

発行
 生活協同組合
 ヘルスコープおおさか
 いまざと診・森歯地区

ひがしなり

いまざと診療所	☎6971-8054
ゆおびか	☎6971-8270
生協森の宮歯科	☎6975-0841
いまざとヘルパーステーション	☎4259-4400
コープデイサービスふらわあ	☎4259-4411
いまざとコープケアプランセンター	☎6977-5153
まねきねこ	☎6976-7277



片江支部



神路支部



東陽支部



今里支部

楽しくいきいき 支部活動を広げよう

支部総会開催

いまざと診・森歯地区には七つの支部があります。4月中に各支部では総会が行われ、2016年度のまとめと2017年度活動方針が話し合われました。

それぞれの支部総会では、「まねきねこ」に来る人が増えてきている「増資や大腸がん検診をもっと増やしていこう」「今年こそバスツアーを実現したい」「医療生協を支える若い担い手を増やそう」などの意見が参加者から出されました。また、通常総代会（6月25日）の総代を選出しました。交流会では、お弁当を食べながらビンゴゲームを楽しんだ支部、参加した



ふらわあ西支部



ふらわあ東支部



たまつ支部

歯科の先生（森歯所長）に「どんな練り歯磨きがいいの？」などの質問が出され、8020（80歳で20本の歯）の話題に盛り上がった支部など、和気あいあいとした中で交流を深めることができました。

受診券は届きましたか？

健康寿命をのばすのは健康診断から

桜の花が散り、徐々に暑い気候となってきました。今年度の特定健診受診券がみなさんのお宅へ届く時期です。受診券が届いたら、年に1回の健康診断の予定を立てましょう。医療生協に加入しているメリットの一つに、受診券をつかってのお得な組合員基本健診・ドック健診が受けられることがあります。大阪市の特定健診（大阪市民40歳以上の方）は、生活習慣病を予防するための健診として無料で実施されていますが、検査の項目が限られています。ヘルスコープおおさかの健診は、それを補う形で、組合員基本健診は血液検査22項目、心電図、胸部レントゲン、便潜血検査が、またドック健診については、視力・聴力検査、胃透視検査（バリウム検査）、腹部エコー検査が含まれています。さらに健診料金は、70歳以上の大阪市民の組合員は、基本健診が無料です。

病院に毎月通院しているという方もいらっしゃると思います。通院していても全身をチェックすることができていればOKですが、健診はしばらく受けていないし、毎月の受診では、ほとんど検査もしていないという方には1年に一度は健康診断を受けられて全身チェックをされることをおすすめします。

「悪い結果が出るのがこわい」ので受診には足が向かない。「めんどうやうし…」という声を時々ききます。健診で、もし何か悪いものがみつかったらという不安な気持ちは誰ももあるものです。生まれてから現在まで長く使ってきた私たちの身体は、長く使っている愛用品や住まいなどと同じで、ある部分痛んできたり、ある時から調子が悪くなることがあります。定期的に点検をすることで大きな修理や手当にならずに、小さな手当てで済むのです。身体も同じで、健診で年に一度の点検をし、もし病気が見つかったら早期に発見することで短い期間の治療で済んだり、治療によって病気が完治したりするのです。頑張ってきた自分の体に長く頑張ってもらうためにも健康診断で、身体の状態を点検し、いつまでも健康な身体で暮らしていけるように健康診断を受けましょう。

いまざと診療所30周年

さつそく昼食会を開催



玉垣 智子さん

つえに病院時代に組合員になり、16年間理事をしました。いまざと診療所開所にむけて土地探しに奔走しました。当時バブル時で高いものを買ったと批判を受けました。1987年12月に開所し

ました。

翌年1月からお年寄りのために昼食会を診療所

2階で月1回はじめました。多い時は40人くらい

来られました。食器など

調理道具は家から運ばな

ければなりませんでし

た。自転車で運ぶ途中転

んで背骨を骨折したこと

があります。また、ボラ

ンティアの方がいなかっ

たので、植田所長や古川さん(看護師長)に手伝ってもらいました。当時、片江支部では、出張健診にとりくみ、40人の目標を決め、ピラマキ・電話かけ・直接足を運んで受診を呼び掛けました。我が家の2階に機材を運ぶなど大変でしたが、顔見知りの人ばかりで、なごやかにすることができました。今は何もしていません。今は何もしていません。今は何もしていません。

国連核兵器禁止条約交渉会議ニューヨーク行動に増田博さんを派遣



ふらわあ東支部の増田さんの代表派遣に向けて、いまざと・森歯地区では一筆でも多くの署名とカンパを集めようと決意を固めました。

大阪を歩こう

魔法瓶博物館

地下鉄今里駅集合。だ不思議で開発の真最中でした。天満で降りるか？南森町にするか、ちよつと中間にあります。天満繁盛亭の前を通り、天満宮をお参りして、象印マホービンの会社に到着。予約申し込みをしてあったので、社員の方が丁寧に説明して下さいました。

その後、天満駅にもどり、若い人向けの力レーに舌鼓を打ち満腹で大川端に座りました。白鷺の子が川べりで小魚をつついていました。桜の新芽も色づいてポカポカの春日和にめぐまれ感激一杯の日でした。(池田)

街のアスリート ①

剣道

芝野 圭之介さん

私は昭和39年東京オリンピックの年から剣道を始め、現在65歳。全日本剣道連盟の錬士で、初級社会体育指導員の資格をほぼ半世紀かかって得ました。

東成区に何人くらい剣道愛好家があるかわかりませんが、「竹刀を持って防具をつけて相手と叩き合う剣道は、40歳過ぎたらできないかも」と思われている方も多いと思われます。しかし、45歳位から始めても良い「人生の道」の一つです。武道は文武両道の「武」で「心鎮め思考する事」理解するの「文」

と考えられがちですが、その両方を同質・同時間・同程度行うのが武道なのです。「武」の漢字は「戈を止める」と書きます。茶道は「文」で剣道は「武」と考えられがちですが、どちらにも文武両道の教えが含まれています。それから、剣道は二人が対峙して打懸合うだけではなく、第三者の前で「自然体で、正しい機会を捉え、美しく、厳しい打突き、残心姿勢、理合に基づく無駄なき立居振舞」等々を見てもらい「評価を受ける」という側面があります。日本剣道形では仕掛けた側は打太刀は必ず

06・6971・0007

機関紙配ってます

ふらわあ西支部 谷原 加磨子さん



機関紙はマンシヨンの十数軒に配っておりますが、いつからか忘れてしまいました。

昨年11月にマンシヨンのスロープを降りた所で滑って左腕を骨折し、手術のため40日入院しました。昨年4月と6月に息子と妹の死に遭いました。今は元気にまた配布しています。

息子が先に逝くとは誰が思わなん他人事ならず我が身にきたり 何一片片手でできぬもどかしさ 二つで組の両の手と知る

診療案内

生協森の宮歯科

☎ 6975 - 0841

初めての方もできるだけ電話で予約してください。待ち時間が少なくなります。

診療時間	午前	午後	夜間
	9:10 ~ 1:00	2:00 ~ 5:00	5:30 ~ 8:00
月	○	○	○
火	○	○	○
水	○	○	○
木	○	○ (第1・3木は休診)	×
金	○	○	○
土	○	×	×

*受付時間は、午前 8:30 ~ 午後 7:30 (土曜は、8:30 ~ 12:30)

*歯科・小児歯科・矯正歯科 なんなりとお気軽にご相談ください。

いまざと診療所 ☎ 6971 - 8054

	月	火	水	木	金	土
午前	一診 内科 二診 皮膚科	一診 内科 二診 皮膚科	内科	内科 皮膚科	内科 皮膚科	内科
午後	定期往診・訪問看護・特診					
夜診	一診 内科 二診 泌尿器科	内科 皮膚科	休診	内科 皮膚科	内科	

※(小児科)については当日お問い合わせください。【受付時間】午前 8:30 ~ 12:30 (土曜日は 12:00 まで) (診療は 9:00 ~) 夜間 17:00 ~ 19:30 (診療は 17:30 ~)

※在宅への往診・送迎のご希望は遠慮なくご相談ください。

※月・火・水・木・土曜日の午前に健診を行なっています。 ※水・土曜日は半日ドックの予約を受け付けています。それ以外の日は、一度おたずねください。

日曜健診



要予約

5月21日
6月11日

無料低額診療おこなっています。