

えが が お

大阪府生協連組合員交流会に

参加



3月6日、大阪府社会福祉会館にて大阪府下の生協の組合員が集まって「地域生協と医療生協の連携」について一緒に取り組めることがないかを交流しました。

全体会では大阪きづがわとおおさかパルcoopとのつながりから実現した移動販売のことやおおさかパルcoopと医療福祉生協おおさかが一緒に「すこしお班会」に取り組んだ様子などが報告されました。その後、グループに分かれ組合員同士で交流しました。交流の中で、お互いがどんな取り組みをしているか、医療生協の事業所がどこにあるのか、健康チャレンジやすこしおなど一緒にできることもあるのではないかなどいろいろなことを率直に

No455
2024年4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

交流できました。そのなかで、大正で3月末に行った「すこしお班会」に参加を表明してくれるパルcoopの組合員の方もいました。健康づくりや環境問題、平和問題など少しずつではありますがありますが、これからも生協間の組合員交流をすることで互いの取り組みを知り、一緒にいろいろな取り組みを進めていければと思います。

組合員活動部 石村

*組合員交流会には

おおさかパルcoop、いずみ市民生協、よどがわ市民生協、coopこうべ、国民共済coopや府下の各医療生協の組合員や職員が参加しました。



3月25日、小林支部のうたごえ班会が行われました。晴れていれば、小林公園で行う予定でしたが、あいにくの雨・・・会場をいつもの晴ればれに急きよ変更して行われました。SNSや電話などで小林支部や参加者が連絡を取りあつて雨中26人の方が参加されま

いつもにぎやか うたごえ班会

した。

支部長さんは「いろんな歌をアコーディオンの伴奏で歌えるし、みんなで集まって歌うのがすごくたのしいんだと思う」と話されました。

◎うたごえランチ班会



毎月最終月曜日(予定)
参加など問い合わせ

6554-8080

大正晴ればれ

材料

玉ねぎ 1/3個 (80g) 油揚げ 1/4枚 卵 1個

玉ねぎと油揚げの卵とじ (一人分)

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

ヘルパーステーション らぼーる

☎ 6554-1276

FAX 6551-2122

担当：このがみ・松田

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。



万人愛する味。手頃な食材だけで作れるのも魅力

141kcal
たんぱく質 3.7g
塩分 1.6g

ウォーキング

4月28日 サツキの花
泉北深井駅～白鷺駅
歩程約5Km

5月12日 北大阪萱野
～北千里 約6Km

6月16日 あじさい
藤森神社、伏見城

いずれも日曜日 JR大正
10時出発

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

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

ちょっとしたお困り事 お助け隊

6554-8080

¥500-



高所の収納物を取る
家具の移動
電球の取り替え
不要物の移動



相談など一度お電話下さい