

茨城保健生協の現勢

(2009. 9. 31現在)

組 合 員 数 17,861世帯
出 資 総 額 529,057,000 円
一人平均出資金額 29,620 円

くらしと健康

<http://www.Ibaraki-health.coop/index.html>

茨城保健生協ニュース第216号

2009年11月号

発行：茨城保健生活協同組合

水戸市城南3丁目15の17

電話 029-221-3406

発行責任者：須貝 東光

定価：一部20円 隔月発行奇数月

城南病院 029-226-3021 / 水戸共立診療所 029-241-8050 / あおぞら診療所 0297-72-6137 /
訪問看護ステーション虹 029-227-2577 / 城南病院附属クリニック 029-226-3022

全国から4,000名

10.22 医団連中央集会

社会保障費を増やせ！



集会は日比谷野外音楽堂にて 正面は厚労省

署名にご協力下さい！

後期高齢者医療制度廃止・生活保護母子加算の復活の署名用紙を11月号に折り込みました。署名用紙はお近くの事業所か医療生協本部までお届け下さい。遠方の方は返信用封筒をお使い下さい。期限は今年の12月末迄です。

「社会保障費を増やして、国民のための医療・介護へ転換させよう」と四千名を超える医療・介護従事者・住民が十月二十二日、日比谷野外音楽堂に集まりました。茨城保健生協からは二十名がバスで参加。全国から集まった仲間らはプラカードやゼッケンなど、思い思いの姿。茨城は白衣にピンクの納豆シールを付けて「いばらきから参加〜！」とアピールしてきました。

開会挨拶の日本医労連・田中委員長は、「政権を変えたのは私たちの力、ここに確信を持ち医療・介護労働者と国民との共同の運動をすすめるよう。政権を変えた以上、国民本位の医療介護に変えるまで運動を進める責任が私たちにある。変革を」と力強く訴えました。

漫画家のやくみつるさ確認しなければと感じた瞬間でした。最後に日比谷野外音楽堂の隣に建つ厚生労働省にむけて、参加者全員でオレン

ジと紫のタオルを高く掲げ、「社会保障費を増やせ！」「国民のための医療介護に転換しよう」と呼びかけました。

集会後は四千人が日比谷から銀座までをパレードし、街行く人々に社会保障費を増やして安心・安全の医療と介護を実現しよう！とアピールをしました。



茨城からの参加者

自公政権が変わって、民主党政権が発足し、次々と新しい政策が発表され、毎日のように新聞の一面を賑わしています。たしかに自公政治とは違ってきました。基準はマニフェストだということですが、果たしてこれで国民の生活が良くなるのかという点も大いに心配です。「沖縄の普天間基地の県外や海外への移転は難しい」「後期高齢者医療制度は四年後に別な制度に移行する」外相、厚労相の発言ですが、沖縄県民の意志はどの世論調査でも県外、海外への撤去を求めています。後期高齢者医療制度も「差別医療、高齢者いじめ」と評判の悪い制度であり即時廃止が国民の声であり要求です。選挙前には民主党も含め野党の共同提案として廃止法案が参院では可決もされました。民主党政権の誕生で誰もが廃止を期待したのではないのでしょうか。これらはいずれも公約違反です。新しい政権が何をやるかはやはり国民の要求と意志にそってこそ支持されるのではないのでしょうか。私達も今まで以上に、要求実現の運動を強めていく必要があります。（〇理事）

鼓動

看護師募集

訪問看護ステーション虹
城南病院病棟で看護師を募集して
います。
諸条件はご相談に応じます。
お気軽にお電話下さい。



【連絡先】
城南病院 恩蔵 まで
☎ 029-226-3021



レインボー体操の実演 講師は83歳

先生が考案・普及されています。全体会でそのレインボー体操を実演されました。ある地域では、十年も継続して体操を行い、脳筋肉、骨にも効果をあげているとのこと、さっそく持ち帰ってみんなに広め

関信越ブロック組合員交流集会が九月十七（木）十八日（金）群馬県前橋市と伊香保温泉で行なわれました。茨城・栃木・群馬・埼玉・長野・新潟の医療生協組合員四五〇名が集いました。茨城からは二十四名の組合員と職員が参加し交流を深めました。

関信越交流集会に始めて参加できてとても学ぶことが多かったです。健康な高齢者が効果的な運動で、生涯元気に暮らして、ある日コロッとを指す、レインボー・水中体操の講演は高橋賢一

初参加 あすなる支部の根本貞枝さんより

レインボー体操で生涯現役！

てゆきたいと思っ

ます。分科会は「街づくり、拠点づくり」に参加しました。今の私にぴったりなテーマで各支部の発表はとても参考になりました。小学生も参加する輪投げ大会・空き店舗を借りて集まりを持っているなど、どこの支部もそれぞれの条件を生かして、いきいき活動していることを学びました。保健生協の組合員として地域に必要とされる支部を作っていきたいと思いました。



稲刈り交流会の様子。この後手作りのごちそうが

石岡市の常陸野産直センターでは、大小あわせると通年で四十〜五十回の消費者との交流学習会をしています。中でもタケノコ掘り＆苺狩り、田植えと稲刈りのこの三つは生産者と消費者とで毎回総勢百五十〜二百名程の規模になる大変賑やかな交流会となっています。

九月二十六日に行なわれた稲刈り交流会には約二百名が参加しました。保健生協は今年が二回目の参加。看護師と組織部員が昼食会場で骨密度測定や健康相談などを行い大変喜ばれました。また、生協強化月間の訴えに四名の方が加入、八名の方が増資してくださいました。

石岡

稲刈り交流会で骨密度測定

城南病院4階病棟が回復期リハビリテーション病棟に変わりました

城南病院の四階病棟が一般病棟から回復期リハビリテーション病棟となりました。これは城南病院がいままで以上に在宅医療を重視するための一環として、病気の治療を終えて自宅に帰れる条件のできた方に利用していただき、帰りましたら引き続き在宅を中心とした医療・介護を提供したいと考えての転換です。

城南病院回復期リハビリテーション病棟は、病気がけがにより最初入院された病院（急性期病院あるいは当院）で治療を受け症状が安定された患者さまを対象に、疾病により低下した機能の回復をめざして機能訓練や日常生活動作練習を行ないます。リハビリテーションを集中して提供することで家庭復帰を支援する病棟です。

●入院の対象となる患者さま

- 1、退院目標を決めて実際に適切な場所へ退院できる方
- 2、集中的リハビリテーションによって、機能上の改善の可能性がある方
- 3、理学療法、作業療法などのリハビリテーションプログラムに、本人及び家族が積極的に参加できる方
- 4、「回復期リハビリテーション」を要する状態に該当する以下の対象者

- ◎脳血管障害、脊椎損傷の発症または手術後二ヶ月以内の方
- ◎大腿骨、骨盤、脊椎、股関節の骨折の受傷または手術後二ヶ月以内の方
- ◎大腿骨、骨盤、脊椎、股関節、膝関節の神経、筋または靱帯損傷後一ヶ月以内の方
- ◎外科手術または肺炎等による廃用症候群を有しており、手術後または発症後二ヶ月以内の方
- 5、安定してリハビリテーションができるような状態の方



水戸 1の日は健康チェック

水戸市下市商店街では毎月一日が特売日。商店街の事務所では水墨画展や写真展なども行われています。保健生協も午後二時から四時まで無料で健康チェックを行い地域のみなさんに喜ばれています。歯科医による歯科相談、看護師による健康相談や血圧測定、中でも体組成計が人気で毎回六十名以上の方が訪れています。お買い物ついでにぜひお立ち寄りください。



健康チェックで顔なじみに



血圧の測り方の実践

班会・健康チェック開催一覧

8/1	下市商店街	(72名)	健康チェック	本部
8/3	ひまわり班	(8名)	血圧測定	つくば支部
8/4	奥の細道班	(6名)	松尾芭蕉の足跡を辿る	いきいき支部
8/6	太極拳班	(4名)	太極拳	いきいき支部
8/17	脳トレ班	(7名)	楽しいゲームとおしゃべり	あすなろ支部
8/19	たまり場班	(7名)		いきいき支部
8/20	ヨガサークル	(7名)	ヨガ	あすなろ支部
8/21	くれない班	(11名)	健康チェック	つくば支部
8/21	カトレア班	(7名)	楽しいお食事会と健康チェック	さくら支部
8/24	サロンすずらん	(6名)	健康チェック	土浦支部
8/24	セラバンド班	(8名)	セラバンド	いきいき支部
8/25	バランスボール班	(5名)	バランスボール	あすなろ支部
8/26	あおぞら	(3名)	健康チェック	いきいき支部
8/28	うたごえ班	(7名)	姿勢、口腔について	つくば支部
9/1	下市商店街	(65名)	健康チェック	本部
9/1	ヨガ班会	(7名)	ヨガ	いきいき支部
9/3	太極拳	(6名)	太極拳	いきいき支部
9/3	ヨガサークル	(5名)	ヨガ	あすなろ支部
9/4	奥の細道班	(7名)	松尾芭蕉の足跡を辿る	いきいき支部
9/4	でんでん虫班	(55名)	ミニデイ	あすなろ支部
9/4	ひまわり班	(7名)	血圧測定	つくば支部
9/6	コープ土浦店前	(33名)	健康チェック	土浦支部
9/11	たまり場	(9名)	インフルエンザの話と歌	いきいき支部
9/11	コメコメ班	(10名)	インフルエンザとタミフルの話	つくば支部
9/14	小物づくり班	(5名)	お手玉づくり、血圧の話	土浦支部
9/15	健康チェック	(23名)	新取手自治会館	いきいき支部
9/16	たまり場	(5名)		いきいき支部
9/17	ヨガサークル	(6名)	ヨガ	あすなろ支部
9/18	くれない班	(10名)	手洗いの仕方	つくば支部
9/18	カトレア班会	(7名)	楽しいお食事会と健康チェック	さくら支部
9/19	健康学習会	(3名)		いきいき支部
9/28	セラバンド班	(8名)	体脂肪について	いきいき支部
9/28	ころばん体操班	(10名)	脳トレゲームをまじえて	あすなろ支部

● あなたの班会メニューの参考にしてください ●

「楽しく学び、16名が保健委員になりました」
ひたちなか支部では、これまで患者さんの送迎サービスのほか、「蕎麦打ち会」「森林浴ツアー」など楽しい企画を催してきましたが、ここで基本に立ち返って医療生協や社会保障などについて学習しようと初めて「保健学校」を開催しました。
四回シリーズの第一回は「医療生協とは」。医療生協の組織についてと、実際にどんな活動をしているのか、看護師を講師に血圧測定や骨密度測定を実践しました。第二回は「社会保障と私たちのくらし」です。介護保険を例に取りながら、くらしと社会保障の切っ

ても切れない関係を再認識しました。
第三回は「認知症サポーター養成講座」、最終回は加賀美D.R.による「脳卒中」です。「認知症」と「脳卒中」は、参加者みんなが「気になるお年頃」。参加者自身や周りの方の経験を話し合ったり、やはり生活習慣病の予防が大切なことを再確認しました。
最後に、参加者十六人が全員「修了証」を授与され、これからも健康で明るいまちづくりをめざして、楽しく支部活動を続けたいと思います。
ひたちなか支部
川崎 不二男

給食サービスでんでん虫の会 もう9年に！



10月のお食事会のテーマは「お月見」でした

あおぞら診療所設立運動の中で、立ち上げた給食サービス「でんでん虫の会」も九年になりました。
会場は福祉施設、「かたらの郷」の調理室と二部室、無料で借りています。市のボランティア団体に加盟し他団体と交流をし、イベントなどで応援を受けています。
でんでん虫の会のことが「かたらの郷」のお風呂で、話題になり、でんでん虫のお食事がおいしい・飾り付

けが素晴らしい・イベントが楽しい・血圧も測ってくれる・車で迎えに来てくれる等。会員も六十名を越えて満員になり嬉しい悲鳴です。
ボランティアさんは、お花・お茶・テーブルコーディネート・栄養士・調理師・看護師と専門家が揃いで、お風呂で話題になるのも当然と、自慢に思っています。
一人ぼっちのさみしい人をなくそう、季節を感じてもらおう、できるだけ地場物を使って調理しようと心がけています。このまま長く続けてゆきたいと思っています。
(取手あすなろ支部 根本貞枝)



ボランティアのみなさん

城南病院 附属クリニック
院所利用委員会の
●長文のため要約
コンセントの綿ほこりなどによる〇〇〇〇現象というのが問題になっています。コンセントはベッドの下など見えない所でない方がよく気が付くし、ほこりのつもりもすくないような気がします。がどうでしょうか。とりあえずご提案まで。(城南病院)
↓ コンセントがベッドの下に配置されていることに對して、2F病棟師長に申し入れを行い、安全を考慮し、配線関係
投書ありがとうござい
ます。今後も意見・質問
なんでも「虹の箱」への
投書をお願いします。
●障害者専用駐車場に城南病院の軽自動車がいっ
つも停まっています。利用
者のことを考慮願えれば
と思います。車椅子の人は
路上から大変です。(通
院ヘルパー)
↓ ご指摘の通りです。
関連部署の車の移動を徹底
します。

虹の箱

いばらき医療・福祉三者協議会 ホームヘルパー養成研修二級課程 受講生募集！

受講生募集！

通学制

●二〇一〇年一月九日～四月三日
●一月九日から二月二十八日の土・日
●二月一日～三月三日 十四日間は施設見学と実習
●講習時間 九時～十八時(基本)

会場 いばらきコープ菜の花福祉センター 三階会議室
茨城県水戸市赤塚一〇二九一〇二二

受講料 五万五千八百円(テキスト代込み)

募集期間 十一月二十三日(月)～十二月二十一日(月)

申し込み方法

ハガキ・FAX・メール

お問い合わせ

いばらきコープ菜の花福祉センター

事務局 岩下

TEL 〇二九一二五七七八九〇五

FAX 〇二九一二五五〇五三三

なんでも医療・福祉相談コーナー

この紙面を使って、皆様方からお寄せ頂いた、医療・福祉に関わる質問にお答えしていきます。
ドシドン質問をお寄せください。お待ちしております!!

城南病院復旧
義援金をいただいた
みなさま

中川 幹一様
池長美代子様
甲斐 做様

ありがとうございました。

診療案内 11月～

城南病院附属クリニック

☎ 029-226-3022

		月	火	水	木	金	土
内科	一般	東	岡野	菊地	大久保	菊地	医科歯科
	午前	担当医	東	担当医	菊地	加賀美	担当医 第1・3・5 山川 第2・4
	9:00～12:00	川辺	石井	加賀美	東	東	腎臓内科
		...	...	川辺	...	...	内田 月1回
		...	...	...	...	...	石井 第1・3
		...	...	...	...	...	本山 第2・4
小児科	午後	山川 加賀美	岡野	山川	菊地	山川	川辺 第1・3・5
	15:00～18:00						
小児科	午前	比佐	比佐	...	比佐	比佐	比佐 第1・2・3・5
	9:00～12:00						
小児科	午後	比佐	比佐	...	比佐	比佐	...
	14:00～17:00						

質問

祖母が寝たきりでおむつを使用しています。医療費控除を受けられると聞いたのですが本当ですか？

回答

ソーシャルワーカー
大内 菜保美

おおむね六ヶ月以上の寝たきりでおむつを使用している方が「おおつ使用証明書」を医師から発行してもらつと、そのおむつにかかる費用は医療費控除の対象になります。なお、おおつ代について医療費控除を受けるのが二年目以降の人は使用

証明書がなくても①市区町村が介護保険の要介護認定で主治医意見書の内容を確認した書類、②主治医意見書の写しにより寝たきり状態にあること及び尿失禁の可能性があることが確認できれば、おおつ代が医療費控除の対象になります。

城南病院にかかっている方は、用紙を病院受付に提出していただき、発行を申しつけください。通常、即日発行いたします。領収書があればおおつ使用開始日付確認のため、そちらもご提示ください。



城南病院

☎ 029-226-3021

		月	火	水	木	金	土
小児科	9:00～12:00	加賀美	...	...	...	...	...
整形外科	14:00～16:30	...	...	...	丹藤	...	...
泌尿科	9:00～12:00	...	...	本郷	...	...	...
検査	胃カメラ	...	菊地 第2・4	東	...	山地	...
	大腸カメラ	...	...	東	...	山地	...

質問

年末年始に向けてお酒を飲む機会がとて多くなるのですが、薬とアルコールの相性について教えてください。

回答

薬剤師 小森 映詞

昔からアルコールは「お神酒(おみき)」という神に供える酒として、また「百薬の長」として親しまれ、生活の一部になっています。ですが薬とは、とても相性が悪い場合があるので気をつけなければなりません。体の仕組みとして、吸収されたアルコールの

九十%以上や、多くの薬が肝臓の酵素によって無害なものに分解(解毒)され、体にとつての異物を排泄しようとしています。お酒を分解する事に酵素を使われて薬の分解が後回しになり、体内に分解できていない薬が多く残る事で、通常の量を服用したにも関わらず一度にたくさん薬を飲んだのと同じ状態になり、薬の作用や副作用が強くなるものがあります。

逆に、お酒の常飲によって酵素が増える事があり、薬の種類によっては増えた酵素にたくさん分解されて効きが悪くなる事もあります。

水戸共立診療所

☎ 029-241-8050

		月	火	水	木	金	土
午前	9:00～12:00	鈕持	鈕持	鈕持	鈕持	鈕持	鈕持 加賀美 第2
午後	15:30～18:00	鈕持	鈕持	...	鈕持 17:00～19:00	鈕持	...
往診		鈕持	鈕持	鈕持	鈕持	鈕持	

あおぞら診療所

☎ 0297-72-6137

		月	火	水	木	金	土
午前	9:00～12:00	石井	筒井	石井	石井	石井	田村
午後	15:30～18:00	石井	筒井	...	石井	石井	...

※土曜日は12:30まで受付しております。
※月・火・木・金 午後1:30から3:30まで訪問診療

◆ 質問・お困りごとの相談先 ◆

〒310-0803
水戸市城南3-15-17
茨城保健生協組織部
TEL 029-221-3406
FAX 029-221-9342
メール honbu_sosiki@ibaraki-health.coop



は異常行動や一過性の記憶欠損もあり、それがアルコールにより増悪される恐れが十分にあります。次回はいくつかの薬とアルコールの組み合わせをお話しします。

みどり支部からのお知らせ

「きれいな景色とおいしいランチ付き医療学習会」のお知らせ

「今の医療制度で入院できる人、できない人」事例をあげながら城南病院職員が答えします。

◆日時 十二月九日(木) 十一時半～十三時半 (組織部集合 十時)

◆場所 オーシヤンビュース大洗

◆会費 千五百円

◆お申込み 茨城保健生協 組織部 ☎029-221-3406

◆お申込み締め切り 十一月三十日、十五名様までとさせていただきます。