



2021年6月号

第233号

発行

生活協同組合ヘルスコープおおさか
田島診療所地区
〒544-0023 大阪市生野区林寺5-12-18
06-6711-3711 FAX06-6711-3701

困ったときはおたがいさま 食料無料市場

6月6日、生野フードバンク開催、 205名に食料品基本セットを手渡し ボランティア50名が成功に向け奮闘



相談コーナーもあります、よろしければどうぞ



検温させていただきますね



重いから気を付けてくださいね



今後のためにアンケートをお願いします



ボランティア総勢50名、ヘルスコープおおさかの他、新婦人、民商、関中協、平和委員会、府高教、地域の方など多士多才



当日は、カンパを持参される方や食品を持ち込んで来られる方が多数おられ、5万円や2万円のカンパを持参される方もおられ、総額は60万円を越えました。実行委員会では、2回目も検討する事にしています。この取り組みを通じて新たな繋がりが沢山出来、今後の財産になると思います。

実行委員長 藤岡 俊夫
(ヘルスコープおおさか理事)

また、会場で8名の方が生活相談を利用していただきました。

実行委員会を6回開催し、前日の準備に35名、当日は50名の方々の協力で205名の方に食料を渡す事が出来ました。

「困った時はおたがいさま」の気持ちで、「口子禍で生活苦に直面している方々へ地域の方から提供された食料や日用品を届けよう」と、6月6日、生野民商をお借りして、「食料無料市場」(フードバンク)を開催しました。

「困った時はおたがいさま」の気持ちで、「口子禍で生活苦に直面している方々へ地域の方から提供された食料や日用品を届けよう」と、6月6日、生野民商をお借りして、「食料無料市場」(フードバンク)を開催しました。



弁護士さんが参加しての相談

今月の健康

梅雨の時期こそ

暑さ、熱中症対策が必要

田島診療所 看護師 畑 麗古

今年は例年より長い梅雨の期間となりました。気温が一気に上がる梅雨明け直後は、身体が暑さに慣れていないことに加え、マスクの着用で熱中症が懸念されます。

熱中症は、高い温度や湿度によって体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調整機能の低下からほとんど身体に熱が溜まってしまいます。

このような体調不良の状態をいいます。めまいや頭痛、発熱などの症状が見られ重症化すると死に至ることもあります。

マスク着用時の注意点
マスクは新型コロナウイルス対策として欠かせない一方で、マスクの着用で水分補給の機会が減ったり、喉が渇きにくくなったりすることで気づかないうちに脱水症状から熱中症を招く可能性があります。

最も注意が必要なのが高齢者の方です。加齢により体に水分を蓄える力が減るのに加え、喉の渇きを感じる感覚が低下して水分補給が遅れたり、体の不調を自覚しにくいのです。

予防のための水分補給は喉の渇きを感じる前から「まめに少しずつ摂る」ことです。

特にマスクをしていると喉の渇きを感じにくいので自分の感覚はあてにせず決まったタイミングで摂りましょう。

また、水分摂取は「少しずつ」かつ「食事と一緒に摂る」ことが大切です。一般に成人で3食摂ることで食事から1100mlの水分を摂っています。

冷房を使い、体の冷却を室温が28度を超えないようにしっかりと冷房を使うことが大切です。外出時に気をつけたいのが、日差しで首元が熱くなることです。首には太い血管があるため、こが熱されると頭の体温が上がりがやくなるため、日傘や帽子の利用や、日陰を探す工夫が大切です。

人混みを避け、適宜マスクを一時的に外すことも必要です。

今年度の健診が始まっています。日曜健診、平日健診ともに予約受付中。受診券は大切に保管しておいて下さい。



夫さんとは娘のクラブ中学校時代からの付き合い、いかなんて笑顔を話してあげます。もちろん今も生野区在住、生粋の生

無料法律相談

6月24日(水) 7月28日(水) 16時~18時 大阪法律事務所 河野豊弁護士 予約制です、事前にお電話下さい 田島診療所 6711-3711(吉野)

緊急事態が継続中の場合、以下のたまり場活動は中止となります

だんらん通信 7月

組合員センター・だんらん 生野東2-14-16 生野本通り商店街

- 介護のおはなし 7月13日(火)11時~ 相談、ケアマネジャー川柳教室 7月19日(木)10時~ 300円 講師 川端一歩さん、あかつき川柳会
おやじの料理教室 7月26日(日)10時~ 1000円
絵手紙教室 7月27日(火)10時30分~ 300円 講師:松葉敦子さん
健康チェック 7月28日(水)15時~ 無料、骨密度のみ500円(オプション)

あそび場カレンダー 7月

組合員センター・あそび場 勝山南1-20-16 電話 6715-1565

Calendar table for July activities with columns for days of the week and specific activities like 'パソコン' and '編み物'.

あすなろ配食・食事会

生協会館 田島4丁目9-26、メガネ湯斜め前

8月いっぱいお休みします 9月から再開の予定です

新staff 紹介

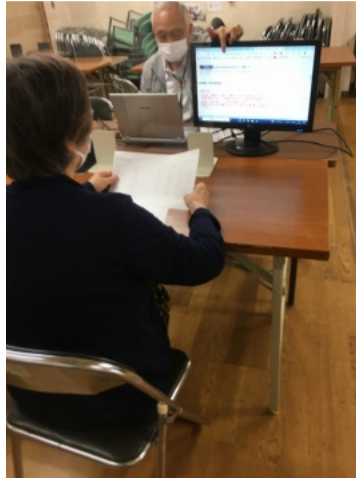
笑顔の暮らしを支える それが介護のやりがい

田島ヘルパーセンター 訪問ヘルパー 高橋貞子さん

「人が人らしく生きることを支える、それが介護のやりがいと思っています。」 20年2月からは常勤職員として働いています。ヘルパーになる前は主婦業に専念、子育てがひと段落したところでヘルパーになりました。父の介護をヘルパーに支えてもらいありがたかったです。そして、娘のクラブ中学校時代の活動を運営を取り組む中で、みんなの笑顔が自分のつれづれな笑顔に

ヘルスコープは、医療生協なら自分の介護の考えが受け止められるのではないかと期待を持ってました。組合員や地域の皆さんが笑顔で暮らせる介護を頑張ります。よろしくお願いします。

5月31日、新型コロナウイルスワクチン接種の相談会を行い、8名の方が相談にのり、1名の予約を取ることができました。
接続を受ける方法は、個別接種(医療機関)と、区民ホールなどの集団接種の二つがあります。
今回の相談会では、予約いっぱい、やっと取れたのは鶴見区会場の1件だけの結果になりました。
医療機関で予約が取れなかった場合は、集団接種となりますが、接種と高年齢者にとっては大変困難な作業となります。
手伝いをしてしまいたいが、生野区民センターはすぐに



手ワクチン相談会開催 予約を取るのほむつかしい

ました。今後は対象年齢が広がることもあり見通しはわかりにくい状況です。予約の仕方がわからない方は相談ください。

高齢者に優しいワクチン予約を ヘルスコープおおさか理事 浅野純一

高齢者から始まった大阪市のワクチン接種は、つながりがない電話、わからないネット予約と、高齢者に易しくない方法となっており、不安と混乱を招きました。行政区内の集団接種予約は二週間単位、20分です。
いっばいに、国際会議場(中の島)やインテックス大阪(南港)は高齢者にとっては行きにくい場所です。今後改善されると思いますが、もう少し高齢者に優しい方法を工夫してもらいたいものです。

診療のご案内

tel.6711-3711

Table showing clinic hours for various departments: 午前診(内科), 午後診(訪問診療), 夜間診(内科, 泌尿器科).

受付時間 AM8:40~12:00 PM5:10~7:30 診療時間 AM9:00~12:00 PM5:30~7:30 (2019.9変更) 訪問診療ご希望の方は、お気軽にご相談下さい。

平日健診のご案内

tel.6711-3711

Table showing basic health check hours: 午前(基本), 夜診(基本).

基本...基本健診 ドッグ...ドッグ健診 *注1 第1,第3土曜日のみです *注2 第2,第4水曜日のみです *電話でご予約下さい

歯科のご案内

tel.6717-8241

Table showing dental clinic hours: 午前診, 午後診, 夜間診.

朝診 9:10~12:10 昼診 14:00~16:00 は第2,第4木曜のみ 夜診 17:30~19:45

無料低額診療 実施中

医療費でお悩みの方ご相談下さい

田島診療所 6711-3711 田島診療所歯科 6717-8241

無料低額診療とは 経済的理由により必要な医療を受けられない方々に対して、その負担金の全額又は半額を肩代わりする制度

介護のご相談は 田島ふれあいセンター

まず、お電話下さい

4306-8836

ケアプランセンターふれあい

ふれあいセンターの施設 ヘルパーセンター 4306-8825 デイサービスセンター 4306-8826