まっただより　7月

～へいわとけんこう～

私たちの基本理念

「私たちは、住民のいのちとくらしををまもり、みんなで支え合い、笑顔あふれる健康なまちづくりをすすめます。」

採血で、胃がんリスクを検査(胃ABC検診)

～組合員から進行した癌をださないために～

組合員価格:3,920円

この検診は、ペプシノゲンとヘリコバクターピロリ菌抗体を採血で検査し、将来の胃がんリスクを調べる検診です。

おススメポイント！

①生涯で1度だけで大丈夫！(成人の場合)

②自分の胃がんになりやすさを知れば、対策しやすい！早期発見・早期治療へ！

ただし、この検診だけでは、胃がんが検診時に発生している場合は診断出来ませんので、胃部レントゲン(バリウム)と合わせて行うのが、おススメ！

がんは2人に1人がなる現在(2012年の国立がん研究センターの最新がん統計では、男性63%、女性47%)では、早期発見・早期治療が重要です！あのとき、受けとけば…なんて後悔しないように、受けることをおススメします！

総合判定	異常なし	要精密検査		
	A群	B群	C群	D群
ペプシノゲン	陰性	陰性	陽性	陽性
ヘリコバクターピロリ	陰性	陽性	陽性	陰性
胃がん発生のリスク	非常に低い	やや高い	高い	非常に高い
胃がん発生の頻度/年	ほぼ0	1000人に1人	400人に1人	80人に1人

生涯で癌になる確率
男性63%、女性47%

※正しく判定できない方

ピロリ菌除菌、消化性潰瘍の治療、胃切除、腎機能低下、免疫能低下、ステロイド投与、免疫抑制剤投与、プロトンポンピインヒビター内服の方

参考文献:南山堂「胃がんリスク検診(ABC検診)マニュアル」改訂2版　認定NPO法人　日本胃がん予知・診断・治療研究機構

まったデイだより！

ご参加希望、無料体験のご相談は、

06-6911-3195　山本まで

デイケアでは参加時に作業の一環として塗り絵やちぎり絵をしていただいています。今月はデイケアの利用者様の作品をいくつか掲載させていただきます。皆様、惚れ惚れするような美しい仕上がりです！ここでは紹介しきれない作品もいっぱいあり、デイケア室やエレベーター前に飾ってあるので、ぜひ見に来てくださいね。

今月のおいしいレシピ

材料2人分

(写真は1人分量)

たまご3個　ネギ1把
鮭フレーク大さじ1杯

和風だし　少々

※卵白の白を出すには、箸で縦に切るようにして、かき混ぜすぎないのがコツ。

※ふわっ仕上がりには、①麩を卸して小さじ1杯混ぜる。②片栗粉を混ぜる。③マヨネーズ小さじ1杯混ぜるなど

そうめん

診療所窓口で販売中

※平和募金となります

発行・製作：生活協同組合ヘルスコープおおさか　まった生協診療所　機関紙製作委員会

〒538-0052　大阪市鶴見区横堤3-6-7　電話：06-6911-3195

医療費支払いに困っている方に、無料低額診療事業

まっただより

コープおおさか病院入院時の室料無料

無料送迎

7月の健康サークル案内

サークル名	日程	基本予定日	場所
ころばん体操	5・12・19・26	毎水曜　無料 14:00-15:00	まった診3Ｆ
スクエアステップA（脳トレ・マス目体操）	18	第3火曜　無料 10:30-11:30	まった診3Ｆ
切り絵（満員御礼）	11	第2火曜　100円 13:30～15:30	まった診3Ｆ
はがき絵(満員御礼)	25	第4火曜　300円 13:30-15:30	まった診3Ｆ
書道教室	13	第2木曜　100円 14:00-15：30	まった診3Ｆ
パソコン教室	28（要ノートパソコン）	第4金曜　無料 10:00-12:00	まった診3Ｆ
三線サークル「ごーや」	15(要三線)	第2か3土曜無料 13:30-15:00	まった診3Ｆ
太極拳教室	5・12・19・26	毎水曜1回300円 19:00-20:30	まった診2Ｆ
DVD鑑賞会 7月「孤高のメス」	7月27日	7月より第4木 13:00-15:00	組合員センターこだまり
オカリナ演奏	18	第3火曜　無料 13:30-	組合員センターこだまり
麻雀	7・28	第1・第4金　無料 13:00-16:30	組合員センターこだまり
歌おう会	20	第3木曜　無料 13:30-15:00	組合員センターこだまり
歩きましょうイン鶴見緑地	6・7・8月休み	9月第4月曜 14：00-無料	休み

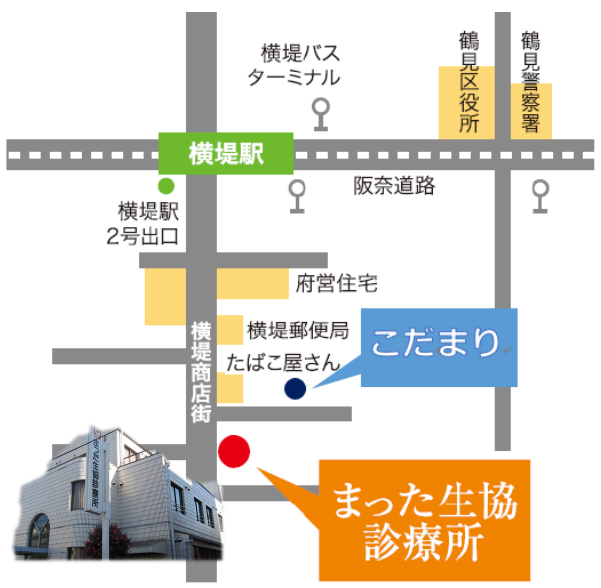
平和バザー開催！

6月3日（土）まった生協診療所にて組合員・職員とともに、平和バザーを開催することができました。バザー品の拠出ありがとうございました。焼きそば・焼き鳥・フランクフルト・そうめん・手作りアクセサリーの模擬店も出店、食べ物はほとんど売れ、剰余も6万円程ありました。集まったお金は、長崎での原水爆禁止世界大会の個人負担軽減に充てられます。

1945年8月6日広島・8月9日長崎に核兵器が使用されました。その年だけで広島14万人・長崎7万人の方が亡くなりました。今年の核兵器廃絶署名は、核削減ではなく、核の使用を禁止を目的とした国際署名です。皆様の署名へのご協力をお願いします。

診療所3F・こだまり　7/12　8/9

こだまり



「まった健康講座」

～血圧・検尿の測り方、仕組みを学習～

6月15日（木）まった生協診療所に置きまして、血圧・検尿の測り方講習会を開催。吉田師長を講師に10人参加でした。二股聴診器を使い、二の腕2人で鼓動を聴いて血圧を確認します。「…どくっ、どくっ」「聴こえた！」「それが最高血圧です」検尿は自分の尿で調べます。「塩分高～い」「この青色反応は何を意味するの」正確さは血液で調べるのが一番ですが、簡単に異常が判る手軽さが班会向きです。自覚症状が出ない病気はたくさんあります。例えば、糖尿病。早期発見することで重症化を防げます。学習し、自分たちで検査して、自分たちで健康を守る。医療生協はそんな組合員さんも応援します。地域で、健康の学習や介護の学習をしてほしいとの声がありましたら、ぜひご連絡ください。

介護相談は、ぜひ、私達へお任せ下さい！

まった生協診療所　居宅介護事業所

電話：06-6911-3025

ヘルパーのご相談は

すずらんヘルパーステーション

電話：06-6915-9200

登録ヘルパーさんも募集中！

まった生協診療所　診療体制表

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00-13:00 土曜[12:30まで]	内科	内科	内科	内科	内科	内科
17:30-20:00 火曜[17：45～]	内科	内科	内科	／	内科	／

無料送迎実施（午前診のみ）

足腰が悪い方、手押し車の方、風邪で行くのがつらい･･･お気軽に是非ご利用下さい（車いすの方も送迎出来ます）。

受付開始　午前8:20～（土曜のみ12:30まで受付）　午後17:00～

休診日：日曜、祝日

まった生協診療所　大阪市鶴見区横堤3-6-7　お電話：06-6911-3195