

まっただより 9月

私たちの基本理念
私たちは、住民のいのちとくらしをまもり、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。

私の戦争体験



横北支部：谷口さん

私が、小学校高学年のときには日本は太平洋戦争に突入してしましました。戦争末期は、私は女学生でした。代用燃料に松脂を捕りに行かされた記憶があります。家の庭に掘った簡易防空壕は、蒸し焼きになるといわれていたのに逃げ込んでいました。壕の中でお経を読むおばあさんの声が怖かったです。今でも覚えています。

945年7月2日の空襲を受けて焼野原。日本の高射砲は、成層圏を飛ぶB29には届かず、日本の戦闘機も高高度を飛べない。なすがままに落ちていました。また、成果を確認できた米軍の偵察機は、機銃掃射をして飛んでいきました。運命の8月6日8時15分、広島に原爆が投下されました。私は、30キロ離れた呉の鎮守府に学徒動員していましたが、爆風を感じました。新型爆弾が落ちたと聞かされました。その後、被爆された方々が呉に運び込まれました。髪の毛は焼け落ち、顔の皮膚は焼けただれ、背中も腕も大やけどで、皮膚が振袖みたいになりました。下がってしまいました。私たちは次々と学校へ戸板に布団を敷き運びました。「水をくれ、水をくれ」と頼まれました。「水をやったら死んでしまうから、

やるな」と言われていました。が、今考えると末期の水を上げればよかったと思います。運んでいる最中に切れる方もおられました。生きていく人も薬もないので傷口から蛆虫がわいてきていました。まさに地獄です。また、学校にも教科書はなし。粗末な半紙や広告の裏に書かれたものを回し読みです。勉強しなくてもできなかったのです。戦争は終わっても食糧難は続きました。戦争は人間性を狂わせ、平常ではできない狂気を実行させます。いかなる理由があろうと二度と戦争を起こしてはならないと私は強く思います。



第2次世界大戦では、世界中で5000万人、日本で300万人を超える尊い命が奪われました。この戦争は、軍人より民間人の犠牲が多かったといわれています。今年の夏は、戦後73年目の夏です。戦争を体験した人も少なくなつて戦争の怖さが風化しようとしています。戦後を終わらせてはいけません。組合員さんに体験談を聞いて、平和の大切さを振り返ってみます。

二度と戦争は起こしてはならない

肺炎球菌ワクチンの定期接種の取り扱いを実施しています（予約制）

対象：今年度、65、70、75、80、85、90、95、100歳の方

ご予約は、まった生協診療所受付窓口またはお電話下さい

または、接種日に60歳から65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある方（身体障がい者手帳1級相当）

※過去に肺炎球菌ワクチン(23価肺炎球菌荚膜ポリサッカライドワクチン)の接種を受けたことがある方は対象外になります

費用：4,400円

上記対象の方で、次に該当する方は、医療機関の窓口で確認できるものを提示(又は提出)することで、接種費用が免除されます。

- ①生活保護受給者の方：保護決定通知書又は生活保護適用証明書などを窓口でご提示ください。
- ②市民税非課税世帯の方(世帯員全員が非課税の方)：介護保険料決定通知書(保険料段階が第1から第4段階の方に限る)などを窓口で提示してください。無くされた場合は、区役所窓口で証明書の発行をお願い致します。
- ③東日本大震災被災者の方：保健福祉センターで申請し、予防接種実施願を医療機関に提出してください。



事業所より・理学療法士等のリハビリスタッフをサービスの質向上のため3名↓4名に増員になりました。通所リハビリ(デイケア)や訪問リハビリ等のご依頼お待ちしております。

リハビリを受けるみなさんが楽しく取り組むため、目標と意欲を持って参加できるリハビリを目指して精進し、自宅生活・社会生活を過ごしていく上での、体と心の健康を保っていきたく思います。よろしくお願ひします。

趣味はドライブやスポーツ観戦(もっぱらテレビ観戦ですが)、家族と出掛けることです。遊び盛りの子どもの元気さに振り回されながら、子育てにも日々奮戦しています。

これまで病院や介護老人保健施設で経験を積んできました。



新人紹介



9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)	5・19・26	第1・第3・第4水曜 無料 10:30-11:30	まった診3F
	ころばん体操 午後の部(満員)	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	18	第3火曜 無料 10:30-11:30	まった診3F
	筋トレストレッチ	10	第1か第2・第4月曜無料 10:30-	まった診3F
	健康太極拳	5・12 19・26	毎水曜1回300円 19:00-20:30	まった診2F
	歩きましょう 場所：鶴見緑地	9月24日祝	第4月曜14:00 無料	鶴見緑地噴水 前集合
	文化系	書道教室	13	第2木曜 100円 14:00-15:30
パソコン教室		休み	第4金曜 要ノートパソコン 10:00-12:00	まった診3F
三線サークル 「ごーや」		15	9月第3土曜 13:30より	まった診3F
まったシアター		27	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		18	第3火曜 無料 13:30	組合員センター こだまり
健康麻雀 初心者歓迎		7・14・28	第1・2・4金曜 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
はがき絵 (満員)		25	第4火曜 13:30-15:30	まった診3F

簡単レシピ:さっぱり和え物

材料1人分

- ・インゲン 3~4本
- ・人参 3分の1(短冊スライス切り)
- ・玉ねぎ半分・ゴマ油大さじ1
- ・鶏ミンチ少々(豚でも可)
- ・オイスターソース少々(醤油・ウスターソースでも可)



- ①鶏ミンチは火を通してからゴマ油とオイスターソースで下味をつける。
- ②インゲン・たまねぎ・にんじんはうすくスライス。3センチほどにカット。
- ③味付けしたトリに薄くスライスした野菜と合える。

どんそくハイキングサークルの1コマ



8月26日(日) どんそく山歩き：金剛山 頂上付近に神社があります。
総勢21名、みんなで楽しくどんそく山歩きを行いました。毎月実施
していますので、お気軽にご参加下さい。

～介護予防ポイント事業研修会のお知らせ～

10/13(土) 午後1時～3時 場所：まった生協診療所 3F会議室

対象：65歳以上の大阪市民 持ち物：筆記用具、介護保険証・印鑑

介護予防ポイント事業とは、介護保険施設や保育所でのお手伝いを行っていた
き、活動時間に応じて1ポイント100円がつく大阪市の事業の1つです。

※この研修は、大阪市社会福祉協議会が主催しています。

お申し込みは、まった生協診療所 近藤までお電話下さい。

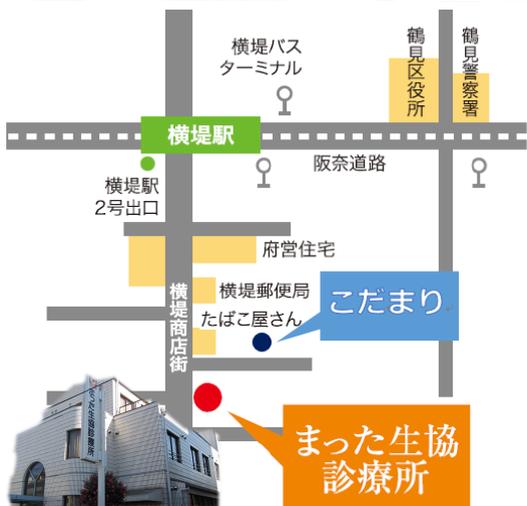
どんそく山歩きサークル 9/23(日) 8:00 京阪京橋連絡広場集合
行先：奈良・山の辺の道 参加者は、上月まで事前連絡を下さい
電話：06-6912-2026

9/12 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
300円

こだまり

毎週水曜日
喫茶あつまるツ
13:00-16:00
50円



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