



第10回 通常総代会を開催

規模縮小でも参加の工夫と
活発な発言がありました

総代の発言 4-5面へ

6月20日(日)第10回通常総代会を大正晴ればれにて開催しました。緊急事態宣言発令の下での開催のため、参加規模を縮小し総代250名中12名の実参加と各エリアで中継視聴会場の設置をおこないました。

木村専務理事より2020年度活動の振り返りと2021年度の活動方針説明、参加総代より5名の発言がありましたのでみらい8月号では発言の中身をご紹介します。

今回の総代会で役員選任がおこなわれ新たにたいしょう生協診療所の小滝和也所長、まんなか支部の田所満寿子さんが選出されました。また、今回の改選で倉澤高志副理事長、吉村安衣理事、室川聖子理事が退任されました。

木村専務理事よりこの一年の活動を振り返り、報告と議案の説明がありました。



今年のみなと生協診療所隣接地での新たな介護施設づくりが本格化します。みんなの力で成功させましょう。

コロナ感染予防には引き続き万全を期しながら、つながりあい助け合いをすすめつつ、フレイル予防など、体も心も頭も活発に動かすようにしていきましょう。

今後の10年を展望した論議も進めます。医療福祉生協連の2030ビジョンがテーマを「居心地のいいまちづくり」としているのを参考に、みんなで検討していきましょう。

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

ma² CHOCO

ママ・ちょこ 65

夏だスパイス料理!
スパイスの効能効果と使い方

スパイスを使用した料理で必ず入れるのは、ターメリックです。これは日本でいうところの「ウコン」。カレーの黄色はこのターメリックの色です。他に、チリパウダーとコリアンダーがあればスパイス料理はつくれます。チリパウダーは赤唐辛子。もう1種類のコリアンダーパウダーは、一時期ブームになったパクチーの粉。実はすでに知っている顔ぶればかりなのです。

この3種類のスパイスは、それぞれに優れた効能効果があります。まず、ターメリックの色素成分であるクルクミンは、インドでは副作用のない生薬

として使われており、アルツハイマー型認知症の予防や治療に効果が期待されています。チリパウダーは、辛み成分のカプサイシンが有名。体脂肪を燃焼させ、体を温める効果で知られています。また、コリアンダーパウダーはセリ科の植物でさわやかさが特徴。食欲増進効果の高いスパイスとして人気です。

川越 光笑
たべごとライター
栄養士

手羽元のタンドリーチキン

(材料/作りやすい分量)
鶏手羽元6本、塩・こしょう(下味用)各適量
レモンのくし形 適量
<調味液>にんにく(すりおろす)1かけ、しょうが(すりおろす)1かけ、ケチャップ 大さじ2、ターメリックパウダー大さじ1/2、パプリカパウダー(なくても可) 小さじ1、ヨーグルト(プレーン) 100ml、塩小さじ1/3
(作り方)
① 手羽元にフォークで数か所穴をあけ、味を染み込みやすくする。塩、こしょうで下味をつける
② <調味液>の材料をすべてポリ袋に入れ、手でよく揉んで混ぜる
③ ②に①の手羽元を入れ、半日から一晩ほど冷蔵庫に入れて味をなじませる
④ 魚焼きグリルに③が重ならないように並べ、両面焼く(焦げそうになったらアルミ箔で包み、中までしっかりと火を通す)。器に盛り、好みでレモンのくし形を添える

編集部
だより

イメトレは欠かせません

私の秘かな野望、それは「ソロキャンプ」。「ソロキャンプ」とは文字通り一人でキャンプに行くこと。コロナの中でブームになっているアウトドア、私も例にもれずはまりそうになっています。ただ中々行く機会に恵まれず、道具ばかりが増えていく毎日。でもいざ行く時に使えなければ意味がない!というわけでおうち時間の有効利用になっているかは不明ですがキャンプに行くことを空想しながら家でイメトレは欠かしていません。どんなご飯を作ろうか? テントは一人で張れるかな? 等々、妄想を膨らませながら過ごしています。まだもう少し不自由な日々が続きそうですが、焦らず、じっくり、安心した日々が来た時に存分に楽しめるように準備を進めています。

みなと生協診療所事務 田路 耕平

107
今月の
いちまい

キャンプ道具を広げイメトレ中の私

理事会報告

第12回 理事会
日時 2021年6月20日[日] 午前11時~午後12時
場所 大正晴ればれ
出席 理事 26名/28名中、監事 3名/3名中

報告討議事項

- ① コロナ対応について
- ② 港建設計画について

第12回定例理事会 協議承認事項

- 1号議案:5月度の事業収支結果
- 2号議案:総代会運営について
- 3号議案:夏期一時金について
- 4号議案:不動産遺贈分の売却について
- 5号議案:エリア役員選任の件

各報告承認事項について

- ① 事業に関する報告
無料低額診療事業について——報告なし
- ② 2項組合員の加入 資料にて報告

次回理事会
第1回……6月20日[日] 午後2時45分~3時
第2回……7月17日[土] 午後2時30分~5時
大正コミュニティセンター



行動に集まったたくさんの組合員さんと職員

『元気に長生き夢ぷらん』 統一行動を行いました!!



6 / 26 (土)・27 (日)に「元気に長生き夢ぷらん」の新施設建設に向けての統一訪問行動が行われました。2日間での延べ参加者は「174名」、訪問数は「986件」と港エリアでも過去最大規模の訪問行動でした。梅雨の時期で雨が心配でしたが、参加者の熱気が天気まで変えたのかほとんど降られることなく、たくさんの方と対話することができました。訪問した人からは「生協診療所です」と声掛けしたら、快く応じてくれた「建設のことをすでにご存じで、期待の声が寄せられた」「次の診察時に出資金を持っていくよと言っていた」等の感想が寄せられています。

大正・西成エリアの組合員さんと職員も多数参加されました。大阪きづがわ医療福祉生協の多くの組合員さんの期待が高まっています。秋頃にも大規模な訪問行動を予定しています。きづがわ全体の力で新施設建設を成功させましょう!

元気に長生き 夢ぷらん リレーインタビュー

第2回 田所 満寿子さん
(大正エリア 理事)



代の同級生を見つけて、電話で話をしました。その中で、最近ご主人に先立たれたことを知り、いつ何がどうなるか分からないと感じました。生き方を考えた永年家族組合員でしたが、人の助けになるのも一つの生き方だと思い、お手伝いをしながら人と交わっていきたくてです。

○ 多くの人に伝えていきたい

にじの家(小規模多機能型居宅介護施設)で配食のボランティアをしていて、利用者さんが楽しそうで雰囲気の良い施設と思っています。

大正の建設運動ではたくさんエリア外からも支援を頂きました。これからできる港の小規模多機能施設も応援したいと思います。みんなに知ってもらうことが大事、どんどん宣伝して、みんなに分かるように、発信していければと思います。

す。普段、接点のない土地での行動なので不安がありました。マニュアルもあり、なんとか建設のお話をする事ができました。2日で174人が参加されたと聞き、その数にびっくりしました。6月の機関紙みらいの表紙に、完成予想図が載っていたこともあり反応も良かったです。大正エリアも、しんどい支部をこのような形で応援に入ったりして盛り上げていければと思います。

○ 生き方・人生の終着点を考える おたよりコーナーの投書で高校時

第2回夢ぷらんインタビューは新たに理事になられたまんなか支部の田所さんにお話を伺いました。

○ 統一行動に参加して

もう年なので(喜寿)理事を受けるのは難しいと言っていたのですが、無理はしないでいいから、出来る範囲でやって下さいと勧められ、いくつになっても何事も勉強なので、80になるまで頑張ろうと思ひ、決心しました。理事になって、初めての活動が、この夢ぷらん統一行動で

平和行進に参加して

大正
エリア

7月4日(日)、大正区役所前から此花区役所までのコースに参加しました。梅雨空でいやな天気でしたが、行進中は雨も降らず、コロナ対策で声は出せませんが、元氣よくパレードしてきました。

岩崎公園で西区と合流し、港区からも仲間が合流しました。此花区では次のコースの仲間が大きな拍手で出迎えてくれて冷たい飲みものを頂きました。

大正エリアから3名、西区から1名が此花まで来ました。

核兵器禁止条約が今年1月22日に発効され、国際法で核兵器が違法になりました。NATOヨーロッパの軍事同盟参加国の中にも署名を支持する国が出てきて、現在の署名国は86カ国にもなっています。被爆国の日本は率先して批准するべきだともいいます。

日本にとって核兵器廃絶は究極の願いですが、政府は後ろ向きの姿勢を取り続けています。



大阪ドームを行進



此花区役所前出迎え、出発式



大正区役所前、出発

西成
エリア

これまで参加していた住ノ江、西成の平和行進網の目コースは今年も中止、昨年参加できなかった思いもこめて沢ノ町公園(住吉区)から出発の幹線コースに西成エリアから5名の組合員・職員が参加しました。

当日は雨模様、感染対策でマスクをしながらシユプレヒコールなしの行進でしたが、原水禁世界大会で現地にいけない分の平和の思いを込めて、阿倍野までの行進に参加しました。



首かけメッセージボードを準備して参加

被爆76年

原水爆禁止2021年世界大会(オンライン)が開催されます!

～人類と地球の未来へ～ 核兵器のない世界を!

各集会はオンライン会議システムZoomを使用します

- 国際会議 8月2日(月) 10:00~12:30
- ヒロシマデー集会 8月6日(金) 10:00~12:30
- ナガサキデー集会 8月9日(月) 10:00~12:30

各エリアで平和の波行動として核兵器廃絶を求める行動をおこないます。視聴会場の設置をおこなうので参加希望の方は各エリア事務所までお問い合わせ下さい。

- 港 06-6571-0606
- 西成 06-6658-7400
- 大正 06-6554-1383



第10回 通常総代会 発言集

支部ニュースで新たな つながりと居場所づくり



西成エリア 潮路支部
あおの はるみ
青野 晴美 理事

潮路支部では昨年9月におこなわれた組合員活動交流集会で提案された「コロナ禍で取り組む支部と地域の交流」を受け、もともと発行していた「班会ニュース」を「支部ニュース」として発行しました。機関紙みらいの手配りを協力いただける方、班会のお手伝いさん募集などの呼びかけなど「担い手お願い行脚」の訪問活動が功を奏し、みらい手配りさんが3人増えました。

また、会場の問題で中止となっていた映画班会が支部ニュースに掲載した「班会会場を探しています」の記事に答え、組合員さん居住マンションの集会場をお借りして再開できたことも大きな成果と

いえます。
2021年度は組合員さんの要望を把握し、職員と協同で実現していきたいです。

西成民主診療所の コロナ対策について



西成民主診療所
たけなか なおひろ
竹中 朗 事務次長

2020年初旬より新型コロナウイルス感染症の感染拡大が拡がりはじめ、未知のワクチンの対応に当初診療所では発熱者の診療をことわらざるをえない状況になりました。4月に職員ではじめてPCR検査陽性者を出し、現場では衝撃と不安がはしりました。西成エリアでは感染対策をたちあげ、毎日、医師・看護師・セラピスト・介護・保育・事務と多職種で対策を練りました。事業所ごとに感染対策マニュアルを作成し、日々状況に応じて問題を共有し検討を重ねました。

また、「西成民主診療所が地域で果たす役割」として発熱者の対応が必要だと、

みんなで知恵を出し合い、門前で事務が有症状者をテントやプレハブに振り分けることで診察をおこなえるようにしました。
最後に、私が診療所門前で有症状者の対応をすることで家族に不安をあたえてしまっています。徐々に理解をしてきていますが、いつも支えてくれている家族に感謝を述べて発言を終わります。

地域とつながる 機関紙づくり



機関紙編集委員会
わきさか さちこ
渡口 差知子
(大正エリア平尾支部支部長)

コロナ禍でこれまで医療福祉協が大勢にしてきた「集まる・つながる・健康づくり」という基本的な取り組みの開催が困難になりました。当たり前にやっていたことができなくなり、組合員さん同士のつながりが減少しました。

機関紙みらい編集委員会では紙面上で組合員さんの交流ができるように「おたよりコーナー」を拡大、家で頭の体操が

できるようにパズルの追加、パソコンやスマートフォンを使い方を紹介など、医療福祉協の財産である機関紙で事業所・組合員・地域をつなぐ取り組みをおこなっていました。その結果、毎月のおたより投稿数は20〜30通増加し、おたよりコーナーでの組合員さんの交流や絵葉書・ぬり絵の投稿がおこなわれるようになりました。
これからも組合員さんに有意義な情報と交流の場としてみらいが役立つよう頑張ります。

コロナ禍での サロンでの取り組み



三先支部
おくさわ みさこ
奥澤 操子

みなと生協診療所のサロンでは、コロナ前はおいしいコーヒーを飲んだり、本や新聞を読んだり、おしゃべりしたり会議をしたりと組合員さんの憩いの場・情報交換の場として日々活用されて貴重な居場所でした。コロナでひっそりとしてしまったサロン。そんな中、ワクチン接種の予約が始まると「電話での予約が

ながらない」「子どもには仕事が忙しく頼みにくい」「電話頑張るわ」という声が聞こえてきました。そこで朝に診療所に来ていただいて、職員やサロンを運営している組合員さんがワクチン予約のお手伝いをしました。無事に予約が取れるとホッと胸をなでおろされていました。国はパソコンを使えない方、一人暮らしの方等、予約することさえもできない方達の事など眼中にないのでしょうか。
ワクチンが生協診療所で打てたらという声も多く聞かれましたがまずは予約への道案内ができたことは良かったと思います。
早くコロナが収束して以前のコーヒーの香りと笑顔、弾んだ会話でいっぱいサロンが戻ることを願い報告とさせていただきます。

グループホームとは



グループホームしおかぜ
責任者 荻原 光代
はらはら みつよ

グループホーム(以下GH)は認知症

の人が少人数で同居住し、家庭的で落ち着いた雰囲気の中で日常生活行為を利用者やスタッフが共同で行うことで、安定した、また本人が望む生活を実現する事ができます。GHしおかぜでは「楽しみや潤いのある普通の生活」を送ることができるよう支援することを何よりも優先しています。施設の外にも出て買い物や散歩、地域のお祭りや離れて暮らす家族とのイベントにもできる限り参加できるようにお手伝いをしています。生協の支部班会をGHで行うことでどんな所なのかを知ってもらうきっかけにもなっています。GHではお看取りをさせてもらうこともあります。ご夫婦で入居されていて、奥様の最期を旦那さんがいっしょに過ごされ「お母さんよく頑張ったね、お疲れ様、ありがとう」とおっしゃられていたのをよく覚えています。現在新しい「しおかぜ」の建設が進んでいます。大阪きづがわ医療福祉協のすべての組合員さんが利用しやすくより良い施設へと発展します。よろしく願います。

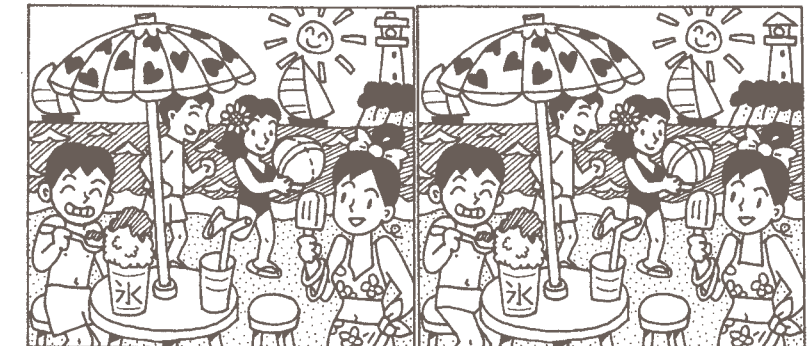
5		6	2			7
	7		3			
2		4		1		
	4			9		8
	8	5				1
7				2		
4		5		6		9
	2		8			7
				1	8	5

あなたの体操 ナンバープレイズ

タテ・ヨコの同列内、太枠のブロック内に同じ数字が重ならないよう、1~9の数字をつめましょう。二重枠の数字の合計を答えてください。

●2021年6月号のナンバープレイズの答えは【9+8=17】でした

まちは7 どこ?どこ まちがいさがし



6月号の応募総数92名で正解者91名でした。

6月号の当選者 20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。

【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。また、ナンバープレイズ・まちがいさがしのどちらを解答していただいても構いません。

正解者の中から抽選で20名の方に図書カード(500円)を進呈!

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

どしどし応募お待ちしています! 8月末日 必着

職員募集

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

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

もっとひろがる!つながる! おたより コーナー 拡大版

今月の募集テーマは ※10月号掲載予定 【味覚の秋わたしの好物】 写真も投稿してください!

おたよりへの感想・お返事など、交流の場としてご利用ください

●6月号のコロナフワフワの記事、一回目の接種後2週間は打たないときとほぼ変わらないことなど、知らないことも多かったため、ために、ありがたかったです。

●やはり86歳にもなると仕事を求めても簡単には見つからない。社会のお荷物にはなりたくない。年金生活のかたわら、身体が動く限り働きたいと念願していますが...

西成区 いちごおしさん

今日この頃。政府や大阪府のコロナ対策の無策が招いた事で許せない。政治を変えねば思いが強まっている。

堺市 芹生 登美さん

●いつかはお世話になる介護施設「グループホーム」という共同住宅の存在を知り興味深かったです。

港区 すみれさん

行って見たいと思いましたが。新施設の完成図見て早く出来ると良いと思いました。

港区 長谷川 栄子さん

●おたよりコーナーで知人の記事があり、興味深く読ませていただきました。これからも本誌が届くのを楽しみにしています。

大正区 為則 定夫さん

●ずっと暑い日が増えて来てマスクが息苦しく感じ出しました。フワフワ接種がようやく進み出しましたが、昨年問題になっていた熱中症にも気を付けたいと思います。

西成区 プイヤさん

●暑くなる前に、エアコン内部の掃除を2台業者さんに頼みました。1台は引越してきてから約10年間の汚れがたっぷりで驚きました!自分ではできないところなのでお金を払ってもやってもうべきだと改めて実感。きれいななったエアコンでこの夏を乗り切ります!

西区 西河 祐子さん

●梅雨時期に入ってきました。この所の異常気象なのか、しとしとと雨が降るこのころはななく、降り出すと怖いくらい雨になるので、ドキドキします。雨の日は体を休める時だと強いつ本をゆつくり読みたいです。

大正区 トモキチさん

●まちがいさがし、フワフワとみつけたぞ。やったあ、うれしい。認知しようにならない、頭の体操。がんばったよ。

大正区 太田 勝枝さん

●今年の夏は、浜辺で水遊びしたい。プランピングにも行きたいです。

西成区 カマキリセンセイさん

●梅雨の晴れ間に冬の整理をし、夏物の衣替えも終わりました。窓にはレースのカーテンを、外にはスタンプも掛けました。今迄はサッカーと出来ていた事も、少し時間がかかる様になりました。無理をせずその日のコンディションに合わせて一口を過しています。

港区 高崎 英子さん

●しとしとと降る梅雨、傘の花とあじさいの花も咲き、しっとり、心も落ち着きますね。

港区 川野 千賀子さん

●コロナ禍でうたごえサークルの練習は中止が続く、フェスティバルホールのコンサートや芝居のチケットも公演の中止で払い戻しされる

●ついにフワフワ接種のハガキが届きました。が、近くの会場の予約を取るのには苦労です。それぞれ自分で打てば早く終わるのに、と思えます。怖くてできませんけど、一日も早く平和な日常に戻りますように。

大正区 福浦 初美さん

●野田の藤の花がとってもキレイでした。一度

西区 井上 和歌さん

●雨の日が好きです。慈雨、恵の雨、雨音も好き、傘をさして歩くのも楽しいです。先日久しぶりに山登り!!へとへとに疲れましたが楽しかった!!

大正区 アイコさん

●コロナフワフワの接種率が増加して、その効果が現れることを期待しております。

西成区 高島 満行さん

●コロナ禍で外出も、思う様に出来ない折、読書が一番何よりの楽しみです。

大正区 山城 幸子さん

●幼い頃、玄関を出て右手には真白い砂浜がー理(四キロ)も続き、校歌にもなった美しい松林があり、入江になった海の青さはひときわでした。そこで真黒なるまで泳いだこと。左手には磯の香りのする岩場があり、春の大潮になると冷たさも忘れて海藻を取って口に入れた、なつかしい海です。

大正区 TMさん

6月号で募集したテーマ 「海が好き!」

●海は波の音が好きです。聞いてると落ち着きますね。

港区 三姉妹の母さん

●石川県に疎開して鹿千里海岸で毎日泳ぎ、気持ち豊になり、当時は蛤がいつばい獲れ楽しんでました。60年前の事です。今は様変わりしている事でしょね。

阿倍野区 保田 喜久江さん

●若い時は海が好きでよく行っていましたが、年をとることに身体がベタベタする、日焼けする等の理由で行かなくなりました。海に足が向かなくなつたのを決定づけたのは東日本大震災です。

大正区 千島のバーバーさん

での津波です。海や自然現象に対する恐怖心が自分の中で増大し、近寄りたくない気持ちになりました。

港区 タミタミさん

●友達4、5人で海に釣りに行き、誰も釣れなかったのに餌もつげずにアジを三匹も釣ったのは私だけで、びびりした海の思い出。今でも海が大好きです。

大正区 GANAHAさん

●広くて青くて、空へと続いていて、大好きです。海べらい広い心を持てたら?笑 フワフワ。

大正区 岡崎 征子さん

●海水浴、臨海学校に山を越え何里も歩いて行った。小学校の先生、友達が脳裏に浮かぶ。家族で水浴や潮干狩りを思い出す。海は元氣や幸せをもたらえて大好きです。傘寿を過ぎ懐かしさが思い出される海。今は自転車で海遊館に行き、夕日と海を眺めながら一日が終わる。大好きな海です。

港区 ゆつきーさん

●毎年白浜に行きます。今年も行きたいな。

港区 岡崎 征子さん

●子供の頃、波打ち際で砂遊びをしたり、石ころを海面すれすれに投げたりして遊んだ事がなつかしく思い出されます。

大正区 こつちゃんさん

●鳥取県なので日本海。遠浅で水がとても澄んでいて浜から100mほど離れても深さは1mくらい。横には小舟でついでくれたけど、浜のあまりの遠さにびびりしたものです。

港区 川原 重信さん

●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きます)