



まっただより 6月

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。

お元気ですか訪問スタート！



生活協同組合ヘルスコープおおさかでは、5月・6月は地域支部が中心にご高齢の組合員さんに訪問活動「お元気ですか訪問」を行っています。1件、1件、お困りごとを聞き、介護、医療だけではなく、何かの社会資源に繋がらないかを考え、地域団体の専門家等と相談しながら支援に繋がっていきます。組合員さんも一年ごとに年を重ね、体力が落ちて足腰も弱りがち。国民年金では生活費も医療費も重くのしかかってきます。「困りごとはありませんか」と声をかけていきます。留守も多くて会えないこともありますが、「ありがとう、よく来てくれたね。」と言われることもしばしば。

私たちは、この活動を通し、1人でも救われる方がいればという思いで訪問活動をしています。地域で困っている方等いらっしゃいましたら、まった生協診療所または、各ヘルスコープおおさかの事業所までお知らせください。ささいな気づきが、その方を助けることに繋がります。

2018.7.4 国民平和大行進 一緒に参加しませんか？ 現地集合

国民平和大行進は1958年に、被爆地広島から第4回原水爆禁止世界大会が開かれる東京に向けた行進として始まりました。それ以来、8月の広島、長崎まで60年間、毎年続けられています。

13:10~13:30 今津公園⇒14:50~15:10 今福東公園⇒16:45 旭区役所・大宮南公園

医療は平等の観点から、以下の事業をヘルスコープおおさかは行っています

差額ベッド代なし 入院時

差額ベッド代とは、希望して個室等に入院された場合、基本的に1-4人部屋に入室されたときにかかる費用です(全国平均1日あたり6,000円程度)。コープおおさか病院では、お金のあるなしで左右されるのではなく、医療を受ける権利が誰もが平等の観点から、差額ベッド代は一切頂いておりません。



無料低額診療事業

1ヶ月の収入が生活保護の基準150%未満の方に対して、ヘルスコープおおさかの診療所、病院に限られますが、外来医療での自己負担の半額又は、全額を免除する制度です。

無料送迎

ヘルスコープおおさかの診療所(病院)へ通院する際に限られますが、午前診療時に自宅～診療所間の送迎を行っています。まった生協診療所では、車椅子の方の送迎も行っており、多数の方のご利用があります。



まっただより



まった生協診療所通所リハビリテーション(デイケア)では、利用者毎に合わせ、理学療法士等が作成した個別運動プログラムを行っています。下肢筋力の弱い方・体周りの筋肉の弱い方・バランス能力が低下している方、様々な状態に合わせてスタッフと1対1の運動を行います。

1kgの重りを脚に乗せ脚を上げて10秒キープする運動

膝を伸ばす筋肉を膝に負担のない状態で鍛える事により膝の痛みを軽減させ安定させます。

1kgの重りを両膝に挟み落ちないように10秒キープする運動

膝の内側の筋肉を鍛えて膝の安定性を高めます。○脚の改善にもつながります。

まっただ診地区別総代会議開催！

5月12日(土)まっただ診地区の地区別総代会議をまっただ診療所3階にて開催しました。4支部の総代に集ってもらい、24人の総代が参加されました。医療生協の投資の内容等今年度の議案の説明を松浦常勤理事より行いました。

MRI導入を検討する案に対して、導入要望が強く出ました。その他、電子カルテシステム統一に関しては、意見はなく、無料低額診療制度、地区マネージャー制度や歯科検診案内についての質問があり、まっただ診療所窓口の待遇にお褒めの言葉をいただきました。6月24日に総代会が開催され、総代による方針可否が採決されます。



支部総会

地区別総代会議

総代会



6月の健康サークル案内

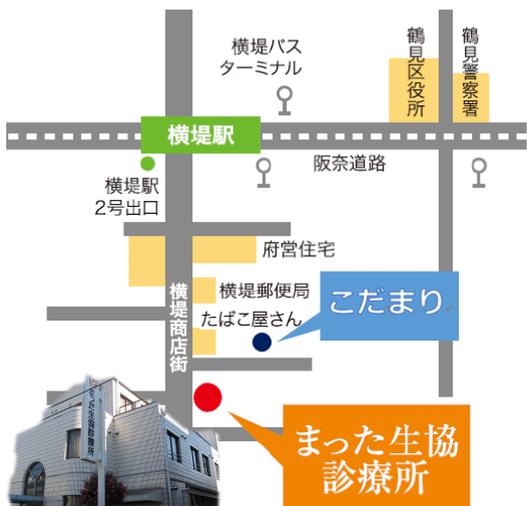
お問合せ
担当：藤永

	サークル名	日程	基本予定日	場所
運動系	ころばん体操 (午前の部)	6・20・27	第1.第3.第4水曜 無料 10:30-11:30	まったく診3F
	ころばん体操 午後の部(満員)	6・13 20・27	毎水曜 無料 14:00-15:00	まったく診3F
	スクエアステップ	12	第3火曜 無料 10:30-11:30	まったく診3F
	筋トレストレッチ	4・25	第1か第2・第4月曜無料 10:30-	まったく診3F
	健康太極拳	6・13・20 27	毎水曜1回300円 19:00-20:30	まったく診2F
	歩きましょう 場所:鶴見緑地	6~8月休み	第4月曜14:00 無料	鶴見緑地噴水前集合
	文化系	書道教室	14	第2木曜 100円 14:00-15:30
パソコン教室		22	第4金曜 要ノートパソコン 10:00-12:00	まったく診3F
三線サークル 「ごーや」		16	第3土曜 13:30より	まったく診3F
DVD鑑賞会 「人生の幸福」		28	第4木曜 無料 13:00-15:00	組合員センター こだまり
オカリナ演奏		19	第3火曜 無料 13:30	組合員センター こだまり
健康麻雀		8・22・29	第2・4・5金 無料13:00- 16:30	組合員センター こだまり
歌おう会		21	第3木曜 無料13:30- 15:00	組合員センター こだまり
はがき絵 (満員)		26	第4火曜 13:30-15:30	まったく診3F

どんそく山歩きサークル 6/24(日) 8:00 京阪 京橋連絡広場集合
行先:生駒山 参加者は、上月まで事前連絡をください 06-6912-2026

診療所3F・こだまり 完売御容赦
毎月第2水曜日
カレー喫茶
11:30-13:30
サラダ
コーヒー付
300円

こだまり
毎週水曜日
喫茶あつまろツト
13:00-16:00
コーヒー1杯
50円



介護相談は、ぜひ、私達へお任せ下さい!

まったく生協診療所 居宅介護支援事業所
電話:06-6911-3025
すずらんヘルパーステーション
電話:06-6915-9200



まったく生協診療所では
在宅医療(訪問診療)実施中



お電話:06-6911-3195まで!

まったく生協診療所 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

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



切り干し大根と人参の和え物



毎月第2水曜日は、まったく地区の組合員による「カレー喫茶」を行っています。今回は、その喫茶で提供されたサラダを御紹介いたします。

* 切り干し大根と人参の和え物 *

材料:切り干し大根・人参・灯明・コーン・もやし等 トマト・青菜などもお好みで。

作り方:素材を軽くゆでて絞ります。後は、ゴマ油とポン酢で和えます。さっぱりして食が進みます。

原水爆禁止世界大会 in 広島 参加学習者募集 (8月4・5・6日)

8月4日・5日・6日(土・日・月) 2泊3日
募集対象:まったく地区で組合員1~2名 新大阪~広島 新幹線往復。
※宿泊費・食費・交通費等は、平和バザーなどで地区から支援いたします。また、前日の結団式の参加、帰阪後9月上旬頃にまったく生協診療所地区での参加報告等をお願いします。
締切:6月末日 申し込み先:070-5581-2559 組合員活動部:藤永
※応募者多数の場合、選考させていただきます。

そうめん

1kg 1300円

診療所窓口で販売中

※平和募金となります

