

医療福祉生協は、地域の人々が、それぞれの健康と生活にかかわる問題を持ちよる消費生活協同組合法に基づく自治的組織です。医療機関・介護事業所などを所有・運営し、ともに組合員として生協を担う住民と職員の協同によって、問題を解決するための事業と運動を行います。

ふくしま



医療生協

2016年9月号 第376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	福島市笹谷字釜谷地20-1

蓬萊に 訪問看護事業所を 開設します

現在わが国は超高齢社会を迎えています。それに対して国は、病院の入院患者を減らし、自己責任と住民の助け合いを基本とした安上がりな「地域包括ケアシステム」をつくらうとしています。それにより重症でも在宅で療養せざるをえない方が増えていきます。しかし療養生活を支える医療や介護の体制は極めて不十分です。

一方で「病気や障害があっても、住み慣れた地域や自宅

で暮らし続けたい」との願いを持つ方が増えているのも事実です。そんな願いにこたえるために、第五十回通常総代会では、今年度中に訪問看護ステーションを蓬萊に設置することを決定しました。

訪問看護は、在宅で療養される方のご自宅に訪問して、健康管理や医療処置、リハビリなどを行います。そしてさまざまな医療機関や介護事業所などと連携しながら、その方らしい生活を二十四時間三百六十五日支えます。



現在、蓬萊内のステーションは一か所もありません。今回のステーション開設は、蓬萊地区や周辺の地域の医療介護への大きな貢献です。また福島医療生協の「安心して暮らし続けられるまちづくり」の実践の一つとして他の地域の方々からも非常に期待されています。



蓬萊地域訪問行動

地域の生の声をみんなで聞こう

七月十六日(土)と七月二十三日(土)の二日にわたり、職員と組合員共同の蓬萊地域訪問行動を実施しました。今回の訪問行動の目的は、①蓬萊健康まつり(七月三十日)のお知らせ、②訪問看護ステーションの開設にあたり地域の生の声を聞くこと、の二つでした。延べ九十四名の参加で、約九百世帯に訪問し、三百世帯以上の方と対話することができました。

十六日は朝九時に蓬萊の組合員センターに職員と組合員がぞくぞくと集合し、簡単に

打ち合わせをしてから訪問行動に出発。センター周辺の一戸建てのお宅に訪問しました。団地が造成された当初からのお宅が多く、高齢者が多い地域です。

二十三日は公営住宅を中心に訪問しました。ほとんど五階建てでエレベーターがないために階段の上り下りが大変でしたが、二か所を訪問するグループもあるなど、積極的に頑張っていました。

様々な悩みぞくぞく

訪問すると、家の中まで入っていただいて熱心にお話をされる方、手作りのお菓子をくださる方など、たくさんの方々に快く訪問に応じていただきました。その中で「蓬萊は坂道が多く、玄関の階段が急で高齢者にはキツイ」「交通の便が悪いため通院が大変」など、多くの具体的な悩みを聞くことができました。検診を受けていない方や、具合が悪くても医療機関に受診していない方もいました。

訪問看護ステーション 開設に期待の声

一方で「隣の人が倒れて、わたり病院のリハビリでとても改善した。わたり病院のすごさがわかった。」などの声や、訪問看護ステーションの開設に対する大きな期待の声が数多く寄せられました。

今回の訪問行動で、蓬萊の三百人以上のみなさんとの新しいつながりができました。また、住民の一人ひとりがどのような思いで、どのような悩みを抱えながら生活しているのかを具体的に知ることができました。これらのつながりや地域の生の声は、これからの医療生協の活動にとってたいへん貴重なものです。今後の支部活動や蓬萊の地域づくり、そして訪問看護ステーションの運営に大いに生かしていきたいと思えます。

(看護介護部次長 佐藤拓)



医大生も参加してくれました。

あなたも気をつけて 不整脈について



医療生協わたり病院
内科・循環器内科
渡部 朋幸

不整脈とは、脈がゆっくり打つ、速く打つ、または不規則に打つ状態を指します。不整脈には病気に由来するものと、そうでないものがあります。たとえば運動したあとには脈は速くなりますし、興奮、発熱でも脈が速くなりますが、これはだれにでも起こる生理的な頻脈といえます。

不整脈といわれ、驚かれたり心配されたりする方もいますが、殆どの不整脈は実は無害です。脈がたまに飛ぶ程度や症状の無い徐脈等は心配の必要はありません。勿論、運動や精神的に興奮した状態の時に脈が一時的に速くなる事も心配は要りません。不安や心配を持ち過ぎる事がきっかけになったり、過呼吸になったりする事で一時的に脈が速くなる不整脈は、落ち着きを取り戻す事でほとんど解消します。

しかし、不整脈の中には注意を必要とし、怖いタイプのものがあります。怖い不整脈は症状の有無とは関係が無い場合もあるのですが、下記のような症状を示す場合が比較的多いので、注意が必要です。

①意識が無くなる。失神する。フライングする。
これらの症状の場合、心臓を動かす電気の作り方や電気の通り道に異常があつて一時的に心臓が止まったり、電気が本来通るべき正しい通り道を通らずに、頻脈となっている場合があります。

②脈拍数が異常に遅く(一分間に四十回以下)、息切れやめまいがする。
これらの症状がある場合は、心臓を動かす電気の作り方に異常があつて徐脈となっている場合があります。電気の通り道に異常がある場合もあります。この場合、ペースメーカーという機械を体内に入れる治療が必要になる場合があります。

③突然動悸が始まる。
全く不規則な心臓の動きがあつたり、突然始まり突然終わる、一分間に百五十〜二百回以上の頻脈がある場合は、より詳細な診断と治療を必要とする場合がほとんどです。

④心房細動
高齢化社会を迎えた日本で最近注目を集め始めた「心房細動」という不整脈も、怖い不整脈の一つです。この不整脈は脳梗塞の原因となることが知られています。読売巨人軍の終身名誉監督である長嶋茂雄さんが「心房細動」のために脳梗塞を発症しました。ま

た小渕恵三総理大臣が、この不整脈のために脳梗塞を生じそのままなくなったことを覚えていた方もいらっしゃるかと思ひます。

「心房細動」は年齢に関係無く誰にでも起こる不整脈です。例えば大量に飲酒した翌朝に、脈が乱れて速くなつていたりする時は、この「心房細動」である時が多いです。また、甲状腺機能が亢進する時にも「心房細動」になる場合があります。しかし最も多いのはやはり高齢となる事で起こり易くなる場合です。日本では五十万人以上の方が、この「心房細動」で苦しんでいると言われています。

「心房細動」は脈がバラバラに打つています。しかも一分間に百〜二百回以上のとても速い状態での乱れ打ち状態となつていて、かなり強い動悸が感じられます。心房細動ですぐ死ぬ事はありませんが、この状態が長く続くと心房に血の塊(血栓)が出来易くなります。それが血液の流れに乗って脳の血管に詰まるのが長嶋さんの場合の脳梗塞です。

また、「心房細動」は常に脈拍が速いため、心臓が疲れてしまい、長期間持続すると、心

臓の筋肉が弱って心不全の原因となることもあります。

「心房細動」の多くは薬で治療可能です。その際に、血の塊(血栓)を作りにくくする薬も一緒に飲みます。しかし、「心房細動」を抑える薬は、最初は直ぐに効くのですが、徐々に抵抗性を持ち、薬が直ぐには効かなくなり「心房細動」が持続してしまう場合があります。この場合には、カテーテルアブレーションという、根治治療が行われる事もあります。

動悸や不整脈で心配な方は是非わたり病院の内科外来にお越しください。

心電図検査やホルター心電図、運動負荷心電図(トレッドミル)などを行いながら、必要に応じてさらなる精密検査を行っていきます。

あなたも脈拍チェックしてみましょう!

脈拍は、心臓の拍動が、体の表面近くの動脈で触れたものをいい、1分間測定します。脈拍数が60以下、または80以上で、脈の触れ方が弱く、リズムが乱れるようなときは不調の兆しです。お医者さんにご相談ください。班会などでも、ご自分だけでなくご家族やお客様の脈も測ってみてください。

※橈骨動脈(人差し指の延長線上で、手首の1〜2センチ上)を人差し指、中指、薬指の三本で動脈に這うように図ります。



夏実習の感想

国際医療福祉大学保健医療学部言語聴覚学科二年 依田 夏輝
言語聴覚士がどのように働いているのか見てみたいという気持ちで挑んだ実習だったが、私の想像以上に中身の濃い体験となった。丁寧な説明と親切な対応で、貴重な体験と有意義な時間を提供してくださったわたり病院の言語聴覚士さんに感謝の気持ちを伝えたい。

学校の勉強だけがすべてではない。今回私がこの実習を通して感じたことだ。あたりまえのことだという人もいるだろう。しかしそれは実際の現場を目で見て自分自身で感じなければわからないことだ。教科書通りになんてことはなく、自分の持っている知識をすべて活用しなければ患者さんにより良いリハビリを提供できないのだという事をこの実習の中で何回も感じた。その知識となる基礎をしっかりと作ることである、大学での勉強の大切さを感じた。

言語聴覚士の仕事は人とコミュニケーションを築くきっかけをつくり、食事という楽しみを与えたりするという素晴らしい仕事であると感じた。そのように思えたのはこの言語聴覚士という仕事に誇りを持ち、患者さんにとつてより良い環境作りをするためのアプローチを考えている言語聴覚士さんを間近で見ることができたからだ。私も将来そうなるように、いろいろな経験をしながら勉学に励みたい。

二〇一六年 夏 わたり病院たんけん隊の思い出

子どもたちにのちの大切さを知ってもらう。病院の仕事に興味を持ってもらう。



何をしていたの? たんけん! たのしかった!

何をしていたの? CT! さかなと貝のレントゲン! わたり病院いったことあるよ!

忘れないでね、思い出してね、また来てね わたり病院に

「地域に開かれた明るい病院をつくらう」この三つの合言葉をもとにわたり病院たんけん隊が開催されました。夏休みということもあり、五歳から十一歳の子ども三十一人が参加し、子ども大人も職員もみんな笑顔でとても充実した時間となりました。こどもの未来を育むことは、医療や地域の未来を育むことと信じます。(事業所利用委員会)

8月6日

みんなでとりくもう!! 健康チャレンジ



申込み方法とすすめ方

1

パンフレットの申込書を記入し
申込む

2

30日間の
取組みを記録表に記録
する

3

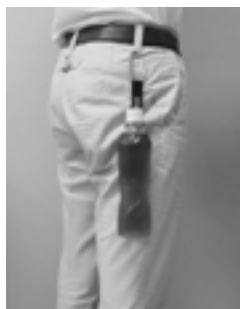
記録用紙を
提出する

チャレンジ
終了!
(記念品を進呈し
ます)

⑤申込書は生協本部・わたり病院・各診療所にお持ちいただくか、FAXを送ってください。
各支部の運営委員さんや班長さんなどにお渡しいただいても構いません。
⑥チャレンジ終了後、記録表も申込書と同様に⑤の手順でお送りください。



ペットボトルホルダーとお薬ケース



ペットボトルホルダーはこんな
風に使います。

今年の健康づくりチャレンジは、いつもとはちよつと違います。県内の五つの医療生協（福島・きらり・郡山・浜通り・会津）の共同企画で行います。

昨年までは、それぞれの医療生協で実施していました。でも、「せっかくだから（福島県には五つの医療生協があるのだから）」と、一年前から実行委員会で準備を始め、

県全体での大きな健康づくり運動を目指しました。実施期間は同じですが、それぞれの医療生協で強化月間時期が違います。福島医療生協の強化期間は、九月一日～十二月三十一日、記録表提出は一月末日です。特典として、記録表の提出者全員には参加賞をお渡しします。さらに、その中から抽選で県内の名産品が当たります。何が当たるかは、名産品が届くまでお楽しみですよ。

チャレンジの内容は、医療生協が目指す八つの生活習慣の内容をコースにしました。①さわやか運動コース、②バランス会食コース、③歯とお口の健康コース、④しつ

かり睡眠・休養コース、⑤禁煙・適度な飲酒コース、⑥脳いきいきコース、⑦健康チェックコース、⑧家族一緒にキッズコースがあります。健康づくりチャレンジのパンフレットには、それぞれのコース目標例も書いてあります。目標例と同じでも、自分流の内容でも取り組んでいただいてもOK。三十日間取り組みましょう。

参加者の方は、記録表をご提出ください。よく記録が面倒だというお話を伺います。書くことも脳いきいきの一つです。ときどき忘れても、まとめ書きでもいいです。ぜひ、記録表をご提出ください。

原水禁世界大会に参加して

わたり病院医事課 樋口 亮介



企画の中で青年が集まり意見を交換しあう場があった。その中でフィリピン

ンからの参加者が「メディアの論調が偏っていることは怖い。戦争当時日本がフィリピンを含めてアジアを侵略していたため、フィリピンでは日本に原爆が投下されたのは正しかったと教える風潮がある。」と語っていた。今までは私は、いくら戦争といえども民間人を大量に殺害した核兵器は酷すぎる、日本は多大な被害を受けたと考えていた。それは間違っていないのだろうか、被害を受け

たという面ばかりを考えていたのではないか。日本もアメリカに先制攻撃をし、アジア諸国にも損害を与えた。被害を受けていたアジア側からしてみれば、ざまあみろという気持ちもわからなくはない。今までは被爆国という一面からしか物を見られていなかったことを反省するとともに、核兵器の悲惨さを世界に発信する際には日本がしてきたことと、核兵器の恐ろしさ等、戦争の問題点を多面的に見て、発信しなければ伝わらないと感じた。

ご存知ですか？

医療型ショートステイ事業

わたり病院では昨年の七月から福島市の要請を受け医療型ショートステイ支援事業受け入れを開始しました。これは、障がい者（児）の介護目的のショートステイを病院で受け入れるということです。昨年度は五名で十件、今年度は七月までに四名、八件の利用です。

この制度は誰でも利用できるわけではなく、福島市に住民票がある方で、福島市から障がい福祉サービス受給者証・医療型短期入所支給決定者証を配布

されている方に限られます。●受け入れの流れとしては1、当院地域連携室に利用希望の電話をいただきます。

2、かかりつけ医からの診療情報提供書を頂き、当院医師が受け入れ可能か判断します。

3、介護者と面談し、自宅での生活状況を確認します（処置、注意事項など）。4、家政婦（費用は病院負担）が派遣可能か確認し予約します。

※利用については病院のベッドの都合上なるべく

週末とさせていただきます。いております。

介護者のお話では、数年前から受け入れ病院がなくなり大変だったそうです。受け入れにより少しでもお役に立てれば幸いです。

尚、利用者の感染などのリスクも考慮し、冬場のインフルエンザや感染性胃腸炎の流行時期にはご遠慮して頂いております。現時点で、福島市内でこの事業の受け入れを行っているのは他に一病院です。

◆連絡先

わたり病院地域連携室
担当／松崎まゆみ

放射線による健康影響の不安軽減のため、内部被ばく検査を受けましょう。

医療生協わたり病院ではホールボディカウンタによる内部被ばく検査を行っております【お問い合わせ：医療生協わたり病院健診センター Tel.024-522-3446】

平野余目支部 キャッツA班

流しつめんの山

涼しい場所を求めて佐原の山の中にある流しつめんの山に行ってきました。キャッツA班の班会はお出かけ班会が多いんです。腹ペコなのに中々流れてこないそうめ



んに文句を言ったら、たいへんな量のそうめんが流れてきてみんなで大笑い。食べきれず、もったいないと取ってばかりで、今度は加減しなさいよと注文をつけ、また大笑い。そうめんの後は、あづま運動公園の休憩スペースで血圧の勉強をしました。

私たちこんな班会をしています

H28.2月 地域包括支援センターのかたを呼んで体操
3月 おしゃべり班会
4月 さつき山公園の散策
5月 健康診断クイズ
6月 骨密度測定

組合員さんおでかけ情報

さつき牧場カフェ
こだわりの低温殺菌牛乳を味わう
ソフトクリーム



「さつき牛乳をもっとたくさんの人に知ってもらいたい。」と、さつき牧場カフェがオープンしました。「さつき牛乳ソフトクリーム」は、さつき牛乳をたっぷり使い、低温殺菌牛乳のさっぱりした味わいを活かしたオリジナルソフトクリームです。ボサ



ノバの流れる素敵なカフェで、のんびり味わってみてはいかがでしょう。

福島県福島市佐原字川久保15-1
電話：024-573-7343

無料 法律相談会

- 日時 毎月第2木曜日 13:30～15:30
※日時は変更になる場合があります。
- 場所／医療生協わたり病院内
事前申込制 Tel. 024-522-1236
- 相談員／あぶくま法律事務所弁護士

INFORMATION

これからの行事

9月

どうぞご参加ください

福島県高齢者大会

- ◆日時／9月16日(金) 10～15時
- ◆場所／郡山市中央公民館

認知症の人と家族の会福島県支部主催

『毎日がアルツハイマー』

関口祐加監督講演会&映画上映会

- ◆日時／9月17日(土) 映画上映 14時～ 18時～
講演会 3:45～ 7:30～
- ◆場所／とうほう・みんなの文化センター小ホール

第11回いいの川侯健康まつり

- ◆日時／9月24日(土) 10～14時
- ◆場所／いいの診療所

第5回歌って元気inNB5

- ◆日時／9月24日(土) 14～16時
- ◆場所／成川集会所

運動サポーター養成講座

- ◆日時／9月26日(月) 10～12時
- ◆場所／成川集会所 ※申込要

お問合せ：福島医療生協組合員活動部
Tel.024-522-1236

松川事件の謎

松楽座の今昔

蓬萊支部 伊部 正之

★ふるさとの歴史探してみませんか★ 20
かつて松川駅の西側に、松楽座という芝居小屋があった。一九四九年八月十六日夜、日本少女歌劇団なる得体のしれない一座が、ここで一夜限りの公演を行い、翌朝には姿を消していった。そのため、一座と翌日未明に発生した松川事件との関係が疑われることになる。



8月16日夜、不審な少女レビュー団が公演した松楽座

例えば、公演には近くの駐在所の巡査が立ち会って、特に予定通りの終演の確認を行った。団長が発表した男子団員の中には表に姿を見せない者がおり、管理のオバさんが翌朝のために用意させられた握り飯が九個余計であった。団長の後日談では、楽屋にとまった男子団員の中に事件現場に出かけた者がいたという。さらに、この一座は戦前から軍や警察との結びつきが強く、その文化的先

入院セット導入について

わたり病院では、衛生管理の徹底をはかり、患者様ご家族様の入院時の準備物等負担軽減のため、必要な衣類、日用品類を専門業者によるレンタルにてご提供する『LTセット(入院セット)』を今年9月より導入することといたしました(市内の多くの病院でも導入されています)。病院への持ち込みは不要となり大変便利です。詳細は医事課入院係にお問い合わせください。

【衣類・タオル類プラン】

- ・Aプラン 組合員：日額310円 一般：日額360円
- ・Bプラン 組合員：日額280円 一般：日額330円

【紙オムツプラン】

- ・プラン① 組合員：日額430円 一般：日額480円
- ・プラン② 組合員：日額260円 一般：日額310円

※金額は全て
税抜価格です。

*プランに含まれていない次の物品はご家庭でご用意ください。

(下着・履物・箸・スプーン・電気ひげそり)

*病院窓口では料金徴収はいたしません。指定業者との契約となり、コンビニ・郵便局での支払いが、口座引き落としになります。