

くらしと医療

2025年4月号 (第88号 毎月1日発行)

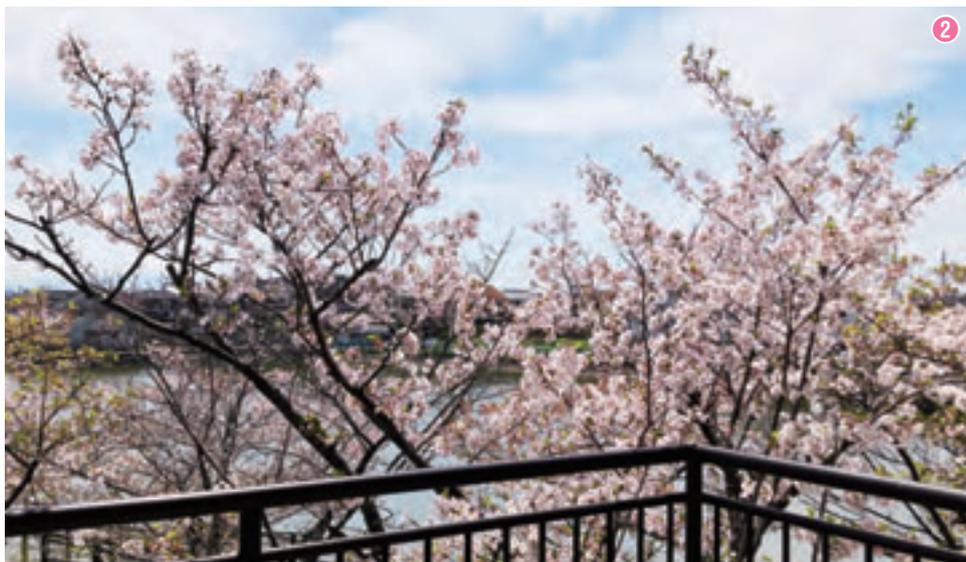
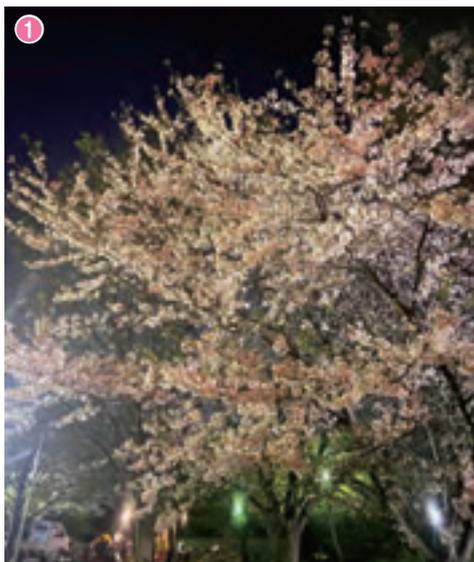
大阪みなみ医療福祉生協の現勢

(2025年3月1日現在)

● 組合員	2万8063人
● 出資金	7億3170万6470円
● 一人平均額	2万6073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.072-236-0420 HP <http://osakaminami.net>
E-mail kumikatu-2@osakaminami.net



①「包近公園夜桜」岸和田市(小川透さん) ②「丹治はやプラザ」羽曳野市(上村東子さん) ③「田出井町広場」堺市(高宮洋子さん) ④「金剛寺」河内長野市(熱川英明さん)

虹のかけはし

4月から新年度が始まります。学校では新学期が始まり、会社勤めを始める人もいるでしょう。なぜ、4月からののでしょうか？

フランスでは、16世紀中頃までは4月1日が年の初め、つまり正月だったようです。当時の国王シャルル9世がグレゴリオ暦の1月1日を突然、年の初め、正月にしてしまいました。それに反対した人々が4月1日を「嘘の正月」として祝つようになり、これが後にエイプリルフールになった起りだと言われています。

さて、今年は7月に参議院議員選挙が予定されています。昨年の衆議院選挙や知事選挙などでSNSの問題が表面化しました。嘘やデマが拡散され、事実が捻じ曲げられたことにより、選挙結果に影響を及ぼしました。

今やメディアも追いつけないほどスマホやPCのネット情報が、特に若い世代に受け入れられ、確かな検証もされずに信用され、行動を決める時代になっています。そうした行動は、世の中を自分たちに都合の良い状態にしたい者にとっては、好ましいことこの上ないでしょう。さて、それでよいのでしょうか？(堺エリア T・F)

表紙に掲載! あなたの『春』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。

『行ってはいけない大阪危険万博』

—フリージャーナリスト 西谷 文和—

もし世界にブラックジョーク大賞があれば、今年度は「いのち輝く未来社会のデザイン」が選ばれるだろう。言わずと知れた大阪万博のテーマであるが、副賞には「内臓が外に飛び出て、そこに目玉が書いてある」ミヤクミヤクのポスターがついてきそつだ。

拙著『行ってはいけない大阪危険万博』で強調したのは、子どもたちを連れて行ってはいけない、ということ。その理由を列挙したい。

◆その1 熱中症のリスク

地球温暖化の波は確実に加速している。昨年9月、アメリカのCNNは「世界平均気温は観測史上、最高を記録した」と発表。23年も歴代最高だったので、2年連続の記録更新。おそらく今夏も記録を塗り替え3年連続となるのはほぼ確実。大阪の夏はさらに暑い。緑が少なく、ビルが立ち並ぶ街に「ヒートアイランド現象」が起きる。会場となる夢洲はもっと暑い。昨年8月に夢洲で気温を測ったら、なんと45度。大阪市内ならコンビニなどに逃げ込んで涼を得られるが、夢洲はほぼ日陰なしの人工島である。そして開催期間は4月から10月で、期間中は「ほぼ夏」だ。10月から翌年の3月、冬のシーズンに開催されたドバイに比べても「時代の流れを読まないアホ祭り」である。

熱中症とは、体温が急激に上昇し、水分・塩分のバランスが崩れ、体温調整ができなくなつて、めまいやケイレン・頭痛などに襲われる状態をいう。来場予想人数が1日平均15万人の夢洲へのアクセスは橋とトンネルしかないの



で、常に渋滞するのは明らか。救急車が来たときにはおそろく手遅れになるだろう。会場には救護施設が8カ所あるが、医師が常駐しているのは3カ所だけ。熱中症は集団で罹患する。すぐに点滴を打つ必要があるが、ベッドも看護師も医薬品も足りなければパニックになってしまう。万博協会はそのまま手をこまねいて見殺しにするつもりなのだろうか？

◆その2 ヒアリなどの危険な生物

昨年6月、夢洲でヒアリ約550匹が発見され、全て駆除したと報道された。アメリカでは毎年約1000人が刺されて死亡するという別名「殺人アリ」。なぜ、夢洲にいるのか？

その答えはコンテナヤード。万博会場から道路一本隔てた夢洲4区には大きなトラックターミナルがあり、無数のコンテナが積んである。海外からやってきたコンテナに忍び込んだヒアリが外に出てきて、すでに定着しているのだ。

今まで夢洲は無人工島だったので、人的被害は出ていない。そこへ、1日平均15万人を集める「アホ祭り」を開催し、会場の中心に「静けさの森」を置き、そこに池をつくる。ヒアリは水辺を好む。もともとゴミの島だったので、「原住生物」のトコジラミやダニ、ハエや蚊、ハチなどと



のオアシスである。さらにデング熱を媒介するネッタイシマカや、噛まれたら激しい筋肉痛を起こすアカゴケグモなど、危険がいっぱいだ。そもそもゴミの島に人を集めること自体が大問題。百歩譲ってどうしても万博をやりたいのなら、吹田の跡地やりんくうタウンなど「普通の場所」で開催すべきだった。

◆その3 帰宅困難、下手すれば野宿？

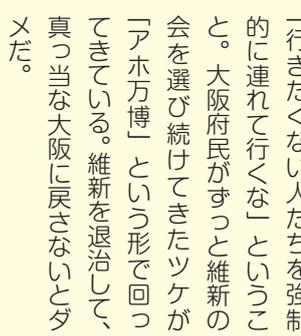
大阪の子どもたちを遠足で万博に連れて行くところとなるか？

バスの確保が難しいので、地下鉄で行くしかない。朝のラッシュ時に子どもたちを中央線に乗せるだけでも先生にとつては大変な苦労だが、問題は帰宅便。「人身事故で地下鉄が止まっています」「夢舞大橋でバスが接触事故を起こし、橋は通行止めです」。こうなれば来場者は夢洲に閉じ込められる。ホテルはないので、大屋根リングの下、駅舎などで野宿するしかない。

そもそも遠足や修学旅行は学校教育の一環で、どこに行くのか、何を学ぶのかは、それぞれの学校が決めるべき。入場者数をふやして「万博は成功しました」と言いたいたけの維新によって、教育が歪められてしまう。現代版「学徒動員」を許すわけにはいかない。

以上、代表的な「行ってはいけない」を3点挙げてみた。他にもゴミの埋め立て地などで常時メタンガスが噴出し、爆発する可能性があること。落雷時に避難する場所がなく、カミナリは一番高い大屋根リングに落ちるのだが、避雷針が手すりになつているため、手すりに捕まっている人は感電死する可能性があること。台風や線状降水帯が来て大雨が降ればトンネルが水没すること。強風が吹けば橋が通行止めになり帰宅不能になるなど、危険がいっぱいの万博なのだ。

冒頭に「いのち輝く未来社会のデザイン」はブラックジョークだと書いたが、実際に事故が起きればシャレでは済まない。維新が好きで、万博に行きたい人は行けばいい。私が最も言いたいのは、「行きたくない人たちを強制的に連れて行くな」ということ。大阪府民がずっと維新の会を選び続けてきたツケが「アホ万博」という形で回ってきている。維新を退治して、真つ当な大阪に戻さないとダメだ。



診察室
よい

訪問看護について



●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
看護師 原 朋恵

訪問看護とは、看護師などが生活の場を訪問し、医師の指示書のもと看護ケアを提供、病気や障害を持った人が住み慣れた地域で、その人らしく療養生活、または自立した生活を送れるように支援するサービスです。

高齢化社会の進展による在宅療養のニーズの拡大により、訪問看護の需要はますます高まっており、2024年4月1日時点で稼働している訪問看護ステーション数は、1万7329カ所と過去最高の数になっています（一般社団法人全国訪問看護事業協会報告）。ちなみに、2024年度の全国の小中学校の数は、小学校が約1万9000校、中学校が約9900校です。民間企業による開業もふえ、訪問看護ステーション数

は人口の高齢化に比例するよう増加しています。これを読まれている方のなかにも、ご家族や知人が訪問看護を利用しているという方もおられるのではないのでしょうか。

訪問看護師の役割

最初に訪問看護のサービスについて説明しましたが、訪問看護師の役割は大きく分けて次の3つです。

- ①利用者さんの看護・ケア
- ②ご家族の相談対応
- ③他施設・他職種の調整役

①は、バイタルサインを測定したり排泄や床ずれの処置などを行うといった、みなさんが看護師の仕事として一番に浮かぶ内容だと思えます。しかし、訪問看護師の仕事は①だけではありません。介護

されているご家族の表情や顔色なども観察して相談に乗ったり、「精神的な状態はどうか」といったことも見ながら、体調が悪ければときには受診を促したりと、訪問時には利用者さん本人と同様に気を配って見えています。

「老々介護」と「認認介護」

また、現在の高齢化社会では、高齢者の介護を高齢者が行う「老々介護」の家庭にも多く接します。実際、現在訪問させていただいているお宅でも、80代の妻が80代の夫を介護するという事例はたくさんあります。共倒れにならないよう、ケアマネジャーを中心にヘルパーさんやデイサービスなどを利用しながら、他職種・他施設との連携は欠か

せません。

そして最近かえっているのが、認知症の症状がある高齢者が、同じく認知症の症状がある高齢者を介護する「認認介護」です。2人だけで孤立してしまわないよう、地域の見守りが必要です。しかし、認知症の方は、人との関わりや自宅に人を入れることに拒否を示すケースが多々あります。家族が同居、もしくは近くにお住まいであればよいのですが、遠方に住まわれている場合は、どこにか介護・福祉のサービスが介入できないかと、ケアマネジャーと一緒に対応に四苦八苦しています。

訪問看護師の仕事は一人ひとりと向き合うことができ、それぞれ違う家庭を訪問するため、飽きることがありません。ケースもそれぞれ違うため、「この場合はどうすればいいのだろう」と悩むこともありますが、地域のケアマネジャーなど他職種の方たちと連携して地域医療を支える人間の一人として、これからもがんばっていかうと思っています。

読者の川柳

- ◆ ややしん
スマホオーダー酔い覚める
(堺市東区 尾方仁士さん)
- ◆ スクワット
ゆるくていいならできるかな
(松原市 田中千津子さん)
- ◆ ラジオから
朝のクラシック薬飲む
(松原市 緒方芳子さん)
- ◆ トランプは
切るカード毎振の回数
(羽曳野市 松浦紀彦さん)
- ◆ 電車内
クシャミンで席が空く
(羽曳野市 塩見能和さん)
- ◆ 二歳児の
買い物ごっこもペイペイで
(堺市東区 尾方道代さん)
- ◆ 耳澄まし
身を引き締める巳年の世
(大阪狭山市 天野勝己さん)
- ◆ 物価高
やるにやれないチョコレート
(羽曳野市 瀧本佐夜子さん)
- ◆ 年の暮れ
新札トリオ家を出る
(堺市堺区 藤田治雄さん)
- ◆ 孫二十歳
市長あいつお断り
(岸和田市 豊田佳代子さん)
- ◆ 石破さん
安倍の遺産でトランプと
(岸和田市 渡士英治さん)
- ◆ トランプに
媚び売るだけの我が首相
(岸和田市 山本三郎さん)
- ◆ 締切は 4月30日

●作品の送り先は10ページをご覧ください。

北野田エリア

春から始めよう! 医療福祉生協で楽しく健康づくり!

卓球クラブ 北

- 毎週月曜日 10:00 ~
 - 第3火曜日 13:30 ~
 - 参加費 100円/月
- みんなでワイワイ楽しみながら行っています。



健康体操 北

- 毎週月曜日 13:30 ~
 - 参加費 なし
- 20年続いています。在籍は9名。できるだけ長く続けていきたいです。

皮細工 北

- 第2・第4月曜日 13:30 ~
 - 参加費 600円/月
- 2000年から始めています。現在6名で、自由に好きな作品をつくっています。

健康麻雀 北

- 毎週水曜日 13:00 ~
 - 参加費 100円/月
- 初心者も多数参加しています。



ヨガストレッチ 北

- 毎週水曜日 10:00 ~
- 参加費 500円/月

ハーモニカ 北

- 第2・第4木曜日 14:00 ~
 - 参加費 500円/年2回
- 現在10名で楽しく活動しています。



大阪みなみ医療福祉生協の組合員同士が集まって、趣味や健康のためのサークルをつくり、主体的、自主的な活動に取り組んでいます。活動場所は、北野田診療所3階の組合員ホールと狭山みんなの診療所2階のホールで、それぞれ決まった時間に行われています。春から自分のペースに合わせた健康づくりを一緒にスタートしてみませんか? お気軽に見学にお越しください!

会場▼ 北 北野田診療所 狭 狭山みんなの診療所

ひまわり革細工 北

- 第1・第2水曜日 14:30 ~
 - 参加費 500円/月
- 5名で活動中。 〈参加条件あり〉

ダンベル体操 北

- 毎週金曜日 13:00 ~ 15:00
 - 参加費 なし
- 10名ほどで続いています。年数回、お食事会やウォーキングもやっています。



ゼラニウム 北

- 第1金曜日 13:30 ~
 - 参加費 なし
- ちぎり絵、水彩画などをつくっています。お気軽にご参加ください。
〈参加条件あり〉

みんなのカフェ 狭

- 第3月曜日 13:30 ~ 15:00
- 参加費 100円/1回



ピンポンクラブ 狭

- 第2 ~ 第5月曜日 14:00 ~ 16:00
- 参加費 100円/月

体操 狭

- 第1火曜日 14:00 ~ 15:00
- 参加費 なし

各会場のご案内

- ◆ 北野田診療所 〒599-8124 堺市東区南野田127 (3階組合員ホール)
 - ◆ 狭山みんなの診療所 〒589-0022 大阪狭山市西山台3-4-2 (2階組合員ホール)
- サークルに関するお問い合わせは……組合員活動部 ☎072-236-0420 まで

※予定や内容が変更されることもあります。 ※実施日が祝日の場合はお休みとさせていただきます。

堺エリア

健康について学び、『落語』で笑顔に



まず、堺北診療所の管理栄養士である勝村由紀子先生にお話をいただきました。骨密度の低下を防ぎ、健康な骨をつくるにはカルシウムが必要で、体だけでなく心も弱るフレイルの予防には、たんぱく質を十分摂取することが必要だと教えていただきました。具体的な食事例を上げた

榎・三国支部では、2月20日(木)13時から『骨粗鬆症とフレイルを予防する食事』と『落語』の学習班を行いました。



まず、堺北診療所の管理栄養士である勝村由紀子先生にお話をいただきました。骨密度の低下を防ぎ、健康な骨をつくるにはカルシウムが必要で、体だけでなく心も弱るフレイルの予防には、たんぱく質を十分摂取することが必要だと教えていただきました。具体的な食事例を上げた

説明では、1日に必要なたんぱく質60gは案外とれていないということ、たんぱく質の重要性がわかりました。毎日バランスのとれた食事をとるのはなかなか大変ですが、もらった資料を参考に、おやつもたんぱく質が含まれているものを選び、健康な体づくりに励みたいと思いました。

学習の後は、夜勤亭べっくうさんによる『落語』の時間です。演目は「堪忍袋」で、賑やかな夫婦のやり取りに引きこまれ、いつの間にか笑顔になっていました。続いて、手拍子と掛け声に乗って変化していく、南京玉すだれを楽しみました。

健康について学び、おおいに笑った班会でした。

(榎・三国支部 廣田)

錦綾支部『健康チェック』

錦綾支部では、2月25日(火)14時から『健康チェック』を開催しました。場所は北庄町にある北庄西自治会集会所でした。当日は、組合員とボランティア3人が参加しました。

血圧測定・体脂肪測定・健康相談講評を無料で行いました。また、有料での骨密度測定を6人の方が受けられました。健康チェックの参加者は10人でした。みなさん北庄西若松会(地域の老人会)の方々と、お互いに健康状況を話しながら普段の食事や運動など、「生活態度を考え直す機会になった」と喜んでもらえました。

これからの『健康チェック』開催にあたっては、地域の老人会や自治会といった団体との協力をすすめ、堺北診療所の存在を知ってもらいながら利用促進につなげていきたいと思いをもちました。



(錦綾支部 袋井)



錦支部では、2月20日に組合員さんのお宅を借りて、認知症予防をテーマに班会を行いました。今回は、堺北診療所デイケアの作業療法士である木原さんを講師に招き、認知症予防・脳トレ体操をしました。

認知症の予防には、手足の運動が大事だそうです。また、孤独にならず人と関わるなかで自分から話ができる脳もより働きます。脳は物事に慣れるまでは働きますが、慣れてしまうと、その働きは落ちてしまうそうです。

「認知症予防のために日頃から気を付けたこと」のお話を聞いた後、「二重課題の体操」をしました。「二重課題」とは、2つの課題を同時に遂行することです。みなさん意欲的に取り組み、できなくても「もう一度チャレンジ」とがんばっていました。

楽しみながら運動ができ、脳

認知症予防にチャレンジ!

堺北診療所よりお知らせ

4月1日より、外来窓口の電話対応時間に変更になります。

	月	火	水	木	金	土
変更前	8:30 ~20:30	8:30 ~17:00	8:30 ~20:30	8:30 ~17:00	8:30 ~20:30	8:30 ~13:00
変更後	9:00 ~20:30	9:00 ~16:45	9:00 ~20:30	9:00 ~16:45	9:00 ~20:30	9:00 ~12:45

※赤字の部分が変更になります。

ご迷惑をおかけいたしますが、御了承ください。

の活性化にもつながる「二重課題」。簡単なようで難しいですが、これからも自宅でゆっくりと認知症予防に取り組んでいこうと思いをもちました。

(錦支部 石谷)



羽曳野エリア

機関紙手配り者『新年交流会』に参加して

機関紙を配り始めて日の浅い私ですが、誘われるままに石川プラザで開かれた『新年交流会』に参加しました。そこには顔見知りの方もおられ、温かいお茶とお菓子が用意されて和やかな雰囲気のうちに始まりました。

最初に講師の武田さんから健康保険証、マイナ保険証に関するお話を聞きました。紙の保険証は2024年12月2日に廃止になり、これ以降新しい保険証は発行されませんが、資格確認証が発行されるので病気のときは今まで通り受診できます。

また、保険証や資格確認証は「マイナ保険証を持っていても、大事に持っておくように」との



注意もあり、マイナンバーカード未登録の私も、これは覚えておかなくてはと思いました。

講義の後の意見交換では、「マイナ保険証は5年ごとの更新が必要で、本人が申請できる間はいいとしても、だんだん年を取って申請できなくなったりきはどのようになるのでしょうか？」など、みなさんから質問や意見がたくさん出ていました。そして、「受診時にトラブルが多いマイナ保険証より、現行の紙の保険証を残してください」という署名をたくさん集める運動をしましょう」と締めくくりました。

続いてのお楽しみは、上田さんのマジックです。観客の眼をひきつける手技と語り口とともに次々と披露されるマジックに、みなさん拍手喝采。ホッとすういしい時間を過ごせました。

(東支部 あずま)



コープ診療所では
2024年度、4回の「高血圧」の集団栄養教室を実施しました。
2023年から手探りで始めた集団栄養教室ですが、皆様にご好評いただき定例で開催することができました。

管理栄養士さんお話が
とてもわかりやすいです！

2月9日の
高血圧教室の様子です！

2025年度の日程が決定しました！
コープ診療所に高血圧または糖尿病でかかっている方が対象です。
初めての方もぜひご参加ください。

<p>かしこく、おいしく！ 【高血圧】</p> <p>令和7年4月1日(火) 令和7年7月1日(火) 令和7年10月7日(火) 令和8年2月3日(火)</p>	<p>ちょっと気になる... 【糖尿病】</p> <p>令和7年6月3日(火) 令和7年12月9日(火)</p>
--	---

※集団栄養教室は高血圧も糖尿病も時間はいずれも11:00~12:30です

また当院では生活習慣病治療中の患者様を対象に個別の栄養指導も実施しております。(保険診療) 食事でお悩みの方はお気軽にご相談ください。

介護相談のご案内

4月12日(土)・5月12日(月)

コープ診療所待合室 9:00 ~ 12:30



毎月1回、コープ診療所待合室で介護相談を行っています。お気軽にお声がけください。

- ※個別の相談については、プライバシーに配慮して診察室で行います。
- ※上記以外の期間でも随時受付中。
- ※ご自宅に訪問することも可能です。

TEL 072-939-1850 (ケアプランセンターきすな)

阪南エリア

みなさまへ
お知らせです!

『特定健診』を受けましょう!



2025年度の特定健診受診券を有効に活用しましょう。
4～5月にかけて、医療保険(市町村国保・協会けんぽ(扶養家族)・後期高齢者医療保険など)に加入されている40歳以上の方へ、特定健診の案内が届きます。自身をご確認のうえ、受診券などを失くさないようご注意ください。

自治体によりさまざまなオプション検診(肺がん検診・大腸がん検診など)や、人間ドックを行っているところもあります



ので、詳しくは各医療機関へお問い合わせください。ホームページや「市政だより」などの案内も要チェックです。

受診券は来年の3月まで利用できますが、ついつい忘れがちになってしまいます。毎年受けられる予定の方は、ご自身の誕生日月や、思い出の日の月に予約をすれば、忘れなくていいかもしれません。年末年始や年度末はどうしても予約が込み合います。受けたい検査が予約でいっぱいになってしまつ可能性もあります。早めにお問い合わせをせをいただくなど、余裕を持って予約をしてください。

年に一度の健康診断。「異常なし」の判定をもらえれば安心できます。また、たとえ検査の結果が思わしくなくても、健診の結果をもとに治療をすすめるるので、健康維持に役立てる目安となります。

ご自身の身体はもちろんのこと、ご家族や知人など、大切な方を守るためにもぜひ、健康診断を受けましょう。

- 阪南医療生協診療所
〒596-0004 岸和田市荒木町2-2-18
TEL.072-441-8881 FAX.072-441-8977
- デイサービス ひまわり
〒596-0004 岸和田市荒木町2-2-18
TEL.072-441-1781 FAX.072-441-0333
- デイサービス ひなた
〒596-0812 岸和田市大町4-1-10
TEL.072-441-3317 FAX.072-441-3327
- 介護ネットワーク ひまわり
〒596-0004 岸和田市荒木町2-2-18
TEL.072-441-1664 FAX.072-441-2664



		阪南医療生協診療所 診療のご案内 (2024年7月1日から)					
時間	診察科目	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	内科	上田	矢野	矢野	上田	上田	上田 8:30～
					第1・3健診		中村 (第1アスベスト) 第2・4 胃カメラ
夜 17:30～19:30	内科	田中	—	—	—	西山	—

▶ 当日予約 窓口受付 / 8:30～12:00 (月曜日は9:00～12:00) 電話受付 / 9:00～11:30
当日予約専用電話 072-441-1585

事業所だより



ヘルパーが利用者さんのお宅を訪問し、自立した日常生活を送れるように支援します。

介護支援専門員(ケアマネジャー)が作成するケアプランに基づき、食事介助・入浴介助・排泄介助・衣類の着脱の介助・清拭介助などを行う「身体介助」と、調理・買い物・掃除・洗濯などを行う「生活援助」があります。

在宅で生活している要支援・要介護認定を受けた方のお宅にヘルパーが訪問し、必要なサービスを提供します。要支援・要介護状態にある利用者さんが、その能力に応じて可能な限り居宅にて自立した生活を送れるよう、生活の質の確保、及び向上を図るとともに、安心して日常を過ごすことができるように支援します。

ヘルパーズテーションきずな

では現在、ヘルパーさんを募集しています。興味のある方はぜひ、ご連絡ください。

ヘルパーが利用者さんのお宅を訪問し、自立した日常生活を送れるように支援します。

介護支援専門員(ケアマネジャー)が作成するケアプランに基づき、食事介助・入浴介助・排泄介助・衣類の着脱の介助・清拭介助などを行う「身体介助」と、調理・買い物・掃除・洗濯などを行う「生活援助」があります。



ヘルパーズテーション
きずな

『私の戦争体験』

◆若本 敏子さん

後編

何時間が過ぎたのか、辺りは静かで夜明けの様子。誰かが扉を開くと、みな一斉に言葉もなく外へ出た。誰がいたのか分からずじまい。外にいた逃げ遅れた人々は大やけどで屍となり、頭や手足が転がっていて死臭で嘔吐。私たちはとにかく、自分の家を見に行くことに。途中、避難を断られた防空壕は焼夷弾の直撃で全員死亡。もし、あそこきこに入っていれば…と思うとぞっとしました。

家は井戸を残すのみで焼け落ちていて、焼夷弾の残骸がごろごろ。川尻の細い川に逃げた人たちも屍に。救助で配られたおにぎりも喉を通りませんでした。とにかく舅の故郷、奈良県の五條へ行くことに。煙吐く汽車はアメリカ艦載機に狙われ、途中2回下車して避難。やっと日暮れに疎開地に着き、世話になりました。

何週間か後、南海和歌山廻りで私の実家のある岸和田へ。迎えてくれた母たちは、私たちが死んだものと思っていたので、涙を流して再会を喜び合いました。

その後も空襲はあちらこちらで行われ、広島・長崎への原爆投下。8月15日に天皇の重大放送があり、終戦と聞いて涙を流しました。それでも「今晚から明かりを点けてゆつくり眠れる」と、国のために戦死した人には悪いけれど、うれしかったことは事実でした。

続いて今度は家探し。長男である夫の両親を迎え、子どもと大人6人が住める家を探す毎日でした。ある人から終戦により東亜金属(軍需品)の社宅に空家があると聞き、権利金を工面。やっと入居することができました。

商店は物がなかったので閉店しており、配給の切符で米・塩・醤油(砂糖なし)を入手。月に一度、肉(鯨)・酒・煙草などが配られる日は行列に並んで求めました。配給だけでは足らずに購入した闇米は、見つければ交番で没収されます。その頃は太って見える人はみな、栄養失調で浮いて(むくんで)いました。

配給された酒・煙草などを農家に持ち込み、物々交換で米に換えました。

私たちの子育ての頃は玩具も絵本もなく、薄っぺらな新聞でさえ大切なものでした。けれど隣組は仲良く助け合い、子どもたちは外で楽しく遊んでいました。戦災孤児などは、「鐘の鳴る丘」のようなどころで自給自足の生活をしていました。

物は豊かになり、電動で生活が楽になった現代ですが、新聞やテレビは犯罪のニュースばかり。テロ事件や北朝鮮の拉致問題などもあります。そして戦争は人を殺し、破壊します。核ミサイルや地雷、八方へ飛び散る爆弾など、この先の地球はどうなることやら…。それでも私たち老人は、今は介護などいろいろな面でも幸せです。

火のなかをくぐって助かった私もはや90歳を過ぎ、当時を知る人も少なくなってきました。今回の手記を書き終え、肩の荷が降りた思いです。

誤字・乱筆をお赦しください。戦争を知らない人々に読んでいただけることを願っています。世界の平和を祈りつつ…。



ちよつといつとい

町屋と内川緑地

今回は桜之町・北旅籠町の町屋から旧環濠跡の遊歩道をご紹介します。

桜之町・北旅籠町界隈は、今でも町家が多く残っています。堺は商人が多く、その子弟を寺子屋で学ばせるため、各地に存在していました。まずは、そのなかのひとつ、鉄砲鍛冶屋敷をご紹介します。



鉄砲鍛冶屋敷

鉄砲鍛冶屋敷には、当時の井上家が代々受け継いできた鉄砲鍛冶技術と帳簿などから、全国から鉄砲づくりを請負い、それが明治期まで続いていたことが記されています。これらの資料を見ると、これが堺の産業にいかに関与したのか、それが理解できます。

次にそこから少し歩くと清学院があります。



清学院

川口慧海は幼少期にここで学び、後に日本人で初めてチベットへ渡り、経典を国内に持ち帰りました。チベットでは日本より有名な川口慧海。ぜひ、調べてみてはいかがでしょう？

清学院を出たら、次は環濠跡の遊歩道に行きましょう。七道



環濠跡の遊歩道

駅に向かって歩くこと数分で内川沿いの遊歩道に出ます。この遊歩道は神明町西まで続きます。4月には満開の桜のトンネルを歩くことができます。弁当を持参して花見とはいかないものの、いい遊歩道です。ただ、少し残念なのは、水路に水が流れていない時期があるのと、両脇の雑草の手入れがされていないことです。「もう少し管理してくれたらなあ」と感じました。

桜之町・北旅籠町には、まだところどころに町屋が残っていて風情があります。マンションが建って土井川も埋め立てられ、昔の面影がなくなりつつありますが、邪魔だからとすぐ壊すことのないように願っています。(熊野支部 山本)

おおさかまるごと健康チャレンジ

結果報告



2月27日、『おおさかまるごと健康チャレンジ』ゴール集会在ドーンセンターで行われ、93名(大阪みなみ医療福祉生協からは6名)が参加しました。

当日は栄養士による「すこしお」講座やグループワーク、抽選会が行われました。

『おおさかまるごと健康チャレンジ』のまとめ報告によると、2024年度の参加者は、大阪府全体での目標数16000人を達成し、過去最高となる16867名となりました。大阪みなみ医療福祉生協でも、前年の参加者609名を超える680名が参加しました。

2025年度はさらに多くの方に医療福祉生協を知ってもらうとともに、健康を通じて地域とつながる大きな取り組みとしてすすめていきたいです。





大阪みなみ医療福祉生活協同組合 第9回 通常総代会告示

◆日時 **6月22日(日)**
午前10時～12時ごろ
◆場所 **堺市立東文化会館
5階メインホール**

◆クロスワードがなかなか難しくてびびくりしました。「あつてるかな?」がんばったので、今回初めて送ってみました。いろいろなエリアの活動や情報を「おもしろいなあ」と読んでいます。ポストに投函してくれているのも助かります。骨密度の検査方法が詳しく説明されていて役立ちました。次号も楽しみにしています。どうしても太りやすくて(お菓子の食べ過ぎ)、運動のやさしいものや、活動量のアドバイスの特集をリクエストします。

(岸和田市 大鋸純子さん)

◆私が住む団地の真ん中には大きな公園があり、放課後の子どもたちの絶好の遊び場所。厳寒のこの時期でも半袖になって鬼ごっこに興じている姿を目にすると、こちらまでうれしくなっています。

(河内長野市 杉山和正さん)

◆年が明けてもう、1カ月が経とうとしています。昨年は一度も入院することはありませんでした。今は週二日のヘルパーさん、週二日のリハビリデイサービスを受けています。「この状態から悪くならないように、一日一日を過ごせるように!」今年の目標です。

(松原市 久田香代さん)

◆戦後生まれの私は、父親の兵隊時代の話をあまり聞いたことがないのですが、戦争体験の記事を読んで、中国大陸での行軍がたいへんだったと話してくれたのを思い出しました。

(大阪狭山市 川西富美子さん)

◆昨年、後期高齢者になりました。なんととっても体調維持が仕事だと思ひ、毎日の体操とウォーキングは欠かさないようになっています。スマホの歩数アプリを見る毎日です。

(羽曳野市 西村一夫さん)

短歌

◆姉の「声」くらしと医療で見つけると 子どもの頃の日々思い出す

(岸和田市 岡本雅子さん)

◆いつのまにか家に居付きしかわいき花 外来種と知り おどろきあわてる

(羽曳野市 大澤麗子さん)

◆「くらしと医療」2月号の「組合員さんの声」欄に出ている自転車さんの右側通行の話ですが、私も常々思っています。しかもすれ違い時に道路の端に寄るので、正しい通行をしている側が、後ろも見えないのに中央寄りに避けねばならず、いつも怒っています。自転車走行の教育が必要だと思ひます。

(羽曳野市 松本晶子さん)

◆近くのフォレストガーデンで水仙が咲き始めました。梅と河津桜も芽が出だしています。春が近いですね。

(堺市南区 田中穂積さん)

◆所在不明組合員の公告を見て、一人暮らしがふえてきていること、これからますます多くなるでしょうか。安全確認を怠りなくしたいものです。とこう私も最近引越して、一人暮らしに慣れきってしまっています。趣味の友、またはご近所さんを大切にしましょう。

(岸和田市 中平絢子さん)

◆今年初めてレモンが収穫できました。同僚に教えてもらったレモンカードづくりに取り組みました。レモン、バター、砂糖、卵のシンプルなスブレッド。今まで知らなかったのですが、最近流行りのようです。

(岸和田市 蔵本真穂さん)

◆骨密度や糖尿病、健康の話、美味しいごんぐりやそば打ち体験の話、なつかしい昭和の思い出、万博の話など、本当に

(堺市堺区 山本史子さん)

昔はいろいろな行事がありましたね。本当になつかしく、思い出にふけてしまいました。楽しかった青年時代、働き盛り遊び盛りの壮年時代、良かったあの日に戻れるものなら戻りたい!!でも今もそれなりに充実しています!!

(羽曳野市 藤田久夏さん)

◆我が家には、孫が中学生のときに拾ってきた2匹の猫がいます。17年と15年、私と同じ年です。すつと仲が悪いままで、毎日こたつの取り合いです。その上、主人もこたつに入りたがり、大変です。

写真や投稿作品の送り先はこちら!

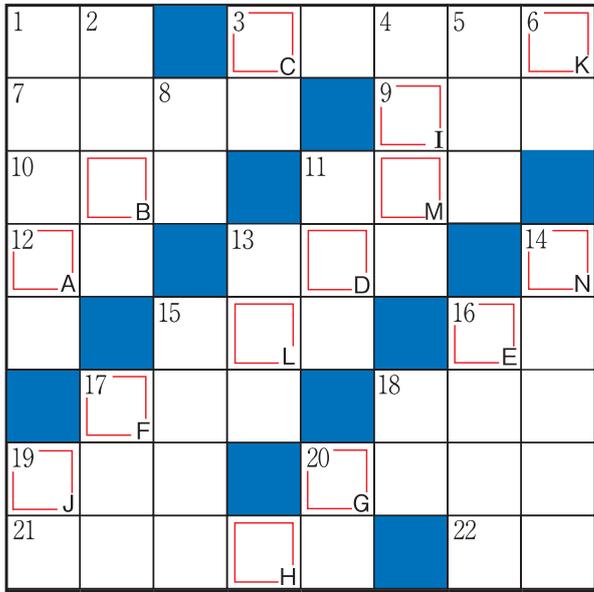
ハガキや封書、メールでお送りください。

表紙の写真	テーマは「春」。 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!
私の地元おすすめスポット	地元の穴場をご紹介ください。写真1~2枚と自慢したいポイントを200~1200文字以内で。
私の大切な思い出	後世に残したいこと、忘れられない思い出、懐かしい思い出の写真をお送りください。写真1枚とエピソードを200字以内で。

※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生協・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

クロスワードパズル

タテのキー

- ① 法律などの箇条書きの文
- ② — は泥棒の始まり
- ③ — 入れどきで忙しい
- ④ — 配線は電気火災を起す危険がある
- ⑤ けた。百の —
- ⑥ 身分。高い — につく
- ⑦ 英語でリリー
- ⑧ 記事内容を示す標題
- ⑨ 区域。守備 —
- ⑩ 今の状態。 — 維持
- ⑪ 寝間
- ⑫ 書体の一つ。正書とも
- ⑬ 香料を加えたオイル
- ⑭ 都道府 —

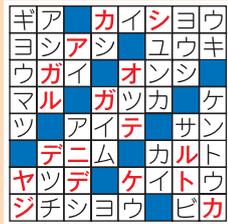
ヨコのキー

- ① 日照り続きのあとの雨
- ② 干拓して造成した陸地
- ③ — の服を着て外出
- ④ 9すつと昔から
- ⑤ 画面の — が悪い
- ⑥ 恋愛ではなく — 結婚
- ⑦ 書名「 — よさらば」
- ⑧ 玄人 — の腕前
- ⑨ — 協定とは非公式の約束、暗黙の了解
- ⑩ 忙中 — あり
- ⑪ 仲のよい。 — にする
- ⑫ 祝いごと、めでたいこと
- ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒

2月号の当選者と答え

●応募総数…63通 ●正解者数…51名

田中千津子さん、守田真知子さん、山田真佐美さん、安田祥子さん、浅利直さん、砂原弘三さん、山口千恵美さん、馬淵孝子さん、田中穂積さん、蔵本真穂さん、杉山和正さん、藤田久夏さん、中谷光弘さん、阪本信子さん、三輪敏子さん



トシアケテオニガデルカ
ジャガデルカ (年明けて
鬼が出るか蛇が出るか)

◆締切は4月30日(消印有効)

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。

応募方法

答えはハガキ、またはメールに記入し、ひとこと添えて組合員活動部までお送りください。送り先は10ページに記載されています。

理事会通信

- 開催日：2025年2月25日(火)
- 場所：北野田診療所3階会議室
- 出席状況：理事21/26名参加
監事1/2名参加
- 【報告事項】
 - ①大阪民医連週報で、大阪民医連学術運動交流集会で発表された北野田デイサービス経営改善の取り組みが座長賞を受賞したこと、生協関係について報告を受けた。
 - ②人事・労務関係について、大隈利隆氏が4月1日から北野田診療所事務長として正式着任すること、同診療所から事務職員1名が耳原総合病院へ研修目的で出向することの報告を受けた。
 - ③労組との定期協議について、育児介護休業法の改定及び既定の変更と変形労働制の対象事業所拡大、旅費規程について継続協議をしていることの報告を受けた。また、厚生労働省から発信の「介護人材確保・職場環境等改善事業」として、介護職員に一時金5・4万円の支給申請についての説明を受けた。
 - ④経営・事業概況及び経営状況について、1月の経営状況について報告を受け、各エリア担当者から経営状況の詳細について報告を受けた。また、専務理事より、第3回法人内経営対策委員会の報告を受けた。
 - ⑤設備投資について、堺北アイケアのハイエースのガラス修理、ポチポチ亭の水漏れ修理について専務会議で決裁したことの報告を受けた。

1月度 経営概況

	実績	予算差	前年同月の実績差
事業収益	8976万円	▲1128万円	▲792万円
事業費用	1億725万円	700万円	101万円
経常利益	▲1718万円	▲1810万円	▲885万円

- ⑥教育・学習関係について、2月13日(木)に社労士によるハラスメント学習会を職員対象に行ったこととの報告を受けた。
- ⑦組合員活動・平和社保活動、各種委員会について、年度末月間に向けた取り組みと、みなし自由脱退の準備をすすめていることの報告を受け、各エリア担当理事より活動状況の報告を受けた。
- ⑧第9回通常総代会の準備について報告を受けた。
- 【討議・承認事項】
 - ①育児介護休業法の改定及び既定の変更について別紙に基づき提案を受け、これを承認した。
 - ②第9回総代会第1号議案「2024年度の活動報告および2025年度の活動方針」について提案を受け、3月10までに加筆修正を専務室会議に付託することとした。

みなさんからの投稿をお待ちしています！

大人気
コーナー

戦争体験談を募集します！

『私の(家族の)戦争体験』の
特集コーナーを予定しています！

戦争する国づくりへの準備がおすすめるなか、戦争の悲惨さを次世代に引き継ぎ、平和の大切さをみなさんと一緒に考えるため、「戦争体験談」の連載を計画しています。戦争を体験したご本人、ご家族から聞いた体験などを200文字～1200文字程度にまとめてお送りください。みなさまからの貴重な体験談をお待ちしています。

『私の地元おすすめスポット』

『地元を見直そう』記事を募集しています！

おすすめのウォーキングコースや観光スポット、釣り場、お花がキレイな公園や絶景スポット、秘境など、「みんなに知ってほしい！自慢したい！」おすすめスポットをご紹介します！

- ①自慢したい場所の名前と住所（知っていれば）
- ②自慢したいポイントを200～1200文字
- ③写真1～2枚 ④おところ ⑤お名前

以上を明記の上、お送りください。

2025年

『ぬりえコンテスト』の 原画を募集します!!

大好評の『ぬりえコンテスト』開催に先立ち、ぬりえの原画を募集します！

原画のテーマは **来年の干支『午(うま)』**です。
ご応募いただいた作品のなかから、採用された方には500円分のクオカードを贈呈いたします。
下記の要項をご確認の上お送りください。たくさんのご応募をお待ちしております。〈応募は1人1作品とします〉

原画作品についてのルール

- ①イラストのテーマは『午(うま)』(背景や飾りなどは自由に描いてください)。
- ②裏表とも白いA4サイズの用紙にイラストを【縦14cm×横19cm(おおよそでかまいません)】のサイズで描

いてください(紙の材質は問いません)。

- ③イラストのふちを黒い線でハッキリと描いてください。

応募方法

- 締め切り：2025年**6月30日**(消印有効)
- 応募方法：住所・氏名・年齢をご記入いただき、ひとことお書きの上、お近くの診療所にお持ちいただくか、郵送でご応募ください。
メールでの応募は禁止、原画の現物をご提出ください。
- 賞品：クオカード**500円分**
- 採用発表：『くらしと医療』2024年8月号にて発表後、賞品を発送させていただきます。

ご応募いただいた作品は返却いたしません。また、応募作品の著作権は、応募した時点で大阪みなみ医療福祉生活協同組合に譲渡したものとさせていただきます。

手配り者さん大募集!

大阪みなみ医療福祉生協では、
機関誌『くらしと医療』を
手配りしていただける方を
募集しております!

■詳しいお問い合わせは…

☎ **072-236-0420**

〈本部組合員活動部〉までご連絡ください。

手配りの
ご協力を
お願いします



『私の戦争体験』『私の地元おすすめスポット』
『ぬりえコンテストの原画』の郵送先は
こちらへお願いします

- 送り先 〒599-8124 堺市東区南野田127
大阪みなみ医療福祉生協・組合員活動部
- お問い合わせ先 TEL 072-236-0420

『私の戦争体験』『私の地元おすすめスポット』
メールでの投稿先はこちらへ

- 送り先 kumikatu-2@osakaminami.net
(ぬりえの原画はメール不可、現物をご提出ください)