

みやぎ県南 医療生協だより

第151号



発行
みやぎ県南医療
生活協同組合
柴田町船岡新栄4-4-1
電話 0224(57)2329

2022年4月30日現在
●組合員数
6,028名
●出資金総額
10,796万円

第28回通常総代会を開催します

みやぎ県南医療生協は、第28回通常総代会を6月19日(日)、デイサービスセンターあおぞらにおいて開催する予定です。
議案書の原案から、2022年度事業計画と2021年度事業報告の概要を紹介いたします。

2022年度事業計画(概要)

A 事業活動

(1) 事業所全体

①訪問看護ステーション事業の発展と地域医療との連携をさらに強化し、高齢化に対応すべく在宅医療を継続して維持します。

②医療と介護が連携し、さらに安心して利用できる施設を目指します。

③社会保障を充実させるために、組合員をはじめとする各種団体と連携して「いつまでも健康で安心して住みつけられるまちづくりに貢献します。」

④職員は専門職として医療生協活動に参加し、その知識を組合員に還元します。

⑤「くらしのサポートセンターふれあい」を中心に、

地域住民、組合員の相談・サポートを行います。

⑥中長期計画の策定、具体的な次期構想づくりを始めます。

(2) しばた協同クリニック

①医療の質の向上と在宅・外来診療の維持・発展を目指す。また院内外での感染予防対策を徹底します。

②1日平均受診者数を68・1人(月平均延べ1450人)とし、1人あたりの診療時間を増やして、より患者に寄り添った診療と、待ち時間のさらなる短縮を目指します。

③より安全・安心な医療と健診、感染予防を実践しま

④在宅診療(訪問診療)を維持する(往診回数月61回)とともに、訪問看護ステーションと連携した質の高い診療を目指します。

⑤みちのく総合診療医学センター専攻医の研修を受け入れ、家庭医育成のための研修拠点診療所としての役割を継続します。

(3) デイサービスセンターあおぞら

①利用者の安心・安全を確保するために中重度者ケア体制加算を維持します。また、機能訓練加算や認知症加算などを計画的に組み入れ、質の高い介護を提供します。

②感染予防対策を徹底した上で、積極的に利用者を受け入れ、1日平均利用者数23・7人、月延べ利用者数610人を目指し、高齢者福祉に貢献します。

③事業全体の見直しを行

い、より利用者さんと向き合えるようにするとともに、他介護事業者との連携を密にして、利用者・家族の要望を的確に把握します。

(4) 訪問看護ステーション 子

①自分たちの特徴を打ち出し、利用者に安心感を与える訪問看護を目指します。(新規獲得目標月5人以上 増加、年間70人以上)

②2022年度訪問看護事業剰余+10を目指します。

B 医療生協の地域活動

(1) 地域活動

①班会開催目標を100回とします。コロナ感染予防を考慮し、自宅で取り組める「健康チャレンジ」やフレイル予防、通信教育の受講などを重視します。

②仲間増やしは、コロナ禍の中で、できる範囲で取り組みます。若い世代への声掛けなどに重点を置き、理事会で検討して具体的な行動を提起します。今年度の



あおぞらだより

この度、デイサービスセンターあおぞらの施設長に再就任いたしました、星由美子です。

あおぞら開設から関わってきたので、古巣に戻ってきた感じがします。

この4年間、居宅介護支援事業所のケアマネジャーとして、しばた協同クリニックで仕事をしてきました。デイサービスには応援に行くことも多くありました。どうぞよろしくお願ひ致します。

少し前にケアマネで担当している方のご家族から、「クリニックで見かけてもいつも忙しそうなので声を掛けられない」と言われたことがあり、反省しました。デイサービスではそのようなことがないように、1人ひとりとじっくり向き合い、有意義な1日を過

ごしていただけるよう努めたいと思います。

そして今、あおぞらの職員と再び仕事ができることや、利用者様から「あおぞらの職員はみんな親切で丁寧」と言われることが何よりうれしく思っています。

4月から新入職員1名を加え14名体制になりました。収支の面では厳しい状況が続いていますが、今年度は利用者様にしっかりと向き合える体制を確保して臨みたいと思います。



あおぞら駐車場でお花見



山元支部
副支部長
米谷 学 (まいたけ)

けんなん リレーエッセイ 88

私自身は今年の12月で57回目の誕生日を迎えます。これまでの56年間、どんな人生を歩んできたのか、時折走馬燈のように想い出すことがあります。

新婚生活を始めた時は、お互いを理解しようとする努力をしていました。妻は10歳年下のため、考え方の違いから意見の衝突が起きるので、はと考えることもありましたが、そんなことは一度もなく、週末はショッピングを楽しみ、毎年夏になればお墓参りを兼ねて温泉地へ宿泊するなど、充実した日々を過ごしていました。それも今では良い思い出になっています。

思い起こせばたくさんの人と出会い、出会った人から様々なことを学ぶ機会がありました。それは生活の知恵や、出会った人を大切にすることなどです。時には離れてしまうこともありますが、決して忘れることはありません。

これから先もいろいろな方との出会いがあると思えば、また一つ賢くなつて、これからの人生を夫婦で楽しみたいと考えています。

第28回 通常総代会公告

2022年5月1日

下記により第28回通常総代会を開催します

記

- ◇日時 2022年6月19日(日)
午前10時00分～11時30分
- ◇場所 デイサービスセンターあおぞら
- ◇議題 総代に議案書送付

みやぎ県南医療生活協同組合 理事長 渡辺 建壽

2021年度事業報告(概要)

A 事業活動

(1) 事業所全体

①2020年10月1日に開設した訪問看護ステーション袖子は、順調に利用者が増えています。

②クリニックの外来患者数は前年度より若干減りました。コロナ感染予防対策の受診抑制や季節性インフルエンザの流行がなかったことなどが大きな要因と考えられます。しかし、在宅診療の強化や健診事業の増大などもあり、事業収入は前年度を超えています。

③介護分野では、利用者が大幅に減り、大きな減収となりました。ケアプラン数も減り、介護事業は大変厳しい状況です。

④「くらしのサポートセンターふれあい」では、個人宅の清掃など(月1〜2回延べ25回)を組合員ボランティアの協力を得て継続できました。

⑤コロナワクチン集団接種会場への定期的な応援(医師・看護師)を行っています。

(2)しばた協同クリニック

①診療体制では、小幡院長を中心に、宮城厚生協会から沖本医師(糖尿病専門外来)、みちのく総合診療医学センターから花木医師、本郷医師、島医師、佐藤医師が入り、複数体制での診療を行ってきました。

②受付には自動釣銭機とオンライン資格認証システムを導入しました。また、顔認証システムでの検温や、発熱外来を通常診療と分けることで、より安心・安全の外来診療が可能となりました。

(3) デイサービスセンターあおぞら

デイサービスの利用者が減っているのは全国的な傾向で、自宅での一人暮らしや老老介護、介護認定を受けない人が増えているのが実態です。介護保険の仕組みなど私たちが目指す生活支援も含めた改革が必要です。

(4) 訪問看護ステーション袖子

①2021年4月以降、新規利用者90人増加、月間訪問件数は目標250件を7月段階で超過しました。

B 医療生協の地域活動

②11月単月収支で剰余確保したものの、安定した経営構造を作れませんでした。

▲29人で、組合員数は2021年度末5992人(前年度6028人▲36人)となっています。

(1) 地域活動

①班会の開催は53回(前年度比73・6%)でした。

③増資は、1160件、500万円を目標とし、998件、1292万円と、金額は目標を大きく上回りました。

②仲間増やしは、加入124人(前年度165人)、脱退160人(前年度194人)、純増▲36人(前年度)

④健康チャレンジは、目標500人に対し、461人が参加し、441人が達成しました。

支援医師の紹介

- ① 勤務先
- ② 趣味
- ③ 抱負



ほんごう まい 本郷 舞依 医師



しま なおこ 島 直子 医師

①:宮城厚生協会坂総合病院・総合診療科/みちのく総合診療医学センター副センター長(兼務)

①:宮城厚生協会坂総合病院・在宅診療科

②:コンビニスイーツの新作を確認すること。

②:テニス

③:毎週木曜午前の外来のみですが、皆さんの健康を保つお手伝いをしたいと考えています。解決できないこともあるかもしれませんが、とりあえずご相談いただければ、一緒に考えていきますのでどうぞよろしく

③:以前は東京で家庭医療を専門に診療していましたが、2018年から宮城に来て坂総合病院総合診療科で勤務。その後、在宅診療科に移り、現在は在宅診療を中心に診療しています。県南の地名など分らないことも多いのですが、皆さんに教えてもらいながら、少しずつこの地域のことも知っていったらいいな

④:コロナワクチン集団接種会場への定期的な応援(医師・看護師)を行っています。

⑤:しばた協同クリニック

腰痛にならないための姿勢

例1) 荷物を持ち上げる時は...

- ①胸を張り、背筋を伸ばしお尻を出す。
- ②ハリ胸ブリけつで、姿勢を保ち荷物を持ち上げる。



例2) 床から荷物を持ち上げる時は...

- ①片方の膝をついて、背筋を伸ばす。
- ②“ゆっくり”持ち上げる。



シリーズ訪問看護 9

訪問リハビリテーションについて

訪問看護ステーション 柚子
作業療法士 伊藤智之

【訪問リハビリの目的】

訪問リハビリの目的は身体機能の向上だけではなく、利用者様の日常生活における自立と社会参加の促進、また利用者様とその家族を含めた心理的サポートも含まれ、QOL(Quality of Life) 人が人間らしい生活を送ることができます。

【日常生活の動作訓練】

歩行訓練、トイレの訓練、嚥下訓練、発声訓練など。
〈生活環境の訓練〉
手すりの設置や段差の解消といった住宅改善の助言など。
〈福祉用具選定〉
適切な福祉用具の提案など。

【ご家族からの相談対応】

継続したりハビリを受けたいけれど、様々な理由から通院するのが難しい方や、自宅でのリハビリ方法や家族が介助する時の方法を指導してもらいたい方などは、訪問リハビリを利用するのが良いでしょう。

【ご家族からの相談対応】

介助方法の指導や助言など。

【訪問リハビリテーションのメリットとデメリット】

〈メリット〉

・リハビリ施設まで通所する必要がないので、通院の時間や手間、費用がかからない。
・住み慣れた自宅でのリハビリを受けることができるので、自分のペースでリラックスした状態でリハビリを受けられる。
・マンツーマンのリハビリとなるので、細かいところまでしっかり見てもらえる。

【訪問リハビリでは何をすればいい?】

ご自宅の環境に合わせて、実際の生活が少しでも改善できるよう、以下のようになりハビリテーションを行います。

〈健康管理〉

血圧や脈拍、体温測定、食事や排せつなどの確認、管理など。

〈身体機能向上、維持のための訓練〉

筋力トレーニング、関節硬化を防ぐための関節可動域訓練など。

【訪問リハビリテーションにはどうやって申し込むのか?】

訪問リハビリテーションは医師の指示が必要ですが、そのため、ご自身やご家族が対象かもしれないと思っただけの場合は、直接サービス提供事業者へ申し込まずに、所定の手続きをとる必要があります。

訪問リハビリを利用したい場合は、まずは担当のケアマネジャーへ相談しましょう。

【ケアマネジャーがサービス提供事業者へ連絡し、利用の可否を確認】

(1)担当のケアマネジャーへ相談。
(2)ケアマネジャーがサービス提供事業者へ連絡し、利用の可否を確認。
(3)サービス提供事業者が決定したら、事業者より利用者様の主治医へサービス提供の許可を確認。

【ケアマネジャー、サービス提供事業者の担当者とのアプランを作成】

(4)ケアマネジャー、サービス提供事業者の担当者とのアプランを作成。
(5)サービス提供事業者と契約を結び、サービスの利用開始。

【訪問リハビリの認定を受けるための流れは、地域や施設によって異なる場合がありますので、事前に確認しておきましょう】

訪問リハビリの認定を受けるための流れは、地域や施設によって異なる場合がありますので、事前に確認しておきましょう。
いずれにしても、まずはケアマネジャーへ相談です!

ハリ胸ブリけつでおたっしやに

健康運動指導士 林 治

「なんで?腰が痛くて靴下が履けない。そういえば昨日、友人宅から30kgの米袋を車の後に乗せるために運んだんだ。不用意に遠くの物を中腰で持ち上げたかなあ」
一週間、着替えや動き初

めが痛みで大変でした。いわゆる「ぎっくり腰」です。ぎっくり腰は、痛みは辛いですが、安静は禁物です。回復が遅れ、再発しやすくなります。
自転車と懸垂で足腰を鍛えて、20kgの孫を肩車したいです。
みなさんも物を持つ際には姿勢に気を付けて、おたっしやに!

いきいき介護

介護統括 星 由美子
社会福祉士、介護福祉士、介護支援専門員

今年になって感染力の強い新型コロナウイルスが、あつという間に流行し、残念ながら組合員活動の自粛を余儀なくされ「助け合いの会」の活動もできなくなりました。かねてから冬場のゴミ捨てを依頼されておりましたが、それもできず、今年の雪の多さにきつと困っていたであろうと申し訳ない気持ちで一杯です。

最近知人がある病気になりました。生活が単調になり、喜怒哀楽の機会が減ると言われています。長引く自粛生活は認知症だけではなく、様々な病気の原因の1因になっているのかもしれない。

新緑の季節です。心配ではあるけれども、たまには外に出て新鮮な空気を吸って、ストレッチなどをして気分転換してみたいかがでしょうか!

読者の文芸

《俳句》

亡き友を思い浮かべて春帽子

川波の歌きさらきらと草萌ゆる

戦争が始まる雛あられこぼれ

柴田町 三塚直樹

大河原町 鈴木純子

柴田町 大久保和子

ズ訪 一探所 59

元プロ野球 佐藤孝夫選手

取材・写真 槻木支部 大野朝男

白石城近くの益岡野球場に佐藤選手をたたえた顕彰プレートがあります。今回は佐藤選手を紹介いたします。佐藤選手は昭和6年(1931年)8月10日生まれ、昭和24年(1949年)白石高校卒業、同時に仙台鉄道管理局(現JR東日本仙台支社)に入社しました。社会人野球界の名門であった仙鉄局野球部で活躍し、昭和27年(1952年)国鉄スワローズ(現ヤクルト)に入団、1年目の開幕から1軍に上がり5月には1番打者、遊撃手(ショート)に定着し、24試合連続安打、同年9月7日から10月3日まで14試合連続得点を記録しました。1年目の成績は打率2割6分5厘(セントラルリーグ25位)14本塁打の成績でセリーグの新人王となり、また45盗塁王を記録しました。45盗塁王は平成6年(1997年)に口ッテの小坂誠選手(柴田高校出身)に破られるまで新人選手による日本記録でありました。

昭和30年(1955年)には復活し、リーグ第2位の24本塁打を打ちオールスターゲームにも初めて出場しました。昭和31年(1956年)にはまたも故障、その後復帰しましたが、規定打席には届きませんでした。翌年の昭和32年(1957年)には4番打者として起用され22本塁打を打ち本塁打王となるもその後は故障がちとなり、昭和38年(1963年)引退、11年のプロ生活でした。その後は国鉄、阪神、西武等のコーチや野球解説者を務めました。平成7年(2006年)脳内出血のため逝去、享年73才でした。ご冥福をお祈りいたします。合掌。



益岡野球場



佐藤選手の顕彰プレート

組合員のひろば



【医療生協活動について】

コロナ禍により、活動休止と再開を繰り返して、班・サークル・支部の皆さまに大変ご不便をおかけしております。

皆さまの健康を守るためにも、活動の中で感染者を出さないよう、より慎重に判断して参りますので、ご理解のほど、よろしくお願い致します。

【支部総会についてのお知らせ】

2022年度の支部総会は昨年同様、開催を自粛しております。

今年度の活動計画、運営

TEL 0224(57)2328

《事務局》

お引越の際は、住所の変更をお知らせください。



【残高通知発送について】

2022年3月末現在の出資金残高通知(ハガキ)を組合員のみなさまへ発送しております。ハガキが届きましたら、内容をご確認下さい。

毎年、宛先不明での戻りが多数ございます。

については、運営委員に一人に任いただく旨を各支部よりお知らせしております。(3月〜7月にかけて) ※支部活動について、ご意見がございましたら事務局までお寄せ下さい。

しばた協同クリニック診療案内

受付	月	火	水	木	金	土
午前 9:00 ~ 12:30	(一般外来) 小幡	(一般外来) 小幡	(一般外来) 小幡	(一般外来) 小幡	(一般外来) 小幡	◆第1土曜 (一般外来) 小幡・佐藤 ◆第3土曜 (一般外来) 小幡 糖尿病外来 (完全予約制) 沖本
	花木		島	本郷		
午後 14:30 ~ 17:00	(一般外来) 小幡 (訪問診療) 花木	(一般外来) 小幡	休診 (予約検査のみ)	休診 (訪問診療) 小幡	(一般外来) 小幡	休診

☆休診日・日曜、祝日、第2・4・5土曜日。
☆臨時休診や診療体制の変更などは院内に掲示してお知らせします。
☆当院は予約制としておりますが、受診をご希望の方はクリニックまでご連絡ください。

電話 0224(57)2310

読者の声

▼コロナ・戦争・地震と、心がザワザワすることはありますが、柔らかな新緑の菜の花、桜たちに会えるのが楽しみです。(蔵王町 M・Iさん)

▼毎回楽しみに読ませて頂いています。特に料理はいつも作っています。家族にも好評です。これからも楽しみにしています。(船岡 Sさん)



【よろずの会 鎌田一子さんの新聞ちぎり絵】

今月のお料理

フライパンでサワラのホイル焼き

材料(2人分)

- ・サワラ (生たらでも良い) … 2切れ
- ・玉ねぎ … 1/2個
- ・ミニトマト … 2個
- ・ピーマン … 1/2個
- ・スライスチーズ … 2枚
- ・マヨネーズ … 小さじ2
- ・塩 … 少々
- ・コショウ … 少々
- ・アルミホイル … 長さ25cmを2枚



作り方

- ①サワラ(生たら)は小骨を取り、軽く塩を振り、キッチンペーパーで水分を拭き取る。
- ②玉ねぎとピーマンは薄切り、ミニトマトは半分に切る。
- ③アルミホイルに玉ねぎを敷き、サワラ(生たら)をのせ、コショウを振りマヨネーズを塗る。ピーマン、ミニトマト、チーズをのせて包む。
- ④温めたフライパンに③を並べ入れ、蓋をして中火弱で約15分焼き、器に盛る。

【提供：坂元笑み班】

編集後記

◇村田町Hさんへの回答
前号お料理の、平皿に平皿を重ねて豆腐の水切り、皿を重ねてお答えします。

新型コロナウイルスの影響を受けて、組合員活動の自粛が続いた1年でした。船岡支部でも訪問看護についての学習会を計画しましたが、開催できずにいます。

子が開設して1年8ヵ月。順調に利用者さんも増えています。「住み慣れた町で最期まで安心して暮らしたい」という願いが叶う医療生協の活動の輪が広がるようにしたいですね。(児玉 芳江)



5つ見つけたね まちがいがし



上の絵の中に5つのまちがいがあります。答えを葉書に書いてお送り下さい。余白に『読者の声』をお寄せ下さい。正解者の中から5名の方に商品券を送ります。締切りは6月10日です。

〒989-1607 柴田町船岡新栄4丁目4番地1 『みやぎ県南医療生活協同組合 事務局』宛

おめでとうございます!!

★第149号の当選者は次の方々です。

- ◇遠藤 松平さん(船岡) ◇手塚 美和さん(大河原)
- ◇菅野 敏子さん(亘理) ◇三浦 洋子さん(東船岡)
- ◇猪股真由美さん(蔵王)