



組織現況 2012年4月30日現在

組合員数  
**25,723** 人

出資金総額  
**85,431** 万円

一人当たりの出資額  
**33,212** 円



# とやま医療生協 虹のまち

2012年6月号 No.350

〒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50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

## つなごう未来へ 健康と平和

～願いを集めて50年  
みんなが輝く  
明日をつくろう～

### 富山医療生協 創立50周年

#### 記念事業決定

富山医療生協は戦後間もない一九五〇年に設立された労農救済会「歯科診療所」が前身となり、一九六二年に組合員三九二名で一診療所からスタートしました。「誰でも安心して医療にかかれるように」と組合員と共に活動し、現在では、三十二支部、二五〇〇名を超える組合員、八事業所となりました。そして今年創立五〇周年を迎えます。

五〇周年記念事業実行委員会では、記念行事として、ウォーキングとメイン企画などを決定しました。ウォーキングは医療生協の健康づくりとして、各支部でも取り組まれています。今年、ファミリーパーク

富山医療生協の五〇周年を組合員の皆さんと迎え、共に「安心して暮らし続けられるまちづくり」を進めていきたいと思えます。たくさんの方の参加をお待ちしています。

五〇周年記念事業  
実行委員会

#### ファミリーウォーキング

9月15日(土)  
ファミリーパークにてスタンブラリー

#### いたち川平和ウォーキング

9月下旬予定  
ガイド：富山市観光ボランティアの会「紙ふうせん」

#### メインイベント

10月28日(日) 富山国際会議場にて  
記念講演・シンポジウム(午前)  
「生きる力、支える力—終末期医療を考える」  
講師：柳田邦男氏(ノンフィクション作家)  
梅原司平コンサート(午後)

#### 内視鏡

大型連休の中で痛ましいバス事故がまたおきてしまった。富山県の方が多く被害にあっており、より身近に感じられた▼事故原因がわかるにつれ、考えさせられる。運転手が逮捕され、すべての責任がそこにあるような報道が主流となっている。しかし、そのような労働環境を作ってきた貸切りバス事業についての説明が十分に知らされていない▼そもその背景は二〇〇〇年の道路運送法の改正により貸切りバス事業への新たな参入を「規制緩和」したことにある。免許制から「許可制」にし、運賃も認可制から「届出制」にして「自由化」がはかられた。その結果、一九九九年度二〇一〇年度には四四九二社とほぼ倍に。経営基盤の弱い小規模事業者は激しい過当競争にさらされ、安全をよそに人件費の削減のために運転手の働かせ方を厳しくし、無理な運行が余儀なくされている▼生活費を切り詰める観点から「安ければ良い」の風潮に流されがちだが、私たちの知らない間に安全が切り捨てられては危ない。命がけだ。政治により作り出された事態は政治の場ですっかり解決しなければならない。(S)

# 『トクホ』の『ローソク』

新聞などで報道があったのでご存じの方が多いかも知れませんが、『トクホ』の『ローソク』が発売されました！健康に悪そうなお『ローソク』と健康に良さそうな『トクホ』の異色の組み合わせに皆様はどう思われるでしょうか？

今回、『トクホ』としての許可成分は、『難消化性デキストリン』。四月二十四日の発売開始からわずか一月で、早くも年間販売目標百万ケースを達成したそうです。

『トクホ』は現在二〇一二年五月で、二千品目を越え、この『難消化性デキストリン』は『トクホ』の許可成分としては比較的多く含ま

『特定保健用食品』	健康増進法第26条第1項の許可又は同法第29条第1項の承認を受けて、食生活において特定の保健の目的で摂取する者に対し、その摂取により当該保健の目的が期待できる旨の表示をする食品
『特定保健用食品(疾病リスク低減表示)』	関与成分の疾病リスク低減効果が医学的・栄養学的に確立されている場合、疾病リスク低減表示を認める特定保健用食品
『特定保健用食品(規格基準型)』	特定保健用食品としての許可実績が十分であるなど科学的根拠が蓄積されている関与成分の疾病リスク低減効果が、消費者委員会の個別審査なく、事務局において規格基準に適合するか否かの審査を行い許可する特定保健用食品
『条件付き特定保健用食品』	特定保健用食品の審査で要求している有効性の科学的根拠のレベルには届かないものの、一定の有効性が確認される食品を、限定的な科学的根拠である旨の表示をすることを条件として、許可対象と認める。 許可表示：「〇〇を含んでおり、根拠は必ずしも確立されていませんが、△△に適している可能性がある食品です。」

れる物で、この『難消化性デキストリン』を許可成分とするものは、そのおよそ三割を占めます。『難消化性デキストリン』は以前より、認められている効果は複数あり、『難消化性デキストリン』を含んでおり、食生活で不足しがちな食物繊維を補って、おなかの調子を整える食品です」と、『難消化性デキストリン』を含んでおり、糖の吸収をおだやかにするので、血糖値の気になり始めた方の食生活の改善に役立ちます』の二項目について、『トクホ』許可を受けている商品がありました。加えて二〇一一年四月から『食事から摂取した脂肪の吸収を抑えて排出



富山協立病院  
内科医師  
川端 康一

を増加させる難消化性デキストリン(食物繊維)の働きにより、食後の中性脂肪の上昇を抑制するので、脂肪の多い食事を摂りがちな方、食後の中性脂肪が気になる方の食生活の改善に役立ちます』という個別審査において許可表示が可能となっております。

## 「トクホ」は四種類

『トクホ』は設定当初と異なり現在四種類の分類があります。『特定保健用食品』『特定保健用食品(疾



## 子育て三三情報 病気シリーズ①

富山協立病院小児科 医師 飯村 雄次

### ◆こどもの虫歯

#### 〈なぜ虫歯になるの?〉

口の中に食べ物が入ってくると、それをエサにして虫歯菌が酸を作ります。その酸によって歯の表面のミネラルが溶けます。普通なら唾液の力で酸が中和され、ミネラルが再び歯に戻るのですが虫歯にはなりません。しかし、甘いお菓子やジュースなどをだらだらと長時間摂っていると、口の中が酸性状態のままになり、ミネラルが溶け続けるために虫歯になるのです。あめや砂糖の入ったガムなどは長時間お口の中に入っているため、虫歯予防のためにはなるべく与えないようにしましょう。

☆生まれたばかりの赤ちゃんの口の中には虫歯菌はいません。赤ちゃんに触れ合う機会が多い家族からスプーンやコップなどの共用により感染します。そのため、両親の虫歯が多いとお子さんにも虫歯になりやすい傾向があります。

乳歯は歯の表面の一番かたい層(エナメル質)がうすく、虫歯が進行しやすく、痛みがでにくく、虫歯に気づいた時にはひどくなっている傾向にあります。

#### 〈仕上げ磨きのポイント〉

- ・歯ブラシは仕上げ磨き用のヘッドが短めで柄の長い物を選びましょう。
- ・力を入れすぎず、自分の手をこすってくすぐったいくらいの力加減で、横に細かく動かしてください。
- ・歯と歯ぐきの境目、奥歯の噛みあわせの溝、歯と歯の間の汚れをしっかりと落としましょう。
- ・膝の上に寝かせて、お気に入りのおもちゃを手を持たせたり、数をかぞえながら、歌を歌いながら、楽しい雰囲気ですすめながら仕上げ磨きをしてあげましょう。

#### 〈虫歯予防にフッ素塗布を〉

- ・歯にフッ素を塗布すると、歯質が強化され、虫歯菌が酸をつくるのを抑制するので、虫歯予防につながります。
- ・フッ素入りの歯磨き粉を使ったり、年に2~3回は虫歯チェックとフッ素塗布をしに歯医者さんに行くことをおすすめします。



楽しい歯磨き習慣を、身につけよう!

病リスク低減表示』『特定保健用食品(規格基準型)』『条件付き特定保健用食品』の四種類です。『難消化性デキストリン』は血糖と整腸については規格基準型の関与成分ではありませんが、脂質については規格基準型は無く、個別審査にて許可表示が可能となっております。確かに、このコーラと一緒に脂っこい物を食べたら、脂質の腸管からの吸収は抑制されます。しかし、いま食べた食べ物全てがキャンセルされるわけでは無いのです。だから、このコーラを飲めば暴飲暴食していないという言い訳には成らないので、ご注意ください!

# だからがん検診

今、日本では、男性の二人に一人が、女性の三人に一人が「がん」になると言われています。

富山市のがん検診の受診率は二十と二十二%にしかなっていません。あなたの周りには検診を受けていない人がおられますか?

富山医療生協では二〇一一年度にごん検診を受けられた方のうち、大腸がん検診では十八名、他のがんを合わせると三十四名の方がごんが見つかり治療につながっています(表)。治療されたとのうれしい声も、ご

本人や家族さんから届いています。がんの他にも胃と大腸のポリプ・胃潰瘍・結腸憩室症・痔核・肺気腫・アスベスト・胸膜肥厚などの病気が見つかっていきます。健康診断やがん検診は、本当に大事な取組みです。受診には受診券と保険証が必要です。事前に予約して、受診券を預けておくことで、スムーズに受診することができます。富山市外のみなさんは、市町村の広報などで確認しましょう。早期発見が、大切な命を

富山医療生協のがん発見数	2011年5~12月 疑い含む(要精査の数)
大腸がん	18人 (202人)
肺がん	3人 (111人)
胃がん	7人 (115人)
乳がん	6人 (33人)

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

守ります。家族や友人、知人にも勧めて、健康のわを広げましょう。  
健診事業委員会

## 「子育てひろば」

毎月第4水曜日 14時~  
ひまわり組合員交流室  
「ララ」にて  
参加費:無料  
6月27日(水)

## 「子育てCafe」

日時:6月12日(火)お母さん健康チェック  
6月19日(火)医師の子育て相談  
14時~16時  
場所:富山協立病院小児科プレイルーム  
参加費:無料

お申し込み・お問い合わせ:富山協立病院(076-433-1077)武田・宮腰

## たすけっとクラブ通信 No.5

今回は利用料についての説明をしたいと思います。  
気兼ねなくサービスを利用することができるようになるべく負担にならない利用料で行っています。

**利用料は、一時間八〇〇円です。**

利用料の内訳として、百円は運営費、七百円は協力者（ボランティア）に支払われるかたちとなります。

また、利用時間の最小は、三十分。以後十五分単位で計算しています。（※例・三十分の利用の場合だと、四百円、四十五分だと六百円）

**【利用する時は】**  
利用される方はあらかじめ「たすけっとクラブ利用券」（チケット）を購入して頂きます。チケットは一冊十枚綴りで二千円になります。例えば一時間の作業であればチケット四枚使用することになります。お気軽に「たすけっとクラブ」事務局へお問い合わせください。

たすけっとクラブ事務局 古澤博之

**ご利用、協力者登録のお問い合わせは「たすけっとクラブ」 ☎076-441-8352まで**

# 楽しいね!!

## 医療生協の健康班会

～三人寄って、友達誘って健康づくり～

医療生協には魅力的な班会メニューがいっぱい。仲間と集まって楽しみながら「健康づくり」をしましょう。気軽に、楽しく取り組みましょう!

**5・6月 班づくり 班会開催月間**



### 久しぶりの班会!

藤ノ木支部 栄新町班  
五月十六日（水） 栄新町公民館で「血管年齢・足指力チェック」班会をひらきました。

血管の弾力性や、足指裏の機能を測定し、その後は「富山医療生活協同組合について」の説明、血管年齢・足指力測定



富山医療生協五十周年 企画パークゴルフ大会が五月二十九日（土）に射水市下村パークゴルフ場で

行われ、二百十五名が参加しました。この大会をきっかけに医療生協に参加される方もおられ、広がりをみせています。「友達に誘われて初めて参加。とても楽しかった。また参加したい」と初参加者の嬉しい感想も聞かれました。

「五十周年の節目を機に、医療生協の活動をさらに広げていくため、今後也更にこのような交流を深めていきたい」実行

- ### オススメ班会
- 健診班会  
みんなで声かけあって、一年に一度の自己チェック
  - こきぶり団子づくり  
こきぶりさんさようなら! 本当に効果ありのこきぶり団子です
  - 脳いきいき班会  
認知症について学び、予防のための生活習慣を身につけよう
  - おしごとわかる病気の話  
尿チェックを体験に体験
  - 転倒予防体操など  
継続は力なり。体操で転ばない身体づくり
  - 子どもへの健康について  
予防接種について、アレルギーについてなどママ友で集まって学習会♪



▲入賞された皆さん

## 11年度 第十二回理事会報告

四月二十八日（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十二回理事会を開催しました。

**【主な内容】**

- ① 三月の事業概況と経営取支について確認しました。
- ② 電子カルテの運用状況について説明を受けました。
- ③ 二〇一一年度のみなし脱退処理について決定しました。
- ④ 地区別総代会議の開催状況を交流しました。
- ⑤ 通常総代会にむけて総括と方針、決算と予算の各案について協議しました。



▲5月18日 呉羽支部 高木班 17名参加 「笑いヨガ」

▲5月27日 上市支部 28名参加 支部レクリエーション 丸山公園にて

▲5月24日 富南支部 14名参加 支部レクリエーション 天湖森・美今日館にて

▲5月31日 豊田南支部 下富居班 6名参加 こきぶり団子づくり



### ご参加ください

#### 第52回富山県母親大会

と き：7月22日(日)

ところ：サンフォルテ  
(富山市湊入船町)

分科会：10時～12時

全体会：13時～15時30分

#### 記念行事

富山の民話「愛本の太蛇伝説」  
語り部 高木栄子さん  
(日本民話の会)

#### 記念講演

「どうする日本の原発政策」  
—放射能から生命(いのち)を守ろう—  
講師 安斎育郎さん  
(安斎育郎科学・平和事務所所長・立命館  
大学国際平和ミュージアム名誉館長)

資料代：700円

生命を生み出す母親は 生命を育て  
生命を守ることのぞみます

#### 第58回日本母親大会

と き：8月25日(土)

～26日(日)

ところ：新潟県新潟市

参加費：10,000円

#### 記念講演

「格差と貧困のない社会を」  
—3.11以後…私たちはどう生きるのか—  
講師 斎藤貴男さん  
(ジャーナリスト)

#### 2012年 原水爆禁止世界大会

核兵器のない平和で公正な世界のために

と き：8月4日(土)～6日(月)

ところ：広島県広島市

お問い合わせ…医療生協・組織部(076-441-8351)



# ひろば

### 組合員のクロスワードパズル

四月号の解答ハガキより大掃除しつらい

射水市本江 中野 定明さん  
高齢になり、家具をずらしての大掃除がしにくくなりました。たすけつとクラブは本当に良いことだと思います。  
東北のガレキどうする  
富山市東田地方 山本加奈子さん  
東北のガレキを受け入れるかどうが、難しい問題だ。東北の人たちの心を受け入れたいが、お上のやり方を見るとNOと言いたくなる。二つに一つの結論ではない。(賛否の意見がありました)

### 子育てミニ情報

富山市高岡町 洪谷 仁美さん  
毎回、子育てミニ情報を参考にさせていただいています。ワクチンの大切さ、改めて感じます。  
富山市弥生町 桑名 兼二さん  
久しぶりに「きずな」の送迎バスを見ました。御老人達の嬉々とした姿を見て、老人である自分もうれしくなりました。

今年もがん検診  
富山市水橋出町 正満志貴子さん  
「虹のまち」の内視鏡をよんで納得したり、感動したりしています。今年もがん検診の受診から、1年の健康に注意して生活したいと思います。  
感謝・感謝の気持ちで  
高岡市高美町 勘坂 節子さん  
言葉「言葉のちから」の記事を読んで大変に気に入りました。自分を元気にしてくれる言葉を友として、元気に幸せに過ごして行く

うと思いました。感謝・感謝の気持ちで！  
言葉の力エネルギーに  
富山市高木 追谷 友子さん  
今、在宅介護を行っております。言葉の力により、エネルギーをいただいた、大丈夫・気楽に・明るく・を心がけるよう努めたいと思います。(言葉の語の感想は、他に十一通寄せられました)

#### 2012年国際協同組合年 富山県記念シンポジウム

日時：7月4日(水) 13:00～15:30

場所：JA会館8階ホール

#### 記念講演

「地域社会の支持、共感・共鳴を広げる共同組合運動へ」  
講師 松岡公明さん(社団法人JC総研常務理事)  
主催 2012年国際協同組合年富山県実行委員会  
富山県協同組合協議会

#### グラウンドゴルフ練習 7月19日(木)

練習日：毎月第3木曜日 9:30～11:30  
(雨天の場合は第4木曜日に順延)

場所：稲荷公園

参加費：100円(貸クラブは無料)

予約不要、直接会場へお越しください



#### ひまわり10周年 & 平和納涼まつり

「人と人とのきずな Love&Peace」

日時：7月28日(土) 17:00～19:30

場所：在宅福祉総合センターひまわり前駐車場

原水爆禁止世界大会代表派遣壮行会

ステージ企画、模擬店、健康チェック



#### 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

・6月14日(木)

・7月19日(木)

・8月23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

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			

- ① 大きな河。——ドラマ
- ② 温度計のこと
- ③ 人気商品につき、——の節はご容赦を
- ④ 白と黒を——に並べる
- ⑤ 知らぬ、と〇〇を切る
- ⑥ 準備——整った
- ⑦ 書籍
- ⑧ 猿沢の〇〇
- ★よこのカギ★
- ① 内海の対
- ② 空論
- ③ 琵琶湖で有名な〇〇県
- ④ ちうな井
- ⑤ 阿波踊りに参加するた
- ⑥ さんの〇〇
- ⑦ 大きな河。——ドラマ
- ⑧ 温度計のこと

【四月号の当選者5名】  
新木キクエ(富山市下奥井)  
此川 正樹(富山市太田)  
塚田美紀子(富山市上富野新町)  
寺崎 恵子(富山市布目東町)  
樋口 貞勝(滑川市辰野)

ウ	イ	ン	ク
ヨ	カ	ラ	ク
シ	ヨ	ツ	ク
ユ	タ	イ	ダ
ニ	シ	ン	ク
フ	ン	シ	ク
ゲ	イ	カ	ク
イ	ク	ク	ク

通称 105  
正解 97  
富山医療生協  
富山市豊田町一―一八

## 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並べ替えてできる言葉は何？

★たてのカギ★

- ① 速やかに写すこと
- ② 薬剤を与えること
- ③ 人気商品につき、——の節はご容赦を
- ④ 白と黒を——に並べる
- ⑤ 知らぬ、と〇〇を切る
- ⑥ 準備——整った
- ⑦ 書籍
- ⑧ 猿沢の〇〇
- ★よこのカギ★
- ① 内海の対
- ② 空論
- ③ 琵琶湖で有名な〇〇県
- ④ ちうな井
- ⑤ 阿波踊りに参加するた
- ⑥ さんの〇〇
- ⑦ 大きな河。——ドラマ
- ⑧ 温度計のこと

【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 富山県富山 富山医療生協

【四月号の当選者5名】  
新木キクエ(富山市下奥井)  
此川 正樹(富山市太田)  
塚田美紀子(富山市上富野新町)  
寺崎 恵子(富山市布目東町)  
樋口 貞勝(滑川市辰野)

おめでとございます