



組織現況 2015年10月31日現在

組合員数 26,663 人
出資金総額 95,572万円
一人当たりの出資額 35,844 円



とやま医療生協 虹のまち

2015年12月号 No.392

〒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

集まって・つながって 医療生協のまちづくり



▲コーヒーとお菓子を食べながらの交流

当日は、血圧、血管年齢測定、健康チェック、シルバーハビリ体操を、協立病院の理学療法士を講師に行いました。その後、コーヒーを飲み、お菓子を食べ、おしゃべりを楽しみました。

「富山診療所まつりにも来たよ」と九十四歳、南部支部 支部長 村井和恵

南部支部では十一月十三日(金)にたまり場企画として「オープンカフェ」を開きました。誰でも気軽に立ち寄ってくれればいいとの思いで計画しました。事前に「オープンカフェ」のチラシを手に富山診療所の近所を訪問して、お誘いの声をかけました。



▲みんなでシルバーハビリ体操

楽しかった

オープンカフェ開店!

気軽に集まって、お茶を飲んだり、おしゃべりをしたり、楽しく交流する場所があったらいいなという声がよく聞かれます。南部支部では、地域にある富山診療所の会議室スペースを利用して「人の集まる場づくり」の試みが始まりました。また、高岡支部では、一つの校区で、独自の組合員交流会が開催されるなど、多彩な交流が広がっています。

戦争法(平和安全保障関連法)の廃止を 求める統一署名ご協力ください

2015年9月19日に参議院で「強行採決」された「平和安全保障関連法」は、憲法9条が禁じる武力行使を可能とするもので、憲法違反であることは明らかです。戦争法を廃止する為、医療生協組合員みなさんのご協力をお願いします。全国で2,000万筆以上集めようと呼びかけられています。問い合わせ 組織部 ☎076-441-8351



▲スクエアステップを体験

伏木班 班長 松田姫子

十一月十七日、高岡伏木コミュニティセンターにて、三十九名の参加で「伏木地域組合員交流会」が行われました。この地域の五つの班、虹のまち配付者に呼びかけ、初めての取り組みでした。「他の班の人たちと交流する場がほしい」という声がありました。各班の班長が集まり、内容や準備、当日の運営を行いました。交流会は、ハイライトメニューとして伏木・太田地域包括支援センターより最近一番の話題の「認知症の予防と見守り」について、「楽しかった。こんな集まりがあれば、新しい友達も増えて、認知症になつていない暇ないね」と感想を言ってくれた方もおられました。今回沢山の人が参加してくださり、計画してよかったです。今後もいろいろな交流ができればと思います。

認知症になつとる暇ないね

内視鏡

沖縄県の翁長雄志知事は十月十三日、仲井眞弘多前知事が行った名護市辺野古の埋め立て承認を正式に取り消しました。この英断に、沖縄タイムズの調査で七九%の県民が支持をしています▼沖縄防衛局は翌日、行政不服審査を行い、知事の決定の効力を停止せよようとしています。そもそも行政不服審査とは、行政庁の違法・不当な行為に対して、侵害を受けた国民の権利利益の救済を図る制度です▼全日本年金者組合は、年金支給額が三・五%下げられたことに対して行政不服審査請求を行い、再審査まで却下されたことに対し、厚労省を裁判で訴えています。また、厚労省の職員で組織している労働組合は、いわれのない理由で解雇されたことを、行政不服審査で解雇の取り消しを求め、裁判で闘っています▼国家権力である沖縄防衛局がそれを利用し、審査した国家が訴えを認めるなどということは、文字通り茶番劇であり、法の体系を無視し破壊するものです。安倍政権の姑息なやり方がその本質を明らかにしています。オール沖縄の闘いとして、オール日本の力を発揮するときです。(S)

協同してつくった病院まつり

十一月十五日(日)、病院まつりを開催しました。今年の病院まつりは、病院

利用委員会と各部署の職員で実行委員会を作り、楽しく健康づくりに役立つ企画を計画しました。そして地域と組合員に



▲うたごえが会場に響きわたりました

医学部受験生「面接体験」実施

11月14日、21日に医学部受験を目指す高校生を対象とした「面接体験」を開催しました。医学部の受験にはほとんどの大学で面接試験があり、事前に経験してもらうために、富山協立病院では毎年開催しています。14日は4人、21日は24人の高校生が参加しました。

内容は①集団面接と、②個別の振り返り、③医師を含む面接官との懇談の3段階で行ないました。集団面接では、本番に近い緊張感や他の受験生の様子を知ることができます。個別振り返りではそれぞれ面接官からアドバイスを受けて反省しながらも自分では気付けない行動や注意点など聞くことが出来ます。面接官との懇談では、岩城医師より「地域医療とは何か」について説明を受けて学びました。参加者からは「学校以外の第三者からの面接の機会はなかなか無いので、とても貴重な体験だった」「医学部を目指す再度のきっかけとなりました」などの感想が寄せられました。

この面接体験が医学部をめざす受験生の手助けとなり、将来、富山民医連で活躍してくれる医師の誕生につながれば幸いです。



富山民医連 医学生担当 後藤友歌栄

当日は雨空にもかかわらず三〇〇名の方々に参加していただきました。健康チェックコーナーには行列ができ、ほとんどの模擬店が完売し

ました。メイン企画の山本副院長の「地域包括ケアと在宅医療」、リハビリ科染谷科長の「シルバリーリハビリ体操」、コーラスの花の輪代表しおりさんの「みんなであうた声」ではどの企画も



▲キッズコーナーも大盛況

用意した七十席が満席になる盛況ぶりでした。後日、「おにぎり美味しかったよ」、「さっそく家で習った体操を始めました」、在宅での看取りの話を聞かれた方からは「私にもいずれば訪れること。そのことを考えると組合員で良かったのだと思っています。雨模様にもかかわらず参加された皆さん、準備や運営に協力いただいた皆さんに心から感謝するとともに、ご意見やご要望をお寄せくださるようお願いいたします。

病院まつり実行委員会委員長 水上孝人

ノロウイルスにご注意を!

冬になると毎年流行するノロウイルスですが、今年は今までと違う新型が見つかり、流行が懸念されています。新型の問題になるのは、症状があるのに検査してもノロウイルス陽性の判定が出ない事が多くなる、ということ、強毒なわけではありません。症状は新型も旧型も変わりません。ウイルスが体内に入ってから二十四〜四十八時間後に吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、微熱が一〜二日続きます。感染しても症状がない場合や、軽い風邪のような症状

の事もあります。乳幼児や高齢の方は、脱水にならないよう、また、吐物による窒息や肺炎にも注意しなければなりません。原因は、ウイルスを持っているいた魚介類の加熱が不十分な場合や、感染した人が調理をした食品を食べた場合に感染します。また患者の便や嘔吐物が飛び散って口に入る場合も考えられます。ノロウイルスは感染力が強く、少量でも感染してしまいます。患者の症状が治まってからも後二〜三週間、汚れた衣服やシーツは固形

れまます。トイレの後はもちろん、調理や食事の前には必ず石鹸と流水で手を洗う習慣をつけましょう。家族がノロウイルスにかかってしまったら、ご本人は医師の指示通りの治療を受けて下さい。他人は自分がつらない様に、マスクや手袋でガードしましょう。嘔吐物など汚れたものを片付けましょう。汚物はビニール袋に入れ、口を縛って捨てて下さい。汚れた衣服やシーツは固形

物をとりのぞいてから薄めたハイター(次亜塩素酸ナトリウム)に十分程度浸した後洗剤で洗濯して下さい。色落ちが心配なものには八十五度のお湯に一分以上浸すのも有効です。高温の乾燥機などを使用すると殺菌効果は高まります。汚れた床などは、薄めたハイターで拭いてください。かなり広い範囲に飛び散っていることもありますよ。ハイター消毒後はもう一度水拭きをして薬剤を拭きとってください。片づけた後は石鹸と流水でしっかり手洗いをしてください。富山協立病院 検査科 加藤明子

鶏肉とかぶのミルクポトフ

～年末年始の食べ過ぎに、消化のよい食事で胃腸を休めましょう～
富山協立病院 管理栄養士 今村 佳恵

材料 / 2人分

- 鶏肉つきもも肉(皮なし)..... 300g
- 塩・こしょう.....少々
- 玉ねぎ.....1/2個
- 人参.....60g
- かぶ.....1個
- キャベツ.....150g
- 水.....2カップ
- 牛乳.....1カップ
- コンソメ.....1/4個、塩、こしょう、ロリエ



作り方

- 鶏肉は皮を除き、塩こしょうをふる。
- 玉ねぎは縦半分になり、人参は3cm長さに切る。かぶは4等分に切り、キャベツも4等分に切る。
- 鍋に水を入れて煮たて、鶏肉、ロリエ、フィヨンを入れてふたをし、再び煮立ったら弱火にして15分煮る。
- 野菜を加えてさらに20分煮立て、牛乳を加えて混ぜて煮立て、塩こしょうで味をととのえる。

ワンポイント

〈消化をよくするための7か条〉

- ①脂肪の多いもの、繊維がかたいものは注意
- ②野菜のかたい繊維は断ち切るようにする
- ③加熱時間を長くしてやわらかくする
- ④辛いもの、濃い味は×
- ⑤少量ずつ、ゆっくりよく噛んで食べる
- ⑥規則正しい時間に適量を食べる
- ⑦消化不良の経験がある食品は避ける



たすけっとクラブ通信 No.37

通院介助

一人では外来受診ができない方からの依頼に応じています。

車椅子移動で、ひとりでは動かせない、杖で歩いているが、不安定で見守りが必要、視力が弱く、なれない病院内を一人では歩けない、一人で受付や会計、薬局での薬の受け取りができない…等々

利用者さんはタクシー、または介護タクシーで到着し、協力者は病院玄関で迎え、受診のお手伝いをさせていただきます。

多くの方の通院介助を協力させていただいて、現在は、8名の方に定期的に付き添っています。

利用者との信頼深く…

毎月の定期受診が多いのですが、急な受診や1回だけというものもあります。その中で、信頼関係が作られて、様々な相談に乗ることも多いようです。

病院通いをしていただけ、入院になったり、入所される方もいらっしゃいます。

そういう方から、「会いたい…」と連絡があって、協力者さんにお伝えすると出向いていかれ、「顔を見て、お互いにうれしかった」と報告をいただきます。

たすけっとを利用される方と協力者さんとの間のあたたかな関係に感動します。

ご利用、協力者登録のお問い合わせは
「たすけっとクラブ」 ☎076-441-8354まで



レッツみんなて健康づくり

スポーツ吹き矢豊城班 とよた中央支部

カメラを間近に向けられ最初は少し緊張気味でしたが、その分集中力が増したのか、的のど真ん中に命中する人もいて拍手喝采、いつもより高得点の人も出ました。取材では、スポーツ吹き矢班会を立ち上げたきっかけや、続けている理由、スポーツ吹き矢の魅力など

「吹き矢班」はできて二年半。毎月二回、第一と第三の金曜日に楽しんでます。年四回は健康チェックもすっかりやっています。十一月二十日(金)午後、ケアハウスゆりかこの里一階交流室で、近所の組合員十人とゆりかこの里に入居の方四名が集まりました。そして、この日は、医療福祉生協連合会の情報誌「コムコム」の取材を受けました。

カメラを間近に向けられ最初は少し緊張気味でしたが、その分集中力が増したのか、的のど真ん中に命中する人もいて拍手喝采、いつもより高得点の人も出ました。取材では、スポーツ吹き矢班会を立ち上げたきっかけや、続けている理由、スポーツ吹き矢の魅力など



▲吹き矢の後のおしゃべり



▲買い物したあと、まったりと

昨年六月からはじめた買い物班、きっかけは、「買い物班があればいい、いつも歩いて行くのでおきな物、重たい物はもって帰

れない。」そんな要望もあり最初は不安もあつたけど、今では十人乗りの車が満員になる事もあります。買物が終わると自然にコーヒーションに集まって談笑が始まります。外出の目的があればみんなと会える、会話が出来る、笑いがある、今後とも地域の要望を聞きながら気軽に外出できる班をめぐしていきたいと思えます。

班長 白石清子

班紹介 No.8

とよた北支部 あおぞら班

班紹介

「あおぞら班」は、とよた北支部のメンバーが中心となり、地域の福祉や健康づくりを推進することを目的として活動しています。

第5回パークゴルフ7大会開催

十月三十日、下村パークゴルフ場にて八十七名の参加で行われました。結果は次の通りです。



▲入賞者のみなさん

- 男子の部
 - 優勝 小柳 清三(郷支部)
 - 次勝 新鞍正孝(滑川支部)
 - 三位 堀 幹夫(五福南支部)
 - 四位 久保田章雄(萩浦支部)
 - 五位 長岡正次(和倉重津支部)
 - 六位 沢 定之(射水支部)
 - 七位 高木 貢(和倉口支支部)
- 女子の部
 - 優勝 清水よし子(真羽支部)
 - 次勝 日俣奈津代(奥田支部)
 - 三位 細木和子(五福南支部)
 - 四位 山田和子(桜谷支部)
 - 五位 吉澤外美子(永橋支部)

地域フラッシュ

十月三十一日(土)、協立病院三階会議室において、定数二十八名中二十四名の出席で第六回理事会を開催しました。

【主な内容】

- ① 九月及び上半期の事業概況と収支到達状況について報告を受けました。
- ② 協立病院の外壁修繕工事について承認しました。
- ③ 健康チャレンジヤーの登録が一千人を超えた報告を受けました。健康づくりやまちづくり、一口増資の訴えを広げ、年間目標の八割達成を目指すことを確認しました。

15年度 第六回理事会報告

十月三十一日(土)、協立病院三階会議室において、定数二十八名中二十四名の出席で第六回理事会を開催しました。

【主な内容】

- ① 九月及び上半期の事業概況と収支到達状況について報告を受けました。
- ② 協立病院の外壁修繕工事について承認しました。
- ③ 健康チャレンジヤーの登録が一千人を超えた報告を受けました。健康づくりやまちづくり、一口増資の訴えを広げ、年間目標の八割達成を目指すことを確認しました。



11月22日 大広田支部 秋のレクリエーション 「八尾ゆうゆう館」 22名参加



11月16日 東ブロック 健康教室 18名参加



11月27日 和合八重津支部 秋のレクリエーション 「いこいの村 磯波風」 23名参加



11月17日 富南支部 通信教育スクーリング 11名参加

