



医療生協だより

まつしま

第150号 1月1日発行

■松島医療生活協同組合 組合員 6,400名 (2011年11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回以上よごれを落としきる歯みがきをする。

私達の医療生協も、職員・組合員の尊い命を失い、施設も甚大な被害を受けましたが、悲しみを乗り越え、全国の仲間の大きな支援と組合員の努力により、ほぼ

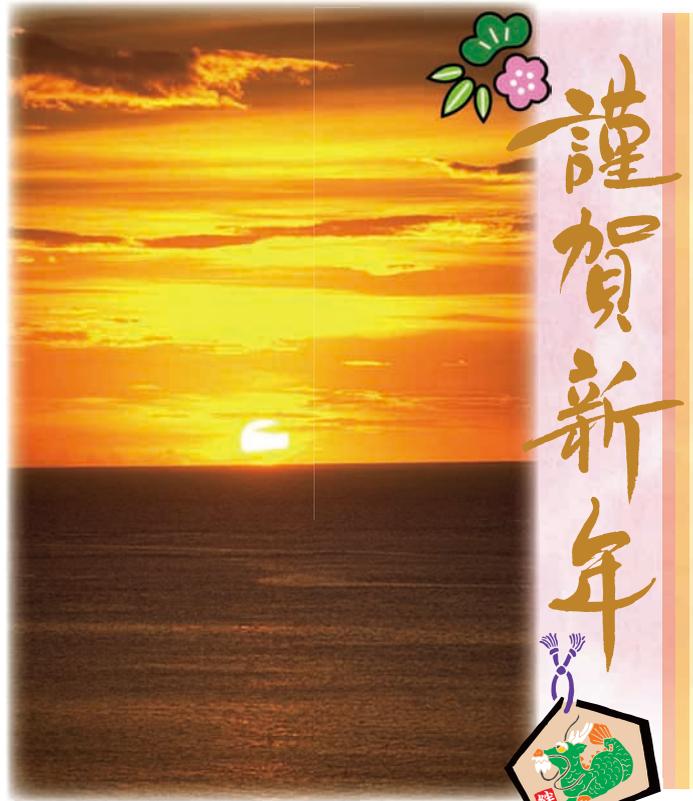
こった東日本大震災、地震・津波・放射能という未曾有の大災害となりました。すでに九ヶ月が経過し、新しい年を迎えましたが、被災地の復旧・復興はまだまだこれからです。

理事長 大友 昌
新年あけまして
おめでとうございます
昨年は、三月十一日に起



全面的な事業の再開ができるようになりました。また、十月には、組合員の元気を願い「健康まつり」をこれまでと趣向を変えて実施し、大きな成功を収めることができました。私達は、今度の災害で仲間の「絆」の尊さを身をもって知ることができました。

この力に依拠して、今年は大きな事業として、新しい介護施設の建設を成功させなければと考えています。私達は、これまで以上に、医療福祉生協の理念に立って高齢者にやさしいまちづくりのために組合員の皆さんと一緒に一層努力していきたいと思えます。



謹賀新年

専務理事 青井 克夫
昨年三月の東日本大震災から早九ヶ月余が過ぎ、二〇一二年を迎えました。大震災により愛おしい方や貴重な財産を失って、未だ癒えていない方や再建も



備ならない方にも「新しい年」が巡ってきています。さて、松島医療生協も大震災で尊い組合員と職員と「なるせの郷」を含む資産を失いました。大震災後、全国から駆け付けてくれた民医連や医療福祉生協の仲間と被災地を支援する大きな「絆」の後押しで、復興・再建に向け前進をはじめ

る「なるせの郷」の復興事業である「まつしまの郷」の建設を、早く成功させると共に、事業経営のより一層の安定化を目指します。医療生協運動と組織強化は、松島医療生協組合員と地域の「絆」を深めるために、医療福祉生協の三つのあい(出会い、ふれあい、支えあい)の運動を、飛躍的に前進させましょう。幾多の困難は付き物です。全



診療所長 山崎 武彦

組合員のみなさん、地域のみなさん、新年明けましておめでとうございます。医療生協も松島海岸診療

所も、震災の被害は大変厳しいものでしたが、組合員のみなさんや職員の奮闘、全国からの大きな支援によって、復興に向けて力強く前進を始めるなかで新しい年を迎えることができました。

今年も職員一同、しっかりと頑張りたいと思っておりますので、よろしくお願いたします。



歯科所長 久中 聖史

昨年の三・一一大震災は私達の生活を一変させました。当日まで歯科に通院していた患者さんも津波に遭い命を落としており、その方を含めると分かっている

だけで二十四名の方が亡くなってしまいました。自分が診ていない患者さんであっても顔がすぐ浮かんでくる方々ばかりです、思い出すと今も心が痛みます。

また、自分のことながら実家のある福島は原発事故もあって、家族は茨城での避難生活を今も続けています。旧鳴瀬地区をはじめとする震災地域の復旧と、被災者の生活再建の苦勞を思う

組合員・職員の「知と力」を結集し必ず乗り越え、全国の仲間の「絆」に応えましょう。二〇一二年が良い年になることを祈念し「新年明けましておめでとうございます」を年始のご挨拶とさせていただきます。

介護部長 壇崎 祐夫
新年あけまして
おめでとうございます
昨年は、東日本大震災により、なるせの郷デイサービス

の流矢や松島海岸診療所のエレベーターが長期間にわたり故障するなど多大な損害を受けました。しかし、全国からの医療福祉生協連や民医連等の支援により、徐々に日常生活を取り戻しつつあります。そして微力ではありますが

八月から毎月仮設住宅での血圧測定班会や脳いきいき班会に取り組むことが出来るようになって来ました。



血圧測定班会を案内する看護師

(前頁からの続き)
今年は、計画より遅れている「なるせの郷の復興」を含めた「まつしまの郷」の建設・開設をぜひ成功させたいと思います。

「まつしまの郷」は、なるせの郷で「くなられた人々の思いを大切にしながら、医療福祉生協連が呼びかけている「ひとりぼっちが一番の危機」を合言葉に、「三つのあい(出会い・ふれあい・支えあい)の運動」の活動拠点のひとつとなるような施設づくり、運営をスタッフと共に目指したいと思っています。今年もよろしく、お願いいたします。

組織委員会



佐藤 美穂子
昨年は、医療生協強化月間に向けて支部の皆さんには大変ご協力を頂き、ありがとうございました。

強化月間の一環として、十月二十七日松島運動公園で、組織委員会主催のグラウンドゴルフが行われました。組合員十五名の参加で十一月八日の月間のスタートに向けて、皆さんの意気込みがグラウンドゴルフに現れていたような気がします。天候にも恵まれ程よい汗をかいた後は、強化月間に



向けて「組合員ふやしに頑張らしよう！」と、組織委員長の力強い挨拶がありました。

十一月八日スタート集会では、月間推進委員会を立ち上げ、支部ごとの計画に基づいた取り組みで、月間中に年間目標の八割をやり遂げる事を確認しました。

又、月間スタートにふさわしく、ウォーキング班会もその日に行われています。年間目標の達成を目指して、これからも「組合員ふやし」にご協力をよろしくお願い致します。

社保委員会



署名についての報告とお願い

社保委員 高橋 康則

社保委員会は署名活動を中心に、地域の社会保障を良くするために民医連と協力して学習や運動、集会への参加を行っています。また、松島にある「松島

九条の会」や「松島母親連絡会」、「松島年金者組合」にも協力をしています。
昨年の三・一一東日本大地震以降、津波や福島原発の影響で地域情勢は一変しました。診療所での社保活動も一時は復旧作業に追われて停滞していましたが、時間が経つとともに課題が明確になり署名も大幅に進しました。

「保健で良い歯科医療を求める署名」は、全国と合わせて二十五万七千筆を集め、一昨年に引き続き大きな運動になりました。この署名用紙は十二月一日に国会へ提出しています。

「保健で良い歯科医療を求める署名」は、全国と合わせて二十五万七千筆を集め、一昨年に引き続き大きな運動になりました。この署名用紙は十二月一日に国会へ提出しています。

現在は、「社会保障の充実を求める署名」を六月までに約二千筆集める予定で取

昨年の各署名の到達状況

内容	実績(筆)
福島原発廃止を求める署名	525
保健で良い歯科医療を求める署名	627
医療費免除期間延長を求める署名	103



り組んでいます。政府が進めようとしている「税と社会保障」の一体改革は、消費税増税や年金支給年齢の引き上げなど、国民、特に低所得者に負担が重くのかかる改悪です。

震災で失業や生活困窮者も増えて、改めて雇用・医療・介護など社会保障の充実が必要になっています。

また、雇用強化で個人所得を上げ地域経済を活性化させるような仕組みを作り、人間らしい生活が出来るようにする所得の再分配機能強化など、政府に訴えていますので是非ご協力下さい。

保活委員会



保活委員 菊池 利江

保健活動委員会の活動は、地域のみなさんの保健予防活動を行っています。

月に一回の定期委員会を開催し、活動の計画や内容を確認して、交替で活動に参加しています。

会議は、いつも楽しくそれぞれの経験やアドバイスなどをしながら、堅苦しい会議ではなく和やかな雰囲気で行っています。

主な活動としては、地域に出向いての健康チェック、転倒予防の為にこぼれん体操などです。健康チェックについては、みやぎ生協さんの協力をいただきながら、不定期ではありますが、血圧・体脂肪測定を行い、アドバイスなどしています。

震災前は石巻方面にも参加していました。十一月から、仮設住宅での健康チェックも実施しています。いろいろな話を聞きながら、心も健康にもなっていたらいいと思います。

こころばん体操については、足腰の筋力と柔軟性を高める事でバランス能力、敏捷性を向上させ、転倒し難い身体作りができるように体操を行っています。不定期の開催ではありますが、大

変好評ですので興味のある方は、保活委員会までご連絡ください。



松島医療生協 組合員の活動紹介

海岸支部

「脳いきいき班会」に参加して

介護相談センター 佐々木初代
七月二日(土)に認知症予防の学習会に参加された組合員の方から、海岸支部で「脳いきいき班会」を開催したいとの希望があり、第一回の脳いきいき班会を七月二十九日に中川さんのお宅で開いてから、十二月二日まで五回の班会を行ってきました。

みんなで認知症予防

鳥取大学医学部 竹田研究室

認知症の勉強をし、皆さんが自宅で出来る「脳いきいき五力条」のお話を行いました。月一回の班会では、五力条の繰り返しや季節の話、時には夫婦のお話の話題など年輪を重ねてきた方々のとても楽しいお話を沢山聞かせて頂きました。

高城支部 地域の纏め役

高城支部 佐田 紀元

十一年前、松島医療生協の理事を辞められた「浅野満雄さん(高城支部)」の後に私が理事に就き、即支部の役員会に入り、支部長にその当時理事を務めていらした「奥平勝保さん(故人)」を強く推薦しました。しかし、奥平さんがあまりにも辞退するため、それではと副支部長に就いていた



運営委員の皆さん

就いていただきました。そして、その当時「医療生協だより・まつしま」の仕分けをしたり、健康講座などの活動の中心になっていらした「高橋道子さん」を含む四人を中心に役員会の切り盛りと支部活動を進めてきました。

理事が支部長に就くのではなく、地域との繋がりの深い組合員の中から役を引き継いでいただきたいと私は考えていましたから、そのことを頑なに守って来ました。地域の人々の色々な実情をよく分かっている、地域の組合員を纏めるのに相応しい人に支部長を務めていただき、その手腕を信じ、期待した訳です。

私はトップではなくセカンドを務めたかったです。あれから浅野満雄さん、相沢詮さん（故人）、横田きえ子さん、磯崎和恵子さんと順に支部長を務められました。



手芸班会

その主な内容は、「震災・放射線」「熱中症」「リフレッシュ運動」「手芸作品作り」「脳いきいきいき」班会と移動班会（レクリエーション）でした。



脳いきいき班会

今では運営委員が十五人になっていきます。出資金集めを熱心にして下さる方が三人もいて頑張っています。

磯崎支部
支部長 品川 聖治

二〇一〇年度の班会開催は目標回数を実施出来なかったもので、二〇一一年度は班会開催の目標達成を重点項目として運営委員さんを中心に活動していただき、昨年末中に年間目標とした二十回を達成することが出来ました。

班会を定期的に数多く開催した結果、特にうれしいことは、毎回出資金を増資してくれる方が増加していることです。また、強化月間中の訪問活動では、移動班会に参加された組合員さん宅においては話しやすく、ご家族に加入していただけた例もありました。

今年も更に交流を深める催しを開催して行きたいと思えますので、ご協力よろしくお願いたします。

二小支部
支部長 佐藤 広

昨年、二小支部は初めての支部総会を開催しました。初めての事なので早くから準備を進めていましたが、三月の東日本大地震と津波で多くの組合員の方々が被災し、開催予定が大幅に狂ってしまい、七月三十日ようやく開催にこぎ着けました。

総会という堅苦しく感じ、参加する人が少ないのではと心配しましたが、五十名を超える支部組合員が参加してくれ、支部の活動方針や支部規約を決めました。二部の交流・懇談では、踊りなどの披露もあり大いに盛り上がりました。

十一月八日、強化月間でスタート集会の後、診療所で準備運動をしてから、瑞巖寺の周辺を歩きました。天気も良く、気持ちよく汗をかいて、月間中にまたやろうと約束しました。

今年も支部総会を医療生協の総代会の前に開催することを役員会で決定、十分な準備をし、成功させたいと思っています。また、春と秋の移動班会を通じ、支部組合員の交流を図りながら「であい・ふれあい・支えあい」の心で医療生協運動を進めていきたいと思っています。

十一月八日、強化月間でスタート集会の後、診療所で準備運動をしてから、瑞巖寺の周辺を歩きました。天気も良く、気持ちよく汗をかいて、月間中にまたやろうと約束しました。

今年も更に交流を深める催しを開催して行きたいと思えますので、ご協力よろしくお願いたします。

二小支部
支部長 佐藤 広

昨年、二小支部は初めての支部総会を開催しました。初めての事なので早くから準備を進めていましたが、三月の東日本大地震と津波で多くの組合員の方々が被災し、開催予定が大幅に狂ってしまい、七月三十日ようやく開催にこぎ着けました。

総会という堅苦しく感じ、参加する人が少ないのではと心配しましたが、五十名を超える支部組合員が参加してくれ、支部の活動方針や支部規約を決めました。二部の交流・懇談では、踊りなどの披露もあり大いに盛り上がりました。

今年も支部総会を医療生協の総代会の前に開催することを役員会で決定、十分な準備をし、成功させたいと思っています。また、春と秋の移動班会を通じ、支部組合員の交流を図りながら「であい・ふれあい・支えあい」の心で医療生協運動を進めていきたいと思っています。

十一月八日、強化月間でスタート集会の後、診療所で準備運動をしてから、瑞巖寺の周辺を歩きました。天気も良く、気持ちよく汗をかいて、月間中にまたやろうと約束しました。

今年も更に交流を深める催しを開催して行きたいと思えますので、ご協力よろしくお願いたします。

二小支部
支部長 佐藤 広

昨年、二小支部は初めての支部総会を開催しました。初めての事なので早くから準備を進めていましたが、三月の東日本大地震と津波で多くの組合員の方々が被災し、開催予定が大幅に狂ってしまい、七月三十日ようやく開催にこぎ着けました。

総会という堅苦しく感じ、参加する人が少ないのではと心配しましたが、五十名を超える支部組合員が参加してくれ、支部の活動方針や支部規約を決めました。二部の交流・懇談では、踊りなどの披露もあり大いに盛り上がりました。

今年も支部総会を医療生協の総代会の前に開催することを役員会で決定、十分な準備をし、成功させたいと思っています。また、春と秋の移動班会を通じ、支部組合員の交流を図りながら「であい・ふれあい・支えあい」の心で医療生協運動を進めていきたいと思っています。

松島海岸診療所 診療案内

☎(022)354-3702

午前		午後	
7:30	8:30	12:30	15:00
月	山崎		山崎
火	山崎・吉田(内視鏡)		休診
水	山崎		山崎
木	山崎		休診
金	山崎		山崎
土	山崎・応援医師で交替		

※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。

☎(022)353-2717

午前		午後・夜間	
8:45	12:00	14:00	17:00
月	遠藤・久中(隔週)	遠藤・久中(隔週)	
火	佐藤	久中・佐藤	久中
水	久中	久中	18:00
木	久中	久中	
金	久中	久中	
土	遠藤又は久中	遠藤又は久中	

※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。

●訪問看護ステーション「まつしま」
月～金 8:30～17:30
土 8:30～12:30

●デイケア(おたっしやデイ)
月～土 9:15～16:15

●介護相談センター
月～土 8:30～17:30

仮設住宅での「血圧チェック・健康相談会」

東松島市(旧鳴瀬町)の仮設住宅で、血圧測定・健康チェックと健康相談会を、定期的に行っています。

血圧を測りながら、震災時の様子や仮設住宅に入居するまでの経緯、現在困っている事等、健康と生活について話が続きしました。また、支援物資として、「湯たんぽ」をお届けしました。

十一月二十二日、仙台市で「丸紅基金の東日本震災復興補助金」(東北関係五十四団体)の贈呈式がありました。

当医療生協も対象団体に選ばれ、三百万円(軽自動車二台分)の贈呈をうけ、有難く受領してきました。

助成金の贈呈を受けました

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 ☎022-353-3185
- 訪問看護ステーション「まつしま」 ☎022-353-3295
- デイケア(おたっしやデイ) ☎022-354-3702
- まつしまくらしの助け合いの会 ☎022-353-3309
- 松島医療生協(事務局) ☎022-353-2696
- 組合員活動部(組織部) ☎022-353-3309

2011 松島医療生協

健康祭

まつり



オープニング
セレモニーの
フラダンス



オープニング
セレモニーの
五大大堂太鼓



受付

10/23(日)
9:45~14:00



社保委員会の
署名活動



手芸品の展示
(助け合いの会)



屋食用の焼き
そばの準備
(海岸支部)



東日本大震災により大きな被害を受けたため、「健康まつりは中止したら」との意見がありました。このようなただだからこそ実施すべきとの声の方が多かったため、「震災復興で絆を強めよう」のスローガンで実施することにしました。

今回の「健康まつり」では、例年の内容を変え、模擬店をなくし、会場を屋内のみになりました。

オープニングは「五大大堂太鼓とフラダンス」に飾ってもらいました。

また、午前中に今問題の放射能のことをテーマにした講演を坂総合病院の庄司とも子医師に行っていたいただきました。

抽選会も趣向を変えて実施しました。なお、舞台での演芸等は従来通り行いました。



健康チェック
コーナー



骨密度測定
コーナー



健康〇×クイズ
時の会場



人形劇



にんぎょうげき



民謡語り
(飯川ツルさん)



特別講演
放射能とわれわれの
生活と健康
(講演者：庄司医師)



お楽しみ抽選会



特賞当選
おめでとう



有志による
コーラス



舞踊(八扇会)