



# つながり合って、支えあい ひろげよう生協の輪

第119号 2011年1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10月31日現在

組合員数 80,144人  
出資金 1,702,358,800円  
平均 21,241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。



「まねきねこ」1周年に集まったみなさん

### まねきねこは 夢いっっぱい

私の名前は「まねきねこ」。みんな「まねこ」と呼んでくれます。「たまり場」という人もいます。

いまざと  
診療所地区  
組合員センター  
まねきねこ

年齢は1歳、性別は不明いまざと診療所北隣、元美容院だった2階建ての家を借りています。私のまわりには毎日誰かがいます。どうやら私の事が気になって仕方のない人たちの様です。1カ月にのべ1500人位の人が私に会いに来てくれます。私がいることで、地域が元気になったと言われることが一番嬉しい事です。サークル活動も活発です。作品展や個展も開かれます。

いろいろな自慢人もたくさん集まります。おしゃべりをしている事があります。その時は私の出番です。どうぞお入り下さい。一緒に日向ぼっこでもしましょうよ」と、お誘いするので近所の方は玄関先にお花を植えて下さい。ボランティアグループ「つぼみ」には、地域での見守り活動の依頼もきます。男性も気軽に来て欲しいと思っています。男の料理教室を開いたり、男性のボランテアにもこだわりたいです。まだまだ幼い私ですが、あなたが居てくれて良かったと言ってくれる人が増えています。私は思うんです。こんなゆつくりと日向ぼつこの出来る場所がたくさんあったらいいなあって、夢はいっぱい広がります。



新聞作り。下の写真は『ねこのらくがき』



楽しむ人もいます。実は、私の世話をやきたい人たちがなだとひそかに思っています。今日は6人が2カ月に1回発行している『ねこのらくがき』という新聞を作ってくれています。通りすがりの人が立ち止まって、何をしているんだらうと覗いてる事があります。そ

## 「親切にしてもらって、 ありがとう」

### 定時・定点の青空健康チェック

旭区中宮地域で、一番人通りの多い商店街に面した阪神高速の下が、中宮支部青空健康チェックの開催場所です。冬季以外毎月1回

朝10時〜11時。折りたたみ式のキャンプ用の机と椅子を並べ、「健康チェック開催中」の横断幕のぼりを

あかがわ生協  
診療所地区



赤川・都島支部はスーパー前の健康チェック

11月も「風が冷たいから、受診する人おらんのとちがう？」という運営委員の心配をよそに、あつという間に椅子が足りなくなり、1時間が血圧・体組成のチェックが16名、大腸ガン検診セットは8名が受け取られ、「取りに伺いますよ」と声をかけると「こんなに親切にしてもらって、ありがとうございませ」と頭を下げられる方も。数ヶ月前、ここで加入された方は、今こらばん体操サークルにも入って、毎週楽しんでおられます。

冬季の場所の確保は今後の課題ですが、地域に見える医療生協の活動として、あかがわ生協診療所地区では、今年も支部での定時・定点青空健康チェックをすすめていきます。

2011年は医療・福祉にとっても重要な年になります。国保広域化問題も国民生活に直結していく重要な課題ですが、春の一斉地方選挙で争点にならずに進められる可能性もあり、よく学び、意見を持って世論に働きかけていくことが大事です。ヘルスコープおおさかでも、諸課題を組合員の皆さんと一緒に取り組んでいく運動を進めていきたいと思いますので、よろしくお願ひします。

2010年はヘルスコープが発足10年を経て、虹の健康まつりを11月に開催。多数の組合員の皆さんと職員との協同の力で、成功させていただきました。この場をお借りしまして、改めてお礼を申し述べさせていただきます。

新年明けましておめでとうございませ。  
2010年はヘルスコープが発足10年を経て、虹の健康まつりを11月に開催。多数の組合員の皆さんと職員との協同の力で、成功させていただきました。この場をお借りしまして、改めてお礼を申し述べさせていただきます。

年頭の「ごあいさつ」  
医療生協ヘルスコープおおさか  
理事長 金谷 邦夫



# ヘルパー2級の資格を得て 楽しく仕事しています

グループホーム  
「野江ゆおびか」  
鳥井 洋行さん(左)



城東区にあるグループホーム「野江ゆおびか」で勤務している鳥井と申します。私は、もともと全く別の職種で約10年勤めておりましたが、30歳を過ぎてからあることをきっかけに心機一転この介護を自分の仕事にしようと思った。そんなヘルパー2級講座を見つけた。そして、2009年2月から講座を受講し、6月にヘルパー2級の資格を取得しました。30歳を越えての転職はとも



# 地域の保健・医療・福祉のネットワーク 広げた虹の健康まつり

昨年11月に開催された虹の健康まつりに、鶴見区の学童つ子たちと共に参加しました。当日はたくさんのお客さんたちの前で発表となり、子どもたちはみんな緊張し、本番直前には「せんせい！トイレ！」なんていう場面もありました。そんな子どもたちも会場からの温かい拍手や声援励まされ、どんどん気持ちが高まっていくのを感じ、良い経験させてくれたのだと思います。

## 気持ちが 猿渡太さん(つるみわらべ 学童保育指導員)

### どんどん乗ったよ 学童つ子のケン玉発表



虹のパリンピックでボランティア参加  
医療機関で働きたい  
橋本 祐実さん (大学生)



・スプリンリレーやボール投げといった競技のお手伝いをしました。私は赤組のチームのみなさんの応援をさせて頂きましたが、利用者さんが楽しんでくれて、輝く笑顔が印象に残っています。チーム対抗競技だったので、優勝チームがすごく盛り上がり、とてもいい雰囲気でした。今は大学生ですが、将来は臨床検査技師として医療機関で働きたいと思っています。今回の体験はすごく役に立ちそうです。ありがとうございました。

### 理事会だより

2010年度第6回理事会が11月20日(土)午後2時11分から午後5時15分まで本部ビル5階で開催されました。(理事会前、午後1時30分より「理事の役割」についての学習会をおこないました。)理事38名中32名の出席でした。監事は3名中2名出席でした。オブザーバ出席は10名です。

10月の経営報告 10月度は、3566万円の黒字となりました。病院・診療所・歯科のすべての医科事業所で黒字が出ましたが、介護事業所は7事業所が赤字となりました。全体の事業収益で見ると1.5事業所が増収、25事業所が減収、全体では昨年比99.5%、278万円の減収となっています。下半期は大腸がん健診受診運動と共に、組合員健診受診、健診フォローを強め、飛躍を作り出すと提起がありました。上半期決算についても報告があり、上半期で3374万円の利益が出ています。収益は昨年比102.6%で特に健診収益、介護収益を伸ばしています。外来患者数は100.5%と微増にとどまっています。

理事会委員会の報告承認の件 事業所利用委員会から虹の箱投書用紙の改訂をおこない、今後は事業所で統一したものを使用すること、虹の箱に関するアンケートをおこなっていることの報告がありました。健康づくり委員会からは12月～3月にかけておこなう健康づくりキャンペーンについての要項とそのスタート集会を12月4日におこなうこととその企画内容について説明がありました。社保平和委員会からは今後の運動の重点にすることとして国保の広域化に反対し制度学習を強めることと併せて後期高齢者医療制度廃止に向けた署名を集め、年明けの社会保障国会に向けて取り組みを強めるとの提起がありました。

組合員活動関連 虹の健康まつりの振り返り(経過、まとめ、各企画の概要、獲得目標に関する到達点、課題、収支報告など)がありました。11月13日の理事支部長会議のまとめ報告がありました。生協強化月間のとりくみは特に大腸がん健診受診運動と年末増資運動について報告があり成功に向けての意思統一をはかりました。

介護関連 来年度の介護事業の展開(グループホームの建設小規模多機能施設の検討など)について報告があり、承認されました。他には第1回介護政策チーム会議、セルフケアアッププロジェクト会議報告がありました。各プロジェクト委員会の設置について提案があり、承認されました。

その他 監事団より、城東診療所監査報告がありました。医療労組おおさか・ヘルパー分会との秋闘について経過報告がありました。コープおおさか病院借入金の見直しについて提案がありました。また、賞与資金借入れを今後は長期借入金にすることで提案があり承認されました。

## ヘルパー2級養成講座 受講生募集

募集定員 40名 受講料 60,000円  
受講期間 平成23年2月5日～6月  
★受講希望の方は、下記事項を記入の上、郵送又はFAX・メールにて本部介護事業部までお願いします。  
※記入事項：住所・氏名・電話番号・FAX番号  
生年月日  
通信講座「医療生協の介護」修了の有無

※ご提供いただいた個人情報は当講座の運営以外には使用いたしません  
※申し込みは、平成23年1月28日(金)までに  
★2月2日(水)午前10時より、ヘルスコープおおさか本部5Fで説明会を行います。  
受講希望の方は必ずご出席ください。  
(なお、当講座は通学制で行います)

●申込・お問合せ先  
〒538-0053 大阪市鶴見区鶴見3丁目6-24  
ヘルスコープおおさか本部ビル4F  
生活協同組合ヘルスコープおおさか介護事業部(担当：佐藤)  
TEL 06-6915-8855 FAX06-6915-8878  
E-mail kaigo@health-coop.jp

### 捨てるウンチで拾ういのち

## 大腸ガン健診を受けましょう

## グループホーム 放出ゆおびか 2月オープン

内覧会にお越しく下さい

(鶴見区放出東1-28-21)  
内覧会 1/24(月)・1/25(火) 10時～17時  
どなたでも自由に見学いただけます。  
(問い合わせ 06-6915-8888・介護事業部まで)

## 泉州看護専門学校 学生募集

2011年度の募集要項・アットホームな民医連の学校です

	試験日	試験科目	2次試験	合格発表	出願期間
一般入試(前期)	11年1/29(土)	国(古・漢除)数1・A、英1	1/30(日) 合格者は小論文・面接	2/2(水) 本人宛に郵送	1/5(水) ~ 1/26(水)
一般入試(後期)	11年2/26(土)	前期と同じ	2/27(日) 合格者は小論文・面接	3/2(水) 本人宛に郵送	2/4(金) ~ 2/23(水)

・定員40名・男女共学・3年間(全日制)・「要項」「願書」「過去問」全て無料で郵送します。  
・お問い合わせ・ご相談は吉永まで(コープおおさか病院・看護学生担当)  
TEL 06-6914-1100 E-mail n-yoshinaga@health-coop.jp

### ヘルスコープおおさか10周年の歌

「一人でもひとりじゃない」  
CDができました♪  
一緒に歌いましょう♪

制作 10周年の歌制作委員会 & Kei・Sugar

## コープおおさか病院 一年末年始診療のお知らせ

●12月30日(木)から1月4日(火)までは休診です。  
●急病や救急の方は、あらかじめ電話でご相談下さい。

06-6914-1100

### 2010虹の健康まつり文芸コーナー

優秀作品	一席～三席
俳句の部	一席 デスマスク 瞬きする多喜二の忌 二席 コスモスやいつもの道を方歩計 三席 ドライバーの心配りに手を合わせ 旭区 中 米子
短歌の部	一席 武器よりも九条守る道をゆく永久の平和にいのち託して 生野区 田中 米 二席 満足に福祉を受ける行政の来る日を願う 老いの身なれば 中央区 安養寺守子 三席 熱はかり血圧はかり「お早よ」の言葉とともにリハビリが始まる 旭区 平岡千恵子 川柳の部 一席 捨て捨ての福祉に抗し百めさず 生野区 北岡文三郎 二席 おめでとのお陰で威を十った 旭区 近藤 正 三席 健康がなによりですと医師がいう 東成区 横林康男

## 健康づくりキャンペーン スタート

12月4日(土)～12月12日(日)までの4週間取り組む「健康づくりキャンペーン」のスタート集会を行いました。

今年、ヘルスコープの理事であり、新日本スポーツ連盟・大阪府連の事務局長でもある川野弘之氏に、「正しいウォーキングの方法」と題して講演をして頂き、その後放し駒の走りを行ない、自分のペースを考えながらのウォーキング。講演の中身を実践し、気持ち良い汗をかきながらゴール地点までたどり着きました。

### コープおおさか病院・診療案内

2010.12.1 現在 電話 小児科予約 6914-1100 6914-2432

診療科目	月	火	水	木	金	土
内科	○	○	○	○	○	○
循環器特診						
呼吸器特診			○			
無呼吸いびき外来				○(1-3)		第1土
心療内科(完全予約)				○		
外科	○	○	○	○	○	○(2・4)
整形外科	○	○	○	○	○	○※
泌尿器科	○	○	○	○	○	○
皮膚科	○	○	○	○	○	○
眼科※	○	○	○	○	○	○
糖尿病特診	○(隔週)					
小児科	○	○	○	○	○	○
歯科	○	○	○	○	○	○
健康診断	○	○	○	○	○	○
女性外来	○	○	○	○	○	○
糖尿病特診		○				
胸部疾患			○(1・3)			
泌尿器 ED外来		○(1・3)				
心療内科(完全予約)						○
循環器特診				○		
乳児検診・予防接種	隔-隔		○	隔-隔		
リウマチ特診				○(2・4)		
小児科	隔-隔	○		隔-隔		
歯科	○	○	○	○	○	○
婦人科健診						○
神経内科						○
女性外来						○
内科	○	○	○	○	○	○
循環器特診		月1回不定期(完全予約制18:00~)				
外科	○					
眼科		月曜日・19時返(1・3週のみ)				
整形外科			○			
泌尿器科				○		
皮膚科	○	○	○	○	○	○
小児科※	○	○	○	○	○	○
歯科	○	○	○	○	○	○
禁煙外来	○	隔週火(完全予約制)				

※整形外科土曜日の診療は10時からです。  
※小児科の午前の診療受付は18時30分までです。

# 土鍋でポトフ

〈材料〉(2人前)  
 ・エビ・ソーセージ・エリンギ・トマト・玉葱・白菜  
 (キャベツでもよい)・ブロッコリー・アスパラ・大  
 根 蕪でもよい)・人参・ジャガイモ・セロリ・コンソ  
 メスープ800cc・粒コショウ(白)・マスタード  
 (柚こしょう)・ごはん・チーズ

### 〈作り方〉

- ・トマトは湯むきしておく。
- ・大根、人参、ジャガイモ、ブロッコリー、アスパラは下ゆで。
- ・他の野菜は食べやすい大きさに切る。
- ・だしは具材からもうまみができますが、最初はしっかりめに味をつけておき、追加する時は水でも充分。



- ・食べる時は、粒マスタードが洋風、なければ柚コショウもよく合います。
- ・しめは、ご飯を入れて少し沸かし、チーズでリゾットにしてみてください。
- ・要するにポトフです。ゆがいたパスタを入れて、スープパスタにもなります。・牛乳や生クリームを入れたら、クラムチャウダー風にもなります。ちょっとオシャレに白ワインを飲みながら洋風鍋。

# \*いただきます\*

## あったか鍋料理

### 野菜たっぷりヘルシー、ローカロリー

(コープおおさか病院  
食養科 山本進一郎)

# 粕しゃぶ鍋

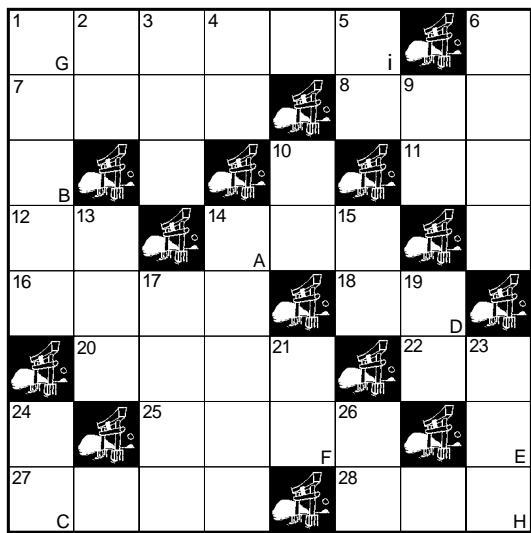
〈材料〉(2人前)  
 ・白菜・大根・人参  
 ・えのき茸  
 ・しめじ・白葱  
 ・豚肉  
 (しゃぶしゃぶ用)  
 ・豆腐  
 ・だし汁(水)800cc  
 ・酒粕200g  
 ・うすくち醤油、少量  
 ・生姜、スライスまたは絞り汁  
 ・うどん・青葱・一味



### 〈作り方〉

- ・大根、人参はピーラー(皮むき)で、うすくしゃぶしゃぶになるように、他の野菜は食べやすい大きさに切る。
- ・豆腐も一口大に切る。
- ・青葱は小口切り。
- ・出し汁を少しとり酒粕をのばす。(電子レンジを使うと便利です)
- ・沸かした出し汁に酒粕を入れ、薄口醤油と生姜で整える。(酒粕が苦手な人は味噌を加えると食べやすい)
- ・しめは、ごはんよりうどんの方がお勧めです。お好みで一味を。
- ・タレがなくてもそのまま食べられるのでとてもヘルシーです。酒粕にはお米やお酒の旨味があり栄養も豊富です。

# クロスワードパズル



- ヒント：今年もこれで頭の体操、A〜Iまで並べると答えが出ます。
- ① 南国産の果物、酢豚によく使われる
  - ⑦ 和食の料理人
  - ⑧ 憲法に背くこと。
  - ⑪ 頼みにする。
  - ⑫ 嫉妬(しつと)。
  - ⑬ 合憲
  - ⑭ 出ず
  - ⑮ 目立たない格好で舞台の俳優を補佐します
  - ⑯ 道路が凍ってつるつるになり危険な状態
  - ⑰ 東北地方
  - ⑱ 営利を目的にする民間の法人
  - ⑲ 和歌山県には有名な
  - ⑳ 墨汁と筆で文字を巧みに書く術
  - ㉑ 出ず
  - ㉒ 目立たない格好で舞台の俳優を補佐します
  - ㉓ 道路が凍ってつるつるになり危険な状態
  - ㉔ 東北地方
  - ㉕ 営利を目的にする民間の法人
  - ㉖ 和歌山県には有名な
  - ㉗ 墨汁と筆で文字を巧みに書く術

## クロスワードパズル

- ① 世界の空をまたにかける職業
- ② 家の外枠を固定するなど、平らな木
- ③ 標準語にくらべ少し違う「ふるさとの」
- ④ 足腰が衰えてきた人にとって第3の足
- ⑤ ○○は友を呼ぶ
- ⑥ 電波を送受信する装置
- ⑦ 介助、手助け
- ⑧ 刑事ドラマで容疑者のこととはホシ。無実の場合は作物を育て生業とする世帯
- ⑨ ふわふわで弾力性のある敷物
- ⑩ 五月空でおよぎます
- ⑪ 平らでなく角度がついているもの
- ⑫ ○○をしかけて魚をとる
- ⑬ 旅先で一泊

10月号の答え  
シブカッドウニサンカ

レ	モ	ン	シ	リ	アイ
ツ	ジ	ン	カ	イ	ブ
ド	バ	イ	シ	ヨ	キ
ソ	ン	ガ	イ	シ	ヨ
ツ	グ	ン	シ	ヨ	キ
ク	ス	リ	ハ	ク	コ
ス	イ	ニ	シ	キ	ウ
カ	ン	シ	キ	キ	フ

- ① 10月号の答え
- ② シブカッドウニサンカ
- ③ 応募66通、正解64通
- ④ 当選者
- ⑤ (旭区)林喜久子、洲鎌京子、鈴木寿美子、奥田紀代子、中村衛男、城東区(若下奈津子、矢野美香、黒川由紀、林田恵美子、平石英子、田中寿賀子(生野区)草野静雄、小谷博子(中央区)森矢春美(鶴見区)桑名一夫、原田武宏、栗野由美子(都島区)原田
- ⑥ 28 寸法のこと。
- ⑦ 人体内部の様子をX線で調べること。CT
- ⑧ ケーキの種類の一つです。
- ⑨ 動物でいう男
- ⑩ 気分を晴らす。
- ⑪ 23 ケーキの種類の一つです。
- ⑫ ケーキ。犬でマル
- ⑬ 動物でいう男
- ⑭ 気分を晴らす。
- ⑮ 27 人体内部の様子をX線で調べること。CT
- ⑯ 俳優を補佐します
- ⑰ 道路が凍ってつるつるになり危険な状態
- ⑱ 東北地方
- ⑲ 営利を目的にする民間の法人
- ⑳ 和歌山県には有名な
- ㉑ 墨汁と筆で文字を巧みに書く術
- ㉒ 出ず
- ㉓ 目立たない格好で舞台の俳優を補佐します
- ㉔ 東北地方
- ㉕ 営利を目的にする民間の法人
- ㉖ 和歌山県には有名な
- ㉗ 墨汁と筆で文字を巧みに書く術

## 図書券があたります

勝子(東成区)田口由美子  
(平野区)長野富子

### 応募方法

ハガキに、答え、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号(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2月10日までとし、3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)  
 〒530810053  
 大阪市鶴見区鶴見3-16  
 124ヘルスコープおおさか広報委員会

## 読者からの便り

・10周年の歩みで、ヘルスコープおおさかの歴史を初めて知りました。10年着実な拡充。そして今、地域に何が必要か、実現への計画、実行の気持ち、ひしひしと伝わってきました。高齢者の多くは、できれば在宅看護を望んでいると思えます。大変ですが、一歩ずつ取り組んでほしいです。(笹田雅彦)

・近所にコープおおさか病院があつて大変助かっています。ただ、耳鼻科がないのが淋しく、早く設けて欲しいと思っています。(塩見順子)

・コープおおさか病院に通院していて気になる事は、

・もつといろいろな診療科が増えて欲しいですね。総合病院のように。(神宮久江)

・無縁社会になり、人々の結びつきが弱くなっているこの時代に、ヘルスコープさんは、いろいろなサービスをされ、高齢者の方も喜ばれていることでしょうか。(加藤佳子)

・10周年の歩みを読んで感無量です。これからも皆の側には、いつもヘルスコープおおさかが居て欲しいと思えました。(菅生君子)

・いつも各種の署名運動などを積極的にされていて、本当に私たちのことを考えてくださり、ありがたいと思っております。これからも活動を共にがんばっていきましょう。(金本玉美)

・診療所で○○様と呼ばれますが、○○さんが適当だと思います。(原田武宏)

・虹の健康まつりご盛会でよかったですね。たくさんの方が思いを一つに集まってくれています。元気がわいてきます。皆さんお疲れ様でした。(吉野陽子)

・退職を機に歯科に通い、きれいに治療してもらいました。ガン検診の予約も健康に生活できるよう、医療生協の発展を願います。身近に感じながら、大いに活用していきたいと思っています。(古長美佐子)

・私の家は、ひいばあちゃんより診療所にお世話になり、今や五代に渡ります。身近で安心しております。(田所紀子)

・森ノ宮歯科で親子共々お世話になってます。小さな子どもにも優しく接していただき、定期検診を受けることができ、おかげで3人の子ともたちは、今も虫歯なしでがんばっています。(松田千里)