

組織現況 2010年7月31日現在



組合員数 26,486 人
出資金総額 79,726 万円
一人当たりの出資額 30,101 円

とやま医療生協 虹のまち

2010年9月号 No.329

〒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



▲化学療法専用室

◀新しくなった南3階外来フロア

がんは早期発見が大切!

消化器・肛門・乳腺科、
内視鏡検査室、南三階に移設拡充

富山協立病院

8/24診療開始

診療開始に先駆けて、八月二十三日、案内ボランティアさんへの説明会を実施しました。初めて三階での外来診療となるため、案内ボランティアさんを募集、病院周辺支部の組合員さんを中心にたくさんの方の応募をいただきました。参加したボランティアさんからは「雰囲気明るくてとてもきれい」と好評でした。

快適な治療環境

より安心、快適に検査、治療を受けていただくために、検査専用トイレを四ヶ所増設、これまでの「大腸内視鏡検査でのトイレが少ない、遠い」といった問題が改善。検査前の待機室も広く、トイレのそばに設置されています。また、化学療法専用室も新設、ベッド二台、ソファ三台とテレビを備え、患者様の体調に合わせ治療していただけます。さらには「とても楽に検査を受けられる」と好評の経鼻内視鏡(鼻から胃カメラ)も増設し、二台となり

10月より禁煙外来開始します



診療時間

木 14:00~15:00
百谷 泉医師
日 14:00~15:00
山本美和医師
(11月より)

お問い合わせは

富山協立病院 ☎076-433-1077

予約制となります

私たちが御案内します



班会をしませんか

ました。十月からは、マンモグラフィ検査のデジタル化と画像配信システムを導入します。これによってフィルム現像処理時間がなくなるので、より多くの検査を行うことができ、予約も取りやすくなります。

火爪医師をはじめ内視鏡室スタッフは進行性のがんをなくすため、班会を積極的に、大腸がん、乳がんのしくみや治療方法、がん検査の内容など分かりやすく説明しています。ぜひ皆さんの地域でも班会を開いてみませんか。

内視鏡

異常な厳しい暑さが続いている。今、ベンを執っている八月半ばで三万人以上が熱中症で病院へ搬送されたという。あなたは猛暑を乗りこえて秋を迎えられただろうか▼八月は先の大戦を想起し、平和への誓いを新たにする時節である。TVでの終戦鎮魂ドラマ「十五歳の志願兵」と「歸國」を見た。犠牲になつた人たちの思いや悲願がその後の日本に長い平和をもたらしたのが、その後の空洞化!と考え合わせたりした▼富山が焦土と化した八月二日は満四歳だった筆者の記憶にも鮮烈である▼焼夷弾攻撃が始まった時、防空壕から抜け出し奥田の森林を逃げまどいていた。親からはぐれ、親切な人に手を引かれて助けられ、焦熱地獄の中を生き延びた▼その間、母は双子の弟を前と後ろに抱き、火の粉を避けて川に浸かっていた。岸辺の枝に繋がりが九死に一生の思いで助かったという▼家族みんなが顔を合わせたのは灰じんに帰した小杉の前だった。はだして小杉に逃げのびる時、富山大橋あたりで見た黒くなった人間の形。母は「世の中にこんな恐ろしいことがある。よく見ておきなさい」と言つた▼赤子をおんぶしたまま黒化している母親像が今も脳裏に浮かぶ。あの時も暑い暑い日だった(Y)

毎年九月はがん征圧月間

あなたは大丈夫？



富山協立病院
内科 百谷 泉 医師
健診事業委員会委員

今年も九月がやってきました。九月といえは一九六〇年から半世紀も続いているがん征圧月間です。死亡率の第一位を占めるがんを何とか減らしていこうとする全国的な取り組みです。

増える大腸がん・乳がん

近年、罹患者が増加してきているのは、大腸がんと乳がんです。特に乳がんの増加は眼を見張るものがあります。欧米では高齢になるほど乳がんの罹患者が増加しますが、日本では四十才代に罹患者のピークがあります。一家の中心である主婦が乳がんにかかること、一家全体がお先真っ暗になり、子供たちも不安でいっぱいになると思われま

手遅れがをなくそう

がんにかかる危険因子はいろいろありますが「がん」で命を落とす一番のハイリスク層は検診を受けない人

たち」といわれています。

富山医療生協では、組合員さんから「手遅れのがんをなくす」を合言葉に、がん検診に特に力を入れてきました。しかしがん検診の受診率がいまひとつ増加していませんでした。このままでは組合員さんから手遅れのがんをなくす目標は達成できないのは明らかです。医療生協理事会では、な

後悔先に立たず

今から八年前の事です。入浴後体を拭いているとき、偶然にも乳房に硬いしこりを見つけこれは「家の定がんと診断されショックはとて大きかったです。

実は小学校のなかよし同級生の数人が乳がんになり「乳がんは自分が一番見つけやすいから、日頃からチェックしとかれ」と言われてしはらくはしていたもののだんだん忘れさり、検診も五年以上受けていませんでした。あんなに忠告を受

んとかがん検診を含めた健診活動全体の飛躍な強化のために、健診事業委員会を設立しました。健診活動の方針作り・実行・うまく行っているか確かめ、改善すべき点があれば見直すこと。この一連の流れを進めるのが健診事業委員会です。

がん検診受診数を飛躍的に増やしたい。そのためには、職員だけの活動では限

の時ほど、検診は本当に大切だと身をもって感じました。

今は二十人に一人が乳がんにかかっていると聞きました。最近、知り合いの七

言わずも古いも若きも乳がん検診を年に一度受け、安心を買ってください。私は、手術後八年が経ちやっとうと安心していきます。

検診の大切さ身をもって感じた

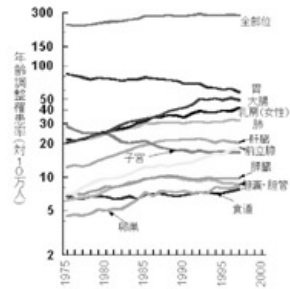
富山市 M・O

年に一度の健診を

私達四方荒屋班は毎年班(

界があります。ここは医療生協の特徴である組合員さんと協同の取り組みが求められるところ。今年の総代会、支部長会議、支部運営委員会ががん検診に力を入れることが話し合われて、スタートしています。

今年には特に大腸がん検診と乳がん検診を昨年の二倍の方に受けてもらおうと取り組みを強めています。がん検診班会をできるだけ多く開いてください。職員が出向いて分かりやすく説明いたします。また「虹のまち」でもお知らせしています。



がんの罹患者

とおり、富山市の大腸がん検診、乳がん検診を、協立病院と両診療所で受けていただいた方には、自己負担を無料にして受けやすくしています。

今年こそ是非がん検診を受けてください。お待ちしています。

私もその一人で大変感謝して一日一日を大切に生きています。

富山市四方荒屋 野崎しず子

健康が一番！健康だから仕事もできる！

9月26日(日)・休日検診 平日、忙しい組合員さんにあすめ！

受付時間：午前8時～10時30分
場所：富山協立病院
検診内容：胃がん(胃透視)、肺がん、大腸がん(2日法)、前立腺がん(血液検査PSA)

上記の他、組合員健診(組合員価格)として、腹部エコー検診(3,150円)が受診可能です。

女性のための休日検診のご案内

検診日 12月5日(日)
受付時間 午前8時30分～10時30分
場所 富山協立病院
検診内容 子宮がん(定員50名)、乳がん(定員50名) 大腸がん(2日法)

子宮がん検診を受ける方はスカートでお越し下さい。検診はすべて予約制です。定員になりしだい締め切らせていただきます。

お申し込み・お問い合わせ
富山協立病院 健康支援センター TEL076-444-5684

小児科診療体制決まる 午後7時まで受付

十一月より、富山協立病院で小児科が再開されます。

診療体制は下記の通りです。夜間診療は、午後七時まで受付を行い、仕事が終わったあとでも受診が間に合います。

十月から飯村医師による班会や学習会を実施し、病気はもちろん子育てにかかわることの学習や相談等を行っていきます。是非、三人寄って班会や地域の学習会に呼んでください。よろしく、お願いいたします。

富山協立病院 野崎しず子

富山協立病院小児科診療体制表

診療時間	午前 8時45分～12時	夜間 午後4時～7時	2010年11月			
	月	火	水	木	金	土
午前	飯村雄次	飯村雄次	飯村雄次	飯村雄次	飯村雄次	飯村雄次 寺西高子(各週)
午後	予防接種・健診・班会・学習会					
夜間		飯村雄次	寺西高子		飯村雄次	

☆受付開始時間は8時15分からです。



みんなそろって行きますよ!!

ご参加をお待ちしています

富山診療所所長 田中 裕



今年で、富山診療所創立六十周年となります。

無事六十周年を迎えられたのは、診療所職員、生協職員はもとより、診療所を支えてくれた多くの組合員、患者様のおかげです。富山診療所六十年のあゆみを見てみると、その間、多くの人々が診療所に、患者として、あるいは組合員として、係わってこられました。すでに亡くなられた方も少なくはありません。それら多くの方々の活動、運動が次々と引き継がれ、その結果として、今の診療所があるということを実感します。六十年は、人間に例えれば、還暦です。還暦とは六十歳して生まれた年の干支に還るといふことです。富山診療所もその原点に立ちもどり、原点を忘れずに今後もその医療生協活動を継続発展させていきたいと思っております。

実行委員会では、力を合わせて、歴史の掘り起こし、スライドやパンフレットづくり、宣伝など奮闘中です。参加協力券の普及にご協力をお願い申し上げます。

六十周年パンフレットから

富山診療所は日常診療とともに公害、職業病や地域保健活動などに積極的に取り組んできました。

昭和四十年、自分たちの土地に自分たちの診療所をと診療所のある同朋会館の向かいに鉄筋三階建Ⅱ六十九坪の建物と

同朋会館



昭和30年に富山国民診療所入職し驚きました。医療機器はほとんどないの当時の事務長は小さな小さくささいました。レントゲンを購入してくださいました。黒部信也医師談

移転後の診療所



消毒の上に乗る雪が積もるそんなたすまいの同朋会館から新診療所が建つたとき涙を流して感激しました。故・前橋志佐婦長追悼から 須加悦子さん記

レントゲン等の医療機器の拡充など総額千五百万円の計画となりました。その実現のために組合員増やし、出資金増やしの努力が重ねられました。

子ども生命の探検隊

七月二十七日と八月三日、十日、二十四の四日間、富山協立病院にて「子ども生命



▲興味津々の子供たち

の探検隊を実施しました。子供たちは、聴診器を使って自分や友達の内臓の音を聞いたり、レントゲン写真を見たり、車いすに乗ったりと普段は体験することができない体験をしました。

初めは緊張している様子でしたが、探検が始まると、いろいろな物に興味を持ち、たくさん質問をしていました。

今回の体験を通じて子どもたちは、患者さんの気持ちや、人を思いやる心を学びました。これからもいのちの大切さを知ってもらうために、いろいろな企画を行ってまいります。

探検隊を実施しました。子供たちは、聴診器を使って自分や友達の内臓の音を聞いたり、レントゲン写真を見たり、車いすに乗ったりと普段は体験することができない体験をしました。

探検に参加した子供たちからは「カルテを探すのがちょっと難しかったけど、教えてもらったらすぐに見つけることができたので嬉しかったです。車いす体験では段差の所は、車いすを使用している人は大変だと思いました。車いすに乗る人の気持ちを考えることができました」「心臓の音が走った時にしか聞いたことがなかったけれども、聴診器を使うとすごくよく聞こえてびっくりしました」

「レントゲン室では、かぼちやの中や頭の中まで細かく見ることができてすごいと思いました。将来は放射線技師になりたいです」など、たくさん感想がありました。

富山民医連医学生委員会の負担も大きいものだと感じました。

富山民医連医学生委員会

高校生一日医師体験

富山民医連医学生委員会では八月四日と六日に「高校生一日医師体験」を実施しました。生徒達は血圧・手洗い・チェック、院内見学の他リハビリ見学、午後からは往診に同行し、帰ってからは城北病院「笑って死ぬる病院」DVDの視聴等を行いました。



▲大塚医師の話しを真剣に聞く学生達

体験した高校生からは「医師という仕事は病院の中だけでなく、往診などによって地域と密接な関わりを持つていると思いました」「人口透視など一生続いていくものは患者さんにとっても苦勞が多く医師、看護師の負担も大きいものだと感じました。」

みんなとつながる 虹の出会い月間

テーマ 「医療生協の心を未来へつなげよう！ 対話運動で地域のきずなを結んで3つのチャレンジ」

富山医療生協では、二〇一〇年度「地域のきずなを結んで、健やかで安心して暮らせるまちづくりをめざそう」をスローガンにし、各地で「出会い・ふれあい・支えあい」の対話運動をひろげながら、健康づくり班会や支えあいの取り組みが進んでいます。皆さんの地域ではどうですか？

十月から「虹の出会い月間（生協強化月間）」が始まります。「対話」を広げ、多くの人と出合いをつくる機会を増やし、生協の魅力を体感する、楽しく、ためになり、元気になる月間にしましょう。

今年の月間は、「日本医療福祉生活協同組合連合会」が結成された記念すべき年で、富山医療生協発祥の富山診療所が六十周年を迎える中で取り組まれます。一九五〇年、戦後の混乱期の中で、働く人々が安心して受診できる診療所としてスタートし、「小児麻痺ワクチン」「イタイイタイ病や老人医療費無料化の運動」「富山市北部大気汚染検診」など、医療生協の小さな診療所が果たした歴史的な役割を、みんなで再発見し、今後の糧としましょう。

協五十周年のプレ企画としても位置づけて取り組みます。富山協立病院では、組合員と地域に役立つ「二コ一アル」や小児科再開などに取り組んでいます。

進め方 職員と協同して元気に地域に Outreach、一人ひとりの組合員を大切に「支えあい・ふれあい・支えあい」の対話運動に取り組ましましょう。

〇期間 十月～十一月（九月は月間準備の月）

〇内容 職員と協同して元気に地域に Outreach、一人ひとりの組合員を大切に「支えあい・ふれあい・支えあい」の対話運動に取り組ましましょう。

〇みんなで挑戦3つのチャレンジ

「健康やかに暮らせる」



▲中田班の班会の様子

一人暮らしの声かけ運動をすすめるよう。②たすけっとクラブの利用者をつつけよう。③脳いきいき班会に取り組みよう。

チャレンジその3 「頼りになる組織づくり」

①八〇〇人の仲間を増やしましょう。

②六四〇〇万円の出資金集め、積立増資者二〇〇〇人

③二二〇〇回の班会開催

④浜黒崎支部、射水支部結成準備 西部支部、針原新庄支部分割準備をすすめます。

組合員さんのご紹介をお願いします。お気軽にいらしてください。

高岡支部は昨年十月支部発足時に手配り配付は一三%九コース五十五人でした。今年の七月末で四七%三六コース二百十四人まで到達しました。この活動の

教訓を報告します。支部では、行事のお知らせや班会の様子を組合員に伝えるためにはどうしても手配り率を増やすことが必要と運営委員会で意思統一しました。

まず支部の現状を把握するため組合員宅の地図おとしを始めました。運営委員が支部長宅に集合し住宅地図に組合員のお宅を色にぬりました。そして運営委員の近くで手配りできそうなところをカードにし、一軒一軒訪問し手配りをお願いしていきましました。

次に支部で手配り配付係り探し統一行動日を設定し、二人一組で四人以上組合員がいる町内の地図と名簿カードをもってまわりました。訪問するところよく引き受けていただいた組合員さんもいて、とても元気が出て、「次はどの町内をまわろうか」とやる気もでてきました。

当面九月末まで五〇%の手配り率の目標をもって取り組んでいます。成果が上るごとに目標に近づいていくのがとてもうれしいです。訪問すると、組合員さんからいろいろな要望や意見を伺うことができます。「組合員が集まれるたまり場をつくってほしい」「高岡にも診療所を作ってほしい」「健康づくりにしてもっと知りたい」など。

現在の組合員がまだまだ多く手配り率を上げていくのは困難になっていくと思いますが、地域で班会を開き医療生協のよさを身近に感じていただくような取り組みをしていきたいと思えます。

高岡支部長 沢本範子



▲8月29日 和合ローズ支部 15名参加 早朝ウォーキング

協五十周年のプレ企画としても位置づけて取り組みます。富山協立病院では、組合員と地域に役立つ「二コ一アル」や小児科再開などに取り組んでいます。

一人暮らしの声かけ運動をすすめるよう。②たすけっとクラブの利用者をつつけよう。③脳いきいき班会に取り組みよう。

高岡支部は昨年十月支部発足時に手配り配付は一三%九コース五十五人でした。今年の七月末で四七%三六コース二百十四人まで到達しました。この活動の

教訓を報告します。支部では、行事のお知らせや班会の様子を組合員に伝えるためにはどうしても手配り率を増やすことが必要と運営委員会で意思統一しました。



▲8月27日 豊田北・南支部 職員とのバーベキュー 約30名参加

協五十周年のプレ企画としても位置づけて取り組みます。富山協立病院では、組合員と地域に役立つ「二コ一アル」や小児科再開などに取り組んでいます。

一人暮らしの声かけ運動をすすめるよう。②たすけっとクラブの利用者をつつけよう。③脳いきいき班会に取り組みよう。

高岡支部は昨年十月支部発足時に手配り配付は一三%九コース五十五人でした。今年の七月末で四七%三六コース二百十四人まで到達しました。この活動の

教訓を報告します。支部では、行事のお知らせや班会の様子を組合員に伝えるためにはどうしても手配り率を増やすことが必要と運営委員会で意思統一しました。



▲8月26日 西部支部 五福班 7名参加 骨を強くする食事

地域7ラッシュ



▲8月1日 水橋西部支部 13名参加 平成町班 うどんづくり班会



▲8月21日 富南支部 12名参加 平和について考えるつどい



▲8月19日 南部支部 10名参加 配付係り交流会



▲8月22日 滑川支部 17名参加 バーベキューで交流



▲8月20日 三条支部 中新町班 脳いきいき班会 9名参加



▲参加した元気いっぱいの青年職員たち

ピーチャリ'10 @TOYAMA

『平和』への想いを多くの人と共有したい

八月二十一日に医療生協の青年職員が中心となり、第二回『ピーチャリ'10@TOYAMA』を開催。参加者二十名で、沿道の人たちへ平和をアピールしながら自転車走りました。

『平和』について考える

という企画を当日参加の人たちだけでなく、出来るだけ多くの人と共有できればと考え、事前に各職場に平和メッセージの協力を呼びかけました。集まったメッセージでタペストリーと走行者のゼッケンを作成し、そのメッセージと一緒に走り、平和をアピールするこ

とができました。

途中の学習企画では、富山空襲を語る会の語り部前野時子さんの戦争体験をお聞きし、各事業所では、平和メッセージと利用者さんからの『平和』への熱い想いを頂き、改めて戦争の悲惨さ、平和の大切さを感じました。今回の企画が平和について考えるきっかけ



▲地域に平和をアピール

になり、感じたことを周りに人に少しでも発信できた良いと思います。

この活動を第三回・四回と継続し、今後は地域へも発信して、仲間を増やし、皆さんと一緒に考えていきたいと思えます。
地域連携室 小川菜穂子

核兵器廃絶まで歩みを止めずに

八月四日～六日まで広島で原水爆禁止世界大会が行われ、富山医療生協からは長谷川博さん、橋本真琴さん、島美希子さん、井上巴さんの四名が参加しました。

若い世代にも多くの参加を

今年五月のNPT再検討会議ニューヨーク行動で核兵器廃絶を求める流れを感じました。反核平和運動の原点であるヒロシマへ行き、この目でしっかりと六十五年前にどんな悲惨なことがあったのか見たいと思い今回ヒロシマ行きを決意、分科会で原爆遺跡・碑めぐりに参加し、ガイドさんから悲惨な当時の説明を聞いたりしました。

私の五月からの核なき世



▲慰霊碑を参拝する参加者の皆さん

奥田北支部 長谷川博

界への取り組みは、今回で終わりではなく、引き続き核兵器完全廃絶の実現まで歩みを止めずに若い世代に多くの参加と行動を呼びかけ続けたいと思います。

夏まつり ふうらっしゅ



ほぶら

平和に対して真剣に行動を

私は初めて参加しましたが、分科会で北海道や兵庫など、核積載可能艦船が寄港しうる大きな港を持つ地域の不安や反対する活動の発表や、青年集会で実際に被爆者の方のお話を聞き、原爆投下の広島の壮絶さに身震いしました。

中学生の修学旅行以来訪れる広島での原爆ドームや平和記念資料館は、当時と今では全く違うもののように思います。大人になって、自分の意志や行動に責任を持つようになったからこそ、平和に対し、真剣に考え、行動しなければいけないと強く思いました。

富山協立病院 島美希子

10年度 第二回理事会報告

七月三十一日(土)、協立病院会議室において、定数二十九名中二十三名の出席で第二回理事会を開催しました。

【主な内容】

①六月及び第一四半期の事業概況について確認しました。

②病院小児科開設、南三階のリニューアル工事の進捗状況について確認しました。

③富山診療所開設六十周年

えがお



ひまわり



のびのび



きずな



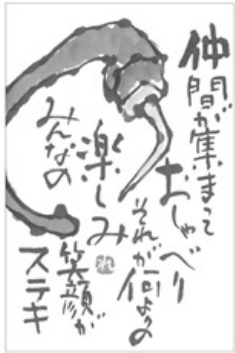
記念行事の予算と企画について承認しました。

④秋の「虹の出会い月間」の方針案を協議して、推進していくことを確認しました。八月九月を健康づくりや助け合いの輪を大きく広げる月間として位置づけます。

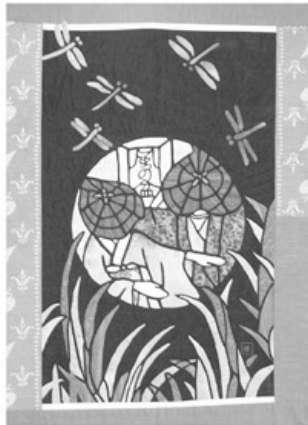
⑤退職金規程の改定について承認しました。

⑥小児科開設及び機器購入に伴う借入れについて承認しました。

組合員作品コーナー



絵手紙
中島 禮子 (富山市水橋塚)



手芸
永井 律子 (富山市田尻)
パッチワーク
緑どりは帯でしてあります



水
水上 弘子 (富山市豊田本町)



箱野
鈴子 (富山市水橋塚)
バックと布ぞうり
絞りの羽織で作りました
いらなくなった服で作り、小さいのは飾って楽しんでいます



★作品を募集しています★
奇数月にこのコーナーで作品を紹介いたします。
短歌・川柳・絵手紙・書道・手芸・俳句・写真など

第3回 たすけっとクラブ 支部担当・協力者交流会

日時 **10月9日(土) 1時30分～3時**
場所 **在宅福祉総合センターひまわり1F会議室ララ**
内容 **たすけっと活動報告**
協力者さんの体験談や利用者さんのこえ
介護事業所とたすけっとの連携
意見交流

たすけっとに関心のある方はどなたでもご参加ください。

きゅうりとそばの混ぜごはん

細切りきゅうりの塩もみを入れることで、さっぱり風味のごはん

材料 / 2人分

- きゅうり……………1本(100g)
(みょうがを加えて香りを楽しんでも！)
 - 塩……………小さじ1/2
 - しょうがのみじん切り……………小さじ1/2
 - 豚ひき肉……………50g
 - ごま油……………小さじ1
 - しょうゆ……………小さじ2
 - a 砂糖・酒……………各小さじ1
 - 温かいごはん……………400g
 - いり白ごま……………小さじ1
- (物質販売のごまふりかけを使えばaの調味料が半分に！)

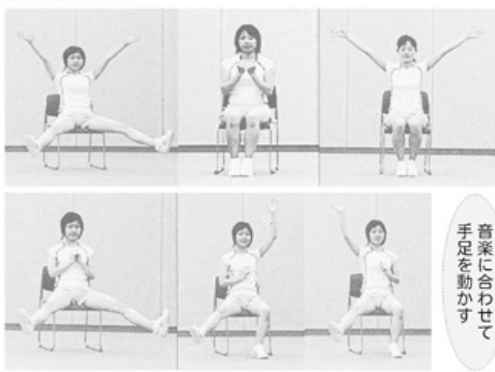


作り方

- ①きゅうりは斜め薄切りにしてから細切りにして塩をふり、しんなりとなったら水けを絞る。
- ②小さめのフライパンにごま油を熱し、しょうが、ひき肉を入れて強火でいためる。
- ③ひき肉がボロボロになったら火を消し、aを加えて再び中火にかけ、汁けがなくなるまでいため合わせる。
- ④ごはん①③、ごまを加えてさっと混ぜる。

- ①両腕両足を同時に開閉2回
- ②両腕両足を交互に開閉2回
- ③左腕右足1回
- ④右腕左足1回
- ⑤左腕左足1回
- ⑥右腕右足1回
- ③から⑥繰り返す

手足の組み合わせ運動



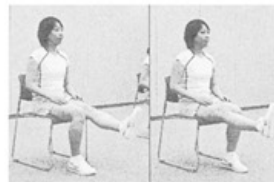
(注) 自分のからだの状態をよく把握したうえで無理のない範囲で行いましょう。

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

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

膝の伸展

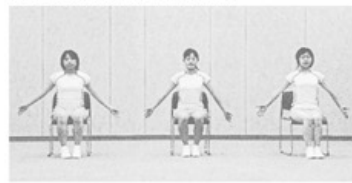
膝の伸展、ゆっくり4拍×左右2回、早めに2拍×左右4回。大腿四頭筋筋力強化



足首を手前に返すようにする。太ももに力を入れる。

休憩 深呼吸

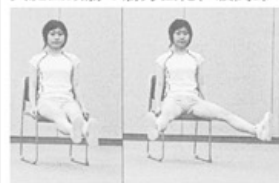
深呼吸2回
血圧心拍数の上昇を抑える



鼻から息を吸って、口から吐く。

股関節の内転

両膝を伸展し、2回足を打て戻す、4回大腿四頭筋の筋力強化、股関節の柔軟性



膝をしっかり伸ばして、水平に大きく開閉。足首は返しておこなう。

座位で足文字

前方の空中に向かって、足で「4文字」を1字ずつ書く。下肢の筋力の柔軟性



大きな声で歌いながらできるだけ大きく文字を書く。

ころばん体操

No. 2

(奇数月で連載します)

2010年 今年も楽しい企画満載

水橋健康まつり

どなたでも参加できます

北日本新聞連載「心のかたち」で注目をあつめた「ユーモア精神」「スレの笑い」の富山国際大学教授 大谷孝行氏を招いて、笑いで長生きのお話や、民謡、おいしい模擬店の食べ物、健康チェックコーナー、お楽しみ大抽選会などがあります。どなたでも参加できます。どうぞおいで下さい。

日時：10月17日(日)

開場12時 開演13時～15時30分

協力券：500円 (お楽しみ抽選券付き)

場所：水橋ふるさと会館

「笑いで長生き」 富山国際大学教授 大谷孝行氏
民謡、踊り、健康チェック、模擬店コーナー

無料バス運行します



お問い合わせ 連絡先

主催 水橋健康まつり実行委員会
水橋診療所内(☎479-1414)
富山医療生協組織部(☎441-8351)
お近くの支部運営委員まで



組合員のひろば

クロスワードパズル 七月号の解答ハガキより

富山診療所六十周年

富山市大泉 和田雄二郎
富山診療所六十周年だぞうですね。おめでとーございませう。

私は、六十年代の終わりが何度か診察を受け、桜町にあった診療所へ行ったことがあります。あれから四十年ほどたちます。当時は、診療所には黒部先生や前橋看護婦さんがおいででした。

病院でがん検診を

富山市上富居 塚田美紀子

「虹のまち」は健康について分かりやすく書いてあるので毎月楽しみにしています。今年乳がんが子宮がんの無料クーポンが届きました。協立病院で乳がん検診は出来るし子宮頸がん検診は女性のための休日検診で出来ます。

二つの検診が一つの病院

富山診療所六十周年だぞうですね。おめでとーございませう。

小児科の再開うれし

富山市大島 山下真奈美

最近小児科が減っているとお聞きしたので、小児科が再開されることはとてもうれしなことだと思いましたが、この先も身近なところであってほしいと思えます。



ゴキブリ団子の効果

富山市松若町 和泉サヤ子

毎年班会においてゴキブリ団子作りをしてもらっているのを助かっています。おかげさまでゴキブリが一匹も出なくなりました。年に一度はがん検診を富山市四方江 鍛冶 律子
去年も今年も大腸がん検診を夫婦で受診。異常がなかったのでほっとしています。年に一度は受診しようと思っています。

「きすな」は大切

富山市水橋野町 石金 京子

医療生協にはいつもお世話になっています。「地域のきすなを結んで」はよい言葉ですね。安心してくらせるまちには「きすな」は大切です。医療生協の活動にはいつも感心させられています。

みんなで、楽しく交流しよう

参加者大募集

北ブロックパークゴルフ大会

10月13日(水) 小雨決行
9時～14時頃

集合場所：エコタウン交流推進センター (富山市若瀬天池、パークゴルフ駐車場)

参加費：800円 (お弁当、お茶付き)

持ち物：汗拭きタオル・水筒・マイクラブ (お持ちでない方にはレンタルあります)・富山市パークゴルフ場の年間使用券

締め切り：9月30日まで

*お近くの支部役員か組織部(076-441-8351)まで

主催 富山医療生活協同組合 北ブロック実行委員会

呉西にも診療所を

高岡市高美町 勘坂 節子

富山には医療生協の病院や診療所、他色々ありますが呉西にはないので、これから検討して作るようにしてほしいです。

十代の時にワクチンを

富山市下奥井 大坪由紀子

予防出来る子宮頸がんのHPVワクチン接種対象年齢は十歳以上で十代のうち上の予防が可能 があると聞いています。子宮がん検診は全国的にみても低い受診状況です。小・中学生に公費補助で実施できたらと思います。

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)
・9月17日(金) 時間は午後2時～4時
・10月15日(金) 予約してください
・11月19日(金)

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

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

クロスワードパズル



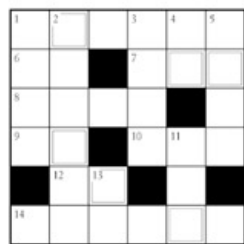
【問題】カギを解き、二重ワクに入る文字をうまく並べてできる言葉は何？

★たてのカギ★

- 木耳。何と読む？
- 権利、とくに選挙権を持つ人
- 二つ以上の島の集団
- 落語の○○を楽しむ
- 肉を焼して――にする
- お茶の場合は茶道、お花では――

★よこのカギ★

- 求人
- 色即是○○
- ――を通過し決勝戦へ
- テニスや卓球で用いる
- 前兆。○○が悪い
- 遠回り
- を切る。○○とぼけ
- そんなことをしたらかえって反感を買って――です



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。

【応募方法】パズルの解答住所・氏名年齢と、虹のまちの紙面や医療生協へのご意見・ご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いただきます。ご了承下さい。

【あて先】〒931-1850 富山県富山 富山医療生協

【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

【しめきり】九月末日の消印有効

【七月号の解答】

マ	キ	グ	ニ	ニ
ヤ	ケ	ル	カ	ニ
ラ	キ	ア	ケ	ニ
ガ	ク	セ	イ	フ
シ	ン	ク	タ	ヨ
ア	イ	サ	ツ	リ

ツユアケ(梅雨明け)
応募89通 正解89通

【七月号の当選者5名】(各賞品)
山下真奈美(富山市大島)
加藤由美子(射水市足洗)
和泉サヤ子(富山市松若町)
大坪由紀子(富山市下奥井)
勘坂 節子(高岡市高美町)

おめでとーございます

10月外来診療体制表

☆9月分の診療体制表については、各事業所発行の体制表を参照してください。

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 (隔週交替) ~12:00
特別外来 9:00~12:00		田中 裕 (胃カメラ)		石井佐宏 (整形外科)	田中 裕 (胃カメラ)	

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

*各種健診・予防接種受付しています。(要予約)

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 (隔週交替)
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		

*各種健診・予防接種受付しています。(要予約)

往診

富山協立病院、富山診療所、水橋診療所で往診を行っています。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 富山市栗島町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	ショートステイ	☎076-433-6556
	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
在宅福祉総合センター えがお 富山市山室82-1	デイサービス	☎076-407-0161
	訪問看護ステーション	☎076-407-0162
	居宅介護支援	☎076-407-0164
在宅福祉総合センター ほぶら 富山市婦中町連星398-1	デイサービス	☎076-466-5228
	訪問看護ステーション	☎076-466-5028
	居宅介護支援	☎076-466-5227
富山協立病院併設 通所リハビリ	とよたシャキシャキ	☎076-444-5626
水橋診療所併設 通所リハビリ	のびのび	☎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	古野利夫	山本美和	山本美和	寺島嘉宏 9:00~	山崎勝也 9:00~	
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	内科一般
内科4	百谷 泉 ~11:30	浜崎 景	川端康一	百谷 泉	古野利夫	
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)
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		寺西高子	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	休診			大学医師	休診
もの忘れ外来 2:00~4:00			斉藤隆義			
禁煙外来 2:00~3:00				百谷 泉		
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
皮膚科	大学医師 5:00~7:00	塩岡 誠 (第1・第3) 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。