

地域協同基金の増額にご協力ください

今年度の事業計画は2億5千万円です。医療・介護充実のために、また、各事業所経営を支えるために、健康友の会員のみなさまに地域協同基金への増額をよろしくお願いいたします。各事業所、健康友の会事務局で受付けています。

地域社会の医療と福祉・保健衛生の社会化民主化のために運動を続けます

明るい医療

第765号

2024年11月10日



健康友の会
ホムページ

発行人 社会医療法人 新潟勤労者医療協会
五十嵐 修
発行所 社会医療法人 新潟勤労者医療協会
〒956-0814 新潟市秋葉区東金沢1459番地1
編集部 TEL 0250 (25) 1877
毎月10日発行



友の会コーナー！訪問で月間スタート

新津

新津総支部は9月から11月までの毎月後半、かえつクリニックに友の会コーナーを開設しています。予約患者に加入・基金増額のお願いを郵送し、10月半ばまでにコーナーで7人、郵便振替で2人が加入しました。「保険証を残してください」

「署名も訴えて、初めてのコーナー担当で44人に署名してもらった支部役員もいました。職員は、健康まつりのお知らせも兼ねて下越病院近くの新津東町の500軒あまりを訪問。病院への苦言もいただきましたが、加入を考えてみる、いつもお世話に

なっていると話されるお宅もあり、資料を手に入れ日加入手続きに来る人もいました。10月半ばに始まったインフルエンザ予防接種も加入の機会になっていきます。11月には荻川東支部が下越病院職員との会員訪問を計画しています。

楽しく 賢く 元気に 秋の保健学校 開催

「今年は坂井輪の会場でやりたいね」と保健学校を9月26日から3回講座で診療所の2階を使って開催しました。受講生は上限10人。お断りする方も出るほど大盛況でした。研修医で来られた荘司先生も3日間参加。「坂井学級」の3日間には活気があふれ素敵な時間になりました。受講者の感想から、「診療所にお世話になって32年。やっと楽しく賢くなる保健学校を受講することができ感謝です。一日一日を大切に生き住みなれた地域で安心して暮らせるようにしたいです」



「知りたいと思いがらもどこへどうしてと疑問に思っていたことが理解できとても良かった。」

荘司先生からは「地域の皆様の健康への意識の高さに素直にすごい！と感じ、同時にとても頼もしく感じました。保健委員の活動で『医者いらず』の方々が増えることを願ってやみません」などの感想をいただきました。

舟江、ときわ両総支部共催の保健学校が9月13日からの日程で開かれ、参加者からは「生活の様々な事が健康に繋がる感じた。日常の不健康な要素を頑張って減らして行きたい」など健康への意識が高まったとの声が聴かれました。

新津総支部では、10月31日から保健学校を開催中です。



健康友の会・総支部連絡先

新津総支部 TEL 0250-22-6851
新潟市秋葉区東金沢1459番地1
白山舟江沼垂総支部 TEL 025-224-6105
新潟市中央区入船町3-3629-1
沼垂事務所 TEL 025-248-8486
ときわ総支部 TEL 025-226-6565
新潟市東区空港西1-15-17
坂井輪総支部 TEL 025-269-6682
新潟市西区寺尾東3-1-19



共同組織活動交流集会在9月29日から10月1日の日程で開催され、新潟勤労者医療協会の会より9人で参加しました。

感想の一部を紹介します。

・全体会に1700人参加、その場で行われた能登半島地震豪雨災害支援募金で120万円もの寄付が集まったことに民医連の底力を感じた。

・基調報告で「この集会を通して人権や個人の尊厳が守られ、その人らしく生きることができると地域や社会のあり方を考えた」との提起に胸が熱くなった。

・各総支部で進んでいる事、困っていることを出し合っている「場づくり」を検討して欲しい。

分科会での新潟からの発表は、本部古川健康運動指導士から「地域在宅高齢者のフレイルの現状調査とフレイル予防の取り組み」の発表と、新津総支部機事務局員の「秋葉区食料生活支援の活動を通して見えて来たものー住みよいまちづくりのために今、必要とされるものー」を行いました。

集会参加のため各総支部の募金にご協力いただいた皆様に心より感謝申し上げます。

・ハンセン病ドキュメンタリー映画『NAGASHIMA』上映会に参加して、感激！感激！感激！でした。是非、新潟でも上映して欲しい。

・若い層へつながりがもてる取り組みは印象的だった。他団体とのつながりをもっと発展させられるよう検討したい。

・初心にもどる友の会員さんとの学習会（仲間ふやし）を希望したい。



その人らしく生きる 地域や社会を考える

全国共同組織活動交流集会・岡山



スタッフ・ボランティアのみなさん

登録制で継続する支援

第21回食料生活支援

生活難がアンケートに
参加者アンケートでの

第21回秋葉区食料生活支援は、10月5日、新津駅前地域交流センターで開催されました。午前中からの雨も上がり約170人が来場。宅配・後日渡しの利用は30人でした。

物価高騰などのため、これまでのように物資を買いそろえて準備することが困難になり、フードバンクなどへの企業の支援も減っている中、広く知らせて参加を募る形態は今回で終わり、次回以降は登録者対象の開催とし、登録を求めたところ126世帯の登録がありました。

秋葉区の食料生活支援は、全日本民医連がコロナ禍を受けて提起した「いのちの相談所」活動の具体化です。秋葉区内の他団体と協力して2021年5月から3年半続けて来ました。累計で2700人以上が来場し、

4年間を振り返って

「物価高に困っている」の回答は、5月・7月は60代以上の30%程でしたが今回は58%に増えました。30～50代での「ローン・税金・光熱費支払が負担」との回答率も、5月の35%から7月と今回は45%ほどに高止まりしています。



「物価高に困っている」の回答は、5月18日の33%から毎回増え今回は58・9%です。「年金だけで生活できない」という声も聞かれました。アンケートでは「国保料・介護保険料の支払」や「医療費・介護利用料支払」、「家族の介護」などが暮らしの困りごととして毎回挙げられており、相談が必要でも相談しない、相談ごと窓口などに相談がしにくい状況があると思われます。

登録制への移行で、一人ひとりに寄り添った対応を進め、当面の暮らしを支えるだけでなく、暮らしの困難解消の力にもなる生活支援を目指します。



柏崎刈羽原発再稼働の是非を問う 「県民投票の実施を求める直接請求運動」が始まります

11・12月

直接請求署名に ご協力ください

柏崎刈羽原発は、これまでに核防護体制の不備、IDパスの不正や完了したとされる工事に不手際があったなど、原子力規制委員会から「運転禁止命令」をうけていました。これでは再稼働できません。

しかし、一連の検査を経て、規制委員会は運転禁止を「解除」しました。原発7号機の核燃料が、地元の同意が得られる前に装填するのは異例で、過去に例がありません。東電と国は柏崎刈羽原発の早期の再稼働を狙っています。

以上の法定署名で、知事に県民投票条例の制定を請求できます。

**受任者になって
署名を集めます**

選挙権を持つ県民ならだれでも「受任者」になれます。ただ、署名簿に署名できるのは同じ市区町村に住んでいる有権者の方々に限られます。2ヶ月の署

“柏崎刈羽原発再稼働の是非を問う”
県民投票条例の直接請求署名運動

署名を集める
あなたも受任者に

私たちは、柏崎刈羽原発再稼働の是非を問う県民投票条例の制定を求めて、県への直接請求運動を行います。花角知事が公約する「県民に声を問う」方法として、県民一人ひとりがハッキリと意思表示できる「県民投票」を実施することが最もふさわしいと考えます。

あなたも、この「直接請求署名」を県民投票で決める会（略称：県民投票で決める会）に「受任者」となってくれるようお願いします。

柏崎刈羽原発再稼働の是非を県民投票で決める会（略称：県民投票で決める会）

名収集期間を経て、署名を市区町村の選管に提出します。直接請求署名にご協力下さい。受任者募集中。



白山舟江沼垂総支部 元気だより

仲間ふやし月間で会員訪問

関屋支部では10月9日、関屋公民館の玄関に10時に集合し、地域の会員へ訪問行動を行いました。

当日は6人の運営委員が参加し、打ち合わせ後、2組に分かれていざ出発。最初に「現行の健康保険証を残してください」の署名のお願いと近況を尋ねたりしました。

中には訪問を待ち望んでいたお宅もあり、いろいろな話題が飛び交いました。ワクチンの割引制度の紹介や、基金の増額もお願いしました。高齢の会員の方がほとんどで、リハビリやデイサービスに通う方もいました。会えたお宅は12軒で署名は14筆、原発再稼働の是非を問う直接請求署名運動の受任者を引き受けてくれた方が2人いました。白山診療所時代からの長年の会員が多く、活動を見守ってくれているという印象でした。



新津総支部 元気だより

腸を整え減塩も 新関支部・大関班

10月15日、新関支部の大関班が大関公会堂で、『バランスの良い食事と減塩の食事』の班会を開催しました。

講師は下越病院の今井管理栄養士。身体的にも精神的にも健康は腸内環境が整ってこそ、発酵食品で善玉菌を腸まで届け、食物繊維やオリゴ糖で育てることが大事だと語り、主食・主菜（タンパク質）・副菜（野菜・海藻類）のそろった日本食が腸内を整えるうえで有効だと強調。もう一つのポイント、減塩については、実践的な減塩レシピを紹介しました。

「納豆は野菜の仲間かと思った（正しくはタンパク質）」「朝糖分を取った方がいいかと、果物は朝にしているが、どうなのか…」「孫がお菓子をたくさん食べて食事が少ない、食わず嫌いもあり、どうしたら…」など質問も活発に出て、今井栄養士も家庭での経験も交えて答える和気あいあいとした班会になりました。



◆下越病院外来診療体制◆

※諸事情により医師体制が変更になることがあります。

●休診 ……………日曜、祝日、第2・第4土曜日
△午前中のみ診療 ………第1・第3・第5土曜日
※入院の面会はお断りしています。

会計時間	月～金曜日	8：45～17：00
	第1・3・5土曜日	8：45～12：00
	第2・4土、日・祝	対応なし

毎月一回は保険証と診察のたびに診察券をお忘れなく

		月	火	水	木	金	土
前	一般内科	上野	児玉	岡田義	宮野 ⁽¹⁾ 菅井 ^(2・3・4)	千葉浩 ^(1・2・4・5) 酒泉 ⁽³⁾	医師輪番
		菊地	菊地 ⁽¹⁾ 宮野 ^(2・3・4)	酒泉	本間 ^(大学医)	岡田義 ^(1・2・3・5) 担当医 ⁽⁴⁾	
	特診予約	(神経内科)川上	(神経内科)河内 ^(大学医)	(神経内科)川上	(リハビリ)張替	(血管外科)曾川	(神経内科)栗森
		(神経内科)栗森 ～10:30	(呼吸器内科)斉藤智 (リハビリ)担当医	(腎)大矢	(呼吸器内科)斉藤智	(消化器内科)山川 ^(2・3・4・5)	(神経内科)川上 ⁽³⁾
		(睡眠無呼吸)山川		(産婦人科)田中 ⁽²⁾	(神経内科)栗森 ^(2・4) ～10:30	(消化器内科)栗森 ^(1・3・4・5)	
		(腫瘍内科)佐々木 ^(大学医)		(産婦人科)田中 ⁽²⁾	(循環器内科)田中		
				(消化器内科)上野	(腎)大矢	(リハビリ)野本	
					(消化器内科)岩田 ^(2・3・4)		
	小児科	大河原	平野	大河原	平野	大河原	(交替)大河原・本間
	皮膚科	吉澤	吉澤	斎藤勇 ^(大学医) ^(1・3・4) 木村 ^(大学医) ⁽²⁾			富井 ^(大学医)
	外科	亀村 五十嵐		五十嵐 亀村		五十嵐	
	整形外科	有井 ^(2・3)	有井		有井	有井 ^(1・2・3・5)	
後	泌尿器科		小原 ^(大学医)		斉藤和 ^(大学医) ^(1・3・4)	斉藤和 ^(大学医) ⁽⁴⁾	
	特診予約	(消化器内科)山川	(神経内科)川上	(神経内科)栗森		(神経内科)斉藤理 ^(大学医) ^(2・3・4・5)	
				(リウマチ)有井	(禁煙外来)担当医 ^(16:00～17:00)		
	婦人科	萬歳 ^(13:30～17:00)					
	小児科	一般 (15:30～16:00)				相澤 ^(大学医) ^(15:00～16:00) ^(1・2・3・5)	
		喘息	(交替)大河原・本間		(交替)大河原・本間		
	予防接種	平野	平野	本間	平野	平野	

受付時間	午前	一般内科・外科・皮膚科 8：00～11：30(診察9：00～) 整形外科(紹介状のみ) 8：00～10：30 小児科 8：00～11：00(診察9：00～)	※外科の診察は1診 9：30～ 2診10：00～ ※土曜小児科受付は11：30まで (診察10：00～)
	午後	小児科一般(月) 11：00～16：00 (金) 14：00～16：00 (月曜は当日予約制)	

かえつクリニック診療体制 <完全予約制>

糖尿病内科 岡田節 渡辺敏 宮野 菊地 消化器内科 入月 河内 原田
循環器内科 岡島 末武 田中真 岡田義 星野 田中智 内科 千葉浩 伴 高橋
呼吸器内科 斉藤智 総合診療 酒泉 菊地 労災 五十嵐
※かえつクリニックの特診予約は他医療機関からの紹介の方のみの予約となります。

外来予約案内

一般内科は、受付順に診療します(予約制ではありません)

一般内科以外の科は、下記までお電話ください

外来予約・お問い合わせは 電話(0250)22-4711

◎受診日の前日までの電話予約受付時間は

平日 10:00～16:30

小児科喘息外来は 14:00～16:00

小児科予防接種は 14:00～16:00

◎受診日当日の予約受付時間は 平日8:00～11:00

土曜8:30～11:00

◆泌尿器科・皮膚科は完全予約制です。

◆婦人科は現在、健診等のみの診察となっています。

◆整形外科は整形外科医の紹介状のある方を予約で受け付けています。

わたしたちの病院は、以下の料金をいただいております

○個室料金(差額ベッド代)

○初診時・再診時の選定療養費(紹介状なしで200床以上の病院に受診した際にかかる料金)

◆かえつクリニック ☎ 0250-22-5888
◆メディカルフィットネス・ウオーム ☎ 0250-21-2566
◆介護老人保健施設 おぎの里 ☎ 0250-25-3071

かえつ歯科(歯科 小児歯科 歯科口腔外科) 電話 0250-25-5510

※予約制です。お口の中で気になる事がある方、お気軽にお電話ください。

診療時間	月	火	水	木	金	土
8：30～17：00	○			○	○	○
10：30～19：00		○	○			

何でも相談会

11月13日(水)

0250-22-6851(10時～12時)
連絡先は新津総支部友の会事務局まで



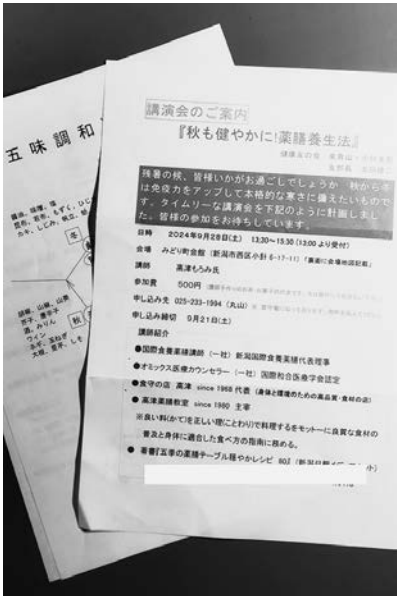
坂井輪総支部 元気だより

『秋も健やかに!薬膳養生法』講座を行いました
東青山・小針支部

9月28日午後、みどり町会館で高津もろみ氏(新潟国際食養薬膳代表理事)を講師に『薬膳養生法』の話をお聞きました。当日は18人の参加。

薬膳とは「不足を補い余分を落とす料理」。初秋にふさわしい“夏の名残の熱を冷まし、肺や大腸をいたわる”をテーマに、例えば、腸を元気にでは、冷やさない/食物繊維/住む土地にあった発酵食品/良質な多糖類糖質などをポイントに話されました。

感想から、「食について深く考えるヒントをたくさんいただいた気がします」「興味深いお話でした」などがきかれました。



ときわ総支部 元気だより

“努力次第で改善も”“受けて良かった”
認知症セミナー 藤見支部

藤見支部では9月25日に新潟市地域包括支援センター藤見・下山より講師をお招きして認知症セミナーを行いました。

認知症の症状や予防、認知症の方への接し方、早期発見の重要性といったお話を、寸劇を交えてとても分かりやすくお話していただきました。

参加者からは「初めて認知症のセミナーを受けたがとても良かった」「軽度認知障害の人でも努力次第で改善することがあるということが分かり良かった」「認知症になっても相談できる場所があるし何とかなるんだ、と少し安心した」といった声がありました。



