

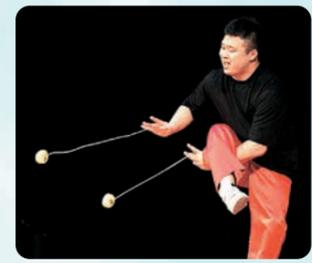


第14回 通常総代会・
『50周年を祝うつどい』
開催! ~ 次の50年に向けて ~

2025年6月22日(日)、大阪中之島公会堂にて第14回通常総代会が開催されました。総代会では活発な討論が行われ、すべての議案が賛成多数で可決されました。

併せて、午後より『みらいにつなぐ 50周年を祝うつどい』が開催されました。大阪きづがわ医療福祉生活協同組合は前身の医療生協設立から今年で50周年となります。つどいのテーマは「平和・人権・いのち(医療・介護)」で地域組合員、職員が一緒になって様々な企画が行われました。また特別企画としてパフォーマーの「ちゃんへん。」さんをお招きし、圧巻の

ジャグリングパフォーマンスと記念講演を行っていただきました。朝から夕方までと長丁場となりましたが、50周年の節目として、またこれからの50年への期待を感じられる、貴重な1日となりました。



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7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 113

子どもが食べたくなる魚料理

鮭のコーンクリーム煮

材料		作り方	
鮭切身	2切れ(60g×2)	①	玉ねぎは薄切りに、しめじは根元を切り落としほぐす。鮭は3等分に切って、塩こしょうをふり小麦粉をまぶす
玉ねぎ	1/2個(100g)	②	フライパンにサラダ油大さじ1/2を入れて、中火で熱し鮭を焼く。焼き色がついたら裏返し、両面に焼き色がついたら1度取り出す
しめじ	1パック(100g)	③	キッチンペーパーでフライパンの油を拭き取る。サラダ油大さじ1/2を入れて中火で熱し、玉ねぎを入れてしんなりとするまで炒める。さらにしめじを加えて2分程炒める
塩こしょう	少々	④	①にAを加えて混ぜ、②を入れる。煮立ったら蓋をして、ときどき混ぜながら弱火で5分程煮る。最後にバターを加えて混ぜる。器に盛り、パセリを散らす
小麦粉	大さじ1		
サラダ油(大さじ1/2を2回使用)	大さじ1		
有塩バター	10g		
乾燥パセリ	少々		
コーンクリーム缶(粒あり)	200g		
水	1/2カップ		
牛乳	1/2カップ		
塩こしょう	小さじ1/2		
コンソメ	小さじ1		

2023年の国民健康・栄養調査では、魚の一日当たり摂取量は若年層ほど少なくなっています。しかし、魚には子どもが摂取すべき栄養が豊富に含まれています。

その1つがカルシウムです。特に成長期の子どもは成人に比べて骨の成長が活発です。骨量が増加する時期に不足しがちなカルシウムを摂取することで、丈夫な骨や歯を作ることが出来ます。

また魚にはタウリンやEPA、DHAも多く含まれます。これらはコレステロールを下げるだけでなく、乳幼児の脳の発育を促進する効果があります。

今回は子どもも楽しめる魚料理をご紹介します!カルシウムを豊富に含む魚をもりもり食べて、丈夫な骨や歯を作りましょう。

三重県 津生協病院・管理栄養士 田中 諒

編集部 だより

皆さん今年の花火はもうお済みですか? 年々花火をする機会も、出来る場所も減っていますが実は私は毎年コツコツと手持ち花火を楽しんでいます。昔はロケット花火やドラゴン、トンボ花火など派手なものが好きでしたが、最近はおっぱら線香花火ですね。今年はすでに20本ほどの線香花火に挑戦しましたが、やはり花火の火の玉が最後までもつことは無く、いつももう少しというところで落ちてしまいます。悔しいと思いつつ、ああして落ちていくところはかなさが線香花火の良いところなのかもしれません。花火と言えば、今年の淀川の花火大会は万博の影響で10月に開催となるようです。秋の夜長に花火大会というのも少し趣が変わっていいかもしれませんね。それでは皆さんまだまだ暑い日が続きますが、体調にはしっかりと気を使って花火を楽しんでくださいね。

ながほり通り診療所 田路 耕平

なるべく風で揺れないように短めに持つのが私のスタイルです

154
今月のいちまい

理事会報告

第12回 理事会

日時 2025年6月21日[土]
午後2時30分~午後4時(総代会前で短縮)

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 0名/3名

常務会議事・主要項目 協議事項

- (1) 総代会最終準備について
 - 1. 運営日程(役割分担等)及び総代会議案報告について
- (2) 50周年企画について「6.22 記念のつどい」の準備状況
- (3) 医療福祉生協連・大阪府生協連・民医連・他団体
 - 1.6/11(水) 医療福祉生協連総会への参加
 - 2.6/13(金) 全日本民医連・大阪民医連専務経営幹部の研修交流会参加
 - 3.6/19(木) 大阪府生協連総会への参加

第12回定例理事会 協議承認事項

- 第1号議案:5月度の事業活動報告の件
- 第2号議案:運転資金借入れの件
- 第3号議案:夏季一時金支給の件

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等):無し
- ②2項組合員の加入:5月度分

次回 第2回定例理事会日程
7月19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



照る日曇る日

西成民主診療所 前所長 小児科医 大里 光伸

今年には戦後八十年、もちろん、戦時の体験はなく亡祖父母や父母から当時のことを聞いたくらいだ。しかし、「あんなことはなかった」と虚言し、戦争責任・犯罪を免罪する言論が目立つような昨今、以前に書いた、ある軍人の話を再構成することにした。

その名は、木村久夫、戦没学徒の手記を集めた「きけわだつみのこえ」という文集の掉尾に、白眉の遺書がある。実は私が卒業した豊中高校(当時は豊中中学)の先輩であり、一時は第四高等学校(現在は金沢大学教養学部)を志望したとあるから、実現していたら重ねての先輩でもある。

京大経済学部に入學した氏は、学業半ばにして出征、インド洋に浮かぶカーニコバル島に配属され、通訳業務にあたったが、終戦直前に起こった上官による住民虐殺の罪をかぶる形で連座し、連合軍側により絞首刑に処せられた。その獄中で哲学書の余白に書かれたのが遺書である。

「日本の軍人は…私達の予測していた通り矢張り、国を亡ぼした奴であり、凡ての虚飾を取り去れば私欲の他に何物でもなかった。…大東亜戦以前の陸軍々人の態度を見ても容易に想像される所であった。…彼等の常々の広告

にも不拘(かかわらず)、彼等は最も賤しい世俗の権化となっていたのである。それが終戦後明瞭に現れて来た。…」

後に発見された文には、さらに鋭い軍部批判がある。

「軍人が常々大言壮語して止まなかった忠義、犠牲的精神、其の他の美学麗句も、身に装う着物以外の何者でもなく、終戦に依り着物を取り除かれた彼等の肌は実に耐え得ないものであった。此の軍人を代表するものとして東條前首相がある。更に彼の終戦において自殺(未遂)は何たる事か。無責任なる事甚だしい。之が日本軍人の凡てであるのだ。」

彼の示した学問の力を支えにした歴史に対する深い洞察が、私たちに託した財産だと思えてならない。



高知高校時代の木村久夫氏と、遺書が書かれた哲学書

7月4日 2025年原水爆禁止 国民平和行進に参加しました

7月4日、大正区役所前噴水広場に平和行進に参加する30人ほどの方が集まりました。

出発式では核兵器廃絶をめざして奮闘することなどが各団体のみなさんから表明され、今年には関西共同印刷のみなさんも出発式から一緒に参加されました。

午前9時に出発、先導車から流れる平和を願うメッセージや子どもたちのステキなうたごえに続いて、途中で合流された方も含めて大正駅近くの公園まで歩きました。



世界では平和に逆流する流れが起きています。戦後80年、そして被爆80年の今年、広島と長崎で行われる原水爆禁止世界大会に大阪きづがわ医療福祉生協からも参加します。職場でも地域でも平和を支える力と声を上げていきます。

組合員活動部 // 石村直志

第14回 総代会 各発言要旨

浪速こども食堂 地域に根差した活動へ

浪速支部・本部 宮下 真依子・山本 典子



浪速こども食堂は、地域の子やもたちの居場所づくりを目指し、会食や食材配付を行っています。参加者の増加に伴い、遊びの場の工夫やボランティア募集も進めています。小学校の配信アプリ『ママルメ』や『ロコ』で認知が広がり、地域とのつながりも生まれました。毎回のよう新しいお友達を連れて来てくれる男の子も！今後も夏祭りなどの企画を通じて、支援の輪を広げていきたいと考えています。

晴ればれで過ごす わたしの楽しい時間

大正エリア まんなか支部 宮本 重男

私と医療生協との出会いは千島に歯科ができたときからで40年近くになります。歯科にも妻の介護のことでも本当にお世話になりました。晴ればれには週2回の卓球とモーニング班会に参加しています。晴ればれに来て、卓球やモーニング班会でも知り合いも増えました。そんな私を見てまんか支部の総代さんになり

ませんかと声をかけてもらい、運営委員会にも参加するようになりました。



私は昔ジャストランペットを吹いていました。練習は好きでしたが、舞台上上がるのは苦手好きではありません。今日も本当に緊張しています。でも、晴ればれみたいに気軽に来れるような場所があるのは貴重だと思うのでみなさんに伝えたいと思います。晴ればれはときどき雨漏りもあって、味のある建物になっていますが、元気なうちは通いたいと思います。

「また来たいー」が広がる おしゃべり・昼食・ゲームで元気に！ たまり場楽しく集える居場所づくり

港エリア 池島支部 柳谷・小林・国見



15年続く「たまり場」は毎月第一土曜11時開催。「あいうべ体操」後、昼食とおしゃべり、食後はタイムやゲームをしています。昼食の作り手は2人。食材探しは大変ですが美味しいと言って貰えるのが嬉しい、とのこと。参加者からは「普段一人なので皆で食べるとより美味しい」「おしゃべりできるのが嬉しい」との感想。健康チェックも年3回実施予定で、チェック結果を看護師さんが個別に説

明。課題もありますが反省点を活かし、次回につなげて多くの人に参加して貰えるよう頑張ります。

南津守支部の健康づくり活動 「健康づくり健診受診者増やし」「まちかど健康チェック」「わくわく体操班会」

西成エリア 南津守支部支部長 尾上 未美



健診受診者増やしでは誕生日に組合員さんとその家族へ、1～3月は未受診者へ訪問。熱中症訪問や仲間増やし訪問の際にも健診案内をかかさず行い、2024年度訪問件数は56回529件、対話での案内は123件で50名の方が「健康づくり健診」を受診されました。組合員さん向けのお得な健診で、区役所や他院で受けている方にも、無料で健診項目が多いと説明し、お勧めしています。

後日、健診結果をお聞きする中で、苦笑いと共に「胃や大腸にポリプがあり切除し良性だった」「肺に影があった」とお話しも聞けるほどつながりが深まっています。今年度も受診者を増やし、健康づくりの班会で新たな組合員さんを迎えるために微力ながら行動します。

みらいはつなぐ 50周年を祝うっどい

ダイジェスト版

まづがわ
元気タイム!

「つどい」の様子を一部ご紹介。様々な企画に会場は大興奮で、皆さんの笑顔と歓声があふれていました。ご参加された皆さんありがとうございました!



西成エリアの職員による合唱。たくさんの方々が参加し、感動的な合唱となりました。西成地域の組合員さんも何だか嬉しそうでした♪



大正・港の合同コーラス!当日まで合同練習が出来なかったそうですが、そうとは思えない素晴らしい歌声が会場に響きました!!



華やかな衣装と優雅な踊り。フラダンスの皆さんのパフォーマンスに会場はうっとりしていました。



朝から座りっぱなしだったところに、「健康体操」で体も心もリフレッシュ!皆さん積極的に体を動かされていましたね。竹内先生のマイクサポートも良かったですね(笑)

お米当選者の方々

富山のお米を届けます!



最後にみんなが待ちに待ったお米の抽選会。名前が呼びあげられると会場から「うれしい!!」の歓声が。



「挑戦」と「であい・ふれあい・ささえあい」

世界的パフォーマーちゃんへん.さんが示してくれた、大阪きづがわ医療福祉生協の未来

50周年実行委員・たいしょう生協歯科事務長 // 姉川 駿一

昨年末、職員から借りた1冊の本を読了し、強い思いが込み上げてきた。

「どうしてもちゃんへん.さん呼びたい」

私たち、生協のスローガン「であい・ふれあい・ささえあい」。この言葉は、人が人として共に社会で生き続けるためにとっても大切な言葉だと思っている。生きづらい現代社会の中では特に。そんなみんなを支え合うまちづくりを目指している生協として、ちゃんへん.さんの生き方は一つの指針となるのではないかな。今回の企画はそんな趣意でもあった。

「挑戦」という言葉は時に軽々しく使われがちだ。しかし、ちゃんへん.さんの生き方に触れると、その意味の重みが変わる。在日コリアンとしての生きづらさ、差別、居場所のなさ。そうした背景を背負いながらも、彼は「自分にできることは何か」と問い続け、ジャグリングという手段で世界とつながってきた。

そしてその中から浮かび上がってきたのは、彼も決して一人で成功したわけではないということだ。そこには家族、友達、ジャグリング仲間、様々な人の支え合いがあったからこそ世界一にまで上りつめたのだろう。

彼の著書には様々な人たちが登場する(本当に多くの人たちが出てくる)。たくさんの方たちと出会えたからこそ、今のちゃんへん.さんがあるのではないだろうか。

私たちの想いは住み慣れたまちで健康に暮らし続けたいということ。それを叶えるには、たくさんの人たちの支えが必要であるし、孤独に陥りがちな方にも出会い、支え合う、助け合う仕組みを構築していくことも重要だ。

そんなまちづくりに「挑戦」していくために、ちゃんへん.さんの講演会はその第1歩となったのではないだろうか。そして「挑戦」という言葉がこれまでのきづがわ医療福祉生協の50年を背負い、新たな50年に向かって重みを持った「挑戦」にしていかなければならない。

これからは、ちゃんへん.さんのようにもっと出会うことが必要だ。それは人に限らず、モノやコトあらゆるものに出会う、触れる、そういう努力、覚悟が必要だ。その先に支え合う社会が見えてくる。それがきづがわの未来への「挑戦」となるだろう。

ちゃんへん.さんは、そんな未来への「挑戦」に向けた道しるべを、私たちに示してくれた。



世界レベルの圧巻のパフォーマンス

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
- 管理栄養士
- 看護師(訪問)

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

あたまたの体操
ナンバープレース
 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の数字をうめましょう。二重枠の数字の合計を教えてください。

●2025年6月号のナンバープレースの答えは【8+1=9】でした

どこ?どこ まちがいさがし

左の絵は右と7ヶ所のまちがいがあります。



6月号の
こたえ
応募総数80名で
正解者78名でした。

6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させていただきます。
 ※今月は図書カード
 抽選は毎月第一月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。

【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!

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



どしどし応募
お待ちしております

8月末日 必着

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 ※10月号掲載予定
【おすすめ・穴場の紅葉の名所】
 写真も投稿してください! (理由も教えてください)

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

半分くらいですが割と大きく色も鮮やかに綺麗に見えました!

大正区 匿名希望

●この頃忙しいので、ちょっと休憩した時、ちょっといい頭の体操になっています! まちがいさがしは、つい、目にも留まり探してしまいます。全部見つけた時は、スッキリします。

西成区 きんぎょ

●いつもおたよりコーナー楽しんでいます。

大正区 津田孝子

●今月の問題は易しかったです。次を期待します。

大正区 岡本清美

●万博へ行って来ました。18000歩、歩いて、足の裏が痛くて、でも夜の大屋根リングは涼しい風が吹いて、気持ち良かった。夜だったら、行ってもいいかな?

大正区 満崎ヒロミ

●梅雨に入って、また、暑い夏がきますね。若い時は夏が大好きでしたが、年のせいか、更に近年の夏の暑さには、参りますね。皆様も、お身体ご自愛下さいませ。

大正区 安藤孝人

●毎年ゴールデンウィークに開催される高槻JANUSトリートメントへ行ってきました。資金難で存続の危機だった様ですがなんとか来年も開催される見通しとの事を聞いてホッとしています。来年もJANUSTシャツを買って少しでも貢献できたらと思います。

港区 松岡豊明

●今年はいつまでも寒々、一日中カラッと晴れる日も少なくて...。けど、夏は例年以上に猛暑になる

とか、桜の木も無くなり木陰も少なくなりましたし、気候の変化について行けるか、年々心配です!

港区 藤田紀江

●料理のレシピがヘルシーで美味しそうなので今度作ってみようと思います。

堺市西区 中島一馬

●どこが悪いわけではないのに少し痛い少ししんどい少しだるい等々。年取ったなあ実感しています。

港区 松尾美穂

●初めての応募です。みらいの広報紙楽しみにしています。

大正区 若林穂

●最近卓球が上達しました。

大正区 熊谷繁雄

●万博の通期パスを買いました。大阪開催なので一杯楽しみたいと思っています。

大正区 熊谷潤子

●私はナンプレが好きで、食べるのを忘れてしまったりするので、今はナンプレを封印しています。

大正区 ノアア

●健康診断の受診の案内を見て、あらためて身体のケアを意識しました。

港区 尼子雅海

●以前は20Mしか歩けなかったけど、今は100Mくらい伸びた。普通に歩けるようになる様、毎日散歩して頑張っています。

西区 川本泉

●いつも「みらい」の配達有難うございます。これから梅雨の季節に入り、外出がおっくうにな

りますね!

大正区 真辺昌代

●健康診断の大切さや医療福祉の事などがとてもわかりやすく、活動内容などを読んで楽しかったです。

西区 脇村早由

●急に暑くなって、年々夏が長くなり厳しいなと感じます。これも地球温暖化の影響なのでしょうが。

大正区 音藤美恵

●貸し農園で育てたトマトの収穫が始まりました。今年は大中小合わせて27株。楽しみです。

住吉区 堀浩司

●4月に入ってアスパラが芽を出しました。成長が早く4/5日採れます。今年は野菜も高く大変助かっています。柔らかく、調理も簡単。

阿倍野区 けいちゃん

●急に暑くなって寝苦しい為初めてフーラーを使用しました。また梅雨も明けていないのに今後が心配です。

阿倍野区 ジンチヤン

●実家で母と楽しく過ごしました。なかなかの難問で、良い体験になりました。

枚方市 Oのみ

●ナンバープレース楽しんで解いています。

堺市西区 中島朝子

●ワンハンドおつまみレシピ、いろいろの載せ下っか。

堺市西区 中島康之

●90歳になりました。でもまだ人手を借りず、自律で毎日楽しく過ごしています。

港区 長谷川栄子

●命がかやぐ万博テーマ。他国で戦争あります。弱い者の命がうばわれています。悲しくなりませう。早く平和が訪れませうに...。

港区 ちゅちゃん

●先日、図書カードが送られてきたので驚き、嬉しく思いました。孫に本を買ってあげようと思っています。ありがとうございます。

港区 中尾書理絵

6月号で募集したテーマ あなたの夏バテ防止法

●生姜白湯をのむ、小梅漬をとることをしている

ます。今年も2kgつけました。

大正区 こうちゅん

●仕事が休みの時は、家から出す身体を休める。風覆もして。仕事の日は汗だくになるけど、吸汗速乾接触冷感のアンダーウェア着て、汗拭いて麦茶飲んで塩しモン飴舐めて帰ったらすべお風呂入ってサッパリしたらバテません!!

大正区 山田昌章

●まずは美味しく食べて、疲れすぎないように動いて、早めに寝て早めに起きることが私の1押しです。それと、暑くても暑い暑いと言っても仕方がないので、涼しい居場所を確保も必要です。

西成区 金元美根子

●夏バテに効くのかどうか分かりませんが、

たくさん食べてたくさん寝ることが私の健康の秘訣です。

大正区 福浦初美

●私の夏バテ対処法はお風呂の湯船に浸かることです。疲れが取れるのは当然ですが足元から温めるのが良い様です。

大正区 松原智恵

●睡眠と食事に気を付けて。

大正区 A.K

●よく夏バテで食欲無いと聞きますが、食欲不振になったことが無く、妊娠中のつわりでさえ食べ悪阻にならなくて、おなか空くと気持ち悪くなる為、何かを口に入れてないことムカムカして...。なので夏バテの経験が無い。日頃からよく飲み

く食べていると夏バテしないのではないかなって思っています。餃子の皮のトルティーヤ風速く美味しくです。おやつにもいいね。作ってみます。

港区 食欲旺盛

●私の夏バテ防止法は、たくさん食べてたくさん寝ても食べて、いっぱいジョギングで体を動かす事です。今年もまたあの熱い熱い夏がやってきました。みなさんもくれぐれも熱中症には気をつけてください!

港区 山口幸弘

※メールでおたよりを送っていた場合住所氏名を入力してください。
 ※おたより掲載は景品カード当選と関係ありません。(編集部で選ばせていただきます)