

# 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11月1日〉  
港・西エリアニュース Vol.150

## みなと戦争展～ピースフェスタ～ 開催

9月22日(日)磯路会館老人憩の家にて、みなと戦争展を開催。あいにくの雨でしたが、50人程の参加がありました。

参加者の中には、港区の戦争の歴史に足を止め、「知らなかった」「写真撮ってもいいですか」などの声もあり、興味深く見学されていました。今年も組合員さんからお借りした資料も展示しました。原水爆禁止世界大会参加のための募金として、カレーやお茶の販売も行い、多くの方にご協力いただきました。ありがとうございました。



## こども食堂、毎月開催してます♪

多くの方に支えられて、こども食堂（みなとエリアでは「みんなの食堂」として）を開催しております。いつもご協力いただいている地域の方々、そしてカンパ・食材支援などの多くのご協力をいただいで維持できております。この場をお借りしてお礼申し上げます。

こども食堂・みんなの食堂は、子育て支援や、地域の方々の交流も含めた場として毎月開催中です。

みなとエリア：第3土曜日 16時ごろ (06-6571-5594 担当：岡澤)

西区エリア：第4金曜日 18時ごろ (06-6533-0106 担当：田路)

利用だけでなく

ボランティアさんの参加などもお待ちしております。

お気軽にお問い合わせください。



## 第35回健康まつり開催！！

第35回健康まつり開催！！今回は、戦争展と同日開催。山田専務理事の開会挨拶でスタート。前半「憲法くん」の紙芝居、原水禁大会の参加報告に続き、田窪先生の带状疱疹をテーマに手作り模型を使っの講演が大好評。後半は、学童っこのけん玉披露と各サークル発表で舞台は大盛況！

雨の1日でしたが…元気な組合員の笑顔が見れた健康まつりでした。



みんな楽しく「フレイル予防音楽ケア体操」



職員の子供によるギター演奏



ながほり通り診療所 所長 田窪先生による模型を使っの带状疱疹についての講演



## 各種委員会のご紹介 Vol.8 ボランティア委員会

ボランティア委員会では、有償ボランティア「たんぽぽの会」を中心に運営しています。また、いつも診療所外来を手伝っていただいている組合員ボランティアさんとも連携をとって活動しています。

「たんぽぽの会」は援助する人も利用する人も、お互いに支え合う、困った時の助け合いの活動です。現在、援助する担い手を募集しています。出来ることだけでも構わないので、得意なこと、助け合いの繋がりに役立ててみませんか？ぜひご協力ください。



職員：西田昌弘、谷川香、柴山敏、大石亜由里





## ①インフルワクチン・新型コロナワクチン接種

現在、上記のワクチン接種がスタートしています。接種を希望の方は診療所へご連絡ください。また新型コロナワクチン接種は現在大人の方のみに実施しています。お子様の接種に関しては今後実施していく予定です。ご理解・ご協力よろしくお願いいたします。

### 新型コロナワクチン(大人の方)

曜日:水曜日夜診(要予約)

時間:17:30~19:00

インフルエンザワクチンと同時接種が可能です。

使用ワクチンはファイザー社のコミナティとなります(流通状況によって変更する場合があります)。

### 新型コロナワクチン料金表

65歳以上 (大阪市民)	3000円※	
65歳未満	組合員	未組合員
	15000円	16000円

※生活保護世帯、市民税非課税世帯の方は等は接種費用が無料となります

## ②紋切りに挑戦 (一期カフェ)



先日の一期カフェではみんなで紋切りに挑戦。皆さんも一度はしたことがあるかも。折り紙を折った状態で切り抜くと、あら不思議、きれいなデザインになります。型紙なども使って様々な模様にも挑戦。最初は難しいと言っていた皆さんもすぐに夢中に！沢山の作品が出来ました。

一期(いちご)カフェは第2, 4火曜日14:00~15:30の間でながほり通り診療所で行っています。簡単な体操や、脳トレ、折り紙、みんなで雑談等々♪ご予約は不要です、お気軽にご参加ください。※参加費100円



ご予約・お問い合わせ  
06-6533-0106

## 非常用トイレの使い方に慣れておきましょう。

想像してみてください。地震さ水害により、突然の停電によりトイレが使えなくなったら…。マンションでは一見使えるようでも、下の階が汚水で溢れてしまうことも。災害時にトイレを我慢することは健康被害にも繋がり、備蓄を進めることは非常に大切です。備蓄をしてもいざその時に使い方が分からないと困ることになります。非常用トイレは最低3日分、できれば7日分があると安心と言われています。例えば、1日に5回トイレに行く人であれば、5回×3日＝15回分。7日で35回分です。4人家族であれば3日で60回分、7日で140回分。1箱10回分入りの非常用トイレならば6箱～14箱…。多いと思いますが災害時のトイレに不安は心身ともに影響を及ぼすことを考えると多めに用意することが重要です。

### 携帯トイレの使い方

- 

**ポリ袋を便器にかぶせる**  
便器内の水で携帯トイレの袋がぬれるのを防ぐ
- 

**便座の上から携帯トイレ設置**  
凝固剤を入れる  
(タイミングは製品により異なる)
- 

**用を足す**
- 

**臭いが漏れないようにしっかり結ぶ**  
災害時のゴミの回収はすぐに来ない

ポイントは、はじめにゴミ袋などを用意して便器にかぶせた後、便座をおろしてはさんでおき、その上から非常用トイレを使うことです。捨てる時は、災害直後は自治体などのゴミ収集も遅れてしまうので、しっかり袋を結んでまとめておき、その後ゴミの収集などが始まったら自治体の指定に合わせて捨てるようにしてください。

## 防災の疑問・質問募中！！

参考：NHK 災害列島 命を守る情報サイト  
みなと生協診療所デイケア 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。

## 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

	11/17	12/8
健康診断	○	○
婦人科健診	-	○

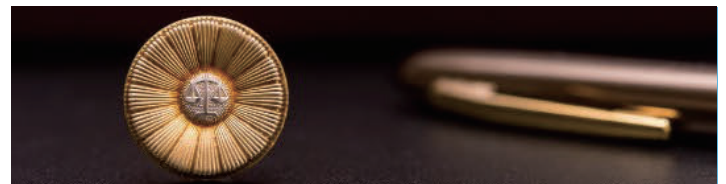
両日とも午前8:30-11:30

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：11月19日（火）15:00-16:00 場所：みなと生協診療所  
\*要予約 TEL 06-6571-5594



## 大阪きづがわ医療福祉生活協同組合

港区・西区エリア

みなと生協診療所 TEL06(6571)5594  
コープみなと介護よろず相談所 TEL06(6571)7880  
みなと生協診療所デイケアセンター TEL06(6575)9163  
配食サービスしおかぜ TEL06(4395)3335  
小規模多機能 しおさいの家 TEL06(4395)4031  
デイサービス医療生協ながほり通り TEL06(6533)0661

訪問看護ステーションさくら通り TEL06(6571)8585  
ヘルパーステーションみなと TEL06(4395)3300  
グループホームしおかぜ TEL06(4395)3311  
高齢者住宅ふきのとう TEL06(6571)0606  
医療生協ながほり通り診療所 TEL06(6533)0106



やっています♪

みなと生協診療所

or

医療生協ながほり通り診療所

検索