

# 新潟医療生活協同組合機関紙

2018



# 新潟医療生協

# 8月号

vol.500

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 025-273-2151 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。

## いっぺこと楽しもう

### 8月は健康づくりの行事がいっぱい!!

「やりたいことはありますか?」新潟医療生協では、健康づくり関連の行事が目白押し。体を動かす行事が本格的に始動します。

「もっと学ぼう!もっと体を動かそう!」の取り組みを一部紹介します。この8月、新潟医療生協は3つのアクションを中心に、数多くの健康づくり活動を展開いたします。ぜひご参加ください。

#### ～たとえば、健康づくりで新潟のまちを巡る～



「2017ピースアクション in NIIGATA」での行進

今、平和の大切さを伝えたい…。私たちが住むまちから、「平和」の大切さを呼びかける活動として、今年8月6日に「2018ピースアクション in NIIGATA、第29回新潟県生協連平和集会・行進」が開催されます。



前回のけんこうチャレンジ修了イベントにはTeNYの「てっと君」が応援にかけつけました

### 平和への思いを一緒に歩きませんか

核兵器のない、戦争のない世界を、そして未来の平和について、みんなで一緒に考えてみましょう!そして、新潟のまちを巡る。眺めるまちの風景は新鮮で魅力的、「国境×時空」を超えた平和の世界へ、みんなで一緒に歩きましょう。たくさんの組合員さんのご参加を、そして親子でのご参加もお待ちしています。

#### ～今年のチャレンジ期間は、8月から9月まで～

### はじまりはけんこうチャレンジから

「けんこうチャレンジ」は、より健康な生活習慣を身につけるために、設定された数多くのコースからいくつかを選んで禁煙や運動などを一定期間実施する取り組みです。友人・職場・家族などグループでエントリーして、実践状況を毎日記録し結果を報告します。気軽に取り組みることのできる健康習慣の見直しの機会となっています。

**亀田郷音沼会シンポジウム〜新潟医療生協も共催**  
8月24日、東区プラザ・ホールにみんな集まれ!学びを体験しよう!  
このシンポジウムでは、「認知症を予防し、地域で支えられる私のまち」をテーマに、本「できること」をテーマに、本人、家族、医療介護の専門家、そして地域の人々が集い語り合います。考え方、先行事例の基調講演や報告、パネルディスカッションなど、認知症にまつわる知識を楽しみながら学ぶことができます。毎日が安心して暮らせるまちとなるように、また、私たちの毎日が健康でワクワクな生活になりますように、組合員と楽しみながら学び、一緒に考えましょう。(関連記事7面に)



昨年のおまつりは、万代橋で新潟甚句を踊りました

### 夏の健康づくりにぴったり

#### ～爽やかな夏の行事に出掛けませんか～

みなとまち新潟が熱気にあふれる3日間、「新潟まつり」の開幕を日本最大級の市民謡流しで盛り上げます。新潟医療生協では、毎年約250名の組合員と役員の大集団で、「榎谷小路〜万代橋〜万代橋通り〜東大通り」までの区間、新潟甚句を踊ります。今年の踊りは8月10日の夜、飛び入りも大歓迎です。新潟の夏の一夜に大きな踊りの輪を咲かせましょう。

### 芦沼

みんな無関心では人間が住める社会はつくりえない。みんなが関わりを持つとしなければ、住み良いまちづくりはないし、住み良いまちがなければ、個人の幸せもない。地域で安心して暮らし続けるためにも、高度成長期の競争社会のなかで染み付いた無関心や無責任・個人主義といった生活文化を変えていかなければならない難しい作業がある。「誰かやってくれ」「私には関係ないわ」という、コミュニケーション障害を乗り越える構えが必要だ。地域問題の解決が他の人のためだけでなく、回りまわって自分のためになるということを知り、行動をはじめると人を増やすことが必要になってくる。8月24日開催される「おたがいさまのまちづくりシンポジウム」。その準備が地域と行政を巻き込む実行委員会形式で行われている。「周りの人が正しく認知症を理解できれば、認知症でも暮らし続けられるし、そんなまちをつくりたい」とする職員が語り始める。「他の人を理解しようとしなければ、自分のことも理解してもらえない」と語る職員に、明日の希望をみる。(K・S)

# 木戸病院が取り組んでいる「かかりつけ医」の紹介について

木戸病院は、患者さまがご自宅近くの医院・診療所を「かかりつけ医」として治療を受ける、医院・診療所への紹介に取り組んでいます。病院の内科外来で、逆紹介について、概略チラシ(図1)を配布して周知に努めています。

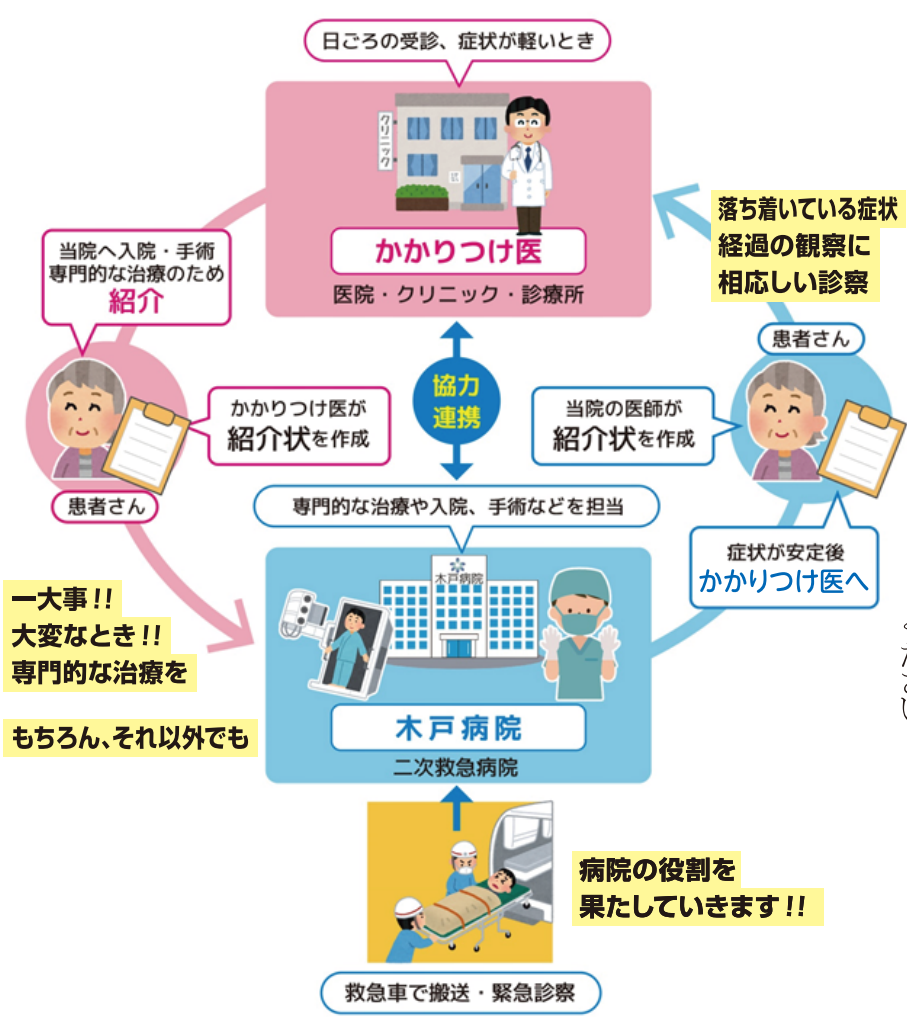
現在の医療情勢は、病院と診療所が、地域住民の方々と、状況に応じて密接に関わられるような取り組みが求められています。より専門的な治療が必要となったときに紹介・受け入れという、医院・診療所と病院の役割の明確化をすすめています。これは介護も含め、行政が主体となり地域に呼びかけているものですが、まだまだ取り組みが不足しています。



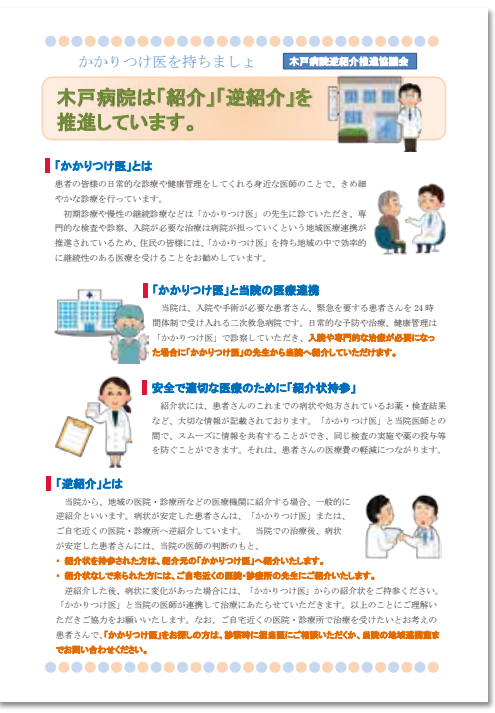
6月の通常総代会にて【左】総代より、事業への心温まるお話がありました。【右】津田副理事長から、木戸病院の「かかりつけ医」紹介の現状が説明されました。



**身近な「かかりつけ医」を持ちましょう**  
 ~かかりつけ医は、患者さんに寄り添ってくれる味方です~



(図1)内科外来で配布しているチラシです



木戸病院や石山診療所、木戸クリニックの役割は、組合員さんに、ふだんの「かかりつけ医」を、なるべく、病院から医院・診療所へとしていくこととしていきます。

この取り組みをすすめていきます。ご意見・ご質問をぜひお寄せください。

## 理事会報告

7月5日(木)に2018年度第1回理事会が開催されました

【承認事項】

- ①5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
- ②5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
- ③5月分経理状況報告の承認の件について
- ④建設債の募集の件について

【議決事項】

- ①規定の変更の件について
  - ・給与規程、介護関連施設給与規程の一部変更
- ②固定資産の取得の件について

【協議事項】

- ①総代会について(自由討論)について
  - ・総代の本人出席を高めるために
  - ・議事の進め方について
- ②2018年度方針の検討・実施(案)について

【協議事項】

- ①賞与支給報告の件について
- ②短期借入金報告の件について
- ③病院受診時における選定療養費の導入について
- ④理事会議事録(第12回)修正内容確認の件について
- ⑤第13・14回理事会議事録確認の件について など

フリーマーケットには手づくり品がたくさん出品されました



フリーマーケットには手づくり品がたくさん出品されました

7月7日(七夕の日)に石山総支部は石山診療所を舞台に開催し、約200名の方々に来場していただきました。

「かき氷は手回しの機械」を使用し、昭和20年代に子ども時代を過ごした方々には懐かしい日だったからなのか、開始から多くの人でにぎわいました。(味は抜群でした)



昔なつかしい手回しの機械を使ってかき氷を作りました

石山総支部による診療所まつりに200名が来場

# 食中毒防止は工程ごとに対策を

気温が高いこの時期は例年、痛んだ食べ物などによる細菌性の食中毒が増えます。どう予防したら良いのでしょうか。保健所では「3つの原則・6つのポイント」として、食中毒対策を呼びかけています。具体的にみてみましょう。

## 食中毒対策 3つの原則

「3つの原則」とは、「つけない」「手洗いや、まな板・箸を分けること」で、菌をつけない「増やさない」「食品を低温で保存する」「やっつける」「熱を十分に加えて殺菌する」です。

## 食中毒対策 6つのポイント

「6つのポイント」は、食品の購入から食べるまでの過程で気を

つきたい点です。

① 買い物：肉と魚は汁がつかないよう別々に包み、あれば保冷剤などと一緒に袋に入れます。

② 家庭での保存：帰ったら、すぐに冷蔵庫や冷凍庫にしまいまます。冷蔵庫はぎっしり詰め込まず、容量の7割程度に。詰めすぎると、冷気の循環が悪くなります。

③ 下準備：手と調理器具はよく洗う。食材についても、野菜はよく洗い、生で食べるものと肉・魚は離しておく。肉や魚を切った包丁やまな板は、洗って熱湯などで消毒する。冷凍食品を使う際は、冷蔵庫の中で解凍する。④ 調理：十分な加熱をこころがけ

ましょう。

⑤ 食事：食べる前の手洗いを忘れずに。作った料理は、長時間、室温に放置しないようにしましょう。細菌が増えやすい温度は、20～50度です。

⑥ 残った食品：小さな器に小分けに入れて早く冷えるようにします。時間が経ちすぎたもの、ちょっとしたあやしいと思ったものは、食べずに思い切って捨てましょう。

夏は行楽や帰省のシーズンでお刺身を食べたり、屋外でバーベキューをする機会があるかと思えます。楽しい食事で、食中毒にならないようにしましょう。

## 主な食中毒菌とウイルス

原因菌・ウイルス	原因になりやすい食品	おむねの潜伏期	主な予防法
黄色ブドウ球菌	おにぎり、弁当	1～5時間	人に常在し、うんだ傷などによくいる菌。繁殖時に熱に強い毒素を出す。けがをした手で食品を触らない。おにぎりなどはラップで握る。食品を室温で放置しない。
ウェルシュ菌	煮物、カレー、シチュー	6～18時間	熱に強い菌なので、加熱調理済みの食品も室温で放置しない。
カンピロバクター	肉料理(特に鶏肉)、バーベキューなどで生焼けの肉	2～7日	十分に加熱する。生肉を触った道具でそのまま食べる食材を触らない。バーベキューや焼き肉は、焼く箸と取り分ける箸を分けるなど。
サルモネラ属菌	鶏卵、鶏肉、その加工品	12～48時間	
ノロウイルス	生ガキ、保菌者の扱った食品(人からの二次感染が多い)	1～2日	保菌者であっても必ずしも発症しない。食品は十分に加熱する。患者の衣服や食器は殺菌する。吐いたものや便の処理は使い捨て手袋やマスクを使うなど。

※県民にいたる食の安全インフォメーションホームページをもとに作成

手洗い・消毒は共通!

# 体しやつきり体操 vol.5

## ストレッチ・筋力トレーニングのポイント

- ・呼吸を止めずに、10秒くらいかけてゆっくりと「いち・にい・さん…」と数を数えながら行いましょう
- ・反動をつけずに、気持ちよいところでストップ
- ・伸びている(鍛えている)筋肉を意識しながら行うと効果アップ
- ・体調の悪い時や痛みのある時は無理をしない

### ① 足の後ろ上げ(お尻の筋肉を鍛えます)

足を軽く開いて立ちます。膝を伸ばしたまま、足を後ろに上げ、その姿勢を保ちます。(左右交互に2回)



### ② 足の横上げ(お尻横の筋肉を鍛えます)

足を軽く開いて立ちます。膝を伸ばしたまま、足を横に上げ、その姿勢を保ちます。(左右交互に2回)



### ③ もも上げ(ももの前側の筋肉を鍛えます)

背すじを伸ばした姿勢で、ももを腰の高さまで上げて、その姿勢を保ちます(左右交互に2回)



### ④ ふくらはぎ伸ばし(ふくらはぎの筋肉を伸ばします)

椅子につかまり、片方の足を後ろに引いて、つま先を前に向けておきます。体重を前の足にかけながら、後ろの足のふくらはぎを伸ばして、その姿勢を保ちます。(左右各2回)



### ⑤ つま先立ちとつま先上げ(ふくらはぎとすねを鍛えます)

足を肩幅に開き、親指の付け根に体重を乗せるような気持ちでかかとを上げて、その姿勢を保ちます。↓(交互に2回) つま先を上げて、その姿勢を保ちますなるべく腰を曲げないようにしましょう。



## ずっと利用できるデイサービスです!!

### ～デイサービスセンターあしぬま～

デイサービスセンターあしぬまをご利用されている方々の平均年齢は85・8歳(男性の平均年齢83・3歳、女性の平均年齢は87・1歳)ですが、平均介護度は2・0ですので、年齢のわりには元気な方々が多いです。

リハビリに関しても、一生懸命運動したいという方よりも会話や脳トレを楽しんだり、トイレやお風呂の時間になるべくご自分の力で立ち上がったたり、歩きたいといった生活リハビリを要望される方が多くいらっしゃいます(ストレッチマシンや酸素運動の器具を使った運動をされる方もいらっしゃいます)。自分のペースで、会話を楽しみたい時に談笑して、運動したい時に運動できる環境がデイサービスセンターあしぬまにあります。

最近ケアマネジャーからの相談



▲利用者さん自身でおやつ白玉をつくりました

脳トレに力を入れる利用者さんも多いです



## 【新任医師紹介】

山崎 美穂子 医師



2018年7月から木戸病院でお世話になります。専門は膠原病(こうげんびょう)内科です。腎臓内科や一般内科として幅広く診療に携わらせていただく形となりました。病状をよくすることはもちろんですが、疾患を理解して受け入れるお手伝いができればと思っています。よろしくお願いたします。

# 交流のひろば



南医療生協との交流研修会ではボランティアさん達に手伝ってもらって手作りメニューのおもてなしが7月25日(水)、なじもカフェテリア

## 木戸総支部

### 「東区役所保健師 高橋亜美さんとの班会について」

上木戸西支部長 山田忠司



6月8日(金) 上木戸西支部において、東区役所より保健師の高橋亜美さんが参加してくださりました。4月21日に行われた木戸保健委員会総会で初めて高橋さんの講演を聞き、ぜひ私たちの班会でも学習講演をしてほしいと思ってお招きしました。班会でのテーマは、「お口の体操で肺炎を防ごう!」でした。誤嚥性肺炎についての予防や風邪との違いなどを詳しく説明していただきました。その後、顔の体操・お口の体操も実際に教えてくださいました。

テーマに沿った話だけではなく、みんなが日常生活で気になっている病気の事なども教えていただき、とても有意義な時間を過ごす事ができました。

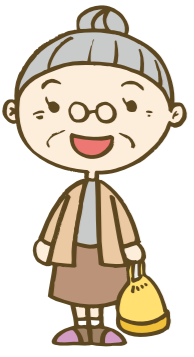
今回の班会参加が、少しずつ新潟医療生協の班会に慣れていくきっかけになればいいなと思っています。



## 大江山総支部

### 「江口保健委員会」

後藤明美



健康チェックや体力測定、とんと昔話を聞いたり、時には温泉につかり皆でおいしいお食事をいただいたり♪と「おんこ」を目標に日々楽しんでます。一人ではなかなか困難だったり面倒だったりする事も仲間と一緒に叱咤激励しながらやっていると思えばいいと思います。

## 石山総支部

### 「東区健康福祉課と石山総支部保健委員会協同企画」

高橋美枝子



石山総支部保健委員会は毎年、まちかど健康チェックを行っています。今年も6月27日(水) 清水フード東中野山店様のエンタランスをお借りして、まちかど健康チェックを行いました。

今年も新しい試みで東区健康福祉課の方々と協同で、野菜をもっと食べよう♪とまちかど健康チェックを同時開催しました。健康福祉課の野菜をもっと食べよう♪では、新潟市の9割の人が野菜摂取不足なので、成人の1日の野菜摂取目標の生野菜350グラムと4人分の生野菜で調理した状態の物を展示してご紹介し、レシピの配布を行いました。

石山総支部保健委員会は例年通り身長測定・血圧測定・血管年齢測定・骨密度測定を行いました。血圧測定17名、血管年齢測定23名、骨密度測定21名、体組成測定17名のご利用がありました。天候が安定せず開催が心配されましたが、みなさんの協力と大雨にならなかったことで無事に開催できました。今回をきっかけに健康づくりはまちかどを勧めたいと思います。

## 亀田総支部

### 「健康の駅ふなば」10周年 小林玲子



5月29日(火)「健康の駅ふなば」でフリーマーケットを行い、昼食を食しながら米山江南区長さんと懇談をしました。ふなばでのお茶の間は今年で10年目をむかえます。

健康寿命の延伸、介護予防等々のため昨年度から新総合事業として月4回お茶の間を開催しています。

減塩でおいしい  塩と上手におつきあい 少しの塩分で すこしおレシピ

### えびと彩り野菜の煮もの盛り合せ

●1人分:70kcal ●塩分:0.76g

- 材料(4人分)
- えび...8ヶ
  - かぼちゃ...160g
  - しめじ...40g
  - 八方だし...大さじ4
  - おろししょうが...1.2g
  - 八方だし...適量
  - にんじん...40g
  - そらめめ...40g



管理栄養士より

味つけは八方だしのみですが、だしが効いており、材料にしっかりと味が染みているため、とてもおいしく満足感のある一品です。

彩りよく、おいしそうに見えることもすこしおでは大切なポイントです。そらめめは、季節の青色の野菜に替えて作ってください。

#### (下準備)八方だしを作る

ア.かつお節で、だしをとる。  
イ.だし汁1.3リットルに、砂糖20g、塩6g、薄口しょうゆ50mlを加え、ひと煮立ちさせる。

#### 作り方

- ① えびは殻をむいて背ワタをとって茹で、水けをきる。④につけ、20分ほどおいて味をなじませる。
- ② かぼちゃは40g大に切る。
- ③ しめじは小房にわける。
- ④ 人参は7mm厚さの輪切りにして飾り切りし、下茹でをして水けをきる。そらめめは茹でて水にとり、皮をむく。
- ⑤ 小鍋にかぼちゃとかぶるくらいの八方だしを入れて煮立て、落としづたをして弱火で5分ほど煮る。
- ⑥ しめじ、にんじんを加えて煮て、火が通ったら、火からおろし、味を含ませる。煮汁が冷めたら、そら豆を加えて味を含ませる。
- ⑦ 器に汁をきった①、⑥を盛り合せ、煮汁を1人分につき大さじ1ほどかける。

## 医療生協の通信教育で学びましょう

医療生協では毎年「通信教育」の取り組みをしています。医療生協の役割や歴史、支部や班の運営、支部運営委員や班長さんのお仕事に係ることなどいろいろあります。「通信教育って大変!」と思われるかも知れませんが、内容はむずかしくなく、ほぼ3回程度で修了するものです。理事をはじめ、地域の組合員さんにもお勧めしています。ご興味があれば是非お問い合わせください。



医療福祉生協連コースを期間内に修了したら **【半額返金!】**

- オススメのコース
- NO.18001 医療福祉生協の支部運営委員・班長 (受講料4,700円)
  - NO.18003 医療福祉生協と明るいまちづくり (受講料4,700円)
  - NO.18008 地域まるごと健康づくり (受講料6,500円)

通信教育のコースには、上記オススメのコース以外の「医療福祉生協連コース」や、「資格対策」「職場づくり」「仕事力」「コミュニケーション能力」「生活・教養」などたくさんあります。詳しくは下記までお問い合わせください、ホームページをご覧ください。

〈お問い合わせ先〉 地域活動部 ☎025 (274) 7139  
〈ホームページ〉 <http://niigata.iryu-coop.com/news.html>

## 山の下支部で5月25日、今年度初めてのすこしお料理教室が開かれました!

今回は、初めての方も多く参加していただきました。

#### 今回のメニュー

- ・ますの漬け焼き (アスパラとブロッコリー添え)
- ・えびと彩り野菜の煮もの盛り合せ
- ・根菜としらたきのきんぴら風
- ・メロン



今回の料理では、なじも産直市場の新鮮な野菜を使用しました。参加した方からは、「だしを使うことで塩分控えめでもおいしく作れることが分かりました」「すこしおだけど、味がよくしみておいしかったです」との感想をいただきました。

すこしお教室は、どなたでもお気軽に参加できます。地域の公民館を中心に、今後も開催する予定ですので一緒に楽しく料理して、みなさんでおいしくいただきますよ!

〈今後の開催については、機関紙やfacebookなどのご案内致します。〉

# なじよも health co-op niigata 通 第61号 信



◆なじよも総合事務 TEL 025-250-7251

## 入居者さんが食中毒・熱中症について学習

COOPなじよもガーデン(サービス付き高齢者向け住宅)の入居者さんに、「食中毒予防と脱水・熱中症予防」という内容で7月9日・10日、新村管理栄養士による学習会を開催しました。1時間ほどの講演ではありましたが、この時期には注意したい事柄という事も多くの方に参加いただきました。電子レンジによる加熱についてやレトルト食品の加熱方法などに質問があり関心の高さがうかがえました。また、熱中症予防についても、水分摂取の方法や飲み物の選び方などについての講演や、水分補給用ゼリーの試飲も行いました。

参加者からは「なぜ、食中毒が起こるのかわかりたかったので良かった」、「分かりやすくてよかった」とか「ゼリーはさっぱりしておいしい」といった意見もいただき好評をいただきました。

まだまだ、暑さも厳しい日が続いています。食への調理や保存方法、水分摂取の仕方など注意を払いながら夏を過ごしましょう。



新村管理栄養士による食中毒予防と脱水・熱中症予防の講演

3面に食中毒対策についての記事が掲載されています



学習会で試飲していただいたゼリー = (株)クリニコ・レモンと乳酸菌の水分補給ゼリー

COOPなじよもガーデン

サービス付き

## 高齢者向け住宅への入居希望者募集中!

現在5部屋空いています

2018年7月23日現在

## 熱中症予防のポイント

### 暑さ対策

- 室温は28度を超えないように、エアコンや扇風機を使いましょう。
- 外出するときは涼しい服装で、日よけ対策をしましょう。
- 無理をせずに適度に休憩しましょう。
- 暑さに体を慣らしていきましょう。

### 脱水対策

- たくさんの汗をかいたら、のどが潤いていなくてもこまめに水分と塩分を補給しましょう。
- 水分と塩分を素早く補給できる経口補水液をうまく使いましょう。
- 日頃から栄養バランスの良い食事と体力作りをしましょう。

## 夏だ! 水遊びを楽しもう!

### 学童クラブなじよも

学童クラブなじよもは、子どもたちも増えこの夏休みもにぎやかにワイワイ、ガヤガヤ楽しく暑さに負けないパワーで元気に活動中です。こんな暑い日にはやっぱり水遊びが一番!

ですが、今なじよもにあるプールだけではちょっと足りない状況となってしまいました。そこで、ご家庭で使わなくなったビニールプールがありましたら譲っていただけないでしょうか。ご協力宜しくお願い致します。

ビニールプールが足りなくなっちゃった(汗)



### ご寄付のお願い

### 使わなくなったビニールプール

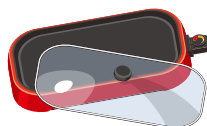
〈お問い合わせ先〉学童クラブなじよも ☎025(250)1418

### ご寄付のお願い

### 使わなくなったホットプレート(新品同様)

～子ども食堂「元気百倍レストランなじよも」～

ご家庭で使っていないホットプレート(新品同様)がありましたら、ご寄付をいただけないでしょうか。よろしくお願ひします。  
〈お問い合わせ先〉なじよも総合事務 ☎025(250)7251



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	8月11日・25日(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)	8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)	8月27日(月) 13:30～15:00	3号館3階多目的室A	材料費1,500円

## 8月の催し物

- 8月4日(土) 13:30～  
9月1日(土) 13:30～  
なじよもうたごえ喫茶(参加費500円)  
2号館1階カフェテリア
- 8月5日(日) 14:00～  
ひばりの会(合唱・参加費300円)  
2号館1階カフェテリア
- 8月7日・28日(火) 10:00～  
笑いヨガ(参加費300円)  
2号館1階カフェテリア
- 8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
- 8月22日(水) 10:00～  
楽笑会(お茶の間)  
2号館1階カフェテリア
- 8月22日(水) 13:00～  
カラオケ  
3号館3階多目的室
- 8月23日(木) 10:00～  
コープお茶の間  
2号館1階カフェテリア
- 8月23日(木) 13:30～  
にこにこになりたい人の座談会(お茶の間)  
2号館1階カフェテリア

今月は第4水曜日です!

# おたがいさまの まちづくりシンポジウム

認知症の方も地域で支えられるまちづくりについて考える

8/24 金  
2018. 13:30開始(受付13:00より)

会場▶東区プラザ



総合司会  
増子 ゆかり

●基調講演

「おたがいさまのまちづくり」  
名古屋市・南医療生活協同組合 大野 京子 理事会参与

南医療生活協同組合の  
取り組みは、厚生労働省  
「地域包括ケアシステ  
ム」モデル事業として認  
められています！

先着 300名  
参加無料  
どなたでも参加OK



●地域の現状(認知症高齢者に関する話や、よくある話、地域特性について)

・新潟東警察署 ・東区役所健康福祉課高齢・介護グループ

●パネルディスカッション

「いきいきと暮らすために、私たちができること」

<コーディネーター>新潟医療福祉大学 青木 茂 准教授

<パネリスト>

- ・牡丹山小学校区コミュニティ協議会会長
- ・新潟医療生活協同組合なじも総合事務長
- ・特別養護老人ホームあしぬま荘施設長
- ・新潟市地域包括支援センター木戸・大形センター長

人間を大切に  
することが  
すべての根元である

[主催] おたがいさまのまちづくりシンポジウム実行委員会

[後援] 新潟市/新潟市東区社会福祉協議会/牡丹山小学校区コミュニティ協議会

新潟市在宅医療介護連携ステーション東第二/木戸大形石山圏地域連携ネットワーク(ぼーちゅらかネット)

[事務局団体] 社会福祉法人亀田郷芦沼会 TEL.025-271-1016(受付時間 8:30~17:00)

第38回 **健康まつり**

10月14日(日) 10:00~15:00

会場は木戸病院

入場無料  
協力券はありません

毎年大人気の健康講演会  
健康体験コーナー  
おいしい食べ物もあるよ

主催/新潟医療生活協同組合・  
社会福祉法人亀田郷芦沼会  
健康まつり実行委員会

<お問い合わせ先>  
地域活動部 ☎025(274)7139

## 西日本災害募金にご協力ください

近年、これまで経験したことがないような大雨により各地で洪水が発生しています。大雨により西日本では多くの方がお亡くなりになり、未だに家に帰れず避難所生活を余儀なくされておられます。

新潟医療生活協同組合では、各事業所(木戸病院、なじも、ほほえみの里、石山診療所)で西日本災害募金を募っております。ぜひ、ご協力ください。

また、西日本の状況を「対岸の火事」と思わず、この機会にご家族、ご近所、班会などで水害に限らず「災害」についての備えなど様々なお話をいただければと思います。情報として、新潟市のホームページ中に『洪水ハザードマップ』がございますので、一度ご確認ください。

新潟 洪水ハザードマップ

### 募金箱の設置場所

- ・木戸病院 1階総合受付
- ・石山診療所 1階受付
- ・老健ほほえみの里きど 1階受付
- ・なじも1階2号館総合事務



木戸病院1階総合受付に置かれている募金箱

## 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・薬剤師・調理員  
保育士(登録アルバイト)・調理師(産休代替)

**【なじも】** 医師・訪問看護師・調理員・看護師(ショートステイ)・訪問従事者(担い手ヘルパー)  
販売員・学童保育指導補助者・介護員(アルバイト)

**【介護老人保健施設 ほほえみの里 きど】** 看護師・入浴介助・運転手

**【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)】** 介護員・介護福祉士

※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。

<お問い合わせ先> 総務課 ☎025(273)2151

# 診療案内

○木戸病院 外来予約 ☎0120-432-472 携帯電話・公衆電話からは TEL 025-273-2175 TEL:025-273-2151代 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	新患 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(奇数月)/濱ひとみ(偶数月)
		成田淳一	河辺昌哲	阿部孝洋	山田絢子	岸由美子	矢田省吾	内科医師
		大学医師	津田隆志	佐藤秀一	摺木陽久	樋口宗史	津田隆志	塙晴雄
		池主裕子	山崎美穂子		横山恒	五十嵐登	増子正義	
	AM 専門 (予約制)	五十嵐登(循)	矢田省吾(腎/糖)	濱/猪俣/宮城(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)	内科医師(高脂)	津田隆志	津田晶子(糖/内)	阿部孝洋(糖/内)	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)
			荻原智子(糖/内)	津田晶子(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)	荻原智子(糖/内)	大学医師(循)		斎藤恒(水俣)	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)		山崎美穂子(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、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	AM9:00~11:00(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 8:00~11:30	産科 工藤久志	工藤久志	工藤久志	工藤久志(予約制)	工藤久志	工藤久志	工藤久志
	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		
	PM(予約制)		工藤久志(1ヶ月健診・受付PM2:00~)					
小児科	AM8:00~11:30	樋浦誠	相澤悠太	樋浦誠	馬場悠美	樋浦誠	相澤悠太	相澤悠太
	PM2:30~4:30	馬場悠美	馬場悠美	馬場悠美			樋浦誠(生活習慣病・診察AM10:30~)	
外科	AM 8:00~11:30	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		
整形外科	AM8:00~11:00(予約制)	所澤徹	所澤徹	所澤徹	所澤徹(1・3週)	所澤徹		所澤徹
		高橋直樹	高橋直樹		高橋直樹(2・4週)	高橋直樹	高橋直樹	
皮膚科	AM 8:00~11:30	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
		荻根沢真帆子	荻根沢真帆子	荻根沢真帆子	荻根沢真帆子	荻根沢真帆子	荻根沢真帆子	荻根沢真帆子
耳鼻咽喉科	火・木 AM 8:00~11:30	池田香織	池田香織	池田香織	池田香織	池田香織	大学医師	大学医師
	月・水・金・土 AM 8:00~11:00							
泌尿器科	AM8:00~11:30	北村康男	北村康男	北村康男	大学医師	北村康男		
眼科	AM8:00~11:30(予約制)		長谷部日	松田英伸	長谷部日	松田英伸	大学医師	大学医師
心療内科	PM(予約制)*1	鈴木雄太郎						
緩和ケア科	(予約制)*2	長谷川聡			長谷川聡			
歯科 口腔外科	AM 8:30~11:40	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	鈴木博
	月・火・木・金 PM1:15~4:40	鈴木博	鈴木博	鈴木博	鈴木博	鈴木博		
	水 PM2:15~	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		

\*1 予約については心療内科までお問い合わせ下さい。 \*2 緩和ケア科は当院に入院中もしくは他医療機関より紹介で事前了解がとれた方のみ対象です。お問い合わせは地域包括室へ

○木戸クリニック TEL 025-274-7960 休診日:日曜、祝祭日、第1・3・5土曜日 ※9月より第4土曜日の八木医師の診療がなくなります

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
		金子香	金子香	八木寛朝	八木寛朝	八木寛朝		須永隆夫
		飯田久貴	飯田久貴	飯田久貴	飯田久貴	飯田久貴		
	PM 1:30~4:30	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	飯田久貴	飯田久貴		飯田久貴		

○石山診療所 TEL 025-276-5111 休診日:日曜、祝祭日、土曜日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金
内科	AM8:30~11:30(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	金子香(9:30~)	丸山貴広
	PM2:00~4:40(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
				金子香(2:30~)		
皮膚科	PM2:00~4:40(診察は2:30~)	佐藤信輔	佐藤信輔			佐藤信輔

○(福)亀田郷 風の笛クリニック TEL 025-271-7755 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	AM8:30~12:30(診察は9:00~)	穂苅環	穂苅環	穂苅環	穂苅環	穂苅環	穂苅環
	PM3:00~5:30(診察は3:30~)	穂苅環	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.....