蒲生地区で大腸がん学習会

1月30日（火）蒲生厚生診療所の澤岡所長を講師に大腸がん学習会を開催しました。蒲生支部運営委委員さんの奮闘でバレンタイン風の菓子も準備してもらい、地域の組合員さんと職員、合計47名が参加しました。

澤岡先生は大腸の役割や大腸がんの症状、予防方法などを話され、早期発見することで内視鏡によって治療まで終わらせることが出来ること、を強調されました。

質疑応答では、日本の内視鏡技術が世界トップレベルであること、鶏肉の油は人間の体内では流動性が低下して細い血管に詰まりやすくなること、腸の長さによって適した食物が決まり、人間の腸には穀物と野菜、果物が合っていること、等、普段聞けない話を聞くことが出来ました。

参加者から「良く分かった」、「帰りにお茶をしながら学習会のことで話した」といった感想が聞かれ、有意義な学習会となりました。

蒲生診　白井

健康に生きていける城東区に

大阪社保協　城東区自治体キャラバンに40人参加

区役所職員と懇談（２列目左　生田事務長）

1年に一度、城東区の担当の方と大阪社会保障推進協議会（大阪社保協）が懇談する自治体キャラバンが1月31日、城東区役所で行われました。

医療福祉生協おおさかの城東診療所、蒲生厚生診療所、のえ生協診療所、地域で活動する組合員のみなさんも地域の諸団体のみなさんと参加しました。

能登半島地震やコロナ禍の教訓、切実な生活苦などの実例を交えた懇談となりました。

城東診生田事務長からの健康診断や、感染症のワクチンなどは市民の方が受けすくすることで結果的に医療費全体を抑えることができる上に、市民にも喜ばれるのではないかとの発言に会場から拍手が起こりました。その他健康診断の項目を増やすことなど内容の充実も蒲生厚生診療所、のえ生協診療所から要望として出されました。

平時でも無料市場はいっぱい　緊急時は？

医療福祉生協おおさかでは健康づくり活動とともに、健診の普及を広げ、全国でも低い健診受診率を引き上げて文字通りの「いのち輝く」社会の実現のために行政へのさらなる支援を求めていきます。

不健康都市大阪のイメージを行政にも働きかけて払拭させていきましょう。

（粟田）

おいしく食べよう =133=

75歳以上のみなさまへ
年に一度の歯科検診を受けましょう

後期高齢者のみなさんは年に1回無料で歯科検診を受けることが出来ます。お口を健康に保つことは、カラダの健康を維持することにつながります。高齢になると、むせたり、のどにつかえたりすることが多くなり、飲み込みが悪くなって、誤嚥性肺炎を起こすことがあります。

食べこぼし・わずかなむせ、噛めない食品が増加するといったお口の機能が低下（オーラルフレイル）すると、食事の質が低下から低栄養状態になり、体全体の機能の低下（フレイル）につながります。

口腔内の粘膜は免疫の機能を持っていますが、口の中が乾燥していたり、汚れていたりすると、その機能が妨げられることが分かっています。口腔乾燥を防ぎ、口腔衛生状態を良好に保つことは免疫力アップにも重要です。

この歯科健診では、虫歯の有無や歯周病の状況といった「歯」の状態だけでなく、舌やお口の周りの筋肉の動き（舌・口唇機能）や飲み込む力（嚥下機能）などお口の機能を含めてチェックをします。義歯（入れ歯）を使用中の方も受けられることをお勧めします。費用は無料です。

【健診項目】

問診／歯の状態／歯周組織の状況／咬合の状態（噛み合わせ）／口腔衛生状況／口腔乾燥／咀嚼能力（噛む力）／舌・口唇機能／嚥下機能（飲み込み）／顎関節（顎の動き）／口腔粘膜（歯科健診と同時に治療を受けられる場合は、別途費用が発生します）

（谷口）

川柳のひろば

ゆっくりと一歩一歩で頂上に　蒲生　礒野　常雄

温暖化地球が怒る大地震　中浜　尾崎　文子

出来ること出来るだけしてのんびりと　中央　梶原ツヤ子

七転び八起きあって今の幸　永田　金谷美津子

万博より能登支援する大阪へ　古市　川西　重徳

初詣で世界平和を祈願する　蒲生　瀧上　瀧子

カタカナ語キックバックは賄賂なり　森ノ宮　佐藤　文継

初詣でまずは地元の神社から　蒲生　冨田　和子

軍事費増どころでないぞこの惨事　中浜　川端　一歩

どん足山歩き

2024年２月の予定

日程　２月２５（日）

行先　二上山
集合　朝８時　JR京橋北口

２０２４年３月の予定

日程　３月２４日〈日）

行先　雲仙峰（和歌山）
集合　朝８時　JR京橋駅北口

☆お問い合わせ・連絡は
０６-６９３４-３６８９
鳴瀬（なるせ）まで

日曜日健診

蒲生厚生診療所

2024年3月17日
※午前中の実施、要予約制
TEL：06－6931－3807

城東診療所

2024年　3月17日
その他の健診日程については直接診療所にお問い合わせください。
※要予約です。TEL：06－6931－0779