



第222号 2020年6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 中谷 清
 ☎ 538-0053 大阪市鶴見区鶴見 3-6-24
 ☎ 06-6915-8855 FAX 06-6915-8822
 編集 機関紙編集委員会

ヘルスコープおおさかの現勢

2020年4月30日

組合員数 70,563人
 出資金 1,663,508,000円
 平均 23574円

ホームページアドレス

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

E-mail 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。

感染予防を万全に みんなでのりこえよう



●リハビリテーション部

コープおおさか病院でも全職員一丸となってコロナ感染予防に努めています。リハビリテーション部でも病院から指示されている予防策に加えて、各種協会が推奨されているものを参考にしながら対応をしています。一部ですが紹介します。緊急事態宣言解除後は、状況に応じた対策に変更していきます。

- ・患者様のマスク着用と手洗いへの徹底
- ・入院リハと訪問リハの兼務中など
- ・スタッフ一人一人が強い意志と忍耐で努力しています。

このまま一人も陽性者を出さず、患者様や利用者様も無事に乗り切れることを祈りながら
 今日もがんばります！
 (リハビリ部長 阿部広和)



訪問リハビリ時の感染予防スタイルです

●歯科

病院歯科では、院内の消毒も毎回の診察後に職員が総出で徹底して行い、診察台はもちろん、スリッパやボールペンに至るまでしっかりと消毒しています。来院された患者様にもご協力頂いて、検温と問診をお願いしています。診察台の消毒に時間がかかり患者様には



手づくりガウンを着て歯科診療をしています

●健診センター

健康診断6月から再開！

第2波、第3波がくるまえに

新型コロナウイルスの関係で4～5月は健康診断の受診できませんでしたが、6月から受診できるようになりました。

感染予防のため、健診を受ける方の出入り口は分けています！

健診センターは病院奥の別館にあるため、出入り口

ボランティアさんには感謝の言葉しかありません。安全・安心の医療を提供するにあたり、医療資材は欠かせません。新型コロナウイルス感染症に負けないように頑張ります。

(歯科衛生士長 森田充代)

第21回通常総代会 変更事項について

第21回通常総代会は、新型コロナウイルス感染予防のため、会場の変更を致します。参加人数も各地区1名の総代に参加をお願いし、その他の総代は、書面決議で行っていただくようお願い申し上げます。なお、参加の権利を阻害するものではありません。参加の場合はできるだけ事前にお知らせ下さい。

日時：2020年6月28日(日)
 開場9時30分 開会10時
 場所：コープおおさか病院
 健診棟2階会議室

健康診断がインターネット予約 できます

みなさんからの健診予約をお待ちしています。
お申し込みはこちらから→



「コロナに負けるな生協拡大運動」に ご協力、お願いします!!

理事長

向井 明彦



医療生協のみならずこの度の新型コロナウイルス感染拡大に伴い、みなさんの生活にも大きな変化や影響を及ぼしている事と存じます。また診療を控え

るなどから、体調を崩されているかもしれませんが、体調不良を感じましたら、我慢せずにお近くの医療機関、ヘルスコープ事業所へご相談下さい。

さて私どもヘルスコープおおさかでは、感染予防の観点から、サークル活動、たまり場活動など生協運動の全般を5月まで自粛してきました。

病院・診療所では発熱外来など一般診療と区分けして診療し、できる限りの事を精一杯行おうと奮闘して

います。現在、こんな時だからこそ大切にしたいこととして、『お元気ですかテレフォン』組合員の皆さんへの「困ったことありませんか」と聞き取り調査を行っているところです。孤独、孤立をたさない、あらためてつながりづくりの取り組みをすすめてまいります。

大変な折りで、みなさまにもいろいろとご事情があるかと思いますが、現在取り組んでおります「コロナに負けるな生協拡大運動」にご協力頂きますようお願い申し上げます。

虹のネット

新型コロナウイルス感染は政府による「緊急事態宣言」となりオーバーシュート(大量感染)を防ぐために、手洗い、うがいはもちろん「3密」状態をつくらない、不要不急の外出を控えるという「自粛要請」が各方面から強められることになった▼このことが高齢者の立場からみると、外出を控え、連日テレビの一方通行な報道を見せられ、一日中誰ともしゃべらない、外出時はマスクをする、唯でさえ耳が遠くなっているのに、マスク越しの会話はつらい、おのずと会話が少なくなる。認知症予防には人と人の触れ合い、会話が大切だと言われるのにそれが出来なくなる。インターネット、スマホなどが扱えないとなると尚更。1人暮らしの高齢者の不安な状態は図り知れないものがある▼先日1人暮らしの知人から「体の具合が悪い、精神状態が不安定で、自分が何をしているかわからない、恐ろしい」と聞き、すぐ地域包括へ相談して対応してもらい入院することになった。これは一つの例である▼緊急支援が必要なのに、的外れなアベノマスクの配布、期待された10万円支給も遅れるばかり。行政の対応遅れは明らかだ。コロナ禍「自粛」は確実に人の心をむしばんでいる。「自粛」という名の規制がお互いの行動を「監視」し合うことになりかねない▼5月25日緊急事態宣言は解除されたが感染第2波がありうる中であって、この「自粛」体験を生かしたもっと強いつながりを「お元気ですか訪問(テレフォン)」を通じて広げようと思う。(綾部勝郎)

診察室から

最近、慢性腎臓病という概念が注目されています。腎臓の働きが少し弱い、3か月以上にならなう尿に異常のある方などが該当します。慢性腎臓病の中には、将来、腎臓の働きが悪くなり、透析を受けるという命を脅かす状態になる方もあります。また透析のみならず、脳卒中や心臓病といった循環器系の合併症があらわれやすくなります。腎臓内科は、進行速度や重症度、原因などによって様々ですが、尿の異常やむくみが生じたり、高血圧になったりすることもあるため、早期発見・早期治療が重要です。

腎臓内科はじまりました！

コープおおさか病院 内科医師 加藤 とあこ

症状は、進行速度や重症度、原因などによって様々ですが、尿の異常やむくみが生じたり、高血圧になったりすることもあるため、早期発見・早期治療が重要です。



ジャニーズからのマスクを手にする外来スタッフ



ロート製薬からは、マスク1200枚に加えリップクリーム160本をいただき、ジャニーズのスマイルアッププロジェクトからは、N95マスク400枚と

「お金をなくて、医療が受けられない」という場合、まずはご相談ください。他のことは当面我慢できても、医療は我慢できません。取り返しのつかないことになる前に、ヘルスコープおおさかの各事業所にお問い合せください。適用基準は医療機関によって定められており、医療相談員が面談し、公的制度や社会資源の活用可能性を検討したうえで、適否を判定することになっています。書類などの提出が必要ですので、まずは診察希望の各診療所・歯科・病院にお電話ください。

国民健康保険料の軽減・減免

1. 新型コロナウイルス感染症で生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った世帯について…保険料の全額免除
2. 主たる生計維持者の事業収入等（事業収入・不動産収入・山林収入または給与収入）のいずれかが前年にくらべて10分の3以上減少することが見込まれる世帯は、大阪市の減免率の基準により保険料が減額される制度があります。

その他の制度（大阪市）は以下の表をご参照ください。

「新型コロナ」で大変なときだから…制度を活用しましょう！

●無料低額診療事業！

「お金をなくて、医療が受けられない」という場合、まずはご相談ください。他のことは当面我慢できても、医療は我慢できません。取り返しのつかないことになる前に、ヘルスコープおおさかの各事業所にお問い合せください。適用基準は医療機関によって定められており、医療相談員が面談し、公的制度や社会資源の活用可能性を検討したうえで、適否を判定することになっています。書類などの提出が必要ですので、まずは診察希望の各診療所・歯科・病院にお電話ください。

ヘルスコープおおさか 無料低額診療 相談電話 070-5570-1471

●暮らし支援の給付

1人10万円の給付金（特別定額給付金）

対象は国内に住む日本人と、3ヵ月以上住み住所登録している外国人。市区町村から郵送された申請書に記入して申請。世帯主義の銀行口座にまとめて振り込まれます。生活保護受給者への給付金は収入認定されません。税金や社会保険料の未払いで給付金が差し押さえの対象になることもあります。DV避難者やホームレスなどの人も受け取れる仕組みがあるので、市区町村に相談ください。

●国民健康保険料の軽減・減免

1. 新型コロナウイルス感染症で生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った世帯について…保険料の全額免除
2. 主たる生計維持者の事業収入等（事業収入・不動産収入・山林収入または給与収入）のいずれかが前年にくらべて10分の3以上減少することが見込まれる世帯は、大阪市の減免率の基準により保険料が減額される制度があります。

その他の制度（大阪市）は以下の表をご参照ください。

制度	取り扱い窓口	問い合わせ	担当エリア（行政区）
市営住宅の家賃減免	梅田住宅管理センター 阿倍野住宅管理センター 平野住宅管理センター	06-6343-5012 06-6649-1103 06-6703-4236	中央 旭 都島 東成 城東 鶴見 天王寺 生野 東住吉 平野
生活困窮者自立支援	各行政区窓口	各行政区へ	各行政区
生活福祉貸付制度	大阪市社会福祉協議会 （各行政区社会福祉協議会）	06-6765-5601	※各行政区に窓口があります
国民年金保険料免除	大阪市福祉部保険年金課 / 各行政区保険年金課 / 年金事務所	06-6208-7977 (大阪市福祉部保険年金課)	
市税の徴収猶予	京橋市税事務所 なんば市税事務所 あべの市税事務所	06-4801-2949 06-4397-2949 06-4396-2949	都島 旭 城東 鶴見 中央 天王寺 東成 生野 東住吉 平野

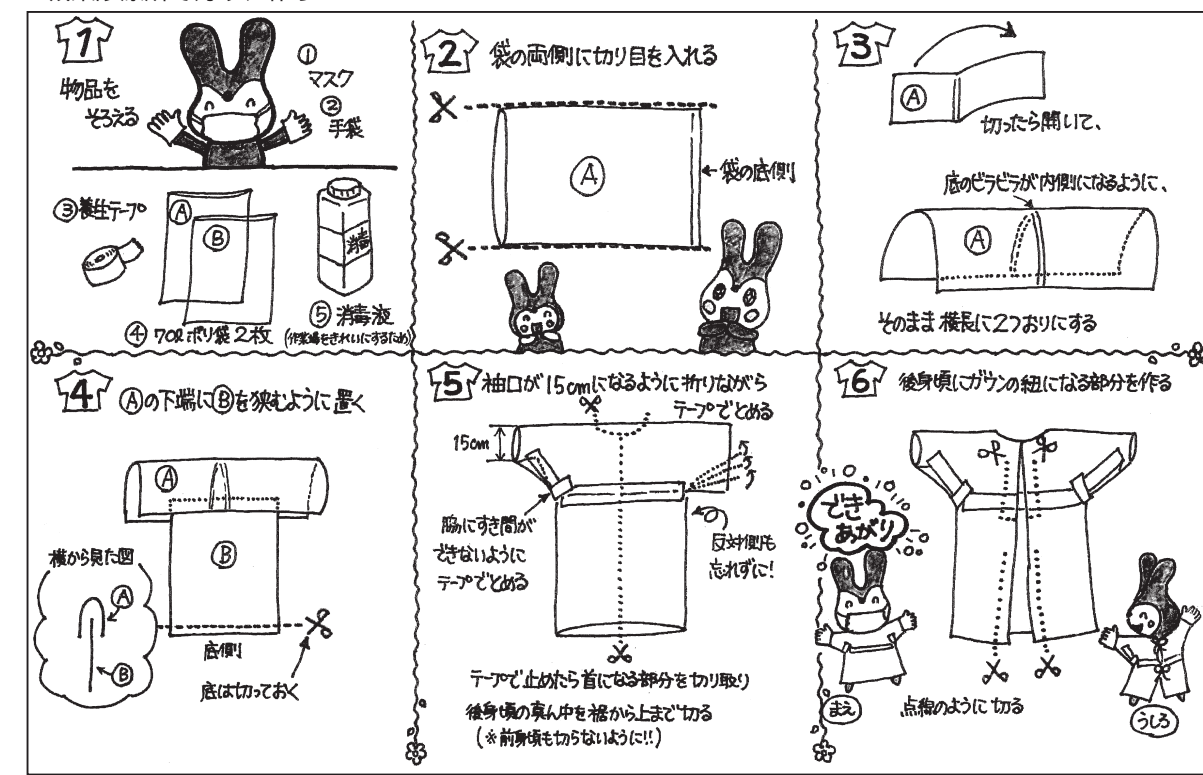


城東診療所でガウン作り

手づくりガウンにトライ～コロナ2波3波に向けて～

5月初め、コープおおさか病院からの「ビニールガウン不足！ガウン作りに協力して！」「歯科でたくさん必要！」との情報発信に、城東診療所地区では、3密を避けたガウン作りを検討。自宅と診療所（1回1時間5名まで）で2週間。延べ参加70名、300着を超すガウンができました。今回は地区内の「LINE グループ」を活用、「早く広く知らせることができ、何より久しぶりに顔を合わせ、医療活動に貢献できた喜びは大きい…」と、地区の芝山理事はふりかえります。

この間、他地区・支部でも工夫してガウン作りがすすみ、主に病院・歯科・介護現場で使われています。予想される2波3波の感染拡大防止のためにも、図を参考に「手づくりガウン」にトライしてみましょう！



理事会だより

出席状況 2019年度第11回理事会は5月16日（土）13:00～14:47までコープおおさか病院健診棟2階会議室とヘルスコープおおさか本部5階に分かれて、WEB会議として行われました。理事は35名中28名（うちWEB参加2名）、監事は4名中全員の出席でした。

承認事項

- 第1号議案 第21期（2020年度）理事定数承認の件
- 第2号議案 第21回通常総代会議案及び運営等承認の件
- 第3号議案 病院病棟空調更新とガスジョイント・ガス配管設備更新承認の件

第4号議案 4年度の経営報告と当面の経営対策承認の件

◆経営報告（3月度、累計）

- 法人全体で15,325千円の黒字でした。予算からは29,000千円あまり未達であり、コロナウイルスによる利用減少により2千万円からの減収、期末の好条件が打ち消された格好です。前年の収益から大きく下回る結果となりました。

決算見込みで33,000千円前後の赤字が見込まれます。

- ◆第21回通常総代会に向けて 地区別総代会議は10名程度で「3密」に留意し開催予定。通常総代会もコロナ対策として、最小限の人数で開催、各地区1名の総代の参加を呼びかけます。その他の総代には、書面議決で参加をお願いする。会場はコープおおさか病院健診棟2階で10時より開催。

- ◆5月号の機関紙は休刊しましたが、6月号は発行し、それ以降は状況を判断しながら決定したいと思います。

◆理事会委員会活動関連（文書報告）

- 組合員活動委員会 地区会議、支部会議、専門委員会の再開。「コロナに負けるな生協拡大運動」の呼び掛け。
- 緊急事態宣言が解除されれば、生協活動を「3密」避けて開催予定。
- 機関紙編集委員会 6月号、1面「お元気ですかテレフォン」にしのネット「コロナ関連」。地域版はプリンターなどで経費削減をお願いします。
- 社平和まちづくり委員会 「お元気ですかテレフォン」スタート。

◆当面の日程 次回理事会は6月13日（土）、WEB会議での開催予定です。

組合員のための無料法律相談 7月10日（金）午後6時～8時

＊毎月第2金曜日（1人30分・完全予約制）
相談担当：杉島幸生弁護士（関西合同法律事務所）
コープおおさか病院1階医療相談室にて
予約・問い合わせ 06-6912-5137～8
ヘルスコープおおさか組合員活動部まで

コープおおさか病院医療講座 再開のお知らせ

とき 7月11日（土）午後2時～3時
ところ コープおおさか病院健診棟2階
定員 25名 内容は現在検討中です。
詳細は、後日、病院ホームページおよび病院掲示などでお知らせいたします。

子どもたちを ティクアウトで応援



子ども食堂ひまわりのティクアウト



病院玄関前で「おうちでコベルくん」

新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防のため、ヘルスコープおおさかの子ども食堂も休止せざるを得ない状況でしたが、休校中の子どもたちに何かできないかと考え、ティクアウトで実施しました。

城東区の「子ども食堂のまわりでは、ベランダ側で、4月3日（金）中華丼180食、4月10日（金）はカレーライス150食、5月29日（金）には、市社

協がらいたいたお弁当150食を、お菓子や飲み物付きで配りました。

子ども食堂「コベルくん」は、5月22日（金）、コープおおさか病院玄関前で「おうちでコベルくん」を開催。①非常食のアルファ米について②フードバンクについて③「おうちで学べるセット」とアルファ米とスナック、お菓子と飲み物をマスク付きで配りました。日本小児科学会の出している休校中の子どもたちと保護者に向けたお便りも添えました。

急なご案内だったので、来てくれるか心配でしたが、用意した80セットすべて配ることができた。皆さんの保護者で「コベルくん」の顔が見られてうれしかった。

シリーズ

ごいっしょに考えてみませんか？
みなさんの声をお寄せください

認知症

：29

できることを尊重して「笑顔」に

85歳を超える40%以上の人が認知症といわれ、「こくありふれた現象になってきています。そして認知症は本人の問題であると同時に、介護する人（家族）の問題でもあります。

「認知症」とは、アルツハイマー型認知症のKさんは、同居する娘（Tさん）の名前も、遠方の息子さんのこともわからなくなる時があり、介護度はⅡ。Kさんは仕事をしながらKさんを介護中。Kさんは介護保険で通所リハビリやデイサービス、時には

「認知症」とは、アルツハイマー型認知症のKさんは、同居する娘（Tさん）の名前も、遠方の息子さんのこともわからなくなる時があり、介護度はⅡ。Kさんは仕事をしながらKさんを介護中。Kさんは介護保険で通所リハビリやデイサービス、時には

「認知症」とは、アルツハイマー型認知症のKさんは、同居する娘（Tさん）の名前も、遠方の息子さんのこともわからなくなる時があり、介護度はⅡ。Kさんは仕事をしながらKさんを介護中。Kさんは介護保険で通所リハビリやデイサービス、時には

コープおおさか病院 診療案内 電話 0570-06-1100

	予約必要	診療科目	月	火	水	木	金	土
午前 受付時間 8:30～12:00 診療時間 9:00～		内科	○	○	○	○	○	○
		外科		○	○			○(1.3)
		泌尿器科	○	○	○	○	○	○
		整形外科	○	○	○	○	○※	○※
		小児科	○	○	○	○	○	○
		皮膚科		○				
		眼科	○	○	○	○	○	○(1.3)
		歯科	○	○	○	○	○	○
		無呼吸いびき外来						○(1)
		糖尿病特診	○	○	○			○(2はなし)
		慢性疾患外来				○		
		健診70歳-外来			○			○(2.4)
午後 診療時間 14:00～		健康診断	○	○	○	○	○	○
		糖尿病特診	○	○	○	○(1.3)		
		慢性疾患外来						
		心療内科				○	○	
		循環器特診			○(1.3)			
		リウマチ特診	○(2.4)					
		無呼吸いびき外来	○(1.3)					
		小児科（乳児・特診）						
		乳児健診・予防接種		○	○	○	○	
		歯科	○	○	○	○	○	
		呼吸器外来		○				
		神経内科			○(1.3)			
夜間 受付時間 17:00～19:30 診療時間 17:30～		女性外来	○(1.3)					
		眼科						
		禁煙外来				○(1.3)		
		ボトックス外来						
		健康診断					○※	
		内科	○	○	○	○	○	
		泌尿器科			○			
		整形外科			○			
		皮膚科	○					
		小児科			○※			
		歯科	○	○	○	○	○	
		循環器特診	○(1)					
		呼吸器特診	○					
		禁煙外来						○(隔週)

※休診により予告なく変更されることがあります。

※小児科夜間

6914・1107 健診予約
診療時間17時～19時
19時～21時 ※要予約

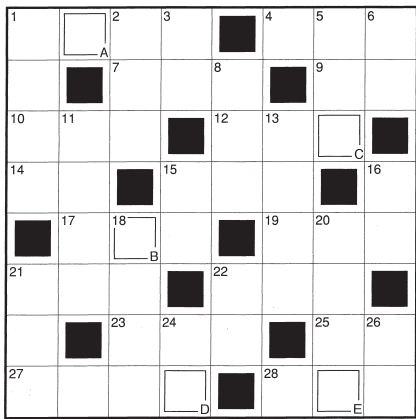
0570-08-1167
診療時間17時～18時30分

※要予約

脳活性化パズル 図書カードが当たります クロスワードパズル

解答

A
B
C
D
E



タテのヒント

- ①犬の原種と考えられる哺乳類。童話「三匹の子豚」の敵役
- ②淡水・汽水産の二枚貝。この味噌汁は二日酔いに良いとか
- ③筋肉、植物の繊維。「足の〇〇がつる」
- ④地震を起こすと言われる淡水魚
- ⑤既婚女性はミセス、未婚女性は?
- ⑥本を読んだり字を書いたりする時に使う台
- ⑦「リーンリーン」と鳴くバツタの仲間
- ⑧豚はこの動物を家畜化したもの
- ⑨肩口から手首までの部分。「〇〇に縫りかける」
- ⑩年上の女のきょうだい
- ⑪行きか帰りか的一方。「〇〇〇〇切符」
- ⑫陸上競技のひとつ。42.195 キロメートルを走る
- ⑬他人に害を与えようとする心、善意の反対
- ⑭布や紙で作り、竿などに掲げて装飾や標識にするもの
- ⑮土手鍋やフライ、生でも食べる貝。英語ではオイスター
- ⑯中国の想像上の生き物。人の悪夢を食べると言われる

ヨコのヒント

- ①砂漠の水場
- ②方角のひとつ。北の反対側
- ③実際に起こった事柄。「〇〇〇は小説より奇なり」
- ④液体や粉末の分量を量る器。節分の豆を入れることも
- ⑤朝または夕方、山のふもとなどを覆う雲のようなもの
- ⑥問題を出して相手に答えさせる遊び
- ⑦酸素と水素の化合物。「〇〇清ければ魚棲まず」
- ⑧山手線の駅で、御徒町と鷺谷の間にあるのは? 「〇〇〇動物園にパンダを見に行った」
- ⑨足がたくさんある節足動物。毒を持つ
- ⑩中国地方の県。県庁所在地は松江
- ⑪今日の次の日
- ⑫土台に垂直に立てられて、上の加重を支える材。「〇〇〇の傷はおとしのり」
- ⑬自分の仲間。敵の反対
- ⑭日本の麺類。二八、十割といえど?
- ⑮ばくちで相手の目を盗んで不正を行うこと
- ⑯自動車や自転車のタイヤのチューブが破れること

3月号の答え「ドビンムシ」応募 132 通 正解 130 通

4月号の答え「5」応募 178 通 正解 168 通

当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

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・ご意見など一言をお書き添えのうえ、下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 7 月 20 日必着。生協に未加入の方は応募を機会にぜひご加入ください。
※応募は 1 人 1 枚をお願いします。クイズ・読者の声はヘルスコープおおさかのホームページの「クイズの応募はこちら」のボタンを押して応募もできます。

(宛て先) 〒538-0053 大阪市鶴見区鶴見 3-6-24
ヘルスコープおおさか本部 機関紙編集委員会



読者の声

と思いました。

(小島ともみ 28歳)

○コロナウイルスによる世界の混乱に悲しい思いでいっぱいです。一日も早い収束を願い、自粛生活がんばります。

(富野 愛 46歳)

○コロナ感染の折、コープ病院・診療所・関係者の方々のご尽力に感謝いたします。

(山口 律子)

○4月号の虹のネット欄とても勉強になりました。なぜPCR検査が受けられないのか?疑問が少し解決しました。

(中村 順子 49歳)

○組合員さんの心のごもった手作りマスクのコラムに張りつめた気持ちがホットとしました。大変なときだからこそ助け合い、人思いやる気持ちを大切にしたい

方は、大変参考になりました。日頃疑問に思っていることに、すべて答えが出てすっきりしました。

(松島 洋子 67歳)

○機関紙はスミ・スミまで読ませていただいています。若いお母さんたちに読者拡大したいと思っています。

(堀口眞佐子 75歳)

○ナンプレ、ものすごく脳トレになりました。初めてのチャレンジで夫婦でがんばりました。達成感がすごいです。

(長尾 君子 67歳)

○現在(4/20)入院中です。ベットの上でナンプレをしました。娘がナンプレの本も買ってきてくれて、一文字ずつ数字が思いつくと嬉しいのです。

(田中 洋子)

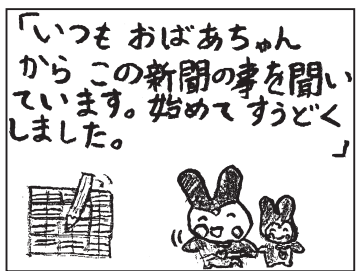
○「診療室から」のアルコールとの上手な付き合い

お店で働く方たち、交通・通信・食品を作ったさる方や、運んで下さる方々。全ての方に感謝です。いかに大勢の方たちのおかげで、私たちが生活できているか再確認できました。ありがとう(藤田 紘美)

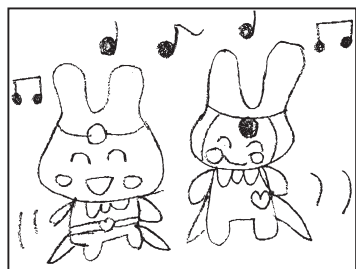
○学校も休みなので、ナンプレが終わればロコモーショントレーニングでちょっとした運動もしています。コロナウイルスに負けずに頑張ろう!

(野村 拓生 14歳)

♥かわいいイラストありがとう(ハールン・コープン)



(松田咲菜 10歳)



(山田結愛 8歳)

わいわい コーナー

健康づくりセンター
健康インストラクター
荒川 夏江

親子で身体動かしてみませんか!!

今この状況だからこそ親子で運動して絆を深めてみませんか? 運動不足解消・リフレッシュ・免疫力をつけていきましょう。

おしりずもう

- ①2人で向き合い、お山座りをする。
- ②「はっけよーい!のこった」で座ったままお互い押し合う。お尻をつけたままであれば動いてもOK!
- ③床に手を突いたりお尻が浮いたり倒れたら負けです!



※おしりずもう応用編

- ①座布団を使用して行ってみる。
- ②3人で。3人以上でも行ってみる。

片足フラミンゴ

- ①2人で手をつなぎ左足のみ(又は右足のみ)でバランスを作る。
- ②そのまま2人でゆっくりしゃがみ3秒キープしてから立ち上がる。
- ③お互い反対の足(右と左・左と右)でもチャレンジしてみる。

※注意点 力は入れ過ぎず2人のタイミングが大切です。

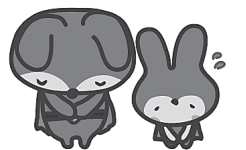
運動後は親子でマッサージをするのもコミュニケーションの1つなので、ぜひとも行ってみましょう。

機関紙ヘルスコープおおさか5月号 休刊についてのおわび

機関紙「ヘルスコープおおさか」は、新型コロナウイルス感染拡大の中、組合員さんの協力もいただき4月号まで発行することができました。しかし、大阪では4月7日「緊急事態宣言」が発令され、爆発的な感染への危機感が高まりました。こんな時だからこそ、これまでの豊かな実践の経験や交流に資する機関紙の役割は重要ですが、取材などには限界があり、支部での機関紙仕分け作業も密集形成になり、手配りさんの状況も鑑みて4月18日の理事会で、5月号の機関紙休刊を決定しました。

申し訳ありません

毎月機関紙を楽しみにして頂いている組合員のみなさまには、誠に申し訳ございませんでした。



組合員職員交流集会を中止

9月22日(祝)にエルおおさかで『法人合併でめざす「新しい医療福祉生協づくり」に向けた組合員職員交流集会』を予定していましたが、新型コロナウイルスの感染予防のため中止します。「生協の未来ニュース」№4にも告知されていますが、中止になります。