

# サークル活動を 活発に展開し

## 高石北支部

高石北支部は、市の北部、羽衣・東羽衣全域が地域で、高石4支部の中で最大の支部です。

地域性から、隣近所でもお互いのことを余り喋らない、地域での繋がりが希薄です。日常的な友の会の活動は「地域を基礎に」と考えますが、今は、診療所の玄関前行動や会員訪問が中心です。

それでも、中央支部と共同運営のたまり場『ぎらう』を拠点に、健康麻雀や書道教室、お喋り絵本の会、小物づくりなどのサークル活動を活発に展開し、班活動を増やし続けています。

また、『友の会まつり』を会



安井支部は、安井校区を担

当、市役所や裁判所のある堺の中心部に近く、また耳原病院のお膝元で、創立時よりお世話になっている方が多い地域です。

支部のない時から安井校区地域会館で長年、「健康講座」に取り組み、地域主催「冬の絆」にも参加し、地域と関わりを持ってきました。

東西支部の一員でしたが、2019年に結成して2年のやと歩けるようになったばかりの支部です。結成当初、世話人会で「毎月、いろいろと計画。地域の方の顔が見える取り組みをしていこう」と張り切っていました

## 安井支部

# 早くコロナが収束し 地域と交流、活動を



人気の健康麻雀

員の楽しい集いの場へと質的な転換を図り、参加チケットを毎年増やし、1000枚を販売する規模に発展させてきました。

地域での健康・医療を基礎にした活動の創出、世話人・協力者の固定化や高齢化など、悩みや課題は相変わらずですが、屈託なく言いたいことをいながら、にぎやかに世話人活動をしています。

(支部長 山中 崇)

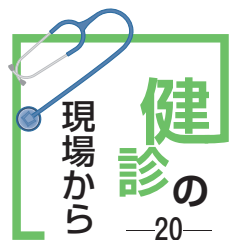


2019年11月、結成しました

が、コロナ感染拡大のため、今はほぼ何も出来ていない状態です。

早く収束し、健康講座、お出かけ、絵手紙など、班づくりをして、地域の皆さんと交流、活動していきたいです。

(支部長 浅井富美子)



2020年度、社会医療法人同仁会の各事業所での生活習慣病をチエックする特定健診の受診件数は、コロナ禍の中、「感染が不安」という理由で2019年度と比べ、1割ほど低下しました。

## 「一度は健診を受けましょう！」

ん検診についても同様の傾向であり、その結果、早期発見や治療開始の遅れが問題になっています。

健康診断(健診)の役割は、大きく二つあります。一つは、高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病を予防すること、もう一つは、がんなどの重大な病気を早期に見つけて治療につなげること

です。生活習慣病で言えば、「自粛生活が長くなり、活動量が減って体重が増えた」という報告を聞きます。ポイントは、2019年度以前の健診結果と比較して、どの検査項目がどう変化したかを確認し、改善する手立てを打つことが大切です。

がん検診については、もつ一つ後回しにしているのが、小児の予防接種です。決められた時期に必要なワクチン接種を行うことは、子どもの成長にとって大切なことです。特に赤ちゃんの予防接種を遅らせると、免疫がつくのが遅れ、重い感染症になる危険性が高まります。友の会割引もありますので、ぜひご利用ください。

す。性別やがんの発生部位、進行度などで差はありますが、検診で早期発見し、治療を開始する方が生存率も高くなります。今やがんは一人に一人がかかる病気であり、「コロナ禍であるからこそ、定期的に検診を受け、早期発見・早期治療を心がけることが大切となります。

もつ一つ後回しにしているのが、小児の予防接種です。決められた時期に必要なワクチン接種を行うことは、子どもの成長にとって大切なことです。特に赤ちゃんの予防接種を遅らせると、免疫がつくのが遅れ、重い感染症になる危険性が高まります。友の会割引もありますので、ぜひご利用ください。

率、今のところ0.2%です。それに引き換え、がんで亡くなる確率は男性が28%、女性18%です。がんが見つかるから5年後に生存している方の割合は、全体で64.1% (男性62%、女性67%)と報告されています (同仁会 健康づくり会議 北出 祥夫)

## 「とも」2022年新年号を

### あなたの写真で飾りませんか

紙・写真・賀状を募集します。

ハガキや封書で、4面に「お楽しみクイズ」の宛先か、左上



「とも」新年号に掲載する絵手紙・写真・賀状を募集します。ハガキや封書で、4面に「お楽しみクイズ」の宛先か、左上

にあるQRコードで取得できるメール

(tomo-kenkou@mimihara.or.jp)にお送りください。

掲載の方には、図書カード(500円)をお送りします。

締切は、11月30日(火)です。



## なかなか面白い

南区原山台

二瓶 卓(93歳)

「紙面、なかなか面白い」と思いました。特に「どう生きるか」考えるACP、参考になったし、面白かったです。「ジエンダー平等」も参考になりました。これらは「とも」でなくて、「同仁会報みみはら」なんです。

南区竹城台 入口 悦子(71歳)



米田 篤子

クロスワード、大好き

南区晴海台

浅井 英子(70歳)

「お便り」欄で友の近況を知り、「あー、あの人も元気なんだ！」と安心しています。

大阪狭山市 長尾 加代(73歳)

「お便り」欄で友の近況を知り、「あー、あの人も元気なんだ！」と安心しています。



小寺富美代

「筋活」始めます

大阪市阿倍野区

藤枝 道子(60歳)

筋力の衰えを実感。「筋活」始めます！

心を打たれた

中区辻之

森本 尚生(83歳)

2021年8月5日付の朝日新聞の記事、「コロナ禍感謝のキャッチボール」。救急患者を搬送する隊員と、耳原病院の救急スタッフとの感謝のやりとりが掲載されました。命を救う従事者同士の励ましは、心を打たれました。コロナ対策を急ぎ、コロナ終息を願っています。

早く終息を

南区晴海台

浅井 英子(70歳)

「コロナ、コロナで、どこへも行けない。早く終息することを願っています。



吉田 幸子