

げんき創刊100号に寄せて

「げんき」100号発行に寄せて

初代理事長 村田裕行



機関紙『げんき』

100号の発刊おめでとうございます

す。発行の当初から今日まで編集委員として手伝わせていただきました。

ここで当初からの編集委員を紹介したいと思います。第1代の編集長は野村卓さん、第2代は伊藤幸男さん、そして現在は、第3代の大橋保子さんです。よく大変な仕事を引き受けて下さいました。編集委員には、伊藤幸男さん、野上典男さん、山本武二さん、岡田美榮子さん、職員の伊藤美佳さんがついて下さり、編集・発行を支えていただきました。地域で手渡して配達し

医療生協のこれからの10年を展望して

理事長 木村隆之



日本医療福祉生協の理念「健康をつくる。」

平和をつくる。いのち輝く社会をつくる。「この理念の意義は本号「せいりゅう」(を参照)に則って西濃医療生協の10年後の姿を思い描いてみました。すべての支部に「たまり場」ができ

ていただいているボランティアの方々にも支えられています。また、組合員さんからの原稿も記事の内容に厚みを持たせています。松岡専務理事には多忙な中を貴重な時間を割いて実に記事の内容から編集・発行にいたるまでお世話をさせていただきました。

柄澤医師(所長)には健康講座・疾患シリーズを続けて書いていただきました。これは、開設当時お聞きしたことがある「予防」を大事にという信念と、医療生協の「健康づくり」「患者の権利章典」を理想にしておられる情熱から続いている記事だと思っています。分かりやすく、見やすく、楽しい記事がいっぱいの紙面づくりにとみなんで頑張ってきました。これからも西濃医療生協の血液として生き続けてほしいと願っています。

ています。そこを拠点として、組合員と地域の人たち、そして職員・組合員が協同して「地域まるごと健康づくり」に取り組んでいます。「へらし助け合い」活動も定着し、多くの組合員がボランティアに参加しています。

「患者・利用者が主人公」の医療や介護は西濃全域で注目され、組合員は住み慣れた地域で、最後まで自分らしく生きるという希望が現実味を帯びてきたと感じ始めています。

「患者さん、地域の皆さんが主人公の診療所」を基本に

しずさと診療所所長 柄澤正人



2002年10月に診療所がオープンしてから、後退することなくずっと右肩上

がりで成長できたのは、支持、応援していただいた多くの組合員の皆さん、地域の皆さんのおかげです。ありがとうございます。

西濃医療生協の未来を信じて

理事・西濃南部支部 長屋由利子



どのような会でもあの人が参加するから私も参加しようと思つたものです。地域の中で医療生協の会だから参加したいと言われる未来を想像することがで

うございました。また、健康への関心の高まりや、リハビリへの希望、介護への要求などにできるだけ応えてきたということも成長のもつ一つの因子と考えています。

そして5年後、10年後の医療生協も今までと変わりなく組合員さんの元氣度にかかわっています。そして基本は「患者さん、地域の皆さんが主人公の診療所」です。この基本は崩れません。皆さん、今後ともよろしくお願いいたします。

きます。

そのためには、行政とも連携をとり、行政から頼られる存在になる必要があると思います。今の活動をしっかりと続けていけば遠い未来ではないと感じるのは私だけではないと思います。今よりもっと職員の方と連携を取り、お互いに職場の事や組合員活動の理解を深めていけば明るい未来がひらけると信じています。

らの先の10年、20年も組合員の皆さんと一緒に歴史を積み重ねていきたいと思えます。

介護部門の将来としては介護センター 神戸・揖斐、介護センター養老、介護センター不破など、大垣だけでなく、西濃圏域全体に介護事業を展開できるように頑張っていきたいと思えます。今後ともご支援よろしく願います。

「第2・第3」の介護センター開設をめぐって

介護センターしずさと センター長 長尾裕松



組合員の皆さんに支えて頂きながら、介護センターしずさと

とは7年目、デイサービスひのきは12年目を迎えようとしています。これか

組合員がつくる組合員の身近な新聞へ

専務理事 松岡和彦



2001年6月に西濃医療生協が誕生

して以来、理事会と組合員をつなぐニュースの発行を絶やすことなく継続してきました。当時はすでにパソコンが普及し、新聞編集を行う安価なソフトもあって、当初からパソコンの得意なメンバーで新聞づくりに取り組んできました。診療所づくりなどの運動、支部の健康づくり活動、診療所や介護事業所からの案内、健康情報など医療生協らしい活動をお知らせしてきました。活字離れと言われる中でも組合員をつなぐ大事な広報紙としての役割を担ってきたと思います。『げんき』読んでるよ！

創刊号から医療生協を振り返って

私たちの第一歩は、なんとといっても、診療所づくりです。専門家でもない市民が「私たちの診療所をつくる」という夢に、一つになって力を尽くしました。多くの組合員の力なしには成し遂げられなかったと今も思います。また、開設当初の厳しさを組合員・職員が一体になって乗り越えました。

その後、デイサービスひのき、訪問看護ステーションの開設、そして泊まり施設がほしいという願いを実現させるため

という声が一番の励みです。もっと組合員の身近な存在になる紙面づくりと「健康をつくる、平和をつくる、いのち輝く社会をつくる」という理念の実現をめざす機関紙の役割を担う『げんき』に発展させていきたいと思えます。



2005年当時の編集委員会の様子。男性ばかりですが、組合員の皆さんから寄せられた原稿をパソコンを駆使して新聞づくりを行い、印刷から仕上げまでの作業を行ってきました。これは今も引き継がれています。

に、創立10周年の年に、これもまた大勢の組合員が力をあわせて私たちの介護センターしずさを開設しました。この地域の医療・介護要求に応える活動ができてきていると思っています。

地域支部も現在11支部に増え、健康づくり活動に取り組んでいます。班会やサロンが「居場所」として、安心をつくりつつあります。今、これからの10年を展望した計画づくりを進めています。みんなの願いを実現する医療生協へと一つ一つ発展させていきますよ。

投稿欄

組合員であること、ありがとうございます

夫（80歳）は去年10月、診療所での胃カメラ検査で胃がんが見つかり、すぐ市民病院で腹腔鏡での胃全摘手術を受けました。もちろん高齢なので手術には随分迷いもありましたが、柄澤先生や長谷川先生のお話も参考にして手術に踏み切りました。手術そのものは成功で現代医学の凄いくことに、翌日からベッドに起き上がり2日目からはベッド脇に立ち13日目には退院自宅療養となりました。

私たちの本当の闘病はそれからでした。まず食事が思うようには摂れませんでした。その都度看護師さんや先生にお話を聞いていただきどんなにか不安が解消されたことか。病院へも通院していますが、病院では毎回血液検査をして検査結果をお聞きするだけで、じつくりと患者や家族の不安に向き合っている

ただけるわけではありません。ただ癌専門薬剤師さんとの面談時にお話ができるのは救いです。

栄養の面でも心配でしたので診療所の栄養指導を受けて、できるだけたんぱく質を摂る方法も教えて頂きました。療養と運動との関係も不安でした。本人は自分なりに頑張って散歩をしたり、室内でエアロバイクをしています。一日に何分やったらいいのか、強さはどの位がいいのかわからないままでした。そこで私（妻）の診察時に長谷川先生にお尋ねして、栄養状態が悪い時は筋トレではなくて、心肺機能を維持するための軽い運動をした方がいいこと、それには今の運動で十分なことを教えて頂き夫も安心して続けています。

今、私たちは組合員であることの安心とありがたさを心から感じています。今後の病状によってもっともっとお世話になることと思いますが、どうぞ最後までよろしくお願いします。

今年の「健康まつり」は10月29日(日)開催

詳しくは、折り込みのチラシをご覧ください。

健康委員会

「こども料理教室」

8月3日(木)、綾里地区センターにおいて「こども料理教室」が開かれました。毎年夏休みのこの時期に、親や祖父母と共に料理を通して「食と健康」について考えてもらいたいという願いで企画しています。今年も子ども11人、大人13人が張り切って料理作りに挑戦しました。

メニューはウィンナーとシーチキンの餃子、鰹のだしから作るお吸い物、採れたて夏野菜の彩りサラダ、デザートは豆腐入りのドーナツ。どれをとっても、健康を第一に考えた子どもたちの好物ばかりです。

さあ、料理開始です。かわいいエプロン姿の子どもたちは「やりたーい。私にやらせて」とやる気満々です。包丁を持たせて

も大丈夫か心配でしたが、少しコツを覚えれば、手つきよく材料を切ることができました。大人たちのアドバイスをきちんと聞きながら、餃子を上手に包み、ドーナツも丸めて形作ることができました。みんなで協力してでき上がった料理が次々と調理台の上に並べられていきます。

どのグループも時間内にでき上がり、いよいよ食事タイムです。「サラダがおいしい」「ドーナツが好き」どれも自分たちが作った料理は格別においしく笑顔が広がりました。

最後の感想では、「いつも家でだしパックを使うので、今日はいい経験ができた」というお母さんもおられました。たっぶりの鰹節や昆布でだしをとることが減塩に繋がることの大切さを感じていただけたのもうれしかったです。

楽しい食事ができ、ちよっぴり自信もつき、その上、健康を考えることのできたこの「こども料理教室」、夏休みの楽しい思い出になれば幸いです。

なおこの日、医療福祉生協の情報誌「comcom (コムコム)」の取材がありました。12月号で皆様に読んでいただける予定です。楽しみにして下さい。

健康委員 宮川恵子



不破支部

「笑いヨガ」に参加して

7月29日、垂井町中央公民館にて不破支部の「笑いヨガ講座」があり、参加しました。

インド発祥の「笑いヨガ」はヨガの呼吸法と笑いを組み合わせた健康体操です。講師の深尾朱美さんのすてきな笑顔が



参加者全員を笑いの渦に巻き込み、お互いに顔を真向かせて笑ったり、手をたたいたり、つないだり、本当に楽しい一時間でした。

深呼吸と笑っただけで気分もすっきり、免疫力もアップするそうです。笑いの効用を改めて認識した講座でした。 不破支部 山河

日本医療福祉生協連・中部ブロック

組合員活動交流集會に参加して

8月6日、7日に富山で行われた中部ブロック組合員活動交流集會に齊藤理事さんと2人で参加しました。

初日は講演「フレイルを学んで健康寿命をのばそう」と、5つの分科会に分かれての活動発表会。2日目は10種類以上の健康づくりに関与する講座の体験会が開かれました。

めには家から出て楽しく身体を動かす場所が必要だということを知りやすくて話していただけました。

私の参加した分科会「居場所づくりと助け合いのまちづくり」では、たまり場の立ち上げの経験談や助け合い活動の広げ方などの発表があり、興味深い内容でした。

2日目の体験ブースの一つとして私が「スクエアステップ」を担当しました。20名程の参加があり、皆さん楽しく汗をかいていただけました。その他の体験会も初日の講演会の「フレイル」につながる内容ばかりで、とても良かったという感想が聞かれました。

医療生協だけでは解決できない事案がいくつもあり、地域全体が関わった交流が必要になっていると感じました。「ここに暮らして良かったと実感できる活動をしていきたい」という発言が心に残った交流会でした。

揖斐支部 松岡律子



あすなろの会 皆がやりたい

BBBQができた
8月26日(土)あすなろの会(※脳卒中友の会)では、「BBQ会」を開催しました。

初めての企画であるにも関わらず、利用者様・ご家族含む15名の方々に参加して頂くことができました。
「夏らしいことができ良かった」「久しぶりに皆に会えて良かった」「皆が

やりたいと言っていたパーベキューができて良かった」「初めて会に参加したが、楽しめた」「なかなか集まる機会がないので、会を楽しみにしている」など、多くの感想を聞くことができました。

今後利用者様と共に様々なことに挑戦し、活動の幅を広げていけたらと考えています。
しずさと診療所
言語聴覚士 多賀



2017原水爆禁止 世界大会に初めて参加

しずさとデイサービスセンター

介護福祉士 野田夏帆

8月7日〜9日、長崎で開催された2017原水爆禁止世界大会に参加させていただきました。これまで原水爆についてあまり興味がありませんでしたが、行く機会をいただいて、長崎の土地を自ら歩き、その現地ではできないことたくさん体験させていただきました。そして、たくさんの方の声を聞いてきました。その時、一人ひとりの声は小さいようで集まると大きな力を持つと

改めて感じました。今の平和があるのは大勢の人たちが声を出して活動してきたからだと思えます。
また参加させていただく機会があればもっと知りたいし、今回見て感じたことを伝えていきたいと思えます。



デイサービスひのき 浴衣撮影会

9月1日(金)、デイサービス



ひのきでは、松岡恵子理事より「浴衣を譲ってください」と、お声をかけていただき、
「きもの処田畑」さんからおかたの寄付をいただきました。夏祭りにも利用者さんに着ていただきました。ありがとうございます。

介護センター・ひのき 合同夏祭りを開催

8月24日、介護センターしずさとにて介護事業所の夏祭りを開催しました。

ご利用者さんは法被を着て屋台のおやつ(チョコバナナやたこ焼き)を食べたり、ボランティアさんの演奏に耳を傾けたりして、笑顔でお祭りのひと時を楽しまれました。去年に引き続き提供したノンアルコールビールも大変好評でした。

今年も会場音楽・ホールお手伝い・衣装の貸出など多くのボランティアさんにご協力をいただきました。ありがとうございました。

来年もまた、楽しい夏祭りをよろしく願います。



音楽ボランティア「OSアンサンブル 風」の皆さん

◎介護センター浴室用タオルの

ご寄付ありがとうございました

皆さまから非常に多くのタオルを寄付いただきました。ご協力ありがとうございました。ひとまずタオルの募集は締切とさせていただきます。

◎介護センターの浴室清掃用務員さん募集中！

介護センターでは、浴室清掃の用務職員さんを募集しています。ご家庭の浴室掃除と内容はそれほど変わりません。15時30分から約2時間の勤務で、週に2〜3回入って頂きます。1か月のお試し期間を経て条件確認の上、一緒に働けたらと考えております。女性だけでなく男性からのご連絡もお待ちしております。よろしくお願ひします。

【お問い合わせ】 介護センターしずさと 事務 奥田尚史

電話 (91) 3912

◎診療所の往診・送迎運転手さん募集中！

週1日2〜3時間からでもOKです(要普通免許)。70歳までの健康で安全運転に自信のある方、診療所へお問い合わせください。

電話 (93) 1170

無料

くらし何でも相談会

多重債務(破産・再生・任意整理)、離婚・親権、遺産相続、交通事故、労働災害、医療事故、消費者被害、損害賠償など。提携弁護士がご相談をお聞きします。

日時: 9月21日(木) 午後1〜3時

10月19日(木) 午後1〜3時

場所: しずさと診療所内

- 相談料: 無料
- 相談時間: 30分
- 事前申込みが必要です。

本部電話 0584-92-3268

新任職員紹介

しずさと診療所 事務長 中村 英洋



7月から、しずさと診療所に事務長として赴任しました。

市民連に入職して4年目です。まずは、「げんき」100号発行おめでとございます

ます。しずさと診療所に赴任する前は、こがねだ診療所(岐阜勤労者医療協会)で、6年間事務長として働いていました。まだまだ不慣れで、患者さんや周りの職員に迷惑をかけていますが、「四十にして惑わず」、この新たな挑戦に、身の引き締まる思いで日々を過ごしています。しずさと診療所、西濃医療生協、そして、組合員・地域の方々のために頑張っていくと思っております。

訪問看護ステーション 看護師 北村 直子



7月より生まれ育った大垣で地域に密着した医療、介護を提供したいという思いから、しずさと訪問看護ステーションで訪問看護師として働かせていただくことになりました。これまでの臨床、訪問看護での経験を活かし皆様のお役にたてるよう笑顔で頑張っております。どうぞよろしくお願ひいたします。

しずさと診療所 理学療法士 脇田 謙次郎



皆さん初めまして。

8月より、しずさと診療所リハビリテーション科に配属となりました。以前は主に回復期リハビリテーション病棟での業務に従事してきました。生活期でのリハビリは初めての経験となりますが、一日も早く業務に慣れ、スタッフの皆さんと密な連携をとり、利用者様の在宅生活がより快適に過ごせるよう精進していきたいと思っております。ご指導の程どうぞよろしくお願ひいたします。

西濃医療生協本部

事務 繁澤 多美



7月から西濃医療生協事務局に着任しました。「無差別平等の医療・福祉を」という市民連の理念に感銘をうけ、市民連加盟の病院で働きたいと考えていたところ、声をかけていただきました。主に西濃社会保障協議会事務局や「しずさとたすけあい」事業にかかわるお仕事させていただきます。地域に出て、皆さんの医療・福祉、町づくりを要求に応える事業の推進に力を注いで参ります。どうぞよろしくお願ひいたします。

ご存知ですか？**しずさとたすけあい**

暮らしの中でのちょっとした困り事など有償ボランティア「しずさとたすけあい」にご相談ください。

例えば…排水溝の掃除、部屋の掃除、草取り、障子の張り替え、電球の取替、簡単な修理、犬の散歩、話し相手、買物代行など何でもお気軽にご相談ください。

★利用料：15分200円、交通費1回100円
別途、運搬費用、機械代がかかる場合があります。

◎担い手募集中！

少しの空き時間や休日などを利用して、皆さまの困り事を手助けしてみませんか？あなたのできることで結構です。有償ボランティアなので活動手当が支給されます。詳しい内容は下記の事務局までお問い合わせください。

**お問い合わせ**

「しずさとたすけあい」事務局
TEL：080-3645-3268
受付時間：平日（月～金）9：00～12：00
住所：大垣市久徳町153-1（西濃医療生協内）

2017年西濃平和の夕べ にご参加を

と き 9月16日（土）
午後6時30分～
ところ 介護センターしずさと

被爆72年、国連で初めて「核兵器禁止条約」が採択され、多くの国が批准しようと動き始めました。憲法を守り、戦争のない平和な社会を求める運動も着実に高まっています。

「西濃平和の夕べ」も8年目を迎えます。原水禁世界大会への参加、国民平和大行進など、この夏の取り組みを交流します。ぜひご参加ください。



今年の国民平和大行進

西濃医療生協のホームページが
新しくなりました
「西濃医療生協」で検索



※古いページがヒットすることがありますので、その場合はアドレス seinou.coop を選択してください。

☆組合員活動や診療所・介護事業所の案内
☆支部や事業所などからのお知らせ・たより
☆「げんき」のバックナンバー など掲載情報は随時更新しています。

健康委員会からのお知らせ**やさしい在宅介護講座**

在宅介護の不安や疑問をプロの方と一緒に考えていく会です。最新の方法を教えてください。1回だけの参加もOKです。

9月15日（金）「住宅改修について」

10月20日（金）「入浴の介助」入浴における留意点
衣服の着脱、安全な入浴方法、入浴後の注意。

11月17日（金）「コミュニケーション技術について」
認知症への対応

* 時間：いずれも13：30～15：00

* 場所：介護センターしずさと多目的ホール

健康チャレンジ

今回は10月～12月中で60日間健康づくり！
チャレンジカードを折り込みました。
くらしの中でできる健康づくりのとりくみです。
健康な生活習慣を身に付けるためにチャレンジしてみませんか？

※カードの足りない方、必要な方は、本部へご連絡下さい。

健康講座

「リンパの話」丸善薬局 薬剤師田代さん

11月18日（土）10：00～11：00

※詳細は11月号でチラシを入れます。

不破支部健康講座のご案内

自分の体を丸ごと知ろう！
 自分の今の健康度をチェックしませんか？
 ☆健康チェック ☆尿の塩分検査
 ☆骨密度測定 ☆足指力・握力測定
 日時：9月30日(土) 10時～11時半
 会場：垂井町中央公民館 2階
 参加費：100円
 ☆どなたでも自由に参加できます
 連絡先：伊藤里美 電話：0584-22-5719

山楽会

9月

期日 9月11日(月)・雨天時13日(水)
 場所 妙法ヶ岳(667m・揖斐川町)
 歩行時間 4.5時間 健脚度 中級の中
 コース 華厳寺と横蔵寺の名刹をつなぐロング
 コース。いくつものピークを越える。
 階段多い。
 集合時間 教育会館 7時30分
 (厳守) しずさと診療所 7時40分
 池田中央公民館 8時00分
 谷汲役場駐車場 8時20分
 ※車を下山口の横蔵寺に回送
 登山開始 華厳寺9時00分頃 *昼食12時
 横蔵寺着 14時30分
 大垣帰着 17時00分頃
 持ち物 弁当・お茶(500×2本)
 ☆帽子・タオル ☆雨具必携
 費用 会費100円+交通費300円
 問合せ先 奥田 進 (電話 0584-89-2604)
 (携帯 090-7687-0031)

植栽ボラにご協力お願いします

下記の日時で草取りを行います。皆様のご協力を何卒よろしくお願い致します。
 日時 10月22日(日) 8時～
 集合場所 しずさと診療所
 問合せ先 正岡礼子 電話 0584-27-5957

グラウンドゴルフで楽しく健康づくり

実施日 9月19日(火) 27日(水)
 10月2日(月) 11日(水) 27日(金) 30日(月)
 11月6日(月)
 ※時間はいずれも午後1時～
 場所：ソフトピア南の三城公園芝生広場
 問合せ・申込先 河村秀一 電話 090-5450-3227

ウォーキングの会

9月

期日 9月18日(月、祭日) 雨天時20日(水)
 ウォーキング 中級
 場所 南濃町を訪ねます。さほう遊学館を起点に「月見の森さほう館散策コース」をぐるりと歩きます。山道もありますので登山靴と杖があればと思います。月見台からは、眼下に木曾三川と濃尾平野を一望、遠く乗鞍岳と御嶽山が望まれます。小学生以上の参加も歓迎。
 集合場所 教育会館 8時30分
 しずさと診療所 8時40分
 道の駅 月見の南濃 9時20分
 持ち物 弁当・水筒・雨具
 登山靴または運動靴で
 会費 100円(子ども無料)と交通費300円
 問合せ先 馬淵秀人(電話 0584-91-5687)

しずさと診療所 診療時間のご案内

- 水曜夜の柄澤医師の診察は予約のみです。
- 金曜午前は長谷川医師が診察を担当、柄澤医師は胃カメラ・エコーを担当します。
- ※ 第4土曜日の診察は長谷川医師が担当します。

インフルエンザ予防接種のお知らせ

10月21日(土)から予防接種の開始予定です。
 詳細は、10月初旬に別途ご案内いたします。

診療科目 内科・外科・整形外科・リハビリテーション科

		月	火	水	木	金	土
8～9時	検査	柄澤	柄澤	柄澤	柄澤	柄澤	柄澤
9～12時	第一診察室	柄澤	柄澤	柄澤	柄澤	長谷川	柄澤※
	第二診察室	長谷川	長谷川	長谷川	<往診> 長谷川	<検査> 柄澤	
14～17時	訪問診療	柄澤 長谷川	柄澤 長谷川	柄澤 長谷川	柄澤	柄澤 長谷川	
17～19時	第一診察室	柄澤		泉		長谷川	
	第二診察室			柄澤※			

<医療・介護のお問い合わせは>

▼しずさと診療所
 電話 0584-93-1170 FAX 0584-93-1169
 〒503-0982 大垣市久徳町153-1
 ▼デイサービスひのき
 電話 0584-93-0310 FAX 0584-93-0311
 〒503-0981 大垣市検町706

▼介護センターしずさと

電話 0584-91-3912 FAX 0584-93-1151
 〒503-0981 大垣市検町1452
 ・介護支援センター 0584-93-1171
 ・デイサービスセンター 0584-93-1172
 ・訪問看護ステーション 0584-93-1173
 ・ショートステイ 0584-93-1175