

**2020年6月号**  
(No.465)  
医療生協  
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://www.miyazaki-ryou.coop/  
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 ☎(0985)24-8538 FAX 24-0515  
居宅介護支援事業所宮崎生協病院 ☎(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  
主簿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://www.miyazaki-ryou.coop/

## 宮崎生協病院の既存棟の改修工事が終了しました



内視鏡後の回復室

内視鏡室は旧小児科外来に移動しました。内視鏡の施術室を1室から2室に増やし、快適にお待ち

**正面玄関のリニューアルで快適な待合室に**  
2019年1月の附属棟の起工に始まり既存棟の改修の竣工まで1年4か月の工事を行いました。今回は既存等改修工事のうち正面玄関と内視鏡室、化学療法室についてご紹介します。  
はじめに、正面玄関、風除室の改装についてです。これまでの正面玄関及び風除室は北側に自動ドアが内側と外側に2枚設置されており、冬場の冷たい北風が吹く季節になると正面玄関から風除室まで風が吹き抜けてしまい、待合室が冷えてしまうという問題が生じておりました。このため風除室の拡張と共に、正面入り口を西側及び東側の両サイドにする改修工事を行いました。これにより北風の吹き抜けを防ぐとともに、内・外の自動ドアの同時開閉が減少すると思われまます。現在は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、入り口制限により閉鎖させていただいております。ご利用には今しばらくお待ちください。



化学療法室

5月より外来化学療法室と無菌製剤処置室が開設となりました。治療室はこれまでの1床から2床(リクライニングシート1、ベッド1)に増床となりました。当院では主に大腸がん・胃がん・肺がんの化学療法を実施しています。最新のがん治療は著しく進化しており、地域のがん治療の受け皿となるように力を尽くしたいと思っております。

組員さんの要望の中からこれらの改修は行われ、その原資も皆様からお預かりした出資金に支えられています。皆様のご期待に添えますよう、日々の活動に取り組みで参ります。  
(事務次長 内村浩三)

### 心臓リハビリ室が 移設・拡大しました

リハビリテーション科主任 野田 藍  
宮崎生協病院では2008年に入院患者さんへ心臓リハビリ(心リハ)を開始しました。翌年の2009年からは、外来患者さんに対しても週3回12名の枠で、入院から退院後の切れ目ないリハビリの提供を行なっています。病院の附属棟建設と院内改修に伴い、2020年4月から①施設面積(30㎡x37㎡)の拡大②実施枠(週5回48名)の拡大③新しい機器(エルゴメーター)の導入の3つが加わり、心リハ室を院内の1階に移設しました。  
一般的に心臓リハビリでイメージするのは、整形外科や脳血管疾患が浮かぶと思いますが、「心臓リハビリとは？」心臓病の患者さんが体力を回復して自信を取り戻し、快適な家庭生活や社会生活に復帰することにも、再発や再入院の防止を行う総合的治療のプログラムです。内容としては、有酸素運動をはじめとした運動療法、栄養指導や服薬管理などの生活指導、相談(カウンセリング)などを含みます。  
心リハは専門知識を持った医師、理学療法士、看護師、薬剤師、検査技師などの多くの専門医療職が関わって、患者さん一人ひとりの状態に応じた効果的なりハビリプログラムを提案し実施します。当院でも患者さん一人ひとりに合わせたプログラムを作成し、退院後も自己管理が継続して行えるような心リハを提供します。  
(2面上段に続きます)

### ＜お詫びと訂正＞

5月号1面と3面の一部に誤りがありました。訂正してお詫びいたします。正しくは、下記の通りです。  
1面：(誤)井上美保子(医師) → (正)井上三保子(医師)  
3面：おげんきですか5月号の3面「地域の困難に寄り添いながら、この局面を乗り越えていきましょう」の3節「政府に対して国民のいのちと暮らしを守るための緊急な対応を求めよう」の内容は、次の通りです。  
**3、政府に対して国民のいのちと暮らしを守るための緊急な対応を求めよう**  
医療・介護体制を崩壊させないための財政的保障も含めた緊急な支援、生活が立ち行かなくなっている方々への経済的支援、営業自粛と補償を一体化させた対応、受診が抑制されないような医療費減免措置など、先延ばしにできない課題にしっかりと取り組むことを政府に求めましょう。特に資格証明書など受療権を奪われている方へ短期保険証の発行を各自自治体が行うことを今後も地域民主団体と協力しながらすすめていきます。

### 体温計

「コロナが収束したら行きかかった温泉に行く」と妻と話しに行こうと妻と話し、あるホテルから封書が届き、マスク二枚と「新型コロナウイルス感染症の影響で、不安な毎日をお過ごしのことと拝察し、皆様のご身体と健康を心配しております。一刻も早く平和な日常が戻ることをお祈りしております。少しでもありますがマスクを送りますがマスクをお使いください」とのメッセージが添えられていました▼このホテルも「自粛」の影響で大きな打撃を受けていると思われまます。こうした気遣いにビックリした感激しました▼国民の血税466億円を使い、マスク二枚を配布するアベノマスクは笑いものですが、政府は事業者のこんな努力をしつかり見て、「自粛と補償は一体で」の声を無視することは許されません▼今政府に求められているのは、検査の大幅拡充と補償の充実です。「コロナ禍は緊急事態」なので、アメリカへの思いやりではなく、国民への思いやりに大きく舵を切り、「ふくれ上」がった軍事費をコロナ対策に回す。その声を上げる時です。(K・M)

## 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・感想をおよせください。 Eメール:mcoop1030@ray.ocn.ne.jp

### 生協クイズ (No.193) 出題 編集委員会

♪青い山脈 (作詞 西城八十 作曲 服部良一)

1 昔々明のこ  
雪崩は 花も咲く  
2 青い山脈  
3 空のほら  
4 今もわたしのの 5 を呼ぶ  
6 さみしい 7 さみしいなり  
8 さみしいなり 9 さみしいなり  
10 雲へ  
11 あこがれの 12 旅のこ女に 鳥も啼く

【応募方法】  
郵便はがきに、答え住所氏名電話番号を記入の上、上記の宛先までお送りください。またお送り先も明記してください。Eメールでも受け付けております。お返事は8月号の紙面で発表します。

【送付先】  
〒8800824  
宮崎市大島町天神前二一七五三  
宮崎医療生活協同組合  
「生協クイズ」係宛  
※名前の書き忘れがないようご注意ください。

【5月号の答え】  
問1：長野県 問2：山梨県  
【4月号当選者】(応募数23通)  
沙川 佐和子さん(延岡市)  
横山 節美さん(宮崎市)  
横山 孝子さん(宮崎市)  
蓮田 和子さん(宮崎市)

例：①の横に(お返しあり)

虫食い箇所を埋めるように上の枠内の○の候補から選んで下さい。

◎西城八十作詞、服部良一作曲の「青い山脈」は西洋次郎原作の歌謡曲「青い山脈」(少井正徳)の主題歌として、長瀬一郎(長瀬光枝)のペンネームで1940年の「青春」で発表されました。長瀬一郎は戦時世代を問はず愛国化してつづけた。

## 6月の診療案内

宮崎生協病院 (3月から火曜午後の一般内科は休診となります)		宮崎市大島町天神前1171 小児科 ☎0985(24)6575		内科・外科 ☎0985(24)6877		健康診断科 ☎0985(24)6566	
内 科		外 科		小 児 科		夜 間	
午前		午後		午前		午後	
受付 8:00~11:00 診療 8:30~12:00		受付 13:30~16:00 診療 14:00~17:00		受付 8:00~11:45 診療 8:30~12:30		受付 13:30~16:15 診療 16:15~19:00	
1診	2診	1診	2診	1診	2診	1診	2診
月	交替制	遠藤	古谷	交替制	山岡	上野	久保
火	遠藤	交替制	高田	休診	山岡	愛甲又は山元	上野
水	浜田	交替制	遠藤	透析外来 眞川(附属棟)	葉山	1診:愛甲 2診:久保	愛甲
木	遠藤	交替制	高田	小澤	交替制	山元	交替制
金	遠藤	交替制	中島徹	交替制	葉山又は黒木	1診:山元 2診:久保	久保
土	交替制	交替制	1週:高田 2週:高橋聡 3週:植野 4週:水友	※新型コロナウイルス感染予防のため、内科の夜間外来は当分の間、19:00までの診療となります。	交替制	13:30~16:30 14:00~17:00 交替制	交替制

和知川原生協クリニック		おおつか生協クリニック		このはな生協クリニック		生協クリニックのべおか	
宮崎市和知川原2丁目25-1 ☎0985(23)0050		宮崎市大塚町大迫南平4401 ☎0985(52)6715		宮崎市大字熊野1613 ☎0985(58)1222		延岡市浜砂1丁目5-17 ☎0982(26)7100	
診察時間	午前 8:30~12:30 (受付12:00)まで	午後 17:00~19:00 (受付18:45)まで	診察時間	午前 8:30~12:30 (受付11:30)まで	午後 16:00~18:00 (受付17:30)まで	診察時間	午前 9:00~12:30 (受付12:00)まで
月	植野	植野	月	三宅	三宅	月	末岡
火	生協病院からの支援	植野	火	三宅	休診(訪問診療)	火	末岡
水	植野	訪問診療	水	三宅	三宅 17:00~19:00 (受付18:30)まで	水	末岡
木	植野	植野	木	三宅	休診(訪問診療)	木	末岡
金	植野	植野	金	三宅	三宅	金	末岡
土	植野	第3土曜休診	土	三宅	第1土曜休診	土	末岡

●診療科は内科●火曜、水曜、金曜の13:30~15:00までは訪問診療。

<b>在宅総合ステーション れいんぼう</b> 宮崎市和知川原2丁目25-1(れいんぼう会館内) ・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	<b>在宅総合ステーション それいゆ</b> 延岡市浜砂1丁目5番6号 ・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	<b>小規模多機能ホーム みんなの家</b> 宮崎市大島町国草142-2 TEL 0985-75-0700 <b>小規模多機能ホーム ぎおんの家</b> 宮崎市祇園3丁目195番地 TEL 0985-61-7720 <b>小規模多機能ホーム おおつかの家</b> 宮崎市大塚町西ノ後3435番地1 TEL 0985-55-0025	<b>れいんぼう会館</b> 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 <b>グループホーム おおつかの家</b> 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(小牟田佐知子)までご連絡ください。

和知川原生協クリニックの答え：保母さん(ほぼ3)



**気分を減らす話題の中で**

◆ 昨今、テレビや新聞は、新型コロナウイルスのニュースが多く、気分を減らす毎日です。

◆ 当デイサービスにおいても、ウイルスの感染拡大防止の為、手指の消毒や日に三度の検温、こまめな換気を行っています。また、デイサービスご利用の皆さまにマスクの着用をお願いしています。未だに収束の目途が立っていない中、不安はありますが、デイサービスをご利用の皆さまは元気にリハビリやレクリエーションに熱心に取り組まれています。

◆ これからも、デイサービスを続けていく上でも、利用者さんをはじめ、皆さまのご協力をお願いいたします。

◆ 簡単ですが、皆さまが日頃頑張っている様子をご紹介します。

**デイサービス 和知川原**

宮崎市和知川原2丁目25-1  
和知川原生協クリニック横  
TEL.0985-32-3414

毎月発行「デイサービス」和知川原新聞5月号紹介



**基本が大事！手洗い方法の確認**

手洗い手順 (石けん液)

1. 両手を流水で濡らす
2. 石けん液を両手の掌に塗り出す
3. 手の平と手の平の裏を互いにこすり合わせる
4. 手の指の背と手の平の裏を互いにこすり合わせる
5. 親指を手の平の裏でこすり合わせる
6. 手の甲と手の甲を互いにこすり合わせる
7. 手の甲と手の背を互いにこすり合わせる
8. 親指を手の背でこすり合わせる
9. 両手を流水でよくすすぐ
10. ペーパータオルでよく水分を拭き取る

**管理者交代のお知らせ**

4月16日より、管理者を務めることになりました。

前任管理者 秀 雅夫

新任管理者 関 有信

**宮崎生協病院 人工透析 送迎開始します**

往復15km 程度の地域 詳細はご相談ください

お問い合わせ 0985-24-6877 宮崎生協病院(透析室)

**★和知川原脳トレクイズ★**

ある女性に職業を尋ねました。すると女性は、一枚のメモを取り出しました。書かれていたのは「2.9999999999999999...」という文字。さて、この女性の職業は？

※答えは4面左下です

**2020年5月度 理事会の報告(5月16日開催)**

＜審議・決定事項＞

- ①4月度の組合員増やしは78名(目標110名)、出資金増資は287万円(目標309万円) 班づくり0班、班会開催19回。新型コロナウイルス感染予防により組合員活動は自粛。コロナ対策支援部の活動では、病院門前南熱者トリアージ、フェイスガードなどを作成。
- ②平和と社会保障を守る取り組みについて、「辺野古軟弱地盤工事変更申請」「東電2020年度廃炉費用」「新型コロナウイルス労災、診療報酬対応」「県社保協の行ったコロナ電話相談43件」等の報告。また、検査官定年延長問題、新田原基地問題について意見交換。
- ③仁田脇弘文専務理事より、総代選挙結果(総代224名の当選)の報告、役員推薦名簿および第31回総代会議案、総代会プログラムについての提案。
- ④2019年度法人の経常利益は、△573万円(予算4,822万円)の到達。健診収益の減少および健診車の活用、人工透析の到達と今後の見通しについて意見交換。
- ⑤小牟田佐知子理事より看護学生の奨学生承認、定由勝彦監事より2019年度法人監査報告。

等々、異議なく承認可決した。

**宮崎生協病院医師紹介**

今月は柳田洋平医師です

医師9年目の柳田洋平と申します。宮崎県宮崎市出身です。大学を卒業後は福岡の病院で2年間初期研修医として、その後宮崎市郡医師会病院で循環器内科医として5年間勤務しております。以前の病院では主に急性期の心血管疾患を対象に診療していましたが、循環器以外の併存疾患も含めたマネジメントを学ぶために入職しました。微力ながら皆さまのご期待に沿えるよう努めて参りますので、宜しくお願い致します。

さて、私は以前から釣りが趣味で、学生時代は早起きしてよく釣りに出かけていました。先日約5年ぶりに漁港へサビキ釣りに行きましたが、釣果は豆アジ一匹のみ。再会を願ってリリースしました。豆アジ釣りはこれからシーズンです。3密を避けて魚釣りにかけるのはいかがでしょうか。

**今、宮崎医療生協は**

■新規加入者	78名(4/1~4/30)	■総組合員数	48,621名
■出資金	6億1,881万円	■平均出資金	12,727円
■班数	295班	■おげんきですか手配り配布数	20,180部

2020年4月末現在

**みんなの声**

◎新型コロナウイルス感染が心配ですが、生協病院は徹底した検温と消毒などで安心して受診できます。(宮崎市Oさん女性)

組合員の転居及び氏名変更、お亡くなりになられた場合は宮崎医療生協(電話0985-23-7168)までご連絡ください。

**《心リハの効果》**

- ①体力や運動能力の向上、②循環の改善、③症状が軽くなる、④生活の質の改善、⑤病気の再発予防や突然死のリスクを下げる など

《心リハの対象疾患》  
急性心筋梗塞、狭心症、心臓手術後(手術後150日)、大動脈疾患、心不全、末梢動脈閉塞性疾患 など

《当院での外来リハビリ開始までの流れ》  
①当院の循環器医師の診察を受診②検査(心肺運動負荷試験)・リハビリ時間の予約③リハビリ開始。その後検査結果にて、運動内容や負荷量などプログラムなどの計画。

当院での心臓リハビリの治療をご希望の方は、リハビリテーション科(野田藍、山浦隆寛、0985-124-1725)までお問い合わせください。

高齢の方でも乗り降りしやすい機器

運動機器の台数が増えました

(心臓リハビリの続き)

運動中は自分の心拍数を確認

**今月・来月は支部プロファイル特集**

● 東北支部 ●

今年5名の新しい運営委員を迎え28名で活動します。吉村憲行理事も加わり29名で3つの委員会を構成しています。サロンや地域訪問活動、つながりマップはまなぐり委員会。

署名活動や平和運動、社保の学習会は平和と保健委員会。各種サポーターの養成講座や公民館街かど健康チェック、子ども保健学校は健康づくり委員会がそれぞれ計画し、全員で実行。120回の班会サポートに追われながらも健康まつりやグラウンドゴルフ大会、バスハイクなどの年間行事にも取り組み、全国四課題の目標達成を目指します。

● 佐土原支部 ●

私たちの支部は、定例の班会やバスハイクなどの楽しい企画を行って、仲間増やしと出資金増資は目標を達成しました。しかし新型コロナウイルス感染予防で、班会開催と担い手ふやしは、あと一歩でした。支部の発足は1993年、3年後の2023年は30年目を迎える節目の年になります。それでは、「佐土原にも医療生協のクリニックを！」支部設立当初からのみんなの願いを一日も早く実現したいです。今年も楽しい企画づくりに取り組みながら仲間を増やし、出資金増資を呼びかけ、「明るく、元気よく」支部活動を行います。

新型コロナウイルス感染予防として、宮崎医療生協は3月5月、班会や健康チェック、支部総会やグラウンドゴルフなど、組合員さんの楽しい行事の自粛をお願いしました。

子ども保健学校

コムコム誌上組合員活動ニュースコンテストで、「北2支部だより」が「優秀賞」に選ばれました！北2支部だよりは毎月発行、6月号は第190号です。

北2支部だより

北2支部10月の班会予定表

班名	開催日	開催時間	開催場所
山手班	10月10日	10:00	山手班
山手班	10月17日	10:00	山手班
山手班	10月24日	10:00	山手班
山手班	10月31日	10:00	山手班
山手班	11月7日	10:00	山手班
山手班	11月14日	10:00	山手班
山手班	11月21日	10:00	山手班
山手班	11月28日	10:00	山手班
山手班	12月5日	10:00	山手班
山手班	12月12日	10:00	山手班
山手班	12月19日	10:00	山手班
山手班	12月26日	10:00	山手班

**健康づくり委員会からのお知らせ**

健康維持には、日頃の生活習慣が大切です。「改善したいけど、きっかけがなくて」「やってみただけど、いつも三日坊主」という方も・・・宮崎医療生協では、気軽に楽しみながら健康づくりに取り組めるよう

(大人向け)

健康チャレンジ2020

さあ、健康チャレンジをはじめよう!

(子ども向け)

2020 Family Health Challenge

7ヶ月間のけんこうチャレンジ

**おげんきですか文芸欄**

〈短歌〉

藤崎路子さん(佐土原支部)

日々が増す感染者の教知らされる  
その数ほどの突然あらむ  
こんなにも白く清しく咲くものか  
白山吹は愛いを払う

東部支部のお元氣仲間山中山さんは、医療生協の活動もしながら高齢者施設のボランティアも永年続けられ、喜ばれている元氣者です。いつもニコニコスマイルでみんなから健康づくりではおげんきですかを80部配達され、週2回行っている支部のグラウンドゴルフにも友だちを連れて参加され、仲間増やしや増資など支部活動も頑張っています。支部では、会計の担当です。(東部支部 長友和男)

「健康チャレンジ2020」を今年も実施します。昨年は約1,100名の組合員さんが参加しました。医療福祉協が提案する「8つの生活習慣と2つの健康指標」に基づく8つのコースを用意しました。自分にあった方法で取り組んで、健康習慣を身につけましょう。参加費は無料です。