

介護複合型施設 「いそじ」完成!!

港区磯路地域で建設が進んでいた新施設が遂に完成しました。5月からは中に入っている事業所も開業します。皆さんの想いをのせた「元気に長生き夢ぷらん」いよいよ始動です!

竣工式・施設見学会の様子は3面
施設内の様子は4~5面を
チェックしてみてください

夢ぷらんが ついに実現しました

2018年9月に建設実行委員会を立ち上げ実に3年半。本当に夢のような、あたたかい雰囲気の施設が完成しました。

どんな施設にするのか?から始まった建設運動。施設見学、学習、統一行動、出資金のお願い等々、港・西成・大正エリアのどれほど多くの組合員さんの力が集められたことでしょう。私たちの大きな財産をつくり上げたこと、このような運動に身を置かせていただいたことに、心から感謝と敬意を申し上げお礼に代えさせていただきます。この運動を支えてくださいました、大阪きづがわ医療福祉生協の組合員の皆様ありがとうございました。

建設実行委員長 樋口和子理事

民医連情報誌「いつでも元気」2022年4月号より一部抜粋/いつでも元気(定価380円)月1回発行=ご購入ご希望の方は組合員活動部まで

初めての「お弁当」

ママ・ちょこ 74

今春からお弁当作りがスタート! という方も多いのではないのでしょうか。お子さんの通園や通学をはじめ、ご家族や自分用のお弁当など、お弁当作りのタイミングはひとそれぞれ。

初めてのことに肩に力が入りがちですが、心配ご無用です。簡単・彩りよし・おいしい、は大前提として、プラスαの知識を紹介します。

豚のしょうが焼き

(材料/1人分)

ご飯	茶碗一膳分
豚ロース肉(しょうが焼き用)	4枚
小麦粉	適量
油	適量
大葉	3枚
いりごま(白)	適量

<調味液>

しょうゆ、みりん、酒	各大さじ1
しょうが(すりおろし)	1かけ分

(作り方)

- 豚肉は全体に小麦粉を薄くまぶす
- <調味液>の材料は、すべてポリ袋に入れて合わせる
- ②に①を入れて揉み、30分くらい冷蔵庫に入れて味を染み込ませる
- フライパンに油を熱し、③を中火で両面しっかり焼く
- お弁当箱にご飯を敷き詰め、大葉をのせて④を重ね、いりごまをふる

* 副菜は塩ゆでブロッコリーとミニトマトです。お弁当箱の端にマヨネーズを絞り、その上に乗せてください!

初めての「お弁当」

①冷めてもおいしい
作りたてはおいしかったのに、時間が経ったら乾燥してパサパサ...というのでは、作る方も食べる方も残念です。冷めてもおいしく仕上げるには、「保湿」がコツ。例えば肉や魚の場合は、小麦粉を軽くまぶしてから味付けをしてみてください。

②味や食感に変化を付ける
単調な味付けには、食べ飽きてしまうもの。辛味・甘味・酸味など異なる味のものを組み合わせましょう。

③衛生面も大切
お弁当作りの中で最も気を付けたいのが食中毒です。できるだけ盛り付け用の箸を使うか、もしくは使い捨て手袋などを使う方が安心です。

川越 光笑(たべごとライター・栄養士)

今月号のママ・ちょこはたまにでてくる料理の記事。いつも料理の記事の原稿を担当している私ですが、2022年度はついに鍋を購入(片手鍋)。現在の賃貸に引っ越してから2年経過し、ついに家で料理をしようと決意したのである。

世の中便利になったものでスーパーにいけばお鍋の素もカットされた野菜も(包丁はあるよ!まな板はないけど!)売っている。そして何と言ってもモヤシが安い。モヤシの美味さに感動し、モヤシ大量の鍋をつくと今度は土臭くて食べられない。何だか料理をしている気分になってきたではないか。不思議なのは新たな料理に挑戦しようとならないところ。美味しければ同じものをずっと食べられるんです。

あ、健康づくり委員会の方が「すこしお、すこしお」と迫ってきているので今回はこの辺で。

組合員活動部西成事務所 小田 芳人

115
今月の
いちまい

一心寺に納骨に行きました! 利用者さんと澤井作業療法士

理事会報告

第10回 理事会

日時 2022年3月19日[土]午後2時30分~5時
場所 WEB開催
出席 理事 26名/27名中、監事 1名/3名中

常務会議事・主要項目 協議事項

(1) 常務会議事
1 新型コロナワクチンの対応
2 港での建設について
3 法人事業管理運営に関して・体制の確立
4 中期計画の策定と10周年の到達確認
5 総務事項

(2) 2021年度 全国四課題目標

(3) 医療福祉生協連・民医連・法人共通の課題
全日本民医連総会 2月25日~26日
大阪民医連総会 3月26日

(4) 総代会準備 6月19日(日)午後1時 開会
阿倍野区民センター大ホール
1号議案 2021年度活動報告・決算報告・剰余金
2号議案 年度活動方針・予算案承認の件
3号議案 きづがわ2030ビジョン
その他必要な議案を予定

(5) 2022年度の予算づくり進捗

第10回定例理事会 協議承認事項

1号議案:1月度の事業収支結果
2号議案:100万円以上購入の件 たいしょう生協診療所内視鏡機器購入
3号議案:総代選挙管理委員会選出5名 総代候補選出受付期間 4月1日~5月10日

各報告承認事項について

①事業に関する報告 ②2項組合員の加入
③委員会活動・各エリアの活動報告 ④社会保障・原発・震災支援の取組
次回 常務理事会……4月13日[水] 本部事務所 午後3時~
理事会日程……4月16日[土] 午後2時30分~5時
大正コミュニティホール

挨拶する木村専務



4月9日(土)、完成した介護複合型施設「いそじ」の竣工式が行われました。

本来であれば建設に尽力していただいた多くの方をお呼びしたかったのですが、新型コロナウイルス感染予防のため少人数での開催となりました。建設関係業者以外にも、地域包括センターや町会の方々にもご参加いただき、施設完成のご報告をさせていただきました。

「いそじ」 竣工式

夢ぷらん



感謝状を贈呈する別所理事長

式では職員から施設完成への謝意が述べられるとともに、これから「元気に長生き夢ぷらん」の実践のスタートであるとも語られました。これからはいかに良い施設にしていくかが課題です。

施設内の「小規模多機能しおかせの家」「グループホーム」は5月1日よりオープンです。みなさんの想いをしっかりと体現できるよう、さらに頑張っていきたいと思っております。

委員会通信

第4回

防災チーム



防災チームは、震災支援活動の経験から生まれた職員のチームで、結成9年目となりました。防災意識を高めていくことを目的に「みらい」への寄稿も活動に位置付けていますので、今回の委員会通信は防災チームからのご案内とします。

ハザードマップを ご存じですか？

「ハザードマップ」とは、自然災害による被害を予測し、その被害範囲を地図化したものです。被害予想地図を利用することにより、迅速・的確に避難することが出来ます。また河川の氾

濫や堤防の決壊といった、水害時の被害を最小限に食い止めることも目的に作成されており、浸水が予想される区域や避難場所、避難経路などの各情報を分かりやすく地図上に現されています。

このハザードマップは、大阪市内の24区分全て作られています。大阪市のホームページでも閲覧できますし、大阪市役所に全24区分、各区役所に当該区分を配架して持ち帰ることができます。

ハザードマップには、その地区の川の氾濫、高潮や津波が発生した場合の被害想定が示されていますので、自宅周辺の被害想定を確認しておきましょう。

また、災害時避難場所や津波避難ビルなども記載されていますから、実際に最寄りの避難所まで足を運び、避難経路の確認もしておきたいものです。

防災チーム
澤井(西成民主診療所作業療法士)

夢ぷらん 「いそじ」 見学会レポート

みらい編集委員会
渡口 差知子



Webと現地合同で行ったきづがわ体操

港エリアの新しく竣工された介護複合型施設「いそじ」へみらい編集委員の小田さんと一緒に見学会に参加しました。

3、4階はグループホーム「しおかせ」2階は小規模多機能「しおかせの家」、1階には薬局が入ります。

見学会は次から次へと港エリアの組合員さんや、近隣の住民の方が引きも切らず見学会に来られます。

まず屋上から行ったのですが、屋上は、大きなパイプが通っていて、バーベキューは少し無理なようです。花壇が出来るかな～？



屋上に花壇をつくれるかな～？

なあと見えていました。

2階、3階、4階はどのお部屋も窓が大きくとても明るくそこにいてくても大きな窓があり開放的でどこに行っても明るくきれいで、住みやすく居心地も良い感じでした。お風呂も各階に3か所あるトイレもよく出来ていました。

2時30分から、西成エリアの澤井OTによるWeb体操が、1階会議室から、実況中継されました。私も参加させてもらいました。途中から見学に来られた港の組合員さん4人が参加され、みんなで楽しく体操をすることが出来ました。

見学会に行くと、体操もできて、とても元気になって帰ってきました。感謝です。

大阪きづがわ医療福祉生活協同組合 第11回 通常総代会 のご案内

2022年度第11回通常総代会をおこないますのでお知らせいたします。

日時 **6月19日(日)**
午後1時30分～4時30分
(開場は午後1時)

場所 **阿倍野区民センター
大ホール**
〒545-0052 大阪市阿倍野区4丁目19-118
TEL 06-4398-9877



みらい4月号4-5面で総代会議案ダイジェストを掲載しております。

お問い合わせは各エリア事務所まで

- 法人本部…… ☎06-4394-8500
- 港事務所…… ☎06-6571-0606
- 西成事務所… ☎06-6658-7400
- 大正事務所… ☎06-6554-1383

※新型コロナウイルス感染症拡大状況によって開催方法変更がございます。ご了承ください。



しおかぜ居室

3・4階 グループホームしおかぜ

3・4階にはGHしおかぜがお引越ししてきます。こちらリビングには大きな窓があるのが特徴です。また居室スペースにはナースコールも設置されていて安心ですね。お風呂やトイレも2階と同様に広々としたスペースになっています。



しおかぜリビング



しおかぜの家お風呂



▲しおかぜの家トイレ



▲2階の廊下



建設運動の歩み

これまで介護複合型施設「いそじ」の完成に向けてたくさんの組合員さんにご協力を頂きました。出資・増資だけでなく、訪問行動や各種学習会にも多数の組合員さんに参加していただきました。皆様のご支援ご協力により施設のオープンも迎えることができました。本当にありがとうございました。

- **出資金**
78,012千円(2021.4.1~2022.3.31時点で最終処理前)
- **行動回数**
合計1657件訪問、訪問行動のべ295名参加
- **学習会**
12回(建設運動の進捗、事業計画や増資の訴え等)

どうやって利用するの？

① 相談してみよう

誰に相談すればいいかわからない時は各エリアのケアマネジャーさんや診療所のスタッフに相談してみよう。また直接しおかぜの家やGHしおかぜに相談することも可能です。

② 事業所を見てみよう

施設の雰囲気やスタッフの感じは行ってみたいと想像しにくいでしょう。実際に行って見て見学してみよう。

③ 納得したら契約

利用するには契約が必要です。説明を受けて、納得したら契約をしましょう。

西成エリア
ケアプランセンターさくら
TEL 06-6659-3633

大正エリア
たいしょう生協診療所ケアプランセンター
TEL 06-6554-0504

港・西エリア
コープみなと介護よろず相談所
TEL 06-6571-7880

グループホームしおかぜ
TEL 06-495-3311

小規模多機能しおかぜの家
TEL 06-4395-4031

▼しおかぜの家リビング



2階 小規模多機能しおかぜの家

2階には小規模多機能しおかぜの家が入ります。居室スペースを抜けると広々としたリビングがあります。大きな窓も特徴的で部屋全体がとても明るい印象です。お風呂やトイレも車イスのまま入れるように大きく設計されています。



▲会議室



▲相談室



▲外廊下

完成したばかりの「いそじ」にみらい編集委員会が早速潜入！中はどんな作りになっているのかを調査してきました。

「いそじ」を 大調査！！

介護複合型施設



1階

長いオレンジ色の道を進んでいくと「いそじ」の入り口があります。1階には会議室や相談室があります。会議室では班会も出来そうですね。また1階には夏ごろになぎさ薬局さんもお引越しされる予定です。

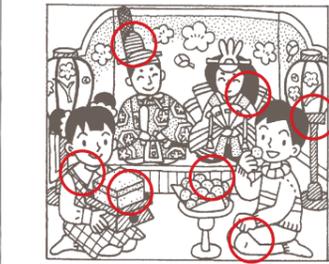
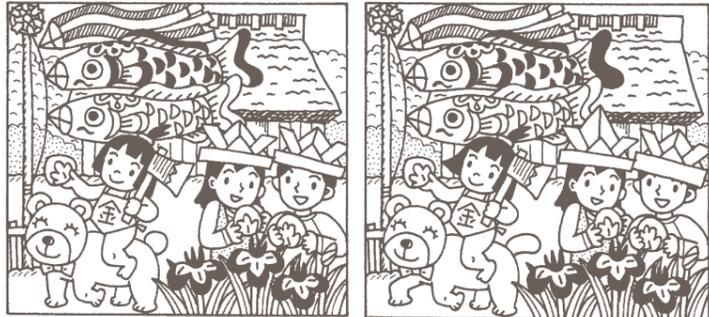
	5	7	6		9	
9			2	8		1
2	6		5		7	
	1					9
3		1		2	3	5
			7			
6	4		5		1	

あなたの体操 ナンバープレイス

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の数字をつまみましょ。二重枠の数字の合計を答えてください。

●2022年3月号のナンバープレイスの答えは【9+9=18】でした

左の絵は右と7ヶ所のまちがいがあります。どこ?どこ まちがいさがし



3月号の応募総数78名で正解者74名でした。

3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。
*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、ナンバープレイス・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。

【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。

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

※おたより掲載は図書カード当選と関係ありません。(編集部では選んでいます)

※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。(編集部では選んでいます)

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 ※7月号掲載予定
【海水浴にいこう! オススメの海水浴場】
写真も投稿してください! (理由も教えてください)

●春の息吹と共に私のお腹も大きくなってきました。待望の2人目、頑張ってます! 産みます!

大正区 ノアノアさん

●みんなが平和を望んでいるのにどうして戦争になるんでしょう。

大正区 K・Aさん

●機関紙みらい100号、そして10周年おめでとうになります。10年ひと区切り「継続は力です。健康に関する情報、知識、活動など参事になります。編集者の方々にエールを贈ります。

西成区 金元 美根子さん

●暗いニュースの中、孫の高校入学が決まり、3年間楽しく友達たちとも仲よくして学生生活を送ってほしいです。皆様もくれぐれも身体に気をつけられます様に。

大正区 匿名希望さん

●「そんな町を」という歌に、こんな歌詞があります。(きみと僕の生きているまち/夕日の

西区 西向 祐子さん

●この1年間は宿泊学習や遠足もあって、本当につれしかつた。来年は修学旅行も楽しく行きたい。高校受験の時にコロナが流行らないでほしいです。

西区 武知 友葉さん

はね返したい。

●「一日春の気配がして来ました。梅の花が満開です。今回のまちがいさがしは、私にはちよつとむずかしかったです。孫と二人で解きました。来月号を楽しみにしています。

西成区 岩井 ちあき子さん

●毎回のまちがいさがし、おたよりコーナー、皆さんの思い、ほんとうにほのぼのとし楽しく読ませていただいています。これからもよろしくお願います。

港区 川野 千賀子さん

3月号で募集したテーマ
母の日の感謝を伝えよう

●今でも元気でいてくれる母に感謝です。好き嫌いなく何でもよく食べて、スマホで写真をパシャパシャ撮って楽しんでいる。見習いたいと思います。来年は90歳。90代も元気で居てね。

港区 まあみさん

●私の母は9年前に他界しましたが、今でも感謝の気持ちがあります。伝えたい言葉は伝えられないままになってしまっていますが、いつか会える日が迎えられれば、聞きたかった事、伝えたい事を思っています。

港区 幸久枝さん

●何か一言お礼の言葉を書きたくて!! 常に助けて頂き嬉しく思っています。老いて一人で居る事の淋しさ、不安さ、苦しさを、目に見えなく理解してもらえない辛さ、みなさんの優しさに感謝しています。

大正区 たぬきさん

●定年退職して、今から新しいことに挑戦です。

阿倍野区 保田 喜久枝さん

●この前まで雪が降っていたのに、今日の最高気温は21度。外を歩くと暖かいなあと、春がやって来たなあと感じます。早くウクライナの皆さんにも心穏やかに過ごせる時が来てほしいと毎日願っています。

港区 南山 利恵さん

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

きれいなまち/よびかけ合えば笑顔がかわる/そんなまちを/沈みかける夕日を見るたびこの歌詞を思い浮かべる。大正区医療生協の仲間たちにぴったりですね! 「みらい発行100号」おめでとう。

大正区 元気さん

●「ブタマン」がやっと届いた。弟から、送ったよ、と電話がきて、それから毎日首を長くして待っていた。久しぶりだよ、こんなに物を待ちこがれるなんて。昔、父が神戸の仕事の度に買ってくれた、元町のブタマン。ついでに思い出したよ。あの貧しくとも楽しかった子供の頃、六十年前の日々。あのブタマンはあっさりとした品よくなっていただけ、すく、すく、すくおおいしかった。私達五人兄弟の共通の思い出だね。「お父ちゃんのブタマン」自粛中の皆さんにも分けてあげたいなあ。

大正区 M・Hさん

●長く続くコロナ禍で、継続している取組の紹介を見て、インターネットでの体操、助け合活動・子供食堂・ゆいまゝる弁当、どの活動も今だからこそ必要とされている大切な事ですね。みらいを見て早速ゆいまゝる弁当のボランティアさん応募ありました。ありがとうございます。

大正区 T・Mさん

●政治のことは何も知りません。ウクライナがロシアからの攻撃で悲惨な目にあっています。

大正区 M・Hさん

●多額の税金を使って大阪の夢洲にカジノを作ろうとしています。風紀が悪くなるばかりか、大阪の借金が増えて返せなくなり、子孫に対して顔向けが出来なくなるように思います。

天王寺区 ケイちゃんさん

●京都に桜を見に行きました。よその国は今戦争をしているのに日本は平和でよかったなと思いました。いつまでも桜が見れますように。

港区 打越 節子さん

●10年前のあの頃を読みながら、あの頃は友達と良く旅行へ行ったなとなつかしくなりました。

港区 合田 初子さん

●65歳以上に適用されている百円バスを堺市長(大阪維新)が70歳以上に変更する提案に市民が怒り、12月堺市議会は維新以外の全会派反対で否決したことはこのコーナーでお伝えしました。ところが市長は2月議会にいきなり再提案(一部手直し)。手直しの内容は住民税非課税は適用の対象に残すというもので否決された条例案と骨格は同じ。何が何でも通す、その横暴を力合わせて

えそびれた事、色々話をもう一度かわしてみたいです。

大正区 ギニーさん

●自分も母になり、母への感謝の気持ちが年々増します。小さい頃も思春期も大人になってもいつも信じて支えてくれてありがとう。いつまでも元気でいて欲しい。

港区 ゆつきーさん

●体の具合が悪かった母に代わって、面倒をみてくれたのは一番目の姉でした。せつかく入学した高校も中退し、家の為に弟妹のために働いたのです。私も結婚して50年が過ぎましたがこ

の姉からの手紙が一番多く、改めて感慨深いものがあります。「コロナ禍で何年も会えてないけれど、80歳をすぎた独居の姉に元気なうちに会いたいものです。

大正区 いっちゃんさん

●母の日ですが、母は亡くなって約10年になります。月並みですが親孝行したい時に親は無しで、今から思えばもつととしてあげたかったです。

港区 河内生まれの鉄道好きさん

※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。(編集部では選んでいます)