

出雲医療生活協同組合
2017年4月30日現在

組合員 14,053人
配達世話人 670人
出資金 3億7,897万円
(平均出資額 26,967円)

すこやか

第362号
2017年6月号
発行
出雲医療生活協同組合
〒693-0021 出雲市塩冶町1536-1
TEL (0853) 21-2735
ホームページ: www.izumo-hewcoop.jp



すこやか文芸

(作者名は50音順・敬称略)

「すこやか文芸」ワンポイント講座④

「今日は俳句です。「湯ざめする女の身にもなつてみよ」(三代寿美代)。どうでしょう、この俳句(たなか)?こんな俳句を詠む人がいるのです。そもそも俳句は自然の「写生」が主眼ですが、この句のように、「自分のために自分を詠む」ことも大事です。私の返し「湯ざめなどさせてたまるか男なら」(Y)

短歌

手帳には再診の日をしたためぬ優しき女匠の声に癒され
大社町 今岡 愛子
見送りの君は必ず振り返りやさし眼差し届けてくれし
西園町 岡田 満寿子
五月晴れ一年ぶりに二歳児とじじばばの脳ふんわりとする
平野町 吉川 松代
メーデーで前座うたごえ担当す「晴れた五月」に「沖繩返せ」
知井宮町 小玉 信恵
紫陽花の葉に一匹の雨蛙ひと雨ほしいと空を仰げり
多伎町 孝行 光枝
小雀が垣根を越えて庭に来る耳を澄ませば風のまにまに
塩冶町 渡部 昌石

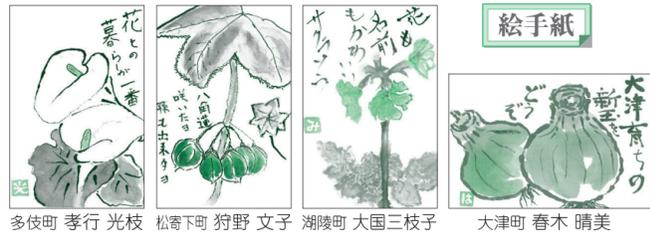
俳句

手花火に仁王の眼ゆるみけり
下古志町 内田 芳子
ぼろぼろの歳時記伏せて遠蛙
大社町 大國 安栄
両隣福分けしたる夏蔵
塩冶町 後藤 貴美子
平凡に暮らし夕餉の冷奴
下古志町 原 幸子

川柳

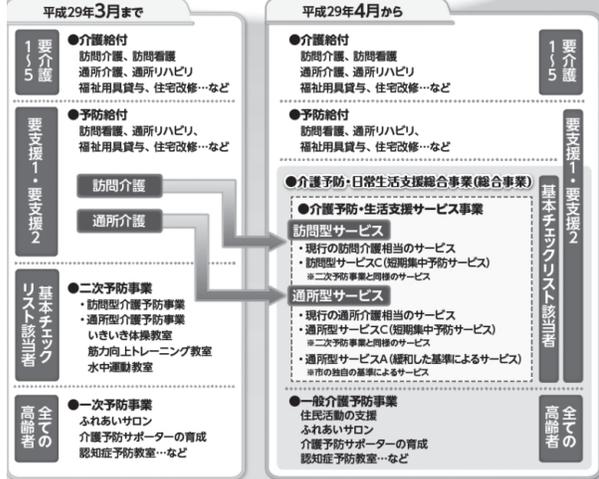
むずかしく言うなど叱る青い空
大津町 今岡 健
ひと呼吸入れて考え変えてみる
佐田町 今岡 治郎
目で涼み心で涼む玉すだれ
上塩冶町 岩田 千エコ
家族の和支える母はど真ん中
天神町 高橋 岩子
薫風に心まるやか四分音符
松寄町 多久和 博子
曇天日心の鏡磨きます
塩冶町 山本 順子

※応募のしめきりは毎月15日までです。
組合員のみなさん、気軽に応募してください。



絵手紙募集中 みなさんの絵手紙を「すこやか編集委員会」までお寄せください。掲載させて頂いた方には粗品を贈呈します。

【図1】(出雲市「マイ広報いずも」より引用)



総合事業とは
総合事業は、「市町村が中心となって、地域の実情に応じ住民等の多様な主体が参画し、多様なサービスを充実させ、地域の支え合い体制づくりを推進」することを目的とした事業で、①「介護予防・生活支援サービス事業」と②「一般介護予防事業」からなります。(図1)

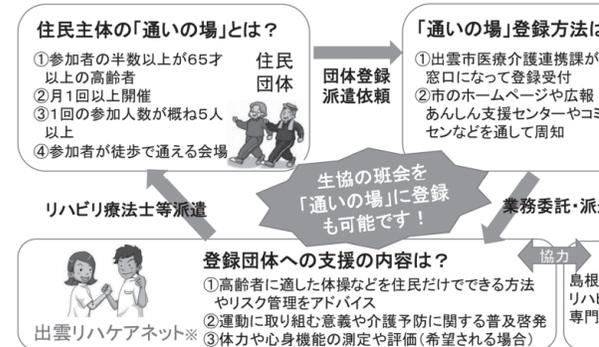
①は、要支援1または2と認定された方と「基本チェックリスト」により、生活機能の低下がみられ、要支援状態となるおそれがある高齢者と認定された方が対象で、「介護予防ケアマネ

上記のうち、「訪問型サービス」は生協単独で、「地域リハビリテーション活動支援事業」は出雲市が主体になって運営する「通いの場」を出雲市に登録し、健康づくりや介護予防活動を定期的に実施する団体・グループへリハビリ専門職等を無料で派遣する事業です。(図2)

訪問型サービスは、閉じこもり等の心身の状況のために通所による事業への参加が困難な高齢者を対象に、週1回3か月間(最長6か月)、理学療法士または看護師が訪問し、生活機能向上に向けたプログラムを行う事業です。地域リハビリテーション活動支援事業は、住民が主体になって運営する「通いの場」を出雲市に登録し、健康づくりや介護予防活動を定期的に実施する団体・グループへリハビリ専門職等を無料で派遣する事業です。(図2)

「通いの場」づくりを始めるには、生協が総合事業に「通いの場」づくりを始めるには、国は、今後の高齢者の激増によりこのままでは介護保険財政が破たんするとし、税金や保険による「公助」「共助」をできるだけ抑え、安上がりな「自助」「互助」を中心とするサービスに大転換しようとしています。これにより、従来の介護保険サービスの提供が制限され、行き場を失う方が増えてしまうことが危惧されており、生協として制度の充実を要望していくことが求められます。

【図2】リハビリ専門職と一緒に健康づくり・介護予防を！ 出雲市の地域リハビリテーション活動支援事業活用のすすめ



※出雲リハケアネットとは？
地域でのリハビリの普及を通して健康づくりや介護予防活動をするためとして、出雲市内の病院や介護事業所の療法士を中心に活動を行うネットワークです。出雲リハビリ病院が事務局の役割を担っています。

「通いの場」づくりを始めるには、国は、今後の高齢者の激増によりこのままでは介護保険財政が破たんするとし、税金や保険による「公助」「共助」をできるだけ抑え、安上がりな「自助」「互助」を中心とするサービスに大転換しようとしています。これにより、従来の介護保険サービスの提供が制限され、行き場を失う方が増えてしまうことが危惧されており、生協として制度の充実を要望していくことが求められます。

みなさんの支部や班でも専門職と協同して、介護予防に興味をもたれている「近所の方々」にも参加いただいて、「通いの場」づくりをはじめてみませんか。

「通いの場」づくりを始めるには、国は、今後の高齢者の激増によりこのままでは介護保険財政が破たんするとし、税金や保険による「公助」「共助」をできるだけ抑え、安上がりな「自助」「互助」を中心とするサービスに大転換しようとしています。これにより、従来の介護保険サービスの提供が制限され、行き場を失う方が増えてしまうことが危惧されており、生協として制度の充実を要望していくことが求められます。

「通いの場」づくりを始めるには、国は、今後の高齢者の激増によりこのままでは介護保険財政が破たんするとし、税金や保険による「公助」「共助」をできるだけ抑え、安上がりな「自助」「互助」を中心とするサービスに大転換しようとしています。これにより、従来の介護保険サービスの提供が制限され、行き場を失う方が増えてしまうことが危惧されており、生協として制度の充実を要望していくことが求められます。

「通いの場」づくりを始めるには、国は、今後の高齢者の激増によりこのままでは介護保険財政が破たんするとし、税金や保険による「公助」「共助」をできるだけ抑え、安上がりな「自助」「互助」を中心とするサービスに大転換しようとしています。これにより、従来の介護保険サービスの提供が制限され、行き場を失う方が増えてしまうことが危惧されており、生協として制度の充実を要望していくことが求められます。

「通いの場」づくりを始めるには、国は、今後の高齢者の激増によりこのままでは介護保険財政が破たんするとし、税金や保険による「公助」「共助」をできるだけ抑え、安上がりな「自助」「互助」を中心とするサービスに大転換しようとしています。これにより、従来の介護保険サービスの提供が制限され、行き場を失う方が増えてしまうことが危惧されており、生協として制度の充実を要望していくことが求められます。

タテのカギ

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19

お詫びと訂正
5月号で以下の誤りがありましたので訂正し、お詫び致します。
ご迷惑をおかけしました。
①3面憲法講演会
「八宝亭」誤り「八法亭」(正)
②4面 川柳
板倉 正(誤) 板垣 正(正)

ヨコのカギ

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19

お詫びと訂正
5月号で以下の誤りがありましたので訂正し、お詫び致します。
ご迷惑をおかけしました。
①3面憲法講演会
「八宝亭」誤り「八法亭」(正)
②4面 川柳
板倉 正(誤) 板垣 正(正)

応募のしきり

クロスイワードを解き、2重マスの文字をAからアルファベット順にならべると答えがでます。はがきにその答えと住所、氏名、年齢、電話番号の他、病院などに対するご意見、地域やご家庭の話題などを書いて応募してください。「組合員のひろば」に掲載させていただきます。

○締切 2017年6月末日
○賞品 正解者の中から抽選で10名の方に図書カードを贈呈します。
○回答 第360号の正解は「マンザイコンビ」でした。応募数82通(正解数82)の内左記の方が当選されました。積極的な応募をお願いいたします。

○当選者(敬称略)
春日 ノブ子(湖陵町)
石 飛 美登里(西園町)
奥 井 玲 子(下古志町)
周 藤 民 子(天神町)
石 倉 隆(渡橋町)
渡 部 悦 子(塩冶町)
福 庭 美喜枝(大社町)
金山 君 子(荻野町)
原 一 正(荒茅町)
築 浩 子(塩冶町)

すこやか編集委員会 <応募先>
〒693-0021 出雲市塩冶町1536-1
TEL (21) 8108/FAX (25) 0622

組合員のひろば

●ときどき塩分測定器を使っています。毎朝の味噌汁は減塩にランブが付きませんが、夕食に作る魚の煮つけはから味にランブが付きます。どうしても魚は濃くなって困ります。(塩冶町 濃築さん 75歳)

●桜の花もあつと、う間に終わり、つじの花がきれいに咲いて初夏を思わせる天候。朝、昼、夕の温度差が身にこたえています。早く気候に慣れて外出したくなる気持ちになりますね。

●ゴルデンウィークに鳥取花回廊に行きました。たくさんのお花、多くの人を見ました。びっくりしたのは車イスに乗っておられたお年寄りを多く見かけました。家族の方(息子さん?娘さん?)が親さんを車イスに乗せて花を楽しんでおられるのをほほえましく思いました。(大社町 古川さん 66歳)

●年をとったせいで一層感じるの、月日たつのが早いので、デイサービスにお世話になって二年近くなります。桜、菜の花、チューリップと見物に連れて行ってもらったのも束の間、早

タテのカギ

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19

お詫びと訂正
5月号で以下の誤りがありましたので訂正し、お詫び致します。
ご迷惑をおかけしました。
①3面憲法講演会
「八宝亭」誤り「八法亭」(正)
②4面 川柳
板倉 正(誤) 板垣 正(正)

ヨコのカギ

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19

お詫びと訂正
5月号で以下の誤りがありましたので訂正し、お詫び致します。
ご迷惑をおかけしました。
①3面憲法講演会
「八宝亭」誤り「八法亭」(正)
②4面 川柳
板倉 正(誤) 板垣 正(正)

『看護の日』出雲市民リハビリテーション病院にイベント開催

～看護のこころをみんなのこころに～

今回のテーマは「看護のこころをみんなのこころに」です。人と人との関わりを大切に、患者様、ご家族様、地域の皆さんとの交流を深めていきたいという想いから掲げました。

イベントの中では、衣料品のバザーや花の苗のプレゼント、患者様や地域の方の作品の展示を行いました。さらには、神門保育園の園児の皆様からいただいた歌のサプライズ。いずれも皆さんに大変喜んでいただくことができました。

入院中の患者様にとっては衣料品などを買い物する楽しみが日常生活の

「看護のこころ」は、思いやる心です。クリミア戦争で、傷ついた兵士を献身的にいたわったナイチンゲール。知的で芯が強く、行動力と非凡な才能を兼ね備えた女性で、社会起業家でもあり、統計学者でもあったようでもあります。でもそれには、優しく、聡明で、思いやりの心をもったナイチンゲールだからこそ出来たことではないでしょうか。私達も社会の為、人の為に、思いやりのこころを優しさと、芯の強さを持ちたいと思います。

ハピリにもつながります。また、患者様のご家族や地域の方にとっては病院や職員と交流する場になりました。今後も日々の関わりに加え、このようなイベントを通じて皆さんと関わってきたいと思っています。(看護部)



おすすめの一品

アジとらっきょうのさっぱり梅南蛮漬け



材料 (2人分)

- ・小アジ 6尾
- ・生らっきょう 80g
- ・人参 1/4本
- ・しそ 2枚
- ・みょうが 1個
- ・梅干し 大3個
- ・☆酢 100cc
- ・☆だし汁 150cc
- ・☆砂糖 大さじ2
- ・小麦粉 揚げ衣用
- ・揚げ油 適量

作り方

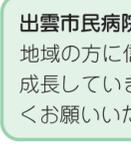
- ①小アジは、えらを取り内臓を取り除く。中をよく洗い、水気をふき取る。
- ②梅干しは、種を取り包丁でたたく。☆の材料を煮立たせ、梅干しを入れ火を止める。
- ③らっきょうは薄切り、人参・しそ・みょうがは千切りにし②とあわせる。
- ④小アジに小麦粉を薄くまぶし、160度の油でじっくり骨まで火を通すように揚げて熱いうちに③に漬ける。
- ⑤冷蔵庫で2時間程度漬けて出来上がり。☆梅干しに含まれる塩分によって味が変わりますので、量を調整してください。

新入職員研修会を開催しました!

今年度当法人に37名の新入職員が入りました。4月1日から7日まで全職種を対象に研修を行い、医療生協やチーム医療、医療安全、BLS、接遇等を学びました。今後、現場でみなさまに安心・安全な医療を提供し、また組合員みなさまと共に健康づくりが出来るよう、新入職員はもちろん、法人全職員で力を合わせて頑張っていきます。引き続きご協力をよろしくお願いいたします。(法人教育委員会 担当 渡部真一)



出雲市民病院 検査室 野村有輝
臨床検査技師として「迅速・確実」に検査結果を出せるように、先輩方を目標に頑張っていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。



出雲市民病院 医事課 坂本千里
地域の方に信頼される職員を目指し、日々学び成長していきたいと思っております。これからよろしくお願いたします。



出雲市民病院 リハビリ室 田中智喜
社会人としての立ち振る舞いはさることながら、ひとりの療法士として自立出来るように、日々努力していきます。よろしくお願いいたします。



出雲医療生活協同組合
2017年度新入職員研修会

出雲医療生協転換10周年記念限定販売

「すこしおみそ」「すこしおしょうゆ」

- 「すこしおみそ」800g 450円(税込)
- 「すこしおしょうゆ」360ml 380円(税込)

※生協事務局にて6月26日より現金引換えで販売



塩分ひかえて健康に!

けんこう川柳募集!! 健康に関する「クスッと笑える・元気が出る」川柳を募集します

- ◆応募規定
 - ・おひとり様何作品でもご応募できますが、本人創作の未発表作品に限ります
 - ・作品はご返却できません
 - ・作品の権利は出雲医療生協に帰属します
- ◆応募方法
 - ・郵便番号・住所・氏名・電話番号を明記し出雲医療生協本部へお届けください。ハガキに限定はいたしません1枚の用紙に1作品とします。
 - 〒693-0021 出雲市塩冶町1536-1出雲医療生協 けんこう川柳 係
- ◆応募期間
 - ・7月1日～8月31日
 - ※応募作品の中から「ノミネート作品」を20句選句!
 - 9/30「出雲医療生協『健康フェスタ』」ご来場時に投票券を配ります
 - 投票時間10:00～14:00
 - ※最優秀賞 1名 けんこう賞 2名 すこやか賞 2名
 - 10周年PJチーム賞 1名
 - ※結果発表
 - すこやか11月号で結果発表をします
 - 発表時には町内名、氏名を公表させていただきます。



車取りの様子

一緒にボランティア活動をしよう

まずは体験してみませんか
お問合せ: 21-8108
小村まで



バザーの様子

バザーの準備中



ゆいの会は2001年の秋に「みんなの力で支え合いながらボランティアの種を一粒ずつ蒔き、助け合う感動の輪を出雲市民病院の中で広げてゆこう」と誕生しました。入院患者さんの話し相手や初診の方への案内、玄関ロビーの整頓や花壇の草取りなどを実施しています。また敬老の日には入院されている患者さんに「米寿・白寿・100歳以上の方対象」記念品をお渡しする活動を続けています。尚、記念品の財源はバザーで得た売上金より賄っています。

ゆいの会を紹介しします

出雲医療生協 有償ボランティア「虹」 第4回支援者学習会・交流会のお知らせ

テーマ: 「チャレンジ障子は(仮)」
日時: 6月29日(木) 13:30～15:30
場所: 今市 パークタウン 1F集会所
出雲市今市町1870-6 市営住宅 2号棟内
※駐車場が少ないので、参加される方は事前に事務局にお問い合わせをお願いします。

参加費: 200円
申し込み締め切り: 6月22日(木)
申し込み先: 080-5626-3419 (事務局 渡部)



第36回生協グラウンドゴルフ大会のご案内

と き: 7月14日(金)受付8:30～9:00 ▶ところ: 出雲ドーム
参加費: 800円 ▶メ切り: 7月3日(月)まで
参加対象: 生協組合員本人にかぎる
申込先: 出雲医療生協事務局(熱田・松下)
TEL (21) 8108 FAX (25) 0622

出雲市民病院の外来休診のお知らせ

第5土曜日の一般外来については、今後休診とさせていただきますのでご承知のほど宜しくお願いします。
○今年度の場合 7月29日、9月30日、3月31日

その他、以下の班会が開かれました。

- 3月16日 神原 戸部ゆい 茶話会
- 3月25日 多岐 すみれ ゲートボール交流会
- 3月27日 神原 押し花 茶話会
- 3月29日 神原 手芸の会 ネクタイで袋づくり・昼食調理
- 4月2日 湖陵 ぼんぼりクラブ ベタンク大会
- 4月5日 神門 猫の家 血压フェック・ちぎり絵・茶話会
- 4月6日 多岐 多岐 すこやか配達準備
- 4月6日 神西 ランチミーティング
- 4月6日 朝山 さくら 健康体操・唄会
- 4月7日 四絡 ひばり2 増資・すこやか下し
- 4月7日 高松 あじさい 増資・交流会
- 4月7日 神門 ゆりの会 銭太鼓練習
- 4月8日 塩冶 すみれの会 茶話会
- 4月10日 大津 柳の会 支部活動について
- 4月10日 大社 ひまわり カラオケ
- 4月10日 神門 もみじの会 茶話会
- 4月10日 神原 ちぎり絵 ちぎり絵・花見・茶話会
- 4月11日 四絡 ひばり6 血压フェック・花見反省会・増資
- 4月11日 湖陵 スマイル 血压フェック・健康体操・茶話会
- 4月12日 上津 すこやか 折り鶴づくり
- 4月12日 四絡 ひばり8 カラオケ
- 4月12日 四絡 藤マージャン 増資・新規・マージャン
- 4月12日 川跡 川跡がめし お花見
- 4月13日 古志 ロスマリー お出かけ
- 4月13日 湖陵 いちじく ゲートボール交流
- 4月14日 四絡 ひばり4 増資・花見反省会・茶話会
- 4月14日 神西 オバマ ゲートボール交流
- 4月17日 上津 ふれあい すこやか配達準備
- 4月17日 四絡 なごみ2 血压フェック・増資・茶話会
- 4月18日 神原 手芸の会 昼食調理
- 4月19日 湖陵 やまゆり パッチワーク(カバンづくり)
- 4月19日 四絡 藤マージャン 増資・マージャン
- 4月20日 朝山 あさがお 折り紙・風船飛ばし・茶話会
- 4月20日 湖陵 友愛クラブ グラウンドゴルフ交流会
- 4月20日 佐田 元氣グループ 血压フェック・体脂肪計・量りかき・いきいき体操・茶話会
- 4月21日 佐田 せせらぎ 血压フェック・体脂肪計・量りかき・ストレッチ体操・レクゲーム
- 4月21日 神門 桜ノ会 茶話会
- 4月24日 塩冶 さわかや 茶話会
- 4月24日 湖陵 ひまわり 血压フェック・いきいき体操・歌・トランプ
- 4月24日 湖陵 サンサン 血压フェック・グラウンドゴルフ交流会
- 4月25日 四絡 ひばり1 血压フェック・増資・茶話会



長浜 にこにこ班 草だんご作り



神門 町北なごみ班 お出がけ



大津 出雲タイモントGGC班 斐川出西フアイアースとの交流戦



佐田 恵比須班 いきいき体操・脳トレ・口の体操茶話会

- 4月25日 湖陵 差海同好会 グラウンドゴルフ交流会
- 4月26日 塩冶 ほたる 茶話会
- 4月26日 上津 上津 カラオケ
- 4月26日 今市 八ヶ谷 茶話会・塩分フェック・ラジオ体操
- 4月27日 佐田 ひまわり いきいき体操・茶話会
- 4月28日 神門 ふじ ぼかしづくり
- 4月28日 神門 大根 新聞、空き缶回収
- 4月29日 長浜 ふるさと 料理実習
- 5月1日 高松 牧草 すこやか配達準備
- 5月1日 朝山 ワイワイ すこやか配達準備
- 5月1日 塩冶 かがやき すこやか配達準備

- 5月1日 乙立 かじか すこやか配達準備
- 5月1日 大津 クローバー すこやか配達準備
- 5月1日 大津 柳の会 茶話会
- 5月2日 古志 みづき すこやか配達準備
- 5月2日 四絡 よつがね すこやか配達準備
- 5月2日 今市 いまいち すこやか配達準備
- 5月2日 多岐 多岐 すこやか配達準備
- 5月2日 佐田 えががグループ 血压フェック・いきいき体操・茶話会
- 5月8日 大社 ひまわり カラオケ
- 5月9日 高松 あじさい 増資・茶話会

健康をつくるいきいき支部・班活動