

くらしと医療

2021年11月号 (第51号 毎月1日発行)

大阪みなみ医療福祉生協の現勢

(2021年10月1日現在)

● 組合員	27,537 人
● 出資金	688,355,970 円
● 一人平均額	24,997 円

大阪みなみ医療福祉生活協同組合 発行責任者：今口 朋

堺市東区南野田 127 番地 『くらしと医療』機関紙委員会
TEL.072-236-3217 HP <http://osakaminami.net>
E-mail kumikatu-2@osakaminami.net



▲「コスモス」ハーベストの丘。(撮影/岸 イヨ子さん 大阪狭山市)

虹のかけはし

▼新型コロナウイルスの感染拡大から、早2年が経過しようとしています。ワクチンの接種はある程度すすんでいますが、2回目の接種や若年層への接種が鈍化しつつあります。▼そのような中、自民党は総裁選挙とは名ばかりの派閥争いに躍起になり、菅首相から岸田首相へと代わりましたが、コロナ禍での中小企業支援対策をはじめ、国民に背を向けた政治は変わりそうにありません。▼今やマスコミでも「年金の問題」「核兵器の問題」「医療の問題」「SDGsの問題」など、日本の将来についての話題が取り上げられています。私たち医療福祉生協は、医療や福祉の事業を通して健康づくりやまちづくり運動を行い、平和や社会保障の充実を求める運動に取り組んでいます。私たちの要求を実現させていくためにも、政治を変えていくことはとても大切です。今年・来年・再来年と選挙が続きます。選挙に行つて投票し、私たちの要求実現を目指しましょう。▼現在、大阪みなみ医療福祉生協は、秋の生協強化月間(10月～11月)に取り組んでいます。月間中に四課題目標の内、特に「仲間増やし」「出資金増やし」に力を入れ、年間目標の8割到達を目指しています。皆様のご家庭にも訪問することがあるかもしれません。そのときはぜひ、ご協力をお願いいたします。

(堺エリア 須賀孝)

表紙に掲載! あなたの『冬』の写真を大募集!

採用者には『QUO(クオ)カード』をプレゼント!
テーマは「冬」です。送り先は10ページをご覧ください。

加齢性難聴者のための 補聴器助成制度について

加齢性難聴は加齢によつて起こる難聴で、誰にでも起こり得るものです。一般的には50歳頃から始まり、65歳を超えると急に増加するといわれています。「年のせいだから」と放置していると、外出先で周りの音が聞こえないため危険にあいやすく、人との会話も消極的になり、生きる意欲の低下・うつ病・認知症・寝たきりになりやすくなります。

加齢性難聴になる原因として、動脈硬化・高血圧・糖尿病・脂質異常症・喫煙・過度な飲酒・騒音などが指摘されています。また、補聴器を使いたくても高額なため購入をためらっている方や、購入したものの調整の仕方が複雑で使用を止めてしまう方もおられます。



先日、新聞に掲載されていた愛知県設楽町の補聴器助成制度を紹介します。

この町の人口約4600人中、高齢者（65歳以上）が占める割合は半数以上です。同町の補聴器助成制度が創設されたきっかけは、2019年の12月議会で、日本共産党の田中邦利議員が「設楽町でもお年寄りの就労や社会参加に補聴器は必需品で、助成は欠かせない」と制度の創設を求めたことでした。それに対して横山光明町長が「加齢性難聴者が元気でいきいきとくらししていく、そんな状況をつくっていくためにも補聴器の購入費用の負担軽減は必要である」と答え、2020年4月より実施されました。制度が適用されるのは65歳以上の方が対象で、所得制限はありません。助成額は購入費用の3分の2の範囲で、上限は5万円です。また、補聴器の調整費用などは、別枠で上限1万円が助成されます。



国は加齢性難聴の補聴器購入については保険適用を行っておらず、大阪府下の多くの自治体でも助成制度を実施していません。

生活と健康を守る会では、過去に東京都北区の会員さんから「最近目がかすんで桜の花もぼんやりとしか見えない」という話を聞き、「白内障の眼内レンズとそれを埋め込む費用に医療保険を適用してほしい」と運動を起こし、保険適用を実現させた経験があります。今回の件も時間がかかるかもしれませんが、高齢者の皆さんが元気で生活できるよう、国や自治体に加齢性難聴の補聴器の保険適用や助成制度の創設を求めて頑張りたいと思います。

わからないことや生活全般についての悩みなどがありましたら、『堺市生活と健康を守る会』（☎072-275-0414）まで、お気軽にご相談ください。

『月間スタート集会』に109名の参加！

「大阪南部一体となって、月間がんばりましょう」

9月25日（土）「健康友の会みみはら」と大阪みなみ医療福祉生協は、各地の10カ所の会場をオンラインでつなぎ、『月間スタート集会』を開催しました。

コロナ禍で迎える秋の月間は、地域での支え合い活動を中心に、新たな仲間を医療福祉生協や友の会に迎え、命とくらしを守る医療や介護、地域活動へ安心のネットワークを大阪南部全体で広げていくことを目標に企画されました。

「健康友の会みみはら」の江戸会長が司会を務める中、社会医療法人同仁会理事長の田端志郎先生より、開会のあいさつがありました。

続いて、各法人からの取り組み報告として、耳原総合病院救急外来の河野看護師長より『当院の救急外来の現状報告』が発表され、大阪みなみ医療福祉生協・

河内長野支部の小澤理事より、『コロナ禍で取り組んだ地域での支え合い活動』報告、「健康友の会みみはら」鳳支部の石田悦司さんより、『スマホ班会の取り組みについて』報告がありました。

休憩時間をはさみ、北出部長による『みみはら健康体操』のお披露目があり、記念講演として、公益財団法人淀川勤労者厚生協会副理事長の長瀬文雄さんより、『今、いのちが大切にされていますか？』をテーマにしたお話がありました。

集会の最後には、月間での行動提起を大阪みなみ医療福祉生協・堺エリア長の石谷花子さんが訴えられ、「ともに強化月間の成功を目指しましょう」と想いをひとつにし、同法人理事長の中村三千人先生より閉会のあいさつで会を締めくくりました。

診察室

●北野田診療所 所長 荻谷 幹雄

在宅医療について



少しテーマから外れますが、これまでを振り返って書いてみようと思います。

昭和54年、大学を卒業してすぐに耳原病院に就職しました。消化器内科をすることになりましたが、あの頃は80歳過ぎの患者さんを見ると「すごい。長生きですね」と言っていました。今の100歳

過ぎの患者さんを見ている感じがです。あの頃はがん患者本人には病名を告げず、家族にだけ話していました。家族も「本人には話さないでほしい」という人が多かったと思います。一度でもがんの手術をした人は外科で、手術をしなかった人は内科で、最後は病院で看取ることになっていましたので、在宅でがん患者を診ることはまれだったと思います。患者さんを最後まで責任をもって主治医が診るこ

とは当然のことでした。消化

器は特にがん患者が多く、亡くなる患者さんも多かったので、ひどいときは毎週死亡診断書を書いていました。病院に泊まり込むことも多く、アパートに帰ってもすぐに呼び出されることもよくありました。



昭和59年に家を建てることになり、土地を探していました。泉北に建てる先生も多く、僕も見に行ったりしました。第一条件は病院に近いところで、歩いて15分以内のところが運よく見つかりました。女房も快く同意してくれて、心機一転頑張ろうと思えました。昭和59年は救急病棟医長もして、先端医療も勉強させてもらい充実した年だったと思います。

翌年昭和60年、大野内科部

長から「北野田診療所の所長をしてくれないか」と声をかけられました。初代の上田好治先生が脳卒中で倒れ、診療ができなくなり困っているとのことでした。「なんで僕が」とも思いましたが、頼まれると嫌とは言えない性格が災いして、引き受けることにしました。週1回診察の管理医師から始め、翌年には週2回、また翌年は週3回と増えていき、ついに病院と診療所を両立できなくなりました。



平成2年11月、耳原病院を退職し、北野田診療所常勤所長となりました。それまでやってこれたのは、パートの先生や耳原の多くの先生に助けてもらったからです。実はその頃、在宅往診もしていました。僕は直接タッ

チしていませんでした。神経内科リハビリグループの池田先生・大井先生・三宅先生が往診してくれていたのです。脳卒中で動けなくなった人が多くいました。介護者は奥さんやお嫁さんがほとんどでした。30〜40人いたと思います。

常勤所長になったので在宅往診を引き継ぎました。人工呼吸器や24時間持続点滴の中心静脈栄養の患者さんなど高度医療が必要なときもありましたが、それが可能だったのは、本人の強い在宅希望とご家族の同意と覚悟、訪問看護師など看護スタッフの力量があったからこそでした。



がん難民という言葉を知っていますか？がんセンターで最新の治療を尽くして「うちではもつすることがありません」と言われたがん患者さんのことです。ホスピスや緩和ケア病棟に入院することもありますが、家で過ごしたいと言つ人もいます。そういう人も増えてきました。在宅医療は診療所の重要な医療活動です。引き続き力を入れて、皆さんの期待に応えたいと思います。

読者の川柳

◆彼岸花

幼き時に首がざり

（岸和田市 田中 富子さん）

◆デイサービス

しゃべる笑つてコロナ盗る

（岸和田市 豊田 佳代子さん）

◆新政権

安倍色濃くて期待薄

（岸和田市 藤井 康信さん）

◆なんでかな

近道選ぶウオーキング

（羽曳野市 塩見 能和さん）

◆若者は

炬端で飲めず路肩飲み

（堺市東区 尾方 仁士さん）

◆総理選

熱気にコロナも空気読む

（堺市東区 尾方 道代さん）

◆締切は 11月30日

作品の送り先は10ページをご覧ください。



..... 北野田エリア

『畑班会』を通して地域とつながろう!



「コロナ禍でも安全に楽しく継続している班活動を紹介します。」

北野田診療所が地元にある南野田地域の中に1棟〜6棟まで全戸240戸の団地があり、その住民である約26名の組合員さんがお花を植えたり、野菜づくりを進めています。昔は子どもたちがたくさんいて賑やかに盆踊りが行われていた公園は雑草に覆われ、花壇も草に埋もれてしまっていました。3年前、「花に囲まれたきれいな場所でくらしたい。何とかできないか」との声に呼応する形で、4棟と5棟の間の庭に「菊や

チューリップを植えよう」と雑草の庭の開墾が始まりました。今ではひまわり・コスモス・百日草・グラジオラス・ガランジュムなど、色とり豊かな季節の花が咲くようになり、オーナーより雑草対策で野菜をつくっても良いとの許可が下りたので、さっそく10本のブロッコリーも植ええました。ブロッコリーは、次々と側枝が伸びて黄色の花が咲き誇り、庭を色鮮やかにしてくれました。さらに落花生・菜の花・じゃがいも・ナス・オクラと季節ごとの野菜を植えては、みんなで収穫を楽しんでいます。

体力の衰えにより一人でクワを持つのは大変になりましたが、みんなで顔を合せてわいわい楽しくおしゃべりできる機会ができたので、参加者はイキイキとしています。この夏の毎日の水やりは結構大変でしたが、黄色の大きな花の下に顔をのぞかせているオクラの収穫はご褒美として、ネギやモロヘイヤ、紫蘇なども夕食の材料に使用

ます。「仏さんに花をもらっていくよ」「菜の花美味しいよ、食べる?」など、ベランダ越しの声かけで交流も深まり、収穫したキャベツとネギで好み焼きを焼いて届けたり、切り干し大根など様々な家庭のおかずをおすそ分けし合いながら、『同じ釜の飯を食う』につながる班会が日常的にできるよになりました。

南野田支部では、16年間続けてきた40名が集う食事がコロナウィルス感染防止のため中止になりました。食事を毎月楽しみにされていた地域の組合員さんに町中でお会いすると、「早くみんなに会いたいね」「一日誰とも話さ



(南野田支部
支部長 山岡和子)

ない日もある」と話され、閉じこもると歩けなくなるからと手押し車で散歩をされています。地域の中で集会所を利用したミニミニ班会を進めていくことも今後の目標です。長引くコロナ禍の中でも負けずに互いに手を携え、元気で楽しく笑ってくらせるよう工夫をしながら、これからも頑張っていきたいと思っています。

出店者大募集!

文化ふれあい委員会主催

『サンデーマーケット』開催決定

◆と き 11月28日(日) 10時〜12時

◆場 所 北野田診療所駐車場

(雨天時は診療所3階組合員ホール)

◆出店費用 500円(当日支払い)

●ブースの大きさ

車1台分の駐車スペース(椅子2脚まで貸出OK)

●出品物

産直野菜・果物・日用品・雑貨・衣類・

手づくりアクセサリー など <手づくり食品は不可>

出店希望の方は下記よりお申し込みください

申し込みに必要な情報

<氏名・住所・電話番号・出店内容>

●TEL 072-236-3217 (9時〜17時まで)

●FAX 072-236-3999

●LINEでのお申し込みもOK



(担当: 北村まで)

●北野田診療所

〒599-8124 堺市東区南野田 127
TEL.072-236-3211 FAX.072-237-4659

●ヘルパーステーション 北野田

〒599-8124 堺市東区南野田 127
TEL.072-236-0126 FAX.072-236-7223

●北野田デイサービスセンター

〒599-8124 堺市東区南野田 127
TEL.072-236-0311 FAX.072-236-7223

●ケアプランセンター北野田

〒599-8124 堺市東区南野田 127
TEL.072-236-7101 FAX.072-236-7223

●にじのさと北野田

〒599-8124 堺市東区南野田 131-3
TEL.072-236-1170 FAX.072-236-1160

●訪問看護ステーション ふれあいポート

〒599-8124 堺市東区南野田 131-3
TEL.072-236-3751 FAX.072-236-1160

●狭山みんなの診療所

〒589-0022 大阪狭山市西山台 3-4-2
TEL.072-367-3339 FAX.072-367-7007

●狭山みんなの診療所

在宅ケアセンター ゆるーり
〒589-0022 大阪狭山市西山台 3-4-2
TEL.072-367-3599 FAX.072-367-7007

南ブロック合同『月間スタート集会』



●「コロナだからできない!」ではなく、「コロナでもできる!」という視点で物事を考え、安心して住み続けられるまちづくりをすすめていかななくてはと、大きな励みになりました。

先日の『南ブロック合同月間スタート集会』に14名の方が参加されました。「コロナ禍における耳原総合病院救急外来の実態や、限られた中での活動の工夫はとても勉強になりました」と感想が寄せられました。

淀川勤労者厚生協会副理事長 長瀬文雄さんの記念講演も大変好評で、

- 堺北診療所
〒590-0936 堺市堺区宿屋町東2丁1-5
TEL.072-233-6569 FAX.072-229-6506
- 通所リハビリ
〒590-0936 堺市堺区宿屋町東2丁1-5
TEL.072-233-6608 FAX.072-233-6608
- ケアプランセンター堺北
〒590-0936 堺市堺区宿屋町東2丁1-5
TEL.072-229-9051 FAX.072-229-6506

●『フードバンク』も大阪のあちこちで開催され、とても多くの方にニーズがあるのだと改めて感じました。

●お手紙作戦や一人ぼっちの人を訪ねることも大切だと感じました。

などの感想が寄せられ、途中、休憩時に行われた体操では、「皆で一緒に無言で体操をしているとなぜか面白おかしくなつて、とても良かった」と話された方もおられました。

緊急事態宣言も解除され、堺エリアも月間の成功へ向けて頑張つていきます。

堺北診療所 診療のご案内						
時 間	月	火	水	木	金	土
午前 (8:30 ~ 11:30)	千葉	千葉	千葉	川口 (1・3・5) 松瀬 (2・4)	千葉	藤本
午後		往診 千葉			往診 千葉	
夜 (18:00 ~ 20:00)	藤本		梁 (1・3・5) 石原 (2・4)		宮部 (1・3) 山口 (2・4・5)	

※デイケアは月～土曜の週6回(土曜日のみ午前中に実施しています。)

※組合員健診・企業健診・大腸がん検診なども行っています。 ※訪問診療・訪問看護も行っています。

レントゲン撮影						
時 間	月	火	水	木	金	土
午前 (8:30 ~ 11:30)	○	○	○	○	○	○
夜 (18:00 ~ 20:00)	○	—	—	—	—	—

エコー検査						
時 間	月	火	水	木	金	土
午前 (8:30 ~ 11:30)	—	○	—	—	—	○
夜 (18:00 ~ 20:00)	—	—	—	—	—	—

詳しくはお気軽にお問合せください➡ 電話 072-233-6569

組合員の
皆様へ!

『乳がん検診』を受けましょう!

■ 乳がん検診

金曜日 (毎週)	午前9:00～11:00
土曜日 (第1・2・3週)	午前9:00～12:20
検診費用	1,000円

※黄色の受診券ハガキをお持ちの方、生活保護受給者(検診時に受給証明書が必要)は無料です。

※羽曳野市からの指導により、受診券ハガキは受診当日に必ず必要です。対象年度の方でも当日受診券ハガキの持参がない方は受診いただけません。もし紛失された場合や手元に届いていない場合は、羽曳野市立保健センターへお問い合わせください(TEL 956-1000)。

※毎年2月・3月は駆け込み予約が集中して大変混み合いますので、早めの受診をおすすめします。

※検診は原則として、症状がない方が対象です。「検診の対象年度でなく症状もないが、検査を受けておきたい」という方は自費健診となり、しこりや痛みなど何か症状がある場合には保険診療となります。乳がん検診と同じ日程で乳腺外来の予約もできますので、お気軽にご相談ください。



乳がんは日本の女性に最も多いがんで、9人に1人がかかると言われていました。乳がん検診で行うマンモグラフィ検査では、乳がんが早期の状態で見つかることが多く、適切な治療を受ければ早期乳がんなら約9割が治癒します。しかし、残念ながら日本人女性のマンモグラフィ検

診受診率は欧米人女性のわずかに10分の1であり、早期に発見される割合も欧米に比べて非常に低いのが現状です。早期のうち乳がんが発見されるよう、この機会に検診をおすすめします。

今年度の対象者は、1980年以前の西暦偶数年生まれの方(オレンジ色の受診券ハガキ)と1980年4月2日～12月31日生まれの方(黄色の受診券ハガキ)です。コープ診療所では原則、中村三千人所長が問診し、女性の放射線技師がマンモグラフィを担当しています。定期的な自己触診を行うとともに、ぜひ乳がん検診を受けましょう!

診療のご案内

	月	火	水	木	金	土
午前診療 午前9時より 午後1時まで	担当医 中村	中村	中村	中村	田中 中村 11:00まで	パート医 中村(乳腺) 受付12:30まで
診療科	内科・外科・小児科	内科・外科・小児科	内科・外科・小児科	内科・外科・小児科	内科・外科・乳腺・小児科	内科・外科・乳腺・小児科
夜間診療 午後6時より 午後8時まで	担当医 千葉	—	野崎	—	矢野 交代制 酒井	—
診療科	内科(循環器)	—	内科・膠原病・リウマチ	—	内科	—
放射線	○ (午前・午後)	○ (午前)	○ (午前)	○ (午前)	○ (午前)	○ (午前)
腹部エコー	○ (午前)	—	—	—	—	—
心臓エコー	—	—	○ (午前)	—	—	—
頸動脈エコー	—	○ (午前)	○ (午前)	—	—	—
胃透視	○ (午前・午後)	○ (午前)	○ (午前)	○ (午前)	○ (午前)	○ (午前)
乳腺・甲状腺エコー	—	—	—	—	○ (午前)	○ (午前)
乳腺マンモグラフィ	—	—	—	—	○ (午前)	○ (午前)

●コープ診療所

〒583-0885 羽曳野市南恵我之荘 4-5-1
TEL.072-938-6226 FAX.072-939-1859

●訪問看護ステーション きすな

〒583-0883 羽曳野市向野 2-15-14
TEL.072-938-6425 FAX.072-938-6425

●ヘルパーステーション きすな

〒583-0883 羽曳野市向野 2-15-14
TEL.072-938-6330 FAX.072-938-6329

●ケアプランセンター きすな

〒583-0883 羽曳野市向野 2-15-14
TEL.072-939-1850 FAX.072-939-1808



※エコー検査は技師の都合で曜日変更になる場合があります。

※午前受付＝午前8時30分～12時45分まで。

※午後受付＝午後5時45分～7時45分まで。

※乳腺・甲状腺エコーは金・土曜日です。

※乳腺マンモグラフィは第4土曜日は行いません。

※夜間診療は小児科はありません。

(乳幼児は専門医療機関をおすすめします)

※金曜日 中村所長は乳腺特診のため完全予約制です。

電話番号は▶ 072-938-6226

..... 阪南エリア

阪南エリアで!

『フードバンク』を開催!

フードバンク

食材ご寄付のお願い

☞ 受付期間・10月1日(金)～10月29日(金)
(食材受付は月曜日～金曜日の11時～16時でお願いします)

☞ 食材届け先・阪南医療生協診療所3階
(岸和田市荒木町2-2-18)
(届けるのが大変な場合は、診療所にご相談下さい。)

☞ 募集食材・
レトルト食品・缶詰・飲み物・お菓子・インスタント類
お米・日持ちのする野菜など (お米は1合から歓迎です)
生理用品・トイレットペーパー・洗剤など生活必需品
【未開封、常温保存できるもの、賞味期限が3ヶ月以上のもの】
募金も大歓迎です

☞ 事務局・問い合わせ先 阪南医療生協診療所3階
伊藤 072-441-3111 ・ 大田 090-1142-5431

☞ 11/1(月) 午前10時～食材仕分け
11/3(火) 当日午前8時～準備など
お手伝い頂ける方募集中です。



岸和田 コロナに負けるな! 支えあいプロジェクト

フードバンクのお知らせ

長引くコロナの影響で収入が途絶えた・明日の食にも困るなど生活に直面している方々に地域の皆様から提供された食材や日用品を無料でお配りする支援活動です。

開催日: 11月3日(祝) 午前10時～12時
場 所: 阪南医療生協診療所駐車場
内 容: 食材無料配布・相談コーナー
(医療、介護、生活)

フードバンクとは
いろいろな困りごとや不便を抱える方へ食材を無料で提供する支えあいの活動です



フードバンク実行委員会 協力・協賛団体
岸和田生活と健康を守る会・産民組合部会支部協議会・岸和田市教職員組合
岸和田民生活工業会・岸和田市工業会・岸和田住宅自治会・岸和田市青年会
めだか保育園を育てる会・中央保育園を育てる会・新川町法曹士事務所
阪南合同法律事務所・香ヶ丘団地自治会

事務局: 大田みなみ医療福祉生協組合(阪南医療生協診療所3階)
問い合わせ 伊藤 072-441-3111 ・ 大田 090-1142-5431



- 阪南医療生協診療所
〒596-0004 岸和田市荒木町2-2-18
TEL.072-441-8881 FAX.072-441-8977
- 訪問看護ステーション ひまわり
〒596-0004 岸和田市荒木町2-2-18
TEL.072-441-8910 FAX.072-441-3131
- デイサービス ひまわり
〒596-0004 岸和田市荒木町2-2-18
TEL.072-441-1781 FAX.072-441-0333
- デイサービス ひなた
〒596-0812 岸和田市大町4-1-10
TEL.072-441-3317 FAX.072-441-3327
- 介護ネットワーク ひまわり
〒596-0004 岸和田市荒木町2-2-18
TEL.072-441-1664 FAX.072-441-2664

長期化するコロナ禍の影響はくらしや雇用にも広がっています。大阪みなみ医療福祉生協では、「すべてのエリアで『フードバンク』を実施しよう」と今年は様々な地域で開催しており、「困ったときはお互いさま」と想いをひとつに多くの笑顔と出会ってきました。

今回行われる阪南エリアの『フードバンク』も、力強い団体の方々にこそって賛同していただき、11月3日の祝日に「岸和田コロナに負けるな! 支えあいプロジェクト」の名称で開催することになりました。

場所は阪南医療生協診療所の駐車場(岸和田市荒木町2-2-18)で、午前10時から12時までの予定です。

先行きの見えない状況が続きますが、食材を配布しながら各専門分野の担当者による相談コーナーも設置する予定です。お金のことや病気のこと、介護の心配などを抱えている方、一人で悩まないでお話だけでも気軽に立ち寄りください。また、「コロナ禍の今、「生理の貧困」が問題となっていて、生理用ナプキンも充実させておきますので、必要とする方はお越しください。

『フードバンク』実施には地域の皆さんの協力が不可欠です。お米や乾麺、缶詰や調味料など、未開封で賞味期限にある程度余裕がある食材のご寄付をお待ちしています。地域のみんなで支え合いながら、ともにこの難局を乗り越えて行きましよう。

事業所だより



新事務主任の
小川 透さん



新事務長の
梅林 寿弥子さん

緊急事態宣言は解除になりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。冷え込む日も増えてきたので、体調にはくれぐれもお気を付けください。

大阪狭山市西山台にある狭山みんなの診療所では、2021年6月から診療所事務が新体制となりました。新事務長に梅林寿弥子さん、新事務主任に小川透さん（元阪南医療生協診療所）が配属されましたので、今後ともよろしくお願いいたします。以前事務長をしていた伊藤直哉さんは、阪南医療生協診療所へ異動となりました（「くらしと医療」9月号にも掲載されています）。

狭山 みんなの診療所

当診療所は、松田所長を中心とした医療スタッフで毎日奮起しております。通常診療の他、発熱外来や健康診断、ワクチン接種も行っていますので、体調に不安を感じられたときには気軽に電話ください。健康診断に関してはやはり、「コロナのこともあるので、健診に行くのが面倒だなあ」と感じしてしまう方もおられるとは思いますが、でも、ほんのちよつとだけがんばってみてください。健診を受けた後は、「受けておいてよかった!」と思ってもいいはずです。頸動脈エコーや腹部エコーなどもオプションでありますので、年に一度は健診を受けましょう。ご予約をお待ちしております。

同じ建物の2階では、通所リハビリデイサービス「ゆるり」も併設しています。利用者さんの元気な笑い声や歌声が毎日聞こえてきて、職員も利用者さんに負けずと元気いっぱいです。ベテラン調理スタッフによる、とてもおいしく栄養も豊富な手づくりランチも「ゆるり」の魅力のひとつです。楽しい時間を過ごせる「ゆるり」に、見学だけでもぜひ、気軽に乗り越ってください。

また、狭山みんなの診療所では、無料低額診療にも取り組んでいます。医療にかかりたいけれど治療費に困っている方、お知り合の方で困っている方がおられま

したら、ご相談だけでもかまいませんので、☎072-367-3339まで気軽にご連絡ください。低所得の方だけでなく、DV被害にあわれている方やホームレスの方も利用できます。

◆ さあ、今年も残すところ、あとわずかとなりました。来年こそはマスクをしなくとも思いっきり羽を伸ばして出かけられるようになりたいですね。狭山みんなの診療所では、毎年恒例だった夏祭りもコロナの影響で2年連続中止になってしまい、来年こそはできますようにと期待しているところです。組合員さんや地域の皆さんに支えられている診療所でありながら多くの方と交流ができてい

いのはとても残念でさびしいものです。やはり顔と顔を突き合わせておしゃべりをして、大笑いできるのはいいことです。早く多くの組合員さんと交流ができる日を、スタッフみんなで待ちわびています。

今後とも狭山みんなの診療所はスタッフ一同、一生懸命がんばっていきます。診療の待ち時間で迷惑をおかけすることもございますが、患者さんのお話をしっかり聞いていたためと、ご理解いただけたら幸いです。温かく見守っていただきたいと思います。診療所の大きな発展に向け、ともにがんばっていきましょう。ご意見やお気づきの点などありましたら、診療所までお願いいたします。

わが家のベストショット!



ゾウガメに乗ったよ!

◀「夏の思い出」
阪口寿子さん
(藤井寺市)



写真を募集しております! テーマはなし! 被写体はなんでもOK! 人物や風景、可愛いらしい動物やペットなど、ほっこりする写真、びっくりする写真、思わずクスッとする写真、いろんな写真を募集しております! 写真のタイトルとセリフをひと言(20字以内)書いてお送りください。《毎月末締切》
作品の送り先は10ページをご覧ください。

『百折不撓』

●耳原歯科診療所 歯科医師

永井 弘真



10月1日に緊急事態宣言が解除されました。医療体制のひっ迫などまだまだ予断を許さない状態が続きますが、日常生活にも少しずつ明るい兆しが見えてきました。

ところで皆さん『オーラルフレイル』という言葉をご存知でしょうか？

嚙んだり、飲み込んだり、話したりするための口腔機能が衰えることを指し、重要な老化のサインとされています。これらは心身の機能の低下にもつながります。「むせる・食べこぼす・滑舌が悪い・柔らかい物を好んで食べる」というお口のささやかな衰えに気づいたら、かかりつけ歯科医の先生に相談してみてください。



コロナ禍での趣味として、将棋はいかがでしょうか。外出しなくても自宅よりオンライン対局で楽しむこともできます。

9月13日、藤井聡太2冠（王位・棋聖）が豊島将之叡王を破り、史上最年少（19歳）での3冠王を達成して話題となりました。10月5日にタイトル戦である第69期王座戦五番勝負の第4局が行われ、永瀬拓矢王座（29歳）が木村一基九段（48歳）に勝利して、3勝1敗で王座3連覇を果たしました。チャイルドブランドと言われた羽生世代の台頭以来、「将棋界では若手が強い」というのは定説です。今回はタイトル獲得はなりませんでしたが、私は木村一基九段（48歳）というベテラン棋士を応援していました。

木村一基九段と言えば、2019年の第60期王位戦七番

勝負を制し、史上最年長の46歳で初タイトル「王位」を獲得したのが記憶に新しいところです。1973年に当時37歳の有吉道夫九段が棋聖を獲得したときの記録を46年ぶりに大幅に更新する史上最年長記録でした。

▲「将棋世界」2019年12月号



2021年9月1日に行われた第69期王座戦第1局は、木村九段の先勝で開幕しました。序盤から角を交換する激しい将棋でしたが、先手永瀬王座が▲8二歩（第1図）から△同飛▲7一歩△7二飛▲6二角成と角切りの強手により局面をリードします。ところが、端にあやをつけた後手木村九段の△9五歩（第2図）が逆転へのプロムナードへの始まりでした。104手目に後手木村九段が角のただ捨ての必殺手（第3図、△9九角）を放ちます。「玉は下段に落とせ」という将棋の格言通りで

その後、▲9九同玉△9七歩成▲同桂△7七角が決まり、金を手にしながら馬をつくり、木村九段の攻めが切れなくなりました。木村九段といえば「千駄ヶ谷の受け師」の異名を持つほど受けに定評がありましたが、今回の△9九角はそれを覆す切れ味鋭い攻めの手でした。

木村九段は、それまで挑戦した計6回のタイトル戦すべてに敗れましたが、負けても負けてもタイトル戦に帰ってきて、2年前に7回目の挑戦で涙の初タイトルを獲得されました。まさに座右の銘の『百折不撓』（何度失敗してもくじけないこと）を地で行かれる棋士です。

将棋は脳みそに汗をかくスポーツだと聞いたことがありますが、年齢を重ねると経験は積まれますが、記憶力や長時間集中する体力と気力は、若い人より劣ってしまいます。年齢的にはタイトル挑戦も難しくなっていますが、百折不撓を掲げて、そうした常識をことごとく覆してきた木村九段ですので、捲土重来を願いたいと思います。



第3図は△9九角まで



第2図は△9五歩まで



第1図は▲8二歩まで



◆維新の会の永藤市長は「お出かけ応援バス」の対象年齢を、現在の65歳以上から70歳以上に引き上げるといふ。先の市長選挙で「更なる拡充」や「鉄道への適用も検討する」と公約したのに、嘘八百のペテン師と言われても仕方がないのでは…。

(堺市中区 中田鉄さん)

◆オリンピックもパラリンピックも賛否両論の中、無事行われましたが、それなりに感動の場面が多くあり、オリンピックに人生をかけている人もいるので、できれば皆が応援できる環境でやらせてあげたかったです。コロナの終息を祈るばかりです。

(羽曳野市 大森茂美さん)

◆コロナで外出不足ですが、「大阪から」の記事を見て外出の雰囲気を楽しんでいます。

(河内長野市 岡松伸光さん)

◆「コロナ」のような目に見えない敵を相手に戦うとき、なかなかその勝利の日をイメージできません。明るい希望が欲しいです。

(大阪狭山市 上田紀子さん)

◆コロナ禍の中、大きな事故もなく無事終了したパラリンピックの成果は大いだと思いますが、菅総理退陣後の政局はどうなるのでしょうか。不安を感じますね。

(岸和田市 平田敏雄さん)

◆毎月の『くらしと医療』を楽しみにしております。内容も豊富で、隅から隅まで読むようにして知識も得ております。ありがとうございます。

(大阪狭山市 上田弘美さん)

◆子どもにもコロナ感染が拡大している中、パラリンピックの学校観戦が最後まで「粛々と」続けられた。無観客で決めた以上、児童生徒も当然そつすべきであるのに、中止もされなかった。元々、国や都のダブルスタンダードによる整合性のない矛盾した政策が悪いのだが、そ

のことにあまりふれなかったマスコミや学校・親・大人も反省すべきではないだろうか。

(羽曳野市 松浦紀彦さん)

◆毎日毎日、どこかの党の総裁選報道にうんざりしています。党首になった人が総理大臣になることが決まっているような扱いです。こんな露骨な世論誘導をするようでは、日本のマスコミも地に落ちましたね。

(堺市東区 土居学さん)

◆ススキを飾ってお月見、彼岸花や色づく実をつけた柿の木。秋の気配が感じられるのにコロナで一変した生活は時間が止まったまま。気がねなく行動できるのはいつのことか？早く来てほしいです。

(堺市堺区 山本史子さん)

◆暑い夏が終わったとたん、スーパにはクリスマスケーキやおせち料理の予約受付のお知らせが置かれ、一年が過ぎるのが本当に早く感じられます。

(羽曳野市 田村和美さん)

写真や投稿作品の送り先はこちら！ ハガキや封書、メールでお送りください。

表紙の写真	テーマは「冬」。採用者には「QUOカード」をプレゼント！
川柳・俳句・短歌	テーマなし。
読者の声	テーマなし。
クロスワードクイズ	答えを書いてお送りください。正解者の中から抽選で15名に「QUOカード」をプレゼント！
わが家のベストショット	テーマなし。採用者には「QUOカード」をプレゼント！
ウチの自慢の健康料理	レシピに写真を添えてお送りください。採用者には「QUOカード」をプレゼント！

※いずれも 毎月末締切（消印有効）です。
※ご提供いただいた写真はお返しできません。あらかじめご了承ください。

ハガキ・封書の送り先

〒599-8124 堺市東区南野田 127
大阪みなみ医療福祉生協・組合員活動部

メールはこちらへ

kumikatu-2@osakaminami.net



◆夏川草介Drの「臨床の砦」を読んで以降、コロナに対して奮闘している医師や看護師に感謝の気持ちでいっぱいです。「自分自身が感染しないよう注意することが最大の協力では」と、心する日々です。

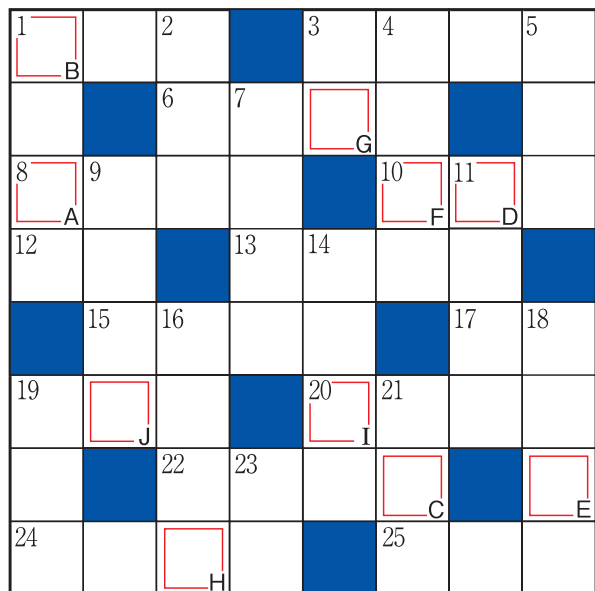
(泉北郡忠岡町 奥野千寿子さん)

◆オリンピック、パラリンピックで一色のテレビ報道が終わったと思ったら、自民党の総裁選でテレビジャックとも思える。自民党の宣伝部になり果てたメディア。報道はもっと公平に時間をとって

次号の 『くらしと医療』は 12月・1月合併号になります



やってもらいたい。しかも4人の候補者はいずれも安倍、菅を支えてきた人たち。ちゃんちゃらおかしいですよ。
(大阪狭山市 丸山光子さん)



カギを解きアルファベット順に
並べてできる言葉は何ですか？



解答

A	B	C	D	E
F	G	H	I	J

クロスワードパズル

タテのキー

- ① 助けること。財政——
- ② 魔物・悪魔の王
- ③ 文化の発展に——する
- ④ 体の芯まで冷えること
- ⑤ ——ブラシで歯と歯の間をきれいにする
- ⑦ 地下に浸透している水
- ⑨ 資源の——利用
- ⑪ 下手な役者——役者
- ⑭ 最後の決意を宣告し諦めさせる——を渡す
- ⑯ 伊丹——、千歳——
- ⑰ 等号
- ⑱ こき使う。目を——
- ⑲ ——の肥立ちがよい

ヨコのキー

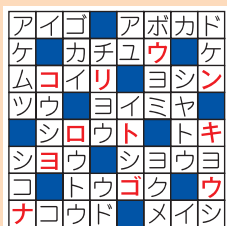
- ① 嘘ついたら——様に舌を抜かれる
- ③ 木曽のナアと歌い出す民謡
- ⑥ 強風で傘が——になる
- ⑧ 統制や管理をなくし自由に——する
- ⑩ 聞く人が感心する話
- ⑫ ——の東西を問わず
- ⑬ 泳ぎを競う——競技
- ⑮ 印を彫ること
- ⑰ 未必の——
- ⑲ 雨が降ること。——量

- ⑳ ヴ——は広いな大きな月がのぼるし日が沈む

9月号の当選者と答え

●応募総数…93通 ●正解者数…93名

岸田美代子さん、佐々木鉄代さん、小川舟さん、縄谷紀久子さん、山中恵利子さん、東美矢子さん、岡本啓子さん、井上順子さん、山田健司さん、太田久美恵さん、小庄充さん、島津淳子さん、石本らさん、宮井俊道さん、吉村達也さん



トウキョウ
コロナゴリン
(東京コロナ五輪)

応募方法

◆締切は11月30日(消印有効)
答えはハガキに記入の上、〒599-8124 堺市東区南野田127 大阪みなみ医療福祉協会の組合員活動部まで、ひとこと添えてお送りください。正解者の中から抽選で15名の方にQUOカードをプレゼントします。

理事会通信

第53回理事会通信は8月24日(火) 18時～19時30分まで北野田診療所3階会議室にて開催されました。

理事会開催にあたり議長の選出を行い、和田常務理事が選出され、中村理事長が挨拶を行いました。

前回理事会議事録を確認しました。民医連関係発信資料について今口専務より報告があり、新型コロナウイルス感染症への対応について別紙に基づき報告されました。

報告事項では今口専務より、7月の経営概況及び各エリアの取り組みについて報告され、次に各エリア担当者から報告されました。土井監事より、同仁会の状況について報告されました。今口専務より、「狭山ゆるり」の今後の方針決定のため、県連介護福祉委員会へ経営診断の申し入れを行い懇談することが報告されました。

討議・承認事項では人事について今口専務より、堺北診療所のパート看護師の勤務を9月16日より週3勤務からフルパートへ、阪南医療生協診療所の送迎運転手を1名、非常勤で8月16日から採用する提案がされ、承認されました。常勤事務の異動について調整中であると報告さ

れました。最低賃金アップの対応について別紙に基づき提案され、労働組合と協議し、理事会に再度提案することとしました。労働組合との定期協議について報告され、就業規則については、労働組合と協議の上、理事会で決定することとしました。

設備投資について今口専務より、北野田エリア「にじのさと北野田」のテレビの故障(修理の見積もり6万3500円)について新規で購入すること、羽曳野エリア「シルバランド」の移行設定費用(7万7000円)、本部の「法定調書の電子申請義務化対応」費用(2万2800円)の提案がされ、承認されました。

組合員活動について北村常務より、別紙に基づき報告されました。松本理事・大田理事・飛谷理事・小澤理事より、各エリアの組合員活動の取り組みについて報告されました。土井監事より、みみはら友の会の活動について報告されました。和田監事より、監事会の開催について10月に開催することの提案を受け、日程の調整をすることとしました。

最後に会議日程を確認し、全ての議事が終了し第53回理事会を閉会しました。



▲西本願寺尾崎別院 1598年に尾崎御坊として創建。現在の建物は火災後1705年に再建されたもの



▲浪花酒造 10～17時（土日祝16時まで）



▲尾崎港北隣の浜 海岸の遊歩道を1キロほど行くと大阪湾では数少ない自然干潟が見られる男里川（おのさとがわ）河口



▲法福寺

▲尾崎港



▲阪南市鳥取の孝子越街道

阪南市の南海本線尾崎駅から鳥取ノ荘駅まで、孝子越街道沿いを歩く。

孝子越街道沿い 海辺のまち



尾崎駅西口から尾崎神社を経て、西本願寺尾崎別院へ。風格ある本堂・鐘楼、そして枝が横に長く伸びる松が目を引く。尾崎別院の立派な山門を見て、V字の道をたどり善性寺へ。これも17世紀創建の古刹。続いて1716年創業の浪花酒造へ。江戸時代の建物は国の登録有形文化財である。

孝子越街道に入り尾崎の漁港へ。隣の浜から閑空などが見渡せる。近くの街道沿いに、1904年に大阪府が建てた「孝子越街道」の道標が残る。孝子越

街道は通称、浜街道。近世、大坂から紀州までの海沿いの集落を結ぶ道として利用されてきた紀州街道から分岐した道。今の泉佐野市鶴原付近から大阪湾沿いに岬町深日まで南下し、孝子峠を越え和歌山市内に入る道だ。孝子越街道を南下する。泉州銘菓「村雨」の辻八製菓、秋祭りに神輿が入るえびの浜、泉養寺前の祠を経て鳥取ノ荘駅近くの法福寺へ。1501年創建の浄土宗の寺。大坂夏の陣の悲話、お菊ゆかりの寺として「お菊寺」とも呼ばれている。

ウチの自慢の健康料理

野菜の甘味が引き立ちます。



一味とうがらしを
ピリツときかせて
眠気もスッキリ

スナップえんどうの卵とじ

◆つくり方……………

- ①卵は割りほぐす。スナップえんどうは筋を除いて斜め半分に切る。
- ②なべにだし、しょうゆ、みりんを入れて煮立て、スナップえんどうを加えて火が通るまで煮て、卵をまわし入れて好みの加減に煮る。
- ③器に盛り、とうがらしをふる。

*日本医療福祉生活協同組合連合会発行「減塩でもおいしい野菜のレシピ」より

材料（1人分）

- 卵……………1個
- スナップえんどう……………70g
- だし……………1/2カップ
- しょうゆ・みりん…各小さじ1
- 一味とうがらし……………少量

栄養士さんのおすしおワンポイント



しょうゆとみりんの甘辛味は和食の定番ですが、塩分が高くなりがちなので気をつけましょう。

あなたの『健康料理』を教えてください！

採用者には『QUO(クオ)カード』をプレゼント！

レシピに写真を添えてお送りください。送り先は10ページをご覧ください。