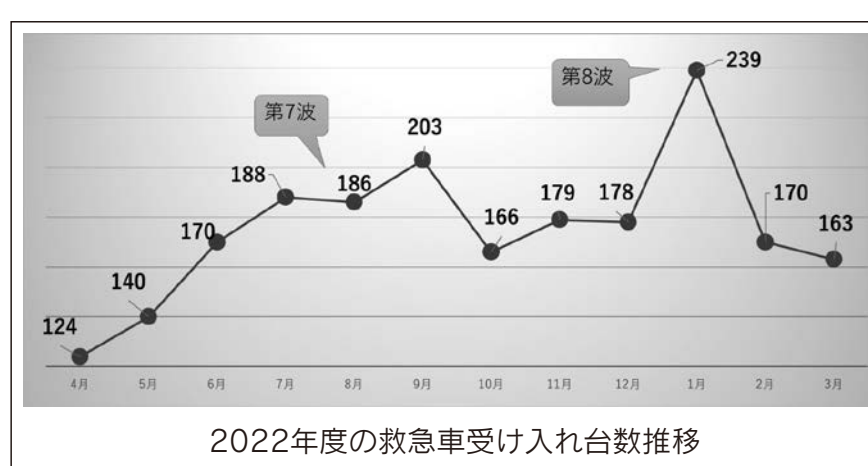


2023年8月号
医療生協 (No.503)
宮崎医療生活協同組合
http://www.miyazaki-iryuu.coop/
〒880-0824 宮崎市大島町天神前1175-3
発行 機関紙編集委員会
責任者 仁田脇弘文

おげんきですか

宮崎生協病院 (0985)24-6877 FAX 29-4839
http://m-seikyoyouhp.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)52-6715 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
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
生協ヘルプサービス (0982)26-2536 FAX 31-1452
訪問看護ステーションそれいゆ (0982)31-1442 FAX 31-1452
宮崎医療生活協同組合 (0985)23-7168 FAX 26-1944

2022年 救急車受け入れ2000台突破!



2022年、コロナ禍において県内の様々な病院で、救急車の受け入れが困難な状況となりました。宮崎医療生協の組合員さんの中にも、発熱症状があつたためにいくつかの病院で救急車の受け入れを拒否された方がいらつしやいました。そのような中、宮崎生協病院では「まず診る、何とかする」「断らない医療」を掲げ、発熱対応を含めた救急車の受け入れを続けました。その結果、宮崎生協病院の2022年救急患者の搬入は初めて2000台を超え、「地域の健康を守る」という医療生協の理念を守ることができました。2023年2月28日に、2年ぶりとなる「救急隊・宮崎生協病院症例検討会」を開催しました。参加者は37名(救急隊18名、医師6名、看護師12名、事務1名)となつており、低体温の事例、くも膜下出血の事例についてグループワークを行いました。

今年度も、宮崎医療生協の理念である「地域の願いに応え、誰もが安心してかかる病院」として「いざという時は24時間かかる医療」を実践していきます。

意見交換も活発に行われ、コロナ禍での救急隊・病院の現状をお互い知ることができました。コロナ禍で大変な時期を共有してきた医療者同士として、感謝の気持ちを伝えることや聞くことができて頑張りが認められたと感じられた場となりました。救急隊からは「生協病院は最後の砦です、いつも本当にありがとうございます」と病院全体に対して感謝の言葉をいただきました。

ピンゴ健康チャレンジ2023 結果シート

A	B	C
D	E	F

【記入の仕方】

1. 各項目の達成状況を記入してください。
2. 達成した項目は「達成」を記入してください。
3. 達成しなかった項目は「未達成」を記入してください。
4. 不明な項目は「不明」を記入してください。

健康チャレンジ2023

2023年8月～9月

2023年10月15日

参加費無料

宮崎医療生活協同組合 共催 / 宮崎健康生活協同組合 共催

健康チャレンジ開始!

「健康チャレンジ」は、8月～9月に健康づくりの習慣を身につける取り組みです。今年度は例年と趣向を変えてピンゴ形式のチャレンジを行います。8つの項目に自分の目標をたてて、それぞれ3日間達成を目指しましょう。

健康診断を受ける事も、とても大事です。ピンゴの真ん中は昨年か今年に健康診断を受けていることが条件です。ピンゴが達成できなくても参加賞も準備しています。取り組んだら達成できていなくても提出してください。たくさんの方の参加をお待ちしています。

チャレンジされる方は、お近くの支部の組合員や、宮崎生協病院、各クリニック、コピー店舗等で、左記のようなチャレンジシートを受け取ってください。

6月22日に通常総代会が開かれ、そこで各事業所の活動報告を聞き、コロナ対応に、どの部署においても並々な努力と協力をされてきた事を知り、言葉にならない感情がこみ上げてきました。家で妻と同じ思いで「涙を我慢することが精一杯だった」と言っていました。まだコロナの脅威が無くなつたわけではないので、気を緩めず自己管理に努め、各事業所に負担をかけないとの意気込みで頑張りますが、医療スタッフの皆様には委ねられると感じました。

先月、線状降水帯が発生し、大雨で被害を受けた方々は過酷な復旧作業を余儀なくされている事でしょう。心からお見舞い申し上げます。今後、益々気温の上昇が予測されており、熱中症の危険度も高まりそうです。十分な水分補給と栄養管理に心がけ日々の健康を保てるよう努めましょう。

10月には数年ぶりの健康まつりが予定され、健康まつりづくりを中心に各支部も加わり準備されています。組合員の皆様も健康かつ笑顔で参加され、これからの組合員活動に活力がみなぎることを心から願っております。(Y.K)

体温計

クイズの答えはEメールでも受け付けております

「応募方法」

郵便はがきに、答え住所氏名、電話番号をご記入の上、「生協クイズ」係宛にお送りください。お送り先までEメールでも受け付けております。「おげんきですか」を読んでのご意見、感想などお書きください。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。メ切りは8月31日、当選者は10月号の紙面で発表します。

〒880-0824 宮崎市大島町天神前1175-3 宮崎医療生活協同組合 「生協クイズ」係宛 ※名前のお書きを忘れないようにご注意ください。

「送り先」

問題1 ヲ (織姫、彦星と七夕) 問題2 イ (仙台) 問題3 ア (織物の上達) (不正解 3通)

【6月号当選者】(正解 23通)

中野 富貴子さん(日向市) 松田 みほ子さん(日向市) 米澤 幸子さん(宮川町) 金丸 まゆみさん(宮崎市) 小林 正幸さん(宮崎市)

クイズ募集

このコーナーに掲載するクイズを募集していただきます。応募の際は郵便はがきと同題と解答を必ずご記入の上、上記の宛先またはEメールでお送りください。

(問題1) 流しうめんが生まれた土地はどこでしょう。

(問題2) 風鈴の発祥はどこでしょう。

(問題3) そつめんとちやまの違いはなんですか。

ア オリエンタル
イ 日本
ウ 中国

ア 原材料
イ 麺の太さ
ウ 違いはない

生協クイズ

No.231 出題 機関紙編集委員会

本格的な夏が始まりました。暑い日が続いていきます。水分補給をしっかりと行い、熱中症に気を付けてください。今月は、夏に関する問題を集めてみました。

8月の診療案内

宮崎生協病院 宮崎市大島町天神前1171
内科・外科 ☎0985(24)6877 小児科 ☎0985(24)6575 健康診断科 ☎0985(24)6566
居宅介護支援事業所 ☎0985(24)6545

月	午前		午後		小児科		夜間	
	受付	診療	受付	診療	受付	診療	受付	診療
月	8:00~11:00	8:30~12:00	13:30~16:30	14:00~17:00	8:00~11:45	8:15~11:45	13:30~16:30	15:30~18:00
火	交替制	遠藤 植野	交替制	高橋麻里子 西谷	山岡	1診:愛甲 2診:交替制	交替制	交替制
水	交替制	坂口 高橋聡	透析外来 眞川	14:00~16:30 眞川	山岡	1診:松尾 2診:交代制	交代制	交替制
木	交替制	遠藤 古谷	小澤	14:00~16:30 西谷	休診	1診:愛甲 2診:交代制	交替制	愛甲 松尾
金	交替制	遠藤 高橋聡	交替制	14:00~16:30 西谷	黒木	1診:愛甲 2診:松尾	交替制	山元 山元
土	交替制	1週:- 2週:- 3週:- 4週:永友	糖尿病外来 (第1週)	休診	休診	1診:愛甲 2診:松尾	交替制	交替制

●8月14日(月)、15日(火)は休診となります。

<p>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</p> <p>診療時間: 午前 8:30~12:30 (受付12:00)まで 午後 17:00~19:00 (受付18:45)まで 夜間 17:00~19:00 (受付18:30)まで</p> <p>月 植野 植野 火 生協病院からの支援 水 植野 訪問診療 植野 木 植野 金 植野 土 植野 (第3土曜休診)</p>	<p>おおつか生協クリニック 宮崎市大塚町大迫南4401-2 ☎0985(52)6715</p> <p>診療時間: 午前 8:30~12:30 (受付11:30)まで 午後 17:00~19:00 (受付18:30)まで 夜間 17:00~19:00 (受付18:30)まで</p> <p>月 浜田 火 浜田 水 浜田 訪問診療 浜田 木 浜田 金 浜田 土 浜田 (第2・4土曜休診)</p>	<p>このはな生協クリニック 宮崎市大字熊野1613 ☎0985(58)1222</p> <p>診療時間: 午前 8:45~12:30 (受付11:45)まで 午後 15:00~18:00 (受付17:40)まで 夜間 17:00~19:00 (受付18:30)まで</p> <p>月 高田 高田 火 高田 (休診 訪問診療) 水 高田 (休診 訪問診療) 木 高田 高田 (訪問診療) 金 高田 高田 土 高田</p>	<p>生協クリニックのべおか 延岡市浜砂1丁目5-17 ☎0982(26)7100</p> <p>診療時間: 午前 9:00~12:30 (受付12:00)まで 午後 15:00~17:30 (受付16:00)まで 夜間 17:30~19:00 (受付18:00)まで</p> <p>月 末岡 末岡 火 末岡 末岡 水 末岡 末岡 木 末岡 末岡 金 末岡 末岡 土 末岡 末岡</p>
---	--	---	--

●8月14日(月)、15日(火)は休診となります。

●8月12日(土)、19日(土)は診療を実施しております。

●8月5日(土)、14日(月)、15日(火)は休診となります。

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)

- ・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

- ・居宅介護支援事業所 ☎0982(31)1453
- ・ホームヘルプサービス ☎0982(26)2536
- ・訪問看護ステーション ☎0982(31)1442

みんなの家
宮崎市大島町国草142-2
TEL 0985-75-0700

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

◎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ください。



健康コーナー

組合員の皆様、初めまして。初期研修医1年目の黒木研吾です。暑い日々が続いており、まさに夏真っ盛りですね。こんな時期にはやはり熱中症が気になることと思います。今回は熱中症についてご紹介します。



宮崎生協病院 研修医 黒木 研吾

○熱中症とは

熱中症とは「暑さに体が対応できずに起こる体調不良」のことです。人は、暑いときには汗をかきます。これは汗の蒸発によって体温を下げることを目的としています。大量に汗をかくと、汗の原料となる体の中の水分とナトリウムなどのミネラルが体の外に出ていきます。これによって筋肉のこむら返りや失神が起き、汗も出ないくらい水分が失われると、熱が逃がせなくなり急激に体温が上昇することになります。

○熱中症になりやすい条件

若い人々は屋外で体を動かしているときに熱中症になりやすく、高齢者では日常動作のなかで熱中症になることが多いと言われており、高齢者の熱中症は屋内で起きる数も増えています。一人暮らしの方や日常動作が大変になってきたと感じる方、心臓の病気のある方は重度の熱中症になりやすいので、特に注意が必要です。

○熱中症の予防

熱中症の予防として、まずは暑さを避けることが大事になります。暑い日には無理な外出を控える、屋内でもエアコン・扇風機を適切に使う、屋外では日傘を使うなどが効果的です。次に大事なものは、水分をこまめに補給することです。暑い日にはのどが渇いたと感じる前から、お茶やスポーツ飲料などで水分を補給しておきましょう。お酒は尿として出ていく水分を増やしてしまうため、水分補給としては飲まないようにしましょう。



行進する組合員ら

平和行進

6月20日より、えびの市をスタートした「原水爆禁止国民平和行進2023」は、6月24日に宮崎市街を行進しました。平和行進当日は宮崎医療生協の職員・組合員さんのほか各種団体等が参加し、宮崎市役所から、まるやまふれあい広場（NHK宮崎放送局前）まで、核兵器の廃絶や核兵器禁止条約への参加を呼びかけながら行進しました。出発集会では、宮崎県内の平和行進に連動して参加されている和行進子さんのお話や、宮崎市役所総務部部長からの挨拶があり、人々の平和への思いを再確認いたしました。この平和行進は6月30日に延岡市から大分へ引き継がれ、8月6日最終の長崎県まで行進します。

2023年度 第1回理事会の報告

<審議事項>

- ・第34回総代会のまとめについて提案・報告
- ・地域枠限定正職員制度の処遇について提案
- ・6月度の組合員活動について（組合員増やし45名、出資金増資326万円、班づくり1班、班会開催40回）の報告
- ・平和と社会保障を守る取り組みについて（防衛増税先送り、マイナ保険証反対、LGBT法成立など）の報告
- ・5月の経営状況（法人の経常利益は193万円で達成）についての報告
- ・2023年度監査方針について説明
- ・役員報酬についての提案

等々、以上可決承認いたしました

今、宮崎医療生協は

2023年6月末現在

■新規加入者	45名(6/1~6/30)	■平均出資金	13,006円
■総組合員数	46,467名	■班数	172班
■出資金	6億436万円	■おげんきですか手配り配布数	17,662部

健康まつり 10/22(日)開催

コロナ禍で開催が見送られていた「宮崎医療生協 健康まつり」ですが、2023年10月22日(日)に4年ぶりに開催をすることが決まりました。7月21日(金)には第1回目の実行委員会も開催され、各支部の運営委員、職員一同で開催に向け準備を進めています。

企画や当日のプログラムなどが決まりましたら、あらためて紙面上でご案内をさせていただきます。楽しみにお待ち下さい。



2019年の健康まつり



このはな生協クリニック



このはな生協クリニック 松浦光宏 事務長

この度、5月16日付でこのはな生協クリニックへ着任致しました。2011年に入職してから生協病院の受付、医学生担当などを経て、異動前は和知川原生協クリニックで勤めていました。異動前とはまた違った診療所の在り方に、皆様には慣れるまで色々なご迷惑をおかけしてしまいかと思います。一日も早く業務に慣れるよう精進いたしますので、ご指導とご鞭撻の程よろしくお願いたします。宮崎市内でも南に位置する当診療所は主に「木花・青島地区」、「本郷・赤江地区」を診療圏とし、一般診療や往診を中心に医療活動を行っております。組合員さんも古くからの地元の方、次々に誕生した団地の住人、そして自然や人間らしい生活を求め移住してきた方と多様です。支部活動にもその融合の良さが見られ、バスハイイク・新年会・健康まつりの三大行事と、毎月の公民館での健康チェック等、様々な班活動を実施しています。地域としては県外からの移住者や学生などが多く居住する一方、高齢化も進んでおり、多岐にわたる医療の必要性を感じております。高田慎吾先生と共に、スタッフ一丸となって組合員の皆様の要望にこたえられるよう頑張っております。これから何卒よろしくお願いたします。

事業所・部署紹介(第7回) 「このはな生協クリニック」

おげんき仲間 配布協力員紹介



西部支部運営委員の香田喜久夫さんは、昨年4月に「仕分けを手伝いたい」と自ら名乗りを上げ、その後は二つ返事で運営委員や本部のまちづくり委員を引き受けてくださるなど、今では西部支部になくてはならない方です。

香田さんは自分の住むマンションで「七夕まつり」の開催を呼びかけ、子どもたちを含むマンションの人たちと一緒に豪華な七夕飾りを作製しました。作った飾りはマンションロビーに2週間ほど飾られていました。香田さんは「以前はマンションの集会所で健康チェックを実施していた。早くそれを復活させたい」と語っていました。



中央支部の配布協力員、藤田悦子さんの紹介をします。藤田さんは、10年ほど前から自宅周りの10数軒に「おげんきですか」の配布協力員をしてくださっています。家には介護が必要な家族もいるので、負担にならない程度で良ければ、と引き受けてくださったようですが、毎月負担なくやれていますとのこと。

趣味のジャズダンスや日本舞踊に加えて、最近ではヒップホップダンスも始められたそうです。時々披露する場もあり、若者との交流が楽しいと、生き生きとした表情で話してくださいました。目標にしたい過ごし方ですね。懂れます。

「宮崎医療生協健康まちづくり部」公式LINEアカウント
宮崎医療生協の最新情報を発信！
毎週金曜日脳トレ問題配信中！



おげんきですか 文芸欄

<短歌>

- ・子どもらと競ってつくる夏課題 誰が一番粘土の埴輪 東大宮支部 川島 逸子
- ・体操をおえた子供ら我先と スタンプに並ぶ公園の朝 東大宮支部 戸田 里美

文芸欄作品募集のお知らせ

先月の文芸欄に投稿された短歌を見た方から、次のようなお手紙をいただきました。○文芸欄を見て、子どもの恩師の作品だとわかりました。お元気な様子、良かったです。娘の師久方ぶりの短歌みて小学生の頃なつかしむ 「おげんきですか」では、皆様の作品を募集しています。短歌・俳句など、形式は問いません。掲載希望の方はお気軽にご応募ください。

「おげんきですか」配布員募集!

「おげんきですか」の手配り配布をしてくださる仲間を募集しています。あなたのお住いの地域に「おげんきですか」を配布していただいただけませんか?ご協力できる方は……

宮崎医療生協健康まちづくり部

TEL 0985・331・99055

まちで連絡ください!

お詫びと訂正

おげんきですか7月号に掲載した「新入職員紹介」内の「秀 亜記子」の漢字が間違っていました。正しくは「秀 亜紀子」となります。訂正してお詫び申し上げます。