

健康とくらし

第504号 2021.04.20



栃木保健医療生活協同組合

〒320-0061 宇都宮市宝木町 2-2554-14
発行人 関口 真紀 印刷所 下野印刷株式会社
TEL 028(652)3714 FAX 028(652)3653

毎月1回 20日発行 (1部 50円)
(昭和54年12月7日第三種郵便物認可)
この購読料は、組合員出資金に含まれています。

学びあう医師集団に進化!

～4月から医師体制が変わりました～

宇都宮協立診療所



所長 軽部憲彦



関口真紀 (法人理事長)



植木孝典



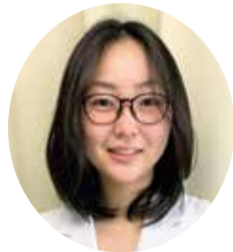
池田裕介



川口雄史



平野貴佐雄



寶田千夏

生協ふたば診療所



所長 北岡吉民(法人副理事長)



副所長 鈴木忠広



天谷静雄



千嶋 巖



武井 大

宇都宮協立診療所、生協ふたば診療所の医師体制がこの4月から大きく変わります。どう変わるのか、なぜ変わることができたのか、栃木保健医療生協医師部会委員長の武井大医師(宇都宮協立診療所所長代行)に聞きました。

この10年で医師数は3倍に

この4月から栃木保健医療生協の常勤医師は宇都宮協立診療所が8名、生協ふたば診療所が4名となります。私が栃木保健医療生協に来たのが2010年でしたが、それ以前は天谷、関口、北岡、軽部の4名の医師で2つの診療所を切り盛りしていました。その時と比較すると3倍の医師数になります。

在宅医療の発展と医師養成

この10年で診療所が大きく変わったことは、2つあります。

1つ目に、在宅医療分野の発展があります。4〜5倍の訪問診療患者さんに対応するようになりました。

2つ目に、診療所での医師養成が進んできたことです。NHO栃木医療センターの内科と協力し、家庭医療専

門医や総合診療専門医を育てる研修を運用し発展させてきました。今回の医師増員もその専門医研修の一環で1年から数年診療所で勤務する医師が含まれています。

「地域医療」はまちづくり

少子高齢社会の中で、私たちは小児から高齢者まで対応し、多数の専門診療科にまたがるいくつもの疾患を抱えている高齢患者に適切に医療を提供することのできる家庭医・総合診療医を育てることが大切と考え、取り組んでいます。また医療生協の医師として組合員さんと協同して街づくりにも学んでもらいたいと考えています。

組合員と一緒に育つ医師を

普段の診療行為だけでなく、組合員さんが旺盛に幅広く取り組んでいる地域活動を学ぶことで医療生協の医師として育ってほしいと思います。

研修中の医師は1年から数年という短期間での勤務になることも多く、毎年のように医師数が増え、ご迷惑をおかけすることもありますが、組合員さんの働きかけ次第ではそのまま残ってくれるかもしれません。

ぜひぜひ熱いラブコールを若い医師に！組合員さんの活動へのお誘いお待ちしています。

待合室

コロナ禍と気候変動問題。この2つの問題の因果関係をもはやだれも否定できなくなっています。自然への配慮を欠いた経済活動の積み重ねによる地球環境への負荷は、もはや許容の範囲を越えつつあるのです。

地球温暖化に待ったをかけるために、世界中で取り組まれているのが持続可能な開発目標SDGsです。17の努力目標に向かって、企業や個人が協力して取り組もうというものです。それに賛同こそすれ、表立って背を向ける人は一人もいません。しかし、それで温暖化が止められるのか？そう不安を覚えるのは私だけではないのではないのでしょうか？

「入新世の「資本論」と言う新書が大ヒットして注目の斉藤幸平氏は同書の中で「SDGsは大衆のアヘン」と揶揄します。企業がすべて「SDGsに取り組んでいます」と宣言することですべてのことが免罪されてしまう。例えば、「ガソリン車は廃止し電気自動車に切り替えCO2(二酸化炭素)排出をゼロにします」と宣言した企業は世間から称賛を受けませんが、実際にはCO2排出は減らないのです。電気自動車製造ラインをつくるために大規模な設備投資が行われ、雇用が促進し莫大な経済効果をもたらします。結果、自動車はCO2を排出しませんが、その他の経済活動と、電気自動車を走らせる電気をつくるために大量のCO2が排出されてしまいます。

「環境を守るために環境を破壊する」これが資本主義とりわけ新自由主義の現実なのだと言った齊藤幸平氏は指摘します。ならばどうすればいいのか？が次の疑問です。

「持続可能な開発」という目標自体の見直しが進められています。経済成長そのものをスローダウンさせ、地球再生のサイクルを復活させる。ごく一部の人の富が蓄積する経済のあり方そのものが問題なようです。

医療生協に期待しています

この特集では、SDH (健康の社会的決定要因) について、県内で様々な実践をする人たちにインタビューしています。

栃木県庁の近くにあるビルの3階に特定非営利活動法人とちぎボランティアネットワーク (以下、Vネット) の事務所があります。設立から約26年、多くの仲間と共に困窮者支援、フードバンク活動、災害救援や復興支援、NPOやボランティア活動の支援などを行い、地域を支えて来ました。理事長の矢野正広さんにお話を伺いました。(記事・写真 地域活動部 沼尾里砂湖)

「医療生協とも関わりが深い矢野さん。SDHについてどうお考えですか？」

矢野「昔の協立診療所の近くにアパートを借りて住んでいました。そこで障がい者の自立生活の支援をしたり、協立の入院患者さんの隣で一緒に寝たりしたこともあります。そんな変な事を受け入れてくれるのは、当時は協立しかありませんでした。」

SDHは、医療機関が地域を健康にするためには医療だけではない、と伝えていくためのマジックワードですね。この地域をどう良くするかが大枠にあると思います。その中で『子どもの貧困』というテーマは、ある意味でSDHに直結するので、診療報酬以外の財源を見つけていくことが大切です。実現できるのは医療生協だけだと思います。組合員さんがいることは大きな資源なので、その潜在的な力をどう引き出して活動に向けていくかがポイントですよ。このテーマに医療生協が取り組むことに期待しています。

「Vネットの活動について改めて教えてください。」

矢野「Vネットには大きく分けると3つの分野があります。とちぎコミュニティ基金、困窮者支援、災害救援です。子どもSUN SUNプロジェクトや12月に行ったサンタデランはとちぎコミュニティ基金の中のひとつです。なるべく多くの団体がいろんな形で関わり、様々な形で社会を良くしていこう！と呼び掛

け、アドバイスしていくのも私の仕事だと思っています。」

当事者がモノを言える環境にしたい

大変な状況に陥っている人たちが、自ら「大変だ」と匿名や顔を隠してでも発信できる環境にしたいです。困窮者の支援の中で50%以上が貧困にあります。そういう中で「もっと母子手当や生活保護をなんとかして欲しい」と当事者が言うべきです。しかし当事者にはその考えはありません。たまたまなってしまうだけですからね。素早く当事者が「おかしい」と言えるようにする機能が必要です。まずはここに来ればどうにかなる、という場所にしたいたい日々思っています。

子どもの貧困は子どものせいじゃない

Vネットが子どもの貧困支援を行っている理由は、子どもの貧困は子どものせいじゃないからです。政府は国民に自己責任論を押し強めますが、子どもに対しては自己責任論で言い逃れることができません。例えば親が悪いから親が何とかしない、と問題を投げけても、解決になりません。私たちが何とか断ち切るしかありません。子どもは私たちの目の前にいます。小学校、子ども食堂、あなたの近所に。

「子どもの貧困をはじめ、私たちが取り巻く環境は今後どうなっていくかと思いませんか？」

矢野「これからは必要なことは外国ルーツの子どもたちをどうしていくか、移民社会へのストレスをどう減らすかが勝負です。あとはSDGgに取り組みないと世界中潰れると思います。言葉だけは広がっていますが、限られた企業だけが資金を出せば良いという問題のレベルではありません。つまりNPOの人たちと共に、こういう風に地域の持続可能性を作っていくか、ということですね。」

気が付いた人から行動を

例えば子どもの貧困というと、母子家庭の母親の就労支援は企業のテーマです。特定求職者雇用開発補助金を使って採用した場合、それを使って就労者が継続して勤務するためにはどうすれば良いと思いますか？母親は子どもが病気になるから仕事を休まざるを得ません。そして続けられなくなります。それを解決するために、補助金を病児保育代に充てれば良いのです。しかし宇都宮市の病児保育を受け止める枠は1日38人分で多くないので、民間で作るしかありません。企業は長く勤められる人材を確保することで求人が楽になり、母親も仕事を辞めなくて済み、双方にとって良い仕組みが生まれます。

移民社会、自分たちの地域経済、従業員の暮らしの質の向上、農業、こういうこともSDGsです。国が動かないのであれば、気が付いた人から、民間で行動していくしかないですよ。地球を自分たちの足元から変えていきましょ。



矢野正広さん
Vネットへのお問い合わせは
電話 028-622-0021

VネットHP
<https://www.tochigivnet.com/>

告示

定款第五十二条により、二〇二一年度栃木保健医療生活協同組合第四十六回通常総代会を次の通り開催します。

日時 二〇二一年六月二十六日(土)
午後二時から

場所 とちぎ健康の森 多目的フロア
宇都宮市駒生町三三七-1

二〇二一年三月二十七日

栃木保健医療生活協同組合 理事長 関口真紀

総代選挙告示

定款第四十七条及び総代選挙規約にもとづき、二〇二一年度の総代選挙を左記の通り実施いたします。

一、総代選挙区及び定数 左記の通り

二、総代の任期 一年間

三、立候補の受付期間 二〇二一年四月一六日(金)から五月一五日(土)まで

四、立候補の受付場所 栃木保健医療生活協同組合事務局及び各事業所
五、投票日 二〇二一年五月二十一日(金)

※選挙区ごとに投票を行います。立候補者が選挙区ごとの定数を超えない場合には、投票を省略して立候補者全員を当選人とします。

二〇二一年三月二十七日

栃木保健医療生活協同組合総代選挙管理委員会

第46回通常総代会について

2021年度第46回通常総代会総代選挙区定数

2021年3月27日

2021年度第46回通常総代会の定数を以下の通り決定しました。①総代総数を105名とします②選出基準は、選挙区ごとの組合員に応じた比例配分とします。

選挙区名	区割り	定数
第1	宇都宮北西地域	33人
第2	宇都宮中央地域	15人
第3	宇都宮東地域	7人
第4	宇都宮南地域	22人
第5	宇都宮河内地域	2人
第6	大田原市、那須塩原市、那須烏山市、那珂川町、那須町	3人
第7	矢板市、さくら市、塩谷町、高根沢町	1人
第8	真岡市、芳賀町、市貝町、益子町、茂木町	2人
第9	鹿沼市、日光市	6人
第10	小山市、栃木市、下野市、上三川町、壬生町、野木町	6人
第11	佐野市	7人
第12	足利市	1人

総合計 105人

健康が一番

174

早寝早起きとおしゃべりが健康の秘訣!

沼尾フミさん 92歳 (南支部)

ふたば診療所のすぐ隣に住んでいます。40年前家を建てましたが、その頃、周りは雑木林で家もまばらで砂利道でした。しばらくして「ここに病院ができる」と聞いて嬉しかったです。健康の秘訣は、早寝早起きと孫とおしゃべりです。隣に住む孫は、毎日仕事帰りに「ばあちゃん、ただいま」と寄ってくれます。そして「今日はよく売れたよ」とか「ダメだったよ」と商売の様子を話していきます。「そうかい」「そんな時もあるね」と会話するのが楽しみです。



孫に元気をもらって

手作りひな祭り

医療生協介護サービスセンター虹 通所介護

デイサービス虹では、毎年ひな祭りに顔出しパネルを使い写真撮影をおこなっていました。今年は新型コロナウィルス感染症防止の観点から、お内裏様とお雛様の折り紙を作成することにしました。髪の色、洋服の色など、みなさん様々な色を使って完成させました。それぞれの個性が光る作品が出来上がりましたよ。例年通りの行事が早く出来るようになることをいつも願っています。

028-652-8501 所長 横 忠光



華やかですてきな作品が出来上がりました

新型コロナ・ワクチン接種について

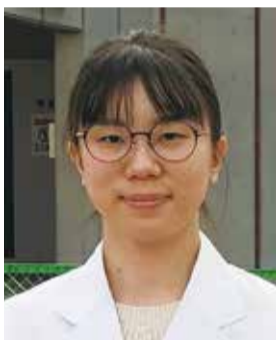
新型コロナ・ワクチン接種実施について、自治体から案内文が郵送される予定です。宇都宮協立診療所、生協ふたば診療所ともに接種協力医療機関になっておりますので対応が可能です。

宇都宮市の場合は、接種を希望される方ご自身が、宇都宮市が設置するコールセンターへ電話、又はWEBで、接種日や接種を受ける医療機関を決める仕組みになっています。お住まいの自治体により対応が異なりますので、自治体が発表する情報をご確認ください。

栃木保健医療生活協同組合

新たに仲間が増えました!

獨協医科大学医学部1年 島田優果さん



みなさんこんにちは。私は将来、医師として地域医療に携わりたいと考えています。先日、診療所実習で実際の医療現場を自分の目で見て、さらにその思いが強くなりました。また、患者さんやご家族との信頼関係を築くことや、幅広い知識も必要であると実感しました。すべての人に平等に医療を提供するという理念にも共感しています。同じ思いを持った仲間と助け合い、協力し合いながら患者さんにとって最善な医療を行える医師になりたいです。これからよろしくお願いたします。

奨学金制度のご案内

医学部 10万円 + 10万円 = 20万円
看護学部(学校) 5万円 + 5万円 = 10万円
くわしくは栃木民医連HPを御覧ください
URL <http://www.tochiginmin.jp/>
学生担当 工藤鉄明 080-5419-8040

キリトリ

宇都宮協立診療所の外来診療表

●火・水・金の外来は4時30分までの受付となります。夜は医師研修のため休診になります。
〒320-0061 宇都宮市宝木町2-1016-5 TEL028-650-7881 FAX028-650-7884

	月	火	水	木	金	土
AM9:00 ~ 11:45	植木(予約) 関口 川口 軽部(内視鏡)	関口(予約) 池田 川口	軽部(予約) 水曜担当医	軽部(予約) 関口 武井 植木 川口(内視鏡)	軽部(予約) 関口 武井 寶田 平野(内視鏡)	交替制
PM3:00 ~ 6:00	軽部(予約) 月曜担当医	火曜担当医	水曜担当医	軽部(予約) 木曜担当医	軽部(予約) 金曜担当医	AM11:45まで受付 午後休診
	PM6:00まで受付 夜間休診	PM4:30まで受付 夜間休診	PM4:30まで受付 夜間休診	PM6:00まで受付 夜間休診	PM4:30まで受付 夜間休診	

予約の変更や診療時間のお問い合わせなどは、朝9時から夜7時までの間をお願いします。電話での診察予約はできません。来院時、窓口でお願いします。○休日の受診のときは、必ず前もって電話でご相談ください。○夜間は、「宇都宮夜間休日救急診療所」をご利用ください。

※両診療所、新型コロナウイルス感染症対策中のため診療体制が変更になることがあります。

生協ふたば診療所の外来診療表

〒321-0164 宇都宮市双葉1-13-56 TEL028-684-6200 FAX028-684-6208

	月	火	水	木	金	土
AM8:45 ~ 11:45	北岡(胃カメラあり) 鈴木 千嶋	北岡(胃カメラあり) 天谷 千嶋	天谷 鈴木	北岡 鈴木	天谷 千嶋(胃カメラあり)	交替制
PM4:00 ~ 6:00	千嶋	軽部(予約) 天谷	休診	千嶋	関口	休診

医療メモ

老後の安心、成年後見制度

認知症が進み預貯金が下ろせない状態になったらどうするか。成年後見制度とは、家庭裁判所の監督のもと、本人の権利を守り契約などをサポートするもの。成年後見人には弁護士、司法書士、社会福祉士、その他、親族や市民からも選ばれる。本人の判断能力に応じて「補助」「補佐」「後見」の3区分あり。任意後見制度は本人に十分な判断能力あるうちに任意後見人を選ぶ。相談は地域包括支援センターや社会福祉協議会へ。

心を沸き立たせる春になりました。たまたま高校生の卒業文集をいただき、読ませてもらうとコロナ禍でも精一杯仲間と学んだ記録が伝わってきました。新しい一歩を踏み出す期待と不安の緊張感もいいですね。私も春の心を忘れずに、新年度の紙面づくりに協力しようと思います。(増)

編集後記

健康・きつずチャレンジの結果

2020年11月～12月に実施した「健康・きつずチャレンジ」の結果をご報告します。

☆健康・・・471人
☆きつず・・・292人
☆合計・・・763人
たくさんの方に参加いただきました！最年少は1歳、最高齢は99歳と、幅広い世代に健康づくりを呼びかけることが出来ました。「家族でチャレンジすることでコミュニケーションのひとつになりました」「子どもがきちんと出来たらシールを貼るという楽しい目的があったので、進んで取り組み良い習慣になりました」「主人とお互いに確認し合って休まず頑張ることができました。血糖値も下がり、お医者さんに努力してますね、と言われ大変喜んでいきます。ずーと続けていきたいと思えます。」「昨年は朝起きて1杯の水コース、今年はそれにラジオ体操を増やしてみました。体調が良いです。来年はあいうべ体操をプラスしようかな！」と、たくさんのうれしいご感想をいただきました。今後も地域の健康づくりに貢献していきます。ご参加いただいたみなさま、ありがとうございました。



みなし自由脱退処理について

みなし自由脱退処理についてご報告いたします。
毎年、全組合員に出資高通知をお送りしていますが、2年以上返送されてきている組合員2339人を対象に調査をすすめ、どうしても所在がつかめなかった1494人(出資額合計1千302万円)をみなし自由脱退いたしました。調査にご協力いただいたみなさまに感謝いたします。
組合員からお預かりした出資金をご本人にお返しすることができなかった事を残念に思うとともに、今後の反省として所在不明になつてしまった方への調査を日常的に実施してまいります。
みなし自由脱退処理となったのちも、所在が判明次第出資金はご本人やご家族にお返しできます。住所変更を申し出していない方は、本部までご連絡ください。

栃木保健医療生活協同組合
028-652-3714

文芸コーナー

俳句

骨抱きて

畦地あぜちを行くや 犬ふぐり

宇都宮市 澤井好明さん

春きたよ

やぶの中から ホーホケキョ

宇都宮市 斉藤千恵さん

川柳

診察日結果肴にコップ酒

ゆらゆら登

短歌

温顔で神の手を持つ医師ありて
幼きわれを救い導く

佐野市 猪瀬清美さん

コロナ禍に人心とわに渴く世に
医療生協心のオアシス

宇都宮市 小太刀節子さん

牛肉の寄付あり子ども食堂の
再開を決めカレーを煮込む

宇都宮市 菊池洋勝さん

絵・写真



午前5時17分、緑橋からの景色
足利市 秋元晴男さん

ナンプレクイズ

☆4文字熟語の問題です。□に漢字を入れ、それぞれの意味に合う4文字熟語を完成しなさい。
答えがわかったら、下記の方法でご応募ください。
正解者の中から抽選で3名の方にグルメカードをプレゼント。
紙面の感想や身近な出来事などをお書き添えください。
～応募方法～
メール、FAX、切り取ってはがきに貼る、封筒に入れて郵便投函、両診療所窓口へ名前と住所を書いてご提出ください、どんな形でも受付します。ご質問は028-652-3714(沼尾宛)まで。

- ① 物 務 人々の知識を開発して、事業を成し遂げること
- ② 気 発 活発に語り合い、論じ合うこと
- ③ 論 発 すぐれた才能が、盛んに外に現れること
- ④ 本 源 災いの原因や、根本の原因を徹底的に取り除くこと

※当選者名と読者の声は、紙面に掲載させていただく場合があります。
ペンネーム希望の方は明記してください。※必ず氏名(ペンネーム)と住所を明記ください。
応募締切5月15日(消印有効)

「健康とくらし」編集委員会(栃木保健医療生活協同組合内)
〒320-0061 宇都宮市宝木町2-2554-14 TEL028-652-3714 FAX028-652-3653

2月号クイズの答えと当選者

1	2	3	4	5	6	7	8	9
9	5	1	7	2	3	6	8	4
4	2	8	9	1	6	5	7	3
6	7	3	8	5	4	1	2	9
5	6	2	3	8	1	9	4	7
3	4	9	5	6	7	8	1	2
1	8	7	4	9	2	3	6	5
8	3	4	1	7	9	2	5	6
2	9	5	6	4	8	7	3	1
7	1	6	2	3	5	4	9	8

ナンプレクイズ当選者
宇都宮市 桧山茂夫さん
宇都宮市 沼田憲治さん
宇都宮市 御牧秀世さん
今月はグルメカードをプレゼントします！
多数のご応募ありがとうございました。

栃木保健医療生協のHPもご覧ください。

読者の声

春はやつて来る

ろう梅が咲き、沈丁花が香り、桜のつぼみも膨らみ、春は着実にやつて来ています。でもコロナの終息はまだまだ。脳の老化ストップのため、ナンプレや新聞のクロスワード、数独に挑戦しています。
佐野市 大歳京さん

医療生協は誇り

いつも「健康とくらし」楽しく拝読しています。地域に根付く医療生協の活躍は一組合員にとつても誇りです。久しぶりにナンプレ挑戦しました。
宇都宮市 小太刀節子さん

春の訪れ

春の訪れとともに情報が豊富。その中で私は春の食材です。今が食べ時と毎日笑顔で食卓を囲んでおります。
宇都宮市 橋本とめ子さん(73才)

楽しんでいきます

毎月ナンプレクイズ楽しんでいきます。文芸コーナーの作品も楽しみです。コロナ禍の中、ナンプレで頭を使い、ウォーキングで貯筋をしています。
下都賀郡 佐藤綾子さん

心より感謝

何も協力しない仲間です。組合員としてはそれなりに古い方だと思えますが、班会を始め、ほとんどの行事に参加して下さいますが、「健康とくらし」を毎月自宅まで届けて下さいます。心より本当に感謝しております。これからもどうぞよろしくお願い致します。
宇都宮市 上野茂さん(83才)