ほのぼのだより

発行／生活協同組合ヘルスコープおおさか
うえに生協診療所地区(中央区･天王寺区)
2017年11月号　№195
〒540-0004　大阪市中央区玉造1-8-7
TEL 4304-3120　Fax4304-3121

□うえに生協診療所
TEL（06）4304－3120
□うえに生協診療所ケアプランセンター
TEL（06）6718－4140
□うえに生協診療所デイサービス
TEL（06）6718－4142
□うえに生協診療所ヘルパーステーション
TEL（06）6718－4145
□ヘルスコープおおさか訪問看護ステーション
TEL（06）6718－4143

「つながる安心」広げて
― 健康づくり、班づくり、まちづくり ―

地域にひらかれた場

地域にひらかれ、誰でも気軽に立ち寄れることを目指しています。JR鶴橋駅近くの天王寺区船橋町に組合員センター「めばえ」があります。11月18日には、センター開設5周年記念のつどいを開催します。組合員やセンター利用者の交流になればと準備をすすめています。

真田山支部の江畑支部長は、センター運営について「はじめは不安もありましたが、コツコツと行ってきて、様々な班会やサークル活動に役立っていることに喜び、やりがいがもてて良かった」と語ります。

「カレーの日」「モーニングの日」で食事をしながら話が弾みます。健康づくりにスクエアステップ体操。もう一度観たい、見逃した映画を上映する「めばえ火曜劇場」も好評。サークル活動として「健康マージャン」「フラダンス」「南京玉すだれ」などでセンターが利用されています。今年は、地域から歳末の「火の用心」防犯の寄り合い場所として提供されます。

4月に真田山支部が総会を開きました

地域諸団体との連携で生まれた場

地域の社会福祉協議会、地域活動協議会、老人クラブ、新婦人など地域の組織と関係者が一緒になって健康づくりの取り組みをすすめています。また、安全・安心のまちづくりを強めるため、地域自主防災訓練の救護班責任担当などにも積極的に参加しています。

「介護保険、ここがポイント」

「ご近所の底力」「地域の力」「絆の力」「地域の持つ力」など、社会参加をすることで得られる資源が豊かな社会は人々の信頼関係が高く、安全・教育・健康などに良い影響があります。ボランティア団体や町内会、趣味の会などのネットワークに参加することで得られます。

10月21日には、玉造小学校での防災訓練、玉造幼稚園では「健康講座」を開催。今年は、脳血管疾患の診断と治療と予防のテーマで大好評でした。

31日には新婦人とのコラボで「介護保険」について学び合いました。

出張健診、診療所として初めて実施！

うえに生協診療所は、比較的診療所から遠い地域の桃谷地域で、10月29日の日曜日に出張健診を行いました。様々な行事が実施される中での取り組みとなり、広報活動も不十分でしたが地元の町内会や、商店街の振興会、婦人団体のみなさんの声かけもあって当日台風の接近が予想され、大雨が降る中で7人が受診されました。「せっかく声をかけていただいたので」とビラを持って受診された方もいました。診療所ではもっと時間をかけて地域のみなさんに役に立つ取り組みにして次回に活かそうと話し合っています。

みんなが集えば、笑顔がいっぱい
健康チェックがみんなの居場所に

城西支部

城西支部では、毎月　最終月曜日に街頭健康チェックを開催中！氏家さん宅の倉庫をお借りしています。

ある時は、観光ガイドを目指している若いオーストラリア人。片言の日本語を話す。「大阪のおばちゃんによる日本語学校やな？」と大笑い楽しいひと時。

ある時は、平和盆踊りで出店する「キャベ焼」の練習。又は、近くのマンションに住む35歳の女性。「たのしいです！」次に来てくれるのを待っているが…。今回は、おはぎとお抹茶で楽しみました。「おやつがあるんやったら、あの人も呼ぶわ。」と10人が集い、ワイワイ・ガヤガヤと楽しく、健康チェックもしっかりやりました。さあ、来月は何をしようかな？

お抹茶を立てて甘いものがおいしい

拝啓 総理大臣殿

これはおかしいなんでやねん

藤井謙一さん

最近、ちょっとおかしいんと違う?と思うことが多いと思いませんか?

保育所に入りたいのに、入れない。なんで?

子供がイジメにあって自殺する。だけど校長はイジメではないと言う。だけど、子供たちはみんな、イジメが原因だと知っている。なんで?

今回の選挙結果もおかしいと思いませんか?自民党の得票率は33%なのに、なんと議席は67%もある。これは絶対におかしい。なんでやねん?

民主主義の確立のためにも、小選挙区のからくりの見直しがどうしても必要だと私は思うのですが、皆さんはどうですか?

世界一寝ていない日本女性

新婦人中央支部　支部長　中森史子さん

私たち日本女性は「世界一寝ていない」というのはご存知でしょうか。「睡眠負債」を抱えているその背景には、共働きと長時間過密労働の蔓延、その上家事・育児の負担が女性に重くのしかかって女性の睡眠を脅かしているのです。「一億総活躍」とおっしゃるのでしたら8時間労働、残業なしでも生活できる働き方改革をして下さい。非正規労働者を無くして生活にハリが持てる、楽しみの持てる若者が沢山いる社会ができることを望みます。

あなたは私たちの前で、「介護離職ゼロ」を声高におっしゃいましたね。それだけ多くの人々が、家族の介護のために仕事を辞めたり、職場を変えざるを得ない現実をお認めになったと思います。さすがに介護サービスの担い手不足にも言及され、従事者の処遇改善も公約をされています。

しかし現実は、ヘルパーはどれだけ募集しても応募がありません。おまけに介護の「効率化・重点化」で、「軽度」にランクされた方の介護は介護保険の給付から外され、大阪市の場合だと安い単価で生活支援してくれる生活支援要員という人が実際は稼働してないためにヘルパーが新規の軽度介護者のところに安い報酬で行っています。ヘルパーのなり手も来ないし、今後利用される方も安心してサービスが受けられないと思います。総理、日本の老後をなんとかしてください。

日本の老後どないかしてください

うえに生協診療所　ヘルパーステーション　武内みどりさん

1本くらい抜けてもいいやと思うかもしれませんが、隣り合わせや噛み合わせる歯が動いてしまって、噛み合わせ(咬合)に支障をきたすことがあります。また咀嚼や発音に影響が出ることもあります。まずは放っておかずに森の宮歯科に相談してください。

どの歯を抜いたか、隣り合わせ噛み合わせの状況、失った本数などによって様々な治療方法があります。状況に応じた方法をできる限り提案し、納得して選択してもらえるよう心掛けています。

なるべく削りたくない、見た目をきれいにしたい、お金のことなど、何を優先して考えるか、遠慮なく相談して頂ければと思います。

(生協森の宮歯科　歯科医師　池田善一)

シリーズ ザ・健診

早期発見・早期治療でいつまでも元気に

うえに生協診療所では年に一度の健康診断で健康管理を!と考え取り組んでいます。ガン健診では「捨てるうんちで拾ういのち」を合言葉に大腸ガン健診検診744人受診、大阪市胃ガン検診391人受診、前立腺癌検診239人受診など様々なガン健診を行っています。今年度まだの方は受診ください。

受診運動に取り組み、昨年は1447人の方が受けられました。そのうち陽性反応112人。精密検査のできる病院等を紹介させていただくなど早期発見早期治療に取り組んでいます。

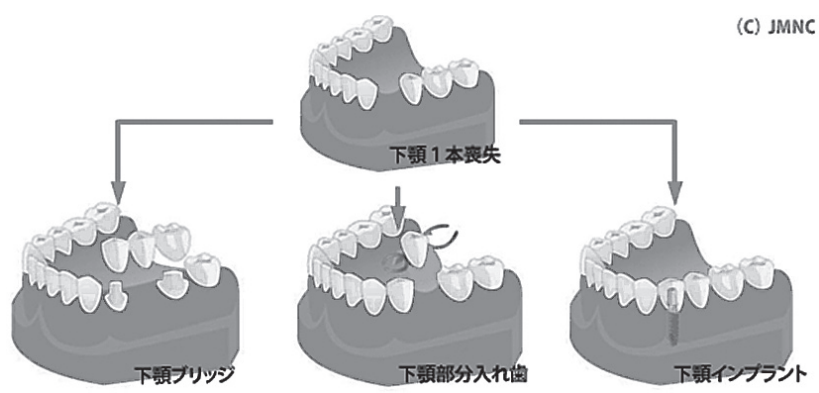
他にも大阪市肺ガン

問い合わせ先
うえに生協診療所 06-4304-3120

森の宮歯科だより

欠損補綴という言葉をご存知ですか?

虫歯や歯周病で歯を抜いた場合に失ってしまった部分の治療のことを指します。



うえに生協診療所　診療案内

診療時間	診察室	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
午前診療 9:00～12:30	1診	内科	糖尿病特診		内科	内科	(内科)隔週
	2診	内科	内科	内科	内科	内科	内科
午後診療 14:00～16:00	1診	内科予約のみ					
	2診		整形外科		整形外科		
	※往診		往診	往診		往診	
夜間診療 17:30～19:30	1診		内科	休診		内科	
	2診	内科			内科	泌尿器科	

※火・水・金の午後は訪問診療(往診)を行なっています。ご相談ください。
年末は12月29日まで、年始は1月5日より診療させていただきます。

●日曜日健診
原則第3日曜
午前8:30～
12/17・1/21

ご予約は4304-3120
うえに生協診療所まで

※ドック健診は火曜・木曜・第2第4土曜の午前中に行います。基本健診は月～土の午前中に行います。
※原則として予約制です。

QRコードから森歯ホームページをご覧ください