

「大災害から生命を守ろう」 いのち 防災 まもる

- 非難時に頭を守る物
- マスク適量
- 新聞紙夕刊一回分
- 安全ピン 2 個程度
- ビニール袋大 1 枚
- ふろしき 1 枚
- 軍手
- 飲み水 500ml を 2 本以上
- 飴やビスケット適量
- ケガ用救急携帯セット
- 持病薬 3 日分 (医師に相談)
- 小型懐中電灯
- 携帯ラジオ
- 予備電池
- ローソク数本
- メモ用紙とペン
- 油性マジック
- ハサミ
- 広域避難地図
- 着替え下着
- タオル 1 枚以上
- トイレレットペーパー 1 巻
- 身分証明書コピー
- 現金 (10 円硬貨含)

災害時用備品 今すぐチェックを!

災害に備えておくべき物、準備できていますか? 備えているのといかないのでは、生き延びることができないかできないかに関わると言っても過言ではありません。自宅にあるものを今すぐ集めてみましょう。無い物は購入するなど早めに用意しましょう。

ここでは、ひとり暮らしの高齢者が持ち出すことを想定した最低限の備品をご提案します。これを基本に各家庭で必要な備品を加えてください。

備品は背負えるバッグに入れておきます。持ちだせない方は、ご近所の方等に「これが私の防災備品」と知っておいてもらいましょう。

机の下やトイレなど、揺れたらまず身を守る場所を決め、運動靴や飲料水、閉じ込められたら音を出せるものなどを置いておきましょう。

〈防災対策会議〉

— Profile がもう 健 —

- 1935年 大阪市住吉区生まれ
- 大阪府議会議員四期 (西成区選出)
- 郷土史家
- 大阪きつがわ医療福祉生協前理事長
- 著書「今昔木津川物語」「今昔西成百景」など

かごと 首途八幡宮

がもう健の) 次郎と友子の「びっくり史跡巡り」 第4回 日記

今日の次郎と友子は京都市上京区知恵光院通今出川上ル桜井町にある、源義経縁の地に来ている。今から約八四〇年前、承安四年(一一七四)三月三日未明、源九郎義経は、牛若丸時代、金売吉次の屋敷であったこの地で、鞍馬山を抜け出して吉次と会い、屋敷近くにあったこの神社に奥州平泉の藤原秀衡のもとへ出発するにあたり、道中安全を祈願した。

「首途」とは「出発」の意味で、以来この由緒により「首途八幡宮」と呼ばれる。

源九郎義経が生まれたのは平治元年(一一五九)、父義朝が戦いに敗れた直後である。次郎は語る「母常盤が平清盛の寵を受けた代償として、鞍馬山に預けられたこと、参拜に来た奥州の金商人吉次なるものに助けられ、奥州平泉において藤原秀衡に歓迎されたこと……などは史実だろう」

「天狗に武芸を習ったり、五条橋で弁慶を相手に技を見せた……は お伽話なのね」と友子。

「伝説に包まれた幼年時代の霧の中から、突如として抜け出した若者が、わずか一年半の間に、当時まだ西日本を完全に支配し、強力な海軍を持つ平家を、追い詰め、追い詰めてしまっただけは(一一八五)史実である」と次郎。

青年武将義経の名は天下にどろくわけだが、兄頼朝にしてみれば面白くない。かねてから出すぎた弟の態度を不快におもっていたのだから、平家が滅亡してしまっただけで、平家が鎌倉に入ることを頼朝に許さねなかつた義経は、空しく京に追い返されるのね。これはひどい」と友子憤慨。

その後、朝廷は平家追討の功を賞して、義経を伊予守に任じたが、頼朝は伊予に地頭を置いて義経の実権を奪ったのみならず、ついには義経討伐の為、自ら諸将を率いて鎌倉を發した。

— 次号「義経が津守にいたにつづく

2016年7月1日(金) 医科・歯科・介護の複合施設として『たいしょう生協診療所』がオープン!

みんなの集いの場に

医師はじめ、スタッフ一同は今までと変わりなく従事しておりますので安心して受診して頂けます。また、患者さんだけでなく「みらい」をご愛読の組合員の皆様も是非新しくなった施設を見学がてら覗きにきてください。

新たな施設で夢いっぱい

同じ場所に医科・歯科・介護がそろっているという特徴を生かした診療が可能となります。体の健康はまずお口から! 糖尿病や脳出血、誤嚥性肺炎予防などが歯周疾患と因果関係があるという研究や報告が近年増えてきました。口腔ケアも含め、治療の幅もひろがります。

送迎ができるようになりますので、お体の不自由な方も安心して受診できるようになりますし、医科・歯科が一つの場所で済むのも便利です。

介護の施設でも

入れ歯があわないと食事と思うように進みません。栄養もかたよりがちです。いつまでも美味しく体にいいものを食べることで疾患治療にもつながります。医科・歯科・介護・食事を考えている栄養士の方も連携・協力が可能となります。

ご利用希望者を募集中です!

小規模多機能介護施設『にじの家』は9月にオープンいたします。

WHO (世界保健機構) 認定 健康増進活動拠点になりました

このまちの健康づくりを進める診療所としての役割をおおきく発揮していきます。今まで培った健康づくり活動、班会や色々な講演を広め、安心していつまでもこの町で住み続けていくことができる街づくりの拠点診療所づくりをがんばります!

みんなのゆめに 向かって!

大正民主診療所・わかば歯科 通所リハビリセンターは 7月1日に千島に移転し「たいしょう生協診療所」に生まれ変わります。

大正民主診療所・わかば歯科 6月25日(土)まで通常診療

大正民主診療所通所リハビリセンター 6月28日(火)までご利用可能

浪速区 ●

浪速支部総会を開催

4月24日(日)浪速支部の総会を行いました。浪速支部では昨年、地域交流センターづくりを目指し、なかま増やしで42名、出資金増やしでは、5,496,000円の成果がありました。組合員みんなで頑張ってきました。2016年度は、浪速区に医療福祉生協の事業所を何としても作れるように、組合員と協力して奮闘していきます。また、浪速区での健診受診者を増やす取り組みもがんばって行きます。

浪速支部 支部長 重留 甚吉

浪速支部総会に25名参加!



2016年度も一緒にがんばりましょう



有村建設委員長からのお話



大正区 ●

ボランティア交流会を開催

毎年、ボランティアの慰労を兼ねた交流会を開催しています。今年は、弁天駅前前の地上200m、51Fでの交流会を企画して65名の参加がありました。天気に恵まれ、大阪の摩天楼を眺めながらバイキング料理に舌鼓を打ちました。有村建設委員長から新施設建設工事の進行報告があり、組合員さんのご協力をお願いしました。大正でも、あらゆる面でボランティアさんの協力により運営出来ている部分があり、仲の良いグループがテーブルに分かれて、日頃の積もる話を楽しくされていました。

積もる話に花が咲く

「憲法壊すな! 安保法を廃止へ!」

5月3日(火)憲法記念日に扇町公園で「憲法壊すな! 安保法を廃止へ!」をスローガンに、おおさか総がかり集会が開催されました。会場の扇町公園からあふれんばかりの人が集まり平和と人権を壊す安倍政権への怒りのシュプレヒコールをパレードで響かせました。 西成民主診療所 小田 芳人

戦争法廃止を求める2000万人統一署名の到達と締め切り延期

大阪きづがわ医療福祉生協では**4723筆**(4月24日時点)の署名が集まりました。締め切りは**6月30日**に延長、戦争法の廃止にむけて目標到達までやりきりましょう!

ご協力頂いた皆様、ありがとうございます。

西成区 ● 千本中南支部

大正の「脳イキキ班会」を訪問

大正民主診療所で毎月行われている「脳イキキ班会」に千本中南支部の運営委員で訪問しました。訪問して勉強になったことは、雰囲気を楽しむことの大切さでした。大正では、特にゲームを工夫されていて、大笑いしながら皆さん参加されていました。工夫次第で「脳イキキ班会」がもっと楽しくなることがわかったので千本中南支部の「脳イキキ班会」も、もっと楽しくしていきたいです。

千本中南支部 蒲生 昌子

雰囲気づくりがとっても大切!



楽しいゲームで大笑い

千本中南支部 脳イキキ班会

開催日:毎月 第3金曜日
時間:午前10時~11時30分
場所:千本老人憩いの家(千本南2-11-21)
参加ご希望のかたは TEL.06-6658-7400

港区 ●

万博公園でウォーキング

GW最終日に健康づくり委員会の取り組みとして、万博公園でウォーキングを行いました。当日は、天気も良くウォーキング日和で参加者も30名を超える組合員さんが集まりました。万博公園ではバラが満開でバラの香りを感じながらの1時間のウォーキングを行い、その後、公園内では、近畿一円の吹奏楽部が集まってパレードがあり吹奏楽を聞きながらの昼食となりました。健康チャレンジの期間でもあり、健康的な一日になったとおもいます。 健康づくり委員会 職員 潮田 和彦

美しいバラとウォーキング



満開のバラがとても綺麗でした

シリーズ
医福食住
みらいの窓
これが医療福祉生協の魅力

病児保育室 まっぼっくり

「早く元気になるうね！」



朝は検温からスタート。その後は体調に合わせて検温しています。

病児保育室まっぼっくりは、2009年10月に開室しました。きっかけは組合員さんに土地を遺贈していただいたことでした。そこから、地域に寄り添った子育て支援をしたいという思いで対市交渉や組合員さんとの署名活動を経て、大阪市の委託事業としてスタートしました。



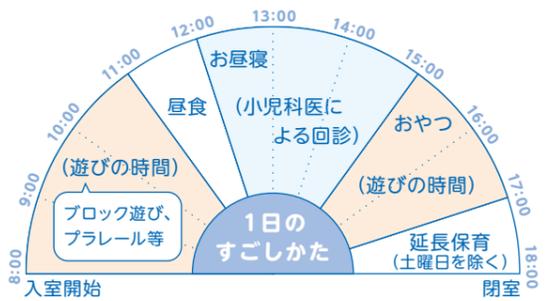
玄関からの様子

おたふく風邪やインフルエンザなどの感染症でも利用できます。定員は9名。利用対象は大阪市在住の0歳から小学6年生。保育士は3人、5人体制で医師、看護師と連携しながら保育看護をしています。いつもとは違う「慣れない環境、すぐれない体調、初めての先生」と子どもや保護者にとって病児保育室に行くのは様々な不安があると思います。少しでも安心してもらえ、ゆるやかに受け入れやお迎えは、ゆったりとした個別対応



お部屋いっぱいのプラレール

を心掛けています。まっぼっくりの一日は体調が悪いからとずっと布団で過ごすというわけではなく、水分補給と身体を休める時間はしっかりと持ちつつ、個々の体調に合わせて室内遊びをしています。朝は泣いて入室したお子さんもおやつを食べたりおもちゃで遊んだりしているうちにすつかり慣れて、お迎えが来るころには笑顔を見せてくれます。



大阪市には病児保育室が少ないので、西成区だけでなく阿倍野区、浪速区、大正区や港区など市内17区から利用して頂いています。お子さんが病気で困ったときは安心してご利用ください。

病児保育室 まっぼっくり
保育士 前田梨少子

病児保育室 まっぼっくり

大阪市西成区松2-1-35

TEL.06-6656-6105

登録・見学は随時できます。



おたよりコーナー



「戦争法廃止大賛成です。戦争体験者ですから、次代にその苦痛を与えたくない。家族皆の署名をしましょう。」つまの里でいきいき体操開催。出来るだけ参加して健康づくりに努力しています。図書カード(3回目)ありがとうございます。

西成区・上岡 スミさん

「みらい」は、また読みたいなあと思う程、内容豊富に書かれていました。今後も色々な事を学びたいです。

港区・坂本 京子さん

図書カードありがとうございます。幸せが無い込んで来た思いました。友達にも話しながら、これからも一緒にやってみようという話になりました。今後よろしくお願いいたします。

港区・宮崎 美紀子さん

毎月楽しいです。よろしく「みらい」いつも有りがとう。

港区・三浦 敏子さん

花より団子の私ですが、桜はいいですね。来年はどこに見に行こうか?その前にウォーキングで足腰をきたえなくては!

港区・よつちゃんさん

まずお礼を。誕生日にいつもプレゼント(歯ブラシ)を頂き、とても嬉しいです。ありがとうございます!次にみらいに載せて頂き、切りとって残しています。ましがいがしも桜の下でお花見。私も友と一緒に酒を飲み、弁当、甘い物を食べて賑やかに一時をすごさせて頂き、とても幸いです。

港区・山本 美代子さん

皆さんの色々な活動で元気をもらっています。うらやましい!私はこの所、不明な病気で足を引く生活をしています。早く治してハイキングやお寺参りなどに行きたいですね。

西区・深田 さかえさん

いつも難しいので、大変です。今回はじめてばっちりわかりました。

大正区・吉田 美重子さん

久しぶりにましがいがしをしました。こまかい線が目がチラチラして、最後の1つは20分位さがしてやっとみつきました。

大正区・満崎 ヒロミさん

子どもなし、孫なし、春休み、入学関係ないけど家には大きな子どもみたいな人が一人居て結構大変です。

大正区・いじわるばあさん

今回はいつも簡単でよかったなと思いました。なぜならいつも解いていて1、2つくらい見つけられなくて、応募できなかったからです。久しぶりに最後まで見つけられた快感を得ることができました。ありがとうございます。

大正区・仲井間 心萌さん

毎回まちがいがしが最後の1つがみつからず今回頑張りました。近所の友達と鶴見緑地へ花見に行き一日楽しんで来ました。先日かやぶきの里に行き、なつかしい風景でいやすれました。

大正区・風本 リイ子さん

4月より「健康チャレンジ2016春」が始まります。私も中級の福井まで三三三キロを目指して頑張ります。

大正区・貞本 利男さん

小児科が毎日と言つ事で子育てでされている方にはとても助かりますね。我家は堺市に住んでいた頃、小さな診療所の女医の先生にずいぶんお世話になりました。ぜん息だった息子も子育て経験のあったその先生の対応で、すごく助かりました。時に優しく、その時厳しく!心強かったです。貴重な小児科の先生、頑張ってくださいね!

大正区・たぬきさん

むつかしくて、なかなかわかりませんでした。最後のまちがいを見つけた時うれしかったです。

西成区・コロケくんさん

「みらい手帳」使いたいなあ、是非役立てたい。「たいしょう生協診療所」オープン楽しみにです。初めて送ってみました。

大正区・吉村 美智代さん

どこ?どこ? ましがいがし

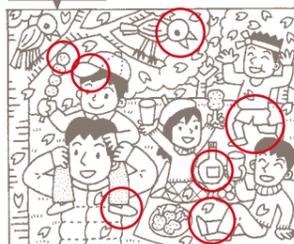
下の絵は上と7ヶ所のまちがいがあります。どこでしょう?



正解者の中から抽選で15名の方に図書カード(500円)を進呈します。

【応募方法】
解答はイラストを切り取って、ハガキに貼ってお送りください。
*なおハガキの余白に解答と合わせて今号の感想やご意見、近況などもお書き添え下さい。

4月号の応募総数70名で全員正解でした。



4月号の当選者 15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。抽選は毎月第一金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。

お詫言と訂正
5月号・6月「みらいの目」の3段8行目に間違いがありました。正しくは以下の通りです。
誤「言語聴覚士」 ↓ 正「作業療法士」

まちがいがしがし、当てるまで出します。東日本大震災発生から五年、今度は九州熊本で最大震度6強を記録。国が県や自治体に全力で、一日も早く地震がおさまるよう祈ります。

西成区・浦川 伸子さん

久しぶりに応募しました。腰から影響しているのか足のふくらはぎ、太ももの裏側が痛くて少し歩くにつらいです。早く整形外科へ行かなくては、と思っています。先日「お助けたい」にお世話になり大変助かりました。ありがとうございます。

大正区・烏野 美代子さん

医療費の支払いでお困りの方へ

下記にて医療費の減額、免除ができます

無料低額診療事業 実施診療所

- ・みなと生協診療所
- ・大正民主診療所
- ・ながほり通り診療所
- ・わかば歯科
- ・西成民主診療所

必要な診療・治療を受けていただくことが何よりも大切です。「お金がないから」と心配な時はまずご相談ください。治療後の生活再建も一緒に考えましょう。

応募先 〒556-0024 塩草2-2-31-3F 6月末日 必着
大阪きづがわ生協「みらい」係 (郵便番号は正確に)