



2021年 11月号

第 238 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

健診紹介キャンペーン実施中



安心は年に一度の健康診断

健診内容と料金表

表示価格はすべて税込です ◎=特定健診実施項目

Table with columns for health course (Body, Heart, Urine, Blood, Ultrasound, Cancer), membership type (Basic, Dock), and price. Includes specific test items like blood pressure, cholesterol, and cancer screening.

※大阪府外在住の方は、上記の価格とは異なる場合があります。 ※健康保険組合によっては特定健診の項目に違いがあります。 ※特定健診受診券の有無により価格が異なる場合があります。 ※資料がらへ変更する場合は追加料金が発生することがあります。

- * ヘルスコープおおさかの組合員健診は、大阪市の特 定健診の内容を充実させる内容で実施しています。 * は特定健診と同じですが、それ以外は組合員健診 でしか受けられません。例えば胸部レントゲン(肺がん)、 大腸がん検診は特定健診には含まれていません。 * ドック健診は組合員健診に腹部エコー、胃透し(胃がん) が追加されます。

ヘルスコープおおさかでは毎年11月から大腸がん検診運動を進めています。とりわけ田島診療所地区では地域から手遅れの大腸がんを出さない運動として毎年二万件を超える大腸がん検診を行っています。今年度は大腸がん検診と合わせて組合員健診も合わせて健診紹介キャンペーンを行っています。



キャラ付きエコバックをもつ米倉(左)さん、中村さん

ヘルスコープおおさかでは、組合員健診紹介キャンペーンを実施中、紹介カードで紹介された組合員さんが健診を受けると特製エコバックを贈呈します。

生野区の大腸がん検診受診率の引き上げに大きな役割を發揮しています。早期発見、早期治療が大原則。今年度は大腸がん検診と合わせて健診紹介キャンペーンを行っています。

病気は早期発見、早期治療が大原則。症状がなくても健診を受け、適切に対応することが安心と元気で長生きの決め手です。充実した健診内容で大阪市が行っている特定健診は無料で受けることができますが、内容的にはメタボ検査が主となっておりスクリーニング検査として充分とは言えません。ヘルスコープおおさかは特定健診に独自の項目を追加し、肺がん、大腸がんなどもわかる内容となっています。



お面をつけて組合員さん宅訪問する西1支部

健診ご希望の方は、地域の役員さんか田島診療所までお電話ください。

捨てるうちで、拾ういのち 大腸がん検診スタート集会

11月27日(土)14時~、生協会館 昨年は2006人の方に大腸がん検診を受けていただき、2件のガンを発見、運動がいのちを守る取り組みになっています。

今月の健康

「コロナ禍だからこそ」 口腔ケアで免疫力アップ

田島診療所 歯科 所長 井上昌之

人の免疫は、体に害を与える微生物などに対して働く、病気を軽く済ませてくれたり、発症を未然に防いでくれたりします。病気の発症は、微生物の力と免疫力のバランスが崩れた時に生じます。このバランスを免疫力優位にしておく必要があります。その方法の一つが、口腔ケアです。

口の中には、細菌が沢山います。常在細菌といっただけで、常に細菌と共生しています。常在細菌と共生する体を守る働きを示すものもありませんが、悪さをする細菌もいます。細菌の塊であるプラークは、歯磨きをしないと落とすことができません。

口の中には、もう一つ細菌の塊があります。それは舌の表面に付いた舌苔です。これらの細菌を口腔ケアにより減らすことで、口腔の免疫が十分に働くことができます。口腔の免疫は、IgAという抗体が働き、害を及ぼす微生物を排除してくれる粘膜炎免疫というシステムで実行されています。

しかし、このIgAも口の中が汚れていけば、敵が多すぎて防衛が難しくなってきます。口腔ケアの大切さを理解していただき、歯科疾患を進めないうちに歯科医院での定期的なチェックも忘れないうちに。

新型コロナウイルス感染症が、世界中で蔓延し多くの人を苦しめています。新型コロナウイルス感染症は、体を守る働きを示すものもありませんが、悪さをする細菌もいます。細菌の塊であるプラークは、歯磨きをしないと落とすことができません。口の中には、もう一つ細菌の塊があります。それは舌の表面に付いた舌苔です。これらの細菌を口腔ケアにより減らすことで、口腔の免疫が十分に働くことができます。口腔の免疫は、IgAという抗体が働き、害を及ぼす微生物を排除してくれる粘膜炎免疫というシステムで実行されています。しかし、このIgAも口の中が汚れていけば、敵が多すぎて防衛が難しくなってきます。口腔ケアの大切さを理解していただき、歯科疾患を進めないうちに歯科医院での定期的なチェックも忘れないうちに。



10月10日、生野民商を会場に生野区食料無料市場のサブ企画が行われ、49名の方に食料品をお渡しすることができました。

生野区食料無料市場 難になっている人に「困ったときはおたがいさま」を合言葉に、食糧支援をする取り組みです。

今回は第2回に渡りしきれなかった基本セット50食を普及する取り組みとして、事前にこれまでの参加者さんから無作為に電話をかけ、名前を登録してお渡りする取り組みをしました。

困ったときはおたがいさま

生野区食料無料市場、サブ企画に48名

10時から渡しは10時半の時点判断し、並ばれている方も基本セットをお渡しすることができました。



絵手紙班、毎月第4火曜日10:30～、組合員センターだんらん(生野本通り商店街)

やっぱり集まれるって楽しい
班会・サークル活動再々開始

7月にいったん活動再開となった班会、サークル活動でしたが、コロナ感染第5波の影響で中止、2か月近く活動停止の状態となっていました。

10月に入り、感染者数が大きく減少し徐々に活動が再開されました。

だんらん(本通り商店街)で行われている絵手紙教室は、これまでの分を取り戻すかのように月2回開催。

生協会館でもあすなる配食が復活し、

地域へ35食のお弁当をお届け。スマホ班会も顔を見ての開催となり、文字入力競争やLINEで写真を送る方法で盛り上がりました。

書道班はまだ少ない参加ですが、やみんあ顔を見てすることは楽しいの声が聞かれました。



キノコご飯弁当



書道班、末枯野(うらがれの)、毎月第4月曜日10時～、生協会館(田島四丁目)

だんらん通信 12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 12月10日(金)11時～ 相談、ケアマネジャー 川柳教室 12月24日(金)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 12月26日(日)10時～ 1000円
- 絵手紙教室 12月28日(火)10時30分～ 講師:松葉敦子さん 300円

あそび場カレンダー 12月

組合員センター・あそび場 勝山南1-20-16 電話 6715-1565

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------|----|----|------|----|----|-----|
| 11/28 休 | 29 | 30 | 12/1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 休 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 10 |
| 12 休 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 休 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 休 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1/1 |

生協会館 日めくり12月

生協会館 田島4丁目9-26、メガネ湯斜め前

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------|----|----|------|----|----|-----|
| 11/29 休 | 30 | 31 | 12/1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 休 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 休 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 休 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 休 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1/1 |

診療のご案内

tel.6711-3711

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----|------|---------|------|------|----|----|
| 午前診 | 内科 | 内科 | 内科 | 内科 | 内科 | 内科 |
| 午後診 | 訪問診療 | | 訪問診療 | 訪問診療 | | |
| 夜間診 | 内科 | 内科・泌尿器科 | 内科 | | 内科 | |

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

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----------|---|----|----------|
| 午前 | | 基本 | 基本 | | 基本 | ドック注1 基本 |
| 夜診 | 基本 | | ドック注2 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

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----|---|---|---|---|---|---|
| 午前診 | | | | | | |
| 午後診 | | | | | | x |
| 夜間診 | | x | | x | | x |

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

**医療費でお困りの方
ご相談下さい**

無料低額診療実施中
 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
 ケアプランセンターふれあい
4306-8836
 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

無料法律相談 11月24日 12月22日
 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)