

ありがとう平野先生

—平野先生を偲ぶ—



▲食事会にて（阿部倉支部）[写真提供：荷見正子]



▲当生協に赴任した頃の平野先生



▲健康講話や学習会はいつも好評でした

平野先生は長く葉山クリニック所長を務められました。葉山病院からクリニックに転換した後のご苦労や職員と組合員が一丸となってクリニックを支えてきた話を何度か聞いていただいたことを覚えています。当生協および葉山クリニックの発展に多大な貢献をされた素晴らしい先生でした。謹んでご冥福をお祈りいたします。

神奈川みなみ医療生協
専務理事／秋田直樹

患者さんの信頼は大変厚く、職員にとっても気兼ねなく何でも相談ができ、色々な面で頼りにしてきた先生でした。1994年、先生が葉山クリニックに赴任された時、病院の経営は厳しい経営状況など多くの課題を抱えていました。地域の医療、葉山クリニック再生のために懸命に力を注がれた24年間であったと思います。謹んでご冥福をお祈りいたします。

葉山クリニック元事務長／世戸茂磨

平野先生、長い間おつかれさまでした。15年前からかかりつけ医として、いつも優しく接してくださいありがとうございました。結婚式の1週間前に咳が止まらず苦しい思いをした時も「花嫁さんが元氣じゃないと大変だ」と言って丁寧に診察をしていただき、気にかけて下さいました。心よりご冥福をお祈り申し上げます。

H・N



▲いつも優しく笑顔で診察をしていました

平野先生、長い間ご苦労様でした。息子がお世話になった際にお目にかかりましたが、優しい先生でした。まだまだお元気そうでしたが、友人に知らされて驚きました。私より若いのにと思い、その日は淋しくなり憂うつでした。みなさまから慕われていらつしゃって幸せだったと思います。心から冥福をお祈りします。

M・S

11月に通常の診療に伺いました。平野先生がご逝去のことで驚き悲しかったです。優しく気さくな先生でした。長い間お世話になりました。ありがとうございました。安らかに……。ご冥福をお祈り致します。

E・S

平野先生、長い間お世話になりました。診察室から漏れるほどの大きな声でいつも気さくに話かけてくれる先生でした。「木彫りが趣味」と言うので、「僕も休みにはカメラで1日終わるんだよ」や血圧を測りながら、「お孫さんは？」など他愛もない話をしながら診察をしてくれました。長くお世話になりましたので色々とお休みなさい。安らかに休んでください。

F・I

3年ほど前から毎週土曜日の診療後、ご自宅まで送っていただいた。車中ではプロ野球、相撲の話で会話ははずみ、年令が近いせいか昔の名選手、大横綱の話に花が咲きました。特に、大相撲で久しぶりの日本人横綱誕生した時の会話は印象深いです。11月6日火曜日、臨時的に送ることとなり11日から始まる九州場所での横綱を叱咤激励していました。「9日もお願います」と言ったあの優しい言葉と笑顔が最後になり残念に思っている次第です。心からご冥福をお祈り申し上げます。

デイサービス元氣
送迎ドライバー 川野 亨



▲平野先生が点てるお茶は大人気でした

2018年12月 理事会報告

1. 医療生協強化月間のまとめについて

事業所では8・9月、支部・地域では10・11月で強化月間に取り組みました。11月末時点で加入339件、出資金額1,873万3千です。昨年と比較すると加入・増資ともに減少しています。また、年度末の脱退・減資予告を含めると組合員数、出資金額ともに純減が見込まれます。年間目標を達成し、組合員数・出資金額ともに純増をめざして2月・3月で「やりきろう月間」に取り組みます。

2. 第77回通常総会に向けた日程を確認

第77回通常総代会を2019年6月16日に行います。この総代会に向けた日程を確認し、4月号の機関紙に総代会議案をダイジェストで掲載しますので、各支部・地域でも討議をお願いします。

3. 2018年11月度の患者利用者状況報告

外来患者：5,771人、訪問看護：124人
訪問ヘルパー：87人、デイサービス：145人
ショートステイ：69人、ケアプラン：319人

4. 2018年11月度の経営状況報告

11月度経常利益：1,260万1千円
累計経常利益：878万3千円

2018年11月末現在 組合員数：15,505人 / 出資金：421,455,500円

消費税10%を中止させよう

医療生協では消費税10%の中止を求める署名に取り組んでいます。実質賃金は伸びず格差と貧困が広がるなか、低所得者ほど負担が重くなる消費税の増税を中止させましょう。ぜひご署名いただき、お近くの診療所や医療生協の運営委員にお届けください。

● 社会保障学習会のお知らせ

3月1日(金) 14時～16時 於：横須賀市産業交流プラザ
参加費無料。問い合わせは医療生協本部組織部まで。Tel: 046-853-8105

からだ動かそう！ 健康 ヨガ

Lesson② 三日月のポーズ



【ポイント】

上半身を横に倒して、脇腹から腕を伸ばす。目線は天井。両膝が離れないように、内腿の筋肉を使ってそろえる。上半身を曲げたときに足が離れないように地面を踏む。

【効果】

腰の横から脇が伸びて内臓が刺激される。左右の腰を伸縮させるので、身体の歪みを整えてウエストのシェイプアップ効果。

やさしいヨガ教室

日時：毎週水曜日 ①9:45～ ②11:00～

定員：各回10名(要予約)

会場：ほっとスペースみなみ(医療生協本部1階)

料金：1回1,000円

※組合員は、1,000円のうち500円を出資金とします。

問合せ：医療生協本部 ☎046-853-8105

監修/折戸めぐみ

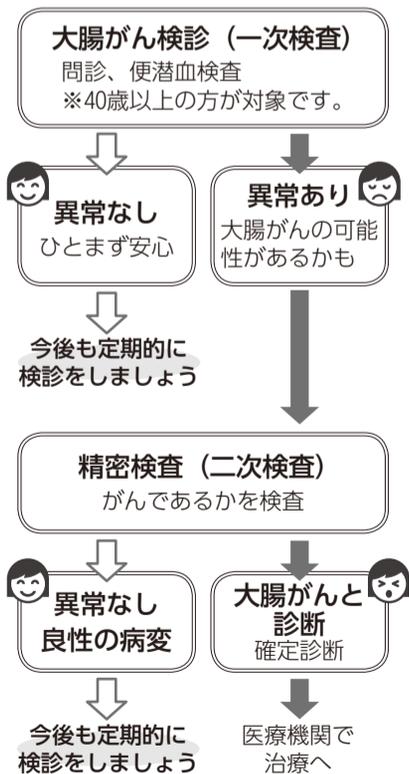
(横須賀ピラティス・ヨガ教室主宰・やさしいヨガ教室講師)

大腸がん

受けよう！がん検診

前立腺がん

大腸がん検診の流れ



大腸がん

大腸がんは、結腸・直腸・肛門で構成される長さ約2mほどの大腸に発生するがんです。日本人では多くがS状結腸と直腸に発生することが知られています。大腸がんの多くは大腸内側の粘膜から発生します。大腸粘膜の細胞からポリープ(腺腫)と呼ばれる良性の腫瘍が発生し、その一部ががん化して増大したものです。大腸の粘膜に発生した大腸がんは次第に大腸の壁に深く侵入し、やがて大腸の壁の外まで広がり腹腔内に散らばったり、あるいは大腸の壁の中のリンパ液や血液の流れに乗って、リンパ節や肝臓、肺など別の臓器に転移したりします。

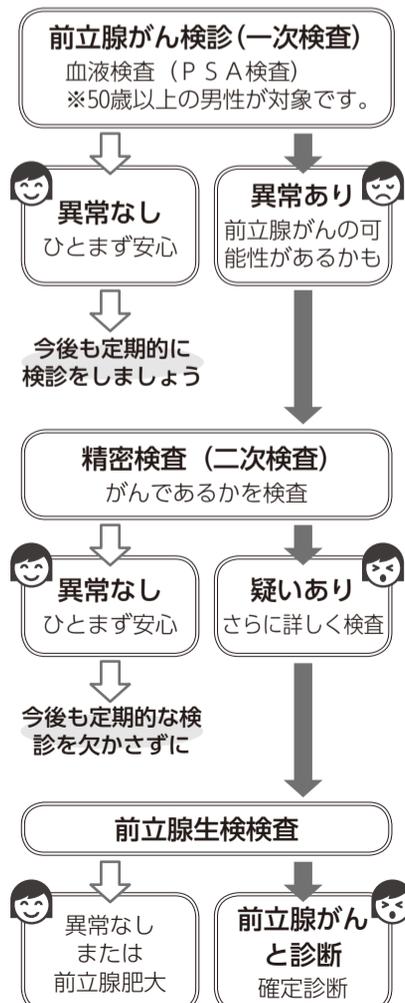
検査方法

● 便潜血検査

大腸がんやポリープがあると、便が腸内を移動する際に便と組織が擦れて血液が付着します。便に潜むこの血液の有無を調べるのが、便潜血検査です。便の表面を採便用の棒でまんべんなくこすり、2日間分の便を採取します。食事制限の必要もない簡単な検査です。



前立腺がん検診の流れ



前立腺がん

前立腺がんとは、男性にだけ存在する前立腺から発生するがんです。初期では尿道や膀胱を圧迫することがないため、ほとんど症状があらわれません。かなり進行した状態になれば、尿が出にくいといったような症状があらわれます。そのため、以前は早期に発見することが難しい病気でしたが、現在は健康診断で実施されるPSA検査という血液検査で発見できるようになりました。前立腺内にとどまっているがんを早期に発見して適切に治療することで完治が可能な病気です。50歳になったら、定期的に血液検査で簡単にわかる「PSA検査」を受けられることをおすすめします。

検査方法

● PSA検査など

血液検査によりPSAの値を調べる検査です。PSA値が正常の値よりも高ければがんが疑われることになり、PSA値が高くなるにつれてがんの確率も高くなっていきます。しかし、PSA値が正常値より高値だからといって、必ずしも前立腺がんであるとは限りません。前立腺肥大症や前立腺炎でもPSA値が高値となることもあります。したがって、PSA値が高い場合には、さらに前立腺がんである可能性を調べるために直腸内触診、画像検査(超音波《エコー》検査、前立腺MRI検査)などを受けましょう。

シリーズ 手をつなごう

介護の現場から ⑬

住み慣れた地域で暮らし続ける ～負担なく入浴できるように～

体を十分に動かすことができないため、入浴は機械浴で対応をしました。

Aさんは体型が大きく、右膝には人工関節が入っています。人工関節部位の感染症と皮膚真菌症の病歴があり、感染症などのために清潔さを保つことが大切ですが、自宅での入浴は困難なためデイサービスの利用をすることにしました。

Aさんはご自身で身体を動かすことができず、右膝には人工関節が入っています。人工関節部位の感染症と皮膚真菌症の病歴があり、感染症などのために清潔さを保つことが大切ですが、自宅での入浴は困難なためデイサービスの利用をすることにしました。

ストレッチャーの型に合わせて作ったバスケットを座面に敷き、寝たま

まの状態です。洗濯機が動かなくなりました。入浴するに十分なスペースが確保できず、入浴が困難なため、ストレッチャーを使用して入浴する方法を検討することになりました。

入浴するに十分なスペースが確保できず、入浴が困難なため、ストレッチャーを使用して入浴する方法を検討することになりました。

介護福祉士 渡部慎司

入浴するに十分なスペースが確保できず、入浴が困難なため、ストレッチャーを使用して入浴する方法を検討することになりました。

入浴するに十分なスペースが確保できず、入浴が困難なため、ストレッチャーを使用して入浴する方法を検討することになりました。



参加ください。

健康づくり委員会主催の第2回介護カフェを開催。鎌倉保健福祉事務所三崎センターから歯科衛生士の長島さんをお招きし、「とても大切、お口の健康」をテーマに学びました。

歯ブラシや手鏡、菓子パンで口腔衛生の状況や嚥下力のチェックを行ない、嚥下（飲み込む動作）の大切さも話されました。あまり意識しない嚥下には、奥歯が関係している、食物を噛み砕くだけでなく嚥下を補助する役割があるとのことでした。普段は忘れがちになっていた。普段は忘れがちになっていた。普段は忘れがちになっていた。

Aさん（要介護5）の事例

こんにちは



ショートステイ 安護楽

みんなで作る 壁飾り

12月はポインセチアのツリーを制作しました。利用者さんは作業となると一生懸命に自分の力を発揮してくれます。まずはポインセチアのパーツ作りからですが、安護楽では折り紙の代わりに保管している包装紙が大活躍します。侯約時代を生きてきた利用者さんたちは心得たもので、無駄なくきつちりと型紙通りに型取ります。ハサミを使い、台となる紙皿にクレヨンで色付け、花紙で作ったバラを解体して丸

めて花心を作る作業など、みなさんの職人技にはいつもながら脱帽です。ショートステイなので同じ利用者さんが最後まで作品に関わることは難しいのですが、色々な利用者さんの協力でオリジナルティ溢れるポインセチアを作り上げることができました。

仕上がったポインセチアをツリーにするのは私の役目。完成したツリーを飾ると「これは私がやったの！」「あれは素敵

ねえ」とみなさんの声が聞かれます。完成したツリーを見ながら、みんな笑顔になる時がホッと嬉しい時間でもあります。利用者さんと職員の間には、お互いを支え合っているような空気があります。



クレヨンで素敵に色付け

川瀬治恵子

新連載

介護相談室

Q & A

Q 急に体調を崩してしまい動くことができなくなりました。介護保険を利用したいのですがどのようにしたらいいのかわかりません。

A 介護保険を利用するには要介護認定または要支援認定を受けるために申請が必要です。ご本人・ご家族により各市町村の介護保険窓口で申請できますが、医療生協の居宅介護支援事業所（衣笠・三浦）にご相談いただいても、ご本人・ご家族に代わり、代行申請を行うことができます。

介護保険制度は、高齢や病気などによって介護を必要とする状態となってもできる限り住み慣れた地域で今まで通りの日常生活を送る事ができるよう、介護が必要になった高齢者の方やご家族など周囲の方々が国と社会全体で支えていくために作られた仕組みです。

介護が必要になるのは特定の人だけでなく、高齢や病気などによって誰にでも起こりうる問題です。

介護が必要となったときに、社会全体で支え合い、介護に必要なサービスを受けながら、住み慣れた地域で自分らしく生活を続けられるようにするというのが介護保険制度の目的です。

▶申請に必要なものは？

介護保険の被保険者証（保険証）と所定の申請書が必要です。

ただし、第2号被保険者（40～64歳）の方は、加入している医療保険の被保険者証のコピーも必要です。（介護保険で決められている16種類の特定疾患で、介護が必要である場合に申請することが出来ます）

申請書には主治医の氏名、医療機関の名称、郵便番号、所在地、電話番号を記入する必要があるため、事前に調べておくとう便利です。

●申請から認定されるまでの流れ

申請	市区町村（横須賀市、逗子市、葉山町、三浦市）に申請します。
認定調査	市区町村職員などが自宅へ訪問し、全国一律の調査票を用いて調査します 市区町村は主治医に意見書の記入を求めます
判定	●第一次判定：調査票の結果及び主治医の意見書を分析します ●第二次判定：介護認定調査会が一次判定の結果や認定調査の特記事項、主治医の意見書に基づき判定を行います
認定結果・通知	要介護認定の結果が通知されます

