

一人は万人のために  
万人は一人のために

生協の理念

わたり病院玄関に掲げてあります

# ふくしま



発行所  
福島医療生協

# 医療生協

2024年11月号 第450号  
発行責任者 山口 裕  
<http://www.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
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
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



10月2日  
わたり病院外来フロアにて

今後とも、  
可能なかぎり  
地域のみなさ  
んのご要望に  
応えてまいり  
ますので、何卒  
ご協力いただ  
けますようよ  
ろしくお願い  
申し上げます。

**加入・増資のお願い**  
福島医療生協副理事長  
わたり病院 院長 北條 徹  
医療生協わたり病院、なら  
びに各事業所は、みなさんか  
らの出資金により運営されて  
います。私たちの病院は、組  
合員のみならず、育てる  
病院です。日ごろより、無差  
別平等の医療を目指していま  
すが、医療生協に加入してい  
ただくと、予防接種や健診が  
組合員料金になる等の特典が  
あります。ぜひ加入、増資を  
ご検討いただければ幸いです。

生協強化月間  
スタートしました！  
集まろう！話そう！つながろう！

10月1日 ▶ 11月30日



外来フロア行動

ご家族でも、一人一人でご加入いた  
だくことをおすすめています。

生協強化月間中には、地域の組  
合員や職員が地域訪問し、組合員  
加入や増資のご案内をさせていた  
だいています。  
みなさんからお預かりした出資  
金は、医療生協を運営していく『も  
とで』です。施設や医療機器の充  
実等に活用されます。  
この機会に、ぜひご協力をよろ  
しくお願いいたします。

## 杉妻支部一斉訪問

第1弾

新しい組合員の加入を目指して、8人で4組に分かれ、鳥谷野地区を訪問しました。どんな出会いになるかドキドキでしたが、新しいお宅を約50軒回りました。1人の新規加入と、私たち福島医療生協にご理解いただいた方々があり、次回につながりそうです。この成果に「次回も訪問行動を！」というやる気が出てきました。



### 福島医療生協機関紙

福島医療生協の機関紙は、QRコードを読み取ることでホームページ上でもご覧いただけます。



### 組合員活動部LINE紹介

日々の活動、様々な情報を紹介しています。  
友だち追加はこちらから



# 精密検査を受けましょう

健診課課長  
渡辺 康浩

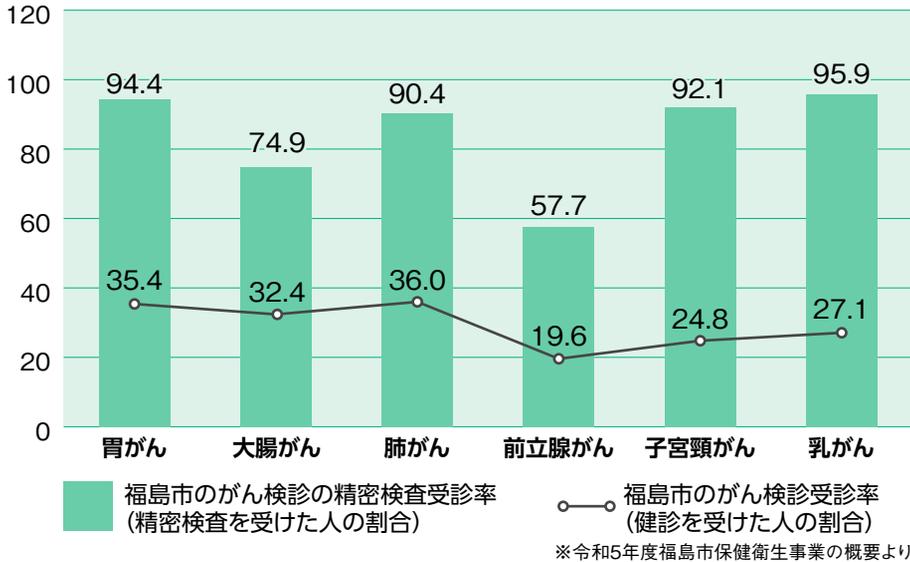
10月で福島市や各自治体の健診が終わりました(一部を除く)。みなさんは健診を受けましたか。届いた健診結果はご覧になりましたか。もし、「要精密検査」という結果が届いたら、躊躇せず精密検査を受けましょう。

日本人の死因の第1位は『がん』です。がんは早期発見・早期治療により、生存率が高くなります。また、生活習慣

病の高血圧や高血糖、高コレステロールは生活習慣を見直すことで改善することができま。今は治療が必要な状況ではなくても、放置することで、脳卒中や心筋梗塞等の大きな病気につながります。

健診の結果は、一時的に所見が出る可能性があります。精密検査を受け「治療が必要な病気なのか、一時的なものなのか、定期的な受診による経過観察が必要なのか」を確かめることが重要です。

「私は持だから、いつも要精密検査になるけど大丈夫」といった自己判断が大腸がんの治療を遅らせ、生命を脅かしたケースも少なくありません。何が原因で検査結果に異常が出てくるのかを知り、早く治療に結びつけるためにも精密検査を受けてください。



## ◎精密検査のご案内

	受診科	予約	曜日・時間	諸注意	持ち物	お問い合わせ
わたり病院	内科	予約なし	平日：午前9時～12時、14時30分～16時30分 土曜：午前9時～11時30分(第2・第4土曜のみ)	*診察後、検査になる場合がありますので朝食を食べないで来院ください。 *予約の際に「精密検査」とお申し出ください。	健診結果票 健康保険証 お薬手帳	TEL.024-521-2056
	外科	要予約	水・金：午前9時～10時30分			
	婦人科	要予約	火・水・金：午前11時30分～12時			
いいの診療所	内科	予約なし	平日：午前9時～12時、16時～17時 土曜：午前9時～12時(第2・第4土曜のみ)	*診察後、検査になる場合がありますので朝食を食べないで来院ください。		TEL.024-521-2056
クリニックさくらみず	内科	予約なし	平日：午前9時～12時、15時～17時 土曜：午前9時～12時(第2・第4土曜のみ)			TEL.024-521-2056

※インフルエンザ等が流行する時期はお時間がかかります。予めご了承願います。 ※詳しい診療案内についてはお問い合わせください。



10/6(日) 蓬萊学習センター文化祭  
久しぶりの健康チェックでドキドキ



10/20(日) 渡利大運動会  
子どもから大人までたくさんの方が握力測定をしました



9/26(木) 達北ブロック里山ウォーキング  
月館御幸山をみんなで歩きました

## みんな元気に楽しく 支部活動

誰もが安心して高齢期を過ごせるように  
軍備増強ではなく社会保障の充実を

# 伊達市で県内各地より 250余の参加者が学び交流

## 第34回福島県高齢者大会報告



大会実行委員長  
齋藤 和衛

今回のメイン講演は、高齢者を元気にする移動支援として、NPO法人全国移動サービスネットワーク副理事長の川崎民子さんを招いて学びました。

人を有料で運ぶことは、道路運送法の規制があり簡単ではありません。川崎さんは地域の切実な状況を20年余りにわたって訴えてきました。数々の実践を経て、住民の互助の移送支援は見直され、運送法の枠外とする制度(通達)として運用することになりました。

移動支援は、地域で支え合いつながりをつくることが目的です。「外出と交流は健康と寿命に深くかわっている」との明快なお話はみんなが納得できるものでした。福島市でも土船地区での先進的な取り組みを基礎に、松川地区や渡利地区でも始まり、多くの関係者の関心を集めています。

各地からの取り組みの報告では、マイナ保険証の問題(福島県民医連)、年金引き下げ違憲訴訟の取り組み(年金者組合福島県本部)、補聴器を着けよう購入費助成要求運動(年金者組合両沼支部)、世代間交流として行われた「渡利みんなの農園」(福島医療生協渡利支部)、原発事故・公害の今(浜通り医療生協)の報告を受けました。

※高齢者大会は1987年に全国および県で始まり毎年開催。

「高齢者の人権宣言」を提唱し、各地では「高齢期運動連絡会」が活動し、国連も拘束力のある国際条約の制定を目指している。

### 県北高齢期運動連絡会の働きかけもあり



## 国見町 带状疱疹ワクチン予防接種費用助成

国見町では、10月1日より带状疱疹ワクチン予防接種費用の助成が始まりました。

対象者／国見町に住所を有する50歳以上の方

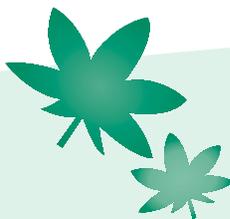
助成対象ワクチン	生ワクチン (乾燥弱毒性水痘ワクチン)	不活化ワクチン (乾燥組換え带状疱疹ワクチン)
接種回数	1回	2回
接種費用	10,000円程度	20,000円程度×2回
助成額(上限額)	5,000円(1回)	10,000円(1回)×2回

- 生ワクチン、不活化ワクチンいずれかを対象とし、生涯に一度の助成となります。
- 助成額は、接種費用が生ワクチン10,000円、不活化ワクチン20,000円以下の場合、実際の接種費用の2分の1となります。

※助成方法や必要書類等は国見町にお問い合わせください。



9/30(月) クリニックさくらみずの草刈り  
組合員さんと職員で草刈りをしました



9/29(日) 鳥川平田支部 平田のつどい  
リアル野球盤で交流を深めました



10/17(木)  
川俣支部バスハイク  
(中ノ沢温泉)  
みんなで脳トレ体操しました



10/12(土) 川西文化祭  
手作りの品がたくさん並びました



10/7(月) 大笹生笹谷バスハイク(相馬)  
新しく組合員さんが加入しました!

### 「ちよつと」 おすすめの本

#### 「エンド・オブ・ライフ」



出版社／集英社インターナショナル

著者／佐々涼子

佐々涼子さんを偲んで

霊山支部  
鈴木 恵

私の大好きなノンフィクション作家が亡くなった。9月1日、56歳で。彼女の著書は「エンジェル・フライト 国際霊柩送還士」「紙つなげ！彼らが本の紙を造っている・再生・日本製紙石巻工場」「エンド・オブ・ライフ」そして「ボーダー 移民と難民」等があり、数々の賞を受賞している。図書館でタイトルにひかれ手に取ったのが「エンド・オブ・ライフ」で、すっかり彼女のファンになり、本のおっかけをしていた。

2023年2月1日の朝日新聞に彼女の顔写真入りで記事が載った。ファンとしては、新しい本がでるのかな？と喜々として読んだ記事に驚愕した。なんと前年11月に彼女は悪性の脳腫瘍にかかっていることが判明したというのだ。平均余命は14ヶ月。5年生存率16%。「そんなバカな?!」なんて彼女が!!と頭の中がグルグルまわった。「エンド・オブ・ライフ」で死を迎える人、その人を支える周りの人々、生と死をあつかった本を書いた彼女が死を目の前につきつけられる側になったなんて…。『残された時

間は短いかもしれないが、5年生存率が16%もあるとも考えられない。深刻な顔で暗く過ごすより、楽しく生きて、文章も下手は下手なりに書こうと。実際どうなるか見てやろうと興味もつきないう。』と記していた。

昨年11月に「夜明けを待つ」が出版された。それは2014年から2022年までの彼女のエッセイとルポルタージュの本だった。彼女が「あとがき」で書いたように『まるで果実が実り落ちるようにして完成した』のだ。最後には『どうか、それぞれの幸せを大切に』という言葉。これは彼女の遺言だと思ったとたん、涙がポロポロこぼれた。

そして今年9月1日、彼女が亡くなったことを知る。その2、3日前から、彼女の事ばかり考えて胸さわぎがしていた私は、その記事を見つけた。もちろんお会いしたこともないし、今となってはファンレターの1通も書けばよかったと後悔している。

ノンフィクションという難しいジャンルで、彼女の文章はやさしさにあふれていた。それは取材し

### 読者の声

●「子ども病院たんけん隊」  
将来を担う子ども達には大変良い企画ですね (F・H)

●「先達山メガソーラー学習・意見交流会」  
載せていただき良かったです。大雨での土砂の流出等、災害の元になることが心配です (A・K)

●「おすすめの本」  
老いるのは誰もが初心者。この言葉は腑に落ちました。人生全て初心者で終わるんだなと (S・Y)

たたくさんの人々の言葉を、佐々涼子という一人の人間の命を通して出てきた血の通った言葉だからだと思う。もし、天国で会えたら「私はあなたの大ファンでした!!」と言うつもりだ。素晴らしい本をありがとう。ごさいます。どうぞ安らかに。  
(2024年10月10日)

## 祝! ノーベル平和賞受賞

日本原水爆被害者団体協議会(日本被団協)が2024年のノーベル平和賞を受賞しました。日本被団協は68年にわたり、核兵器の廃絶を世界に訴えてきました。

この活動がノーベル平和賞を受賞することは、核兵器廃絶を願う人々への大きなメッセージになっています。

世界は「核兵器のない未来」に向かってすすんでいます。

唯一の被爆国でもある日本が、核兵器禁止条約に批准することは、被爆国としての責務です。

私たち福島医療生協は、これからも核兵器廃絶と平和を訴えていきます。



若い職員も参加した  
国民平和進行2024

### すこしおレシピ

香ばしく焼いた大根に  
ゆずこしょうをのせて。

## 大根ステーキ

材料 (2人分)

- 大根 …………… 8cm(400g)
- こんぶ…………… 10cm
- オリーブ油…………… 小さじ2
- 塩…………… 少量
- ゆずこしょう …… 小さじ1/5
- とろろこんぶ…………… 10g

作り方

- ①大根は2cm厚さの輪切りにし、熱湯で5分ゆでる。
- ②なべにこんぶ、①、ひたひたの水を入れて火にかけ、煮立ったら弱火で20分煮る。
- ③フライパンに油を熱して水けをふいた大根を入れ、両面に焼き目をつけて塩をふる。皿に盛り、とろろこんぶとゆずこしょうをのせる。

塩分  
0.8g

1人分77kcal

輪切り大根は  
早食いしにくく  
飲みすぎ防止にも  
効果的です。



## 無料 法律相談会

- 日 時／毎月第2木曜日 13時30分から15時30分  
※日時は変更になる場合があります。
- 場 所／福島医療生協わたり病院内  
電話申込制 TEL.522-1236
- 相談員／あぶくま法律事務所弁護士

## INFORMATION

### 冬マルシェ

- ◆日時／12月7日(土)11:00~14:00
- ◆場所／医療生協わたり病院・北側駐車場

いろいろなお店やさんが出店します。お楽しみに!

