

福島医療生協の 現況

(2012年11月末現在)

組合員
29,124名

出資金
8億54,802千円

一人平均
29,350円

ふくしま



医療生協

2013年 新年号 第343号
発行責任者 渡辺 幸夫
<http://www.fmc.u-coop.or.jp>

福島医療生活協同組合	TEL 024-522-1236	〒960-8141	福島市渡利字中江町66番地
医療生協わたり病院	TEL 024-521-2056	〒960-8141	福島市渡利字中江町34番地
生協いいの診療所	TEL 024-562-4120	〒960-1301	福島市飯野町字後川27-2
医療生協わたり病院附属 ふれあいクリニックさくらみず	TEL 024-559-2664	〒960-0241	福島市笹谷字塗谷地20-1



震災・
原発事故と
向き合う

▲わたり病院内科医の齋藤紀先生、福島市主催の放射線講演会で講師をしています
(2012年度、各支所などで開催)

今年、震災・原発事故から3年目をむかえます。しかし、放射能からくる不安・生活のゆがみ、仮設住宅での不自由な生活、なりわい・将来の不安などはまだまだ払拭されていません。

福島医療生協の組合員、職員、そしてわたり福祉会やファルマ・プランのみなさんとも手を携えて、いのち、健康、なりわい、そして平和が大事にされる地域社会をつくっていくために今年も頑張っていきたいと思います。



地域まるごと
健康づくり

▲西ブロック健康づくり講座「血圧測定」のようす
(2012年11月)



健康に
くらす

▲第12回さくらみず健康まつり、ミニ運動会のようす
(2012年10月14日)

健康にチャレンジ! 守るぞいのち、 なりわい、へいわ



▲さようなら原発10万人集会、福島からの思いを発信
(2012年7月16日)



組合員と職員がいっしょになって

▲健康ウォーク、あづま総合運動公園にて (2012年11月11日)

組合員とともに
地域の要求にこたえる
病院づくりを



医療生協わたり病院 院長
遠藤 剛

組合員のみ
なさん、明けま
しておめでと
うございます。
大震災、原
発事故からま

もなく二年がたとうとしています。住民の健康被害への不安や地域再生の取り組みの遅れなど、また課題が山積みの状態です。昨年末の総選挙以降、消費税増税、生活保護制度をはじめとした社会保障の改悪、TPP参加による国民皆保険制度の破壊、農業や各産業の崩壊の可能性など私たちの生命、暮らしを守る闘いが求められようとしています。また昨年オスプレイの沖縄配備、憲法改悪により米国と共に戦争ができる国づくりと平和が脅かされる危険もあります。憲法九条を守る運動も重要です。病院として大きく取り組んでいきます。

病院の医療活動では、たいへんうれしいことに今年の四月、二年ぶりに初期研修医を迎える予定です。地域を担える医師づくりのため新たな研修システムを準備しています。また第八次長期計画の医療構想の段階として四月より新たな病棟構成での医療活動を開始いたします。現在の医療内容を守りながら、地域での要求の高い回復期リハビリ病棟を増床し、新たに県北では初めての緩和ケア病棟を開設予定です。組合員のみなさんにぜひとも、ボランティアとして御協力いただければと思います。病院全体の医療活動をより良きものにしていくため、組合員のみなさんのお力をお貸しください。宜しくお願いいたします。

第八次長期計画を前にすすめるために

二〇一三年度の重点課題



専務理事 渡辺 幸夫

今年、昨年の総代会で決定した「第六次長期計画」に基づく事業計画を具体的に前にすすめることが大きな課題になります。

病棟再編と医師研修成功

高齢者住宅建設

ひとつめは、わたり病院の病棟再編と医師研修を成功させる課題です。第六次長期計画は、二〇一六年度までの長期計画の期間内にわたり病院の増改築を行うことを掲げました。今年行う計画の病棟再編の目的と内容は、①増改築計画をはじめとしたわたり病院の医療構想を実現する保障となる医師の確保と養成を成功させるために、一般病棟を集約して研修機能を確立すること、②医療構想の中で重点課題として位置づけたりハビリテーション医療の強化と在宅医療終末期医療を支える病院づくりの具体化として、回復期リハ病棟の増床と緩和ケア病棟の新設を行うこととです。今年四月には待望の初期研修医が二年ぶりに入職することになっており、それまでに必要な改修工事を行って病棟再編を完了させる予定です。

ふたつめは、昨年来県北地域の民医連三法人の共同事業として準備をすすめてきた「サービスタ付高齢者住宅」建設の課題です。退院後の行き場が見つからない医療依存度の高い高齢者や高齢者単身世帯の急増など、医療や介護を必要とする高齢者の「住まい」の問題は地域社会の中で大きな問題になっており、第六次長期計画の中でも事業計画の重要な柱として位置づけていたものです。今年秋オープンをめざして準備をすすめており、四十八室の居室と「ヘルパーステーション」「デイサービス」「訪問看護ステーション」「居宅介護支援事業所」の併設を予定しています。

わたり病院でも接種ができます。

— 全国の小児科医による —
ふくしまこどもワクチン基金事業

福島県の津波被災の方、避難区域の方、自主的避難の方へ

ロタウイルスワクチンが無料で受けられます

1. 対象者
 - 福島県内において津波被災により住宅が全半壊した家族より被災後出生した生後20週未満のお子様
 - 東京電力福島第一原子力発電所事故により避難区域に指定された区域に住所を有する世帯にて事故後出生した生後20週未満のお子様
 - 上記避難区域以外の福島県内に住所を有し事故後自主的に避難した家族より出生した生後20週未満のお子様
2. 期間
平成24年11月15日～平成25年3月31日(ただし予算終了まで)
3. 接種費用 無料
4. お問い合わせ
福島県小児科医会事務局(竹内こどもクリニック内)
TEL 024-533-4150
5. ホームページ
福島県小児科医会
<http://ped-fukushima.jp>
6. 実施主体
福島県小児科医会 日本小児科医会 福島県医師会

「医師退職を理由とした損害賠償金は支払えません」これが福島医療生協が賠償請求した第二期分(二〇一一年九月～二〇一二年二月)に対する東電の回答です。昨年九月原発事故を理由に内科医師が退職しました。わたり病院の中心的な医師だったため影響が大きく、入院患者を制限せざるを得ない事態に追い込まれました。減収額は生協全体で実に一億円を超えています。

進まない東京電力との損害賠償交渉

経理部長 竹之内長



(11/1)わたり病院で行われた東京電力との直接交渉

昨年十二月政府が「原発事故収束宣言」を発したのを境に、東電の姿勢が変化しているようです。事故の加害者としての自覚は微塵も感じられません。東電の無責任な態度にひるむことなく、納得のいく回答を得られるまで闘っていきましょ。

逆流性食道炎と心臓



内視鏡室責任者 医師 杉山いずみ

受診者の九割が食道炎

福島市市民健診が終了して、胃カメラで「逆流性食道炎です」と言われた方は多いと思います。逆流性食道炎といつても程度が様々で、症状のない食道粘膜の肥厚だけの軽症から、食道全周に粘膜障害を呈する重症まで分類があります。胃カメラを受け

治る病気なの？

処方してもらおうとよいでしょう。では、治る病気なのか？ということですが、治るとも言え、治らないとも言えます。逆流性食道炎の原因の一つに、胃の入り口を閉めている筋肉が、加齢性の変化で弱まること起きると言われています。大半の方が言われる軽症の逆流性食道炎の所見というのは、三十代をすぎるとほとんどの方にみられるようになり、加齢性の変化の部分では治らないと言ってしまうでしょう。ただ、粘膜障害を伴った段階になると、内服で軽症のレベルにすることも可能です。そのため治療の最終目標は、完全に所見をなくす事ではなく、粘膜障害がないレベルにもっていき、症状がない状態にもちこむことです。

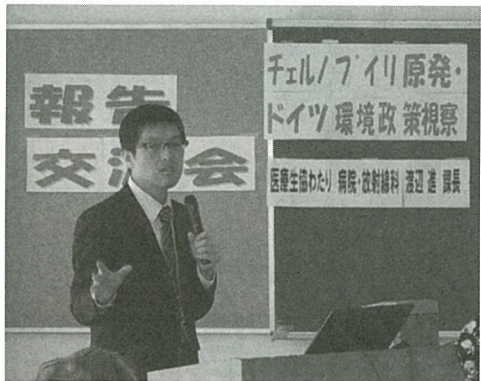
生活面の注意点

生活面での注意点は①胃酸分泌の多い食物を控える(芋類、柑橘類、油ものやケーキなどの嗜好品、アルコール)②腹部の圧迫をさける(肥満、便秘、コルセットやガードル)です。また食後すぐ横になったり、食べ過ぎも悪化の原因です。まずこういう事に気を付けて頂いて、それでも胸やけなどの諸症状がある場合は、外来でお薬を



消化管内視鏡検査の様子

年末年始の暴飲暴食は症状悪化に直結します。まずは生活面で気を付けましょう。



東ブロック主催 報告交流会で報告する渡辺科長

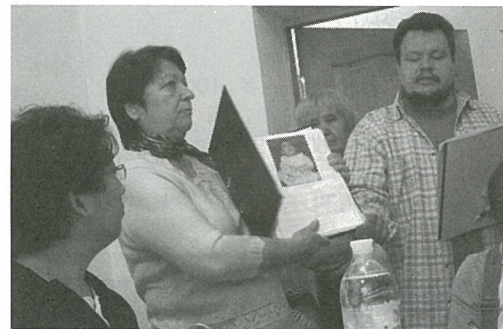
チェルノブイリ原発近くの街から事故発生三十六時間後に一斉避難した方々、事故から五年後に高度汚染と公式確認された、ナロジチ地区の医師と副地区長と懇談しました。

現地の医師と懇談

全日本民医連 チェルノブイリ原発 ドイツ環境政策視察ツアー 参加報告 その2

放射線科 科長
渡辺 進

最大の目的であった「健康問題」について報告します。事故後の健康被害は福島の住民にとって一番の関心事であり、「福島に住み続けて良いのか?」「被曝評価と内部被曝防止は?」など、視察から改めてヒントを得たいと思いました。



チェルノブイリ原発近くのプリピャチチ市から避難した方々。健康を害して支援対象となっていた人たちが「多くの健康被害があると実感している」と説明している。ウクライナ政府は20余りの疾患を「放射能によるもの」と認定している。

分に機能しているとは言えず、「低線量環境下での生活」のノウハウを新たに得ることは出来ませんでした。

継続し更に充実する事が最も重要

より健康な生活のために

健康被害に関する説は諸々あり多くの疑問は解消されません。しかし帰国後に見た資料や、ナロジチ地区で調査を続ける研究者の話などから考えると、健康被害を出さないためには、現在の対策を



ナロジチ地区の中央病院で話を伺ったパウロ副地区長(左)

健康被害があると実感

一方、健康被害に関しては、汚染地域の方々や避難した方々とその周囲で「若年での心血管・脳血管疾患が多い」「先天異常もある」というものから、「貧血が多い」「免疫が弱く病気がち」「子供の元気が無い」など様々な話があり福島に暮らす者にとって非常に重い話や、解釈に苦慮する話も多くありました。詳細な線量評価や疾病データが明らかではありませんが、被災者の「健康被害があると実感している」という言葉は重要です。



病院近くの地区中心部で自転車に乗って遊んでいた子供



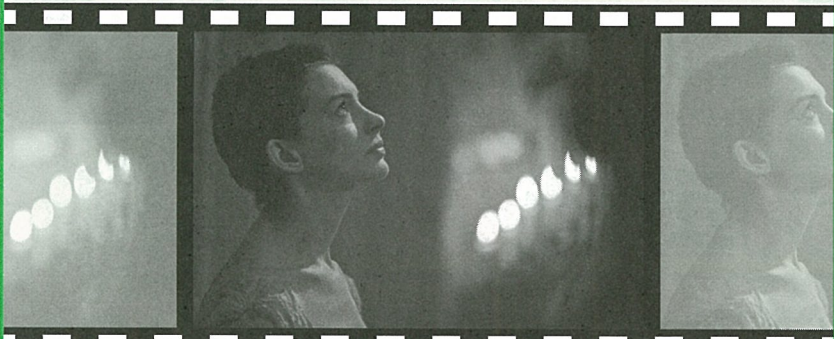
「特に小児の健康が気になる」と話してくれたマリア院長(右)とオレイナ小児科医師(中央)

具体的には「汚染を見える形にし、積算線量を増やさない」ために「食品と環境の測定」「人体の測定」、万が一に備え「早期発見への健診」を実施することです。「リスクは高まった」とは言えませんが「より健康な生活」の為に、一人ひとりが考えて取り組む必要があると感じます。

新春、映画・演劇紹介

レ・ミゼラブル

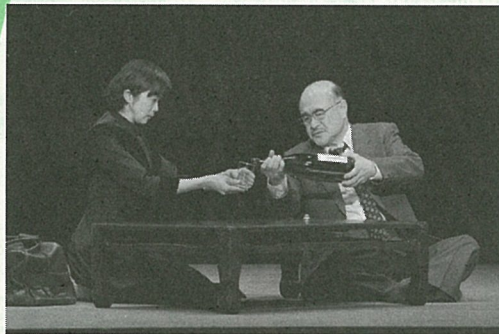
監督：トム・フーパー
(2012年/イギリス映画)



1985年の初演以来、今なおロングランを更新し続ける『レ・ミゼラブル』を『英国王のスピーチ』の監督が完全映画化。善性という究極のテーマを、ジャン・ヴァルジャンという主人公に託してヴィクトル・ユゴーが描ききった人類的記念碑ともいえる原作を、壮大なミュージカルに翻案した。「夢やぶれて」「ワン・デイ・モア」「民衆の歌」など心揺さぶる楽曲、そしてヒュー・ジャックマン、アン・ハサウェイ、ラッセル・クロウはじめキラ星のような豪華出演陣が織りなす迫真の演技が、壮大なドラマの情感をこれでもかと盛り上げます。年頭、心機一転を期したい節目に、この映画はまさに絶妙のタイミングで存在感をアピール。まさに年末年始にふさわしい必見の超大作です。
(文)福島フォーラム 阿部泰宏

上映期間/12月21日(金)～
お問い合わせ：福島フォーラム TEL024-533-1515

文学座公演「くにこ」



くにこ役の栗田桃子(左)と父親役の角野卓造(右)

昭和4年11月28日、東京の世田ヶ谷町若林に一人の女の子が生まれました。その子の名前はくにこ…… やがて、その女の子は物語の母になったのでした。
「くにこ」とは向田邦子のこと。「時間ですよ」「寺内貫太郎一家」などのテレビドラマで一世を風靡し、昭和55年には直木賞も受賞しています。向田邦子が生まれて作家になるまでの前半生を描いたとびきり面白い舞台の登場です。
作者は人情喜劇の達人中島淳彦(なかしまあつひこ)、演出は日本を代表する演出家鶴山仁(うやまひとし)、出演は角野卓造、栗田桃子(注目!)、塩田朋子、山本郁子など文学座の芸達者が揃いました。お観逃しなく!!
(文)福島演劇鑑賞会 笠原慶大

日 時/1月26日(土) 18:30 27日(日) 13:30
上演時間/1時間55分 会 場/福島市公会堂
入会金1,000円 月額会費一般2,400円 大学生1,500円 高校生以下500円
お問い合わせ：福島演劇鑑賞会 電話 024-523-3836

お正月に食べる“おかゆ”

栄養科 調理師 佐藤 政美



弱った胃腸にぴったりな “おかゆ”



＜胃腸にやさしいお粥＞

【材料(4人分)】

- 鶏ササミ: 400g ●人参: 100g
- 長ネギ: 1本 ●玉ネギ: 1個
- キャベツ: 2~3枚 ●生姜: 大1かけ
- にんにく: 5片 ●ご飯: 1合
- (梅ペースト)梅干し: 3~4個、長ネギ: 1/2

忘年会、新年会の季節となりました。食事が不規則になる年末年始は胃腸に負担のかかる時期でもあります。そこで、胃腸の粘膜を修復してくれる整腸作用、抗菌作用もある梅干しと、胃にとっても良いキャベツを使った“胃にやさしいおかゆ”を紹介します。

■作り方

- (1) 鶏ササミは食べやすい大きさに切り、人参は千切り、長ネギは小口切り、玉ネギはくし型切り、キャベツは2cm角に切り、生姜は千切り、にんにくは包丁の腹でつぶす。
- (2) 鍋に2リットルの水を入れて、鶏ササミ、野菜を加え火にかける。中火でゆっくり沸騰させる。
- (3) 梅ペーストを作る。種を除いたたたいた梅干しと、みじん切りにしたネギを混ぜ合わせる。(梅ペーストは、鍋物の薬味にしたリ、肉や温野菜につけて食べてもよい)
- (4) 野菜がやわらかくなったら、ご飯を加え弱火で煮込み、塩で味を整える。(好みでこしょうを適量ふる。)
- (5) おかゆを器に盛り、梅ペーストを添える。(量は好みで。)

※松の実 大さじ2、クコの実 大さじ2を加えるとサムゲタン風になります。

飯館村のばあちゃんが ママたちに手打ちうどんを指南

ケロちゃんキッズ班

初代班長の大矢理恵さん 家族は、飯館村から避難して生活しています。十一月二十二日の班会は、引き籠りがちな理恵さんの祖母の久子さんを師匠に、わたり病院の組合員ルームで手打ちうどん

「やっぱり、婆ちゃんの味にはかなわない。美味しいなあ

〜と大盛りのうどんを平らげました。不安やストレスを抱えながらも、今年もケロちゃんキッズ班は元気に活動することを約束しました。



大矢理恵さんと昨年8月に誕生した新メンバーの麻夢(まゆ)ちゃん▶

ケロちゃんキッズ班

大矢さんがわたり病院で出産されたのを期に、子どもを持つお母さんが集まり結成されました。班会には、それぞれお子さんを連れてきます。子育てや子どもの健康について学び、交流しています。班員のお住まいは福島市、伊達市などさまざまです。
※6年前まで、わたり病院には産科がありました。

大矢理恵さんと昨年8月に誕生した新メンバーの麻夢(まゆ)ちゃん▶

無料 法律相談会

- とき
1月10日(木) 13:30~15:30
2月14日(木) 13:30~15:30
3月14日(木) 13:30~15:30
- 場所 / 医療生協わたり病院内
事前申込制 Tel. 522-1236
- 相談員 / 深谷 拓弁護士(あぶくま法律事務所所属)

INFORMATION

これからの行事

1月~3月

どうぞ、ご参加ください

保健活動交流集会・安齋幸夫副院長学習講演会

- ◆日時 / 1月11日(金) 11:00~14:30
- ◆場所 / オーダリングルーム(わたり病院北側の民家)

齋藤紀医師講演会

- ◆当面の日程
1月17日(木) 18:30~20:00 (吾妻学習センター研修室)
- 1月19日(土) 13:00~14:30 (信夫支所2階会議室)
- 2月9日(土) 13:00~14:30 (吉井田支所2階大会議室)
- 2月19日(火) 18:30~20:00 (杉妻学習センター2階ホール)
- 3月5日(火) 18:30~20:00 (西学習センター1階大ホール)

- ◆問合せ・申込先
福島市保健福祉センター 健康推進課 成人保健係 Tel. 525-7680

職員の日々の研究や業務改善の成果を発表

第32回研究集会(12/1)



2013年度はわたり病院の病棟再編が計画されており、本年も引き続き研究や研修を重ね職員の知識、技術の向上を図りながら誰でも安心してかかれる病院をめざして参ります。

保健師室 プレゼント

けんこう豆知識クイズ

正解者
5名様に
プレゼント!

第3回 インフルエンザに罹ったときの薬の飲み方は?

予防接種を受ければ、インフルエンザにかからないというわけではありません。ワクチン接種には、インフルエンザの重症化を防ぐ効果が期待できます。もしインフルエンザと診断された場合には抗ウイルス薬(タミフル、リレンザ等)による治療を受けた方がいいでしょう。

- ◆問題 抗ウイルス薬(タミフル)の飲み方は、インフルエンザの症状が発現してから何時間以内に何日間服用しますか。次の中から選んでください。

1. 48時間(2日)以内に5日間飲み続ける
2. 72時間(3日)以内に5日間飲み続ける
3. 48時間(2日)以内に3日間飲み続ける

- 第2回の答え 扁桃体は大脳皮質からの情報を好きか嫌いか、有利か不利か価値判断を行って隣の海馬に伝え記憶されます。大脳皮質が「前向きに生き生きと行動したい」と思っても扁桃体の判断でブレーキをかけてしまうことがあります。

当選者
三保 慶一さん

応募あて先 / 福島医療生協 本部事務局 保健師室「けんこう豆知識クイズ 係」
応募締切り / 2月18日(月) ※応募者多数の場合は抽選いたします。当選者は3月号に掲載します。



住所・電話番号・氏名を忘れずにご記入ください。