

「協同」と「連帯」の力で、いのちと人権を
まもる医療・介護と健康づくりを目指します

げんこう

2019
No.414

発行/医療生協かわち野生活協同組合

組合員現勢

2019年1月22日 現在

- 組合員 74,960世帯
- 出資金 1,726,481,500円
- 一世帯平均出資 22,969円
- 65支部 7地域交流センター
26たまり場 1ボランティアセンター



各事業所で
ISO9001 認証取得



高遠菜穂子さん講演

「いのちに国境はない」

1月18日、イコーラムホールで高遠菜穂子さんの講演「いのちに国境はない」を行いました。

高遠さんは「フリーの人道支援者」として、2003年以降、一貫してイラクで、水、食料配布や医療支援といった緊急支援を続けています。



講師の高遠菜穂子さん

イラクでの「憎しみの連鎖」を断ち切る ピースセルプロジェクト

ISからの解放後も
問題は残されている

イラク国内では、IS（イスラム国）の支配からは解放されたが暮らしの再建は？ IS兵との間に生まれた子ども達の人権は？ 少年兵たちの更正は？ など問題が浮き彫りとなってきました。そして、イラクではかつてないほど「戦争はもう嫌だ」という声が高まっていると

日本のノウハウを活かし
新しい平和教育を築く

そんな中、高遠さんが取り組んでいるのが「ピースセル（平

和細胞）プロジェクト」です。戦後、日本が培ってきた平和教育を参考に「憎しみの連鎖」を断ち切るための新しい平和教育を築こうというものです。絵本の読み聞かせや、演劇で対立する考えをお互いに演じることを通して相手を理解しようという取り組み、環境問題を学ぶプログラムもあります。

今、日本で協力者を募っていますが、既に高校生もその中に加わっています。語る高遠さんの瞳は輝き、弾んだ声が心に響いてきました。

私達日本人が、このプロジェクトにどれほど関わるかによって「平和国家日本」のブランド力を取り戻せるのではないかと思います。私達も始まったばかりのプロジェクトに関心を持ち続け、応援を続けていこうと思います。

カンパへのご協力に 感謝いたします



講演会には195人が参加し、13万7094円のカンパが集まりました。寄せられたカンパはすべて、高遠さんを通してイラクの難民支援に使われます。ご協力いただいたみなさま、ありがとうございます。

医療・介護でお困りのことは
info@rainbow.or.jpまでお知らせください

医療生協かわち野機関紙編集委員会 〒577-0832 東大阪市長瀬町1-6-15
☎06-6726-6351 FAX06-6726-6065 定款地域(活動する地域)東大阪市・八尾市・柏原市・大東市・四條畷市・門真市・寝屋川市・大阪市 HP: http://iseikyokawachino.jp/kawachino/ 医療生協かわち野 検索

各診療圏にて2019年 新年集会をしました

健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる。

病院圏

組合員・職員
がひとつに



橋田院長のあいさつから始まり、生協強化月間達成の支部・職場表彰を行い、文化行事・うたごえや青年ジャンボリーからのゲームで大いに盛り上がりました。各支部から「今年の抱負」が語られ、組合員さんと職員がひとつになれ、「憲法を守り、平和な社会とくらし安全の社会保障をめざす」運動を大きくすすめていく決意を固めました。

1月12日、楠根圏新年集会が45名の参加で行われました。高橋所長の新年あいさつでは、高齢者の私たちが頑張る時代であり、ともに頑張ろうと訴えられました。

つづいて、暮らしを守る選挙の年であることで来賓の方々から挨拶がありました。各支部長と各職場から今年の抱負が語られ、「支部センターがほしい」「ドックを増やそう」「楽しく活動して、仲間増やし」などなど、楽しく交流しました。

最後は全員合唱で、元気でバリバリ今年もがんばろうと締めくくりました。



楠根圏

元気にバリバリ
頑張ろう

加納圏

ドックで
大躍進目指す



平成最後の新年集会に100名が参加し、かわち野福祉会のお弁当や組合員による落語、歌声で大盛り上がり！

2018年の加納圏は、診療所の機材の大幅改修や、2階の大改装、診療所となりの賃貸など、変化の年となりました。ドックスペースが綺麗になりましたので、2019年はドックで大躍進を目指していきましょう！

午前10時より、はなぞの診療圏「夢を語る会」を開催。石井所長あいさつの後、各支部職員8Gに分かれてそれぞれの夢や思いを模造紙に貼りつけ語り合い、大いに盛り上がりました。「診療所に整形外科を」、「特養をもう一つ」、「枚岡地域に診療所を」、「コミュニティバスを」など具体的な要望噴出！午後は各支部・事業所毎に「今年の抱負」を発表、一年の健康と元気な「はなぞの圏」を誓い合いました。来賓含め84名の参加でした。



はなぞの圏

地域の夢を
私たちの力で

大東四條畷圏

地域に深く
広がっていく



今年は、2部構成で始まり、1部では、橋田亜由美医師（東大阪生協病院院長）の半日ドッグについてのご講演があり大東四條畷圏の健診数はまだまだで、これからも地域に深く広がっていくことが大事だと感じました。2部では、軽食を交えながら職員・支部紹介があり、昨年より参加人数が増えました。集合写真もみて頂きくとみなさん笑顔で距離感が少しずつ近くなってきているように感じます。

呼吸を整えてリラククス！おしゃべりも健康の秘訣です 一息つけるやさしい場が集って



高美支部 気功班会「吸吐(シーホー)」

高美支部で、毎週土曜日の朝7時から気功班会「吸吐(シーホー)」を行っています。開始から14年経ったいまでも、メンバーを変えながら10数人で行っています。その開催数は、2019年1月12日時点で479回、のべ参加者はなんと4155人！

参加者のみなさんから「当時は、血圧が高く目眩もしていたが、呼吸を整えることで落ち着いてきた」「ストレス社会の中で、深く呼吸をすることで、落ち着いてくる」と思いをお話してくる。

高美支部の地域のため「はからめ」。ここにくると、いろんな情報を知ることができると、一息つけてほっとする。「やさしさは見えぬ薬」という思いが生きているなど感じました。
(組合員活動部 藤原 章弘)

世想あれこれ

消費税増税は日本経済を破壊する！

税理士 佐飛 淳一

安倍政権は、今年10月の消費税10%への増税実施を狙っています。ポイント還元、プレミアム商品券、さらには自動車税や住宅ローンの減税。1兆3,000億円の追加公共事業も。10%実施で5兆7,000億円の増税となりますが、それを超える経済対策を行おうとしています。

消費税は国民の消費活動に負担を求める税金です。収入が同じであれば、増税分、生活費を切り詰めることとなります。経済活動の60%を占める消費活動に打撃となり、日本経済を後退へ導くこととなります。

2014年に消費税が5%から8%へと増税されました。一世帯当たりの消費支出は、増税前の369万円から増税後は335万円と、年間にして34万円も減少しました。給与水準も5ポイント減少。アベノミクスで日本経済は成長していると政府は宣伝していますが、アメリカ経済などが好調で輸出が伸びているからで、国内経済は停滞したままです。

消費税増税→消費が減少→企業の売上が減少→働く人の給与も減少→国の税収が減少→赤字国債は増加→日本経済の後退。消費税増税は、日本経済を悪魔のサイクルへ落とし入れ、破壊するものと言えます。暮らしを守るためにも、日本経済の活性化のためにも、消費税増税ストップが最良の道です。

サンタさんの登場で大喜び!!

12/8 東大阪生協病院小児科クリスマス会



2018年12月8日、生協病院小児科のクリスマス会が開かれました。1歳から9歳までの17人の子どもたちと保護者、司会進行役の小

学生ボランティア、春本医師をはじめ職員5名が参加し、みんなでぼっし作りや黒ひげゲーム、ビンゴゲームをして盛り上がり、春本医師による手品も披露されました。

最終にはサンタさんが登場！サンタさんからプレゼントを受け取ってみんな大喜び。子どもたちは元気にクリスマス会を楽しんで、笑顔いっぱい帰っていききました。
(東大阪生協病院小児科)

術後の患者さんのリハビリをサポートしています

東大阪生協病院3階 回復期リハビリテーション病棟



回復期リハビリテーション病棟は、脳血管障害や骨折後、肺炎や手術後の患者さんが機能改善するためにリハビリを強化している48床の病棟です。退院後の生活がよりスムーズに過ごせるように、日常生活能力向上を目指し、自立に向けてセラピスト（PT・OT・ST）が専門性を発揮し、看護師18名、介護福祉士8名でチームに

ナースのおしごと

2

病院見学・お申込み・お問い合わせ

医療生協かわち野生活協同組合・東大阪生協病院
師長室担当: 寶井(たからい)

TEL : 06-6727-3131
FAX : 06-6727-3158

分かれ、患者さんを受け持っています。入院期間が一般急性期病棟よりも長く、入院生活が少しでも快適になるように、日々、昼、夕食後にレクリエーションを取り入れて、日曜日には歌を歌ったり、季節を意識して、新年の書初めから始まり、豆まき、お花見、平和コンサートや、運動会、忘年コンサートなどを行ないます。コンサートでは、橘田院長が歌を披露、西田医師はサックス、大井医師はオカリナ、演奏が繰り広げられます。このように充実した入院生活を送ってもらえるようにスタッフ一同工夫を凝らしています。そして、患者さんから元気をもらえる病棟です。

私たちと一緒に、看護師として一緒に働きませんか。

あいうべメイトからの声をヒントに

1/18 おおさかまるごと健康チャレンジ「あいうべ発表会」を終えて



今年のおおさかまるごと健康チャレンジでもオススメしていました「あいうべ体操」の実践交流を1月18日に東大阪生協病院4階組合員ホールで74名が集まり「あいうべ発表会」を行いました。

最初に、あいうべ体操のそもそも論からお得情報としての新しいやり方、その効果の実績と全国の取り組み紹介などの報告がありました。そして、あいうべメイト7名から実践報告があり、お風呂の中や集まりの中でやっ

ているという場所ややり方の報告から口の渴きがなくなった、滑舌がよくなった、いびきがなくなった、首筋がスツときれいと褒められたなど本当に多彩は報告がありました。参加者にも大変伝わりやすく、またたくさんの方の今後の取り組むヒントにもなったと思います。最後に、参加者全員があいうべメイトになって、さらに取り組みを広げていこうと意思統一ができました。(健康づくり委員 宮井 篤)

おおさかまるごと健康チャレンジ2019 イメージキャラクター募集!!

「おおさかまるごと健康チャレンジ」も4年目を迎える今年、新たなイメージキャラクターを募集します。多くの人に、医療生協の8つの生活習慣を中心とした健康づくりにチャレンジしてもらうこの企画に、ふさわしい自作のキャラクターのイラスト等をお寄せください。

【お問い合わせ、応募先】医療生協かわち野本部 担当：宮井まで ※2月末締切

入居者への「追い出し」被害について

弁護士さんに聞いてみよう！

4

実力行使の「自力救済」は原則許されません

■質問 ある日、住んでいるアパートに帰ったら、部屋の玄関の鍵が開きません。私の家賃を3カ月分滞納したままなので、大家さんが契約している家賃保証会社が鍵を交換してしまっただけです。こんなことって許されるのでしょうか？

■答え 家賃を滞納したからといって、部屋の鍵を勝手に変えることは、違法な追い出し行為です。なぜなら、実力行使で権利を回復するという「自力

救済」は原則として認められていないからです。つまり、大家さんが強制執行などの法的手続きをしない限り、あなたは自分の意思に反して住まいを奪われることはなく、大家さんや家賃保証会社に対して、直ちに違法状態を解消し、部屋に入れるようにすることを要求できます。

契約書に「家賃を滞納した場合、鍵の交換など施錠されても異議は述べない」との条項があっても、結論は同じです。その条項は、消費者契約法10条の「消費者の利益を一方的に害するもの」に該当し、無効と

考えられますので、鍵交換を正当化する根拠にはならないのです。

家賃保証会社の中に「追い出し屋」と呼ばれる悪質な業者が入り込み、2008年頃から社会問題となっています。政府は2010年、こうした業者を規制するため、法案を国会に提出しましたが、残念ながら廃案となってしまうました。法律の整備が待たれるところです。

弁護士 岩佐 賢次
大阪市中央区谷町九丁目3-7 中央谷町ビル2階
電話 :06-4302-5153
大阪法律事務所
★医療生協かわち野組合員であれば、初回相談が無料です。



高齢者のからだづくりを柔道で！

一昨年冬、満八十歳を超えたある日、近所に住む柔道師範の方に誘われて、彼の指導する道場に通い始めた。最初のうちは自分が

高齢であることも含めて色々躊躇もあったが、指導者の方々の懇切丁寧な指導で、あっと

いう間に約二年が経ち、その積み重ねで昨年末に初段を取ることができた。練習は大変厳しいものだったが、一年過ぎるころにはほとんどの練習メニューをこなせた。

柔道は厳しいスポーツで油断をすれば骨折など怪我につながる。それゆえ、六十歳を

過ぎて入門する人はあまりいないとも聞く。しかし、私の場合は、所属する教室の掲げる「理念」と指導者の方針におおいに助けられた。

この教室の理念は「青少年の健全な育成 生涯体育」をめざし、入門者の年齢にかかわらず適切な指導をしている。それゆえに私でも在籍できたし、これからも生涯続けたいと思っている。(一)

特別養護老人ホームからお知らせです

かわち野福祉会 入居者募集中

募集情報

サービス付き高齢者住宅 かわち野里加納

現在14室の空きがあります。60歳以上であれば、元気な方から介護が必要な方まで入居することができます。体験入居もできます。お一人暮らしなどで在宅生活が不安な方も、安心して暮らしていただけます。

お問い合わせ先 TEL(072)920-7802

ケアハウスかわち野里

軽費老人ホームですので、所得に応じた負担でご入居いただけます。60歳以上で身の回りの事が比較的自己で行える方となります。現在空き2室出ています。

お問い合わせ先 TEL(072)980-7201



専用資料ラック設置してあります

医療生協かわち野の院所に、かわち野福祉会専用の資料ラックを設置させていただくことになりました。各施設のパンフレットには料金表を挟んであります。お問い合わせいただければ担当者より連絡をさせていただきます。

第3回初任者研修開催(ヘルパー2級相当) 1月19日より開講しました



今回は、過去最高の13名の受講者となっております。毎週土曜日開催のコースとなっております。福祉会の職員が講師となり介護の基本を学んでいただきます。

条件が合えば奨学金制度を受けられ、福祉会での介護業務についていただくことも可能となっております。

受講生の皆さんが無事研修終了されるまで、しっかりサポートさせていただきます。

寄付金運動へのご協力を

特養建設寄付金運動で、6050万円まで到達しました。当初の目標額1億円めざして継続しています。引き続きご協力をお願いいたします。

地域医療を担う
医師を育てよう!

医学生だより

69



難波医師、忙しくも楽しく学んでいます



研修中の難波医師

しかし、各地の学習会にも積極的に参加するなど、充実した研修生活を送っています。組合員さんに向けては、「大変ですが、期待に応えられるよう粉骨砕身、一所懸命頑張っています!」「忙しい毎日だけど楽しく学んでいます」とメッセージをいただきました。

医師としてようやく歩き始めた大切な時期に当院での研修を選んでくれたことをうれしく思うとともに、ここでの学びを大きな糧として今後に活かしてもらえることを期待したいと思います。



学生の頃の難波医師 (2012年)

今回は、12月10日から2月17日まで神経内科研修に来ている難波広人医師を紹介します。難波医師は、愛媛大学を卒業後、大阪民医連の耳原総合病院で研修をスタートさせた二年目研修医。医学生のころから大阪民医連奨学生として、「無差別平等の医療」について学び深めてきました。医師と言っても、今の医師研修制度下では指導医（当院では橋田医師）の許可や確認がないと医療行為ができません。また、今の時期は、2年間の研修をまとめ、学んだことを報告するレポートや報告会が複数あり、ストレスフルな毎日。

今月の川柳・短歌・俳句コーナー

- ・昔では 花咲か爺で 今認知(足立 幸男)
- ・子の受験 神もて余す ハーバード(柴田 俊雄)
- ・ウォーキング ハトに思わず なやみ言う(掛川 由紀)
- ・のっしのし 軍靴の悪夢 忍び寄り(鈴木 知身)
- ・玄関の 枯れ葉掃きつつ 巡りくる

良き年祈る 初春の朝(吉田 弘子)

皆様より川柳・短歌などの作品を募集します

フアックス、またはメールにて、下記の送付先までお送り願います。

応募方法は、はがき、手紙、※匿名希望の場合はご明記くだ

さい。ペンネームを使用される場合も記載をお願いします。

送付・お問い合わせ先

〒577-0832

東大阪市長瀬町1-6-15

医療生協かわち野生活協同

組合本部 機関紙編集委員会

宛て

TEL: 06-6726-6651

FAX: 06-6726-6065

メール: info@rainbow.or.jp

『かわち野たすけあいの会』 協力者募集中!

たすけあいの会では、ボランティアと一緒に活動していただける方を募集しています

- 買い物
- 家事
- 掃除
- 料理
- 力仕事
- お話し相手
- 水やり
- 見守り
- 草ぬき

などなど



空いた時間をボランティア活動に。
登録をお願いします。

「たすけあいの会 事務局」お問い合わせ先

医療生協かわち野本部

TEL 06-6726-6351 FAX 06-6726-6065

理事会報告

2019年1月19日(土)

東大阪生協病院4階会議室

理事29名 監事4名 オブザーバー8名

【主な報告・討議事項概要】

経営状況報告(12月度)

	実績	対前年	
事業収益	4億8332万円	4082万円	😊
事業費用	4億4455万円	479万円	
経常利益	3874万円	3607万円	😊
4月～経常利益	229万円	▲3975万円	

- コープおおさか病院より支援に来ていただいている、青木淳医師より挨拶をいただきました。
- 2018年度の残課題と次年度についての方針・予算について、討議しました。
- 2018年度生協強化月間の取り組みのまとめを行いました。
- 2019年度の出張健診の見直しを行いました。

無料低額診療事業を各事業所でおこなっています

経済的な理由によって、必要な医療サービスを受ける機会を制限されることのないように、社会福祉事業法にもとづき、無料または低額な料金で医療を利用いただけます。



〔問題〕左の絵は、上下で7カ所のまちがいがありません。どこで

しょう? (印刷のよごれや汚れ、スクリーントーンの濃淡はまちがいに入りません)

★ハガキに記入いただいた内容は、紙面編集と事業運営の改善を目的として利用いたします。なお、「読者の声」…お答えします」「当選者名」コーナーなど紙面に掲載することがありますので、匿名希望の場合は明記下さい。できればペンネームの記載をお願いします。

★しめきりは、3月10日とします(当日消印有効)

★送る先: 〒577-0832 東大阪市長瀬町1-6-15 医療生協かわち野本部 けんこう2月号クイズ係

★12月号の応募は81名からありました。厳正な抽選の結果、下記の5名の方が当選されました。おめでとございます。

★メールでの申し込みも受付ています。クイズの答えをカメラでとりメールで送るだけで、簡単にお申込みいただけます。(info@rainbow.or.jp)

★正解者の中から、抽選で5名の方に図書カードをお贈り



まちがいは7桂



当選者名(敬称略)

- 今村 與志雄
- 木村 守孝
- 高井 厚代
- ペンネーム…テルちゃん
- 十川 百代

12月号の答え

- ①ツリーの星 ②ツリーの大きさ
- ③ツリーの飾りの数 ④サンタ帽子
- ⑤サンタ服 ⑥右の女性の手袋
- ⑦右の男性のプレゼントの箱

「けんこう」バックナンバーをウェブで公開中

以下のQRコードを読み取っていただくと「けんこう」バックナンバーが手軽にご覧いただけます。



こんな場合はご連絡ください

班会開催 転居 電話番号変更 同居家族の変更 増資減資 脱退 その他お困りの事があればお気軽にご相談を

医療生協かわち野生活協同組合 本部 ☎ 06-6726-6351

読者の声



毎年、人間ドック健診を受けています。その中で、大腸がん健診を受けたらポリープが発見され切除しました!

ペンネーム 山ちゃん

妻が人間ドックを受けたのですが、バリウムが苦手で胃の内視鏡があつて良かったと言っていました!

ペンネーム 320)

明けましておめでとございます。今年もよろしくお願ひ致します。毎年、31日に「おせち」作りで、紅白も見ることが出来ない…。でも、「美味しい美味しい」と言つて食べてくれるので、年末年始の疲れも忘れる今日この頃です。

丸木 早苗さん

毎月「けんこう」が届くのが楽しみです。とくに、「まちがいは7」は、あと1つが分からないときは1日〜2日してもう1回老眼鏡をしっかりと見直します。そうして全部見つけた時のうれしさは格別です!!

九里 晴美さん

健康まつりへ遊びに行こう!と、楽しみにしていたのですが、当日に体調を崩してしまい、行けませんでしたが、昨年の健康まつりも体調不良で行けず…。なぜか、健康まつりの時期になると体調が悪くなるのですが…。来年こそは、体調を整えて絶対参加します!!

ペンネーム じゃっぴー

健康診断を毎年受けています。先日、インフルエンザの予防接種に行ってきました。自分の体を知るために行っている半日ドック、結果が出るまでの心配と、出たからの安心感を毎年行っています。これからもよろしくお願ひします。

北山 洋子さん



わたしの健康法

続けられた 楽しいスクエア ステップ班会



松田 明さん (写真右から1番目)

(枚岡南支部)

スクエアステップで、先生が終わりがけにした、グーチョキパーをしながらのステップ。両手が同じなのに左右が別々になったりと、全員を笑わせ、一日分の笑いもこのスクエアステップでO

K! 声も出しながら、みんなで楽しい班会を毎月2回行っています。「つま先、かかと、足も高く上げるんやで」と、みんなアドバイスをしあいながら、楽しい1時間半。これが私の健康法です。みなさん参加しませんか。

主な行事案内

2月2日(土) 13:30~	おおさかまると健康チャレンジゴール集会 (阿倍野区民センター大ホール)
2月10日(日) 14:30~	はなぞの生協診療所 10周年記念式典 (イコーラムホール きらりビル6階)
2月14日前後	虹のバレンタイン行動 (東大阪市・八尾市・柏原市で約16カ所にて予定)
2月19日(火) 15:00~	フレイル連続学習会・第9講 「医療生協かわち野レインボープランについて」 (東大阪生協病院4階・組合員ホール)
3月23日(土) 14:30~	フレイル連続学習会・第10講 「オーラルフレイルについて」 (東大阪生協病院4階・組合員ホール)

病院・診療所	日曜ドック実施日
東大阪生協病院 ☎(06)6727-3131	2/10・2/24・3/10・3/24
楠根診療所 ☎(06)6746-1313	2/3・2/17・3/17
生協加納診療所 ☎(072)965-5885	2/17・3/17
はなぞの生協診療所 ☎(072)963-4360	2/24・3/24
医療生協八尾クリニック ☎(072)925-8725	2/3・2/17・3/3・3/17
協立診療所 ☎(072)874-2138	2/24・3/24

※赤字の日程は女性のみです

お困りの方は
お気軽に

組合員のための 無料法律相談

要予約 東大阪生協病院1階相談室

2月 7日(木) 午後3:00~5:00
2月 21日(木) 午後6:30~8:30
3月 7日(木) 午後3:00~5:00

(毎月 第1木曜日 午後3:00~5:00
第3木曜日 午後6:30~8:30)

※3月21日(木)は祝日のため法律相談はありません
あらかじめご了承下さい。

医療生協かわち野の 生活相談

- 楠根診療所 (第4火曜日午後6時~7時)
- デイサービスセンター加納
2階組合員センター
(毎週火曜日午前10時~11時30分)
- はなぞの生協診療所
(第1・3金曜日午前10時~12時)
- 医療生協八尾クリニック
(第2木曜日午後2時~4時・祝日のぞく)



- ② 鍋に(A)を入れ、煮る。
- ① 白菜は縦半分に切ってから横3センチに切る。
- 〈材料〉
白菜……………2枚(200g)
桜えび……………大きじ2(4g)
- 〈調味料A〉
酒……………大きじ1
みりん……………大きじ1
醤油……………大きじ1/2
塩……………小さじ1/4
水……………1/2カップ

③ 白菜が透き通ってしんなりしたら器に盛る。

■作ってみました
身体に優しく骨を強くする一品です。寒い日はとろみをつけてもいいですね。

けんこう編集委員
阿部節子 理事



白菜と桜えびの 煮びたし

※いつでも元氣2018年12月号47頁「食と健康」久家穂菜美さん・管理栄養士のレシピを使用しています