



組織現況 2011年6月30日現在



組合員数
25,671 人

出資金総額
81,660 万円

一人当たりの出資額
31,810 円

とやま医療生協 虹のまち

2011年8月号 No.340

〒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-hoop.com/
E-mail webmaster@toyama-hoop.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

健康体感 つながる仲間



創立50周年プレ企画・サマーパークゴルフ大会に171名



あいさつをする
安村裕実行委員長



スポーツの後の弁当は格別!



ナイスショット!



皆さんが見守る中でプレーオフ

- 上位入賞者(敬称略)**
- 男性の部**
- 優勝 新鞍 正孝(滑川)
 - 二位 若林 良克(富南)
 - 三位 岡崎 忠(上市)
 - 四位 西野 保二(呉羽)
 - 五位 清水 敏之(豊田南)
- 女性の部**
- 優勝 細木 和子(五福神明)
 - 二位 清水よし子(呉羽)
 - 三位 寺岡 鈴子(呉羽)
 - 四位 不破フミ子(富南)
 - 五位 島田美和子(五福神明)

富山医療生協創立五〇周年のプレ企画として、サマーパークゴルフ大会が七月十二日(土)に射水市の下村パークゴルフ場で行われました。大会には一七一名が参加し、各ブロックから組合員の実行委員を選出し、運営しました。

大会は三十三度を超える気温とともに会場の盛り上がりも最高潮に。水分を充分にとりながら三十六ホールをまわり、男女ともプレーオフまでもつれる白熱した戦いとなりました。

「組合員になって参加したい」、「初めてだけどやってみたい」といった方もおられ、初心者からベテランまで楽しく交流しました。健康づくり、仲間づくりの医療生協らしい大会となり、「またやってほしい」との声もたくさん寄せられています。

内視鏡

藤沢周平原作の映画「小川の辺(おがわのほとり)」を観てきた。昨年の「必死剣鳥刺し」以来の藤沢映画だが、期待通りの秀作だった▼ストーリーは、東北・山形の海坂藩内のもめごとにより脱藩した藩士を討てと藩命を受け、藩士茂井朔之助(いぬいさくのすけ)が奉公人新蔵とともにその藩士を探し出し、見事に討ち果たすというものだ。しかし、その藩士は朔之助の妹婿であり、妹に新蔵はひそかに心を寄せている▼例によって主役は剣の達人であり、御前試合と最後に藩士を打つ殺陣は見事なものだ。しかし、この映画は単なる剣劇ではなく、藩士を探し出すための旅を見事に見せるロード・ストーリーだ。スクリーンに映りだされる「東北の山河」は山形の風景だが、ふと原発事故の放射能でかく乱されている福島もかくあらんと考えさせられる心に沁みだす▼主役の東山紀之はもちろんのこと、当時の武士社会を彷彿とさせる俳優陣の演技は見事なものだ。閉塞状態の続く現在、ごまかさず、逃げず、儉(つま)しく、気(け)高く、懸命に生きる日本人にこそ、この国の舵を取ってもらいたいものだ。(S)

子育てミニ情報

病気シリーズ①

富山協立病院 小児科 医師 飯村 雄次

◆とびひ(伝染性膿痂疹)

すり傷や虫さされ、あせも、湿疹などに化膿菌が入り込んで水ぶくれができます。これをかきこわした手で他の場所をかくと、そこにまた水ぶくれが「とびひ」します。夏に多い病気です。

○治療

飲み薬：抗菌薬を飲んで、体の中から化膿菌をやっつけます。指示されたとおりに、最後まで飲んで下さい。

ぬり薬：抗菌薬の入った軟膏をぬります。毎日2～3回ぬり直して下さい。

○家庭で気をつけること

お風呂：シャワーで石けんを使って体のよこれを洗い流し、そのあと軟膏をぬって下さい。

手洗い：爪は短く切り、毎日何度も石けんで手を洗いましょう。プール：とびひが乾いて固まるまでは入らないようにしましょう。

大盛況でした「子育てカフェ」

6月28日から毎週火曜日4回にわたる「子育てカフェ」が、小児科飯村医師と看護師を中心に子育て学習会が開催。お母さん方からは、子育てする中で気になる事や具合の悪い時の対処方法について質問も出され、楽しく学んだり、交流ができました。

「子育てカフェ」第2弾 9月6日(火)～毎週火曜日4回シリーズ(参加費無料)【お問い合わせ・お申し込み】富山協立病院・宮腰(076-433-1077)まで



第3回 7月12日

「お母さんの健康チェック」

乳がん教育触診モデルを用いて真剣にしりを探したり、スライドを見て乳がんの学習会や骨密度を測定しました。家族の健康も自分自身の健康にも気を使ってね!



第1回 6月28日

「ベビーオイルマッサージ」

定員の倍の申込みがあり臨時開催もしました。『赤ちゃんに語りかけながら行うのがポイント!』赤ちゃんとママは目と目をしっかり合わせて何をあはなしているのかな♡



第2回 7月5日

第2弾「ハンドマッサージ」

お母さんに日頃の子育ての忙しさからリフレッシュしてもらおうと企画しました。アロマテラピーインストラクターの資格を持つ川端医師が指導し、香りとマッサージを楽しみました。

※毎回好評だったティータイト※

小児科看護師の手作りスイーツと冷たい紅茶が出され和やかに会話も弾み交流しました。美味しいと好評を頂きレシピを希望されたお母さんもおられました。

「医師の子育て教室」

テーマは「乳幼児のアレルギー及び疾患」14名もの参加が有り、飯村医師から家庭で気をつけるポイントなどを学び、質問を受けました。後半は保育士による歌や手遊びを親子で楽しみました。

第4回 7月19日



小児科診療のご案内

月～土 8時45分～12時
木(健診・予防接種) 14時～16時
火・水・金 16時～19時
富山協立病院

糖尿病の新しい飲み薬「DPP-4阻害薬」

糖尿病とは

健康な人では、すい臓で作られるインスリンというホルモンが血液の中の糖分をエネルギーに変えています。それによって、血液中の糖分(血糖値)は、一定の範囲のなかで収まっています。糖尿病とは、すい臓で作られるインスリンというホルモンの量が、足りなくなったり働きが悪くなったりすることで、血液中の糖分が多すぎる状態が続く病気です。

糖尿病の飲み薬

①インスリン分泌促進薬(グリメピリド、スタチンなど)：すい臓を刺激してインスリン分泌を促す。
②食後高血糖改善薬(ボグリボースなど)：食後の血糖上昇を抑える。
③インスリン抵抗性改善薬(アクトス、ジベトス、メルビンなど)：インスリンの働きをよくする。

糖尿病の治療

治療は、食事療法、運動療法、お薬です。薬には飲み薬とインスリンなどの注射薬があります。

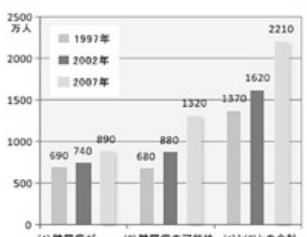
健康な人では、すい臓で作られるインスリンというホルモンが血液の中の糖分をエネルギーに変えています。それによって、血液中の糖分(血糖値)は、一定の範囲のなかで収まっています。糖尿病とは、すい臓で作られるインスリンというホルモンの量が、足りなくなったり働きが悪くなったりすることで、血液中の糖分が多すぎる状態が続く病気です。



富山協立病院 内科 医師 松井 法生

新しい飲み薬「DPP-4阻害薬」

健康な人では、インクレチンというホルモンが、食後、血糖値が上昇しそうな時に小腸から分泌され、主にインスリンの分泌を増やすことで、血糖値の上昇を抑えています。インクレチンは、DPP-4と呼ばれる酵素によ



(2007年国民健康・栄養調査)厚生労働省



「顔の見える、支部活動を」 西部支部分割

七月六日、西部支部が臨時支部総代会を開催し、桜谷支部と五福・神明支部に分割、二十年の歴史を受け継ぎ出発しました。

支部長抱負 頼れる医療生協 をつくらう

七月十四日運営委員会で、さつそく会計、学習係などの委員の役割分担を行いました。また、当面の活動として富山医療生協が経営している医療・介護施設の見学や、通信教育受講などを話し合いました。

日本がこれまでの歴史上経験したことのない超高齢社会の時代を迎え、だれもが願う「元気で長生きしたい」の気持ちに受け止めて、「なるほど頼れる医療生活協同組合ですね」と認めて頂けるように運営をすすめたいと考えています。ほやほやの支部です。皆さんの応援をお願いします。

「医療生協でよかつた」と感じる活動を 医療・介護・福祉や年金の社会保障を一体と考えて活動できたらと思っています。二〇一一年度全国の重点課題をよく学び、運営委員会が楽しく充実するようになっています。

いっしょに始めませんか 手話サークル「あいの手」

手話サークル「あいの手」もスタートして今年の四月で三年が経ちました。現在の会員数は十四名。中学生から七十代までの幅広い世代の仲間と手話での会話を楽しんでいます。聴覚障害者の方は、「聞こえない、聞こえない」として、周



▲「I love you」の手話表現です

運営委員の皆さんも各種団体のお世話をされています。今回の分割を機に新しい運営委員も誕生しました。それぞれの力を活かしながら地域の絆を大切に、民主的会議運営を心掛け、常

「医療生協に入って良かった」と組合委員が感じる活動をすすめていけるよう、暑い夏から頑張ります。五福・神明支部 五十嵐甲作



開の人とコミュニケーションがとりにくく、情報が入りにくい。生活のいろいろな場面で不便を感じています。ですから、手話のできる方が一人でも増え、障害に対する理解が広がれば、聴覚障害者の方の生活は豊かになるのです。みなさんも楽しみながら、自分のペースで手話を覚えませんか？

松井麻夕美
みなさんの参加をお待ちしております。

場所・ひまわり 二階
日時・毎週金曜日(第五週目は休み) 十八時～二十時
年会費・一、〇〇〇円
お問い合わせ・組織部
〇七六-四四一-八三五一

**出資でできる支えあい
サマー増資にご協力をお願いします**

医療生協の事業活動を守り 経営を支えるのが出資金です。

医療・介護施設建設 組合員活動の充実
医療機器設備の充実

増資の仕方いろいろ

のびのび育てる	すくすく積立増資
明日にそなえて	安心増資
生協大好き	わくわく増資
がっちり骨太	どんとこい増資
力持ちさん	一括増資

今月お届けの出資確認証に同封の郵便振替用紙でも増資できます。
お問い合わせ 富山医療生協 組織部
TEL(076)441-8351 またはお近くの事業所まで

地域フラッシュ

7月4日 中央東支部 8名参加 「大腸がんのはなし」

7月10日 上市支部 5名参加 「医療生協の班会について」

7月15日 和合ロース支部 杏子班 15名参加 「大腸がん検診のつどい」

7月24日 水橋支部 28名参加 「配付者交流会」

7月24日 豊田北支部 42名参加 「お役立ち健康講座」

7月26日 秋浦支部 12名参加 支部レクリエーション 「清川市民交流フラサ」にて

10年度 第十三回理事会報告

六月十八日(土)、協立病院会議室において、定数二十七名中二十名の出席で第十三回理事会を開催しました。

【主な内容】

- ① 五月の事業概況と経営収支について確認しました。
- ② 日本医療福祉生協連の第一回通常総会の報告がありました。
- ③ 通常総代会にむけて

六月十八日(土)、協立病院会議室において、定数二十七名中二十名の出席で第十三回理事会を開催しました。

・付属資料として、新会計基準の説明と東日本大震災支援の取組み報告を追加することを決めました。

・総代会アピール「東日本大震災被害からの復旧支援に力を注ぎ、力を合わせて被災者を支えましょう。地域のきずなを強く、健やかに安心して暮らせるまちづくりをめざしましょう」を検討し決定しました。

2011 虹の健康チャレンジジャー

はじめましょう!!

毎年恒例の「虹の健康チャレンジジャー」は、みなさんの健康づくりを応援する取り組みです。今年も富山市と富山県生活協同組合連合会の後援を受けています。二〇〇四年から始まったこの取り組みは、すでに二千人近くの組合員さんが、挑戦しています。

「運動不足なのはわかってはいるけど…」 「食生活が乱れているな…」 など、日頃「自分の生活習慣が気になっていても、なかなか行動に移せない方が多いのでチャレンジ登録期間は七月〜九月（九月末締切り）、事務局より、記録表をお届けします。思い立ったが吉日！健康チャレンジジャーの仲間入りをして健康づくりの成果を実感しましょう！

「自分の健康づくり目標をたてて、まずは二ヶ月間記録をしながら実践するとうものですね。昨日はできなかったけど、今日はできた」など自分の生活を振り返る取り組みです。また、班や支部で仲間と一緒に取り組むというのも医療生協の健康づくりの大きな魅力です。自由に参加できる健康教室や健康イベントも予定しています。

取り組みの流れ

- ①事務局に申し込みします
- ②チャレンジ開始（六十日間行います）健康教室、健康イベントに参加OK
- ③二ヶ月振り返り自分で評価します
- ④チャレンジ報告書の提出（FAXでも可能）

「修了記念品」がプレゼントされます



ひるば

八年間で八十八件の事故とは…帰りに載ったお土産、今も大事に持っているのに、震災復興支援物資を注文。富山市高木 荒川 豊志さん

富山市銀嶺町 中野 裕子さん かえるの合唱、ホタルの光、四季折々の星座などを見聞きしながら夜のウォーキングをしています。夜道に忘れてはならないのは光るタスキと夫です。

志賀原発安心していたのに富山市弥生町 桑名 兼二さん 志賀原発見学会に参加した事があります。立派な建屋を見て安心してました。

富山市奥田 高野千賀子さん 子育てカフェがある事を初めて知りました。子どもが夏休みになったら参加したいです。

富山市水橋 平田 純子さん 古野先生の動脈硬化の説明はわかりやすかったです。次に防止方法や血管を若返らせる事等教えて下さい。

富山市奥田 高野千賀子さん 子育てカフェに参加したい

富山市奥田 高野千賀子さん 子育てカフェがある事を初めて知りました。子どもが夏休みになったら参加したいです。

富山市水橋 平田 純子さん 古野先生の動脈硬化の説明はわかりやすかったです。次に防止方法や血管を若返らせる事等教えて下さい。

富山市奥田 高野千賀子さん 子育てカフェに参加したい

富山市奥田 高野千賀子さん 子育てカフェがある事を初めて知りました。子どもが夏休みになったら参加したいです。

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？

- ① 浜辺
- ② 民間会社が経営する鉄道
- ③ 新たに建物を造ること
- ④ 船便ではなく、で送る
- ⑤ ポキヤブラー
- ⑥ ダイオード
- ⑦ レクリエーションの略
- ⑧ ○○を開く。○○を正す

★よこのカギ★

- ① 貸間
- ② 店舗を郊外に
- ③ ○○に入っては○○に従え
- ④ 通りがかりの車にただ乗りして行う旅行
- ⑤ 瓜田に○○を納れず季下に冠を正さず
- ⑥ のチリソース煮
- ⑦ 日本の森林面積の約3割

【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（二面右上に記載の「お問合せ」メールにて）応募下さい。

尚、虹のまちに掲載させていただきます。了。承下さい。

【あて先】〒931-1850 富山市豊田町一八八 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】 八月末日の消印有効

【六月号の解答】

【六月号の当選者5名】

おめでとうございます

7つのコース

- ① プラス1000歩(約10分)歩く
- ② 体操コース
- ③ 体重計に乗ろうコース
- ④ 禁煙コース
- ⑤ 1日3人以上と話をしようコース
- ⑥ 音読コース
- ⑦ その他コース (運動、健康に関することなら何でも)

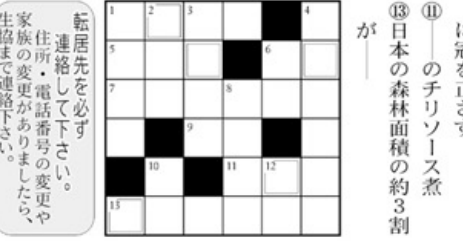
チャレンジ期間 7月～11月(期間の60日間) 参加費 無料

グラウンドゴルフ大会

日時: 9月15日(木) 8時30分受付開始 (雨天時は22日に順延)
場所: 城東ふれあい公園(富山市荒川)
参加資格: 組合員およびその家族(経験問わず)
参加費: 500円(昼食は各自でご用意下さい)
表参彰: 男女個人賞、団体賞、ホールインワン賞、ラッキー賞
締め切り: 8月31日(水)
一グラウンドゴルフ練習会一
練習日程: 8月18日(木) (雨天の場合は25日) 9時30分～11時30分
会場: 稲荷公園(富山市稲荷町)
参加費: 100円
申し込み・お問い合わせ 組織部 TEL 076-441-8351

無料法律相談のご案内

坂本義夫弁護士(富山中央法律事務所)
・8月11日(木) 時間は午後2時～4時
・9月8日(木)
・10月13日(木)
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
* 随時受け付けています。事前にご連絡下さい。
・富山診療所 ☎076-420-0367
・水橋診療所 ☎076-479-1414



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。