

**組織現況** 2023年7月31日現在

組合員数 **25,751** 人

出資金総額 **104,934**万円

一人当たりの出資額 **40,749** 円



# 虹のまち

## とやま医療生協

**2023年9月号 No.485**

〒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

### 若い女性の命を守る子宮頸がん検診

— 子宮頸がん検診について — 富山協立病院 医師 宮坂 麻由子

**若い人で増えている子宮頸がん**

子宮は、子宮体部と子宮頸部に分けられます。



子宮頸がんは、子宮頸部(出口に近い部分)にできるがんです。

**子宮頸がんと、ヒトパピローマウイルス(HPV)**

子宮頸がんの多くは、ヒトパピローマウイルス(HPV)の感染が原因で起こります。

HPVは性交渉によって感染しますが、感染しても、ほとんどは自然に消えてしまいます。一部の人でHPVの感染が続くと、その一部で前がん病変(異形成)や、子宮頸がんが発生すると考えられています。この変化は数年〜十数年かけて、ゆっくりと進行しますので、定期的な検診の効果証明されています。しかし、日本では、子宮頸がん検診の受診率は約四十%と、まだ低い状態です。こ

**子宮頸がん検診は何歳で受けるべき? 何をやるの?**

子宮頸がん増加の背景と考えられています。

二〇二〇年に発表された国立がん研究センターの「有効性評価に基づく子宮頸がん検診ガイドライン更新版」では、二十歳〜六十九歳の女性を対象に、二年毎に細胞診による検診を行うことが推奨されています。

検診では、問診、視診(陰鏡を使った診察)、細胞診(ブラシで子宮頸部の表面をこする)、内診を行います。検診自体は五分もかからず、あっという間に終わります。



**検診は女性スタッフが対応します**



※参考文献  
(1) 独立行政国立がん研究センター...がん情報サービス...がん種別統計情報...子宮頸部  
(2) 中山明子・西村真紀編(二〇二二)お母さんを診よう プライマリ・ケアのためのエビデンスと経験に基づいた女性診療(第5版) 南山堂

基本的には痛みはない検査で、リラクセスできるように声掛けをしたり工夫を行っています。

**Q&A**

**Q** HPVワクチンを接種していれば、子宮頸がん検診は受けなくても良い?

**A** HPVワクチンは、子宮頸がんを50〜80%近く予防する、高い効果があると言われています。しかし、全てのHPV感染を予防できるわけではないので、ワクチン接種後も定期的な子宮頸がん検診を受けることが大切です。

**Q** リスクの高い性行為を行っていないくても、HPVに感染する?

**A** 性行為が行われると80%以上がHPVに感染すると推測されており、パートナーが一人であっても、多くの男女が普通にHPVに感染すると考えられます。二十歳になったら、定期的な子宮頸がん検診を受けましょう。

**10月は乳がん月間**

10月は「乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の大切さを伝える活動」ピンクリボン運動の強化月間です。

**日曜乳がん検診のご案内**

乳がんは女性特有のがんのうち、最も人数が多く、約9人に1人が乳がんになる時代です。30代後半から罹患率が急増し、働きざかり・子育て世代の比較的若い世代に多いがんです。乳がんは早期発見・早期治療でほとんどが治るがんといわれます。ご自身を守る為にも定期的に乳がん検診を受けましょう。

10月15日(日) 9:00~12:00

**\*予約制\*** **先着30名**

組合員/2,420円(税込) 一般/6,200円(税込)  
(富山市の乳がん検診受診券もご利用いただけます)

【女性検診や外来のお問い合わせ・ご予約】  
富山協立病院 健康支援センター ☎076-444-5684

**医師からのメッセージ**

HPVワクチンが開発され、子宮頸がん検診の効果が証明されている今もなお、日本では若い女性で子宮頸がん発症が増加しています。検診の受診率が低いことがその背景にあることを知ってから、若くして子宮頸がんにより亡くなる女性や、妊娠を望んでいるのに手術で子宮を摘出しなくてはならないような女性を減らしたいという思いで、子宮頸がん検診に携わり続けてきました。

気軽に検診を受けて頂けるように、また検診の機会に日頃気になっていることもご相談頂けるように、アットホームな雰囲気をお心がけています。

今まで検診を受けたことがない方、前回の検診から大分期間が空いてしまった方も、当院に限らず、集団検診の場や、行きやすい婦人科なども利用して、ぜひ検診をお受け下さい。



**内視鏡**

原爆漫画として注目の、中沢啓治作「はだしのゲン」。四十年くらい前の「夏休みにぜひ」の案内で購入し子どもたちと読んだ。その子たちも結婚し、家の引っ越しや新築を経てあの本はどこかへ▼ロシアのウクライナ侵攻から一年半、「核兵器は抑止力」が叫ばれる現状で真の平和を考えるには持つて来いの作品。ところが先般、広島市教育委員会は小学三年生の教材からの削除を決定した。「はだしのゲン」で平和を考えられるのは困る側からの横やりが働いたのだろう。再び購入した。孫たちとも語り合い、いつの日かひ孫たちの手にも▼この夏の猛暑は凄しい。老夫婦二組がエアコンつけずに相次いで亡くなる痛ましい事故もあった。「ため命を守りましょう」の声に違和感をおぼえる。電気料金が気になるからためらうのにと。私事だが、「六月一日の使用分から値上げ」の通知のあと33.7%の値上げだった。猛暑で四六時中つけっぱなしの日が続く。電気料は三七〇〇円アップ。ためらい、切ってみた。息苦しくてとても持たない。もはやエアコンは命綱。ためらわずにエアコンを使える政治、命とくらしを守る政治は、大軍拡では間違いない。壊される。(一)

# さあ！つながりづくりの再出発です。

## 水橋支部、事業所との協同による取り組み



三、四十人の組合員に声がかかり、その参加者の多いことが誇りでした。ところがコロナ禍中では「三密回避」や「分散個食」が強いられ、その特徴ゆえに全ての行事を自粛し、中止せざるを得ない状況が続いていたのです。

クや、握力の測定などを行い、筋力低下の危険性を改めて考え、フレイル予防の大切さを学びました。引き続き富山協立病院管理栄養士の浅井雅子さんによる「フレイル予防の食事」と題した健康講座がありました。栄養のバランスを考えながらタンパク質を効率よく摂るコツを、パワーポイント資料を使ってわかりやすく教えていただきました。

の仕切り板は少々興ざめではあったものの、うどんの美味しさと久しぶりに会ったお互いの笑顔がそれを上回り、結果、今回の交流会は全体を通して大好評のうちを終えることができました。そして、依然厳しい感染対策が続いている中で、組合員活動を重視し施設や厨房設備を開放してくれた水橋診療所にも、「ありがとう」と言わなければなりません。

「配付者交流会」が三年ぶりに水橋診療所通所りハピリ「のびのび」で開催されました。住民の二人に一人が組合員という水橋支部では、ひとたびイベントや食事を開けば、すぐさま

開催当日の七月二十三日は「大暑」ということもあり、大変厳しい暑さでしたが、それでも二十五名という多くの参加がありました。開会に際し、尾島富嶽支部長からは「実に三年ぶりの開催でしたが、たくさんの方に参加をいただき有難う

お二人の講演の後はお待ちかねの昼食会です。尾島支部長自慢の手打ちうどんが支部の運営委員の協力で参加者全員に配られ、美味しくいただきました。感染レベルの引き下げがあったとはいえ油断は禁物、参加者の間に設置したアクリル



## 富山協立病院新棟建設設計画における医療構想について 《その16》

### ◆薬剤科

#### 安全な薬物治療のため 日々奮闘しています

病院の薬剤師と言うと、調剤薬局の薬剤師とは異なり、実際にどんな仕事をしているのか分からない方が多いのではないのでしょうか。そこで、この場をお借

りして富山協立病院薬剤科の紹介をさせていただきました。病院薬剤師の仕事は、患者さんが安全に薬物治療を受けられるように、患者さん一人一人にあつたお薬の管理をすることです。また、医療チームの一員として、医師・看護師・その他の医

療スタッフと連携して患者さんの治療を包括的にサポートしています。主に入院患者さんのお薬の管理をしています。富山協立病院では通院されている透析患者さんのお薬の調剤と管理も行っています。また、外来の患者さんが処方箋でもらうお薬に関しても、安全

性に関する調査や、適切な量でお渡しできるように管理を行っています。

今回の病院新棟計画に際して、薬剤科は改装される既存の建物に留まることになり、場所の移動はありませんが、引き続き当院を利用していたく患者さんが安心して薬物治療を行えるように日々努力していきたいと思えます。

富山協立病院薬剤科 科長 有賀 絵里

水橋支部 運営委員 友相 彰

## 二十三年度第三回理事会報告

七月二十九日(土) 富山協立病院三階会議室において定数二十五名中二十四名の出席で第三回理事会を開催しました。

### 【主な内容】

- ①第一四半期の事業概況の報告を受け、確認しました。
- ②富山協立病院新棟の内装、外壁、建物のサインについて提案を受け、意見を交流しました。
- ③九月以降の新任医師について報告を受けました。

また、七月より研修医の五味医師が富山協立病院で地域医療研修を実施していることが報告されました。

- ④各専門委員会の報告を受け、活動状況を確認しました。まちづくり委員会からは「日本政府に核兵器禁止条約の署名・批准を求める署名」、「現行の保険証を残してください」とのお願いが取り組むことが報告されました。

## たすけっとクラブ通信 No.113

### 私の「たすけっとクラブ」との縁

協力者として活動し始めたのが8年前、まだ「となみ野支部」の創設時でした。その頃、市内で一人暮らしをされている89歳の高齢の方と依頼主である金沢在住の娘さんとお話をして、週2回見守りを兼ねての家事支援を担当しました。ご本人はご高齢でしたが、頭も体もシャキッとされていて、三輪車で近くのスーパーへお出かけになり、何度か玄関前でお帰りを待ったこともあります。娘さんには連絡ノートや携帯で様子を知らせていましたが、その後金沢の施設に入所されました。亡くなられたあとも「富山の家はそのまま残したい」ということで、遺品整理や片付けなどでたすけっとのお付き合いは続いています。

そのほかの依頼では、病院の付き添いや家事支援の他、何件かの草むしりを行っています。協力者側もほとんどが高齢となり、新規の草むしりの依頼には応じることができていない状況ですが、自分の出来る範囲で活動を継続していきたいと思えます。

となみ野支部 コーディネーター 吉田 とみ子

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

# 共に考えよう Vol.4 核の恐怖を感じた原水爆禁止世界大会

## 被爆者とともに、核兵器のない平和で公正な世界を一人類と地球の未来のために

核の恐怖  
西三階病棟 岩木翔兵  
G7にて、岸田首相は広島ビジョンと題し核抑止論を肯定するかのような文章を公開しました。核兵器禁止条約が締結された今、唯一の戦争被爆国である日本の、かつ爆心地である広島で被爆者の心を踏みにじる様な事だと感じました。

分科会では実際に被爆者の声を聞くことができませんでした。即死した方や、全身に傷を負い、数日後に亡くなる方が居た事、何とか生き延びても、痛で亡くなる方、後遺症に悩まされ、二世の方にも被害があるため、その事を隠しながら生きた事を聞きました。核兵器は人として生き、人として死ぬことも認めてくれませんか。

核兵器禁止条約が締結された今、唯一の戦争被爆国である日本の、かつ爆心地である広島で被爆者の心を踏みにじる様な事だと感じました。

### 核の恐怖



八月七日から九日に長崎で原水爆禁止二〇二三年世界大会が開催されました。核兵器禁止条約が発効されて以来、核兵器廃絶の気運は高まっています。

### 私たちが伝えるべき事

リハビリ科 森川凱斗



原爆写真展

今回の原水爆禁止世界大会を通して、核の恐怖、そして核兵器に対する現政府の考えが分かりました。若い世代が核廃絶に向けて動き出すことが、世界から核をなくす大きな一歩になると思います。

被爆者の方のお話の最後にこれからの時代を作るのは若い人達で、色々な事を想像して、行つて、作つて力を合わせて未来を作つてほしいとおっしゃられました。

八月十八日に富山駅中署名行動とあわせて原爆写真展、シール投票を行いました。

署名 53筆  
シール投票 99票  
ティッシュ配布 111名



富山駅で核兵器禁止を訴えました

富山駅で核兵器禁止を訴えました

### 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  
新しい生活

富山市長岡新 本島京子さん  
私は線維筋痛症で全身が痛くてなかなか外出することが出来ません。朝起きるのも大変ですが弱音何て言っていないで、一人だから自分で何でもしなくてはと思っています。身体の為、虹の健康チャレンジを出来る限りやってみたくと思っています。

富山市水橋 山田昌子さん  
水橋にある通所リハビリのびのびを利用しています。和やかな雰囲気の中で、三十分余り器械を使って運動しています。わずかな時間ですが体を動かした後の爽快感は格別です。年齢に見合った運動量でこれからも続けていきたいと思っています。

富山市水橋 山田昌子さん  
水橋にある通所リハビリのびのびを利用しています。和やかな雰囲気の中で、三十分余り器械を使って運動しています。わずかな時間ですが体を動かした後の爽快感は格別です。年齢に見合った運動量でこれからも続けていきたいと思っています。

平和への思い  
富山市花園町 海下洋子さん  
「戦争反対」九条を守る。を強く推し進めたい。最近特に軍備拡張を喧しく言う人々が多くなってきた。ロシアとウクライナの戦争があるかもしれないが、今こそ平和を願う。

### 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)

- 9月28日(木) 時間は午後2時~4時
- 10月26日(木)
- 11月22日(水)

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

富山市羽根 神田潤子さん  
家の近くにスイカ農家さんがおられます。たくさんお世話してできた作物は格別ですね。私もスイカ大好きです。

富山市伏木錦町 多賀郁子さん  
「虹のまち」を楽しみに読ませていただいています。ボケ防止にクロスワードパズルを考えると脳が活性化されて体の健康と脳の健康によさそうですね。

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。

クロスワードパズル

★たてのカギ★  
①疲れ、筋肉  
②巨万の—を得る  
③正月の遊びの一つ  
④—・現在・未来  
⑥今日の朝  
⑧退校。—処分  
⑪一仕事終え—の荷がおりる  
⑬道端。—の石  
⑭ストライキの略  
⑮こまめに—を飲む

★よこのカギ★  
①安打  
③伊藤左千夫著「野菊の—」  
⑤白・茶・黒の三色の毛色を持つ猫  
⑦短歌を披露し合う—会  
⑨千円—、—束  
⑩—墨バスタ  
⑫わかれ道  
⑭全身を映す大型鏡  
⑯損—勘定  
⑰—明晰、—プレー

富山市願海寺 朝倉慶子さん  
七月に入ってからケガをして人生初の松葉杖生活に、家族や職場の方々に優しくしてもらい感謝の気持ちでいっぱいです。一日も早く復帰できるようにリハビリを頑張ります。

【問題】  
カギを解き二重枠の字を並べてできる言葉を答えましょう。

【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下さい。

【あて先】  
〒931-1850 富山県 富山町一八八 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】

ケ	ツ	カ	キ	ガ
ン	シ	ヨ	カン	イ
カ	ツ	ウ	ツ	キ
タ	イン	マ	ツ	リン
ナ				タ

応募 108通  
正解 107通

【七月号の当選者10名】  
山田 政信(南砺市天神)  
加藤由美子(射水市足洗新町)  
飯田 文雄(富山清水町)  
石坂 久枝(富山清水橋)  
濱谷 文子(富山清水橋)  
廣澤恵美子(高岡市太田)  
北野 忠彦(富山犬島新町)  
富居祐美子(富山向新庄町)  
田島 千里(砺波市太田)  
寺林 實(富山松浦町)

おめでとーございます

※賞品の発送は月末になります。

【七月号の当選者10名】  
山田 政信(南砺市天神)  
加藤由美子(射水市足洗新町)  
飯田 文雄(富山清水町)  
石坂 久枝(富山清水橋)  
濱谷 文子(富山清水橋)  
廣澤恵美子(高岡市太田)  
北野 忠彦(富山犬島新町)  
富居祐美子(富山向新庄町)  
田島 千里(砺波市太田)  
寺林 實(富山松浦町)

【七月号の当選者10名】  
山田 政信(南砺市天神)  
加藤由美子(射水市足洗新町)  
飯田 文雄(富山清水町)  
石坂 久枝(富山清水橋)  
濱谷 文子(富山清水橋)  
廣澤恵美子(高岡市太田)  
北野 忠彦(富山犬島新町)  
富居祐美子(富山向新庄町)  
田島 千里(砺波市太田)  
寺林 實(富山松浦町)

クロスワードパズル

【あて先】  
〒931-1850 富山県 富山町一八八 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】

ケ	ツ	カ	キ	ガ
ン	シ	ヨ	カン	イ
カ	ツ	ウ	ツ	キ
タ	イン	マ	ツ	リン
ナ				タ

応募 108通  
正解 107通

夏休み



# 高校生医療・看護体験会開催

8月7日(月)・8日(火)

富山協立病院にて、医師・看護師をめざす高校生を対象に「医療・看護体験」を実施しました。両日で八名の高校生が参加しました。



病棟で、血圧測定、車いす操作の体験の他、検査室や放射線機器の見学、医師との懇談を行いました。四年ぶりに、病院内で実際の患者さんのケアに携わる体験を提供することができました。学校生活では学べない貴重な経験ができたのではないかと思います。今後も、医師・看護師になりたい夢を応援していきます！

看学生担当 土肥 珠実  
医学生担当 神谷 千恵

### 感想

チーム医療が大切と聞かれているが、アットホームでコミュニケーションを大切にしている富山協立病院に魅力を感じた。

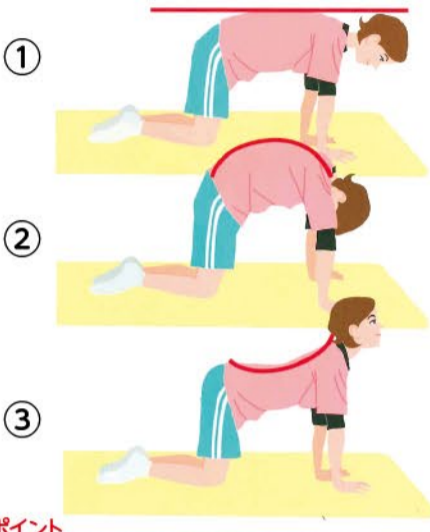
話すことができない患者さんに対して声をかけて対応する看護師さんが素敵だと思いました。

血液検査など貴重な場面を見られたのが印象深かったです。

## ちょこっと体操 体幹キントレ

身体を支える腹筋や背筋などの胴体周りをほぐしましょう！

- ①四つん這いになり、手と足はそれぞれ肩幅程度に広げ、背中から頭のラインをまっすぐにする(基本姿勢)。
- ②息を吐きながら、背中を丸める。
- ③息を吸いながら、やや背中を反らす。



※②～③を10回×1～2セット

- ポイント
- ・背中を丸めるときは目線をおへそに、反らすときは目線をななめ上へ
- ・余裕があれば、背中を丸めるときは怒った猫のように
- ・腰の具合が悪い方は、背中を反らさず②から①に戻っても可(10回×1～2セット)

## 秋の企画

### 富山診療所企画

## 在宅医療“おしゃべり広場” インコスモホール ～わかりあうために～

日時：2023年10月29日(日) 9:30～11:30頃  
会場：コスモビル3階 コスモホール (富山市千石町2丁目8の2)

在宅医療の実情を、医療従事者側、患者及び家族の側からお話し、交流する企画です

- 講演 ●
- ・与島 明美 医師(富山診療所所長)
- ・関井 哲 看護師(富山診療所看護師長)
- ・西野友香里 看護師(訪問看護ステーションきずな所長)
- ・藤本美和子 薬剤師(ふれあい薬局代表理事)

みなさまのご参加をお待ちしております

## 支部レクリエーション・ウォークイベント 参加のおすすめ!



1999年にWHO(世界保健機構)は「アクティブエイジング(いきいき高齢期)」を掲げました。すべての高齢者が、生活の質を下げることなく孤立せず、暮らせるように、社会に参加しながら歳を重ねていこうというものです。

富山医療生協では10月にWHOの「健康ウォーク」の呼びかけに呼応し「世界と歩こうウォークイベント」を支部で計画し、皆さんに参加してもらっています。また、その他健康教室など“参加できる”イベントを企画しています。是非皆さんも、お近くの支部の行事に参加し、文字通り「いきいき高齢期」を体験してみませんか!

お気軽にお問い合わせください。

### 富山医療生協主催

## 第10回 パークゴルフ競技会

開催日：10月23日(月)  
開催場所：下村パークゴルフ場

- ◆ 8:30～受付開始、9:00～競技開始の予定
- ◆ とねりこA・B、わかばの3コースでプレイ
- ◆ 少雨決行(荒天によるコース使用不可の場合は中止)

実に3年ぶりの開催となる医療生協パークゴルフ競技会は今年10回目を迎えます。多くの方のご参加をお待ちしております。

## 第68回 日本母親大会in山口 オンライン参加者募集!

第1日目(全体会) 11月25日(土) 13:00～16:00  
記念講演：「あらたな戦前に抗する」  
講師：清末 愛砂さん(室蘭工業大学教授)

★オンライン視聴は、1日目のみ 参加費 1,800円  
サテライト会場は サンフォルテ です

● 11月25日～26日の現地参加は代表派遣1名を予定しています

## 「まちづくりアンケート」を 10月に実施予定!

富山医療生協では毎年、地域の声を自治体に届ける取り組みを行っています。そのため、組合員の皆さまを対象としたアンケートの実施を10月に予定しています。誰もが健康で居心地よく暮らせるまちづくりのためにご協力をお願いします。 富山医療生協 まちづくり委員会

お問い合わせ・申し込み 組織部 ☎076-441-8351

## 地域フラッシュ



8月24日 広田支部  
ぶどう買い物  
7名参加



7月29日 荻浦支部  
支部レク 庄川温泉  
30名参加



7月26日 やくし支部  
体操交流会  
26名参加



7月26日 藤ノ木支部  
ひらきの湯健康チェック  
12名参加