



# 新潟医療生協

2023  
VOL.555  
3月号

https://niigata.iry-coop.com

基本理念「人間を大切にすることがすべての根元である」

新潟医療生活協同組合 〒950-0862 新潟市東区竹尾4-13-3 ☎025(273)2151

発行責任者/鈴木克夫 毎月1日発行

組合員の現勢(2023年1月31日現在)

- 組合員数……………45,121名
- 出資金総額…24億7,221万円

## 広がる居場所づくり 「会えてよかった」

6つの場づくり、あなたはどんな場に参加されましたでしょうか？

新潟医療生協では、班会・サークル・たまり場など楽しく多彩な活動を通じて、自由な発想で「つながりづくり」をすすめています。言葉は「あい、ふれあい、ささえあい、おたがいまのまち」

「です。気の合う仲間とつながり、一緒に健康でありたいと願い、集まっておしゃべりする。それだけで、からだの健康はもちろん、こころの健康についても良い状態を保つことができます。健康づくりはしあわせづくり、皆さんも気の合う仲間と一緒に医療生協の活動に参加しましょう。」

### 地域の生活を支える場づくり班づくり

昔一緒に班会に参加していた仲間が家から出る機会が減っていることに気づき、気の合う仲間です。昔話に花が咲き笑顔が絶えない班会です。移動販売車「おたまち号」も地域の生活を支えています。



### 地域の人々が憩える場づくり班づくり

亀田総支部の「けんこうの駅ふなば」において、いつでも、誰でも参加していただけるようにたくさんの班会が開催されました。特に映画「ぼけますから、よろしくお願ひします。」の上映会においては、深い共感と感動がありました。



### 健康づくりを育む場づくり班づくり

木戸保健委員会を中心にオーラルフレイルに取り組みました。お口の健康のために、ロングピロピロ(吹き戻し)にも挑戦しました。



第2ブロック 大形総支部 一日市で新班が立ち上がり、記念の第1回目は認知症サポーター養成講座を開催。20名のサポーターが誕生しました。

### 環境を守る暮らしの場づくり班づくり

班会の開催場所も、参加メンバーの構成もみんな違うけれど、思いはひとつ「平和」。平和への願いを込め、広島の子の像へ送る千羽鶴を折る活動が始まりました。



### 創造的な楽しみを提供する場づくり班づくり

音楽に関する班が4班誕生しました。ギターの弾き語りに合わせて歌を歌う班、エレキギターを弾いてみる班など、多彩な班の活動が始まっています。



### 暮らしの知恵を学べる場づくり班づくり

古布を使ったパッチワークの班が立ち上がりました。大勢の方には教えられないけれど、できる範囲で、毎月少しずつ布を繋げ作品を作り上げています。暮らしの知恵を学べる場として、介護保険や終活について学ぶ班会が開催されています。「新潟市在宅医療・介護連携ステーション東第二(木戸病院地域連携室)」の看護師・ケースワーカー等の職員がわかりやすく説明します。



#### 今月号のオススメ記事

2面…「つながる力」シリーズvol.2  
3面…循環器内科 大窪愛香医師「検脈のすすめ」  
4～5面…けんこうチャレンジ/お花見ウォーキング  
6面…なじょも通信/みらいレター  
7面…くみトクお店紹介!  
8面…診療案内

2022年度を振り返ってみると、たくさんの場づくりが行われました。地域に出かける場がある(社会参加をしている)方は、生きがいを感じている方が多いです。6つの場づくりは「あなたが主人公です。一歩踏み出し、「あなたの場」をつくってみませんか?」いつでも気軽に地域活動部にご相談ください!

地域活動部  
☎025(274)7139

先日テレビで2024年問題という言葉が耳にしました。我々医療・介護に携わる者にとっては、2025年問題の間違いじゃない?と、一瞬脳裏をかすめました。▼2024年問題とは、同年4月1日から適用される働き方改革関連法に伴い、物流や運送業界で懸念されるさまざまな問題のことを言うそうです。▼この法施行では、自動車運転業務の年間時間外労働時間上限を設定することで、労働環境を良くしようという狙いがあるそうです。これらによって労働環境が改善されるメリットもあります。しかし、トラックドライバーは労働時間の規制により走れる距離が短くなると、収入が減少するという矛盾を抱えています。収入低下が離職に繋がる可能性もあり、労働力不足に拍車がかかる恐れもあります。▼罰則付きで労働時間の上限が設定されることで、「会社の売上や利益の減少」「トラックドライバーの収入減少や離職」「荷主側における運賃上昇」といった問題に繋がっていくことが危惧されます。▼2024年問題・2025年問題における「長時間労働の是正」と「人手不足解消」という相関する課題は、いずれも日本における低賃金と年齢構成の歪みによる弊害なのかもしれない。

(H・M)

芦沼

## あなたの居場所はどこですか

超高齢化社会の健康寿命は延伸し、平均寿命と比較しても延びが大きいといわれています。その中で、60歳以上の一人暮らしの方のうち孤独死※を身近な問題だと感じる方(特に一人暮らし世帯の方)が、50.8%と5割を超えているとの調査報告がありました。また、孤独死と考えられる事例も多く発生しているそうです。

生きがい(喜びや楽しみ)を感じる程度について見ると、生きがいを「十分感じている」が22.9%、「多少感じている」が49.4%となっており、合計すると72.3%となっています。

高齢者が外出するに当たって不便に思ったり、気になったりすることについては、「ちょっと休むベンチや休憩所が少ない」「道路に段差があったり、道路が狭い、滑りやすい」「トイレが少ない、汚い、使いづらい」などがあげられています。

社会活動に参加している人は、生きがいを「十分に感じている」と回答した人の割合が高く、社会参加により生活に充実感を感じたり、新しい友人を得たりするきっかけともなっています。このため、高齢者が社会活動への参加の機会を得られるよう、環境整備を図るとともに、その基礎となる健康づくりが必要です。

地域で始まった「ベンチ」の設置や6つの場づくりは、生きがいをつくる第一歩となります。新潟医療生協はこれからも、つながる場をつくり、「健康づくりは幸せづくり」の運動をすすめます。

※誰にも看取られることなく、亡くなった後に発見される死



新潟医療生協の  
つながり紹介!

### 「つながるカ」 シリーズ

= vol.2 =



活発な活動が  
地域の「つながり」を  
ささえています!



寒い季節でも元気に笑顔で活動中です!

### 第1ブロック 木戸総支部

## 仲間を大切に思う心がつながりました

木戸総支部の山木戸支部からこんな相談がありました。

「三柱神社での班会に来ていたAさんが、もう班会の会場まで歩いて来られなくなってしまったんだけど、毎月班会のお知らせの電話だけはするの。そうするとね、『嬉しい!声が聞けた。ありがとう』『班会には行けないけど、人と話すのは嬉しい』と話すの。コロナでお茶飲みも出来なかったから、せめて毎月電話はするのだけど、何かできないかしら?」「Aさんさえよければ、近所のBさんも誘ってAさんの自宅で班会はどうかしら?」とCさんからアイデアが生まれました。すぐに職員がAさんの自宅に伺って相談し、開催することが決まりました。小さな班会の誕生です。

初めて班会を行った日の出来事を紹介

します。その日は楽しみのあまり、Aさんの自宅に予定より早めに集合しました。みんな班会の開催が嬉しくて、笑いが絶えません。血圧を測りながら、元気にしていたか、今の健康状態はどうかなど話が弾みます。そして、班の名前を決めることにしました。花の名前が良いということになったのですが、「あの花らて」「どの花け?」「大きい道路の脇に咲いてるねっけ」とここのでも笑いが絶えません。楽しい会話が続き、班名を「お元気ですか?ねむの木」とすることになりました。ねむの木の花言葉は「安らぎ」。この班会が安らぎの場になることを願い、元気で会うこと、元気で話をする、いつまでも元気であることを目標に集まることとなりました。

### 理事会報告

2月2日  
右記議題にて  
第8回理事会が  
開催されました

#### 【承認事項】

- ①12月の組織状況報告 承認の件  
・専門委員会からの報告
- ②12月の事業所状況報告 承認の件  
・各事業所状況報告
- ③12月の経理状況報告 承認の件  
(第3四半期経理状況報告含む)

#### 【議決事項】

- ①規程・規則改定の件  
・給与規程の改定
- ②木戸病院の1階エントランス改修工事の件
- ③健診ドック料金の見直しの件
- ④固定資産の取得の件
- ⑤2023年度第40回健康まつりの件
- ⑥新潟医療生活協同組合 ブロック規程変更の件

#### 【承認事項】

- ④役員選任の実施の細目の変更について  
(議決事項⑥が決定された場合)

#### 【報告事項】

- ①経営コンサルタントとの進捗状況の件
- ②理事会議事録(第6回)修正内容確認の件
- ③第7回理事会議事録確認の件
- ④その他

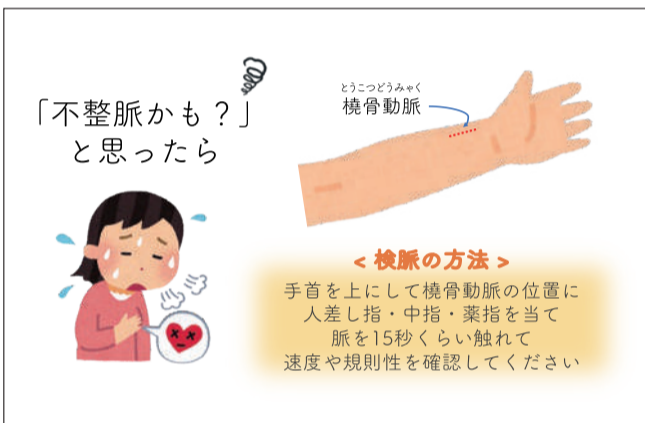
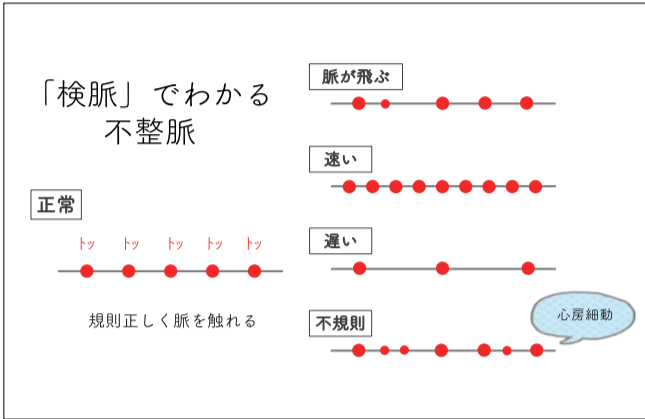
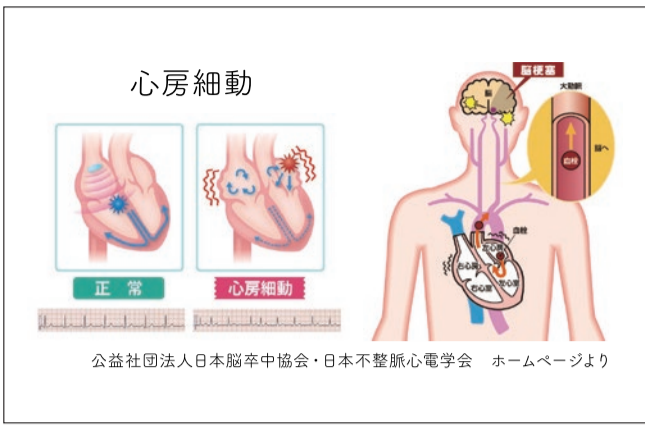
# 検脈のすすめ

## 「脈の日」

3月9日は「脈の日」、3月9日から3月15日は「心房細動週間」と言われているのをご存知でしょうか。日本不整脈心電学会と日本脳卒中学会は、心房細動からの脳梗塞発症を予防するためにそのように呼びかけています。それにちなんで、今回は心房細動などの不整脈について、簡単にできるチェック方法をご紹介します。

## 不整脈とは

心臓は安静にしているときに1分間に50〜100回の規則正しいリズムで脈を打っています。不



整脈とは、脈が不規則に打つ、脈が飛ぶ・抜ける、脈がゆっくりに打つ(徐脈)、脈が速く打つ(頻脈)などの状態を指します。不整脈の主な症状として、動悸、息が切れる、めまい、気が遠くなる、失神などがあります。

## 検脈について

心房細動は、脈が不規則になる代表的な不整脈です。脳梗塞を引き起こすリスクがあり、注意が必要です。心臓が不規則に動くことで、心臓の中の血液の流れが悪くなり、血栓(血の塊)を作りやすくなります。その血栓が血流に乗って脳へ運ばれ、血管を閉塞してしまうと脳梗塞を引き起こすことがあります。治療は、血液をサラサラにする薬や脈を整える薬を内服する

「検脈」は不整脈の早期発見につながる手段の一つです。手首を上にして、親指側の動脈に3本の指を当てることで、簡単に脈の速さや規則性を知ることができます。例えば心房細動では、脈がバラバラに不規則に触れます。自宅でも簡単に行うことができます。定期的なチェックしていただくことをおすすめします。

脈の乱れや異常を自覚したら早めに医療機関を受診しましょう。

薬物療法や、心房細動自体を治すカテーテル治療があります。



循環器内科  
大窪 愛香

## 訪問介護センター なじよも



ご利用者さまとご家族さまの想いに応えるため、スタッフ一同頑張っています!

私たち訪問介護センターなじよもは常勤5名、登録ヘルパー13名で活動しています。ご利用者さま・ご家族さまの「住み慣れた地域・自宅での暮らしを続けたい」という想いに応えるべく、雨にも負けず風にも負けず、夏の暑さにも冬の寒さにも負けないで東奔西走しています。

私たちが行う支援に自立支援というものがあります。自立支援とは「訪問介護員が代行するものではなく、安全を確保しつつ常時介護できる状態で見守りながら行うこと」をいいます。

東区にお住まいの70代の女性は、週3回訪問介護を利用されており、そのうちの2回は一緒に調理を行っています。冷蔵庫内を見て献立を考え、下ごしらえや味付けを通してコミュニケーションが活発になり、ご本人の意欲を引き出すことができています。

もし何かお困りの事がありましたら、最寄りの地域包括支援センターまたはケアマネジャーにお問い合わせください。

木戸病院

石山診療所

木戸クリニック

でも **マイナンバーカードの健康保険証利用**がはじまります

**4月1日**より

4月1日よりマイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになります。また、マイナンバーカードを提示した際と、従来の保険証を提示した場合では医療費の窓口負担金が変わります。



●マイナポータル  
マイナンバーカード  
健康保険証申請ページ

### ● 4月1日以降の窓口負担金 (木戸病院の場合)

	マイナンバーカード	1割負担		2割負担		3割負担	
		現行	4/1~	現行	4/1~	現行	4/1~
初診料	提示する場合	280円	280円	560円	570円	850円	850円
	提示しない場合		290円		580円		860円
外来診療料	提示する場合	70円	70円	150円	150円	220円	220円
	提示しない場合		80円		150円		230円

※ 4月1日以降も、これまで通りの健康保険証で受診ができます。

※ マイナンバーカードでの健康保険証利用には申請が必要です。申請については各区役所にお問い合わせください。

## 3月号 クロスワードパズル

提供元:クロスワード.jp

1	2	3	4
	B	C	
		5	
6		7	
			8
	9		10
11			12

**タテのカギ**

- 麦や大豆に水を付けて、暗い所で芽を出させたもの。
- 英語でカギのこと。
- 表示価格に消費税が含まれていないこと。
- 岩などに付く二枚貝。オイスター。
- 姿・形・色彩などがはなやかで目立つこと。大げさで目立つこと。
- ある物事について考えをもつこと。恋心。「彼女への○○が募る」
- 木材の表面を平らにけずるための大工道具。
- 実態のつかめないもの。不思議な事柄。
- 目指すところ。目当て。目標。「○○がつく」「○○が立つ」

**ヨコのカギ**

- 煮た食品。食材を煮ること。
- 建物や機械の土台。もとなる事柄。基本。
- 荷物の運搬に用いる小型の手押し車。「ショッピング○○を使って産直市場なじよでも買い物」
- 食卓ではしの先をのせておく小さな道具。はし枕。
- 軟体動物のうち、石灰質の殻をもつものの総称。
- 物の内側。人の表面・外面に対し、精神・心理。
- 地面に細長く掘った水路。細長いぼみ。
- 臓器・骨髄移植で、臓器・骨髄などの提供者。

締め切りは3月31日(金)です。

## すこしおレシピ

塩と上手におつきあい 少しの塩でずこやかな生活

### 冬菜のナムル

●1人分:29kcal ●塩分:0.4g

材料(6人分)

- 冬菜…2株(300g)
- にんじん…3cm(30g)
- もやし…1/3袋(60g)
- 白いりごま…適量

米酢(穀物酢でもOK)…大さじ4/5  
砂糖…小さじ1  
醤油…大さじ4/5  
ごま油…小さじ1

作り方

- 冬菜は水で洗い汚れを落とし、3cm程度に切る。にんじんは千切りにする。もやしは水で洗う。
- お湯を沸かし、にんじんを入れて2〜3分ほどたったら、冬菜を加えてゆでる。お湯を切って、水にさらして水気をしぼる。
- もやしはたっぷりのお湯でゆでて、ザルにあげて冷ます。(もやしは水にさらさない方がおいしく仕上がります)(耐熱容器に入れて、レンジでチンでもOK)
- ①を混ぜて、材料を加えて和える。仕上げに白いりごまを散らす。

管理栄養士より

新潟の伝統的な冬野菜「冬菜」。ビタミン類が豊富です。おひたしや卵とじなど、いろいろ楽しめますね。おひたしに飽きたら、ナムルはいかがですか?米酢を使うと酸味がまるやかなので、お子様でも食べやすいですよ。ごま油の香りで、塩分が少なくてもおいしく食べられます。

## クロスワード応募方法

官製はがきのウラ面に解答の5文字、住所、氏名(ペンネームの掲載を希望する場合はペンネームも)、年齢、電話番号、今月号の感想を記入の上、地域活動部までお送りください。各事業所に設置してある「クロスワード回収箱」への投函も可能です(切手不要)。

正解された方の中から抽選で6名の方に景品をお送りします。今回の景品は傘袋です。※傘袋は2種類の色のうち、どちらか1つをお送りいたします。景品提供:ドコモショップ新潟東店様(新潟医療生活協 提携店)

ペットボトルカバーにも使用できます

応募先 〒950-0862 新潟市東区竹尾4-12-16-2 新潟医療生活協 地域活動部

## 新潟医療生活協の組合員向け 「スマホ教室」開催のお知らせ

スマホ教室でマイナンバーの申請ができます(木戸エリアのみ)

参加費 無料 ※参加には事前の予約が必要です。

### 木戸エリアでの教室

■日時と講座の内容  
3月16日(木)  
・第1部 10:30~ マイナンバーの健康保険証と公金受け取り口座の登録  
・第2部 13:30~ 【初心者向け】地図アプリを使ってみよう ※第1部・第2部どちらか片方の参加でも構いません。予約時にお申し付けください。  
■開催場所 東区プラザ 講座室3

### 石山エリアでの教室

■日時と講座の内容  
4月10日(月) お申し込み締切:3月24日(金)  
・14:30~ 【初心者向け】地図アプリを使ってみよう  
■開催場所 石山診療所2階 地域交流スペース ※石山会場にご参加される場合、施設の基準により健康観察表が必要となります。詳しくは予約時にご確認ください。

※本教室は、新潟医療生活協の組合員のみ参加とさせていただきます。 感染症対策を実施して開催しております

お申し込み・お問い合わせ先 地域活動部 ☎025(274)7139

## 2月1日より生協加入窓口がおたがいさまプラザに完全移転しました

生協加入窓口の対応は、下記の通りとなっております

●受付時間 ◆8:30~12:00 ◆13:00~17:00

●休業日 第1・3・5土曜日、日曜日、祝日 ※第2・4土曜日は、午前中のみ。午後はお休みしております。

お問い合わせ先 地域活動部 ☎025(274)7139

〒950-0862 新潟市東区竹尾4丁目12-16-2

「おたがいさまプラザ」の看板を目印にお越しください!

お問い合わせ先 地域活動部 ☎025(274)7139

## 班会報告

### 趣味で集まる楽しい班会が誕生しました!

石山地区では昨年11月に「ひばり班」が誕生しました!1月1、2回不定期開催で猿ヶ馬場自治会館に集まり、趣味を楽しみました。班長さんのギター演奏に合わせて歌を歌ったり、ヨガで身体を動かしたりと、笑顔で楽しく健康的に活動しています。

まずラジオ体操とヨガで身体をあたためます。ほぐれたところで、班長さんのこの歌は皆さん歌えますか?の呼びかけに始まり、「その歌なら歌えるよ!」「小さいころに歌った懐かしいね!」「うろ覚えだけど歌ってみよう!」などと会話をしながら歌を弾きます。気軽に楽しんで居心地の良い班会です!

「興味のある方はぜひご参加ください!」

寒い日もヨガで身体があたたまって、ポカポカです!

軽快なギター演奏と、きれいな歌声が響き渡っています!

## 健康づくり委員会より

### お花見ウォーキング参加者大募集!

さあ!春が近づいてきています。桜を愛でながら体を動かしてみませんか?

日時 4月8日(土) 9:30~雨天中止

場所 鳥屋野淵 スポーツ公園

集合場所 レストハウス(休憩所)

対象 小学生以上

参加費 無料

内容 ①短距離ウォーキング(2km) ②長距離ウォーキング(4km)

持ち物 ・汗拭きタオル ・水分補給用の飲み物 ・歩きやすい靴

お申し込み先 地域活動部 ☎025(274)7139 ※定員になり次第締め切らせていただきます

### けんこうチャレンジに取り組んで

コープデリにいがた

コープデリにいがたのエリア委員の皆さんが、けんこうチャレンジに取り組んでくださいました。若い時から健康に興味を持っていただき、一緒に健康づくりを広めていきたいと思います。

〈工夫した取り組み〉

- グループLINEで、励まし合いながら進めました。
- 小さなグループでの励まし合いで、絆が深まりました。

〈参加した感想〉

個人で取り組むとできないことも、小さなグループをつくり楽しく取り組みました。また、「健康づくり」が大切な事はわかっているつもりですが、このような機会が無いと日々の忙しさに流されうっかり忘れがちです。参加させていただき、健康の大切さを確認できました。

励まし合いながら頑張りました!

## けんこうチャレンジご参加ありがとうございました!

多くの皆さまにご参加いただいた2022けんこうチャレンジ。今年度は参加申し込み数1,957名とたくさんの報告を頂きました。「親子で取り組みました!」「軽い運動が習慣になりました」等、嬉しいメッセージが届いています。

ご報告いただいた皆さまへ終了賞を準備しております。また、グループエントリーの方にはグループ賞も準備中です。準備ができ次第お届けいたしますので、もう少しお待ちいただけると幸いです。

たくさんの皆さまのご参加ありがとうございました。

**なじよも寿司の日!**  
**スシ食いねエ!**

2月に、なじよもガーデン、デイサービス、ショートステイの3つの事業所で、3年ぶりに「寿司の日」を開催しました!

ご利用者さまの状態や好みに合わせて、6種類のお寿司・刺身を用意。この日は、おかわりもできますよ!と、寿司屋の大将が登場し、場を盛り上げました。

「まぐろが大好きだから、食べられて良かった」「雰囲気がいいですね」「コロナ禍で外食を控えていたのでとても嬉しい」「こういうイベントがあったことを家族に知らせます」とたくさんの喜びの声が聞かれ、盛況でした。

調理スタッフが寿司屋に扮して登場!

ショートステイ

デイサービス

サービス付き高齢者向け住宅

**なじよも**  
 health co-op niigata  
**通 第113号 信**

サービス付き高齢者向け住宅  
**「なじよもガーデン」にちびっこ鬼がやってきました!!**

2月2日・3日に、ちびっこ鬼がやってきました!!

食事を終えた入居者さまを「わるい大人は、いねえ〜があ〜♪」とお出迎え「かわいい鬼だねえ〜」「一生の思い出だよ」と入居者さまからの嬉しいお言葉。一緒に写真を撮って、楽しい「ひととき」となりました。

ぼっかぼかの「春」がやってきます★

鬼は外♪ 福は内♪

サービス付き  
**高齢者向け住宅、即入居できます!**

現在、数部屋の空きがございます。見学希望など、お気軽にお問い合わせください。

(お問い合わせ先)  
 ☎025(250)6137

ほがらか福祉園トゥインクルは、重度心身障がいの方が通う事業所です。ご利用者さまは気持ち良くお風呂に入ったり、ゲームやカラオケなどで盛り上がったり、静かな音楽を聴きながらゆったり…など一日楽しく過ごしています。今年はコロナの影響で1回だけでしたが、皆さんと共同作業で作るおやつは最高です!また、学校帰りの児童の皆さんは、色々な遊びや課題を楽しんでいます。ご利用者さまが笑顔で過ごし、まわりの人との関わりを楽しむ姿に職員はパワーをもらっています。今後は感染対策をしつつも、楽しく活動の幅を広げていきたいと思っています。

トゥインクルは開所して11年になります。ご利用者さまと築いてきた年月を大切に、さらなる飛躍を目指して4月からほがらか福祉園と統合します(場所は同じです)。これからも地域の中で、ご利用者さまが充実した生活を送れる事業所を目指して行きたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

〈お問い合わせ先〉 社会福祉法人 亀田郷芦沼会 ☎025(271)1016  
 ホームページ <http://ashinuma.com/>

社会福祉法人 亀田郷芦沼会  
 施設長 吉田百合英  
**みらいレター** vol.26

# お店に行っ 組合員証を見せよう! “おトク”な特典 が使えます!!

## くみトクお店紹介!

### Flower&Green 細川洋蘭農園

春は何かとお祝いごとの多い季節です!  
江南区で30年近い実績の細川洋蘭農園の豪華胡蝶蘭  
ギフトはいかがですか?

ご注文時に「新潟医療生協の機関紙を見た」でラッピ  
ングをサービスさせていただきます。

- 電話番号 ☎025 (276) 6198
- メール hosokawayo-ran@gmail.com
- 住所 〒950-0114  
新潟市江南区茗荷谷西囲1159

ホームページは

🔍 細川洋蘭農園 🔍



### ことりや

#### 入学・入社準備はお済ですか?

ユニフォーム専門店「ことりや」では、昨年より学生服のお取り扱いを始めました。成長に伴う制服のお直しなど、アフターサポートも無料に対応しております。

また、オーダースーツもお作りしております。春の門出に、体にピッタリと合ったスーツを作ってみませんか? 専門のスタッフが丁寧に採寸いたします。

組合員証を掲示していただくとユニフォームプラザことりや、オーダースーツサロンkotoriyaでは「店頭価格より5%割引」の特典をご用意しております。子供から大人まで、ユニフォームを通じて皆さまのお役に立てるように努めてまいります。是非お立ち寄り下さい。



ホームページは  
こちらから

- 電話番号 ☎025 (241) 1336
- 住所 〒950-0088  
新潟市中央区万代3丁目4-36

新しい生地も続々と入荷しております



スーツ上下で  
44,000円～  
お作り出来ます



#### おたまち学習会のご案内

### 地域で今できること、 これからできることを考える

～認知症でも安心して暮らせる地域を目指して～

**日時** 3月24日(金)  
9:30～12:00 (9:00受付)

**場所** NOCホール(NOCプラザ新潟卸センター)  
新潟市東区卸新町2-853-3

**定員** 100名 **参加費** 無料

新潟医療生協と亀田郷芦沼会は、自治会・社協・行政などと協同でおたがいさまのまちづくり運動を推進しています。

今回は、認知症になっても住み慣れた地域でいつまでも安心安全に暮らしていくための学習会を開催します。支援に関わる専門職・地域住民をお招きし、今後どのような対応や支援ができるのかを考えます。

この機会に地域で今できること、これからできることを一緒に考えてみませんか?

#### 参加方法

事前お申し込みが必要です。

3月20日までに お電話または  
公式LINEよりお申し込みください。



公式LINE  
QRコード

#### お申し込み・お問い合わせ先

社会福祉法人亀田郷芦沼会  
特別養護老人ホームあしぬま荘内  
おたがいさまのまちづくり事務局  
☎025(271)1016 担当:伊藤



#### 社保・平和委員会より

### ドキュメンタリー映画 「ちむぐりさ 菜の花の沖縄日記」 映画鑑賞会 開催のお知らせ

16 平和と公正を  
すべての人に



新潟医療生協は平和でより良い社会づくりのために、新潟県生活協同組合連合会主催のピースアクションに毎年取り組んでいます。地域の皆さまが平和について考えるきっかけとなるよう、2022年のピースアクションのひとつだった「ちむぐりさ 菜の花の沖縄日記」の映画鑑賞会を当生協でも開催します。

「ちむぐりさ」とは、誰かを思って胸を痛めるという意味のウチナーグチ(沖縄の言葉)です。15歳の少女のまなざしと言葉を通して、リアルな沖縄の問題と県民の抱える思いを感じ、考えてみませんか?

詳しいあらすじは、2月号をご確認ください。



- 日時** 4月15日(土) 開場 9:30 / 開演 9:45
- 会場** 東区プラザ ホール(新潟市東区下木戸1丁目4-1)
- 内容** ドキュメンタリー映画  
「ちむぐりさ 菜の花の沖縄日記」上映(106分)
- チケット代** 800円
- お申し込み方法** 下記の電話番号にてお申し込みください。

お申し込み・お問い合わせ先  
社保・平和委員会(地域活動部内) ☎025(274)7139

# 診療案内

※赤字表記部分が前月と変更となっております。

## 木戸病院

外来予約

ご家庭などの  
固定電話からは

☎0120-432-472

携帯電話・  
公衆電話からは

☎025(273)2175

☎025(273)2151代

休診日：日曜・祝祭日、第1・3・5土曜日

対応可能時間：月～金曜日 AM8:00～PM4:30、第2・第4土曜日 AM8:00～10:30(歯科はAM8:30～10:30) ※午前8時から30分程度は電話回線が大変混雑いたします。

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	第2土	第4土
内科	新患 8:00～11:00	濱 ひとみ	岸 由美子	大学医師	中野 恵輔	矢田 雄介	三井田 孝	内科医師
		成田 淳一	河邊 昌哲	阿部 孝洋	摺木 陽久	岸 由美子	内科医師	内科医師
	AM 専門 (予約制)	池主 裕子	大窪愛香(10:00～)	高村 麻子	横山 恒	大学医師	増子 正義	増子 正義
五十嵐登(循)		山崎美穂子(膠)	大窪愛香(10:00～)		五十嵐 登	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	
佐藤秀一(消)		矢田省吾(腎/糖)	矢田雄介(腎)	山口利夫(循)	大学医師(循)	荻原智子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	
大学医師(血)		横山 恒(消)	山口利夫(循)	津田晶子(糖/内)	摺木陽久(消)	矢田 省吾	重沢立郎(水俣)	
津田晶子(糖/内)		中野恵輔(糖/内)	津田晶子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	山口利夫(循)(1・3・5週)	阿部孝洋(糖/内)		
PM(予約制)	病院医師(糖/内)	荻原智子(糖/内)	重沢立郎(水俣)(3週)	濱ひとみ(腎/糖)	池主裕子(循)			
		長谷川隆志(呼)	矢田省吾(腎/糖)	成田淳一(呼)		津田晶子(糖/内)		
		大学医師(循)	病院医師(糖/内)	大学医師(腎)隔週		大学医師(循)		
		荻原智子(糖/内)	濱ひとみ(腎/糖)					
		矢田雄介(腎)	大学医師(循)					

※糖：糖尿病、内：内分泌、腎：腎臓、呼：呼吸器、循：循環器、消：消化器

神経内科	AM9:00～11:00(予約制)	高橋 俊昭	小野寺 理	伊藤 岳	高橋 俊昭	北原真紀子		
婦人科	AM8:00～11:00	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	AM8:00～11:00	樋浦 誠	師田 和宗	樋浦 誠	師田 和宗	樋浦 誠	師田 和宗	師田 和宗
	PM2:30～4:30	田中 真奈	田中 真奈	田中 真奈	田中 真奈	田中 真奈	樋浦 誠(生活習慣病・診察AM10:30～)	
外科	AM8:00～11:00	樋浦 誠	樋浦/師田/田中(乳児健診・ 予約PM1:00～)	樋浦 誠		樋浦/師田/田中(予約接機・ 受付PM1:00～)		
		田中 真奈	師田 和宗	田中 真奈		師田 和宗		
整形外科	AM8:00～11:00(予約制)	渡邊 智子		大学医師	福田 卓真	福田 卓真	福田 卓真	
		阿部 要一	山田 明	阿部要一(1・3・5週) 山田 明(2・4週)	阿部 要一	山田 明	山田 明	阿部 要一
皮膚科	AM8:00～11:00	所澤 徹	高橋 直樹	所澤 徹	高橋 直樹	高橋 直樹		
耳鼻咽喉科	AM8:00～11:00	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
	PM(予約制)	武居いつみ	武居いつみ	武居いつみ	武居いつみ	武居いつみ	武居いつみ	武居いつみ
泌尿器科	AM8:00～11:00	大学医師			大学医師			
眼科	AM8:00～11:00(予約制)	北村 康男	北村 康男	北村 康男	大学医師(1・3・5週) 北村康男(2・4週)	北村 康男		
歯科 口腔外科	AM 8:30～11:00	予約制	坂上悠太(大学)	松田英伸(大学)	坂上悠太(大学)	松田英伸(大学)	大学医師	大学医師
			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
	PM 1:00～4:00		鈴木 博	鈴木 博		鈴木 博		
			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	

※診療案内は変更される場合がございます。

## 木戸クリニック

☎025(274)7960

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 8:30～11:30	予約	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫		須永 隆夫
			村山 直也	村山 直也	村山 直也	村山 直也	村山 直也	村山 直也	村山 直也
	PM 1:30～4:30	一般	金子 香	金子 香	八木 寛朝		八木 寛朝		
			須永 隆夫	須永 隆夫	金子 香		須永 隆夫		
		村山 直也	村山 直也	村山 直也		村山 直也			
		八木 寛朝	金子 香	八木 寛朝(予約のみ)					
		岸 由美子							

※村山医師は、3月20日(月)、3月25日(土)は休診となります。 ※金子医師は、3月20日(月)午前、3月29日(水)午前は休診となります。

## 石山診療所

☎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		佐々木知明	佐々木知明		佐々木知明
	PM2:00～4:40		佐々木知明	佐々木知明		佐々木知明
皮膚科	AM8:30～11:30	佐藤 信輔	佐藤 信輔		黛 真理子	佐藤 信輔
	PM1:30～4:00				黛 真理子	

※診療案内は変更される場合がございます。詳細はお問い合わせください。

## 木戸病院 健診センター

☎025(270)1831

電話予約受付時間：月～金曜日 AM8:30～PM5:00、第2・第4土曜日 AM8:30～12:30  
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 ……

## 風の笛クリニック

☎025(271)7755

休診日：日曜・祝祭日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科・麻酔科	AM8:45～12:30	穂苅 環	穂苅 環	穂苅 環	飯田久貴(内科)	穂苅 環	飯田久貴(内科)
	PM3:45～5:00	穂苅 環	穂苅 環	穂苅 環		穂苅 環	