

組織現況 2024年8月31日現在

組合員数 **25,203** 人

出資金総額 **107,880**万円

一人当たりの出資額 **42,804** 円



虹のまち

とやま医療生協

2024年10月号 No.498

〒931-8501 富山市豊田町1-1-8
☎076-441-8352 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

能登半島地震から9ヵ月

— 被災地支援と豊田地域防災の取り組み —

1月1日に発生した能登半島地震から9ヵ月が経ちましたが、被災地にはまだ多くの課題が残っています。被災地の現在と、地域の安全を強化する防災の取り組みをお伝えします。



被災地支援報告

医療福祉生協連の協力で、八月二十三日〜二十五日、職員・組合員さん合わせて六名が参加しました。大分から被災地支援に来ているNPO法人「リエラ」の拠点を借りて、能登町と珠洲市でボランティア活動と避難所への訪問に行ってきました。

能登町上町仮設住宅でのサロン「笑いヨガ」

皆さん素敵な笑顔で沢山笑ってくださいました。「自宅が崩れて入れないが中に愛猫がいる。毎日エサをあげに行くのが生きたい」と話される方がいらつしゃいました。



サロンでの笑いヨガ

能登町岩井戸仮設住宅にて炊き出し

仮設住宅は買い物に不便な場所が多く、「美味しいものを食べてほしい」と、富山和牛のすき焼

参加者感想

仮設に入ったけれど、周りは知らない人ばかりで寂しいと話される方がおり、仮設住宅におけるコミュニティづくりが課題であると感じました。 茨木 克昌

笑いヨガに参加された方が握手している内に目が潤んでこられ、私もつられて「今日はよく来てくださいました」と、泣けてきました。来てもらうだけでなく訪問もできると良いのではないかと思います。 廣田 佳香

サロンは場所を確保し開けておくだけでは来られない。警報が鳴り響くや開け合いが大事で、医療生協がめざしているそのものだと思います。日頃の活動の大切さをあらためて認識しました。 山本 佳子

まだ学校の体育館などで生活されていて、被災してから8ヵ月も経っているのに驚きました。地震の後、友達と支援行きたいと話していたので今回行って良かったです。 染谷 美月

珠洲市北側の状況は思った以上に進展していないことがありました。しかし悲観しているばかりではなく、何とかしなければ、やってやるという前向きに頑張っている様子が避難所内の雰囲気から感じることができました。 中土 悠



すき焼き作り

「笑いヨガ」の楽しさを話しながら沢山食べて下さいました。

起きて食べ逃げがした」と話しながら沢山食べて下さいました。



拠点「リエラ」

珠洲市避難所訪問・支援物資お届け

まだ三十三世帯が避難所生活を送っており、下水道が復旧せずトイレは仮設でした。土砂崩れや損壊した家々もそのまま、避難所内は段ボールで仕切られ、被災からこんなに時間が経っても進まない状況にもどかしい思いでした。避難所の皆さんは明るく前向きに活動されており、私たちが元気をもらいました。

組織部 染谷 明子



避難所の皆さんと

地域での防災協定に向けて

能登半島地震では県内でも観測史上初の震度五強を観測し、富山協立病院にも地域の方四十名ほどの方が避難されました。今回、豊田町内会よりお話を頂き、災害時における一時的な避難場所として町内会と富山協立病院で協定を締結する準備を進めています。その一環として九月八日(日)に豊田町町内会の役員の方二十名ほどで病院内の見学に来られました。当日は待合室や会議室など避難場所となるスペースをご覧いただきました。役員の方からは、自家発電や耐震強度、収容人数、避難の基準などについて多数ご質問があり、防災に対する意識の高さがうかがえました。

富山協立病院 華蔵 潤一



町内会の病院見学

富山医療生協は、これからも能登への息の長い継続支援と、地域の防災に組合員さんと一緒に取り組んでいきます。

このたびの大雨で被害を受けた能登の皆様にお見舞いを申し上げます。医療生協も、復旧ボランティア派遣や募金に取り組みます。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

内視鏡

日本の経済状況は？などと言われることも、多くの人たちは「難しくても、敬遠しがちです。しかし、わたしたちの暮らしはその経済に左右され、「毎日の生活が苦しくなってきた」のは事実であり「なぜか」を知ることが必要ではないでしょうか▼アベノミクスといわれる異次元の金融緩和策の出口で、株価や企業利益は戦後最高を更新したと報じられています。この政策の目的は、「デフレ脱却」ではなく、「円安と株高の実現」でした。大手自動車会社の場合、一円の円安で営業利益が四五〇億円に達するといわれます▼日本の大企業が内外で稼いだ巨額の儲けは、国内の経済をよくするために使われず、株主への配当金と内部留保に向けられているのが実情です。「株主資本主義」といわれるこの現状では経済が悪くなる一方です。日本国は、ドイツと並ぶ「ものづくり大国」を誇っていますが、今や過去の海外投資から発生するの金融所得を受け取る「金融収奪国家」になっていきます▼日本経済をよくするのは、大企業の儲けを国内の設備投資や労働者の賃金引き上げに振りむけ、生産と消費の好循環を確立することです。さらに社会保障費・年金を充実させ、消費税を減税して暮らしの不安をなくすることが第一です。(S)

10月～11月間 生協強化月間

集まろう!話そう!つながろう!

生協強化月間は、医療生協を地域に広く知らせ仲間を広げる月間です。

富山でも医療生協の活動を広く知らせ、多くの新しい組合員を迎え入れる期間として取り組みます。医療生協の活動への参加で、「仲間がいる」「生きがい」「社会参加する楽しさ」を実感できます。

つながりづくりは健康づくり

- 健康習慣づくり「虹の健康チャレンジャー」にとりくんでみませんか
- 自治体健診を誘い合って受けましょう
- 班会や支部行事に参加して、楽しく健康づくり始めませんか



つながりあるまちづくり

- 「日常の困った」をたすけっとクラブに相談組合員同士の助け合い活動つながりを活かして安心のネットワークづくりを進めましょう。



あなたも参加しませんか

医療生協の班会・たすけっと協力者・機関紙配付・支部運営委員会
医療生協の活動はみ地域の方々(組合員)に支えられています。
富山医療生協を支え、発展するお力添えをお願いします。

富山医療生活協同組合 組織部 ☎076-441-8351

ひまわり文化祭

11月9日(土) 13:30～15:30

在宅福祉総合センター ひまわり 会議室
富山市粟島町2丁目2-1

クッキー等販売(あかりハウス)、焼き芋販売
笑いヨガ、健康子エック、福祉用具展示(興田北包括)
戦争体験記パネル展示

お問い合わせ: ひまわり ☎076-433-7881

ぽぷら20周年のつどい

～ぽぷらがあってよかったネ～

11月17日(日) 10:30～12:30

北日本新聞 創造の森 越中座「ゲストハウス 北日本倶楽部」
富山市婦中町島本郷10-7

- ぽぷらが提供する介護サービスについてのお話
- 健康子エック ● シルバーリハビリ体操 ● ぽぷら音頭

おみやげの準備の為、参加ご希望の方はお申し込みをお願いします。

お問い合わせ: ぽぷら実行委員会 ☎076-441-8351

クイズ企画
バルーンアート
もあるよ!!

第三回理事會報告

一〇二四年度
八月三十一日(土) 富山協立病院中央館三階会議室において定数二十五名中二十二名の出席で第三回理事會を開催しました。

【主な内容】

- ① 事業概況の報告を受け確認しました。
- ② 各専門委員会より報告を受けました。
- ③ 中期経営計画策定に向けた今後のすすめ方について確認しました。

事業所だより 富山診療所

診療所よりお知らせ

十月からインフルエンザワクチン、新型コロナウイルスワクチン接種の実施をしています。対象は中学生以上の方で、予約をしてからの接種となります。お電話、窓口どちらでも対応しております。今年度から六十五歳以上の方に新型コロナウイルスワクチンの接種券も配布されます。冬が来る前に予防接種を受けて風邪の予防をしましょう。

また今年の自治体健診も残り三ヶ月となりました。組合員の皆様はもう受けられませんでしたでしょうか。まだの方は是非ご連絡ください。職員が丁寧に対応させていただきます。診療所ではオプション検査で技



事務長 山崎 英吏子

師による各種超音波検査や眼底検査、心電図検査ができました。特に今年度から始めた超音波検査での乳がん検診は人気があります。是非近所の方とお誘いあわせご来院ください。診療所までの交通手段が困難な方はご相談ください。健診を受けてすっきりとした気持ちで年末を締めくくります。

職員よりひとこと

四月より富山診療所へ異動となり七月より関井師長と交代し師長をしております。診療所へ異動となる前は富山協立病院で病棟や外来勤務をしており、内視鏡室なども経験させていただきました。富山協立病院では各部署で行われている健診業務、地域連携業務なども富山診療所では看護師が担っております。外来業務の流れも違うところもあり、訪問診療などについても、初めは色々分からない事ばかりで慣れない中、優しいスタッフにあきれられることなく教えられながら、少しずつ出来ることも増えてきています。また、経験

したこのないことをさせていたいただき仕組みや流れなどをいくつになっても成長出来るのだなと、感じている毎日です。

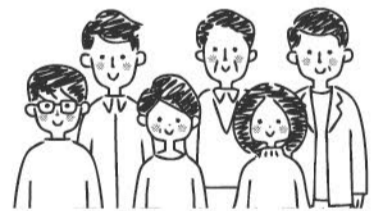
余談ですが、私の子供も四月から就職し新しい環境の中で、日々の出来事を話し、お互い悩みを聞いて、二人でほめたり励まし合ったりしています。

富山診療所は患者さんとも近く、色々声をかけてくださいます。今後も診療所の良いところをそのままに、更に発展していけるよう頑張っていきたいと思っております。診療所共々、どうぞよろしくお願いたします。

師長 高橋 明子

たすけっとクラブ通信 No.125

たすけっとさん (協力者) 募集中!!



高齢者の一人暮らしや二人暮らし世帯が近年増加し続けており、それにともない「たすけっとクラブ」への依頼も年々多くなり、また多様な依頼が来るようになりました。

出来る限り依頼は受けておりますが、たすけっとさんの高齢化や、たすけっとさんでは対応できない事例や支部が無い地域、協力者さんが居ない地域などではお断りしていることもあります。そこでできる限り組合員さんの依頼にこたえるために、「たすけっとクラブ」では新たに協力していただける方を大募集しております。事前に申込書を提出していただきますが、会費や登録料などは必要ありません。医療生協の組合員であればどなたでも登録できます。有償ボランティアですので時間に相応した協力金が支給されます。

皆様のご参加をお待ちしております

ご利用、協力者登録のお問い合わせは「たすけっとクラブ事務局」
☎076-441-8354 まで

健康講座 ご案内

「認知症予防」をテーマに学習会を行います。

日時：11月22日(金) 10:00~11:45

会場：富山県問屋センター
流通センター 中ホール

テーマ：「認知症予防について」
～食事で、運動で認知症予防！～

お問い合わせ：組織部 ☎076-441-8351



第7回 楽息倶楽部 ご案内

テーマ ～呼吸と姿勢～

日時：11月27日(水) 14:00~15:00

会場：富山協立病院 中央館3階会議室

内容：*呼吸と姿勢に関するストレッチ
*呼吸や日常生活に関するクイズ
*棒サッカー

※参加ご希望の方は下記までご連絡ください
富山協立病院(代表) ☎076-433-1077 担当:岩木

パークゴルフ大会中止のお知らせ

秋に実施していた競技会を
今年度は中止いたします。

パークゴルフ実行委員会



ら参加者同士も一緒に楽しく教え合い、交流がはずみ
ました。参加者の感想からは「若い方と交流が大変良かった」「LINEグループができた」「解決できて一段レベルが上がった気持ちで充実した時間でした」「次も開催願ってます」と皆さん大満足、次回への期待充分で終了しました。

まちづくり委員会

八月二十四日(土)、在宅福祉総合センターひまわり会議室において「LINEを学ぼう」と題して初心者向けスマホ教室が開催されました。当日は十一名が参加し、講師として職員二名、看学生三名が担当しました。

「操作自体が分からない」「入れた歩数計アプリの更新方法がわからない」「町内の閲覧板がスマホ見れるが入力や使い方が分からない」など様々な質問が出され、講師が質問に答えながら



「操作自体が分からない」「入れた歩数計アプリの更新方法がわからない」「町内の閲覧板がスマホ見れるが入力や使い方が分からない」など様々な質問が出され、講師が質問に答えながら

組合員のひろば

クロスワードパズル

高年齢者の悩み

富山市栗島 篠塚征則さん
高年齢者はいつまでも自宅
で暮らせないと思えます。その
で、その後どのように暮ら
せばよいか悩みます。その
ような悩みに寄り添うよう
な解決策を特集してほしい。
行ってみたい

富山市東福沢敷 宇井啓高さん
今年の夏は本当に暑い。
スツキリしない暑い夏で
「じりめつ」としてますね。
虹のまちに「病院全館稼働
開始です。」の記事があり、
どんなに変わったか一度行
つてみたいです。
八十歳の壁

富山市北新町 濱四津桃子さん
八十歳の壁はとて高く
感じる今日この頃です。そ
の中で毎日楽しく過ごそ
うと思っております。
チャレンジ

富山市新庄町 土肥靖子さん
「健康習慣づくり」にチャ
レンジ、八つの生活習慣
しっかりチャレンジしてい
ます。

助かりました

富山市五福 神代継子さん
イスヨガ教室に参加し先
生のアドバイスで二十分ほ
どストレッチをしベッドに
入ると寝つきが良くなり大
変助かりました。
無為の私

富山市八幡 長谷川純子さん
八月になって私事の時間
も過ぎ、これからは無為の
私(九十歳)になって、今
まで通りに班会の皆さまと
は常に明るい集いに参加致
します。
絵手紙

高岡市波岡 林 春代さん



クロスワードパズルの
回答を送る際にも是非、
紙面の感想や近況、絵手
紙や写真など添えていた
だけたらうれしいです。
お待ちしております。

無料法律相談のご案内

西山貞義弁護士
(富山中央法律事務所)
時間は午後2時~4時

- 10月23日(水)
- 11月20日(水)
- 12月18日(水)

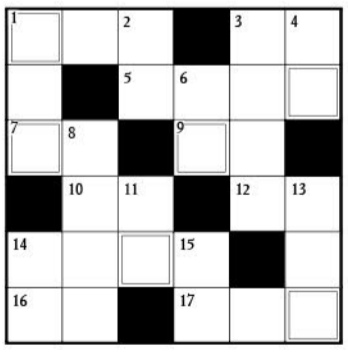
◎場所及び申し込み 富山協立病院 地域連携室
☎076-444-5708

予約してください

クロスワードパズル

【問題】
カギを解き二重枠の字を
並べてできる言葉を答えま
しょう。

- ★ たてのカギ ★
- ① 端午の
- ② 赤穂
- ③ 勾玉の読み方
- ④ 揚々
- ⑥ 腐つても
- ⑧ 春。講習
- ⑪ 肝臓
- ⑬ 鶏肉
- ⑭ 白。を挙げ降参
- ⑮ 酔つて。をまく
- ★ よこのカギ ★
- ① 月光仮面のおじさんは
- の味方だ
- ③ 二の。を演じる
- ⑤ 清書の前に書く
- ⑦ 髪をとかすもの
- ⑨ 立て。に水
- ⑩ 達磨。下ろし
- ⑫ ぶくり協議会、
- 並み
- ⑭ 睨み合い
- ⑯ 鯉の。登り
- ⑰ 行きがけの。(事のついでに他の事をする)



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、
生協本部まで連絡下さい。

【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。

【あて先】

〒931-1850 富山市
豊田町一ー八 富山医療
生協「虹のまち」パズル係

【しめきり】

正解者の中から十名の方に
五百円分の図書カードを贈呈
【しめきり】
十月末日の消印有効

ボンオドリ (盆踊り)

チ	ソ	ニ	ク
コ	ボ	ウ	セ
ケ	シ	ド	ガ
カ	ミ	カ	ネ
ミ	ソ	リ	ガ
ズ	マ	ツ	リ

応募 103通
正解 102通

【八月号の当選者10名】

- 清水 和子(富山市水橋開発)
 - 浅井ユキエ(高岡市常国)
 - 後藤 俊英(富山市布目)
 - 三井 清治(富山市森)
 - 中村 和子(富山市蓮町)
 - 澤田 昭(滑川市北野)
 - 中山 かつ美(富山市大泉北町)
 - 北野 忠彦(富山市犬島新町)
 - 牧野奈美子(中新川郡立山町)
 - 中川 仁(富山市婦中町)
- ※賞品の発送は月末になります。

水橋支部

虹のまち配付者・組合員
交流会が和やかに開催される

八月二十五日(日)、水橋診療所「のびのび」にて水橋支部主催、虹のまち配付者・組合員交流会が組合員三十二名の参加で開催されました。

新たに赴任した大堀所長と関井師長が講演しました。

大堀所長は「フレイル予防について」と題して高齢になり身体が虚弱になる「フレイル」は病気ではないが心身の状態が加齢とともに低下する。食事で



水橋支部

講師を招いて健康学習会 となみ野支部

9月17日(火)砺波市まなび交流館にて23名が参加
3名の若い講師の来訪に沸く



となみ野支部では、富山協立病院から講師をお願いしたい、という要望があり今回事業協の奨学生だった山医療生協の奨学生だった研修医の邵先生に参加していただきました。受け付けで血管年齢測定をした後、その結果も見ながら、まずは邵先生の「動脈硬化のお話」を話してもらいました。動脈硬化の原因や生活習慣、症状が出ているときの血管の様子などの説明を熱心に聞かれました。

次にリハビリ科の作業療法士、石井さんと金井さんにシルバリーハビリ体操指導をしてもらいました。一つ一つの動作を説明しながら身体を動かして、心地よいストレッチを体験しました。予防のためにどうしたらよいのか、今ある痛みの解決法など質問も上がり、和気あいあいとした空気に包まれました。「こんな遠くまで、医師と専門職の方が来てくださって、貴重な話を聞くことができ、本当に嬉しかったです!」「今日は初めて参加したが、仕事を休んで来て良かった。」と感想を聞き、三名の若い講師の皆さんの笑顔も印象的でした。

となみ野支部

「日本政府に核兵器禁止条約への署名・批准を求める署名」を富山駅南北自由通路で行いました。八月の署名行動では「原爆の日」パネル展示を行い当時の写真、絵、解説が書かれたパネル展示を様々な方に見ていただきました。終戦の日があるためこの時期に今回の署名行動を行いました。核兵器禁止条約への署名・批准を日本が行っていないという事は被爆国として残念に感じています。多くの方に共感を得てもらえるよう活動を継続していきます。

まちづくり委員会

8/30 署名行動&まちかど健康チェック in 駅十カ

まちづくり委員会が2ヵ月に1度定期的に富山駅構内で署名活動を行っています。今回はまちかど健康チェックも実施しました。

「今年度は全支部でまちかど健康チェックを!」と健康づくり委員会から提起をされました。要望はあれど、これまで実施していた銭湯の廃業やスーパーの改修などでやり場を失った支部がいくつかありました。合同開催を検討中だったこともあり、それら四支部からお手伝いに出てもらえることとなり初めての合同活動となりました。署名をされた方や、パネルに目を止めた方にチラシをお渡しし二十名弱の方の測定実施ができました。学生さんなど色々な世代が行き交う駅構内に健康チェックの新たな可能性を感じました。

健康づくり委員会



次回は10月25日(金)です

食品ロス削減月間

フードライフにご協力ください!

10月1日~10月28日まで

沢山もらって余っているなどご家庭に眠っている食品があればお持ちください。

お米・レトルト・インスタント食品・お菓子など、賞味期限が1ヶ月以上ある、未開封のものが対象となります。

受付・問い合わせ: 組織部
☎076-441-8351

予防接種についてのお知らせ

带状疱疹ワクチン

富山協立病院
富山診療所・水橋診療所
带状疱疹ワクチンの比較

商品名	乾燥弱毒性水痘ワクチン	シンブリックス
ワクチンの種類	生ワクチン	不活化ワクチン
接種回数	1回	2回 (2回目は2-6ヶ月後)
投与経路	皮下注射	筋肉注射
接種費用	組合員	7,900円 20,000円 (1回あたり)
	未組合員	9,000円 22,000円 (1回あたり)

基本的に予約制とし、処置室在庫があれば当日接種も可とします。

自治体の助成については、助成内容に違いがあるため、各自治体にお問い合わせください。

インフルエンザワクチン

接種開始は10月1日から

富山協立病院
☎076-433-1077
小学生以上の方対象

- ワクチン接種のみの方 予約不要 月~金の14:00~18:00
- 定期通院の方は診療時に接種可能

富山診療所
☎076-420-0367
中学生以上の方対象

- 要予約 ※今年度は完全予約制

水橋診療所
☎076-479-1414
小学生以上の方対象

- ワクチン接種のみの方 要予約
- 特別接種日 下記の木曜日 午後(16:00~18:00) 11/7・11/21・12/5・12/19 (要予約)
- 定期通院の方は診療時に接種可能

料金 組合員 2,750円(税込)
未組合員 4,400円(税込)
自治体発行の接種券をお持ちの方はご持参ください。

各事業所ともワクチンがなくなり次第接種終了となります。