

いのち輝く“まち”へ
「健康をつくる。平和をつくる」



たいしょう生協診療所竣工
『ゆめプラン』実現へ大きな歩み!

「医療・介護・生活を支える」
新たな実践

2016年6月19日(日)午後1時
半から4時半まで、阿倍野区民セン
ター大ホールに於いて、総代243名
(内書面議決26名)の出席で第5回総
代会を開催しました。

9名のご来賓を代表して、きづがわ
共同法律事務所弁護士鈴木康隆様、
新日本婦人の会阿倍野支部事務局長
の井上裕美子様よりご挨拶を頂きま

した。

第一号、第二号、第三号議案提案後
各議案に対して、質疑、討論があり8
名からの発言がありました。

合併後、初めての施設が完成し、新
たな発展の一步がはじまります。「み
なと」でもグループホームの移転等が
進行します。

地域などでは、町内会などとの新た

な連携が始まり安心・安全のまちづく
りが、大きく広がっています。

東日本震災支援も継続をしていき
ます、今だに収まらない原発の被害
「原発0」の学習会や署名も開催しま
す。

事業所利用の取り組みなど、組合員
さんとのつながりを強め、組合員ふや
しの活動、全国四課題を推進します。

大阪きづがわ医療福祉生活協同組合
第5回
通常総代会を開催

ma² CHOCO
ママ・ちょこ⑦

たいしょう生協診療所に4月から小
児科の椿尾百合子先生が着任され、水
曜日と木曜日の午前診を小児科専門医
として担当されています。0歳~15歳ま
で安心して診ていただけます。

小児科は鈴木所長と合わせて
月曜~金曜(平日午前)
診療中です。



納涼!
暑い夏にはやっぱりそうめん!
みんなで流しそうめんを
食べながら納涼しましょう!
キッズ流しそうめん大会

- 日時 8月6日(土) 17時~19時
 - 場所 地域交流センター・なにわ晴ればれ
大阪市浪速区塩草2-2-31-1F
 - 参加対象者 組合員ご家族・また、そのご友人ご家族
 - 参加費 小学生以下 300円
中学生以上 500円
 - 定員 30名
- 参加お申込み
●大阪きづがわ医療福祉生協本部 担当:樋口・姉川
TEL. 06-4394-8500 MAIL. anekawa.s@osaka-kizugawa.coop
- お名前、人数、電話番号を
お伝えください

編集部
だより

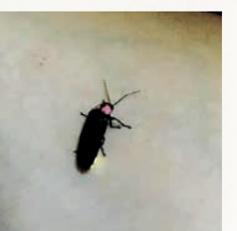
早くも夏真っ盛りな暑さですね。先日
はお墓参りに兵庫の但馬地方まで行って
きました。但馬牛に舌鼓を打ちつつ、大自
然を満喫し、幻想的なホテルの光に癒さ
れ、とてもいい休日を過ごすことができました。もちろん
お墓参りもしっかりと(笑)。これからいよいよ夏本番です
が、体調管理だけは十分に注意して過ごしましょう。今回
のお面はキツネにしてみましたかどうか?

港エリア 田路 耕平



キャンプファイヤー

052
今月の
いちまい



幻想的なホテル

理事会報告

- 第12回 理事会
- 日時 2016年5月21日[土] 午後3時~5時30分
 - 場所 本部会議室
 - 出席 理事 28名/31名中 監事 3名/3名中

はじめに

- ①理事長挨拶
- ②熊本震災支援の報告
- ③各エリアの活動報告
- 常務理事会報告
- 職員人事事項
- 民医連・医療生協協議参加について

協議承認事項

- 1号議案 4月の事業活動報告の件
①4年度の事業収支結果
②2016年組織運営の到達(全国4課題)
- 2号議案 第五回通常総代会の件
- 3号議案 医福生協連の介護実務研修講座 募集・奨学金支給
- 4号議案 学習教育月間に取り組み件
- 5号議案 熱中症訪問について(事業所利用大運動の課題)
- 6号議案 役員退職金規定及び医師退職金規定の件

各報告承認事項

- ①事業に関する報告
- ②組織及び運営に関する活動
- ③就業規則関連
- ④社会保障・原発・震災支援の取り組み
- 次回理事会 6月19日[日]

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)・ながほり通り診療所・西成民主診療所

妊婦さんの喫煙にびっくり!!

健康をまもるー

泉州看護専門学校機関紙(2016・4)
 1月22日〜23日、大阪で第6回日本小児禁煙学術集会有った。学会のテーマは「たばこの煙と脳科学」。受動喫煙が胎児・乳幼児・小児・思春期のこども達の脳発達、成人・高齢者の認知障害に与える影響がだんだん明らかになってきた。
 母乳中にニコチンは移動しやすく、ニコチンの毒性は胃酸カリの5〜6倍、特に感情を司る前頭葉の血流低下、脳皮質の菲薄化、脳萎縮をきたし、受動喫煙はこどもの学習障害のリスクを高める。DNAに影響し機能的なトラブルをきたす。幼若乳児の突然死、ADHD(注意欠損・多動症)、LD(学習障害)、アスペルガー症候群などの発達障害があげられている。学力低下も示された。(校長 古川 富美枝)

私は「渡し」を毎日利用しています。港区でデイスービスのお手伝いに行くようになり甚兵衛渡船でシヨート船旅。
 大阪の渡船8つの内7つが大正区です。今は川の水も美しく昔泥川だったのが信じられません。公害で多くの被害を生みましたが、世論と黒田府政の環境への取り組みの結果です。
 ある日、妊婦さんが自車で渡船を待っていました。若いカップルで大きなおなかで出産が近いようです。
 渡り終え、二人仲良く走っていきました。ここまではほほえましい光景でしたが、アッとビックリ!なんと二人で煙草に火を付
 けます(渡船は禁煙)。子どもは親を選べません。自覚が足りないとは言いませんが、小さい時の学習が必要では。子どもの喫煙は習慣性が強いですから、低学年での取り組みが今以上に必要だとおもいます。
 喫煙される方は本人が選択し、その害はやむえな
 い面がありますが、おなかの赤ちゃんや周りの人の健康に思いをせないと。
 朝日新聞(6月1日)に受動喫煙で死亡年1.5万人との記事が。健康をメンテナンステーマにしている医療生協では、もう一度煙草と健康問題を考えたらどうでしょうか。
 理事長 別所義正

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 後編 義経が津守にいた

次郎は語る「義経はひとまず、西国において兵を集めようとし、十一月三日京を離れて摂津に向かった。尼崎浦から舟に乗ったが、たまたま暴風にあい舟はちりぢりになり、義経はわづか数名と共に行方不明となった」「義経には部隊はなかった」と友子。
 「それが問題なんだ」と次郎が語る。「義経が使っていたのは全て頼朝の部隊で、義経には部隊と呼べる程の家来はいなかったんだ」
 その後、義経は大和に逃れ、吉野山に隠れ、京師近辺に出没しているが、結局は再び平泉に落ち着き、秀衡に変わらぬ好遇を受けた。秀衡にしてみれば、天下の覇権をにぎった頼朝が奥州に攻めてくるのは時間の問題だ。その時に義経を味方にしてあげば有利と判断したのであろう。だが、残念ながら秀衡はその後もな病に倒れた。父亡き後、藤原三兄弟は争い、長男泰衡は父の遺言に背いて義経を衣川の館に急襲し、義経は持佛堂に

入って自害、三十一歳の悲運の生涯を閉じた。頼朝は約束を守らず奥州藤原氏を滅亡させた。
 次郎は語る「しかし、肉親や功臣の全てを疑うという性格の頼朝は、実質一代で源氏の幕府は終わらせ、実権は平氏の出である北条氏にわたってしまった」とは歴史の皮肉か」
 突然、次郎が得意げに「最後に、友ちゃんにだけ特別に話すけど、西成区の津守町の江戸時代迄は海辺だった処に『はい上がり』という字がある。つねづね、突然に周辺とは異なる調子の字なので不審に感じてはいたが、義経が京を離れて摂津に向かう中で、乗った舟が暴風にあい命からがら、はい上がった岸が津守だということ。これは『史実』だよ」
 「認知症の兄は頼朝的長男だから。義経の気持ちわかる」と次郎。「自分が選んだ老々介護の道でしょう。愚痴は聞いて上げるから」と友子。やさしいね!

がもう健の)次郎と友子の 「びっくり史跡巡り」 第5回 日記

大阪城公園 親子deウォーキング

お天気に恵まれた5月8日、大阪城公園での親子deウォーキングは盛況のうちに終了しました!

50名以上の参加者で、大阪城公園内をウォーキング。とてもいいお天気だったので、ゆっくりとウォーキングを楽しみました。ただ歩くだけでなく、大阪城の歴史にまつわるクイズラリーを行い、その答えを探しながら歩くという身体も頭も使った、約1時間の楽しい時間となりました!



途中、虹もみれました



ウォーキングスタート!



クイズラリーの答え探し中

今回は大塚製薬様に協賛いただき、熱中症予防のお話から、「ポカリスエット」「SOY JOY」などの商品のご提供まで大変お世話になりました。本当にありがとうございました!



大塚製薬様による熱中症予防講座



ウォーキング後のランチタイム

ウォーキング後はお待ちかねのランチタイム&クイズラリー抽選会!みんなでお弁当を食べながら、だれが1番に当たるかドキドキ待ちました。



ポカリスエット試飲中

今後、大阪きつがわ医療福祉生協ではファミリー向け、多世代で楽しめるイベントもたくさん行っていききたいと思いますので、ぜひ次回も楽しみにお待ちしております!



参加されたみなさま、ありがとうございました!

全員で集合写真

大正区 ●

写真サークル「渡し舟」誕生

大正エリアで写真を趣味にしている方などから、写真の好きな方同士が集まる機会が欲しいとの声があり、一度お会いしてみようとなり、5名が集まり写真サークル「渡し舟」が出来ました。色んな写真クラブなどで活躍されている方もおられますが、1人で写真を撮られている方もおられました。それではサークルを作りましょうと結成に至りました。会則や会費は、おいおい人が集まる中で必要な経費が出てくるので、皆さんと話し合いで決めて行こうとなりました。代表者は、新屋幸二さんをお願いして承諾

誕生！写真サークル「渡し舟」

写真サークル「渡し舟」

開催日：毎月 第3木曜日
時間：午前1時～
場所：「大正晴ればれ」1階



を頂きました。7月から毎月第3木曜日の午後1時から1時間ほど集まる事が決まりました。7月21日(木)は皆さんの作品を持ち寄りませんかということになり、この日に自慢?の作品が集まります。写真に興味のある方は、是非ご参加ください。場所は「大正晴ればれ」1階です。手ぶらでも結構ですでお越しください。

大正エリア 別所 義正

阿倍野区 ●

阿倍野新婦人と医療生協 合同の学習会開催

5月27日(金)、阿倍野新婦人の班会にお邪魔して、医療・介護問題学習を行いました。たくさん参加して頂き、活発な議論ができました。



阿倍野区での、介護の困難事例や、新婦人さん

活発な議論が交わされました！

阿倍野区新婦人事務所にて



の会員さんの知り合いの方の入院での医療費の問題など出されました。西成エリアの介護部長にも来て頂き、今の介護の問題など訴えて頂きました。今のままでは、地域の医療や介護を守るのはだんだん難しくなっている。社会保障をもっと充実させないと困難な事例がもっと増えるという危惧も出されました。西成エリア 組合員活動部 竹中



エイジバレエの体験レッスン
参加者一同やわらかい動きに挑戦！

観て、食べて、運動して！

文化のつどいは今年も大盛況！！

港区 ●

第17回 文化のつどい開催

5月29日(日)港エリアでは、文化のつどいが行われました。昨年通り、会場は地域の会館を借りて行いました。雲行きが怪しかったですが、天候にも恵まれ100名近くの参加となりました。



大正琴の
素敵な音色

舞台では、組合員さんのサークル活動の発表であったり、今年からはエイジレスバレエさんにもご出演いただきました。最期は会場の皆さんがバレエで体をほぐしていました。また、外では出店コーナーを設けました。コーヒー、焼きそば、バラ寿司やおでん、手芸品やクッキーまで品揃い豊富でした！



おいしい
ご飯など、
物販も
大盛況



広い磯路会館をお借りしました

西成区 ●

スクエアステップ体験会

6月1日(水)、こつまの里4階でスクエアステップ体験会があり、12名が参加しました。指導はこのほど、スクエアステップ認定指導員となった杉浦健・西成民主診療所事務長。25cm四方の枠を前と横の線を踏まない、バックはしないなどのルールにそって、ステップします。その種類、8パ



これは、おもしろい！

スクエアステップ
認定指導員の杉浦健さん

楽しくてはまる！スクエアステップ

ターン。歩行能力・筋力アップ・認知症予防にもなります。参加者のみなさんは慣れてくると笑い声がたえません。一度、体験すると楽しくて、はまりますよ！7月も養成講座を企画しています。あなたもいかがですか。



スクエアステップ 養成講座

お問い合わせは西成組合員活動部
TEL.06-665-7400

正しい知識と対策で「熱中症」を予防しよう!!!

熱中症とは

室温や気温が高い中で、の作業や運動により、体内の水分や塩分(ナトリウム)などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体がだるい、ひどいときにはけいれんや意識の異常など、様々な症状をおこす病気です。

人間の体は、体温調節をするとき皮膚の表面から熱を放出します。さらに、汗をかいてその汗が蒸発するとき熱を奪い体温を保とうとします。しかし、気温と湿度が体温より高くなると、この機能が正常に働かず熱が体内にこもり大量の汗をかいてどんどん体温が上昇してしまいます。熱中症は体力の衰えた高齢者に多く、屋外に限らず室内でもおこります。症状はめまい、頭痛、吐き気、痛みを伴う筋肉の痙攣など。室内に一人にいるときはこまめに様子を見てあげましょう。

● 熱中症の対処方法

熱中症には軽症のものから重症のものまで様々な症状があります。

重症度	症状	対処方法
I度	汗が止まらない・めまい・立ちくらみなどの症状が出る	涼しい場所で休む 水分・塩分の補給
II度	頭痛・吐き気・嘔吐	涼しい場所で足を高くして休む、水分と塩分を補給したら病院へ!
III度	意識障害・痙攣・高体温	すぐに救急車をよぶ!

※意識がないときに水分を与えないこと。
 ※体温が高いからといって、間違っても解熱剤は飲ませないこと!

● 熱中症予防のポイント

- **部屋の温度をこまめにチェック!**…室温28℃を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう!(普段過ごす部屋には温度計を置くことをお奨めします)
- **体調を整える!**…寝不足や風邪で体調が悪いときは、無理せず日中の外出はひかえる。
- **服装**…外出の際は体を締めつけない涼しい服装で、日よけ対策も!帽子などを着用しましょう。
- **こまめに水分補給!**…「のどが渇いた」と感じたときはすでに体内は水分不足になっている状態。定期的に水分補給を。また、汗と一緒に塩分が失われるため0.1%程度の塩水または、スポーツドリンクなどを摂取しましょう。最近では経口保水液が市販されています。

※経口保水液とは、糖質(ブドウ糖)と電解質(ナトリウムイオンなど)の配合割合が一定の比率をもった飲みもの。小腸で水分と電解質をスムーズに吸収させる働きを持っており、いわば「飲む点滴」です。

● 熱中症になってしまったら

- **冷やす**…涼しい日陰やエアコンの効いた室内に移動する。また、氷水の袋などで、脇の下・太もものつけねなどを冷やす。
- **服装**…ボタンやベルトをゆるめておく。
- **水分補給**…このときも、塩水やスポーツドリンク、経口保水液などで水分だけでなく塩分を補給することを忘れずに。



※回復後しばらくは安静にし、もし意識がなかったり体温が異常に上がっている場合は急いで病院へ行きましょう。

おたよりコーナー



■時々まちがいさがしをしますが、最後の一つがなかなかわからない時があります。主人が見つけてくれました。昨年は妹が亡くなり、今年3月に母が亡くなりました。ほんとうにつらい日々でしたが、今は前を向いて頑張っています。このおたよりコーナーとまちがいさがし何か楽しくなりますね、これからも皆さんの元気をもらって楽しい人生を送ります。

大正区・福井 恭子さん

■この時期の草花の成長には驚かされます。ちぎれて枯れかかっていたツメキリソウ、元気のなかつた花も満開に咲いています。とってもキレイです。

大正区・ごんちゃんさん

■いつも楽しませていただいております。日常のほんの小さな幸せです。小さな幸せで長く生きていきたいと思っています。自分の息子にはお嫁さんはないのかと、思っていました。孫が生まれることを知らされました。お嫁さんになつてくれる娘さんに感謝です。

港区・宮崎 美紀子さん

■新診療所開設が間近ですね。今の所、お世話になっているのは歯科ですが、移転の時は少しお休みがあるとのこと、痛くならないよう気をつけてハミガキします。

大正区・ごんちゃんさん

■熊本地震から一月以上たちますが、未だ余震が続いております。早く終息して、一日も早い復興を願うばかりです。

港区・川原 重信さん

■姑になって息子夫婦から、母の日プレゼントが届く喜びにめざめた私。二人が選ぶのは、思いがけない品物で今年はライチ酢、りんご酢、ぶどう酢セットそわか!ことしはしょうが酢ブームだもんね、健康第一です。ありがとう。

港区・二こあママさん

■大阪城公園で行われた親子deウォーキングに参加しました。天気が良く、とても気持ちよくウォーキングできました。3歳の娘も大喜びしていました。帰りに植木市でブルーベリーの苗を購入しました。今年の夏には実がでるらしくとても楽しみです。(ちなみに、ふきのとうの屋上に植えるよいです)

港区・吉武 智香子さん

■「戦争法廃止を求める」署名、送りました。小さかった息子が小学生にランドセルを背負う姿がまぶしくこんな子どもたちの未来を守っていくのは大人の使命だと強く思いました。戦争反対、戦争法反対。

港区・たまちゃんさん

■久しぶりに応募します。7月に新診療所などが開院すること、夫が「新しい」ところで検査してもらおうかな」と言っています。

大正区・松村 昌代さん

■「たいしょう生協診療所」が七月オープンと「えがお」で知り、大変楽しみです「まつり」も参加したく思います。

■地下鉄市バス民営化のうわさ、公共の交通機関は必要です。東京も多数の交通機関がありますが都営もあります。一回50円の負担もなるべく歩き、何とか受け入れます。民間になると外出もままならず寝たきり老人増えるのでは。不安でたまりません。長生きしたくないです。

大正区・森山 秀子さん

どこどこ まちがいさがし まちがい7つ

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。

5月号の応募総数71名で、66名が正解でした。

5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。

〒556-0024 塩草2-2-31-3F 7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)

無料 高齢者・障がい者のための 電話相談・出張相談

受付専用 ☎06-6633-7624
 受付時間/月～金 9:30～17:00

まずは、お気軽にお電話ください

きづがわ共同法律事務所
 代表 TEL.06-6633-7621