

憲法第九条

戦争の放棄

- 1 日本国民は、正義と秩序を基調とする国際平和を誠実に希求し、国権の発動たる戦争と、武力による威嚇又は武力の行使は、国際紛争を解決する手段としては、永久にこれを放棄する。
- 2 前項の目的を達するため、陸海空軍その他の戦力は、これを保持しない。国の交戦権は、これを認めない。

浜通り医療生協ニュース

2025年9・10月 第288号



医療福祉生協連

発行 浜通り医療生活協同組合 編集 機関紙編集委員会
〒971-8151 いわき市小名浜岡小名字山ノ神40
組織部 92-3099 FAX 92-3105
ホームページ <https://www.hamadori-coop.jp>



私たちの現況

(2025年7月31日現在)

組合員数

14,070人

出資金総額

4億9,493万円

一人当たりの平均

35,176円



楽しかった！とみんな笑顔でした

地域の未来を育てる

～小学生が医療の現場を体験～

夏休み中の7月26日に市内各地から集まった小学4・5・6年生21名が、医療の現場を実際に体験するプログラム「メディカルミッション～わたしのまちの病院」に参加しました。

このプログラムは、子どもたちが医療や福祉の仕事に触れ、将来の職業について考えるきっかけになることを目的に開催されたものです。開会にあたり、実行委員長である菅家新理事長から「今日の体験を通して、みなさんが医療のお仕事に関心をもってくれたら嬉しいです」とのお話があり、松本明紘Dr.からは「楽しんで参加してくださいね」とやさしい声かけがあり子どもたちの表情にも笑顔が広がりました。

子どもたちは四班に分かれて、五つの体験ブースを順番に回ります。

薬剤師体験では、処方箋を見て自分でお薬を作り、患者さんに渡すまでを模擬

体験。スタッフの説明を真剣に聞き、薬剤師の仕事の大切さを実感しました。その後は保護者が患者役になり、笑顔で声をかけたり、お薬の説明をしたりと、医療の入口となる窓口業務の難しさややりがいを感じている様子でした。

看護師体験では、聴診器を使ってお互いの胸の音を聴き合い、「ドクンドクン」と響く心音に「ちゃんと聞こえる！」と

目を輝かせていました。また、正しい手洗い方法を学び、ブラックライトで洗いを確認する体験も。「こんなに洗ったのにまだ汚れがあるの!」と驚きの声が上がりました。

リハビリ体験では、車椅子を介助しながら操作し、段差やスロープを移動したりする体験を通じて、介助する側の思いやりや大変さを学び、移動の難しさやリハビリの重要性を体感しました。

放射線技師体験では、CT装置の仕組みや画像の見方について説明を受け、実際のCT画像を見て「体の中がこんなふうに見えるんだ!」と興味津々の様子でした。

臨床検査技師体験では、エコーでフルーツゼリーの中身を見る体験をし、さらに顕微鏡では血液の中の細胞や細菌を見て、「こんな小さな世界が体の中にあるんだね!」と驚きと発見の連続でした。

どのブースでも、子どもたちは目を輝かせながら体験に取り組み、職員たちの説明に積極的に耳を傾けていました。終了後には「病



処方箋通りに薬を選ぶ様子



エコーで撮ったゼリーの中身を記録している子ども達



実際にCT装置に乗ってみました



ほんの少しの段差で車椅子を押せなくなります



親子で胸の音を聞きました

院はいろんなお仕事の人達がチームになって患者さんを支えているのだと今日の体験で初めて知りました」などの感想も聞かれ、未来の医療人の芽が育まれる貴重な一日となりました。

流言

三・一一の東日本大震災及び原発事故からあと半年で一五年になろうとしている。月日の流れは本当に速いものだと思う。

当時さまざまな流言が飛び交った。そのあらましは既に前生協理事長の故矢吹道徳さんによって報告されている。(うつくしまふくしまがFUKUSHIMAになった日)『季論21・11夏号』本の泉社

その一つは外国人が大挙して押しかけ被災した家屋から多くの物品を盗んだというものであった。元より何の根拠もないデマであった。もっと遡れば関東大震災時にも外国人に対する理不尽な攻撃があったことは歴史的に明らかになっている。

しかるに先般の参議院議員選挙時に同じような言われなき中傷がまるで選挙の争点でもあるかのような様相を呈したのには驚くというかあきれの思いがしたのであった。曰く「外国人流入が治安を悪化させる」「外国人は税金を納めていない」「外国人が生活保護制度を悪用している」等々。

専門家でなくともこれらが全くデタラメなことは直ぐにわかることだろう。なのに……。

一体この国の人々は歴史に何も学ばないのだろうか。

(鈴木 英司)

コラム

徒然なるままに

チャレンジ実施期間は一二月
三日までです



五つのチャレンジコースがあります

夏の疲れをおいしくリセット！

- ・ にんにく(すりおろし) 2g
- ・ 塩 0.3g
- ・ カレー粉 0.2g
- ・ サニーレタス 5g
- ・ ミニトマト 1個
- ・ ソース(おうちにある中濃ソース) 3g

「作り方」

- ①鶏肉を酢で揉む(数分置く)
- ②①を塩、生姜、にんにく、カレーの調味料に漬け込む
- ③中火でフライパンで焼く
- ④盛り付け③をそぎ切りにし、皿に盛り、サニーレタス、ミニトマトを添える



健康まっ

会場には専門スタッフも常駐しており、ちょっと気になる健康のことや介護の相談も気軽にできる場になっています。ぜひご家族・ご友人と一緒にお願いします！

日時 ▶ 10月19日(日) 10時~14時

場所 小名浜市民会館
※駐車場は小名浜第二小学校の校庭です



地域とひとつに
いわき踊り
参加

八月一日に開催された「いわき踊り小名浜大会」に、浜通り医療生活協同組合の職員やその家族の総勢四〇名が参加しました。

夕刻とはいえ蒸し暑さが残る中、揃いのはつぴに身を包んだ参加者たちは元気にいっぱいに踊り、地域の皆さんに笑顔と活気を届けました。沿道からは「頑張ってるね」「いつもありがとう」といった温かい声がかけられ、地域とのつながりを改めて感じるひとときとなりました。当組合の活動を広く知ってもらうよい機会にもなり、参加者一同、達成感を胸に会場を後にしました。



笑顔で踊る職員たち

職場紹介

第17回 通所リハビリテーション

新しくなったデイケアをご紹介します！
7月1日から体制やプログラムが一新された通所リハビリテーション（以下、デイケア）についてご紹介します。

どこが変わったの？
～リニューアルポイント～

今までの1日型（6～7時間）から、半日型（3～4時間）午前、午後の二部制へと変更されました。

理学療法士、作業療法士、介護スタッフで、より専門性の高い運動プログラムを提供しています。
・小集団での運動や、マシン運動を中心に構成
・ご自宅でも継続できる体操メニューを提供
・姿勢や動作に対する専門的なアドバイス



バランスボールを使用しているトレーニング

・3カ月ごとの体力測定で、効果を見える化

医療とつながる
安心のサポート体制

当デイケアでは、病院と併設されているため、医師や看護師との連携がとてスムーズ。万が一の体調変化にも、スピーディーに対応できます。



転ばないようにトレーニング中



マシンを使って背中と足のトレーニングを行っています

「自立支援」を大切に

それは、住み慣れた地域で、その人らしい生活を送れるようサポートすることです。当デイケアでは、自宅に訪問し、福祉用具の提案、住宅改修のアドバイス、生活動作の確認を行っています。

利用するためには
どうすればいいの？

1. ケアマネージャーに相談。介護認定を受けていない方は、当法人

の在宅福祉センターへご相談を。

2. 施設の見学や無料体験で情報収集。

3. ケアマネージャーがケアプランを作成。

4. サービス担当者会議・本人、家族、ケアマネージャー、介護事業者で会議を行います。

5. ご契約、利用開始！

ご利用者の声

Aさん…「運動が中心になって充実した時間を過ごせた。」



みんなで楽しくバランス練習



3ヶ月に1回体力測定を行っています

Bさん…「皆で体操ができるから、無理なく続けられそう。」
Cさん…「スタッフが1人ひとり丁寧に運動を教えてください。わかりやすい。」

利用をお考えの方、
ご家族の皆さんへ

最近、このようなことを感じていませんか？
「歩くのが遅くなった気がする。」
「階段がづらい。」
「横になる時間が増えた。」

「外に出かけることが減ってしまった。」
こうした不安を抱える皆様に、寄り添い、無理のない運動や、楽しい活動を通して、少しずつできることを増やして行きます。「ちよつとやってみようかな。」「気分転換したいな。」

「外に出かけることが減ってしまった。」
こうした不安を抱える皆様に、寄り添い、無理のない運動や、楽しい活動を通して、少しずつできることを増やして行きます。「ちよつとやってみようかな。」「気分転換したいな。」

施設の見学や無料体験について

小名浜生協病院通所リハビリテーション
☎ (0246) 73-8760

ケアマネージャー、介護認定について

医療生協、在宅福祉センター
☎ (0246) 92-2400

そんなお気持ちから大丈夫です。まずは、お気軽にご相談ください。ご本人だけでなく、ご家族の安心にもつながるよう、私たちがお手伝いします。見学体験も随時受付中です。



★読んでみてからクイズ288号★

手洗いの洗い残しを
確認する
ブラック〇〇〇

クイズ当選者には、まちかど健康チェックで場所を提供していただいているマルトの商品券 1,000 円を抽選で5名に贈呈します。

みなさまのご応募お待ちしております。
(当選時の宛先、ご住所をお忘れなく)

メ切は 2025年10月末日 消印有効
当選発表は 290 号にて

はがきは…
971-8151
いわき市小名浜岡小名字山ノ神40
医療生協ニュース「288号」係
電子メールは…
info@hamadori-coop.jp
題名を「288号クイズ応募」とお願いします

応募先

わが支部紹介

第5回 内郷・好間支部

**地域とともに歩んで一五年
つながり・支え合い・笑顔あふれる
内郷・好間支部のあたたかな取り組み**

内郷・好間支部は二〇一〇年二月の結成以来、地域に根ざした活動を続けてきました。支部運営委員の中には、結成当初から関わり続けている方もおり、地域とのつながりを大切にしながら、多様な活動を展開しています。

班会活動

支部内では「高坂ダンベル班」が内郷公民館で二ヶ月毎に定期的に健康チェックを行うなど、班会活動も地道に継続されています。

また「白水班」も不定期ながら活動を行っており、毎年地域の方たちと小名浜生協病院で健診を受診するなど、地域の健康づくりに貢献しています。

最近では好間地区でも健康チェックを行い、大勢の方が参加してくれました。こうした取り組みを班会活動として定期的に実施でき



好間地区での健康チェックの様子

るよう、支部としても協力していきたいと考えています。

地域とつながる取り組み

二月には恒例の「バレンタイン行動」を実施。今年も寒風の吹く中、運営委員と地域の組合員さんたちが協力し、チョコレートとともに医療生協のお知らせを一一〇名に配布。困りごとがないかお声をしながら、地域の方々との絆を深めました。



「困りごとはありませんか？」と声をかけていました。

楽しみと交流のバスハイク

内郷・好間支部の毎年の楽しみとして定着しているのがバスハイク。今年六月には「水戸・徳川家のゆかりを訪ねて」と題し、弘道

館や水戸東照宮などを巡る日帰り旅行を実施。参加者同士の交流も深まり、好評のうちに終了しました。



水戸東照宮前でパチリ

節目となる支部総会

年に一度の支部総会も支部にとって大切な節目。今年度は第一五回を迎えました。新たな運営委員も加わり、より一層活気のある体制に。今年の総会では、小名浜生協病院の管理栄養士の工藤通子さんを講師に招き、「高齢者を元気に過ごすために知って欲しい栄養のはなし」と題した医療講演会も開催され、健康づくりへの意識を高める貴重な機会となりました。



6月に行われた総会の様子

支部活動スキルアップ講座を開催

学びを力に、地域とともに歩む

七月三十一日（木）、文化センターにて「支部活動スキルアップ講座」が開催され、一〇支部と二準備会から四九名が参加しました。

講座の前半では「医療生協の理念／住み続けられるまちをつくる」をテーマに、國井勝義専務から講話がありました。地域包括ケアを支える医療生協の役割、そして組合員とともにつくる地域づくりの大切さを再確認する機会となりました。その後は、四つの分科会に分かれて講座を受講しました。

七月三十一日（木）、文化センターにて「支部活動スキルアップ講座」が開催され、一〇支部と二準備会から四九名が参加しました。講座の前半では「医療生協の理念／住み続けられるまちをつくる」をテーマに、國井勝義専務から講話がありました。地域包括ケアを支える医療生協の役割、そして組合員とともにつくる地域づくりの大切さを再確認する機会となりました。その後は、四つの分科会に分かれて講座を受講しました。

【A】病院の機能と医療・介護の連携では地域連携支援室の八嶋正史さんが講師を務め、小名浜生協病院の機能や、いわき市における病院の位置づけについて解説がありました。さらに、医療と介護がどのように連携していくか、そしてそのな



「腕帯の位置や姿勢、測るタイミングも大切です」と講師の説明に真剣な表情



「動的ストレッチ？静的ストレッチ？普段の体操にも活かそう！」と興味津々の参加者



最後はみんなで「笑いヨガ」

【B】健康チェックで何がわかる？では、看護部長の岩井眞美さんと検査科の菅野友美さんが講師となり、正しい血圧の計り方や尿検査の具体的な見方や声かけの工夫を解説。普段の活動にすぐに活かせる内容に、参加者からも多くの質問が寄せられました。

【C】地域とともに歩む居場所づくりでは、いわき市社会福祉協議会 地域福祉課の古川さんと横須賀さんを講師に迎え、「つどいの場創出支援事業」について説明を受けました。制度の概要や申請の手続きに加え、実際にどのような活動に活用できるのか、参加者からの質問にも丁寧に応じていただきました。続いて、久

【D】ストレッチのキホンでは、リハビリ科の熊谷由紀さん・松本奈菜さんが、班会などで使えるストレッチを実技を交えて指導。体を動かしながら、動的・静的ストレッチの違いやタイミングを学びました。

昼食を挟み、午後はグループディスカッションを実施。「午前中の講義・講座の感想」や「支部活動とのつなげ方」などをテーマに、活発な意見交換が行われました。参加者からは「他支部の取り組みを聞いて、励まされた」「自分たちの支部でもさっそく取り入れたい」という声も聞かれ、学びとつながりが広がる一日となりました。

世原・中山支部支部長の本藤とし子さんより「つどいカフェくぜはら」の取り組みが紹介され、実践に基づく貴重な報告が共有され、参加者にとっても今後の活動の参考となる有意義な時間となりました。