

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
港事務所：06-6571-0606
みなと生協診療所：06-6571-5594
〈発行日2025年9月1日〉
港・西エリアニュース Vol.160



10月26日(日)

会場 みなと生協診療所

プログラム

- | | |
|-------|--|
| 10:00 | 開会挨拶
中田幸子先生講演 |
| 11:00 | 各ブーススタンプラリー
(健康チェック、体力測定
モルック体験、防災ブースなど) |
| 12:30 | 休憩 |
| 13:30 | 舞台演目開始 |
| 15:30 | 閉会の挨拶 |



みんなで筋トレ！筋肉の貯金をしよう！

医療福祉生協フィットネスマシナジウム



貯筋
してる？

アナタが痛いのは腰ですか？膝ですか？それとも肩甲骨ですか？
まだ痛みなく動けるその他の部位に感謝したことはありますか？

♪～よく考えよう～カラダは大事だよ～♪

週1からOK！コツコツつみたて貯筋はじめませんか？

- 📍 みなと生協診療所 4階マシナジウム 利用できます
- 📅 火曜・木曜 15:15～17:15 時間内で出入り自由
- 🎫 チケット回数券 ¥3000 (10回分)
- ☎️ 見学のご予約は 2階事務所 06-6571-0606 へお願いします

みんなの支部紹介

ながほり支部 (盛本)

西区の医療生協は、2003年当時、西区在住の理事さんの「西区にも医療生協の診療所が欲しい」との強い思いで設立総会が開かれました。

2012年には、大阪きづがわ医療福祉生活協同組合が誕生。同年、ながほり支部が誕生。2013年に事業所が開設されました。デイの部屋での子ども食堂や街かど健康チェックなど取り組みました。コロナ以後も健康体操の班会は楽しく続けています。

「参加してみたいな」と思ったらご連絡ください♪

お問い合わせ：06-6571-0606：大石まで



9

ながほりタイムス

①インフルエンザ予防接種（10月1日接種開始）

①65歳以上で大阪市在住の方
お電話でのご予約可能です。

☎ 06-6533-0106

9月16日（火）から
ご予約受付開始です。

②お子さん、64歳以下の方

オンラインで予約を開始します。

9月16日（火）12:00より

（10月1日以降は電話で行います）

接種料金	組合員	未組合員
65歳未満（1回目）	3000円	5000円
（2回目）	2000円	3000円
65歳以上（大阪市民）	（予定）1500円※	

※生活保護受給中の方、市民税非課税世帯の方等は接種費用が無料になります。

<大まかなオンラインご予約方法>

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。



②フルミストワクチン開始します

今年度より、当院では新しいタイプのインフルエンザ予防接種「フルミスト（経鼻インフルエンザワクチン）」を開始します。

対象年齢：2歳以上～18歳未満のお子さま

接種費用：組合員7000円 未組合員9000円

予約について

完全予約制となります。詳細は受付またはお電話にてお問い合わせください。予約は9/16（火）より受付します。

想像してみてください。地震や水害により、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。

① 便器と便座それぞれに袋をかぶせる



【トイレの水がつかないようにするための袋】
便座を上げて便器にセット

【排せつ物を受け止める袋】
便座を下ろして便座にセット



③ 袋を結んで保管・処理する

排せつ物が漏れ出ないように、袋をしっかりと結びます。消臭袋がない場合は、蓋つきのケースに入れるなど、臭いが漏れ出ないように保管してください。携帯トイレの捨て方は、基本「燃えるゴミ」ですが自治体によって違うのでご確認ください。

② 凝固剤を入れて 排せつをする

凝固剤を**1袋すべて入れたら** 準備完了! 排せつをします。
凝固剤は大便にも使ってください。



凝固剤を入れるタイミングは製品によって違うので説明書にしたがってください。



今なら50周年記念増資で1口2000円以上で簡易トイレを1つプレゼント。10口10個まで進呈。



健康診断のご案内【*要予約】

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まいります。医師・看護師が疑問や不安にお答えします。

日
曜
健
診

	9/7	10/19
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16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