


**組織現況** 2023年9月30日現在

組合員数 **25,709** 人

出資金総額 **105,091** 万円

一人当たりの出資額 **40,877** 円



# 虹のまち

## とやま医療生協

**2023年11月号 No.487**

〒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

# ほっと! スポット

## 銭湯でひろがるつながり

### まちかど健康チェック実施

10月と11月は医療生協を大きくする月間です。地域では様々な企画で生協活動を広くお知らせする取り組みがすすめられています。今回は、まちかど健康チェックを通じて“地域とつながった”支部の活動をご紹介します。

### 地域とつながる、人とつながる


コロナ禍を経て、3年ぶりに開発鉱泉で健康チェックを開催することができました。当日は、開発鉱泉さんの送迎サービスのある曜日ということもあり、組合員さんと地域の方々あわせて43名の方で大賑わいでした。

骨密度、血管年齢、血圧、握力とそれぞれの測定は和やかに、笑顔溢れる健康チェックとなりました。測定値に一喜一憂しながらも、日常生活を振り返るよい機会になったのではないのでしょうか。

今回の実施にあたっては、周辺に新しい運営委員さんも交え支部のみんなで事前ピラマキをしたことも、親睦を深める意味でとても良かったと思います。また、医療生協本部や富山協立病院の看護師さんとも触れ合うことができ、組合員さんと職員の協同した健康づくりを実感することができました。

開発鉱泉さんは今年で開湯50周年、地域のホットスポットのような所です。数年ぶりにもかかわらず会場提供も快諾していただき感謝です。地域とつながり、人とつながり、医療生協を知ってもらうことは大事ですね。

富南支部 木下 真理子



### 「嬉しい」の反応にやりがい感じ

9月26日の「風呂の日」に合わせてひらきの湯健康チェックを行いました。午後3時からという時間帯が良かったのか、計23名の方に参加いただき、予定時間を延長するほどの盛況でした。

なかなか測定をする機会がない血管年齢測定は「やってみたかった!」という方がかなりおられました。その結果に「あらー、うれしー」とか、「エー!」などの皆さんの反応が間近で見られて、測定する側もとてもやりがいを感じました。参加された方に「虹の健康チャレンジャー」のカードをお渡しし、健康的な生活習慣づくりを呼びかけました。

前回7月に行った際、支部のお楽しみ企画のチラシを配付すると、友だちを連れて参加して下さる方もおられ、まちかど健康チェックを通じて新しいつながりもでき、医療生協を知らせるよい機会となっていることに手応えを感じています。

藤ノ木支部 村瀬 均




### 宮坂麻由子医師によるヨガ教室のご案内

**椅子ヨガ教室**

日付 12月8日(金)

時間 1部10:00~10:45  
2部11:00~11:45

場所 文苑堂 富山豊田店2階多目的室  
(富山市豊田町2-8-14)

定員 各部12名 予約制

当日は動きやすい服装でタオル、水分をご持参下さい

【申し込み先】富山医療生協 組織部 ☎076-441-8351




10月~11月

### 生協を大きくする「虹の出会い月間」

医療生活協同組合を広く知らせ、多くの新しい組合員を迎え入れることにより、生協活動をより強化する期間として、全国の生協で一斉に取り組まれています。

あなたのご友人やご家族もお誘いしませんか?

**増資への協力もお願いします!**



## 内視鏡

岸田自公政権は軍事費として今後五年間で四三兆の財源を確保するたに、中小業者向けのコロナ特別貸付の基金残金二、三五〇億円をはじめ、国立病院機構の積立金四二二億円、一年金特別会計に返納する積立金三二四億円、東日本大震災からの復興にあてる復興特別所得税の流用を当てることを決めてしまいました。さらには不足分をNTT株の売却で補うことを自民党が提案しています▼また、政府税制調査会は、非課税とされている退職金、通勤手当、失業給付、生活保護、遺族年金などに新たに課税し、配偶者特別、雑損、医療費など所得控除などに手をつけることを検討しています▼政府はこの大軍拡の財源と同時に少子化対策の財源三・五兆円を確保しようとしています。ここには、消費税増税のたくらみを覆い隠そうとする思惑が見えてきます。消費税の用途は法律で定められており、軍拡財源には使うことは出来ません▼狙われてはいる消費税増税は、私たちの運動の成果から、多くの国民に拒否反応が強くなっています。さらに、この不公平な税制を正すためには、二億円の壁といわれる大企業・富裕層優遇の税制を正し、本来あるべき応能負担の税制にする世論を高める必要があると思われま

(S)

事業所だより

# 魅力のあるレクリエーション ～自分で買い物をする楽しみを～

在宅福祉総合センター ぽぷら デイサービスセンター



ぽぷらデイサービスでは利用者様に楽しんで頂けるよう、毎月さまざまなレクリエーションを企画しています。利用者様と一緒におやつを手作りしたり、施設から車で二十分圏内にお出かけスポットがたくさんある中町の利点を生かし、季節を感じられるような外出レクリエーションにも力を入れています。

今年度は初めての試みで中央植物園の桜まつりや太閤山ランドのあじさいまつりに出かけました。満開の桜やあじさいを間近に見ることができ、「綺麗だね」「こんなにたくさん種類があるんだね」と皆さんとても喜ばれていました。

また、自分の目で見て買い物して頂きたいという思いから、定期的に買い物ツアーも企画しています。五月には立山町のささら屋へ団子や煎餅を買いに行きました。八月には初めて射水市の直売所へ梨の買い物ツアーを企画し、店頭に並んだ美味しそうな梨やさつま芋の袋を利用



者様が実際に手に取り、職員さんや職員と「どれが美味しそう？」「今ほどの種類がいいかね？」など会話をしながら選んで頂きました。

九月には音川観光農園へぶどう買い物ツアーにも出かけます。たくさん種類のぶどうを試食してもらい、店員さんからぶどうの説明を受けながら、自分の好きな種類を選んで購入されていました。酷暑が続き、収穫を心配しながらの企画でしたが、皆さん「美味しかった」「家族も喜んでいたよ」「また来年行きたいね」などとても喜んでもらうことができました。

また店員さんから「他の施設の方も来られるけど、ぽぷらさんは利用者さんと職員さんの仲が良くて驚いた」というお話を聞き、ぽぷらデイサービスのアットホームな雰囲気が伝わったことを嬉しく思いました。

今後も楽しいレクリエーションを企画していきますので、いつでも見学にお立ち寄りください。

施設長 徳堂 栄

## たすけっとクラブ通信 No.115

### 第2回高岡支部たすけっとクラブ協力者交流会を終えて

以前より協力者から「私たちの行っている支援内容と介護保険サービスとの違いがはっきりわからないから教えて欲しい」という声がありました。また、協力者の高齢化に伴う課題を整理しなければならないという状況もあり、9月22日に“高岡支部第2回たすけっとクラブ協力者交流会”を開催しました。当日は協力者だけでなく、利用希望者も参加され、組合員18名と“たすけっとクラブ”事務局3名の合計21名の参加で開催されました。参加者からは、利用者の隣近所の方への理解を深めることや協力者が名札をつける意義、作業についての事前の打ち合わせの大切さ、協力者の病気などのトラブルを考慮し複数体制も検討する必要性など、今後の取り組みで参考にできることや日頃の作業に関する質問や感想なども多く出され、共有することができました。また、“たすけっとクラブ”事務局からは作業中にケガをした際の生協福祉活動保険について詳しく説明して頂きました。

意見交換はとても大切だと思えました。今後も定期的に行きたいと思えます。

また“たすけっとクラブ”利用者がますます増えてくるのが予想される中、この活動を継続、維持するための課題については、ひとつの支部だけでは解決できない事でもあり、総合的な支援体制の検討を本部にお願いしていきたく思います。

高岡支部 義基 みゑ子



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

## 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17》

### ◆地域連携室

安心を提供する 地域連携室

連携室とは、いつでも安心して医療・介護が受けられるように、経済的な問題や社会資源の活用との相談をはじめ、介護保険の申請から利用までの相談、他の病院・施設の紹介など地域のそれぞれの関係機関と連絡を密にしながら、患者様、

ご家族の様々な不安や問題解決をお手伝いする医療・介護・福祉の相談窓口です。今回の新棟建設により一階玄関ホール付近に配置される地域包括支援センターがまとまって配置されることになり、利便性が向上し、より身近に感じてもらえるのではないのでしょうか。個室の相談室を二カ所設け、プライバシーにも配慮します。

地域連携室 主任 石黒 裕美

### 二〇二三年度 第五回理事会報告

九月三十日(土)富山協立病院三階会議室において定数二十五名中二十二名の出席で第五回理事会を開催しました。

#### 【主な内容】

- ① 八月までの事業概況報告を受け確認しました。
- ② 富山協立病院新棟の各種名称、院内サインの色や表記について決定しました。
- ③ 各専門委員会の活動報告を受けました。
- ④ 最低賃金制度改定にともなう給与表改定を確認しました。

# 班会を開きませんか?

メニューもいろいろ!  
講師の派遣もします!



健康に  
なりたいの

## 病気予防について

- 健診班会 (みんなで健診を受けよう・健診の受け方、結果の見方について)
- がんの話 (大腸がん、乳がん)
- 乳がん検診について (マンモグラフィー)
- 糖尿病の話
- 骨粗鬆症と骨密度検査
- すこしお (減塩) チャレンジ
- 便秘と食事
- 胃カメラとピロリ菌の話
- オーラルフレイル予防
- フレイル予防

## 班とは

近所、友達、  
家族等3人  
集まれば  
「班」です!

## 基本の健康チェック

- 血圧測定
- 骨密度測定
- 足指力測定
- 尿チェック (蛋白、糖、潜血、塩分)
- 健診受診
- 体脂肪測定
- 血管年齢測定
- 体力チェック



お問い合わせ：組織部 ☎076-441-8351

特定健診・後期高齢者の健康診査

目的は生活習慣病の発見。心臓病、脳卒中、糖尿病などの生活習慣病は自覚症状なく進行する事が多いため、異常に気付くには毎年の健康診断が欠かせません。毎年の検査結果の変化を見ることで、異常が出る前の段階で予防に取り組むことができます。

## 富山医療生協で受けられる健診

	特定健診	胃	肺	大腸	乳房	前立腺	骨
富山協立病院	○	○	○	○	○	○	○
富山診療所	○		○	○		○	○
水橋診療所	○		○	○		○	○

問い合わせ先

富山協立病院 (健診)健康支援センター ☎076-444-5684  
 富山診療所 ☎076-420-0367  
 水橋診療所 ☎076-479-1414

※予約を要する検査もありますので、ご連絡ください

やっぱり毎年健診を受けなくちゃ  
 自治体健診はお済みですか?  
 富山市の健診期間は十一月二十八日まで



健康診断で体の悪いところが必ず見つかるというわけではありませんが、年に一回、健診で体の状態を確認しておくことで、病気を予防し、生活改善に生かす、または早期に病気を発見し、治療につながる事ができます。「健康だから健康診断を受けなくてよい」のではなく、「健康であるため」のひとつの手助けとして、健診をしっかり受けましょう。

# 組合員のひろば

## クロスワードパズル

言葉のちから

富山市秋吉 若林信夫さん  
 この夏、熱中症から病を患ったのですが、療養中いろいろな方から「大丈夫だから」と声を掛けてもらい、それが大きな支えとなりました。言葉のちからを知ると同時に、大切に使わないといけないと感じました。

## 異常な暑さの毎日

富山下奥井 新木智栄子さん  
 今年の「異常な暑さの毎日」に体もホトホト参っています。年をぐっと感じ、夫は毎日杖歩行、動く動作も苦しそう。協力しながら毎日頑張ろう。食事減塩生活を感じながら乗り切ろう。

## 敬老の日

射水市草岡町 菊美智子さん  
 十八日は公民館で敬老のお祝いが三年ぶりに開催され出席いたしました。米寿ですので一番前列の席で大変楽しんできました。これまで元気に出席できたこと大変うれしく思っています。

## ひとこと

砺波市三島町 川越美子さん  
 原水爆禁止世界大会に参加された若者ふたりの文章を読み、元気をもらいました。おふたりのような感性を持った若者たちが増えれば未来は明るい!

## クロスワードパズル

言葉のちから

富山市中町 松本順子さん  
 ちよこつと体操、体幹筋トレをやってみました。あまり日ごろは筋トレをしないので疲れたけど無理をせずに筋トレをしようと思っています。

## 筋トレ生活

富山市中町 松本順子さん  
 ちよこつと体操、体幹筋トレをやってみました。あまり日ごろは筋トレをしないので疲れたけど無理をせずに筋トレをしようと思っています。

## 無料法律相談のご案内

### 西山貞義 弁護士

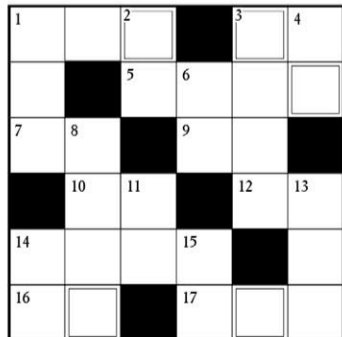
(富山中央法律事務所)

- 11月22日(水) 時間は午後2時~4時
- 12月20日(水)
- 1月25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

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。



- 【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。
- ★たてのカギ★
- ①まだ心の——がつかない
  - ②先手の対
  - ③セツトし直す
  - ④この——は一生忘れません
  - ⑤——を紡ぐ
  - ⑥海上の運送
  - ⑦——キノコに注意
  - ⑧本当の気持ち。——を測りかねる
  - ⑨独奏
  - ⑩名曲「荒城の——」
  - ★よこのカギ★
  - ⑪戦争を知らない——生まれ
  - ⑫——のカーニバル
  - ⑬戦争をやめる
  - ⑭文科系と——系
  - ⑮——レンズ
  - ⑯井の中の井って何
  - ⑰寄る——波
  - ⑱盗賊や悪党などが住む隠れ家、根城
  - ⑲より証拠
  - ⑳兵營に帰ること

## 【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

## 【しめきり】

十一月末日の消印有効

## 【九月号の解答】

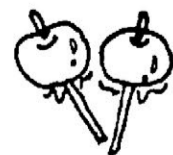
### ケイロウノヒ (敬老の日)

ヒ	ツ	ト	ハ	カ
ロ	ミ	ケ	ネ	コ
ウ	タ	ケ	サ	ツ
ス	イ	カ	タ	ミ
ト	ク	ズ	ズ	ノ

応募 129通  
 正解 129通

## 【九月号の当選者10名】

- 小西真知子(富山市清水町) 敬称略  
 松田 秀夫(富山市岩瀬白山)  
 神田 潤子(富山市羽根)  
 朝倉 慶子(富山市願海寺)  
 小野寺三枝子(中新川郡立山町)  
 庄司 暁美(富山市上飯野新町)  
 長谷川朋子(富山市新庄町)  
 長田 昌裕(黒部市荻生新)  
 安川 智子(富山市水橋高志園町)  
 水谷 仁美(富山市根塚町)
- おめでとーございます
- ※賞品の発送は月末になります。



# たのしい 秋 みいつけた



和合八重津支部 笑いヨガ



射水支部 古城公園ウォーク



とよた北支部 富岩運河ウォーク



婦中支部 八尾散策



南部支部 配付者交流会



堀川南太田支部 太田地区文化祭 健康チェック



とよた中央支部 配付者交流会「介護」ミニ学習



上市支部 シルバーリハビリ体操



となみ野支部 庄川水記念公園ウォーク



高岡支部 八丁道健康チェック



やくし支部 魚津水族館



和合ローズ支部 勝興寺



## 2023年 パークゴルフ競技会開催

十月二十三日(月)、下村パークゴルフ場にて四十九名の参加で開催しました。四年ぶりとなる開催は天候にも恵まれ、大いに実力を競い合いました。

## これからも地域と関わって... ひまわり祭り開催!

10月7日(土)、初めてとなる「ひまわり祭り」を開催しました。開催にあたり、会場として粟島ふれあい会館をお借りし、町内会連合会長さんを通じて、各町内の回覧板で地域へのお知らせをさせていただきました。また、ひまわり近辺には職員がチラシのポストインをしました。当日は秋晴れの中、チラシを持って小さなお子さんと一緒に家族で来られた方もいらっしゃいました。公民館の外では、焼き芋・綿菓子・くじ引きで賑わいました。屋内では、ケアマネジャーによる介護相談、看護師の健康チェック、リハビリ職員の転倒予防体操などのブースを設け自由に回っていただきました。福祉用具業者さんの協力も得て、最新の電動車椅子等の展示と福祉用具体験もありました。子供たちのにぎやかな声も聞かれ、短い時間でしたが楽しく交流ができました。今後も「介護事業所ならではの」企画で地域と関わっていききたいと思います。 施設長 中田 昌子



**水橋診療所**  
☎076-479-1414  
小学生以上の方対象

- 定期通院の方は診療時に接種可能
- ワクチン接種のみの方は要予約
- 特別接種日  
下記の木曜日  
午後(16:00~18:00)  
11/2・11/16・11/30・12/14(予約制)

**富山協立病院**  
☎076-433-1077  
小学生以上の方対象

- 定期通院の方は診療時に接種可能
- ワクチン接種のみの方は予約不要  
月・火・水・木の14:00~16:30(予約不要)
- 特別接種日  
(17:00~18:30)  
11/6~12/11までの毎週月曜日(予約不要)

**接種料金(税込)**  
組合員 2,750円  
未組合員 13歳以上 5,280円  
13歳未満 4,950円

自治体発行の接種券をお持ちの方は活用ください  
各事業所ともワクチンがなくなり次第接種終了となります

**富山診療所**  
☎076-420-0367  
中学生以上の方対象

- 予約不要で診療時間内に接種可能  
※月・木は16:30までにお越しください

**お知らせ**  
11月開始  
インフルエンザ予防接種  
※協立病院の曜日に変更があります

**虹の健康チャレンジャー**  
提出はお済ですか? チャレンジ中の方はもうひと踏ん張りです!  
**提出期限は12月末**  
終了者には粗品を差し上げます!

**新年号掲載 組合員作品大募集!!**  
「虹のまち」新年号の『組合員作品展』に掲載する手作り作品を募集しています。  
絵画・絵手紙・写真・短歌や俳句、年賀版画、パッチワーク等の手芸作品など、お気軽に応募して下さい。  
締め切り:12月10日  
医療生協組織部まで。  
☎076-441-8351 FAX076-432-8031