

くらしと医療

2024年10月号 (第83号 毎月1日発行)

大阪みなみ医療福祉生協の現勢

(2024年9月1日現在)

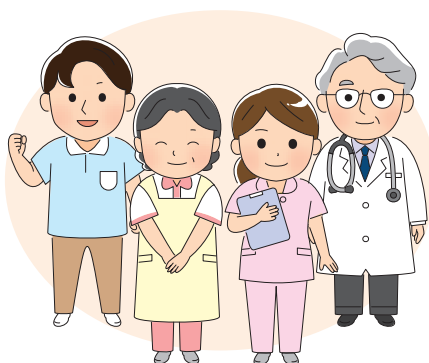
● 組合員	2万7962人
● 出資金	7億3651万4870円
● 一人平均額	2万6339円

大阪みなみ医療福祉生活協同組合 発行責任者：今口 朋

堺市東区南野田127番地 『くらしと医療』機関紙委員会
TEL.072-236-3217 HP <http://osakaminami.net>
E-mail kumikatu-2@osakaminami.net



▲【野鳥観察】大泉緑地。(撮影/垂井 寛さん 堺市堺区)



(北野田エリア N・W)

診療報酬、介護報酬ともに引き上げ、患者や利用者の負担を減らしてほしいと思う。

国は医療・介護事業にベースアップ加算を新設したが、現場で働く人たちの平均賃金は、全産業を下回っている。

2024年7月の医療・介護事業所の倒産件数は42件と過去最悪になった。

最低賃金が50円引き上げられる。賃金上がることは言はじ

虹のかけはし



表紙に掲載! あなたの『秋』の写真を大募集!

採用者には『QUO(クオ)カード』をプレゼント!

▶写真は(横長)サイズのものをお送りください。

送り先は10ページをご覧ください。

『秋の生協強化月間』が始まります！

月間期間▶ 10月1日～11月30日

『集まるうー！話そうー！つながろうー！』を合言葉に、地域で楽しく、魅力ある活動を多くの人に知ってもらい、医療福祉生協への加入を呼びかけましょう！

毎年秋に全国の生協で取り組まれる生協強化月間では、1948年10月1日に施行された「消費生活協同組合法」を記念し、生協をさらに大きく発展させようと、さまざまな取り組みが進められています。

医療福祉生協では、仲間ふやし・出資金ふやし・班づくり・担い手づくりを中心に地域組合員と職員がともに力を合わせて取り組む期間と位置付けています。



この『くらしと医療』をご覧になっているみなさんも、ご家族やご友人などに声をかけ、仲間ふやしや増資活動にご協力をいただき、みなさんの力で秋の強化月間を成功させましょう。

誰もが安心して住み慣れたまちでくらし続けるためには、『医療、福祉が充実したまち』の実現が必要です。そのために大阪みなみ医療福祉生協では、『健康で明るいまちづくり』を追求し続けています。

仲間ふやし

組合員がふえると大阪みなみ医療福祉生協を支える基盤が強まります。

地域の中には、いろいろな力を持った人々がくらししています。その人たちの力をお借りして、いっしょにまちづくりを行うことが力ギとなります。そのためにも地域住民に積極的に加入を呼びかけ、そ

の方たちの力を活かして、みんなの要求を一つひとつカタチに変えていきましょう。

増資・積み立て増資

医療福祉生協の事業は「組合員への最大奉仕」を目的とし、事業を通して組合員の願いをかなえることを目指しています。医療福祉生協の事業は、組合員が持ち寄った出資金で成り立っています。

出資金ふやしは事業所利用と並んで、組合員の経営参加の具体的な活動（事業展開・経営を支える非常に重要な活動）です。積み立て増資は、定期的に増資に参加する活動です。

班会・班づくり

3人以上の組合員が集まれば、班がつくれます。

班会は健康づくりやさまざまな学習をする場、くらしに役立つ情報共有の場であり、組合員同士が気軽に寄り合い交流し、地域でのつながりを強めることができる場です。複数の班が集まり合同班会を

行えば新しいつながりもでき、楽しさは2倍、3倍と広がります。

今年の秋の強化月間では、班会の実施に力を入れていきたいと考えています。経験のない方は「お試し班会」にチャレンジしましょう。開催のご相談は、組合員活動部までご連絡ください。

担い手ふやし

今、医療福祉生協活動に一緒に取り組んでくれる人がどの地域でも不足しています。楽しいイベントやご自身の健康やくらしに役立つ学習会など、魅力ある取り組みを一緒にすすめていただける方、この『くらしと医療』の配布にご協力をいただける方、自分のこれまでの経験や知識を分けていただける方など、どの分野でも構いません。あなたの特技を発揮して、医療福祉生協活動を一緒に盛り上げてください。

ご相談・お問い合わせは

☎072-236-0420

組合員活動部まで

診察室

一般社団法人泉州メディカ
さくら薬局薬剤師 福田 花子

サプリメントを
適切に利用しよう！



小林製薬が販売する紅麹を原料とする機能性表示食品について健康被害が発生し、半年たった今も不明な点が多く、不安を感じている方も多いのではないのでしょうか。

そもそも健康食品とは？

まず、健康食品やサプリメントと聞いて、みなさんはどんなものを思い浮かべるでしょうか。例えば、ヨーグルト、お茶、錠剤のもの、ドリンクタイプのものなどでしょうか。でもなぜ、みなさんバラバラのものを思い浮かべたのでしょうか？

それは行政的な定義がないために、さまざまな名称の食品が市場に流通しているからです。「広く健康の維持増進に寄与する食品」として販売・利用されるもの「すべてが健康食品」といえません。しかし、漠然と「すべて」について、それでは消費者は安心・安全に健康食品を購入すること

ができません。さらに表示されている「成分の情報」と「製品の情報」は必ずしも一致するとは限らないのです。



そのため、国がある基準を設け、その条件を満たしたものにマークや表示のルールをつけて消費者に購入する際の目安をつくったのが「保健機能食品」です。

◆特定保健用食品(トクホ)

健康の維持増進に役立つことが科学的根拠に基づいて認められ、「コレステロールの吸収を抑える」などのような表示が許可されている食品です。消費者庁が最終製品によるヒトでの試験を実施し、表示されている効果や安全性について評価した上で許可しています。



◆栄養機能食品

科学的根拠が確認された栄養成分(ビタミンやミネラル)

を一定量以上含む食品です。

◆機能性表示食品

事業者の責任において、科学的根拠に基づいた機能性を表示した食品です。消費者庁長官へ届け出は必要ですが、特定保健用食品とは異なり、個別の許可を受けたものではありません。

そのサプリメントは本当に必要ですか？

バランス良く通常の食事を摂っていただければ、栄養がそれほど不足することはありません。「食事バランスガイド」を参考に、食事全体のバランスをチェックしましょう。

定期的に見直しを
しましょう！

長期にわたって利用しても効果を感じられない場合は、思い切ってやめてみるのも一つの方法です。

薬と併用した場合にも健康被害を受ける可能性があります。特に特定成分を効率的に摂取できる錠剤やカプセル状の製品は、注意が必要です。食品なのでいくら摂取しても安全というわけではありません。服用して体調の変化などがあれば、すぐに医師や薬剤師に相談することも大切です。

サプリメントが必要かどうかを考慮することが大切です。

サプリメント
利用時の注意点

製品自体に問題がある場合はもちろんですが、過量摂取した場合や製品が利用者の体質に合わない場合(アレルギーなど)、

健康の維持・増進の基本は、「栄養バランスのとれた食事、適度な運動、十分な休養」です。

これらの質を高めるための補助をするのが健康食品の役割です。病気の予防や治療を目的に利用するものではありません。自分に合ったものを選び、食生活や生活習慣が改善に向かうような使い方をしましょう。

.....北野田エリア.....

『平和夏まつり』に350人以上が来場!

「戦争するな! 平和な地球を」



ロシアによるウクライナへの軍事侵攻開始から2年、イスラエルによるパレスチナ・ガザへの軍事攻撃は1年が経過し、今もなお多くの尊い命が奪われています。次世代を担う子どもたちに、日本で平和な日常を送ることができるのは日本国憲法の第9条が日本の平和を守っているからであり、全ての軍事行動は地球の破壊につながると伝えることを目的として、『2024年平和夏まつり』実行委員会を立ち上げました。15時から平和への

取り組みとして、

北野田診療所の待合室に展示された、原爆で被害にあった町や被爆者の様子が写ったパネルを見学し、上映されたアニメーションを見ました。

実際に戦争の被害にあった堺市東区在住の大房和雄さんによる体験談も行われ、待合室に集まった70名を超える子どもたちは、真つ直ぐな眼差しで大房さんの話を聞いていました。



▲戦争体験を語る大房和雄さん

16時から駐車場に移動して、お楽しみ模擬店タイムです。美味しそうな食べ物がいっぱい並ぶなか、楽しくくじ引きやボール遊びなど、13のお店が

出そろいました。行列のできる場所も多々ありました。

北野田診療所の荻谷幹雄所長と狭山みんなの診療所の松田圭市所長による来場者へのあいさつの後、8月4日に広島で開かれた『原水爆禁止世界大会』に参加したことの報告が行われ、核兵器廃絶への取り組みを広げようと訴えられました。



▲荻谷先生と松田先生による健康チェック

平和をテーマにした〇×クイズでは、多くの挑戦者がクイズに挑み、最終まで正解し続けて勝ち残った大人と子ども合計20名が景品をもらって、笑顔でにっこり。大いに盛り上がりました。

最後に実行委員会代表より終わりのあいさつがあり、『2024年平和夏まつり』は成功に終わりました。

『平和フェスタ』開催!

8月20日(火)、キックス(河内長野市立市民交流センター)にて『第11回平和フェスタ2024』を開催し、238名が参加しました。5月に大阪のみみ医療福祉協河内長野支部が中心となり「新婦人の会」「年金者組合」「革新懇」ともに実行委員会を立ち上げ、計7回の会議を重ねました。河内長野市や教育委員会の後援を得て各学校や公民館などに申し入れを行い、部会の新聞にチラシを折り込むなど積極的に宣伝活動もし、計1万枚のビラを配布しました。

当日は展示コーナーを設置して、広島の高校生が被爆者から聞き取り描いた「原爆の絵」や「原爆の写真」「平和の鳩」「ジエンダークイズ」「憲法前文」などを展示しました。

オープニングには、河内長野市在住の武村まみさんの歌の披露がありました。

環境活動家の武本匡弘さんによる「気候危機」と「平和の危機」をテーマにした講演では、現在、海水温や気温の上昇によりサンゴ礁の白化・瓦礫化がすすんでいること、福井県は海は原発を冷やすための温水放出で水温が上昇していること、バナナを包装して

いるのは日本だけ、など映像を交えたお話を聞きました。特に印象に残ったのがウミガメの話で、ウミガメは砂浜の温度が高いとメスが、低いとオスが生まれるそうです。今は温度が高いために「メス116対オス1」の出現率で、この

ままではウミガメが絶滅してしまうという内容でした。また、武本さんは「全ての軍事行動は地球を破壊する」と、地球温暖化と軍事行動の強い関連性も語られ、「知ることは希望三「何かできることで声を上げ行動し、学習しよう」と暗い話のなかにもユーモアを交えてお話を聞いていました。

最後に戦争体験者として、河内長野市在住の綿芝昭子さんに当時の戦争の様子や受けた被害についてお話ししていただきました。

組合員のみならず、『平和フェスタ』は無事に開催され、成功裏に終わることができました。多くのご協力に感謝申し上げます。ありがとうございました。(平和フェスタ2024年実行委員会)



▲前列の右から3番目が武本匡弘さん



悲劇は二度と繰り返さない

『平和のための戦争展』開催



8月9日から15日までの期間、堺北診療所社会保障平和委員会主催による『平和のための戦争展』が組合員ホールで開催されました。入場者数は55名で



した。これまでの新型コロナウイルス感染拡大により中止していましたが、一昨年から規模を縮小し、待合廊下の壁を使って再開。今年は久しぶりに組合員ホールを使用した。



展示された資料は、委員会メンバーが市内の各地に取材にかけて作成しました。「堺平和のための戦争展」実行委員会からも資料の提供を受け、以前から保管していた堺空襲の写真も加えて、充実した展示となりました。

閲覧された方々からは、「良かった」との賛辞をいただきました。アンケートに答えてくださった方の中には、幼少期の空襲体験などを思い出し「悲劇を二度と繰り返してはいけない」と訴える方もおられました。

来場者には、ホワイトボードに「平和の願い」を

寄せ書きしてもらいました。「ウクライナ・ガザに平和が来ますように！」などの書き込みがあり、今なお世界のどこかで戦争が続いている現状に憤りを覚えます。今後とも世界平和のために「核兵器の禁止、軍備拡大反対」を訴えていきます。

(社保委員会
委員長 袋井龍成)

『カラオケ』レクリエーションでストレス解消!



熊野支部では、久しぶりに行うレクリエーションとして、当初はカラオケとボウリングの2つを予定していましたが、ボウリングは高齢者には負担が大きいということでカラオケだけとなりました。参加者は6名の予定が2名の都合がつかず、4名となりました。

堺駅裏の「ラウンド・ワン」で行われました。参加者が少なめだったこともあり、午後1時から5時までの4時間の間、たっぷり得意な曲や好きな曲(懐メロ)を歌うことができました。

大きな声を出して歌うのは気持ちの良いものです。ただ、4時間も歌ったので、クーラーが効いているとはいえ夏なので水分補給は大事だと思いました。何はともあれ、しっかりストレスも解消でき、とても楽しかったです。でもせっくなので、次回はもう少し参加人数をふやしたいです。(熊野支部 山本晴雄)



羽曳野エリア

『平和のための戦争展』

8月10日(土)『第12回平和のための戦争展』を藤井寺市民会館市民ギャラリーで開催しました。主催は藤井寺『平和のための戦争展』実行委員会です。協賛団体として医療生協藤井寺支部も参加しました。猛暑の中でしたが、200人以上の参加者が集まりました。今年は入口正面に実物大の模擬原爆模型(パンプキン爆弾)を展示しました。これは「非核の政府を求める大阪の会」(故長尾正典氏)が作



成されたものです。アメリカは原爆投下の前に日本全国に48個の模擬爆弾を投下しています。大阪でも東住吉区の市街地に着弾して爆発し、たくさんの方の被害者が出ました。

前の机には原爆投下後の写真集(医療生協提供)を展示しました。子どもたちが「これなに?」「怖いねー」と親御さんと話していました。

展示コーナーでは、藤井寺で働く人たちの作品集「戦争反対!! 平和大好き」や、新婦人の会の「広島の高中生が描いた原爆の絵」、年金者組合の藍染めの「憲法9条タペストリー」、語り部の方提供による「おじの戦地からのほがき」、いずみ市民生協のクラフトコースターや、革新懇の広島や長崎の原爆写真などが展示されました。

メイン舞台では、オカリナ演奏やハーモニカ演奏(あんなに小さなハーモニカは初めて見ました)が行われ、関西勤労者教育協会副会長の中田進さんによる「人はなぜ戦争



するのか」の講演も行われました。過去に労働学校で学ばれた方たちも近隣の市から参加して、総勢70名を超え大盛況でした。

昼からは語り部の方による「おじさんから聞いた話」や医療生協の「とんちクイズ」などで笑いました。新婦人の会による朗読「私がちいさかった時に」「大人になれなかった弟」は身につまされました。

最後はみんなで「平和を守ろうねー」と元気よく歌って終わりました。

(藤井寺支部 竹島)

健診と予防接種のお知らせ

特定健診・後期高齢者健診
5500円の健診内容が【身長・体重・視力・血圧測定・心電図】無料で受けられます。
※特定健診は65歳以上(40歳以上)の方が対象です。当日は順番を控えてください。

乳がん検診
乳がん検診は完全予約制(毎週金曜日9:00~11:00)1983年以前の西暦で生まれの女性が対象です。
【ピンク色もみじは黄色の受診券はがきが届いた方】
費用:1000円

骨粗しょう症検診
骨粗しょう症検診は65歳以上(40歳以上)の女性が対象です。
【白色の受診券はがきが届いた方】
費用:500円

肺炎球菌ワクチン
165歳~65歳未満(90歳誕生日前まで)の方
260~64歳の方で心臓、呼吸器等に障害があり日常生活を積極的に制限される方が対象です。
費用:2000円

水痘ワクチン
自費接種
費用:7700円

【お申し込み先】大塚市民生協医療生協 コープ診療所
羽曳野市東山町2-4-5-1 TEL:072-938-6226

『オナカマ食堂』開催!

8月22日(木)コープ診療所で『オナカマ食堂』が開催され、36名の子どもたちと、スタッフを含めた大人合わせて50名以上が参加しました。

昼食は、お米と野菜を提供して下さった方の心がこもったカレーでした。「美味しい、美味しい」とおかわりする子もいました。食事のあとは、射的・木工細工・折り紙遊びと、それぞれがとてにぎやかに過ごしていました。

別れ際に子どもたちは「ごちそうさまの手紙」をスタッフに渡し、スタッフからは「お手伝いありがとうの賞状」と雑巾をもらって元気に帰っていきました。



子どもたちから元気もらったスタッフは、「いつかあの子たちが成人したとき、コープ診療所で食べたカレーや、楽しかったことを思い出してくれたらいいね」と話しながら一日を終えました。

阪南エリア

9月 ひまわり通信

大阪ひまわり医療福祉生活協同組合
サービスセンター 令和6年9月発行 NO.239 辻川

9月に入りましたが、まだまだ暑い日が続いています。しっかりと水分補給をして熱中症対策を行っていきましょう。
又、マイコプラズマ肺炎感染症、感染症を流行させています。引き続き、うがい、手洗いを行って下さいね。

今月の予定

- 6日 菓パン
- 12日 花たん
- 20日 アソビの会
- 27日 アソビの会
- 28日 Bend You

納涼祭

皆さん、ひまわり、射的、夏のゲームに楽し参加了。夕涼みは大好評。残った夕涼みを、ジャンで獲得して喜ばれている方もおられました。来年はもっと楽しんで遊んで頂けたら、スタッフ一同喜びます。

HAPPY BIRTHDAY

おめでとうございませう。

9月のイベント、可愛らしくお楽しみください。

『私の戦争体験』

前編

◆ 大岩 修治さん (大阪狭山市)

以前、伯父の戦争体験を送らせてもらいましたが、今回は両親の体験談を送ります。

故人となりましたが、生前聞いた話をまとめてみました。今思えばもっと聞きたかったです。今が、貴重な体験談と思ひ、あれこれ思い出しながら書きました。私も含めて戦争を知らない人々に読んでもらえれば幸いです。

母の戦争体験

父が出征した後、母(昭代)は0歳の兄をつれて、千葉県東金市の農家の実家へ疎開し里帰りをした。九十九里浜に近いのどかな村で、今もあまり変わっていない。

昭和19年、生活は貧しく物も食料も不足していた。3月に近くの田畑が強制収用され、陸軍の飛行場の工事が始まった。地元の人々も勤労奉仕に動員された。完成して着任した兵士がと

きどき、「食べる物ないですか」と来たという。陸軍でも食料が不足していたのであろう。芋を渡して感謝された。

昭和20年になって、空襲を受けるようになった。当然飛行場が狙われ、被害を受けた。求名駅も攻撃され死者が出たという。隣の成東駅でも8月に空襲があり、このときは火薬を積んだ貨車が大爆発して、駅員と兵士42名の死者を出した。終戦2日前の惨事だった。

戦後の資料によると、連合軍は21年3月に九十九里浜に上陸して東京へ進攻する予定だったとある。戦争が続き本当に上陸作戦が実行されていたら、母や兄らはどうなったか。想像するだけで背筋が寒くなる。



事業所だより



**訪問看護ステーションきずな
サテライトふれあいポート**

訪問看護ステーションきずなサテライトふれあいポートは、大阪みなみ医療福祉生活協同組合の3つの訪問看護ステーションが統合され、新たに羽曳野エリアの『訪問看護ステーションきずな』のサテライトとして、2024年3月に再スタートしました。

設立から約半年が経過し、サテライト事業所としてはまだ日が浅いのですが、ふれあいポートとし

ては、開設して今年で28年目になる歴史のあるステーションです。サテライト化で事業所を一体的に運営することにより人材を維持・確保でき、質の高い多様な看護を提供できます。これから全職員で協力して運営し、地域のみならず、皆さまの期待に応えていきます。

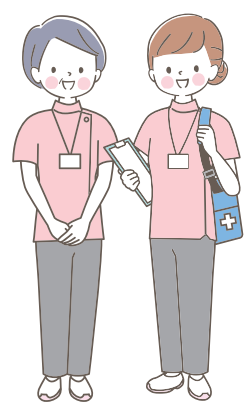
◆ 私たちで働かせてもらうようになって7年目になりますが、本当にさまざまな利用者さんと関わらせていただきました。そのなかで、病気を抱えながら自宅で生活していく利用者さんの容態が悪化して命に関わるかもしれないときは、何とか医療面で最善の方法を選んでもらえないかと考えます。しかし、ときにはご本人やご家族の思いと、私たち医療者の考えが一致しないこともあります。

私は訪問看護師として、これまで利用者さんの立場に立って援助することを意識してきましたつもりですが、振り返ると医療者視点からの考えを優先しすぎていたと思える出来事も

いくつか経験しました。自分の人生をどう生きるか、どう過ごしたいかを決めるのは利用者さんご本人です。訪問看護師として日々の業務にあたるなかで改めて感じることは、自宅で療養する利用者さんにとって、医療的な視点からはベストではない選択であっても、その選択が利用者さんご本人にとつてのQOL（生活の質）を高める場合もあるのだということを変更して学びました。

訪問看護師はさまざまなご家庭に入り、その方の人生の一端に深く関わらせていただく仕事です。ときには病気が良くならず、一緒に悩んで気分が沈むようなときもありますが、とてもやりがいを感じられる仕事です。

今年新しい看護師も入職しました。病棟経験の長いベテラン看護師ですが、訪問看護は初めてです。職員みなで日々学びながら、利用者さんとのかわりを共有し、より良い職場づくりに励んでいきたいです。



◆ 豊れい線
消えて若見え歯痛かな
（岸和田市 合田佳代さん）

◆ カボチャ切る
包丁を研ぐ汗の午後
（岸和田市 竹原英子さん）

◆ 懐かしき名の
川柳が診察日
（岸和田市 上田和美さん）

◆ この暑さ
笑つけない待合所
（岸和田市 豊田佳代子さん）

◆ 子育ての
支援名を借り増税す
（大阪狭山市 藤井公実子さん）

◆ 夕暮れや
水を欲しがる葉月花
（大阪狭山市 尾上静江さん）

◆ ヤクヨケニ
フウリンツルシ手を合す
（羽曳野市 瀧本佐夜子さん）

◆ ユキチくん
あまり出会わずさよふなら
（堺市中区 小椋登紀子さん）

◆ 今そこ
置いてたハサミ神隠し
（羽曳野市 塩見能和さん）

◆ 異常気象
涼しさ感じる29℃
（堺市東区 尾方仁士さん）

◆ あっぱれや
咲くひまわりに晴晴す
（羽曳野市 立花千代子さん）

◆ 金婚式
妻は辛抱オレ我慢
（堺市堺区 藤田治雄さん）

読者の川柳

◆ 締切は 10月31日

地元を見直そう!

私の地元
おすすめ
スポット

黄檗宗(禪宗)
大寶山 法雲禪寺

河内西国第六番霊場



■大寶山 法雲禪寺
〒587-0061 大阪府堺市美原区今井192 ☎072-361-4419
・近鉄南大阪線河内松原駅よりバスで15分、今井バス停下車徒歩8分
・南海高野線初芝駅よりバスで15分、今井南バス停下車目前

4月26日、案内人の方に許可を得て境内の写真を撮らせていただきました。個人的には十数年前から毎年拝観させていただいていましたが、今年最良の時期の撮影となり、幸でした。

5月10日、北野田から西除川沿いを自転車で乗って北へ25分位行ったところにある美原区法雲禪寺に到着しました。

た。すっかり緑と茶色い花卉のあととなり果てていた境内、豪華絢爛に咲き誇っていたつじはどこへやら。これから来年に向けて手入れの一年が始まるのか、この日もていねいな手入れ作業をしておられました。何事も陰の力が陽の目を見ることでしょうか。

境内の写実にも生花や手づくりの小物やちりめん細工、多種多様な展示品には細やかな表現がなされており、すばらしい作品の数々が並んでいました。法雲禪寺文化教室などもあり、幅広い交流の場を設けておられます。

法雲禪寺では、3年ほど前から「つじまつり」を開催されています。その折には例年4月25日から30日までの6日間、大雄宝殿が開放されます。本尊30000仏、3333体のお姿も拝観できます。

法雲禪寺の縁起
黄檗三傑の一人、慧極道明禪師によって1672年に開山されました。前身は弘法大師開基の神福山長安寺と称する真言宗の大寺院でしたが、元和年間(1671年)に曹洞宗の僧、宗月が霊夢によって地中より観音像を掘り出して草庵に安置し、翌年慧極禪師に來住を請い、寺を委ねました。

着任のごあいさつと
健康診断のすすめ



6月1日付でコープ診療所の事務長として着任しました中本と申します。6年ぶりに、以前在籍していた診療所に戻って来ました。みなさん、よろしくお祈りします。

みなさん、毎年『健康診断』を受けていますか？

保険証によって受診方法や負担が変わりますが、自分の健康状態を知り、健康づくりに役立てるためにも毎年1回は『健康診断』を受けましょう。日頃医療機関にかからない人でも生活習慣を振り返るきっかけとして健診をとらえ、定期的に受診することをおすすめします。

また、自治体によっては特定健診に大腸がんや骨粗しょう症・肺がん検診などを組み合わせて受けることができます。費用や内容など詳細は、お住まいの自治体にお問い合わせください。



協会けんぽの保険証をお持ちの方は、自治体の健診内容に加えて胃レントゲンや大腸がん検診を受けることができます。さらに当該年度に40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳を迎える方は、腹部エコーを含むより詳細な検査を受けることができますので、大阪みなみ医療福祉生協の各診療所にお問い合わせください。

健康診断を受けて健康づくりにはげみ、より健康な生活を送りましょう。(中本博史)



◆「組合員さんの声」の欄に、手芸品をバザーに出し、売上金を全額能登半島地震の被災者に寄付をした人の話が載っていて、感動しました。しかもご自分は「つくる喜びをいただき、つくっている間は生活の中のストレスから解放された…」と、いい面を感じておられるのにさらに感心しました。

(大阪狭山市 清水小枝子さん)

◆「この夏の暑さは異常」と言いつつ、冷蔵庫で冷やしたほっじ茶を一口。ビール以外は冷たいものを口にしない習慣がくずれました！(笑)

(泉北部 奥野千寿子さん)

◆今年の夏は久しぶりの海外旅行で、世界遺産を巡ってきました。なかでもラオスのジャール平原は観光客がいない静かな場所でした。少し行きにくい場所ですが、のんびりした価値のある場所でした。

(岸和田市 蔵本真澄さん)

◆絵を書くのが好きな11歳の孫が楽しそうに「ぬり絵コンテスト」に挑戦していました。ありがとうございます。夏休みのお遊びに親もほっとしています。

(羽曳野市 鈴木正子さん)

◆8月号の「組合員さんの声」に、長年花が咲かない紫陽花が花を付けたという投稿を見て、家にも長年花を付けないオオデマリと紫陽花があり、何か手のかけ方が足りないのかと思いました。来年は咲かせてみようと思います。

(堺市東区 前川たみよさん)

◆知人が暑い中、丹精込めてつくった夏野菜をいただくのですが、大きな肉厚のピーマンや切り口の丸いオクラや甘いミニトマトなど、いろいろな品種を勉強・栽培して、いつも感謝しながら美味しくいただいています。

(堺市東区 阪本信子さん)

短歌

◆益過ぎて猛暑ダウンか
お隣はビニールプールで
子ごもりの声

(岸和田市 岡本雅子さん)

◆今年のお盆中は「南海トラフ地震や台風が来る」と言われて、落ち着かない気持ちのまま過ぎたように感じます。災害がないということは本当の意味で幸せですね。

(大阪狭山市 平石清美さん)

◆8月6日〜15日までは戦争の話が特集される。涙をさそう!! 一度とこのようなことがないことを祈るのみ。平和が続いてほしいものです。

(岸和田市 佐藤光一さん)

◆東日本大地震から13年、原発事故後に東電は「津波の高さは想定外だった」と言った。今年起きた能登半島地震に続き、宮崎と神奈川西で起こった同時地震は、30年以内に起こる確率と言われている南海トラフ大地震の両端に位置しているため、不気味だった。こんななかでも政府は、原発処理水を海に流し、原発の稼働期間を延長。再稼働、新増設と事故の反省とは逆のことをしている。ドイツのように放射能の危険性を直視して原則的に禁止するなど、対応を見直してほしい。

(羽曳野市 松浦紀彦さん)

◆ハガキの郵送料が10月から85円に！それでも赤字らしく、郵便事業は衰退の一途をたどるのでしょつか。

(堺市堺区 中谷光弘さん)



◆我が家のお嫁さんは、大阪みなみ医療福祉生活協同組合の訪問看護ステーションで看護師として働いています。とても忙しいのですが、とても頑張っています。そんなお嫁さんの応援もあり、私は河内長野支部にあるみんなの居場所「だんだん」で医療生協の

◆料理方法を工夫しながら、栄養バランスも偏らないよう、猛暑を乗り切る食事づくりを毎日心掛けています。

(岸和田市 Jさん)

宣伝をしたり、組合員さんをふやしたり、健康チェックをする手伝いをしています。こんな活動で医療生協を多くの方々に知っていただけたらうれしいです。

(河内長野市 原純子さん)

◆毎回クロスワードパズルに挑戦するのですが、難しくなかなか最後までやりきることができません。家族総出で解きました。

(堺市美原区 渋谷俊美さん)

写真や投稿作品の送り先はこちら！ ハガキや封書、メールでお送りください。

表紙の写真	テーマは「秋」。採用者には「QUOカード」をプレゼント！
川柳・俳句・短歌	テーマなし。
組合員さんの声	テーマなし。
クロスワードクイズ	答えを書いてお送りください。正解者の中から抽選で15名に「QUOカード」をプレゼント！
懐かしい～昭和の思い出	昭和に撮影した写真1枚とエピソードを200字以内で。採用者には「QUOカード」をプレゼント！
ウチの自慢の健康料理	レシピに写真を添えてお送りください。採用者には「QUOカード」をプレゼント！

※いずれも 毎月末締切（消印有効）です。
※ご提供いただいた写真はお返しできません。あらかじめご了承ください。

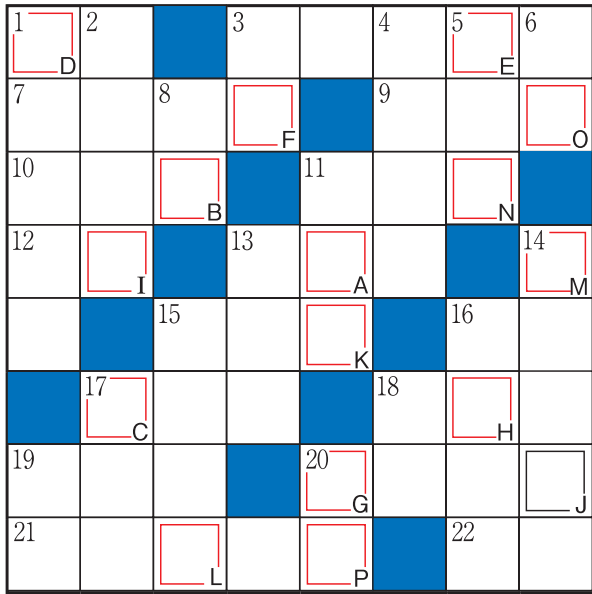
ハガキ・封書の送り先

〒599-8124 堺市東区南野田127
大阪みなみ医療福祉協・
組合員活動部

メールはこちらへ

kumikatu-2@osakaminami.net





カギを解きアルファベット順に並べてできる言葉は何ですか？



解答	A	B	C	D	E	F	G	H
	I	J	K	L	M	N	O	P

クロスワードパズル

タテのキー

- ① 競技で審判が鳴らす笛
- ② 公私 — も甚だしい
- ③ 長 — 相補つ
- ④ 静脈血の流れが溜る
- ⑤ 入れ物。スーツ —
- ⑥ 朝顔は — 性植物
- ⑧ 一年の — は元旦に
- ⑪ 有田焼は — 焼とも
- ⑬ 君の — に乾杯
- (映画「カサブランカ」)
- ⑭ 集まること。 — 場所
- ⑮ 千島海流の別称
- ⑯ 保護犬猫の — 会
- ⑰ 内々のきまり
- ⑱ 夏目漱石 — 「草枕」

ヨコのキー

- ① 白湯、何と読む
- ② 所変われば — 変わる
- ① 和睦し — を収める
- ③ 賛否を — で決定
- ⑦ 陰気で意地悪なさま
- ⑨ 道具、手段
- ⑩ 会合。音楽の —
- ⑪ — の魚を出す料亭
- ⑫ 狡猾にうまい汁を —
- ⑬ — 感染予防にマスク
- ⑮ 何、何と読む
- ⑯ ことほぎ。天 —
- ⑰ — 抱え一人で苦しむ
- ⑱ 市 — 村
- ⑲ — 才に倒る

応募方法

- ② 白の12時
- ② 白い衣を着た女の姿で現れる、伝説の雪の精
- ② パリのエッフェル —
- ① 応募総数…62通 ● 正解者数…61名
- ① 応募方法は8月31日(消印有効)
- ① 締切は10月31日(消印有効)
- ① 答えは八ガキに記入の上、〒599-8124 堺市東区南野田1-2-7 大阪みなみ医療福祉生協・組合員活動部まで、ひこと添えてお送りください。
- ① 正解者の中から抽選で15名の方にQUOカードをプレゼントします。
- ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱

理事会通信

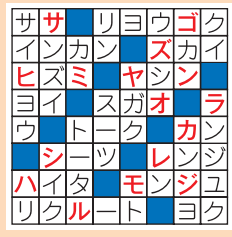
- 開催日：2024年8月27日(火)
- 場所：北野田診療所3階会議室(一部オンライン)
- 出席状況：理事22/27名参加 監事3/3名参加
- 報告事項
 - ① 7月度理事会議事録の確認
 - ② 民医連・生協関係発信資料
 - ③ 人事・労務関係
- ① エリアの活動報告
- ② 就業規則の一部改訂について、別紙に基づき提案を受け、これを承認した。
- ③ 設備投資について、北野田デイサービスの送迎車両の入替、阪南デイサービスの厨房コンロの入替をすることの提案を受け、これを承認した。

7月度 経営概況

	実績	予算差	前年差
事業収益	9713万円	▲1048万円	▲1337万円
事業費用	1億1102万円	563万円	729万円
経常利益	▲1181万円	▲1411万円	▲1872万円

8月号の当選者と答え

● 応募総数…62通 ● 正解者数…61名
 渋谷俊美さん、平石清美さん、前川たみよさん、上野知子さん、鈴木良子さん、國友靖子さん、鈴木順子さん、杉野みさえさん、岩宮武雄さん、岩出和美さん、縄谷紀久子さん、夏野薫さん、緒方輝明さん、瀧本佐夜子さん、櫻村美智子さん



オゴレルジミンモハヤヒサシカラズ(騎れる自民もはや久しからず)



大空襲から市民助けた 地下鉄労働者

大阪市西区東部の堀江から中央区の御堂筋まで歩いて、1945年3月13日の大空襲で焼野原となった光景を想像する。

和光寺（西区北堀江）は大空襲で本堂などが焼失。大空襲の追悼施設「和光地藏尊」の説明板に大空襲の惨状が記されている。

阪神高速の高架下の西六平和塔は、従軍や空襲で亡くなった人を慰霊するために戦後地域の人が建てたものだ。



▲和光寺の和光地藏尊と説明板 1969年建立

▶平和の祈り像 太平洋戦争で西区関係者で戦死した600名近い兵士を祀る。土佐公園に1957年に西区の遺族会が建立



▲薩摩堀公園にある「八紘一宇」の碑 公園隣の大阪市阿波座センタービルとあわせてかつて廣教国民学校があった



▲鞠公園 戦後、占領軍の飛行場になり周辺住民は爆音に悩まされた。1952年大阪市に返還され、失業対策事業により公園に整備され1955年開園



▲大阪市電創業の地碑 西区千代崎2丁目

1945年3月13日深夜から14日未明の第一次大阪大空襲は、米軍のB29爆撃機274機が来襲し、大阪都心部の住宅密集地を標的にした。大空襲による死者は3987人、行方不明者678人、被災者数50万1578人とされている。

この大空襲のなか、心齋橋駅や本町駅、大國町駅に入って電車に乗り避難したという体験者がいる。通常、深夜は地下鉄は営業していないはずだが、メディアの真相究明により、駅員の判断で駅構内に避難させたと推測されている。前夜の空襲警報発令時に運転を打ち切った最終電車の車両を職員の機転で運転させた可能性もあるという。

大阪市交通局の大阪交通労組の『大交』には「初発の前に職員を乗せて走る『お送り電車』では」という証言も載った。さ

らに非常用物資移動のために、初電の前に業務用に電車を走らせた可能性もあるという。西区千代崎2丁目には、地下鉄をはじめ大阪都市交通の発祥の地として「大阪市電創業の地」碑がある。

鞠公園は東西に細長い長方形で、元は滑走路といわれてもうなずける。なにわ筋で二分され西側にはテニスコートが広がる。戦前から一般の空港だったが、戦時中に軍専用となり、戦後占領軍の常用飛行場として接収された。

なつかしい 昭和の思い出

思い出ではなく、年を経るごとに鮮明になる記憶のひとつである。

写真は民医連新聞の一面記事。古い新聞は扱い方を間違えると破損しそうな状態だが、私の大切な宝物である。

『原水爆禁止1985年世界大会長崎』の最終日、会場の長崎国際体育館には6千人の定員を超える9千300人が参加していた。会場は閉会まで総評原水禁などの妨害もあり、議事運営を巡って意見が紛糾。被ばく時間に行われる黙とう前にはヤジが飛びかい、ざわめいていた。そのとき、2階席から「広島のある国で」を歌う清らかな歌声が起こった。ヤジやざわめきは一瞬にして止み、参加者の心をとらえた歌が終わると大きな



拍手が…。そしてアンコールに応えた「折り鶴」を歌い終わると同時に11時2分のサイレンが鳴り響き、会場だけでなく、長崎市内での黙とうが始まった。

歌声の主は、大阪民医連の淀川准看護学院の生徒たち29人だった。淀川准看では、学生自治会で「6・9行動」を続けていて、その活動を大会で報告している。『原水禁世界大会』には毎年代表を送っていたが、みんな参加しようということになり、カンパ活動が始まった。民医連の院所だけでなく、市役所、消防署、ガソリンスタンド、お風呂屋さんでも彼女たちは歌ってカンパ集め、5人の1年生以外の全員が参加してやり遂げた。

「私たちは自分たちの一番訴えたいことを歌声で伝えたい」と全員参加となった歌声サークルは、音楽教師の協力も得て練習し、学院始まって以来の「日本のうたごえ祭典」にも連続出場して学生の部で上位を獲得した。歌声活動は青春の真ん中で、仲間づくりや人間形成の場であつたと思う。「歌って踊れる看護師を目指す」と言いつつ、彼女たちは歌声を通して命の大切さや平和への願いを運動として、自らの看護師としての成長に重ねてきたのだ。

あの日、長崎の街を誇り高く歌って歩いた彼女たちは今、医療の場や地域で熟練の力を発揮している。学生とともにあつた時間は、生涯の宝である。

（高宮洋子 堺市堺区）