

# お元気ですか

大阪きづがわ医療福祉生活協同組合  
港エリア事務局  
〒552-0003 大阪市港区磯路3-3-4  
TEL 06-6571-0606  
〈発行日2024年9月1日〉  
港・西エリアニュース Vol.148

届いて  
いますか？

## 特定健診受診券を使って、 おトクに

## 「ヘルスチェック健診」



8月はお盆や夏祭りなどイベントが多くありますが、ご自身のイベントとして、健康診断を受けましょう。

毎年5月頃に特定健診受診券が郵送されています。せっかくの受診券ですから、無料で受けられる組合員さんのための、健康診断をぜひ受けてください！

「ヘルスチェック健診」は、特定健診+各種がん検診（肺がん健診、大腸がん健診）+採血項目（みなと生協診療所で独自に16項目追加！）が・・・

**無料**で受けていただけます。

さらに追加で、お腹の超音波検査（2000円）や、頭のCT検査（5000円）もご利用できます。

日曜日には特別企画で、婦人科健診（乳がん検診、子宮頸がん検診）も行っています（隔月開催）。

受診券を活用し、暑い夏だからこそ健康に意識を向け、おトクに「ヘルスチェック健診」を受けて、この夏を一緒に乗り切りましょう！！

ご予約・お問い合わせ ☎06-6571-5594

9月8日（日）婦人科なし

10月20日（日）婦人科なし

まだまだ新型コロナウイルスの感染症状もあります。  
カゼ症状(熱やのどの痛みがある方)は、ご連絡いただくとスムーズになります。



「原爆」と「港区の戦争」

# みなと戦争展 ～ピースフェスタ～

2024.9.22(Sun)11:00～

場所：磯路会館老人憩の家

健康まつり  
と同時開催



広島の高校生が「原爆」体験者の話を元に描いた絵の展示、戦争に関わる資料展示があります。

ミニゲームや休憩所なども予定しています。

「原水爆禁止世界大会 in 広島」の参加者報告は  
診療所の4Fで10:00～行われます。

**参加無料**

お気軽をご覧ください。



昨年  
の様子

## 各種委員会のご紹介 Vol.6 法人防災チーム

各エリアから、事務、歯科、ケアマネ、介護、医療など様々な職種で構成されています。主な活動は防災学習、防災訓練の計画、防災グッズの共同購入の案内などです。現在進行中の企画は、機関紙みらい掲載中「防災あれこれ」4コマ漫画、9月にあべのタスカル（阿倍野防災センター）体験学習を予定しています。また自然災害伝承碑をめぐる防災ウォークラリーマップも作成中です。

知っておくと助かる、ちょっとしたアイデアや備えておく便利な物、心構えを紹介し減災に繋がればと活動しています。

災害はいつ起こるかわかりません。ご家族で非常時の連絡手段、集合場所などを話し合ってくださいね。



## ① 定期予防接種の期間延長に関して

新型コロナウイルス感染症の流行により、接種を逃した予防接種はありませんか？

大阪市では上記の理由で定期接種の期間が延長されています。「母子手帳」を確認し、接種漏れが無いかを確認してみましょう。

対象かどうか分からないという方はお気軽に診療所へお問い合わせください。また受診の際に母子手帳を持ってきていただければ直接確認もさせていただきます。



## ② インフルエンザ予防接種について

**① 65歳以上で大阪市にお住まいの方は**  
**お電話**でのご予約をお願いします。

☎ 06-6533-0106

9月18日（水）からご予約受付開始です。

月曜日から金曜日 12:00～16:00 の間はお電話が繋がります。

**② お子さん、18歳～64歳の方のご予約は**

9月18日（水）12:00より **オンライン** で予約の  
受付を開始します。（10月1日以降は電話で行います）

<大まかなご予約方法>

① 右記QRコードを読み込みます（ながほり通り診療所の公式LINEにつながります）。

② ご予約フォームから希望日時を選んで登録してください。



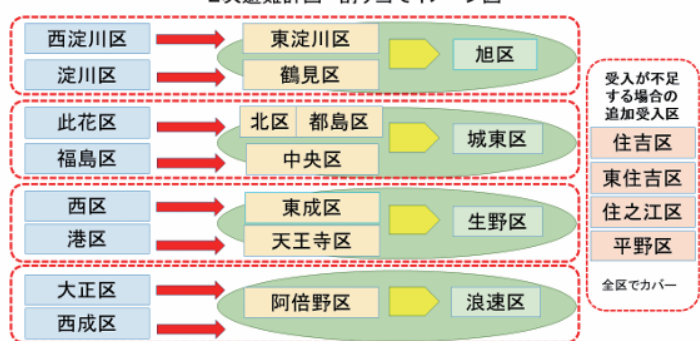
## 南海トラフ巨大地震発生時の災害時避難所確保計画（2次避難計画）について その①

南海トラフ巨大地震（マグニチュード9.1）が発生した場合、津波の発生が想定されています。津波で区内の学校園等の災害時避難所が浸水すれば、避難所としての機能確保が困難となります。その場合、災害時避難所の不足が想定されるため、津波により浸水していないもしくは一部のみの浸水でとどまる区において災害時避難所を確保し、行政区を越えて避難できる計画を大阪市は策定しています。

### 港区では（参考資料：大阪市港区防災計画、大阪市 津波浸水区外での災害時避難所確保計画）

南海トラフ巨大地震が発生した場合、震度5強～6弱の揺れと高さが最大3.6mの津波が襲います。大阪港への津波の到達時間は114分と想定されています（大阪市港区役所発行 大阪市港区防災計画より）。これにより港区も浸水被害を被り、避難先となる災害時避難所も大阪湾の海水やヘド口に含まれる化学物質、重金属等による健康被害が危惧され、状況によっては避難所としての機能確保が難しくなり、避難所が不足することが考えられます。そのため港区では非浸水区（行政区を越えた他区）での避難所確保を計画しています。

2次避難計画 割り当てイメージ図



- 1.移動単位は同一地域、同一避難所単位
- 2.避難ルートは幹線道路、大規模街路
- 3.移動速度は休憩や補給時間も考慮して昼間1.5km/h。夜間0.75km/hとする
- 4.移動先の避難所は基本的に中学校を想定

\*港区の住民数は82,000人で、そのうち他区への避難者数を41,000人と、港区人口の約半分が港区外へ避難する必要があると想定しています。

### 防災の疑問・質問募中！！

みなと生協診療所ダイケア 理学療法士逢坂智

診療所受付前に「防災質問箱」を設置しています。お寄せいただいた質問と一緒に考えていこうと思っています。

おおさかまるごと 2024

# 健康チャレンジ

とりくみ期間  
10月～11月



申し込み  
締切

9月20日

報告書  
締切

12月20日



お申し込み用紙は事務所  
またはQRコードからできます。  
参加費無料です！



気軽に楽しく健康づくり

## 健康診断のご案内【\*要予約】ご予約・お問い合わせは みなと生協診療所 06-6571-5594まで

みなと生協診療所では、健診受診の当日だけでなく、健診後の結果説明も行っております。医師・看護師が疑問や不安にお答えします。

日曜健診

	9/8	10/20
健康診断	○	○
婦人科健診	-	○

両日とも午前8:30-11:30

平日健診

	時間	月	火	水	木	金	土
午前	9:00-	○	○	○	○	○	○
午後	18:00-			○			

### 無料法律相談のご案内

日時：9月17日（火）15:00-16:00 場所：みなと生協診療所  
\*要予約 TEL 06-6571-5594

