



百薬の長

富田林市

馬場 義伸

「全国共同組織交流集会」で、つながり実践が多数報告されたとのこと。嬉しいです。「つながり」に長生き効果があるとは、正にその通り。百薬の長です。

職員の努力が！

愛知県一宮市

竹田 充宏（46歳）

「聴診器」に書かれていた、みみはらの債務超過解消の記事を読ませていただきました。過去と現在にわたる職員の方々の努力が、伝わってきました。

挑戦してみたい

堺区昭和通

横井 嘉之（75歳）

応募するのを、いつも楽しみにしています。次は俳句、川柳に挑戦してみたいです。



松本 澄恵

思い立ったらすぐ

大阪市阿倍野区

坂野 幸江（69歳）

定年退職後、「親孝行をしたい」と毎月、札幌の特別養護老人ホームに入所している母に会いに行っていました。ところが、新型コロナウイルスで、2021年、2022年の新年には会うことができず。北海道の感染者は、徐々に増えてきています。「2022年から2023年の年末年始も、母に会うことができないうちの母に…」と落ち込んでいます。「親孝行、したいときにできず」。今は他のことでも、思い立ったらすぐ行くようにしています。

体の衰えを

北区常磐町

鳥井 薫（53歳）

年を重ねるごとに、体の衰えを感じる今日このごろです。

頑張ったよね

中区東山

森本 美智子（78歳）

「最後の同窓会です」と案内状が届きました。78歳、卒業して60年経ったんだ。「淋しいけど、仕方ない」と思いました。みんなに会えるのを楽しみに出向します。私の人生、いろいろあったけど、「まあまあ良かったかな」と思います。みんなもそれぞれ、頑張ったよね。

思い出すこと

中区深阪

長畑 嘉和（80歳）

「つづまいも思い出すこと」。小学生の時、「遠足（校外学習）に行く」と言う私に、母が持たせてくれた弁当は、蒸かしたさつまいもだった。

気分爽快！

堺区旭ヶ丘北町

山根 豊（77歳）

「編集後記」は毎号、私たちの言いたいこと、考えていることを「スバリ！」。読んでスッキリ。気分爽快！

二之宮洋子



気軽に受診したい

堺区向陵中町

吉田 律子（65歳）

今年は、インフルエンザが流行するのでしょうか？発熱した時の病院受診が複雑になって、辛いです。「体調がおかしいな」と思う時、気軽に受診したいです。

楽しみ

中区深井北町

松村 信子（74歳）

戦後生まれの私ですの「私の戦争体験」を楽しみに読ませていただいています。

安心だ

尼崎市東園田町

松本 嘉子（68歳）

『同仁会報みみはら』10月号の「みみはら十色」での吉川真帆ケアマネジャーの「座右の銘」『ギシない』『ぶれない』『あきらめない』『いいな』と思いは、様々な矛盾もありますが、「吉川さんのようなケアマネジャーがいたら、安心だ」と思いました。

参考になります

西区鳳東町

小岩 順子（69歳）

私のおすすめ！簡単レシピ、参考になります。

ひととき忘れる

中区八田西町

川淵 未知（73歳）

何もかも値上げラッシュの秋。これから、冬にむけてのくらしが不安です。その中の楽しみは、3年ぶりに「健康まつり」が開かれることです。物価高、政府に対する怒りを「まつり」で、ひととき忘れることにします。



田中 満代

早く自由に

福井県坂井市

端 明篤（69歳）

堺市から福井県坂井市へ越して、7年余。昨年「県医療生協」の理事の任についています。が、全てWEB会議、地元支部の活動も自粛。オンラインです。「早く自由に活動できたら」と思っている日々です。

「結果報告書」の提出をお忘れなく！ おおさかまるごと健康チャレンジ2022

今年も、10月・11月の2カ月間で取り組んだ「おおさかまるごと健康チャレンジ2022」。いよいよ11月末でチャレンジ期間終了です。今年、昨年より多い570人以上にエントリーしてもらいました。あとは、「結果報告書」を提出するだけ。できた人も、できなかった人も、報告書を提出してもらえれば、参加賞をプレゼントします。「結果報告書」に自己評価、感想を記入して、最寄りの事業所・友の会支部・たまり場へお持ちください。切手を貼って、ポストへ投函でもOKです。「結果報告書」の締切は12月20日(火)までです。※「結果報告書」付のパンフレットが無い方は、健康友の会みみはら事務局までご連絡ください。☎ 072-244-8061 Fax 072-244-7860

デビューするか？

西区草部

本庄 有沙（37歳）

「クロスワードクイズ」にハマリ、次は「簡単レシビ」を作り、次は「短歌」デビューするか？！

出掛けたい

高石市千代田

大西 理恵（50歳）

行楽の季節です。新型コロナウイルスの心配なく、出掛けたいです。早く終息することを祈ります。

素晴らしかった

ペンネーム いちご

先日の南花田支部のパッチワークサークルの皆さんの作品展、素晴らしかったです。楽しい活動の発表や展示、楽しみです。



長尾 加代

友の会のおかげ

堺区高砂町

阿部 千恵（62歳）

友の会に入っているお

かげで、インフルエンザ予防接種が受けられて、安心です。はたして正解？ 中区毛穴町 赤崎 ミドリ（74歳） 今回は、問題を解く前に答えがわかってしまいましたよ。はたして正解なのでしょうか？ 頑張りたい！

わかりやすかった

堺区石津町

吉川 理央（35歳）

『同仁会報みみはら』11月号の「2割負担の導入について」の記事が、わかりやすかったです。特に、「資料1」が理解しやすかったです。配慮措置があることも、この記事で知りました。(注)「資料1」とは「同仁会報」11月号1面の「窓口負担割合2割の対象」の表。今月の「同仁会報」にも同じものが掲載されています。

参加申込 お急ぎください！ 『とも』11月号(折込)でご案内していた「ウォーキングチャレンジ2022」の参加申込締切が、12月17日(土)と迫っています。未だお申込みでない方は、お急ぎください。お問合せは、健康友の会みみはら事務局(☎072-244-8061)まで。