

「liaison」とは、フランス語で「結びつき」や「連絡」を意味する言葉。この機関紙が仲間同士の連携・絆となることを願って。

## 出会い、ふれあい、支えあい みんなで“声”かけ合って…



### お元気ですか訪問2023

## 中央エリア+あか診地区でスタート!!

あかがわ生協診療所

5月8日より、新型コロナウイルス感染症法が5類となり、世間的には「コロナ後」の様相が強まる中、地域の困りごとを拾いあげるため、今年も中央エリアとあか診地区では、「お元気ですか訪問」に取り組んでいます。北エリア、東エリアでは秋に実施の予定で準備を進めています。コロナ禍であっても「出会い、ふれあい、支えあい」が大事という思いで、訪問できない場合は電話での「お元気ですかテレフォン」も行っています。

今年も、年に一度の健康診断の受診を呼びかけることや、医療や福祉以外の「お困りごと」についても「助け合いの会」をはじめ、関係各所につなげ解決にむけてサポートを行っています。「気になる患者さん」訪問や、年間を通じて訪問行動をしている地区もあり、組合員同士が助け合い、支えあう運動には、多くの職員も参加して地域を知る活動にもなっています。

# 和気あいあい、手縫いにこだわって

コープおおさか病院地区 いきいき健康サークル



時には運動系にも挑戦

次回で23回を迎える「いきいき健康サークル」は、その日で作れて、可愛くて、日常使える物を選んで



手縫いに集中する皆さん



ハンカチで作った巾着

作成する、10人〜15人で取り組んでいるサークルです。お家で使わなくなったハンカチで作る巾着や、端布を使ったブローチ、時にはハンドや耳つぼマツサージなど様々な事にチャレンジしています。サークルをひっぱり切って貰っている沖野さんは、「次は何にしようか?」とあれこれ、元理事の三木さんと考えることや、試みに作成したり準備する事が楽しいと言われます。皆で和気藹々とおしゃべりしながら、時には集中して黙々と打ち込む事もとてもストレスの発散になるとのことです。



完成品を手に、よく出来ました♪

## 診察室から 番外編 ガンバレ夏の医学生! 地域で積極的に交流を

医療福祉生協おおさかでは、多くの医学生が学びを求めてやってきました。この夏もコープおおさか病院と東エリアにやってきました。

職員から医療の現場を学び、東エリアでは班会や健康チェックに参加します。先輩医師だけでなく他職種の職員、地域の運営委員さんや組合員と関わることで、大学や教科書では得られないことを学び

ことができる大切な場所です。もし皆さんの地域に「医学生やってくるなら、是非積極的に関わって下さい。」  
「こんな医師になってね」「こんな医師にならないでね」地域で求められる医療など色々な事を伝えて頂ければ学生たちは喜びます。学生たちの貴重な学びの場を盛り上げていきましょう!  
(東エリア医学生委員会)

## 依存症や治安…問題は山積 府・市はカジノを中止すべき



今年4月、大阪府・市の整備計画が政府によって正式に認定され、このまま博場をつくらない、増やさないことです。

次にカジノの誘致で地元住民は雇用の機会を期待するとの声もありますが、実際には限られた職種のみで、地域の雇用全体にはほとんど影響を与えないと言われています。また、カジノは観光客のお金を吸い上げ、地元の小売業や観光業を圧迫する可能性があります。

さらに、カジノは犯罪の温床となる可能性ががあります。マネーロンダリングや不正行為などの組織犯罪のリスクを高めることがあります。また、ギャンブルの問題を抱えた人々が犯罪に手を染める可能性もあります。



その他にも、カジノを含むR予定地の市有地賃料が安すぎる問題、約790億円の公費投入に次ぐ地盤沈下対策が続く問題など大阪府・市はカジノ建設を中止し、持続的かつ健全な地域経済の発展に重点を置くべきです。



今回の法案は、保険者がすべての被保険者に健康保険証を配布する義務をなくし、被保

険者からの「申請主義」に転換することになります。「無保険」状態となる人を大量に生み出すことになり国民皆保険制度をも崩壊に導く可能性があります。マイナンバーカードを自力で利用、活用できない人、あるいは取得自体が困難な人たちが多数存在します。法案成立により多くの社会的弱者が医療から切り捨てられることになり、国民の命と健康を軽んじる悪法と言わざるをえません。高齢者施設からも利用者のマイナンバーカードの管理は不可能だという不安、不満の声が上がっています。

「健康保険証を廃止する」といって何らメリットはありません。逆に、現場の医療・介護従事者の負担を増やし、患者・利用者とりわけ介護高齢者や障害者など最も医療を必要とする人々たちを医療から遠ざけます。他団体とも協力しながら「健康保険証廃止を中止に追い込む」運動を行ってきましょう。（医療福祉生活協同組合おおさか 理事長 藤田昌明）



6月2日に参院本会議で健康保険証廃止を含むマイナンバー法等改定法案が自民、公明、維新、国民などの賛成多数で可決されました。医療情報や受取口座の誤登録、証明書の誤交付などが次々と発覚しシステムの根幹そのものの問題が指摘されている中でこの法案成立です。マイナンバーカードの取得は法律上あくまで「任意」であり強制されるものではありません。従来の健康保険証を廃止してまでマイナンバーカードと紐付けし、取得を「義務化」することは合理的な意味がありません。

# 「健康保険証廃止」中止運動を医療の切り捨てにつながらず 保険証がマイナンバーカードと紐付け!?

リハビリ室から健康や介護予防について元気になる情報をお届けします



## “あいうべ”で楽しく予防体操を

### 第2回「嚥下障害」

コープおおさか病院 理学療法士 阿部 広和

今回は「唾液」のおはなしでした。口つながりということで、今回は「嚥下」つまり飲み込みの話をしたと思います。嚥下とは食べ物や飲み物を「ごっくん」とすることです。もぐもぐと適切な形や大きさに咀嚼されたものは喉の奥へ運ばれ嚥下されます。ごっくんと嚥下されたものは食道を通過して胃に入っていきます。

嚥下障害とは、食道へ運ばれるはずの食べ物などが誤って気管に入りやすい状態をいいます。加齢や疾患などで飲み込む力が低下し嚥下障害になります。嚥下機能が低下して食べ物が気管に入ってしまうことを「誤嚥」といい、これが原因で「誤嚥性肺炎」になることがあります。誤嚥性肺炎は日本人の死因第3位という報告があります。「最近よくムセるわ〜。」という方は注意が必要ですが、ムセるといふ反応は誤嚥回避反応で

もありますので、すぐに心配する必要はありません。「不顕性誤嚥」といって、ムセることなく周囲から気づかれにくい誤嚥をすることが誤嚥性肺炎のリスクを高めます。

### 嚥下障害の“記”

誤嚥予防のための体操は様々あります。前回の唾液腺マッサージも一つです。ほかには首肩回りのストレッチなども多く紹介されています。今回は簡単にできる嚥下機能のチェックと予防体操を一つずつご紹介します。

### 【嚥下機能チェック】

水少量を口に含み一度飲み込みます。唾液(つば)を30秒間で何回ごっくんできるかを計測します。3回以上できれば正常と判断します。

※あくまで目安ですので、2回以下で心配な方はかかりつけ医療機関に相談しましょう。

### 【あいうべ体操】

- ①～④を2秒～5秒かけてゆっくり10セット行いましょう。声は出しても出さなくてもオケーです。
- ①「あ〜」と口を大きくひらく。
- ②「い〜」と口を大きく横に広げる。
- ③「う〜」と口を強く前に突き出す。
- ④「べ〜」と舌を突き出してしっかり下に伸ばす。



ほかにもカラオケや早口言葉で楽しむことも嚥下障害の予防につながります。



# 『積極的元気』を目標に支え合って

6月17日 東エリア

## 健診大受診運動 2023年度スタート集会

6月17日(土) 14時から東大阪生協病院4階組合員ホールで行いました。当日は東エリア全地区から89名(組合員59名、職員30名)の参加で始まりまし

す！) 昨年度はまだコロナの影響もあり100%の活動とまでは行きませんでした。2万1000名を超すドック利用者数をあげました。(コロナ前を目指し頑張りま

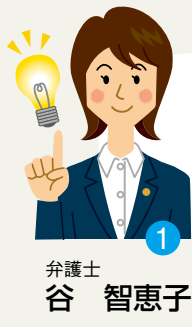
基調報告では、職員の電話かけ活動や組合員の健康チェック過去最高数の取り組みを通じた健診確保の報告と、今年度さらなる飛躍を目指した呼びかけが行われました。

は積極的な元気をつかみ、自らが健康になる。そんな想いを胸に、最後はみんなで集合写真を撮りました。(健診大受診運動推進チーム委員 永田八生)

表彰式では、「ドック」紹介カード最数提出数支部やドック電話かけ3か月連続1000件超職場など昨年大きな成果を出した支部、職場が表彰されました。そして、今年度も引き続き意欲的な活動とさらなる飛躍の為にグループワークを行い、盛り上がりしました。ドック受診活動は健康を支える・事業を支える、そして活動をすすめる私たちが積極的な元気をつかみ、自らが健康になる。そんな想いを胸に、最後はみんなで集合写真を撮りました。

### 仕事中の事故で怪我をした時 労災保険だけでなく雇用主にも賠償責任があります

弁護士さんに  
聞いてみよう!



弁護士 谷 智恵子

**問** 食品工場で、機械に巻き込まれて腕を切断しました。労災保険での補償受けましたが、雇用主にも損害の請求ができますか。

**答** 雇用主は、働いている労働者に対して、仕事の過程で労働者の命や身体の安全を危険から保護する義務があります(労働契約法5条)。「安全配慮義務」といいます。

労働安全衛生法とその関連する法規は、労働者の安全を確保するために、様々な規定を定めています。雇用主には、その内容に沿った義務があります。例えば食品の製造過程で、機械が作動している部分には、安

大阪法律事務所  
大阪市中央区谷町九丁目  
3-17 中央谷町ビル2階  
電話：06-4302-5153  
★組合員であれば、初回相談料が無料です。

全ガードを取付けねばなりません。また、機械の清掃や調整の作業中は、機械を停止させて行わせなければなりません。雇用主が、こうした義務を怠り、事故が発生し、労働者が負傷した時には、雇用主は安全配慮義務違反となり、損害賠償義務があります。これは一例ですが、職場でのハラスメントや過重労働など、労働者が仕事を遂行する上で、雇用主は様々な場面で安全配慮義務を有します。労災事故では、事故を負った労働者に、労災保険では賄いきれない損害が発生します。雇用主に安全配慮義務違反があれば、損害賠償請求することになります。

# 医療福祉生協おおさかの歯医者さん

5つの歯科を順番にご紹介します

## ③せいきょう三丁目歯科



### 無料送迎や訪問による口腔ケアも意欲的に取り組んでいます

せいきょう三丁目歯科は旧城東鶴見保健生協で初めての歯科として1997年に開設され、事業所名は組合員さんからの応募で決まりました。開設当初はユニット6台からのスタートでしたが、現在は8台で診療を行っています。認知症の方や歩行が困難で受診が難しい方のために、開設当初から組合員無料送迎も行ってきました。歯科往診にも取り組み、訪問（在宅・施設）による口腔ケアにも意欲的に取り組んでいます。現在は合併して訪問エリアも広がっています。近年は「全身の健康は口腔から」と歯科の重要性の認識が広がっています。歯を丈夫で長持ちさせるためには定期検診が大切です。これからも組合員さんのお口の健康づくりのサポートをスタッフ一同で取り組んでいきます。お口のことでお困りのことがあればお気軽にご相談ください。

(歯科衛生士主任 前原 あゆみ)

住所：大阪市城東区蒲生 3-15-12

電話：06-6936-8241

## お金の心配なく学べるように

法人医学生委員長(東大阪生協病院内科)

青木 淳



はなぞの生協診療所 所長 石井医師(写真左)と青木医師(右)

がお金の心配なく学べる環境づくりを行うことにより「我々が頼りになる大人たち」になることも大切だろうと思います。その繋がりから、私たちの後継者となる医学生が誕生したら、こんなふうにうれしいことはないと思います。ともに頑張りましょう。

先日参加した全日本医連の全国医学生委員長会議では大学生が困窮しており、コロナ禍でバイト収入や仕送りが減少した大学生に医学生サポートセンターで食材支援活動したところ

20名以上の医学生が集まったという報告もありました。医学生対策といえはどしどし「私たちの後継者を獲得する活動」というところに力点を置きがちになりますが、「大学生

### 明日の医療を担う医学生への環境づくり

# 頼れる大人として明日の医療を展望

医療生協を将来に渡り私達と担ってくれるお医者さん達はすぐには誕生しません。私達は様々に学びの場を提供しています。その先頭に立つ2人の先生に思いを伺いました。

## 私たちの`地域医療活動、ぜひ一度見学を

コープおおさか病院 院長

西上 喜房



総代会会場で発言する西上医師

私たちは入院患者さんに個室の差額ベッド料を徴収せず、医療費の支払いが困難な人のために無料低額診療の事業に取り組むなど、お金のあなして患者さんを選別せず、どんな人にも平等に医療を提供してきました。地域に必要とされ続けているこの医療福祉生協を、次の世代へ引

き継いでいくことも私たちの大切な役割だと考えています。組合員さんの中に、医師を目指している方が知り合いにおられる方は、ぜひ一度当院への見学を勧めてください。地域の健康づくりに貢献する私たちの医療活動を直接見ていただければと思います。

# コープおおさか病院地区 SDGs「フードロスをさせへんday」

## みんなと「協同の時間」持ててよかった



病院前には長い列

5月26日(金) 10時  
 コープおおさか病院前にて、「フードロスをさせへんday」を行いました。コロナ禍、自宅療養の方への食品支給分が大量に余り、相談を受けて、フードロスをなくす取り組みとして急遽企画されたものです。10キロのひと箱を3つに分けて約200個をわずか20分あまりで配りきりました。久しぶりに組合

員さん、みんなで行った企画でしたので、皆さんもとてもパワフルに取り組んで喜んでいただけました。  
 病院職員も協力しての一瞬の企画でしたので、もう少し協同の時間を味わいたいと感じたくらいでした。  
 今後、田島地区、城東区内の地区、あか診、今津診でも取り組みが行われる予定です。



ダンボール箱から袋に詰め替え



揃いのTシャツで「がんばろ〜」

**「ハルコネコ」**  
 あおぞら本だな  
 作・絵：あおきひろえ

「こらー!ハルコ!!」というおかあさんのハルコをしかる声から物語は始まります。おねえちゃんだからっていつもわたしばかり、なぜ…と泣きべそをかいているハルコをノラネコのクロが手招きします。猫になってしまったハルコ、この先どうなってしまうのか、親の立場で読み続けていると「ありゃりゃ〜」と心配になります。



ついつい子どもを叱ってばかりの毎日、叱る方も子どももお互いに疲れちゃった時おすすめの一冊です。お母さんをお父さんパージョンにして読んでも楽しいですよ。絵の可愛さや色づきがいも斬新な絵本でした。(紹介者 梶真実)

### あなたのオススメの本を教えてください

絵本のほか、おすすめの本がありましたら是非紹介してください。本の題名、作者、紹介者名と紹介のコメントを200字でお願いします。ご連絡は右のQRから。



### 組合員のための 無料法律相談

10月13日(金)・11月10日(金) 午後6時～8時

[開催概要] 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)

[場所] 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]

TEL 06-6912-5137~8

医療福祉生協おおさか本部  
 組合員活動部まで



【お知らせ】8月の医療講座はお休みとさせていただきます

### 健康診断は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。お申し込みは右のQRから。



理事会だより

◆出席状況

2023年度4回理事会は6月3日(土)14:00～16:56(健診棟2階とWEBの併用)理事は39名中35名、監事は6名中6名出席

◆議決承認事項

- 第1号議案 第1回通常総代会に向けた議案の修正および追加承認の件/全会一致で議案は承認されました。
●第2号議案 高倉センターの取り壊し・事業所の移転・「ほくほく」配食事業廃止案承認の件/配食利用者へは丁寧な説明を行い他の配食サービスの紹介を行う予定。現在就労されている職員には面談を行い他の事業所への雇用受け入れを検討。質疑を踏まえ、第2号議案は全会一致で承認されました。
●第3号議案 うえに診療所地区 桃谷・桃園支部統合承認の件/桃谷・桃園支部合同での会議を開催し、支部統合する事で5月の地区運営会議で報告し理事会への提案となった。質疑を踏まえ、第3号議案は全会一致で承認されました。

◆協議事項

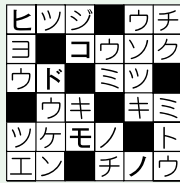
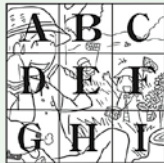
- 1) 2023年4月経営結果状況の報告
4月は予算比で収益不足と費用増加となり、概算で1億円程度の赤字の見込み(約4千万円の赤字予算を上回る)結果となりました。
2) 組合員活動の報告 6/1-3 取り組み状況・2023年度目標 各担当理事より活発な活動が報告されました。質疑を踏まえ協議事項を確認しました。

★次回7月15日(土)14時～集合での開催

いきいき脳活 まちがいがし



クイズは、まちがいがし・クロスワード・ナンプレの順に毎月出題します。2つの絵でちがいがし8つあります。AからIまでちがいのないエリアを1つえらびましょう



【5月号の答え】(コトモノ) ヒツジ ウチヨド ウミツキ ヲモチ

【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30名様に図書カード500円分をお送りします。ご応募は1人1枚(1mail)でお願いします。なお、ご記入いただいた内容は『読者の声』などへ氏名・年齢と共に掲載することがあります。ペンネームでもかまいません。

【締め切り】8月15日(火)必着

【宛先】〒538-0053 大阪市鶴見区鶴見3-6-24 医療福祉生活協同組合おおさか クイズ係



QRからでも応募できます



ほくせつ地区のニュースと、医療福祉生活協同組合おおさかのニュースがセットで届くようになり、クロスワードパズルやナンプレでの毎月の脳トレ(脳活)がバージョンアップしました。とくにナンプレは、結構イライラしながら解くのですが、解答できたときの達成感(は気持ち晴々の素晴らしさです)。(豊中市 久保真澄 68歳)

いつも機関紙を届けていただいてありがとございませす。台風、大雨、地震など地球が怒っているのに、戦争なんかやってくる場合じゃない!早くやめて欲しいです。(鶴見区 谷川葉子 59歳)
子ども達が、幼稚園の頃、家の前で遊ばせていた時に誘われて組合員になり、その子ども達も成人しました。人間ドックなど定期的にお世話になつておかげさまで健康に過ごせています。(八尾市 貞政郁代 51歳)
3月に4日間体調不良で入院しました。その時の食事がおいしく、おかげさまで元気になりました。(鶴見区 塩尻忠之 70歳)
箕面支部も先輩方のためり場運営を参考にして頑張っています! こども応援隊など良い取り組みですね。あれもやりたいこれと夢を形にしていきたいです!(箕面市 阪井耕二 65歳)



# こそだておうえんたい

## ④ 子どもスポット本泉寺

東エリア花園診療圏地区



毎月本泉寺前に貼り出されるお知らせ

ボランティアは医療生協組合員など5名、教師OB3名など。食材についてははいずみ市民生協

ボランティアは教師OBの方々も完全無償です。

### 一緒に食べて、学んで 子ども食堂週1回 学習支援は週2回



今日のメニュー



こども食堂本泉寺  
／てらこや本泉寺  
住所：東大阪市若江  
東町3-3-15  
TEL：06-67  
26-6001



## ポークビーンズ

レシピ担当：東大阪生協病院 管理栄養士 柳澤 保



材料(2人分)

- 豚肉…………… 100g (切り落とし)
- タマネギ…………… 60g
- ジャガイモ…………… 60g
- にんじん…………… 40g
- 水煮大豆…………… 100g
- すりおろしニンニク… 小さじ1/2
- トマト缶 (カット) …… 200g

- ケチャップ…………… 大さじ3
- コンソメ顆粒…………… 小さじ1
- オリーブオイル (サラダ油) …… 小さじ1
- 有塩バター…………… 8g
- 塩、コショウ…………… 適量
- パセリ (乾燥) …… 適量
- 水…………… 200cc 前後

### <作り方>

- ①タマネギ、にんじんは1cm角に切る。
- ②ジャガイモは皮をむき1cm角に切り5分ほど水につける。
- ③フライパンにオリーブオイル、すりおろしニンニクを入れ弱火にかけ香りがしてきたら豚肉、にんじん、タマネギを入れ炒める。
- ④豚肉の色が変わったら水切りをしたジャガイモと水煮大豆、トマト缶(カット)、水を入れ中火で煮る。
- ⑤煮立ったらケチャップ、コンソメ顆粒を入れジャガイモに火が通るまで中火で10分程煮込む。

- ⑥塩、コショウ、バターで味を調える。
- ⑦火からおろし、器に盛り付けパセリを散らす。

### つくってみました

豚肉と水煮大豆をトマトスープで煮込み、具沢山で食べ応えのある一品です。パンにもご飯にもあいます。簡単に作れるおかずです。お試しください。  
(管理栄養士 柳澤 保)

