

新潟医療生活協同組合機関紙

新潟医療生協

430人

発行責任者
猪股成美
毎月1日発行(月刊)
定価20円
機関紙「新潟医療生協」の
購読料は出資金に含まれる
ものとする。

新潟医療生活協同組合 〒950-0862 新潟市東区竹尾4丁目13番3号 TEL.274-7139 2012年10月1日【第430号】 <http://www.kido-hp.com>

4万人組合員をつくる

おせっかいおばさんを増やそう!!

役員・組合員研修会が9月8日(土)に開催されました。

「無縁社会」といわれ、孤立死・孤独死が大きな社会問題になっていきます。

この問題を解決していくうえで、地域に協同の“わ”をひろげる事がなによりも重要です。

研修会では名古屋市にある南医療生協の安井洋子常務理事から記念講演をいただきました。

「協同の大切さに学びながら、多彩な活動を地域で繰り広げている南医療生協の活動に参加者の多くが刺激を受けたようです。」

「4万人組合員を早期に達成しよう」という参加者の決意で研修会は行き高いものとなりました。

追いつけ・追い越せ!

映画「だんらんにつぼん」では、南医療生協の「協同」を描いた活動の記録映画が紹介されました。そして「協同」の大切さを強く語られ、朝日新聞・毎日新聞の全国紙「社説」に協同の様子が、また、東京新聞・中日新聞ではくらしの協同を実践されている様子が「社説」に掲載されたことや、医療生協の目指す協同の精神は着実に広まって来ているなどの報告がありました。

そして、南医療生協の考える「良い医療・良い介護」4つの指標の中には地域に「ささえあい・たすけあいのネットワーク」があり、▼いっぴく(1支部1福祉)たまり場運動 ▼いちぶいつかい(1ブロック1介護)運動が2012年度4つの重点課題に取り込まれていると紹介されました。安井さんの講演のまとめでは「協同組合がやる活動」から「協同組合でやる活動」へ向かって頑張りました。うーと結ばれました。

安井さんのお話に、参加組合員の皆様からは、「素晴らしい取り組みが羨ましい!」「追いつけ追い越せで頑張ろう!」などの声が上がりました。

幸福度日本一のまちづくりへ

医療と介護の複合施設「なじよも」は、組合員一人一人が夢を実現させる場となる。要望や問題を話し合



講演する安井さん

真剣に講演に聞き入る様子

いながら、協同の力で作りあげてきたい。また、完成後は地域医療の中継点として機能させ、より多くの人が集う場にしていきたい。と分科会まとめの報告がありました。

参加者組合員の皆様からは「おせっかいおばさん・おせっかいおじさん(医療生協大好き生協人)を増や

していこう!もともとと声に出して医療生協を語ろう!と熱意のこもった声が聞かれました。こうして役員・組合員研修会は終了しました。矢田院長より「今年は参加者の意気込みが違う。幸福度日本一のまちづくりへの期待の表れですね。」

「南医療生協が実践する協同運動とは」

「協同組合」が「やる活動」から「協同組合」で「やる活動」へ

- ◆ 任せて文句を言う社会から引き受けて考える社会へ
- ◆ 仲間の輪を広げ世話焼き合いながら、ぼちぼちと
- ◆ 仲間と一緒にやれるところからホドホドに
- ◆ 地域・事業所あらゆる集まりを協同組織する

芦沼

▼本格的な秋、この頃。それにしても今年の夏は暑かった。気温35度以上の日も多く、各地で猛暑日の年間最多記録を塗り変えたとのこと。そして多くの地域では降雨量が少なかった。高温、少雨、突然の集中豪雨や突風、大型台風の到来など異常気象と表現されているが、地球温暖化が確実に進み、今後異常気象が日常のこととならねばいいが。▼秋となり新潟医療生協にとって組織強化月間、健康まつり、外来および入院患者さんの利用者満足度調査の実施、そして旧木戸病院の再利用に向けての工事の進展など重要な時を迎えた。1315人の組合員で誕生した新潟医療生協は37年を経て大きな課題であり、夢である4万人組合員を1日も早く達成し、地域の健康や支えあいづくりに貢献していきたい。▼旧病院の再生での「なじよも」の誕生に向けての工事が進んでいるが、利用したい・利用しやすい、そして利用してよかった地域の施設をめぐらして多くの方々に声、希望、夢を寄せてもらいたいもの。▼実り多い秋を期待したい。

(S・Y)

TOPICS
1

組織強化・仲間づくり各支部での取り組み

木戸総支部

組合員総訪問に9月は9支部が取り組みました。



総支部運営会議の様子

木戸総支部では定期的に支部運営会議を行っています。

▼4万人組合員早期達成のための組合員総訪問

▼サービス付き高齢者向け賃貸住宅「なじよも」の事業のお知らせ

▼健診受診のおすすめ

▼第32回健康まつりのお知らせ・協力券の販売

▼東日本大震災被災生協復興支援、新潟県内の被災者支援福島の子ども保健プロジェクト義捐金協力をお願い

5つの柱とし、総力を上げて取り組みが行われました。

今年の9月は残暑が厳しく、とても暑い中での訪問行動になりました。組合員

・職員が新潟医療生協について、一つ一つ丁寧に説明しながら訪問した結果、新たに加入してくださる方、増資で協力してく

くださる方、そして積み立て出資も広まっています。4万人組合員早期達成に向けて生協強化月間を前に訪問構想が開始されています。

石山総支部

組合員の力で支部主催のフリーマーケットが行われました

東日本大震災の復興を願い取り組み始めた震災復興フリーマーケットが4回目を数えました。今年2回目のフリーマーケットです。参加者はおおよそ100名、売り上げは約6万円。また、今回のフリーマーケットから健康チェック取り入れ、とても好評でした。今年の研修旅行は福島へ行きます。被災された医療生協に医療生協で良かった事などを学びたい。石山総支部の「出来ることをみんなの力で」と取り組んだフリーマーケットの収益金をお届けに行きたい。この思い乗せて10月「福島研修旅行」に行ってきます！



「出来る事をみんなの力で！」



健康チェック「骨密度測定」の様子

TOPICS
2

「なじよも」と「協同」で住民幸福度日本一のまちづくり

千人会議

あなたも参加してください!

アイディアたくさん

分科会

アイディア持ち寄り

いい街つくろう!

分科会名	座長	場所
新潟医療生協らしい大浴場・産直市場・フリーマーケット・ラウンジとは	三膳常務理事	第3会議室
住み慣れたまちで住み続けられるために、配食活動や生活支援をどうしたらいいのか	久志事務局員	講堂A
自分のためになる「なじよも」ボランティア活動	出口常務理事	講堂B
「なじよも」に必要なクリニック・介護事業とは	長谷川地域包括部長	第4会議室
高齢者住宅「なじよも」をどんな方におすすめするか	中川事務局員	第2会議室
介護予防・健康づくりを「なじよも」で推進するには	加藤生協看護部長	講堂C

千人会議

プログラム

●日時:
2012年10月13日(土)
10:00~

●会場: 講堂

1. 開会あいさつ
2. 「なじよも」建設進捗状況報告
3. 建設委員長あいさつ
4. 分科会の説明
5. 分科会(60分)
6. 分科会報告(5分×6)
7. 千人会議まとめ

※新潟医療生協の組合員であれば、誰でもご自由に参加できます。

TOPICS
3

インフルエンザ

予防接種の

お知らせ

予約開始日と予約場所

予約開始日 10月1日(月)から

予約場所

- ①予約センター 273-2175
フリーダイヤル 0120-432-472
②総合受付

接種日時

《一般患者さま》

接種日程 11月 1日(木) 11月 8日(木)
11月15日(木) 11月22日(木)
12月13日(木) 12月20日(木)

接種時間 15:00~16:00(受け付けは14:30~)

《定期患者さま》

10月1日より受診時の主治医との相談後に当日接種が可能です。

接種料金

65歳以上 1,050円
65歳未満 組合員 3,300円
(組合員以外 3,600円)

無料券のある方は当日忘れずにお持ちください。
なお、お忘れの場合は実費を一時預かりとさせていただきます。

小児の予防接種については
小児科外来にお問い合わせください。

Information

職員募集

- 《木戸病院》看護師 助産師 薬剤師(正職・パート)
診療情報管理士 看護助手
《石山訪問介護センター》訪問介護員(嘱託)
・問い合わせ 総務課 桑野
・電話 273-2151(内線3122)

新潟医療生協の「なんでも相談」

日ごろ、困っていることや悩み、医療、福祉、保険など、なんでも相談してください。面談や電話、手紙でも結構です。秘密は固く守られます。

- ・相談担当 飯塚孝子(新潟市議会議員)
・相談担当 10月13日(土) 午前10時～12時
11月10日(土) 午前10時～12時
渡辺有子(新潟市議会議員)
10月27日(土) 午前10時～12時
11月24日(土) 午前10時～12時
・場 所 木戸病院 1階相談室
・住 所 新潟市東区竹尾4丁目13番3号
・電 話 025-273-2151(代表)

蛋白尿・血尿について

腎臓内科医師 田邊繁世



蛋白尿は尿中に蛋白がもれ出ている状態、血尿は尿中に血液中の成分(赤血球)がもれ出ている状態のことです。尿の色が赤くなくても、血尿がないとは言いきれません。

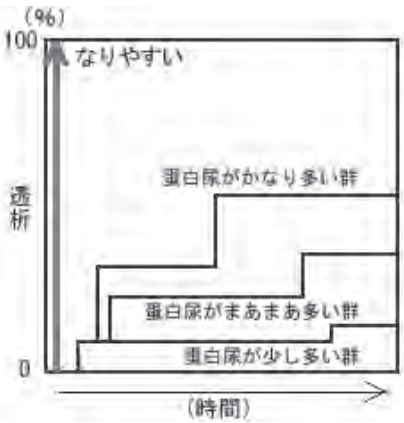
蛋白尿・血尿をしらべると、いろいろな病気を発見するのに非常に役立ちます。

〈表1〉

蛋白尿と血圧のコントロールが大切です

腎臓の病気は自覚症状がないまま進行

〈グラフ1〉蛋白尿と透析の関係



(透析:人工的に体の不必要な物質を体外に除去する手法)

することが多いので放置されがちですが、特に蛋白尿が多く、血圧が高いと、腎臓はだんだん機能しなくなります。〈グラフ1〉

〈表1〉

蛋白尿と血尿が認められる場合

- ◇慢性糸球体腎炎、糖尿病性腎症などの腎臓の病気
- ◇高血圧による腎障害
- ◇膠原病による腎障害 など

血尿が主に認められる場合

- ◇泌尿器の癌、結石
- ◇膀胱炎 前立腺炎など

日本腎臓学会「放ったままにいませんか?蛋白尿・血尿」より

腎臓の病気の症状

多くの方は自覚症状がありません。病気が進行すると、次のような自覚症状があらわれます。

- ◇むくみ
- ◇からだのだるさ
- ◇食欲不振・はきけ
- ◇呼吸困難
- ◇不眠
- ◇頭痛
- ◇しびれ など

腎機能障害を指摘されている方で、このような症状が出現した方は速やかに医療機関を受診してください。

自覚症状が現れた時にはかなり病気が進行し、透析を受けなければならない場合もあります。

自覚症状が現れる前から適切な対応と管

理を行うことが重要です。

このような症状が現れる前に定期的な尿検査で現状の把握、および早期発見に心がけます。

こんな方は尿検査をお勧めします

◇尿の異常に気付いた方(尿の色、回数、におい、泡立ちなど)

◇定期検診などの尿検査で蛋白尿や血尿を指摘され、再検査を受けていない方

◇自覚症状がないからといって、定期検診を受けていない方

◇最近健康診断を受けていない方

◇仕事が忙しく、疲れがたまっている方

蛋白尿・血尿を見つけたら
1 近くの医院に相談してください。
2 近くの医院が専門医を紹介した場合、先生の指示に従ってください。

保健委員基礎講座のご案内

働きざかりを襲う脳卒中・心筋梗塞・がんの原因の多くは、生活習慣と密接な関係があります。ご自分やご家族の健康、また地域全体の健康を守る担い手づくりとして、保健委員基礎講座を下記の日程で開催いたします。5回の講座で話を聞くだけでなく、実際に健康チェックの実習を行うなど充実した内容になっております。お誘い合わせてぜひご参加ください。

日 程	内 容 ★講義 ☆実習
11月2日(金) 午前9時30分～12時	★開講式 ★生活習慣病とその予防(第1次予防) ☆体組成チェック 【講師】木戸病院院長 矢田省吾
11月8日(木) 午前9時30分～12時	★医療生協の健康づくり(医療生協の健康習慣・健康づくり健診問診表) ★血圧・尿チェックの話 ☆血圧・尿チェック実技 【講師】生協組織部 健康づくり課
11月16日(金) 午前9時30分～12時	★健康診断で分かること ★健康診断と健康チェック(第2次予防) ★貧血の話 ☆貧血チェック実技 【講師】健診センター部長 阪田 郁
11月22日(木) 午前9時30分～12時	★脳いきいき班会インストラクター養成講座 【講師】生協組織部 手塚美恵子
11月29日(木) 午前9時30分～12時	★新潟医療生活協同組合と保健委員の役割 ★先輩保健委員さんの活動紹介 ★委嘱状授与式 【講師】生協組織部 健康づくり課

会 場 : 木戸病院アネックス棟3階講堂
受講料 : 3,100円 当日徴収(教材費)
申し込み締め切り: 10月26日(金)
申し込み先 : 生協事務局 組織部
TEL.274-7139

※5日間のうち都合がつかない日がございましたら、事前にご連絡ください。
※欠席の日がございましたも、参加費の返金はございませんのでご了承ください。
なお、資料として配布しますテキストの中に同一のものがある方は、そちらをご利用いただいて構いません。その分をご返金させていただきます。
※申し込み時 氏名・住所・電話番号をお知らせください。

東区・区バス運行ルートが変更になりました

東区 区バス運行ルート

「区バス」の停留所のバス色は、区のイメージカラーの「アサギブルー」です。

区役所への利用だけでなく、通勤・通学、通院、お買い物などに、**どんどんご利用ください。**

運行日 平日のみ運行（土・日・祝祭日及び年末年始は運休）※12月29日～1月3日

運賃 200円均一（小学生は100円）●バスカードも利用できます！
※降車時に現金がバスカードでお支払いください。
※障がいのある方、および65歳以上で運転免許証を返納された方は手帳や証明書の提示で運賃が半額となります。

東区区バスに関する問い合わせ先
東区地域課企画係
TEL025-250-2110

松崎ルート
青色のバス
(46人乗り小型バス)

6便運行されます！
木戸病院で乗降車できる便が

東区 区バス時刻表

平成24年10月1日ダイヤ改正

■松崎ルート

松崎ルートは青色のバスです。

東区役所→栗山→松崎ショッピングセンター→桑名病院→臨港病院→フレスポ赤道前→東区役所 行
(石山方面先回り)

時刻	停留所	第1便	第2便	第3便
1	東区役所	7:40	10:40	14:30
2	上木戸	7:44	10:44	14:34
3	木戸中学校前	7:45	10:45	14:35
4	はなみずき	7:46	10:46	14:36
5	木戸病院	7:48	10:48	14:38
6	中野山四丁目	7:54	10:54	14:44
7	石山六丁目	7:55	10:55	14:45
8	石山駅入口北	7:56	10:56	14:46
9	石山駅入口南	7:57	10:57	14:47
10	栗山	7:59	10:58	14:48
11	中野山五丁目	8:00	10:59	14:49
12	中野山東	8:01	11:00	14:50
13	石山第二団地	8:02	11:01	14:51
14	猿が馬場一丁目	8:03	11:02	14:52
15	猿が馬場二丁目	8:04	11:03	14:53
16	新岡山	8:04	11:03	14:53
17	岡山	8:05	11:04	14:54
18	岡山踏線橋	8:07	11:06	14:56
19	達谷内	8:10	11:08	14:58
20	大形本町一丁目	8:12	11:10	15:00
21	松崎ショッピングセンター	8:13	11:11	15:01
22	松崎一丁目	8:15	11:13	15:03
23	有楽	8:15	11:13	15:03
24	向陽	8:16	11:14	15:04
25	太平	8:17	11:15	15:05
26	中道山	8:19	11:17	15:07
27	桑名病院前	8:21	11:19	15:09
28	牛海中央公園	8:23	11:21	15:11
29	浜谷町	8:25	11:23	15:13
30	宝町	8:26	11:24	15:14
31	山の下中学前	8:27	11:25	15:15
32	秋葉一丁目	8:28	11:26	15:16
33	桃山一丁目	8:28	11:26	15:16
34	桃山二丁目	8:29	11:27	15:17
35	臨港病院前	8:29	11:27	15:17
36	桃山二丁目	8:30	11:28	15:18
37	桃山一丁目	8:31	11:29	15:19
38	希望が丘メディカルタウン	8:34	11:32	15:22
39	錦町	8:35	11:33	15:23
40	フレスポ赤道前	8:37	11:35	15:25
41	臨港	8:38	11:36	15:26
42	東区役所前	8:45	11:43	15:33

東区役所→臨港病院→桑名病院→達谷内→栗山→東区役所 行
(山の下方面先回り)

時刻	停留所	第1便	第2便	第3便
43	東区役所	9:15	13:05	16:05
44	臨港	9:17	13:07	16:07
45	フレスポ赤道前	9:18	13:08	16:08
46	錦町	9:20	13:10	16:10
47	希望が丘メディカルタウン	9:21	13:11	16:11
48	桃山一丁目	9:23	13:13	16:13
49	桃山二丁目	9:24	13:14	16:14
50	臨港病院前	9:25	13:15	16:15
51	桃山二丁目	9:25	13:15	16:15
52	桃山一丁目	9:26	13:16	16:16
53	秋葉一丁目	9:27	13:17	16:17
54	山の下中学前	9:28	13:18	16:18
55	宝町	9:29	13:19	16:19
56	浜谷町	9:30	13:20	16:20
57	牛海中央公園	9:31	13:21	16:21
58	桑名病院前	9:32	13:22	16:22
59	中道山	9:34	13:24	16:24
60	太平	9:35	13:25	16:25
61	向陽	9:36	13:26	16:26
62	有楽	9:37	13:27	16:27
63	松崎一丁目	9:39	13:29	16:29
64	松崎ショッピングセンター	9:40	13:30	16:30
65	大形本町一丁目	9:41	13:31	16:31
66	達谷内	9:43	13:33	16:33
67	岡山踏線橋	9:45	13:35	16:35
68	岡山	9:46	13:36	16:36
69	新岡山	9:47	13:37	16:37
70	猿が馬場二丁目	9:48	13:38	16:38
71	猿が馬場一丁目	9:49	13:39	16:39
72	石山第二団地	9:50	13:40	16:40
73	中野山東	9:51	13:41	16:41
74	中野山五丁目	9:52	13:42	16:42
75	栗山	9:53	13:43	16:43
76	石山駅入口南	9:54	13:44	16:44
77	石山駅入口北	9:55	13:45	16:45
78	石山六丁目	9:56	13:46	16:46
79	中野山四丁目	9:57	13:47	16:47
80	木戸病院	10:03	13:53	16:53
81	はなみずき	10:04	13:54	16:54
82	木戸中学校前	10:05	13:55	16:55
83	上木戸	10:06	13:56	16:56
84	東区役所	10:13	14:03	17:03

※循環線ではありません。「東区役所」に到着しますとバスは休憩に入りますので、乗り続けることはできません。

年に一度健診を受けましょう!!

特定健診だけなら予約なしでお受けいただけます。

- 受付 平日と第2土曜の午前9時～11時
- 費用 市国保60歳未満 1,500円
市国保60歳以上無料（その他は一部健保組合を除き無料です。）
- 持ち物 健康保険証と特定健診受診券
不明な点はお気軽にお問合せください。
- 健診のお問合せ・お申込みは
新潟医療生活協同組合木戸病院健診センター TEL.270-1831
- 電話受付時間 11:00～16:30

過食・運動不足を続けていると

心筋梗塞や脳梗塞にならないように、生活習慣を見直そう!!

内臓脂肪の蓄積

糖尿病・高血圧・脂質異常

動脈硬化

心筋梗塞・狭心症・脳梗塞などの怖い病気に

死因の第1位はがん。がんで亡くなる方が増えています。
特定健診と併せて「がん検診」を受けましょう。

健康づくり!仲間づくり! Vol.23

毎月班会の紹介をさせていただきます!

横越総支部 横越上町班会

第3金曜日、横越上町開発センターを会場に班会を行っています。上町の班会の特徴は健康チェック、民謡、昔語りが毎月行われ、そこに季節に合わせた健康の話、認知症の予防や軽い体操が行われます。定例の内容のほかに異世代交流が自主的に行われています。近所の保育園の園児の皆さんとの交流は、園児の皆さんの歌声に元気をもらい、みんなで昔語りを聞き、新潟弁を堪能し、元気に笑う子どもたちの声はとても癒されます。毎月楽しみにしてくださっている参加者のためにも、元気に自主的な班会を続けていっていただきたいと思います。

保育園の園児の皆さんとの交流