組織現況 2019年11月30日現在

組合員数
26,998 人

出資金総額
97,608万円

一人当たりの出資額
36,153 円

虹のまち
とやま医療生協

2020年1月号　No.441

〒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

謹賀新年

医療生協で今日も元気！

富山医療生活協同組合
理事長　**与島　明美**

あけましておめでとうございます。昨年中は組合員の皆様にはたいへんお世話になりありがとうございました。

二〇一八年から国道八号線高架化事業や耐震課題への対応のため、富山協立病院の機能整備と新棟建設の検討を進めてきましたが、新棟を建設しなくても既存施設を改修・改築で対応できると判断し、二〇二〇年に具体的な計画を策定していくことになりました。皆様とともにこの事業を成功させていきたいと思いますのでどうぞよろしくお願いいたします。

私たちは「健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる。」という理念のもと歩みを進めてきました。先日、富山県民は全国的にみてメタボリックシンドロームや糖尿病が多く、運動不足、睡眠不足ということが報道されました。いまこそ医療生協の健康づくりの活動を幅広い世代、特に働き盛りの世代、そして子どもの時からの生活習慣づくりにも広めていくことが求められています。

二〇一九年は災害が多い年でした。私たちも災害対策を具体的かつ実効性のあるものにすることが求められています。そして何よりも平和であることです。二〇二〇年はNPT（核不拡散条約）再検討会議と原水爆禁止世界大会がニューヨークで開かれます。私たちの代表を送り出し核兵器廃絶の運動を大きく飛躍させましょう。

国連は二〇一五年に「SDGs～持続可能な開発目標」を掲げ、貧困、健康と福祉、気候変動、エネルギー、平和、住み続けられるまちづくりなどの問題を解決し持続可能な世界を二〇三〇年までに達成しようと提唱しました。目標達成のために私たちひとりひとり、そして医療生協として、未来に責任をもって活動を進めていきたいと思います。私たちの活動も持続可能なものにしていく必要があります。次の世代を担う組合員や職員をたくさん迎え、ともに歩みを進めていきましょう。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

本年もよろしくお願い致します

富山医療生協
理事・監事一同
職員一同

富山協立病院
院長　山本　美和

富山診療所
所長　与島　明美

水橋診療所
所長　岩城　光造

在宅福祉総合センター「ひまわり」
施設長　中田　昌子

在宅福祉総合センター「きずな」
施設長　染谷　明子

在宅福祉総合センター「えがお」
施設長　髙野　治美

在宅福祉総合センター「ぽぷら」
施設長　大塚　剛

内視鏡

今年は干支のトップに戻ってねずみ年。ことわざにもねずみは登場し、「窮鼠猫を噛む」や「ふくろのねずみ」などはよく使われている▼昨年の政界は、底なしの「桜」疑惑、つまり税金を使った公的行事に八五〇人もの後援会一行を招待した事実を突きつけられた安倍首相は、野党の臨時国会延長の要求も拒否し、逃げ回るのが必死で年を越してしまった▼国会で「『桜』ばかりやっている、もっと大事な問題がある」との意見は少数で、全野党による「桜を見る会」追及チームは追及本部に格上げされ、国会閉会後も街頭宣伝に打って出、年明け後も追及を弱めていない現状は安倍政権を「ふくろのねずみ」としている▼「反社会勢力」を「定義するのは困難だ」とする答弁書を閣議決定するなど、虚偽・隠蔽体質は極まっている。政府自身が定義してきた「暴力、威力と詐欺的手法を駆使して経済的利益を追求する集団又は個人」を否定することになる。私たちは市民の運動を引き続き継続し、「窮鼠猫を噛む」の反撃を許さないために、「最悪・最長」と言われる政権の息の根を止めるような圧力を強めなければならないのでは。（S）

未来の医師・看護師を応援!!

今年度も医師、看護師を目指す、中学生や高校生、看護学生や医学生がたくさん体験に来てくれました。

医学生

奨学生活動では、同世代の仲間や現場で働く医療者と一緒に学び、交流し、成長できる場を大切にしています。自分達の医師像や医療観、疑問や悩み、不安をお互い出し合って、本音で語り合える仲間が増えること、これが奨学生活動の一番の魅力です。医学だけでなく医療や患者さんを取り巻く社会を学び、地域の第一線で起きる問題・医学・医療とは何かを学習しています。

ランチミーティング
週一回昼休みの時間を利用して、交流。組合員さんの協力でおふくろの味を提供してもらっています。

医学生のつどい
全国の医学生が学び、交流する企画。現在の医療・社会情勢から、自分たちの医療観、民医連の医療や活動について深めることができます。

看護学生

患者さまと直接ふれあえる体験は、看護師のやりがいを体験するいい機会になっています。病院のイベントにもボランティアで参加し、組合員さんと関りをもつことができました。看護学生委員会の活動は、当院の寄り添う看護を伝え、未来の看護師を応援し支援している活動です。これからもあたたかく見守っていただき、活動中の学生を見かけましたら応援をよろしくお願いいたします。

病院まつり健康チェック

高校生看護体験
3月、8月実施。
今年度もたくさんの高校生が体験に来てくれました。

14歳の挑戦

病棟クリスマス会
高校生3名が参加。
看護師と一緒に
ハンドベル演奏に挑戦。

富山民医連の奨学生活動では、学生の「どんな医師になるのか?」「どんな看護をしたいか」を深めることを大切にし、患者さんを取り巻く状況をとらえ、患者さんの立場にたった医療をすすめる医師、看護師育成を目指しています。これからも富山の地域医療を担ってくれる学生を応援します。是非、学生をご紹介ください。

富山協立病院　学生担当：橋本真琴、金崎仁美

年女 年男 2020年抱負

リハビリテーション科
言語聴覚士 **宮本 沙希**

今年は、新しいことに挑戦し、患者さんにより良い医療を提供できるように努めてきました。私は今年4年目となります。今年も、昨年同様に患者さんの希望に沿った医療が提供できるよう、患者さんと目標を決め、誠心誠意頑張りたいと思います。STは厳しい体制ではありますが、自分がやるべきことを見つけ挑戦していきたいと思います。

リハビリテーション科
作業療法士 **岩木 翔兵**

2019年は実習から始まり、国家試験、学校卒業、就職試験と激動の一年で、何もかもが変化し、何もかもが新しく、初めてのものばかりでした。
新しい生活、新しい出会い、たくさんの新しい出来事がありましたが、どれも自分にとって、とてもプラスになるものでした。
2020年は、この経験をもとに自己研鑽に励み、新しい自分を発見したいです。

水橋診療所
医療事務 **前田　創**

診療所に来院される患者さまが快適な思いで受診できるように、接遇に力を入れていきたいです。また、自分自身が健康でいるために、規則正しい生活を送ることを目標にします。

看護小規模多機能型居宅介護「わたぼうし」 **藤田 聖子**

医療生協に入職して、29年を迎えました。
協立病院の外来パート(放射線科)から正職員となり内科病棟、手術室、療養病棟勤務を経て2018年1月からひまわり介護事業部への異動となり現在の「わたぼうし」で現場勤務と管理業務に励んでおります。
貴重な数々の経験と患者様、職員との出会いは現在の私の成長の糧となっております。そして今もまた、利用者様や新しい環境、スタッフとの出会いでますます学びのある毎日を過ごしております。そんな日々に感謝です。
「看護師は生涯学習である」看多機事業がますます発展するよう、地域への貢献もふくめてもう少し頑張りたいと思います。

「強化月間」活動のまとめ

組合員活動委員会

「組織強化月間」（九月二十八日～十一月三十日）が活発に取り組まれ、医療生協を大きくする運動が各地域で取り組まれました。今年のスローガンは「地域に活動をみせる化し、医療生協運動を大きく広げ、すべての地域で担い手づくりをすすめましょう」でした。組合員の高齢化が進む中、次世代の担い手に医療生協の運動を継承していく月間にしようということでした。

昨年十月「ともに元気になるつどい」に七十六名参加し、月間スタート集会もかねて行いました。

医療生協の総合力を発揮し、すべての支部の立ち上がり、元気な組合員をふやそうと取り組みました。北毛保健生協から講師を迎え、「人との出会いは財産である」ということを学びました。月間後も引き続き様々なつながりを活かしてなかまふやしに取り組み、物故者名簿、つながり名簿、未組名簿の活用をしましょう。また新しい取り組みとしては健康チェック者の名簿を参加者の同意を得て作成し、そのつながりでの訪問を開始しました。

初めて全配付者訪問に取り組んだ支部もあり、なかまふやし紹介運動にも広がりが見られました。

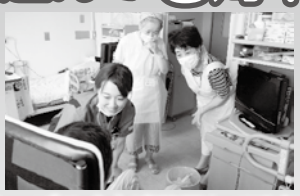
事業所は支部と一緒に行動し、医療生協の押し出しとともに地域から信頼される事業所をめざしました。

年度末に向けて残目標達成めざして、動きをつくりましょう。新しい層とのつながりもでてきています。年間目標を一日も早く達成しましょう。既に目標達成したところは、地域の中での医療生協の影響力も考えながら、目標の再設定も行いましょう。

◆「強化月間」到達表

課題項目	月間目標	月間実績	年間目標	年間到達
なかまふやし（人）	660	244	1,300	646
出資金ふやし（万円）	9,000	915	15,000	4,302
班会（回）	460	240	1,800	1,178

病棟ボランティア「オリーブの会」幸せと安らぎを運んで3周年



病棟ボランティア「オリーブの会」が発足して3年がたちました。組合員と職員の垣根を越えた日常的な協同の取り組みとして思いついたのが、病床シーツ交換のボランティアでした。地域で支部行事や班活動に参加されている元気で、健康であるがゆえに病院とは無縁の組合員さんたちが、病棟でのボランティア活動をすることで協立病院を身近に感じてもらい、地域との橋渡しの役割もしてほしい。そして病院で働く職員さん達と交流し病院を支えていきたいと、皆で協力し合いながら続けてきました。昨年の11月に三周年を記念して院長先生や事務長さん、各病棟の師長さん達も参加して頂き、「感染症予防」の学習会を兼ねた懇親会を行いました。いろんな事があった3年間でした。元気だった仲間の突然の大病や、家庭の事情で参加できなくなった方がいたり…大変な時期もありましたが、ボランティアみんなの「続ける事が大事！」の気持ちで今日まで継続できたのです。これからも一致団結で協力しながら、医療生協らしい地域とのつながりを大切に、患者さんや職員さん達と交流の輪を広げていきたいと思います。

最後に「オリーブの会」よりボランティア協力者の募集です。活動は毎週水曜日の9時半～11時までですが、当番は月一回となります。内容は二人ペアを組んでのシーツ交換です。協力いただける方は医療生協組織部までご連絡ください。よろしくお願いいたします。　「オリーブの会」　代表　平野 登志子

［お問い合わせ、ご連絡は下記まで］
富山医療生協　☎076-441-8351

19年度 第七回理事会報告

十一月三十日（土）富山協立病院三階会議室において定数二十九名中二十二名の出席で第七回理事会を開催しました。

【主な内容】

①経営課題（医療事業、介護事業）について話し合いました。

②情勢について社会保障改善、憲法、核兵器廃絶、消費税をめぐる課題について話し合いました。

③「生協強化月間」の到達と取り組みについて振り返り意見交換しました。

④十月の事業概況につき報告を受け、意見交換しました。

⑤事業関連課題について、介護士を目指す学生にも（奨学金制度を適用すること）が提案され承認しました。

⑥専門委員会の報告を受け意見交換しました。

たすけっとクラブ通信 No.75

今までも、そしてこれからも、地域のために！

あけましておめでとうございます。今冬は晴天に恵まれ例年にも増して立山連峰を見られる日が多く、白銀に輝く神々しさに圧倒される思いです。新しい年がこのような平和で穏やかな佳き年であるようにと願わずにはおれません。

さて、「たすけっとクラブ」も活動開始から 13 年目に入ります。「おぎゃ～」と産声を上げて生まれた赤ちゃんが中学生になる年月なのです。よちよち歩きで歩み出した助け合いの活動が、いつの間にか組合員みんなの活動となり、手をしっかり携えて歩いています。初めての経験ばかりで紆余曲折も多く、それを乗り越えながら歩み続けてきました。現在では地域の組合員さんに必要とされ、喜んで頂けるまでに成長した事に改めて感慨深いものがあります。今日の成長は組合員の皆さまのご理解の賜物であることは勿論ですが、何よりも地域コーディネーターや協力者の方々が、依頼者の困りごとを自分自身の事として取り組んでくださり、地道に献身された積み重ねが原動力だと思っています。「1 人がみんなのために、みんなが 1 人のために」の医療生協の理念が生きています。

しかし、今、高齢者にとって「安心して健やかな老後を迎える」方向へは向かっていません。地域の中で医療や介護の需要が増し、日常生活にも様々な手助けが必要な方が増えてきています。「たすけっとクラブ」への依頼内容も、買い物代行や通院の付き添い、収集日のゴミ出しなど、在宅の高齢者の方からの依頼が中心となり、且つ継続した利用が多くなっています。このような状況に公的で強力な支援が必要と痛感しますが、実現はしていません。医療生協では「医療福祉生協の地域包括ケア」が方針化され、それをもとに住み慣れた地域で豊かな老後とくらしを支援しています。高齢化率が上がり在宅での介護が増えつつある中で「たすけっとクラブ」も様々な対応が求められることが予想されます。より地域に密着し、より多くの人々とつながり多様な活動が必要となっていくでしょう。しかし、心配はしていません。今まで培った経験の上に組合員の力を少しずつ出し合って、大きな力とすることで支援し続けることができると思っています。年頭に当たり、今まで以上のご協力をお願いすると共に豊かな老後が過ごせる地域づくりを目指しましょう。

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

富山版 すこしおカルタ

尿チェック
尿塩分チェック
班会で減塩学習

楽しく、気軽に“減塩”について学ぼうと考案された「富山版すこしおカルタ」。
身近な富山の食材などご当地ネタも盛り込まれ、減塩習慣を考えるきっかけになると好評です。
昨年は医療生協機関紙「COMCOM」でも紹介され、県内の支部や班、介護事業所だけでなく、全国からも問い合わせがありみんなで楽しく減塩習慣が広がっています。

心もからだもあったまる大根料理

第5回 H1グランプリ 富山県大会

12月8日（日）、富山県生協連主催の第5回「H1グランプリ富山県大会」（介護職員調理グランプリ）が開催され、富山県生協、富山医療生協のヘルパーさん、医療生協組合員さん21名が参加し、調理技術を互いに披露しました。

今回のテーマは「大根を使ったすこしお（減塩）レシピ」。やわらかく味のしみた煮物、皮も利用した炒め物、体がポカポカするグラタンなど様々なレシピが紹介されました。「家にある材料で手早く提供できるもの」「たくさんの野菜とってもらいたい」「旬のゆずを使って香り付け」栄養面を考え、利用者さんの要望に応える工夫がつまったレシピが紹介されました。

ミニ講座では「高齢者の食について」をテーマに富山協立病院の管理栄養士、今村佳恵さんに話をしてもらいました。高齢者に対する食事提供での注意点として栄養面や嚥下困難な方への食事の工夫など日頃の実践にも役立つ話でした。

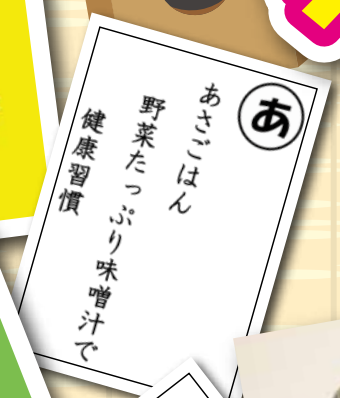
お互いの料理も試食しあって「他の方の料理が参考になった。今後の仕事に活かしたい」などの感想が出されました。

富山医療生協　介護事業部

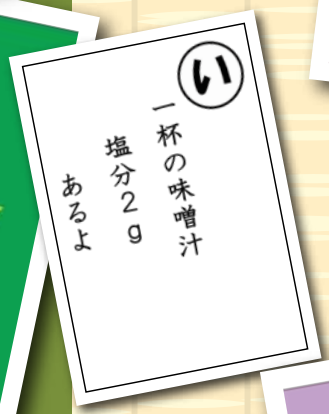
★ヘルパーさんが作るレシピ集（500円(税込)）あります。

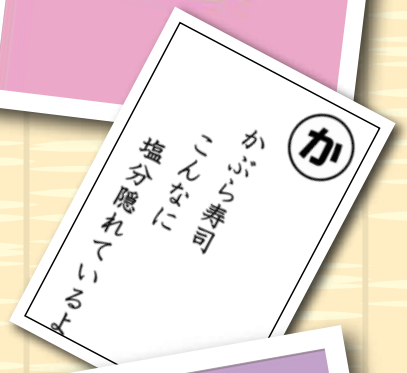
お問い合わせは医療生協本部
☎076-441-8351

2020年も楽しく健康づくり



カルタづくりで脳いきいき





カルタとり童心にかえって大盛り上がり♪

～すこしおレシピ～
タラと白菜の柚子こしょうオイル重ね煮

材料／2人分　1人分 138kcal　食塩相当量 1.4g

タラ	2切れ
塩	小さじ1/4
白菜	1/4個
酒、水	各大さじ2
☆オリーブ油	大さじ1
☆しょうゆ	大さじ1
☆柚子コショウ	小さじ1

作り方

① タラは4等分に切る。塩をふり、10分ほどおいて出てきた水気をふく。

② 白菜は葉と芯に切り分け、1口大に切る。

③ 土鍋に白菜の芯、葉の順に重ね入れ、①を並べて酒と水をふる。よく混ぜた☆をまわしかける。

④ 蓋をして強火にかけ、蒸気が上がったら弱火にし、10分ほど蒸し煮する。

（栄養と料理 2018年 11月号より）

〈ワンポイント〉

白菜には、風邪予防に有効なビタミンCが多く含まれています。

ビタミンCは水に溶けやすく光や熱に弱い特性を持っているため、疲労回復や美肌対策のためビタミンCをたっぷりとりたい場合は調理の工夫が欠かせません。

白菜を生で食べた場合と茹でた場合で比較すると、茹でた場合ビタミンCの摂取量は1/2に減ってしまいます。そのためサラダや塩もみ、汁までいただけるスープなど、色々な調理方法で摂取するとよいでしょう。また、加熱してカサを減らすと、たくさんの量を食べることができその分栄養もとることが出来ます。

富山版すこしおカルタ作成キット
1,700円(税込)

お問い合わせは組織部までどうぞ。
富山医療生活協同組合　組織部
☎076-441-8351

核兵器のない平和で公正な世界を

「ヒバクシャ国際署名」を原水爆禁止世界大会ニューヨークへ

二〇二〇年、被爆七十五年の年。原水爆禁止世界大会が核兵器全面禁止・廃絶を目指し、ニューヨークで初めて開かれます。富山民医連からも五名の代表派遣を検討中です。

二〇一七年に国連に加盟する百二十二カ国の賛成で核兵器禁止条約が採択されました。

その発効にむけて、現在三十四ヶ国が批准しています。条約がさらに力をもつために、世界の世論で押し上げなければなりません。この大会開催と共に国連ではＮＰＴ（核不拡散条約）再検討会議が開催されます。核保有国に対し、核兵器のない世界を実現する約束の実行を迫らなければなりません。

「核の脅威を使って他国を威嚇しながら、どうして平和について話せるのか」昨年来日したローマ教皇は唯一の戦争被爆国日本で、実際に原子爆弾が投下された長崎と広島を訪問し反核兵器のメッセージを日本、世界に投げかけました。

ヒバクシャ国際署名を大きく広げよう

二〇一六年より「ヒロシマ・ナガサキの被爆者が訴える核兵器廃絶国際署名」がスタートし、全国で現在一千万を超える署名が集まっています。また、日本の自治体では一、一七三人の首長が賛同の署名をしています。富山民医連では二〇一六年からこの「ヒバクシャ国際署名」三〇、〇〇〇筆を目標に取り組み、現在一一、八三五筆集まっています。四月二十四日から二十六日にかけて開催される原水爆禁止世界大会inニューヨークへの代表派遣にむけ、更に「ヒバクシャ国際署名」を広げる活動に取り組んでいきます。「核兵器廃絶」「平和で公正な世界を」の声を署名に託しましょう。ぜひご協力をお願いします。

富山医療生協
まちづくり委員会

組合員のひろば

クロスワードパズル十一月号の解答ハガキより

ピロピロやってます
富山市森　温井　淑子さん
高齢者大会でピロピロをもらい頑張ってピロピロやってます。少しは予防になるかな。

期待しています
富山市東田地方町　高木美恵子さん
中学生の十四歳の挑戦、高校生看護体験を読ませていただきました。看護師不足が長きに言われている折、ぜひぜひにと期待しております。高齢者の増加の折、切実なことですから。

血管年齢同じで安心
富山市水橋昭和町　石坂　久枝さん
先日文化の日に合わせて地区センターで文化展があり、近所の友と見に行ってきました。習字、手芸などの作品があり、血管年齢測定もあり、年齢と同じだったのでちょっと安心しました。

トホホ…
富山市田中町　松本　順子さん
この前家に入ろうとしたら、段差でつまずいて転びました。旦那からは「何やっとるなけ。気をつけんなん」って言われました。トホホ…。

デイで楽しい時間
富山市宮保　島田　君子さん
要支援2で週一回デイサービスに通所しています。毎回利用者の皆様と体操、歌、ゲーム等楽しい時間を過ごさせていただいています。ご不自由な身体でもとても明るく元気な方々ばかりです。自分に鞭打って頑張っています。

アスリートを応援、楽しみ
富山市豊丘町　山下　榮子さん
パズルは毎回脳トレのつもりで楽しんでいます。一ページの内視鏡は、月によりテーマが違い、とても興味があり、今月はスポーツについて、ラグビーやサッカーそして東京オリンピックまで、あと九ヶ月です。家でいろんなスポーツの祭典をしっかりと見ては、各種目の日本のアスリートをテレビの前で応援して楽しみたいものです。身も心もワクワクする今日この頃です。

新春クロスワードパズル

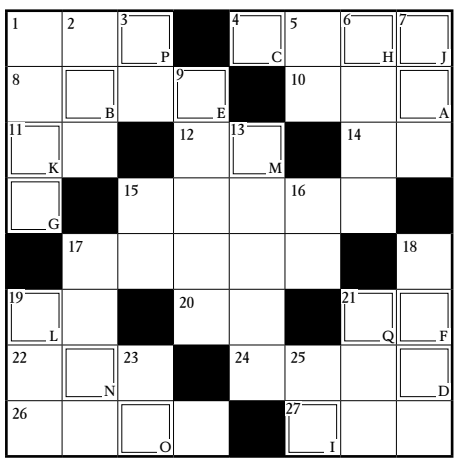
【問題】　カギを解き、アルファベット順に並べて出来る文句を答えてください。

★ タテのカギ ★

①性質の偏り。くせ
②漢字の偏と――
③♪南国○○を後にして
⑤言語明瞭○○不明
⑥――多くして舟山に登る
⑦おどすこと。――射撃
⑨救うこと。人命――
⑬出生時２・５kg未満の新生児
⑮３割３分３厘３○○
⑯○○良可の３段階評価
⑰争って奪い合う。――戦
⑱「勝つさ」と――が荒い
⑲高温高湿で――指数上昇
㉑見渡せる範囲。――良好
㉓次期会長の○○を狙う
㉕洪水で○○上まで浸水

★ ヨコのカギ ★

①一揃い、一式。応接――
④落ち着いていて静かなこと。――を装う
⑧ゆくさき、に同じ
⑩普通の人家
⑪ヘリコプターの略
⑫○○に矢をつがえる
⑭○○を以て○○を制す
⑮肉食で性質が荒々しい獣
⑰飛行機の――桿
⑲利いた○○な口をきくな
⑳○○得ずく、○○ばり
㉑所変われば○○変わる
㉒解決すべき――が山積
㉔富士山麓に広がる――
㉖――の虫にも五分の魂
㉗病気全快を祝う――祝い



オチバタキ
（落ち葉焚き）

マ	ツ	カ	■	ジ	タ
イ	■	イ	シ	ヨ	ウ
ヨ	ク	シ	ユ	ウ	■
■	キ	ヨ	■	バ	イ
チ	ヨ	ウ	カ	■	ツ
ク	ウ	■	オ	ン	シ

応募　８７通
正解　８６通

【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。
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】
〒九三一－八五〇一富山市豊田町一－一－八　富山医療生協「虹のまち」パズル係

【賞品】
正解者の中から十名の方に千円分の図書カードを贈呈

【しめきり】
一月末日の消印有効

【十一月号の解答】
一月末日の消印有効

【十一月号の当選者10名】
敬称略
荒川久美子（砺波市小杉）
佐伯　町子（中新川郡立山町）
島川　実（滑川市田中町）
寺林　英昭（富山市本郷中部）
東森由美代（富山市金山新東）
橋本　裕子（富山市米田すずかけ台）
林　進（高岡市上関町）
近江　孝幸（氷見市園）
海下　洋子（富山市花園町）
中川　和正（富山市藤木）

おめでとうございます
※賞品の発送は月末になります。

無料法律相談のご案内

西山貞義（さだよし）弁護士（富山中央法律事務所）
時間は午後２時～４時
・１月16日（木）
・２月20日（木）
・３月19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、生協本部まで連絡下さい。

1月外来診療体制表

休日や夜間に具合が悪くなったら富山協立病院にお電話を！

休日や夜間に具合が悪くなったり、症状が悪化した場合は、まずはお電話でお知らせください。下記の時間に当番の医師や看護師が待機しています。
お早目にお問い合わせください。

平日の月曜～金曜	21：00まで
土曜・日曜・祝日	17：00まで

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 9:00～12:00	与島明美	百谷 泉	与島明美	与島明美	与島明美	与島明美/黒田昌弘
特別外来 9:00～12:00			山田正明（胃カメラ）	石井佐宏（整形外科）		

午後

	月	火	水	木	金	土
内科 4:00～6:00	与島明美	与島明美		百谷 泉		

※午後1時30分～4時　訪問診療（往診）のため、外来は休診です

水橋診療所

☎076－479－1414　富山市水橋舘町59－1

午前

	月	火	水	木	金	土
一般外来 9:00～12:00	岩城光造	岩城光造	岩城光造	岩城光造	岩城光造	岩城光造 金崎照雄（隔週交代）
整形外科 9:00～12:00					石井佐宏	

午後

	月	火	水	木	金	土
一般外来 4:00～6:00	金崎照雄	岩城光造	休診		金崎照雄	
小児健診・予防接種 2:00～3:30				寺西高子（*予約制）		

※午後12時30分～4時　訪問診療（往診）のため、外来は休診です

訪問診療（往診）

富山協立病院、富山診療所、水橋診療所では訪問診療（往診）を行っています。お気軽にご相談ください。

肺炎球菌ワクチンの接種はお済みですか？

今年度65、70、75、80、85、90、95、100歳になられる方は自治体より定期接種券が送付されてきています。定期接種券は3月31日までです。対象の方はお早めに。
＊富山協立病院、富山診療所、水橋診療所で接種できます。お気軽にお問い合わせください。

救急指定　富山協立病院

☎076－433－1077　富山市豊田町1丁目1－8

■内科

午前　診療時間 午前8時45分～12時

	月	火	水	木	金	土
初診・再診	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
予約	百谷 泉	山本 美和	百谷 泉	百谷 泉	百谷 泉	坂本（大学医師）～10:30（4日・18日）
	古野 利夫		斉藤 隆義	斉藤 隆義	大堀 成	山本 美和 10:30～（隔週）
			大堀 成		林 洋平	斉藤/古野 10:30～（隔週）
糖尿病専門		松井 法生	松井 法生	松井 法生		林/斉藤（隔週）
専門外来			大原 一将（循環器）9:00～		柴原 直利（漢方）9:00～	

午後　診療時間 午後2時～4時半

	月	火	水	木	金	土
内科	百谷 泉	休診	斉藤 隆義	大堀 成	田中 裕	休診
			古野 利夫 3:00～	斉藤 隆義		
禁煙外来			百谷 泉 ～3:00			
老年外来					斉藤 隆義	
糖尿病専門					松井 法生 3:00～	
漢方外来					柴原 直利 3:00～	

夜間　診療時間 午後4時～7時

	月	火	水	木	金	土
内科	休診	林 洋平	古野 利夫	休診	大堀 成 ～6:00	休診
		松井 法生（糖尿病）	山本 美和 4:30～		松井 法生（糖尿病）～6:00	
					金山ひとみ（糖尿病）4:30～6:00	
漢方外来					柴原 直利	

☆受付開始時間は8時15分からです。　☆担当医師変更の場合もありますのでご了承下さい。
☆内科・泌尿器科・皮膚科の予約が出来ます。☆土曜日午前の担当医師は日によって変更となります。

■整形外科

	月	火	水	木	金	土
午前 8:45～12:00	石井 佐宏	石井 佐宏	石井 佐宏			石井 佐宏 診察日 11日・25日
午後	石井 佐宏 3:00～4:30	石井 佐宏 3:30～5:00		石井 佐宏 3:00～4:30	石井 佐宏 2:30～4:30	

■消化器・肛門・乳腺科

	月	火	水	木	金	土
午前 8:45～11:00				火爪 健一		

■泌尿器科

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	池端 良紀		安川 瞳			大学医師
午後 2:00～4:00	池端 良紀		安川 瞳			

■皮膚科

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	松井 悠		古川 史奈			
夜間 5:00～7:00		要藤 歩美	塩岡 誠 第2・第4		原　寛	

■耳鼻咽喉科

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00		浅井 正嗣 受付 11:30まで				
午後 2:00～4:30				大学医師		

■内視鏡検査体制

	月	火	水	木	金	土
午前（上部消化管）	北川 桂子 1月27日のみ		田中 裕	田中 裕	田中 裕	田中 裕／大学医師
午後（下部消化管）	火爪 健一			火爪 健一		

■栄養指導

	月	火	水	木	金	土
午前	9:40～	9:40～	9:00～	9:40～	9:40～	9:30～
午後			2:00～			
夜間		4:00～			4:00～	

☆受付開始時間は8時15分からです。
☆担当医師変更の場合もありますのでご了承下さい。
☆内科・泌尿器科・皮膚科の予約が出来ます。
☆土曜日午前の担当医師は日によって変更となります。

新春 組合員作品展

◀正月リース　山崎　幸子（とよた東支部）

◀書　橋本美知子（三郷支部）

◀押し絵　中村　勝美（呉羽支部）

◀つるし飾り　筒井　邦子（堀川南太田支部）

◀油絵　萩原　隆（上市支部）

◀布細工　森　西子（呉羽支部）

◀手形足型アート　永島彪駕・萌楓（上市支部）

◀あみぐるみ　舟田　照美（桜谷支部）

地域フラッシュ

◀11月25日　萩浦支部　旭ケ丘班　輪投げ　6名参加

◀11月29日　高岡支部　高岡組合員の集い　51名参加

◀12月5日　南部支部　虹の橋見学　6名参加

◀12月5日　やくし支部　あいうべ体操学校訪問　32名参加

保健講座＆保健教室が開催されました!!

健康づくり委員会では医療生協の健康習慣の普及をすすめています。
今年も4つのブロック毎にそれぞれのテーマで取り組まれました。のべ143人の参加がありました。

保健講座

11月29日（金）富山市総合社会福祉センターにてシューフィッター中島まち子さんを講師にお迎えし、「足と靴と健康」のお話しを聞きました。足は第2の心臓ともよばれ腰痛・膝痛の予防にも、良い姿勢で歩くにも靴の選び方が非常に大切だということで、お店で実施されている「足型測定」の様子も見せていただきました。足型を測って靴を選ぶ機会は少なく皆さん興味津々の様子でした。

協立病院の横山真由美総師長からは健康習慣について、普段の生活の中での食事・運動・睡眠など意識的に気をつけるべき点をお話しいただきました。

保健教室

4つのブロックでは以下の教室が開かれ、どの教室も日常生活でのヒントがあり皆さんから“聞けて良かったわ”との感想でした。

北Bブロック
11月21日(木)　27名参加
「シルバーリハビリ体操とセーフティーウォーキング」　島津　一輝（協立病院　作業療法士）
「認知症のはなし」　稲山由希子（協立病院　看護師）

西ブロック
11月27日(水)　23名参加
「医療生協の8つの健康習慣と2つの健康指標」　大野　智与（富山診療所　看護師）
「糖尿病について」　中島　真弓（協立病院　検査技師）

北Aブロック
12月3日(火)　48名参加
「いきいきダンスうんどう」　ダンススポーツ特定指導員　島竹恵美子さん

東ブロック
12月4日(水)　22名参加
「笑って・食べて・話して・健康長寿」　久郷　克美さん（歯科衛生士）