

「ゆめぱらん」のスタートです

スタート集会
250名が参加

わかば歯科 介護事業所新築!!



大きな期待をいだき、わかば歯科、介護事業所建設を

3つの医療生協が合併し「きづがわ」になってから一周年になります。

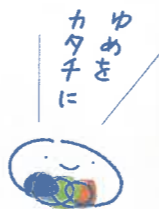
大きく目に見える変化は、大正エリアでの歯科、介護施設の新築建設が決まったことです。隣接の土地が購入できて、今秋工事に入れるようになり、大正区の組合員さんにお知らせしようと、建設に向けてのスタート集会を開きました。

「きづがわ」の仲間も参加いただき、250人が大正区民ホールに集まりました。これからの医療方針について歯科、歯科所長から話され、一足先に歯科建設や小規模多機能施設を運営している生協からのお話もありました。

職員、支部の出し物もあり、この日のために練習を重ねた成果が、集まった組合員さんに笑いや感動をあたえました。

早速、増資の申込みがあり、明るく日のお礼の訪問では高額の増資の申込みもありました。集会での感動が大きく広がっています。

地域でも、介護施設の関心は高く、ご挨拶に伺うと介護の話で会話が広がっていき、私達の施設の一歩の長所は医療福祉生協で有るといふこととです。医療との連携が強みです。皆が住み慣れたまちで暮らし続けられるよう、24時間365日、質の高い安心を地域で提供していきます。



3つの診療所で健康診断が受診できます

年に一度は健診を受けましょう

健康診断

大阪きづがわ医療福祉生協では病気を治療することだけでなく、病気を予防する健康づくり活動に力をいれています。

大正区・西成区・港区にある診療所で健康診断を行っています。お近くの診療所でぜひご受診ください。

健診実施診療所

※健診内容・料金・健診時に必要なものについては、各診療所にお問い合わせください。

大正民主診療所 お問合せ・ご予約 06-6554-1197

平日健診	午前	月~土	8:30~(月・火がおすすめ)
	午後	月・火・金	17:30~
日曜健診	第3もしくは第4日曜(月1回) 午前8:15~11:30まで		

西成民主診療所 お問合せ・ご予約 06-6659-1010

平日健診	午前	月~金	9:00~12:00
	午後	月・水・金	18:00~20:00
日曜健診	第2もしくは第3日曜(月1回) 午前9:00~12:00まで		

みなと生協診療所 お問合せ・ご予約 06-6571-5594

平日健診	午前	月~土	9:00~
	午後	水・金	18:00~
日曜健診	月1回(実施日はお問い合わせください) 午前8:15~11:30まで		

無料

高齢者・障がい者のための
電話相談・出張相談

きづがわ共同法律事務所

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

理事会報告

第10回理事会

日時 2013年3月16日[土] 午後3時~5時半

場所 本部事務局 会議室

出席 25/31名中 監事1/3名中 オブザーバー1名

承認事項

1. 9回理事会議事録の件
2. 2月度の経営結果
3. 見なし脱退処理の件
4. 一件100万以上の設備・備品購入の件
5. 総代会に関する件(6月23日)
6. 銀行借り入れの件
7. 2013年度方針の件
8. 震災支援の件(9月に予定)
9. その他 前進座の公演に関して

各報告承認事項

- ①原発0の取り組み(月2回になる)
 - ②住吉市民病院
 - ③生保、国保、公営交通の民営化
 - ④震災対策 非常食 MCA無線など
- 各エリアの活動報告と計画
その他 近畿ブロック組合員交流集会 8月31日~9月1日
石切温泉 ホテル・セイリユウ
9条世界会議・関西2013 10月14日[祝]
大阪市中央体育館 港区
次回理事会 4月20日[土] 午後3時から



沖縄料理店(大正の名所にもなっています)

014
今月の
いちまい

「大飯原発いまずく止めろ！全ての原発を廃炉に！ 3月10日 さよなら原発・関西2万人行動・デモに行こう！」

「原発いらない！命を守れ！」
3月10日、中之島公園で「さよなら原発3・10関西2万人行動」が行われました。東日本震災および東京電力福島第一原発事故から、丸2年が経とうとしています。あの事故を二度と起こさず、家族や家や土地を失う人を二度と出さないことを強く望み、同じ思いを共有する皆さんが集まりました。きづがわからぬ90名参加。降りしきる雨の中、冷え切った身体にkayoさんの歌は、心に温かく沁み入りました。福島の武藤類子さんは、子供の甲狀腺がん発症の報告をされ、今後の被害の拡大の恐れも語られました。

現在稼働している大飯原発の下には、活断層が連動しています。しかし、止めようとはせず、『命より金』と次々と原発再稼働、新増設を進めようとしている政府。みんなの力でこれを止めましょう。

私たちは「原発いらない！命を守れ！」と声をあげ、難波に向い行進しました。



雨にも負けず 原発ゼロを！



「千人針」も弾圧された
実は私には、戦前の通天閣に昇った経験がある。
私は母と三人で夜の通天閣に昇ろうとしていた。

がもう健 きづがわ往来



まだ南海電車の住吉公園行の各駅停車の路線があったころ、毎週のようにナンバに出ては千

通天閣

た。しかし、いくら待っても二人が来ないので見にくくと二人は通天閣の入口で「千人針」の女性達にかこまれ、懸命に白い布に赤い結び目をつくっている最中であつた。

戦前、召集令状が送付されると男たちは、それを拒否することができず、数日うちに問答無用で軍隊に入営させられた。その妻、母、姉妹、恋人達は、たてまえはともかく「生きて帰ってほしい」と心の中で願わぬものはなかった。「武運長久」を祈るとして千人針はつくられたが、本当は彼女達の思いが具体的に表現できるぎりぎりのものであつた。

一方、送られる側の兵士達にとっても、迷信を超えて肉親や恋人達のぬくもりが残る唯一の形見となつたのである。

ところが憲兵隊では、この千人針を出征がスパイに知られるとして、停止せよとの秘密命令を出し、愛国婦人会国防婦人會にも、協力しないようにと圧力を加えてきていた。そのため出征家族の女達は時間に追われて死に物狂いでかけずりまわつた。

注1「千人針」

第二次世界大戦まで日本でさかんに行われた多くの女性が一枚の布に糸を縫い付けて結び目を作る祈念の手法、および出来上がったお守り。

注2「武運長久」

武士や軍人としての命運が長く続くこと。出征した兵がいつまでも無事なこと。

各エリアで 支部総会が活発に開催

港エリア 築港支部

4月13日(土)に組合員32名の参加のもと天保山公園で盛大に実施しました(支部総会には姉川常務、本部の樋口さんにも参加していただきました)。支部総会では、資料をもとに法人全体の2012年度の活動及び2013年度の方針、そして支部の同じく昨年度の活動及び今年度の方針を説明しました。特に、今年度は昨年度に人気のあった介護保険の説明会だけでなく、防災、エンディング等にも取り組んでいくことを話し合いました。



支部総会の後、組合員4組の詩吟を披露し、食前酒、寿司、豚汁、ビール等のご馳走を食べ、デザートの日向夏ミカン、手作りのクッキー、ゼンザイと盛り沢山の料理を堪能しました。

今年の桜はいつもより早く咲き、1週間前の激しい風雨で大方散っていましたが、力強く持ちこたえた桜の花が私たちの組合活動を見守っている感じてした。

支部総会を兼ねた花見会

西成エリア 西北支部

3月17日(日)西成民主診療所で支部総会とお雑祭り班会を行いました。18名の方にご参加頂きました。運営委員と担当職員で協力して、チラシ寿司をつくりました。また、奥専務にも来て頂き、来年度の方針の説明をしてもらいました。また、西北支部の年間計画をつくり、みんなで協力しながら、来年度も頑張ろうと参加者みんなで確認しました。最後は、デイケア室でカラオケをお借りして、みんなで熱唱しました。



とっても仲のいい西北支部運営委員のみなさん

西成エリア 千本中南支部

支部総会を4月10日、組合員さん職員併せて27人の参加で行いました。最初に、2012年度の活動とまとめを報告、その中でなかま増やしを33人達成したことをみんなで喜びあいました。その後、杉浦事務長より2013年度の活動方針が報告されました。



千本中南支部は、今年「脳イキイキ班会」に取り組む予定です。65才以上で10人に1人が発症すると言われていた認知症をみんなで助け合いながら、楽しみながら、予防する運動を地域で広げていきます。医療生協と地域をつなぐ毎月の街角健康チェックも頑張ろうと参加者みんなで確認しました。

千本中南支部 蒲生 昌子

大正エリア

大正エリアでは、新施設建設に向けて例年より早く支部総会が開かれ、全ての支部が3月中に終わりました。新しく出来る小規模多機能介護施設の概要はまだまだ周知が出来ていませんので、介護部長を先頭に介護部が担当を決めて各支部で説明に飛び回っています。

親の介護真最中の方からの切なる質問もあり、24時間365日在宅支援のこの施設が待たれていることがわかりました。ずっと増資をしている方からは、「気軽に貯金のつもりで増資してください」という訴えがあり、冷蔵庫が壊れて急にお金が入用になったとき、このお金がとても役に立った話をしてくれました。「私は葬式代のつもりで増資するわ」という方もありました。

健康づくり全国交流会「口からの健康」に行かれた久保さんからは唾液が一日にどのくらい出ているかというクイズがあり、500mlのペットボトル3本という答えには、みんなびっくり、夜寝る前の歯磨きがとても健康づくりには大事であることなどのお話もありました。平尾支部 渡口 差知子



小林支部

三泉支部



南恩加島支部

ほくと支部



鶴町支部

平尾支部

西成エリア 天下茶屋東支部

つれづれの里で支部総会を13人の参加で行いました。昨年は、モーニングや温泉班会などで組合員との繋がりを大事に活動してきました。今年は、健康づくりや防災を意識した班会を積極的にやっつけよう確認しました。組合員さんからは、医療生協の班会は本当に楽しいし、もっと友達を連れてきたいとおっしゃってくださいました。映画班会ももっとやっつけようの意見も出されました。みんなで健康で今年も頑張ろうと最後は笑顔で総会を終えることができました。



大正エリア ●

年に一度の交流集会

大正エリアでは、延べ100人近くの組合員さんにボランティアの協力をいただいています。

日頃の慰労を兼ねて交流集会を年に一回開いています。今年は3月10日、日曜日に46名が参加して楽しく懇談交流をしました。

デイの食事づくり、配食お弁当、モーニング班会など多くのボランティアさんにお手伝いをしていただいています、皆様の協力なしでは生協活動は成り立たないと言っても過言ではありません。

この日も、お手伝いの内容や、自己紹介、新築するわかば歯科の事務長が図面では分かり難い建設の話縮尺モデルを使い説明しました。

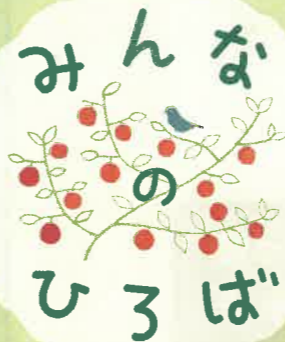
ボランティアさんに支えられる生協活動

ボランティア交流集会



ボランティアさん大集合です

ボランティアさんを募集しています。出来る時間、出来る事でご協力をお願いします。



港エリア ● 市岡支部

奥琵琶湖の桜を堪能

4月14日(日)奥琵琶湖の海津大崎に29人で花見に行ってきました。車が混んで、ゆっくり花の下で食事が出来なかった事が残念でしたが、琵琶湖バレー、高島市の水車村近く、奥琵琶湖パークウェイ等のサクラ・サクラで花いっぱいの花見が車の中から出来ました。予定より3時間も遅れましたが、無事、港区に帰ってきました。



サクラ・サクラで花いっぱい



「桜の花の見事なこと。風に乗って散る花吹雪。それは思ってもみなかった風景でした。」
参加者の感想

第5回 子育て学習会

西成エリア ●

大事な時の心肺蘇生ABC

AEDの使い方と心臓マッサージの実践を行いました。

病院や区役所、学校などAEDの設置場所は増えてきていますが、実際使う機会は少ないですね。

AEDをあけると音声ガイダンスが始まり「へえ~!!」と参加者から驚きや感心の声が聞こえました。その後参加者にも一人ずつ挑戦して頂き、実際やってみると難しく、戸惑いながらも真剣に取り組んでくれていました。

今後も「あの時、医療福祉生協の学習会に参加しておいてよかった」と組合員さんに思われる、地域の求めに根ざした学習会の開催と生協づくりを行っていきたくです。

病児保育室まつぼっくり 前田 梨少子

「急変時の対応について」3月16日開催



予想以上に強く押さないとはいけません

参加者の感想

AEDも種類がいろいろあるので実際にさわることができてよかったです。(西成区・Nさん)

子どもにもAEDの実践を見せることができていい経験をさせることができました。(西成区・Tさん)

初めてAEDをさわりました。心肺蘇生法を頭でわかっていただけでしたが、操作ガイダンスがあってもなかなか緊張もあり、うまくできないなと感じました。体験してよかったです。(阿倍野区・Fさん)

健康づくり委員会

大正エリア ●

桜の名所と酒蔵めぐり

健康づくり委員会では、健康体操班会を開いていますが、毎月のウォーキングも心のリフレッシュと体力維持を目的に企画、開催しています。春、秋は歩程距離が少し長い郊外コースを、ただ8月だけは熱中症予防からお休みにしています。

今回は水上勉作品「桜守」のモデルになったお屋敷が、今は公園になり桜の名所になっている阪急岡本駅からのコースを22名で歩いてきました。

3月17日だったので、さくらは「蕾ふくらむ」でしたが、梅は私達を紅白で迎えてくれました。アーモンドの花も見られて、神戸港を眼下に見る岡本梅林を楽しむことができました。

毎回コースはだいたい一万歩を越える様に企画しています。灘の酒蔵見学へ足を伸ばし、杜氏

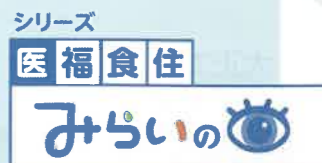
心のリフレッシュと体力維持を目的に



さんの説明では、数年前までは酒歌で手作りしていたそうですが、酒造りは大変な重労働でお年を取られた今はやめていらっしゃる。

ここの酒蔵さんは吟醸酒だけを醸造しておられ、数種類のきき酒をして、みなさん美味しいお酒を土産に。お酒入りのソフトクリームも売っていて、これは大変好評でした。

JR大正駅発で毎月ウォーキングを企画していますので是非一緒に。



これが医療福祉生協の魅力

測って
みましよう

筋力測定

いつしよに
はじめませんか

健康チャレンジ

筋力測定器具を 購入します

3月号でセーフティウォーキング指導者講習会を受講したことをお伝えしました。セーフティウォーキングでは必ず筋力トレーニング（以下筋トレと略する）を実施します。筋トレをすることで、ウォーキングで起こる膝痛や腰痛を予防するだけでなく、要介護の原因にもなる転倒予防につながります。筋力は50歳を過ぎると徐々に低下する事があきらかになり、ますます筋トレの重要性が目まぐるしく見えてきます。そこで、筋トレを実施するに当たり、筋力の評価



筋力を測定しています

健康チャレンジ

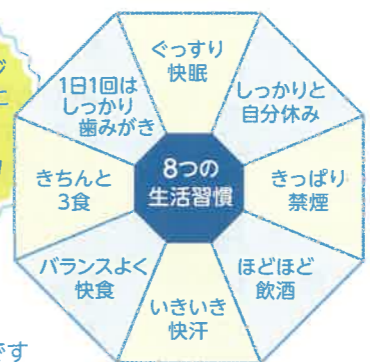
健康チャレンジを「きづがわ」で取り組む事になりました。生活習慣（8つの生活習慣を守る）と、バーチャルの西国33ヶ所巡りです。

生活習慣は4つを選んで、2カ月で45日間守る、西国コースは2カ月間、歩かれた歩数を記録用紙に記入して提出してください。

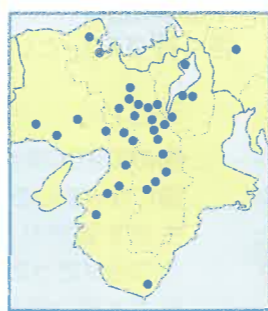
健康チャレンジに登録してみると、励みになって歩行数が増えたり、健康づくりを多いに後押しすることが出来ます。

歩数ですが、大正では強者がおられて毎回100万歩を超えるかもおられます。本部または各エリア健康づくり

生活習慣 8つの項目から4つを選び2カ月間のうち45日間守る



健康チャレンジ達成された方に図書カードプレゼント!



バーチャル西国33ヶ所巡り

2カ月間の合計歩数が252,307歩(1日約4200歩)以上でチャレンジ達成です

健康チャレンジのお申し込み受付・お問い合わせは ▶ TEL.06-4394-8500

おたよりコーナー

■外国に住んでいた孫たちが、この春から日本の学校に通うことになりました。日本の生活に慣れるまで、忙しくなりそうです。

大正区・竹本 洋子さん

■1月号で、初めて応募して当選しました。いろんなクジ運に見放されていたので、とてもうれしかったです。ラッキーです。ありがとうございます。今年も少しだけでも、いい年になるかも!

大正区・塩村 桃代さん

■久しぶりにまちがいがしをしました。先日主人の一周忌をおこないました。早いもので一年経ちました。なんとなくあ〜もう主人がいらないだと思えるようになりましたが、いつまでもよくよしてはいけな〜と心で思っているのですが、まだ一年。仕事も金曜日だけ行ってくれないかと言われてしかたなく行っております。ガンバリます。

大正区・宮田 艶子さん

■いつもたのしみにしております。この間親しくしているお友達のお子さんが高校に無事合格しました。ほんとうに我が子の様に喜びました。合格発表ってホントドキドキしますヨネ!

大正区・ギニーニューさん

■いつもまちがいがし、楽しみにしています。3月号の消費税の記事!ホントに考えさせられますね!消費税増税、大・大・大反対です。

大正区・ゆちよん子さん

■白内障の手術が無事終了し、小さい文字がはっきり見える様になりました。まちがいがし、めがね無しで見つける事が出来るようになり、とても喜んでおります。「セーフティウォーキング」の取り組み、みなと生協診療所付近で、できたら参加希望します。是非実現にむけてよろしくお願ひします。

港区・ヤダモンさん

■大正区の地名の由来を読んで大正区に80

年住んで居ますが由来の事は知らなかったので興味深く何遍も読みました。

大正区・貞本 利男さん

■民主党のなまぬるい「30年代廃止案」すらゼロから考え直すと言っていて、安倍政権は原発稼働も踏み出しました。それ所か、輸出もします。絶対に反対です。10日の「全国一斉反対行動」には、鉢の木・佐野源左衛門に習って、夫婦共々老いの身をひたさず参加するつもりです。

港区・正木 ツヤさん

■いつも「わかば」で、子供3人が虫歯治療の為、お世話になってます。先生やスタッフの方がとてもていねいで、子供達も嫌がらず治療を受けています。大正区・武原 梓さん

大正区・徳原 和美さん

■先日長年連れ添った主人が亡くなり、辛い毎日を送っています。今月初めて、まちがいがし、クイズに楽しさを紛らわすため、必死に取り組みました。正解かどうか分かりませんが、少し元気がでるかなと応募しました。

大正区・東田 弘子さん

■息子達も30才を越え健康面で自覚が出てきたようです。今回生協さんの会員に登録させていただきます。西成区・平澤 京子さん

大正区・ドラえもんさん

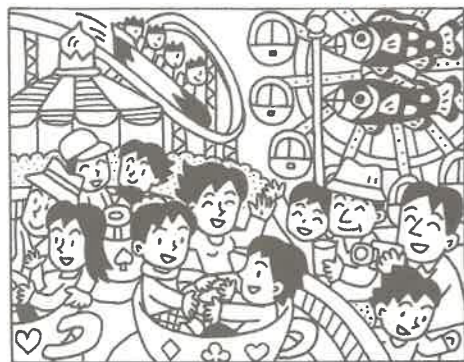
■東京家族の映画を妹と見に行きました。私は両親が他界していますが、家族のあり方をしみじみ感じて涙がこぼれました。来週は「ひまわりと子犬の7日間」を見に行きます。また泣くでしょう。

港区・川口 準子さん

■1月号で図書カードを頂き、ありがたございました。4年生の孫娘は大喜びです。すべ本屋へ行きチャオを買って頂きました。

まちがいは7

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。

3月号の応募総数50名で49名が正解でした。



3月号の当選者 15名
川口準子、西尾悠子、西島やす子、東田弘子、中西徹寛、国場恵、矢橋智英、ピンクフラワー、竹内圭美、中島みどり、伊藤英子、久岡紀代子、ヤダモン、ギニーニュー、貞本利男 (敬称略)

つも友達の協力でブルトップを沢山集めて届けていたが本日に回収終了したので、一つ仕事が無くなると淋しくなります。

港区・花原 美穂子さん

■まさか私の名前が、おたよりコーナーに載っているとは思っていませんでした。2月号の「みらい」はポストに入っておらず家の外で、雨によりぐちゃぐちゃになってる事が出来なくて、残念でしたが今号はポストに入っていました。

港区・さちさん

■いつも「みらい」を楽しみ読んで頂いています。3月9、10日と娘夫婦に淡路島へ旅行に連れて行って頂いました。とても楽しい思い出のたびでした。

港区・伊藤 英子さん

■最近西成の生協診療所で定期健診を受けました。結果が心配です。

浪速区・内川 益子さん

■さくらが咲いていますね、今年も早いようで見え、孫も入園、春ですね何かワクワクできます。

大正区・あいちゃんさん

■年賀状の残りですみません。図書カードをゲットするため子供達が必死で頑張っていました。

大正区・ステラ・ポナセラさん

応募先 〒556-0024 塩草2-2-31-3F (郵便番号は正確に) 5月30日 必着 大阪きづがわ生協「みらい」係