



組織現況 2011年7月31日現在



組合員数 **25,692** 人
 出資金総額 **82,014** 万円
 一人当たりの出資額 **31,922** 円

とやま医療生協 虹のまち

2011年9月号 No.341

〒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



▲「健康チャレンジャーやってみませんか？」

東日本大震災発生から約八カ月。この間の募金、物資販売へのご協力ありがとうございました。募金は三八〇万円、物資販売は一五〇万円のご協力をいただいています。その他、物資や医療支援にも取り組んでまいりましたが、今、福島原子力発電所の放射能汚染が大きな問題になっています。これ以上、被曝しないために、自分の周囲の放射線量を知

ることと除染の進み具合を知ることが大切になります。日本医療福祉生協連合会では被災地域の生協の全支部に放射能測定器を一台ずつ送ることを決定。また、富山医療生協では、外出が制限されている福島の親子の自然体験の宿泊受け入れを推進することにしました。二〜三日でも現地から離れたことで放射能が低減され、特に子供の場合は効果が高

いとされています。親子の宿泊受け入れについては富山生協連を中心朝日町、富山県、朝日町ふるさと体験協議会、NPO法人の後援も得ながら十月八日〜十日の連休に朝日町で実施できるように現地で調整しています。また、継続した取り組みになればと考えています。そこで放射能測定器二台分と親子体験受け入れの費用補助で五〇万円の募金に取り組みます。引き続きご協力お願いします。

福島県の医療福祉生協への支援をお願いします

富山協立病院では八月から開始し、周辺支部の組合員が東日本大震災復興支援の物資販売や「虹の健康チャレンジャー」お勧め、加入や増資のお願いをしま

した。富山協立病院では八月から開始し、周辺支部の組合員が東日本大震災復興支援の物資販売や「虹の健康チャレンジャー」お勧め、加入や増資のお願いをしま

いたされています。親子の宿泊受け入れについては富山生協連を中心朝日町、富山県、朝日町ふるさと体験協議会、NPO法人の後援も得ながら十月八日〜十日の連休に朝日町で実施できるように現地で調整しています。また、継続した取り組みになればと考えています。そこで放射能測定器二台分と親子体験受け入れの費用補助で五〇万円の募金に取り組みます。引き続きご協力お願いします。

外来ボランティア
 富山診療所では南プロックの担当支部を決め、七月から外来でのボランティアを開始しました。七月は山室支部が担当し、お茶出しや脳いきいき班会(新聞のコラムの音読など)の紹介をしました。八月は南部支部がジュースに含まれている砂糖の量を袋に入れて一緒に展示し、患者さんに見ていただきました。また、二ヶ月間の「虹の健康チャレンジャー」への挑戦のお勧めも行い、三名の方が登録されました。



▲「ニコニコ♥エプロン」ができました

「初めてで緊張したけど、待合室で患者さんの話をゆっくり聞いたり、医療生協のよさを話しながら加入のお勧めができて

した。富山協立病院では八月から開始し、周辺支部の組合員が東日本大震災復興支援の物資販売や「虹の健康チャレンジャー」お勧め、加入や増資のお願いをしま

笑顔のニコニコと憲法二十五条(生存権)にかけて毎月二十五日を「ニコニコ♥デー」とし、生協をお知らせする行動日としました。



▲職員も「お困りごとはありませんか？」

患者さんからは、「エプロンをつけた組合員さんがいると待合室の雰囲気が変わる」との声や「私の住んだところに支部はあるがけ」といった質問もありました。参加した組合員からは、

「初めてで緊張したけど、待合室で患者さんの話をゆっくり聞いたり、医療生協のよさを話しながら加入のお勧めができて

ニコニコ♥デー開始

した。その中で組合に加入された方もおられ、大変励みになりました。

よかった」といった感想が出されました。

内視鏡

三年後に開業が予定されている北陸新幹線。高速鉄道網の整備は、一つの時代の進歩だが、厄介な問題もその一つに、最近

にわかに話題を呼んでいるのが、新幹線開業に伴い「並行在来線」と名付けられている北陸本線の経営のあり方をめぐむ問題だ▼平成二年、新幹線建設の条件を定めた「政府・与党合意」では、新幹線開業でJRが赤字が予想される在来線を「経営しない」と言えば、それを県などの地元が認める事とした。その線区が「並行在来線」と名付けられることになった▼今年開業した九州新幹線、鹿児島本線は「並行在来線」ではない。東北新幹線では青森県内の東北本線は「並行在来線」。長野新幹線の折は横川〜軽井沢間は廃線。北陸本線は各県が運行の責任を持つことに。余りにもJRサイドの「合意」でないか。JR西もJR東も何千億円の黒字会社。JRが赤字を見込む線区を地元が経営できるか、先行事例はどこも四苦八苦。▼東日本大震災では、全国が結ばれていた鉄道の役割が注目された。北陸本線が孫・ひ孫の時代まで存続する責任を、地方にだけ押し付けず、JRと国も応分に果たしてほしい。(H)

子育てミニ情報

病気シリーズ②

富山協立病院小児科 医師 飯村 雄次

◆手足口病

その名のように、手のひら、足のうら、口の中に小さな水ぶくれができる病気です。お尻や膝にできることもあります。例年は夏の時期に乳幼児を中心に流行しますが、今年は例年になく大流行しており、大人にも流行しているため注意が必要です。以前にかかったことのある子でもまたうつる場合があります。熱はあまり出ませんが、ときに高熱が出る場合があります。手足の水ぶくれは痛がりませんが、口の中が痛くて食べられなくなることがあります。

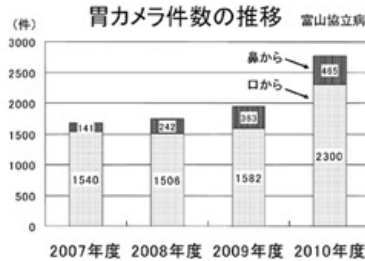


○治療
治療をしなくても自然に治る場合がほとんどです。熱や口の中の痛みがある時はその薬を処方します。

○家庭で気をつけること
食べ物：口の中が痛時は、しみないものをあげましょう。熱いもの、塩味や酸味の強いもの、かたいものは控えます。入浴：熱が少しあっても、元気ならかまいません。

○こんな時はもう一度診察を
・口の中が痛くて水分もあまり飲めない時
・高い熱が続く時
・吐いてぐったりしている時

○保育園・学校
熱がなくて元気があれば、行ってかまいません。熱があるときは主治医の先生の指示にしたがいましょう。



二〇〇六年七月に鼻から胃カメラを導入して、まる五年がたちました。当初はテレビなどでも紹介があり、当院でもDVDを作成して宣伝しました。しかし、「鼻からカメラを入れると痛そう」、「怖い」、などの理由で、予想に反して希望する人はあまり多くありませんでした。その後、口から「鼻から胃カメラのほろが楽だった」との情報が広がり、徐々に件数が増えています(図)。二〇一〇年度には希望する人が多いのに、カメラが一本しかない、洗浄・消毒に二十分かかるので要望に応えられない状況になりました。そこで、当院では鼻から用の胃カメラをもう一本購入しました。今年にはさらに件数が

鼻から胃カメラの特長
鼻から胃カメラの一番の特長は「嘔吐反射」が少ないことです。舌の奥にも触ると「オエーツ」となる、唾液がダラダラ流れ出る反射(意識しても止められない反応)のことです。鼻から胃カメラを入れると、舌の奥に触らないので「オエーツ」となりにくいのです。また、検査の最中に会話が可能なので、医師や看護師と会話しながら検査を受けられます。必要に応じて生検(胃の一部を採って

鼻から胃カメラの現状



富山協立病院 診療部長 医師 岩城 光造

鼻から胃カメラの特長

増加する見込みです。

小児科のホームページができました!

みんなみてね!

- ・こどもメール相談
- ・問診票ダウンロード
- ・小児科だより
- ・スタッフ紹介
- など

富山協立病院小児科 検索

ホームページアドレス kids.toyama-hcoop.com

きて病理検査にまわす) ともできます。鼻からの胃カメラの劣る点は、先端のCCDが小さいので画質が落ちる点です。またライトガイドが細いので、口からのカメラに比べると暗い点です。おおよそ二世代前のカメラを使用している感じですが。現在、最先端の胃カメラはハイビジョンになっていますが、以前のブラウン管のような画質になります。しかし、胃腸の発見率に差はなく、「検査は鼻からでも十分」というのが一般的な考え方です。むしろ、胃カメラがつかいので、何年も受けていないという人がいれば、そちらのほうが心配です。ぜひ、鼻から胃カメラで毎年検診をお勧めします。

わかりやすい 医療福祉制度

介護保険制度②

今回は介護保険制度で利用できるサービス(在宅編)についてです。認定の結果により連絡、相談する所は次の通りになります。

こんな時、何か利用できるサービスはありますか?

- A** 実際に認定を受けられた方で、地域連携室に寄せられた相談の一部をご紹介します。まずは、ケアマネジャー又は地域包括支援センターに相談しましょう。
- Q** 筋力がなくなってきたので、布団から起き上がる事が大変になってきた。ベッドを買いたいのが何か補助は出ますか?
- A** 購入の補助は出ませんが、ベッドはレンタルする事ができます。合わせて、サイドレール、マットレス等もレンタルできます。月々の利用限度額の範囲内で、実際にかかった費用の割を自己負担します(用具の種類、事業者によってレンタル料は異なります)。但し、要支援1・2、要介護1の方は利用できる品目が限られます。
- Q** 足腰が弱くなってきて最近自宅へ転ぶようになった。家のトイレや浴室、階段に手すりを取り付ける事はできますか?
- A** 二〇万円を限度に工事代金の九割(十八万円まで)が支給されます。工事を始める前に市へ必要書類を提出する必要があります。
- Q** 近頃、認知症の妻が「家に帰ります」と言い、外へ出ることが多くなってきた。徘徊ではないかと心配している。妻が心配で外出する事もできない。何か利用できるサービスはありますか?
- A** デイサービスセンター等で、食事・入浴などの介護や機能訓練が日帰りで受けられます。また、認知症の方を専用にてケアしているデイサービスも



介護認定結果	利用できるサービス	相談窓口
要介護1~5	介護サービス	居宅介護支援事業所
要支援1・2	介護予防サービス	お住まいの地域にある
非該当(自立)	地域支援事業	地域包括支援センター

介護保険制度では適用できない事もあります。富山医療生協では、有償ボランティア「たすけっとクラブ」が、草むしりや除雪など住みなれた地域で安心して生活する事ができるよう組合員同士の助け合いを行っています。

今回ご紹介したのは利用できるサービスの一部分です。詳しく介護保険制度について聞きたい方はお気軽に地域連携室までお問い合わせ下さい。

地域連携室 石田沙織
お問い合わせ先
・富山協立病院内地域連携室
○七六-四四四-五七八〇
・たすけっとクラブ
○七六-四四一-八三五二



▲救急処置室に入り興味津々の子どもたち

夏休み 子どもの命の探検隊 レポート

富山協立病院

小学一年生から中学校二年生の四十五名が、「子ども命の探検隊」として、協立病院にやってきました。医師課は受付とカルテ出し、救急処置室は心電図や聴診器体験、レントゲン室は何でも透視してみる実験、検査室は顕微鏡で血液を見る体験、リハビリは車イス体験など、様々な体験をしました。行く先々で子供たちの目が輝き、元気に質問する子どもたち。「将来は看護師さんになりたい」「いろいろな機械があったらいい」「いろいろな機械があったらいい」などの感想が寄せられました。

事務次長 宮腰幸子

八月七日〜九日まで長崎で開催された二〇一一年世界大会に参加しました。今年大会は三月十一日に東日本大震災が発生し福島県での原発事故がありこれらに関する発言が多くありました。地震津波は天災でも原発事故は人災です。



▲会場は満員に

二〇一一年原水禁世界大会長崎大会へ医療生協から代表三名、加藤寿子さん(ひまわり)、渡辺健太さん(富山協立病院)、組合員の島坂幸子さんが参加しました。八月七日〜九日まで長崎で開催された二〇一一年世界大会に参加しました。今年大会は三月十一日に東日本大震災が発生し福島県での原発事故がありこれらに関する発言が多くありました。地震津波は天災でも原発事故は人災です。

核兵器の廃絶に向けて



▲田中裕医師の話で始まりました

富山診療所

七月二十七日、「こぼとやま」と共催で行いました。この「探検隊」は、医療現場で食べ物の実験など・体験を通して、からだのしくみや命の大切さを感じとります。子供達からは、切ってもいけないの中が見えるかぼちゃのレントゲン写真や心臓の音・自分の目の奥の写真・胃カメラ・白い毛糸がみるみるそのジュースの色に変わる実験に驚いたなど感想が寄せられました。

事務次長 塩谷琴江

分科会は「自治体住民ぐるみの非核・平和運動の推進」に参加し、学ぶことが沢山あります。署名運動が進んでいる所の発言を聞くと、富山県は遅れていると素直に思いました。民医連の交流会は、若い人が多く、若者たちが平和運動していけたら頼もしいなあと感じました。充実した三日間を過ごし無事に帰って来ることができました。これから報告会をしつり署名に取り組みます。

婦中支部 島坂幸子

夏イベント特集

- 8月20日 のびのび夏まつり 約90名参加
- 7月30日 平和納涼祭 約650名参加
- 8月1日 やくしの里 2周年のつどい
- 7月31日 ほふらふれあい夏まつり 約80名参加
- 7月31日 千石町がんこもん祭 約130名健康チェック

11年度 第三回理事会報告

七月三十日(土)、協立病院会議室において、定数二十七名中十七名の出席で第三回理事会を開催しました。

【主な内容】

- ①六月と第一四半期の事業概況と経営収支について確認しました。
- ②理事会の専門委員会の活動内容の確認と任務分担を行いました。
- ③「虹の出会い月間」の方針と、「高齢者にやさしいまちづくりチェック」の進め方について提案を受け確認しました。
- ④内視鏡検査や超音波検査画像などの配信化にむけた機器の購入を承認しました。

WHO世界と歩こう 秋のブロックウォーキング

東ブロック

9月25日(日) 9時30分～15時
場所：グリーンパーク吉峰(憩い広場集合)
参加費：500円
(バーベキューやります)

西ブロック

9月25日(日) 10時～12時
集合9時45分
場所：川の駅新湊
参加費：無料

南ブロック

10月5日(水) 10時～14時
場所：グリーンパーク吉峰
(バーベキュー場前アスレチック広場集合)
参加費：1,000円
(バーベキューやります)

北ブロック

10月13日(木) 10時～15時
場所：グリーンパーク吉峰
(9時45分憩いの広場集合)
参加費：1,000円
(バーベキューやります)

お申し込み・お問い合わせ

富山医療生協 組織部 TEL076-441-8351

えがお10周年のつどい

日時：10月16日(日) 9時30分～12時
場所：在宅福祉総合センター えがお
参加費：無料
記念講演&シンポジウム
「住み慣れた地域でその人らしく生きる」
北日本新聞社・論説委員 原田修氏
お問い合わせ：えがお TEL076-407-0164

富山診療所健康まつり

日時：10月23日(日) 10時～12時
場所：富山診療所
記念講演：田中裕医師「お役立ち健康講座」
出し物：太極拳、三味線、民謡、マジック
模擬店：ちらしずし、炊きこみごはん、クッキー、
わたがし、パザーなど
健康チェック：血圧、骨密度
お問い合わせ：富山診療所 TEL076-420-0367

水橋健康まつり

日時：10月23日(日) 13時～15時30分(開場12時)
場所：水橋ふるさと会館
協力券：500円
企画：落語(越中家漫飲丹さん)、太鼓、健康
チェックなど
お問い合わせ：水橋診療所 TEL076-479-1414

10月～11月

虹の出会い月間

さん「た」(楽・為・頼)の力で 健康をつくろう!きずなをつくろう!

10月からスタートする「虹の出会い月間(生協強化月間)」は生活協同組合を広く知らせ、多くの新しい組合員を迎え入れることで生協活動を強化する期間として全国の生協で一斉に取り組みます。自分も、仲間も「楽しくて・為になって・頼りになる」組織づくりをすすめてみましょう!各地で対話運動をひろげながら健康づくり班会や支え合いの取り組みをすすめてみましょう。

頼りになる たすけあいの活動 ～買い物班会～



和合ローズ支部では「近くにスーパーがない」「車を運転できないから、買い物するにも不便」という声が以前より組合員さんから上げられていました。そこで、希望者が集まり『買い物班会』を実施することにしました。8月13日(土)に8名が参加。呉羽の大型スーパーです。参加者からは「普段買えないものがたくさん買って、楽しかった」と感想も聞かれました。(和合ローズ支部 酒井久雄)

頼りになる 顔の見える 支部活動を ～組合員訪問行動～



高岡支部では「顔の見える支部活動」をと、虹のまちが郵送されている組合員宅へ訪問行動を行っています。高岡支部ができて2年間で多くの虹のまち配付コースができましたが、まだ半数の組合員には郵送となっています。郵送の組合員には支部ニュースが届かず支部活動を充分にお知らせできていません。多くの組合員と顔を合わせ、医療生協を知らせるとともに、要望なども聞きながら組合員同士のつながりづくりを進めていきます。(高岡支部 義基みよ子)

為になる 学ぶ ～捨てるおしっこで 知る病気～



医療生協の「健康づくり」は住民自らが、学び自主的にすすめていくことに魅力があります。医療生協の健康づくりの一環で8月23日(火)、保健係交流会が開催され、6名の保健係さんが参加され「尿検査」についての学習を行いました。学習会では、初めに「尿検査でわかること」を学習し、実際に自分の尿を検査しました。参加者からは「もっと難しいと思っていたが、思ったより簡単にできた」「今度の班会でやってみよう」といった感想が聞かれました。尿検査班会は、この秋のお勧め班会です。尿検査は、ウロペーパー(テスト用の試験紙)で行い、①潜血、②たんぱく質、③糖、④ph(ペーハー)を調べることができます。尿検査は、ウロペーパーで行う検査以外にも、尿中の食塩濃度を測定することもできます。「捨てるおしっこで知る病気」皆さんもぜひ尿検査班会をしてみませんか?(健康づくり委員会)

楽しくて 地域とのつながり ～きずなと町内会 合同バーベキュー～



8月27日(土)、中央東支部、きずな職員、町内会合同懇親バーベキュー大会を開催しました。当初は「きずな」職員と「虹のまち」配付係の交流を企画していましたが、ご近所町内会から参加申し込みがあり、一度「きずな」への協力をかねて一度一緒にやってみよう、町内会(約50世帯)を上げての行事となりました。きずなの前の駐車場を開放し、幼児、ご高齢の方、家族連れ、「きずな」職員20名、組合員を含め60名を超える参加がありました。大量のアユや梨の差し入れ、綿菓子、氷水も登場、きずな職員の民謡踊りがあり、あっという間の2時間でした。「町内でこんな大勢の参加は初めて」「楽しかった来年も」との声があり、12年間がんばってきたきずなが町内でこんなに信頼され、町に元気を与えている事を実感し、うれしく思いました。(中央東支部 武田正一)

頼りになる 安心の支え合い 『たすけっとクラブ』 ～組合員同士の有償ボランティア～

「こんなことができますよ～」と、たすけっとさん(協力者)が登録しています。

1 掃除	9 庭木手入れ	17 パソコン(初級程度)
2 買い物代行	10 運転及び付き添い	18 簡単な水回り修理
3 調理	11 病院の付き添い	19 障子貼り
4 片付け(家の中)	12 薬受け取り	20 建具直し
5 片付け(家の外)	13 育児支援	21 日曜大工(手すり、踏み台等)
6 季節用品の入れ替え	14 散歩の付き添い	22 大工仕事(修理)
7 縫物(つくろい程度)	15 犬の散歩	23 力仕事(家具移動など)
8 草むしり	16 電気関係(電球交換他)	24 除雪(屋根以外)

問い合わせ先 たすけっとクラブ TEL076-441-8352



8月18日 山室支部
カトラレ班 6名参加
「頼りになる」班
8月24日 合八重津支部
四方南町班 7名参加
「頼りになる」班
8月24日 奥田支部
奥田四ツ葉班 5名参加
「頼りになる」班
8月21日 滑川支部
「支え合い」班
12名参加

地域NMMN

せらばん体操

No. 1


「せらばん体操」は、セラバンドというゴム製のバンドを使用して、椅子に座って脚の筋肉を強化する体操です。セラバンドを伸ばし、ゴムの戻ろうとする力に逆らって、ゆっくりと戻す運動を繰り返すことで筋力を高めていきます。

前回の「ころばん体操」と合わせて取り組んでみませんか。セラバンドは組織部で一本八百円にて取り扱っています。

(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。

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


④ 胸を張る



肩の痛い人は前で

- 1.2 下げる
- 3.4 戻る
- 5.6 下げる
- 7.8 戻る
- もう一度
- 1~8繰り返す

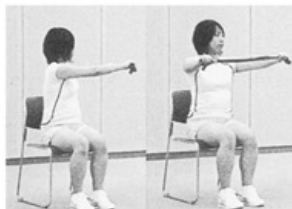
① 体を前後に



- 1.2 前
- 3.4 戻る
- 5.6 前
- 7.8 戻る
- もう一度
- 1~8繰り返す

※イスを使って、ご自分のペースで好きな音楽に合わせて、楽しくみましょう。
 ※力を入れる時は、軽く号令をかけて行いましょう。(血圧上昇を防ぐ効果があります。)
 ※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。

② 体を回す



- 1.2 左へ
- 3.4 戻る
- 5.6 右へ
- 7.8 戻る
- もう一度
- 1~8繰り返す

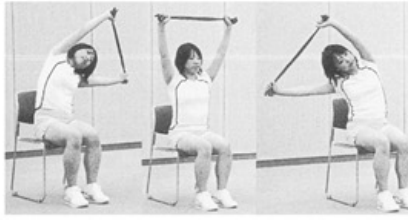
**虹の健康チャレンジャー登録
応募締切り9月30日**

楽しく・気軽に・みんなで取り組むことができる虹の健康チャレンジャーの登録応募締切がせまりました。

60日間健康習慣を身に付ける取り組み「健康チャレンジャー」に登録しませんか？登録参加は無料です。

お申し込み・お問い合わせ
 組織部 TEL 076-441-8351

③ 体を横へ



- 1.2 左へ
- 3.4 戻る
- 5.6 右へ
- 7.8 戻る
- もう一度
- 1~8繰り返す

材料

- いらなくなったネクタイ
- 手さげ用ひも(ひも無しで口にゴムでもよい)
- 接着芯
- 中袋用布
- ふた用マグネット(ホックでもOK)
- Dカン(使用せず直接ひもを縫いつけても良い)

作り方

- ①接着芯で本体2枚、脇4枚を作る
- ②ふたになる部分をカットする(ネクタイの広い方から14cmたち切り)
- ③残りの部分をほどこき②に①の接着芯を貼り布を裁つ
- ④ふたにマグネットをつける
- ⑤本体の両端に脇布を縫い合わせ、この2枚を縫い合わせて袋にする
- ⑥ふたを仮止めし、本体にマグネットの受けをつける
- ⑦中袋は返し口を10cm程残し、袋に仕立て、⑥にかぶせて口を縫う(中表合せ)
- ⑧口部分に押さえミシンをかけ、Dカンにひもを通して(4cm/1.5巾)、本体脇に縫いつけて持ち手を通して仕上げる



作品 永井 律子さん (和合ローズ支部)

作り方を習いたい方は、パッチワーク教室にて
 ・日時 毎月第1・3木曜日 17時30分~19時
 ・場所 在宅福祉総合センターひまわり1階ララ
 ・お問い合わせ先 組織部076-441-8351

大豆もやしとニラのナムル風
 ~野菜のおかずで、「葉酸」を食べる！ポイントは大豆もやしと蒸し煮~
 富山協立病院 管理栄養士 浅井雅子

材料 / 2人分

大豆もやし.....200g (1袋)
 ニラ.....50g (1/2把)

明太子...大さじ1/2
 白いりゴマ(刻む)・しょうゆ・ごま油 各小さじ1
 ねぎのみじん切り...小さじ1

作り方

- ①ニラは3cm長さに切る。
- ②鍋に水1カップ(200cc)ともやしを入れてふたをして火にかけ、沸騰後、中火で5分蒸し煮にする。ニラを入れてふたをして1分蒸し煮にしざるに広げる。
- ③aの調味料は混ぜ合わせておく。
- ④②を器に盛り、③をかける。食べるときに混ぜ合わせる。

※ニラの代わりに根三つ葉(100g)や、水菜にするとシャキシャキ歯ざわりが楽しめます。にんにくのみじん切り...小さじ1/2をお好みで追加してもおいしいです。

豆知識

『葉酸』ビタミンB群の一つで認知症や胎児の神経障害の予防に果たす役割が注目されています。

『葉酸』緑の葉野菜やマメ科の野菜、レバー、のり、緑茶に多く含まれています。1日240マイクログラム摂るのが望ましいとされています。(ほうれん草なら1.5把分程度)

鮮度のよいものを選び、手早く調理して汁ごと召し上がってください。水にとけやすい性質があるので、野菜は茹でるより蒸すほうがおすすめです。

10月外来診療体制表

☆協立病院では10月より小児科の夜間診療の追加と、田村有希医師が帰任し、診療体制の変更があります。
☆9月外来診療体制は、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

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	松井法生 金崎照雄 (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 富山市葉島町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	☎076-433-6556
	訪問看護ステーション	☎076-439-3650
	居宅介護支援	☎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
	居宅介護支援	☎076-407-0164
在宅福祉総合センター ぼぶら 富山市婦中町速星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	☎076-466-5028
	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	百谷 泉 ~11:00	山本美和	山本美和	百谷 泉	古野利夫	内科一般
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 (専門外来) 9:30~	
内科3	古野利夫 10:30~		古野利夫 9:00~	松井法生 ~10:00		
内科4	寺西高子	浜崎 景	川端康一 ~11:00	寺島嘉宏 9:00~	柴原直利 9:00~	
内科5	与島明美 (第4週目休診)	与島明美	与島明美	与島明美	与島明美	与島明美
内科7 (糖尿病専門)	田村有希	松井法生	松井法生	田村有希	松井法生	田村有希
整形外科	石井佐宏	石井佐宏	石井佐宏	市村和徳 9:00~ (第2,4)		石井佐宏 (月2回)
消化器・ 肛門・乳腺		火爪健一		火爪健一	火爪健一	火爪健一 (月2回)
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 (輪番)
泌尿器科 9:00~	飯田裕朗		藤内靖喜			大学医師
皮膚科 9:00~	清水教子		清水教子			
耳鼻咽喉科 9:00~		浅井正嗣 ~11:30				

午後

	月	火	水	木	金	土
内科	川端康一 2:30~		百谷 泉	岩城光造	山本美和	
内科	斉藤隆義		与島明美 3:00~		斉藤隆義 ~3:30	
禁煙外来 2:00~3:00	山本美和			百谷 泉		
漢方外来 3:00~4:00		休診			柴原直利	休診
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	
小児科 健診・予防接種				飯村雄次 (予約制)		
泌尿器科 2:00~4:00			藤内靖喜			
耳鼻咽喉科 2:00~4:30					大学医師	

夜間

	月	火	水	木	金	土
内科 4:00~7:00		古野利夫 (メタボリック・内科)	与島明美 ~6:00		与島明美 (高血圧)	
		松井法生 (糖尿病)	山本美和 4:30~		松井法生 (糖尿病)	
			田村有希 4:30~		金山ひとみ (糖尿病) 5:00~	休診
漢方外来 4:00~7:00					柴原直利	
整形外科 4:00~6:00		石井佐宏				
小児科 4:00~7:00	寺西高子	飯村雄次 (第1は寺西高子)	寺西高子 (第4は飯村雄次)	飯村雄次 (第1・第3)	飯村雄次	
皮膚科 5:00~7:00		大学医師	塩岡 誠 (第1・第3・第5)			

■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	古野利夫/火爪健一 (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 (月2回)

☆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。

川柳

医療福祉生協連の情報誌「コムコム」待合室川柳大会で人賞された富山の皆さんの作品（転載）

- ・涙のわけ聞いてはくれぬ介護ロボ
- ・あいことば元気がいいよいつまでも
- ・物忘れ年のせいと一人がてん
- ・もの忘れやさしく包むいい介護
- ・健康は食べる事からはじめたい
- ・前夜祭おわら踊りの手が触れる
- ・インフルエンザテレビにうながらせ受診する
- ・徘徊はどこのだなたか手をつなぎ
- ・待合室元氣もらって帰る老い
- ・比べても詮無い事と独り言
- ・白衣着た天使血を探る今日は鬼

- 藤井富美子
- 田辺はなか
- 岡村美紀子
- 中村 初枝
- 田辺志津江
- 中村富美子
- 北村 邦夫
- 大橋 国昭
- 下田 律子
- 杉本 佳子
- 由水 皆子

組合員作品コーナー

短歌

学徒動員の日

- ・新型爆弾の威力におびえし学徒動員の日ひそひそ話せし友も欠けゆく
- ・馬の糞が黒パンにみえしシベリアの飢えに耐えきし夫病み長し
- ・遠住める女孫思わす立葵の上めざしゆく花にひかるる

丸山 郁子さん（富山市西中野本町）

水墨画

中山 末松さん（富山市緑陽町）



押し絵

稲坂スエ子さん（富山市水橋）



ひるば

最新内視鏡 ぜひ一度

富山市中田 小西 康子さん

最新型内視鏡システム導入で、ガンが早期発見できるようになりますね。ぜひ一度診察を受けてみようと思えます。

富山市東田方町 高木美恵子さん

節電・地デジ・原発

富山市東田方町 高木美恵子さん

早い梅雨明け後は大変な猛暑が続きます。節電と地デジ、原発の半年でした。今後も弱者の味方を期待し、ますます楽しみにしています。

東日本の皆さん 元気に射水市西高木 竹内 雄二さん

サッカー女子ワールドカップ六回大会で、日本チームが見事世界一を獲得しました。東日本の皆さん、元気にバズルに熱く

南砺市打尾 辻 照子さん

この暑さ、何をやるにもバワーが出ない。「虹のまち」読んで、このバズルに熱くなって、クラーがきいた部屋が一番です！

富山市水橋塚 霜野 鈴子さん

「虹のまち」は毎月楽しみにです。バズルも大好きです。「虹のまち」もカラーがきれいに思えます。まだ若いと思っていました。いつの間にか六十三才、毎日少しずつつゆつくりと行きたいと思えます。最近小さなボーチ作りに夢中になっています。

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）
 時間は午後2時～4時
 ・9月8日（木）
 ・10月13日（木）
 ・11月10日（木）
 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

生活相談

*随時受付しています。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。

1	2	3	4
5	6	7	8
9	10	11	12
13	14	15	16

- ① 魅力な中年の意の和製英語
- ② ○○を持って新作発表
- ③ ○○を吸うヒル
- ④ 夜に近づき 見つけた
- ⑤ X脚の対
- ⑥ ○○のように白い肌
- ⑦ 彼は食○○だ
- ⑧ 故人の○○を尊重
- ⑨ 故人の○○を尊重
- ★ よこのカギ ★
- ① 子が 一口をきく
- ② 陽気の対
- ③ 落語の最後の○○
- ④ 最低音がでる管楽器
- ⑤ 連絡を○○に取る
- ⑥ NPO に寄付
- ⑦ 入会には保護者の 必要
- ⑧ 聞くだけ○○
- ⑨ 定規な考えではダメ

おめでとうございます

ク	ウ	シ	ユ	ウ
モ	チ	キ	リ	ヨ
ク	ノ	ウ	ア	イ
ガ	イ	コ	ウ	マ
タ	ラ	ア	イ	マ

アマノガワ(天の川)
 【七月号の当選者5名】
 江口 京子（富山市五福）
 島 道子（高岡市郷野）
 田開 久代（富山市赤田）
 能松 泰蔵（高岡市伏木古府）
 渋谷真樹子（富山市高岡町）

【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 ★
 ① 魅力的な中年の意の和製英語
 ② ○○を持って新作発表
 ③ ○○を吸うヒル
 ④ 夜に近づき 見つけた
 ⑤ X脚の対
 ⑥ ○○のように白い肌
 ⑦ 彼は食○○だ
 ⑧ 故人の○○を尊重
 ⑨ 故人の○○を尊重
 ★ よこのカギ ★
 ① 子が 一口をきく
 ② 陽気の対
 ③ 落語の最後の○○
 ④ 最低音がでる管楽器
 ⑤ 連絡を○○に取る
 ⑥ NPO に寄付
 ⑦ 入会には保護者の 必要
 ⑧ 聞くだけ○○
 ⑨ 定規な考えではダメ

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】
 タイシユウシ
 クウコシマ
 モチキリヨマ
 クノウアイマ
 ガイコウアラ
 通解 44
 正解 54
 富山市豊田町一八
 【あて先】 九九三一一八五〇〇
 富山医療生協
 「虹のまち」バズル係。
 【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

クロスワードパズル

【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事がありますのでご了承ください。