているのか伺い

東日本大震災から9年が経過しました。多く の方が現在でも避難生活を余儀なくされてお り、月日の経過と共にテレビや新聞で被災地 のことを見聞きする機会が減ってきました。

1月31日(金)~2月1日(土)東日本大震災を 風化させず、被災地・災害支援の取り組みを

学ぶ研修に病児

保育室まつぼっくりの前田さんと、組合員活動部西 成事務所の小田さんが参加。今回、福島第一原発の 視察がおこなわれ、未曽有の大事故を経て原子力 発電所の「いま」を目の前で感じる機会となりました。



大阪府生協連

東

から9

福島第一原発

0

現

汚染水を貯めるタンク、 敷地内はこのタンクでいっぱいです。

病児保育室まつぼっくり 前田 梨少子

現地の方は東日本大震災ではなく 「東日本・津波・原発事故大震災」と呼 んでいると聞きました。その言葉の意味を この二日間で実感しました。

復興が進んでいると思っていました が、原発事故の影響でまだ手付かずの 場所があるという光景に衝撃でした。もし かしたらこの町はこのままなのかもしれな

地震により起きた津波と原発事故の 影響はこれからも現地の方の生活を変 えざるを得ません。他人ごとではないと思 いました。現地で見る知る機会と発信し ていくことをこれからも大切にしていきた いです。

いという考えが過り、怖くなりました。

廃炉作業がすすんでいない1号機。

たかったです。



つながる力でまちづくりをご一緒に-

協同の力、

西成区

天下茶屋駅前

毎年、2月14日バレンタインの日に 医療福祉生協は、虹のバレンタイン行動に取り組んでいます。

健康づくりをとおして、くらしとま ちづくりをすすめ、「誰一人取り残さない」社会をめざすをテーマに医療福

祉生活協同組合を地域でアピールしています。

今年も組合員と職員と一緒に駅などでバレンタインカードとティッシュを配りました。西成では、1000個用意し、1時間ですべてなくなりました。寒い中でしたが、元気に活動することができ、最後はみんなで記念撮影を行いました。

=でかける つながる 安心を結ぶ=

=日本国憲法が活きる平和な社会とくらし安心の社会保障をつくる=



今年もたくさんの人に アピールできました!





活動にはずみがつきま-天気と気温に恵まれ

港区·西区

八幡屋商店街前•九条商店街前

2月14日のバレンタインデー。午前中から降り出した雨でしたが、宣伝を待ってましたといわんばかりに午後3時にはピタッと止み、青空の中でバレンタイン宣伝が始まりました。

港区は八幡屋商店街前、西区は九条商店街前で宣伝を行いました。雨も止み、外の気温も暖かかったためか商店街にはたくさんの人が溢れていました。そこに「医療生協のバレンタイン宣伝でーす!」の声が響きます。

今回は新しい職員も参加して、緊張しながら もチョコを渡していました。チョコをもらった方 から「一人暮らしでチョコなんてもらうの久しぶ



活動報告



り。ありがとう」と温かいお礼をもらい、みんなもとても張り切っていたので600個あったチョコは

1時間であっという間に無くなってしまいました。たくさんの方に宣伝できたバレンタインでした。



チョコが大好評! みなさんに喜ばれました





大正区。

おもちつき

雨にも負けず 今年もたくさんの人で 大いに賑わいました!

2020年2月16日(日)、毎年恒例の小林支部主催のもちつきをしました。

当日は雨でしたがテントを出してテント内でもちをつくという初めての経験をしました。それでも雨のなかたくさんの方が参加し、にぎやかな時間を過ごしました。

杵でついた出来立てのおもちはやっぱりサイコーです!



子どもたちと 一緒になって おもちを丸めます



医福食住

みらいのじ

これが医療福祉生協の魅力

1 • • • • • • vol.096 の一時、

今年の一月七日で八十一才になり

おめでとうござい 短歌 ます。今年もよろしくお 口笛で言う」

母は頑張ってデイケアに行っています。家族と

んと

うなぁ…と想像しつつ、もう少し先なので。

か子供と一緒にチャ

スタッフの皆様お身体気をつけて下さいね。

います。これまでに3回図書力・ いつもおばあちゃ

〒556-0024 塩草2-2-31 大阪きづがわ生協「みらい」係 先 mirai1@osaka-kizugawa.coop



3月末日〉必着

こうと思っています。

い頑張りましょう。

る様になってきました。

最近はスラスラ

持って活動したく思っています。 じました。頼りになる医福生協をめざしてお互 今年こそもう少し関わり

を大切に過ごさせてもらえることに感謝して とに感謝できるようになりました。来年も1日 新春座談会の職員さんの意気込みを強く感

病気を通じて生かされたこと、あたり前なこ

美味しい嬉しい時を過ごし、

そして何とか残り

ントにとても感激、親子共にとても楽しませて めて参加させて頂いて、心暖まる催しやプレゼ まつぼっくりさんの開催するクリスマス会に初

もちつきにも参加させてもらい

散々な年越しとなりそうですが、、こうなれば ら熱が… なんとインフルエンザにかかってしま 年末の仕事納めを終えたと思ったら、その夜か 最初は苦戦してたのですが、 ました。その後子どもにもうつってしまい

今年こそは、ダイエットしようと思ってます なかなか甘い物の誘惑は手ごわいです。

から楽しいです。

毎月第三ですがね、

私は家で

が、

ーヒーは三~四杯のみます。

熊谷

っていてビックリ!!

もあったが今は土曜日の日にモーニングがある

私も大阪に来て五十二年になり、いやなとき

今月号の[おたよりコーナー]に自分のが載 他の方の[おたより]の様に、私もいつ んと間違い探しを楽しく レンジ出来たら楽しいだろ チョット気恥ずかしくもあ 下の絵は上と**7**ヶ所の まちがいゅりつ ® 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!

【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 今号の記事への感想やご意見、近況 などをお書き添えください。

応募総数90名で

正解者87名でした。

15名 1月号の当選者 図書カード当選者は発送をもって発表に替え 抽選は毎月第一月曜日に行っています。見学

お待ちしています。

んびり休息のお正月休みにした

を配達してくれる組合員さんを募集中です。1カ月に1回、ボランティアで機関紙みらい

■ 西成事務所 06 (6658)7400 ■ 大正事務所 06 (6554)1383

たっぷり食べて下さい。、と書いていました。 甘いお菓子や飲料水を減らして野菜や海藻類を ■去年の年末、健康診断を受けました。コレス 運動も少しずつしていきた %脂質系に異常あり。 ※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)

● 看護師

動問介護員(ヘルパー)

分かりました。父が毎週応募させていただいて 時間をかけて歯磨きをすることの大事さがよく

今月はいつもお世話になっている病児保育室

ます。

長い人生を生きているなと思います。

たよ

U

す。全問正解して図書カードをいただければい いたこのまちがいさがしに、娘の私が初参加で

宜しくお願いします。

● 理学療法士 ● 作業療法士 ● 事務員 ● 介護スタッフ

● 送迎スタッフ ● ケアマネジャー ● 運動トレーナー

● リハビリ助手

● 介護福祉士

●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

非課税世帯の を受けること 方は減額認定 用できます。な かつ、市民税

ービスを利

支援型食事サ 必要と認定された方は、大阪市の生活 弁当を配達さ 病気、心身の障がい等の理由で食事に 行っています。 困りの方に見守り 介護認定を受けておられ ビス事業として、配食 て頂くサ を兼ねて手作り 、見守りが ビスを

配食サービスし

おかぜは、高齢者や

大阪市の生活支援型食事サービス事業

【利用開始までの流れ】

申し込みが必要です。まずお電話でお問い合わせ頂ければ、申 し込み用紙をお届けします。介護サービスをご利用中の方は、 ケアマネジャーさんを通じてお申し込み頂くとスムーズです。

🤈 利用をお悩みの方もご連絡ください。無料の試食(おためし) もあります。

🧣 ご利用開始日と利用希望日(曜日・昼食・夕食など)、お支払い 方法を決定して配食が開始します。

【利用料とお支払い方法】

金額は昼・夕ともに1食570円、減額認定を受ければ420円でご 利用いただけます。

お支払方法は、チケット制(5枚綴り・事前購入)と 郵便引き落としの月まとめ制があります。

配達日と配達範囲)

配達曜日

月曜日~土曜日(祝日も実施)

配達時間

昼配食→10:30~12:30 夕配食→15:00~18:00

配達範囲

港区•西区•大正区



お問い合わせ

配食サービス しおかぜ

〒552-0014 大阪市港区八幡屋3-5-1 TEL.06-4395-3335