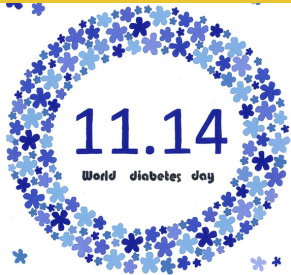


よどふあるの友

『よどふあるの友』は、淀協・ファルマHPH委員会と西淀川・淀川健康友の会が共に取り組むHPH活動について、様々な情報を発信したり、活動を報告するニュースです。名前は、淀協、ファルマプラン、健康友の会の名前と健康友の会の発行する『健康の友』にあやかりました。



11月14日は世界糖尿病デー

世界糖尿病デーは、世界に広がる糖尿病の脅威に対応するために1991年にIDF（国際糖尿病連合）とWHO（世界保健機関）が制定し、2006年12月20日に国連総会において公式に認定されました。

11月14日は、インスリンを発見したカナダのバンティング博士の誕生日であり、糖尿病治療に画期的な発見に敬意を表し、この日を糖尿病デーとして制定しました。

世界糖尿病デーは、現在、世界160カ国から10億人以上が参加する世界でも有数の疾患啓発の日となっており、この日を中心に全世界で繰り広げられる糖尿病啓発キャンペーンは、糖尿病の予防や治療継続の重要性について市民に周知する重要な機会となっています。

世界糖尿病デーのキャンペーンには、青い丸をモチーフにした「ブルーサークル」が用いられますが、これは、糖尿病に関する国連決議が採択された翌年2007年から使われるシンボルマークです。国連やどこまでも続く空を表す「ブルー」と、団結を表す「輪」をデザインし、「Unite for Diabetes」（糖尿病との闘いのため団結せよ）というキャッチフレーズとともに、世界中で糖尿病抑制に向けたキャンペーンを推進しています。

西淀病院やファルマプランの薬局でもブルーライトアップしています。糖尿病は予防可能な病気です。またたとえ発症しても病気をよく知り、治療を行えば仕事も普通にでき、日常生活も問題なく過ごせます。

ランニングまでは自信ないけど、ただのウォーキングでは物足りないなあ、と言う方に最適！

～ポールを使った全身運動～ノルディックウォーキング！

ポールでグッと押す事で全身運動に、疲れたら杖代わりに使えます。

ドンドン面白いように進み、歩く事が楽しくなる事間違いなし！

●実施予定日時（雨天もしくは当日大阪府の降水確率70%以上で中止）

職員：毎月第〇曜日（調整中）13：00～13：30

集合 西淀病院と野里診療所の間

コース 主に病院周囲を周回予定

友の会：毎月第2・4木曜日 9：00～10：00

集合 大野川緑陰道路 西淀川区役所南 憩いの花壇広場

コース 姫嶋神社往復（約1.7km）もしくは八丁橋往復（1.6km）



・協力：西淀病院 リハビリテーション科 理学療法士 /

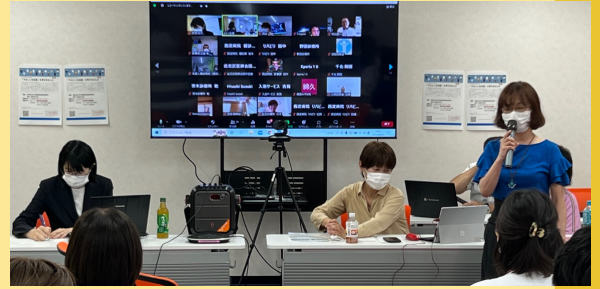
JNFA日本ノルディックフィットネス協会 BIベーシックインストラクター 公文一教

「何のための、誰のための、誰と一緒に、 誰が参加する活動にするか！」

『やさしい日本語』を学んで

8月20日（土）に順天堂大学の武田裕子先生をお招きして『やさしい日本語』の学習会を開きました。淀協のみならず、地域の施設からも参加者がありました。日本に在留する外国人はコロナ禍で少し減りましたが、近年急激に増えておりました。特にアジア系の外国人が80%以上です。英語圏ではない人がほとんどで、コミュニケーションに困った経験がある方も多いのではないのでしょうか。

私はこの『やさしい日本語』をJ-HPHのカンファレンスで知りました。しかし実際の勉強をしたことがなく、ぜひ直接武田先生からのお話を聞きたくて、お忙しいとは思いつつ、先生にご依頼したところ嬉しいことに、ご快諾いただきました。またこの



8月のコロナ禍の中、東京から来阪して直接対面で講義（ZOOMとのhybrid）を受けることができ、とても有意義な実践的な学習ができました。

在留外国人に話しかける場合、やさしい日本語が通じることは多いのですが、それにはスキルが必要です。私たちはつい謙譲語や尊敬語を使おうとしますが、それは外国人にとってはとても難しいことです。丁寧語を用いる、一文は短く、単語の前に「お」をつけない。オノマトベ（ガンガン、しくしくなど）は使わない。漢語より和語を使う（例えば飲酒の習慣がある→いつもお酒を飲む）。簡単な言葉を使用しつつも、失礼にならないように説明をするのは難しいところもありますが、こちらがまず不安な表情をせず落ち着いて説明することが大切だと感じました。実際に2人の外国人の方に評価してもらい、とても実践的な学習会になりました。



日本に在住している外国人にとって、医療にかかることはとてもハードルが高いそうです。外国人の方が安心して受診できる医療機関、相談しやすい介護施設になれるように努力していきたいと思いました。今後我々で企画した『やさしい日本語』の学習会を考えていきます。皆様ぜひご参加お願い致します。

西淀病院 副院長 結城由恵

毎月22日はスワンスワンの日

13:00～13:15

土日・祝日の場合は、次の平日に実施します。

※参加人数と拾った吸い殻の数を
ファックスにてお知らせください！

発行：〒555-0024

大阪市西淀川区野里3-5-22

淀協・ファルマHPH委員会

TEL (06)6471-0496(代表)



日本HPHネットワーク

Japan Network of Health Promoting
Hospitals & Health Services