

2019年

7月25日発行

ます

させて頂きます

- ●ぐつすり快眠 しつかりと自分休み
- きつぱり禁煙
- ●ほどほど飲酒
- **⑤**いきいき快汗
- 6 バランスよく快食

総代数150名中、

🤈 きちんと3食

されました。

31日1回はしつかり歯みがき

松島医療生活協同組合 組合員 6,066名 (2019年 6 月31日現在)

- 〒981-0213 松島町松島字普賢堂1-4 ■発行/広報委員会 ■印刷/松島侑福田印刷
- 組合員活動部 TEL. 022-353-3309 ■ホームページ http://www.mmcoop.or.jp/



や富裕層は税金が優遇さ 0) 今の現状から見てどうな を保障するためにありま たいと思います。 す。その結果が政策とし て表れて来ていますが かも含めて考えていき か、本当に財源がな 社会保障は国民の人格 大富豪

年々厳しく、 で培って行ければと思 考え、その知恵をみんな るにはどうすべきか良く それぞれで考えてもらう 願 になりますが、私たちの ことと思い感謝を申し上 は皆様の協力があっての 療生協持続できているの 年々その活動が制限され 障 にしても、生活を良くす ています。そんな中、 ます。今年は選挙の年 医療介護を囲む環境は いをどう表すのかは の 一体改 税と社会保 革 の中で

行ければと思います。

す。 50年になろうとしていま 践を積み重 ちづくりのために長年実 \mathcal{O} 私たち医療生協は、 みな様と共に、 安全安心な生活やま 理事長 |ね、もうすぐ 蒲生 健康 地 長 域功

> げて行くかという課題が 護事業機能をどう築き上 すすめつつ、診療所や介

大きな議題にもなって

13

活動で、

居場所づくりを

分の地域で班活動や支部

面議決書3名の合計142名で、 6月29日(土)に第55回通常総代会がパレス松洲で 本人出席87名、 原案どおり可決 代理人出席16名、

とで、 またここ2・3年はご自 厳しい予算となりました ましたが、今年度は大変 度は何とか黒字を維持 小企業並みの税を課すこ してほしいとも思います 厳しい中で経営も昨 社会保障費を捻出



議長は大郷支部の山崎総代と職員の 安部総代

強化します。

お

知

5

せ

動に資することが出来る ことを期待し挨拶に変え よって理想に近づいて行 間で話し合い、作り上げ 若い人も高齢者も全世代 くりがすすめられるよう 誰もが安心できるまちづ て行けるよう力を合せて 百人が一歩進むことに 今 0

くものだと思います。

日の総会を実りあるも

いて、今後の

O

動には何が必要なのか かした健康をはぐくむ活

医療生協の特徴を生 住民の皆さまと共

医福連の中心ラ

協同の力で、いのち輝く社会をつくる 目と気持ちを広く外に向け 出かける

総合力と連携で私たちと地域の困った 繋がる

安心のネットワークで自分の望むまち 安心を結ぶ でくらしつづける。

~日本国憲法が活きる平和な社会と安心の社会保障をつくる~

事業活動

- 医科…在宅支援診療所で24時間体制を維持、他
- ・歯科・・・技術やスキルのUP、黒字経営、他

事

- ・デイ・・・月平均750名を目指したサービス提供、他
- ・訪問看護…看護師集団で相互支援できるように •相談センター・・・依頼に迅速に対応できる体制、他
- ・ヘルパー・・・良いサービスが提供できる体制づくり

組合員活動

4課題の取り組み

・組合員増やし	310名	
・出資金増やし	2,000万円	
・班会、支部活動増やし	250回	
・担い手(協力者)増やし	10名	

お達者訪問

医療生協の繋がりを深める取り組みをします。

支部活動、班活動への援助

事業所や組合員の少ない支部への援助について 検討を開始します。支部が自主的な活動をすすめや すいように援助をしていきます。(抜粋)

事務所及び経営財務活動

- ①3年計画で組合債返済を継続して取り組みます。
- ②医療機器の更新をすすめます。
- ③資金確保のための増資運動を進めます。他

松島医療生協の重点課題②

を理解していただき、引き継がれるよう取り組みを

松島医療生協の重点課題①

まちづくり

②創立時の組合員の意志を引き継ぎ、次世代の役員・ リーダーを育成する取り組みを行います。

③組合員家族に対し「医療生協に加入している意義」

①組合員活動を通じて、くらしとまちづくりに貢献。

震災からの復旧復興の取り組み

・宮城民医連と協力をして「災害公営住宅調査」に 取り組みます。他

健康づくり

- ・「8つの生活習慣と2つの健康指標」を広げます。
- ・「健康づくり」を通じて「医療生協の見える化」を すすめます。(健康チャレンジ・健康づくりフェス タ)、他
- ・各支部でたまり場づくり、フレイル予防活動を推進
- ・認知症の理解をすすめ住み良い地域に。他

日時:10月20日(日) 9:30~13:00

場所:海岸診療所

まつしまの郷敷地内



300_P 参加協力券

常務理事 専務理事 副理事長 【全:全体区、 青木 安部 山本 秋保きみよ 遠藤 楳林由美子 小山まさ子 **石渡さおり**

地:地域区] 直樹 幸子 悦子 良治 祐夫 幹子 吉 昭 功 (全・新) 全 **全** 全 地 全 地 地地 地 地 地 全地 地 地

役員の紹介

事

長

りにご尽力賜りますよう

相互扶助による地域づく

生活習慣予防への取り組

イフステージに合わせた

すこしお生活」などラ

「健康チャレンジ」や

みにもご期待しています。

今後も住民の絆づくり、

松島町長のメッセージ

福祉行政の推進に格別の ご尽力を賜り厚く御礼申 し上げます。 におかれましては、保健 松島医療生協の皆さま

られております。これも さえていけるように推進 げます。町としましても 係団体のご支援やご協力 の輪が広がり、これも関 主体となった地域やサロ も、国や県より低く抑え してまいります。 高齢社会を地域全体でさ の賜物と深く感謝申し上 ンや認知症カフェの活動 ひとえに住民の皆さまが また要介護認定者の割合 を超えておりますが、健 (寿命は常に上位にあり)

されました。 園には1日500円でプ ており、 地区のトレッキングコー スが「宮城オルレ奥松島 コース」として認定され レー出来る「54ホールの ークゴルフ場」が整備 矢本海浜緑地公

開始いたします。貴組合 腎症重症化予防事業」を や糖尿病予防事業に取り

また町ではメタボ対策

組んでいますが、近年の

して、新たに「糖尿病性 八工透析患者増加対策と

事業と運動を通して平和 と暮らしを守り、 東松島市議会議長代理 貴組合が昭和46年に創 副議長 小野 医療介護福祉の 惠章 理念を 様

松島町議会議長 幸夫 様

とを祈念申し上げます。 を中心に活躍していくこ 多く広めながら、理事長 皆様が活動しお支えして 部や地域で、誰もが健康 迎申し上げます。さて、 町議会としても心から歓 どうか今後もこの活動を て感謝と敬意を表します。 みな様がこの1年間、支 村から参加頂いた方々に、 いることに議会を代表し でありたいとの思いで、 この総代会に近隣市町

本町の高齢化率は37%

東松島市市長代理

害を被りましたが、近隣 が犠牲になり、甚大な被 支えとなっております。 は安心安全の上で大きな に当組合がありますこと 震災時には多くの市民 加藤 慶太 様

写真右より、大友昌顧問、阿部幸夫氏、渡辺淳子氏(県生協連常務理事)、加藤慶太氏、坂

を入れております。 本市も健康づくりに力 宮戸

させたいので、支部側か

中鉢

英子

-助になれば

面にて 幅に増えた理由について 理由と、非常勤職員が大 常勤職員の給与が減った (仙台市・佐藤総代/書 18年度事業費用で

師の定年退職と非常勤で 1番大きいのは医

実践してこられ、

活動し

すすめています。 延ばす取り組みとして 齢化が進み、健康寿命を ると思います。市でも高 の理念は通じるものがあ 推進しておりまして、そ 来、協同のまちづくりを ます。東松島市も合併以 ていることに敬意を表し いる他、地域包括ケアを 「百歳体操」を推進して

Q 2 的背景とは何か?うちの 員が参加しなくなるのか。 参加しているが、今後職 支部運営委員会に職員が っているとあるが、社会 部へ職員配置が困難にな (二小支部・佐藤広総 班活動への援助につい 社会的な背景で各支 19年度方針の支部

や休日など残業させにく 例えば働き方改革で夜間 社会的背景とは、

抑えられていること、設 この間、診療報酬が低く 難になっている。ただ、 け出し参加することが困 置基準の関係でも、職員 限は無いが、今後残業規 職員にはできるだけ参加 が日中の班会に業務を抜 るとが考えられる。また ることが困難になってく 制など業務命令で働かせ ていくことには一向に制 職員が自主的に参加し

田匠氏 (県民医連事務局長)、小野惠章氏

Q 3 ら移動班会や行事など参 も参加出来ないことが多 を開いているが、 休みを狙って13時半から 員が参加できるように昼 おり働きかけていってほ 生協敷地内で運営委員会 加の声がけは、今までど 二小支部では、 職

今年飞20回目、助苏

令和元年の記念すべき年に、第20回総会が5

の承認を経て昼食、のちに軽体操や合唱でリラッ クス。会員の相互信頼と敬愛を持ち研鑽していく

月24日、まつしまの郷2階にて開催されま 「ヘルパー事業の紹介について」と題して高岡典

子所長から講話を頂き、続いて活動報告

必要性を感じつつ少しでも地域の-

幸いです。

A 3 くようにしていきたい。 分なので、組合員と職員 通信教育などで運動面の の関係で運動が進んで行 教育も行っているが不十 て有りがたい。職員には い環境を作っていただい 職員が参加しやす

してほしい。(高城支 としても指導をしっかり なのか肌で感じてこそ医 協活動とはどういうもの そこに務める職員には生 医療生協の役割として、 から行くのでなく、職場 療生協だと思う。仕事だ 要望1 関連してですが

部・萩原純子総代) 小泉構造改革以

状況を肌で感じてほしい。 うので、チョッとでも参 合員の協同が基本だと思 加していただき、支部の い。生協運動は職員と組 (二小支部・佐藤広総

ため。

(専務)

用する場合、常勤採用前 の継続雇用と、職員を採

に非常勤で採用している

(専務) 状況を変える上でも、ま

うしたらいいか、生協の 部・萩原武総代) ってほしい。(高城支 理事会や専務に考えてい 強みを生かせるように、 地域や生活を守るにはど 職員に考えて頂きたいし、 どう行動していくべきか 守る上でも、自分たちが た医療介護施設や地域を

ディレンジ 2019 田

健康子心》》期間

ヘルパーの業務について学習しました

施 期 間:8月1日(水~11月25日(月) し込み締切り:10月25日(金)

結果報告締切り :11月30日(土)

沙龙东大心之名期間

間:期間を決めて実施 期 ●申 込 み 締 切 り:報告書の提出でOK ●結果報告締切り:10月15日火



「キッズチャレンジ」

冬休みなど期間を指定し、 中心に、夏休み時期又は は幼保・小学校低学年を て直しに是非ご活用下さ や休み明けの生活習慣立 ャレンジします。休み中 自分で目標を決め30回チ

レンジし、達成した方に 品を差し上げます。 は今年もチョットした景 日のうち1ヶ月以上チャ 期間は8月1日~11月25 療生協と一緒に同じシー 今年で4年目を迎えまし トを使って取り組みます た。今年もみやぎ県南医

キツズチャレンジが 「健康チャレンジ」は 始まります!

健康チャレン

生協の強みは、地域住民

厳しくなっている。医療 医療や介護の状況が年々 降の社会保障費削減で

ができることで、職員の の皆さんと密着した活動

要と思う。情勢が厳しい

果たす役割がますます重

0

0

0

0

4

0

0

0

Ò

4

歯科所長

遠藤

って

いました。しかし『キ

もついて行けず、

ます

ŧ

このようにいくら話

|国志|

の話になっ

、中国の歴史から遠ざか

0

0.00000

0

Ġ

4

\$ 0

Ġ

ф

ø

Ġ

ф

ø

Ф

ě

0

Φ

ф

「子供の健康管理」について

医科所長 小松 亮 医師

今回は「子供の健康管理」についてお話しします。

まずは夏かぜです。手足口病やプール熱など、夏に流行するウイルス感 染症があります。38度位の高熱やのどの痛み、発疹など病気により特有の 症状がでます。いずれも対症療法ですが、治るまで1週間程度かかることが 多いので、予防が何よりです。残念ながらワクチンはないので、一般的な手 洗い、うがいなどを夏でも行いましょう。

かぜの予防にも重要な栄養ですが、暑さのために冷たいものを摂ること が多くなると思います。特に甘いものも。しかし、胃腸を冷やしすぎるとそれ で食欲低下につながりますし、また糖分の取り過ぎは肥満につながります。 冷たい甘いものをとり過ぎないようにし、体重増加にも注意しましょう。

最近特に気になることは子供のスマホ利用です。自分のスマホをまだ持 たなくても、誰かに借りて使うこともあると思いますが、視力低下や肩こり、 そして不眠など使いすぎによるさまざまな体への影響が懸念されます。 WHOのガイドラインでは、2歳~4歳の幼児ではテレビ含めた画面を見る 時間は1日1時間以内が良いとも指摘されています。日本小児保険協会も

「保護者はスマホなどが子どもに及ぼす悪影響について学習しましょう」

と提言をしています。使用過度の状況が続くと依 存症にいたる場合もあります。家族で使用につい て話し合うことから始め、ブルーライト対策をし て、大人が適度に休憩させるなど気をつけるよう にしましょう。

最後に、日焼け対策も忘れずに!



歯科からのお知らせ

●院外処方箋への切り替えについて

松島海岸診療所歯科では、外来患者様のお薬は受付窓口でお渡ししており ましたが、令和元年7月1日より院外の保険薬局でお薬を受け取っていただくこ とになります。

患者様には、出来る限りご不便をおかけしないよう努めさせていただきます ので、ご理解とご協力をお願いいたします。

▶早朝外来曜日変更のお知らせ

諸般の事情により令和元年8月より早朝外来診療が木曜日 から金曜日に変更となります。ご迷惑をおかけしますが、ご了 承の程お願い致します。

▶パノラマCT機 更新について

最先端技術を盛り込んだパノラマCTを新たに導入致しまし た。口腔内の診断に役立ち今後、患者様に安心・安全でより良 い歯科治療を提供できると考えております。







午前

休診日/日曜・祝日

 \pm

医科受付・診療時間 022-354-3702 内科:月~土 小児科:火·金 休診日/日曜·祝日

松島医療生活協同組合

松島海岸診療所

	午前	午後
月:内科	8:30~12:00	15:00~17:00
火:內科·小児科	8:30~12:00	休診
水 :内科	8:30~12:00	15:00~17:00
木:内科	7:30~12:00	休診
金:内科·小児科	8:30~12:00	15:00~17:30
土:内科	8:30~11:30	休診

※月曜日午前は予約診療です。急に具合が悪くなった場合には 予約なしでも受診できますので、ご相談ください。 ※木曜日7:30~8:00早朝外来は予約制です。

-ション :つしま * **☎**022-353-3295

月~金 9:00~17:00 9:00~12:00 デイサービス おたっしゃデイ ☎022-352-0981 月~土 9:15~16:30 月 8:45~12:00 14:00~17:00 火 8:45~12:00 14:00~17:00 8:45~12:00 14:00~17:00 水 8:00~12:00 13:15~17:00 木 金 8:45~12:00 14:00~17:00

歯科診療時間 022-353-2717

急患受付は午前11時、午後16時までとなります

8:45~12:00 矯正: 第2土曜と第4金曜日の午後(完全予約制

歯科早朝診療のお知らせ (期間限定) 歯科では5月第二週より毎週木曜日に限り、早朝外来診療を行っています。出勤前に是非ご利用下さい。

●まつしまホームヘルパー **☎**022-352-0951 月~土 8:30~17:30

● 介護相談センター **☎**022-353-3185 月~土 9:00~17:00

午後

14:00~17:00

た。そのため 三国 有名な方 志 友 の の

度で がほとんどで、 史といえば たちの名前を知ってる 画と出会うまで中国 歴史に疎 一げられています。 い私はこの

見る に書 中 時代背景等を調べながら 主人公として話が進 来大将軍になることを夢 後 ングダム』をなにげなし しまいまし に没頭するようになっ -国の始皇帝と戦国時代 きま に秦の 『キングダム』の内容は 店店で 「信(しん)」の2人を (えい 自身の政治批判す す。 始皇 購入して以来 秦の始皇帝 た。 せい)」と、 の 帝とな の長城の んで 将 る 7

年には

『情熱大陸』にお

思います。また、201

でご存知の方も多いと

も放送されたことがあ

る学者や本を始末した焚

ょうか?NHKにお という漫画をご存知でし

17

皆さんは『キングダム』

て作者の原泰之さんが取

して描 個性的キャ 画 軍 の2人以上に魅力的な将 ますが、この漫画の中で 独裁者のイメージがあり 書抗儒を実行し 人以上の活躍 画の特色 成長を後押ししてく -が登場するの 人民に寄り添う若王と かれています。こ 」で、 ラが主役の2 さまざまな のがこの た冷酷 2 人

でし 今後の展開や好きな将軍 ため、 有 5 0 語の虜になるの を癒す場とし 等の話をし、 お を了解のもと転載しました) (宮城保険医新聞に寄稿した内容 ただければこの壮大な物 ングダムファンととも ても話したりない内容 過ごす時 戦国時代を空想しなが 皆さんも 酒を飲みながら漫画 でき ょ 最近では うか。 ばと思 間 。そして中国 度読んで 日 を一緒に共 て のではな 1頃の疲 います。 職場のキ ま の



渡といいます 外来勤務となりました石 この度、 外来は、 看護師長 年齢 石 渡

よろしくお願い致します わりが持てるの たいと思います。どうぞ しみながら仕事に頑張り く看護師としてどんな関 んの役に立てるのか、 7月から内科 層も幅 か、 さおり 皆さ 楽 広

どうぞ宜しくお願い って 共に笑顔の絶えない を基に、利用者さま、 安心安全の介護を提供 ています 人らしい生き方を尊重. 所 頑張ってまいります ビスでありたいと思 長として、 . この ・ディ 職 41 理 員





ACTION OF THE PARTY OF THE PART 所長 引地

たっしゃデイはその

る「下志田公会堂」を会 えの終った田んぼが広が

取りと血圧測定・健

内容は昨年度の活動振り

「養生訓健康かる

部

古川へ

(参加者九名) の花見に大崎市

絶川の藤棚と食の蔵

5月22日(水)に、田植

鹿島台星野

ゆり子

つしま 第180号

会」が開かれ、 元気に自分らし 桜渡戸の分館に区長さ 吉田

和子

計画の話し合い、役員・ 返りと今年度の活動方針

協力者の確認

を行いました。

現在活動している「ラ

にも会えて楽しいです て美味しく頂きました て来た草花を天ぷらにし 塩釜在住の松田先生を講 加しました。元看護師で カラオケや踊りも大好き 自分らしく、 いさんの「南部蝉時 いつも参加して、 医療生協の行事や旅行 岩手出身の福田こう 畑や裏山から取っ 好きなこ 今年も参 「薬草班 友達

を開きました。

松島から

の行事の予定を話し合い

がチェ

ックの,

お茶会

帰り旅行) 営委員会、 動予定や、

、講演会など

での「くつろぎ会」の活 健康班」、ふれあいの家

月1回開催運 移動班会(日

ます とをすること」だと思い ています。元気の秘訣は りは自己流で体も動かし 雨」を歌っています。

みながら、

時折は菅野先

学びました。読み札を読

暮らせる手助けができる

年にしていくことを決

健康かるた」で楽しく つのテーブルを囲み と保活委員も参加して

もあり和気あいあいな感 多くの意見が出て、笑い

で協議が出来ました

組合員が健康で楽しく

医科の菅野耀介先生

薬草を美味しく頂きました した。 生の解説もあり、 もあった事を、 からは、「健康づくり体 く解りました」 参加者からは、 参加者

案内しましょう!」と

血圧は変動することが良 ら130で安心しました 重ならないように、早め けの先生に話して測った チェックで、上が180 験」を出し合ったりしま 「次回は、地元の行事と 感想が出されました。 かかりつ 「血圧

5/17

今年度になってから主

磯崎支部 品川

聖 治 い移動班会

かるた取りでにぎやか

活動の方針を協議する支 活動状況とその年の支部 |総会を行っています 毎年5月に、昨年の 高城支部 澤藤 秀則

> 日帰り温泉旅行(参加者 は五月十四日に鳴子への な移動班会としての活動

一十名)、 「ふじ」

五月二十日に

お茶っこ会の様子





上記の他、二小支部 (写真) や北部支部でも総会が行われ今後も 予定されています



愛宕山公園(色麻町)

期を若干過ぎていたよう れているそうです。最盛 米の園内に一万株植栽さ ク」の鑑賞に行きました。 愛宕山公園に「シャクヤ (参加者九名) 錦鯉 一を散 六月四日には色麻町の と緒絶川に悠揚と泳 は感動的でした。 満 開の 四千平方

菅野先生も真剣に参加

地区での「お茶っこ会」 ジオ体操」、光陽台割波

太極拳講座の「さわやか

ですが十分に楽しめまし



10/25グラウンドゴルフ

11/13ウォーキング

で振り返る

認知症カフェの様子



助け合いの会交流会の様子



健康づくりフェスタや、健康チャ

3000万署名スタンディング

原水爆禁止平和行進



災害公営住宅訪問調査



加入・増資へのご協力

経営や組織の状況

2018年度の経営は、事業収益は4億2,364万円で予算比96.9%増収減益で441 万円の黒字決算でした。組合員数は期首より△36名減らし、6,110名になりまし (昨年の新規加入は140名ありました。)

9/30健康まつり

2/19組合員活動交流集会



体操、講話など班会は320回行われました 石巻ではミニデイ開催

PRINTED WITH この広報紙は環境にやさしい SOY INK ... 大豆油インキで印刷しています

☆ご自由なご意見、ご要望をどしどしお寄せ下さい! (組合員活動部まで)

1270 古紙配合率70%再生紙を使用しています