

**協立病院の理念**

人権と人格を尊重した、  
こころとからだの総合  
診療とケアを実践する

**協立病院だより**

No.49 2013年7・8月号

発行:みさと協立病院

〒341-0016 埼玉県三郷市田中新田273-1  
TEL 048(959)1811/FAX 048(959)1819  
<http://www.tokyo-kinikai.com/misato/>



「喫茶ぴーすふる」は、毎週木曜日11：00～14：00の営業に合わせるために水曜日にケーキやクッキーなどを1日かけて製造し、買出しや会計、営業などの運

**精神科デイケア**は、正面玄関右手にあるピンク色の「デイケア棟」と呼ばれている建物の2Fにあります。現在79名が利用登録され、一日に20名前後の方が利用されています。年齢層は20代から40代が多く利用され、50代60代も定期的な利用をされています。

当院デイケアはメンバーが運営を行うスタイルで、それぞれがでるべき範囲での役割を担い、助け合い、教え合い、それぞれの目的や目標に繋がるような利用をされています。目的や目標も幅が広く、地域での安定した生活。自分らしい生き方の模索。仲間作り。仕事に就く準備。など様々で介します。

ひとつは花壇の手入れです。病院入口右手にある花壇や、駐車場口一タリー、通路脇花壇を季節に合わせて草・花を植替え、毎日水やりや、週一の手入れを行い、いつもきれいな花や緑を保ち、入院患者様や外来患者様に「綺麗だね」と言つてもらいます。

デイケアでの活動を簡単に説明するのは難しくあります。それでも、「レストランYOU-YOU」や「喫茶ぴーすふる」も多くの方に親しまれる活動になっています。どちらも開店を楽しみにしてくださる常連さんがおり、デイケアのメンバーも、そんなお客様の期待に応えられるよう工夫を重ねています。

**「精神科デイケア」の紹介**

精神デイケア主任 小島 恒弘

営はメンバーが行つてます。毎週の営業。運営はメンバーも大変ですが、自信をもつて営業しています。

「レストランYOU-YOU

O-U-YO-U」は、およそ月に1回程度、金曜日の昼11：30～13：00に開店しています。メニューは毎月メンバーが考え、様々な個性的な本格フレーとサラダやデザートを試行錯誤しながら60食作り上げ、DCを

レストラン店に模様替えし、受付や給仕、配膳、洗い場などの役割に分かれて営業しておられます。誰もが調理が得意なわけではありません。誰もが助け合いで、お互いに協力しながら、毎回営業をしております。

**憲法が危ない**

皆さんには自民党の憲法改定草案を読んだことがありますか？

今月は日本の将来を左右する参院選が行われます。私たちは何に注目すればいいのか、いつしょに考えてみたいと思います。

また、興味があります。メンバーワークshopを見せてください。

他にもさまざまな活動があります。メンバーワークshopを見せてください。

1個々で様々な形で取り組んでおりますので、機会がありましたら、メンバーの活躍を見てあげてください。

大葉 清隆

**投票に行こう！**

みさと協立病院事務長

1回程度、金曜日の昼11：30～13：00に開店しています。メニューは毎月メンバーが考え、様々な個性的な本格フレーとサラダやデザートを試行錯誤しながら60食作り上げ、DCをレストラン店に模様替えし、受付や給仕、配膳、洗い場などの役割に分かれて営業しておられます。誰もが調理が得意なわけではありません。誰もが助け合いで、お互いに協力しながら、毎回営業をしております。

**憲法が危ない**

皆さんには自民党の憲法改定草案を読んだことがありますか？

今月は日本の将来を左右する参院選が行われます。私たちは何に注目すればいいのか、いつしょに考えてみたいと思います。

また、興味があります。メンバーワークshopを見せてください。

他にもさまざまな活動があります。メンバーワークshopを見せてください。

1個々で様々な形で取り組んでおりますので、機会がありましたら、メンバーの活躍を見てあげてください。

大葉 清隆

**投票に行こう！**

みさと協立病院事務長

1回程度、金曜日の昼11：30～13：00に開店しています。メニューは毎月メンバーが考え、様々な個性的な本格フレーとサラダやデザートを試行錯誤しながら60食作り上げ、DCを

レストラン店に模様替えし、受付や給仕、配膳、洗い場などの役割に分かれて営業しておられます。誰もが調理が得意なわけではありません。誰もが助け合いで、お互いに協力しながら、毎回営業をしております。

**憲法が危ない**

皆さんには自民党の憲法改定草案を読んだことがありますか？

今月は日本の将来を左右する参院選が行われます。私たちは何に注目すればいいのか、いつしょに考えてみたいと思います。

また、興味があります。メンバーワークshopを見せてください。

他にもさまざまな活動があります。メンバーワークshopを見せてください。

1個々で様々な形で取り組んでおりますので、機会がありましたら、メンバーの活躍を見てあげてください。

大葉 清隆

**投票に行こう！**

みさと協立病院事務長

1回程度、金曜日の昼11：30～13：00に開店しています。メニューは毎月メンバーが考え、様々な個性的な本格フレーとサラダやデザートを試行錯誤しながら60食作り上げ、DCを

レストラン店に模様替えし、受付や給仕、配膳、洗い場などの役割に分かれて営業しておられます。誰もが調理が得意なわけではありません。誰もが助け合いで、お互いに協力しながら、毎回営業をしております。

**憲法が危ない**

皆さんには自民党の憲法改定草案を読んだことがありますか？

今月は日本の将来を左右する参院選が行われます。私たちは何に注目すればいいのか、いつしょに考えてみたいと思います。

また、興味があります。メンバーワークshopを見せてください。

他にもさまざまな活動があります。メンバーワークshopを見せてください。

1個々で様々な形で取り組んでおりますので、機会がありましたら、メンバーの活躍を見てあげてください。

大葉 清隆

**投票に行こう！**

みさと協立病院事務長

1回程度、金曜日の昼11：30～13：00に開店しています。メニューは毎月メンバーが考え、様々な個性的な本格フレーとサラダやデザートを試行錯誤しながら60食作り上げ、DCを

レストラン店に模様替えし、受付や給仕、配膳、洗い場などの役割に分かれて営業しておられます。誰もが調理が得意なわけではありません。誰もが助け合いで、お互いに協力しながら、毎回営業をしております。

**憲法が危ない**

皆さんには自民党の憲法改定草案を読んだことがありますか？

今月は日本の将来を左右する参院選が行われます。私たちは何に注目すればいいのか、いつしょに考えてみたいと思います。

また、興味があります。メンバーワークshopを見せてください。

他にもさまざまな活動があります。メンバーワークshopを見せてください。

1個々で様々な形で取り組んでおりますので、機会がありましたら、メンバーの活躍を見てあげてください。

大葉 清隆

**投票に行こう！**

みさと協立病院事務長

改憲案にあるような全面的な改定を狙つていいのです。安部さんはよっぽど軍隊の最高指揮官に早くなりたいらしく。軍隊と言う日本の平和を壊すおもちゃが欲しいらしい。

九六条は権力の暴走を抑えるためのものです。これを緩めようというのは、「暴走したい」と考へている証拠ではな

いでしょうか。

**国民への犠牲や負担がさらに強いられる**

さらには「原発の再稼働をすすめる」「医療・介護の自己負担をもつと増やす」「消費税を上げる」といった国民の希望とはまったく正反対の政策がすすめられて来ているのは私たちが見てきたとおりです。病院にかかりたくてもかかれない一民医連が行つた国保実態調査では医療費の負担が心配で手遅れになつた事例が数多く報告されました。5月には母子がお金が無いため餓死するという痛ましい事件が起きました。アベノ

ミクスは大企業や資産家は大儲けができるけれど、貧困の渦は拡大しています。貧困から人々を救うのも、原発をただちにやめるのも政治の力です。高すぎる医療費自己負担を減らすのも、消費税増税を中止するのも政治です。

### みんなで考え行動しましょ

民医連や協立病院は組織として特定政党の支持を決めることはしません。でも、それは選挙で傍観者になることではありません。選挙を重視し政治を変えることは、民医連や協立病院の大重要な役割です。

友の会の皆さんや職員のとりくみは、より大きな希望になることでしょう。みんなで考え方をあわせましょう。



## 「Vすり・あれ・これ」⑤

診療技術部長・薬局長 牛尾 幸子



東日本大震災から2年以上が経過しました。今回は、薬に関する災害時の対処方法を2点お伝えしたいと思います。

一点目は、慢性疾患で処方されている薬（降圧薬、糖尿病薬）

の薬を薬の説明書と一緒に入れておくと安心です。同様に救急用品や衛生用品の備蓄も重要です。特に自宅で介護している場合は、介護用リストの作成し、とん

あとは、支援が提供される想定になつています。そのことを考慮すると5日分位の備蓄はどうでしょうか？診察の際、医師に相談してみてください。非常に持ち出し袋などに5日分程度

の薬を薬の説明書と一緒に入れておくと安心です。同様に救急用品や衛生用品の備蓄も重要です。特に自宅で介護している場合は、介護用リストの作成し、とん

あとは、支援が提供される想定になつています。そのことを考慮すると5日分位の備蓄はどうでしょうか？診察の際、医師に相談してみてください。非常に持ち出し袋などに5日分程度

最近は健康や病気に関するテレビ番組も多く行っています。色々なダイエットの本もたくさん出でています。その影響もあり、メタボリックシンドromeという言葉は世間に浸透し、当然の様に使われるようになりました。

似たような言葉ですが、はじめて聞いたという方が多いのではないかと思います。日本は高齢社会を迎える平均寿命が約80歳になりました。当然の様に、年を重ねる事で膝が痛くなったり、腰が痛くなったり、転びやすくなったり、転

倒により脊椎や大腿骨の骨折を受傷したりする可能性が増えます。リハビリではこれらの障害を「運動器の障害」というように分けて表

現しています。高齢化が進む新たな時代に新しい言葉が必要という事になりました。

**リハビリの窓**⑤

夫婦や友人など複数で行うことで習得します。まずは「ロコモーション」が提唱されています。ホームページより一部抜粋して記載しますが、わかりやすい

**「ロコトーン」**

①開脚片脚立位；左右分間・1日3回（転倒しない様につかまるものがある場所で行う）  
②スクワット；深呼吸をするペースで5～6回

1日3回（椅子やベッドの前で行う）  
③その他：ストレッチ・ラジオ体操・ウォーキング・スポーツ

意味で、「機関車」といって、痛みが出ないトとして、痛みが出ない範囲で行う事、継続して行なう事があげられます。  
□2kg程度の買い物をして、持ち帰るのが困難である  
□重い家事（掃除・布団の上げ下ろし）が困難である

△横断歩道を青信号で渡りきれない  
△片足立ちで靴下が履けなくなつた

△2kg程度の買い物をして、持ち帰るのが困難である  
△重い家事（掃除・布団の上げ下ろし）が困難である

△横断歩道を青信号で渡りきれない  
△片足立ちで靴下が履けなくなつた

## みさと協立病院だより

## みさと句会

通所リハビリ句会  
題名 初夏

かっここうにさえずり添える今日の朝  
土堤の草背文がのびて青々と  
梅雨の朝小鳥も枝葉でぬれしのぶ  
白雲や蜂が満ちてる赤いバラ

松本 二三  
藤井 美恵子  
西沢 ヨシ子  
加藤 厚  
小林 千鶴子

院患者さん混在で  
ベット数12床と小  
規模に小ぢんまり  
と治療を行っています。

以前は医療技術も  
医療機器・器材も  
悪く、「透析にな  
つたら長くもたな  
い」などと言われ  
た時代もありまし  
たが、現在は医療  
の目覚ましい進歩  
に伴い、20年・30  
年も透析を続けて  
おられる方々も多  
くいらっしゃいま  
す。  
ですがその成果  
裏山の向こうに太陽青葉かな

みさと協立病院だより

## ナース・愛



みさと協立病院  
透析室主任  
**坂元 美和子**

は医療の発展だけ  
ではありません。  
透析を受けられて  
いる患者さん方・  
それを支えるご家  
族の日々の努力と  
管理の賜物なのだ  
と思います。

人間誰しも「あ  
れはダメ」「これ  
もダメ」と言われ  
れば嫌気も刺すし、  
反発したい気持ち  
も沸いてくるもの

と思います！

週3回の治療を  
続けながら、お仕  
事を探して行ければと  
大丈夫な事を共に  
思います！

当院の透析室は、  
外来患者さん、入  
院患者さん混在で  
ベット数12床と小  
規模に小ぢんまり  
と治療を行っています。

実施している訳  
で。本当に頭が下  
ない事・ダメな事  
よりも、出来る事・  
探して行ければと  
大丈夫な事を共に  
思います！

温が高くなると、細菌  
による食中毒が発生し  
やすくなります。原因  
となる細菌は、高温多  
湿な環境の中で増殖す  
るため、細菌による食  
中毒は毎年、気温、温  
度が高くなる6月頃か  
ら増え始め、7～8月  
が発生のピークになり  
ます。

肉・魚・卵などは新  
鮮な物を選びましょう。  
また、必ず冷蔵庫で保  
存し、なるべく早く食  
べきましょう。

買い物後は寄り道を  
せずに冷蔵庫にしまい  
ましょう。

「加熱用」と書かれて  
いる食品を、生で食べ  
るのは絶対にやめまし  
ょう。  
調理済みの食品や余  
り物の温め直しも、同  
様にしつかり行いま  
す。

**②食中毒菌を増やさない**



温が高くなると、細菌  
による食中毒が発生し  
やすくなります。原因  
となる細菌は、高温多  
湿な環境の中で増殖す  
るため、細菌による食  
中毒は毎年、気温、温  
度が高くなる6月頃か  
ら増え始め、7～8月  
が発生のピークになり  
ます。

肉・魚・卵などは新  
鮮な物を選びましょう。  
また、必ず冷蔵庫で保  
存し、なるべく早く食  
べきましょう。

買い物後は寄り道を  
せずに冷蔵庫にしまい  
ましょう。

「加熱用」と書かれて  
いる食品を、生で食べ  
るのは絶対にやめまし  
ょう。  
調理済みの食品や余  
り物の温め直しも、同  
様にしつかり行いま  
す。

**①食中毒菌をつけない**



温が高くなると、細菌  
による食中毒が発生し  
やすくなります。原因  
となる細菌は、高温多  
湿な環境の中で増殖す  
るため、細菌による食  
中毒は毎年、気温、温  
度が高くなる6月頃か  
ら増え始め、7～8月  
が発生のピークになり  
ます。

肉・魚・卵などは新  
鮮な物を選びましょう。  
また、必ず冷蔵庫で保  
存し、なるべく早く食  
べきましょう。

買い物後は寄り道を  
せずに冷蔵庫にしまい  
ましょう。

「加熱用」と書かれて  
いる食品を、生で食べ  
るのは絶対にやめまし  
ょう。  
調理済みの食品や余  
り物の温め直しも、同  
様にしつかり行いま  
す。

# 夏場の食中毒予防

栄養科主任 調理師 森屋 友裕

## 看護師を紹介してください

みさと協立病院では「からだとこころの総合診療」というコンセプトのもとリハビリテーションと心のケアに力を入れています。

一緒に働いてくださる看護師さんを募集しています。  
復職支援セミナーも開催し、安心して働く環境づくりにも力を入れています。  
ブランクのある方も大歓迎です。



総師長 小渕尚子

## みさと協立病院 外来診療案内

受付時間 午前8:45～11:15／午後1:00～4:00

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	鈴木 篤	生田 利夫	天笠 恵	猪岡 保裕	交替	
精神科 神経科	午前	畠野 内田 長谷川 永井	大谷 松永 丹野	畠野	矢花 篠原	畠野 内田	第1・3・5 第1・3 第2・4 第2・4 第2・4
	午後	畠野 松永	矢花 丹野		大谷 畠野		

※月曜日の内科外来は終了いたしました。

## 我が家のかわい子

母さん：小笠 早香



冬真 1歳 友愛 3歳

正直大変なことは多いけど、あなた達のおかげで母は頑張れます。

姉弟ケンカもよくするけど、二人でよく遊んでるよね。

これからもすくすく立派なモンスターに育つて下さい。

# 友の会だより

編集 みさと協立病院友の会

048-959-1811 No.49

●サークル紹介●  
【詩吟サークル】

詩吟は、慌ただしい日常から一時離れて、非日常の世界に浸る時間です。大きな声をだし、漢詩も意味深く、中国詩などは水墨画の世界を思わせます。合吟（皆で吟ずること）も良し。一人一人が自分の好きな詩を吟ずるのも味があります。一息入れる時間は、各々の近況や世の中の出来事など、おしゃべりにも熱が入ります。現在7名の会員ですが月2回の稽古日は気分がすっきりし、明日の活力となります。

一緒に声を張り上げてみませんか！



方言の司会始まる県人会  
方言が推理ドラマの謎を解く  
方言で名古屋市長は放言し  
方言もひとつまみ入れ物産展  
百円がしゃくえんになる東京弁  
あんばいがいいお湯ですねもらい風呂  
方言で挨拶抜きの旧き友

五男 裕之 清隆 君江 英子 信子 仲子 映夫

サークルのお申し込み、お問い合わせは友の会事務局 048-959-1811 藤元、萩原まで

大きな声で  
気分すつきり！  
詩吟サークル

★第2、第4木曜日  
午後7時から  
★早稲田第4管理組合  
★会費は月額500円



新鮮野菜  
農業・園芸班

毎月1回（第2木曜日）  
午前10時～12時30分  
会員が育てた季節の野菜  
を販売しますので、是非  
お出かけください。  
(販売する方も、募集して  
おります)



懐かしのメロディー  
カラオケ班

毎月1回(第3水曜日)  
午後1時30分～  
4時30分  
ワオシティー屋上  
カラオケレンボー  
三郷駅前店  
954-2600  
会費 500円



笑いの玉手箱  
川柳の会

毎月1回  
(不定期の木曜日)  
午後1時30分～  
3時00分  
課題作品 3句  
自由作品 3句  
を持ち寄って、内容を  
吟味します。  
投稿だけでも歓迎です。

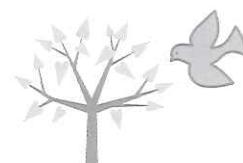
多種多様何でも  
きさらぎ会

「お茶飲み会」「野草観察会」「陶器つくり販売会」「映画鑑賞会」など会員の要望に沿った多彩な催しを不定期に行います。



ボランティア活動者の交流  
ボランティア班

3ヶ月に1度程度の割合で、ボランティア活動者の交流会を行い、活動の交流や学習を行ないたいと思います。



副頭取・善三郎は佐渡へ  
遠島。  
一揆から三年後、ひそかに二人を追悼する集まりがありました。

玄間 太郎  
——天明 越後柿崎一揆』

標記の歴史小説は、「青春の街」『少年の村』『出雲崎慕情』に次ぐ私の三冊目の作品です。

『起たんかね、おまんた』とは、「起ちあがろう、皆の衆」という意味の越後・柿崎地方の言葉です。

執筆の動機は、二〇一一年三月一一日に起きた東日本大震災です。二年余が経つても復興対策は

遅れに遅れ、いまだに生命と暮らしが脅かされています。百姓たちの為政者への怒りや誇りを今の時代に重ねて描きました。

時は江戸中期の天明三年、舞台は越後の柿崎（現上越市）。打ち続く天候不順、浅間山の大噴火、凶作、飢饉。だが、お上は情けようしやなく年貢を取り立て、さらに地主や造り立てる。一家心中、逃亡……。

中核となる七人衆は命をかけて起ち上がりました。

「もはや百姓の難儀を座視できぬ」

しかし一揆は弾圧され、頭取・兵左衛門は打ち首、酒屋が米を買い占め、米価は六、七倍にはね上がりました。百姓たちは食う物もなく塗炭の苦しみにあえいでいました。餓死、

群衆を前に語り始めました。遺志を継ぐ若い清八がかに二人を追悼する集まりがありました。

