

新潟医療生活協同組合機関紙

新潟医療生協

429

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9月1日【第429号】 <http://www.kido-hp.com>

小学校まるごと 認知症サポーター養成講座!!

キッズサポーター91名誕生

「3世代同居は当たり前なんだけど、一人暮らしの高齢者も増えてきたんだよね。心配でさあ、子どもとなんかできねえかなあ?」この一言から始まりました。



「ちびまる子 友蔵爺さんのサイフがなくなった」の寸劇

新潟医療生協・岡方総支部・皆川博理事の想いから、岡方第二小学校「学校まるごと認知症サポーター養成講座」を行うことが決定しました。校長先生・養護教諭と打ち合わせを重ね、1・2年生、3・4年生、5・6年生と3回行いました。最初は笑いヨガでコミュニケーションです。元気に笑う低学年

よう!「浦島太郎体験」軍手・ゴーグル着用で、お財布からお金を取り出してもらいました。子どもたちの感想は「お財布の中のお金の種類が見えにくい」「取り出しにくい」「おじいちゃんが何でゆつくりなのかわかった」「おばあちゃんが間違えてしまうことが分かった」などの感想をいただきました。



「浦島太郎体験」ゴーグルと軍手を付けてお財布からお金を出している様子

子どもたち。ちよつとはにかみながら笑う高学年の子どもたち。認知症を理解してもらいたく、劇団新潟医療生協「ちびまるこちゃん」友蔵じいさんのサイフがなくなった!」の寸劇を見てもらい、1(ボケ爺さん扱い)2(一緒に探す)どっちが良いかな?と、考えました。たくさん意見の後、高齢者になってみよう!「浦島太郎体験」軍手・ゴーグル着用で、お財布からお金を取り出してもらいました。子どもたちの感想は「お財布の中のお金の種類が見えにくい」「取り出しにくい」「おじいちゃんが何でゆつくりなのかわかった」「おばあちゃんが間違えてしまうことが分かった」などの感想をいただきました。

～お知らせ～

2012年10月から東区バスルートが変更になります。木戸病院敷地内バス停(現在の新潟交通バス停)にて乗降車ができることとなります。※新しい東区バスルート、時刻表は10月機関紙でご案内します。



5・6年生の子どもたちと先生。オレンジリングをつけて記念写真!

芦沼

▼「孤立死」「孤独死」が続発しています。行き過ぎた競争社会、経済優先の価値観でつくられた社会の悲劇だと考えます▼行き過ぎた競争は、決して人間を幸せにはしません。必ず社会は競争でなく協同し合う方向に変わります▼「協同」とは、人びとが「力を合わせ、助け合い、支え合って共に働く」ことです。言い換えれば、私たちはそれぞれの違いを認め合い、自分のできること、得意なこと、協力し合い、与えられた役目を果たしていく、これが協同です▼新潟医療生協は、今こそ協同の力を発揮して協同のある社会の実現をめざし、「孤立死」「孤独死」をなくしたいと考えています▼そのためには、誰もが地域のなかで、「自分分は一人ではない」ということを実感できる新たなコミュニティの創造、地域の「居場所」が必要になります▼旧木戸病院を活用してつくる複合施設「なじよ」は、こうした医療生協の思いを「かたち」にするものです▼協同組合の役割を語り合い、協同の素晴らしさを伝えたい。「あなたは一人ではない」ことを。

(K・S)

TOPICS
1

高齢者住宅「なじよも」 入居者募集について

旧木戸病院が高齢者住宅に生まれ変わります。来年1月完成にむけて工事中ですが、次の流れで募集を開始します。
入居者の基準は「高齢者」…60歳以上の方または要介護・要支援認定を受けている方。「同居者」…配偶者、60歳以上の親族、要介護・要支援認定を受けている親族などとなっています。



入居申込みの流れについて

◆お申し込み

入居申込書は、生協組織部に備え付けてあります。また新潟医療生協のホームページから取り出すことができます。入居申込書にご記入しご提出してください。ただし、入居申込書を提出されたからといって必ず入居できるとは限りませんのでご注意ください。ご持参のご郵送、FAXいずれでも受け付けております(FAXの場合は誤って送信されないよう、送信前または後にお電話を入れていただきますようお願いいたします)。質問などございましたら下記までご連絡ください。なお、10月にはモデルルームを作る予定にしていますので、ぜひご覧になつてください。

◆訪問面談

職員が後日ご自宅などにお伺いいたします。
ご本人様の日常生活の様子やご要望について、ご家族立ち会いのもとでお伺いいたします。

◆入居判定委員会での 抽選・審査

9月から11月末まで3カ月間応募を受け付けます。先着順ではありませんので、じっくりお考えください。定員を超えましたら抽選となります。また、状況によりご希望に添いかねる場合もございます。ご了承ください。

◆入居可否のご連絡

その後の日程をご相談させていただきます。入居開始は平成25年4月以降となります。

◆ご契約

ご入居時にお持ちいただくものや介護保険サービスなどのご相談・打ち合わせなども行います(数回に分けて行う場合もございます)。

◆ご入金

敷金、前家賃分をご入金ください。

◆ご入居

なじよもガーデンでの生活やお願い事など、改めてご説明させていただきます。

お問い合わせ・ご相談の予約

サービス付き高齢者向け住宅
「なじよも」事務局
TEL: 025(273)2151
FAX: 025(273)8360
(担当 中川)

第31回 健康まつりの様子



TOPICS
2

地域に協同の“わ”をひろげよう ～まつりからまつりへバトンを繋ぐ～



2012年夏、萬代橋の上で新潟医療生協267人が踊りました

地域の組合員と共に作り上げていく「まつり」8月には新潟まつりに役職員・組合員総勢267人を上回る参加で萬代橋の上を彩りました。
そして10月には役職員・組合員の総力を結集し、「第32回健康まつり」が行われます。
8月3日(金)とても暑い日に新潟まつり大民謡流しが行われました。
住吉祭と、後に行われるようになった川開き、開港記念祭、商工祭の4つのまつりを1955年(昭和30年)に統合したのが現在の新潟まつりです。
この新潟まつりの大民謡流しに新潟医療生協は毎年参加しています。今年は組合員・役職員267人が踊りました。
先頭に位置する万灯に今年は「なじよも」の建設中を知らせるポスターが飾られ、元気なはっぴ隊と整然と踊るゆかた隊、組合員と共に萬代橋の上で輝きました。



10月7日(日)第32回健康まつりが行われます。

2012国際協同年「協同組合がよい社会を築きます」

「地域に協同の“わ”をひろげよう」出会い・ふれあい・支え合い

このスローガンのもとに多種多様な企画の準備が始まっています。楽しいステージ企画では「笑い」をテーマに、グラウンドの企画は新潟の郷土色で盛り、小動物とのふれあい癒しの空間も、体育館と武道場では健康をテーマに、健康チェック・健康相談・健康講演が予定されています。そしてまつりの会場となる「木戸中学校」の隣では旧木戸病院が「なじよも」に生まれ変わろうと準備を進めています。サービス付き高齢者向け住宅のモデルルームも公開を予定しています。複合施設「なじよも」の生まれ変わる時に行われる第32回健康まつりを人と人とのつながり「参加と協同」で成功に導きましょう。

Information

職員募集

《木戸病院》看護師 助産師 薬剤師(正職・パート)
薬剤師(新卒) 診療情報管理士
《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)
9月 8日(土) 午前10時～12時
10月13日(土) 午前10時～12時
渡辺有子(新潟市議会議員)
※9月22日(土) 祝日のためお休みさせていただきます
10月27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)

新潟医療生協「第22回 千人会議」中止のお知らせ

第22回 千人会議は支部役員研修会のため、中止とさせていただきます。

(株)ドマーニ 「医療材料販売コーナー」オープンのお知らせ

5月21日より医療材料販売がオープンしました。介護用品やオムツなどにも取扱いしておりますので、お気軽にお立ち寄りください。

・営業時間 平 日 8:30～17:00
第2・4土曜 8:30～13:00
・場 所 1F旧医療生協組合加入窓口
(電話ボックスとなり)

生協 山の会よりお知らせ

・行 き 先 刈羽黒姫山(889m)
・日 時 10月20日(土)
・出発時間 午前7時
・参 加 費 3,000円
・募集人数 23名 ※定員になり次第締め切らせていただきます。
・申し込み 生協組織部(栗林)
・電 話 274-7139

力を貸してください！

新潟医療生協の機関紙は地域の班長さんやボランティアの方の手によって手配りされています。ご自宅の近くを配っても良い方、ご協力いただける方は生協組織部までご連絡いただけると幸いです。

ぜひ多くの組合員の皆様に読んでいただきたく思います。ご協力よろしく願いいたします！

・連絡先 生協組織部 274-7139

脳梗塞の危険因子について

神経内科 高橋 俊昭



患者さんから、「うちは脳梗塞の多い家系なので心配です」という相談をよく受けることがあります。実際には、脳梗塞発症に遺伝的要因の関与は少ないのです。今回は、どのような病態が脳梗塞発症に関わるかを概説いたします。

脳梗塞とは

脳梗塞とは脳の血管が細くなるか、閉塞により血流障害が生じ、脳組織が障害される病気です。代表的な病型としては、

1.ラクナ梗塞(細い動脈の閉塞で起こる1.5cm以下の梗塞)

2.心原性脳塞栓症(心臓で生じた血の塊が脳血管を閉塞して生じる梗塞)

3.アテローム血栓性脳梗塞(血管内の動脈硬化病変による梗塞)の3つがあります。近年は、食生活の欧米化とともに、アテローム血栓性脳梗塞が増加する傾向がみられています。

脳梗塞の発症に関係する疾患とは？

脳梗塞を起こしやすくする要素を危険因子と呼びます。

代表的な危険因子は高血圧、糖尿病と不整脈の心房細動です。本邦の調査では、

脳梗塞患者全体に占める高血圧の頻度は63%と最も高く、糖尿病26.5%、心房細動24.3%、高脂血症24.5%でした。

高血圧は、脳梗塞にとって最大の危険因子であり、血圧が高いほど脳梗塞や脳出血を起こしやすくなることが、多くの臨床研究で明らかにされています。

心房細動は心臓の部屋の心房が規則正しく収縮せず、細かく不規則にふるえた動きとなるため、血流の乱れが生じ、血液がかたまりやすくなります。心臓のなかに血の塊ができて、これが心臓から離れて流れると、脳血管を詰まらせ、心原性脳塞栓症を生じます。心房細動は、心原性脳塞栓の直接的な原因となりますし、脳梗塞患者における心房細動の頻度は、年齢を経る毎に高くなります。心原性脳梗塞は高度の後遺症を引き起こすことが多く、死亡率も高いため、心房細動の治療管理は一次予防の面ではきわめて重要です。

糖尿病は、高血圧と比較すると低いリスクですが、糖尿病と高血圧がある人は脳梗塞を起こしやすくなります。脳梗塞発症予防には、血糖のコントロールに加えて血圧の厳格な管理が推奨されています。

高脂血症は、欧米の一部の研究では、脂質異常症は脳梗塞発症の危険因子であり、総コレステロール値310mg/dL以上で脳梗塞の発症リスクが高くなることが報告されています。また、高脂血症治療薬であるスタチンが脳梗塞の再発予防に効果があります。

その他の生活習慣については？

少量飲酒は脳梗塞の発症を予防させる報告がありますが、過度の飲酒は逆効果で、肝障害をはじめ体調悪化を助長し、寿命を縮めることが報告されています。

喫煙は、総じて健康被害をもたらす悪い生活習慣です。禁煙が脳梗塞発症率を低

下させますので、喫煙習慣のある方は、ぜひとも禁煙してください。

脳梗塞は、起こる前も

起こってからでも予防が大切

危険因子を正しく把握し、管理することは、脳梗塞の発症防止、発症後の再発防止ともに不可欠なものです。このように自覚症状がない場合でも高血圧や高血糖、高脂血症、心房細動の治療が推奨されるのには理由があるのです。

ご自身の血圧値、検査結果や服薬内容を再チェックしてみたいかがでしょうか。



健康づくり!仲間づくり!

Vol.22

毎月班会の紹介をさせていただきます!

牡丹山支部 牡丹山第二保健委員会班

木戸コミュニティーセンターを会場に第4金曜日1時から班会を行っています。

体を動かす時間と脳を動かす時間(学習)の2部構成で行っています。

特徴的な班会のメニューとしてこれからのくらし・将来について学習を深めているのが特徴です。毎年施設見学と介護保険や地域包括について年に2回学習の場を設けています。地位包括支援センター木戸より講師に来ていただき、変わりゆく制度について学びました。

施設見学は適合高齢者専用住宅と特別養護老人ホームに見学に行きました。決して難しい内容ばかりの班会ではありません。今年は調理実習「簡単調理でおいしく」をテーマに行う予定もあります。

将来のことをともに学び、元気に活躍する班です。これからもチームワークよく楽しく、元気に続けていくことを願います。



テープに合わせてストレッチをしている様子

フラサークル 第2期 大募集

組合員さん向けサークルが6月より始まりました。
「フラ」です!メディカルフィットネスのスタジオに
南国の音楽と風が流れています。

ゆったりとしたリズムで一つひとつ意味のあるハンドモーションを、花や風、太陽や月などをイメージしながら動き、ハワイの大自然をフラの中で感じるができます。また、フラの衣装のパウスカートやカラフルな衣装を着て踊るフラは、日常を忘れさせてくれる効果もあります。

フラダンスを始めたいけど、もう若いころみたいに動けないし覚えも自信ないし...という不安や疑問がある人は、ほんの少し勇気を出してみませんか?

ゆっくりした動作を焦らずに踊りながら覚えられる、体力や運動神経、年齢などそれほど考えなくても誰でも楽しめる踊りです。

開催日時 月3回、(3ヵ月で1曲)
木曜日 15:30~16:30
金曜日 19:40~20:40
サークル会費 ¥6,000(3ヵ月分)
会場 コープ健康づくりクラブwith



開催日時	9/13(木)・14(金)・20(木)・21(金)・27(木)・28(金)
	10/4(木)・5(金)・11(木)・12(金)・18(木)・19(金)
	11/1(木)・2(金)・8(木)・9(金)・15(木)・16(金)

見学・体験に来てみませんか?お待ちしております!
お問い合わせ 生協組織部 TEL.274-7139

福島の子ども保養プロジェクトin新潟
~思いっきり自然と遊ぼう!~



7月26日(木)~28日(土)
於:五頭連峰少年自然の家

福島の保養プロジェクトに皆様からの善意の募金が¥221,064集まりました。ご協力ありがとうございました。

新潟県生協連合会の主催で行われたプロジェクトに新潟医療生協から2名の看護スタッフとプログラムリーダー1名が参加しました。

福島の子どもたち31名が楽しく、仲良く、自然観察や野外炊飯を行いました。最後の別れの集いでは、子どもたちから、楽しかった。もう1泊したい。別れるのがさびしい。などの感想が寄せられました。また、保護者の皆様からは、しっかりとした企画・運営、子どもが少し大人になつて帰ってきた等の喜びの声が届きました。

募金という形で参加してくださった組合員の皆さん本当にありがとうございました。

組合員のみなさま



〈理念〉 協同互助の精神にもとづき組合員、地域住民の医療・保健・衛生・福祉の向上を図る
〈基本方針〉

1. 生涯にわたる健康管理活動の支援
2. 生活習慣病の予防と早期発見
3. 患者の権利章典」の豊かな実践
4. 診療情報の開示
5. 全人的医療を指向

新潟医療生活協同組合員現勢 (平成24年7月31日現在)
組合員数 38,796名 出資金総額 17億8,029万円

〈事業所〉	木戸病院	TEL.273-2151	石山訪問介護ステーション	TEL.276-7450
	健診センター	TEL.270-1831	訪問介護センターすみれ	TEL.276-5150
	木戸クリニック	TEL.274-7960	ケアプラン石山	TEL.276-6840
	石山診療所	TEL.276-5111	ほほえみの里きど	TEL.275-1121