



# 憲法9条25条が 生きる社会に転換を 安心して暮らせる社会をとりもどそう

第114号 2010年7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 06-6915-8822  
編集 広報委員会

## ヘルスコープおおさかの現勢

2010年5月31日現在

組合員数 79,829人  
出資金 1,704,199,500円  
平均 21,348円

ホームページアドレス

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

E-mail [sosikibu@health-coop.jp](mailto:sosikibu@health-coop.jp)

\*転居・家族の異動等があった場合、上記にご連絡下さい。

## 第11回通常総代会



発言する戸板総代  
(生江支部)

6月27日  
(日)第11回  
通常総代会が  
総代439名  
(内書面によ  
る出席28名)  
オブザーバー  
等、合計69



### ◆ヘルスコープおおさかの基本理念◆

ヘルスコープおおさかは、保健、医療、福祉の事業と運動を通して、一人一人の人間が大切にされ、生きる喜びが実感できる地域社会をつくりま

5名の出席で、天満橋のエルおおさかで開催されました。古田文介理事の閉会宣言の後、議長に、職員伊佐信隆さんと総代の古田皓子さんが選出され、続いて各種委員会が設置されました。

感じる。様々な矛盾だらけの日常生活のなかで、生協への加入と、一緒に活動していこうというよびかけを強めたい。今年の民医連総会で綱領を改訂した。無差別平等の医療をまもるために粘り強い運動をすすめる。憲法9条・25条が生きる社会に転換を、等のご挨拶をいただきました。池田憲専務理事、今江清満常務理事から議案提案に引き続き、理事会から2つの特別報告「NPT再検討会議参加報告」(室谷理事)、「虹の健康まつり」の成功を(小森理事)がされました。その後の討論では、23名の方からの発言(内15名は文書発言)がありました。7つの議案は全て賛成圧倒的多数で採択されました。最

後に総代会特別決議(2面に全文)を総代の野上正恵さんが読み上げ、拍手で確認されました。今年も、永年勤続職員の表彰が行われ62名を代表して、30年勤続のあかがわ生協診療所の池田寿人さんが表彰状を受け取りました。最後は水野俊和副理事長の閉会挨拶で締めくくられました。



新しく選任された理事のみなさん  
左から川野さん、宗田さん、南場さん、津田さん、福富さん

### 第11回通常総代会 議決結果

議案	賛成	保留	反対
1号議案 2009年度の活動まとめと2010年度事業活動方針承認の件	多数	1	0
2号議案 2009年度決算承認の件	多数	2	0
3号議案 2010年度予算案承認の件	多数	2	0
4号議案 役員報酬決定の件	多数	3	1
5号議案 総代会運営規約一部変更の件	多数	0	0
6号議案 役員選任の件	多数	2	1
7号議案 日本医療福祉生活協同組合連合会への加入及び日本生活協同組合連合会からの脱退の件	多数	0	0

## 虹のネット

安心して住み続けられる街づくりは医療生協の任務  
ヘルスコープおおさか理事長 金谷 邦夫  
政権交代から1年もたないうちに、公約がくつがえされ、大阪の経済は冷え切った状態のなか、突然出された消費税増税論、社会保障拡充の為に増税必要と、一方的な報道。裏には法人税減税がセットされています。この消費税は医療材料・器材の購入にはかかりませんが、医療費には転化で

今年度から中学生以下の子供を扶養している保護者に、子供手当が支給され、また高校の授業料が公費負担となりました。しかし、喜んでばかりはいられません。「子供の養育を社会全体で支援する」という観点と、「所得控除から手当てへ」との考えの下、16歳未満の扶養控除と、16〜19歳の特定扶養控除の上乗せ部分が廃止されました。その結果名目だけ所得が増え、所得税、住民税の上がる人があります。それだけにとどまらず所得制限のある全ての事柄に影響が出ます。手当てが受けられなくなったり、減額されたり、国民健康保険料などの負担が増えたりします。一つの事が多くの人に影響を与え、庶民は搾り取られるだけ搾られるという構図になっているように思えます。加えて、消費税の増税が選挙の争点ですが、今まで以上に大企業や高額所得者は減税され、庶民は「みんなで支えあう社会作り」だとして税(保険料含む)負担(4人家族で16万も)が増えようとしています。私は中学時代に公民の授業で、「税は所得の高い人から多くとり、所得の低い人に社会保障で、それを還元する」と学び、社会保障とは素敵な考えだと思ったことは、いつの間にか何処へ行ったのでしょうか。今一度日本国憲法の原点に立ち返り、「ゆりかごから墓場まで」の社会保障を充実させるために、学習と運動を強めていきたいと思

います。(山本 佐代子)

11月7日

虹の健康まつり 『虹のパラリンピック』 笑顔を咲かそう

年月の歩みは早いですが、4法人合併・ヘルスコープの誕生からもう10年経ったのかという感じが...

『虹のパラリンピック』を行います。普段ヘルパーとして関わっている利用者さんの笑顔が溢れるような企画を作りたいと...



日程 2010年9月23日(木・祝) ①10:30 ②13:30 ③16:30 開場は各回30分前 場所 エル・おおさか大阪府立労働センター...

全地区で高齢者訪問 介護申請や生活相談も

参加者の声

支部担当の職員と「お元気がですか」「お困りなことありませんか」とふだん会う機会が少ない高齢の組合員さんを訪問...

消、地域活動のボランティアで大忙し、とさまざま。かかりつけ医で健診を受けているという人に特定健診よりも充実した内容のヘルスコープのおおさかの組合員健診の案内をし、それも70歳以上は無料ですとお知らせすると大変喜ばれました。



三原由紀さん

認知症対応型デイサービス 『ほのぼの』 中央区にオープン 認知症になっても安心

「コープデイサービスほのぼの」は、うえに生協診療所がすぐ近く、民家を改修した、定員12名の小規模なデイサービスです。7月1日の開所に先だって3回の地域訪問を行いました(1〜3)

くらしの制度紹介

先日、第1回目の4月号を持参され「生活保護」の記事を書いた人に相談したいという方が来られました。その法律を自分で学習をされ相談活動をされておられることと、読んでいただくことがつ

生活保護 その②

コープおおさか病院医療相談室 ソーシャルワーカー 中村 結



入に対して生活保護基準(最低生活費)が上回っているのかどうかで判断となります。①という生活を送っていらっしゃる高齢者の方がいらっしゃると思います。最低生活費は大きく生活扶助の第一算と第二類と家賃を足して算出します。年齢、家族構成人数、そして居住地域で設定が異なります。「最低生活費」を満たしているのかどうか計算してみればいかがでしょうか。

15年ほど前から、胃潰瘍や十二指腸潰瘍の原因として、胃の中にヘリコバクテリア(以下ヘリコ)という細菌がいることがわかり、また胃癌との関連性も示唆されるようになってきました。ヘリコ菌に感染する場合はほぼ全員が胃炎をおこします。症状は軽い上腹部痛程度ですが、時に強い腹痛を訴えることもありま

者の2〜5%に胃や十二指腸の潰瘍がみられます。潰瘍患者では胃潰瘍が約90%、十二指腸潰瘍が約10%にヘリコ菌が存在します。潰瘍のほとんどは薬で治りますが、ヘリコ菌がいると7割以上は再発します。そのため除菌療法が勧められており、薬での除菌治療を

90%以上の方がヘリコ菌陽性です。ヘリコ菌の感染源は明らかとはなっていませんが、飲み水や食べ物を通じて感染するといわれています。日本では50歳以上の約8割が感染しています。衛生状態が関係しているようです。感染の有無は内視鏡で

ペロリ菌について

組織の薄片を取り、直接にペロリ菌の存在を確認する検査として培養法組織鏡検法、迅速ウレアーゼテストなどがあります。内視鏡以外の検査として、検査薬を飲んだ後に呼吸を集めて分析する尿素呼吸試験や血液検査も

おこす胃潰瘍、十二指腸潰瘍の再発が3割まで抑えられます。また、ペロリ菌陽性者は0.22倍の頻度で胃がんを発症するといわれています。ペロリ菌陽性者のうち胃がんが発症するのは0.5%以下ですが、胃がん患者からみれば

10年前から胃・十二指腸潰瘍の患者にかぎらずペロリ菌の除菌が保険適応となりました。抗生剤と剤と潰瘍治療薬の3剤を併用することによって90%以上の除菌率が報告されています。しっかりと除菌するとその後は潰瘍の薬を飲む必要がなくなり、再発もほとんどありません。ただし、除菌の治療は中途半端でやめたりすると、ペロリ菌が薬に対して耐性をもち、次に除菌しようと思っても除菌が難しくなることがあります。除菌治療の副作用として一番多い副作用は軟便・下痢です。そのほか味覚異常、口内炎なども認められることがあります。激しい腹痛や下痢、下血など重篤な副作用が起った場合は中止するしかありませんが、医師とご相談ください。

コープおおさか病院 内科医師 西上 喜房

健康まつり実行委員会より

フラダンスと一緒に踊りませんか? まつりの中央舞台で一緒にフラダンスを踊りたい人を募集します。申し込み・問い合わせ ヘルスコープおおさか・まつり実行委員会まで (06-6915-8855)

コープおおさか病院・診療案内

Table with columns for medical departments (Internal, Pediatrics, etc.), days of the week, and hours. Includes a note about eye clinic hours.

特別決議 虹の健康まつりを成功させ、私たちの願いが実現できる社会をめざそう

生活協同組合ヘルスコープおおさかが誕生して10年が経過しました。私たちはこの10年の間に、安心して地域で暮らし続けたいという願いを実現するため、コープおおさか病院の建設を柱に、四つの医療、歯科診療所、ケルボアムやデイサービスなどの介護施設を守る等として建設してきました。また、地域での支え合いのネットワークを組合員が主体となり充実させてきました。

いま、憲法が輝くとき

代表団結団式 2010世界大会 ヘルスコープおおさか

夏の看護体験(インターンシップ)のご案内

期間 2010年8月11日(金)〜8月20日(金)のうち1〜2日間 対象 ・看護学生(全学年対象) ・看護学校受験を考えておられる大学生・社会人の方(30歳まで)

診察室から

おこす胃潰瘍、十二指腸潰瘍の再発が3割まで抑えられます。また、ペロリ菌陽性者は0.22倍の頻度で胃がんを発症するといわれています。ペロリ菌陽性者のうち胃がんが発症するのは0.5%以下ですが、胃がん患者からみれば

10年前から胃・十二指腸潰瘍の患者にかぎらずペロリ菌の除菌が保険適応となりました。抗生剤と潰瘍治療薬の3剤を併用することによって90%以上の除菌率が報告されています。しっかりと除菌するとその後は潰瘍の薬を飲む必要がなくなり、再発もほとんどありません。ただし、除菌の治療は中途半端でやめたりすると、ペロリ菌が薬に対して耐性をもち、次に除菌しようと思っても除菌が難しくなることがあります。除菌治療の副作用として一番多い副作用は軟便・下痢です。そのほか味覚異常、口内炎なども認められることがあります。激しい腹痛や下痢、下血など重篤な副作用が起った場合は中止するしかありませんが、医師とご相談ください。

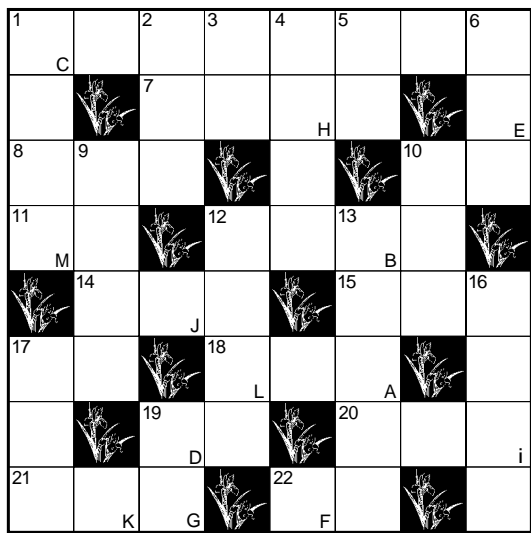
暮らしのなんでも相談会

毎週木曜日午前10時〜12時。コープおおさか病院の外來受付までお越し下さい。生活と健康をまもる会(城東・鶴見)のベテラン相談員が担当します。

理事会だより 第12回理事会が6月12日(土)4時から17時10分まで理事36名中24名、監事は4名中2名の出席で本部ビル5階にて開催されました。(総代会前の議案確認に必要な日数を確保するため、通常の第3週より1週間早く行われました。5月の経営報告は収支が日程上確定しておらずありませんでした。)

下水科学館 見学会 7/31(土) PM3:00 集合 PM2:30 阪神「淀川駅」参加費 無料 申し込み・問い合わせ うえに生協診療所 06-4304-3120 (担当・渡部)

# クロスワードパズル



ヒント 半年に1回は受けましょう。A~Mまでを並べると答えがでます。

ヨコのカギ  
①地上波でも大都市圏で03年12月から始まりました。受像機は高画質ですが、高価です

⑦鳥などで見られます。生後まもなく見たものに付いていく学習の習性のこと

⑧巣穴をつくり、集団で生活、都会でもたくましく生きています

⑩海岸に押し寄せる○○

⑪秋の山の味覚。イカにお

おわれています

⑫野球で1シーズンに打率打点、本塁打数の成績がいずれも一位となった選手を○○○○王といいますが

⑭満席で座れないまま観劇すること

⑮似通っていること

⑰期待し、目当てにしていること。○○が外れる

⑱卒業単位が足りないのを受けました

⑲公園などでよく見かけます。平和の象徴

⑳かつて岡山県宇野と香川県高松を結んだ○○○連絡船

㉑援助すること

㉒相手をとまどわせること。○○に巻く

タテのカギ  
①電子式の卓上計算機のこと。初めて発売された1960年代当時は1台数

②駅伝で選手が受け渡しします

③瑠璃と書きます。紫を帯びた濃い藍色です

④歩行者天国の略

⑤○○○は広いな、大きいな

⑥十分に理解せず、そのまま受け入れること

⑦工事直後に目にします。ペンキ○○○○

⑩赤道より北は北緯、では南は?

⑫04年アメリカジョージア州のシアアイランドでおこなわれました。頂上を意味します

⑬日本人はこの栄養素が不足しています。小魚、牛乳、チーズなどに多い

⑭仕事にたずさわること

⑮台風シーズンになりました。暴風のこと

⑯形式的に同じ事を○○で押したようだといえます

5月号の答え  
キュウジツケンシン



5月号の答え  
「キュウジツケンシン」  
応募数77通 正解数74通

当選者  
(旭区) 藤原和子、八上勝義(城東区) 伊藤博朗、菅沼豊三郎、小畑桜子、柳瀬素行、糸田川和子、松原良子、土肥勝子、山本正博(生野区) 旭利雄(鶴見区) 高木千鶴子、武田里奈、長田和子、小西礼子、藤田チエノ、岡崎友哉、岩井章(東成区) 宮川清、松田千里

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500円分をお送りします。締め切りは8月10日までとし、9月号で当選者を発表します。まだ生協に未加入の方は応募を機会にぜひご加入ください。  
(宛て先)  
〒533-0053  
大阪市鶴見区鶴見3-1-6  
ヘルシーコップおおさか広報委員会

## 図書券があたります

### 読者のページ

#### 私の健康法

楽しく笑顔で健康に  
谷内加代子さん  
(放出支部)



城東診療所のヨガ教室で先生をしています。楽しい事が大好きで、自分のことだけ考えず、他の方の健康も願って運動を続けています。人のお世話をする事も大好きなんです。30代の頃はよく病気をしていました。40代になってヨガを習い始めて、50代に元職業としていた看護師の知識も活かしながら、他の方にヨガを教えるようになりました。私のヨガは、基本のヨガに健康ヨガ体操としてダイエットや頭の体操的なものもとり入れた独自のものです。今では毎日、どこかで2時間近くの教室を開いている

状態です。体が疲れるとすぐに風邪をひいてしまうので、毎朝乾布摩擦を続けて20年になります。これをやらないと気持ちが悪いです。自分の体は自分で守ります。それでも時々無茶をして喉を痛めたりするんです。城東地区のバスツアーでは、カラオケダンスを披露してみんなで楽しみました。雨降りで見えないうつらでしたが笑顔の花が咲きました。新舞踊を習い続けて30年、社交ダンスを習い続けて20年。私の健康法は継続とまわりの人を楽しく笑顔にすること、そして、健康に、と願うことです。

読者からの便り

・肩こりから歯痛を起こしてしまいました。6月号の「タオル体操」早速実践してみました。(徳田万季)

・「わいわいコーナー」5月号のカーフレイズへふくらはぎのトレーニングをするようになってから、足がつかうのが少なくなりました。(奥村知栄)

・三人寄れば、先ずは体の話健康で輝いていたい。それに口に入れる物も大切だと思います。お料理も載せてください。(土肥勝子)

※「わいわいコーナー」では料理と体操を隔月でお届けする予定です。(広報委員会)

・支部総会なるものに初めて参加。核兵器廃絶の運動に一生懸命動いてくださった方が、こんな身近におられることを知り、うれしくて感謝の念でいっぱいです。(塩賀千鶴)

・毎月ニュースをいただき感謝しています。当選者の所に知った人の名前があると、思わず「うれしい」と声が出ます。元気を出して毎日を送っています。(坂口房子)

・主婦一年生ですが、毎号実家にて楽しく読んでいます。(菊池陽子)

・会社に行っていた時は、休日健診。リストラされた今は普段の日に健診。(M・H)

・ヘルシーコップの休日健診は大変嬉しいです。利用者の立場になって頑張ってください。ありがとうございます。(内川節子)

・休日健診は、毎年誕生日に受けています。忘れないように。(小西礼子)

## ヘルシークッキング教室

### 野菜をたっぷりダイエツトレシピ



#### わいわいコーナー

『わいわい』はヨガ教室などのグループエクササイズ(1回500円から)や料理教室(1回1000円)を実施しています。詳しくはお問い合わせください。  
電話06-4257-3300(本部ビル1階)

### 千草和え

〈材料〉(1人分)  
・キュウリ10g・大根40g・人参5g  
・大葉1枚・酢3cc・濃口しょうゆ3cc  
・出し汁2cc

〈作り方〉  
1. キュウリ、大根、人参は千切りにし、軽く水気を絞っておく。  
2. 大葉も千切りにして、絞った野菜に混ぜる。  
3. 混ぜ合わせておいた調味液を加えて、和える。

カロリー-16kcal  
塩分0.5g

### 鮭のチャンチャン焼

〈材料〉(1人分)  
・生鮭1切・キャベツ60g・もやし20g  
・しめじ10g・酒2cc・みりん3cc  
・味噌7g・濃口しょうゆ3cc

〈作り方〉  
1. キャベツを5cm角に切り、もやしは洗ってザルに上げて水気をとる。しめじは石づきを取って、ほぐす。  
2. アルミホイルを20センチ四方に切り、鮭の皮が下になるように置き、野菜をのせ、上から合わせておいた調味液をかけて、きっちり包む。  
3. オープン、予熱なしで焼き温度250度、焼き時間約23分で焼く。

カロリー-146kcal  
塩分1.1g