

ご存知ですか?
当生協の各診療所では
訪問診療を行っています

訪問診療とは、医師や看護師が自宅や施設に定期的に訪問して診療や治療を行う医療サービスです。在宅医療です。通院が困難な患者や高齢者などが対象となります。

- 訪問診療のメリット**
- 介助者を伴う通院や、医療機関・調剤薬局での待ち時間が不要
 - 施設スタッフは通院介助の人手が不要となり、サービスの向上にもつながる
 - 容態悪化の予防や施設にいながらの長期療養を可能にする
- 訪問診療の主な内容**
- 診察、検査、薬の処方
 - 療養上の相談や指導

よく往診といいますが、実際は、訪問診療と往診とは違います。違いは以下の点になります。

訪問診療	往診
<ul style="list-style-type: none"> ● 定期的な在宅医療で、病状の悪化を事前に防ぐことを目的としています ● 診療計画を立てて、2週間に1回や月に1回など定期的に行われます ● 治療や健康管理を目的としています 	<ul style="list-style-type: none"> ● 急変時や患者や家族の要望で不定期に行う在宅医療です ● 患者や家族の求めに応じて行われます ● 急な発熱や呼吸状態の悪化への対応、がん患者の看取りなどが含まれます

当生協では、訪問診療や往診を組み合わせ、在宅支援診療所として地域で在宅医療を行っています。在宅医療のご相談は各診療所スタッフや担当ケアマネジャーに相談しましょう。

たいしょう生協歯科の訪問診療

たいしょう生協歯科では、通院が困難な方々のために歯科訪問診療をおこなっています。高齢者や身体が不自由な方、長期療養中の患者さんなど、さまざまな理由で歯科医院への通院が難しい方々に対し、ご自宅や施設にお伺いして診療を行います。

主な診療の内容として、定期検診、虫歯や歯周病の治療、入れ歯の作成や、調整・修理、口腔ケアなどがあります。

いつまでも元気で食べる喜びや笑顔でいるために、歯科訪問診療もぜひご利用ください。

お問い合わせ先 // たいしょう生協歯科
06-6554-8841

医療費の支払いでお困りの方一度ご相談ください 必要な診察・治療を受けていただく事が何よりも大切です

無料低額診療事業実施診療所

- ・みなと生協診療所・たいしょう生協診療所(医科・歯科) TEL.06-6571-5594 TEL.06-6554-1197(医)/TEL.06-6554-8841(歯)
- ・ながほり通り診療所・西成民主診療所 TEL.06-6533-0106 TEL.06-6659-1010

※民医連情報誌いつでも元気2025年3月号より一部抜粋/いつでも元気(定価380円)月1回発行=購読ご希望の方は組合員活動部まで

ma² ママ・ちょこ 109

免疫力向上ご飯

コロナ禍を経験し、日常的な存在となった「ウイルス」。それに対抗するように、「免疫力」という言葉も度々耳にするようになりました。免疫力を高めるためには、どうすればいいのでしょうか?

①体を冷やす飲食物をとりすぎない

体が冷えて体温が下がると、免疫を司る細胞や酵素が十分に機能せず、腸内の悪玉菌が増殖しやすくなります。冷たい飲食物の取りすぎには注意が必要です。

②野菜(きのこや海藻を含む)を積極的に

野菜にはビタミン類や食物繊維が多く含まれ、免疫力を高めます。特にきのこや海藻に含まれる食物繊維には、腸内環境を整えて体内の活性酵素の排出を促す働きがあるので積極的にとりましょう。

③たんぱく質不足に注意

たんぱく質は、体の細胞や免疫物質を作るための大切な栄養素です。不足すると細胞や免疫物質が十分に生成されず、免疫力が下がります。肉、魚、卵、大豆製品、乳製品などの良質たんぱく質の摂取を心がけましょう。

山口・宇部協立病院 管理栄養士 山田 知佳

チキンの塩麹トマト煮

電子レンジで簡単に作れる!肉のたんぱく質や野菜のビタミン、発酵食品の塩麹も入って免疫力アップ!

材料(2人前)	作り方
鶏もも肉(皮付き).....1枚(300g)	① 鶏もも肉はひと口大に切り、玉ねぎとにんにくは薄切りにする
玉ねぎ.....1/2個(100g)	② 耐熱容器に①とトマト、オリーブオイル、塩麹を全て入れて混ぜ、ラップをして600Wで7分加熱する
にんにく.....1/2個(3g)	③ 小房に分けたブロッコリーを加えてレンジでさらに3分加熱し、器に盛りつけてこしょうをふる
ブロッコリー.....1/2個(100g)	
トマト(缶).....100g	
オリーブオイル.....小さじ1	
塩麹.....小さじ1/2	
こしょう.....適量	
	■ エネルギー350kcal、たんぱく質28g、脂質24g、塩分1.3g

編集部 だより

先週、奥さんと久しぶりに、二人で、出かけました。いつもなら、子どもがいるのですが。写真は、平安神宮の庭園です。この日は、とても暖かく、春を感じる事ができました。いつも帰りの遅い私に、気を使って頂き小旅行に誘って頂きました。ありがとうございます。あまり、心配かけないように、また、頑張っていきます。

西成民主診療所 事務長 竹中 郎



150
今月の
いちまい

理事会報告

第8回 理事会

日時 2025年2月15日[土] 午後2時30分～午後5時

場所 地域交流センター 大正晴ればれ 4階ホール

出席 理事 26名/27名中 監事 1名/3名

常務会議事・主要項目 協議事項

(1) 支部援助金規程の改正に向けて
(2) 医療福祉生協連・大阪府生協連・民医連・他団体

- 1.医療福祉生協連
 - ・2/13(木) 近畿ブロック方針討論集会
- 2.全日本民医連・大阪民医連
 - ・2/11(火) 大阪民医連学術運動交流集会
- 3.大阪府生協連
 - ・2/27(木) 健康チャレンジゴール集会
- (3) 法人内の活動
 - 1.2/15(土) 生協設立50周年の実行委員会、第2回実行委員会開催
 - 2.各委員会・支部の取り組みと推進
 - ▷健康づくり委員会: 4/10~11 すこしおフェスタが開催(in東京)
 - ▷社保・平和まちづくり委員会: 2/14 バレンタイン宣伝
 - ▷事業所利用委員会: 全国交流会の内容を交流
 - ▷文化スポーツ委員会(港エリア): 3/2 映画会開催
 - ▷教育学習(西成エリア): 3/1 いのちの章典実践交流集会開催
- (4) 災害対策本部会議(2/28 第6回予定)
 - ▷BCP及び備蓄グループからの提案を協議

第8回定例理事会 協議承認事項

第1号議案:1月度の事業活動報告 第2号議案:2025年度通常総代会開催の件
第3号議案:2024年度みなし自由脱退名簿承認の件
第4号議案:1件100万円を超える機器購入の件(西成民主診療所デイクエア室入浴リフト交換)
第5号議案:介護資格取得奨学資金申請の件(介護実務者研修)2名適用

各報告承認事項について

- ①事業に関する報告(無料低額診療の適用他):無し
- ②2項組合員の加入:1月度加入を承認

次回 第9回定例理事会日程
3月15日[土] 午後2時30分～午後5時 地域交流センター 大正晴ればれ

2024年度

大阪きづがわ 医療福祉生活協同組合の 取り組み



● 健康まつり



健康まつりでハイチーズ!



健康まつりは大盛り上がり♪



● おさんぽ班会



城北公園菖蒲園

● いちごカフェ (認知症カフェ)



毎回みんなで大笑いです!

● 9・9 平和のつどい



聖天さん平和の鐘つき



9月9日被爆体験伝承講話

● 晴ればれ



鶴町晴ればれでモーニング始めました!

● クリスマス会



クリスマス会にサンタさんも登場!

● みんなの食堂



『みなとみんなの食堂』は子ども、大人も、誰でも大歓迎!!

● もちつき体験



子ども、もちつき体験!

新しい年度が始まり、皆さんいかがお過ごしですか?2024年度、大阪きづがわ医療福祉生活協同組合は新しいイベントの開催や、コロナで中止されていた取り組みの再開など、生協らしい活発な動きとなりました。そして2025年度はいったいどんな年になるのでしょうか?6月22日(日)の総代会(中之島中央公会堂)に向けてみんなで色々な意見を出し合いましょう。またこの『みらい』を使って、「生協こんなことやってるよ」と周りの方にもお声がけいただき、新しく参加される方を迎えましょう!!





誰もが健康で居心地よくくらしを まちづくりへの挑戦

2025年 大阪きづがわ医療福祉生協が実現したいこと

大阪きづがわ医療福祉生活協同組合
2025年度総代会方針案・
医療福祉生協連
ダイジェスト版

- ☑ すべての活動を組合員にとどまらず、**地域の人びとと多様な世代**の**“参加と協同”**でひろげよう!
- ☑ 2025国際協同組合年にふさわしい協同と連携をすすめ、**誰一人取り残されない**、**平和で公正で持続可能な社会づくり**に貢献しよう!

大阪きづがわ医療福祉生活協同組合は設立の“原点”に立ちかえって

∥ いのちの平等と健康なまちづくりをめざして ∥

“であいふれあい ささえあい”の活動と事業をすすめます



いのちの平等とくらしをささえる

いつまでも住み慣れた地域で・家で暮らしつづける

- 医療と介護福祉の緊密な連携で患者・利用者とその家族の「24時間・365日の安心」につなげます。
- 患者・利用者とその家族が満足できる在宅医療・介護福祉の事業と実践をすすめます。在宅での看取りにも積極的にとりくみます。
- 大阪きづがわ医療福祉生協の地域包括ケアをすすめます。
- 医療・介護福祉はもちろん、くらしに関わることはなんでも気軽に相談できる事業所をめざします。事務職員の相談・支援機能を高めます。



医療と介護福祉の連携で

サービス提供の質と事業の価値を高める

- 職員は専門職として知識と技能を研鑽してよりよい医療と介護福祉のサービス提供をめざします。
- 中長期計画の議論をすすめつつ、必要な剰余を確保して事業の維持と拡大をめざします。
- 事業所の存在と役割を組合員と地域に発信して、実践を通じて「頼りになる事業所」をめざします。
- 他法人事業所からも信頼される連携の実践をすすめます。



組合員の参加と協同をひろげ

健康になれるまちづくりをすすめる

- 職員・専門職といっしょにこどもから高齢者まで多世代が楽しく健康づくりをすすめます。
- 地域交流センター「晴ればれ」をひろげ、子ども食堂や高齢者が集える活動をすすめます。
- 生協活動に気軽に関わってくれる仲間を担い手として増やします。
- 組合員活動部に健康づくりに専門的な知識や技能を持つ職員や健康づくりに積極的な職員の配置をすすめます。体操、ポッチャ、モルックなど身体を動かして楽しむ班会をすすめます。



戦争のない世界、核兵器のない平和な世界をめざして

気候変動・大規模災害に備えて

- 戦争のない世界、核兵器のない平和な世界をめざして、全国の生協の仲間、世界の人々と手をつなぎます。
- ヒロシマ・ナガサキ80年。原水爆禁止世界大会に若い世代を派遣します。
- 地震や大雨などの被災地にひきつづき支援をしていきます。
- 予想される東南海・南海巨大地震に備える事業計画を作成、深める議論をすすめます。



職員募集

●求人詳細は当生協ホームページにて
<http://www.osaka-kizugawa.coop>
 各事業所又は本部 (06-4394-8500) まで



- 理学療法士
- 作業療法士
- 保育士
- ケアマネジャー
- 介護福祉士
- ホームヘルパー
- 介護スタッフ
- 事務員
- 看護師(訪問)

9				3	6
	1		8		
		5	7		2
		4	3		7
	9		6		5
6		1		8	
		8			5
	3			7	2
2			9	1	

タテ・ヨコの同列内、太枠のブロック内に同じ数字が重ならないよう、1〜9の数字をつめましょう。二重枠の数字の合計を答えてください。

ナンバープレース

あたまの体操

●2025年2号のナンバープレースの答えは【3+6=9】でした

左の絵は右と7ヶ所の
まちがいがあります。

どこ?どこ
まちがいさがし

まちがいさがし



2月号の
こたえ 応募総数73名で
正解者71名でした。

2月号の当選者 20名

景品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。
 ※今月は図書カード
 抽選は毎月第一日曜日に行っています。見学
 された方は、ご一報の上、お越しく下さい。

【ハガキ 応募方法】

解答イラストを切り取り、ハガキに貼って下
 記住所までお送りください。

*ハガキ・メールとも氏名、住所、連絡先、今号の記事への感想やご意見、近況などをお書き添え
 ください。また、ナンバープレース・まちがいさがしのどちらを解答していただいても構いません。

正解者の中から抽選で20名の方に図書カード(500円)を進呈!

郵便番号は正確に

〒556-0024 塩草2-2-31
 大阪きづがわ生協「みらい」係
 mirai1@osaka-kizugawa.coop



どしどしご応募
 お待ちしています/
 4月末日 必着

●生まれも育ちも港区なので(二瞬他区で生活しましたが)、住み続けている今も思い出が増え続けています。このまま住みやすい港区であり続けてくれると嬉しいなと思います。子供の溶連菌の風邪がうつり、咳で苦しみました。身体(特に両腕)の激痛にもやられました。抗菌剤をしっかりと内服して咳も治ったのに、筋肉痛様の痛みが残って、鎮痛剤を毎食後飲んでます。仕事や家事に差し障りしかなく、ちゃんと痛みが治るのか不安し
 ●今年も当たり年、いい年にしたいと思いま
 ●初めて応募します。いつもまちがいさがし
 ●今年も当たり年、いい年にしたいと思いま
 ●初めて応募します。いつもまちがいさがし

●もう60年近く前になりますが、兵庫県多
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合

●私にはたくさんの魚が元気よく泳いでおり小
 ●私にはたくさんの魚が元気よく泳いでおり小
 ●私にはたくさんの魚が元気よく泳いでおり小

●私にはたくさんの魚が元気よく泳いでおり小
 ●私にはたくさんの魚が元気よく泳いでおり小
 ●私にはたくさんの魚が元気よく泳いでおり小

もっとひろがる!つながる!
おたより
コーナー
 拡大版
 今月の募集テーマは ※6月号掲載予定
【あなたにとっての記念日】
 写真も投稿してください! (理由も教えてください)

●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合

●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合

●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合

おたよりへの感想・お返事など、交流の場としてご利用ください

●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合

●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合

●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合

●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合
 ●急になんか寒くなりました。暖かくして家事の合

2月号で募集したテーマ
ふるさとの想いで