

被災地から学び復興を支援

友の会旅行は37名参加で石巻・南三陸・女川へ



雄勝の「おがつ店こ屋街」で買い物

女川町立病院前では地元の高野博議員より、「女川原発もあと津波が80cm高ければ、福島原発と同様になっていた」という話を伺いました。最後に門脇小学校で黙祷をしました。

周辺にはまだ瓦礫と車が散乱しており、復興の遅さを実感しました。目の前に広がる光景に、私たちは何をすべきか考えさせられた旅行となりました。

事務局次長・藪田 隆司

今年の友の会旅行は、6月9日、10日、「被災地支援・交流ツアー」と温泉の旅」と題して、総勢37名で、石巻、南三陸、女川方面に行きました。両日とも天候に恵まれ、充実した旅行になりました。

1日目は神割崎を見学しました。宿泊は追分温泉。夜の宴会は熊谷会長の乾杯の音頭で始まり、三橋道子さんの美しいオカリナの音色に聞

きほれました。あとはみなさんの自慢のものを披露してもらいました。

2日目は地元の年金者組合副委員長の芳賀芳昭さんに同行してもらい、大川小学校では地元の大森保健師さんより、当時の状況の説明をいただきました。参加者一同慰霊

碑に黙祷をし、持参した千羽鶴を捧げてきました。



追分温泉の前で記念撮影

参加者の感想より

- 現地の方の案内がとてもよかった。
- 時間的にゆったりしてよかった。
- 被災地の状況はテレビや新聞で見聞きしていたが、実際に行ってみると復興が進んでいません。いつまで苦しめるのか、怒りに近いものを感じました。
- 被災地支援という企画は友の会らしくてよかったと思う
- 保健師さんの話に涙が出た。

長町病院
友の会だより

第196号

発行 長町病院友の会
〒982-0011

仙台市太白区長町 3-6-1

TEL 248-6702

Fax 746-5146

メールアドレス

n.tomonokai@gmail.com



聴診器

わが家に猫がいる。16年前に名取川河畔で拾われた三毛の牝である。猫の年齢だが生後1年で成獣となり人の二十歳、あと1年ごとに4歳ずつ加齢すれば「ヒト年齢」に相当すると聞いた。つまり彼女は私とほぼ同年配、道理で動きが鈍くなったわけだ。▼その彼女に異変が起こったのである。以前から冬の夜はふとんにもぐりこもうと寝入っている私の頬に爪を立て、起こす慣わしがあった。しかし、今年は私がもうろうとした意識でふとんの縁を持ち上げてやつても中に入ろうとしない。「ん?」一、三度繰り返し、た揚げ、気付いて餌を見に起きると皿は空っぽだった。この深夜に「腹が減った。こいつを起こせば」ということだったのか。だが、猫がそんな回りくどいことを考えるものだろうか? しかも、「ヒト年齢」の八十路を超えて新たな技をみ出すのがすごい! ▼こんな風に迷惑千万な彼女は、同時に、認知症の予感に怯える私をばげましてくる善き友なのである



(S・S)

**脱原発！
ながまちアクション**

「原発やめよう」の声地域に響く

福島第一原発事故の被害は、いまだ 16 万人が住む家を追われているなど、深刻な状態が続いています。しかし、政府は全国の原発の再稼働を進めようとしています。

これに対し、全国各地で原発の再稼働に反対し「金曜デモ」が繰り広げられてきました。が、「長町でもぜひ」という声を受け、5 月 15 日に「脱原発ながまちアクション」を開催しました。

当日は心配していた雨もやみ、参加者が次々と集まり、予想を超える 160 名になりました。

今後の日程です。ぜひご参加下さい

日 時	場 所
7 月 24 日 (水) 17:30	蛸薬師集合
8 月 21 日 (水) 17:30	蛸薬師集合
9 月 18 日 (水) 17:30	蛸薬師集合
※ 10 月以降は後日お知らせします。	



青年職員を先頭にデモ行進 (5 月 15 日)



県南医療生協からも参加 (6 月 19 日)

ました。みなさん着ぐるみやプラカードなど様々なデモレーションで長町のまちの中を行進しました。

この様子は、夜の仙台放送ニュースでも紹介されました。

この成功を受け、「毎月続けていこう」ということとなり、毎月第 3 水曜日 (7 月のみ第 4 水曜日) に開催することとなりました。

6 月のデモには天候が不安定な中、約 90 名が参加。みやぎ県南医療生協より連帯の参加がありました。参加者はいっそう工夫を凝らしたデモレーションで、長町のまちの中に「女川原発再稼働反対」などの声を広げました。

放射能と原発について学ぶ いきいきニコニコおたつしや講座開催

保健部主催のいきいきた。毎回真剣に講師の方ニコニコおたつしや講座の話を聞き、質問コーナーでは多くの質問や意見が出され、原発を考えるいい機会となりました。

また「放射線と原発について考えてみませんか？」

なお、「フォローアップ講座」として、秋に、再生可能エネルギーで町おこしにチャレンジしている岩手県葛巻町の見学を検討しています。

事務局次長・鈴木祐子

からの日本のエネルギー政策をどう考えていったらいいのかなど、それぞれテーマを決め、幅広く学びました。

参加者は延べ人数で 115 名。4 回とも受講された方は 12 名でした。



熱心に話を聴く受講者 (第 1 回目)

配布協力者は友の会と地域を結ぶ動脈

「友の会だより配布協力者」感謝のつどい開催

現在「友の会だより」の配布にご協力していただいている方は約140名。その方々にご案内し、「配布協力者感謝のつどい」を、昨年に続き6月28日、太白区文化センター展示ホールで開催しました。52名が参加、大いに交流しました。

冒頭の会長あいさつの中で、4月に赴任した笠原信太郎医師の講演。「胃食道逆流症について」というテーマで、スライドを使いながらわかりやすく話しながら、一人一人の自己紹介のブルに分かれて昼食を食べながら懇談。日頃の苦労話やうれしかったこと、要望などざつくばらんに意見交換しました。



講演する笠原信太郎医師

「他の方の配達・集金方法の工夫などが聞けて良かった」「ブロックごとに開催できたらいいです」

配布協力者募集！

友の会の会員さんで、「自分の地域のおたよりを配布してもいいですよ」という方を募集しています。何部からでも結構です。

配布協力者には、一部につき20円の「配布援助金」をお渡ししています。

ね」などの意見が出されていました。また、地域での班づくりのため、健康講演会を開催しようと話し合ったブロックも。実り多いつどいとなりました。



食事をしながらなごやかに懇談

おすすめ

名取在住の映画監督・宍戸大裕さん(長町病院診療情報管理士・宍戸貞子さんの息子さん)が、震災で被災した犬や猫たちの懸命に生きる姿と彼らを救おうと奮闘する人々の姿を描いた映画です。ぜひ多くの方にご覧いただきたいと思います。



7月20日(金)よりフォーラム仙台で上映開始。上映時間は映画館かホームページでご確認ください。

環境美化で病院の印象もアップ

病院利用員会では、5月の委員会で昨年に続き長町病院の周りの除草などを行ないました。

この日は長澤看護部長も含め4名のメンバーが参加。暑い中でしたが、患者さんからも「お疲れ様です」と声を掛けられ、作業もはかどりました。



地域からの健康づくりを

青空健康相談会スタート

保健部では毎年各ブロックのスーパー等をお借りして「青空健康相談会」を開催しています。

スタートは 6 月 20 日、みやぎ生協西多賀店で開催（西部ブロック担当）。

長町ブロックでは、6 月 27 日に「ザ・モール長町店」の一角をお借りして開催しました。

参加者は長町ブロックの会員さん、友の会保健部員さん。



相談にみえる方は切れ目なく続きました

相談にみえた方からは「生活をはじめ、生活習慣を見直す良い機会になりました」「次はいつやるんですか？」など、とても好評でした。

佐藤 龍朗
(長町病院臨床検査技師)

おかげさまで 6 周年！

うたは心のビタミン剤

～毎回盛況のうたごえ喫茶～

うたごえ喫茶代表世話人

三橋 吉則



うたごえ喫茶が開催されて今年で丸 6 年になりました。震災後、会場は太白区文化センター展示ホールをお借りして毎月 1 回開催しています。参加者は 100 名位、歌が好きな方でしたらど



伴奏のみなさん

で穏やかに和み、自然と免疫力も高まるようです。皆さんの歌っている時の表情が、生き生きと輝いてくることからそのことがわかります。

寄せられたアンケートからおひとり紹介します。

「私は青春時代、東京で働いていました。当時、知っている人は誰もおらず、辛くて苦しかった時にうたごえ喫茶を知りました。どんなにか心が救われたことか。今日参加して、当時のことが思い出されて、歌っていて涙がとまりませんでした。どうもありがとうございました。」



参加者から、「桜貝の歌」「みかんの花咲く丘」「ステンカラージン」など、心に響く懐かしい日本の歌、叙情歌、ロシア民謡など世界の歌の数々がリクエストされると、どこからともなく自然とハーモニーが生まれてきます。

大きな声で歌うことは、心と体の健康にとっても良い効果をもたらすようです。イライラした心が歌うこと

◎今後の予定（いずれも午後 2 時から、太白区文化センター展示ホール） 参加費 友の会員 500 円・一般の方 800 円

2013 年	7 月 28 日 (日)	9 月 30 日 (月)	10 月 27 日 (日)	11 月 28 日 (木)	12 月 12 日 (木)
2014 年	1 月 16 日 (木)	2 月 26 日 (水)	3 月 22 日 (土)		

シリーズ も ひ

このコーナーでは、友の会の様々な分野で活躍している方を紹介します。

その⑥ 澤田 豊明さん (若林ブロック)



バイタリティあふれる
澤田さん

今年の総会で新たに理事に選出されました。函館生まれの函館育ち。就職で仙台に来ました。自動車関係の仕事に就いていましたが、お客さんに紹介され日光・鬼怒川温泉のホテルに転職。フロントや営業の仕事をした。奥さんはその売店で働いていたところを「見初めた」そうでした。

今年の総会で新たに理事に選出されました。

仙台的営業所に転勤となって、しばらく働いて退職。長町病院に入院したことがきっかけで友の会との結びつきができました。昨年から「友の会だより」の配布も担当しています。

趣味は川釣りと車とパークゴルフ。現在地域のデイケアなどの送迎にも携わっています。原発事故以来釣りができなくなったのが恨めしいとのこと。

「長町病院に入院した時には本当に親切にしてくださいました。早く新しい病院が完成するといいですね。若林からのバスの便がいいと、この地域からも通院しやすいんですが」と話しています。

◇友の会会費納入のお願い◇

友の会の活動は、おもに会員の皆様方からの会費によって支えられています。

今年度分の納入がまだの方は、会費（1,000円）の納入をお願いします。

会費は、以下の方法で納入願います。

- ① 班会で
- ② 配布協力者を通じて
- ③ 直接友の会事務局へ
- ④ 郵便払込用紙を使用して

◆郵便払込用紙をお使いの場合は、下記の口座をお願いします。

口座番号 02270-2-2460

加入者名 長町病院友の会

（赤字印刷の用紙をお使いいただければ手数料はかかりません）



む、胸がドキドキする！！
む、む、胸がイタイ！！これ
って恋・・・？！

いえいえ、心臓の病気かもしれません。こんなときはまず「心電図」の検査をします。

●心電図って何？

心臓が全身へ血液を送り出すために拡張と収縮を繰り返すとき、微弱な電流が発生します。この電流を波形として記録し、その乱れから病気の兆しを読もうとするのが心電図です。



心電図の波形(イメージ図)

●心電図で何がわかるの？

記録される波形の異常によって、不整脈・狭心症・心筋梗塞などの病気を疑うことができます。心電図で異常が見られたら、24時間心電図（体に小型の携帯用の器械を

●心電図ってどうやって検査するの？

ベッドに仰向けに寝て両手首と両足首、胸に6カ所、電極を取り付けます。検査時は、体の力を抜いてリラックスします。検査は痛

みなどなく、ほんの数分で終わる検査です。

このように心電図は簡単に行なえるので、病気発見の第一の手がかりとしてよく用いられる検査です。(続く)



検査のはなし パートⅡ① 「心電図検査」とは？

執筆：長町病院検査室

装着し 24 時間心電図を記録する検査) や心エコー (超音波で心臓の動きなどをみる検査) など、さらに詳しい心臓の検査を行ないます。

憲法の大切さを 再認識しました

若林コスモス班



6月25日(火)午後、「若林老人憩いの家」で血圧測定と「憲法ってなに?どこが問題?」をテーマの学習

が、22名の参加で開催されました。参加された看護師から血圧測定の結果と今後、熱中症に注意しましょうとのアドバイスがありました。

つばさ薬局の渡邊俊悦さんからは、「保険薬局にも無料低額診療の適用を」署名の訴えがありました。

友の会平尾事務局次長はパワーポイントを使用し、憲法について話されました。

「自分の生活と憲法との関わりについてピンとこなかった」「生活保護については国でなく、自治体で決めるんじゃないか?」と思っていた。」とか「年金よりも生保が高い。パチンコやギャンブルなどやっている人がいる」「憲法96条が何で問題になっているのかが分かった」等々、いろんな質問や感想など出され、今回の班会議も有意義でした。

これからも会員の要望を取り入れながら、お互いに健康で楽しく暮らして行く為に、知って、知らせる学びの場にもしていこう!と思っています。

平間止(若林区若林)

ヘルシーお弁当に 舌鼓を打ちながら

さわやか班

あすと長町仮設住宅の「さわやか班」では、昨年12月に続き、ほっと亭のお弁当の試食班会を行いました。

前段は佐藤龍朗さん(長町病院臨床検査技師)の「体脂肪のはなし」。実際に測定しながら、「うわー思ったより

班から、フロックから



高い「私は標準よ」など、文字通り「一喜一憂」しながらの学習となりました。その後、ほっと亭のお弁当を試食しながらの懇談。寺島常任理事の話を聴きながら、「ヘルシーなお弁当をもっと広めたいね」という話になりました。

平尾伸二(事務局次長)

健康づくりのため、みなさんの地域でも班会を開いてみませんか。何人の集まりでも結構です。テーマ一覧もございますので、ご連絡いただければお届けします。参加者一人につき100円の援助金もございます。会場費も友の会で実費を援助いたします。

今年も歩きました

暑い夏がやってきます。今年も原水爆禁止世界大会に向けた「国民平和大行進」が宮城県を通過しました。長町病院友の会は6月21日午前、広瀬橋から合流、「ノーマア、ヒロシマ・ナガサキ」「すべての原発を廃炉に」などのスローガンを掲げながら、それぞれの時間の許す限り歩きました。

高橋賢一(常任理事)



さあ、出発! (広瀬橋にて)

2つの署名にご協力ください。

「憲法違反の『推進法』を廃止し社会保障の拡充を求める請願」と「保険でよい歯科医療」の実現を求める請願署名」を同封しました。

医療を受ける権利をまもるための大事な署名ですので、ぜひご協力ください。(同封の返信用封筒をお使いください)



◆「友の会だより」を楽しく読ませていただいております。地域活動など、とても参考になっています。しばた協同クリニクも16日の総代会で新構想に向かってがんばっています。

千坂 みとり (大河原町)

◆先日、対市交渉へ。あすと長町仮設住宅の人たちの思いを伝えてきました。「命綱」と書いた段ボールで作ったプラカードを手に手に、約100名の参加で副市長に迫りました。また、荒浜く丸森の被災地をまわり、筍の生産者支援で筍掘りを行いました。安

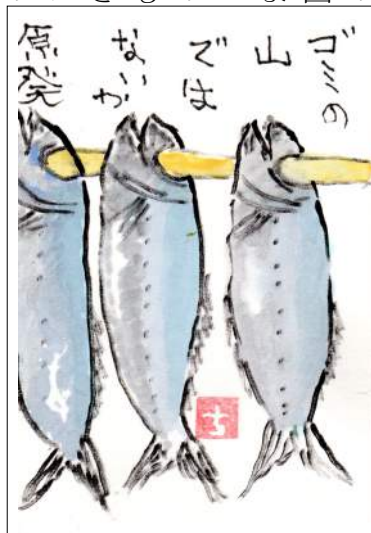
倍首相は海外への原発売り込みを図っています。憲法も、命まもれと、右傾化ゴリ押しの政治を何としても選挙でストップさせなければ。かわい子どもたち、孫の未来のために、今こそできることで前進していきましょう。

高橋 正子 (太白区八本松)

◆毎回楽しみに拝見いたしており、長町病院には大変お世話になっています。ところで、195号の友の会パズル中、タテの⑬はないので、⑫のまちがいではないでしょうか。その結果、答えは「イリヨウヒメンジョケイゾク」となりました。今後とも楽しく拝読させていただきます。

◆初めてクロスワードパズルに応募させていただきました。「うたごえ喫茶」を毎回楽しみにしています。

石森 四郎 (青葉区落合)



◆福岡はPM2.5が黄砂が漂い、空気が濁っています。そんな中、子供たちは毎日運動会の練習、部活と過ごしています。放射能、PM2.5...きれいな空気と水の大切さを痛感しています。

高橋 千秋 (若林区若林)

◆被災者の医療費免除は3月で打ち切られました。継続してほしいですね。

熊谷 みよ子 (太白区山田自由ヶ丘)

◆195号の「聴診器」のMSさん、そうですね。私もしゃべりながらの楽しいお酒、一部記憶欠落での自己嫌悪などなど、今は長じて？老じて、毎日夫とのアルコールを楽しんでいます。

佐藤 勝子 (太白区秋保町)

◆早く病院が再建されますように、願っています。

金野 トミイ (太白区東郡山)

編集後記

6月21日付の「朝日新聞」の記事を見て驚きました。「自然エネ立ち往生」という見出し。北海道電力が業者による太陽光発電の買い取りを制限し、申請全体の7割が門前払いされているという内容です。そして、泊原発の再稼働のために送電線の容量を確保していることも背景にあるとのこと。つまり、原発再稼働を優先し、自然エネルギーの普及を制限しているのです。これでは再生可能エネルギーが日本で普及しないはず。ただちに原発は廃炉の決断をし、再生可能エネルギーの普及へと舵を切るべきです。今度の参議院選挙ではそれが問われています。(H・S)

佐藤 洋子 (太白区郡山)



◆初めてクロスワードパズ

◆初めてクロスワードパズルに応募させていただきました。心よりお詫び申し上げます。

高橋 けさ子 (太白区山田上ノ台町)

◆初めてクロスワードパズルに応募させていただきました。心よりお詫び申し上げます。

高橋 範子 (太白区郡山)

◆最近、「背中が



熊坂 信子 (太白区長嶺)

友の会パズル

A～I までの文字を並べて
できる言葉は
「タテのカギ」

「ヨコのカギ」

① 憲法9条改悪反対！さて
「9」を英語で

① 今年の原水爆禁止世界大会
の開催県。

③ 仙台名物「笹〇〇」

② 〇〇の上にも三年

⑤ 飢えて死ぬこと。生活保護
の申請を拒否されてこの
ような悲劇も

③ 雨や日照りの日にさすもの

⑥ 復興〇〇〇〇の流行は許せ
ません

④ 真ん丸い月

⑦ 小説「赤毛の〇〇」

⑥ 韓流スター、ペ・ヨンジュン
は〇〇様と呼ばれています

⑧ 大津波に耐え残った陸前
高田の「〇〇〇の一本松」

⑦ 中味が無い缶

⑨ 本を数える単位

⑨ もち米を蒸すときなどに使
う竹や木を編んで作られた
調理器具

⑪ イカにご飯を詰めた料理

⑩ お酒をお互いに注ぎ合うさ
ま。〇〇〇さされつ

⑫ 「よろん」とも読みます

⑩ 東海道五十三〇〇

①	② D	G		③	④
⑤			⑥ I		E
		⑦			
⑧	⑨	H		⑩ A	
	⑪				
⑫ F		B		⑬	C

解答欄	A	B	C	D	E	F	G	H	I
-----	---	---	---	---	---	---	---	---	---

▼前回の答え

「イリヨウヒメンジヨケイゾク
(医療費免除継続)」

応募総数は24通でした。

設問に誤りがありました(タテ
のカギの⑬↓⑫)。お詫び申し上
げます。よって今回は全員正解と
させていただきます。抽選で次
の10名様に図書カードを進呈い
たします。(敬称略)

- ◎石森 四郎(青葉区落合)
- ◎小沢 令(太白区長町)
- ◎金野 トミイ(太白区東郡山)
- ◎佐藤 勝子(太白区秋保町)
- ◎菅井 直子(名取市高館)
- ◎高橋 範子(太白区郡山)
- ◎丹野 のり子(太白区あすと長町)
- ◎中嶋 秀子(太白区郡山)
- ◎三浦 一子(宮城野区福室)
- ◎山本 聡夫(太白区郡山)

☆ハガキに、答え、氏名、住所、
よろしければひとことお書き添
えいただき、表記友の会まで。

メールでも受け付けます。

通信は紙面に掲載させていただ
くこともあります。

正解者の中から、10名様に図書
カード進呈。〆切は8月20日

(当日消印有効)

長町病院・友の会

第22回 健康まつり

とき：2013年9月29日(日)

午前10時から午後2時

会場：蛸薬師境内 ※雨天でも開催します。

参加協力券は500円(記念品・抽選券付き)



主催：長町病院・友の会健康まつり実行委員会

バザーへの出品を募集しています。生活用品等で未使用のものをお願いします。