



組織現況 2013年2月28日現在

組合員数
25,980 人

出資金総額
88,227 万円

一人当たりの出資額
33,960 円



とやま医療生協 虹のまち

2013年4月号 No.360

〒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

第22回
寿会

みんな健康で長生き 富山診療所



富山医療生活協同組合 第3回パークゴルフ大会



★予選日時 北・東ブロック **5月30日(日)**
[富山市で神通川以东で富山駅以北の地域
兵庫県自治体]
西・南ブロック **5月31日(日)**
[富山市で神通川以西または富山駅以南の地域
長西地域の自治体]
「とねりこコース」と「わかばコース」の27ホール
少雨決行 8:00受付開始 8:30開会式 13:00終了予定

★場 所 下村パークゴルフ場(射水市)

★参加資格 男女・経験問わず、組合員本人及びその家族

★参加費 500円(予選・決勝ラウンドともに)

★表彰 男女別個人賞、ラッキー賞
それぞれの予選で男性上位25名、女性上位15名は
10月28日(日)の決勝ラウンド進出(昨年参加人数より)

★締め切り 5月20日(日)

出場者
大募集!

【お申し込み・お問い合わせは…】
実行委員、各支部の役員または医療生協組織部まで
TEL076-441-8351 FAX076-432-8031
主催 富山医療生活協同組合 パークゴルフ大会実行委員会

村富美子さんに踊りをご披露
また、参加者のひとり中
事務長 土肥光太郎

三月十六日、富山診療所に通う八十五歳以上の患者さんの長寿をお祝いする「寿会」を行い、十三名の方と組合員ボランティア八名が参加しました。

参加の皆さんひとりひとりからゆつくりと「健康のひけつ」を語っていただきました。「体操を毎日続けている」「毎週仲間とマージャンをしています」「特に気を付けていることはないけど家族のおかげで、外に出て人に会うのが元氣のもと」などそれぞれの個性あふれるお話を伺うことができました。

また、参加者のひとり中村富美子さんに踊りをご披露

露いただき、お祝いの場に花を添えていただきました。参加者のみなさんも、組合員さんも和やかな表情で踊りに見入っていました。お抹茶を飲んだり歌を歌ったりと、短い時間でしたが笑顔の絶えない会となりました。

富山診療所の春の恒例行事「寿会」も今年で二十二回目となりました。組合員と職員で準備を重ね、健康と長寿を共にお祝いする。とても医療生協らしい企画だと思えます。これからも多くの方にこの寿会に参加していただきたいと思えます。

組合員とともに祝う



内視鏡

昨年十二月衆議院を解散する動きの中で、自公三党で「消費税引き上げ」と同時に「社会保障改革」を合意した。その中身について立命館大学の唐鎌直義先生の講演を聞いた▼「推進法」の基本的考え方
「推進法」の基本的考え方
「推進法」(じゅつつきゅうきそく)と同じだと言う。明治政府が「窮民救済」を目的として布達した規則で「困っている人々の救済は人民相互の助け合いによるべし、それでも救済できない貧困者、七十歳以上の労働不能の者、障害者、病人、十三歳以下の児童等に一定の米代を支給する」というものだ▼三党合意に際して自民党幹部は「わが党の考え方で合意された」と言っていたが、昭和、大正を超えて明治まで遡る考え方の古さはあきれるばかりだ。「自助と共助が公助に優先される」とは憲法二十五条第二項「国の努力義務」に明らかに違反している▼社会保障費用の「公正」な負担ということで「消費税の引き上げ」がされようとしているが、現在まで社会保障には使われておらず、今後もその保証はない。社会保障は「公正」な負担で賄うことが原則だ。(S)

ピロリ菌の除菌・慢性胃炎へ

保険適応が拡大



富山協立病院
内科医師
岩城光造

私が医師になった一九九一年ころ、胃カメラをするにたいの人の慢性胃炎が多かった。現在でも六十歳以上くらいはほとんどの方が慢性胃炎です。慢性胃炎が長く続くと萎縮性胃炎(胃粘膜萎縮)になります。さらに、萎縮性胃炎が進むと化生性胃炎(腸上皮化生)になります。萎縮性胃炎や化生性胃炎の方は、胃潰瘍や十二指腸潰瘍、さらには胃がんになりやすいことも分かっています。

胃がんは日本の国民病とも言われ、慢性胃炎の原因は分かっています。慢性胃炎は、慢性胃炎の原因は、慢性胃炎の人を、除菌すると除菌しない人にランダムに振り分けて数年間観察する必要があります。日本ではこの研究に十分な患者さんが集まらず、「ピロリ菌を除菌すると慢性胃炎が改善する」といふことが分かっていません。中国では一六三〇

十一月に胃潰瘍・十二指腸潰瘍の患者さんの除菌治療が保険適応になりました。ピロリ菌の除菌が潰瘍の再発を減らすことがはっきり分かったからです。二〇一〇年六月には、早期胃がんの内視鏡的治療を受けた方などに保険適応が拡大されました。しかし、慢性胃炎だけの場合はピロリ菌の除菌は保険適応になりませんでした。

Q、慢性胃炎の状態ではピロリ菌の除菌をしたら、胃がんの発生は減るのでしょうか。
A、これを知るには、慢性胃炎の人を、除菌すると除菌しない人にランダムに振り分けて数年間観察する必要があります。日本ではこの研究に十分な患者さんが集まらず、「ピロリ菌を除菌すると慢性胃炎が改善する」といふことが分かっていません。中国では一六三〇

ひまわり 外出レクリエーション



▲新しくなった魚津水族館にて
今年も待ったよ
ひまわりデイ サービスの外出レクリエーションが始まり、今年も待ったよ。利用者さんへ行ってきました。利用者さんへ行ってきました。利用者さんへ行ってきました。

今年も待ったよ
皆さん楽しんで頂きたい。ひまわりは楽しいと思っ
て頂きたい。と、昨年度か
ら始めました。利用者さん
からは「今年も待ったよ」
「今年は何処へ行くの？」
などとても楽しみにしている
声が聞かれます。なかなか
外出できない方や、あまり
出かけたくないうちの方も
仲良しの方と一緒に参加さ
れ、ご家族の方からは利用
者さんがすごく楽しみにし
ているというお話しも聞
き、職員も励みになります。
外出レクリエーションは
これからもご家族やボラン
ティアさんの協力も得なが
ら、十月頃まで予定してい
ます。
デイサービス 加藤寿子



▲利用者さんとボランティアさんが仲良く食事

ふれあい看護体験のご案内

～無料健康チェック体験～

日時：5月9日(木) 10日(金)
9:30～11:30
場所：富山協立病院受付広場

健康チェック内容
骨密度・血管年齢測定
看護師による健康相談会

*どなたでもご自由に
参加いただけます。

子育て三二情報 病氣シリーズ⑩

富山協立病院小児科 医師 飯村 雄次
起立性調節障害

〈どんな病氣？〉
・小学校の高学年から高校生の頃におこる病氣です。
・心臓、血管、腸などの働きを調節している自律神経のバランスが乱れることにより、下記のような症状がおこります。

- ・立ちくらみ
- ・立っているとき気持ちが悪くなる
- ・朝なかなか起きられず、午前中調子が悪い
- ・乗り物酔い
- ・頭やおなか痛

・風邪や無理をしたりして体調が悪い時におこりやすくなります。
・自律神経は起立した時に血管をひきしめて血液が下半身に集まらないように調節しています。自律神経が乱れると血液は下半身に集まり、脳貧血の状態になり立ちくらみや動悸がおこります。
・症状が強い場合は薬を飲むこともあります。成長とともに次第によくなるので心配はいりません。

〈家庭で気をつけること〉
・夜ふかしや朝ごはんを抜かず、規則正しい生活を心がけましょう。
・目がさめたらカーテンや窓をあけて朝日を浴びましょう。
・少し早起きし、ゆっくりストレッチや体操をおすすめです。

子育てひろば
お申し込み・お問い合わせ 富山協立病院小児科(076-433-1077)

ボランティアで新しい発見
昨年の花見に続いて二回目、多少の経験があるとはいえ緊張しましたが、道の駅での買い物や食事会などだんだん利用者さんとも親しくなり楽しく時間を過ごしました。
水族館では少し照明が暗い所もあり、結構注意も必要でしたが思わぬ発見もありました。私が水面上から水槽内を見ていたところ、車椅子の利用者さんから「ワ、きれいだ」と驚きの声があり、私は慌てて腰をかがめて水槽内をみると、上から見るのとまた違っ
た別の様子を改めて見ることができました。せっかく介助ボランティアに参加しながら、上から目線。では対応できていなかったことについて、改めて勉強させられた思いでした。おかげで、利用者さんとの一体感がより一層深まったように思えます。
組合員の皆さまも、このようなボランティア活動に参加されませんか！また新しい発見にめぐり逢えますよ。
奥田北支部 塩島靖夫

たすけっとクラブ通信 No.14

二〇一二年度のたすけっとクラブは二六〇名で六八六回、一五〇六時間の利用があり、昨年実績を上回りました。毎月五〜六件の新規利用があり、掃除、病院への付き添いなど介護保険が利用できない部分を補うようなものが多く、郵便物を代わりに出すなど、日常生活でのちょっとしたお手伝いでの利用も増えていきます。二〇〇八年一月に事業開始以来、約七〇〇〇時間の利用となり、協力者の登録も二〇〇名を超えました。

「住み慣れた地域で安心して暮らしたい」とそんな願いを実現するために、ちょっとした手助けができればとの思いが詰まった組合員同士の助け合いの会です。お気軽にご相談ください。



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



▲あいさつする宮川支部長

三月二十日(水)、五福公民館にて開催されました。支部総代十五名の他、オプザーバー、役員員合わせて二十四名が参加しました。経過報告と議事後、各行事に参加された組合員の体験発表がありました。支部レクリエーションで行った能登旅行の楽しさ、新潟県で開催された日本母親大会や、香川県で行われた日本高齢者大会について発表されました。さらに、医療生協創立五〇周年記念行事にドリームコーラスのリーダーとして参加された組合員のお話に一同うっとり。また、パークゴルフ大会では女性の部で三位入賞、グ

ラウンドゴルフ大会でも男性が個人優勝、団体でも三位入賞と嬉しい報告もさされ拍手に包まれました。黒部信也医師(医療生協顧問)も五福在住の組合員として参加され、健康体操を指導していただきました。新組合員からの「そもそも医療生協とは何?」といった質問もあり、活気あふれる総代会となりました。最後に支部の役員と本部総代、推薦理事を選出し、地域と組合員のきずなを大切に健康で幸せな笑顔がいつまでも続くことを願ひ、全員の拍手で終了しました。

支部長 宮川邦雄

12年度 第九回理事会報告

二月二十三日(土)、県中小企業研修センター会議室において、定数二十七名中二十四名の出席で第九回理事会を開催しました。

【主な内容】

- ① 一月の事業概況と経営収支及び年度末の課題について協議し確認しました。
- ② 医療生協の「いのちの章典と理念」の討議状況について報告され、意見交換を行いました。
- ③ 「第二次夢プラン事業計画」の素案について協議しました。
- ④ 組織活動の年度目標達成にむけて協議し、意思統一を行いました。

班づくり・班会開催月間 5月スタート

さあ、集まって健康づくりせんまい!

元気で長生きのためには「貯筋」も大事。

血圧、尿、骨密度などの健康チェックを基本に、転倒予防体操、ウォーキング、病気の予防についての学習など内容は様々です。医師や看護師など、専門家も組合員の健康づくりをサポート。協同しながら地域の健康づくりをすすめる、医療生協の魅力のひとつです。

年に一度の健診を呼びかけあって受診

おすすめ班会メニュー

仲間と一緒に認知症予防活動

- ・脳いきいき班会

健診受診も呼びかけあって

- ・健診班会・がんについての学習会

お楽しみ班会

- ・ゴキブリ団子づくり、温泉班会、手芸など

楽しくスポーツ

- ・グラウンドゴルフ、ウォーキングなど

ご近所、お友達誘いあって、3人集まれば班会! お問い合わせ: 健康づくり委員会 (Tel: 076-441-8351)

いちおし! メニュー

- ・シルバーリハビリ体操 (「虹のまち」でも好評掲載中!)
- ・セーフティウォーキング



組合員のつどい

三月九日(土)、中小企業センターにおいて「組合員のつどい」が開催され、一六三名が参加しました。

「第二次夢プラン事業計画素案」と「二〇一三年度方針案骨子」、「いのちの章典と理念の討議状況」が報告され、十八グループに分かれ、日常の活動の交流や方針について、熱心な討議が行われました。組合員と職員が一緒にこのような話し合いをする機会は初めてで、元気の出るつどいとなりました。

▲グループ討論の様子



地域フラッシュ

▲3月8日 水橋西部支部 駅前班「新湊散策」 5名参加



▲3月15日 羽羽支部 高木班「脳いきいき班会」 11名参加



▲3月26日 秋浦支部 運町班「脳いきいき班会」 7名参加



▲3月26日 南部支部 小泉班「温泉班会」 5名参加



高校生一日看護体験

富山協立病院では、毎年三月に看護師を目指す県内の高校生を対象に「高校生一日看護体験」を開催しています。今年は四日間で延べ六十五名の参加がありました。

看護体験では、入院病棟の看護師体験やミニ学習会として入院食の試食会・注射器の使い方などを学びました。参加された生徒さんより「患者さんの身体を拭かせて頂いたときに「気持ち良かったよ」と嬉しい言葉をたくさんかけてくださり、すごく温かい気持ちになりました。看護師は責任があり大変なことや時には辛いこともある職業ですが、今回見てきた看護師さ



▲電子カルテの説明

看護師の仕事を見て体験してもらうことでより看護の魅力を感じ進路選択のきっかけとなっています。一人でも多くの高校生が看護学校を目指し、将来看護師として一緒に働ける日が来るようつながりを大切にしていきたいと思っております。

看護学生委員会

くらしの学校

生活保護制度を考える

三月二十五日(月)、くらしの学校を開催し、三十九名が参加しました。講師には「金沢生活と健康を守る会」事務局長の広田敏雄さんを招き、生活保護制度について学びました。

講義では、昨年騒がれた芸能人家族生活保護受給騒動をどう考えるか、生活保護基準引き下げが及ぼす年金、税金、各減免制度への影響、



▲講師の広田さん

金沢での具体的事例から見える受給者を取り巻く現状の問題について話されました。また、実際に自分の生活保護基準を説明に従って算出しながら、制度の仕組みについても学びました。

参加者からは「今まで生活保護制度について考える機会がなかったが、身近な問題と感じた」「マスコミ報道などではごく一部の不正受給者ばかり焦点があたっていて、大半の本当に援助が必要なたちにとってこの制度がしっかり機能しているかどうかの話がなされな。そのことが大きな問題だと思った」などの感想が出されました。

まちづくり委員会



組合員のひろば

クロスワードパズル

母の出資金 引き継ぐ
富山市田畑 辰見美紀子さん
去年亡くなった母の出資金を受け継ぎました。協立病院さんには日頃より温かみと親しみを感じております。最近、健康についてよく考えるようになりました。また健診にもいきたいと思います。子育て支援

「老年内科」を読んで
舟橋村舟橋 松崎 健次さん
「老年内科」を読み、父親の認知症で環境の変化がえつて病状を悪化させ、多くの人と接し会話していた時ほど、うれしそうでした。自分が地域でうまくつきあっていくことが大切と改めて思いました。

映画班会・増資
富山市布目旭 高瀬 敦子さん
送迎で映画班会、「東京家族」を鑑賞しました。その後、食事、シヨッピンと、近くにいっても中々会えない人に会えストレスも解消。その後、増資をしように話し合い預けました。

富山市水落 益見 勝之さん
虹のまち配布者交流会の尿チエックで血液反応があり、協立病院で検査を受けました。たいしたことはありませんでした。日常、時々でも健康診断を受けることが大切だとつくづく思っています。

ご参加ください
グラウンドゴルフ練習
5月16日(日)
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

脳いきいき班会
インストラクター養成講座
日時：5月25日(土)
9:00~15:30
場所：富山協立病院3階会議室
内容：認知症についての学習、認知症の予防、班会のすすめ方など
締め切り：5月15日(水)まで
会費：500円(并当)、別途本代1,500円
お問い合わせ先：医療生協・組織部(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)
時間は午後2時~4時
・5月16日(木) 予約してください
・6月13日(木)
・7月18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

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仏教の六道の一つ、○○道
②は登山
③陽が沈む方角
④産の小豆やワイン
⑤泳がないのでーが必要
⑥上弦の対
⑦日本、インドなど多様性に富む地域
⑧アブラナ。ー油
⑨畑に幾筋も土を盛り上げた所
⑩○○上。○○悪人
★よこのカギ★
①飢饉で○○者が出る
②のセーター
③ーに一生を得る
④○○から枝が伸びる
⑤ねうち
⑥祭りのーで景品獲得
⑦恵みの雨
⑧五月の節句
⑨アルメニアの国花

【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いただきます。
【あて先】〒931-1850 富山市豊田町一ー八 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】四月末日の消印有効
【二月号の解答】
シユイ ウキ
ムチ ツイソ
イミシ ガテン
ホウガ シユウセ
ユキガツセン(雷合戦)
応募 1 1 2 2 8 8 通
正解 1 1 2 2 8 8 通

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。