

写真右=はなぞの地区枚岡南支部運営委員の西口さん

街に出て、声かけあって、

東エリアでの健診紹介運動

現在、東エリアでの組合員による健診紹介数は1,813件です。中央エリア264件、北エリア42件とエリア間で紹介数に違いはありますが、地域の健康をまもるための重要な健診運動ですので、全エリアで上げていきましょう。3月になれば駆け込みで予約枠がいっぱいになり、受けたくとも受けられないことも予測されます。2月中でのご予約を是非ともよろしくお願いたします。

今回、ドックを受けていただく方は、お元気ですか訪問の中での声かけの方です。健診予約を取り送迎も手配、そして問診票をお持ちします。その中に紹介カードを入れて受付で提出してもらうようお願いいたします。もう一人の方は、いつも自分で予約していた方でしたが、支部から問診票をお渡しして、紹介カードをいっしょに受付に出していただけたら支部に活動費が還元されるのですと話す、「知らなかったからこれから協力します」と快く了解してもらえました。



地域ぐるみでの健康の輪、



程、よろしくお願いたします。

2024年1月1日16時06分に、石川県能登地方で発生した能登半島地震により、石川県志賀町（しがまち）で震度7（マグニチュード7.6）を観測したほか、北海道から九州地方にかけて広域に震度6強〜1を観測しました。輪島市や珠洲市では、陸路や通信の寸断などで救助・支援作業が難航しています。安否不明者も1月18日時点で22名おられ、1万7600人の方々が厳しい寒さのなか、避難生活を強いられています。現在、石川民医連より、義援募金募集の取り組みの依頼があり、医療福祉生協おおさかとしても積極的に協力することを確認しました。義援金は、石川民医連より各自治体を通じて被災された方へお届けします。各事業所にて義援金箱を設置しております、ご協力の程、よろしくお願いたします。

能登半島地震により被災された皆様にご心よりお見舞い申し上げます

義援募金へご協力をお願いします

義援金振込先

【実施期間】2024年2月末日
北陸労働金庫 本店 普通預金 3764694
石川県民主医療機関連合会 会長 中内義幸
イカワケミシユイリヨウキカルノウ カイ カイヨリ ナカチヨシキ



いただいた支援金は、石川民医連および医療福祉生協連にもお届けします。(関連記事:7面理事会だより)

四季折々の風景を堪能！ 体力・筋力維持や増進にも一役

ほくせつ地区 ハイキング班会



途中の中山寺奥の院にて

うわさの班会



ほくせつ地区の北東部支部では毎月第一土曜日にハイキング班会を行っています。能勢や生駒、六甲などいろいろな山々を、みんなで四季折々の風景を堪能しながら仲良く楽しんでいきます。

1月6日は新春ハイキングということで中山寺から天宮塚経由で清荒神へ行く冒険3時間ほどのハイキングにいきました。参加がやや少なかったですがみんなで清荒神にお参りして帰ってきました。

最近、足腰の痛み・障害などで悩まれる方も増えていますが、日ごろから体力や筋力の維持・増進などに努めながら安全な登山をすすめていきたいと思えます。新しい参加も歓迎しています。ほくせつ地区までお問い合わせください。

ためらわず、がん検診を！

医療福祉生活協同組合おおさか 楠根診療所副所長 木本安彦

診察室から



時代は進んでも、現代社会の生活環境の変化は、癌発生の危険性を増加させています。癌根治の方法は未だ見つかっていませんし、癌発生の機序さえ解明に至っていません。

癌は基本的に自然治癒はありません。いかに良い薬ができて、いかに上手に手術で切除したとしても、1個でも癌細胞が

体内に残れば、また増えてきます。

癌を治すためには、体内からすべての癌細胞を消し去ることが必要です。すなわち、癌発生初期に全癌細胞を取り除いてしまえば、根治可能です。

乳癌は小さいうちに見つけることのできる、早期発見しやすい癌です。乳癌を見つける方法は①自己検診、②マンモグラフィ（乳房のレントゲン）、③超音波、④CTやMRIです。

①自己検診は乳房乳頭の變形、硬いしこりに注意。

②マンモグラフィはドックのメニューにあり、大勢の検査をこなすには便利ですが、乳房が重なり癌が映りにくい、読影が難しいなど課題があります。

③の超音波検査は触診でもわからない小さな癌の検出が可能です。

私のおすすめとしては①月1回の自己検診③年1回の超音波検査（もしくは②マンモグラフィ）。最近では乳癌細胞を分子的遺伝子的に詳しく調べ、最適な治療方法（ほとんど進化している）を選択できるようになってきていますが、やはり何といても小さいうちに見つけることがベストです。ためらわずに検診を受けて下さい。

どうして止まらない？ 負担ばかりの万博・カジノ！



万博関連の経費はうなぎのぼり、「空飛ぶ車」のために使われる開発費は、なんと38億円！ 全く「空飛ぶ車」は「火の車」。ほとんどヘリコプターと変わらないのに、これが「万博の目玉」？

年後にはつづします」とカジノ建設、一体だれが得をするの？ 大手ゼネコンとカジノ業者ではないでしょうか？

万博にかかるお金はだれの負担？

現段階で一人分に直すと

赤ちゃんからお年寄りまですべての人が、大阪市民は約10万7千円、大阪府民は約9100円、他府県の人約2800円。大阪市の4人家族なら40万円以上！

どこから考えても、万博は即時中止、百害あって一利なしのIR・カジノも止める署名にとりくんでいきます。ご協力ください。（夢洲カジノを止める東大阪の会 桐生佳子）

巨額の税金を使い、国民の負担を顧みない万博（半



健康推進などの努力や市民の力で引き下げたきたこれまでの市町村の運動を守り

「国保料下げろ」の声を上げよう!!



府内各自治体は国民健康保険料「大阪府統一」に向け、6年前から保険料を上げ続けてきました。たがとうとう今年「日本一高い保険料」となることが大阪社会保険推進協議会（社保協）の調査で明らかになりました。

誰にも一利がない強引にすすめられた政策

大阪府は国の方針に従い、そして大阪府内の各市町村から「国保の運営が大変」という声を受け、当時の橋下府知事が「それなら統一する」と強引にすすめた結果、運営が大変な自治体を統一しても府民にとって保険料が下がることはなく、むしろ絶対に赤字とならないよう高い保険料に合わせる仕組みとなります。健康推進などの自治体の努力、運動や市民の声で引き下げてきた市町村にとって「誰に

大阪の国保料は ついに「日本一」高くなりました

も一利もなし」という状況になります。

右記に対し、大阪府民から様々なパブリックコメントが寄せられました。そのことに対し大阪府国保運営協議会の委員から「府民は誤解している」「高いのは府民が高い医療水準を享受の表れ」など府民がこれ以上負担できない生活実態を無視するかのような発言が多数出ています。

国保料を安くすることが一番の貧困対策に

現在国民健康保険の加入者の半分は自営業、フリーランス、非正規雇用労働者とその家族でコロナ禍と物価高の影響を最も受けている人たちです。国保料を安くすることが最も有効な貧困対策です。是非多くの方に大阪の国保は「日本一高い」と知らせ、「国保料下げろ」の声を一緒に上げていきましょう。

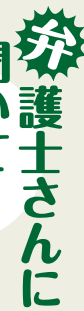
(北エリア組合員活動統括課長・豊中社会保険推進協議会事務局 長 瀬藤 修平)

22年度 大都市の国民健康保険料と大阪府統一国保料の比較

大阪府統一国保料	412,115円
札幌市	339,360円
さいたま市	333,900円
神戸市	332,680円
新宿区	295,526円
名古屋市	233,760円

借家を退去する際には？

行政機関が作成したガイドラインがあります



回答弁護士 河野 豊

あっても、耐用年数を超える古い設備については責任を負わない場合があり、耐用年数を超えていなくても責任が制限されます。

ただし、耐用年数を超えている設備であっても、使用できていた物を損傷させて使用できなくさせてしまうと、その補修費用は支払わないといけません。

問い 長年住んでいた借家から転居することになりましたが、家主さんから原状回復をしよう求められました。何をすれば良いのでしょうか。

答え 転居によって建物の賃貸借契約が終了すると、借主には原状回復をする義務が生じますが、この原状回復の基準として、国土交通省住宅局が平成23年8月に発表した「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン（再改訂版）」があります。

このガイドラインによると、自然的な劣化・損耗（経年変化）や、通常の使用により生じる損耗（通常損耗）については、賃借人は責任を負いません。

さらに、賃借人に過失が

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。

定期的に「歯」のセルフチェックを 糖尿病と歯周病の怖〜い関係①

<監修:生協森の宮歯科所長 池田>

歯周病は糖尿病の合併症のひとつですが、日本人の成人の8割がかかっているとされています。糖尿病を患っていると歯周病になりやすく、反対に歯周病だと糖尿病が悪化しやすいことが分かっています。まさに悪循環です。

歯周病の原因は、「プラーク」といい、細菌の塊で、歯周病菌を含んでいます。これが、歯茎に出血や腫れなどを引き起こします。健康な場合は歯と歯茎の間の深さは一〜二ミリですが、歯周病が進行すると歯を支える「歯槽骨」が溶けて深い溝ができ、「歯周ポケット」が出来てしまいます。それが六ミリを超えると重度の歯周病で、更に進行すると歯が抜けてしまいます。

糖尿病で歯周病が悪化

糖尿病になれば免疫が低下します。免疫とは体内に入った細菌などを白血球などが攻撃することです。ところが、高血糖の状態では白血球などの働きが低下してしまい、さまざまな感染症にかかりやすくなります。プラークの菌に対しても抵抗力が低下するため歯周病が進みやすいのです。また、高血糖の影響で歯のさまざまな組織が劣化したり、歯の周囲の血行が悪くなるのが歯周病悪化の要因とも考えられます。(次月に続く)

歯周病チェックリスト

<input type="checkbox"/>	歯ぐきがムズムズしてかゆい？
<input type="checkbox"/>	歯ぐきが浮いた感じで腫れぼったい？
<input type="checkbox"/>	歯を磨くと歯ぐきから出血する？
<input type="checkbox"/>	朝起きたとき、口の中がネバネバしている？
<input type="checkbox"/>	歯ぐきを押しと血が出る？
<input type="checkbox"/>	口臭を指摘された？ 自分で口臭があると感じる？

3つ以上当てはまる場合、軽度から中程度の歯周病が疑われます。

闘いの足跡 私たちが語り継いで

ノーモア・ミナマタ 第2次近畿訴訟 原告勝訴を受けて



判決旗出し

長谷川…歴史的な判決が出て良かったですね。私の友人が原告団の支援で傍聴、その時、橋田先生が法廷に出られていました。私たちは以前特措法が成立した時は良かったねと言っていたのですが、特措法では対象地域が限定されていて、今回の判決ではその「地域」を「地域の外でも、水銀に汚染された魚介類を継続的に食べた場合には、水俣病を発症し得る程度に水銀を摂取したと推認するのが合理的だ」とされました。

橋田…そうですね。熊本の医師などが不知火海を中心に多くの方を対象に行った疫学的データを裏証し、裁判で意見陳述してきました。そして、大阪などでたくさんの方の診断をしてきた、私たち民医連の医師側の診断を認めてくれた画期的な判決でした。

長谷川…医学生は大学で水俣病は終わったと歴史上の出来事のように学ばんです。私たちの医療生協の組合員さんもそう思っている方が多いと思うんです。でもまだ終わっていないし、苦しんでいても患者になれない方もいるという現実がある。

橋田…今回は、司法の良心を実感した判決でした。しかし今後熊本や新潟でも裁判が行われ、大阪でも次は高裁で裁判が続くと思います。この未曾有の公害を正しい形で結審させるために、興味を持って多くの方に

入廷前集会 徳井弁護士代表による決意表明



原告団として参加した 橋田 亜由美 医師への質問

昨年9月27日に画期的な判決が出されました。これまで水俣病と認定されておらず、救済策の対象にならなかった熊本と鹿児島出身、その後大阪や兵庫などに移り住んだ50代から80代の128人が、国と熊本県、原因企業に賠償を求めた裁判の判決で、大阪地方裁判所は、原告全員を水俣病と認定し、国などに賠償を命じました。住んでいた「地域」や「年代」で救済対象を区切った特別措置法の基準外でも水俣病に罹患する可能性があるとする初めての司法判断で、全国4か所で起こされている集団訴訟で判決が言い渡されたのは初めてです。



原告代表・前田芳枝さんによる決意表明

全日本民医連では患者掘り起こしの検診を熊本、東京、大阪で数年に渡り実施し、多くの医師が参加しこの裁判の支援を行って来ました。今回、検診での患者掘り起こしや裁判で原告団の医師として証言を行った東大阪生協病院の橋田院長に話を聞きました。

*質問者||長谷川嘉美理事(「りえぞん」編集委員会委員長)

一年間の活動、頑張ったね ≡思い込めた餅つき



都島・淀川地区 強化月間ゴール集会

12月23日(土)、都島・淀川地区の生協強化月間のゴール集会を開催しました。

今年、都島クリニックで餅つき会を開催し、44名の参加がありました。

合併から8カ月、様々な活動にご協力いただいた組合員の皆さんにお礼を込めて、お餅を搗く人・こねる人・搗かれたお餅を丸める人、それぞれ役割分担して、まるで今年の組合員活動のように、皆が主役になって参加し、取り組むことができました。

出来上がったお餅は、喉を詰めてはいけないので、お持ち帰りしていただき、代わりに、一年を振り返りながら、皆でぜんざいをいただきました。

(淀川クリニック 村上珠樹)

クイズにわくわく 脳トレ運動

WHO世界健康ウォークラリー

11月25日(土)、服部緑地で「健康チャレンシ応援企画WHO世界健康ウォークラリー」が開催されました。

服部緑地へ行くのは、何十年ぶりか地図で下調べをし、同じ支部の組合員さんと何とか受付まで辿り着きました。ウォークラリーが始まると、各

チェックポイントにクイズがあり、わくわく



チェックポイントのクイズ

しながら答えを考えて楽しかったです。天気にも恵まれ、服を一枚脱ぐくらい暖かく、地下鉄やバスの乗り換えなど、どの交通機関を使うか考えながらの帰り道、それも脳トレになりました。また参加したいです。

(あかがわ地区 今市支部 廣岡志津江)

楽々増資を ご存じですか？

毎月定期で簡単に増資したい、という声にこたえて「楽々増資」を始めました。ゆづちよ、銀行、信用金庫等ごこの口座からも毎月定期的に出資金ふやしができます。ご希望の方は各地区の組合員活動担当者様へ「楽々増資」とお問い合わせ、お申し出ください。



全日本民医連・大阪民医連結成70周年
豊中診療所70周年 特別記念公演

「赤ひげ」

3月17日(日)

午後2時開演

★組合員・大阪民医連事業所
職員特別価格

2500円(全席自由席)

★鑑劇券は各地区診療所・組合員活動部で取り扱っています。



仲間40の間に

楠根地区 楠根支部
玉置 政子さん

カーリンコンの仲間に囲まれて



昭和8年生まれ、御年90歳。「きょうついで(今日行く所)」と「きょうよう(今日の用事)」がいつばいで元気はつらつ! だからあちらこちらで玉置さんの目撃情報があります。楠根地区楠根支部の貴重な担い手、機関紙帳合いや、まちづくり委員会、日曜ドックボランティアと様々な取り組みに参加して下さいます。夫が理事と

一緒に医療生協活動を担っておられたことをきっかけに、ご自身も関わり始めて50年以上になるそうです。踊り、カーリンコン、民謡と活躍の場は益々広がりました。「自分が楽しいのは勿論だけれど、人を楽しませて笑顔にする」

みんなが笑顔になれる あなたは仲間の目標



玉置 政子さん
プロフィール
楠根支部運営委員、健康づくり委員、まちづくり委員会。音楽は聴くことも歌うことも好き。大の巨人ファン。



ということをや切にしている、という言葉通り、どの場所でも玉置さんを囲んで笑顔の輪が広がり、パツとその場が明るくなります。病気知らずだけれど毎年半日ドックは欠かしません。戦争体験から「ごども達のためにも戦争は絶対だめ!」

今日もまた「さつき会ったよ」と玉置さんの目撃情報が上がってきました。いつまでも元気に医療生協活動、玉置さんはみんなの目標です。

お困りの方はお気軽に組合員のための無料法律相談

【予約先】東エリア本部
06-6726-6001まで
2月15日(木) 午後6:30~8:30
3月7日(木) 午後3:00~5:00
3月21日(木) 午後6:30~8:30
(毎月 第1木曜日 午後3:00~5:00
第3木曜日 午後6:30~8:30)

社保平和学習会のお知らせ

どうなる? 大阪万博

【日時】2月16日(金) 午後3時
【場所】東大阪生協病院 4階
【講師】西谷 文和さん(フリージャーナリスト)
【配信】ZOOM ID 826 5878 0860
パスコード 730874
【企画】社保平和まちづくり委員会
【お問合せ】組合員活動部(TEL 06-6912-5137)

「平和のつどい」のお知らせ

ビキニデー反核問題について

2024年で70年という節目の年になる「ビキニ事件」アメリカの水爆実験より被災したマグロ漁船「第五福竜丸」の存在は? 「原爆投下後の世界・核の問題を学びます。」

【日時】2月22日(木)18時30分~19時30分
【場所】東大阪生協病院 4階組合員ホール
【講師】中原 淳氏(医療福祉生活協おおさか労働組合副委員長)
【主催】かわち野9条の会 【定員】20名程度
【申込先】東エリア組合員活動部(TEL 06-6726-6351)

サンタさんと素敵な一日!!

東大阪生協病院小児科
クリスマス会

2023年12月16日(土)、東大阪生協病院小児科のクリスマス会が病院4階の多目的室で行われました。今年なんと25名も参加してくれて、とっても賑やかに行えました。春本先生のあいさつから始まり、先生とのじゃんけん大会ではいろいろな素敵なカレンダーが景品でもらえることもあり白熱したじゃんけんが繰り広げられました。また今年初の試みでカップケーキのデコレーションを行いました。

「サンタさん!」とサンタさんをお呼びみんなの元気で大きな声や、プレゼントをもらったときの笑顔がとっても素敵でした。た! みんな思い思いの素敵なデコレーションをニコニコ笑顔で施していました。そして最後に子どもたちのお楽しみサンタさんの登場!





田島診地区 健康まつり報告集会・新年会

1月10日、生協会館で新年会を兼ねたまつり報告集会が行われ40名の組合員職員が参加しま

まつりの模擬店も再現
振り返りの「新年会」

した。

1月10日に震災支援街頭募金行動

冒頭藤岡理事から3月までの課題として表1が提起されました。この方針に基づいて1月12日(金)にはさっそくライブ前で能登半島地震の支援募金活動が取り組まれました。

支部模擬店物品を用意

新年会は、まつりで各支部が用意した模擬店の物品を用意、



子ども参加の立役者、歯科、金本さん



着任した神吉ケアマネのあいさつ

北中支部「おはぎ」、南支部「唐揚げ」、東支部「サーターアンダギー」西1支部「おでん」西2支部「やきとり」と、そして診療所からはまつりのドル箱「焼きそば」が実演提供され、まつりの振り返りを兼ねた食事となりました。また、歯科からも歯磨

11月5日に行われたまつりは1500人の参加者があり大成功となりましたが、諸物価高騰で、財政的には厳しい報告もありました。

物価高騰で厳しい会計

締めくくりにはまつりの映像をスライドショーで見ても新年会お開きとなりました。

剤(歯磨き粉)のお土産も用意されました。

新たなケアマネさんを紹介

また、田島ケアプランセンターに新しく着任された神吉さんが紹介され、「よろしくお願

①大腸がん検診運動	2000件達成へ支部行動を
②機関紙体制	配達者交流会の開催と配達体制の整備
③ウェルカムの取り組み	全新規加入者宅訪問と機関紙配達をお願い
④能登半島地震	被災者支援の取り組み、カンパと街頭募金
⑤支部総会の準備	新役員選出、まとめ、方針、会計
⑥国、府市への要求実現	保険証廃止反対、万博中止、災害支援優先

「ゆきのふるよる」
あおぞら本だな
作・絵：N、パートワーズ 訳：はやしまみ

公園に住んでいるパーシーは、どうぶつ達いつもサンドイッチを分け合ったりしてとても仲良しです。

雪がふっている寒い冬の夜、リス、うさぎなど、ねどこをなくしたどうぶつ達が次々とたずねてきて小さなお家は大きくなりました。

でも、だいじょうぶ！みんながびっくりするようなベッドがあったのです。さあ、どんなベッドでしょうね。寒い日のあったかいおはなしです。(綾井 素子)



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。



地域サポーター(支部運営委員)大募集

私たち医療福祉生協おおさかは、地域まるごと健康づくりや無差別平等の医療の実践、平和を守る取り組み等をすすめ、地域に根差した活動を行っています。地域の課題・要求に向き合い、一緒に明るいまちづくりをめざしてくれる支部運営委員を募集しています。[お問い合わせ] TEL 070-5560-0129 (組活：梶)

組合員のための 無料法律相談

3月8日(金)・4月12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

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。



いきいき脳活 ナンバープレース

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。

	1	2	9			
				5		8
8		4	3			
				1	4	3
7		6				9
	2	5				
1			6		7	
		8		2		4
	5		9		2	1

「ルール」タテ・ヨコの同列内、太枠のブロック内と同じ数字が重ならないよう、1～9の数字を埋めましょう。二重枠の数字の合計を答えてください。

解答欄 + =

【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】 3月15日(金)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

【11月号の答え】
ブンカノヒ(文化の日)
応募325通・正解322通

ヒ	タ	イ	ク	チ
シ	カ	イ	シ	ヨ
ト	コ	シ	ヨ	
ウ	シ	ウ	ミ	
シ	ブ	ガ	キ	ノ
モ	ツ	キ	ン	リ



QRからでも応募できます

理事会だより

◆出席状況

2023年第8回理事会は1月20日(土)14:00～17:58(コブおおさか病院健診棟2階とWEBの併用)
理事は40名中31名、監事は6名中6名出席

◆議決承認事項

- 第1号議案 2023年度ふり返りと2024年度方針及び予算の提案に向けて
 - 第2号議案 大阪市組合員健診価格承認の件
 - 第3号議案 電調法実施に伴う経費精算、請求書仕訳システム導入承認の件
 - 第4号議案 情報DX化に向けた契約承認の件
 - 第5号議案 2024年度総代選挙管理委員選任及び総代選出承認の件
 - 第6号議案 はなぞの診療所移転に伴う設備機器更新承認の件
- * 質疑を踏まえ、第1号、3号～第6号議案は全会一致で承認されました。2号議案は提案とし、次回理事会で確認予定。

◆協議事項

○能登半島大震災への対応

全日本民医連、医療福祉生協連の募金に協力する。今後物資、人材派遣の要請は検討して対応する。

○経営報告

12月の経常利益は約499万円、2023年4月～12月累計の経常利益は▲1億5,152万円



りハから元気の体操を実践したら、効果がありました。

(はる 東淀川区豊里 40歳)

妻が大きいシミで悩んでいたのに、淡路皮膚科診療所を勧めた薬を貰って5ヶ月位に成りますが薄く成って来て喜んでいきます。

(塩田登良夫 東淀川区 73歳)

いろんな場所で、いろんな活動をされているのだなというも拝見しています。特に高齢の方が中心となって活動されていることを知り、いつまでも外に出て様々な交流をすることが元気の秘訣の一つなのかなと感じています。

(石井愛 都島区 41歳)

機関紙の題名に私の名前と同じ「りえ」が入っていたので興味を持ち毎月楽しく読んでいます。特に健康に関する記事や元気になる情報を興味深く読ませて貰っています。

(山田梨映 鶴見区 47歳)

ほくせつ地区のバザーに行きました。とてもいい物がとてもお安く嬉しかったです！

(井上佳子 豊中市 71歳)

最近姿勢が悪くなってきたと自分でも自覚していて、体に影

響が出る前に姿勢改善を始めました！本誌にマグネシウムが筋肉を緩めてくれると書いてあったのでマグネシウムを多く含む食品を積極的に取り入れようと思います。

(まふゆ 東大阪市稲田 31歳)

りハピリ室からの情報が、大変役に立っています。今回の記事、ごむら返りにしても、早速、その対処法を実際にやってみたいと思います。今回、90歳の母親が、一生懸命、間違い探しをしました。娘の私が、母に代わって解答を送らせていただきます。

(奥水尚子 東大阪市 90歳)

機関誌りえぞん毎回読んでます。クイズも応募しています。今年も人間ドック受診しました。異常なしです。安心しました。

(岡山一男 東大阪市 87歳)

機関紙を通じて様々な活動をなさっていることを知れて楽しく拝見しています。また、健康、お料理など難しくないからこその「これなら出来そうかなあ」なんてチャレンジしてみたり(笑)。これからもお願いします。

(佳子ちゃん 東大阪市新池島町 56歳)

悲しいニュースが多い中、現在(こうして(りえぞん))を拝読させて頂く事が平和だなあとつくづく思います。豊富な情報、内容に全部目を通して読ませて頂いております。これからも宜しくお願い致します。

(成安一郎 八尾市 80歳)

