

コープおおさか病院通信 第 8 回

健康診断のススメ

健診センター 煙草谷 昌未

「きずな」では、ここしばらく健康診断の案内を続けています。今回は、健康診断の「そもそも」についてお話をしましょう。

健康診断を受けていない方の理由の 1 つに「心配な時はいつでも医療機関を受診できるから」といったものがあるようです。「確かにね」と思われるかもしれませんが、実はこれは大きな勘違い。生活習慣病の多くは重症化するまで自覚症状がほとんど現れません。かかりつけの医療機関では既に症状が進んでしまった病気を診ているのです。健康診断はそうなる前、「元気だから大丈夫!」とご自身で感じている時にこそ、身体の状態を確認するために役立ちます。健診で全部の病気を発見することは難しいのですが、毎年健診を受診して、結果を比較することによって小さな変化を見つけることができます。「異常なし」の結果でも、年々数値の悪くなっている項目はありませんか?もしかすると自覚していなかった兆候の発見に繋がるかもしれません。ぜひ、前回・次回の健診結果と比べてみてください。



お祭りだいすき集まれ~!! 11月17日健康まつりにて

当日の模擬店でフランクフルトやミルクせんべい、わたがしなど一緒に販売して下さる方大募集!! コーラスや出し物したい方もご連絡ください!
田口 070-5461-1370

健康週間づくりに取り組もう!!!

おおさかまるごと健康チャレンジ

毎年恒例の「おおさかまるごと健康チャレンジ」がスタートしました。

「健康チャレンジ」は運動や食生活。禁煙、禁酒など、自分が目指す生活習慣目標を決め、2カ月間記録しながら継続して取り組む健康づくりです。

「健康のために何か始めたいけれど、どう取り組んだらいいかわからない」「一人ではなかなか続けられなくて…」そうお考えの方はぜひこのチャレンジを活用して楽しく手軽に健康づくりに取り組みましょう!参加費無料、どなたでも参加できます。

前年度の人気コースランキング

 1 Aコース 運動	 2 Bコース お口の健康	 3 Cコース 脳
<ul style="list-style-type: none"> ・ウォーキング ・体操 ・筋トレ 	<ul style="list-style-type: none"> ・しっかり歯磨き ・あいうべ体操 ・よく噛む 	<ul style="list-style-type: none"> ・クイズ ・読書 ・おしゃべり

番外編 おもしろチャレンジ

- ・数研2級
- ・剣道すぶり
- ・ポケモンGO
- ・笑う

今からでも大丈夫です!
ご連絡ください!
080-7476-8299 杉山

一般のインフルエンザ
予防接種予約電話
※小児科はネットのみ
0570-06-1100
平日 12:00~16:30 まで

LINE予約 (一般・小児科)

医療機関コード
7752



ちょっと聞いて

新手の特殊詐欺にご注意を!

●●支部の支部長さんから「保健所から電話があり、わたし(支部長さん)の保険証を使って沖縄の●●薬局で大量の睡眠薬が処方されている、身に覚えがありますか?」「ご家族と一緒に住んでおられますか?一緒ならご家族にも説明に行きます」などの電話があったと慌てて組活担当者に電話がありました。

組活担当者は「保険証のことで保健所?」と問合せの内容に疑いを持ちながら、支部長さん宅に行き、直接お話を聞きにいきました。詳しく聞くと、担当者の連絡先が知らされていないことや、いつ来るのかが明確でないことなどから、すぐに警察や大阪市保健所、区役所(国民健康保険証担当)に電話をし問合せたところ「こちらからその様な内容でご本人に連絡や訪問するようなことはないの、限りなく詐欺に近いものではないか」との説明を受け支部長さんにも内容を伝えました。

家族と同居と答えたので説明には来ないのではないかとこの予測と、仮に来た場合は、家の中に入れずに外で待たせて、すぐに本部に電話をしてもらうこと、保険証やキャッシュカードなど絶対に渡してはいけないことなどを申し合わせしました。

現時点でも連絡や、訪問もないことから特殊詐欺であろうと思われる。以下、警察庁のホームページ QRコード「特殊詐欺の手口と対策」をお知らせいたします。この間、患者さんで特殊詐欺被害に遭われたとの報告も受けています。組合員さんで、特に独居の方などには、この事例なども伝えてもらい、特殊詐欺にご注意をと呼びかけて下さい。



医療福祉生活協同組合おおさか
コープおおさか病院
無料低額診療実施病院
差額ベッド料不要の安心できる病院です。
〒538-0053
大阪市鶴見区鶴見 3-6-22
☎0570-06-1100
URL:https://osh.coop/

ご協力お願いします

11月17日健康まつりでバザーを開催します。寄付していただける衣類・バック(新品)などありましたらご連絡ください。基本持ち込みとなります。本部ビル3階 杉山 080-7476-8299