



医療生協だより

まつしま

第146号 10月23日発行

■松島医療生活協同組合 組合員 6,310名 (2010年9月30日現在)

〒981-0213 松島町松島字普賢堂2-11 ■発行/生協だより編集委員会 ■印刷/松島(有)福田印刷
TEL. 022-353-2696 ■ホームページ <http://www.mmcoop.or.jp/>

『8つの生活習慣を』

- 1) 適正な睡眠時間(7~8時間)をとる。
- 2) 過労を避け、十分な休養をとる。
- 3) 喫煙をしない。
- 4) 過度の飲酒をしない。
- 5) 適度な運動を定期的につづける。
- 6) 低塩分、低脂肪のバランスのよい食事をとる。
- 7) 間食せず、朝食をとる規則正しい食生活をする。
- 8) 一日1回以上よこれを落としきる歯みがきをする。

10月1日

医療福祉生協連誕生



日本医療福祉生活協同組合連合会が誕生しました。

これまでの医療生協(日本生活協同組合連合会医療部会)が、10月1日から医療福祉生協連(日本医療福祉生活協同組合連合会)になりました。

医療生協は、日本生活協同組合(=日本生協連)のひとつの部として、医療と介護事業を担う生協がまとまって活動して来ました。これまで以上に、医療や介護事業の発展と、社会的な役割を担う目的で、部会であった医療生協を解消し、医療福祉生協連として新たに誕生しました。医療福祉生協連には、日本生協連に加入していた115の医療生協の全てが加入しています。日本生協連には医療福祉生協を通じて加入しており、これまでと同じように日本生協連の一員です。

今後は、法人格を持ったことで社会的な責任も求められますが、医療と介護事業を専門とする生協の連合会として発言力が高まり政府や自治体の政策等への関与が可能となり、全国の医療生協の仲間とともに医療と介護の事業と運動の発展に尽くすことになります。

医療福祉生協強化月間

仲間ふやして 頼りになる 医療福祉生協づくりを!

三つのあい(出あい・ふれあい・支えあい)で~
生命と暮らしの"ネットワーク=絆きずな"をひろげます。

2010年の医療福祉生協の強化月間は、「10月3日の健康まつり」を出発点に、支部合同や支部ごとの「スタート集会」で目標達成にむけて意思統一を図り、運動を進めています。

昨年の経験をいかして、支部の組合員と職員が協同して組をつくり、組合員になってほしいと訴えています。

対話や訪問行動では、医療生協の役割を見つめ直し、対話の中で地域の要求・要望をつかみます。

大きく仲間をふやし、地域へのアンテナをたくさん増やすことで、地域の課題・問題に敏感に反応することが出来ます。地域の課題を「協同組合らしく」組合員と一緒に解決していきます。

「一人ぼっちをなくす」「認知症になっても地域で暮らしつづけられる」「寝たきりにならない」"安心のまちづくり"を進めるために、支部と班の組合員活動を活発に進めます。

10月に設立された日本医療福祉生活協同組合連合会の役割を、広く組合員・地域にひろめます。

「健康をつくる 平和をつくる」医療生協のすがたを広くつたえます。地域における組合員の割合をたかめて、医療生協の役割を果たします。

2010年度・強化月間の目標

- Ⓐ 組合員ふやし 250名
- Ⓑ 出資金ふやし 1,000万円
- Ⓒ 「集い・班会」開催 66回
- Ⓓ 担い手を 100名 ふやします
(支部運営委員・ボランティア・配布協力者など)



1、期間

2010年9月27日~11月30日
約2ヶ月間

2、生協強化月間の目的

・めざすもの

- ①後期高齢者医療制度の廃止をめざし、医療・介護・社会保障を良くする運動と、核兵器廃絶と地球環境を守る運動を結びつけ、地域の方々との対話を幅広く進めます。
- ②「地域での対話と出会い」をひろげ、楽しく多彩な「班会」を開き、医療生協大好き「担い手」をふやします。地域住民と一緒に学び・行動する「新しい仲間=組合員」と「出資金」を増やします。
- ③職員は組合員と一緒に地域に出て、事業所と医療生協をPRし、意見・要望を聞いて満足度アップで組合員・住民から信頼される事業所・診療所をつくります。

3、出資金の使用目的は

今年は、海岸診療所の改修費用に700万円、新しい医療機器(胃カメラ)に300万円を訴えて増資をお願いします。

健康体操



健康体操のリーダー
(なるせの郷の職員)

品井沼太鼓



元気いっぱいの
品井沼太鼓

オープニング セレモニー



参加者のみなさんも
元気よく!

レッツカホロ



「レッツカホロ」の
華麗なフラダンス



▲来賓挨拶
宮城民医連
天下事務局長



▲来賓挨拶
松島町西村副町長



▲大友実行委員長の
開会挨拶

昨年「新型インフルエンザ」のため残念ながら、やむなく開催することができませんでした。

本年も松島町・大郷町・東松島市のご後援をいただき、十月三日(日) 松島町中央公民館において「二〇一〇元気いっぱい健康まつり」のスタートで開催されました。

今年も、元気いっぱい・若さあふれる「品井沼太鼓」と華麗な「レッツカホロ」のフラダンスがオープニングを飾り、続いて健康体操を行い、

屋外会場では、それぞれ趣向を凝らした模擬店や空クジなどの「おたのしみ抽籤会」。

屋内会場では、展示コーナー、健康チェック、骨密度測定、演奏(歌・踊り・民話・プロのジャズバンド(カルテットの演奏・コーラス)、お子さんに喜ばれる人形劇が行われました。

千二百名を超える多くの方に
「まつり」を楽しんでいただき、

一年ぶりに 健康まつり開催

2010 松島
健康まつり
今年はJAZZがくる!
白石屋敷のサウンドスペース
日時 10/3(日) 9:45~14:00
場所 松島町中央公民館
健康×クイズ (山崎・久中両先生)
お楽しみ抽籤券
各支部より参加協力券



ジャズバンド
「サウンドスペース」の
カルテッドによる演奏



屋内会場



特賞 (JTBの旅行券)



お楽しみ抽籤会



1等賞 (ガソリン・灯油利用券)

保活委員会による健康チェック



健康チェック



骨密度測定

「たすけあいの会」 メンバーの力作



展示コーナー



社保委員会による展示

各支部が 趣向を凝らした 模擬店 を出店。



北部支部 名物のお餅



海岸支部 おなじみの
焼そば、赤飯



大郷支部 おにぎり
玉こんにゃく



磯崎支部 栗ご飯、
サツマイモ、
タコ焼き



鳴瀬支部 いなり寿司
ジュース



石巻支部 わかめ、コンブ
杜仲茶



わはわ 米粉パン
いちごジャム



手樽支部 お茶とコーヒー



三小支部 とうもろこし
舞茸、
コンアブラご飯



保活委員会 ヘルシーがんづき



おたっしやテイ みそおでん



内科(こどもコーナー)



山色会 いかポッポ、
ホタテ焼き



松の実 団子、パン
クッキー

インフルエンザワクチン予防接種のおすすめ

昨年は新型インフルエンザ流行の影響により季節性・新型とも予防接種の優先順位が定められ、当院に対するワクチン納入も少なかった事から希望する方皆さんに接種する事が出来ず大変ご迷惑をおかけしました。

今シーズンのインフルエンザの予防接種は、新型インフルエンザと、季節性のA型、B型の計3種類を混ぜたワクチンとなっており、今のところ供給量が期待でき、昨年のような優先順位もありません。感染予防のために、あるいは感染したとしても病状が軽くて済むように当院では接種をお勧めしております。接種希望の方は内科まで是非ご連絡下さい。

【対象者】

- ・ 中学三年生以上 (15歳以上)

【接種期間】

- ・ 11月1日(月)～12月18日(土)まで(希望の方には10月から接種開始しております)

【接種時間】

- ・ 診療時間内および集中時間
集中時間:11月の月曜と木曜日13:30～14:00 (11/1、11/29除く)

【接種料金】

- ・ 一般…4000円
- ・ 65歳以上の方…2000円(松島町)、1000円(東松島市)
- ・ 生活保護世帯・非課税世帯の方…無料
- ※1 今年度の接種料金については市町村で決められています。
- ※2 満65歳以上の方は市町村で一部助成を行なっております。助成を受けるには市町村に申請し、送られてくる「高齢者インフルエンザ予防接種個人票」が必要となります。
- ※3 生活保護世帯の方は生活保護受給者証、非課税世帯の方は、非課税世帯証明書の提示が必要です。

【持参するもの】

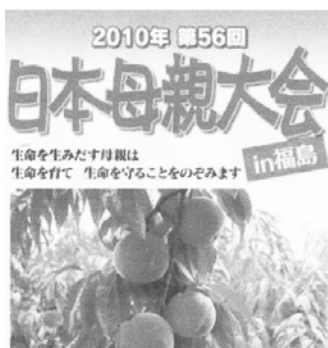
- ・ 印鑑(生活保護世帯の方・非課税世帯の方)
- ・ 生活保護世帯の方は生活保護受給者証、非課税世帯に属する方は非課税世帯証明書
- ・ 高齢者インフルエンザ予防接種個人票(65歳以上の方)

【申込み・問い合わせ先】

松島海岸診療所 医科
電話022-354-3702



「生命を生み出す母親は生命を育て生命を守ることを見守ります」のスローガンのもと八月二十八・二十九



第56回日本母親大会 in福島に参加して

磯崎支部 永沼 幸枝

の両日、福島県で延べ一万三千名のお母さんたちが核戦争から子どもを守り、平和な住みよい町を作ろうとの願いをこめて酷暑にも負けず親子ずれや職場の人々、世代を超えてここ日本母親大会に集いました。

宮城県からは延べ千二百三十五名、松島からは皆様の暖かいご支援により十名が参加しました。

初日の全体会は体育館で、周囲は収獲を待つ稲穂が垂れ私たちを歓迎しているかの様でした。



会場は二つのアリーナにわかれ、勇壮な霊山太鼓で開幕。
(次ページに続く)

初日は仙台から広島に着くまで約六時間新幹線の旅でした。広島に着くと、宮城とは比べられないくらい暑く駅には初めて見る水蒸気付の扇風機がありました。市電に揺られて原爆ドーム

午後からは開会式に出席、全国から沢山の人が集い、「核兵器のない平和で公正な世界を」のスローガンに話や活動報告を聞きました。開会式後には、青年の集いがあり、被爆者の体験をま

今回の活動で原爆をなくすことが、夢ではなく近い将来に実現可能になってきたと、語っていました。今回私は初めて広島に行き、教科書で学ぶものとは

違い、溶けたビンやポロポロになった服、壁に刺さったガラスなど原爆の傷跡や恐ろしさを間近で感じ涙が出るほど、心が痛かったです。そして、平和を願う大勢の方の思いや活動を知ることができ、とても良い経験ができました。

今回私は、二〇一〇年原水爆禁止世界大会に参加するために、八月三日から三日泊四日で広島に行ってきました。

二日目は、三十五度の猛暑日でしたが、水を片手に朝から原爆ドーム付近の小学校を巡りました。小学校の建物は被害の跡を生々しく残しており、壁には黒い雨の跡まで付いていました。そして、周りには沢山の鶴が飾ってありました。

四日目は、快晴のなか平和祈念式に参加、会場には沢山の人が集まり原爆の悲惨さ、そして、平和を願う黙祷をし、菅総理や広島市長の話が聞きました。



原水爆禁止二〇一〇年世界大会に参加して

なるせの郷 西塚 美香

を見学し、ホテルに着いたのが六時過ぎでした。二日目は、三十五度の猛暑日でしたが、水を片手に朝から原爆ドーム付近の小学校を巡りました。小学校の建物は被害の跡を生々しく残しており、壁には黒い雨の跡まで付いていました。そして、周りには沢山の鶴が飾ってありました。

三日目には、各自分科会に参加しました。私は、長崎を舞台にした「アンゼラスの鐘」というアニメーション映画を観てから、アメリカで原爆の授業をした教師の方の模擬授業を受けました。

とめた若者の話を聞きました。

(前ページからの続き)

主催者、来賓の挨拶の後、東北大学名誉教授の日野秀逸さんの「平和と健康は幸福の必要条件―憲法的人間像を求めて」の記念講演がありました。日野先生は石巻生まれで、お母さんは石巻代表で第一回の母親大会に参加しており、母親大会は社会と自分をつなぐ窓の様なもの。人々が幸せに生きるためには、平和がいかに大切かを国際的・歴史的視点からのデータを示しながら説き明かし、平和で健康で文化的な暮らしには、不断の努力によって憲法に立脚した福祉国家を目指す事で、女性の果たす役割は大きいと話されました。次に少年少女をまじえたフラ・タヒティアンダンスは、目をみはる華麗なダンスで魅了されました。

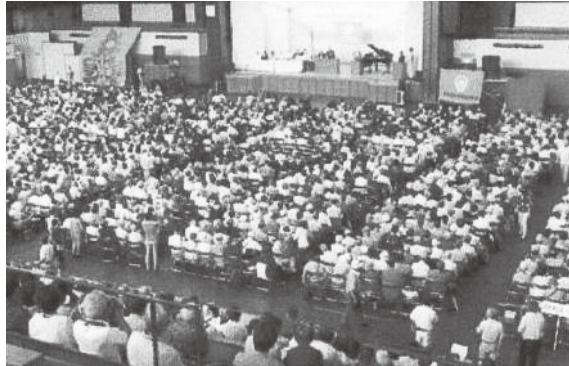


その後恒例の構成劇「今日の運動」では全国からのたかいたか、運動が報告され、憤りやら笑いやらと感動の

ひとときでした。最後に大会決議とアピールが採択され一日目は終了しました。

二日目は福島大学に場所をかえ、こども・くらし・権利・平和・シンポジウムと四十一の分科会にわかれて行われました。特に税金・医療・権利・改定五十年安保条約・東北の民話等の分科会では会場いっぱいだったままや床に座ったりなど、この暑さにもめげず真剣に討論・話し合いがされました。

この大会に参加して学び、交流して得たすばらしい経験を生かすため若い世代と共に地域に根ざして誰もが人間らしく生きられる平和な二十一世紀の実現を目指して行動する一人となるための決意を新たにしました。ご支援いただきました組合員のみなさま大変ありがとうございました。



水戸の高齢者大会に参加して

大友 昌

第二十四回日本高齢者大会が九月十三〜十四日水戸市で開催され、松島から私と佐田・小野寺さんの3人で参加してきました。



今年、高齢者の孤独死や熱中症の急増でひとりぼっちの高齢者が大きな社会問題となる中で開催されました。大会には、元気な高齢者が全国から延べ四千五百名が参加されました。

私達三人はそれぞれ分科会に分かれ、佐田さんは、最低保障年金へ、小野寺さんは、高齢者の施設づくりへ、私は消費税と安保の講座に参加し、大変貴重な勉強と経験をさせていただきました。ここで学んだことを今後地域の中で少しでも生かされるようにしようと話し合ってきました。



二日目の講演は「一人のいのち・音にもいのち」という演題で、作曲家で東京音楽大学教授の池辺晋一郎先生が、豊富な経験を實際にピアノを弾きながら分かりやすく話されました。音にも「いのち」があるということがよくわかり、平和を願う心情が強烈に印象に残るものでした。



▲池辺晋一郎先生

二日間の大会は、なによりも社会保障を充実し、核兵器のない平和な世界を

東北ブロック組合員活動交流集会

磯崎支部 永沼 幸枝

「まちに元気の風を送ろう」のテーマで、東北ブロック組合員活動交流集会が九月十六・十七の両日に岩手県盛岡市で開催され、松島からは十五人、東北ブロック(岩手・青森・山形・福島宮城)で四百名の参加でした。



つ・基調報告につづき、碧野の副任職・太田宣承さんの「時代を紡ぐ」と題したの記念講演がありました。宣承さんは三十六歳で元村長で碧野の住職太田祖電(百歳)さんのお孫さんで、特養ホーム光寿苑の副院長のかたわら西和賀ふくし友の会を立ち上げており、講演内容も医療生協の「出あい・ふれあい・支えあい」と三つの「あい」にピタリでした。



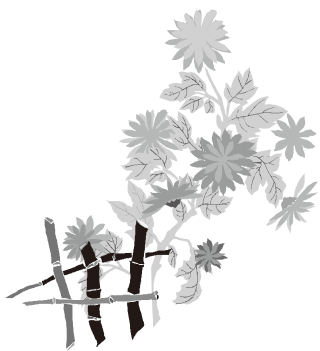
十三時、盛岡医療生協の「いのちをつなぐ人達」の歌と踊りと太鼓でオープニング。

主催者、来賓のあいさ指して、町から村から孤立の壁を破って大同団結し高齢者の底力発揮しようのアピールを採択して閉幕しました。最後になりましたが、多くの方々から多大のご協力を頂きましたことに対し心から御礼を申し上げます。有難うございました。

今年の分散会は、「地域に頼られる医療生協であるために」
一、地域のくらしはどうなっているのか?
二、地域に発信する支部の活動、交流
三、日常的なふれあい活動
四、地域に役立つ職員との協同



の同じテーマで二十四の分散会にわかれ、発言しやすい様にとの配慮でしょうか、一分散会に十六〜十八人のグループで「日頃の取り組み・悩み・希望・夢」を充分に語り合う事ができた有意義な分散会でした。又、「花びらの用紙」が渡され夫々の想いを書き、それが翌日の全体会のステージに「夢の樹」として飾られるとの事です。
二日目は全体会です。「夢の樹」が満開となってステージを飾りました。(次ページに続く)



分散会のまとめと、「夢の樹には」

①「たまり場がほしい」公的機関を無料で借りられる市民権を

②五兆円の軍事費を医療費に使ったら医療は大きく変わる

③国民年金で入居できる住宅がほしい

などいっぱい夢、希望がだされました。何とすばらしい「夢の樹」のアイデアでしょう。この花が次々と実をつける様に頑張らなければと心を新たに交流会でした。



(前ページからの続き)

今年度、活動の計画にヘルシー料理を行う事にして診療所の厨房にて実施しました。メンバーは主婦層数十年のベテラン主婦の方々であり、調理中にお互い声



数年前より「セラバンド」体操や「ころぼん体操(転倒防止)」も行っています。参加者からは大変好評で秋にも「ころぼん体操」を行う予定になっています。



私たち保険活動委員会は、主に健康チェック(血圧・体脂肪など)を、みやぎ生協松島店や石巻地域で行っています。

保健活動委員会の活動について

保健活動委員 菊池 利江

を掛け合いながら経験上のアドバイスなどをしながら、手際よく、楽しく調理を進めていました。



メニューに関しては雑誌や広報誌に掲載されている料理を参考に、旬の食材もとり入れました。メインの料理は「とうふのハンバーグ」です。とうふの水分が多く、くずれやすいようなハンバーグもありましたが、さすが！ベテランメンバー、レンジを活用して完成させることができました。もちろん味は薄味でまさにヘルシー料理でした。

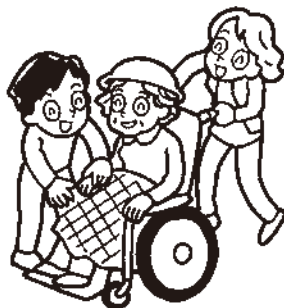
調理の基本などを教わり大変勉強になった日でした。



「レインボーの会」の紹介

会代表 名雪 洋子

「レインボー」はデイケア「おたっしゃデイ」のボランティアグループです。七年前に「おたっしゃデイ」が出来たときから「レインボー」のボランティア活動が始まりました。最初は二、三人でスタートし、現在は二十人の会員となりました。



普段は、利用者の方がいらっしゃる九時過ぎからお茶を出したり、お話をしたり、手作業をしたり、一緒に午前中を過ごします。昼食時には配膳の手伝いをし、私たちも昼食をご馳走になり一時過ぎに帰ります。

「おたっしゃデイ」の職員の方々は、やさしく親切にいきいきと大変なお仕事に情熱を持って取り組まれており、いつも感心しています。

お花見・運動会・敬老会・もみじ狩り・クリスマス・正月の書初め・ひなまつり等の行事には利用者の皆さまと共に大いに楽しんでいきます。月に五、六回ボランティアをする方もいますが、月に一、二回の方が多ようです。

また、人生の先輩でもあるお元気な利用者の皆さま

「連続学習会」開催のお知らせ

第一回学習会

(教育委員会主催)

日時 十一月二十五日

(木) 十四時～

場所 松島町中央公民館

演題 「歌は世につれ、世は歌につれ」

講師 松島医療生協常任

理事 名雪 英三氏

今後、年度中に第二回、四回を順次開催いたしますので、皆様には是非受講していただきたくご案内いたします。

松島海岸診療所 診療案内

●内科 ☎(022)354-3702

	午前			午後		
	7:30	8:30	12:30	15:00	17:30	18:00
月		山崎		山崎		
火		山崎・吉田(内視鏡)		休診		
水		山崎		村口・山崎(往診)		
木		山崎		山崎		
金		山崎		山崎		
土		山崎・溝口で交替				

※受付は診療時間終了30分前までをお願いします。
※木曜日の7:30からの診察は予約制です。

●歯科(予約制) ☎(022)353-2717

	午前		午後・夜間	
	8:45	12:00	14:00	17:00
月	診療		診療	
火		診療		
水	診療		診療	
木		診療		
金		診療		
土	診療		診療	

※急患受付は診療時間終了30分前までをお願いします。
各担当歯科医師の診療日は不規則ですので受付までお問合せ下さい。
歯科医師(常勤) 久中・町田理恵・町田実恵(嘱託) 井上
(非常勤) 岩松・遠藤・佐藤
(矯正担当非常勤) 河内

●訪問看護ステーション「まつしま」

月～金	9:00～17:00
土	9:00～12:00

●デイケア(おたっしゃデイ)

月～金	9:15～16:15
-----	------------

●介護相談センター

月～土	9:00～17:00
-----	------------

●デイサービス(なるせの郷(ひなたぼっこ))

月～土	9:15～16:15
-----	------------

各事業所等の連絡先

- 松島海岸診療所(内科) ☎022-354-3702
- 松島海岸診療所(歯科) ☎022-353-2717
- 介護相談センター ☎0225-86-2235
- 訪問看護ステーション「まつしま」 ☎022-353-3295
- なるせの郷(ひなたぼっこ) ☎0225-88-3836
- デイケア(おたっしゃデイ) ☎022-354-3702
- まつしまくらしの助け合いの会 ☎022-353-3309
- なるせくらしの助け合いの会 ☎0225-88-3836
- 松島医療生協(事務局) ☎022-353-2696
- 組合員活動部(組織部) ☎022-353-3309