

さわやか

大阪きつかわ医療福祉生協
西成エリア さわやか編集委員会発行
06-6658-7400



2023年1月号

2023年・地域まるごと健康づくりを広げる年に



健康体操



くらしの学校



編み物班会

新年あけましておめでとうございます。
去年は組合員活動、事業
所利用にご協力いただき
ましてありがとうございます。
今年も組合員さんと職員
がともに力わけて地域ま
るごと健康づくりをすす
め広げたく思っています。
どうぞ、よろしくお願
いします。



フードバンク



健診案内



熱中症訪問

1月～3月末 健康づくり健診キャンペーン

組合員さんは
お得です！

受けよう！ 広げよう！ 健康診断

みなさんは年に一度の健康診断はもう受けられましたでしょうか。健康診断を受けずに症状が出て医療機関に受診し、病状が悪化していたという事例もあります。ご自分とご家族の健康を大切に、健診がまだの方、受けたことがない方、受けなくても大丈夫という方、ぜひ、この機会にうけましょう。

西成民主診療所の健康づくり健診は組合員さん向けに、特定健診と大阪市のがん検診合わせ

て豊富な検査項目で実施しています。40歳以上、大阪市在住の組合員さんが対象です。保険者から発行されます「受診券」をお持ちの方は負担金を還元します。

なお、昨年度までキャンペーンしていましたが大腸がん検診は健康づくり健診に含まれていますので今年は、ぜひ、健康づくり健診を受けられることをお勧めします。**大腸がん検診だけでもご予約はお受けします。**

Aコース

問診・身体測定・診察・血圧・検尿
心電図・血液検査
胸部レントゲン（肺がん検診）
便潜血検査・（大腸がん検診）



Bコース

Aコースの内容に加えて
バリウム検査（胃がん検診）
骨量検査（骨密度の測定）



Cコース（オプション価格）

Bコースに加えて
腫瘍マーカー・腹部エコー
肺年齢測定



平日健診

	時間	月	火	水	木	金
午前	9時～	○	○	○	○	○
午後	18時～	—	○	—	○	○

日曜健診：1月15日 午前9時～12時
：2月19日 午前9時～12時
：3月19日 午前9時～12時



ご予約・詳細は西成民主診療所
06-6659-1010まで

広げよう！医療福祉生協の協同の輪 地域まるごと健康づくり たまり場での班会でいきいき(その2)

はつらつ体操班会 西北支部



はつらつ体操班会は9月24日からスタートしました。実践指導は西成民主診療所デイケア室・作業療法士の澤井貴善職員。ひとつひとつの体操の動作が、体のどの部に効かなどユーモアまじえて話されるので楽しみながら体操ができます。一度、体験すると次も行きたくなる体操班会です。

と き：毎月第4（土）
午前11時～
ところ：長橋集会所

一〇月一八日にスタートした、天下茶屋「おさんぽ班会」に参加は九名。この日の行先は天王寺動物園。ひつじ、ホッキョクグマ、アシカ、ペンギン、チンパンジー、カバと動物のしぐさを見てみると、童心に帰る時間忘れてしまっています。いったん解散したものの、サバンナの動物を見ないと動物園に来た気がしないとライオン、キリンなどにも会いにいきました。大人になって動物園に行くのは・・・とためらいも



おさんぽ班会

天下茶屋・聖天下支部

動物園で童心にかえり

ありましたが、行ってみると、楽しくほっこりした気分になり、また行きたくなりました。

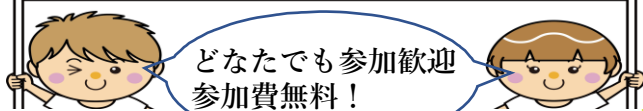
淀屋橋界限をぶらり

十一月二五日の「おさんぽ班会」は淀屋橋界限を八名でぶらり。ビジネスビルが立ち並ぶ中、中之島の中央公会堂、府立図書館、適塾、薬種中買仲間など歴史を思わせる建物がありました。稲葉豊理事の説明を聞き勉強になりました。



開催日は奇数月の第四金曜
次回は一月二七日（金）
行先は未定です。

くらしの学校2023年1月 社会資源制度



日時：1月18日（水） 14時～15時
会場：西成区民センター 2-3
講師：阿部友樹（ケアマネージャー）

今回のテーマは、『知ってほしい社会資源制度』です。健康面や経済面で困った時に頼れる、様々な制度やサービスについて学び、医療福祉生協が担う役割について考えましょう。ご参加お待ちしております！

主催：大阪きづがわ医療福祉生協
西成エリア社保委員会
申し込み：西成組合員活動部
06-6658-7400



法律相談予約制

1月10日(火)・2月14日(火)
午後2時～4時・西成民主診療所にて
連絡先：西成組合員活動部・電話06-6658-7400



第2回フードバンク(食料の無料配布)開催

と き：3月5日(日)午前10時～12時
配布物資がなくなり次第、終了させていただきます
ところ：大阪きづがわ医療福祉生協
こつまの里駐車場



配布物資はお米・レトルト食品・缶詰など

昨年に引き続き今年、第2回のフードバンクを開催します。皆様のご家庭に食料や日用品がございましたら寄贈賜りますこと、心から、お願い申し上げます。また、募金のご協力もお願いします。寄贈・募金していただける方は下記までご連絡をお願いします。



大阪きづがわ医療福祉生協
西成エリア フードバンク実行委員会
連絡先：組合員活動部
電話：06-6658-7400・FAX：06-6658-7500

お困りごとは助け合い「たんぽぽ」へ

- ★利用料は1時間につき600円
- ★ボランティアさんには1時間につき500円の活動費をお支払いします
- ★詳細はお電話にて相談させていただきます



連絡先：組合員活動部 06-6658-7400