

医療生協わたり病院は、経済的理由による差別を医療に持ち込まないために、差額ベッド料金はいただいておりません。

ふくしま



医療生協

2013年10月号 第350号
発行責任者 渡辺 幸夫
http://watari-hp.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127-2
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	福島市笹谷字釜谷地20-1

多職種・多事業所で支える 在宅診療

生協いいの診療所の 在宅診療



生協いいの診療所
所長 松本 純

生協いいの診療所の在宅診療は、医師、看護師、ケアマネージャーなど様々な職種の職員が関わっており、わたり病院をはじめ福島市内の病院や訪問看護、居宅支援事業所、NPO法人といった事業所とも連携しております。

複数の事業所や職種がかかわっています

生協いいの診療所には通所リハビリセンター(デイケア)があり、訪問と送迎によつて飯野町のみならず隣接する川俣町や二本松市の山間部の在宅医療を行っています。

患者さんにかかわる複数の事業所や職種が連携して在宅診療を支えているのも特徴です。朝は診療所に併設されているやまなみ訪問看護や居宅支援事業所と診療所の職員が一堂に集まりあいさつに始まります。昼は外来での患者さんの状態や、家族との面談の内容を看護師やケア



門構えは江戸時代の往診宅前で
(中央が所長の松本先生)

マネージャーが報告し合い検討しています。

わたり病院の緩和ケア 病棟の開設

患者さんの希望に心じて、いいの診療所が在宅診療の紹介を受けたり、入院をお願いしたりするのは、主にはわたり病院です。そのわたり



デイケアホールでの朝会

地元事業所や 新たなNPO法人との連携

その他に福島市内の総合病院などとの連携や、地域のクリニックの先生の主治医意見書で医療生協の介護事業所を利用するなどの事例も多くなってきました。

この十月一日には飯野町においてNPO法人を立ち上げ、ヘルパーステーションが始まりました。このNPOは高齢者や要介護者のみならず、子どもたちのための見

生協強化月間に向けて

私の班の コツコツ増資

大笹生笹谷支部
新町班 丹治美美子

平成十三年三月に最初の班会が開かれ、その年の六月から月千円の出資金の積立集金をしていきます。歩きながらお年寄りの健康状態もわかります。集金しながらコミュニケーションを図り、それが楽しいひと時です。

クリニックで 協同の輪を広げます

ふれあいクリニックさくらみず
事務長 松崎 聡

いつにも増して四課題達成が大事な今年度。さくらみずでも手製のパンフレットを作りました。配っていると、「出さなきゃと思ってたんだ」と患者さんから増資の嬉しい一言。協同の輪を広げながら楽しく活動しています。

毎月納入帳の残高を見て「コツコツ増資して、こんなにあるの」、「私は嫁に残しておくから」とみなさん笑顔になり楽しく出資しています。始めてから十二年間、これからも毎月頑張つて続けていきます。

守りや社会活動の斡旋支援なども行つていこうとするものです。

町の将来に向かって

日本のこれからは少子高齢化へ向かつてはいますが、高齢者が生き生きと暮らし、子どもたちが将来に希望の持てるような町づくりへ私たちが貢献して行きたいと思ひます。



生協強化月間スタート集会(9/13)

わたり病院では 学習会で確認

わたり病院では、八月に「いのちの章典」の学習会を行いました。その中で、患者さんのいのちを守り、ともにより良い医療をつくる仲間をふやすために、患者さんに生協への加入を呼びかけていくことを確認しました。



看護師として入職して半年が経ちました。入職したばかりの頃はとにかく処置、部屋持ち、何に対しても不安感が強く、患者さんとのコミュニケーションもなかなかとれず機械的な状態の観察しかできていませんでした。その時の私の不安が伝わってしまったのが、患者さんから不安そうな言葉が聞かれたことがあります。今は少しずつ患者さんとコミュニケーションがとれるようになってきました。観察不足



南三階病棟
看護師 永倉 利映

新入社員が職場でがんばっています

入職から半年が経ちました

患者さんに合った看護が提供できる看護師になりたい

や勉強不足な部分もあり反省点が多いです。

これから先輩方に教えて頂きながら分かることが一つでも多く増え、自信を持って処置を実施し、患者さんに合った看護が提供できる看護師になれるよう日々努力していきたいと思えます。

作業療法士として入職し、半年が経ちました。入職した当初は右も左もわからず、戸惑いばかりの日々でした。また、患者さんとかかわっていく中で自分自身の勉強不足やコミュニケーション不足を痛感することもありました。しかし、先輩方の温かいご指導や励ましなどをいただき、一つ一つ悩みながらも乗り越えてくること



リハビリテーション室
作業療法士
菅原 悟

患者さんの笑顔や感謝の言葉に支えられています

できたと思えます。また、患者さんの笑顔や感謝の言葉などにもずいぶん支えられました。

今後は少しでもその恩に報いることができるように、日々精進し、より良いリハビリを提供できるように頑張っていきたいと思っています。



平和、NO原発を訴えた

2013年度 **ピーチャリ**

9月1日(日)、福島県民医連2013年度ピーチャリが開催され、福島医療生協から職員5人が参加しました。ピーチャリ(ピースチャリンコの略)とは自転車で行きながら、平和やNO原発を訴える企画です。今年は、特養おおつき(郡山市・くわの福祉会)がスタート地点。県内の民医連の仲間約50人が集まり、国道4号線経由でわたり病院を目指しました。途中「頑張れー!」と声をかけてくれる方や車中から手を振ってくれる方も。到着集会では「疲れたがとていい経験になった」「こうしたアピールを続けたい」などの感想が出されました。



なくせ! 原発 安心して住み続けられる福島を!

11.2 県民大集会 (パート2)

日時/ 11月2日(土) 13:00~15:00

場所/ 福島市・荒川運動公園 ※11:00~屋台など出店しています

1.2.3歩教室

~散歩をしましょう~

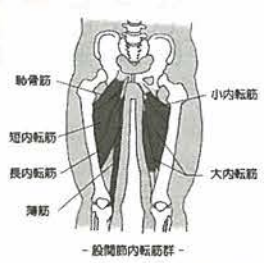
第4回
内転筋群(ないてんきんぐん)体操

内転筋群とは

- 歩行、走行時に大腿骨を安定させ、効率良くパワーを発揮し、パワーロスを防ぐ、とても重要な役割を担っています。
- 変形性膝関節症(O脚・内反脚)の予防・改善にも寄与している重要な筋肉です。

体操する上で

- 呼吸を止めないように行いましょう。
- 運動の回数は、10回から20回を目安として下さい。
- 痛みが出た時は、運動を中止して下さい。



① 立った姿勢から行います。(肩幅程度に足を開いてください)

② 片足を前へ一歩出して下さい。(やや外側へ踵から接地させて下さい。)

③ 数秒間保持し、足を戻します(繰り返し行って下さい。)

リハビリテーション科に入職した新人です
理学療法士: 坂田 真也

① 立った姿勢から行います。

② 体を真っ直ぐにした状態から、ゆっくりとしゃがみこんで下さい。(両膝関節があまり外側に向き過ぎないように意識して下さい。)

③ ゆっくりともとの位置に戻して下さい。

食品放射能測定結果(2013年6~8月)

種類	採取場所	分類	セシウム137	セシウム134	検出下限値(Cs-137/Cs-134)	セシウム合計	カリウム40
梅	渡利	3	40.8	18.4	18.5/16.4	59.2	402
梅	渡利	3	21.8	ND	15.6/13.8	21.8	294
梅	渡利	3	16.5	ND	14.6/12.9	16.5	339
梅	南矢野目	3	ND	ND	16.5/14.6	ND	331
梅	山田	3	ND	ND	15.2/13.4	ND	251
梅	笹谷	3	12.2	ND	9.53/8.50	12.2	196
梅	川俣	3	ND	ND	26.6/23.8	ND	145
梅	飯野町青木	3	22.0	ND	8.83/7.90	ND	185
梅	蓬萊	3	13.5	ND	9.95/8.87	13.5	209
かぼちゃ	渡利	2	ND	ND	16.4/14.5	ND	326
きゅうり	松川	2	ND	ND	15.0/13.3	ND	194
きゅうり	桑折町	2	ND	ND	24.1/21.4	ND	246
きゅうり	荒井	2	ND	ND	13.3/11.8	ND	229
きゅうり	渡利	2	ND	ND	13.5/12.0	ND	250
ゴーヤ	渡利	2	ND	ND	16.6/14.6	ND	308
じゃがいも	桑折町	2	ND	ND	29.7/26.7	ND	463
じゃがいも	松川	2	ND	ND	14.0/12.4	ND	389
じゃがいも	飯野町青木	2	ND	ND	14.8/13.1	ND	152
じゃがいも	渡利	2	ND	ND	16.7/14.8	ND	262
大豆	松川	2	148.0	81.0	13.9/12.3	229.0	645
大豆(上を茹でた)	松川	2	30.2	12.9	10.5/9.33	43.1	261
桃	桑折町	2	ND	ND	16.8/14.8	ND	266
ラズベリー	南矢野目	2	ND	ND	16.8/14.8	ND	305
ラズベリー	南矢野目	2	ND	ND	16.7/14.7	ND	330
ラズベリー	渡利	2	ND	ND	10.1/9.03	ND	179

分類(1:市場流通品 2:自家生産品 3:野生採取品)
*測定器は全てAT1320(Naiシンチレーション検出器)を使用
*検出下限値は諸条件により異なります。

● 測定日/わたり病院: 毎週 水・金 13:00~
ふれあいクリニックさくらみず: 毎月 第1・第3木 14:00~

● 予約制・無料で測定いたします。 受付: TEL.080-1811-9756

心がけて実践しよう

糖尿病予防

糖尿病診療科事務局 山田 太一(わたり病院 臨床検査科)

★糖尿病とは？

糖尿病とは「インスリン作用不足による慢性の高血糖状態を主徴とする代謝疾患群」と定義されます。...

★二型糖尿病とは？

糖尿病は主に一型と二型にわかれ、二型糖尿病は日本の糖尿病の九五%を占めて

糖尿病教室に参加しませんか

- 日時 第1~第4水曜日 10:30~11:30(途中退場可)
場所 医療生協わたり病院 保健学習室
内容 第1週 糖尿病とは・日常生活の留意点
第2週 食事療法の基礎と実際
第3週 運動療法について
第4週 薬と検査について



どなたでも自由に
ご参加できます。

疾病の有無に関わらず、①生活習慣を改善したい方、②糖尿病について知りたい方などにお勧めです。

お問合せ▶医療生協わたり病院 外来 TEL.024-521-2056(代表)



年齢・遺伝的要因は排除できないにしても環境因子は自分で変えることができます。その中でも「肥満にならない」こ

★予防・気をつけよう



糖尿病診療科のスタッフのみなさん

います。これはインスリン分泌低下やインスリン抵抗性(インスリンの効きが悪い状態)をきたす素因を含



とは大切です。肥満にならないように過食を避け、適度な運動を実践しましょう。...

伊達市、国見町、桑折町、川俣町の
婦人科健診が
わたり病院でも受診できます
伊達市、伊達郡の婦人科健診

- 期間 伊達市、川俣町/平成25年11月1日~平成26年2月28日
国見町/平成25年11月1日~平成25年12月31日
桑折町/平成25年11月1日~平成26年1月頃まで
子宮がん検診
対象者 今年度20歳以上であり、平成26年3月31日現在で偶数年齢になる方。
乳がん検診(川俣町をのぞく)
対象者 今年度40歳以上であり、平成26年3月31日現在で偶数年齢になる方。

無料クーポン券をお持ちの方は受診の際にお忘れなくご持参ください。

腹部エコー
検査もできます。

お申込み
お申し込みは福島医療生協 組織部で承っております。
TEL.024-522-1236



通所リハビリセンターでの体操のようす

とみの会のみなさんがいてくれてやってこれたことでした。今回このリハビリ施設が閉所されるのはとても忍びないですが、二十八年間、本当にありがとうございました。感謝の意をこめて改めて御礼申し上げます。

わたり病院通所リハビリセンター開所のお知らせ

当生協は、今年度事業の重点として、わたり病院の病棟再編、当生協を含む民医連三法人共同によるサービス付高齢者住宅建設に取り組んでまいりました。...

通所リハビリセンターのあゆみ

通所リハビリセンター(旧老人デイケア)は二十八年前(一九八五年)、ひとみの会のみなさんの協力のもと、保健活動室から始まりました。当初は半日利用週二回、一九八七年に一日利用週一回のペースでした。...

ひとみの会へ


現在は午前中、一・五・二時間ぎっしりと体操を行い、希望に応じて個別リハビリや運動機能向上の体操も行っていきます。いつの時もひとみの会のみなさん

ボランティアはひとみの会
ともにも歩んだ二十八年間

通所リハビリセンターの閉所に寄せて
これまで共に活動してきたボランティアの皆さんへ
通所リハビリセンター 柳沼 光代

仮設住宅で健康体操教室

9月20日宮代第1応急仮設住宅において、総務省福島行政評価事務所が主催する行政相談・健康相談が行われました。それにあわせ健康運動教室も開かれ、講師を福島医療生協組織部の佐藤綾子(健康運動指導士)が担当しました。



▲医療生協おなじみの「北国の春」体操も大好評でした。



仮設住宅集会所に手作りの壁掛けがあり、「原発事故が無ければこんな生活しなくても」と思いが書かれてありました

3.11を忘れない 風化させない

後編

仮設住宅での生活

現在仮設住宅にお住まいの方々は、恒久住宅の計画が進まないことや、現在の補償内容や家族のことを考えると将来にわたった見通しが出来ず、多くの不安やストレスを抱えています。体重が避難後それぞれ五、六キロ増加し、「病気の再発」「足が痛む」等の体の異変を感じているようです。また、仕事や趣味の場がなくなり活動量が落ち、仮設住宅の生活が心身ともに悪影響を及ぼしているようです。

「みんなが良いわけじゃないから」
時々聞こえてくる、避難者と地元民の間にあるわだかまりの声に私自身問題を感じます。

考えれば、3・11と原発事故により福島県民は、場所・職業・家族構成やその補償内容などにより、ひとりひとりの問題意識も含まれます。地域との関係はどうか？と率直にお伺いしました。



仮設住宅でのお茶会では、参加するみなさまの血圧と体重の測定や健康体操を行い、健康相談も行っております。

「みんなが良いわけじゃないから」
最後に、私どもの取材の意図を理解し、快く応じていただいたお二人に心から感謝申し上げます。
(取材・文/組織部三浦)

INFORMATION これからの行事

10月～11月 どうぞご参加ください

サービス付き高齢者住宅 ひだまり内覧会のご案内



日時
11月2日(土)
・10:00～12:00 (事業所向け)
・13:00～16:00 (地域・組合員向け)

気軽におこしください。 お問い合わせ Tel.090-2362-0048

渡利学習センター文化祭

◆日時/10月19日(土)、20日(日)
◆会場/渡利学習センター
福島医療生協で健康チェックを行います。

第12回さくらみず健康まつり

◆日時/10月20日(日)10:30～13:30
◆会場/ふれあいクリニックさくらみず(小雨決行)
◆お問合せ: 福島医療生協 組織部
Tel.024-522-1236

齋藤紀先生講演会

◆テーマ/放射線被害がもたらしたもの～福島への今に立ち～
◆日時/10月26日(土)
清水学習センター本館 視聴覚室
11月9日(土)
信陵学習センター2階講義室
どちらも14:15～15:45

第56回福島県第2回だて母親大会

●日時/10月27日(日) 10:00～15:30
●会場/伊達市立保原小学校
●お問合せ: 024-576-3354 (県教員組合伊達支部)

無料 法律相談会

●日時
10月10日(木)13:30～15:30
11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)

東北各地の組合員 約370名が福島に集い交流

東北ブロック組合員活動交流集会

9月5日・6日 光雲閣、襟平ホテル、碧山亭(二本松市)
福島医療生協からは75名の組合員が参加しました。

平野余目支部 後藤 孝

(分散会テーマ「高齢者にやさしいまちづくりを自治体と一緒に進めるには」に参加して) それぞれの医療生協の取り組みを出し合いました。自治体や婦人会、町内会と上手にタイアップしながら地域の方との交流の場づくりの話ができました。私は福島での取り組んでいる「救急安心お守りカード」について報告しました。他の生協は実施に至らず、その大切さと必要性に賛同され話題になりました。

- 交流会に参加して二句
手を合わせ心を合わせた東北の
再会約束岳の宿
安達太良の山間ひびく東北の
理念花咲く交流会



保健師室 プレゼンツ けんこう豆知識クイズ

- 第9回の答え B 脂肪分やタンパク質の多い食事、消化の悪い食べ物、甘いものなどはできるだけ減らす

食後に胃がいつぱいの状態で横になると逆流しやすくなるので、食後1～2時間は横にならないようにしてください。おなかが悪くなるようなベルトやガードルなども避けることが望ましいです。
脂肪やタンパク質の多い食事は消化ホルモンによって下部食道括約筋がゆるみやすくなります。また、脂肪やタンパク質は消化に時間がかかるので、胃に長く残りやすいという面があります。これらの食事はできるだけ減らし、食事の量も一度にたくさん食べ過ぎないように心がけましょう。

当選者

伊藤治子さん
佐藤かつ子さん
久保礼子さん
笠原富美子さん

※第10回は次回以降に掲載予定です。