



第89号 2008年4月号 (毎月10日発行)
 発行 生活協同組合ヘルスコープおおさか
 発行責任者 池田 憲
 ☎538-0053 大阪市鶴見区鶴見3-6-24
 ☎06-6915-8855 F A X 6915-8822
 編集 広報委員会

ヘルスコープおおさかの現勢

2008年3月31日現在

組合員数 80,904世帯
 出資金 1,756,905,000円
 世帯平均 21,715円

ホームページアドレス

<http://www.health-coop.jp/index.html>

*転居・家族の移動等があった場合、上記にご連絡下さい。



のえ生協診療所前で全員の記念写真

3月23日(日)曜日、心配していた天気もよくなり、10時30分、大勢の人の見守る中、白波瀬建設委員長、金谷理事長、池田専務理事による「のえ生協診療所」の除幕式から竣工式は始まりました。

野江診療所50年の歴史のうえでの新しい「のえ生協診療所」の始まりの式です。成育連合町会会長貞利様、旭国道筋商店街理事長佃井様をはじめ、たくさんの方々がご祝いにかけつけてくださいました。参加者は230名でした。

出来たら良いなあ」という言葉をいただきました。地域に根ざした、そして心に残る診療所をみんなでつくっていきます。「いのちをつなぐ人たちのうた」、昨年12月から練習を重ねてきた組合員と関西合唱団の歌声に感激で涙ぐむ人もありました。

役員選挙の公告

定款第19条および役員選挙規約に基づき役員補欠選挙の公告を以下の通り行います。

- 1) 選挙の期日 2008年6月1日に開催される第9回通常総代会で実施します。
- 2) 役員の数 定款第18条に基づき選挙する理事および監事数は以下の通りとします。
 理事 35人以上40人以内
 監事 3人以上5人以内
- 3) 候補者の立候補・推薦を受け付ける期間と場所
 期間 5月11日～5月30日(金)正午
 場所 生活協同組合ヘルスコープおおさか本部
 本部住所 大阪市鶴見区鶴見3丁目6番24号
 電話06-6915-8855

役員選挙への立候補は、役員選挙規約第5条の規定に基づき、所定の用紙に組合員3人以上の推薦をもって役員候補者を推薦、立候補することができます。
 2008年4月1日
 生活協同組合ヘルスコープおおさか

地域に根ざして 心やさしく のえ生協診療所 竣工式



地域の健康・医療の 共同センターに

建設委員長 白波瀬 広道



野江診療所は、1957年に無産者診療所として成育の地で診療を開始しました。地域の健康や暮らしをまもる者として

大きな役割を担ってきました。地域には、病気のこと、介護、生活苦、子育て、お年寄りの閉じこもりなど様々な不安や不満、矛盾が渦巻いています。一人ではなかなか解決できなくても、みんなの力を寄せ合って、医療や介護

の専門家とともに力を合わせることで解決できることも多く、人と人とのつながりも深まりまわります。医療生協の運動が住民から支持され発展する基礎となるものです。

新しいのえ生協診療所は、住民のくらしや健康、医療に貢献し、地域の協同のセンターとして発展させていく所存です。これからもよろしくお願ひ致します。

虹のネット

今年4月から医療制度が大きく変わりました。75歳以上の年齢で差別を持ち込んだ後、高齢者医療制度の実施、従来の健診のあり方を大きく変えてメタボリックという聞き慣れない言葉ではじまった特定健診・保健指導、さらには医療機関にとっても一層厳しい経営をせざる診療報酬改定です。それらに共通するのは地域の住民や働く人々の健康で長生きしたいという当然の気持や権利を保障する方向ではなく、財政運営という立場から国の負担する医療費をいかに節約、削減するかという思考です。なぜこんなにも国民をいじめるのかと怒りがわいてきます。一方で大企業の法人税をまけてやり、トヨタに至っては2兆円という莫大な利益が生まれている。財政難といながら国民にとって必要と思われない高速道路などをいまだにつくりつづける。この政府の姿勢は誰の立場を代弁しているのか。しかしマスコミもいよいよ加減なもの。ついでに、医療機関は儲かっている、医師はもつづけている、用もない高齢患者が病院や診療所にかかっているといったことを流していました。いま、医療崩壊がはじまっている。「患者負担は厳しすぎる」といった内容が変わってきています。やはり大事なことは、憲法の立場から現実を見る目だと思えます。そうすると多くの矛盾がみえてくるのではないのでしょうか。そしてあるべき方向についても

▼薬害肝炎訴訟では、患者の立場から大きく政治を動かしました。こうしたときこそ力を合わせるべき時です。後期高齢者医療の中止・撤回、誰もが安心して受けられる健診制度を、そして医師・看護師を増やせです。(大島コープおおさか病院事務局長)

診察室から

肝炎とは、なんらかの原因で肝臓に炎症が起こり発熱、黄疸、全身倦怠感などの症状を来す疾患の総称であり、肝炎の原因は様々であり、ウイルス、アルコール、薬物自己免疫性などがあげられます。日本では肝炎ウイルスによる感染が80%をしめます。肝炎ウイルスによる肝炎発症の機序



「グループホームゆあびか」がここ今里の地にできて、5年目を迎えます。現在グループホームは75歳が

ヘルスコープおおさか 事業所 あんない

9人が人情味あふれた生活を

グループホームゆあびか

50歳以上の女性のみ9人で生活をしています。職員も9名、内訳は男性が4名で女性から名です。ヘルスコープおおさかも24時間生活を共にしている唯一の事業所です。それぞれの職員が個性を発揮して、生活をすることにより、日々を過ごしています。入居者はそれぞれ「自分の部屋を持ちながら」グループホームの一歩出ると誰かがいる環境のようなゆるやかな人間関係を築いています。朝からトントんと包丁の音が聞こえ、味噌汁



の香りがします。掃除をしたり、買い物をしたり、洗濯物をするなど、普段の生活があります。笑い声、喧嘩、なんでもありです。でも一人だと不安なことはありません。トイレの場所がわからない、洋服の選びかたがわからない、ご飯を食べたかわからない、洗濯をしたかわからない、誰のお茶碗かわからない、どこが痛いかかわからない、便がでたかわからない、皆、不安の中で暮らしています。私達は不安な気持ちを汲み取り、ちょっとお手伝いをします。...で済まない時もあります。私達は朝から晩まで夜



在宅介護シンポ

笑顔を送かそう

生き生きとへへの支援を



記念講演の宮崎千加子さん

今在宅医療介護が重要視されてきています。ヘルスコープでは、科診療所が在宅医療支援センターとして、地域の在宅患者様をケアしています。在宅医療、在宅介護にかかわる医療者、看護師、介護士、家族介護の経験ある職員などが経験者として、在宅医療、在宅介護の現場で、実践を交わっています。在宅医療、在宅介護の現場で、実践を交わっています。在宅医療、在宅介護の現場で、実践を交わっています。



夢見零子のおじやまします

コープおおさか病院 亜急性病床を開設したって？

急性期の病気で入院治療が一段落するが、本来なら退院するのですが、退院後も少し質の高い生活を送っていたくため、積極的なリハビリを実施する病棟です。入院期間は90日程度です。リハビリテーションの実施、医療処置習得の援助、生活習慣改善の援助、介護技術習得の援助、介護保険サービスの調整などの退院を支援する計画が作られ実施されます。積極的な治療の必要でない方の病床です。状態が急変し積極的治療が必要となった場合は、一般病棟へ移っていただきます。入院期間90日程度から外れ、治療が終了すると退院しなれないままに、いろいろな条件のある病床ですが、組合員さんにとって大切な病床になるのではないのでしょうか。

肝炎について

今津生協診療所 所長 豊田 哲守

ですが国内では毎年約3万人が肝臓が亡くなっています。肝臓が主な原因の一つが肝炎ウイルスに感染したことです。慢性肝炎、その8割がC型肝炎であることがわかっています。C型肝炎は大変怖い病気、ウイルスを完全に排除で

せんが、現在ではC型肝炎でもきちんと治療すれば、高い確率で肝臓が元を回復できるようになっています。むしろ今、問題なのは自分がC型肝炎であることとを知らずに過ごしている人が、国内に約百万人もいるといわれています。

勝手に慢性の肝炎となり、慢性的に進行してしまいます。慢性肝炎では少しずつ肝臓が傷つけられてやがて肝硬変に進行したり肝臓がんを引き起こしたりしますが、その間、自覚症状はほとんど現れません。それがC型肝炎に気づかない理由であり、たくさんいる理由であり、肝臓が「沈黙の臓器」と呼ばれるゆえんです。

「やってよかった」旭ブロック

新組合員 歓迎会



3月16日(日)、あかがわ生協診療所組合員ホールで、旭ブロック新組合員歓迎会が開かれました。昨年4月以降に加入された方に、ハガキでご案内したとおり、当日は受付の30分以上も前から、楽しみにしていたと、新組合員さんが19名来場され、迎える側の各支部・ボランティア・各サークルの関係者・職員ら80名で会場はいっぱい。ボランティアさん手作りの



「おいしい！」と大喜び。谷口事務長からは、あかがわ生協診療所の医療、介護、福祉のネットワークの説明がありました。組合員活動・支部運営委員、ボランティアさんの紹介には、大きな拍手があり、「医療生協」の仲間輪がまた広がりました。旭ブロックとしては初めての取り組みでしたが、やって良かった。これから毎年企画していきます。

驚いた輸入商品の多さ

食の安全現地見学会



3月24日(月)、ボランティア委員会で春の学習会として、「食の安全、現地見学会」を20名の参加で開催しました。マイクパスでコープおおさか病院を出発し、関税行政研究所の福本さんの案内で、東大津倉庫群の見学です。輸入商品の保管倉庫です。室温5度の中で保管されている柑橘類、野菜、そして梅干までが輸入品の中にあるのは驚きでした。一番の驚きは、野積みされた生姜の木箱です。クエン酸と食塩に漬かっ

ボランティア委員会

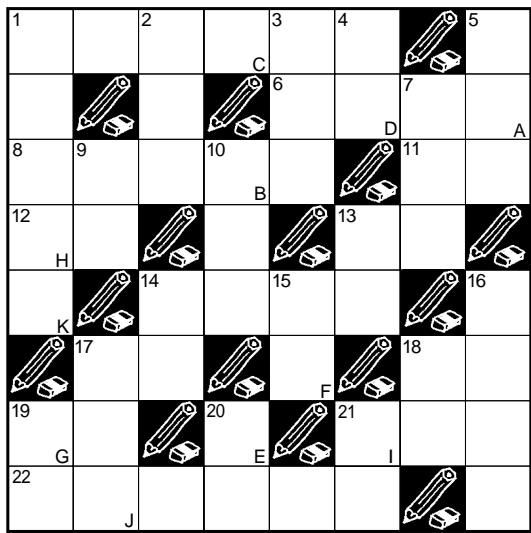
た塩蔵生姜でした。1年間も積まれている事もあるとのこと。その後、加工され、カリとして変身し、テーブルの上に、食べて下さい。と置かれています。知らない事は恐ろしい。ほかにもこのような状態のものがたくさんあるのではありません。

野積みされた生姜の山の前で説明を受ける参加者

診療科目	月	火	水	木	金	土
内科	○	○	○	○	○	○
循環器特診	○	○	○	○	○	○
呼吸器特診	○	○	○	○	○	○
無呼吸びびき外来						第2・3土
心療内科	○	○	○	○	○	○
外科	○	○	○	○	○	○
整形外科	○	○	○	○	○	○
泌尿器科	○	○	○	○	○	○
皮膚科	○	○	○	○	○	○
眼科	○	○	○	○	○	○
糖尿病特診	○	○	○	○	○	○
小児科	○	○	○	○	○	○
リハビリ	○	○	○	○	○	○
歯科	○	○	○	○	○	○
健康診断	○	○	○	○	○	○
女性外来	○	○	○	○	○	○
ベースメーカー外来	○	○	○	○	○	○
胸部疾患	○	○	○	○	○	○
泌尿器特診 ED外来	○	○	○	○	○	○
心療内科	○	○	○	○	○	○
循環器特診	○	○	○	○	○	○
眼科	○	○	○	○	○	○
整形外科	○	○	○	○	○	○
乳児接診・予防接種	○	○	○	○	○	○
小児科	○	○	○	○	○	○
歯科	○	○	○	○	○	○
婦人科健診	○	○	○	○	○	○
糖尿特診	○	○	○	○	○	○
女性外来	○	○	○	○	○	○
内科	○	○	○	○	○	○
循環器特診	○	○	○	○	○	○
外科	○	○	○	○	○	○
眼科	○	○	○	○	○	○
整形外科	○	○	○	○	○	○
泌尿器科	○	○	○	○	○	○
皮膚科	○	○	○	○	○	○
眼科	○	○	○	○	○	○
小児科	○	○	○	○	○	○
禁煙外来	○	○	○	○	○	○

コープおおさか病院・診療案内 電話 小児科予約 6914-1100 6914-2432

クロスワードパズル



ヒント
この体にならぬように
A~Kまで並べると答が
出ます。
ヨコのカギ
①「こつちの水は甘いぞ」。
日本産では大形。ハイケ

②独奏会、独唱会
③壁や床に張ります。陶磁器でつくられています
④つやのある青色の宝石。
⑤夏休みの思い出をパチリ
⑥炒(い)ったタイズ。
⑦フィリピンの首都
⑧独奏会、独唱会
⑨○○○へ○○○と草木もな
⑩小川や池にすむ大型の水
⑪○○玉、○○レバ。中華
⑫琵琶湖から流れ出し大阪
⑬大口魚とも。いっぱい食
⑭物の合わせ目などが離れ
⑮針につけて魚をつります
⑯○○○色
⑰○○○業
⑱敵に○○○を送る
⑲○○○と罰
⑳○○○と罰

①泳いで走って踊って...減
②個人で営業している。○
③壁や床に張ります。陶磁
器でつくられています
④つやのある青色の宝石。
⑤夏休みの思い出をパチリ
⑥炒(い)ったタイズ。
⑦フィリピンの首都
⑧独奏会、独唱会
⑨○○○へ○○○と草木もな
⑩小川や池にすむ大型の水
⑪○○○色
⑫琵琶湖から流れ出し大阪
⑬大口魚とも。いっぱい食
⑭物の合わせ目などが離れ
⑮針につけて魚をつります
⑯○○○色
⑰○○○業
⑱敵に○○○を送る
⑲○○○と罰
⑳○○○と罰



2月号の答え
シヨメイウンドウ
応募126通・正解123通
当選者
(城東区) 加藤佳子、内野
秀代、中野美千代、福島雅
孝、河野佳世子、野原スミ
子、長妻かず子、荒木初美
内川節子、竹村禮子、奥田
登美子、(鶴見区) 大久保
良子、下農光子、伊野小雪
佐々木茂、(生野区) 生西

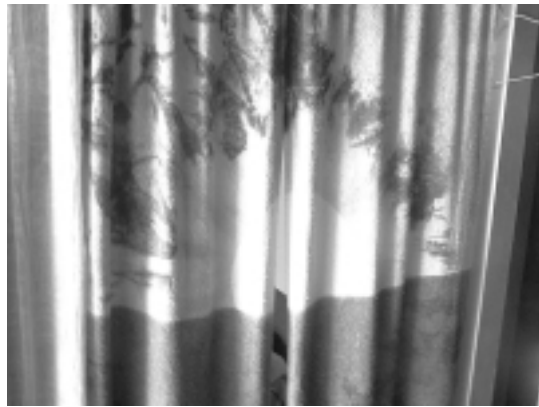
応募方法 ハガキに、答え、
郵便番号、住所・氏名(年
齢・電話番号は任意)を明
記し、本紙へのご感想、ご意
見をお書き添えのうえ左
記へお送りください。正解
者、記事掲載者の中から抽
選で20名様に図書カード5
00円分をお送りします。
締め切りは5月10日までと
し、6月号で当選者を発表
します。
(宛て先) 〒538-0000
53 大阪市鶴見区鶴見3-1
6-24ヘルスコープおさが
か広報委員会

読者のページ

私の健康法

水中体操で減量
趣味は俳画とろうけつ染め

藤本 啓子さん(仮名)(77歳) 成育



私は、今77歳一人暮らしです。変形性関節症で2週に1回の程度でコープおおさが病院へ注射を打ちに行きます。医者から体重を減らしなさいと

言われてプールに通うようにしました。都島の市営プールで週に1回体操教室で1時間水中体操します。水中は、浮力で体重が軽くなるので、関節が痛い私には、膝に負担が少なく良い運動です。体重が5〜6キロ減りました。(正月で多少リバウンドしましたが、おほほ)お肉は、すこししか食べません。食べても、か

読者からの便り

田島ふれあい配食弁当のボランティアに参加して一年あまり経ちますが、毎回作っておいしかったよ、の一言に今日も作ってよかったと思う日々。週一回にしても、次は何を出すと気を付けることでしょうか、私はほんまお手伝いしかできませんが。我が家は二人暮らし、虹のネットを読んで、老老介護にならないように日々健康に気をつけたいと話すようにしています。(生野区) 行西敏子

「運動」は大切ですが、指導してくださる方々が大変ですね。今度の高齢者保険は、ムチャクチャでござりますが、「誰がきめたの?」自・公・民?年寄りがあつて現在がある、親があつて子があるのだぞ!努力してきたのだぞ!(城東区) 阪田かよ子

文芸コーナー
生かされて 生きてみる花
感無量 (鶴見区) 大西 明
チューリップ 可愛い芽出し
水をやる
孫正屋 すまし顔せり
離の前 (城東区) 竹村禮子
アドレスの 消え行く友や梅香
ごちそうさま 合掌の嬰や梅ふ
ふむ (鶴見区) 畑 麗子

図書券があたります



肩こりに効く その2

ストレッチ

1 肩と二の腕(上腕)の外側を伸ばす

左の腕を胸の高さまで上げて横へ伸ばす。反対の右腕で抱え込むようにしながらゆっくり後へ引く

反対側も同じように

2 腕の外側から脇の下・脇腹を伸ばす

両手を頭の上に伸ばして組む。手を上へ垂直にゆっくり伸ばす

反対側も同じように

3 胸と背中を伸ばす

両手を体の後で組みそのまま胸を張りながら両肩を後へ引く

両手を体の前で組み膝を軽く曲げる。背中を丸めるように上半身を前にかがめ両腕をななめ下へゆっくり伸ばす

伸ばした右の手首を左手でつかんでそのまま左へゆっくりと引っ張る