

笑う門には福来たる

健康 落語会

ま っ た だ よ り

46人が参加

2月12日(日) まった生協診療所2階にて健康落語会を開催、今回で9回目を迎えます。46人の方が参加、3人の演者さんに来ていただき、面白く楽しく聴かせていただきました。来年もお楽しみに。



第55号
発行
生活協同組合
ヘルスコープおおさか
まった生協診療所
地区運営委員会

まった生協診療所
大阪市鶴見区横堤
3-6-7
☎6911-3195
居宅介護支援事業所
☎6911-3025
すずらんヘルパー
ステーション
☎6915-9200

節分&お習字

ダイケア びより

2月3日は節分でした。ダイケアでは1週間にあわって豆まきをしました。手作りの鬼のお面

ボランティアさんを募集しています！

ダイケア(通所リハビリテーション)で、みんなでワイワイしながら、お手伝いしませんか？

例：利用者様の作業の手伝い、利用者さんとの話し相手など…

興味のある方、体験してみたい方は
06-6911-3195 までお気軽に！
担当：山本

をつけて「鬼はそとー！」
「福はうちー！」と豆を
投げて厄祓いをしまし
た。そして、今回は毎月
行っている習字の様子も
少し紹介させていただきます。皆様、真剣に取り
組んでおられ、毎回とても良い作品が出来上がっています。ダイケアに展示させていただいてますので、見に来てくださ



訪問介護登録ヘルパーさん募集中

(ヘルパー2級、または初任者研修者、または介護福祉士)
時給 1,580円～1,980円
【処遇改善加算・移動費・書類作成手当を含む】

* 交通費支給・有休・日宿手当・時間外割増あり
* 賞与あり

06-6915-9200

生活協同組合ヘルスコープおおさか
すずらんヘルパーステーション

野菜を生で食べましょう — お手軽だいこんサラダ

色 日
彩 々

材料(4人分)

だいこん2分の1本
にんじん2分の1本
塩適量
マヨネーズとお酢 お好みで

作り方

◎だいこん・にんじんは、拍子切りにする

◎塩でもみ、約10分放置して水分を抜く。これでシャキシャキの食感になる。
◎水洗いしてキッチンペーパーで水分を拭き取る。
◎大根とにんじんをマヨネーズであえて、お酢を入れて混ぜるだけ

※使い捨てトレイで撮影ですが、中身は手造り料理です。



2017年3月 まった診地区サークル案内

サークル名	日	基本実施日 (盆・正月変更有)	場所
ころばん体操	1日 8日 15日 22日 29日	毎週水曜日 無料 14:00~15:00	まった診 3F
スクエアステップA (まず目体操)	21日	毎月第3火曜日 無料 10:30~11:30	まった診 3F
スクエアステップB (まず目体操)	23日	毎月第4木曜日 無料 15:00~16:00	パルコープ 鶴見店2階
手芸	10日 24日	第2・第4金曜日 無料 13:30~15:30	まった診 3F
切り絵 (満員御礼)	14日	第2火曜日 13:30~15:30	まった診 3F
書道教室	9日	第2木曜日 14:00~15:30 100円	まった診 3F
パソコン教室	24日	第4金曜日 無料 10:00~12:00 (ノートパソコン要)	まった診 3F
三線サークル 「ごーや」	19日	3月19日 (日) 10:00~11:30	まった診 3F
太極拳サークル	1日 8日 15日 22日	3月より第1~第4毎水曜日 1回300円 19:00~20:30	まった診 2F
カレーの会	8日	第2水曜日 一皿300円サラダ付 11:30~13:30	まった診3F と「こだまり」
喫茶あつまろツト	1日 8日 15日 22日 29日	毎週水曜日 1杯50円 13:00~16:00	組合員セナ こだまり
DVD鑑賞会 「宇宙探査機はやぶさ」	7日	第1火曜日 無料 13:00~15:00	組合員セナ こだまり
オカリナ演奏	21日	第3火曜日 無料 13:30~	組合員セナ こだまり
歌おう会	16日	第3木曜日 無料 13:30~15:00	組合員セナ こだまり
マージャン	3日 24日	第1第4金曜日 無料 2月より 13:00~16:30	組合員セナ こだまり
医療介護相談会	要予約 6911-3195	第3水曜日 無料 10時~	組合員セナ こだまり
歩きましょう IN 緑地	27日	第4日曜日 無料 14:00~	鶴見緑地 噴水前集合
新サークル「はがき絵」	休み	先生の都合により 数か月お休みします	まった診 3F



サークルに興味ある方のお問い合わせは
組合員活動部 藤永 070-5581-2559

前進座 85周年特別公演 新田次郎原作 「怒る富士」 3月13日 (月)
※希望者藤永まで メルパルク大阪ホール 昼開演 14:00 ~ 夜開演 18:30 ~
組合員価格 4,000円 (全席自由)

カレー食事会

カレーライス 300円

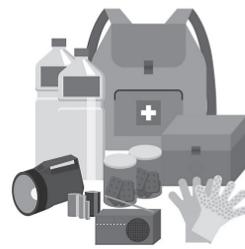
(サラダ・コーヒー付き)

第2水曜日 11:30~13:30
組合員センター「こだまり」
& まった診3階にて
どなたも予約なしでご利用ください。

喫茶あつまろツト

コーヒー 50円

毎週水曜日 13:00~16:00
組合員センター「こだまり」にて
おしゃべりに利用して下さい。



災害発生直後、被災地周辺には安否確認の電話が殺到し、通話・通信規制がかけられ、つながりにくい状態になることがあります。そこで、上記の連絡手段が東日本大震災で、多く利用されてきました。予め、連絡手段を決めておきましょう。

機関紙配達者交流集会



つながりマップで 配達地域確認

2月25日(土) まった南支部機関紙配達者の交流集会を診療所3階で行いました。理事職員含めて14人の参加。認知症予防の歌体操をして頭をわざと混乱させて昼食会。支部のつながりマップを作って未配達地域を確認、協力してくれそうな知り合いがいなか確認しました。今回は新たに配達していただける人も来ていただき楽しい時間を過ごしました。

安否確認に役立つ連絡手段

	特徴
インターネット回線を利用したSNS	LINE、フェイスブック ツイッターなど
災害用伝言板	NTTドコモ、KDDI、 ソフトバンク、Y!モバイル NTT 災害用伝言板 Web171 など
災害用伝言板 ダイヤル 171	171へ電話をかけ、伝言を残すNTTのサービス。サービス開始は発災から約30分後から。 注意点：録音した内容は2日で自動消去される。携帯電話番号では登録できない。

災害に備える①

2011年3月11日、東日本大震災の発生日です。南海トラフ地震発生が、30年以内に70%といわれています。今回は、東日本大震災を教訓に災害時における通信手段につ

【診療案内】

	月	火	水	木	金	土
午前	内科	内科	内科	内科	内科	内科
午後	内科	内科	内科		内科	

■受付時間

午前診=8時20分~13時 (診察は9時開始)
午後診=17時~20時 (診察は17時30分開始)
(火曜のみ17時45分開始)

*土曜日の受付は12時30分まで。

*水・木・金の午前は予約制です。予約外でも対応しております。

■在宅医療

まった生協診療所では訪問診療・訪問看護・往診を行っています。

■日曜健診 (要予約) 3月12日(日) (満員御礼)

※平日の健診は、まだ空きがあります。

■午前のみ無料送迎あり お電話ください

まった生協診療所

〒538-0052
大阪市鶴見区横堤3-6-7
TEL 06-6911-3195
FAX 06-6911-1038



午前の無料送迎あります。

