

新潟医療生活協同組合機関紙

2017



新潟医療生協

11 VOL.491 月号

http://niigata.iryo-coop.com

新潟医療生活協同組合 〒950-0862 新潟市東区竹尾4-13-3 TEL 025-274-7139 発行責任者/鈴木克夫 毎月1日発行(月間)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。



学童クラブなじょもに通う小学生も「けんこうチャレンジ」に参加してくれました

親子で一緒にチャレンジ

キッズけんこうチャレンジでママのお米ときぎをお手伝い

けんこうチャレンジ 2017

からだに届き、心に響く。毎日をもっと豊かに変える新しい価値も添えて…

からだ想いの『けんこうチャレンジ2017』は自分への贈り物です。

今年の「けんこうチャレンジ2017」は、新潟県生活協同組合連合会との共催や新潟市・新潟市教育委員会・新潟市社会福祉協議会・東区社会福祉協議会・JA新潟市などに後援いただき、多くの方々を支えられながら企画されています。足腰の筋肉は50くらいから衰え始めると言われています。しかし、一度ついた筋肉は落ちにくいとも言われていますので、適度な運動を生活に取り入れれば、健康を維持しやすくなります。また、私たちがふつうに暮らしていて、「食への意識」が変わってきている感じがします。ほんの数年前までは、オーガニック、無

農薬・減農薬栽培、減塩食品・減塩醤油などという言葉には、ちょっと特別な感じがあったように思われますが、最近は、安全で体にいいものをふつうに求めるようになってきました。新潟医療生協は、健康と日常生活の充実を目指し、よりよい生活習慣を身につけるため、お手軽にできる「けんこうチャレンジ2017」への参加を勧められています。健康診断を毎年受け、「けんこうチャレンジ」に参加し、数値の経年的変化を体感しましょう。

2017年度 生協強化月間も終盤戦に突入

生協強化月間もあと1か月を残

すのみとなりました。9月25日には、木戸クリニック・石山診療所で、27日には木戸病院で「スタートダッシュ統一行動」が取り組まれ、加入呼びかけのチラシ配布などで月間開始をアピールしました。今年度は、「健康まつり」が9月開催となったため、各総支部では例年より早めの行動計画が立てられました。「目に見える活動を」ということで、各総支部・支所で、組合員訪問行動はもちろんのこと、「まちかど健康チェック」や「健康セミナー・介護セミナー」または「芋煮会」など目標達成に向かって楽しく取り組んでいます。たくさんの方を仲間に加え入れ、地域まるごと「健康づくり」幸せづくりの輪をもっともっとひろげていきましょう。

健康チャレンジの感想

ちゃんとやる事はめったにないけどこれは出来た。またやってみたいです

食事については、バランスの良い食事に気がつき、妻の協力が大きい。木戸病院で日帰りドックを受けており3・4・6・7(コース番号)は毎日実行。今回他のコースもプラスして実行。やればできる。体調良く、規律正しい生活ができた。

ストレスを抱えていたときだったので、毎日ガリセット出来た。

チャレンジを始めてから、常に体の事を考えて体操を心がけて、脳の為に計算は暗算でやる様にしています。体のだるさもなくなりました。

キッズ健康チャレンジの感想

朝のおはようの挨拶を元気よくできた。

朝早く起きて散歩するのは大変だったけど、犬と一緒に散歩するのは楽しかったです。

毎日やってくれて、とても助かりました。~!(^^)! これからもぜひ! よろしくお願ひします~! 頑張れ~!!! (笑) ※お母さんからの声

芦沼

みなさん10月号に織り込んだ「健康チャレンジ」に取り組んでいますか?今年から新潟県生活協同組合連合会も共催して幅広く取り組んでいます。子供向け「キッズ健康チャレンジ」は東区幼稚園・保育園で定着し今年度は東区内小学校も一部取り組みをはじめました。新潟市の調査によると新潟市民は、塩分のとりすぎと運動不足気味だそうです。その影響で、全国平均より健康寿命(平均寿命のうち健康で活動的に暮らせる期間)が短いというデータがあります。健康寿命をのばすには、栄養・運動・社会参加が大事と言われています。WHO(世界保健機関)は「健康」への定義は、ひとつひとつが自らの健康への支配を強め、改善して行くことができるようにしていく過程である」と定義しています。ぜひこの機会に「健康チャレンジ」に参加し、塩分を少なくする「すこしお」生活・運動習慣を身につけ、医療生協の活動など社会活動参加を通じ、健康寿命をのばすきっかけづくりにしましょう。また体の変化の早期発見のために年1回の健診もぜひお忘れなく。(M・M)

実践発表会のご案内

—今年もやります、実践発表会!—

院内教育委員会が例年開催している、「新潟医療生活協活動実践発表会」。今年は11月に開催します。実践発表会とは、職員や地域の組合員さんが「普段私たちはこんな活動をしています」「こんな活動を頑張っています」と発表し、お互いの活動について学び合う会です。

当日は来春入職の新卒内定者も参加予定です。皆様お誘いあわせの上、ぜひご参加ください。来年はあなたが発表する番かも…!?

日時 11/11(土) 13:15~15:30

会場 アネックス棟 3F 講堂

発表演題 ・組合員[2題] ・なじよも
・看護部 ・赤いふうせん
・リハビリ科 ・ほほえみの里
・歯科



※参加希望の組合員の方は、当日会場へ直接お越しください

新潟市の過去5年間の流行パターンは、新年第一週から流行が始まり、2月初旬から中旬にかけてピークに達する傾向にあります。インフルエンザワクチンは接種しても、およそ3週間位は効果を示すまでに時間がかかります。成人では11月中旬~12月上旬頃の接種をお勧めします。

10月より、木戸病院・石山診療所・木戸クリニックでインフルエンザの予防接種が始まりました。ワクチンは発病を予防するだけではありません。ワクチンを接種することで様々な相乗効果も期待できると言われていきます。例えば、インフルエンザにかかった場合、高齢者の方は、重症化を予防できます。また、もし発病しても、集団感染の防止にも有効です。

木戸病院	接種日	10/12(木)・19(木)・26(木) 11/2(木)・9(木) 12/7(木)・14(木)・21(木)
	接種時間	15:00~16:00 (受付は14:30)
	予約方法	総合受付にて事前予約 電話予約可 ☎025-273-2175 ☎0120-432-472(固定電話専用)
石山診療所	接種日	10/2(月)~2018.1/31(水)
	接種時間	月~金(9:00~17:00)
	予約方法	受付にて事前予約 電話予約可 ☎025-276-5111
木戸クリニック	接種日	10/2(月)~2018.1/31(水)
	接種時間	14:00~15:00
	予約方法	受付にて事前予約 電話予約可 ☎025-274-7960
接種料金	65歳以上:1,620円 60歳未満:3,600円(非組合員4,000円)	

インフルエンザ流行の季節がやってきました

—予防接種で備えましょう!—

ヒバクシャ国際署名にご協力をお願いいたします

新潟医療生活協は、ヒバクシャ国際署名に取り組んでいます。2016年4月、平均年齢80歳を超えたヒロシマ・ナガサキの被爆者が国際署名をはじめました。集まりました署名は、日本生協連を通じて「ヒバクシャ国際署名」推進連絡会へ送られます。核兵器禁止条約が議論されている国連総会に2020年まで毎年届けます。

10月6日には核兵器の廃絶を目指して活動し、「核兵器禁止条約」が採択されるのに貢献した国

際NGO「核兵器廃絶国際キャンペーン」(ICAN)に2017年のノーベル平和賞が授与されるなど、核兵器廃絶の運動は実を結んでいます。ぜひ多くの方から、ヒバクシャ国際署名にご協力をお願いいたします。



新任医師紹介

小児科 小貫孝則 医師

2013年山形大学を卒業。2017年10月より木戸病院小児科に赴任しました。小貫孝則(おぬきたかのり)です。まだまだ未熟ではありますが、子供たちの元気のために、またご家族に寄り添いそれぞれに合ったより良い医療を提供できるように一生懸命頑張ります。よろしくお願いたします。



小児科 小貫孝則 医師

木戸クリニック 飯田久貴 医師

2009年新潟大学を卒業。新潟医療生協では、2017年11月より飯田久貴(いいだひさたか)医師をむかえ、地域医療を一段階高めたサービスをおこなっていきます。



木戸クリニック 飯田久貴 医師



10月5日(木) 第5回理事会が開催されました

【議題】

- ①8月分組織状況報告の承認の件について
 - ・関連委員会からの報告
- ②8月分事業所報告の承認の件について
 - ・医師確保対策の進捗状況について
- ③8月分経理状況報告の承認の件について
- ④まつり実行委員会報告の承認の件について
- ⑤その他
 - ・専門委員会報告
 - ・新潟医療生活協同組合『活動実践発表会』開催の案内

理事会報告

医療の話 「医療の話」Web版のお知らせ

機関紙3面掲載の「医療の話」が木戸病院Webサイトに公開されています。過去に掲載されたバックナンバーもご覧になれます。

スマホでも見れます!

URL: https://kido.iryu-coop.com/family/medical_contents

本戸病院 リハビリテーション科の紹介



リハビリテーション科
本間 毅

はじめに

本戸病院のリハビリ科についてご紹介いたします。当院で行っている医療保険リハビリは、外来患者さんに対して行う通院リハビリと、入院中の患者さんに行う入院リハビリに分かれます。ともに、4階病棟のリハビリテーション室を利用して頂きます。医療保険リハビリは疾患、重症度、リハビリの内容などにより、継続できる期間に制限があるのが特徴です。

寝たきりを予防し、自立した生活を支援する介護保険リハビリ（訪問・通所リハビリ）も重要で、こちらは医療生協の関連施設なじよもなどで実施しています。寝たきりにならないための体力づくりをなじよも内の百の花（もものほな）で受けることもできます。医療生協でのリハビリをご希望される患者さんやご家族は、担当のケアマネや本戸病院地域連携室の相談員達にお声かけ下さい。

外来リハビリ

外来リハビリは、在宅生活の充実や職場・スポーツ現場への復帰を目指すもので、各科の主治医がリハビリ開始と終了の指示を出しますので、リハビリの内容について

では担当の療法士だけでなく、主治医とよくご相談下さい。

入院リハビリ

概ね2週間以内の入院期間を上限とする急性期病棟での入院リハビリは、主治医の判断で怪我や病気が発症した直後から一人一日約40分程度で開始し退院が決まるまで継続できます。

脳卒中や大腿骨骨折など特定の疾患で、発症から所定の期間（表1）にある患者さんは、私が担当する4階の回復期リハビリ病棟で、生活全般を「介護」から「訓練」に見直し、休日も休まず毎日約1時間半リハビリを行います。

医療生協は通所・訪問サービスや、往診可能な診療所、居宅系の施設などの付帯機能が充実しているため、当院の回復期リハビリ病棟は、開設以来1年半で在宅復帰率や在院日数などが全国平均を超える（表2）ことができました。医療スタッフを支えてくださる組合員の皆様には、改めて御礼申し上げます。これからも回復期リハビリ病棟スタッフ一同で、敷居を下げ間口を広げて「話しあえる病棟」を目指します。

8階には地域包括ケア病棟があり、準急性期（最近発症した疾患

ではあるが、急性期病棟で専門的な治療を受けるほど重症ではない）や亜急性期（2〜4週間の急性期治療後）に相当する患者さん、在宅復帰のための支援に時間や連携を要する方や、回復期リハビリ病棟で集中的にリハビリを受ける体力はないが機能維持に努める必要がある患者さんに対して一日40分程度のリハビリを行っています。医療・介護リハビリが適切に運用される様ご協力をお願いいたします。

図1:回復期リハビリ病棟の対象疾患

疾患	発症～入院までの期間	入院上限日数
脳卒中、脊髄損傷、頭部外傷、脳炎、多発性硬化症など	2ヶ月以内	150日
高次脳機能障害を伴う重症脳血管障害、重度の頸髄損傷および頭部外傷を含む多部位外傷	2ヶ月以内	180日
大腿骨・骨盤・脊椎・股関節もしくは膝関節の骨折、二肢以上の多発骨折	2ヶ月以内	90日
外科手術や肺炎などの治療時の安静により廃用症候群をきたしたものの	2ヶ月以内	90日
大腿骨・骨盤・脊椎・股関節または膝関節の神経、筋または韧带損傷後の状態	1ヶ月以内	60日
股関節または膝関節の置換術後の状態	1ヶ月以内	90日

図2:2017年6月末の診療実績

	在宅復帰率	在院日数	一人一日あたりリハ実施単位 1単位は20分	FIM利得 入院時と退院時の 日常生活遂行能力差 高いほどよい	実績指数 FIM利得を入院期間 と疾患で修正 高いほどよい
当病棟	94%	38.7日	4.6単位	22.8	60.8
全国平均	78.3%	69.8日	6.3単位	20.2	33.3

調理レクでたこ焼き作り〜ほほえみの里きど〜

調理レクリエーションで利用者さんと一緒にたこ焼き作りを行い、「たこ焼きを作るのは初めてでとても楽しい」「料理を久しぶりにして昔を思い出した」と大変喜ばれていました。普段は料理をすることが少ない男性の利用者さんも、率先してたこ焼きを焼いてくださり「たこやき焼くのは楽しいね」と、とても喜ばれていました。作ったたこ焼きは、お昼に皆さんで試食をし、「とってもおいしい」「もっと食べたい」「また作りたい」と大変好評でした。今後も皆さんに喜んで頂けるような外出や調理など



在宅生活のお手伝い〜あしぬま荘ヘルパー室〜

あしぬま荘ヘルパー室は、現在7名のヘルパーで約60名の利用者さんのお宅を訪問しています。ひとり暮らしの方も多く、できることは自分でこなして生活をされていますが、なかなか自分では困難な場合もあり、その際はヘルパーが調理や掃除・買い物・身体介護・通院といった付き添いなどのお手伝いをさせていただいています。時には急に具合が悪くなると「一緒に病院へ行ってほしい」「訪問日を変更してほしい」などのご要望にも

きる限り対応しています。調理や掃除の仕方など、人生の大先輩である利用者さんたちに教えていただくことも多く勉強の日々です。また、ヘルパーの訪問を待っていてくださり「ありがとう」「また来てね」と声をかけていただき大変ありがたく思っており、ヘルパーも利用者さんに支えられながらこのような仕事ができることに感謝します。



やわらかめに薄味で調理しています

交流のひろば



大形総支部 「拡大行動」

大形総支部では、10月14日(土)に新松崎2丁目3丁目地区の拡大を行いました。参加者は、私と遠藤茂則副総支部長・南剛理事会計担当、の地域役員と鈴木敦志常務理事・棚橋和明石山診療所事務長・診療技術部長放射線科村田英夏さん・診療技術部長検査科植口順子主任訪問介護センターないよも遠藤麻由子さんが参加頂きました。

新松崎は比較的新しい新興住宅地で組合員だけ住所変更してないない隠れ組合員さん? がいらっしやる

ところでした。一軒一軒丁寧に訪問し住所の変更手続きをお願いしたり増資や新規での入会をお願いして頂きました。

まだ組合員に未加入ですが、「木戸クリニック」に通院している須永永生先生始め看護師さんや職員の方々に親切にして頂いている。この機会に家族で話し入会を検討します。」との言葉を頂きました。

なお当日訪問数132軒対話数4軒、新規入会1件、増資1件となりました。

長谷川 恭子

石山総支部での「石山診療所について語り合う」グループワーク(10月21日、湖畔)



横越総支部 「強化月間の取り組み拡大行動」

横越総支部では10月14日(土)に横越上町1丁目4丁目の177件を7名で訪問し、組合への加入をよびかけました。事業所から遠く、班会も開かれていない地域でしたが、「子供が木戸病院に入院したことがあるのでこの機会に組合員になります。」と加入1件の成果がありました。

参加者からは、「木戸病院のことを知ってもらうためにも、このような活動を続けなくてはいけない」と思いました。といった感想が聞かれました。

永井 国男



木戸総支部 「9月の拡大行動」

木戸総支部では9月9日、10日(竹尾支部)、10月1日(牡丹山第一支部)、7日(山木戸第一支部)、14日(竹尾支部)、15日(上木戸支部)で拡大行動を行いました。

参加者全員で色々な意見、要望などを伺い、また新潟医療生活協会の活動の取り組み、事業展開について熱く語りながら新規加入、増資のお願いをしました。拡大行動はこれからが正念場です。組合員・職員ともに力を合わせてがんばります。

荻部 恭二



石山総支部 「今年度2回目の拡大行動」

今年度2度目の拡大行動を致しました。お天気の中、職員と組合員がペアになり計8組で粟山2丁目を訪問致しました。訪問先では、組合員の方々の元気なお顔を拝見し増資のお願いをし、非組合員の方には医療生活協会の紹介を致し、加入のお願いを行いました。

拡大行動が初めての職員が多い中、ボランティアの組合員とペアを組みサポートし無事に拡大行動を行う事が出来ました。加入と増資に協力頂いた皆様、有難う御座いました。

白川 富士雄

木崎総支部 「まちかど健康チェック」

9月29日(金)午後1時30分から3時30分まで、原信豊商店の協力を得て木崎総支部はまちかど健康チェックを行いました。支部の組合員3人、生協事務局から3人の6人で、血圧測定30件、血糖測定28件を実施しました。

「血管年齢が測れるの。やってみようかな。」
「まだ若いのかい?」「実年齢より少し若いです木。」
「私のはどんな具合?」「骨粗鬆症です木。」
「私のお野菜を毎日食べましょう。」など、結果を聞きながら、健康づくりのアドバイスが聞かれました。



大越 芳子

減塩でもおいしい

塩と上手におつきあい

少しの塩分ですこやかな生活

すこしおレシピ

じゃがいものそぼろあんかけ

〈1人分:59kcal 塩分:0.5g〉

材料(2人分)

- じゃがいも...80g
- 鶏ひき肉...60g
- 玉ねぎ...20g
- にんじん...6g
- グリーンピース...10g
- 八方だし...適量
- 片栗粉...1g

だし汁のとり方

【材料】

- 削り節...30g
- 水...2リットル

【作り方】

- 2リットルの湯を沸騰させる。
- 火を止め、削り節を入れる。
- 削り節が沈んだら、軽く混ぜ、30~40秒程度おく。
- 目の細かいザルや、キッチンペーパーを使ってこす。

八方だしの作り方

【材料】

- だし汁...1.3リットル
- 砂糖...20g
- 塩...6g
- 薄口醤油...50ml

【作り方】

- だし汁に砂糖、塩、薄口醤油を入れ、火にかける。
- 沸騰したら火を止める。グラグラ煮立えないように注意する。

作り方

- じゃがいもは4等分に切る。鶏ひき肉は水にさらしてほぐし、水けをきる。玉ねぎ、にんじんは3mm角に切り、それぞれゆでて水けをきる。グリーンピースもゆでて水けをきる。(なければ他の青の物で可)
- 小鍋に八方だし約1カップを煮立て、ひき肉を入れてひと煮立させ、アクをとり、火からおろす。煮汁が冷めたらひき肉をすくい取る。
- 別の小鍋にじゃがいもを入れ、②の煮汁をひたひたに注ぎ、落としぶたをして弱めの中火で10分ほど煮る。火からおろし、そのまま味を含ませる。
- 別の小鍋に玉ねぎ、にんじん、②のひき肉を入れ、②の煮汁をひたひたに注いで(足りなければ水適量を足す)に煮立て、倍量の水で溶いた片栗粉でとろみをつける。
- 器に③のじゃがいもの汁気をきって盛り、④をかけ、グリーンピースを添える。

地域の茶の間

健康チェック・健康相談・体操等を開催しています。

曾野木総支部・結いの郷

茶の間

ご案内

開催日 毎月第1・第3(火) / 第2・第4(土)
(祝日の場合はお休みいたします)

時間 午前10時~12時

会場 「結いの郷」(旧土地改良区曾野木工区事務所)

参加費 200円(小学生以下は無料) *お菓子・お茶の用意をしております

お問い合わせ 新潟医療生活協同組合 地域活動部 TEL.025-274-7139

結いの郷「お茶の間」日程表

月 日	時 間	内 容
10月 3日(火)	10:00~12:00	体脂肪測定
14日(土)		レク式体力測定(ゲームをしながら体力測定をします)
17日(火)		尿チェック
28日(土)		ボールを使つての筋力アップ
11月 7日(火)		笑いヨガ
11日(土)		インフルエンザの予防の話
21日(火)		ストレッチ
25日(土)		ゲームで認知症予防

マッサージ相談コーナー行います。
(鍼灸・針灸)
第2土曜日・第4土曜日 10:00~15:00

楽市楽座

～なじよも収穫祭～

歳末たすけあい事業

11月25日(土)
10:00～15:00 開催

産直市場 **特売セール開催!!**
つめ放題もあるよ!!!

100食限定 **毎年こわいおとん汁もあるよ**
11:00～ カフェテリアにて

今、大注目の **THE レッドコード体験** 無料で体験
百の花
体幹強化!筋力アップ!!そしてリラックス効果まで!!!
無料体験
1回10:20～ 2回11:00～ 各15分
[マシンは10:00～あいてるよ]

子どもたちも遊べる **フリーマーケットコーナー & 縁日コーナー**
1回100円 (どれでも)

認知症 知っていれば 怖くない
先着30名様
認知症 サポート講座と一緒に勉強!
10:00～10:30
なじよも多目的室
認知症カフェ10:30～

健康チャレンジ サポートイベント
・歯科衛生士による「正しい歯みがき」教室
・管理栄養士による「すこしお」「カロリー」教室
・運動指導士による運動教室(百の花)
13:00～
CCC(コープケアカレッジ)講習室にて

「お食事コーナー」も充実!!! 他にもたくさん!!
カフェテリアでは 産直野菜を使った 三川産きのこ汁 産直カレー 産直コロッケ
出店コーナーでは 玉こんにゃく やきいも とりから シフォンケーキ スイートポテト たいやき

開催団体：新潟医療生活協同組合 / 東区社会福祉協議会 お問合せ先：TEL.025-250-7251

いよいよ11月がやってきました。そう、なじよもの収穫祭です。11月25日(土)に「楽市楽座」なじよも収穫祭」と題し開催されます。おん汁の振る舞いや、運動体験、フ

リーマーケットに縁日など多くの皆さんに楽しんで頂ける内容を企画しております。なじよもに遊びに来てくださいます。左記のイラストを参考にしてください。

なじよも収穫祭のお知らせ 第3報

なじよも

health co-op niigata

通 第52号 信



◆なじよも総合事務 TEL 025-250-7251

サービス付き

高齢者向け住宅への入居希望者募集中!



9月からスタートした「なじよも英会話教室」。この日は、ハロウィンレッスン。先生も子どもたちも仮装をして、歌って踊って楽しいレッスンでした。内容は、もちろんオールイングリッシュ!

外国人インストラクターと日本人のインストラクターとで、毎回楽しいレッスンが行われています。(受講に関するお問い合わせは 025-250-1418)

なじよも英会話教室で 楽しくEnglish!

- #### 11月の催し物
- 11月7日・12月5日(火) 14:00～
なじよもたごえ喫茶(参加費500円)
3号館3階多目的室
 - 11月12日(日) 14:00～
ひばりの会(合唱・参加費300円)
3号館3階大食堂
 - 11月10日(金) 14:00～
りんごの会(新潟弁昔話)
3号館3階多目的室B
 - 11月14日・28日(火) 10:00～
笑いヨガ(参加費300円)
4号館2階学童プレイルーム
 - 11月15日(水) 10:00～
楽笑会(お茶の間)
2号館1階カフェテリア
 - 11月22日(水) 13:00～
カラオケ
3号館3階多目的室
 - 11月23日(木) 10:00～
コープお茶の間
2号館1階カフェテリア

学童クラブなじよもで学ぼう

学童クラブなじよもでは、掲載の日程で平成30年度の入会説明会を開催します。
入会希望の方また、興味のある方はご参加ください。
大人も子どもも楽しい学童保育♪(昨年6月親睦会)



学童クラブなじよも「平成30年度入会説明会」を行います

- 日時・会場** 11月17日(金)19:00～ 学童クラブなじよもプレイルーム
- 対象児童** 就労等により昼間保護者が家にいない家庭 牡丹山小学校に通う予定の小学1～6年生
- 内容** 学童クラブなじよもでの子どもたちの様子、質疑応答等

※入会を希望する方は、説明会にご参加ください。



各種教室のご案内(有料)	教室名	開催日時	会場	料金
	パステル画	11月11日・25(土) 13:00～15:00	3号館3階多目的室	材料費1,000円
	生け花(小原流)	11月20日(月) 13:30～15:00	2号館1階カフェテリア	材料費1,000円
	なじよもあーとサロン(臨床美術)	11月27日(月) 13:30～15:00	3号館3階多目的室B	材料費1,500円

各地で健康セミナー開催

[参加費無料]どなたでもご参加ください

北区総支部合同企画

健康セミナー開催

日時 11月8日(水) 14:00~15:30

会場 北地区コミュニティセンター
北区名目所3丁目 TEL259-6471

講師 木戸病院歯科医長
藤田 孝子



演題 よく噛む。しっかり食べる
そして肺炎予防!

長生きの秘訣伝授!歯磨き体験。歯ブラシと手鏡を持って参加してください

山ノ下総支部

介護セミナー開催

日時 11月18日(土) 10:00~

会場 山ノ下まちづくりセンター
2階

講師 新潟市東区役所
健康福祉課高齢介護係 係長
北村 明弘氏

今年4月から介護保険法が改正されました。「なにが違うの?」「同じなの?」「これからどうなるの?」「どうすればサービスが受けられるの?」といった組合員さんの疑問を区役所の担当の方と一緒に解決していきたいと思えます

石山総支部

健康セミナー開催

日時 11月25日(土) 13:30~

会場 シルバーピア石山

講師 整形外科 部長
高橋 直樹



演題 ひざのお話

ひざのしくみとはたらき、病気と治療。



健診の重要性を自分の体験から力強く語っていただきました

若者よ 命を大切に



寄稿記事

池上 レン子さん



6年前に近所の医院に胃がん検

早期がんが見つかり木戸病院で手術

平成23年、新潟市のがん検診を受診し、胃がんが見つかりました。その後、木戸病院で手術を受け、6年が経過しました。そこで、これまでの過去を振り返り、私の経験を皆さまにお伝えします。

診を申し込み、胃カメラを受けた所、結果は早期がん。手術が必要というものでした。先生の「どちらの病院にいかれますか」と聞かれ、私は迷わず外科の名医がいると評判の木戸病院を紹介していただきました。今思えば、その当時は体調が悪く、朝食後、9時頃になると体がぐったりとしてきて、どうしようもない状態になります。また、同時にお腹に鈍痛がありました。痛みは我慢できるのですが、3日間続くこともありました。それでも「年のせいかな」とあまり気にしていませんでした。

その後、木戸病院で胃の全摘手術をうけました。私の場合、若いころ、かるい胃潰瘍を患い、すでに胃の出口の半分を切除していました。今回発見されたがんはその境目にできていたので、胃を全摘するのが、ベストの選択でした。手術終了後からは、いろいろな症状が現れました。体重はどんどん少なくなり、体力も失われ、何を

バカバカ、大バカ

私は36歳の時に夫を末期胃がんで亡くしました。(夫は当時47歳)それからは必死で働きました。同時にバブルの恩恵を受け、働き盛りの中年期になると飲酒の機会も増えました。もともと食いしん坊だった私の体重は、見る見るうちに増えていきました。私は、母や医師をしていた叔父もがんで亡くしていることさえすっかり忘れていました。仕事に夢中だったので。その時の自分は「バカバカ、大バカ」だったと思っています。今では、子どもと孫に口うるさく健診を受けるように言っています。がんは5年が再発の目安と言わ

バカバカ、大バカ

私は36歳の時に夫を末期胃がん

Information

Facebookページのお知らせ

新潟医療生活協同組合のFacebookを公開中です!

子ども食堂や、なじよも産直市場のおトク情報も
チェックできます!



URL: <https://www.facebook.com/niigatairyocoop/>

職員募集

【木戸病院】医師・看護師・助産師・理学療法士・作業療法士・看護助手
医師事務作業補助者細胞検査士・薬剤師・販売員・調理師

【なじよも】医師・看護師・訪問介護員・調理員・学童保育指導員・入浴介助・夜間勤務員

【介護老人保健施設 ほほえみの里 きど】看護師・入浴介助

【石山診療所】医師

【法人一括採用(就業場所は採用後に決定します)】

介護福祉士(新卒)・社会福祉士(新卒)

※採用状況により、募集を締切っている場合があります。最新情報はホームページをご覧ください。

〈お問合わせ先〉総務課 TEL 025-273-2151

診療案内

木戸病院 外来予約 TEL 0120-432-472 TEL 025-273-2175 TEL:025-273-2151(代) 診察時間:AM9:00~ 休診日:日曜、祝祭日、第1・3・5土曜日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	第2土	第4土
内科	AM 一般 8:00~11:30	濱 ひとみ	岸 由美子	藤田 七恵	大学医師	猪俣 繁	三井田 孝	猪俣繁(夜数日)/濱ひとみ(偶数日)
		成田 淳一	河辺 昌哲	安藤 麻理	山田 絢子	岸 由美子	矢田 省吾	内科医師
	AM 予約	大学医師	津田 隆志	佐藤 秀一	摺木 陽久	樋口 宗史	津田 隆志	埜 晴雄
		池主 裕子		太刀川 仁	横山 恒	五十嵐 登	増子 正義	
		五十嵐登(循)	矢田省吾(腎/糖)	猪俣繁/濱ひとみ(腎)	河辺昌哲(呼)	津田隆志(循)	河辺昌哲(禁煙)	成田淳一(禁煙)
		佐藤秀一(消)	横山 恒(消)	山口利夫(循)	山口利夫(循)	摺木陽久(消)	丸山公男(水俣)	丸山公男(水俣)
		津田晶子(糖/内)	太刀川仁(高脂)	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	安藤麻理(糖/内)	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)
			荻原智子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	濱ひとみ(腎/糖)	池主裕子(循)	荻原智子(糖/内)	荻原智子(糖/内)
			斎藤 恒(水俣)	斎藤 恒(水俣)	大学医師(循)		斎藤 恒(水俣)	斎藤 恒(水俣)
	PM (予約制)	荻原智子(糖/内)	矢田省吾(腎/糖)	成田淳一(呼)		大学医師(腎)		
		長谷川隆志(呼)	山田絢子(糖/内)	津田隆志(循)		津田晶子(糖/内)		
		猪俣 繁(腎)	濱ひとみ(腎/糖)			大学医師(循)		

※糖:糖尿病、高:高血圧、内:内分泌、腎:腎臓、膠:膠原病、呼:呼吸器、循:循環器、消:消化器、高脂:高脂血症、禁煙:禁煙外来

神経内科	AM (予約制)	高橋 俊昭	小野寺 理	横関 明子	高橋 俊昭	北原真紀子		
産婦人科	AM 産科 8:00~11:30	工藤 久志	工藤 久志	工藤 久志	工藤久志(予約のみ)	工藤 久志	工藤 久志	工藤 久志
	PM 婦人科	菊池真理子	菊池真理子	菊池真理子	大学医師	菊池真理子		
小児科	AM 8:00~11:30 (診療は9:00~)	樋浦 誠	小貫 孝則	樋浦 誠	馬場 悠美	樋浦 誠	小貫 孝則	小貫 孝則
	PM 1:30~4:30 (診療は3:00~)	馬場 悠美	園田 香里	園田 香里		樋浦/小貫/馬場(予防接種:受付PM1:00~)	樋浦 誠(生活習慣病AM 10:30~)	
外科	AM 8:00~11:30	樋浦 誠	樋浦/小貫/園田(受付PM1:00~)	樋浦 誠		小貫 孝則		
		馬場 悠美	小貫/園田	園田 香里				
整形外科	AM 8:00~11:00	阿部 要一	山田 明	阿部要一(1・3・5週)	阿部 要一	山田 明	山田 明	阿部 要一
		渡邊 智子	花井 彰	山田 明(2・4週)		花井 彰		
皮膚科	AM 8:00~11:30	高橋 直樹	高橋 直樹	高橋直樹(2・4週)	高橋 直樹	高橋 直樹	高橋 直樹	
		所澤 徹	所澤 徹	所澤 徹(1・3・5週)	所澤 徹	所澤 徹	所澤 徹	所澤 徹
耳鼻咽喉科	火・木 AM 8:00~11:30	岩井 由樹	岩井 由樹	岩井 由樹	岩井 由樹	岩井 由樹	佐藤 信輔	佐藤 信輔
	月・水・金・土 AM 8:00~11:00	河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩
泌尿器科	AM 8:00~11:30 (予約制)	池田 正直	池田 正直	池田 正直	池田 正直	池田 正直	大学医師	大学医師
	PM (予約制)	大学医師						
眼科	AM 8:00~11:30	北村 康男	北村 康男	北村 康男	大学医師	北村 康男	大学医師	大学医師
心療内科	PM (予約制)*1	長谷部 日	松田 英伸	松田 英伸	長谷部(予約のみ)	松田(予約のみ)	大学医師	大学医師
歯科	AM 8:30~11:40	鈴木雄太郎			星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	藤田 孝子
		星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	
口腔外科	PM 1:00~4:40	藤田 孝子	藤田 孝子	鈴木 博	藤田 孝子	鈴木 博		
		鈴木 博	鈴木 博	星名由紀子	鈴木 博	星名由紀子	星名由紀子	

*1 予約については心療内科までお問い合わせ下さい。

木戸クリニック TEL 025-274-7960 診察時間:AM9:00~PM5:00 休診日:日曜、祝祭日、第1・3・5土曜日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	第2土	第4土
内科 (漢方内科)	AM 8:30~11:30	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫	八木 寛朝	八木 寛朝
	PM 1:30~4:30	金子 香	金子 香	八木 寛朝		八木 寛朝		須永 隆夫
		須永 隆夫	須永 隆夫	八木 寛朝(予約のみ)		須永 隆夫		
		八木 寛朝				八木 寛朝(1・3・5週)		
		岸 由美子						

石山診療所 TEL 025-276-5111 診察時間:AM9:00~PM5:00 休診日:日曜、祝祭日、土曜日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	第2土	第4土
内科	AM 8:30~11:30 (診察は9:00~)	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山 貴広		
	訪問診療・往診	丸山 貴広	丸山 貴広	金子 香	丸山 貴広	丸山 貴広		
	PM 2:00~4:40 (診察は3:00~)	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山 貴広		
皮膚科	PM 2:00~4:40 (診察は2:30~)	佐藤 信輔	佐藤 信輔	金子 香(2:30~)		佐藤 信輔		

※10月より午後の受付時間がPM2:00~PM4:40に変更となっております。

風の笛クリニック TEL 025-271-7755 診察時間:AM9:00~PM5:30 休診日:日曜、祝祭日、木曜(午後)、土曜(午後)

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科・麻酔科	AM 8:30~12:30 (診察は9:00~)	穂苅 環	穂苅 環	穂苅 環	穂苅 環	穂苅 環	穂苅 環
	PM 3:00~5:30 (診察は3:30~)	穂苅 環	穂苅 環	穂苅 環		穂苅 環	

午後は往診の為、診察時間が多少遅くなることがあります。

木戸病院 健診センター TEL 025-270-1831 電話受付時間:AM11:00~PM4:30 休診日:日曜、祝祭日、第1・3・5土曜日

人間ドック・特定健診 各種健診承ります.....

「なじよも相談室」をご利用ください
組合員の「医療・介護・福祉・暮らし」の困りごとに対し、様々な専門家・スタッフとともに解決していくことを目的とした「なじよも相談室」がございます。
何かお困りの方は一人で悩まず、まずはお電話を。
※電話を頂いた後、内容によって相談者と面談日のご相談をさせていただきます
・相談内容:「医療・介護・福祉・暮らし」の困りごと
・相談窓口:地域活動部 ☎025-274-7139(月~金13:00~16:00)
・ホームページでも受付しております▶<http://niigata.iryu-coop.com>

各施設の電話番号	TEL
通所リハビリテーションなじよも	TEL.025-278-8433
ショートステイなじよも	TEL.025-250-7245
デイサービスなじよも	TEL.025-250-7244
訪問看護ステーションなじよも	TEL.025-250-6465
訪問介護センターなじよも	TEL.025-250-6483
サービス付き高齢者向け住宅COOPなじよもガーデン	TEL.025-250-6137
学童クラブなじよも	TEL.025-250-1418
ケアプラン石山	TEL.025-276-6840
小規模多機能型居宅介護 赤いふうせん	TEL.025-276-5148
介護老人保健施設 ほほえみの里きど	TEL.025-275-1121