

新潟医療生活協同組合機関紙



新潟医療生協

2023 VOL.562 10月号

組合員の現勢 (2023年8月31日現在)

- 組合員数 …………… 40,898名
- 出資金総額 …… 23億2,538万円

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

‘23仲間増やし月間 医療生協にちからを



認知症を理解し、対応するための学習を進めています

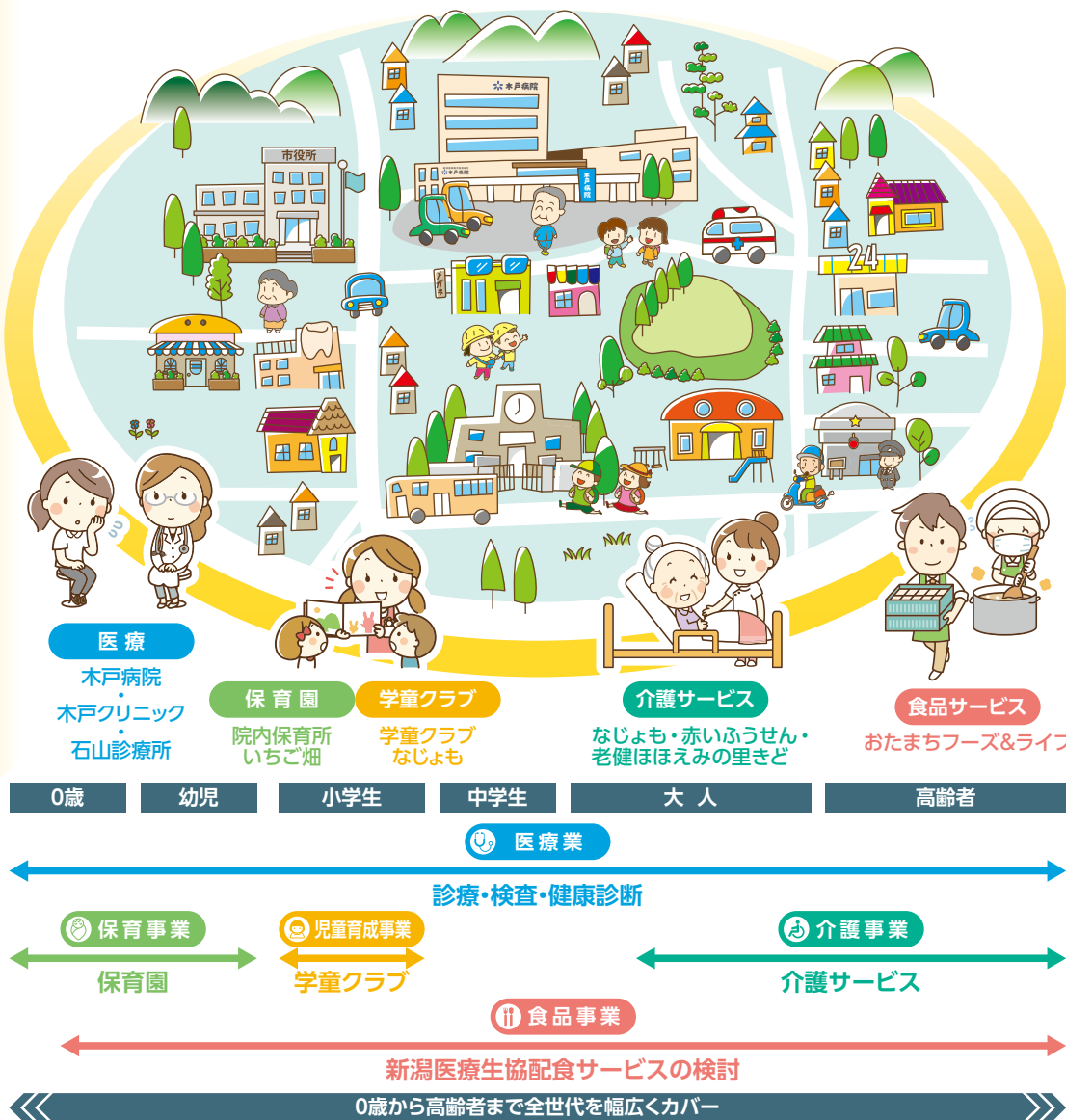
地域包括ケアシステムとは要介護状態になっても、住み慣れた地域で自分らしい生活を最後まで続けることができるように地域内で助け合う体制のことです。

今後2025年に向けて、高齢者しかいない世帯が増加すると云われています。

住み慣れた地域で自分らしく暮らしていくためには困っている人を支える仕組みや制度が必要です。

新潟医療生協は、自らの使命として医療・介護・生活支援など日常生活を支える体制を充実強化する決意です。それを実現、可能にするためにも仲間増やし(組合員ふやし)にご支援をいただきたいと思っています。

特集 私たちがすすめる地域のカタチ 地域包括ケアシステムを超えて



亀田郷芦沼会 新特別養護老人ホーム 大形駅前に建設中

上演迫る! 赤ひげ

10月26日(木)

新潟市民芸術文化会館(りゅーとぴあ)劇場
昼夜2公演
昼の部 14:00開演 / 夜の部 18:15開演
全席自由席 5,000円

舞台「赤ひげ」は、山本周五郎原作の「赤ひげ診療譚」を舞台化した演劇です。見習いの若い医師が、貧困層を相手に治療をする「赤ひげ」との出会いを通じて、成長する姿を描いたヒューマンドラマとなっています。赤ひげの貧困や無知と戦い続けた姿を通じて、私たちの価値観は大きく揺さぶられることでしょう。舞台を通じた感動体験をぜひ多くの皆さんで共有しましょう! りゅーとぴあでお待ちしています!



私の役者人生を賭けた舞台を、ぜひご覧下さい!

新潟医療生協の地域包括ケアシステムの詳細は、45面につづきます

お店に行くと組合員証を見せるとおトクな特典が使えるという通称「くみトク」。皆さんは利用されたことがありますでしょうか? 地域にある様々なお店で利用できるこの特典、利用できるお店も現在では100店舗を超え、自宅周辺のお店でも案内を多く見かけるようになりました。先日病院近くの飲食店を利用した際に、店頭には「くみトク」の案内と共に現在医療生協でも取り組んでいる「新潟まるごと健康チャレンジ」の案内パンフレットが置かれているのを見つけました

▼これまでは組合員になって頂くことで、班会などの医療生協活動への参加や、健診受診や予防接種時などの自由料金の割引が主なメリットとされてきましたが、この新たな取り組みによって、組合員の皆さんにこれまでとは違う地域のお店を通じた「つながりの輪」として広い世代の方々にも拡がっていくのではないかと期待しています ▼記事でご紹介した「新潟まるごと健康チャレンジ」は11月30日までの30日間まだまだチャレンジが可能です。健康づくりの習慣を身に付けるためにも一緒に始めてみませんか? (M.T.)

芦沼

新たなスタート 木戸病院健診センターで

脳ドック 新たなスタッフとともに

Dr.紹介

木戸病院 健診センター 非常勤医師

川口 正

1984年新潟大学医学部卒。同年新潟大学脳研究所脳神経外科入局。1991年脳神経外科専門医取得、約40年間脳神経外科医として診療を行っています。よろしくお願ひします。



木戸病院 健診センター 医師

齊藤 六温

2023年4月より健診センターに赴任。29年間、消化器外科、一般外科その後、健診業務を16年今までの経験を活かし前向きな姿勢で受診者の健診(予防と早期発見)について一緒に取り組みます。



木戸病院 健診センター 所長

多田 則義

1999年入職。石山診療所を経て2015年より健診センターで、皆様の健康維持・増進のお手伝いを行っています。どうぞよろしくお願いいたします。



脳ドックは「今のあなたの現状の把握」を行うことです

木戸病院 健診センター 非常勤医師 川口 正 先生

脳ドックを受ける理由は様々あると思います。誰しも病気を避けられたら良いと思っているのではないのでしょうか。しかし、痛みや、前兆が無いと気が付かないことがあります。そこで、10月より開始される“脳ドック”について脳神経外科 川口 正 先生にお話を伺いました。

脳ドックの受診について

- 健康の維持**: 脳ドックは、脳に関連する健康問題を把握し、治療が必要な場合早期に治療を開始できます。これにより、健康を守りながら快適な生活を続けることができます。
- リスクの把握**: 脳ドックは、高血圧や高コレステロール、糖尿病などのリスク要因の評価、近親者の病歴。これにより、リスクを知り、必要な場合には生活習慣を改善することで健康をサポートできます。
- 生活の質の向上**: 脳ドック、認知症検査の結果を受けて、生活習慣を見直し、自身の健康に気を遣うことで、将来の健康寿命を延ばす手助けになります。
- 心の平穏**: 今の現状を把握することから、不安やストレスを軽減し、心の平穏をもたらします。
- 個別のケア**: 脳ドックの結果は、報告を先生と会話をしながら受けることができます。これは、自身の健康に対する理解を深めます。会話ができるドックです。

脳ドックは、MRI検査により脳動脈瘤、無症候性脳梗塞(かくれ脳梗塞)、脳腫瘍などが見つかることがあり、発症する前に治療することが可能になります。さらに、近年は認知症の予防で若年から高齢者の方も受けているとのこと。大切なことは『今の自分を一度評価してみる』すなわち現状の把握をすることです。ご自身の健康状態を危機管理し、そしてあなたの体が鳴らしている警鐘に耳を傾けてはいかがでしょうか。

聞き手: 地域活動部 手塚 美恵子

健診は受けられるときに積極的に受けてください

木戸病院 健診センター所長 多田 則義

健康が守られないと、毎日が辛く、苦しいものになることがあります。しかし、健診によって疾患の早期発見や予防が実現し、元気で充実した日々を楽しむための鍵となります。健康診断を受けてみませんか?

健診を受けない方の大半は、「受診中なので、大丈夫です」と話します。通院中の方は健診を受けないことが多々あります。しかし、通院はその病気の治療です。通院中の方も、1年に1回は全身の点検。特定健診を受けてください。そこで、健診の大切さをもう一度考えてみましょう。

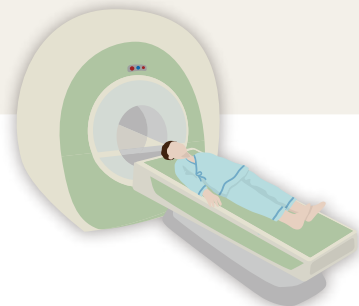
- 〈**定期的な健診**〉 定期的な健診を受けることで、健康状態を把握し、早期に問題を発見できます。
- 〈**健康的な生活習慣**〉 バランスの取れた食事、適度な運動、十分な休息を心がけましょう。生活習慣が健康に大きな影響を与えます。健康についてアドバイスをしています。
- 〈**ストレス管理**〉 ストレスを軽減する方法を見つけ、リラックスや趣味の時間を楽しんでください。また、健診を受けることで自分を知り、ストレスが軽減できます。
- 〈**予防活動**〉 定期的な検査を受けることで、疾患のリスクを軽減しましょう。
- 〈**社会的つながり**〉 友人や家族との交流を大切に、孤独感を軽減させましょう。医療生協では健診の後の運動や班会のご紹介もできます。
- 〈**健康情報の継続的な学習**〉 健康に関する最新の情報を学び、自身の健康に役立つ知識を持ちましょう。健康は誰かが健康にしてくれるのではなく、自ら関心を持ちましょう。医療生協では健康講演会や、身近な班活動で健康を学べます。

健康は宝物であり、元気で過ごすためには日常の小さな習慣が重要です。健診を通じて健康をサポートいたします。組合員のみなさんが健康的に過ごせることを願い、健診センターでお待ちしております。

私たちがみなさまの健診をサポートします!



健診センター スタッフ



組合員のみなさまが健診を通じていきいきと過ごせるように、安心して健診センターをご利用いただけるように日々努めております。

健診に関する予約や相談などお気軽にお問い合わせください。スタッフ一同お待ちしております!

お問合せ・連絡先

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・4土曜日 am8:30～pm12:30

○休診日

日曜、祝祭日、第1・3・5土曜日

手指の衛生管理と感染予防

医療のプロフェッショナルが行う手洗い伝授します！



医療安全管理室
武田 惇

「手洗い」はマスク着用と同じく新型コロナウイルス感染予防として重要な予防法です。

巷では「手を洗いましょう」と啓発されていますが、その具体的な方法を知る機会はこれまで少なく、子供の頃から習慣的に行われる手洗いは、自己流の手洗いとなりがちです。感染対策のプロである医療従事者は普段どのような手洗いしているか、その方法とポイントを解説します。

手洗いのポイント

その1…石けんをつける前に水洗
いする

手洗いは石けん（ハンドソープ）を用いる方法が一般的です。石けんを手にとる前に水洗いを最初に行いましょう。石けんの泡立ちをよくし、洗浄力を高めます。

その2…「指先」は汚れがつきやすい+残りやすい

爪と指先・指と指の間・親指は洗い残しがよくある部位です。手洗い手順に沿って忘れずに洗いましょう。

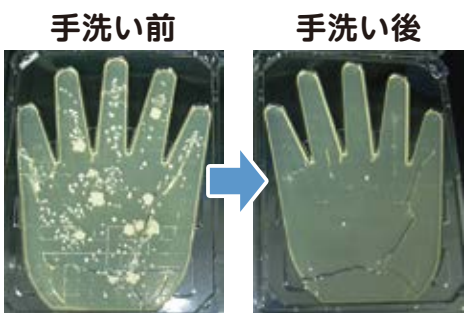
その3…時間を意識しよう

手洗いにかける時間は少なくとも30秒以上必要です。丁寧に手を洗ってみると意外と短く感じます。私の自宅では砂時計を置いて、子供に手を洗うよう指導して

正しい手洗いの方法



流水でしっかりと石けんを落とし、よく水分を拭き取り乾燥させましょう。



白くなっている部分は、手に付着している目に見えない細菌や埃(ホコリ)などの様子です。

日常生活で手洗いを行う場面
・外から帰ったとき・食事を作るとき、食事前・トイレの後・鼻をかんだり、くしゃみで手を覆ったあと・マスクを外した後・赤ちゃんを触る前・おむつ交換の後など

なぜ「手洗い」が重要なのか？
感染症の原因となる病原菌は、単独で動くことはなく手や環境や食品を媒介して、しばしば人から人に感染します。写真は診察を終えた医師の手指を手形培地で可視化したものです。手洗い前後の手指の汚染を確認すると除菌効果が見て分かります。医療従事者は多くの患者さんの診察や看護、検体（血液や痰）や排泄物を取り扱うため、1日に何十回も手を洗います。医療従事者は患者さまの目の前で手指のアルコール消毒を実施する場面をよく目にしますが、これは手の病原菌を「つけない」「拭かない」ために患者さまへの感染予防を目的に推奨される行為なのです。

皆さまも感染予防のため正しい手洗いを実践してみましょう。

美しい手ほど汚い

私は指輪を装着している医療スタッフを見たことがあります。指輪の下側や付け爪、マニキュアが剥がれかけた爪の凸凹に汚れが溜まりやすくなります。より丁寧に手洗いをしなければなりません。

洗い場に乾燥手段がないこと、ほろが大きな問題であると考えます。使い捨てハンドタオルや清潔なハンカチで水滴をしっかりと拭き取りましょう。

その4…乾燥が大事

手洗いの後はよく水分を拭き取り乾燥することが重要です。濡れたままの手は汚れや病原菌がすぐ付着し汚染します。（例えるべく、ロッケを自宅で料理されたことのある人なら分かると思います。濡れた手には粉が付きやすいものです。）また、乾燥が重要であるとの見解から私はハンドドライヤーの使用は問題ではなく、手

インフルエンザ 予防接種 予約受付中です!

木戸病院
接種期間…12月下旬まで
予約方法…ワクチン専用ダイヤル ☎0570 (001) 273
(※平日10:00~16:00のみ)

石山診療所
接種期間…12月末
予約方法…受付窓口にて予約
電話予約…☎025 (276) 5111
(※平日8:30~17:00)

木戸クリニック
接種期間…12月末
予約方法… 受診時に予約
・受付窓口にて予約
☎025 (274) 7960

接種料金

65歳以上 1,650円 (新潟市より決められた税込み料金)
65歳未満 3,850円 (組合員以外4,950円) 税込み
※ワクチンがなくなり次第、終了となります。

新型コロナワクチンの予約も受け付け中です

木戸病院 石山診療所 木戸クリニック 接種日時や予約等、詳細につきましては、各事業所へお問合せください。(ホームページも可)
※使用ワクチンはXBB対応1価ワクチンの予定です。

医療生協の行事案内

名称	なじよも10周年記念祭	石山診療所まつり
日時	10月7日(土) 10:00~15:00	10月28日(土) 9:30~14:00
開催場所	なじよも 東区上木戸5-2-1	石山診療所 東区東中野山6-17-5
内容	内覧会・産直市場特売 フリーマーケット 等	フリーマーケット 健康チェック 等

理事会報告

9月7日下記の議題にて第4回理事会が開催されました

【承認事項】

- 7月の組織状況報告 承認の件
・専門委員会からの報告
・組織強化月間スタート集会「つながり集会」の件
- 7月の事業所状況報告 承認の件
・各事業所状況報告
- 7月の経理状況報告 承認の件
- 2023年度生協強化月間方針(案)承認の件
- 2023年度事業と運動の方針の具体化の指針(案)承認の件

【議決事項】

- 自由料金 設定の件
- 規程・規則 改定の件
・給与規程及び介護関連施設給与規程の改正

【報告事項】

- 木戸病院1階風除室の運用開始の件
- 経営コンサルタントとの進捗状況の件
- 理事会議事録(第2回)修正内容確認の件
- 第3回理事会議事録確認の件
- 第1四半期業務・会計監査報告の件
- その他
・脳ドック案内について
・求人状況について



地域のことは地域で決める 協同の力で



私たちが地域のケアを支えます!

地域の安心を支えるために

地域包括ケアとは

高齢化による介護需要の急増がみられる一方で、医療・介護の担い手が不足するという困難な状況に対して、医療・介護などの専門職から地域住民一人ひとりまで様々な人が力を合わせて対応していこうという取り組みです。

重度の要介護状態となっても住み慣れた地域で人生の最期まで自分らし生活を続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援などが包括的に提供される体制(地域包括システム)がそれぞれの地域の特性に応じて進められます。

病気になったら…

昨今の医師不足、看護師不足から病院だけで外来診療、入院、救急医療などをすべて行うことは困難になっています。風邪などの日常的な疾患や、高血圧などの慢性の安定した疾患は地域の診療所やクリニックにまづかかり、入院が必要であったり精密検査が必要な場合はかかりつけ医から病院に紹介して頂くという流れが勧められます。



木戸病院 副院長 山口 利夫

ています。困ったときに気軽に相談に乗ってもらえる身近なかかりつけ医を持つことで、より安心して暮らしていけると思います。

介護が必要になったら…

在宅系サービスとして訪問介護、通所介護(デイサービス)、訪問看護、短期入所生活介護(ショートステイ)など様々なサービスがあり、また施設・居宅サービスとして介護老人保健・福祉施設(老健・

特養など)やサービス付き高齢者向け住宅などがあります。介護必要度に応じて様々な組み合わせで支援が行われます。

木戸病院では地域の開業医、及び病院関連施設である木戸クリニック、石山診療所、介護施設(ほほえみの里きど、なじよも)などと日々協力し、また、それぞれが役割を分担しながら地域の医療・介護を支え支援していきます。

今後、高齢者しかいない世帯が増加することが見込まれています。2025年(令和7年)には世帯数全体に占める割合が4分の1を超える見込みです。また子育て世代が安心して子育て出来る環境づくりも急務です。医療・介護サービスの充実だけでは、地域で暮らし続けることは容易ではありません。地域での生活支援の体制づくりが必要です。新潟医療生活協では、組合員のつながりを活かして、介護が必要になる前から、子育てをはじめめる前から、「地域で気にかけて合い・見守り合い・支えあうことができるしくみづくり」をつくりたいと思います。つながる力で、心やさしさを生み出す。これが新潟医療生活協の地域まるごと健康づくりの新たな目標です(イラスト参照) 亀田郷の乾田化事業から受け継ぐ「地域のことは地域が決める」とする住民の「自己決定・自己実現」を本旨とするまちづくりの教訓に照らし、誰もが安心して暮らしていくまちをつくるには、協同の力を強くすることがとても重要になるのではないのでしょうか。 今後、「新潟医療生活協1000人会議」や総支部ごとの学習会を通じて、新たなサービスの見える化、それを支える人材づくり等について組合員との協議を進め方針化を図ります。

困ったら、地域連携室に相談してください

地域連携室では医療連携に関することのご相談を承っております。「かかりつけ医」でご不明の点や悩んだらご相談ください。病院と地域の開業医・クリニックなどが連携して、みなさんの安心を支えます。



地域包括部長 永井 貴子

地域包括部副部長 平野 仁美

木戸病院の病院食の食パンはスワンベーカリーの食パンです

新潟市中央区神道寺 ファーストクラス神道寺1階にパン屋さん&カフェ「スワンカフェ&ベーカリー新潟店」があります。関東の人気店【アンデルセン】【リトルマーメイド】と同じ、生地のおいしさにこだわったパン屋さんです。株式会社スワンさんは障がい者雇用の場をつくり、自立と社会参加を応援しています。

店内は焼き立てパンの美味しい香りに包まれ、自然光の入る明るく清潔なイートインスペースではゆっくりとくつろげます。ぜひ足を運んでみませんか?



自然光の入るイートインコーナー



焼き立てパン



外観 右側に広い駐車場があります

スワンカフェ&ベーカリー

新潟市中央区神道寺1-1-18
ファーストクラス神道寺1階
☎025(248)7777
営業時間 8:00~15:00
定休日 日曜・祝日

いつまでも自分らしく住みやすいまちを目指して 第3回3あいシミュレート (認知症行方不明者搜索模擬訓練)開催!

認知症になっても誰もが安心して暮らせるまちを目指し、「おたがいさまのまちづくり実行委員会」では、これまで認知症行方不明者の搜索模擬訓練を開催してきました。第3回目となる今回は、より実践的な訓練を目指し、行方不明者の情報をLINEで配信する試みを取り入れました。また、訓練に先立ち、認知症サポーター養成講座も実施し、認知症の方への声のかけ方や接し方も身につけました。

私たちが目指すまちづくりに向けて、取り組みが一歩ずつ進んでいます。



認知症行方不明者搜索模擬訓練の様子

第2回つながり集会 (1000人会議)のお知らせ!

10月開催のお知らせです
日時 10月30日(月)午前中
場所 東区:北区:江南区を予定
生協強化月間がスタートして1か月が経過しました。コロナ後の訪問行動でたくさんのエピソードが届いています。この間できたつながりを共有し、残りの期間で月間目標達成に向け各地域の思いを一つにして突き進みましょう。地域の皆様からは、ぜひお力をお貸しください。一緒により良い医療生活協をつくりましょう。



新潟医療生活協の 地域包括ケアシステム



セントラルキッチン

阿賀野川を東区から北区方面へ、ござれや阿賀橋を渡ってすぐの西名目所インターチェンジ右手にラミコジャパン(株)が建設中のセントラルキッチンがあります。竣工は2024年3月、同4月開業の新あしぬま荘を皮切りに施設給食の提供を始めます。

医療生活協ではその後、こちらのセントラルキッチンで作ったお弁当を使って、主には在宅高齢者を対象とした安否確認を兼ねた配食事業の展開を目指しています。



建設中の様子

「デイサービスセンターなじよも」 ぶどう狩りを満喫!



新型コロナウイルス感染拡大の影響で様々な活動を中止したり制限したりする時期が長く続き、デイサービスでも外出を伴う行事を控えていましたが今年度から少しずつ再開することができるようになりました。

そして今回は秋の味覚を楽しむべく、4年ぶりに「ぶどう狩り」へ出かけることにしました。ただ、感染が完全に終息したわけではないので皆さまにも感染対策をお願いして、1回4~5名の少人数で数週間かけてできるだけ多くの皆さまに参加していただけるように計画を立てました。全部で10回開催し45名ほどのご利用者さまが参加されました。暑い日もありましたが、比較的天候にも恵まれてブドウ園では試食も行いお土産も購入されて楽しまれていました。皆さまからも「甘くておいしい!」とか「久しぶりのお出かけでうれしい」といった声も聞かれ、とても良い行事が行えました。これからも、ご利用者さまの笑顔をたくさん作っていきけるような取り組みを継続していきたいと思えます。



なじよも通信 第119号

health co-op niigata

なじよも 10周年祭開催!!

10月7日(土) 10:00~

皆さまのおかげで「なじよも」は10周年を迎えることができました。感謝の気持ちを込めて様々な催しを用意してなじよも10周年祭を開催します。

当日はフリーマーケットにキッチンカーでの販売、なじよも内の各事業所内覧会やガラポン抽選会など、お楽しみをたくさん用意しております。また、木戸クリニック須永医師の講演会も10:30~11:30で開催予定です。多くの皆様のお越しをお待ちしております。

外国人技能実習生(インドネシア)の受入れを開始します。

昨年、新潟市東区岡山(JR大形駅北口)で「特別養護老人ホームあしぬま荘」の移転新築工事が始まっております。2024年4月の開所時期に合わせて、外国人技能実習生の受入れを開始すべく準備を進めております。

社会福祉法人亀田郷芦沼会は、42年間の介護福祉事業を支え、法人運営に貢献された諸先輩方より引き継いだ技術と経験があります。この技術と経験を、母国の経済発展を担う他国の方々に伝え、「人づくり」へ貢献したいという想いです。

この度は、インドネシアから実習生を受入れます。インドネシアは、人口・面積ともに世界トップクラスです。まだしばらくは、人口増加は続く見込みと聞いています。国が違えば、文化も食事仕事観も異なるとは当然ですが、インドネシアには「ゴトング ヨロング」という言葉があり、誰かが何かにつまづいたら助け合うという精神が強く根付いているということです。

新潟医療生協とともに「おたがいさま」を掲げ、事業と運動を進める芦沼会としても大変共感を覚えますし、なんだか縁も感じてしまいます。伝えるだけでなく、教わり見習うべき点も多いのではないかと、今から楽しみです。

みらいレター
社会福祉法人 亀田郷芦沼会
vol.28

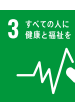
減塩でおいしい



塩と上手におつきあい

少しの塩分ですこやかな生活

すこしおレシピ



こだわりの うまみたっぷりきのこの和風スープ

材料(4人分) ●1人分:109kcal ●塩分:0.9g

- 黒まいたけ(普通のまいたけでもOK)…1パック(100g)
- サラダ油 又は 太白ごま油…大さじ1と小さじ1
- 干し椎茸…2枚 ●小ねぎ(刻み)…適量
- しめじ…80g ●酒…大さじ2
- 溶き卵…卵2ヶ分 ●塩…少々
- だし汁…500ml ●醤油…大さじ1と小さじ1
- しいたけの戻し汁…100ml
- 水溶き片栗粉(片栗粉…小さじ2、水…小さじ2)



管理栄養士より

きのこに含まれるビタミンDは、油脂類と合わせると吸収率が高まります。きのこを炒めるひと手間で、きのこの栄養を効率よく摂取できます。ビタミンDは、カルシウムの吸収を助けたり、筋肉を強くする役割もあり、フレイル予防に役立ちます。黒まいたけは、通常のまいたけよりうまみと香りが強く、「悟りだし」には、かつおと昆布が使用されており、椎茸の旨味との相乗効果でさらにおいしさが広がります。

これを使いました!



作り方

- ① 干し椎茸を水に浸けて戻しておく。(戻し汁はスープに使うのでとっておく)
- ② しめじと黒まいたけは、石づきを切り落とし軽くほぐす。椎茸は薄切りにする。
- ③ フライパンに油と②を入れて中火で炒める。
- ④ 鍋にだし汁と椎茸の戻し汁を入れて600mlにし、温める。
- ⑤ きのがしんなりしてきたら、鍋に入れ、酒を加えて中火で煮る。
- ⑥ 醤油と塩を加えて味を調べ、ひと煮立ちしたら水溶き片栗粉を加える。
- ⑦ 沸騰したところに溶き卵を加える。
- ⑧ 器に盛り、小ねぎをのせて完成。

「にいがたまるごと健康チャレンジ」終了報告をされた方に抽選でプレゼント!

ほほえみだより

介護老人保健施設 ほほえみの里きど

4階ぼたんフロアの紹介です。7月某日ご利用者に季節感を少しでも感じて頂ければと思い、スイカ割りレクを企画しました。なじよも産直市場より仕入れた甘くておいしいスイカをご利用者さまに棒で叩いてもらい、スイカ割りの雰囲気をお楽しみいただきました。力いっぱい棒を振り上げ「エイヤー」と掛け声を発している方もおられ楽しんでいました。最後は皆さまに切り分けて食べていただき「おいしいおいしい」と食べておられました。今後もこのような季節感のある行事や外出レクなども企画しご利用者さまに楽しんでいただければと思います。



お店に行くと
組合員証を見せよう!

くみトクお店紹介!

“おトク”な特典
が使えます!!

まぐろ節中華そば 温知

まぐろ節中華そば 温知は【出汁の味】にこだわったラーメン店です。

ラーメン店では珍しい【まぐろ節】を使用した、優しい旨みのスープで展開された豊富なメニューは、塩分や油分を抑えつつもうま味調味料、保存料は不使用です。

お子様やご年配のお客様、食品添加物に敏感な体質のお客様にも安心して出汁の効いたお食事をお楽しみいただけます。

麺は玉子不使用で、全粒粉をアクセントに使用した布海苔そばのような歯切れの良い自家製麺です。

広めの小上がり席がある店内は、お子様連れのご家族や大人数のお客様でも快適にご利用いただけます。

お子様メニューや子供椅子、バウンサーもご用意しておりますので、お一人様はもちろん、ぜひご家族でもご利用下さい。

小学生までのお子様には、駄菓子のプレゼントもございます!!

皆様のご来店をお待ちしております。

●特典 組合員証提示で追いまぐろ節をサービスします。

●住所 新潟市東区太平2丁目2-1

●電話 ☎025-383-8833



天然木家具の専門店 THE CRAFTMAN SHIP 家具処ほしの

新発田の地で100年近くにわたりこだわりの天然木家具を取り扱い、特に天然木一枚板テーブルに力を入れており、コンパクトなサイズから長さ3mもあるビッグなサイズ、天然木ならではの自然味溢れる変形天板まで展示数は常時70枚以上と県内屈指の枚数を誇ります!!

天然木一枚板は唯一無二の物で、2つとして同じ物は存在しません。一枚板との出会いはお客様にとって一生の宝物となるでしょう。

また、国内一流ホテル・迎賓館にも納品実績がある確かな品質のベッドメーカー【日本ベッド製造株式会社】の正規取扱店でもあります。

このほかにもサイズやデザインなど細部までこだわることが出来るフルオーダー家具など当店自慢の家具がたくさん揃っています。本物との出会いがお客様の人生にとって大きな糧とならんことを...そんなお手伝いが出来れば幸いです。

●【腰にやさしい椅子】特殊な形状で骨盤をサポートし長時間座っても疲れにくく、座り心地も抜群!!



※組合員証提示で、店頭価格より10%割引(セール品は除く)

●特典 店頭価格より10%引き(セール品以外に限る)

●住所 新発田市日渡48

●電話 ☎0254-27-3354



2023年度 保健委員基礎講座

ご自身や家族、地域活動のために新潟医療生協の健康づくりを学びませんか?

- 対象: 健康づくりに関心のある方
- 参加費: 1,500円(テキスト代を含む)
※再受講(テキストをお持ちの方)は500円
- 会場: なじよも4号館3階コープケアカレッジ実技室

第1回目 11月2日(木) 9:00~12:00

- 開校式(オリエンテーション)
- 保健委員の役割 保健委員の活動紹介
- オーラルフレイル予防(お口の話)
- フレイル予防(簡単体操)

第2回目 11月9日(木) 9:00~12:00

- 健診の重要性を学ぶ
- すこしお入門
- 健康チェック入門

第3回目 11月16日(木) 9:00~12:00

- 介護入門
- あいうべ体操入門 ずばらヨガ入門
- 修了式: 交流会

〈お申し込み方法〉地域活動部 ☎025(274)7139 までお電話にてお申込みください。

7月号のクロスワードの答え

今月号は出題をお休みし、答えのみの掲載です。

答え (そうめん)
ソウメン

当選者発表

多くの皆さまからのご応募、誠にありがとうございました。7月号の当選者は下記の6名様です。

- 伊藤 キミ子 様
 - 榎本 幸江 様
 - 小林 忠光 様
 - 鈴木 亮子 様
 - 土屋 正子 様
 - 羽田 俊雄 様
- ご当選、おめでとうございます!
当選者には景品を発送させていただきました。

1	エ	2	ジ	3	ソ	ン	4	ヤ
			5	キ	シ		6	ヒ
7	キ		8	ナ	9	ツ	ト	ウ
10	リ	11	キ		12	ブ	リ	
13	キ	ザ	14	シ		15	ジ	カ
	ズ		17	ソ	ク	メ	ン	

新潟県生協連 60周年企画 社保・平和委員会より

「あなたにとっての平和」を形にしてみませんか

一人ひとりの「あなたにとっての平和」を集め、平和について考える第一歩にするため、作品募集を行います。ぜひご参加ください。

募集期間: 9月~12月末まで

対象作品: 絵(図画)、写真、作文、川柳、折り鶴など

内容題材: テーマ「平和」 平和な日常だからできると思うこと、平和の大切さ、平和への願い・思いなど

お申し込みの詳細については、下記の電話番号までお願いします。

〈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

通信教育のご案内

広報・教育委員会

「医療福祉生協連の通信教育」が今年も開講しました。医療福祉生協連コースの受講料は実質無料(申込時に受講料を全額徴収し、修了後に返金)です。毎年受講している方も初めての方も、通信教育で積極的に学びましょう!

組合員の皆さまへのおすすめコース

- 医療福祉生協の2030年ビジョン
- いつまでも自分らしく支えあう地域包括ケア
- 医療福祉生協のいのちの章典

〈お申し込み・お問い合わせ先〉地域活動部 ☎025(274)7139

新潟医療生協の組合員向け 感染症対策を実施して開催 新潟医療生協組合員のみ

「スマホ教室」開催のお知らせ

事前予約制
参加費無料

木戸エリアでの教室

■日時と講座の内容
10月19日(木)・13:30~ カメラアプリを使ってみよう
■開催場所 東区プラザ 講座室6

石山エリアでの教室

■日時と講座の内容 お申し込み締切:10月27日(金)
11月13日(月)・13:30~ 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。

お申し込み・お問い合わせ先 地域活動部 ☎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	AM 8:00~11:00 新患	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
		大学医師	横山 恒(消)	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)	成田 淳一	山口 利夫(循)	安樂 匠	河邊 昌哲	大学医師	内科医師	増子 正義
池主 裕子		山崎美穂子(膠)			五十嵐 登	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)
五十嵐登(循)		矢田省吾(腎/糖)	矢田雄介(腎)	大学医師(血)	青山あずさ(大学 皮膚科/神経内科)	荻原智子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	荻原智子(糖/内)
佐藤秀一(消)		中野恵輔(糖/内)	山口利夫(循)	横山 恒(消)(1・3・5週)	摺木陽久(消)	山崎美穂子(膠)	矢田 省吾	
大学医師(血)		荻原智子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	山口利夫(循)(1・3・5週)	山崎美穂子(膠)	阿部孝洋(糖/内)		
PM (予約制)	津田晶子(糖/内)	河邊 昌哲(呼)	荻原智子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	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)	安樂 匠(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	田所 宏哲	樋浦 誠	田所 宏哲	樋浦 誠	田所 宏哲	田所 宏哲
	PM2:30~4:30	相馬 規子	相馬 規子	相馬 規子	相馬 規子	相馬 規子	樋浦 誠(生活習慣病・診察AM10:30~)	
外科	AM8:00~11:00	渡邊 智子	山田 明	大学医師	福田 卓真	福田 卓真	福田 卓真	
		阿部 要一		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
整形外科	AM8:00~11:00(予約制)	所澤 徹	高橋 直樹	所澤 徹	高橋 直樹	高橋 直樹		
皮膚科	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
		寺尾 香菜	寺尾 香菜	寺尾 香菜	寺尾 香菜	寺尾 香菜	寺尾 香菜	寺尾 香菜
耳鼻咽喉科	AM8:00~11:00 PM(予約制)	大学医師			大学医師		大学医師	大学医師
泌尿器科	AM8:00~11:00	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		
眼科	AM8:00~11:00(予約制)		坂上悠太(大学)	小林直太(大学)	坂上悠太(大学)	小林直太(大学)	大学医師	大学医師
歯 口腔外科	AM 8:30~11:00	予約制	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
	藤田孝子(2・4週)		鈴木 博	藤田 孝子	藤田 孝子	藤田孝子(2・4週)		藤田 孝子
	PM 1:30~4:00		星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子		
			藤田 孝子	藤田 孝子	鈴木 博	藤田 孝子		
			鈴木 博	鈴木 博	鈴木 博	鈴木 博		

※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	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫		須永 隆夫
	PM 1:30~4:30	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
金子 香		金子 香	金子 香	金子 香	金子 香			
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			
		八木 寛朝	金子 香	八木 寛朝(予約のみ)				
		岸 由美子						

※村山医師は、10月28日(土)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	

※10月19日(木)は休診となります。