

2019年3月号
医療生協 (No.450)
宮崎医療生活協同組合
〒880-0824
宮崎市大島町天神前1175-3
発行 機関紙編集委員会
責任者 仁田脇 弘文

おげんきですか

宮崎生協病院 ☎(0985)24-6877 FAX 29-4839
http://m-seikyoubp.com
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)52-7100 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それいゆ ☎(0982)23-7728 FAX 24-0515
訪問看護ステーションそれいゆ ☎(0982)23-1442 FAX 31-1452
居宅介護支援事業所宮崎協病院ゆほう ☎(0985)24-8538 FAX 24-0515
居宅介護支援事業所宮崎協病院ゆほう ☎(0985)24-6545 FAX 29-4839
居宅介護支援事業所それいゆ ☎(0982)31-1453 FAX 31-1452
生協ホームヘルプサービス ☎(0982)26-2536 FAX 31-1452
宮崎医療生活協同組合 ☎(0985)23-7168 FAX 26-1944
http://www1.ocn.ne.jp/~mcoop/

“健康でいきいきとした毎日”をおくるために

「健康で楽しい」豊かな生活を送りたいこれはみんなの願いです。気の合う仲間と声をかけ合い、班をつくって、楽しい班を開いてみませんか。同じ趣味や興味をもった仲間と、目標や計画をつくらせて充実した毎日をお過ごしください。

班会って何?
「班」は医療生協の中で一番小さな組織単位です。宮崎医療生協の17支部には班が309班あり、班会は平均90回/月、平均55.7人/月、平均6人/班、参加しています。「もって健康になりたい」「もって楽しんでみたい」ことをしたいなどの要求をもち、楽しくワイワイガヤガヤ続けることがポイントです。仲間が3人以上集まればひとつの「班」です。楽しく続けながら、健康づくりの仲間を広げましょう。

班会では、こんなことをしています
班会は、「血圧、検尿、体重



昨年の新班 北2支部 “だいこん班”

新年度に向けて目標や計画をつくり、仲間を広げましょう!



新たに購入した“血管年齢測定器”

脂肪率などの測定が基本です。血管年齢測定や骨密度測定などの他、健康づくりに関する学習会なども行います。高齢者にとって骨折は、要介護や寝たきり生活につながる恐れがあります。班会は、身近な場所です仲間と気軽に健康チェックが受けられる場です。この機会に班をつくり、班会を通して健康でいきいきとした毎日をお過ごしください。

病気の早期発見・治療のためにも
医療生協では、「班会(健康チェック)」と年に1回の「健康診断」の2本柱で健康づくりをすすめています。年に1回の健康診断ですっきりと検査を行い、定期的な班会で普段の生活を見直して生活習慣病の予防に心がけましょう。班会または健康診断で異常が見つければ、病気の早期発見・早期治療にもつながります。経済的・身体的負担も軽くなります。

●原発ゼロ・再生可能エネルギーへ!
福島を忘れない! 原発いらない!
3.11宮崎いのちの広場
集会 14時~15時 (期券14:46)
入場 15時から
3/10 雨天決行
橘公園 (宮崎市役所前広場)
主催: 3.11宮崎いのちの広場実行委員会
連絡先 090-5272-2587 (青木)
090-9682-3484 (村岡)

出資金増資に御協力ください!
出資金は医療生協の運営資金に充てられ(株式会社という資本金のことです)、出資金を元手に病院の建設や設備、検査機器の購入等を行っています。宮崎医療生協では、宮崎生協病院附属棟建設および院内改修に向けて、2018年度・2019年度の2年間で2億円の特別出資金増資運動に取り組んでいます。出資して組合員になることにより医療生協の運営に参加することができ、毎年6月に開催される総代会では1人一票の議決権もあります。宮崎医療生協の平均出資金は、11,624円/人(全国平均2万円)を目標に取り組んでいます。出資金増資への協力をお願いします。

写真撮影 1月22日
附属棟建設工事はじまる (写真撮影 1月22日)

体温計
最近、同年代の方の計報に接することが増え、自分もそう思う年齢になったかと思いきや、自分自身も思った親の看取りも済んだしと観念すると「終活」という言葉が頭に浮かび、早く身の回りを片付けなくてはと、まだまだ本気にはなれない。なしろ、70歳女性の平均余命は約20年、90歳まで生きることになる。そうなるまで残り時間、どう生きていくか。「ペンペンころり」といきたいが、こればかりはどうなるかわからない。介護が必要になるかもしれない。団塊の世代が80代になった時はどうなっているのだろうか。施設も人も足りないという現実ではないだろうか。2025年問題と呼ばれる国からは自助・互助を強調され腹は立つが、自分たちが頑張るしかない。医療生協の仲間たち、地域の方々、地域包括支援センターなどを合わせて健康づくりと共に「老後も自宅で生活し、死んでいく地域づくり」をしていきたい。もちろん共助・公助の拡充を求めながら、ある先輩の言葉「人間は誰でも死ぬ。死ぬまでは皆生きていく。死ぬに最後までちゃんと生きていきたいと思います。」

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・ご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.178) (出題 編集委員会)

医療生協は「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働によって、問題を解決するための事業と運動を行います」と、「医療福祉生協のいのちの章典」の中で定義されています。医療生協活動について、文章にあてはまる語句を語群から選んで、その記号を記入してください。

(1) 医療生協の全国四課題は、①仲間ふやし、②出資金増やし、③班づくり、班会開催 (4) (2) (3)

(2) 医療生協の保健活動は、健康診断 () の2本柱が基本となります。

(ア)健康チェック (イ)担い手づくり

【応募方法】
郵便はがきに、答え、住所、氏名、電話番号を記入し、上記の宛先までお送りください。またEメールでも受け付けております。「おげんきですか」を読んだのをご意見・感想などもお書きください。正解者の中から抽選で5名の方に図書カードを差し上げます。切当は3月31日、当選者は5月号の紙面で発表します。

【送付先】
〒880-0824
宮崎市大島町天神前二七五三
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。

【2月号の答え】
①カ ②ア ③キ ④イ ⑤ウ ⑥ク ⑦エ ⑧コ ⑨オ

【1月号当選者】(応募数35通 (正解 30通)
山本 恵子さん(延岡市)
吉井 汪さん(延岡市)
李弘さん(宮崎市)
鈴香さん(宮崎市)
鈴香さん(宮崎市)
鈴香さん(宮崎市)

駐車場のご案内 2019年1月より生協病院北側(正面玄関側)駐車場は、附属棟建設工事のためご利用になれません。患者・組合員様は西側駐車場をご利用頂きますようお願い申し上げます。

3月の診療案内 遠藤・高田・中島(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)、浜田・高橋麻里子(内科・リハビリ)、山岡・葉山・末岡(外科・肛門外科)、山元・上野・愛甲・久保(小児科)、堀・加藤(後期研修医)、黒木・合田・富瀬・日高・林(初期研修医)

宮崎生協病院 宮崎市大島町天神前1171 ☎0985(24)6877

月	内 科					夜 間			外 科		小 児 科						
	午 前		午 後			夜 間			午 前	午 前	午 後		夜 間				
	受付	診療	受付	診療	診療	受付	診療	診療	受付	診療	特診	乳児健診	予防接種	特診	受付	診療	
火	8:00~11:00 8:30~12:00		13:30~16:00 14:00~17:00			17:00~19:30 17:30~20:00		山岡	1診:山元 2診:愛甲	上野	久保	山元	愛甲	久保			
水		遠藤	古谷					山岡	1診:久保 2診:山元	愛甲又は山元	上野	久保					
木		遠藤	高田	古谷				休診	1診:山元 2診:久保	久保	愛甲	山元	上野	愛甲	山元		
金		遠藤	中島					休診	1診:山元 2診:久保	久保	愛甲	山元	上野	愛甲	山元		
土		1週:高田 2週:高橋聡 3週:植野 4週:水友						休診	休診	休診	休診	休診	休診	休診	休診		

●土曜日夜間の内科・小児科外来は休診です。 2月に引き続き、クリニック診療に一部変更があります。ご理解とご協力をお願いします。

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 8:30~12:30 (受付11:30まで) 午後 13:30~17:30
月 浜田 火 生協病院からの支援 水 浜田 木 浜田 金 浜田 土 休診になる場合があります。

おおつか生協クリニック 宮崎市大塚町大池南4401 ☎0985(52)6715
診療時間: 午前 8:30~12:30 (受付11:30まで) 午後 16:00~18:00 (受付17:30まで)
月 三宅 火 三宅 休診(往診) 水 三宅 17:00~19:00 (受付18:30まで) 木 三宅 休診(往診) 金 三宅 土 三宅 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 8:45~12:30 (受付12:00まで) 午後 15:00~18:00 (受付18:00まで)
月 中村 火 中村 休診(往診) 水 中村 木 中村 金 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 9:00~12:30 午後 15:00~17:30まで
月 末岡 火 末岡 水 末岡 木 休診 金 末岡 土 休診

通所介護 ティサービス 月曜日~土曜日 9:00~15:30

在宅総合ステーション れいんぼう 宮崎市和知川原2丁目25-1 (れいんぼう会館内) ☎0985(24)8538
・居宅介護支援事業所 ☎0985(24)8538
・訪問看護ステーション ☎0985(23)7728

在宅総合ステーション それいゆ 延岡市浜砂1丁目5番6号 ☎0982(31)1453
・居宅介護支援事業所 ☎0982(31)1453
・訪問看護ステーション ☎0982(31)1442
・ホームヘルプサービス ☎0982(26)2536

小規模多機能ホーム 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 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

れいんぼう会館 宮崎市和知川原2丁目25-1 グループホーム にじの樹 TEL 0985-35-6022
デイサービス 和知川原 TEL 0985-32-3414
グループホーム おおつかの家 宮崎市大塚町西ノ後3435番地1 TEL 0985-52-2225

入居者を募集しています。入居希望の方は、各介護施設または介護事業部 (0985) 23-7168 (介護部長 大田原良治) までご連絡ください。

8月～9月



7月28日: 子どものための保健学校「めだかの学校」(宮崎地区)



9月7日: 風船ビームアクション(みんなて力を合わせて平和な日本を)



9月12日: 組合員のつどい(宮崎地区) 記念講演: 「共生社会を生きるための地域づくりについて～子ども食堂の取り組みを中心に～」



東支宮支部の出し物



8月4～6日: 原水爆禁止世界大会in広島(組合員さん2名・職員7名が参加)

◎めだかの保健学校(8月4日: 延岡地区)
◎組合員のつどい(県北地区: 9月22日、都北支部: 9月20日)

10月～3月



10月16日: 第17回宮崎県高齢者大会記念講演: 安田郁子氏(宮崎特攻隊語り部)



10月27日: 北2支部グラウンドゴルフ大会



11月24日: 住吉支部バスマイク(日向サンパーク温泉)



◎「宮崎生協病院健康まつり」11月4日、地域のみなさんの参加を含めて1,000名を超える来場者で賑わいました。
◎中学生の吹奏楽演奏、園児の歌やダンス、エイサーや太極拳、ひよっこ踊りなどで会場は盛り上がりました。

◎10・11月は「秋の医療生協強化月間」。バスハイクやグラウンドゴルフなどを通して811名の仲間が増えました。
◎医療生協ウォーキング: 10月20日、3月23日

“写真でみる”

2018年度宮崎医療生協の 主な組合員活動

2019年度も健康で明るい 組合員活動を目指します!

◎7月9～10日『第42回九州沖縄ブロック組合員交流研修会in鹿児島』
◎健康まつり・健康ウォーク・保健学校・学習会・レクリエーション(バスハイク・グラウンドゴルフ大会)など



コープみやざき10店舗で「まちかど健康チェック」を行いました。



小松支部の料理教室では、簡単ヘルシーメニューをつくりました。



南海トラフ地震に備えて大規模災害訓練を組合員さんとともに生協病院でおこないました。



組合員さんと一緒に地域訪問を行い、病院や診療所への意見や要望を伺いました。

4月～5月



4月27日: あおき支部総会(覆たきりにならない介護予防を学びました)



4月21日: 生協いきいき健康ウォークin日向(コープみやざきと医療生協の組合員さん130名が参加)



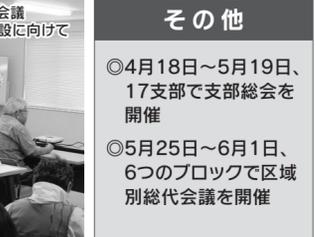
4月2日: 2018年度宮崎医療生協赴任式(16名が入職)



5月12日: 「国の責任で医療と介護の充実を求める集会」に宮崎医療生協を含め6団体、約80名が参加。



5月25日: 宮崎中央ブロック総代会議(病院の経営や生協病院附属棟建設に向けての意見などがあつきました)



◎4月18日～5月19日、17支部で支部総会を開催
◎5月25日～6月1日、6つのブロックで区域別総代会議を開催

6月～7月



6月18日: 171名の総代が参加した『第29回通常総代会』



6月22日～7月2日: 国民平和行進(宮崎市コープでは約300名が宮崎市内を進行)



7月13～14日: 西日本豪雨災害ボランティアに島山大輔さん(健診科)が参加

7月4日～5日 第41回九州沖縄ブロック組合員交流研修会in沖縄 (会場: サザンビーチホテル&リゾート沖縄)



約420名の組合員さんが参加した全体会



◎記念講演
『女性記者が見る基地・沖縄』～沖縄でいま何が起きているのか～
講師: 島 洋子氏(琉球新報編集局経済部長)

2019年2月度 理事会の報告(2月9日開催)

＜審議・決定事項＞

- 1) 1月度の組合員増やしは67名(目標121名)、出資金増資は580万円(目標840万円)、班づくり0班、班会開催77回。2018年累計の出資金増資参加者人数は2,679名(昨年2003名)です。「夢つなぐ東大宮」の活動について報告がありました。東大宮地区福祉まつりに参加し健康チェックを行う予定です。九州沖縄ブロック組合員交流集会的実行委員会の開催、昨年取り組んだ塩分チェックコンテストの結果、新たな居場所づくりの取り組み状況、おつか生協クリニックで開催した「サロン」、九州沖縄ブロック方針討論会などの報告、2019年度の方針について提案がありました。
- 2) 平和と社会保障を守る取り組みについて、「辺野古基地建設県民投票」「アメリカへの軍事費ローン5.34兆円、国民一人当たり4.2万円」「玄海原発2号機廃炉濃厚」「益城町に災害公営住宅」「外国人労働者146万人」「障がい者医療費」などについて意見交換しました。また「新田原基地への米軍弾薬庫と格納庫建設反対運動」についての報告もありました。
- 3) 12月の法人の経常利益は1,621万円(予算差▲46万円)、累計では+5,673万円(予算差▲2,515万円)の到達でした。
- 4) 第30回宮崎医療生協通常総代会議の考え方や総代会選挙管理委員会についての提案がありました。総代定数は226名です。
- 5) 「小規模多機能ホームみんなの家の現金監査報告、地域密着型事業所のパート給付の改訂」についての提案がありました。

＜報告・承認事項＞

- 1) 1月度事業所活動について
- 2) 1月度医療安全管理委員会について
- 3) 1月度宮崎生協病院利用委員会について
- 4) 1月度県連介護事業所責任者会議について
- 5) 1月度経営協議会について
- 6) 第29期第14回、15回常務理事会について
- 7) 宮崎民医連第10期第9回理事会について
- 8) 人事について
- 9) 在宅医療の振り替え休診について
- 10) 相知川原生協クリニック所長代行について
- 11) その他

以上の報告を承認しました。

みんなの声

◎「おげんきですか」必ず全部読みます。特に「体温計」はとても参考になるコラムです。(宮崎市Tさん女性)

◎本年は「戦争への道」に走らないことを念願しつつ憲法改悪STOPを呼びかけたい。(宮崎市Fさん女性)

虹の声 宮崎生協病院虹の意見箱 2月度宮崎生協病院利用委員会

◎乳がんの手術後、薬のせいかわいいうちから骨密度が低くなり、他院で測定しています。生協病院でも詳しい検査ができるよう精密に測れる機器を導入して欲しい。

◎整形外科医師支援に伴い今後、骨粗鬆症予防が活発になることが想定されます。他にも同様のご要望をお受けしておりますが、1) 精密機器は数千円と高額なこと、2) 設置するスペースの確保などの課題もあります。近い将来での検討課題としています。

今、宮崎医療生協は		2019年1月末現在	
■新規加入者	67名(1/1～1/31)	■総組合員数	50,269名
■出資金	5億8,434万円	■平均出資金	11,624円
■班数	309班	■おげんきですか手配り配布数	20,734部

おげんきですか文芸欄

〈短歌〉

あれは竜あれははやぶさバス待ちに
檻の外に猫はじやれていて
猪は今日も動かず背をむけている

塚本宣子(日南市在住)

延岡市西階町うぐいす班 藤田三美さんを紹介いたします。彼女は10年間活動されている兒玉差代さんが「主人の病気で支部の活動があまりできなくなつたのでお手伝い」との呼びかけで組合員に加入。また、若い、活発な性格、はきはきしていること三拍子そろっているので運営委員にもなつていただきました。日頃は地区の見守り推進チームとして活躍中。毎月の機関紙分け、運営委員会、班会サポーターなど支部活動にもご協力をいただいています。(南方支部運営委員 畑野雅子)

お問い合わせ) 組織部 0985・31・9055

宮崎医療生協主催 医療生協健康ウォーキング

宮崎医療生協は、毎年春・秋に健康ウォーキングを開催して健康づくりにつとめています。一緒にウォーキングを楽しみましょう。

●とき: 2019年3月23日(土) (※雨天中止)
受付: 9時30分～、スタート: 10時00分

●ところ: 市民の森公園(東芝生協集合)
(バス: 宮崎駅からフローランテ宮崎行きで約18分「市民の森」バス停下車)(車: 東芝生協から約100台の駐車スペースあり)

●コース: 芝生広場スタート・ゴール(1.5km・4kmの2コースがあります)

●参加費: 無料(軽食、飲料水、タオル等は各自で準備してください)

参加の申し込み 3月20日(水) までに宮崎医療生協組織部に
締め切り 電話(0985) 31-9055 で申し込みください。

コープみやざき・宮崎医療生協共催 生協いきいき健康ウォークin日向

コープみやざきと共催で、秋は綾町、春は日向市美々津で健康ウォークを開催しています。ウォーキングで健康な体づくりを!

●とき: 2019年4月20日(土) (※雨天中止)
受付: 9時30分～、スタート: 10時00分

●ところ: 日向サンパーク公園および周辺(受付はお舟出の湯前広場です)

●コース: 約8km(美々津並みコース)、約6km(権理崎森と港コース)、約2km(公園周遊コース)

●参加費: 無料(軽食、飲料水、タオル等は各自で準備してください)

参加の申し込み 4月13日(土) までに宮崎医療生協組織部に
締め切り 電話(0985) 31-9055 で申し込みください。