

医療福祉生協の理念

健康をつくる。平和をつくる。  
いのち輝く社会をつくる。

そのために  
地域まるごと健康づくりを進めます。  
地域住民と医療や福祉の専門家が協同します。  
多くのひとびとの参加で、地域に協同の“わ”をひろげます。

# ふくしま



# 医療生協

2013年11月号 第351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 ふれあいのクリニックさくらみず	TEL 024-559-2664	〒960-0241	福島市笹谷字塗合地20-1

100万人  
署名で  
届ける!

## 福島県民の思い、ねがい

### 放射能被害が続くふるさと福島

原発事故から二年八ヶ月過ぎた現在も、事故の収束とはほど遠く、避難者は十五万人を超えています。福島県民は放射能被害や将来への不安などをかかえながら生活を続けています。  
私たちのねがいを国や東京電力に届ける新しい署名がスタートしました。組合員、職員に今更らうし、思いなどを聞きました。

#### 組合員に聞きました

霊山支部 佐藤喜美子さん

#### 夫と牛と ずっと一緒だった五十年

佐藤さんは霊山町小国地域に嫁いで五十年、夫とともに酪農経営をされてきた方です。

「お父さんと牛とはいつも一緒だった」と震災前の暮らしが楽しかったと話してくれました。

#### 放射能が奪った生きがい

これからやっと自立出来、楽しく酪農を続けようと考えていた



思いを語る佐藤さん。後ろには、酪農を辞めてから使われていないトラクターと牛舎。2年以上も牛舎内は手つかずのままです。

た矢先に原発事故が起きました。その後、県内の原乳から放射能が検出され、牛乳出荷停止、牧草、稲ワラ等が使用できなくなりしました。さらに、小国地域が避難勧奨地点となり、佐藤さんは避難することになりました。「避難先から通っての酪農はとてできない」と二〇一一年八月に酪農を辞める決断をし、三十頭の牛すべてを手放しました。

その後、梁川にアパートを借り避難生活を始めました。すぐにシルバー人材で働き始めたが、部屋にこもるようになった夫を心配し仕事を辞めました。「私たちは、牛に生かされていた」と振り返ります。放射能で奪われたのは仕事だけでなく、佐藤さんご夫婦の生きがいそのものでした。

#### 「この先何をしたいかわからない」

現在、梁川と霊山を行き来する生活を続けています。「この先何をしたいかわからない。」「なぜ始末できない危険な原発をやったのか、安全を守れない原発はやめてほしい。」「老後の生活はどうしたらいいか不安です。」「と今の思いを語ってくれました。

(取材文／中嶋)

#### 職員に聞きました

生協いの診療所  
介護福祉士 藤原ゆかりさん

#### 子どもたちと暮らして、働き続けたい



全国の民医連や医療生協が企画する親子リフレッシュに震災の年から招待されています(写真は静岡企画 2013/8)

藤原さんは、働きながら二人のお子さんを育てています。「今は自宅の除染も終わり、あまりストレスはありません」と明るく話します。震災後に第二子の妊娠が判明。当時は不安もありましたが、避難せずにこのまま子どもたちと暮らし、働き続けたいと考えました。今年十月、初めて親子リフレッシュ企画に参加しました。「子どもたちのことは心配です。特に長期的な健康管理をしっかりと欲したい」と署名への期待を寄せてくれました。

「今すぐ原発をなくして」、「生業の再建を」、「子どもたちを守つて」など要求は切実です。署名を大きく広げ、私たちのねがいを国や東京電力が責任を持つて実現するよう求めましょう。

## 「原発即時ゼロ」「子どもいのち・くらしを守る」福島の思いを100万人署名で届けよう!

国と東京電力の福島県民のねがいに背を向けた状況を変えるためには、県民の多数の声を届けることが重要です。数千、数万の署名は政治を動かします。先日開催された松川事件無罪判決50周年記念集会でも、100万もの署名が死刑判決から一転、無罪判決を勝ち取る大きな力になったと報告されました。一筆一筆は小さな市民の声かもしれませんが、集まれば巨大な力を持ちます。

この署名は、2014年3月までに、福島県民の過半数=100万人分を目標にとり組み、国会に提出されます。署名に協力いただき、まわりの方々にも広げてください。

よびかけ ふくしま復興共同センター (東日本大震災・原発事故被害の救援・復興を目指す福島県共同センター)



2013年度  
生協強化月間

スローガン

私たちのまちに、  
健康といのちを守る「わ」を  
広げよう

福島医療生協 組織部

わたり病院棟再編や高齢者住宅の開設、救急情報セットの普及、健康チャレンジ、食品放射能測定、健康まつりなど福島医療生協の事業・活動を広く地域に知らせ、それを通して出会いから新たな組合員を迎え入れましょう。そして、みんなの力で第六次長期計画を進めましょう。

こんにちは  
福島医療生協  
です!

組合員が  
地域訪問をしています

各支部の運営委員が地域で組合員宅を訪問しています。「お元気ですか、福島医療生協です」と声をかけ、福島医療生協の事業や活動の紹介をします

がら、機関紙配布の協力をお願いしたり、名義変更や加入、増資の呼びかけをしています。

組合員による  
外来フロア活動

十月から十二月までわたり病院の外来患者さんを対象に、組合員が医療生協の魅力や病院の特徴をお知らせし、加入や増資の呼びかけを行っています。病院を利用する上での困りごとや要望などもうかがっています。



医療生協の事業や加入について説明する職員。病院でも加入・増資をすることができます。

職員から患者さんへ  
「ぜひ組合員に」

各事業所では、職

インフルエンザの話

医療生協わたり病院 小児科 熊谷 研一

その1

インフルエンザの流行

インフルエンザは、毎年十二月から三月頃までA型が、三月四月頃にB型が流行しています。インフルエンザの

多くは通院で治療可能ですが、なかには入院に

なってしまう場合もあります。昨シーズンにわたり病院小児科にインフ

員が患者さんへ加入をすすめる声かけをしています。患者さんに組合員になつていただくことは、患者のいのちを守り地域の要求にこたえる事業所づくりを進めることにつながります。病棟再編(回復期リハビリ病棟増床、緩和ケア病棟開設)後の医療活



地域訪問のようす(杉妻支部)

ひとみの会 二十八年の歩み

患者、組合員、地域の要求に応えてきた

組合員ボランティア

二十八年前に「人々を温かい眼でみつめよう」という主旨で結成された組合員ボランティアのひとみの会が、わたり病院通りリハビリセンターの閉所に伴い再編することとなりました。今後は、デイサービスセンターひだまりの開所にあわせて新たなボランティア組織を構築していく予定です。



ひとみの会  
会長 八巻友子

※介護慰労金：在宅で高齢者等を介護する方に対し、福島市から支給される慰労金です。ボランティア活動を通じてひとみの会が福島市へ陳情し実現しました。

ボランティア  
ひとみの会「のあゆみ」

医療生協のボランティア活動として一九八五年に、ひとみの会は結成されました。人々を温かい眼でみつめようと老人デイケアの実施に

より、その手助けからでした。二年后に総会をもち、第二期ボランティア学校を開校しました。介護者の悩みや辛さ、介護で生み出した工夫を交流し励ましあったり、切実な要求を市へ陳情したりしました。その結果、市より介護

慰労金を支給されました。また、バザーを開き、皆さんからの寄附や生協からの援助金で活動費や交通費に充当することができました。私たちも学習会や施設見学、研修旅行と楽しい絆ができました。毎朝のお茶出しから、リハビリ体操、手作り作業のお手伝い、皆さんの喜ぶ笑顔に癒されて充実した日々を送らせていただきました。



ひとみの会のみなさん(前列)と利用者、職員のみなさん

1.2.3歩  
教室

～散歩をしましょう～

第5回 下腿三頭筋体操

下腿三頭筋とは

- 血液を心臓へ戻すための重要な筋肉です。(第2の心臓とも言われます。)
  - 歩行での推進力を得て蹴り出すために必要な筋肉です。
  - 立位におけるバランスに働く筋肉です。
- 運動をするうえで
- 運動の回数は、10回から20回を目安として下さい。
  - 呼吸を止めないように行いましょう。
  - 痛みが出た時は、運動を中止して下さい。

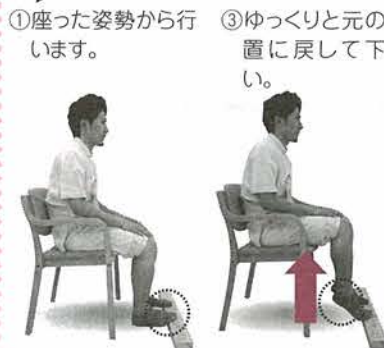


①立った姿勢から行います。(タオル丸めて指先に設置して下さい)

②両足の踵を床から離すように伸びあがって下さい。(踵を上げ過ぎないでください。)

ミニマム・カーフライズ

リハビリテーション科に入職した新人です  
理学療法士：鈴木 宏幸



①座った姿勢から行います。

②両足の先を台に乗せた状態より、踵を床から離すように上方に伸ばして下さい。

シーデッド・カーフライズ

医療生協 わたり病院 リハビリテーション室

10/12,13

### 松川事件無罪確定五十周年記念全国集会開かれる ～元被告団長・福島医療生協元理事長鈴木信さんの逝去を悼む～

ルエンザで入院した方は十七人でした。A型が十六人でそのうち十人が二月に集中していました。B型は一人で季節外れの六月の入院でした。入院の理由は、三か月以下の乳児で大事をとって入院となったのが四人、嘔吐を伴い内服治療ができなかった方が二人、肺炎や中耳炎合併などこじらせた方が五人でした。けいれんや異常言動がみられたため脳炎脳症などを懸念しての入院は五人でした。インフルエンザ脳炎

脳症と診断した症例はありませんでした。私たちが常に警戒しながら診療にあたっています。

#### インフルエンザ予防接種

一般に成人などに比べて、幼児ではインフルエンザ予防接種の効果は小さいといわれています。発熱を防ぐ効果は20～30%と低いようですが、入院防止の効果は70%ともいわれています。インフルエンザに罹らないためというより、重症化させないため

め、子どもをまもるために予防接種を受けましょう。十三歳以上は一回、十三歳未満は二回接種になります。十二月中旬までに済ませましょう。一歳未満の乳児には卵アレルギーが潜在する可能性があります。あり原則すすめていません。一歳をすぎると卵アレルギーのある子については分割接種なども行なっています。小児科 北條医師は痛みのない注射ができるのでおすすめ。小児科外来で相談してください。

十月十二日～十三日松川事件が無罪判決を勝ち取って五十年を記念し、松川運動から学び、今に生かす全国集会在福島大学を中心

長・福島医療生協顧問鈴木信さんが七月二日に亡くな

福島医療生協 理事長 平 範男  
健康管理に尽力された宮城県民医連・坂総合病院の活動に感謝し、無罪確定後の福島での医療生協・民医連院所の設立を目指して中心的な役割を果たされました。本格的な運動を準備する医学者の組織を進め福島医療生協では呼びかけ人、理事長を歴任されました。民医連に参加する浜通り・郡山・会津の各医療生協にも設立や医師対策で深く関わっています。今鈴木さんの遺志を受け継ぎ福島医療生協の前進に一層の努力が求められています。

に開かれ、初日には八百名を超す方々が全国から参加しました。「無実のものを死刑にするな」と思想信条や社会的立場をこえた公正裁判要求や被告救援の運動が全国に広がり、裁判では事件発生十四年後の一九六三年九月、被告二十名全員の無罪(一審は四名の死刑を含む全員有罪)が確定しました。



松川事件無罪確定50周年記念全国集会開のようす

この記念集会への参加を心待ちにしていた元被告団

られました。鈴木さんは拘留期間中に被告仲間の健

生協の前進に一層の努力が求められています。

## 2013年度 インフルエンザ予防接種のお知らせ (福島市)

### 【高齢者の助成期間】

※65歳以上の方、障害者1級に該当する60歳以上の方  
福島市 平成25年11月1日から  
平成25年12月28日まで  
福島市以外は予めご確認ください。

### 【高齢者の自己負担額】

福島市 1,200円

### 【任意接種料金】

組合員 1回目2,625円 2回目2,100円  
非組合員 1回目3,675円 2回目3,150円

◇接種回数は13歳未満の方は2回で、そのほかの方は1回です。

◇福島市以外の接種料金は市町村により異なります。予めご確認ください。

◇任意接種の方は是非組合員にご加入ください。



わたり病院外来医事課 小田美紀さんと東條美里さん

医療生協わたり病院 TEL.521-2056  
接種予約・お問い合わせは ふれあいクリニックさくらみず TEL.559-2664  
生協いいの診療所 TEL.562-4120

## 11/5 ひだまりオープンします

(有)ファルマ・プラン、わたり福祉会、福島医療生協の三法人合同で進めて参りました、高齢者住宅ひだまりが11月5日(火)にオープンします。詳細は次号以降に掲載予定です。

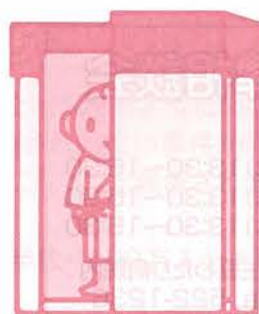


お問合せ サービス付き高齢者住宅開設準備室  
TEL.090-2362-0048

## ホールボディカウンターを導入します

来年1月からの運用を目指しています

福島医療生協では、ホールボディカウンター\*の稼働に向けて準備を進めています。ホールボディカウンターを導入することで、組合員のみなさんの健康管理や放射線被害対策に役立てていきます。



測定は立位で行います。

◆導入する装置:CANBERRA(キャンベラ)社のFASTSCAN(ファーストスキャン)  
\*福島市で使用している車載式の装置と同じものです。ただし、福島医療生協で導入するのは固定式です。

※ホールボディカウンター:体内に存在する放射性物質を体外から計測する装置で、内部被ばくの検査に用いられます。

このホールボディカウンターの導入は、全国の生協・民医連からのご支援のおかげで実現しました。

もしもに備えて!

# 救急医療情報を記入し 冷蔵庫に貼っておきましょう

救急医療情報とは、名前・

病歴・かかりつけ医・緊急連絡先等の救急時にまず必要になる情報です。この情報の有無が救急時の病院までの搬送時間短縮につながり、いのちを守り、後遺症の軽減にもつながります。もしもの時に備えて、「ご自身またはご家族が救急車を呼ぶ事態になったときのために救急医療情報を記入し冷蔵庫の扉にはっておきましょう。また、救急医療情報の有無をあらかじめ消防

本部にお知らせいたします。(救急時に救急隊が情報まで迅速に辿り着くための有効な資料となります) 救急医療情報を書き込むカード、ケース、消防署にお知らせする所定の用紙は、支部または事務局で配布しております。

なお、救急医療情報に関する問い合わせを直接消防署にしないでください。医療生協本部でまとめて行うことになっていきます。



救急医療情報カード

## 既に冷蔵庫に貼っている方へ

- ・お引越し等で住所が変更になった場合は事務局までご連絡ください。
- ・救急医療情報の更新を忘れずに行ってください。(病歴・電話番号の変更など)

## 救急医療情報カードを地域に広げましょう!

平野余目支部キャッツB班のみなさんは班会で普及しました。「夫や娘の分もいただく」、「こういうカードが欲しかったの」などの声が聞かれました。もしもの時のために、救急医療情報カードを地域に広げていきましょう。

私たち、みんな持ってます



扱いや注文についてのお問合せ  
福島医療生協 組織部 Tel.024-522-1236

## けんこう豆知識クイズ

正解者5名様にプレゼント!

出題者:医療生協わたり病院 保健師 佐藤真理子

## 第10回 過換気症候群の対処法は?

過換気症候群とは、必要以上に呼吸をしてしまう呼吸過多のために、動悸やめまい、手足のしびれ、頻脈、失神などの症状があらわれる病気です。不安、心配、ストレス、疲労などが引き金になるといわれています。

- ◆問題 過換気症候群になった人は、呼吸をしても息が吸えずに苦しいと感じて、そのまま死ぬのではないかとこの死の恐怖を感じたりもします。発作時の対処法で正しいものを次の中から一つ選んでください。

- ① 紙袋を口・鼻にあて、吐いた空気を再度吸い込むという行為を繰り返す
- ② 「吸う:吐く」が1:2になるくらいの割合でゆっくり呼吸をするよう促す。とくに息を吐くことを患者に意識させる。

- 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 12月10日(火) ※応募者多数の場合は抽選いたします。当選者は新年号に掲載します。



住所・電話番号・氏名を忘れずにご記入ください。

# 私は訴えたい 平和で安心して暮らすために

## 第1回 平和な世界を 次の世代に

理事 西坂 稔

二〇一三年度原水禁世界大会の閉会総会で、(映画監督の)オリバー・ストーン監督が広島・長崎への原爆投下が不要だったことを話し、また参加者の質問に「若い世代には、たとえ本場に残酷でむごいものであっても、真実を伝えるべきだ。今は歴史の

「浄化」したようなものを教えられている。」と指摘し、「本場の歴史は心を揺り動かすものであり、エキサイティングなものだ。そのために私たちは歴史を学び、これからの世代の人々に伝えていかなければならない。」という言葉に非常に共感しました。これら核兵器の恐ろしさを多くの人に訴え、核兵器を廃絶し原爆ゼロの声を大きくあげて平和な日本を、世界を次の世代に渡さなければならぬと思います。



西坂さん(中央)は八月に長崎で開催された原水禁世界大会に参加されました。

## INFORMATION これからの行事

### どうぞご参加ください

#### 福島医療生協 バスの旅

#### 八戸地方の民俗芸能 えんぶり

行先:青森県八戸市  
とき:2014年2月17日(月)~18日(火)  
会費:19,000円前後になる予定です ※詳細につきましてはお問い合わせください。

- えんぶり(国重要無形民俗文化財指定)  
豊作を祈願するために、華やかな烏帽子をかぶり、頭を大きく振りながら、種まきや田植えなどの動作を表現し踊ります。子供達による可愛い祝福芸も必見です。春を呼ぶ八戸えんぶり、ぜひ見て欲しい素晴らしい民族芸能です。  
(旅の案内人:あづま支部 河野恵夫)

申込み・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 ~福島に今に立って~
- ◆日時/11月9日(土) 信陵学習センター2階 講義室 11月30日(土) 北信支所2階 会議室 どちらも14:15~15:45

#### 関場治美先生講演会

- ◆テーマ/福島で健康に生きる ~健康をつくる毎日の食事、生活習慣~
- ◆日時/12月10日(火) 福島市保健福祉センター4階 第一保健指導室 10:00~11:30

※齋藤先生、関場先生の講演会申込み 福島市放射線健康管理室 Tel.024-525-7681

#### 秋の健康ウォーク

- ◆日時/11月23日(土) 8:30現地集合、9:15開始
- ◆場所/じょーもびあ宮畑(福島市岡島)
- ◆参加費/200円(とん汁・傷害保険代込)
- ◆定員/60名
- 申込み:福島医療生協 組織部 Tel.024-522-1236

## 無料 法律相談会

- 日時 11月14日(木)13:30~15:30 12月12日(木)13:30~15:30 1月9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)