



組織現況 2014年9月30日現在

組合員数 26,327 人  
出資金総額 92,518万円  
一人当たりの出資額 35,141 円



# とやま医療生協 虹のまち

2014年11月号 No.379

〒931-8501 富山市豊田町1-1-8  
☎076-441-8351 FAX 076-432-8031  
ホームページアドレス  
http://www.toyama-hcoop.com/  
E-mail webmaster@toyama-hcoop.com  
毎月1回発行  
定価 1部30円(組合員の購読料は出資金に含まれています)

発行 富山医療生活協同組合

虹の出会い  
月間

## 協同組合の“わ”を 大きくひろげよう

なかまづくり  
支え合いの  
まちづくり



▲はなみずき1周年のつどい  
「介護保険制度」寸劇を楽しむ

(支部長・清水千恵子)

十月二十三日に計画した、  
たまり場「はなみずき」開  
設一周年記念企画へのお誘  
いも合わせて行いました。  
「楽しく健康づくり活動が  
できるし、知り合いも増え  
ていいことがいっぱい」な  
どと声をかけ、九月、十月  
で十名の新しい仲間が増え  
ました。

高齢者大会の  
つながりで  
ひろがる

射水支部

九月に開催された高齢者  
大会には射水からもたくさ  
んの方が参加しました。こ  
の高齢者大会でできたたく  
さんのつながりが後押しと  
なって、今医療生協を大き  
くしなければと思ひ、お誘  
いした知りに医療生協  
をお勧めしています。また、  
十月二十三日に計画した、

病院窓口では  
院長、組合員活動委員長



等身大パネルでお出迎え

医療生協の魅力は：  
安心のネットワークがあること。  
身近に仲間ができること。

九月からスタートした生協強化月間では、医療  
生協の「仲間」をむかえ生協を大きくする中で、  
地域まるごと健康づくりと支え合いのまちづくり  
の「わ」を大きく広げようと支部、職場で様々な  
取り組みがされています。

### 協立病院のCT装置が新しくなります!

- 被ばく量が大きく低減されます!  
従来よりも少ない被ばく量で撮影できるので、安心して検査が受けられます。
- 撮影時の息止めが短くなります!  
これまでのCT装置と比べて、およそ半分以下の息止めで撮影ができるようになります。
- 高精細な画像が得られます!  
優れた画質、精細な画像により正確な診断につながります。
- 新たな検査分野が広がります!  
大腸CT検査など新たな検査分野、より精密な検査分野が可能となります。

今回導入される  
64列CT装置  
シーメンス社製  
SOMATOM  
Perspective  
CTシステム



新型CT装置購入のため、出資金増資にご協力をお願いします



▲訪問前の打ち合わせ

和合八重津支部では、手配りできなくなった機関紙「虹のまち」配付コースのうちの組合員宅を訪問し、配付のお願いにまわりました。結果、約三十部近くあった一つのコースが四つのコースにわかれ、新しい配付係りさんが四名誕生しました。「みんな快く引き受けられた。会ってお話するって大事だね」と運営委員も元気が出る取り組みとなりました。今後も、地域訪問をして協力してくれる組合員さんを増やしていきたいと思ひます。

(支部長・梶野茂)

配付協力者が  
増えた

和合八重津支部

協同の「わ」を広げて、  
安心のネットワークづくりを  
高齢化が進み、地域環境が大きく変化する中、「住み慣れた地域で、安心して元気に住み続けたい」という願いに応えるよう、安心安全の医療・介護サービスの充実と組合員との協同による健康づくり・まちづくりをすすめていくことがますます重要となっています。  
医療生協の組合員の「わ」を大きく広げることが健康づくり、安心のまちづくりの大きな力となります。一緒に医療生協活動に参加しませんか?ぜひあなたのお友達やご家族を組合員にご紹介ください。  
(組合員活動委員長 水上孝人)

### 内視鏡

一連の一部マス  
メディアによる  
「朝日新聞たまたま」  
は、単なる誤報・  
訂正の要求に留ま  
らない異様さがあ  
り恐怖さを感じる▼同新聞  
が東京電力福島第一原発事  
故に関する「吉田調書」を  
スクープとして報じた記事  
を取り消し、さらに「従軍  
慰安婦」に関する記事につ  
いても「誤った記事」とし  
て謝罪した事実をとりえて  
大々的にキャンペーンをは  
っている▼その目的は「慰  
安婦」問題に関する「ノン  
フィクション作家吉田清治  
氏の証言内容」が誤報であ  
り、それによる「河野談話  
を見直す」ところにあるこ  
とが透けて見える▼一九三  
三年八月に当時の河野洋平  
内閣官房長官が、約一年半  
に及ぶ政府の調査を踏まえ  
て発表されたのが「河野談  
話」であり、吉田清治氏の  
証言はその内容に何の影響  
も与えていないことは明らか  
になっている▼「慰安婦」  
問題は、「性奴隷」として  
国際的には呼ばれており、  
人道に対する犯罪と位置付  
けられている。この事実を  
直視せず、歴史を意図的に  
捻じ曲げようとする勢力の  
狙いを私たちは見逃せない。  
憲法に保障された「報  
道の自由」を守る運動を強  
力に進めたい。(S)



# 薬学生の実務実習を受け入れて

富山協立病院では薬学生の「実務実習」の受け入れを二〇一一年から始めています。(看護師・リハビリ・栄養士・介護・事務も実習生の受け入れをしています)

薬学部は二〇一五年度入学生より、四年制から六年制に変更になりました。薬剤師を目指す学生は五年生の時に保険薬局十一週間と病院薬局十一週間の実務実習を行うことになりました。

富山協立病院は高齢者にやさしく、地域の健康づくりの中心として、健診・慢性疾患管理、在宅医療を支える入院機能を持つ役割を担っています。当院の実習

で手術や超急性期医療に関連する薬剤師の業務は体験することができませんが、病院の特徴を生かして、急性期から外来・在宅への橋渡しとしての服薬支援に重点を置きながら薬剤師の役割を体験してもらっています。透析室見学、リハビリ見学、往診同行など、他職種

の役割や、地域連携室で



▲入院患者様の定期薬セット

## ちよこつと体操紹介

### 脊柱ひねり運動

#### 目的・効果

腹斜筋のストレッチ・強化  
腰痛予防

### 伸ばす・鍛える筋



### ワンポイントアドバイス

この筋肉を柔軟にし鍛えておくことで、寝返り・起き上がりが行いやすくなります。

実習生からは、「医療機関・保険薬局・介護のそれぞれの役割・連携を知ることができた」「退院する患者様の服薬支援が外来・在宅に継続していることを実感した」「多くの職種のチ

ームの中での薬剤師の役割を体験することができた」との感想が出されています。これらの実習を通して、私たちの医療活動に共感し、一緒に働く薬剤師が生まれればと期待しています。

富山協立病院 薬剤科  
足立千恵子

「連携」の重要性と、それぞれ病院の役割を理解してもらおうとしています。往診患者様のお宅には、保険薬局が服薬訪問を行っているところもあり、ふれあい薬局にも協力いただき、訪問同行も経験してもらっています。そのことで、医療の連携も実感してもらっています。



▲分包機のメンテナンス

## 炒め豆腐と根菜の味噌汁

～ごま油とごぼうの香りでおいしさアップ～

富山協立病院 管理栄養士 加藤 真弓

### 材料 / 2人分

- 木綿豆腐.....1/3丁(100g)
- ごま油.....小さじ1
- ごぼう(薄い輪切り).....15cm(80g)
- 大根(5mm厚さのいちょう切り).....50g
- 人参(薄いいちょう切り).....20g
- 干し椎茸.....1枚
- ねぎ(小口切り).....5cm(10g)
- だし.....1と1/2カップ
- 味噌.....小さじ2



1人分 塩分0.9g  
通常の味噌汁 あよそ塩分1.5g

### 作り方

- 干し椎茸はもどし、水気を絞って石づきを除去、薄切りにする。
- 鍋にごま油を熱し、ごぼうを入れて炒める。豆腐をちぎりながら加え、さらに玉じゃくしの底などでつぶしながら炒める。
- 残りの野菜と①を加えて炒め、だしを注ぎ煮る。野菜に火が通ったら、味噌をとき入れる。ひと煮立ちしたら器に盛る。☆好んで粉だんしょうをふってもよい。

栄養と料理 2013年2月号参照

### 豆知識

#### 塩分の摂りすぎはなぜ高血圧につながる？

体には、塩分濃度を一定に保つ働きがあります。塩分をとりすぎると、血液中の塩分濃度が高くなり、それを下げるため水を多く溜め込みます。その結果、血液量が増え、大量の血液を押し流すため血管の壁に高い圧力が加わり高血圧になります。

日本人は塩分の摂取量が多めで、1日平均10g以上塩分をとっています。ちなみに、目標とする1日の塩分量は男性8g未満、女性7g未満です。(日本人の食事摂取基準2015年度版) 高血圧治療の理想的な塩分摂取量は1日6g未満とさらに少ないです。おいしく減塩を続ける工夫として、☆酸味(酢、レモン、すだち、柑橘類など) ☆辛香料(とうがらし、こしょう、わさびなど) ☆香り(しそ、みょうがなど薬味、ごま油など)などを活用すると、薄味でもおいしく食べられます。



▲迫力満点の太鼓演奏

## 水橋健康まつり開催

地域から元気を発信

十月十二日(日)、水橋ふるさと会館にて「水橋健康まつり」を行い、一五〇名が参加しました。

当日、会場ホールでは血圧や骨密度などの健康チェックのほかに、握力測定やバランス能力を測る開眼片足立位、ファンクショナルリーチを行いました。これは実際に通所リハビリ「のびのび」でも実施され、利用者さんの運動機能向上に役立てられています。

ステージでは富山ダルク海岸組さんによる和太鼓の演奏と越中屋漫飲丹さんによる落語を楽しみました。富山ダルクの皆さんは業

物やアルコール依存から抜け出すために集団生活をしていることを紹介しながら四曲を披露。その力強く迫力のある演奏には、立ち直ろうとする気持ちがあつた。声援が送られました。

越中屋漫飲丹さんには自身の体験を交えた、災害への備えといった時事問題などにも触れながら落語を披露していただき、会場には笑いが絶えませんでした。水橋健康まつりは、企画から当日の準備、まかない作りと、組合員や地域の協力で運営し、実行委員会では今年「元気が出る」まつりにしようとの企画を考え



▲会場が笑いにつつまれた「落語」

「楽しかった」との声が聞かれ、来年も皆さんと協力して元気が出るまつりにしたいと思っています。

水橋診療所  
事務長 松井正義



# 11月外来診療体制表

## 富山診療所

☎076-420-0367 富山市千石町2丁目2-6

### 午前

	月	火	水	木	金	土
内科 9:00~12:00	古野利夫	百谷 泉	田村有希 (糖尿病)	古野利夫	古野利夫	古野利夫 黒田昌弘 (輪番)
特別外来 9:00~12:00		古野利夫 (胃カメラ)	古野利夫 (胃カメラ)	石井佐宏 (整形外科)		

### 午後

	月	火	水	木	金	土
内科 4:00~6:00	古野利夫	古野利夫		百谷 泉	古野利夫	

## 水橋診療所

☎076-479-1414 富山市水橋館町59-1

### 午前

	月	火	水	木	金	土
内科・小児科 9:00~12:00	金崎照雄	斉藤隆義	金崎照雄	金崎照雄	金崎照雄	金崎照雄 斉藤隆義 (隔週)
整形外科 9:00~12:00					石井佐宏	

### 午後

	月	火	水	木	金	土
内科・小児科 4:00~6:00	金崎照雄	斉藤隆義	金崎照雄		金崎照雄	
小児予防注射 乳児健診 2:00~4:00				寺西高子 (予約制*)		

\*インフルエンザ予防接種は予約不要です。

## 往診

富山協立病院、富山診療所、水橋診療所で往診を行っています。お気軽にご相談ください。

## インフルエンザの予防接種を受けましょう

65才以上の方…自治体から送られてくる「接種券」を活用しましょう。  
(費用は接種券に記載されています)

### ■予防接種料金(税別)

大人1回法=組合員と家族 **1,910円** [未組合員3,430円]

小児2回法=組合員家族 **1回1,720円×2**  
(12才以下) [未組合員2,930円×2]

富山協立病院・富山診療所・水橋診療所で、診療時間内に予約なしで接種できます。水橋診療所では小児接種も可能です。富山診療所は1才以上の接種ができます。診療時間など詳しくは、各事業所にご確認ください。



富山協立病院 076-433-1077  
富山診療所 076-420-0367  
水橋診療所 076-479-1414

### インフルエンザ 予防接種送迎班会

組合員さん3人以上  
集まれば送迎もいた  
します!!  
詳しくは組織部まで  
076-441-8351

### 富山協立病院 ~インフルエンザ予防接種特別体制のご案内~

対象者	特別体制日	診療時間
12才以下の子供 (組合員の子弟定員50名)	12月3日(※) 1回目 17日(※) 2回目	17:00~18:30

\*特別体制の場合は予約制になります。

■実施期間は**10月20日~1月31日**までです。

## 救急指定 富山協立病院

☎076-433-1077 富山市豊田町1丁目1-8

### 午前 午前8時45分~12時

	月	火	水	木	金	土
内科 (初診)	松井法生 9:00~	田村有希	斉藤隆義	荒井紗由梨	百谷 泉	与島・岩城 /川端、 与島/坂本 (輪番)
内科 (再診)	荒井紗由梨 9:00~	荒井紗由梨 9:00~	荒井紗由梨 9:00~	9:00~		
内科 (予約)	百谷 泉	山本美和	百谷 泉	百谷 泉	山本美和	岩城光造 ~10:30(隔週)
	与島明美	岩城光造	与島明美	斉藤隆義	与島明美	山本/与島 10:30~ (隔週)
糖尿病専門	田村有希	松井法生	松井法生	松井法生	田村有希	田村有希
専門外来			大原一将 (循環器) 9:00~	与島明美 (老年内科) ※要予約	柴原直利 (漢方) 9:00~	
整形外科	石井佐宏	石井佐宏	石井佐宏			石井佐宏 (月2回)
消化器・ 肛門・乳腺 8:45~11:00		火爪健一		火爪健一		
泌尿器科 9:00~	小宮 顕		藤内靖喜			大学医師
皮膚科 9:00~	清水教子		上田智恵子			
耳鼻咽喉科 9:00~		浅井正嗣 ~11:30				

### 午後

	月	火	水	木	金	土
内科 2:00~4:30	川端康一 3:00~		斉藤隆義	岩城光造	田中 裕	
禁煙外来 2:00~3:00	百谷 泉		与島明美 3:00~	斉藤隆義		
嚥下外来 2:00~4:30		休診		百谷 泉		休診
漢方外来 3:00~4:30				川端康一 第2,4		休診
整形外科 3:00~4:30	石井佐宏			石井佐宏	石井佐宏 2:30~4:30	
泌尿器科 2:00~4:00	小宮 顕		藤内靖喜			
耳鼻咽喉科 2:00~4:30				大学医師		

### 夜間

	月	火	水	木	金	土
内科 4:00~7:00	休診	田中 裕	与島明美	休診	岩城光造	休診
漢方外来 4:00~6:00		松井法生 (糖尿病)	山本美和 4:30~		松井法生 (糖尿病)	
整形外科 4:00~6:00		田村有希 (糖尿病) 4:30~		休診	金山ひとみ (糖尿病) 5:00~	休診
皮膚科 5:00~7:00		石井佐宏			柴原直利	
		大学医師	塩岡 誠 (第2,4)		大学医師	

### ■内視鏡検査体制

	月	火	水	木	金	土
午前 (上部消化管)	岩城光造	田中 裕	火爪健一	田中 裕	田中 裕	火爪/田中 (輪番)
午後 (下部消化管)	火爪健一		岩城光造		火爪健一	火爪健一 (月2回)

### ■栄養指導

	月	火	水	木	金	土
午前	10:00~	10:00~	9:00~	10:00~	10:00~	
午後			2:00~			
夜間		4:30~			4:30~	

☆受付開始時間は8時15分からです。

☆担当医師変更の場合もありますのでご了承下さい。

☆内科・泌尿器科の予約が出来ます。

☆土曜日午前の担当医師は日によって変更となります。



