





# あなたと愛する家族のために

## 特定健診・がん検診

富山市は5月15日  
から受けられます

※富山市外の方は各自治体へお問い合わせ下さい。

### 富山医療生協で受けられる健診

	特定健診	胃	肺	大腸	乳房	前立腺
富山協立病院	○	○	○	○	○	○
富山診療所	○	○	○	○	○	○
水橋診療所	○	○	○	○	○	○

※予約してからの受診をお願いします。自覚症状や定期通院されている方はあらかじめ、医師とご相談下さい。

※乳がん検診は2年に1回ですが、昨年未受診の方も受けられます。

※前立腺節目検診(50・55・60・65歳の男性)は、特定健診とセットで受診して下さい。

※今年から富山市では「鼻から胃カメラ」による受診が可能となりました。

◆健診はどうして  
大事なの？

病気がかかっている、自覚症状が出てくるのはある程度症状がすすんでからということが多いのです。これは、がんでも高血圧でも糖尿病でも同じです。病気の早期発見や予防を考えると、症状の出現する前に、健診で病気を発見、ない

健診を受けて健康な暮らしを！

しはその傾向を調べておくことが必要です。実際に健診の普及は胃がんや高血圧性脳出血など多くの疾患の死亡減少に貢献しています。早期発見・早期治療により、発病しても重症化しないで健康な人と大差なく過ごすことも可能になります。年に一回はからだの総点検をしてみましょう。

### 年代ごとに受診できる健康診査は異なります！

40歳～64歳の方

65歳～74歳の方

75歳以上の方



- ・特定健診
- ・がん検診



- ・特定健診
- ・がん検診
- ・生活機能評価



- ・後期高齢者医療制度(長寿医療制度)による健康審査
- ・がん検診
- ・生活機能評価

### ◆富山市国保の特定健診又は後期高齢者の基本診査(無料)

問診、身体計測、診察、血圧、尿(蛋白・糖)、血液検査(血糖、脂質、肝機能など7種)

\*眼底・心電図・貧血検査は医師が昨年の検診結果に基づいて必要と判断した人のみ対象です

### ◆生活機能評価(介護予防のための生活機能評価)について

- ①基本チェックリストを自己チェック
- ②不安を感じた場合、地域包括支援センターに相談
- ③地域包括支援センターで確認後、必要な方に生活機能検査受診券を発行

### 40歳～74歳までの社会保険の家族の方へ

国民健康保険以外の保険証の家族の方は、特定健診については受診を希望した場合にのみ発行されます。お早めに保険証の筆頭の方のお勤め先にご相談下さい。

### ご予約・問い合わせは…

**富山協立病院** 076-444-5684  
(健康支援センター)

**富山診療所** 076-420-0367

**水橋診療所** 076-479-1414

### 組合員さんの健康を守るための 価格設定になっています

#### ◇組合員健診 組合員価格4,500円(非組合員10,000円)

問診、身体計測、診察、血圧、尿(蛋白・糖・潜血)、血液検査(12種)視力、心電図、胸部X線外来

#### ◇半日ドック

(午前中約3時間)組合員価格20,890円(非組合員31,500円)

問診、身体計測、診察、血圧、尿(蛋白・糖・潜血)、血液検査(24種)視力、心電図、胸部X線、腹部超音波、胃部X線、眼底検査肺機能、便、食生活指導

がん検診と骨そしょう症検査	富山市がん検診 受診券利用	組合員	非組合員
胃がん検診 (胃透視)又は (胃カメラ・鼻からの胃カメラ)	一般 3,400	4,200	13,000
	節目 2,200		
	老人 1,100		
肺がん検診(X線)	一般 1,000	1,000	1,900
	節目 800		
	老人 300		
大腸がん検診 (便潜血 ラテックス2回法)	一般 1,300	1,300	2,500
	節目 900		
	老人 400		
乳がん検診 (マンモグラフィー1方向 又は超音波+触診)	一般 2,000	2,000	6,000
	節目 1,100		
	老人 700		
子宮がん検診(頸部細胞診)	一般 2,000	3,600	4,500
	節目 1,000		
	老人 600		
前立腺がん(血液検査 PSA)	節目 600	1,000	2,100
	骨そしょう症(骨塩定量・手のX線撮影)		

富山医療生協オリジナル検診	組合員	非組合員
内臓肥満CT(CT)	3,000	5,000
内臓肥満総合(CT,心電図,血液検査)	6,000	10,000
腹部エコー(超音波)	3,150 (健診セットなら1,500)	5,700
頸動脈エコー(超音波)	1,700	3,700
甲状腺検診(超音波・血液検査1種)	2,000	6,000
頭部MRI検診(MRI磁気共鳴断層撮影 造影剤)	10,000	20,000

受けておくと安心!! 眼底、心電図、貧血検査、3項目でも1,000円組合員の検診として追加で検査できます



# 富山協立病院の診療体制表

電話076-433-1077  
〒931-8501 富山市豊田町1-1-8

## 午前 午前8時45分～12時

	月	火	水	木	金	土
内科 1	山本美和 ～11:00	山本美和	田村有希	寺島嘉宏 9:00～	山本美和	内科一般
内科 2	斉藤隆義 9:30～	岩城光造	斉藤隆義	斉藤隆義 9:30～	斉藤隆義 9:30～	
内科 3	松井法生 ～10:00	松井法生	松井法生	松井法生 ～10:00 古野利夫 10:30～	松井法生	
内科 4	百谷 泉	古野利夫	百谷 泉 11:30まで	百谷 泉	山崎勝也 (9:00～)	
内科 5	与島明美	与島明美	与島明美	与島明美	与島明美	与島明美
整形外科	石井佐宏 8:45～	石井佐宏 8:45～	石井佐宏 8:45～	市村和徳 9:00～ (月2回)		石井佐宏 (月2回)
内科 (消化器・ 肛門・乳腺) 9:00～		火爪健一		火爪健一		火爪健一 隔週
皮膚科 9:00～	清水敦子		古市 恵		清水敦子	
泌尿器科 9:00～	森井章裕		渡部明彦			大学医師
耳鼻咽喉科 9:00～		浅井正嗣 ～11:30				
栄養指導	10:00～	10:00～	9:00～	10:00～	10:00～	

- \* 医師により診療時間が異なりますので、ご注意ください
- \* 午前の受付開始時間は、8時15分からです
- \* 内科・泌尿器科の診療予約ができます(予約センター 076-433-0489)
- \* 担当医師変更の場合もありますのでご了承ください。
- \* 急患の方は、上記の時間に関らず診察いたします

## お知らせ

- ① 午後の整形外科診療が増えました。
- ② 消化器・肛門・乳腺の外來診療が始まりました。

## 往診・訪問診療

3事業所とも毎日(月～金)、往診・訪問診療を行なっています。お気軽にご相談ください。

## 午後 午後2時～午後4時30分

	月	火	水	木	金	土
内科 2:00～4:30	山本美和	休診	山本美和	岩城光造	古野利夫	休診
内科 2:00～3:30	斉藤隆義		川端康一 2:00～4:00		斉藤隆義	
泌尿器科 2:00～4:00			渡部明彦			
耳鼻咽喉科 2:30～4:30	大学医師					伏木宏彰
もの忘れ外来 2:00～4:00			斉藤隆義			
整形外科	石井佐宏 3:00～4:30			石井佐宏 3:00～4:30	石井佐宏 2:30～4:30	
栄養指導			2:00～3:00			

## 夜間診 午後4時30分～午後7時

	火	水	金
内科 4:30～7:00	古野利夫 (内科・メタボリック) 4:00～	金崎照雄	山本美和
		与島明美(高血圧) 4:00～	与島明美(高血圧) 4:00～
	松井法生(糖尿病) 4:00～		松井法生(糖尿病) 4:00～
			金山ひとみ(糖尿病) 3:00～
皮膚科 5:00～7:00		塩岡 誠	
整形外科 5:00～7:00	石井佐宏		
栄養指導	4:30～7:30	2:00～5:00	4:30～7:30

## ■内視鏡検査体制

	月	火	水	木	金	土
午前 (上部消化管)	古野利夫	金崎照雄	火爪健一	田村有希	岩城光造	輪番
午後 (下部消化管)	岩城光造	火爪健一	岩城光造	火爪健一		

# 水橋診療所の診療体制表

## (午前)

	月	火	水	木	金	土
一般外来 9:00～12:00	寺西高子	斉藤隆義	寺西高子	寺西高子	寺西高子	寺西高子 松井法生 (隔週交替)
整形外科 9:00～12:00					石井佐宏	

## (午後)

	月	火	水	木	金	土
一般外来 4:00～6:00	寺西高子	百谷 泉	寺西高子	寺西高子	寺西高子	
2:30～4:30				松井法生 (内科) (第2・第4週 完全予約制)		

\* 各種予防接種・乳児健診受付けています。(要予約 毎週木曜日 午後2～3時)

富山医療生活協同組合 水橋診療所  
〒939-0526 富山市水橋館町59-1 電話076-479-1414

# 富山診療所の診療体制表

## (午前)

	月	火	水	木	金	土
内科 9:00～12:30	田中 裕	百谷 泉	田中 裕	田中 裕	田中 裕	田中 裕 黒田昌弘 (隔週交替)
特別外来 9:30～12:00		田中 裕 (胃カメラ)		石井佐宏 (整形外科)		

## (午後)

	月	火	水	木	金	土
内科 4:00～6:00	田中 裕	田中 裕	往診	百谷 泉	田中 裕	休診

\* 各種予防接種受付けています。(要予約)

富山医療生活協同組合 富山診療所  
〒930-0066 富山市千石町2-2-6 電話076-420-0367

# WHO世界保健デー 全国いっせい 健康チェック



▲見物客のほかにもチンドンマンやマスコミの記者も大勢参加。健康チェックは、組合員十名とリハビリ科の新入職員を含めた職員二十五名を中心に行いました。

昭和三十年に戦争の傷跡から市民の心にも傷を取り戻そうと始まったチンドンコンクデーに合わせたコンクデーの健康相談会を四月四日(土)、五日(日)の二日間、県庁前噴水公園で実施しました。健康づくり委員会を中心に、組合員十名とリハビリ科の新入職員を含めた職員二十五名を中心に行いました。興味津々で測定していた方に、熱心に食事の相談にのるなど、皆さんに大変喜ばれた健康相談会となりました。リハビリ科の新入職員四人も先輩職員に操作方法や説明の仕方聞きながら、足指力チェ

が参加しました。なつかしいチンドンのメロディと笑いの渦の中、風船やチラシを配って健康づくりをアピール。祭り参加者やチンドンマンの方など、合わせて二六名の健康チェックを行いました。「足指チェック」は初めてという方が多く、興味津々で測定していました。また、田村医師は体脂肪率が低かった方に、熱心に食事の相談にのるなど、皆さんに大変喜ばれた健康相談会となりました。リハビリ科の新入職員四人も先輩職員に操作方法や説明の仕方聞きながら、足指力チェ



▲できたての草餅は最高

立山町の釜ヶ淵地区のあすなろ班では四月二十一日(火)、「やくしの里」で恒例になった草餅作りをしました。組合員六名に職員が加わって昨夜から浸しておいた八合の餅米を蒸し、青く茹でたよもぎを柔らかくして入れました。仕上げに小さじ一杯の片栗粉を水で溶いて入れ、餅が固くならないようにしました。あんこを丸めて入れるのにワイワイガヤガヤとやかましいこと。大きいものや小さいものなど様々ですが手作りの草餅は濃いみどり色で香りも良く、大満足でした。「来年はもっと上手に作ろうね」と話しながらいだきました。あすなろ班では三月の「折梅」上映会に続く班会です。次回からもゴキブリ団子作り、健康班会など楽しい年間計画を立てています。

## あちこちで楽しい班会開催 年間計画も立てたよ!

四方荒屋班では、四月三日(金)、朝から絶好の花見日和に恵まれ、映画「おくりびと」をフアボレ東宝で鑑賞しました。送迎のバスの車窓から立山連峰の雪が映え、八ヶ山のふもとに桜が五分咲きになっていました。ペテランの山崎努さんと本木雅弘さんの真剣な名演技に吸い込まれてしまい、あっという間に二時間が過ぎました。また、滝田洋二郎監督は自然の風景と音楽効

組合員をついでで職員が作成した「富山大空襲戦跡マップ」を知ったのをきっかけに、四月八日、八名で二時間余り歩いて八力所を廻りました。立山醬油工場煉瓦製煙突を皮切りにその近くの神明社では処々欠けた狛犬像が左右にあり、悲惨さが感じられました。続いて神通川の水路を守った常夜灯を見て松川べりの見事な桜並木を散策し、気分も上々でした。その後、大法寺の梵鐘では焼夷弾の弾痕の生々しさを実

## 楽しかった映画班会

和合八重津支部 四方荒屋班



▲話題の映画を見に行きました

果がいやが上にもマップして画面を美しく感動を与えてくれました。映画鑑賞の後は、食事と血圧測定、入浴をして一日を有意義な班会で過ごしました。

4月14日 井波健康サロン 15名参加  
4月15日 水橋西部支部 11名参加  
4月17日 呉羽支部 12名参加

4月17日 井波健康サロン 15名参加  
4月18日 豊田南支部 8名参加  
4月19日 滑川支部 23名参加

## 平和ウォーキング

針原新庄支部

組合員をついでで職員が作成した「富山大空襲戦跡マップ」を知ったのをきっかけに、四月八日、八名で二時間余り歩いて八力所を廻りました。立山醬油工場煉瓦製煙突を皮切りにその近くの神明社では処々欠けた狛犬像が左右にあり、悲惨さが感じられました。続いて神通川の水路を守った常夜灯を見て松川べりの見事な桜並木を散策し、気分も上々でした。その後、大法寺の梵鐘では焼夷弾の弾痕の生々しさを実

三月二十八日(土)、定数三十名中二十六名の出席で、第十回理事会を開催しました。  
【主な内容】  
①対話大運動は、新年度も引き続き取り組む事を確認しました。  
②増資目標達成に続いて、仲間ふやしも年度内に千名の目標を達成する事を確認しました。  
③支部総代会の状況を出し合いながら、新年度方針案を検討しました。また、〇九年度は、顕彰基準も見直しながら、健診や健康チェックを強化した班会をめざす事を確認しました。  
④二年以上にわたり医療生協の利用のない組合員の「みなし脱退」を決定しました。  
⑤火爪医師の研修からの帰任(四月)と、富山診療所の「処方箋」発行(五月)から確認しました。

## 地域フラッシュ



4月17日 上市支部 柳町班 9名参加「瑞龍寺見学と街なみめぐり」

4月18日 豊田南支部 高園町1区班 8名参加「ストレッチ体操」

4月19日 滑川支部 23名参加「支部総代会」結成1周年を迎えました

# 平和をつくる

国民平和行進に参加しましょう!!

## 6月4日朝日町をスタート(富山→広島コース)

「原水爆禁止国民平和行進」は、今年で51周年を迎え、全国8割の自治体を通じ、10万人以上が参加する平和行進です。今年の行進は、来年春の「2010年NPPT再検討会議」に向けて、世界中から「核兵器廃絶の声」を広げて届ける重要な役割があります。

富山医療生協は、新しい「医療生協平和行進隊」を支部や班の組合員が力を合わせてリレーします。組合員の皆さんの積極的なウォーキング参加をお願いします。

### 〈幹線コース〉

- 6月4日(休) 朝日町(8:30)→黒部市
- 5日(休) 黒部市(8:30)→滑川市
- 6日(日) 滑川市(8:30)→水橋
- 6日(日) 水橋(12:10)→富山市
- 7日(日) 富山市(8:30)→高岡市
- 8日(月) 高岡市(8:30)→福岡
- 9日~11日 自治体訪問
- 12日(金) 福岡(13:00)→小矢部市
- 13日(土) 小矢部市(9:30)→石川県医療部会形-引き継ぎ

### 〈支線コース(予定)〉

- 6日(日) 八尾(9:50)→大沢野
- 6日(日) 大沢野(13:10)→富山
- 6日(日) 富山(12:30)→山形
- 7日(日) 新湊(9:00)→山形
- 7日(日) 新井波(13:10)→山形
- 8日(月) 中(9:20)→山形

## 第25回ゲートボール大会

### 一点差ゲームが続出

健康づくりが大事と、4月22日(休)の午前9時から「富山医療生協第25回ゲートボール大会」が富山市城川原公園グラウンドにて開会され大野孝明理事長の挨拶を受けたあと熱戦を展開しました。大会には14チーム、79名の選手が参加し、一点差の好ゲームが多くあり大会は大いに盛り上がりました。参加者の方は「強風が吹いて大変だったけどがんばったちゃ」とさわやかな笑顔を通していました。大会成績は次の通りです。

- \*優勝 豊田チーム \*2位 かたかごチーム
- \*3位 立山平和チーム \*4位 よつばチーム



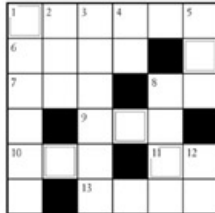
## 無料法律相談のご案内

武島直子弁護士(富山中央法律事務所)

- ・5月15日(金) 時間は午後2時~4時
- ・6月19日(金) 予約してください
- ・7月17日(金) 予約してください

場所 富山協立病院地域連携室  
〒930-8581 富山県富山市津島 076-444-5708

転居先を必ず連絡して下さい。住所・電話番号の変更や家族の変更がありましたら、生協までご連絡下さい。



- ⑩新鮮さの度合
- ⑪〇〇2段、将棋3段
- ⑫教育の機会

- ⑬〇〇ライン、〇〇シャドウ
- ⑭学校の先生
- ⑮大和の枕詞。の
- ⑯料たつぷりのお菓子。ダイエット用
- ⑰料
- ⑱〇〇ライン、〇〇シャドウ

おとどろくします

【三月号の当選者5名】

シ	ン	カ	ン	セ	ン
バ	レ	イ	シ	ヨ	
ウ	ミ	ウ	シ	ヨ	
ジ	キ	コ	カ	ナ	
ニ	ゲ	ア	シ	ツ	ラ
シ	ユ	ン	ヒ		

【三月号の解答】

①シ ②ン ③カ ④ン ⑤セ ⑥ン  
⑦バ ⑧レ ⑨イ ⑩シ ⑪ヨ  
⑫ウ ⑬ミ ⑭ウ ⑮シ ⑯ヨ  
⑰ジ ⑱キ ⑲コ ⑳カ ㉑ナ  
㉒ニ ㉓ゲ ㉔ア ㉕シ ㉖ツ ㉗ラ  
㉘シ ㉙ユ ㉚ン ㉛ヒ

【賞品】 正解者の中から五名の方に千円分の図書カードを贈呈

【締めきり】 五月末日の消印有効

【三月号の当選者5名】

田開文三郎(富山市赤田)  
岩城 清美(富山市布目)  
高木美恵子(富山東田地)  
木谷美由紀(富山津島)  
山田 政信(南砺市天神町)

応募56 通過56  
正解56

## 新入職員紹介



- 久保 彰寛 社会福祉士 ひまわりサービス
- 森下 翔伍 理学療法士 リハビリテーション科
- 鹿熊友加子 作業療法士 リハビリテーション科
- 金谷 成美 介護福祉士 きずなデイサービス
- 布施 春寿 薬剤師 薬剤科
- 青木 歩 理学療法士 リハビリテーション科
- 久保 有希 理学療法士 リハビリテーション科
- 井上 巴 介護福祉士 きずなデイサービス
- 小林 彩 介護福祉士 ひまわりショート

よろしくお願ひします

今年もときと富山医療生協に迎えられました。四月一日に行われた入社式では、大野孝明理事長の期待をこめた歓迎のあいさつと、緊張した面持ちの新人一人ひとりに辞令が手渡されました。これから富山医療生協の一スタッフとして、利用者さんや地域の人々に満足したサービスを受けてもらいたい」と希望

短歌一首  
昏れなすむ呉羽の山のかんさま  
花のじうたんタスキに映える  
肥壺野人(水橋三条支部)



組合員のひろば  
クロスワードパズル  
三月号の解答ハガキの胃の検査受けひと安心  
富山市水橋 石恵美さん  
先日胃の不調を感じ、経鼻内視鏡による検査を受けました。初めて

に胸をふくらませていただきます。初々しい新人さんたちを見かけたら、ぜひ声をかけ、激励してあげてください。  
だつたのですが想像以上に楽しかったのでホッとしました。検査結果は「異常なし」安心して帰途につきました。たすけとさん有難う  
富山市清水町 南部 彰さん  
妻が腰痛になり家事が大変な時、たすけとクラブの世話になり助かりました。  
富山水橋 霜野鈴子さん  
家族みんなが水橋診療所に世話になつてい

## 生活相談

\*事前にご連絡下さい。

- ・富山協立病院 随時受付けています  
お申込: 富山協立病院地域連携室  
076-444-5708
- ・富山診療所 毎月25日(休日等の場合は変更になります)  
076-420-0367

## クロスワードパズル

【問題】 カギを解き、二重ワクに入る文字をうまく並べてできる言葉は何?

★たごのカギ★

- ①死にかけていたものを生き返らせる
- ②銀行等に金銭を預けること
- ③草木も眠る
- ④日本を〇〇国
- ⑤ 〇〇をなめる。辛い経験をすること
- ⑥古いセーターをい
- ⑦古くから入つては〇〇に
- ⑧〇〇に入る
- ⑨〇〇に入る
- ⑩〇〇に入る
- ⑪〇〇に入る
- ⑫〇〇に入る
- ⑬〇〇に入る
- ⑭〇〇に入る
- ⑮〇〇に入る
- ⑯〇〇に入る
- ⑰〇〇に入る
- ⑱〇〇に入る
- ⑲〇〇に入る
- ⑳〇〇に入る

★よこのカギ★

①学校の先生  
②大和の枕詞。の  
③料たつぷりのお菓子。ダイエット用  
④料

【三月号の解答】

①シ ②ン ③カ ④ン ⑤セ ⑥ン  
⑦バ ⑧レ ⑨イ ⑩シ ⑪ヨ  
⑫ウ ⑬ミ ⑭ウ ⑮シ ⑯ヨ  
⑰ジ ⑱キ ⑲コ ⑳カ ㉑ナ  
㉒ニ ㉓ゲ ㉔ア ㉕シ ㉖ツ ㉗ラ  
㉘シ ㉙ユ ㉚ン ㉛ヒ

【賞品】 正解者の中から五名の方に千円分の図書カードを贈呈

【締めきり】 五月末日の消印有効

【三月号の当選者5名】

田開文三郎(富山市赤田)  
岩城 清美(富山市布目)  
高木美恵子(富山東田地)  
木谷美由紀(富山津島)  
山田 政信(南砺市天神町)

応募56 通過56  
正解56