

# くらしと医療

2023年2月号 (第64号 毎月1日発行)

## 大阪みなみ医療福祉生協の現勢

(2023年1月1日現在)

● 組合員	27,849人
● 出資金	710,883,370円
● 一人平均額	25,526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](mailto:kumikatu-2@osakaminami.net)



▲「冬のマラソン大会」(撮影/熱川英明さん 河内長野市)

## 虹のかけはし

▼2月は何の月かと聞かれれば、「節分」と答える人が多いと思いますが、それ以外にもいろいろなことがあるようです。節分の翌日が立春になります。11日は建国記念日で、14日はバレンタインデーです。16日から確定申告が始まります。23日が今の天皇さんのお誕生日です。それから「さつぽろ雪まつり」が4日から11日まで行われます。

▼今年は違いますが、閏年には2月の最後の日は29日となります。地球が太陽の周りを365日と6時間あまりをかけて一周すること、4年に一度日数を1日増やすことによるそうです。▼話は変わりますが、2月24日でロシアがウクライナに侵攻して1年が経ちます。この原稿を書いているのは昨年の12月ですので状況が変わっているかもしれませんが、戦争のない世界が訪れることを願って止みません。▼ところが、残念なことに日本の岸田政権は、新年度予算編成にあたって軍事費の倍増を国会の議論も経ないまま、自公の協議だけで勝手に決めてしまいました。国民の多くが物価高と低所得に悩まされて困っているというのに、医療、福祉、社会保障が一番必要なのにそれらはないがしろにして、現世代に負担を求めるといふ始末です。▼旧暦の2月2日は、二日灸の日です。子どもに灸をすえて無病息災を祈る日です。2月8日は、針供養の日です。今の自公政治と補完追従勢力に必要なのは、針を刺し灸をすえる国民のちからではないでしょうか。

(堺エリア 袋井龍成)

表紙に掲載! あなたの『春』の写真を大募集!

採用者には『QUO(クオ)カード』をプレゼント!  
▶写真は(横長)サイズのものをお送りください。

送り先は10ページをご覧ください。

# 「医療福祉生協に加入してよかった」と 感じられる地域活動・事業活動を広げましょう!

年度末しめくり月間の目標と到達 (期間：2023年2月～3月末まで)				
1/17現在	なかま		増 資	
	目標	到達	目標	到達
北野田エリア	500人	111人	2,250万円	1,338万円
堺 エ リ ア	250人	55人	1,250万円	651万円
羽曳野エリア	200人	82人	1,250万円	430万円
阪南エリア	250人	78人	1,250万円	969万円

コロナ禍でも今、私たちにできることを考え、組合員活動の前進をめざし、できる限りの活動をすすめてきました。地域の健康を守る取り組みでは、健康チャレンジやフレイル・オーラルフレイル予防の体操などを広げ、個人でもできる健康づくりを広げました。また、フードバンク・フードパントリーにも旺盛に取り組み、2年間で19回の開催、延べ2000人近い方々へ食材の支援を行ってきました。

その一年を締めくくる活動として2023年2月～3月末まで、大阪みなみ医療福祉生協では【年度末しめくり月間】に取り組みます。さま

さまざまな場面で組合員のみならず「医療福祉生協に加入してよかった」と心から感じられる地域・事業活動をめざしながら、医療福祉生協4つの課題目標の総達成をめざし、最後まで取り組みをすすめていきます。

コロナにより強いられた新たな生活様式に困惑しながらも積み上げてきた経験は、もうすぐ4年目を迎えます。どの地域でも創意と工夫を凝らし、新しい活動スタイルへチャレンジをしてきたなかで、新たなやりがいや役割を発見した方も多いと思います。

地域の要求に応えながら展開してきたさまざまな医療福祉生協活動は今、地域に根差

**医療福祉生協 4つの課題目標**

- ① 加入を呼びかけて  
なかま増やしをすすめる
- ② 地域の財産でもある事業所の  
継続を支える増資の呼びかけ
- ③ 健康づくりの輪を広げる  
班会の実施
- ④ 一緒に活動をすすめてくれる  
担い手を増やす



し、地域の中で注目され期待される存在となってきました。

今後ますます地域における医療福祉生協の役割を果たし、存在価値を高めるために、『年度末しめくり月間』では4月から積み上げてきた諸課題の成功に向け、協力の呼びかけをもうひと回り広げる必要があります。特に『なかま増やし・増資の呼びかけ』は、医療福祉生協事業所の継続・発展を支える大切な取り組みと位置づけています。

すべての組合員さんへ呼びかけます。年度末月間成功に向けて、諸課題へのご協力をよろしく願います。

(組合員活動部  
部長 北村 瞳)

## 健康診断を受けましょう!

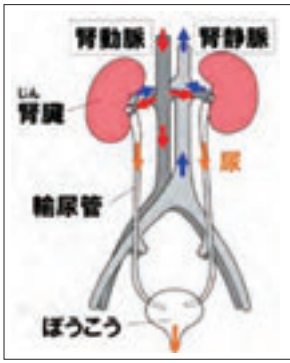
健康診断と言ってもいろいろな健康診断があります。企業は年1回社員の健康を守るため、労働安全法に基づく健診を受けさせる義務があります。また、中小企業が多く加盟している協会けんぽも、年1回健診を受けるよう推奨しています。費用はいずれも基本、企業側の負担になります。

では、国民健康保険加入者や後期高齢者はどうでしょうか。国民健康保険加入者は「特定健診」を、後期高齢者も「後期高齢者医療健診」を1年に1回受けることができます。制度開始当初は、一部で本人の負担金が発生していましたが、ここ数年は、市町村が負担して無料で受けることができます(無料制度がいつまで続くかは不明)。そのおかげなのか、全国的

にも受診率は少しずつ伸びてきています。大阪府も受診率は伸びてきていますが、全国平均に比べると下回っています。

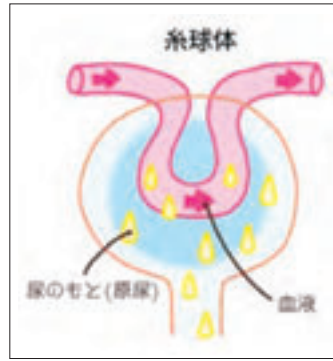
昨年10月から後期高齢者の医療負担割合が所得によって1割から2割に引き上げられました。今後も医療・介護の改善は続くものと思われます。負担金が上がれば医療機関への受診抑制につながります。受診を控えて手遅れになる、そういったケースがこれから増えていくかもしれません。

健康で長生きするためには、毎年健診を受けて異常がないかを確認しましょう。そして、もし悪いところが見つかったら、早期発見早期治療すれば完治する確率も上がります。大阪みなみ医療福祉生活協同組合の各事業所で健康診断を受けることができます。市町村によって違いがありますが、がん検診などもやっていますので、ぜひ、積極的に健康診断を受けて健康寿命を延ばしましょう。(堺北診療所 事務長 中尾 郁)



腎臓は腰のあたりに左右2つある、そら豆のような形をした臓器です。腎臓には動脈と静脈が入り込んでおり、動脈は小さく枝分かれして糸球体という組織に入り込みます。糸球体では1分間に約100mlの老廃物を含んだ血漿成分が濾過されます。1日にすると150リットルになり、これを原尿と言います。それらは糸球体の先にある尿細管で99%再吸収され、最終的に1日約1.5リットルの老廃物を含んだ尿となって排泄されます。

腎臓の働きをみる検査値には、尿素窒素(BUN)とクレアチニン値(Cr)があります。BUNは脱水状態になると値が高くなるため、空腹時の採血が求められる健診時には高めに出来ます。特に高齢者では高くなります。夏場に汗を多くかいた後にも高くなります。これに対しクレアチニン値は脱水の影響はありませんが、その人の筋肉量に影響されるため、男性は女性に比べ高めに出来ます。また、腎機能はかなり悪くなるまで、その



の値は上昇しません。そこでクレアチニン値よりも鋭敏に腎臓の働きがわかる数値として、GFR値が用いられるようになりました。GFR値とは糸球体濾過値のことで、90ml以上が正常値です。GFR値は厳密に測定しようとすれば体の負担が大きいので、クレアチニン値と年齢性別から換算した値(eGFR)が一般には用いられています。

腎臓の機能は加齢に従って徐々に低下していきますが、糸球体腎炎や糖尿病性腎症では加齢以上に腎臓の機能が低下し、最終的に人工透析が必要になることがあります。腎臓の機能が低下した状態は慢性腎臓病と呼ばれ、現在5段階に分かれています。

# 腎臓病の話

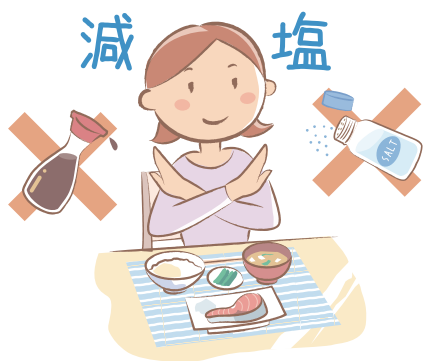
診察室  
よい

● 堺北診療所  
所長 千葉 博



ステージ1はeGFRが90以上、ステージ2は60~89で、ここまでは自覚症状もなく腎臓の働きは正常です。ステージ3は30~59で貧血などの症状が始めます。クレアチニン値も上昇してきます。ステージ4は15~29で、疲れやすい、むくみなどの症状が出てきます。ステージ5はeGFRが15以下で食欲低下、吐き気、呼吸困難などの症状が出現し、透析が必要になってきます。

腎臓の働きを良くする薬は残念ながら現時点ではありません。腎臓病を防ぐには、塩分を控えること(1日1.5リットル以上)を心がけましょう。



## 読者の川柳

- ◆ 家飲みで 脆くも消える休肝日
- (堺市堺区 藤田治雄さん)
- ◆ 物忘れ
- ×王に書いたが×王がない
- (岸和田市 渡士英治さん)
- ◆ まだ動く
- 五指で新米研いでいる
- (岸和田市 菅原のぶさん)
- ◆ 待ち時間
- 頭の体操五七五
- (貝塚市 浅田より子さん)
- ◆ また一人
- 喪中がきで友が逝く
- (岸和田市 山本三郎さん)
- ◆ マスクして
- 隠していますへの字口
- (岸和田市 豊田佳代子さん)
- ◆ インボイス
- 業者(ぶ)しが見え見えだ
- (岸和田市 竹原英子さん)
- ◆ こころの手で
- 廃材集めスープ炊く
- (忠岡町 詠み人知らずさん)
- ◆ 締切は 2月28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 .....

# 『サンデーマーケット』開催! 『ジェンダー平等』学習会

11月27日(日) 北野田診療所駐車場にて、文化ふれあい委員会主催の『サンデーマーケット』が開催されました。朝8時から順次搬入を開始し、各店舗ごとに出店の準備がすすめられました。出展内容は、柿・みかん・とれたて野菜各種・手づくり雑貨・古着・陶器類など、さまざまな品々が手際よく並べられました。日頃の行いが良いこともあり(^^)天候にも恵まれ、ほかほか陽気のなか16店舗のお店が並びました。

9時ごろにはお客さんも続々と来られ、「まだ買えないよね?」「一応、10時から開始

のお知らせをしていますので」と、そんなやり取りが行われるなか、徒歩や車・自転車・バイクなどに乗って駆けつけた総勢180名の参加者で大賑わいでした。好評の野菜はあつと言つ間に売り切れになり、出店者の方が商品補充のため、野菜を取りに戻る場面も見られました。

コロナ禍で大勢の方が集う場所が減るなか、年に一度開催される『サンデーマーケット』は、組合員さんや地域の方々が集う楽しい交流の場となり、大変喜んでいただけたいと思います。また、医療生協秋の強化月間に合わせて、受



(狭山東支部 景山美恵)



11月6日(日) 小春日の屋下がり(組合員約20名が参加して、産業カウンセラー城恵子さんを講師に迎え『ジェンダー平等』について学習会を開催しました。

はじめに先生が、「ジェン

ダー平等の考えは奥が深く広い。簡単に一言では言い表せない」と言われました。「そんなに難しいことが今日の課題なのか。理解できるだろうか?」と考えているうちに講義はすすみました。

まず『ジェンダー』とは、男女の性差によって生き方や役割、関係性、仕事など、「女性だからこうあるべき」「男性はこうするべき」と社会で共有されている偏見を含む価値観や意識のこと。『ジェンダー平等』とは、男女の差別をなくすこと、個々人にしみこん

でいる『ジェンダー』に気づき自分を変えていくことです。

先生は、「実は男性も『ジェンダー』で息苦しく辛い思いをして苦しんでいる人が少なからずいる。でも未来は確実にすすんでいる」と、わかりやすくポジティブな言葉で説明され、日本の『ジェンダー平等』に希望を与えてくださいました。しかし、現実には日本のジェンダーギャップ指数は、おとなりの中国や韓国よりも低い、世界146カ国のなかで116位です。

(美原支部 平井眞理子)

## 地域の居場所『みんなのカフェ』始めました!

狭山みんなの診療所の2階フリースペースで『みんなのカフェ』を始めました。診療所利用の5支部から2人ずつ世話人を決め、「どんな形にしよう?」と相談し、「コーヒーや紅茶を用意して、楽しくおしゃべりしながら交流できる場所にしよう」「看護師長さんからわかりやすい健康についてのお話をしてもらおう」と決まりました。



1回目は昨年の11月に、2回目は12月にクリスマスバージョンで行いました。参加者も1回目は19人、2回目は27人と増え、ピンゴで沸くなど楽しい交流ができました。ポスターやビラで宣伝し、声掛けでより充実した場にしようと努力しています。コーヒーを手際よくいれられなかったり、こぼしたりと、まだ慣れていませんが、地域の居場所としてみなさんから楽しみにしてもらえる場をめざしてがんばろうと話合っています。

今後の開催予定は2月20日(月)と3月20日(月)です。お一人でも気軽にご参加いただけます。組合員さんも組合員でない方も、どなたでも大歓迎です。みんなでつくり上げていく『みんなのカフェ』に、どうぞお越しください。(狭山南支部 長谷悦子)



- 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

自分たちで  
つくったケーキが  
一番美味しい!!

# 『楽しいケーキづくり』!



12月21日市支部では、みんなのひろば班会でケーキづくりをしました。コロナについては真つ先に話し合い、対策と意思統一をして開始しました。一つのテーブルに3人のグループでチョコレートのスポンジに飾りつけます。材料は市販のスポンジ・ホイップ・イチゴ・バナナ・みかん缶がなかったのでマンゴー缶を、それぞれのテーブルに担当者が準備しておきました。いざ、ケーキづくりの始まりです。どのテーブルでも真剣になってケーキづくりに励みました。



飾りつけはテーブルごとに違って、個性豊かでユニークな仕上がりになっていました。限られた材料で仕上げるのは大変です。特に生クリームは手加減によつて可不足が出てきます。担当者から「どのテーブルも材料不足にならないように仕上げてくださいね」の呼びかけに、「今から追加材料は買いに行けないよね」との声が…。でき上がったケーキはテーブルの中心に置いて、「上手くてきたね!」「家に帰って孫たちにつくってあげよう!」「材料を売っているところを教えてください!」と言いつつも、早く食べたいようでした。



ケーキは担当者が公平に切り分けそれぞれの容器に移していくと、早くも食べ始める方や半分は家に持って帰る方などさまざまです。何よりも「自分たちでつくったケーキが一番上等で一番美味しい」と大喜びの声でいっぱいでした。新しい年も楽しい班会を心がけていきたいと思えます。

●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

## 市立博物館で堺のルーツを学んだよ!



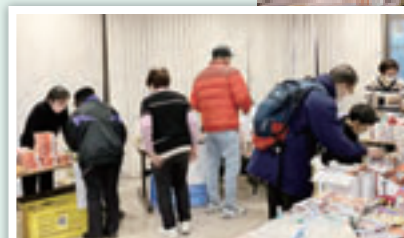
11月18日に三宝支部では、久しぶりのお出かけ企画で市立博物館に行きました。当日は7人が参加しました。ベテラン観光ボランティアの会員さんが一緒に参加されたこと、その方の紹介による博物館専門ボランティアさんのていねいな説明に引きこまれ、あっという間に時間が過ぎました。シアターでの映像も良かったです。百舌鳥古市古墳群の成り立ちだけでなく、特別展の「堺と武将・三好一族の足跡展」では、三好一族と堺の関係を初めて深く知りました。三好長慶が南宗寺を、弟の実休が妙国寺を開いたことを知るとともに、堺の町衆がどのように生きたかの遺跡があちこちにあることも知り、「もっと堺の街の発見散策を企画しよう」と話し合いました。

## 『第3回 堺北フードバンク』にとりくんで

今回は錦西支部が実行委員会の担当になり、『第3回 堺北フードバンク』に取り組みました。当日は雨がひどかったのですが、前回同様に堺北診療所の待合室で開催しました。雨のなか、思った以上にたくさんの人たちに来ていただき少しビックリしましたが、なんだか嬉しく思いました。各支部の代表者のみなさまには、お忙しいなか毎月の会議にお集まりいただき、ありがとうございました。お疲れ様でした。

反省点は、各支部に初めてのお手伝いさんもいたため、開催前に決まりごとをもっとしっかり伝えるべきだったかな、というところです。次回がんばりたいと思います。

(錦西支部 支部長 阪井恵美子)



羽曳野エリア

# お正月から春まで楽しめる寄せ植え



11月21(月)に園芸班会を行いました。今回は藤井寺や恵我ノ荘から参加してくださった方もいて、参加者は15名と大盛況でした。

紅白の葉牡丹とシクラメン、ビオラ、プリムラ・ジュリアン、などしこなどを寄せ植えにしました。配色の工夫や苗の選び方、土や肥料について、手入れや水やりのタイミングなど、分かりやすくしていねいに



説明していただきました。毎回、班会内容に添った資料も配布していただけるので大助かりです。講師の浦田さんには感謝、感謝です。

次回は、5月22日(月)10時から開催予定です。

## 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2・4) 受付12:15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
夜間診療 午後6時より 午後8時まで	担当医	中村	—	野崎	—	交代制	—
	診療科	内科	—	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)

※午前受付＝午前8時30分～12時30分まで。土曜日は12時15分まで。  
 ※午後受付＝午後5時45分～7時45分まで。  
 ※土曜日の乳腺外来は、第2と第4土曜日です。  
 ※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。  
 ※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

## 今年度の特定健診や乳がん健診は受けられましたか？

新年度を気持ちよくスタートを切るためにも健康チェックをしましょう。

●特定健診は、腹部エコーや頸部エコーなど追加検査ができます(事前予約要)。

腹部エコーは絶食で来ていただく必要がありますので、暑さが厳しい夏場に受けられなかった方には、今の時期がおすすめです。

●乳がん検診は3月17日が最終予約受付です(金・土曜日のみ)。

2月・3月は駆け込み予約で大変込み合うため、早めのご予約をおすすめします。

お気軽にお問い合わせください。  
 ▶コープ診療所 TEL.072-938-6226

### ●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

..... 阪南エリア .....

# みんなで『芋掘り』に行ってきました！



10月16日(日) 新条支部のみなさんと大阪の最南端、岬町まで芋掘りに行ってきました。

当日は雨予報から一転、晴れになってラッキー♪ 15名が参加し、子どもたちも汗をかきながら4種類の芋と少々

虫も掘り起こして、袋いっぱいのお土産になりました。

帰りには、子どもたちが楽しみにしていた泉南市の「わんぱく大国」に寄り、200mのすべり台をすべって「お尻が痛い」と話しながら楽しく帰路に着きました。

## 阪南医療生協診療所 診療のご案内

時間	診療科目	月	火	水	木	金	土
午前	9:00 ~ 12:00	内科 上田	矢野	矢野	上田		上田 中村 (第4アスベスト)
	小児科 アレルギー科	—	—	—	—	眞鍋	第2 予防注射のみ (変更あり)
午後	15:00 ~ 17:45	内科	—	—	—	—	—
	小児科 アレルギー科	—	—	眞鍋	—	—	—
夜間	17:30 ~ 19:30	内科	田中	—	山岡	—	西山
	小児科 アレルギー科	アレルギー 特診 眞鍋(※1)	—	—	—	—	—

▶ 当日予約 窓口受付 / 8:30 ~ 12:00  
電話受付 / 9:00 ~ 11:30

当日予約専用電話 **072-441-1585**

(※1) 月曜日のアレルギー特診は当日予約は受け付けておりませんので、ご了承ください。



### ● 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

# 事業所だより



## 介護ネットワーク ひまわり

介護ネットワークひまわりは、岸和田市の南海本線「春木駅」の東にある阪南医療生協診療所の3Fにあります。



今年1月に新しく男性職員が一名配属されました。当事業所

一番の若手（笑）、森田昭人<sup>あきひと</sup>の趣味はレコード収集です。

みなさま今後ともよろしくお願ひします。

現在、介護ネットワークひまわりは、4名のケアマネジャーが在籍し、日々さまざまな課題に奮闘しています。毎日いろいろな出来事が起こるなか、去年の暮れに一人の利用者様が急逝されました。ついこの前まで元気だったのに、独居されていたその方の家に残されたのは、一匹の猫。ご親類の方も引き取ることができず、猫はどうなってしまうのだろうと心配しています。

## わが家のベストショット!

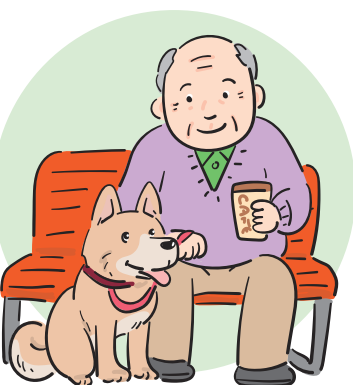


▲「金剛山頂で」林朋子さん（訪問看護ステーションきすな）

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、思わずクスツとする写真、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。

大切な家族であるペット。一人暮らしの寂しさを癒してくれます。けれど、もし自分が飼えなくなったらどうするのか？ ペットシエルターも現在は空きがないと聞きます。とても大きな問題です。

介護ネットワークひまわりでは、今まで4件のペット問題があり、そのうち3件までは何とか居宅スタッフで引き取ることができました。けれど4件目はどうしても引き取り手が見つからず、悲しい思いをしています。ケアマネの立場からみなさまにお願いです。現在ペットを飼っ



ている方、これから飼おうと思っている方、入院や入所、突然死などで自分が飼えなくなったときの引き取り手のこともぜひ、考えておいてください。ペットを飼うなら自分がいなくなった後のことまで責任を！よろしくお願ひします。



# SDGsについて学ぼう!

今世界中で取り組まれている『世界を変えるための17の目標』について、ひとつひとつ、みなさんと一緒に学んでいきたいと思います。



## 『人や国の不平等をなくそう』

世界には、生まれた国や、人種、民族、性別、宗教、障がいの有無、性的指向など、本人に責任がないにもかかわらず、不利益を被り差別を受けている人がたくさんいます。日本では経済の不平等も深刻です。

ユニセフの報告書によると日本は、所得格差のレベルは先進国の中で最下位、7人に1人が貧困状態で、1人親世帯では50%以上が貧困状態です。厚労省の調査では、65歳以上の高齢者のいる世帯の貧困率は約30%にも達し

ています。また、世界の男女格差を測る「ジェンダー・ギャップ指数」で日本は、146カ国中116位です。女性と男性の所得格差や、女性の大学進学率の低さ、国会議員や管理職などの女性比率の

低さなど、日本は世界的に見て遅れています。ゴール10達成のためには、偏見をなくしてそれぞれの違いを認め合い理解することに努めるなど、自分たちでもできることから始めることが大切です。



## 『住み続けられるまちづくりを』

政治・経済・文化の中心である「都市」には多くの人が集まっています。今後はさらに増加すると考えられています。多くの人々が1カ所に集まってもみんなが快適に過ごすためには、電気やガス、水道などのインフラ設備を今以上に充実させる必要があります。地震や台風などの自然災害のときにも、早急にライフラインが復旧できることが必要です。

このように「都市」は便利な反面、人口が集中することにより、さまざまな課題が発生します。本来「まちづ

くり」は、国や市役所などが行うイメージですが、ゴール11の目標『住み続けられるまちづくりを』を実現するためには、住んでいる一人ひとりがみんなで知恵を出し合って計画的に「まちづくり」をすすめることが重要です。「地域活動に参加する・自分が住んでいるまちの魅力を考えてみる・まちづくりに積極的に参加する」。これらはすべて、私たち大阪みなみ医療福祉生協の活動に参加すれば実行可能です。

ゴール11達成のために、私たちとぜひ一緒に「まちづくり」にとりくんでいきましょう。



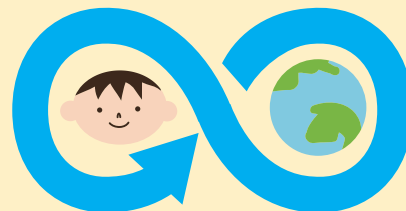
## 『つくる責任 つかう責任』

限りある資源やエネルギーの枯渇を防ぐためには、無駄な消費や過剰な生産をなくしていく必要があります。日本では食品ロスの問題があります。食品ロスとは、まだ食べられるにも関わらず捨てられてしまう食品のことで、日本での食品ロスの年間量は、おにぎりを国民一人あたり1日1個～2個も捨てているのと同じになります。世界中に飢えに苦しむ国や地域があるなかで、

日本では毎日大量の食糧が捨てられているのです。その日本の食品ロスの45%以上は「家庭部門」が占めています。

また、家電などをはじめとした電子・電気機器廃棄物（電子ごみ）は、適切にリサイクルすれば大幅に減らすことができます。食品ロスや電子ごみの削減など、ゴール12

の目標達成に向けて各家庭でも一人ひとりの取り組みがとても大切なのです。





◆『第2回ぬりえコンテスト』入賞でクオカードを贈っていただき、ものすごくうれしいです。クリスマスプレゼントです。イチゴのケーキを買って、一人クリスマスします。ありがとうございました。

(堺市堺区 井上貞子さん)

◆『ぬりえコンテスト』、みなさん大変上手に塗っておられますね〜！次回は私も挑戦してみたいと思います。

(大阪狭山市 上田紀代子さん)

◆日本はどこへ向かおうとしているのか、とんだ年末年始を迎えることになりそうです。

(堺市東区 種田美代子さん)

◆2023年、我が家の次男は高校受験です。病気をすることなく無事に終えてほしいものです。頑張れ全受験生。

(岸和田市 蔵本真人さん)

◆『カジノ誘致反対』署名を夫もしました。私の知っている小学生が、かつて「僕には悩みがあります」と日記に書き、それが父親の賭博による家庭経済の破綻が原因だったことが忘れられないからです。

(大阪狭山市 清水小枝子さん)

◆昨年5月に3人目の孫が誕生した。7月に68歳となった私は、20年後の姿を夢に描いて、狭山池に『ひと休みベンチ』を12月に寄贈した。20歳の孫は米寿の私と一緒にこのベンチに腰掛けてくれる…。それまでは生きていたい。

(大阪狭山市 天野勝司さん)

◆いつも楽しみに『くらしと医療』を読んで参考にさせていただいています。「コロナとインフルエンザ、寒くなってきましたので、健康に気をつけて頑張っていきたいと思っています。

(羽曳野市 縄谷紀久子さん)

◆今年も支部運営委員としてがんばります。

(大阪狭山市 美並康代さん)

◆2022年は帯状疱疹に始まり、3カ月近くも治らなかつた「めまい」や高血圧と、病気がかりの1年でした。今は良くなりましたが、膝痛と背柱管狭窄症は今年に持ち越しです。規則正しい生活と苦手な運動にも取り組んで、2023年は楽しく暮らしていきたいものです。

(岸和田市 山田紀美枝さん)

◆『くらしと医療』いつも楽しみです。「診察室より」はいつもわかりやすく、その時期に知りたいことをわかりやすく説明してくれて助かります。「感染経路を断つ」ことから実行していきます。

(岸和田市 佃千恵美さん)

◆ロシア・北朝鮮の脅威に乗じての防衛費2%はありえない。

(堺市堺区 中谷光弘さん)

◆いよいよインフルエンザの季節となり、コロナとともに気をつける季節となりました。本当にやっかいなシーズンとなりました。

(藤井寺市 安川学さん)

◆一人暮らしになって3年。年ごとにお正月に人が集まってくれるのが嬉しくなっています。無理のないペースで人や物と付き合い合っていきたいと思っています。

(大阪狭山市 関口明里さん)

◆2022年中にはコロナ終息、ウクライナ平和を願っていたのに、どうやら2023年にも長引く気配。いつになれば自由に海外旅行に行けるのでしょうか？

(羽曳野市 大森茂美さん)

◆「クリスマスリースとしめ縄」づくりに挑戦！楽しかった！午後からは「われ弱ければ 矢嶋帽子伝」の映画会へ。充実した一日！

(堺市南区 吉田朋子さん)



**写真や投稿作品の送り先はこちら！**  
八ガキや封書、メールでお送りください。

表紙の写真	テーマは「春」。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。

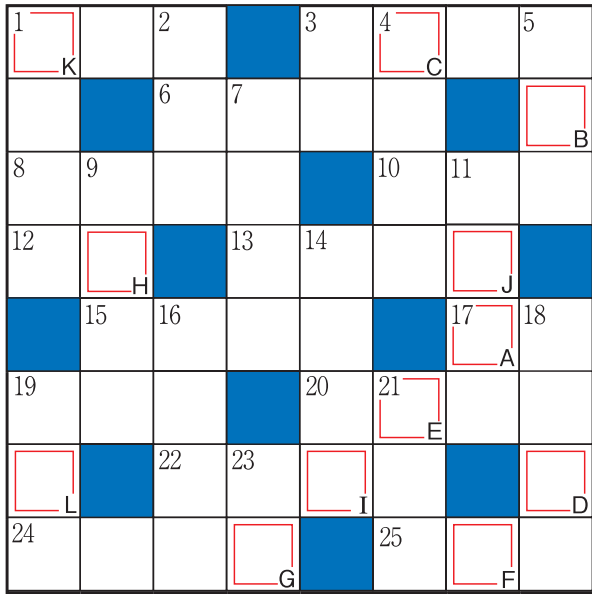
**八ガキ・封書の送り先**

〒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





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	K	L

# クロスワードパズル

## タテのキー

- ① 珍しく風変わりな習慣
- ② 犬が西向きや尾は――
- ③ 肉。――印船
- ④ 河童、海坊主の類
- ⑤ 君のため取って――を呈す
- ⑦ 畳ではなく――の居間
- ⑨ 敏捷の対。――な動作
- ⑪ 実用――と特許の違い
- ⑬ 寺院の鐘楼に吊るしてある大きな鐘
- ⑯ 犯人が遂に犯行を――
- ⑰ 月下氷人
- ⑲ 紫式部著「――物語」
- ⑳ 地盤――で建物が傾く

## ヨコのキー

- ① 数百億円もの――を投ず
- ③ 訃報に――を受ける
- ⑥ 外国に旅行すること
- ⑧ 洪水で――まで浸水
- ⑩ 自信は持つても――は危険
- ⑫ 天に任せる
- ⑬ 市区町村長に届け出て印鑑証明が得られる印
- ⑮ 部屋の仕切り
- ⑰ ーが開くほど見る
- ⑲ 亭主――で留守がいい
- ⑳ 相撲などの真剣勝負
- ㉒ あくる年、次の年

## タテのキー

- ㉓ 他言無用と――を刺す
- ㉔ 杓子――に解釈する
- ㉕ ーの高いフィルム

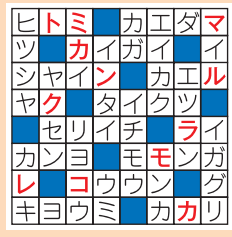
## 応募方法

答えはハガキに記入の上、〒599-8124 堺市東区南野田1-2-7 大阪みなみ医療福祉生協・組合員活動部まで、ひ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。

◆ 締切は2月28日(消印有効)

## 11月号の当選者と答え

● 応募総数…33通 ● 正解者数…33名  
 山田真知子さん、永野間義人さん、前田和彦さん、堀あつみさん、宮本文恵さん、植村敢太さん、畝川純一さん、川瀬良一さん、山田紀美枝さん、木原輝子さん、北野充さん、山田初枝さん、縄谷紀久子さん、山口宏さん、岩出和美さん



カルトカラ  
 コクミンマモレ  
 (カルトから国民守れ)

## 理事会通信

第69回理事会は、2022年12月27日(火) 18時〜19時45分 時まで北野田診療所3階会議室で開催されました。

開催にあたり議長に和田常務理事が選出され、中村理事長が開会の挨拶を行いました。前回理事会議事録を出席理事全員で確認しました。

報告事項では今専務より、民医連生協関係発信資料について、大阪民医連週報について報告され、生協連関係について報告されました。新型コロナウイルスへの対応について、発熱外来、コロナワクチン、インフルエンザワクチンなどの状況について報告されました。

人事・労務関係について今専務より、冬季一時金を12月9日に支給したことが報告されました。慰労金の支給について、年度内に支給を提案することが報告されました。北野田診療所の事務職員が12月15日付で退職したこと、訪問看護STきずなの常勤看護師1名を11月16日付で採用したこと、訪問看護STひまわりの常勤看護師1名を2月16日付で採用することが報告されました。労組との定期協議について報告されました。

今専務より、個人情報及びハラスメントの学習会について、ハラスメント学習会を2023年1月26日(木) 14時からWEB開催することが報告されました。11月の法人経営事業概

況について別紙に基づき報告を受け、次に各エリア担当者から報告されました。

組合員活動について北村常務より、別紙に基づき、組合員活動部会議の報告がされ、各エリアから強化月間の取り組みについて報告されました。社保関係について、大阪民医連社保委員会の報告がされました。

和田常務より、狭山みんなの診療所建設委員会の報告がされました。

討議・承認事項について今専務より、二項組合員の承認について、該当者がいないことが報告されました。河内長野支部より、たまり場開設の申請があったことが報告され、不備がなければ1月の理事会で承認することになりました。

設備投資について今専務より、専務至決済事項、コープ診療所の薬品保冷庫22万4400円と、阪南エリアのコピー機3台の入れ替え10万9000円/月の提案がされ、承認されました。

今専務より、第7回通常総代会の開催について、日時、場所、第1号議案から7号議案について提案され、承認されました。総代会第1号議案「2022年度の活動および2023年度の活動方針」(案) について、12月の理事会で骨子を提案し、1月の各エリア委員会及び理事会で討議、2月理事会で修正し確定することになりました。

すべての議事が終了したので理事会を閉会しました。



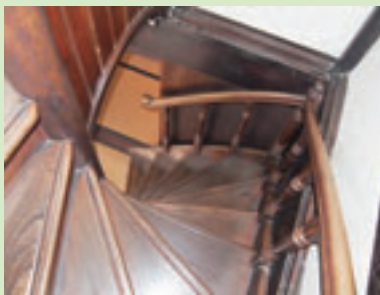
### 石上露子と楠公夫人

富田林市で戦争をめぐる二人の女性の足跡を訪ねる。一人は明治時代の反戦平和の歌人、石上露子(1882~1959年)。もう一人は、鎌倉~南北朝時代の忠臣として知られる武将、楠木正成の夫人の久子。



#### ▲旧杉山家住宅

富田林町14-31 / 近鉄長野線富田林駅または富田林西口駅から徒歩約7分 / 10~17時 / 月曜(祝日なら翌日)・年末年始休み / 大人400円、小人200円  
 ▲明治後期に造られた螺旋階段。旧杉山家の豪商ぶりを示す



▼楠妣庵観音寺境内の恩光閣 1932年建立の昭和御大典大札の建物を移築したもの



▲楠木母子の像 楠妣庵観音寺境内に1935年5月に建立



開され、露子ゆかりの資料も展示している。  
 露子は、与謝野晶子の「君死に給ふこと勿れ」が発表された『明星』1904年9月号より前の同誌7月号に「夕ちどり」の名前で「みいくさにこよい誰が死ぬさびしきと髪ふく風の行方見守る」などの短歌を発表。晶子らとともに明星派として活躍した。さらにそれ以前、日露戦争中、夕ちどりは『婦女新聞』04年11月号に小説「兵士」を発表。若い女性が見た一夜の夢を叔母に物語る話で、戦争を否定する感情があふれている。

聞(日露戦争開戦論に転じた『万朝報』の記者だった非戦論の幸徳秋水と堺利彦らが退社し、平民社を設立して刊行した社会主義新聞)を購読。警察からも目をつけられたが、後に『大阪平民新聞』に大金を寄付。しかし、望まない結婚で新詩社を脱退、新聞購読も中止せざるを得なかった。  
 続いて、楠木正成の妻・久子が一族郎党の菩提を弔った楠妣庵観音寺(富田林駅から金剛バス東条線「甘南備」下車すぐ)へ。境内には戦時中の修身教科書に載っていた楠木母子像がある。忠君愛国の象徴として持ち上げられた楠木を象徴する像。正成の戦死後、息子、正行が自害しようとするのを久子が止め、生きることを諭したと伝わる。

## B型肝炎罹患でお困りの方へ①

国から救済が受けられるかもしれない

### はじめに

大阪民医連では、幼少期に受けた集団予防接種が原因でB型肝炎ウイルスに感染された方が国からの給付金を受けられるよう支援を行っています。

以下の要件に該当する方、その可能性がある方は、間違っても結構ですのでお気軽にお問い合わせください。

### B型肝炎とは

B型肝炎とは、B型肝炎ウイルスの感染によって起こる肝臓の病気です。成人がウイルスに感染した場合、成人には免疫力があるので、一時的に急性の肝炎を発症することはあってもそのほとんどが治癒してしまい、以後再び感染することはありません。一方、乳幼児がウイルスに感染した場合、免疫力がきわめて弱いので、ウイルスが肝臓に留まったまま感染状態が持続してしまいます。そして、このような持続感染状態の乳幼児が成人になると、ウイルスと免疫



### B型肝炎ウイルスの感染経路は？

の共存状態が崩れて慢性肝炎を発症し、さらには肝硬変、肝がんと進行することがあります。

B型肝炎ウイルスは、主に血液を介して感染します。乳幼児期に持続感染した場合の感染経路としては、出生時に母親から子どもに感染する垂直感染(母子感染)と、注射器(針・筒)の使い回し、輸血などを原因として感染する水平感染があります。ただし、母子間感染阻止事業が開始された昭和61年以降は、母子感染はほとんどみられなくなりました。また、日常生活の場でB型肝炎ウイルスに感染することはほとんどありません。

### 【お問い合わせ先】

大阪民医連

☎(06)

06968-36970

(近藤・松本)