

## なかま増やし(組合員加入)目標達成へ

西成民主診療所デイケアでは、月間前に組合員活動部と利用者さんの加入状況を調べ、月間に入った25日からすぐに、加入の訴えを行いました。10・1の組合員100%デーでは、組合員活動部が朝礼にお邪魔して利用者さんに訴え、その日は、2名の方が組合員になってくれました。また、

スタッフが月間のガンバリ表を独自で工夫して、だれも見える所に貼り付けて、月間を盛り上げてくれています。新しく入った職員にも、すぐに加入の訴えを行い、医療生協がどんな所か知ってもらいました。今年は、事業所の年間目標を大幅に突破できそうです。引き続き、頑張っていきます。



西成民主診療所

デイケアでは、なかま増やしの状況を職員や利用者さんにわかるように事業所内に貼り出しています。



大正民主診療所での加入コーナー



くわの福祉会の皆さんと共に



施設周辺でも高濃度の放射線が...

## 10月11・12日 宮城・福島へ支援に

粘り強く続けている東日本大震災の被災地支援。今回は宮城山元町の秋まつりに参加と、野菜を送る支援を続けている、福島県郡山市「くわの福祉会」の皆さんとの懇談を行いました。

郡山は福島第一原発から約60キロ離れていますが、今でも高濃度の放射線量が検出されているとのこと。子ども達の将来への不安や、やり場のない憤りを、涙ながらに語られました。12月には職員の皆さんが大阪に来られます。今後の支援について協議を進めることが必要だと感じました。

震災支援事務局 柴山敏

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

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3回 理事会

日時 2014年9月20日[土] 午後3時~5時30分

場所 本部会議室

出席 理事 31名/33名 監事 1名/3名

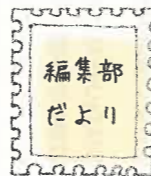
理事長挨拶 前回理事会議事録の件承認 情勢に関して

#### 協議承認事項

- 1号議案 秋の強化月間の成功へ  
9/8~9 全日本民医連共同組織交流集会 神戸について  
9/15 組合員交流集会の結果について  
参加者350名(西成220名、港70名、大正60名)  
☆11/30までの月間に目標の80%達成を目指す。  
事業所100%デー 11/1(土) 12/1(月)  
12/20(土)支部活動交流会
- 2号議案 8月の結果  
※健診、在宅の件数増加。  
介護では各事業所で目立った改善が進んでいます。  
※「組合員の事業所利用大運動について」具体化の件  
大正エリアの事業計画についての提案
- 3号議案 近畿大阪銀行からの融資申し入れに関して
- 4号議案

#### 各報告承認事項

- 宮城・福島震災支援 10/10~12 まつり 山元町 3/14 定例派遣支援
- 次回 常務理事会 10月8日[水]
- 理事会 10月18日[土]午後3時~



編集部  
だより

クリスマス、イースターとご紹介してきましたが、今回はキリスト教の3大祭りの最後の一つ「ペンテコステ」をご紹介します。時期は6月なのですが、日本語では聖霊降臨日といい教会の誕生日として祝われています。私たちの教会ではペンテコステを覚えて、赤いフェルトをハート型に切って胸につけたり、赤い服を着たり、何か赤いものを身に着けたりして、礼拝に出席します。またバスデイクを頂いたりもします。そんな何気ないことですが、気分を新たにされます。キリスト教豆辞典でした。 渡口 差知子



032  
今月の  
いちまい

今年の夏は  
ゴーヤが豊作でした

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



# ほんとうに必要な公共事業とは

## ● 大型公共事業と大阪都構想

橋下市長は、この事に対する反省ではなく、大阪市をなくす「大阪都構想」を進める材料として利用しています。イ

ムダな大型公共事業は、ゼネコンや大企業を潤すだけで、市民が負担を負うだけになる、と私達も計画段階から反対をしましたが、議会で反対をした政党もありました。



今月号の「みらい」が届く頃には、市議会で都構想設計の判断が出ています。

先月号で、二元的代表について書きましたが、これからの市長の判断が問われてきます。明らかに議会が否決した案件を「専決処分」するのは民主主義に反していると言えます。

副理事長 別所義正

維新プレス号外(大阪維新の会平成26年10月5日発行)に、「大阪市が巨大すぎるゆえに、莫大な税金の無駄遣いがなされてきた!」「無駄な事業費の総額は1兆6000億円にもものぼる!」の見出しが躍っていました。

### インフラ整備とは名ばかり?

インフラ整備(淀川左岸線、リニアなど)を謳っていますが、名前を変えた大型公共事業ではありませんか。

なにわ筋線で数分短縮するのに数千億円、四つ橋線から四百メートルしか離れていないので、市民の利便性を増すことは少ないのでは?まして、関空までのリニアですと市内での駅は作られないのでは?それよりも市民の足であるバス路線の拡充を進めるべきです。

### 大阪港

後編(全二話)

### がもう健きづがわ往来



第二十五回

### 大棧橋が「大出征基地に」

大棧橋から日露戦争に大量の兵員・兵器を船出させたのを皮切りに、その後敗戦までの間全国各地から軍隊が集結、それぞれ戦場に向け船出していった。

築港工事と共に計画された国鉄臨港線は、関西線今宮

駅から分岐し、尻無川沿いに下って港区西端の天保山運河近くまで達し、途中振り分けられた貨車は、そのまま各岸壁のプラットホームに直接横付けできるというものであった。

戦時中は軍事輸送一色となり取扱量も急増、各地から集められた軍隊は、なぜか途中の浪速駅で下車し、人家のあまりない海岸通りを行進して船に乗り込んでいった。

「国防婦人会」発祥の地に出征していく夫や息子の

無事を祈って、家族が戸別訪問や駅に立って、ひと目ひと目結んでもらった「千人針」をなんとか手渡したいと、近くの旅館に泊り、最後の機会を「海岸通りの行進」にかけ、この兵士や家族たちの何か役に立ちたいと、地元港区の女性たちが自然と活躍したのを、軍部は「国防婦人隊」という戦争協力団体につくりかえ全国にひろめさせた。

後に港区は空襲でほぼ全域が焼きつくされ、港区戦没者慰霊碑の過去帳に記載されているだけで犠牲者は二十八人にのぼる。この過去帳は西栄寺の住職が昭和三十年頃、港区役所の地下倉庫にあった「埋葬許可書」から丹念に拾い出した貴重なものである。

港区が「大出征基地」にされたために大空襲の標的になったと、地元で毎年欠かすことなく、反戦平和を誓いあうあつまりをもって、戦争の悲惨さを語り継いでいる。

# 広島・豪雨災害支援

## 広島豪雨災害支援に参加して

西成民主診療所 小田 芳人

8月31日、広島市安佐南区に災害復興支援にいきました。私がおこなった支援内容は土砂でうまった地域の土嚢運びで、民医連だけではなく、多くの団体の方と力を合わせリレー方式で土砂を運びだしました。午前、午後と泥にまみれながら、もくもくと作業をして終盤には腕をあげていることさえ、ままならない状態でした。



汗だくで泥だし作業

日曜日だったので前日の土曜日より3~4倍のボランティア参加者がいるとお聞きしました。ですが、その人数でも1日作業をおこなって状況に変化は少ししかありませんでした。被害状況はテレビや新聞ではすぐに報道されなくなるでしょう。そうすると災害があったことは、どんどん風化していき支援者の人数も減っていく恐れがあります。しかし、道路が土砂でふさがり重機が入れない中で継続的な人海戦術はとても重要になると思います。風化させないために自分は何をすべきなのか。同僚や患者さん、組合員さんに現地の状況を伝え、各々が災害支援の為にできることを考えるきっかけづくりが災害後すぐに支援に参加した自分の役目だと感じました。

またボランティアに参加する機会をつくっていきたいと思います。

## 災害の大きさを目の当たりにして

わかば歯科 水野 一

8月31日、広島医療生協・共立病院へ、きづがわ医福生協からは6人が支援に行ってきました。

バスから見た土石流の跡が、災害の大きさを物語っていました。支援に入った安佐南地域は、国道から山側で、被害状況を想像はしていましたが、現実を目の当たりにすると、言葉もなくポーンとしてしまいました。

ほとんどの家が土石に半分程度埋まり、変形し、家の中まで流れ込んだ大きな石や大量の泥に息のみました。さらに奥の方に進んで行くと、顔の高さ位にある電線に気が付きました。電線が、手が届く所にくるほど、道路上に土砂が積もっていたのです。袋詰めにしたその土砂をリレーで集積場所に運ぶ作業を支援隊がしました。



夕方、現場を離れる時に感じたのは、この町が元通りになるには、長い時間と支援が必要だということでした。



土石に埋まった家



### 大正エリア

#### 終活・エンディングノートについて

10月14日(火)大正民主診療所4階ホールで、中原理事から「終活」のお話が有り、20名が熱心に聴かれました。

かならず訪れる人生の終末。その時に家族などに負担をかけず、本人の意向に沿って適切な対応ができるように、エンディングノートの事をお話されました。今までの人生、生きてきたことなどを書き留める。自分の振り返りにもつながり、家族との在り方やこれからを考える良い機会になります。



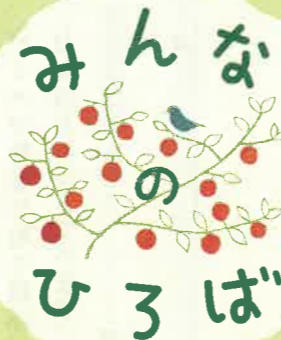
講師をしてくださった  
中原理事(写真右)

人生を考える良い機会に

大正民主診療所の滝本看護師からは、延命治療についてのお話し。人工呼吸などひとつひとつ具体的に話され、延命治療の自分自身の判断基準になりました。実際に利用している「事前指定書」を基にし、いつでも変更が出来ることも話されました。

自分で意思表示しておくことは、回りの人の混乱を少なくする事につながります。

あなたも周りで「終活の班会」を開きませんか。



みなさん、ぜひご参加ください!

### 大阪きつがわ医療福祉生協 ウォーキング

奈良県(近鉄当麻寺駅 スタート) 約1時間半 約15,000歩

#### 当麻~二上山ふるさと公園コース

日時: 11月 23日(日) 小雨決行

集合場所: 近鉄:大阪阿部野橋駅 西口地上改札前

集合時間: 9時 00分

交通費: 阿部野橋 → 当麻寺 560円  
二上神社口 → 阿部野橋 570円

拝観料: 当麻寺 500円、石光寺 400円(団体 360円) 希望者

※コースは変更する場合がございます。

もちもの: ※弁当・お茶(必ず持参して下さい)

当日連絡先: 090-5885-2170 (杉浦)

締切日: 11月 20日(木)

大阪きつがわ医療福祉生協  
西成エリア 健康づくり委員会  
申込み先: 西成エリア本部 6668-7400(厚生)  
西成民主診療所 6629-1010(医務)

### 西成エリア

#### 「お楽しみプレウォーキング」開催

10月4日(土)秋の健康チャレンジ・スタートイベント「お楽しみプレウォーキング」に26名が参加しました。

ウォーキング日和に恵まれ軽いストレッチの後、午前9時過ぎに西成民主診療所を出発しました。天神ノ森→阿倍野神社→安倍王子神社→あべのキューズモールでランチ→阿倍野防災センターで体験学習→14時半診療所着のコースでした。歩数は約15000歩で、阿倍野界限は結構アップダウンがあり歩き堪えがりましたが、野菜たっぷりのランチはとても美味しく歩き疲れた身体に吸収しました。防災センターでは消火や地震の揺れを体感し、災害への備えが大切なことを学びました。

西成エリアでは、次回もウォーキング企画を計画しています。たくさんのご参加お待ちしております。

歩いて学んで楽しく食べて大満足!

### 港エリア

#### 昼食会も好評! 喫茶もオープン!

港晴にある地域交流センター「みなと・晴ればれ」が活気づいています。各サークルに加え、毎月1回、第3水曜日には昼食会を開催しています。美味しいお昼ご飯は好評で、毎回20名を超すお客さんで賑わっています。昼食会のあとにはカラオケをしたり、脳トレーニングや体操など様々なお楽しみが待っています!

10月の昼食会は、きのこたくさんのカレーでした!  
フルーツデザートもついてお値打ちの400円!



「晴ればれ昼食会」開催日: 毎月 第3水曜日

— 要予約 — 時間: 12時~  
会費: 400円

場 所: 地域交流センター みなと・晴ればれ

「喫茶 晴ればれ」開催日: 毎週 月曜日

— 予約不要 — 時間: 10時~12時  
メニュー: コーヒー、紅茶100円

お問い合わせ: TEL 06-6571-0606

この日は健康運動実践指導者の  
山本先生も来られ  
認知症予防の体操をしました



また毎週月曜日10時~12時までは「喫茶 晴ればれ」がオープンしました!こちらはまだ始まって1カ月程ということもあり、参加者は少ないですが口コミで徐々に広がっています。楽しいお喋りに、美味しいコーヒーで月曜の朝はホッとしませんか?

組合員さんならどなたでもご参加できますので、ぜひ晴ればれにお立ち寄りくださいね!

## 健康チャレンジ2014秋

チャレンジ歴3年です。健康診断で気になっているのが血糖値。「少しでも下げたい」「便秘を解消したい」の思いがいつもわたしの頭にあり、意識しています。そこで、食事バランスを考え、野菜もたくさん摂り、ウォーキングです。目標なく歩くのは勇気があるので、この健康チャレンジはとてもいい機会になります。意識し続けることでチャレンジ期間が終わっても歩けますね。今よりわるくならないように、今日よりは明日と前向きになれる毎日歩いています。 大正千島 N.Fさん

健康チャレンジ  
ウォーキングに  
参加された方、  
目標に向けて  
続けていますか?

参加者の方の声を  
ご紹介します!



# 心が動けば体も動く!!

## 大正民主診療所通所リハビリセンター

### 「心が動けば身体も動く」をめざして

身体や認知機能の障がいなどで、今まで当たり前でできていたことができなくなる、誰もがとまどい、自信を失い、不安になります。笑顔がなくなり、家に閉じこもり、意欲や活動性の低下につながってしまいます。そんな利用者の方に自信を取り戻して頂き、その人らしく生きていけるよう援助ができる事業所をめざしています。

### なじみの関係づくりを大切に

「なじみの関係」を作り、通所リハに定着して頂くことが援助の土台になります。スタッフは利用者の抱えている病気や障がいの事だけでなく、性格や気分、趣味、仕事や生まれ故郷など、利用者を多面的に理解し、信頼関係をつくりながら、心地よい居場所づくりの努力を行います。利用者同士の相性も大切に、テーブル配置や席順にも工夫が必要です。

### 作業療法士による多彩なアクティビティ

作業療法士が利用者の心身の状況に応じた多彩なアクティビティを提供し、その取り組みを通じて、達成感を味わい、自信回復につながる援助を行っています。これまで、染色や皮細工、装飾品づくり、調理実習、季節感のあるカレンダーづくり、民謡、歌体操、ゲームなどのアクティビティに取り組んできました。最初はとまどいがありますが、皆さん徐々に真剣になり、楽しく取り組まれるようになります。

### 多面的な機能を発揮

●認知症予防に要支援の方も参加：「最近物忘れが気になって心配」な要支援の方も参加されています。作業療法士のアドバイスで作業に取り組み、集中力や持久力も向上してきています。

●重度認知症の方のケア：認知症が中重度



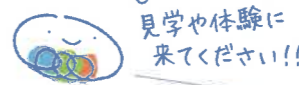
大正エリア介護部 中村

になり落ち着きがない方や、食事や排泄も十分にできず介助が必要な方の受け入れも行っていきます。

●診療所の外来とも連携：通所リハ利用時に体調不良になった場合は診療所の外来受診をしていただきます。がんなど重い病気はあるが昼間独居になる方などの受け入れも行ってきました。病院では不穩になり、治療のできない認知症の利用者さんの輸血を診療所外来で行えるように、連携しながら支えた経験もあります。

### 大正民主診療所通所リハビリセンター

〒551-0013 大阪市大正区小林西2-3-14  
 TEL) 06(6554)1197 FAX) 06(6552)4195



### おたよりコーナー

■最近、涼しくなってきましたね。ウォーキングでも始めようかな〜！ **大正区・きなこさん**

■今年の長崎市長の8月9日の発言は素晴らしいかったです。それに対して、ワンパターンの安倍さんの言葉にげんなりです。核なんてこの世から無くなって欲しいです。 **大正区・ポントさん**

■まちがいさがしいつも楽しみにしています。今回はすこしむづかしかつたのかな、最後の1つがなかなか見つかりませんでした。がどうにか見つかりました。 **大正区・三島 清子さん**

■誕生日プレゼントの「歯ブラシ」ありがとうございました。いつもより丁寧に使えます。 **港区・とち子さん**

■ありがとうございます。さつき図書カード頂きました。9月号1面の原水爆禁止世界大会、長崎には何度も、広島には2度行きました。また行きます。 **西区・井上 和歌さん**

■おたよりコーナーに載せて頂きありがとうございます。港区の方が多く載っていましたね！「みらい」を配布して下さっている方、本当にご苦労様です。 **港区・山本 美代子さん**

■朝夕は涼しい季節となりました。「みらい」には健康チャレンジ2014秋の案内やみんなの伝言板など、楽しみがもりだくさん！みんなのひろばも楽しみにしています。 **港区・若根 朝子さん**

■8月はダイヤアで、スタッフ皆様の指導のもと、すばらしい作品作りをいたしました。あじさいの花、大空に打ち上げ花火のちぎり絵、色紙でコスモスの花、部屋いっぱいにかざってあります。楽しいダイヤアに感謝いたしております。又、風鈴も作り持って帰って家で鈴の音に響きもやわらぎ心豊かな毎日です。私事ですが年一回の大阪市立美術館平和展に書道出展いたしました。来年もがんばりたいと思っております。 **西成区・岡本 康榮さん**

■今日で主人の定年を迎えます。先々のことを考えると不安もいっぱいですが、愛犬と三人の生活、今まで通り気楽に暮らしていきます！ **大正区・ごんちゃんさん**

■いままでは、大正民主診療所ばかり10年前から受診していたのですが、先日港医協で倉澤DRに受診、生まれながらストレスの強い体質にウンザリしますが、まだまだうたわなあかんので、医療生協にお世話になりながら一杯体力維持します。 **西区・かわさぎゆたかさん**

■毎月楽しみにしています。今年はハイキングにも参加しようと思っています。皆さんについていけるかと心配ですが。 **大正区・小幡 里美さん**

■「まちがいさがし」いつも有難く楽しませて頂いています。今度は手を延ばし、秋の健康チャレンジ、歩いてみよう「奥の細道」に挑戦しようと思いましたが、もう年、何処まで行けるかわかりませんが、書棚にある「奥の細道」を繕きながら歩いてみようと思つたのです。今からもうワクワクしています。 **港区・正木 ツヤ子さん**

■先月、歯の健康診断に行きました。久しぶりだったのでドキドキしましたが結果は虫歯もなく良好。このドキドキ学生の頃の通知簿に似ていて、懐かしく、心地よかったです。 **港区・中野 雅さん**

■先日、絵手紙作家の小池邦夫さんのトークサイン会に行きました。まず中高年の女性の多さに驚きました。最近では、集中力を養う為に、大学のスポーツ選手の間でも絵手紙が広まっていることを知りました。 **港区・川原 重信さん**

■いつも楽しんでまちがいさがし拝読して勉強しています。10月26日の「ふまじめ介護」は参加予定しています。図書カードを頂きありがとうございます。 **大正区・坂本 博さん**

■9月27日の「出張きつがわ塾」に参加させてもらいます。終末期や葬儀に関して自分の事は自分で決めたいです。 **港区・コマリさん**

### どこ？どこ？まちがいさがし

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。

9月号の応募総数54名で、52名が正解でした。



9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、こ一報の上、お越しください。

### 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 (郵便番号は正確に) 11月30日 必着  
 大阪きつがわ生協「みらい」係