



組織現況 2018年6月30日現在

組合員数 26,955 人
出資金総額 96,997万円
一人当たりの出資額 35,984 円



虹のまち

とやま医療生協

2018年8月号 No.424

〒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

在宅福祉総合センター

「きずな」リニューアルオープン!

「きずなデイサービス」は、7月から、介護認定軽度の方と介護予防に対応する特色ある施設として、新たにスタートすることになりました。生活支援や健康づくりなど、自分らしく笑って元気に過ごせるように、利用される方の自主性や主体性を重視した自立支援の活動を進めます。

また、「えがおデイサービス」も浴室をリニューアルして7月から営業を再開しました。(次号でご紹介)



総合事業開始のごあいさつ
在宅福祉総合センターきずな
施設長 染谷明子

組合員の皆様、いつもありがとうございます。きずなは、7月から「総合事業」と要介護1・2の方を対象とする施設としてリニューアルしました。

今年4月より、要支援の方の訪問介護・通所介護サービスが、市町村主体の「新しい介護予防・日常生活支援総合事業」(総合事業)に移行しました。

総合事業は、利用される方の良いところを伸ばし、できるだけ自立した生活を続けられるよう支援を行う事業です。皆さんと一緒に、こころもからだも元気になる場所を目指します。

また、きずなでは、「笑いヨガ」「シルバーリハビリ体操」を午前の活動に取り入れています。どなたでも参加できますので、是非新しいきずなにお立ち寄りください!



総合事業に対応した きずなデイサービスのご紹介

◆月曜日と木曜日

要介護1・2の方が対象

介護保険給付サービス

◆火曜日と金曜日

要支援1・2の方が対象

介護保険から外れる要支援1・2の方を対象に「新しい総合事業」として介護保険と同等の通所介護サービスを行います。

◆水曜日と土曜日

地域のコミュニティとして開放します。地域ぐるみの健康づくりとして、シルバーリハビリ体操や笑いヨガなどのイベントを行います。どなたでも参加できます。



みんなで楽しく笑いヨガ

お問い合わせ、ご相談は
在宅福祉総合センターきずな
☎ 076-439-3653

富山医療生協 長期事業計画委員会からのお知らせ

富山協立病院の機能整備と新棟建設について～ 組合員の総意で成功させるための「組合員のつどい」

病院の機能整備と新棟建設について医療コンサルタントも加わり検討してきました。組合員アンケート(班会などで実施)の結果を含めて、議論の到達と今後の方向性について報告し、意見交換をします。

●日時：9月1日(土) 13:30～16:30 ●会場：富山県農協会館(富山市総曲輪2-21)

※参加ご希望の方は準備の都合がありますのであらかじめ下記までご連絡下さい

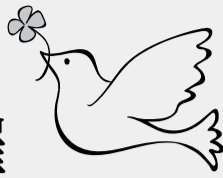
富山医療生協組織部 ☎ 076-441-8351

内視鏡

先頃、第六五回医療生協総代会が二〇〇名を超える参加で開催され、九名の新入職員が紹介があった。今年には病院の建て替え事業など、課題山積で、明日を担う若い職員への期待も大きく、新職員の決意に暖かい激励の拍手がおくられた▼六月に成人年齢を十八歳とする改定民法がスタート、選挙権は三年前すでに二四〇万名の若者に与えられ、改憲国民投票となれば参加できる。状況は大きく変わっているが、若者に限らず、自分の意見は言わない、意思をはっきり伝えない人に出会うことが多い。日大アメフト部の危険タックル問題で、反則行為を指されたら三分の二が従うという青年たち▼「人間は弱さゆえに、普段は善人でも地位や組織を脅かされそうになると、尋常でない悪事に手を染める」と言う性弱説も言われるが、弱い個人を護る風通しの良い職場、組織、率直に意見の言える人間関係が大切だ▼医療生協には活動の指針となる「いのちの章典」があり、地域組合員と職員が手を携えて「健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる。」協同の活動目標がある。新しい仲間を迎え、今一度「いのちの章典」を開いてみる事もよいのではと思う。

(T)

核兵器廃絶を誓う 第24回 平和納涼まつり開催



7月21日(土)、第24回平和納涼まつりが開催され、400人を超える参加者で盛り上がりました。今年は「守ろう9条、なくそう核兵器」をテーマに、会場では平和メッセージを掲げた各種模擬店、平和展示、ステージ企画など平和の大切さをアピールする祭りとなりました。

ステージ企画では協立病院リハビリ科職員による「富山大空襲」に関する報告があり、若い職員たちが戦争当時の富山市の状況を自分たちで調べ、戦争の悲惨さ、平和の大切さを訴えました。



恒例の子どもみこし
元気にわっしょい



暑さにも負けず
模擬店も大盛況
売り上げ金の一部は
代表派遣カンパに



原水爆禁止世界大会へ代表派遣

今年、広島で開催される原水爆禁止世界大会に、5名の派遣を予定しています。平和納涼まつりでは壮行会が行われ、代表者4名が抱負を語りました。

2018年原水爆禁止世界大会 代表派遣のみなさん

- 林吉夫さん(とよた北支部)
- 田畑典子さん(ふれあい新湊薬局)
- 有田美春さん(ひまわり)
- 法朋宣さん(富山協立病院)
- 大淵郁也さん(富山協立病院)

『ヒバクシャ署名(=核兵器廃絶国際署名)』 にご協力をお願いします。

核兵器のない世界の実現を求めて、『ヒバクシャ署名』に取り組んでいます。昨年の取り組みでは約8,400筆の署名が集まり、今年はさらに10,000筆を目標に、各地域や事業所の窓口で署名を呼びかけていきます。

核兵器禁止条約がより実行力を持ち、核保有国とその同盟国が核兵器廃絶に一步踏み出すためには、圧倒的な国際世論が必要です。2020年までに全世界数億人規模で取り組む『ヒバクシャ署名』はまさに“核兵器のない世界”に進むための原動力です。また日本では政府に条約を批准させる大きな力にもなります。

多くの方に署名を呼びかけます。ご協力をよろしくお願いいたします。

昨年書かれたという方は、ぜひ周りのご家族や友人に声をかけ、広げてください。よろしくお願いいたします。

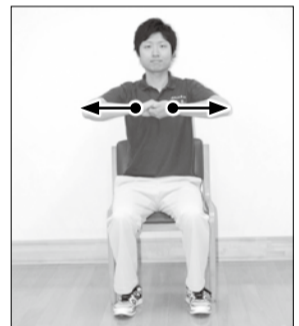
(まちづくり委員会)

ちよこつと体操紹介

いっぱつ「指引っ張り合い」運動

目的・効果
三角筋の強化
握力の強化

伸ばす・鍛える筋
三角筋

- ①両肘を曲げ、胸の高さで両手の指を引っ掛けましょう。
- ②引っ掛けた指を左右へ引っ張り合いましょ。
- ③大きく息を吸って、5秒数えましょう。
- ④反対も同様に行いましょう。

引っ張り合う



ワンポイントアドバイス


握力と肩の筋肉は、荷物を持つ時にとても重要な筋肉です。



「かかと上げ・へそ覗き」運動

目的・効果
腹直筋の強化
腰痛予防

伸ばす・鍛える筋
腹直筋




- ①浅く腰掛け、背筋を伸ばし両手をお腹または太ももの上に置きましょう。
- ②へそを覗き込むようにあごを引き、踵を持ち上げましょう。
- ③大きく息を吸って、5秒数えましょう。

《ポイント》
しっかり声を出すことで、腹筋を効果的に鍛えられます。



ワンポイントアドバイス

この筋肉は、起き上がり・立ち上がりためにとても重要な筋肉です。



18年度

第一回理事会報告

六月三十日(土)富山協立病院三階会議室において定数二十七名中二十三名の出席で第一回理事会を開催しました。

【主な内容】

- ① 五月の事業概況について「きずなデイサービス」のリニューアルと「えがおデイサービス」の再開、訪問看護サービスの強化など。
- ② 病院機能整備につき医療基本構想計画の

- ③ 進め方(目的・体制など)について確認しました。
- ④ 憲法九条改悪を継続せない取り組みを継続するとともに、「ヒバクシャ署名」を七月九月に取り組むことを決めました。
- ⑤ 各専門委員会の方針を受け確認しました。
- ⑥ 第六五回通常総代会のふりかえりを行いました。

年に一度は検診を受けましょう 休日婦人科検診実施

七月一日に今年度第一回目の休日婦人科検診を実施し、三十二名の方が受診されました。平日は仕事や家事等でゆとりと時間をとれない女性の方を対象に富山協立病院で日曜日に乳がん、子宮がん検診を年数回行っています。

今年は、子宮がん検診を受けた人対象に特別企画で骨密度測定（DXA）とABI（動脈硬化）測定のどちらかを無料サービス致しました。骨密度検査やABI検査を受けた方からは「骨密度検査、こんな大きい機械でしたこと初めてだわ」「やっぱりちよつ



と動脈硬化しとるわ、シヨック」という話しも聞かれました。毎年受けているリピータの方も多く「検査しとかんだら、なんか不安で今年も来たわ」「休みなら家族に連れて来てもらえらから助かるわ」など、休日検診を心待ちにしておられる方の気持ちが聞けてとてもうれしく思いました。受付前で健康チェックコーナーとカフェを設け、足指チェック、握力測定とコーヒ、お菓子のサービスをしました。職員

とその場でできる簡単な体操と一緒にしたりして和やかな雰囲気でした。「今日来てよかったわ」という感想も聞かれました。

検診受けましょう

健康診断は時間がかかって面倒くさいという印象を持つておられる方も多いと思いますが、休日婦人科検診は平日よりお時間はかかりませんが、今年度はあと四回（九月二日、十月十四日、十一月十一日、十二月二日）予定しております。まだ定員に余裕があります。お電話でご予約ができます是非ご連絡ください。

山崎英史子

※9月2日は定員となりました。

たすけっとクラブ通信 No.59

医療生協の組合員でよかった

20年前まで毎月仕事帰りに駅前の診療所に定期受診していたAさん。退職後は家の近くの協立病院に通院、10年前から奥様に介護が必要になり、家事も担うようになりました。

これまで頑張ってきたけどもう無理になったと、庭の除草の依頼があり。「近所の組合員さんから時に総菜の差し入れがあり、ありがたい。何十年も医療生協の組合員で、こういう身になってつくづくいい組織だなと実感している」しみじみと話してくださいました。

Bさんご夫婦は若い時から医療生協をかかりつけにして、「実家の母もずっと診療所に通っていて、晩年は8年間在宅で往診を受けて…良い最期でした」と話されます。そのお二人もそれぞれ手術や入院をくりかえし、80才をすぎた頃から、ヘルパーさんの入浴や掃除の支援で生活。たすけっとで毎週ゴミ出しを協力することになり、「何から何まで、医療生協でよかったわ」と。

利用される方から「元気な時は感じなかったことが、医療生協っていい組織だ、助かっている」という言葉、暑い中、雪の中でもお互い様の気持ちで奮闘している協力者さんからは「ありがたいの一言が何よりのご褒美です」という言葉。たすけっとクラブの事務手続きをしながら、こんなお話を聞く機会が多く、これが医療生協だ！と感じ入りました。

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

無料法律相談のご案内

春山然浩弁護士

(富山中央法律事務所)
時間は午後2時～4時

- ・ 9月20日(木)
- ・ 10月18日(木)
- ・ 11月15日(木)

ご予約してください

場所 富山協立病院地域連携室
◎お申込・地域連携室
☎076-444-5708

無料法律相談についての訂正

7月号にてお知らせした開催日程に変更がございました。
8月16日(木)の相談会がお盆休みの為、8月23日(木)に日程変更いたします。



ひろば

クロスワードパズル

六月号の解答ハガキより
脳いきいき五カ条に納得
氷見市園 近江 昭代さん

脳いきいき五カ条はとても納得、努力し食動楽知休を守り頑張ろうと思えます。認知症予防がこの年代は特に努力しなくちゃ。今日を元気に生きるために!! カタツムリつかまえて
富山市奥井町 小竹 慶子さん

今回の答えカタツムリ。でも今あまり見なくなりましたね。子供のころカタツムリを見るとついつかまえていましたね。この時季あじさいがきれいですね。そしてシヨウブの花も見ごろをむかえています。昔生き物もいろいろあり、楽しかったですわ。ホタルもとびまわりなつかしさがこみ上げてきます。時代が変わってきている

のですね。まわりはパソコン、スマホとかでなかなかついていけないけどがんばっていきたい。

病が近づくスキが無い
富山市久方町 白野 優さん

二人合わせて一七〇歳の老々の二人暮らしを元気に過ごしております。

パークゴルフ、畑作業、冬の薪集めと毎日が忙しく病が近づくスキが無いのかなあと思っています。

脳トレのつもりで俳句
富山市豊丘町 山下 栄子さん

私は北日本新聞社で開かれてる月一回の俳句の会に参加しています。先日も土曜日に参加し、私の俳句に仲間の人たちが点数を入れてくださり、初めて新聞社よりご褒美としてカラータオル三本(箱入り)をもらって帰りました。これからも季語の勉強をして俳句作りを脳トレのつもりで頑張ります。

自分の事のように
富山市犬島 黒田 宣子さん

組合員のひろばを読んでいつも「本当だね」と思いつながり自分の事のように「うんうん」と相づちを打っています。



【問題】

カギを解き、二重ワクに入る文字を並べ替えてできる言葉は何?

★たてのカギ★

- ① のたたき、——節
- ② 秋のはじめ
- ③ ふるさと。——へ帰る
- ④ ○○に入っては○○に 従え
- ⑥ 文明の発展に○○する
- ⑧ 鶉飼
- ⑩ 病人を——する
- ⑫ グラフのx○○、y○○
- ⑬ ○○増、○○返し

- ① ——カメラ、——社会言葉
- ③ 俳句などで季節を表す言葉
- ⑤ 宴会を盛り上げる演芸
- ⑦ 詰将棋ではこの駒を狙う
- ⑨ ○○色の鳥居
- ⑩ ○○に冠を正さず
- ⑫ ——の騎手
- ⑭ ○○白だらけの答案用紙
- ⑮ 映画「——白書」

【応募方法】

パズルの解答住所氏名、年齢と、虹のまちの紙面や医療生協へのご意見ご要望などがありましたら併せて明記の上ハガキ、又は富山医療生協ホームページ（一面右上に記載の「お問合せ」メールにて）応募下さい。

【あて先】

〒931-1850 富山市豊田町一ー八 富山医療生協「虹のまち」パズル係

【賞品】

正解者の中から十名の方に五百円分の図書カードを贈呈 ※賞品の発送は月末になります

【しめきり】

八月末日の消印有効

【六月号の解答】

マ	ツ	タ	マ	ゴ
ケ	イ	サ	イ	シ
ム	カ	ク	シ	リ
ム	イ	マ	ヤ	コ
カ	イ	マ	ク	ウ

カタツムリ (蝸牛)
応募 96通
正解 95通

【六月号の当選者10名】

- 藍田 寿弘(射水市三ヶ井)
- 井上 靖子(富山市犬島)
- 伊藤 ミツ子(富山市水橋市田袋)
- 岡本 順子(射水市海老江)
- 貴堂 炬男(富山市米田すずかけ台)
- 塩谷 博子(射水市中新湊)
- 田中 昇(富山市永久町)
- 水落 リ工(富山市下富居)
- 石崎 和男(砺波市東保)
- 舟根 ハスエ(富山市布目)

新誕生!
とよた東支部 布・布・布班

五月と六月の班会開催強化月間の取り組みで誕生した「布・布・布」班(とよた東支部)。どんな班活動をしているのでしょうか。班長の進士京子さん、そして班員の皆さんにインタビューしてみました。

Q「布・布・布」班が誕生したきっかけは何ですか?
— 余り布で何か遊んでみよう!— と思い、まわりの人に声をかけ、発足しました。

Q 誕生から三ヶ月たちますが、どんな班会を開いていますか? 班会の内容を教えてください。

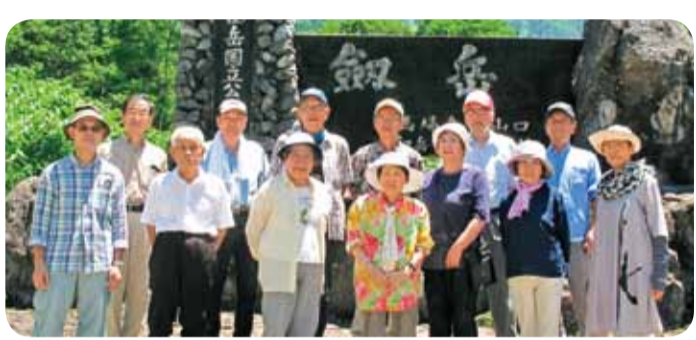
— 五月はハスの葉と花を作りました。六月は七夕飾

看護補助者募集!!

笑顔あふれる病院で一緒に働きませんか?
お問い合わせは
富山医療生協本部
担当 宮腰 ☎ 076-441-8352

初心者でもOK

地域フラッシュ



7月2日 藤ノ木支部
支部レクリエーション
馬場島
14名参加



7月15日 水橋支部
配付者&組合員交流会
42名参加



7月23日 桜谷支部
草津鉱泉健康チェック
24名チェック



7月25日 南ブロック
満天の湯健康相談会
35名チェック



▲「布・布・布」班メンバーの皆さん

Q「布・布・布」班の名前の由来を教えてください。

— 季節感を大事にして、皆の意見を取り入れながら、作品を作っています。手先を使い、集中して作業するので、脳トレにもなっています。「ふふふ」と笑いながら、楽しい毎日をお過ごしでしょう!



▲しじみ貝と布で作ったかにさん

り、五センチ以下の布を使って各々飾りつけをしました。七月は、しじみの貝殻を使って、かにさんを作りました。六月から、新しいメンバーも一人増えました。

Q最後に、「布・布・布」班のいいところ、アピールポイントを教えてください。

— 出来上がりの作品を見て、ふふふ、笑笑笑、と言いながら、布を使うので「布・布・布」と名付けました。

和気あいあいと、楽しみながら小物づくりをされています。男性陣も一緒に、針金でかにさんの目玉。足作りは大活躍。みなさん細かい作業もお手のもの。ふふふ、と笑いが飛び交っていました。

「布・布・布」班の皆さん、ありがとうございました。

組織部 吉本

お詫びと訂正

虹のまち7月号2面において、記載に誤りがありましたので訂正させていただきます。

- ・「オリーブの会の取り組みについて」の発言記事において
「2011年11月に発足し、月に一度、病院のシーツ交換のボランティアを行っています」と記載させていただきましたが、正しくは「2016年11月に発足し、週に一度、病院のシーツ交換のボランティアを行っています」でした。
- ・第65回通常総代会の個人表彰において
大広田支部・平野登志子さんのお名前の記載がもれていました。

関係者の皆さまには大変ご迷惑をおかけいたしましたことをお詫び申し上げます。

ギターマンドリンコンサート

7月7日(土)、今年で2回目となる、富山大学医学部薬学部ギターマンドリンクラブの「病院・七夕コンサート」を富山協立病院外来待合室にて開催しました。

患者さんに演奏を通じて癒し、安らぎを感じてもらい普段とは違う病院生活を楽しんでもらいたいと企画しました。

患者さんからは、「とても楽しかった」「感動して涙が出てきた」という感想が聞かれました。「リンゴの唄」や「たなばた」など、知っている曲になるとどこからともなく、手拍子や歌声・鼻歌が聞こえてきました。また、ぜひ演奏会をしてほしいと大反響でした。

学生さんからも「患者さんに楽しんで頂けたことが、部員にとって何よりも嬉しいと思います。部員も、口ずさみながら聴いて下さったお客さんに自然と顔がほころんで、優しい気持ちで演奏することが出来ました」という感想がありました。

ぜひ、来年も開催したいと思っております。

富山民医連医学生担当
橋本真琴