

組織現況 2022年7月31日現在

組合員数 **26,140** 人

出資金総額 **101,987**万円

一人当たりの出資額 **39,016** 円



虹のまち

とやま医療生協

2022年9月号 No.473

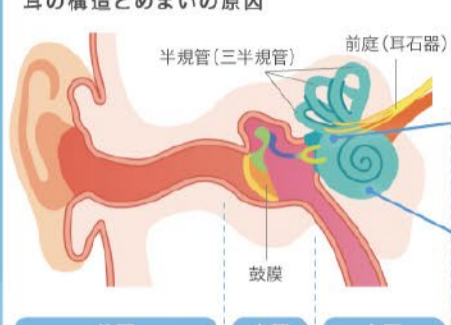
〒931-8501 富山市豊田町1-1-8
☎076-441-8352 FAX 076-432-8031

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

耳の構造とめまいの原因



良性発作性頭位めまい症
耳石のカケラが半規管内に入ると、数秒から1~2分以内のめまいが起きます。頭位をかえると再びめまいが起きます。

メニエール病
内耳の内リンパ液の過剰によりめまいが起きます。

外耳 中耳 内耳

“めまい”で困っていませんか?

めまいの原因や治療法について…

富山協立病院 耳鼻咽喉科 浅井 正嗣 医師

Q 主な原因は何ですか

A 原因になる疾患も様々ですが、耳の奥にある内耳の疾患が一番多いです。代表例を二つ紹介します。

Q 他にどんな原因がありますか

A 頻度は高くないのですが、脳の梗塞や腫瘍などがめまいの原因になります。

Q どのような症状がありますか

A めまい(眩暈)にも、いろいろな感じ方があります。朝起きたら天井や部屋がぐるぐる回る、景色が流れる、まっすぐ歩けない、ふりむいたら倒れそうになる、パソコンの画面をみるとフワフワとしてくる、立ち上がったときに急に目の前が暗くなったり倒れそうになる、など様々です。



Q おわりに

A とても紹介しきれませんが、めまいの原因となる疾患は、まだまだ沢山あります。私たちは、これらの疾患を見つけ出し耳鼻科で対応できるも

Q 最近の話題はありますか

A 近年の話題としては、片頭痛に伴う「前庭性片頭痛」というめまい疾患や、「心因性めまい」、「持続性知覚性姿勢誘発めまい」などの精神的な治療が症状改善に役立つ疾患も知られています。

Q どのような症状がありますか

A めまい(眩暈)にも、いろいろな感じ方があります。朝起きたら天井や部屋がぐるぐる回る、景色が流れる、まっすぐ歩けない、ふりむいたら倒れそうになる、パソコンの画面をみるとフワフワとしてくる、立ち上がったときに急に目の前が暗くなったり倒れそうになる、など様々です。

「い」は、朝ベツドやお布団から起き上がったとき、夜中にトイレにおきたとき、寝ていて横を向いたときなどにぐるぐる回って、ひどい吐き気に襲われることもあります。自然に治ることが多いのですが、治りにくい場合には私たちが行う特殊な治療法もあります。

「メニエール病」も有名です。典型的な場合は、聞こえの悪化、耳鳴り、めまいがほぼ同時に生じます。しばらくすると改善しますが、繰り返して症状が出ます。めまいが頻繁に出現するようになったり、聴力が徐々に悪化したりすることもあります。近年は、このような難治性のメニエール病に行う治療法も開発されてきました。

また動脈硬化により脳や耳へ酸素や栄養を運ぶ血液の流れが悪くなることでめまいが生じることがあり、「椎骨脳底動脈循環不全」などの名前がついています。立ち上がった時に血圧がストンと落ちてくるめまいもあり、「起立性低血圧」などの病名で呼ばれます。

富山協立病院 耳鼻咽喉科 診療体制表

| 担当医 | 曜日 | 診療時間 |
|------|-----|---------------|
| 浅井正嗣 | 火曜日 | 午前 9:00~11:30 |
| 大学医師 | 木曜日 | 午後 2:00~ 4:30 |

診療のお問合せ、ご相談は下記まで
富山協立病院 ☎076-433-1077

医師紹介
浅井 正嗣 (あさいまさつぐ)
元富山大学附属病院診療教授
現在は富山大学附属病院めまい外来担当
日本めまい平衡医学会：
(資格) 専門会員、めまい相談医、
(現在の役職) 参与、診断基準化委員会委員



のは耳鼻科で、他科の治療が必要な疾患は適切な科に治療を依頼するなど、日々努力しております。

気になる方はぜひ一度耳鼻科を受診してみてください。

内視鏡

健康をつくる、平和をつくる、いのち輝く社会をつくる。このスローガンを誇りに掲げ続けてきた私達。先の参議員選挙を前に突然巻き起こった「9条で平和は守れるか、敵基地攻撃能力も必要だ」と自民党などの大宣伝に出会うことになった▼ロシアの一方的なウクライナへの侵略で、ウクライナ国民の悲惨な姿を繰り返し見せられ、少なからぬ国民は「そうだそうだ」と思う人や、そうかもしれないと不安や疑問にみまわれることになったと思う▼ウクライナの悲惨な映像を見ていると、以前に班会で見た「とやま大空襲を語り継ぐ会」の写真の映像を思い出す。並んでいる焼死体。電気ビルや大和だけが残り、あとは焼け野原。真珠湾への「先制攻撃」に始まった太平洋戦争の結末だ。「9条」はこんな体験の中で生まれ、これまで守られている▼憲法の前文にこんな一文があった。「政府の行為によつて再び戦争の惨禍が起ることのないやうにすることを決意し…この憲法を確定する」と▼今、政府が9条を含む改憲に前のめり。憲法の前文を含め、しっかりと読み、当時の国民の気持ちと決意を学び、そして現在に生かすことも…。(H)

富山協立病院新棟建設計画に おける医療構想について《その9》

◆検査科

検査科では三部門に分かれて検査を行っています。血液や尿(検体といいますが)の検査を行う外来検査室、細菌感染症の原因菌を調べる細菌検査室、心電図や超音波検査など直接患者さんに検査を行う生理検査室です。患者さんの待ち時間に配慮し、迅速で正確な検査結果をお返しできるように

◆リニューアル後は

新しい検査科は、新棟一階の中央処置室に隣接して計画され、また、病棟からの検体搬送用エレベーターも設置されることになりました。検体の搬送時間の短縮と搬送者の負担が削減され、病棟スタッフの業務軽減にもつながります。待合室を通じて検体を搬送せず

◆新棟計画での アピールポイント

現在、検査科の三部門はそれぞれ独立し離れた場所にあります。リニューアル後は一か所に集約されるので、忙しい部門をタイミングよく支援することができ、検査科業務の効率化が期待されます。生理検査室では、超音波(エコー)検査室を独立させること、心電図室のカーテンを二重にすることなど、プ

ライバシーへの配慮を行います。部屋の広さにもゆとりを持たせ、着替えや車いす移動の際の安全性を高めます。また、睡眠時無呼吸症候群の治療法であるCPAP(シーパップ)療法(器械で強制的に空気を送り込むこと)によって無呼吸状態を防ぐ療法)にも力を入れ、よりよい睡眠につながる器械の設定など、患者さんが気軽に相談に来ていただけるようなスペースの新設も検討しています。

富山協立病院 検査科
主任 加藤 明子

富山協立病院 検査科
主任 加藤 明子

あなたも！医療生協活動に参加しませんか！
支部運営委員さん&配付者さん 募集中!
県内38支部の各支部に運営委員会があります。毎月集まり、支部の行事について意見を出し合ったり、「虹のまち」の仕分け作業をしたりしています。みんなとワイワイお話しするもまた楽しいですよ。また「虹のまち」配付者さんも募集しています。自宅の近辺だけという場合もOKです！是非一度お問い合わせください！
組織部 ☎076-441-8351

事業所だより

「水橋診療所通所リハビリ のびのび」

心も体も のびのび 出来る場所



のびのびでは、コロナ感染の予防対策として浴室脱衣場の環境を見直し、サーキュレーターとCO2モニターを設置しています。入浴の際は、どうしてご利用者さんはマスクを外すことになるため、飛沫よりも軽くて細かなエアロゾル(空気中の微粒子)感染のリスクが大変高くなりま



す。これらの感染を回避するには換気がとても重要です。しかし、夏の暑い時期は換気ばかりに気を取られていると、熱中症など他のリスクも高くなるので、様々なことに注意しながら対応しています。リハビリでは、ビー玉を使用したベグソリティアパズルが人気です。認知機能や巧緻動作能力の難易度が高いゲームですが、利用者さんは男性女性を問わず楽しんで挑戦しておられます。



また、運動ばかりではなく、カロリーアップとお楽しみみの「カ」時間を併せて提供できる「カ」フエタイム」を、午前中のリハビリの合間に行っています。飲み物メニューもお茶やジュースなど、ご自分の好みで自己選択できるように、種類を増やして楽しんでいただいています。今後も利用者さん本位の施設であるように工夫をしていきたいと考えています。水橋診療所通所リハビリのびのび
主任 喜多 利晃



たすけっとクラブ通信 No.103

協力者さんの「日々思うことあれこれ」

「これがまあ 終のすみかか 雪5尺」小林一茶
家族を皆天に送り、老後は郷里の秋田に住みたいという弟に家を譲り、パソコンとラジカセ、衣類などを持って家を出て「終のすみか」を探しに北陸へ来ました。これまで全国を放浪しましたが、北陸だけは来たことが無かったことと「雪5尺」ならば富山かなあ…でした。
コロナ禍が始まり、ご近所との交流は殆どなくなり、日曜日にキリスト教会の礼拝にでるくらいの毎日でしたから、たすけっとクラブの活動に参加し、日々人に出会い、体を動かし、具体的に必要としている人の手足となって働くことで、脳活が必要となった79歳一人暮らしの大きな隙間を埋めることが出来ています。
教会の付属保育園の用務員を長くしていましたので、仕事は基本「何でも屋」私が住んでいる奥田東支部のみならず、市内を自転車で走り回っています。
さて…いつまで続けられることやら。
奥田東支部 たすけっと協力者 田中 肇
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

シリーズ SDGs みんなで考え行動しよう

今年の猛暑、豪雨もこれまでにないものとなりました。この冬の豪雪が心配になります。地球温暖化をストップさせない限り年々ひどくなっていきます。二酸化炭素の排出削減に国も自治体も企業も真剣にとりくむことはもはや一刻の猶予もありません。そして私たちも何が出来るかをみんなで考え行動していきましょう。

地球温暖化を考えるⅢ

わたしたちにできること

家庭から排出される二酸化炭素のほとんどは、電気、ガス、灯油、そして自動車のガソリンの使用によるものです。まずこれらの使用を節約することで二酸化炭素の排出を減らすことができます。

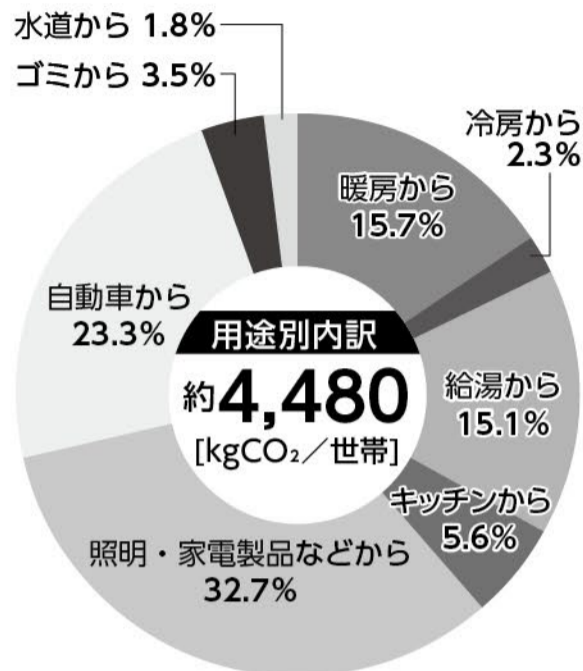
さらに電気は再生可能エネルギー電力へと転換すること、そして電気のみを使用する「オール電化」の家とします。屋根には太陽光発電パネルを取り付け電力自給も行います。自動車は次の乗り換え時にはぜひ電気自動車を選択してください。ここまですると家庭からの二酸化炭素排出量はほとんど削減されますが、こうするには資金も必要です。国や自治体が国民の負担が無いよう相応の補助金を出すなど積極的に推進するための政策を実施することが求められます。

ものを大切にする、ごみを減らす、食品ロスを出さない、分別回収をきちんと行うなどによって二酸化炭素の排出を減らすことができます。一家庭の二酸化炭素削減の量としては小さいかもしれませんが、みんなが意識的にとりくむことによって大きな量となります。地域で物々交換会やフードドライブなど様々なイベントを行いながら、これらのことが二酸化炭素の排出を減らし、異常気象をくい止めることにつながるという意識を広げていきましょう。

地球温暖化をストップするのは、国、自治体、企業そして国民みんなの力です。



家庭からの二酸化炭素排出量



作成：温室効果ガスインベントリオフィス

無料法律相談のご案内
西山貞義弁護士
(富山中央法律事務所)
時間：午後2時～4時
・9月28日(水)
・10月27日(木)
・11月24日(木)
予約してください
◎場所及び申し込み
富山協立病院 地域連携室
☎076-444-5708

無事に夏をのりこえよう
富山市犬島新町 盛田壽子さん
熱中症予防のためのポイント
「わがかりやすく参考になりまし。夜中も暑くてのどがからからで、これは危ないと思、枕元のペットボトルで水分補給しています。無事に夏をのりこえるように注意しています。米の戦争に巻き込まれる危険
高岡市上関町 林 進さん
第六十九回通常総代会の様子や前向きな発言に力をもらった気がします。
日頃は憲法をないがしろにしておきながら自衛隊となると憲法を持ち出す輩たち。今の日本は自国の為でなくアメリカの戦争に巻き込まれるから危険なのです。

組合員のひろば
クロスワードパズル
七月号の解答ハガキより

小豆の生命力に驚き
富山市富岡町 米田和道さん
母が亡祖母からずーっと以前にもらった、冷蔵庫に入れてあった小豆、畑にまいたら昨年芽が出て収穫できました。小豆の生命力です。驚きです。
富山市豊田町 風間由喜江さん
介護予防教室に参加。家で続けようと心に言い聞かせていますが自信のなさは保証付きです。でも少しずつ出来ることからねと老体に言い聞かせています。
富山市五福 山田文枝さん
毎日暑いですね。老老介護の身ですが、毎月遠方より夫を見舞い、庭木の手入れ、家事で困っていることなどに感謝している日々です。
富山市蓮町 鶴山富美子さん
七月八月から虹の健康チャレンジの記録カードを続けてみようと思、血圧を毎日測っています。がんばって六十日を続けていきたいと思、熱中症対策のひとつとして
富山市在原新町 松木邦子さん
ペットボトルの水を冷凍庫で凍らせ手に握って顔や首に当てたり、持ち替えたりにしています。掌から冷やす事が自然で良いとあり今夏も実行しています。

【問題】
カギを解き二重枠の文字を並べてできる言葉を答えましょう。(ヒント：中秋)
★たてのカギ★
①蹴る。ゴール
②八百を並べる
③下枝や枯れ枝を切り木の手入れをする
④三割三分三
⑤を歌う
⑥姓名の姓
⑦地上八階——二階
⑧幼な子
⑨本当の値との差
⑩を一足新調する
★よこのカギ★
①今日の前の日
②を正す
③身の上
④三年二——の担任
⑤雨が多い。高温
⑥前もって知る
⑦本に書き著す
⑧入試で——したとうれしい報告
⑨医者も——を投げた
⑩提案を却下され——を曲げる

クロスワードパズル
【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。
尚、虹のまちに掲載させて頂く事がありますのでご了承ください。
【あて先】
〒931-1850 富山市豊田町一八八 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
【しめきり】
九月末日の消印有効
【七月号の解答】
ナガレボシ(流れ星)
ナ ハ レ イ キ
カ サ イ カ
シ ジ タ ギ
ノ ソ シ コ ク
ウ ソ ボ チ ヤ
応募 138 通
正解 137 通

転居先を必ず連絡して下さい。
住所・電話番号の変更や家族の変更がありましたら、生協本部まで連絡下さい。

【七月号の当選者10名】
井田 貞夫(富山市婦中町下野田)
碓井 俊子(富山市下新町)
高林 浦(高岡市伏木湊町)
鍛冶 律子(富山市四方江代町)
平井 一雄(富山市笹津)
山岸 共栄(富山市粟島町)
山田見紀子(富山市中島)
山口 満喜(富山市松若町)
山森 真弓(富山市珠泉西町)
吉田 禮子(富山市水橋中町)

【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。
尚、虹のまちに掲載させて頂く事がありますのでご了承ください。

おめでとーございます
※賞品の発送は月末になります。

【あて先】
〒931-1850 富山市豊田町一八八 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
【しめきり】
九月末日の消印有効
【七月号の解答】
ナガレボシ(流れ星)
ナ ハ レ イ キ
カ サ イ カ
シ ジ タ ギ
ノ ソ シ コ ク
ウ ソ ボ チ ヤ
応募 138 通
正解 137 通

クロスワードパズル
【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。
尚、虹のまちに掲載させて頂く事がありますのでご了承ください。

平和を考える…夏 2022



第67回 日本母親大会 in埼玉・群馬 参加者募集!(オンライン参加)

第1日目(埼玉県)
10月15日(土) 13:00~16:00
・テーマ別集会形式

第2日目(群馬県)
10月16日(日) 12:00~15:30
・記念講演

田中優子さん(法政大学前総長)
「自由を生きぬく実践知」

参加費 1日1500円 しおり代300円

※サテライト会場又はご自宅での視聴となります。テーマや会場の詳細は参加希望の方にお知らせいたします。

WHO世界と歩こう 健康ウォーク

10月1日WHO「世界と歩こう」に呼応してウォークイベントに取り組んでいます。

9月下旬から11月上旬までの期間で、各支部で計画されますので、支部ニュース等ご覧になり、お近くの会場で一緒に歩きましょう!

虹の健康チャレンジャー

健康チャレンジに挑戦していますか?
過ごしやすい季節になりますのでご家族揃って頑張ってみませんか!



上記各種イベントについての、お問い合わせ、申し込みは 組織部 まで
☎076-441-8351

呉羽支部 八ヶ山班 平和のつどい (8/24)

「平和のつどい」を開催しました。班以外に支部内からの方も合わせ10名の参加でした。

まずは、小学校3年生の教科書にも掲載されている「ちいちゃんのかげおくり」という物語を朗読で聞き、次に戦争と平和に関する「絵本」の紹介をしてもらいました。「現在の世界情勢では地球がどうなるか孫の時代が心配」、「富山大空襲を間近で見た。神通川に溢れた人の光景が忘れられない」「疎開していたが、防空壕の中が焼けたのを思い出した」など意見交換をし「戦争は二度と繰り返してはいけません!」「子どもや若い人に、今日の話聞いてほしい!」と“平和をつくる活動をつながていきたい”という思いが一つになりました。



原水爆禁止世界大会 広島・長崎 (8/4~8/9) 今年も職員がオンラインで参加しました

昨年につき、2回目のオンライン参加でした。ロシアによるウクライナ侵攻によって世界情勢は様変わりし恐怖を感じます。被爆体験談は印象的で社会的な差別や家族との別れなど、一生逃れられない悲しい現実には経験者にしか伝えられず、貴重なお話がぜひ政府に届くこと、核兵器禁止条約に批准・署名をしてほしいと思いました。9条改憲や戦争できる国づくりへの反対の声をあげていくことを今後も行いたいと思います。

在宅福祉総合センター えがお 小河 孝英



今回初めての参加でした。修学旅行で広島を訪れて以降、平和は当たり前のように思っていました。“核での威嚇、地球に核があることにより都市全体を墓場に変えてしまう”という言葉が印象に残りました。ロシアの若者は徴兵を逃れると厳しい処罰を受けていることやテレビで戦争が正しいと思込ませるような報道をしていると知り驚きました。私は戦争の報道は嫌ですが、世界の動向に目を向け何が起きているかを把握することも必要だと思います。この大会に参加し、核兵器廃絶への思いを強く感じました。

在宅福祉総合センター ひまわり 羽倉さつき

南7ロック3支部合同 平和のつどい (8/26)

富南支部、南部支部、堀川南太田支部の3支部で第16回「平和のつどい」を開催し、25名が参加しました。このつどいは、コロナ禍のもと三年ぶりの開催となりました。これまで戦争に翻弄され、辛苦の思いをされた方々の話や富山大空襲の爪痕をめぐる学習会などいろいろと行ってきましたが今回は、趣を変え、2016年11月に劇場公開されたアニメーション映画『この世界の片隅に』を鑑賞しました。

夏休み

高校生医療体験会開催

八月二日(火)・十八日(木)

医師・看護師を目指す高校生を対象に、医療体験会を開催しました。コロナ禍の為、病院ではなく「サンフォルテ」を会場に、両日で十名参加しました。



「心音聴診」「ガウン着脱テクニック」などの医療体験は、看護師から説明を聞き、指導を受けながら実践しました。初めて触る聴診器や注射器に緊張しながらも真剣な表情で取り組んでいました。

看護師からは、終末期の患者さんの「家に帰りたい」「ペットに会いたい」という望みをたくさんの方々が連携して支援しているという、民医連らしいエピソードの紹介がありました。

した。

医師への質問コーナーでは、受験勉強のモチベーションの保ち方、患者さんへの声のかけ方、ミスを防ぐための対策についてなど、様々な質問があり、リモート参加の水橋診療所・岩城

皆さんからは「注射ひとつにもいろいろな注意点が、難しかった」「終末期医療に力を入れることは本当に大切だと思った」「訪問診療の良さを感じた」「医療の中でも自分に向いている仕事がありそう」など感想を寄せてもらいました。民医連の医療や理念を解りやすく伝え、将来への学びに役立てる企画を継続していきたいと思えます。



医学生担当 大野 尚市
看学生担当 土肥 珠実

地域フラッシュ

7月29日
とよた4支部合同
環境学習会
19名参加



8月18日 山室支部
DVD鑑賞
12名参加



8月23日 上市支部
自然房班健康教室
5名参加



8月25日 奥田支部
グルメリサーチ班
バイオリン演奏会
4名参加

