

2015年11月号
(No.410)
医療生協
宮崎医療生活協同組合
宮崎市大島町天神前1175-3
発行 機関紙編集委員会



宮崎生協病院 ☎(0985)24-6877 FAX 29-4839
http://www1.ocn.ne.jp/~mcoop/
和知川原生協クリニック ☎(0985)23-0050 FAX 23-0303
このはな生協クリニック ☎(0985)58-1222 FAX 58-3110
おおつか生協クリニック ☎(0985)52-6715 FAX 51-9004
生協クリニックのべおか ☎(0982)26-7100 FAX 26-7101
訪問看護ステーションれいんぼう ☎(0985)23-7728 FAX 24-0515
訪問看護ステーションそれいゆ ☎(0982)31-1442 FAX 31-1452
生協ホームヘルプサービスれいんぼう ☎(0985)62-1384 FAX 24-0515
生協ホームヘルプサービスそれいゆ ☎(0985)24-6545 FAX 29-4839
居宅介護支援事業所宮崎生協病院 ☎(0982)26-2536 FAX 31-1452
生協ホームヘルプサービスれいんぼう ☎(0985)23-7168 FAX 26-1944
http://www1.ocn.ne.jp/~mcoop/

班会で健康づくりと医療生協の仲間を



健康チェックの後はみんなで憲法学習会を

大宮九条の会は北2支部と住吉支部の地域を中心に、「憲法九条を守り活かして平和を」と活動をして9年になります。今年には憲法9条と立憲主義を踏みにじる安倍自公政権の「戦争法」に反対する運動を主に取り組んでいます。この「会」の世話人を中心に、北2支部の「大宮9条班会」を毎月定例で開いています。班会ではまず健康チェックを行い、前回の測定結果と比較し変化を確認します。世話人には高齢者が多いので、認知症問題や高齢者向けの健康学習も毎回おこないます。メンバーは高齢にも拘らず学習意欲は十分です。班会健康チェックの後、平和と憲法の学習と情勢などを話し合い、これからの平和と憲法の活動を確認します。安倍政権の暴走で平和、国民の命と健康、暮らしが脅かされています。みなさん「九条の会とともに、戦争法の廃止、安倍内閣退陣のため引き続き声を上げ、行動していきましょう。」

「大宮九条班会」のご紹介

ひとづまみが0.1グラムとのか、高血圧症、心臓疾患と塩分の関係を詳しく説明いただき、家族の健康管理に大切なことを思わされました。(小松支部 黒木愛子)



管理栄養士のアドバイスでてきばきと

保健学校で第一課料理実習

秋の医療生協強化月間がはじまりました。多彩なメニューの班会を通して、医療生協の仲間が増えていきます。

第一課保健学校で料理実習を9月29日(火)小松台ハイランド集会所で実施しました。「低塩分の食事」の献立を宮崎生協病院管理栄養士齊藤由美子さんに指導していただきました。①鶏肉と季節の野菜をしょうがやゴマ油で風味よく炒め、②煮きり酒と少量の塩であえたエノキとキウイの酢の物、③豆腐とオクラのすまし汁もしっかりとったカツオだしで調理し、三品とも塩分量を抑えて美味しく食べられる献立でした。塩味は、塩分は塩分の関係性を詳しく説明いただき、家族の健康管理に大切なことを思わされました。(小松支部 黒木愛子)



医学生も班会に参加しました

班会に医学生も参加

10月5日(月)、あおき支部前浜班の班会に、宮崎大学医学部医学科3年生が参加しました。健康チェックのお手伝いや組合員さんとの交流を通じて、医療生協について学びました。学生は、「皆さんすごく明るくて、楽しくて良い経験となりました。班会では組合員さんの血圧測定をしながら、うまくいかなかったことも多く戸惑いましたが、班長さんに丁寧に教えていただきました。」と話しています。(医学生担当 時任友世)



班会で肺活量、足指力測定をしました

原田班では、昨年より公民館健康チェックから班会開催へ移行となり今年、初めての肺活量測定などを10月13日(火)13時30分より下小松公民館にて行いました。最高年齢89歳の方は血圧も良好で尿中塩分6g、肺活量2650ml、体内年齢74歳ととてもお元気でした。茶話会では組織部の川畑奈美子さんより測定結果、肺活量と足指力についての鍛え方など、丁寧に説明をされて皆さん熱心に聞かれました。特にペットボトルを使つての肺活量の鍛え方は楽しく好評でした。(小松支部 原田ミヤ子)

地域にお住まいの方と一緒に公民館健康チェックを

小松支部では、青空・まちかど・公民館健康チェックを各地域で年1回ほど開催しています。今回、10月13日(火)10時より下小松街区児童公園にて初めての肺活量と握力、足指力などの測定を気持ちよい青空のもとで行いました。肺活量の測定数値では標準値よりも高く、握力も平均値を超えられた方がおられて聞けば剣道をされているとの事でした。宮崎生協病院の24時間診療や入院時の個室料がないことなど特徴の説明をして加入の呼びかけをしました。(小松支部 立川沢子)

体温計

アメリカが海外で戦争に自衛隊が参戦する安保関連法案(戦争法)が国会で可決された。この法案は、自衛隊が海外で戦争に参戦する際に、必要に応じて自衛隊員を海外に派遣することを可能にする。この法案は、国民の生命と健康を脅かす危険なものである。私たちは、この法案の廃止を求め、平和憲法を守りたい。医療生協の仲間、皆さん、声を上げていきましょう。

クイズの答えはEメールでも受け付けております→

「おげんきですか」へのご意見・感想をお寄せください。 Eメール:mcoop1030@ray.ocn.ne.jp

生協クイズ

(No.137) (出題 編集委員会)

秋にはスポーツ、読書、食欲などいろいろな言葉が付きまますが、今回は行楽の秋で紅葉狩りに出かけましょう。次の紅葉の名所はどの市町村にあるのでしょうか。

- 高千穂峡
- 蘇陽峡
- 蘭牟田池県立公園
- 岡城跡
- 五家荘
- 大隅湖
- 見立溪谷
- 藤河内溪谷
- 清流の森
- 白馬溪
- 曾木の滝公園



- 【応募方法】
官製はがきに、答え、住所、氏名、電話番号を記入の上、「生協クイズ」係宛にお送りください。また、Eメールでも受け付けております。お返り先は「おげんき」に掲載させていただきます。お申し込みは11月30日まで、当選者は12月号の紙面で発表します。
- 【送り先】
〒8800824
宮崎市大島町天神前二七五三三
宮崎医療生活協同組合
「生協クイズ」係宛
※名前の書き忘れがありますのでご注意ください。
- 【10月号の答え】
1 (ウ) 2 (オ) 3 (カ)
4 (カ) 5 (ク) 6 (キ)
7 (エ) 8 (ケ) 9 (キ)
10 (イ)

11月の診療案内

遠藤・高田・中島徹(循環器内科)、古谷(消化器内科)、高橋聡・永友(呼吸器内科)、植野(糖尿病内科)、三宅(内科)、高橋麻里子(内科・リハビリ)、山岡・中島努・末岡(外科・肛門外科)、山元・上野・愛甲・久保(小児科)、坂口・上山(後期研修医)・井上・松尾・木脇(初期研修医)

宮崎生協病院											宮崎市大島町天神前1171 ☎0985(24)6877									
午前					午後					夜間		小児科		夜間						
受付 8:00~11:45 診療 8:30~12:30					受付 14:30~16:30 診療 15:00~17:30					受付 17:00~19:35 診療 17:30~20:00		受付 8:00~11:45 診療 8:30~12:30		受付 16:30~19:00 診療 17:00~19:30						
月	交	替	制	遠藤	高橋聡	高橋聡	高橋聡	高橋聡	高橋聡	高橋聡	高橋聡	山岡	山岡	山岡	山岡	山岡	山岡	山岡	山岡	山岡
火	交	替	制	高田	植野	古谷	古谷	古谷	古谷	古谷	古谷	山岡	山岡	山岡	山岡	山岡	山岡	山岡	山岡	山岡
水	交	替	制	遠藤	永友	三宅	三宅	三宅	三宅	三宅	三宅	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努
木	交	替	制	高田	古谷	坂口	坂口	坂口	坂口	坂口	坂口	休診	休診	休診	休診	休診	休診	休診	休診	休診
金	交	替	制	中島徹	高橋聡	上山	上山	上山	上山	上山	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努
土	交	替	制	1週:高田 2週:高橋聡 3週:植野 4週:永友	高橋聡	土曜日:午後 受付 13:30~16:30 診療 14:00~17:00 交替制	高橋聡	高橋聡	高橋聡	高橋聡	高橋聡	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努	中島努

●1月から土曜日夜間の一般内科外来は休診になりました。

和知川原生協クリニック			
宮崎市和知川原2丁目25-1 ☎0985(23)0050			
診療時間	午前	午後	夜間
	8:30~12:30 (受付12:00)まで		17:00~19:00まで
月	日高	休診(往診)	日高
火	日高		
水	日高		日高
木	日高		
金	日高	休診(往診)	日高
土	日高		第3土曜日は休診

このはな生協クリニック			
宮崎市大字熊野1613 ☎0985(58)1222			
診療時間	午前	午後	小児科 相談外来(月1回) 14:00~16:00
	8:45~12:30 (受付12:00)まで	15:00~18:00まで	
月	中村	中村	
火	中村	休診(往診)	
水	中村	中村 第1週のみ15:00~18:00 第2-3-4-5週は16:30~19:00	
木	中村	中村	
金	中村	中村	
土	中村	休診	

生協クリニックのべおか			
延岡市浜砂1丁目5-17 ☎0982(26)7100			
診療時間	午前	午後	通所介護 デイサービス 月曜日 ~土曜日 9:30~16:00
	9:00~12:30 (受付12:00)まで	15:00~17:30まで	
月	末岡	末岡	
火	末岡	末岡	
水	末岡	末岡	
木	休診	交替制	
金	末岡	末岡	
土	休診		

●診療科は内科。
●火曜、水曜、金曜の13:30~15:00までは往診。

在宅総合ステーション	れいんぼう	在宅総合ステーション	それいゆ
宮崎市和知川原2丁目25-1 (れいんぼう会館内)		延岡市浜砂1丁目5番6号	
・居宅介護支援事業所 ☎0985(24)8538		・居宅介護支援事業所 ☎0982(31)1453	
・訪問看護ステーション ☎0985(23)7728		・訪問看護ステーション ☎0982(31)1442	
・ホームヘルプサービス ☎0985(62)1384		・ホームヘルプサービス ☎0982(26)2536	

◎介護保険の申請や相談については上記の居宅介護支援事業所にお問い合わせ下さい。

小規模多機能ホーム 高齢者共同住宅 **みんなの家**
宮崎市大島町国草142-2
TEL 0985-75-0700

小規模多機能ホーム 高齢者共同住宅 **ぎおんの家**
宮崎市祇園3丁目195番地
TEL 0985-61-7720

小規模多機能ホーム **おおつかの家**
宮崎市大塚町西ノ後3435番地1
TEL 0985-55-0025

入居者を募集しています。
入居希望の方は、介護事業部 (0985) 23-7168 (介護部長 長友則子) までご連絡ください。

組合員の皆さん、健康診断はお済みになりましたか？



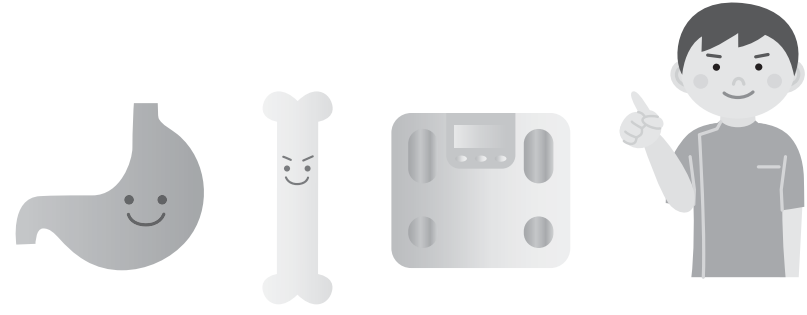
宮崎医療生協では、健康づくり運動の一環として、組合員さんに年1回の健康診断受診をおすすめしています。誰でも利用できる健康診断には特定健康診査とガン検診があります。

まず、特定健診についてですが、概ね40才以上の方に受診資格があります。(宮崎市国保は35才より受診可能です)受診券は加入されている市町村等加入団体より送付されますので、まだ受け取られていない方は申請を行ってください。特定健診は内容が不十分なため、医療生協では胸部X線と心電図を追加した「健康づくり健診」をおすすめしています。

次に、ガン検診ですが、宮崎生協病院では胃ガン検診、大腸ガン検診、前立腺ガン検診、乳ガン検診が受けられます。胃ガン検診については、血液検査で胃ガンになりやすいかどうかを調べる「リスク検診(ABC検診)」も選択できます。

最近、有名なタレントの方が乳ガンの手術をされました。直後、生協病院健診科に乳がん検診の予約電話が殺到しました。健診をおすすめしているながら、心苦しいのですが、残念ながらこの原稿を書いている時点で、1月でないと予約がお取りできない状況です。健診を予定されている方は早めのご連絡をお待ちしています。

(健診科主任 小牟田貴)



<審議・決定事項>

- ①8月度の組合員活動概要と各種委員会の取り組みについて報告がありました。9月の組合員増やしは60名(目標105名)と、出資金増資は83.9万円(目標222万円)といずれも目標を下回りました。組合員理事・支部長合同会議、秋の医療生協の強化月間の活動内容の報告がありました。また宮崎生協病院健康まつりの準備状況と予算、高齢者大会のまとめについて報告もありました。
- ②平和と社会保障を守る取り組みについて提案がありました。安民法制、介護保険、マイナンバー制度、原発再稼働などの報告があり意見交換を行いました。
- ③大田原専務理事より、8月度の経営概況について報告がありました。8月の法人の経常利益は828.6万円と予算(1,137万円)を下回ったことなどの報告がありました。
- ④和田監事、川崎監事、岩切監事より訪問看護ステーションれいんぼう、訪問看護ステーションそれいゆ、居宅介護支援事業所それいゆ、ホームヘルプサービスそれいゆ、グループホームにじの樹の業務会計監査報告を受けました。大田原専務理事、白石常務理事より監査報告を受けて今後の対応について回答がありました。
- ⑤大田原専務理事より第27回総代にむけての理事・監事の選任について提案がありました。8支部からの組員理事の選出と2名の幹事専任について確認しました。

<報告・承認事項>

- 9月度事業所活動について報告・承認しました。
- ①9月度医療安全管理委員会について報告・承認しました。
- ②9月度宮崎生協病院利用委員会について報告・承認しました。
- ③9月度県連学習教育委員会について報告・承認しました。
- ④9月度県連介護事業所責任者会議について報告・承認をしました。
- ⑤9月度経営協議会について報告・承認しました。
- ⑥第26期5,6回常勤理事会について報告・承認しました。
- ⑦宮崎県民医連第4回理事会について報告・承認しました。
- ⑧宮崎県社保協第5回幹事会について報告・承認しました。
- ⑨人事について
- ⑩小規模多機能ホームぎおんの家補助金交付確定通知書について
- ⑪のべおか生協クリニック保健所立ち入り検査報告

みんなの声

・私の娘も以前、1日看護師体験に参加させて頂き、懐かしかったです。娘はこの看護師体験が最大の決め手となり、現在は看護大学のほうに通っております。娘のような貴重な体験ができる学生が増えますように。そして心優しい看護師さんが誕生しますように。
(宮崎市Gさん女性)

・戦後70年、戦争の悲惨さを後世に語り訴え続けていくことが大事だと思います。宮崎も特攻慰霊碑や掩体壕などを大切に保存していくべきだと思います。
(宮崎市Hさん女性)

虹の声 宮崎生協病院虹の意見箱

●外来待合室の椅子の並びが変わったため、診察室前の待合室まで通りにくくなった。テレビの前を通らないといけないので不便利です。

※パーテーション(仕切り壁)の位置をずらして車椅子が通れるように再配置しました。

●看護師さんは毎日忙しく仕事をされている中、私達家族のわがままな要望にいやな顔を見せずに対処して頂きどうもありがとうございます。病院の先生、看護師、スタッフの皆様親切にいただき感謝しています。ありがとうございます。

※お褒めの言葉ありがとうございます。お褒めの言葉を励みに今後ますます接遇向上に努めて参ります。

今、宮崎医療生協は 2015年10月現在

■ 新規加入者	60名(9/1~9/30)
■ 総組合員数	48,984名
■ 出資金	5億5,608万円
■ 平均出資金	11,352円
■ 班数	337班
■ 「おげんきですか」手配り配布数	19,886部

組合員さんと病院職員が力を合わせて秋の医療生協強化月間を達成しよう！



9月24日(木)約30名の職員が参加して行われました。坂口亮介医師の挨拶の後、あおき支部長の加島宏司さんが、「職員には医療生協を大きくする義務がある」と月間に向けての意気込みと組合員の希望を語りました。外来看護師からは「一人一名以上の仲間増やしを目指します」、3階病棟看護師からは仲間増やしを行う工夫の紹介がありました。最後は坂口医師による「ガンパロー」「オウ！」の掛け声で集会を終えました。(組織部)

組合員さんと職員がタッグを組んで



10月1日は、午前中に「おげんきですか」の仕上げ作業をすませ、正午から生協クリニックのべおかの職員4名と、秋の医療生協強化月間を頑張ろう！と、昼食会(キックオフ会)を行いました。

支部の運営委員さんたちが手作りで持ち寄ったご馳走で英気を養い、午後は統一行動。7名の組合員さんが参加して月間目標8名をめでたく達成しました。

(東北支部 茄子田和哉)



小松支部と理学療法科との昼食会



あおき支部と地域連携室との茶話会

笑いあいの「都北支部組合員のつどい」



取材を受ける安岡カツ子支部長

9月30日、都北支部組合員のつどいは今年も安岡カツ子支部長の秋の医療生協強化月間の訴えで始まり、2番手の長友則子(宮崎医療生協介護部長)さんの「笑いヨガ」の頃にはもう80人を超え、90個たのんだ弁当も残りわずかになっていて嬉しい悲鳴でした。工藤尚吾(宮崎医療生協組織部)さんに「班」の住所録を整理してもらい、班でまとめて支部ニュースを配布している都北支部では、3年前からは支部の催し物は3週間前に班宛にハガキで案内を出すようにしています。近々会員の増加も目立ち、今回の参加者は医療生協の職員3人を加えて91人でした。支部長の訴え、笑いヨガの後、バザーを行い昼休みにしました。午後はBTV(都城ケーブルテレビ)の取材を受けながら、重信優さんの軽妙なゴツタンと歌、絶妙なトークにみなさん笑いに引き込まれました。そのあと、オレンジ班の太鼓、おどりと続いて、最後は「サラ回し」の会の出し物で締めくくり。なんか1日笑い続けてホッくらした気持ちの1日でした。
(都北支部 岩切正道)



日本血まわり協会のおみなさん

おげんき仲間、配布協力員紹介、
組織部 0985・31・9055

おげんきですか文芸欄

・皆敬老祝席叶わず折詰談義
暮れ泥む訪う
人もなくちらろ鳴く
・湿原の鶯草低く
咲き揺らぐ
吉川保子

第14回宮崎県高齢者大会で

学習と交流を



南邦和氏の記念講演

10月7日、宮崎市民プラザで開催された「第14回宮崎県高齢者大会」には組合員さんをはじめ120名が参加しました。午前の部では「ウチノ知育教室」宮崎いきいき健康体操を体験しよう！、「日本の年金制度と最低保障年金」と、3つの分科会に分かれ学習を行いました。午後からの全体会では、南邦和氏(日本ペンクラブ名誉会員)が「歴史の岐路に立つて戦後七十年を考える」と題し、戦後70年を迎えた今、1875年〜1945年の戦前70年間の戦争の歴史を振り返り、「立憲政治が壊され、独裁国家になろうとしている現在の日本がまさに歴史の岐路に立っている」と講演されました。宮崎県高齢者大会は、「まちから村からの連帯で、ひとりぼっちの高齢者をなくそう」の呼びかけにふさわしく、楽しみながら学べる場として、毎年10月に開催しています。