けいはん医療生活協同組合憲章

私たちは、平和を守り「ずっと元気に　この街で」のスローガンのもと、明るい街づくりや健康づくりが実現できる、民主的な医療生協をめざします。

けいはん 医療生協ニュース

発行2015年6月1日 №241

けいはん医療生活協同組合　組織部
〒571－0071　門真市上島町38－8
☎　072（882）5025
FAX　072（882）5048
URL　http://www.keihan-healthcoop.net
e-mail　info@keihan-healthcoop.net

組合員現勢
2015年5月1日現在
世帯数　7,851世帯
組合員数　11,091名
出資金　4億7,305千円

スーパーの向かいで青空健康チェックをする
なでしこ支部のサポーター

2015年度 特定健診 始まりました！

みんなで受けよう！健康づくり健診！

6月から2015年度の特定健診が始まりました。けいはん医療生協は健康づくりの柱として、年1回の健診受診運動に取り組んでいます。

「健診を受けて何かみつかるとこわい」…そうですね。何かみつかると「怖い」と言われる方は少なくありません。でも、手遅れになるのはもっと怖いと思いませんか?ご自身と家族の安心の為に、受診をお勧めします。また、「病院にかかっているから」などの理由で、受診をされない組合員も。定期的に受診をされても、その病気に対しての検査が中心になっていることすくなくありません。

けいはん医療生協の「健康づくり健診」は、特定健診（行政により19～26項目）に独自に血液検査や心電図、胸部レントゲンなどを追加し37項目と充実した内容になっています。

「健康づくり健診」は、特定健診対象の40歳以上の方だけでなく、39歳以下の組合員も2，700円で受診できます。

健康づくりに役立つ健康づくり健診

組合員のみなさんが健康でいきいきと暮らしていくためには、健康寿命を延ばすことが大切です。健康寿命とは「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことです。

健診は早期発見と健康になるためです。

医療生協の健康づくりは、日々の暮らしの中で行う健康チェックと、年に一度の医療の専門家による健診を受けることから始まります。

健診結果で、異常がなくても検査値が基準値から少しくらい高くても（低くても）問題ないと思われている方が多くいらっしゃいます。そういった方こそ、生活習慣を見直し、自身にあった健康づくりが大切です。

健診を受け、生活習慣を見つめ直し、維持・改善するために健康づくりにとりくみ、健康寿命を延ばして、元気な日々を送りましょう。

手遅れを出さない！積極的にがん検診を

がんは発見が遅れるほど、重篤化し、生命にかかわります。手遅れをださないためには、がん検診しかありません。

行政によって内容が違いますが、医療生協の3診療所で大腸がん検診（便ヒトヘモ法）ができ、門真市では他に、胃がん・肺がん検診ができます。

他に、特定健診受診時に追加で受診できるがん検診(有料)もあります。詳しくは診療所・組織部にお問合せください。

健診パンフ

全組合員に健診受診運動を広げましょう

けいはん医療生協は、全組合員を対象に、支部や事業所から案内をしています。

まず、自身・家族・知り合いなど身近な組合員にはもとより、全組合員に「健康づくりパンフ」を活用して広げていきましょう。

今年も、日曜健診を実施し、かかりやすい環境づくりをしていきます。

健康づくり健診の項目（全37項目）

○脂質検査：中性脂肪/HDL/LDLコレステロール/＊総コレステロール
肝機能検査：AST/ALT/γ-GTP/＊ALP/＊LDH/＊総ビリルビン
代謝系検査：空腹時血糖/ヘモグロビンA１C
貧血検査：ヘマトクリット/血色素/赤血球/＊白血球/＊血小板/＊鉄
腎機能検査：クレアチニン/尿酸/＊尿素窒素
膵機能：＊アミラーゼ
○尿検査：尿たんぱく/尿糖/＊潜血
○その他：＊血清アルブミン/＊CPK
○＊心電図　○＊胸部レントゲン　○＊体組成測定
○身長・体重・腹囲・肥満度・問診・聴打診・血圧

＊印＝けいはん医療生協独自の追加検査です。
当日は「受診券」「健康保険証」持参。朝食抜きで要予約。申込は各診療所にお問い合わせください。

がん検診の呼びかけ

「私の体験」から

理事　白川　憲明

日常診療の中で、胃がん検診を勧められ、予約をしたにも関わらず、以前検査した時の苦痛がよみがえり、半年以上も放置。その内、胃の不快感を覚え、やっと検査に。結果は胃の全摘をしないといけない状態でした。

最近は、カメラのチューブは細く、眠っている間に検査が終了。こんなことなら、もっと早く検査を受ければよかったと後悔しきり。手術後の生活は、1回の食事でピンポン玉くらいのおにぎりを食べても、胃に負担がかかり苦痛の生活。とにかく食事することが恐怖です。抗がん剤治療は薬疹で中断。いつ再発するか不安な日々を送っています。肉体的にも精神的にも大きな負担があり、私の体験から、組合員のみなさんに、是非ともがん検診を年に1回は受けていただきたいと思います。