

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に
とどまらず、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

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

「困ったなあ」をみんなで解決

新登場!!
つながるくんバッグ
1袋200円

書類や通知を
つながるくんバッグに
入れておいて、
班会などに持ちよ
りましょう!

公共料金
役所からの通知
ダイレクトメールなど

いろいろ送ってくるけど、
この書類わかりにくいなあ
誰かに聞いてみようかな、
とあるはず置いてく……
そしてそのまま……

お買い物
バッグに
しても便利!

大阪きづがわ
医療福祉生協の
ポスターができました。
自宅前などに貼って頂ける方
募集中!!

つながるくんバッグ

医療と介護の主協です
いのち輝くまちへ

大阪きづがわ医療福祉生活協同組合
〒556-0024 大阪市浪速区塩草2-2-31 なにわ会館3F TEL:06-4394-8500 FAX:06-4394-8505
http://www.osaka-kizugawa.coop

編集部
だより

クリスマスは広く一般化しましたが、3
大祭りの中には「イースターエッグ」で良く
知られたイースターもあります。イース
ターはイエスキリストが十字架にかけら
れ、3日目に復活されたことを祝うお祭りです。春分の日
の次の満月の週の日曜日がイースターです。だからその年
によって日にちが変わり、今年4月20日です。私が通っ
ている「大正めぐみ教会」では、この日は野外で礼拝を捧
げ、卵探しゲームをして楽しみます。木や草の中に隠して
ある卵を、大人も子供も夢中になって探すのでみんな必
死です。昔から卵には大きな力があると信じられ、その卵
にいろいろな絵を描いたものが「イースターエッグ」です。
また命の象徴ともされているのでイースターには卵が欠
かせません。キリスト教豆辞典でした。 渡口 差知子

027
今月の
いちまい

「さあ!これから卵探しで〜す!」

理事会報告

第11回 理事会
日時 2014年4月19日[土] 午後3時～5時半
場所 本部会議室
出席 理事26名/33名中 監事3名/3名中

職員報告 学術交流集会発表「病児保育から見る子どもの貧困」
理事長あいさつ
第10回理事会議事録の件(押印済)

協議承認事項

1号議案 総代会に関する件
①支部総会等の取り組み状況報告
②総代会議案書 ご意見 回答
③交流会の提案について
④法人合併の前進面の意見交換

2号議案 年度到達と2014年度の取り組み
①3月度の事業収支結果と決算
②2013年度の組織運営の到達
③予算づくりの職場の取り組み
④組合員事業利用大運動について

3号議案 各種総会代議員の選出の件
4号議案 生協大阪府連理事改選に理事推薦の件
5号議案 一件100万円以上の設備、備品購入の件
6号議案 組合員交流会の提案 承認
9月15日祭日 西成区民ホール

各報告承認事項
次回理事会 5月17日[土]午後3時～

医療費の支払いでお困りの方、一度ご相談ください
大阪きづがわ医療福祉生協の診療所・歯科では医療費の減免、免除ができます ▶詳しくはP7へ

市長は誰のために政治をしているの？

● 橋下市長の大阪都構想を考えるー

維新の会のポスター(市長選挙)が張り出されて、いまでも残っています。「目ざわりの良い」キャッチコピーですが、やっている事と違うように思えます。なんでも「言った者勝ち」でしょうか。一見して大阪の文化を盛んにして発信するのかと勘違いしました。よく見ると、見出しには「芸術・文化・観光拠点水辺に続々建設中！」とあります。中之島に美術館などを建設整備することを指しているのでしょうか。大阪には世界に誇る「文楽」があります。なかなか触れ合う、出会う機会が少なく「食わず嫌いな面があると感じています。世界に発信し後継者の育成などを図るようになるのが行政の役割ではありませんか。誰でも気軽に文楽を鑑賞できる環境づくりが必要です。さらに、オーケストラやワッパ上方などへの補助金カットで大阪の文化・芸術は後退していくのではと心配しています。



副理事長 別所義正

文面だけ文化・芸術を大切にしているような、文化を理解し

大阪の文化・芸術をまもろう!!

愛していない人が市長では、大阪はますます精神面でも衰退していきます。「賭け事をする、親の死に目に会えない」と祖母からよく言われていました、いわゆる「ギャンブル依存症」を昔の人はこう言ったのでしょうか。「カジノ構想」のためには交通機関の整備も必要と、バクチ場に行く交通は確保していく、なんて？

今、民営化の先取りで、大幅にバスの減便がされて利用者に大変不便をかけています。生活の足を奪うことをしながら、カジノ用に交通機関を作るなんて市長は何処を向いて政治をしているのでしょうか。

「輝け！いのち 4.24 ヒューマンチェーン」行動



5000人を超える「輝け！いのち」の訴え
撮影：神奈川北中央医療生協 奥平亜希子

4月24日、5000人超の参加者で、「輝け！いのち 4.24 ヒューマンチェーン」行動が開催されました。大阪きづがわ医療福祉生協からも10人の職員と組合員さんが参加してきました。私たちだけでなく、全国の様々な医療福祉分野の関係者が集い、「皆で声をあげれば必ず動く！」と再確認できた意義のある集会となりました。またこの日は、あのオバマ大統領来日という大変な1日となりましたが、国会を包囲し「医療・介護総合法案は廃案に！」「安全・安心の医療・介護を実現しよう！」とアピールしました。



国会前にて。包囲が見事完成した後に参加者で記念撮影を行いました。

4月から消費税率を引き上げる一方で、年金や生活保護の引き下げを行い、さらに今国会では「医療・介護総合法案」などの改悪がなされようとしています。介護の大改悪に加え、病院ベッドの削減、さらに70〜74歳の医療費窓口負担1割を2割へ引き上げなども検討されており、いのちを軽く見る現政権の思惑が如実に表れてきています。こんなことがまかり通れば、現代、さらには将来を担う子ども世代のいのちまでが国のいいように扱われかねません。医療を担う職員それを構成する組合員さんで声を大きくし、いのちが輝く社会になればと思います。

行動しよう！いのちが輝く社会をめざして！

がもう健 ぎづがわ往来



木津勘助の実像 (中村)

第二話(全三話)

義人勘助は実話か

寛永十八年(一六四一)この年は天候のせいで大凶作。飢死する者道ふさぐありさまであったという。この窮状を何とか救わんと奉行に日参して、貯蔵米の放出を陳情するも、奉行は、幕府の許しがないと応じてくれない。勘助はついに死を覚悟して米蔵を襲い、五千余俵を奪って窮民に分け与えるという最後の手段に出た。

その後勘助は、奉行所へ自首。これまでの勘助の業績があまりにも多いため、幕府に決裁を伺う、それまで勘助島に蟄居という軽い処分。しかし、米蔵破りから十九年経過した万治三年(一六六〇)幕府は、勘助の功績を認

がもう健の 大阪史跡めぐり

6月15日(日)
飛鳥の里とれんげ
集合場所 近鉄阿部野橋東切符売場前
▶午前10時20分

7月13日(日)
知恩院と八坂神社と祇園
集合場所 京阪淀屋橋駅切符売場前
▶午前10時20分



健康チャレンジ挑戦中!! あと1カ月!! 健康のために!! 頑張ります!!

港でのウォーキングの様子



●2カ月間の健康チャレンジでは、1週間分の歩数をまとめて記録用紙に記入します。記録をつけることで、今週はどこまで歩いたかがわかり、歩く意欲が高まります。この前は、京都大原までウォーキングに行ってきました。体調と歩数を気にしながら秋の健康チャレンジにも参加したいと思っています。 若狭 小夜子さん

●今年で2回目となるウォーキングチャレンジ。4月から毎日、歩いて5月6日までで、243,385歩、現在進行中です。(すごい!) 自転車には乗らず、歩くことに専念。歩こう会や史跡めぐりに参加すると一日で1万歩はすぐに超えます。歩数が足りないと思う日は夕方からさらにウォーキングも。おかげで、快眠・快食・快便です。(いいですね!) さらに、今の時期は緑も花もきれい。 目標は中山道中津川(326,033歩)を超えることです。

松田 久美さん 60歳



松田さんが実際に使っている万歩計



中山道 ひとことメモ

江戸時代の交通の大動脈だった中山道。中津川宿の旧家から、和宮降嫁の行列や、水戸藩内外の尊皇攘夷派である天狗党の往来のようすを示す古文書などが発見されています。

しずたに
閑谷学校で集合写真を撮りました



いまこそ、声を上げよう！

第85回 メーデーに参加

第85回メーデー(扇町公園)に「きづがわ」からも参加しました。

勤務の関係もあり、30名をこえる参加者でした。朝は少し雨に遭いましたが青空の下、元気に天満橋までパレードしました。

それぞれの思いを込めたデコレーション、プラカードでアピール。安倍政権のアベノミクスで景気が良くなった様な雰囲気マスコミで流れていますが、私達の暮らしはどうでしょうか。良くなったといえますか。

8時間労働を求めた発祥のメーデー、声を上げないと変わりません。



「いのち輝くまち」をめざして！

ゆっくりゆったりバスツアー 岡山の旅

組合員さんに大人気の春のバスツアー。4月27日(日)、西成エリアでは総勢100名、バス2台で岡山に行ってきました。

まず立ち寄ったのは、午後には売り切れてしまうという魚市場。瀬戸内海の海産物をたっぷり買い込みました。バスのなかからは、名産の牡蠣の養殖風景も見えました。

宴会場では豪華な料理にカラオケを楽しみ、大浴場では瀬戸内海を眺めながらゆったり湯につかりました。

夫婦ではありません
姉弟で参加です



「また来年も行きたい！大人気、春のバスツアー」

西成エリア

閑谷学校は、新緑がまぶしい広々とした場所でした。少し汗ばむ陽気のなか園内を散策し、みんなでアイスクリームを食べました。

帰りのバスの中では「元気だったらまた来年も行きたいわ」との声が…。また来年もみんなで行きたいですね。

西成民主診療所 事務 浅見 洋子



おいしかったです!!



交通ルールを守って
正しく自転車に
乗りましょう！

港エリア

第2回 自転車交通安全教室

4月16日、港生協診療所で第2回自転車交通安全教室を開催しました。

昨年末から自転車での危険運転の取り締まりが強化されています。自転車は運転免許のいない気軽な乗り物ですが、ひとたび事故を起こせば大変な事態になる危険な乗り物でもあります。そこで今回は港区交通安全協会から講師をお招きし、DVDでの映像を交え、自転車の危険や違反、実際に起きた



正しく乗って安全に

事故についてお話しして頂きました。港区では交通事故の割合では自転車がとても多いそうです。

今回を機に各支部でも交通安全教室を開催してみませんか。支部会や班会などの際に気軽に呼んで頂ければ、DVDの上映も交えてお話しさせていただきます。

詳しくは社保委員までお問い合わせください。

第3回 通常総代会 プレ企画 人形劇団クラルテ公演

とき 2014年6月29日(日)11:00~12:00(開場10:30) 入場料 無料(組合員家族)
ところ 大阪市立 こども文化センター 定員 200名 ※定員になり次第 申込受付終了となります。

申込み方法 ①組合員氏名(フルネーム・フリガナ) ②住所 ③人数 を本部事務局までお願いします。
Eメール kizugawa-clarte@theia.ocn.ne.jp TEL 06-4394-8500 FAX 06-4394-8505



QRコードをご利用ください

演目紹介



『カマキリと月』

大きな月が高く昇る夜、夢を見るのが大好きなカマキリがいました。カマキリは月に乗ってみたいと、大きな月を捕まえようとした。しかし、月は捕まえられません。「月がどこに流んでいくか見てやろう!」カマキリは池に映る月を見つけます。でも、月はカマキリを乗せてはくれません。「えーい!」カマキリは、池に向かって石を投げます。月はきらきらとしぶきを散らしながら消えていきました…。



『ずんぐりイモムシの夢』

ねえ、みんなしてる?ちいさな命がいっぱいあるってこと。ちいさい命のずんぐりイモムシが歩いていきます。ゆっくゆっく。そこへ、ダイクバやクモたちがやってきて、ずんぐりイモムシをからかいます。元気をなくしたずんぐりイモムシにオレンジイモムシが声をかけます。そして大勢のイモムシたちが楽しくおどり、美しく大変身していきます。

シリーズ
医福食住
みらいの歯
これが医療福祉生協の魅力

6月は歯の衛生週間です！ 「お口のケア」してらますか？



大阪きづがわ医療福祉生協には大正エリアに「わかば歯科」という「歯医者さん」があります。法人合併し西成エリアや港エリアの方の受診も増えてきました。6月は歯の衛生週間でもあります。今回はブラッシングの基礎をお伝えします。

半年に1回は歯科検診を

歯みがきは食後毎回できればいいのですが、色々な事情でできないこともあります。1日1回は必ず時間をかけてその日にたまった汚れを落とすようにしてください。それでもみがき残しはでてきます。半年に1回は歯科で歯石とりや虫歯のチェックをしてください。

子どもの歯みがき

子どもの頃のブラッシングはとて大切です。子どもの手先は大人の

保育園でお口のチェック

「わかば歯科」では健康診断で保育園へおじゃまさせてもらっています。今回で2回目の保育園での様子です。いつものように虫歯のチェックや歯み合わせを見ました。みんなお利口さんでした。虫歯のない子が多く、歯みがきを頑張っている様子が伺えました。健康な永久歯が生えてくるようにこれからも続けていきます。



みんな歯みがきががんばってるね！

セルフケア&気軽に歯科利用を

たくさんの方の組合員さんのお口の健康をまもることは1つの歯科院所では難しいかもしれませんが、毎日のセルフケアで虫歯予防・歯周疾患予防はできます。お口のことですら迷わず「わかば歯科」にご相談ください。

1 力を入れすぎないように！
軽い力で歯を1本1本5mm~10mmの幅を目安に小刻みに動かしてみがいてください。

3 前歯やでこぼこ歯並びは
前歯は歯ブラシを縦にあてて毛先を上下に細かく動かします。歯と歯の間は少し斜めにしてください。

2 歯と歯ぐきの境目は
歯ぐき(歯肉)に対してななめに毛先をあて歯肉の中に毛先を入れる感じで小刻みに動かしてみがいてください。

奥歯はみがきにくい所です。背の高い低いもあって、みがき残しが多くなります。お口を横に開いて斜め横から歯ブラシを入れて小刻みに動かしてみがいてください。

おたよりコーナー

■ 毎回、まちがいさがしはむづかしいですね！今回初めて応募します。
大正区・帆定 陽子さん

■ 百歳体操に参加しています。一回休むと次週にしたとき次の日、身が入っています。
西区・岩田 園さん

■ 市長選初めて棄権しました。**大正区・謙 正字さん**

■ 今年は花粉だけでなく、黄砂やPM2.5の飛散が多いです。花粉症の私にとってはつらい春です。
大正区・中島 みどりさん

■ 今回はけっこう難しかったです。あと一つに時間がかかり桜の花びらの確認に一時中断しました。季節が春だけに、桜の花びらを1ヶ所変えたのだろうなと思いましたが、さすがです。次がけっこう楽しみにしました。
大正区・まい ったかさん

■ 7ヶ所すべて見つけるまで、探すことがすごく楽しいです。7ヶ所すべて見つけたいと毎回思います。これからも楽しみにしています。
大正区・大川 律子さん

■ 4月から消費税が8%になり、暗算がむづかしくなりますね。電卓を持ち歩かないとダメですね。
大正区・タイガース 大好きさん

■ 納得がいけない事があります。共産党は助成金を貰っていないのにどうして他の党は貰わなければいけないのか、誰も話題にもしません。どうしてでしょうか不思議です。
大正区・西島 やす子さん

■ 年金は少しずつ下がり、消費税は上がり、大変です。何とかありませんか。**大正区・プーさん**

■ まだうちの子は小さいので、先になります。子育てサポート企画に参加したいです。自分で作ったご飯なら苦手なものも美味しく感じられそうです。
港区・中野 雅さん

■ 最後の1ヶ所がわからず、ウンウンと見ていたら6歳の孫が「ボクがさがしてあげる」と一目でさがしてくれました。「さすがー」とほめ、ありがとーと言った。うれしそうに「ウンいよいよ」と答えてくれました。明日は小学校の入学式です。友達いっぱい出来そうですよ。
大正区・k e i ちゃんさん

■ 「要介護認定」を受けるまでの流れ」を読んですぐ役に立ちました。**港区・西本 祐也さん**

■ 最近我が家のすぐ前の道にバス停が出来ました。弁天町バスターミナルへ行く市バス(200円)です。それも一時間に一本のペースしか走っていません。今まで何十年もなかったところに一時間に一本のバスを利用する人がいるのでしょうか。すごく疑問です。
港区・ミキッシーさん

■ 選挙権を得て40年余り、今回の大阪市長選挙程、無駄で意味のない選挙は無かったと思います。ちなみに我が家は三人共、今回初めて選挙にいかなかったのです。
大正区・チャーミーグリーンさん

■ 4月からの消費税アップで店頭並ぶ商品どれも高くなっている。同時に公共料金も値上がりし、一方年金の方は少なくなり、増税感をひしひしと感じるこの頃です。**港区・川原 重信さん**

■ 毎回来しみのまちがいさがしはクリア出来た達成感。子どもと同じく嬉しいものです。ヤッター！と。大正区民ホールで「歩行寿命が延びる！」に参加、とても良い勉強になりました。耳の右から左へと抜けてますが、又指導して下さい。私も色々参加し、元気を戴きたいです。今後体力が弱くなるばかり、お世話になる事が増えます。もう老後ですがこれからはよく相談させて下さい。幸は健康以外に何もありません。地域外者ですがよろしくね。どんな力になれるかなア。
阿倍野区・保田 喜久江さん

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。

どこ？どこ？まちがいさがし

どしどしご応募お待ちしております

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58名で、20名が正解でした。

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て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。

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

6月30日 必着

