

輝くいのち



http://aizu-health.coop 2020年春号 190号

会津医療生活協同組合
 会津若松市東千石一丁目2-13
 TEL.0242-28-1272 FAX.27-6944
 Email:aizu.h-coop@ace.ocn.ne.jp
 発行責任者 佐藤 忠彦

◎いま私たちの会津医療生協は
 組合員 12,466人
 出資金 256,231,000円
 1人平均出資 20,554円
 (2020年2月29日現在)

『すこしお生活』で
健康な毎日を!
 塩分のとりすぎは「高血圧」「動脈硬化」「心筋梗塞」「胃がん」などの原因になります。

『すこしお生活』とは
 【少しの塩分で健やかな生活】

看護小規模多機能型居宅介護 住宅型有料老人ホーム

「医療生協のどか」



昨年9月にオープンし
 早いもので
 半年がたちました。



医療生協のどかスタッフ

オープン前から募った利用申し込みは2月末で看護小規模多機能居宅介護（以下・看多機）と住宅型有料老人ホーム（以下・ホーム）の併用申し込みを含め106名になりました。たくさん申し込みをいただいたいきありがとうございます。

申込者の内訳は看多機単独が38名、ホーム単独が30名、併用が38名となっています。2月末までの利用状況は看多機単独19名、ホーム単独8名、併用14名で合わせ41名です。すでに8名の方が利用を終了しております。看多機での看取りは2名、入院先での他界が5名とすでに7名の方がお亡くなりになりました。入所された翌日に亡くなられた方、ご家庭の事情で自宅に戻れず亡くなられた方等、様々なケースが

ありました。「住み慣れた自宅、地域で自分らしく最期まで暮らし続けたい」との想いに寄り添う施設として、毎日の看護・介護を通して今まで以上に学習や経験を重ねていくことの必要性を再確認しています。

現在は看多機が最大登録数29名に対し25名、ホーム居室数20室に対し19室という状況です。ご利用いただく方も申し込みの順番ではなくその方の医療依存度やご家族の状況、社会的な背景などを考慮したうえで判断させていただいております。ご相談のみでもかまいませんので、まずはご連絡ください。



第44回 通常総代会告示

定款第50条にもとづき、下記により第44回通常総代会を招集いたします。

記

- 日時 2020年6月20日（土）
午後1時30分より（午後1時より受付）
- 会場 ホテルいづみや
2020年4月1日
会津医療生活協同組合 理事長 佐藤 忠彦
組合員各位

※新型コロナウイルスの流行等で変更が生じた場合は総代の方々に再度ご連絡いたします。

おかげさまで5,000万円達成!

会津医療生協では「医療生協のどか」の建設・開所と医療生協運動の基礎となる組合員活動を地域の中でより活発に展開していくために増資運動に力を入れて取り組んできました。2018年度と2019年度の2年間で増資と寄付、合わせて5,000万円を集めよう、増資をしてくださる方の実人数を増やしていくという取り組みです。

2018年度は目標を当初の1,000万円から2,000万円に上積みし積極的に増資や寄付を呼びかけた結果、2,200万円を超えることができました。また、2019年度は出資金と寄付を合わせて年間3,000万円を集めていくと更に目標を高く設定し、各支部、班、組合員一人ひとり、職員が一丸となって出資金ふやしに取り組みました。その結果、その金額は約3,300万円となり、合計5,500万円と目標を大きく上回ることができました。また、増資にご協力いただいた方の実人数は2年間で930人を超えています。

この運動に関わっていただいたたくさんの方々のみなさん、ご協力いただいたたくさんの方々に心から感謝いたしますとともにみなさんと一緒に喜びあいたいと思っております。また、これからも医療生協運動の発展のためにみんなで知恵と力を出し合って取り組んでいきたいと思っておりますので協力よろしくお願いいたします。

健康のはなし 「コロナウイルスなどに対する予防法」

会津若松診療所
看護師長
猪俣スミ子

昨年12月に中国武漢

に端を発した新型コロナウイルス感染症は、急激な勢いで感染者数が増え海外にも広がりました。国内では指定感染症に指定されWHOは緊急事態宣言を出して対策がとられています。

予防のできる事

1 手洗い・うがい
外出からの帰宅時や調理の前後、食事前にこまめに手洗いをします。できれば手指消毒薬を使用してください。一緒にうがいもしましょう。

2 普段からの健康管理
普段から十分な睡眠とバランスの良い食事を心がけ免疫力を高めておきます。

3 適度な湿度を保つ
空気が乾燥すると喉の粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では、加湿器などを使用して適度な湿度(50%~60%)に保ちます。



4 咳エチケット

咳エチケットとは、感染症を他者に感染させないために、咳、くしゃみをする際、マスク、ティッシュ、ハンカチ、袖、肘の内側などを使って口や鼻などをおさえる事です。

3つの咳エチケット



電車や職場、学校など人が集まるところでやろう

対面でも人と人の距離が近い接触(互いに手を伸ばしたら届く距離)および2mとされていまだ一定時間以上多くの人々との間で交わされる環境は、感染リスクが高まります。



感染が終息するまでは、人混みをできるだけ避けましょう。不安は多々ありますが、一人ひとりが感染予防を心がけ一日も早く普通の生活にもどれる様に頑張りましょう!



コープあいつ主催

いきいき健康教室

コープあいつ(移動販売課)の主催、会津医療生協の協賛でいきいき健康教室を実施しました。今回の健康教室はアサヒグループ商業コミュニティ助成事業の一つで、東日本大震災後、人口減少や高齢化が進んでいる地域で買物支援と合わせて

コミュニティの維持、まちづくり、健康づくりをすすめることを目的としています。今年度は喜多方市山都町で実施しました。3月1日は相川会館、8日は上林会館で行ないました。当日は血圧、体脂肪、握力、尿検査の後、栄養パラン

スや健康寿命についての健康講話、ストレッチ、ボール等を使った軽体操などを行いました。参加のみなさんは健康教室終了後、会館の前に停めた移動販売車でお買い物も楽しみました

健康づくりチャレンジ ご参加ありがとうございました。

福島5生協合同健康づくりチャレンジは16支部と職員からのべ154人、キッズチャレンジは724人(7園、2小学校、個人2)の参加でした。キッズの大勢の参加は、園や学校を回り懇談し、丁寧な説明できた成果です。返信のコメントも役員、保健委員を中心に記入しました。子ども

のコメントでは、『がんばった! ほめられてうれしかった! お手伝い楽しかった!』等の声が多く聞かれました。また、親の方々からは、『子どもと一緒に参加したい』『生協運動の大切さを再確認し、保健委員会の活動を広げたい』と

思っています。

来年度は親や祖父母も一緒にチャレンジしてもらおう、こどもまつり(そらめんと流し、星を観る会、お菓子作り、ミニ見学会、デイサービス見学会)もやりたいですね!と夢が広がります。子どもと高齢者の方々地域で集う場の提供を目指しながら、

山口元子
保健委員会



厳選な抽選中!



チャレンジ参加者のコメントがたくさん書かれています。



キッズチャレンジに挑戦しました!



他医療生協からの景品

2019年度北海道東北ブロック

組合員活動交流集会に参加して

11月26～27日六原温泉吉川屋にて、組合員活動交流集会が行われました。各地からは400名を超える参加で、活気ある充実した集会となりました。メインステージには、アートを主とした（障害者福祉作業所）に関わる皆さんの「さをり織り」が飾られ、その素晴らしさに目を奪われました。今回は若い実行委員の提案で、1日目各医療生協で取り組んでいる組合員活動のプレゼンテーション、2日目にはその団体ごとにブー



スを設け、活動をより深く紹介し、交流の輪を広げました。会津からは職員と組合員18名が参加。



きたかた中央支部の取り組み、「わかばカフェ」を紹介しました。実際のカフェを再現し、多くの方に関心をもってもらい、大忙しでしたがとても楽しい2日間でした。もちろん夜の交流会は猪苗代支部の筑井さんの民謡「会津磐梯山」もあり、美味しい酒もあり大いに盛り上がりたことはいくらでもありません。

東條久子

機関紙「輝くいのち」配付協力者を募集しています!

年に4回発行される「輝くいのち」は組合員のみなさんの協力のもと、ボランティアで手配りされています。現在、配達にご協力いただける方を募集しています。みなさんのお家のご近所への配達ができる方はご連絡をお願いします。

〈連絡先〉電話0242-28-1272 (地域支援部)

シリーズ

ふるさと史跡探訪⑦ さざえ堂と呼ばれる「旧正宗寺三匠堂」(会津若松市)



正面図



二重螺旋階段模式図

飯盛山の中腹に位置している通称『さざえ堂』は寛政8年(1796年)に実相寺の僧・都堂が建立したとされ、正式名称は正宗寺円通三匠堂で、特徴は①類例のない六角形変形の多重塔であり②自然に昇降できる一方交通の2重螺旋状スロープで、昇るにつれて礼拝し、降りるに任せて拝む巡礼堂である。高さ16.5mの3層で世界的にも大変珍しく貴重な木造建築物とされ国指定重要文化財でもあり「国宝」として取り扱う運動が叫ばれている。

尚、現在所有管理は、飯盛様が個人で管理をしている。

みなさんより史跡探訪の推薦をお願いします。取材は担当者がお伺いしますのでご安心ください。なお、これまで掲載しました「文芸のひろば」は作品が集まり次第これまでと同様に掲載いたしますので引き続き作品をお寄せ下さい。

..... クロスワード

1		2	3		4
		5			
	6			7	
8				9	10
		11	12		
13					

答え「□□□□□」
ヒント：会津5楼のひとつ

【前回の解答】正解：ぶどう狩り
正解者中から抽選で5名の方に図書カード(500円分)をお送りします。

【応募方法】①答え ②氏名 ③住所 ④電話番号 ⑤年齢 ⑥ニュースの感想や最近のできごと、日頃思っている事などをお書きの上、下記まではがき、ファックス、メールでお送りください。

【あて先】〒965-0818
会津若松市東千石1-2-13
会津医療生協 機関紙編集部
FAX:0242-27-6944
Email:aiizu.h-coop@ace.ocn.ne.jp

【締め切り】6月15日(当日消印有効)

タテ

- ① 竹で編んだ器
- ② 腕時計状で身につけたまま使えるコンピュータの事
- ③ 神に対して唱える言葉
- ④ 有名な温泉地
- ⑥ 一面に平らに広げること
- ⑦ 振り仮名
- ⑧ 最も古いこと
- ⑩ 売上高から売上原価を差し引いた利益
- ⑫ 飲食物・衣類などの表面に生える

ヨコ

- ① 自らの行動の戒めや励ましとする言葉
- ⑤ 英語でカラー
- ⑥ アメリカの野球チームマリナーズの本拠地
- ⑧ 日本の春の花は
- ⑨ ビールのこと
- ⑪ 上司と〇〇
- ⑬ 暖かく穏やかな晴天である

お便りコーナー

みなさんから寄せられた
ご意見・ご感想をご紹介します

- 「シリーズふるさと史跡探訪」をいつも楽しみにしています。今回の「左下り観音堂」は1200年も前の大変貴重な建物と知りました。見に行きたいと思えます。(喜多方市 津田さん)
- 「医療生協のどか」始動おめでとうございます。ニュースをよく読んで自分たちの老後をよく

考えて、私たち夫婦も始動せねばと思いました。

(会津若松市 鎌田さん)

- 「輝くいのち」がポストに入っており、楽しく拝見しました。組合員にはなっていたのですが初めて読みました。パズルは家族みんなで頭をひねりながらやりました。(会津美里町本郷 酒井さん)
- 毎日テレビを見ているとすごく大きい事件が起こり、大変な世の中だと思います。

(会津若松市 山口さん)

★「お便りコーナー」へのご意見・ご感想などを前回までは「はがき」での応募でしたが、今回から「ファックス」と「メール」でも応募できるようになりましたので、お気軽にみなさんの声をお聞かせください。お送りいただく場合、タイトル部分に「輝くいのち・コーナー名」をご記入ください。

申込先 会津医療生協本部
〒0242-281272

※事前申込みが必要です

場所 会津医療生協内
相談員 けやき法律事務所
弁護士

日時 毎月第1金曜日
午後2時～4時
(一人30分)

無料法律相談

お知らせコーナー

イベント報告記

城西支部九条の会 総会 (城西支部)



初めて参加した私、「食事して、温泉入って：あとはゲーム？それとも体操？」と思いつながら伺いましたが、皆さんが、長い年月「平和」について学習し、伝え、行動を重ねておられる方々だとすぐに感じると同時に、穏やかな優しさに満ちた笑顔に迎えられることができました。「にろくの会」について、話す機会を頂いたことにも感謝です。かなり中途半端な気持ちで参加した自分をとて恥ずかしく思いました。また参加させてください。
(城西支部 伊藤禮子)

新年交流会 (猪苗代支部)



組合員新年交流会を1月20日に行いました。毎年町内のホテル『四季の里』で食事をいただきながらカラオケや踊り、お風呂に入ったり、恒例になったお楽しみ交流会です。毎年楽しく行つための工夫をみんなで考えており、今年は各自が好きな仮装をし、音楽「ラ・サレガマーネア」に合わせて踊りました。
それぞれの自分らしさが感じられてとても良かったです。今年は男性の参加もあり、これから男性の組合員さんが増えるのを期待しています。
(支部長 五十嵐三工子)

新年会 (高田支部)



昨年引き続き、リクエストがあった「小林雑歌店」さんを迎えてのコンサートを開きました。ギター・フルート・バイオリン・カホンという打楽器も新たに加わった演奏。フォークソング・歌謡曲・民謡・詩吟・時には、共演も。37名の参加者にも驚き！
熱い鍋焼きうどんを食べながら、久しぶりの顔・顔で話にも花が咲き、一足早の春のひと時でした。
「良かったよ」の一言で、「この次は何する？」と元気をいただいた事務局でした。
(支部長 伊藤玲子)



新班紹介 一ノ木しゃくなげ班 (山都支部)

医療生協とは、「健康を守り、健康をつくる取組みを通じて、明るいまちづくりに行う共同の組織」に賛同し、私達は名称を「一ノ木しゃくなげ班」と決めました。令和元年11月21日に山都町一ノ木地区で13名の会員が集まり、一ノ木集落センターで健康講話、健康チェックを実施し、楽しく和気あいあいと過ごしました。今後も健康寿命を伸ばすような取組みをしていきたいと思えます。
(班長 佐藤喜久子)



新班紹介 みさお班 (猪苗代支部)

令和元年の12月に新しく班を作りました。名前は「みさお班」です。一人暮らしの85歳の母親と一緒に健康チェックができ、皆で話し合える場があれば良いと思いましたが、いつまでも元気に過さず、健康寿命が長く続くことを願います。よろしくお願ひ致します。
(班長 大川原節子)



新班紹介 野々花班 (きたかた南支部)

「延命治療について」の学習会をきっかけに、近所の3名で班を作りました。エンディングノート等について学び、肩の荷を少しでも降ろして、これからの人生を軽やかに生きたいねという3人の班です。
(班長 園木和代)



新班紹介 オレンジ班 (きたかた北支部)

オレンジ色が好きという班員の声で、班の名前が決まりました。きたかた4支部から集まったの班です。これからの人生が豊かになるように身の周りのことを整理して健康づくりをしていこうという班です。
(班長 瀧原智子)

新入職員紹介



川井 裕美
本部 (事務)

1月より、本部でお世話になっております。午前中だけの勤務ですが、少しでも皆さんの役に立てるように頑張ります。よろしくお願ひします。



菅家 雅美
本部 (看護師)

みなさんと学びながら笑顔と大きな声で一緒に楽しい時間を過ごしたいと思えます。よろしくお願ひします。



加藤 有紀
春風 (介護福祉士)

12月より春風でお世話になっております。笑顔で頑張ります。宜しくお願ひ致します。



鈴木 美代子
のどか (介護補助)

12月に入職し、少しは慣れてきました。これから皆さんと足並みを揃えていきたいと思えます。



坂下 和義
あおぞら (介護福祉士)

利用者様の皆様に、安心感を提供できる職員になれるよう努めていきます。



遠藤 美季
あおぞら (看護師)

利用者様のために笑顔で元気に、ケアの提供に努めていきたいと思えます。