



組織現況 2010年9月30日現在



組合員数 **26,468** 人
 出資金総額 **80,773** 万円
 一人当たりの出資額 **30,517** 円

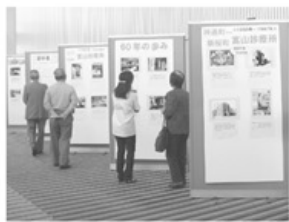
とやま医療生協 虹のまち

2010年11月号 No.331

〒931-8501 富山市豊田町1-1-8
 ☎076-441-8351 FAX 076-432-8031
 ホームページアドレス
<http://www.toyama-hcoop.com/>
 E-mail webmaster@toyama-hcoop.com
 毎月1回発行
 定価 1部30円(組合員の購読料は出資金に含まれています)
 発行 富山医療生活協同組合

地域の期待を集めて 富山協立病院に小児科オープン

富山協立病院では、11月より11年ぶりに小児科を再開しました。担当の飯村雄次医師は、一般小児内科はもちろん、小児アレルギーを専門として診療にあたります。また、乳児健診やインフルエンザなどの各種予防接種も積極的に行っていきます。



▲診療所のあゆみのパネルで展示

「大変よかった」「診療所の歴史がよく分かった」とい

が、参加された方からは、「大変よかった」「診療所の歴史がよく分かった」とい

「富山診療所六十周年のつどい」が十月三日(日)、富山国際会議場で開催され、多くの組合員と職員、関係各位の献身的な活動と協力で、成功させることができました。感謝申し上げます。

六五〇名の参加で大きく成功

診療所周辺の支部と職員を中心に行委員会を結成。約六ヶ月間の準備で行き届かぬ点もあったと思いますが、参加された方からは、「大

準備をする中で、開設時の先人達のご苦労や、診療所を支えてこられた多くの職員、組合員、患者さんの思いが強く心に残りました。また、思いもかけない方々からご協力、励ましをいただき、私たちが期待されていることを実感しました。

初めて診療所の歴史や果たしてきた役割に触れた人も多く、医療生協への確信につながったようです。六十年を節目に、組合員と職員が協同でこのような意義のある大きなイベントを成功させたことは、これからの医療生協の新たな発展につながると思います。

実行委員長 武田正一



▲シンセサイザー奏者の滝沢卓さんの伴奏にあわせて合唱

19時まで診療

小児科外来スペースでは、プレイルームや授乳室、トイレもバスターミナルを基調に新設。診察室は三つで

期待の声

病気のこと以外にも子育てについてもご相談下さい。

診療時間のご案内

	月	火	水	木	金	土
午前 8:45~12:00	●	●	●	●	●	●
午後 14:00~16:00				★		
夜間 16:00~19:00		●	●		●	

★木曜午後は予約制となります。(予防接種・乳児健診)

内視鏡

虹の健康チャレンジャー、私はラジオ体操のコーナーに参加した。昨年服を着るのに「イター」と

無料・低額診療事業

— 開始にむけて — ②

仕組みと利用の仕方



▲病院での相談は地域連携室へ

この制度は、経済的な理由により医療費の支払いが困難な方が、富山医療生協の協立病院・富山診療所・水橋診療所を利用した場合に、医療費の「一部負担金」や「自費払い」について、

「免除」や「減額」をするものです。これは、生活が改善するまでの一時的な措置であり、並行して公的な制度の活用を含め問題の解決にむけて相談を行います。

収入が激変し困っている方、リストラや失業で無収入の方、医療費の支払いを生活に困難を生じる方などです。また、近年はホームレスや家庭内暴力の被害者の方も利用されます。制度を利用するには、

①まず病院や診療所の受付にご相談下さい。②ソーシャルワーカーや職員が事情をお聞きします。その際に、お身体の状態や生活状況などを伺い、公的な制度の活用を含めてご相談します。(プライバシー厳守) ③承認されれば、基準に従って「一部負担金」や「自費

払い」が免除(全額)や減額(五〇%)されます。**留意事項**
・現在、介護保険や営利法人である保険薬局などはこの制度の対象外となっております。おり自己負担が生じます。(民医連加盟の保険薬局では可能な対応を検討中です)

・ご相談は電話でもできます。病院・診療所までご連絡下さい。
・実施時期は、行政の認可を受けてからとなります。が年内には実施できるよう準備を進めています。
専務理事 石川丈夫

豊かな「若い」をむかえるために



富山協立病院院長 内科 与島明美

日本内科学会・日本老年医学学会・日本老年医学会認定老年病専門医

年をとるといふことはほんなことなのでしょう。若いころには想像もつかないし実際にそうなってきたとわかないことがきつとたくさんあるのだと思います。老眼になり眼鏡がないと新聞が読みにくくなる。耳が遠くなりテレビの音を大きくして家族にしかたれない。入れ歯が必要になる。腰や膝が痛くなり何とかならないかと思っても曲がった腰や変形した膝は元には戻らない。おしっこが近くなったり漏れたりするけれどもなかなか相談できない。そして何十年も使った体は

あちこちほころびや傷みが出てきます。日本人の平均寿命は昭和三十年には男性六十四、女性六十八才。それが今は男性八十、女性八十五才。この五十年余りで大きく伸びました。まず長生きできるようになったことを喜び合いましょう。

元気に長生き

できるよじりに

医療生協では子どものときからの健康づくりや検診活動を積極的にすすめています。治すことができない病気が多くなりました。困った症状があれば一人で悩ま

ずどんなことでも気軽に相談してください。また病気で障害が残っても積極的なリハビリをして隠れた力を引き出すことができます。元と違う可能性があります。元と同じではないけれども新たな形で生活していく中で幸いを見出すことができるようになることも期待できます。医療生協では外来や入院でのリハビリに加え自宅に訪問してその方の生活の場でのリハビリも行っています。ですの大きい利用していただくたいと思えます。しかり体の機能や命には限りがあります。長生きの見本のような百寿者は「健康長

ライフデザイン
ノートの活用を
私たちは最期まで自分ら

しく、その人らしく生きていくことができるように治療や介護の方針を決めるときにご本人やご家族の考えを尊重していきたいと思っています。そのために医療生協のライフデザインノートをもっと多くの方に活用していただきたいのです。班会でわいわい言いながら書いてみてはどうでしょうか。わからないことがあればどんどん班会に呼んでください。また年末年始などご家族が集まる時に思い出を語りながら記入してみませんか。と思いませんか。ぜひ、二人一冊ライフデザインノートを。



▲左から上野さん、松下さん、玉城さん


職員は、話を聴き、知り、考える機会としてとらえるのではなく、知った私達がどうハンセン病の真実を伝えていくのか、また、その思いをつないでいくかが求められています。ハンセン病問題に関わらず、日常の様々な出来事の実事を見極めることや、日常ある人権侵害を考えていく視点として活かし、そして、部署内外で差別や偏見をなくす行動をしていくことが大事だと思えます。医療福祉に従事する職員として、真実を伝え広めていきたいと思えます。
県連教育担当 塩谷 琴江

差別や偏見のない社会をつくる

十月二十二日(金)、富山民医連教育委員会主催の特別講演「語り継ごうハンセン病、隔離と差別の歴史」上野正子さん・玉城しげさんのお話を聴く会」が開催され、約百名が参加しました。
今回、人権を尊重し平和を守る活動をすすめていく一助として特別講演会を企画しました。ハンセン病回復者(元患者)の方から、直接らい予防法による隔離と差別の被害や苦勞、それを乗り越えてこられたお話を聴きました。事実を知り、人権や差別・偏見のない社会について考える機会となりました。また、医療福祉に従事する専門家であり、いのちと健康の守り手として、二度と医療従事者が関与する人権侵害がおこらないよう、広く職員に人権意識を広げていきます。

参加職員からは、「差別を無くすには、先ず真実を知ることだと思いき、知り学び周りへ伝えていく事が大事だと感じた」「歴史に学び、教訓として語り継がなければと思った」「不当な差別や人権侵害を受けている人を救済するだけでなく、相談できる場所づくりも必要だと思った」などの感想が寄せられました。
ハンセン病問題は、まだ終わっていない現実があります。「療養所の敷地内に認可保育園を設置する」との訴えが成果に結んだ動きもある一方で「療養所職員が減り入浴介助が受けられずに事故死に至る」などの問題も出ています。
お話を聴いた私達民医連職員は、話を聴き、知り、考える機会としてとらえるのではなく、知った私達がどうハンセン病の真実を伝えていくのか、また、その思いをつないでいくかが求められています。ハンセン病問題に関わらず、日常の様々な出来事の実事を見極めることや、日常ある人権侵害を考えていく視点として活かし、そして、部署内外で差別や偏見をなくす行動をしていくことが大事だと思えます。医療福祉に従事する職員として、真実を伝え広めていきたいと思えます。

健康診査・がん検診、 受け忘れはありませんか?!

大切な家族とあなた自身のために  (12月になると混み合います)

仕事や家族のことで、手いっぱい、ついつい自分の体のことは後回し…そんなことはありませんか?

特定健康診査、がん検診はどちらもとても大事です。健康診査やがん検診を受けて、生活習慣病の予防や早期発見・早期治療、健康づくりにむすび付けましょう。国のがん対策基本法では、がん検診受診率50%を目標にしています。

富山市のがん検診の受診率はまだまだ低い状況です。

みんなで声を掛け合って、受け忘れのないようにしましょう。

平成20年度富山市がん検診受診率

胃：22.8% 肺：30.7% 子宮：16.8% 乳：19.2% 大腸：21.5%

◇一般健診

問診：検診をはじめる前に、体の状態や既往症・生活習慣などを伺います。

身体測定：身長、体重、腹囲

血圧測定：高血圧は、脳卒中や心臓病の要因となります。

WHO (世界保健機関) の血圧分類 mmHg

	最高血圧	最低血圧
正常血圧	129以下	84以下
境界高血圧	130~139	85~89
高血圧	140以上	90以上



検尿：腎臓疾患や、糖尿病等の手がかりをつかみます。
診察：聴診や触診、聞き取りで診断します。

◇血液検査

肝機能：GOT、GPT、 γ -GTPなどの値が高い場合、肝臓障害や炎症が疑われます。

脂質：HDL・LDLコレステロールや中性脂肪などで、動脈硬化や高脂血症などを調べます。

血糖：血糖値やHbA1cの値を調べます。



対象外の若い方や 富山市外の方に特に勧め

〈組合員健診〉

この充実で4,500円(消費税込み)

- ・問診 ・血圧測定 ・尿検査一般
- ・心電図 ・胸部X線 ・身体測定
- ・体脂肪測定 ・眼底 ・血液検査 (10,000円相当)

受診券をなくしちゃったー!!!

*富山市の場合、すぐに送ってもらえます。

受診券の再発行の問い合わせ先

- *がん検診の受診券…保健所健康課 TEL428-1153
 - *特定健診・後期高齢者の健康診査の受診券 保険年金課 TEL443-2068
- ※他の市町村は、市役所、役場に電話してください。

●お問い合わせ・ご予約は●

協立病院健康支援センター
☎(076)444-5684
富山診療所 ☎(076)420-0367
水橋診療所 ☎(076)479-1414

組合員検診としておすすめです 胆のう、胆管、すい臓、肝臓、腎臓 などのがん

腹部超音波検査

腹部に超音波を発信し、返ってくる音波(エコー)を画像にし、腫瘍の有無、大きさ、深さを調べます。

↓ 異常が見つかったら

CTなどの精密検査、腫瘍マーカー検査など

乳がん自己チェックを しましょう!

月1回自己チェックすることでふだんの乳房の状態がわかり、異常が見つかりやすくなります。生理の1週間後に(閉経後は日にちを決めて)、形状、しこり、乳首からの分泌液などがながいかチェックしましょう。いつもと違う異常を感じたときにすぐに受診できるように、検診時に自己チェックの方法を聞いたり、班会でみんなで学習しましょう。

組合員さんの特典

富山市の受診券をお持ちの方は

大腸がん・乳がん検診の 自己負担分は無料! (医療生協負担)

大腸がん 41歳以上 年1回

便潜血検査+問診

便(の表面)を専用のキットで採って提出。大腸内の出血で肉眼で見えないレベルの潜血がわかります。

↓ 陽性になったら

大腸内視鏡検査(肛門から内視鏡を入れて、大腸内をみます)

乳がん 41歳以上の女性 2年に1回

視・触診+マンモグラフィまたは、超音波検査

乳房を引き伸ばし、乳腺の重なりを少なくして撮影する乳房専用のX線検査。視・触診では見逃されるほど小さながんや、しこりができないタイプのがんも発見できます。

↓ 異常が見つかったら

まず乳房超音波検査、必要に応じて組織検査など



肺がん 41歳以上 年1回

胸部レントゲン検査、喀痰検査

胸部のX線写真から、肺に異常がないか調べます。肺がん検診としての胸部X線検査の有効性は、二重読影(2人の医師がフィルムをみる)、比較読影(前のフィルムと比較してみる)をおこなった場合です。できるだけ同じ医療機関で、毎年受けられることをおすすめします。

↓ 異常が見つかったら

胸部CT(断層撮影)検査

胃がん 41歳以上 年1回

胃レントゲン検査

胃を膨らませる発泡剤と、バリウム(造影剤)を飲み、X線をあてて、食道から胃、十二指腸までの形や粘膜に異常や変化がないか調べます。

胃内視鏡検査

(口または鼻から内視鏡を入れて、胃の粘膜を直接観察、必要に応じて組織検査)

前立腺がん (今年度55、60、65歳になる男性) 年1回

PSA検査

血液をとって調べます。

※特定健診と同時に受診。単独では受診できません。

↓ 異常が見つかったら

前立腺の触診・エコー・組織検査など

二十八番目の
支部誕生!

新庄支部結成

十月二十二日(金)、針原・新庄支部より新庄・新庄北校区が独立するがたちで、富山医療生協二十八番目の新庄支部が結成されました。第一回新庄支部総代会では総勢二十七名が参加し支部結成を喜び合いました。

新庄、新庄北校区では医療生協の組織活動のひとつとして校区の環境保健衛生協議会主催の健康教室に協力し、地域と連携を築いてきました。新庄支部設立総代会では「組合員同士のたすけあいのネットワークを広げていくこと」、「健康づくりの活



▲新庄支部総代会を終えて、参加者で記念写真

スポーツの秋! 北ブロックパークゴルフ大会

十月十三日水曜日、北ブロック主催のパークゴルフ大会が富山市パークゴルフ場で開催されました。

パークゴルフ初心者の方も経験者の方もたくさん参加され生憎の曇り空でしたが、九十五名の参加者がスポーツの秋を満喫しました。各自二十七コースを周りその合計スコアで順位を決めました。日頃の練習を十分に発揮し、ホールインワンが続出するなどして、楽しく交流させていただきました。



▲参加された皆さん。パークゴルフを楽しみました

私のグループは今回残念な結果に終わりましたが、来年も是非挑戦し、良い結果を出したいと思います。

奥田支部 小林孝正

男女上位入賞者

- ◆男子◆
 - 一位 東 輝雄(針原)
 - 二位 浦上 明(針原)
 - 三位 前崎 兼一(兼連)
- ◆女子◆
 - 一位 志南 礼子(和合東)
 - 二位 成田 佳子(針原)
 - 三位 荒屋 澄枝(針原)



▲上位入賞者の皆さん

地域のきずなを結ぼう!!

虹の出会い月間

10月よりスタートした虹の出会い月間
各地で楽しく元気になる活動が広がっています。

第三回たすけとクラブ交流会

十月九日(土)、ひまわりララにて第三回たすけとクラブ交流会が開催されました。

たすけとクラブの協力者、利用者の方合わせて三十七名の参加で活発な意見交流がされました。事務局からの活動報告・福祉有償運送準備・会計報告を受けた後、参加された



▲交流会の様子

参加者の中から活発な意見交流があり、「たすけとクラブ」が人と人とのつながり(絆)を深くし、つながりの輪が広がっていくと思える交流会でした。和合八重津支部 青山三朗



▲火爪医師の講演の様子

動をすすめていくこと」が確認されました。会場からは「たすけとクラブ」活動に参加しておられる方、「健康チャレンジヤー」に取り組んでおられる方からそれぞれ発言があり深められました。

今回新しい運営委員二名を迎え、新庄支部はスタートしました。「地域のきずなをむすんで、健やかに安心して暮らせるまちづくり」をスローガンとして、医療生協の活動の要である班会を積極的に開きながら

支部長抱負

「健康づくり」「まちづくり」の活動を広げていきたいと思えます。また、そういった活動をもとにしながら医療生協の三課題目標にも取り組んでいきます。運営委員を始め、地域の方々と協力しながら楽しい活動をすすめていきたいと思えます。

新支部紹介・新庄支部 (新庄・新庄北校区)
* 組合員数 新庄：三七八名、新庄北：五一八名
* 支部長 飯野義直
* 運営委員 九名

笑いであふれた 水橋健康まつり

十月十七日(日)、水橋ふるさと会館にて開催された水橋健康まつりは、快晴に恵まれ三三〇名を超える賑わいでした。



▲大谷孝行教授

三成中学生徒二十一名による太鼓演奏で元気よくまつりがスタート。金崎所長のユーモアを交えた開会挨拶もあり始まりから会場が沸きました。



▲会場は笑い声であふれました

ステージ企画の最初には富山国際大学の太谷教授による記念講演があり、「笑いで長生き」をテーマに、笑いが健康増進に大変よいことを著名人の実例や資料を用いながら話されました。実際に講演中も笑いが絶えない楽しい内容でした。第二部では「綾の会」の民謡で東北民謡やおわらを楽しみました。

例年好評の模擬店では、虹の会「梅の湯元気塾」利用者の作品販売、農協婦人部の生け花、メルシークッキーなどとともに水橋支部、水橋西部、三条支部、滑川支部からの出店もあり所狭しと軒を並べて賑やかに開かれました。



▲動きのそった演技

10年度 第四回理事会報告

九月二十五日(土)、協立病院会議室において、定数二十九名中二十一名の出席で第四回理事会を開催しました。
【主な内容】
①八月の事業概況、経営収支について確認しました。
②「富山診療所開設六十年のつどい」を医療生協を知らせ学びあう機会として大きく成功させること
③「虹の出会い月間」について、この間の多彩な行事の成功に確信を持って生協の輪を広げていくことを協議し確認しました。
④無料・低額診療事業の取り組みについて意見交換を行いました。
⑤危機管理本部の設置と体制について確認しました。

「物資販売」へのご協力ありがとうございました

そうめん、昆布、黒豆、めかぶ茶、ふりかけ、せんべい、など今年度の取扱総額は、130万円を超えました。利益は原水爆禁止世界大会(広島)、日本母親大会(福島)、日本高齢者大会(茨城)への代表派遣に活用させていただきます。また、各支部の購入額に応じて割り戻しを致します。

全体の運営で行き届かない点が多々あったと思いますが、次回に取り組みに反映していきたいと思えます。ご協力いただきました皆さまありがとうございます。水橋診療所 澤田 勉

地域フラッシュ



▲10月23日 豊田南支部 豊田本町班 9名参加 小児科班会



▲10月18日 中央東・中央西支部 19名参加「香り」にてレクリエーション



▲10月19日 やくし支部 19名参加「いこいの村健康展」にてレクリエーション



▲10月26日 藤ノ木支部 6名参加「ランドサンビ」にてウォーキング



▲10月24日 大広田支部 33名参加「白樺ハイツ」にてレクリエーション



▲10月25日 和合ロース支部 布目旭町班 11名参加 強いいきいき班会

アジのカルパッチョ 梅風味

～いつもの刺身にひと手間加えて～
富山協立病院 管理栄養士 今村佳恵

材料 / 2人分

アジ(刺身用) … 2尾150g
ピーマン …… ½個(15g)
赤ピーマン …… ½個(15g)
人参 …… 10g
ねぎ …… ¼本(20g)
a 梅干し …… 1個
しょうゆ …… 大½
オリーブ油 …… 大1



作り方

- ①アジは3枚におろし、小骨と皮を除いて、削ぎ切りにする。器に並べる。刺身用をそのまま並べてもよい。
- ②ピーマン、赤ピーマン、人参、ねぎはせん切りにする。それぞれ水にさらしてパリッとさせ、水気をよくきる。
- ③梅干しは種を除いて、手で細かくちぎり、残りのaを混ぜ合わせる。
- ④①に③をかけ、混ぜ合わせた②をのせる。

豆知識

アジやサンマなど背の青い魚に含まれる脂肪酸EPA(エイコサペンタエン酸)とDHA(ドコサヘキサエン酸)は、血中の悪玉コレステロールと中性脂肪を減らし、善玉コレステロールを上昇させる働きがあります。酸化されやすいので、酸化を防ぐオリーブオイルと組み合わせると効果的です。



行事のご案内

脳いきいき班会実践交流会

日時 11月25日(木) 14時～15時30分
場所 富山協立病院東館3階会議室
対象 脳いきいき班会を行っている班の方、これからやってみたい組合員
参加費 無料 申し込み締め切り 11月20日(土)

第2回 認知症サポーター ステップアップ講座

サポーターが地域で活躍するための

日時 12月1日(水) 14時～15時30分
場所 富山協立病院東館3階会議室
対象 認知症サポーターのみなさん(オレンジリングお持ちの方)
内容 認知症の方のとまどいや不安を共感して、認知症の方や家族の気持ちを支えるサポーターになろう
参加費 無料 申し込み締め切り 11月22日(月)

保健係交流会

日時 12月5日(日) 10時30分～13時00分
場所 富山協立病院東館3階会議室
対象 保健係りさん
参加費 500円(テキスト代、昼食代含む)
申し込み締め切り 11月15日(月)

申し込み先

医療生協組織部 TEL 076-441-8351

体幹をねじる左右2回ずつ、体幹の回旋のストレッチ

体幹のねじり



体全体をねじるように頭と肩を回す。息を吸いながらねじり、戻るときにゆっくり吐く。

立ち上がり 座り込み

椅子から立ち上がり、座り込み4回(最後は立ったまま) 大腿四頭筋、大腿筋強化、バランス能力向上



ゆっくり立ちあがって座る。重心を爪先に移動する。

片足を踏み出し玉先立ち、左右8回ずつ 下腿三頭筋の筋力強化、前後のバランス能力向上

片足を踏み出し玉先立ち



バランスをとりながら、なるべく高く玉先立ちをする。

体幹の後屈

体幹の後屈2回、体幹の後方へのストレッチ



反らす時に息を吸って、戻す時に吐いてゆっくり。

(注) 自分のからだの状態をよく把握したうえで無理のない範囲で行いましょう。

- ※イスを使って、ご自分のペースで好きな音楽に合わせて、楽しくしてみましょ。
- ※DVDがあります。ぜひ班会でもやってみませんか! 健康運動指導士がいてねいに指導致します。

出典: 日本生協連医療部発行
転倒予防「ころばん体操」「せらばん体操」解説書

ころばん体操

No. 3

(奇数月で連載します)

「ころばん体操」は、足腰の筋力と柔軟性を高めることで、姿勢を良くすることで、バランス能力、敏捷性を向上させ、転倒しにくい体づくりができるように考えられています。

ももあげ

ももあげ、交互に4回ずつ 腸腰筋、大腿四頭筋強化、片足支持でバランス能力向上



体をまっすぐに上げて、高くももを持ち上げる。

11月外来診療体制表

☆11月より富山協立病院で小児科を開始しました。
☆各種健診・予防接種受付しています。詳しくは各事業所へお問い合わせ下さい。

富山診療所

☎076-420-0367 富山市千石町2丁目2-6

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	百谷 泉	田中 裕 黒田昌弘 (隔週) ~12:00
特別外来 9:00~12:00		田中 裕 (胃力メウ)		石井佐宏 (整形外科)	田中 裕 (胃力メウ)	

午後

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

水橋診療所

☎076-479-1414 富山市水橋館町59-1

午前

	月	火	水	木	金	土
内科・小児科 9:00~12:00	金崎照雄	斉藤隆義	金崎照雄	寺西高子	金崎照雄	金崎照雄 松井法生 (隔週)
整形外科 9:00~12:00					石井佐宏	

午後

	月	火	水	木	金	土
内科・小児科 4:00~6:00	金崎照雄	百谷 泉	金崎照雄	寺西高子	金崎照雄	休診
糖尿病 2:00~4:00				松井法生 (第2・4週) 予約制		

往診

富山協立病院、富山診療所、水橋診療所で往診を行います。お気軽にご相談ください。

介護事業所

在宅福祉総合センター ひまわり 富山市業島町2-1	デイサービス	☎076-433-7873
	訪問看護ステーション	☎076-432-1570
	ヘルパーステーション	☎076-433-2592
	居宅介護支援	☎076-433-7881
在宅福祉総合センター きずな 富山市柳町1丁目2-18	デイサービス	☎076-439-3650
	訪問看護ステーション	☎076-439-3651
	居宅介護支援	☎076-439-3653
	訪問看護ステーション	☎076-407-0161
在宅福祉総合センター えがお 富山市山室82-1	訪問看護ステーション	☎076-407-0162
	居宅介護支援	☎076-407-0164
	訪問看護ステーション	☎076-466-5228
	居宅介護支援	☎076-466-5028
富山協立病院併設 通所リハビリ 富山市婦中町連星398-1	通所リハビリ	☎076-444-5626
	水橋診療所併設 通所リハビリ	☎076-479-1505
やくしの里	デイサービス (立山町五百石47)	☎076-463-5860
豊田地域包括支援センター		☎076-433-7870
柳町・清水町地域包括支援センター		☎076-439-3652

救急指定 富山協立病院

☎076-433-1077 富山市豊田町1丁目1-8

午前 午前8時45分~12時

	月	火	水	木	金	土
内科 1	百谷 泉 ~11:30	山本美和	山本美和	百谷 泉	山崎勝也 9:00~	
内科 2	斉藤隆義 9:30~	岩城光造 9:00~	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 吉野利夫 10:30~	松井法生	内科一般
内科 4	吉野利夫 9:00~	浜崎 景	川端康一	寺島嘉宏 9:00~	吉野利夫	
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
消化器・ 肛門・乳腺		火爪健一		火爪健一	火爪健一	火爪健一 (隔週)
小児科	飯村雄次	飯村雄次	飯村雄次	飯村雄次	飯村雄次	飯村/寺西 (隔週)
整形外科	石井佐宏	石井佐宏	石井佐宏	市村和徳 9:00~ (隔週)		石井佐宏 (隔週)
皮膚科 9:00~	清水教子		清水教子			
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~	

午後

	月	火	水	木	金	土
内科 2:00~4:30	寺西高子		古野利夫	岩城光造	山本美和	
内科 2:00~3:30	斉藤隆義 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 2:00~4:30	大学医師 2:30~4:30				大学医師	
もの忘れ外来 2:00~4:00		休診		斉藤隆義		休診
漢方外来 3:00~5:00					柴原直利	
小児科 健診・予防接種				飯村雄次 2:00~4:00		
整形外科 3:00~4:30	石井佐宏			石井佐宏 3:00~4:30	石井佐宏 2:30~4:30	
栄養指導			2:00~5:00			

夜間

	火	水	金
内科	古野利夫 (メタボリック・内科) 4:00~7:00	与島明美 (高血圧) 4:00~7:00	与島明美 (高血圧) 4:00~7:00
	松井法生 (糖尿病) 4:00~7:00	山本美和 4:30~7:00	松井法生 (糖尿病) 4:00~7:00
漢方外来			金山ひとみ (糖尿病) 5:00~7:00
小児科	飯村雄次 4:00~7:00	寺西高子 4:00~7:00	飯村雄次 4:00~7:00
皮膚科	大学医師 5:00~7:00	塩岡 誠 (第2・第4) 5:00~7:00	
整形外科	石井佐宏 5:00~7:00		
栄養指導	4:30~7:00		4:30~7:00

■内視鏡検査体制

	月	火	水	木	金	土
午前 (上部消化管)	火爪健一	古野利夫	火爪健一	川端康一	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		火爪健一 (隔週)

☆受付開始時間は8時15分からです。
☆担当医変更の場合もありますのでご了承ください。
☆内科・泌尿器科の予約ができます。
☆急患の方は上記の時間に関わらず、24時間診察いたします。

組合員作品コーナー

書

箕輪 幸子 (富山市粟島町)



絵手紙

水上 宣雄 (高岡市泉ヶ丘)



折り紙

加納 ムツ (富山市四方岩瀬)



切り絵

吉田 弘 (富山市針原中町)



★作品を募集しています★
奇数月はこのコーナーで作品を紹介しします。
短歌・川柳・絵手紙・書道・手芸・俳句・写真など



ひろば

クロスワードパズル 九月号の解答ハガキより

ころばん体操

富山市金泉寺 国本恵美子さん
椅子を使っていなくても出来る「ころばん体操」早速日課に取り入れ続けています。足腰の筋肉と柔軟性を少しでも高めればと思っています。

懐かしい富山診療所
富山市上飯野 勝原 琴枝さん
同窓会館に診療所があったころ、私は仕事の終わる伯母を待って何時も待合室におじゃましていた事を懐かしく思い出しています。あの頃の黒部先生、須加さん、他の看護婦さん、今はどうして居られるのだろう、皆さん元気で活躍されますように心から願っています。
(前橋志佐さんの姪)

生方もお忙しいでしょうが是非地域に来てお話し下さい。先日の火爪先生のお話に残っています。
猛暑の中でも孫元氣
富山市奥井町 小竹 慶子さん
今年の暑さは異常でしたね。私はクーラーなし、扇風機なし、孫小学生の男女二人とも、私につられて本当に元気に過ごしました。でも、昔はクーラーなんかなかったですね、蚊帳をつけて、うちわであおいで寝ていたね。今はクーラー付けているから体が変わるのでしょうか。
戦争のない平和な世の中に富山市丸の内 山田 紀子さん
九月号の内視鏡を読みました。富山空襲のコラムを読みながら私も当時のことを思い出しました。

なんでも生活相談

＊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

私は四歳ほどでした。富山空襲の日、私は、祖母に背をわけて逃げまどつていたのをおぼろげに覚えてしまっていました。
富山は焦土と化してしまいました。
二度と戦争のない平和な世の中でありませうように祈っています。
健診受けて安心
富山市千成町 水上 登さん
今年も胃の内視鏡検査を受けました。八月に新装になった南三階で気持ち良くなりました。

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)

- 11月19日(金) 時間は午後2時~4時
- 12月17日(金)
- 1月21日(金) 予約してください

場所 富山協立病院地域連携室
☎お申込・地域連携室 ☎076-444-5708

新月号 組合員作品大募集!!

お正月用の作品を募集しています。絵、切り絵、絵手紙、書道、パッチワーク、俳句、川柳など。お気軽に応募してください。
締切り：12月10日頃 医療生協組織部まで ☎076-441-8351

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、生協まで連絡下さい。

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15

★よこのカギ★

①客の顔が見える商売のこと
②宵のうちの薄暗いとき
③○○にも衣装
④手助け、加勢
⑤労働時間を減らし○○を楽しむ
⑥なな合いに心ときめく。

【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？

★たてのカギ★

- 輝く金星の異称、明けの：
- ミスを入るの○○にする
- 糸を指にかけて形を作る遊び
- 薄○○悪い
- ――一会
- 君の出る○○はない
- 不吉な――がする
- は悠々自適に
- 夜

【九月号の当選者5名】

吉本 悦 (富山市城川原)
勝原 隆二 (富山市上飯野町)
江幡美知子 (水見市南大町)
奈良 悦子 (高岡市能町)
成瀬 雅子 (富山市中町田島)

おめでどうございます

【賞品】

「虹のまち」バスル係。
正解者の中から五名の方に千円分の図書カードを贈呈

【しめきり】十一月末日の消印有効

【九月号の解答】

ク	ン	セ	イ	カ
ヨ	セ	カ	ド	ウ
シ	ヨ	ト	ウ	ク
ウ	ウ	ツ	ク	ク
ク	ウ	ケ	ン	シ
キ	ク	ラ	ゲ	キ
キ	ク	ラ	ゲ	キ

ユウランセン(遊覧船)
富山医療生協

【応募方法】

バスルの解答住所・氏名年齢と、虹のまちの紙面や医療生協へのご意見・要望などがありましたら併せて明記の上ハガキ、又は富山医療生協ホームページ(一面右上に記載)の「お問合せ」メールにてご応募下さい。

尚、虹のまちに掲載させて頂く事がありますのでご了承下さい。

【あて先】〒931-1850 富山市豊田町一―一八

