

広島



原水爆禁止 2022年 世界大会に参加して

8月4～6日の3日間、原水爆禁止2022年世界大会に職員4人で参加しました。参加にあたり、職員・組合員のみなさんには千羽鶴やカンパ活動にもご協力いただきありがとうございました。

現地では、平和運動に取り組む海外代表の方々や「黒い雨」被爆者の方のお話を聞き、改めて核兵器廃絶は世界の進むべき道であり、世界はその歩みを確実に進めていると実感することができました。一緒に参加した趙さんの質問に韓国の方が答えてくれました。当時のオバマ大統領が北朝鮮にとった「戦略的忍耐・無視」の政策が何度も核実験を行わせ、核保有国とさせてしまった。政策ひとつ



間違えばどんな国も核を持つことができちゃう。核保有国の核抑止論や「運」に任せるのではなく、一刻も早く核兵器禁止条約を世界のルールにすることが必要だと思いました。

84人の方がいのちと尊厳をかけて闘った黒い雨訴訟。土砂降りの「黒い雨」で、ブラウスが黒くなったと証言をされた方でも被爆者手帳が交付されたのはごく最近ということに驚きました。広島地裁・高裁で画期的な判決が出された後も国が内部被爆者を認めない態度を続けていることには憤りしかありません。

最終日に若者が「私たちひとりひとりが核の傘ではなく平和の傘を広げていきましょう」と発言しました。この世界大会や核廃絶運動を象徴していると思います。今回参加した職員が引き続き社保平和活動に参加し、運動を広げていけるように皆さんのご理解と後押しをよろしくお願いいたします。

組合員活動部 石村 直志



民医連情報誌「いつでも元気」2022年8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

ma² CHOCO

ママ・ちょこ 78

なすを賢く使い切り

なすの紫色の正体はポリフェノール。抗酸化作用、免疫力向上にも役立ちます。それに食物繊維、カリウムも豊富だから高血圧予防やむくみ防止にも一役買います。ですから使い切れずに放置するのはもったいない。賢く上手になすを使いましょう。

色よく仕上げて食欲アップ

なすのお悩みといえば「アク」。アクは体に悪いものではありませんが、味や見た目に影響すること。切ってみて断面が黒っぽい場合は10分ほど水に浸してアク抜きすると良いでしょう。えぐみが抜けて味が良くなります。ただし、水溶性の栄養は流れてしまうので10分以内で。切った後に軽く塩を振って10分置き、水気をふき取る方法ならば栄養が流れにくくなります。

次に「色よく仕上げる方法」。いつも真っ黒になってしまうのがお悩みの方、ポイントとなるのは「油と酸味を利用する」、そして「皮が付いている面から調理する」。炒めたり揚げたりする場合は、ぜひ皮目からにしてみてください。また仕上げに酢やポン酢しょうゆを使うと、なすの紫が酸と反応してぐんと鮮やかになりますよ。

HISAKO (フードスタイリスト・食育インストラクター/薬膳アドバイザー)



なすの南蛮漬け

(材料/2人分)

なす 2本
長ねぎ 1/2本
厚揚げ 1/2個
赤唐辛子(輪切り) 2本分
ごま油 大さじ1
＜調味料A＞
めんつゆ 大さじ3
酢 大さじ3
(作り方)

① なすは縦半分に切る。皮に斜めに切れ込みを入れ、食べやすい大きさに切る。長ねぎは斜め切り、厚揚げは5mmのうす切りにする
② フライパンにごま油を熱し、なすの皮目から焼く。赤唐辛子を加え、長ねぎ、厚揚げも焼く
③ ②を油ごと＜調味料A＞に加え合わせる

編集部 だより

年に1度会っているお友達と、もう3年も会えてなかったのですが、まだコロナが落ち着いていたころ、会おうという事になりました。でも5人のうち3人しか集えませんでした。

みな寄る年波で、夫の介護や、自分自身の体調が悪かったりで、残念でした。阪急13階のレストランで、お食事をし、お茶をし、ゆっくりおしゃべりをして、帰ってきました。私も昨年の秋ごろから、足が痛くて、脊柱管狭窄症だといわれ、痛み止めを飲みながらの参加でした。つえを突いていこうか、キャリアバックを引いていこうかと思いましたが、リュックをしょって、足をひきずりながら待ち合わせの、阪急紀伊国屋前まで行くことができました。家の中で痛い足をひきずりながら、家事や夫の介護をする日々でしたが、この日は、スマホを見ると、4000歩も歩いていて、ビックリでした。

渡口 差知子



119
今月の
いちまい

阪急13階レストラン
ゆっくりくつろげました

理事会報告

第1回 理事会

日時 2022年7月16日[土]午後2時30分～午後5時
場所 大正区コミュニティホール(一部オンライン)
出席 理事 24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)事業運営
 - 1 新型コロナワクチンの対応
 - 2 法人事業管理運営に関して
 - 3 中期計画の策定
 - 4 総務事項
- (2)2022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/大阪民医連/医療福祉生協連/大阪府生協連

第1回定例理事会 協議承認事項

- 1号議案:6月度の事業収支結果
- 2号議案:仲間増やし年間目標
- 3号議案:生協強化月間及び組合員交流集会開催
- 4号議案:配食しおかぜ事業所移転・継続の件

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……8月10日[水] 本部事務所 午後3時～
理事会日程……8月20日[土] 午後2時30分～午後5時
大正区コミュニティセンターホール(一部オンライン)

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) TEL.06-6571-5594
・ながほり通り診療所・西成民主診療所 TEL.06-6554-1197(医)/TEL.06-6554-8841(歯)
TEL.06-6533-0106 TEL.06-6659-1010



コロナ禍、登校できない・教室に入ることのできない子どもたちの生きづらさ

NPO法人おおさか教育相談研究所 甲斐 真知子

コロナ禍「教育相談おおさか」に届いた不登校に苦しむ子どもたちの声です。

●中2女子。夏休み明けの8月25日、登校すると教室に行けず保健室に行った。養護教諭に「人の視線が怖い。人の顔が黒く見える」と訴える。27日には5教科テストのテストがあり、朝は普通に登校したが、1限目に教室で泣いてしまって「人の紙をめくる音が怖い」と言う。山のような宿題をこなさねば、すぐにテストの2学期スタートで、学校に行けなくなってしまい「死にたい」と訴える。

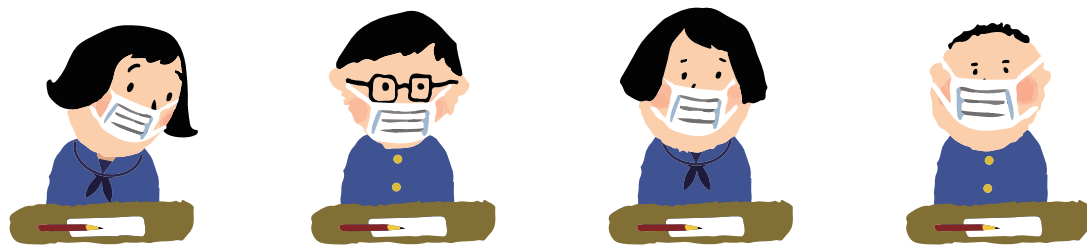
●小2男子。学校がコロナ対応に非常に厳しい。先生に話しかけると「喋らないで」。近づく「密になる」。給食は「黙食」でみんなで黙って食べている。休み時間も友だちと遊べない。「学校がおもしろくない」「学校に行きたくない」と訴える。

●中2女子。コロナで休校があったりしたけど、学校がある時は頑張っていた。2学期が始まったが、学校に行けない。お母さんが看護師のためコロナの病気の人達のための仕事をしているから、友だちに「コロナがうつる」「学校に来るな」と言われる。お母さんに相談できない。お母さんが帰ってくるのも遅い。

登校拒否・不登校の直接の原因は、競争と管理の学校教育にあります。

コロナ禍、子どもたちは遊ぶこと・しゃべること・笑い合うこと・楽しい学校行事などたくさんを奪われています。それにもかかわらず、学校は授業の遅れだけを取り戻そうとし、容赦無くテスト漬けにし、感染拡大防止の名のもと管理を強めている学校もあります。子どもたちの生きづらさは、子どもに「死にたい」と言わせるところまで追い詰めています。子どもたちは、いろいろな要因が重なって学校に行けなくなり、先生や親が「どうして学校に行けないの」とたずねると、その質問に答えきれない自分を責めてまた苦しみます。

次号は、山田相談員の「我が子が不登校になった」というご自身の体験談です。



左から趙聖和さん、古川遥哉さん、大谷辰之介さん



趙 聖和 西成エリア組合員活動部

国際会議では、各国の専門家が、核廃絶の必要性を訴え、平和について深く学ぶことができた。話し手には、自国での弾圧覚悟で参加する活動家もいて、その勇気に感服した。分科会では、ロシア、ウクライナの専門家が、ウクライナ情勢について語り、軍事ブロックによる力対力の世界を変えるべきだと主張した。また、「黒い雨」被害者の証言を聞く機会があり、今の被爆者救済の不十分さを実感した。証言を後世へ引き継いでいくために、何ができるかを考え続けたい。6日には平和式典に参加した。感染対策のため会場には入れなかったが、街を歩くだけでも、この日が広島市民にとっていかに大切かを思い知らされた。3日間の学びを忘れずに、今後も活動を続けたい。

古川 遥哉 たいしょう生協診療所事務

今回、特に印象に残った事として、西淀川労連さんと共同で参加した被爆者の方の生の声を聞いたことがあげられます。

年々、被爆者の方も減少し、平均年齢も84を超え、語り手となる方が全くなりかけてしまうのもそう遠くない未来。そんな中で当時の思いを聞き、生き延びれたからこそ経験した身体的、精神的苦痛以外にも、治療に係る費用や制度が確立されていないことや、周りから「生き残るべき人が亡くなった、お前は非国民だ」など差別的な扱いを受ける社会的被害の実状があったことを知り、現在のように被爆者の方に対して広く寛容的でないことに疑問を抱き、語り手の声をより沢山の方が聞き、当時の状況や思いを周知することが大切だと学びました。

大谷 辰之介 港エリア GHしおかぜ

今回初めて原水禁大会に参加させていただきました。

大会では、核兵器の非人道性、核兵器廃絶へ向けての運動などを全世界、リアルとオンラインを使い議論しました。さらに、当時被爆された方のお話もあり非常に貴重な体験をさせていただきました。

平和記念公園では、目を背けたくくなるような当時の資料を見て胸が苦しくなりましたが、それと同時に核兵器のない平和な世界を目指す数々の活動の軌跡があり感動しました。

今回の広島での活動は、人生で忘れることのない貴重な体験をさせていただきました。ありがとうございました。



おおさかまるごと健康チャレンジ2022の取り組み

- ▶ 登録締め切り…9月20日
- ▶ 取り組み期間…10月～11月
- ▶ 報告書提出……12月20日まで

各エリア700人以上の登録を目指します

大阪府下の医療福祉生協の共催で秋の健康チャレンジ企画が始まります。運動・食・脳・私の健康法などチャレンジ項目は自由に選べます。今年のおすすめコースは、長引くコロナ禍対策からフレイル予防(栄養・身体活動・社会参加)です。登録締め切りは9月20日で10月から11月が取り組み期間です。

きづがわ医療福祉生協の登録目標は2000人を目指して取り組みを続けていますが、なかなか目標に届かないのが現実です。特にこの2年はコロナ禍で対面活動によるお誘い行動が思うように進まず目標を大きく下回っています。

そこで、2022年は登録目標突破を目指すために具体的対策を考えました。

① 誘いあって多くの方の登録を目指しましょう!

みらい8月号折込みのパンフレットについているハガキ大の申し込み用紙を班会や各種会議の際に班長さんや組合員活動部の職員にお渡しください。パンフレット表紙に表示されているQRコードを読み込み、きづがわ医療福祉生協を選んで必要事項を入力することもネット登録が可能です。ご家族・ご友人・趣味の仲間が5人以上集まればグループ登録ができます。昨年度取り組みされた方はもちろん、初登録や数年ぶりの方、職員の登録も歓迎します。尚、医療福祉生協の組合員さんでなくても登録可能です。

② 今までよりも多くの学校や保育園へお誘いしましょう!

ジュニアチャレンジは30日間の取り組みです。
大阪周遊名所めぐりのすごろく方式で楽しく取り組みます。



③ お誘い行動でポスターやパンフレットが必要な場合はエリア組活部まで

地域まるごと健康づくり、お気軽にご一緒におおさかまるごと健康チャレンジを!!

おおさかまるごと健康チャレンジ

2021年まとめ と 2022年スタート集会 報告

7月1日(金)
14時～15時30分
オンライン(Zoom)
ミーティング方式

7月1日(金)、浪速の生協会館で行われたおおさかまるごと健康チャレンジのスタート集会に参加しました。おおさかまるごと健康チャレンジとは、医療福祉生協の「地域まるごと健康づくり」という理念と大阪全体で取り組むというイメージをわかりやすく表現する名称として決定されたものだそうです。各生協からの報告では、コロナ禍で対面活動ができない中、

皆さんそれぞれに工夫されて、電話でのお誘い、地域振興会へ申し入れ、町内会、区役所、電車の駅にパンフレットを配置、また、小中学校にも積極的に働きかけ、地域とつながるきっかけとなったそうです。特に医療生協かわち野では、必ず目標をやりきると、そして13000名チャレンジャー目標達成ということで合わせてとても勇気をいただきました。

渡口 差知子

すこしお班会



全国の医療福祉生協で取り組んでいる減塩の取り組み「すこしお」を広げていこうと7月30日に大正晴ればれで「すこしお班会」を行いました。

健康づくり委員の皆さんをはじめ10人が参加しました。本当ならばみんなで手分けをして調理も含めて行いたかったのですが、コロナ感染拡大もあり鶴町の組合員の齋藤さん(栄養士)がCOMCOM7月号のすこしおレシピをもとに調理したものをみんなで食べて短時間で感想を交流しました。

小林支部の運営委員さんは「いつでも元気のレシピを見て実際に家で作って食べてみたけどおいしかった」と。塩分過多が気になる職員の方も「味もしっかりしておいしい〜! 毎日でも大丈夫です(笑)」と感想を述べていました。

1日6gをめざす「すこしお」の取り組み。楽しみながら作って、食べて少しずつ広がればいいなと思います。次回の班会は10月29日(土)に行う予定です。

あなたも

『健康スタンプラリー』に取り組みませんか?

健康づくり委員会では、健康スタンプラリーカードの普及を目指しています。実施期間は、10月から3月までの6カ月間です。

スタンプラリーの良い点としては、ご自身で健康活動を書き出し、実施を記録することで、健康習慣を可視化でき、行動変容や食生活・運動・身体活動の改善に効果があります。

今月号の『みらい』に折り込みをしていますので、ご確認下さい。

健康チャレンジと一緒に記録、健診を受けたらチェックなど、医療福祉生協の企画とセットで楽しく記録をしてみてください。

取り組み方は簡単です

- 定期的に行っている行動やチャレンジしたい項目を書き出します。
- 各行動項目に点数を設定します。例えば、習慣になっていて簡単なものは「1ポイント」、チャレンジしたいけどハードルが高そうなのは「3ポイント」など、自由に設定してください。
- 実施したら、日付を記入します。
- 合計が100ポイント以上で達成です。達成賞がありますので継続意欲が高まります。



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

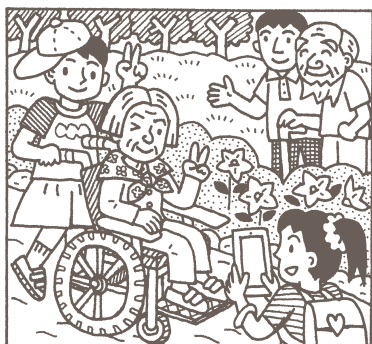
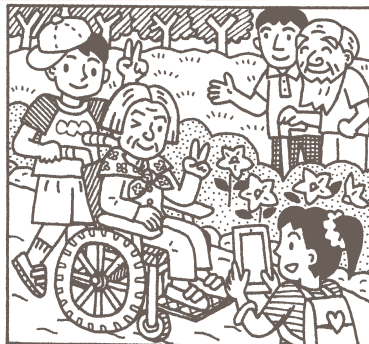
あたまの体操
ナンバープレース
タテ・ヨコの同列内、太枠のブロック内に同じ数字が重ならないよう、1～9の数字をつめましょう。二重枠の数字の合計を答えてください。

● 2022年7月号のナンバープレースの答えは【8+9=17】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
まちがいがし

まちがいは7



7月号の
こたえ 応募総数70名で
正解者67名でした。

7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、ナンバープレース・まちがい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



どしどし応募
お待ちしています!

9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

● 私が三十数年暮らした、滋賀県今津町は、大切な第二の故郷。春はゼンマイやワラビなど山菜の宝庫です。秋は、大好きな柴栗の木が沢山あります。実は大粒で甘味は丹波栗に勝るとも劣りません。風が吹いた後や雨上りの後は、大きな袋を持って栗拾いに行きました。なつかしく美味しかった栗の味が忘れられません。

西成区 竹田 早苗さん

● 思い出の秋の味覚は、田舎の裏山で収穫された栗です! ホクホクして甘くて美味しく、秋のご馳走でした。代替りしたり、猿が取ったり、手入れしなかったり...で、いつの間にか送ってもらえなくなりましたが、段ボール箱一杯にぎつしりと栗が入っていて、嬉しかった記憶が鮮明にあります。

港区 上の三月さん

● 二十世紀一です。今は種類が沢山になった梨ですが昔、夏休みが終りの頃に出荷が始まっていた。同じ町内に宮内庁御用達の村があり、その梨は別格でしたよ。

西成区 金元 美根子さん

● 秋は夏バテが治まり、何を食べても美味しい季節なので、食べる量を抑えるのが大変です。昔からの憧れで未だ実現出来ないのが、栗三昧の栗コースです。栗ご飯に始まりモンブランに終わるコースを食べてみたいです。

港区 山口 芳子さん

※メールで応募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。(編集部で選んでいます)

● 今月は異常な暑さでクーラー使用も例年より多い!!

太正区 ノアノアさん

● 数ヶ月前マイナンバーカードを作り、ここ最近スマホペイにマイナンバーをと思い、5回チャレンジしましたが、途中でパスワードが違ったり何やら未だポイント得られず情けない状況...。デジタル辛いです。

太正区 たぬきさん

● 近江舞子に行ってきました。「今こそ滋賀県を旅しよう」宿泊補助延長で(6/30迄が7/15迄に延長)思いがけなく5千円の補助+お土産まで買えて、当たりの悪い私がすごくラッキーな事でした。でも、どこにも寄らず会席膳を食

西成区 戸田 富子さん

● 秋は夏バテが治まり、何を食べても美味しい季節なので、食べる量を抑えるのが大変です。昔からの憧れで未だ実現出来ないのが、栗三昧の栗コースです。栗ご飯に始まりモンブランに終わるコースを食べてみたいです。

港区 二姉妹の母さん

港区 あかちゃんさん

● 7月号の特集記事について「本当にいつも嫌な顔せずやってくれてとても助かった」と言われていました。のくだりを読んで、やっぱり最期は家で過ごそうと思えた。

西成区 伊藤 紀子さん

● コロナがインフルエンザ扱いになる日は未だなのでしょうか...。また少しふえつつあるので心配です。

港区 藤田 紀江さん

● 「まちがいさがし」の応募で図書カードが当たりました。さっそく以前から欲しかった本を買に行きました。久しぶりに梅田の地下街を通ったので少し迷ったのですが、まるで小旅行の気分になりました。これからも頑張ってください。

太正区 H/Mさん

● ママ・ちょこ、子供たちと一緒にまちをきれいに! すばらしい企画だと思いました。ごみの問題から、自然のやさしさを厳しさを考えることにつながったいいのになあと思う今日この頃です。

太正区 平田 有香さん

港区 和田 恒子さん

7月号で募集したテーマ
あなたの好きな、または
思い出の、秋の味覚

● 秋の味覚と言えば栗! 子どもの頃に梨もぎに連れて行ってもらいました。もいだ後、母が皮を剥いてくれたまんまるの梨にかぶりついたのがいい思い出です。

おたよりへの感想・お返事など、交流の場としてご利用下さい