

えが が お

保険証残して バレンタイン宣伝



2月14日、医療福祉生協恒例の「虹のバレンタイン行動」を噴水広場前で行いました。職員・組合員13人が参加し、1時間の行動でバレンタインカードや保

険証なくさないで！のティッシュ70枚を配布、署名15筆が集まりました。

行動中、「診療所で行くと相談にのってもらいありがたかった」と感謝される方、「自分はマイナンバー持っているけど紙の保険証は残した方がいい、国保料も高い高い！ので自分の国にいずれ帰る」と言われる外国の方、受診（他院）を中断して自宅の2階で生活する奥さんの介護をされている方とお話ができ、職員が後日ご自宅に伺うことになりました（訪問後、

No454
2024年3月1日
大阪きづがわ医療福祉生活協同組合 大正エリア
大正区千島1-20-7-3F
06-6554-1383
発行責任者 別所 義正

往診する運びとなり診療所と繋がることができました。



人通りもそんなに多くないなかで、色々とお話することもでき、実のあるバレンタイン行動となりました。参加されたみなさん、配布用ティッシュにハガキ署名を折り込んでいただいた組合員さんおつかれさまでした。
ひきつづき、保険証なくさないで！の署名にご協力よろしくおねがいします。

救命講習をいざと云う時に そなえて二十一人受講

一月三十一日大正消防署で普通救命講習を二十一名が受け全員講習終了証を頂きました。

コロナ等の関係で数年間お休みしていましたが、救命は何度も講習を受けなく

ては緊急時に適切に行動出来ません。

ある学校で緊急事態が起きました。AEDもありましたが救急車が来るまで救命処置が出来ず、病院で亡くなりました。一秒でも早く



救命を。講習を受けた方がいたら助かったかもしれない。助かる命を救える。少しでも救命の手助けができるようにもこれからも講習を続けて行きたいです。

ダミー体を使つての胸骨圧迫の体験を全員行いました。初めての方はドキドキしながらゴチなさはありましたが無事終了しました。



2月25日あいにくの雨でしたが9人でウォーキング、大正駅はドームのイベントと大阪マラソンで多くの降車客で一杯でした。雨で予定を短縮コースにしました。梅も未だ七部咲きで白、桃色、赤と、初めて見たマンサクの花、桜も早咲きがチラホラ咲いていました。お弁当ではなくランチを皆さんで頂き、雨の日を過ぎました。

高津宮梅林 雨にも負けず

日曜健康診断

5月26日



他の日、平日も受付しています。要予約
06-6554-1197 生協診療所

ウォーキング



3月31日 京阪・萱島～JR野崎

花見 深北緑地 約7km

4月28日 5月12日 6月16日

7・8月熱中症予防お休み

日曜 朝10時JR大正駅出発

玉ねぎと油揚げの卵とじ (一人分)

材料

玉ねぎ 1/3個 (80g) 油揚げ 1/4枚 卵 1個

A だし 1/4カップ 砂糖 小さじ1/2
しょうゆ 小さじ1と1/2

作り方

1. 玉ねぎは短めの薄切りにする。油揚げは短冊に切る。
2. 鍋にAを入れて混ぜ、1を加え、中火にかける。沸騰したら、ふたをし、弱火で5分煮る。
3. 卵を割りほぐし、2に回し入れる。ふたをし、火を止めてお好みの固さにとじる。

ポイント

*油揚げは、ちくわ、さつま揚げ、厚揚げ、高野豆腐などに代えてもよい。

*残った油揚げは、冷凍用保存袋に入れて、冷凍で約1か月保存可能。

*ご飯にのせて、丼にするのもおすすめ。
*へるばる 2023年3・4月号より



ヘルパーさん募集中です。
お気軽にお問い合わせください。

ヘルパーステーション らぼーる
☎ 6554-12276
FAX 6551-2122
担当：このがみ・松田

ちょっとしたお困り事 お助け隊

6554-8080

¥500-



無料 きづがわ法律事務所
弁護士の法律相談

4月9日 (火) 午後3-5時

5月14日 (火) 晴ればれ

予約要 6554-1383