

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。

# ずっと元気

けいはん医療生協ニュース

URL <http://www.keihan-healthcoop.net> e-mail [info@keihan-healthcoop.net](mailto:info@keihan-healthcoop.net)

発行 2022年3月1日 No.315

けいはん医療生活協同組合  
地域サポートセンター

〒571-0061 門真市朝日町20-15  
☎ 072(882)5025  
FAX 072(882)5048

## 年度末に向け

# けいはん医療生協を

# 強く大きく



6月から特定健康診断がスタートするということで、「生協の健康づくり健診は検査項目数も多く、動脈硬化などのオプション検査も半額で受けられる」と説明し、お得ですよということをお前にだしてきました。みどり診療所では、送迎が必要な外来受診の方への対応もしているし、生協全体では訪問看護・介護も充実していて、ケアマネに相談すればすぐに連携が取れ、まさかの時の保障が得られます。ハイキングの時のつながりなど、様々なつながりを活かして、『30周年記念誌』の門真未来イラストも使い、増やしてきました。

一瞬だけマスクをはずして記念写真。頼もしい、キーンとした笑顔です。

(編集委員会)

### 門真東支部

## 仲間ふやし30人

## 年間目標達成!!

コロナ禍のなか、門真市の「しるがき事業所」のおひざ元である門真東支部が仲間増やし目標を達成しました。支部運営委員会にお邪魔し、お話をうかがいました。

かやしま介護事業所・本部  
職員もふんばっています。どの事業所も格闘していますが、京阪萱島駅近くの「かやしま介護事業所本部」が、先頭をきっています。ケアプランセンターの職員にお話をうかがいました。

## 仲間ふやし78人 目標比72%到達!

いくつかの事業所が入った建物で4課題推進委員会を設けており、毎月、各職場から委員が出席して、進捗状況と残目標達成の手立てを相談しています。

ケアプランセンターは、まず最初に新規利用者を接するということから、医療福祉生協とは何かを説明するために、『30周年記念誌』のとびらにある詩「ずっと元気にこの街で」を読み上げています。ヘルパーさんが訪問する前には、「生協のことはこちらまで説明している」といった声掛けも。新規加入用紙をいただいて職場に帰った時は、みんな拍手。雰囲気づくりがなにより大切と日々、実感しています。

(編集委員会)

## 暮らしの健康教室第1回 31人参加の大盛況

ヒートショックとは

急激な温度差によって血圧の急上昇や急降下を引き起こし、心臓や脳に大きな負担がかかることで生じる身体の異常(ショック)

冬の寒い脱衣室 (血管が縮んで血圧上昇) → 寒い浴室内 (血圧がさらに上昇) → 熱めの湯に浸かって温まる (血管が広がり血圧低下)

Zoomを使い、高尾所長から特定健診と高血圧の話をしていただき、レッツ体操・脳トレゲームも行いました。

「特定健診の大きさが、より理解できた」「今回の話を聞いて、一層よくわかり、薬もしっかり食事など頑張りたい」「家で毎日体操したい」といった感想がだされています。

半年1クールですので、サポートセンターに早めにお申し込みください。

次回 4月2日(土)14時(要予約)  
場所 各組合員センター  
テーマ  
・ 以外に多い、暮らしの中の「塩糖脂」  
・ 健診受診  
・ レッツ体操  
・ 脳トレ



▶超過達成のため、あと3です