



医療生協だより

まつしま

第155号 4月17日発行

松島医療生活協同組合 組合員 6,273名 (2013年3月31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。

## 今秋オープンめざし、

## 「まつしまの郷」着工す

専務理事 青井 克夫

「まつしまの郷」(デイサービスなど複合介護事業)の新築工事が、三月二十七日(水)に地鎮祭を執り行い、スタートしました。



竣工は九月二十日予定で、デイサービスのオープンは十月中旬頃を予定しています。

「まつしまの郷」は東日本大震災大津波で全壊した「旧なるせの郷」の再建事業で、松島医療生協の復興第一期目の工事です。

「まつしまの郷」建設着工までには、紆余曲折があり、皆様にはご心配とご迷惑をお掛けしました。建設地が、当初の松島町高城から松島海岸診療所向いの駐車場に変更し、設計見直しなどで着工も一年遅れました。建設地の変更で診療所との医療連携が図られ、設計見直しでより良い施設機能と職



員の働きやすい労働環境の充実を盛り込むことが出来ました。最新の入浴設備や、エレベーターの設置、災害時に緊急避難施設に転用可能なスペースの確保、脱原発運動の観点から太陽光パネルの設置も可能な施設になります。

建設費は土地購入費を含め約二億円です。第一期の建設費用は、震災義援金と名古屋の篤志家様からの寄付金を基に、宮城県災害復旧支援事業費補助金と、福祉医療機構からの借入金で賄います。「まつしまの郷」完成後に、第二期工事を計画しています。歯科のある木造棟は、震災で『半壊程度』と診断されています。震災後、応急修理で診療を継続していますので、歯科を鉄筋棟の二階に改修移設し、更に二階の医科の診療環境整備を行います。第二期工事費用は五、六千万円程度を予定しており、改修工事費用は出資金増資で賄わなければなりません。連続する工事で膨大な

投資になります。東日本大震災からの復興・再建と、松島医療生協の未来を築く為に、組合員と職員が結束し必ず成功させましょう。

### 松島医療生協 組合員活動の交流集会



二月十七日(日)松島町の「ホテル・パレス松洲」を会場に「第二十二回組合員交流集会」が『いきいき元気・医療生協』のスローガンのもとに百五十五名の参加で開催されました。

午前の第一部では、日本医療福祉生協連の「藤谷

恵三専務理事」に『東日本大震災から二年「医療生協連の役割と松島医療生協に期待すること』というテーマで講演していただきました。

続いて活動報告に移り、鳴瀬支部の山本幸子さんと石巻支部の楳林由美子さんから大震災後、支部でどのような活動を行ったか、組織部の青木幹子副理事長から総合的組合員活動、事業所から青井克夫専務理事がそれぞれ報告を行いました。



午後の第二部(交流会・演芸会とお楽しみ抽選会)では各支部の芸達者な方々のご自慢の芸の披露を楽しみ・談笑で盛り上がりました。また、最後に抽選会では当選番号が発表されるたび当選者から歓声があがるなど楽しく和やかなうちに終了しました。



## 第49回 総代会のお知らせ

第49回総代会を次のように開催いたします。

日時 6月22日(土) 13時~  
場所 ホテル・パレス松洲

### ●予定議案

- 第1号議案の① 2012年度事業報告の件
- 第1号議案の② 2012年度決算報告及び剰余金処分の件
- 第1号議案の③ 2012年度監査報告
- 第2号議案の① 2013年度事業計画(案)の件
- 第2号議案の② 2013年度年度予算(案)の件
- 第3号議案 役員報酬最高限度額の件
- 第4号議案 定款一部改定の件
- 第5号議案 役員改選の件
- 第6号議案 議案効力発生





海岸支部

ひなまつり班会

森 美津子



三月四日、春の日差し... 班会が開かれました。班会では「おひなさまの歌」を童心に帰って合唱したり、理事長さんの「手品」や、「般若心経」を少し解説して頂きました。手品のトリックは何度見ても分かりませんでした。種明かしの時に騙されな...

と思いましたが。とても役立つ教えます。

集まった皆さんが参加しているサークルの活動内容や日常実践していること等を和気あいあいと話していました。家に閉じこもらないで外に出ましよう！と、とても前向きで元氣の出る班会でした。娘さんが飾ってくれた、「おひなさま」とても見事で見とれてしまいました。会場を提供してくれた松本さんに感謝いたします。ありがとうございました。

高城支部

さわやか班会発進中

名雪 洋子

最初はコーラスグループの人を中心に折り紙で「おひなさま」を作る班会を開きました。講師は森竹洋子さんで十人集まりました。

ひなまつり目前の二月八日でしたのでタイムミンも良く皆さんにとっても喜んでいただきました。

二回目の班会は、三月八日(金)勤労者青少年ホームを会場に「新聞紙バッグ」を作るということで、相沢喜江子さんを講師に十三人が集まりました。

二回とも三百円の会費で軽食を作り、楽しく充実したひとときを過ごしました。



今後どんな班会にした... 仲間を増やせるか等話しあいました。

今回は四月十二日(金)に「ウオーキング班会」とし福浦島へ行くことにしました。

磯崎支部

二〇一二年度に実施した班会の内容

支部長 品川 聖治

- 4月24日 十三名参加 民生委員の仕事について
5月15日 十五名参加 ストレッチ体操、健康増進チェック、健康クイズ、軽食会
6月13日 八名参加 脳いきいき終了式
6月19日 二十九名参加 訪問看護について
7月10日 十五名参加 木目込み手芸、軽食会
7月10日 三名参加 総代会の内容、まつしまの郷について

7月16日 五名参加 家庭菜園、栽培技術と食べ方

7月31日 十七名参加 DVD(未来への決断・ノーモア原発)上映

(学習)会、軽食会
8月21日 五名参加 緑のカーテン、節電について(虹のネットワーク)の読み合わせ

8月28日 十一名参加 手芸(牛乳パックで作る小箱)、軽食会

9月25日 十三名参加 手芸、強化月間の呼びかけ、軽食会

10月23日 四名参加 虹のネットワーク(読書と眼の健康)読み合わせ、強化月間の呼びかけ

10月31日 二十八名参加 移動班会(川渡温泉・玉造荘)

11月27日 十五名参加 手芸(干支作り)、体操

12月19日 十七名参加 DVD(オスプレイ配備問題、放射線内部被爆から子どもを守るために)上映(学習)、軽食会

1月17日 四名参加 高血圧予防のための食事について

1月24日 六名参加 虹のネットワーク(確定申告・医療費控除に

ついて)読み合わせ、対象になる・ならない医療費について話し合う

1月29日 十八名参加 DVD(TPPで日本はどうなる)上映(学習)、軽食会

2月14日 五名参加 手芸(新聞紙と綿布で作る肩たたき棒)

3月13日 二十名参加 DVD(映画・母べい)観賞、軽食会

二小支部

活動の基本は 楽しく元気に

支部長 佐藤 広

三月の運営委員会... 年度の活動について話しあいました。

昨年の主な活動として... 出資金増やし・班会開催・担い手増やし... 支部目標を達成することが出来ました。

今年も五月に支部総会を開き、その中で「楽しく、元気に」をモットーに... 支部の企画で支部組合員どうしの交流を図って... 活動を基礎とします。

リアすることが出来まし... た。



▲移動班会で学習も

今、医療生協では海岸診療所前(元駐車場跡)にデイサービス等の介護住宅複合施設(まつしまの郷)の建設を進めており、建設にむけての出資金増資運動を進めていくことになっています。

二小支部としても、昨年の反省をふまえ出資金増やしの取組みに力を入れていきたいと思っており、増資運動を進めながら併せて現在二口会員(千円会員)の皆さんに、医療生協の方針にもある五口会員迄の取組みを二小支部二ユース等で訴えていきたいと考えています。

今年も五月に支部総会を開き、その中で「楽しく、元気に」をモットーに... 支部の企画で支部組合員どうしの交流を図って... 活動を基礎とします。

北部支部

「脳いきいき班会」講座を終了して

北部・上竹谷班 大友 昌

上竹谷班では、昨年七月から「脳いきいき講座」を開催してきました。二月二十二日、十二名が無事終了し、卒業証書を頂きました。



参加された皆さんが積極的に協力しあい、毎回、和気あいあいの中で、一ヶ月間の自分の取り組みを報告し、大声で音読。ゲームや歌や体操であったという間に二時間が過ぎてしまいました。特に佐々木たつえさんから「輪投げ」の道具が寄贈され、ゲームの中に取り入れさせて頂きました。賞品等も用意して腕を競い合いました。(次ページへ続く)



参加者の皆さんからは大変有意義な講座だと話され、これからも、月に一回の集まりの中で、これまで経験した事を無理しない程度に取り入れて、元気な老人を目指して行こうということになりました。

**太郷支部**

**「泊まりの班会」で交流**

山崎 定子

「食事をしてゆっくり温泉に入り、おしゃべりしたいね」という声により、泊まりの班会を三月に実施することが出来ました。

日帰りなら参加できるという人の為に松島の新富亭で子どもを含めて泊まり十名、日帰り四名の参加となりました。

午後六時の集合でした。泊まる人は四時半頃にホテルに来てお風呂に入り、会話をはずませていました。会食の前に医療生協より借りた紙芝居「いのちの章典」を見て、医療福祉生協の理念を学習しました。



会食では、歌や踊り、そして事務局の小野潤一さんがパソコンを使って伴奏、震災復興ソング「花は咲く」を皆で歌い、心の和む交流ができました。

**鳴瀬支部**

**笑顔いっぱい**

**「なるせ」のひなまつり**

地区担当職員 小野潤一

三月十二日(火)十三日(水)と、東松島市の野蒜・内響の仮設・牛網の三ヶ所で『少しおくれたひなまつり』を開催しました。



3・11の津波に「おひなさま」を流された方も多く、立派なひな人形や手作りのひな人形を見て笑顔がいっぱいです。

「からやか肩膝の体操」やセラバンドを使った簡単な体操をしたり、「ひなまつり」、「桜」、「花」などの歌を皆で唄いました。

各々のグループでアクリルの「エコたわし」を作

って、全国の支援者、医療福祉生協の組合員さんに購入していただき、支援してもらっています。

3・11で失ったものは大きいけれど皆が集まって「元気に笑いあえる」ことが出来たり、新しく見つけた「もの」もいっぱいあるね〜！

**石巻支部**

**震災から二年たった今**

榎林 由美子

震災から二年たちました。被災地はいろんな問題をかかえて生活しています。

大きな問題は、住む場所です。定住する目途が立たず、将来に不安を抱えている人がたくさんいます。

また、一年間延長という被災者の医療費支援がこの三月で打ち切られるという問題です。そういう中で、私たち石巻支部は健康チェックを中心に二



年間ずっと活動を続けてきました。

また、全国からの支援活動も今なお続いており、被災者を元気づけてくれています。東松島の「グリーンタウン」と「鷹来の森」での健康チェックには三重県や名古屋から支援に来てくれています。

この前は、横浜の戸塚区にある「医療生協かながわ」から要請があり、交流集会に参加し、大きな元気をいただけてきました。

健康チェックの拠点になっている「みやぎ生協蛇田店」では、毎週木曜日は必ず健康チェックに来る人が増えてきました。そして笑顔で溢れるようになりました。

しかし、当時のトラウマ(心的外傷)や先の見えない復興計画は「生きる勇氣と明日への希望」に対する大きな障害になっています。

私たちが行っている健康チェックは、まだまだ小さな活動ですが、全国からの支援と、健康チェックに来てくれる人たちから私たちも元気をもらっています。これからも被災者と共に「平和で健康な明るい町づくり」を目指していきます。

**社会保障委員会**

**松島「九条の会」の活動について**

社保委員会 名雪 英三

三月一日の高校卒業式に「平和メッセージ」で「憲法九条と日本国憲法の前文」を書いて松島高校の卒業生に配布しました。



写真は、「憲法九条知ってるよ」と「平和メッセージ」を受ける生徒たち

また、この七年間、「憲法九条を守ろう」という賛同署名を集め、四月九日現在で三九七五筆集まりました。町内のご家庭の過半数を超えています。有権者の過半数を超えていません。署名は一軒一軒の家を対話しながら集めています。

ご不在の家には「松島には平和が似合う」「だめだっちゃ、憲法九条変えちゃ」と訴えたチラシを配っています。

四月二十九日(月)松島「九条の会」設立八周年記念講演会を午後二時からパレス松洲で開催します。講師は、佐久間敬子弁護士です。演題は「どうなるこの日本、憲法九条をめぐる情勢について」強まる改憲の動きとそのねらいです。

入場無料、誰でも参加できます。

**保健活動委員会**

**東松島市の仮設住宅へ健康チェックに行つて**

保活委員 三浦富美子

震災後、仮設住宅の集会所へ三度健康チェックに行きました。一回目は大塩、二回目・三回目は牛網地区。

牛網では毎月十四日に十二〜三人集まり、テーマを決め二時間位で小物作りをし、その後、皆さんが持ち寄ったお菓子でお茶飲み会をしており、その



合間をみて健康チェックです。

血圧・体脂肪の測定、ちよつとした健康に関するアドバイスなど。最初に健康チェック記録カードを参加者各人に渡ししました。それを毎回持つてきてもらい、前回の記録と比較しています。皆さん、健康には関心が高く気をつけている様子が感じられます。私たちとも顔なじみになり楽しみにしているようです。



私自身、保活委員会の活動を通じ被災された方々とふれあい、直接お話を聞けたこと、お話ができたこと、大変勉強になりました。

わずかなお手伝いですがこれからも活動を続けていきたいと思ひます。



イワウチワ



### 院所利用委員会の 取り組み

介護相談センター

佐々木 初代

院所利用委員会は、診療所を利用されている人が安心して、気持ちよく利用出来るように処遇改善や、院内外の整備を行っています。

活動の一つは虹の投書箱の対応です。虹の箱の投書に関しては担当部署に相談し、改善を図っています。

その他に院内外の整備を行っています。春には花壇にチューリップやパンジーを植え付け、昨年引き続きグリーンカーテンにも取り組みます。朝顔やゴーヤの他にフウセンカズラも植え付けます。フウセンカズラには可

### 新事務所の名称 『医療生協かこまち会館』に決まる

(仮称)水主町事務所の名称・愛称募集に、49件の応募がありました。4月6日の理事会で応募者名を伏せて投票をおこない、「医療生協かこまち会館」に決定しました。

応募者の中から櫻井諒太さん(東松島)と櫻井香奈さん(東松島)の2名を当選者として、総代会で表彰いたします。



愛い実が沢山なることでしよう。



▲フウセンカズラ

昨年秋、種を皆さんにお分けしましたが、又、四月下旬にお分けいたしました。ご希望の方は内科・歯科の窓口でお受け取り下さい。種は黒い丸い種で、白いハートマークがあるとても愛らしい種です。みなさんとハートでつながる医療福祉生協にふさわしい種と思います。みなさん、楽しみにしていってくださいね。

### 助け合いの会

#### ボランティア研修会 に参加して

守屋 征子

三月十五日「まつしま・くらしの助け合いの会」のボランティア研修会が水主町事務所において四十名の参加で開催されました。

今回のテーマは「社会福祉協議会の事業活動」について講師に松島町社会福祉協議会より「安住敦子事務局長さん」と「相澤雅之主任さん」にご出席いただきました。



事業内容は十六項目あり、運営するにあたっては、登録されているボランティアの皆さんの協力がとても大きいという事でした。

「地域福祉」についてはコミュニティの希薄化が心配される昨今、誰もが安心して暮らすためには、地域住民がお互いに声を掛け合い・支え合う事の大切さを知りました。

### 職員の紹介コーナー

#### 通所リハビリテーション 「おたっしやデイ」 の紹介をいたします。

石渡 さおり

今年の四月で、通所リハ「おたっしやデイ」も早いもので十年目を迎えました。

登録利用者数約九十名、一日平均利用者数約二十三名(平成二十五年二月現在)と、本当に多くの方々がデイを利用して下さっています。また、作品作りや入浴、歌や体操な

これから高齢化がますます進む中で、自分もお手伝い出来る事はきっとあるはず...ということに念頭に、これからも助け合いの会の活動に参加して行きたいと思っています。又、会員からの活動報告で、利用者さんからの「ありがとう」の言葉の嬉しさや、作業中の反省点が出されましたが、何よりも利用者さんとのふれあいを楽しみながら活動している様子は本当に嬉しく思いました。

研修終了後に会員手作りの「サンドパン」を美味しくいただき、これからも会の活動がますます充実することを約束して散会しました。

ど豊富な内容で皆さん楽しんでいきます。先日、百歳のお誕生日を元気に迎えられた利用者さんがいらつしやいました。バームクーヘンに生クリームを添え、ささやかながら、即興でミニお誕生会を午後に行いました。とても美味しそうに食べている顔を見て、胸がいっぱいになりました。他の利用者さんも、本当に良い笑顔でした。いつもと変わらない生活の中で、少しでも楽しみや嬉しさが感じられるような、そんな、デイをこれからも続けて行きたいと思えます。

### 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
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分前までにお願いします。  
※木曜日の7:30~8:00の診察は予約制です。

#### ●歯科(予約制) ☎(022)353-2717

※11月から下記の体制となります。

	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	11:45	久中・佐藤	久中
水	久中・岩松		久中・岩松	
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60分前までにお願いします。  
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。  
火・金はDrの休憩時間が適時入ります。

#### ●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
-----	------------



### 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