

★東大阪生協病院での「半日ドック」のお手伝い。病院内での患者や利用者さんの誘導・案内、診察室への車いす補助。★病院4階屋上庭園のお手入れ、患者さんとのお話し相手、買い物の代行。通所リハでの利用者さんのお世話とお手伝い。★月1回「けんこう」新聞の配布（ご近所10～15軒程度）をお手伝いいただけ

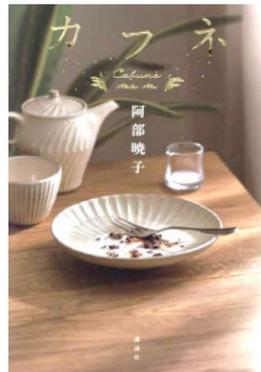
ボランティアさん募集中！

る方を募集中です。★お手伝いは、30分～1時間の短時間のボランティアからでも結構です。★「引き受けてもいいよ！」と思われる方はご連絡ください。ご協力いただける内容やお時間はご相談させていただきます。★お問い合わせは ☎06-6726-6351 まで。

かわち野たすけあいの会

★「たすけあいの会」とは「ちょっとした手助けがあれば、自立して生活することができるのに・・・」こんな組合員の願いを、お互いの助け合いでかなえようという活動です。★「庭の水やり」「植木の剪定」「草ひき」「掃除」「買い物代行」「話し相手」「パソコンの設定」・・・など。★「こんなこと頼めるかなあ？」と思案中の方は、一度お電話ください。★この活動は有償です（1単位・30分 300円）。内容によってはお応えできない場合があります。

★お問い合せ・申し込みは、『かわち野たすけあいの会』事務局 ☎06-6726-6351 まで。



今月の
読書

『カフネ』
阿部暁子著/講
談社/304ページ
/1700円+税

全国の書店員が「今いちばん売りたい本」を決める2025年本屋大賞の受賞作。食べることを通して人のやさしさと喪失からの再生を描き、誰もが心を温かくする、そんな物語です。

野宮薫子は法務局に勤める41歳。不妊治療のつまずきや夫との離婚、愛する弟の急死で、アルコールに依存しかける生活を送っていました。

ある日、弟が遺した遺言状から弟の元恋人・小野寺せつなに会い、彼女が勤める家事代行サービス「カフネ」を手伝うことになり、疲れ果てた利用者のために掃除し料理をつくることで、その人たちの心は次第に癒され、二人の距離も縮まりますが――。

「カフネ」とはポルトガル語で「愛する人の髪にそっと指を通すしぐさ」のこと。ラストシーンや料理の数々、作品に散りばめられた美しくやさしい表現が心に染みます。

Q&A

オンラインカジノ
(96)



スマホに潜む超危険な落とし穴

Q 「オンラインカジノ」って何？

A インターネット上で行われる賭博だよ。お笑いタレントやプロ野球選手らが賭博行為で書類送検された。その多くが海外の事業者が運営するサイトだが、国内で遊べば違法だ。

Q なぜ増えている？

A スマホ一つで気軽に遊べるからだろう。競艇や競馬などの公営ギャンブルと違い、スマホやパソコンで24時間接続可能だからね。「初回は無料」などと言って興味を引き、有料版サイトに移行させる手口も巧みだ。ニッポン放送は一時期、無料版オンラインカジノの広告を放送し、批判を浴びた。警察庁の推計によれば、経験者は約337万人。若者の利用が多く、経験者の4割が「違法性を認識していなかった」と答えているという。

Q 政府の対策は？

A オンラインカジノが違法であることの周知や啓発を強化する方針だ。ギャンブル等依存症対策推進基本計画を改定し、送金を仲介する業者や、関連するネット上の広告への摘発も行うという。ただ、大元の「事業者」は海外にあるため摘発は難しく、決め手を欠くともいわれる。

Q 依存症対策は？

A 他のギャンブルと比べて依存症になる度合いが強いというよ。ギャンブル依存症を考える会の調査によると、3割の人が開始から1週間で借金を始めたと答えていた。負債額も大きい。家族のクレジットカードを使ってぼう大な額の借金をつくるなど、被害は甚大だ。国を挙げた早急な対策が必要だ。

映画
上映

はたらく細胞

日時：7月2日(水) ①10:00 ②14:00 (2回上映)

人間の体内には37兆個もの細胞が存在し、酸素を運ぶ赤血球や細菌と戦う白血球など無数の細胞たちが、人間の健康を守るため日夜はたらくしている。高校生の漆崎日胡は、父の茂と2人暮らし。健康的な生活習慣を送る日胡の体内の細胞たちはいつも楽しくはたらくしているが、不規則・不摂生な茂の体内では、ブラックな労働環境に疲れ果てた細胞たちが不満を訴えている。そんな中、彼らの体内への侵入を狙う病原体が動き始め、細胞たちの戦いが幕を開ける。

<2024年製作 109分 鑑賞無料>



●足の筋力維持向上 ●認知症の進行防止 ●転倒の予防 ●生活習慣病予防

スクエアステップ^o 班会

6月・7月 毎週金曜日 10:00～ (参加無料)

柔軟な体をつくるために一緒に体を動かしませんか！



椅子ヨガ(yoga)班会

6月12日・26日(木) 10:00～
7月10日・24日(木) 10:00～

筋力アップ。体にメリハリを持たせ美しいスタイルに！



パワーヨガ(yoga)教室

6月3日・17日(火) 10:00～
7月1日・15日(火) 10:00～

「健康3ガ教室」6月11日・25日(水) 10:00～
7月9日・23日(水) 10:00～

初めての方も大歓迎。随時体験レッスン受付中！

社交ダンス教室

6月13・20・27日(金) 14:00～
7月11・18・25日(金) 14:00～



呼吸に合わせてゆっくりポーズをとっていきます！



ハタヨーガ(yoga)教室

6月14日・28日(土) 10:00～
7月12日・26日(土) 10:00～

楽しく体と頭とお口を動かしませんか！

お達者クラブ (無料)

6月21日(土) 10:00～11:30
7月19日(土) 10:00～11:30



音楽にあわせてダンスを楽しむエクササイズです！

ズンバ・ゴールド教室

6月9日・23日(月) 14:30～
7月14日・28日(月) 14:30～



フラワーアレンジメント教室

6月24日(火) 10:00～11:30
6月28日(土) 14:30～16:00

今回は『七夕アレンジ』。持ち物：白い花器、ゴールドワイヤー、あれば星型のピックなど。花材費：2,000円。申し込み締切、6月17日(火)。 ※写真はイメージ



ご連絡
ください

●このページ(紙面)でご紹介する教室や催しの会場は、東大阪生協病院の4階「組合員ホール」です。
●参加のお申し込み、詳しい内容についてのお問い合わせは、☎06-6726-6351 までご連絡ください。
●お預かりした個人情報については、班会や教室、催しに関する連絡のみに使用させていただきます。