實驗

左から

熊谷 郁夫さん

友理さん

恵理子さん 司会:編集部

(仙台南健康友の会会長) (長町病院健康運動指導士) (つばさ薬局長町店







第 217 号

発行 仙台南健康友の会 〒982-0011 仙台市太白区長町 3-7-26 TEL 248-6702 Fax 746-5146

ホームページ http://sendaiminami.com メールアドレス

n.tomonokai@gmail.com 携帯・スマートホンはこちらから



たでしょうか と憲法守る

にの先

は

びこる政治

んかがで広 でい、 統日り それに対抗 てみ が際立 谷 ý ま し 本の ると、 ね勝 . . 候 2 利 0 民の共 たね ō 歴 することが 補 史 1 を 玉 年 倍 6 国民の運動も中でしたが、 摧 同 初 参 政 年 4 20年 う間に できた 手に二局ほど教わったこ で考えが大きく変わり、五段 で考えが大きく変わり、五段 で表えが大きく変わり、五段 でも、で急速に腕を上げたとり、 1 c かしぎなこ 治の 議 を Ĺ 8 が 振 ひど ŋ 返 ŧ は、二人の壮絶な死闘が始またところだった。2時間後にこの電話を心待ちにしていに学んだ手口である。内心はの国にはびこる政治屋どもの国にはびこる政治屋ども

るは、✓

井

面

白

いもの

だ。

削私の棋

面年 とくに最近 十目を迎えた 友の会は!! Y で前 を迎えまし の会に入る-ましたし、 進し その ち うぎり はサ してきて 地 魅 域 昨 た。 愛に 万 絵サークル 年 へも多 ゥ 地 は VI クル活動が vますが、 仙 域 健 なって3 くな 台南 交 康 7 が] 健が 0

考えうる結

一合わ 0 つのか爺

V

の間にか同じかしぎなことに

達

いるの

7

3

歳に

なる二

S

でとうございます。 谷 浅見 年 • あ け É お お \Diamond

たなの?」などと言う。「いいじゃないか、Sさんもこれいじゃないか、Sさんもこれんだから」。これは、Sさんんだから」。これは、Sさんんだから」。これは、Sさんを悪者に仕立てて不満の矛を悪者に仕立てて不満の表が「ましたなの?」などと言う。「いたなの?」などと言う。「い いたに時な かゝ 通足らど 社勤め った▼ さ があ、 ず、 終えて 年 十賀 大 て っ た。

や平和

から、

昨

年

友

 $\hat{\mathcal{O}}$ 院

会活 とつ

動

 \mathcal{O} カュ

活動

な

どで活躍され

たお二人にご参

加

11

ただきま

年ま

を

振り

が

らず、

熊

り返っていかが、熊谷会長から。

熊谷会長

と、

長町

病

ば

司

会:今日

 \mathcal{O}

新

春

対

談

は、

とうございます。

が目

「標を超えまし

月

11

月

は

会強

事だなと感じ

つしょ



熊谷郁夫会長

こ会も 口 ています。 ょ 毎週途切れることなく L での お茶 **つ**

ルなテー 司会 地域公開 催しています 講座 t いろ

屋さん、 援センターの方にもお話して ぞ いただきました。こういう形 れ V > みなさんにも協力してい す 熊 好評でした。 のテーマで話してもら 月 米屋さんなど、それ お魚屋さん、 は 長町 地域包括支 催 してるん お茶屋 きもの 商 店 た 街

とができたと思います。 もがんばり今年につながるこ 名を超える会員が展月間」に取り組み になりました。 こ新たに読んでいただくこと になり好評で、 いつでも元気』 職員も友の会 45 人のカ 増えまし 1 0 方 力 0

操を担当されてます 住宅での健康カフェで健康体 司会:浅見さんは復興公営

運動を通

康づくりを

なった」と言われるとやり くれる方もいて、 いを感じます。 を動かすことを楽しみに来て いただいています。 後にストレッチ体操をさせ 浅 見 健康相談やカフェ 身体が軽く 毎回身体 が \mathcal{O} 7

谷: 名取はまだ500 仮設住宅にいるんで

てきたことも去年の特色です

地域とのつながりが増え

5

れましたね。

住宅での健康カフェに参加さ

高齢者配食サー

-ビスほ



と亭

は10年を迎え記念パー

を開催しました。

配達

ボランティアの

みなさ

大変な中が

んばってい

康まつりも参加

浅見友理さん

住宅に る場として大事ですよね。 エはみんな出てきて問題起きています。 えましたよね。 スクラブ)で友の会会員が増 町 年 病院メディカルフィットネ はみんな出てきて話し合え \mathcal{O} 遅 「月間」 .移っても閉じこもり れて でものびのび 、ます。 健康カフ 復 興 公営 長去 \mathcal{O}

できたんです。 割引があるんで、 浅見:友の会の会員になる 司会:千葉さんも復興 アピール 公営

いう雰囲気を感じましたが、みなさん話をし 最初は浅見さんとい 住宅などからせっかく移転 千 葉:2回 みなさん話をしたいと に外に出る機会が 受付を担当しまし 参 加 康カフェ まし つしょで 仮 0) 0

と思うと本当に

薬を飲んでい

千葉恵理子さん の体操をみんなでい

うで楽しそうです。こういう 効果もあるんだなあと思い やりますが、気持ちよさそ

ま

界大会にも参加され 司会:千葉さんは原

たと聞

水禁 世

広島で平和

になった子どもたちのるんですが、原爆の犠牲私も小学6年の娘がい で苦しんでいる患者ささ薬局にも今も原爆症ないと思いました。つば 写真や絵を見て、二度と メージが強かったです。 ことがあるんです。 核兵器を使ってはなら ってきました。 は 怖いなあというイ 大切さを痛 広島に行 で行った 高校生の その



あすと長町復興公営住宅での「健康カフェ」

らないと痛感し と思っていただけるような薬 たと思っています。 局をめざしていかなければな ったら安心して署名できる」 をさせて が進めているんだ ました。 せ ども いため 本当

熊谷:原爆は20 まし 万以 上 かの ら命

葉:この でストレ

といわれたんでしています。

ます。 を組は粘 類とは共存できません。 ョン きればと思っています。 す大きくなるのでやりが つなぐ友の会の役割 む課題は多いですが、 り強く続けてい を 浅見:私も班会などで協 うりますよ。 軍 現 政治がひどいので取 仙台や大崎、 から始まりまし 人前後が参加して は、 兵 3 年 たい 使うように 、ます。 塩釜でも はくアク は 「原発



原発も戦争もノー!たいはくアクション

友の会と民医連職場の 抱負を一言ずつ。

交流を

場と友の会の交流が少ないば探したいです。民医連の をもっとつくっていきたいで、地域共同行動などの機会 なってきました。どこかあれも活発になり、場所も手狭に きたいです。よしの亭の活 交流ができればと思います。 浅見: そのほかにもいろんな '引き続き発展させて 健康運動を通じてよ 健康友の会 いきた 職 \mathcal{O} 動い

> 会をつくりたいですね。 会に入ると安くなることも び ートから正社 び \mathcal{O} V) 利

り多くの方々に

、体を動かすきっかけづ。普段運動していないかくの方々に関わりたいで

貢献 るという雰囲気つくりにも ミュニケーションを強め、 動にも参加したいです。 の薬局だったらお任 があります。患者さんとのコ が多く、大変ですがやりがい 員になりました。覚えること 司会:今日はみなさん、 ありがとうございまし できたらなあと思って 引き続き友の会の 「今が旬 立せでき

あなたと民医連をつなぐ月刊誌

2017 2 月号 380円

巻頭エッセイ/共生 森川宏映

神社はどうなっている?

公立診療所の挑戦

く育児ができるまちに 岡山

睡眠時無呼吸症候群 菊本直樹

生活習慣病予防の食事



発行=㈱保健医療研究所 〒113-0034 東京都文京区湯島2-4-4 平和と労働センター8階 電話 03(5842)5656(代表) FAX 03(5842)5657

域交流サロン「よしの亭」での活地域公開講座、サークルなど、地田の「お茶っこ会」や

れ

ました。

ンサートなども積極的に取り組公営住宅での健康カフェ、ミニコ

やブロックでの健康懇話会、復興

また、スーパーでの健康相談会 てくださることになりました。

名の方が『いつでも元気』を購読 4名の方が友の会に入会し、

まれました。

5

月 9

目

< À 10

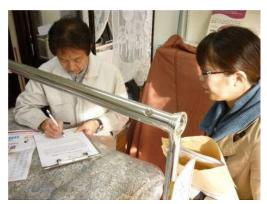
署名が寄せら

玉 12 0

友の会強化・発展月間

「月間」を通じて、

1 $45\,\hat{0}$



地域訪問行動で署名や入会が

訪

開催してほしい」などの声が寄 動も定着してきました。 日には初めて「ふれあいお食事 大変好評で、「また 12 月 1

> 平和といのちをまもるとりくみ制廃止を求める署名行動など、 地域訪問行動で でも奮闘しました。 11 月 70日には、

70名以上の:町地域200 とができました。その中で「介 民医連と友の会への期待を実感 問行動に取り組みました。ばさ薬局の職員とともに地 名以上の方々と対話するこ 0 軒以上 だんだんと使 長町病院な 一を訪問、 いに L



で健康相談会(ヤ

辺建寿さんのレクチャーで、ゲを開催。長町病院元事務長の渡 感させられる地域行動でした。 連合会)と友の会への期待を実 ムなどを楽しみました。 班づくりでは、 地域から求められる友 「長町コスモス班」が班会づくりでは、地元長町で新 今後とも 月間」での貴重な: 引き続きみ 地 「域に開 主医療機関 のかれ進

これだけ友の会の輪が 広がりきした 世帯会員・ 7名 27名 『いつでも元気』読者・45名 事務局次長 平 尾

たいはくアクション」や安保法

くとともに、2002年の 会総会に送っていただ 年 謹んで哀悼の意を表 11月逝去されました。 ただいた横 B 元副院長)が 会 Ш たします 医 師 動 成 を しま 紀 応 友 。 V Y 医

としての安心できるはずの

保

が、 支 支

25

示

Ż

社 玉

保料支払のために食費を削る、

保険料を引き下げ、 誰もが安心で

ん 年

玉

藤澤 賢(宮城県社会保障推進協議会事務局次長)

Ŕ ご存知でしょうか げられる財源が十分にあることは 玉 払えずに差し押さえを受けるなど、 理由 保=酷保に変質しています。 黒字となった2015 仙台市に、 VI

ことなので、被保険者1人当たり うか。差し引き **27**億円 を出してい 実は昨年度、 たことになります。 すと約1万1千円も の会計は大変なのかと思いきや、 料を支払って、 たことはご存 仙台市図 台市国保会計の決算 国保会計が黒字 「剰余金」が日の黒字との 知でしょ 仙台市]

5年間で

25倍

わず、自分(仙台声繰入を0円にし、) ったうえ、 25 に支払われる収入)の見 億円も少なかったことがあ 同様に支出も見積もり違 \mathcal{O} 仙台市の つに国庫支 台市) 保険料の)のフト 一般会計からの 出 (金)(国 トコロを温の軽減に使 積 Ł りま り かゝ がら

被災者にも回さず

村に対し うされ それ ゖ ため込んでいる交付金 「特別調整交付 ますが、 ぐ 医 - 「でいる女作、 - 一を寸金」が上、 - ありません。国から - でいる女作、 はありません。国 療 11年から

震災後5年間で129億円

年

度

年度 余剰金 17億6491万 2011 18億7771万 2012 2013 31億5216万 2014 33億8914万 27億1272万

高い国保料を引き下

で

震災前は5億円

です。ご存じのとおり仙台市は仙台市のサイフを潤しているも住民・被災者のために使わずり 億円も減らしています。ここ は被災者に対国へ54億円 べた仙な 千円)。その (被保 ك 1 間 で から 台市 2 9 険者1人当 使 被災者のために使わずに わ 行方は、 . つ 使うどころか1で述 返 ず 災 納 円 者 般会計繰入金 にもなり た 一たり 医療費免 潤している 8 余ったとして ます。ここで たお 残 り 約 75 億 ŧ 5 金 は、 除 万 L は を \mathcal{O} を 円 4 た な

9

_ 『交付: 金 3 どうしてこんなに

ため込んでいる

 \mathcal{O} ഗ 療費など か ?

ると、 が本来のあり方のはず。未納の分民が支払える保険料に設定するの 課する)保険料は10万円÷9割= 実際に市民に支払ってもらう(賦 88 9 市もわかっています。仙台市は計保険料が集まることはないと仙台 るなど全くの筋違いです。 約 積もった国保料が10 算しています。例えば、最初に見分を保険料にさらに上乗せして計 の未納となる1割はどうなるので あると計算しています。 算した保険料総額のうちだい りを保険 からくるお金を差引き、 しょうか。 かし高い保険料のため、 ている保険料なら、 出 11 割 程 玉 学 支払っている市 万円として請求 いる保険料なら、初めから市支払ってもらえないとわか 未納分が1割あるとして、 定額を計算した後、 16 年 度収入(15 料として算出 実は、 度は91%)の見込み あらかじめ未納 年 しているの 万円だとす Tします。 度 では残り 最後に残 1 までは 玉 乗 0 で県 たい せす 0 が 'n %

2 0 18年度からの 保県単位化問

18 年 度 から 玉 保が県単 村 の保 位題 化 険 料 す

ことは十分できたはずです。

お

が

あ

れば免除を続

が、これが

ます私たち むずかしくなり、 (税)も · ます。 料を引き下 県単 化 市 位 民に \mathcal{O} 化に 方 げ しわ寄れ Á \mathcal{O} なると、 L ることなどが が カュ 検 かゝ せ 討 にはます さ って 独 n

分以· 景にあります。(1 担 市 雇 大 は4分の1 が引き下げられ 民が加入してい 用 は、 そもそも 上が国 無職者など $\hat{}$ \mathcal{O} 玉 負 活の 保 担 が てき るの 所得 高 高 9 齢 V) 2 8 たことが の多くな 者、 根 0 0 年 1 本 玉 非正 5 代 的 年 は \mathcal{O} な 半 背負い規原 度

5 市民の運 動

り、 には抗党 り、 たのです。 台 立 料引き上げとなりました。 \mathcal{O} 仙台市は2014年 ち上 市 計算方式を変 独自の 低所得者を中心に大幅 62 がり 議の \mathcal{O} 保険 ぼし 電話が1 市民が不服審 た。 料 更したことに 軽 その結果 方件以-験も 減策 年 度 から国 ふまえ が 査 実 現 て

化となる前のば保険料を引 の運動をひろげ、 のみなさんとともに、 保険料を引下 あきらめ ために力を合わ 特に来年 ずに \bigcirc 最後の げ 市 度 さ 民 年です。 は せ が 安心できる国 国保県単: ることは 声 玉 を) よう。 保 あ 友 げ 引 下 の位可れ

部Ⅱ 日

ブロックでは、

11

恒例の柴田順子さ

るためにも「ぜひ友の会に

一部Ⅱブロック

と時を過ごせました。いただき、楽しく充実とがらリクエストにもお

ただき、楽しく充実したひ らリクエストにもお応え

んも、

(西部Ⅱブロック長)

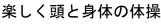
瀬川 国郎

(西部Iブロック長)

キとコーヒーをいただきな

とお誘い

がありました。





温泉で癒しまし 日頃の労を 西部Iブロック

ブロ とができました。そのご苦労 ってきました。 さん会もかねて茂庭荘に行 目標をいち早く達成するこ 健康まつりの会計報告や (間) の活動報告を行い、 ックは「友の会月間」の なさんの奮闘で、西部I

食後はカラオケを楽しみました

100

購読してもらいました。 い二人に『いつでも元気』 これを受けて、 私の知り合 を

ました。途中みんなで歌うコ

かり素敵な時間を過ごし ピアノの演奏にどっぷり ?々も参加されて満席。美し えたコンサートは、

新しい

しました。今年で3回目を迎

トを「ポッケの森」で開催

を迎えてのピアノコンサ

でおなじみの三橋吉則さん

ナーもあり、うたごえ喫茶

司会で楽しく数曲

した。また、平尾事務局次長



導でストレッチ体操をして、 からお話を聞きました。 携わっているえにしの会の高 が参加。高齢者の生活支援に 取ブロック交流会には10名 橋会長と理事の鈴木英夫さん れたようでした。 みなさんリラックスして帰ら (長町病院外来看護師) の指 終わってから笹森波さん 11

郁夫(名取ブロック)

披露してくれました。 狩りなどを楽しみました。 後は温泉やカラオケ、 90歳を迎えた村上千枝さ 元気にカラオケで喉を 葉 12 月

月 15 日に開催された名 名取ブロック

ね!」「元気でしたか?」なを飲みながら「久しぶりだ に合わせて合唱した後に楽 どおしゃべりが弾みまし そしてクリスマスにちなん 今回のランチはチラシ寿司 ど3曲ほどアコーディオン た。「上を向いて歩こう」 いたのよ!」と温かいお茶 しみにしていたお食事会。 「この日を楽しみに待って 一口ケーキもで 、みかん、 な

大会を。初めて参加した 96んなで歌ったり、カラオケ など3曲お琴に合わせてみ その後に「きよしこの夜 ディサー

心地よく 石林ブロック

交流会」 名が参加。 の送り迎えなどもして 25 しょに歩いて来る方や車で かない方もお友だちといっ 日でしたが、普段あまり歩 当日は師走ともあって寒い 家」で第6回 26 を開催しました。 日、「若林老人憩 会場に着くなり 「お食事

刺激となり、とても大切であ る事を痛感しました。 多くの方との交流の場 止(若林ブロック長) は



歌や体操で盛り上がりました

唄」や「酒よ」などマイクを のこと。「おいしかった」「楽 んを頼んでの一人暮らしと んを亡くした後、 くりしました。その方は奥さ 持って歌う姿にみんなびっ のですが、率先して「長持ち 外は寝てばかりいるそうな しくて、元気が出た」と話さ 明るい表情で帰られまし ヘルパーさ



その② 笹森 波さん

(長町病院外来看護師・名取ブロック)

このコーナーでは、地域の様々な分野で活躍している方を紹介します。



石巻・石ノ森章太郎漫 画館前で二人の息子 さんと

年務修が医 の兄病ん 動前し後長療東佐弟院が生に 看ま活場 町生京藤姉で 病協の信妹産 護れ躍 院に看 さ 入職。 護は を上 て地 おお兄に対す 校 直卒 病院 2 後 所 震災 年の で 後、 N 動 坂 間研 射 4 の年の修 2 勤研先 島

す」と話す笹森さんです。とれのでけるような友の会にわっていけるような友の会にわっていけるような友の会にいかがるような友の会にいる。自分と同じ世代のお母よね。自分と同じ世代のお母よね。自分と同じ世代のお母

域れ町 母保物など とま病クのし院の ので助かってまれているである。「家族や職場でを支えているがでいる。」 ので助かってまれているができまれている。 ので助かってまれている。 T 流世いかた職今た。 話た カン わ笹 n 場人 ま以あ強ん声ん ま のの め自を 支男 とえが子 のブ ブいもけ時 出ロロと地ら長ロ

健康チャレンジで 15名に達成賞

保健部で昨年 10,11 月に実施した「健康チャレンジ」。

「いきいきウォーキング」「シンデレラ睡眠コース」「毎日血圧測定コース」などに17名がエントリーされ、15名の方が見事達成されました。

達成賞として、図書カードを進呈しました。ご協力ありがとうございました。



認知症看護認定看護師の内海史子と申します。

普段は外来に勤務しています。

長町病院には認知症の患者様に対して、より良い看護・介護を提供するために、認知症看護委員会やリハビリ病棟に認知症チームがあります。スタッフは認知症の知識と技術を高めながら、医師やリハビリスタ

ッフなどとも協力し、患者さんの生活歴や習慣、趣味などについて情報収集し、ケアに生かせるように努力しています。外来には「認知症相談室」があり、私が第2、第4金曜日の午後に、認知症の診断の有無にかかわらず、認知症に関してご本人や家族から相談を受けています。

認知症は誰でもなる可能性がある病気です。認知症について正しく理解し、対処することが大切です。 認知症になる一番のリスクは加齢ですが、年をとることは避けることができません。年齢とともに物覚え が悪くなり、人や物の名前が出てこなくなることも増えると思います。 そんな時、単なる加齢による物忘れなのか、認知症による物忘れなのか 不安になることもあるかと思います。

「認知症の物忘れ」と「加齢による物忘れ」は違います。

| 物忘れを「年のせい」にせず、心

ます。 度相談してみてください。早期発 忘れ 見、治療することにより症状の進行 のか を遅らせたり、家族やまわりの方も いま 心構えや準備ができます。また、認 知症以外の病気が隠れている場合 もあるので、早めに病院に行くこと

が大切です。

長町病院の主治医に相談しても よいですし、「認知症相談室」に 来ていただいても大丈夫です。

配な時は主治医や専門の医師に一

「認知症相談室」では、看護師のみが対応しますので、認知症の診断はしませんが、心配ごとについて話を伺い、アドバイスをさせていただきます。(つづく)

連載

認知症のはなし

その① 内海 史子

(長町病院 認知症看護認定看護師)

加齢による物忘れ 認知症による物忘れ 原因 脳の生理的な老化 脳の神経細胞の編成や脱落 体験したことの一部を忘れる 体験したことを丸ごと忘れる 物忘れ (何を食べたか忘れる) (食べたこと自体を忘れる) 症状の進行 あまり進行はしない 徐々に進行する 低下する 判断力 低下しない 忘れっぽいことを自覚している 忘れたことの自覚がない 自 覚 日常生活 支障はない 支障をきたす

地域交流サロンよりの亭これからの予定

○ 地域公開講座

月日	テーマ	お話しされる方		
2017年 1月	お休み			
2月23日(木)	「知っておきたい 医療・福祉制度の利用法	^{みずき} 赤間 瑞生さん(長町病院社会福祉士)		
3月23日(木)	エコな電気の使い方	佐藤 哲夫さん(ベスト電器長町店 店長)		
時間はいずれも 14:00~15:30 です。事前にお申し込みください。				

○ お茶っこ会

毎週火曜日 10:00~12:00 (奇数月の第二火曜はお休み)



○ 小学生無料塾

毎月第3土曜日 10:00~12:00 1月は21日、2月は18日、3月は18日



(12 月の地域公開講座)のお手入れ方法を学びました

靴

よしの亭で「ふれあいお食事会」

「みんなで食べるって楽しいね」。

仙台南健康友の会地域交流サロン・よしの亭で 初開催の「ふれあいお食事会」には13名が参加し ました。

友の会に入会したばかりの一人暮らしの男性も参加。「誰かと食事するのは久しぶり。楽しいもんだね」と話してくれました。

今回のメニューは「チラシご飯とおでん風煮物」。「また開催してほしい」という声も参加者から出されるなど、和やかな会となりました。



和やかに進みました

映画サークル・上映予定

月日	題名	上映年	監督			
1月16日(月)	ニューシネマパラダイス	1988 年	ジュゼッペ・トルナト―レ(イタリア)			
2月20日(月)	大鹿村騒動記	2011年	阪本 順治			
3月27日(月)	巴里のアメリカ人	1951 年	ビンセント・ミネリ(アメリカ)			
4月17日(月)	晚春	1949 年	小津 安二郎			
5月15日(月)	天使にラブソングを	1992 年	エミール・アルドリーノ(アメリカ)			
6月19日(月)	男はつらいよ 柴又慕情	1972 年	山田 洋次(マドンナ:吉永小百合)			
7月24日(月)	裏窓	1954 年	アルフレッド・ヒチコック(アメリカ)			
8月21日(月)	父と暮らせば	2004 年	黒木 和雄			

時間はいずれも午後1時から 会場はよしの亭 入場は無料

職場からこんにちは

平和やよりよい医療・福祉・介護のために、仙台南健康 友の会は長町病院など「民主医療機関連合会(民医連)」 の事業所と協力・共同しながら活動をすすめています。

このコーナーでは、民医連の各事業所・職場のメンバー や仕事の内容について連載でご紹介しています。

長町病院 地域連携·医療相談室

相談室はソーシャルワーカー4名、事務1名の職場です。ソーシャルワーカーの業務は、生きづらさを抱える人がその人らしい生活を送れるように支援すること、生きづらいと感じる人を生み出さない社会に変えるために活動することです。

私たちは入院・外来問わず、また当院かかりつけでない方からもご相談をお受けしていますが「車椅子の状態で退院することになりどうしたらよいかわからない」「職場復帰後、仕事内容や労働時間など配慮してもらえるかどうか心配」「医療費や生活費の支払いが大変」など内容は様々です。相談を受けたら、その方のニーズに合わせて、介護保険、身体障害者手帳、障害年金、生活保護などの制度の利用を支援したり、他の機関や専門家の対応が必要な場合は次の相談先への橋渡しを行ったりします。

昨今増えている医療費の相談には、低所得者の 医療費窓口負担減免制度『無料・低額診療事業』 を活用しています。当院では2011年に仙台市の 認可を受け、延べ約240名が利用しています。適 用できるかどうかは、世帯の収入額や家族状況、 現在利用中の制度などを総合的に判断して決定



します。この制度は医療費の負担軽減だけでなく、その後の生活改善が最終目標です。申請をきっかけにソーシャルワーカーが生活改善に向けた支援を始めます。利用を希望される方は相談室までご連絡ください。

貧困と格差の深刻化、超高齢社会などの社会 構造の変化は、家族のあり方、働き方、生活様 式など私たちの生き方にも大きく影響していま す。社会が変わらなければ生きづらさから逃れ られない人たちのために、友の会のみなさんと ともに暮らしやすい地域づくりに取り組んでい きたいと思います。これからもよろしくお願い します。 課長 袴田 智子

長町病院 通所リハビリテーション

長町病院の通所リハビリテーションは、介護保険を利用しながら、心身機能の維持、回復、日常生活の自立の援助を目標とし、体操やレクリエーションなどを行っています。理学療法士、作業療法士、言語療法士による個別リハビリでは、利用者様の身体状態の評価を行い、状態にあわせたリハビリのプログラムを行っているところです。とくに退院後の集中リハビリを重視しています。介護職員によるケア、看護師による健康管理など必要な援助も行っています。

また、リハビリだけでなく、1日を通してグループワークの時間には将棋やオセロ、トランプを行うなどレクリエーションやゲームを通し楽しく仲間づくりができるよう環境づくりにも心がけています。12月はクリスマス会を行い、保健師や健康運動指導士の協力のもと、歌とダンス



できるように援助します。利用者の方が生き生きと生活

で、笑いあり涙ありの楽しい時間を利用者様のみなさんと過ごすことができました。

利用者様が住み慣れたこの地域で活き活きと生活ができ、楽しく一日を過ごしていただけるよう、スタッフ一同一丸となり日々努めております。心配なこと、気になることがございましたら、ぜひご相談ください。

通所リハビリ 三原 千香

もなかなかわからない、 紫になる時です。 好きなのは、春先、一日だけ ころではありません。 る(?)山の色なのです。教えて が知る山の季節のお知らせ 一づき始めました。 見ているのに少しも飽きな 美しい山です。 6 見える山々 私は幸せ者なので 私だけが知 七変化ど とくに 私だ

(青葉区 八

す。ほしい本あるので、 の会だより」、初めて応募しま 日一日と冬が近づいてき た。楽しみにしている「友 初 **氷** 初 冠雪・. 初雪

明美(太白区

リエ 映 なみずきを見学したい 男はつらいよ・奮闘 画 ント急行殺人事件」とか サークル 有料老人ホーム に参加して「オ ったら、 ルームは 闘編」を もの で

しく杖をつきつき参加しまし 友の会健 康まつり、 大変楽

> た。 演奏が、毎年毎年うまくなっ てますね。 長町中学校の吹奏楽部 \mathcal{O}

丹野 のり子 (太白区鹿野本町

とうございます。これからも 手洗いには気をつけていま ことがありません。 来です。私は今までかかった ンザ、ノロウィルスの季節読んでおります。インフル くださる方々、いつもありが す。友の会だよりを配布して 毎月友 の会だより楽しみに うがい、 到 工

長内 孝子 (太白区人来田)

だきました。両方とも正常で あると判定されました。あり の行事には初めての参加でし がとうございました。友の会 りに 9 月 したいと思います。 今後も友の会の行事に参 骨密度の測定をしていた 参 25 加しました。 日 に友の会健 血康 糖 ま

佐藤 方隆(太白区西中 迪

りました。 考えてスカッとしまし っと解答らしいものがまとま でもないこーでもないとや てしぶりに夫婦でパズルを みなさんお元気に した。 あ

安井 京子 (太白区柳 お過ごしくださ

生

思

・ 学・学・学・学・学・学・

岡崎

路 子

(太白区

諏

ります。これからもためにな 講演会」などでご一緒してお ださい。「友の会」の皆さんと ぎって貼るだけのエコな趣 がっていきたいと思います。 は地域の新婦人の班で「健康 ませんか。お気軽にご参加く です。ごいっしょに作ってみ る学習会や行事や運動でつな 味

厚子(太白区郡山)

邪ひ 月半、 あと思っていた矢先に早速風 いてしまいました。 急に寒くなってきたな も早いものであと1 か

> るようなので、 っかりしたいと思います。 エンザも 流 体調管理は 行ってきて

菅原 康介(青葉区旭ヶ丘

ークルでも作っております 優しいご指導で皆さん、思い ◆初めて参加した「ちぎり絵 が、新聞のカラーページをち ました。おしゃべりしながら いただき、ありがとうござい た。ちぎり絵は新婦人のサ いの作品を作っておりま 気あいあいと早川先生の づいていていてい んてね。 思 い予防接種を開発して下さ 北大学の研究の方々。 射はやっぱり痛かった~。 Ð インフ はやっぱり痛かった~。東いましたが、大っ嫌いな注 打つのでママが一 飲むだけ!貼るだけ!な います。

· 给 · 给 · 给 · 给 · わたしのひとこと

◆楽しいこと、

いこ

鈴木 だまだ先を夢見て生きてい

いときは…なんて思うこのご まったように思われます。若 大変なことも多々あった 年のせいでしょうか?ま あっという間に過ぎてし V ;

たいと思います。 洋 子 (太白区 中 田

います。 加するのを楽しみにしているただきましたが、これから参 きができればと心待ちにして \mathcal{D} は山歩きの会です。 \mathcal{O} 12 月に入会させて 里山歩

庄子 (太白区緑ヶ丘

会では延長や強行採決などと 年金は減る一般に伴い体重 に伴い体重は増えます 、ますが、 方です。 腹立たしい

玉

梅本 (太白区日 |本平

ル

エン

ザ

0

脅

威

が

近

ですね。

子どもたちに

番に!と

2016」には、 条を守り生かす宮城のつどい 台国際センター 絶対反対です。 たいと思います。 私 は 孫 \mathcal{O} ため 12 ・での ぜひ参加。 月 $\vec{4}$ 憲法。 日 \mathcal{O} 9 仙は

痛くな

早坂 美和子(太白区

して暮らせることはすばらし ちから、「とても楽しいよ」と いう葉書が来た。老後を安心 ◆はなみずきに入所した友だ スタッフさん、今後もよ

千坂 みとり (大 河

き

ですが、おなかにぐっと力を の良い老婆になりたいです。 入れて背中を丸くするのに気 少しとなりました。私のこと 日ごとに寒くなってくる季 背筋を伸ばして姿勢 今年も残すところ

かつ子 (太白区大野田

森 美恵子 (郡山ブロック) ちぎり絵



山 田 廣子 (名取ブロック)

絵手紙



坂 本 静子 (青葉ブロック)



佐藤 誠子(長町ブロック) ちぎり絵



髙橋 五十鈴(長町ブロック)





写真、絵手紙、ちぎり絵、イラストな ど、みなさんの作品を募集しています。 友の会までお送りください。写真はメ ール添付でも結構です。

あがれるかな」 (健康マージャン) 「さあ、

も印象的です。他にも優しい方ば 働いている職員の方の笑顔がとて

とてもきれいな病院です。また、 院に入院しています。長町病院は

かりなので、お爺ちゃんはこの長

とのたたかいではありますが、

いまでも私のお爺ちゃんは病気

て、私もがんばろうと思いまし 生懸命に立ち向かっている姿を見 町病院に入院することができて

良かったと思います。



T・Sさん(若林区上飯田

護士になりたいと思います。 も自分のお爺ちゃんやいろいろな 勉強や実習をしています。少しで 人を笑顔にすることができる介 いま私は、介護士になるための

みんなを笑顔にできる

① 第 一 3 (1) **2 (4**) A 11) ⑩県庁所在地は神戸市です。 」なかへば▼あい
 電話だ。の略。 0 0 \mathcal{O}_{\circ} 外国 奮迅。 選手の あず 訪れる客も る言葉度く年賀状は30 |新年の行事で舞います。〇〇 **クリスマスケー** この果物。 ました。 面電車。仙台でも昔走って 位で与えられるもの。 \mathcal{O} **(5) 6**) Ε 映 00 画。 邦画でないも 9 キといえば てで (10)C ⑥師匠→○○

半島。

ほぼ全域が石川県に属する

D

☆ハガキに、

答え、

氏名、

住

よろしければひとこと

上半期の予定♪

(12)

В

解答欄

(11)

Α	В	С	D	Е

(13)

通信は紙面 募できます。 メールでも受け付けます。 様に図書カー して、正解者の 今回は新春スペシャルと いただくこともあります。 ホームページ上 友の会まで。 お書き添えいただき、 **2**月 12 20 中 掲 日 進 載 からも応 させ H 20 名 7 消

[タテのカギ]

前回

の◎

11

②冬に飛来する大型の ③銀行などからお金を借 伊豆沼などが有名。 とこれを払わなければなり)渡り鳥。 り る

「トシコシソバ(年越しそば)」

ません。 興 味 が あること

④ある物事に を示す言葉。

⑦相手の予期しないことを ⑧新聞などで大ニ に発行します。 ることを〇〇〇〇を突くと いいます。 ユ] ス 0) 時

① ク	IJ	② ス	3	4 7	
シ		⑤ A	ナ	IJ	6
	クク	ラ	1		り シ
8 F		9	タ	① チ	
ザジ	① C	ク		® E	(B)
15	1		16	r ,	٠,

」呈いたします。(敬称略) の方々に図書カードを進 ました。 抽選により左記

らんでいる気がします。

当選者はホームページで は非公開にしています。

マスコミは

制度。 ば常に持ち歩くことにもな とっても便利になる」と報道 ナンバーカードに記録される る情報漏えいの危険も増しま ことになります。 患者にとっても医療機関に 病歴など個人情報がマイ 落としたりすることによ 保険証に使えるとなれ 大きな危うさをは

方からご応募いただき 月号のパズルは 抽選により左記 51 名

懸念されているマイナンバー でさえ「個人情報漏えい」 う案が浮上しています。 保険証の機能を持たせると イナンバーカードに

4月27日(木) 5月21日(日)

うたごえ喫茶、

6月12日(月)

1月29日(日)

2月21日(火)

3月26日(日)

時 間:午後2時~4時

会 場:太白区文化センター(たいはっくる)

地下 展示ホール

参加費: 友の会の会員 500 円

会員以外の方800円

