

千葉健生病院
健康友の会

Instagram



友の会だより

〒262-0032 千葉市花見川区幕張町5-391-3
TEL 043-276-4817・FAX 043-276-4828
メールアドレス chiba.kensei.tomo@gmail.com

千葉健生病院ホームページはこちら

ちばけんせいびょういん

検索



私たちは、人権を尊重し安全、安心、信頼納得の医療・介護をめざします。



発行 千葉健生病院健康友の会



「今年もよろしくお祈いします」友の会幹事一同

明けまして おめでとーございませす

皆様のご多幸とご健康をお祈りいたします

友の会会長

津久井洋



おめでとーございませす。友の会は昨年、4年ぶりに友の会旅行を再開しました。また、サークル発表会、女性による講演会、お楽しみ落語会、友ちゃん亭(食事会)、ダイエツト教室、毎月の公開講座、高齢者訪問、居場所づくり、会員・

職員と一緒に多くの取り組みを行いました。コロナ禍の行動制限が和らぎ多くのみなさんが参加されました。参加者からは大変喜ばれ、友の会・病院との絆を深めることができました。ありがとうございます。

今年は医療、介護制度が改定されます。コロナで医

千葉健生病院

院長 岡田 朝志



明けましておめでとーございませす。コロナが5類になって世の中の様子が急に変わってきました。昨年は久しぶりの友の会旅行で銚子に行けたり、健康フェスタ(旧健康まつり)が開催されたり喜ばしいことも多かったです。

千葉健生病院、まくほり診療所もコロナ対策には奮闘

しましたが、昨年の通達でコロナ重点病院ではなくなりました。医療も急速に平常化しています。喫緊の問題は人手不足です。医師の働き方改革で人員の確保が難しく、高齢となり退職された医師の穴を埋めることも大変です。看護師やリハ職もなかなか集まりませせん。新年早々こ

世界のおちこちで戦争が起きています。友の会の皆さんとも力を合わせて、命を台無しにする戦争政策には反対していきたいと思ひます。今年もどうぞよろしく。

千葉健生病院

看護総師長 齋藤 美希



友の会の皆様、本年もよろしくお祈いします。昨年は健康フェスタを数年ぶりに開催し、地域の皆様と交流をすることができました。看護部は地域の皆様の健康づくりに取り組んでいけるようフレイル対策や血糖値測定コーナー、胃がん健診推進のため、内視鏡を実際に触るこ

とのできるブースを設けました。看護師たちは地域の方々の心配事や体づくりについてお話を聞くことができ、私たちにできることを改めて考えさせてもらう機会となりました。本年も皆様と活動できる場に参加し、安心して暮らし続けられる地域づくりに取り組んでいきたいと思ひます。

看護師の活動の場は病院・診療所だけでなく、在宅・地域へ広がっています。しかし、千葉県の看護職は全国46位と少ない状況です。民医連は看護師の処遇改善や看護学生の学費無償化に向けて取り組みを行っています。皆様のご支援をよろしくお祈いします。

千葉健生病院

事務長 児玉 克朗



謹賀新年 昨年中は大変お世話になりました。11月にはコロナ禍が継続し、インフルエンザの流行もございました。その中、久しぶりに病院まつりを「健康フェスタ」という形で実現できました。

多くの友の会会員の皆さん、地域の方々、職員も80名以上の参加で盛況に執り行うことができました。今年も辰年です、天に昇るごとく、政治の流れをいい方向に向けていきたいと思ひます。皆さんと一緒にがんばりませす。

千葉民医連では4月から、新入医師4名を迎え入れませす。職員一同協力し、友の会活動・地域医療の貢献に邁進してまいります。謹んで皆様のご健康とご多幸を祈念致し、新年の挨拶とさせていただきます。

サークル発表会



全14サークルが5分ごとに発表しました。初めての発表会には、52名が参加し、新しくサークルへ加入希望者が3名いました！



| | |
|---------|----------------|
| 13:45 ~ | おりがみ 習志野 |
| 13:50 | 高齢者体操 ストレチア |
| 13:55 | そばうち |
| 14:00 | うたごえ こまどり |
| 14:05 | 切り絵 きりえもん |
| 14:10 | 趣味の手芸 |
| 14:15 | 健康スマホ・パソコンサークル |
| 14:20 | アジアの歴史を学ぶ会 |
| 14:25 | 絵手紙 |
| 14:30 | 中国語教室 |
| 14:35 | 囲碁 |
| 14:40 | おりがみ 友の会 |
| 14:45 | 朗読 いっぽの会 |
| 14:50 | 大正琴 (琴の音) |



♪ オープニングは友ちゃん体操
チアガールのようでステキでしょ♡



健康スマホ・パソコンサークル→



そばうち→



高齢者体操
ストレッチア→



おりがみ習志野→



↓朗読いっぽの会



アジアの歴史を学ぶ会→



切り絵きりえもん→



→うたごえ
こまどり



↓大正琴 (琴の音)



趣味の手芸→



→絵手紙



↑囲碁サークルのみなさんは
おそろいのハッピーです→



中国語教室→



楽しかったね
ありがとう



休憩スペースの笑い声にさそわれて

気になることを相談しました

11月23日、千葉健生病院
駐車場にて「健康フェスタ」
を開催しました。
今まで行ってきた地域へ
の健康づくりの場とし「幕
張・検見川健康まつり」を
「健康フェスタ」にリニュー
アル。初めて病院敷地での
開催でした。
企画の段階では、「担当
者会議」を開き、どんな健
康フェスタにしたいかを話
し合いました。どんなこと
を地域に発信したいか、民
医連職員として健康づく
りを地域に届けるという内容
を、各部署で煮詰めました。
千葉健生病院、まくはり



診療所、まくはりの郷、ケ
アプラン幕張、あんしんケ
アセンター幕張、まくはり
訪問看護ステーション、共
同薬局、福祉会からたち、
福祉会まあぶる、共同福祉
サービス、健生友の会が参
加しました。
当日は、何千人という大
勢の人がごったがえすほど
：はいませんでした、い
いお天気の中、来られた方
にゆっくり対応でき、手作
り感満載、笑顔あふれるあ
たたかい「健康フェスタ」
でした。
(古澤 祐子)



朝一番から、まくはりの郷
ブースは大人気。デイケアの申し込みも
ありました。
かわいい看板が目印です！



スタンプラリーとクイズラリーは、大人にも子どもにも人気でした。お菓子の参加賞だよ



笑顔あふれる訪問看護ステーション



体力年齢チェックコーナーでは、みなさん一生懸命でした！



砂糖の量を知ろう！と看護師さんが、いろいろ教えてくれました



指先にパチンと血糖値測定結果を聞くまで、ドキドキです



病院みそ汁の試飲では、みなさん「おいしいね〜」と大好評！おうちと比べてどっちが塩分あるかな？



胃カメラを触ってみましたか？丁寧な説明で、検査のことがよく分かる！



介護の実習生さんも参加してくれました

ソーシャルワーカーさんがなんでも相談にのってくれました



介護ブースは賑わいました♡今度はいつやるの？と聞かれました



薬剤師さんにも、お薬のこと、なんでも相談できました



ストップ軍拡 かがやけ人権 第36回 日本高齢者大会in東京

1日目(11月12日)は巣鴨の大正大学キャンパス、2日目(13日)は文京シビックセンターで開催されました。1日目の学習講座と分科会に1360人、2日目の全体会に1700人合わせて3000人が参加しました。

友の会と職員は、1日目17名、2日目の全体会に6名が参加しました。

の現状などについても話されました。

1日目の学習講座では「コロナ禍で見えた日本の医療の課題」で、全日本民医連の増田剛会長が医療問題、マイナンバー法、ガザ

澤協二さんの記念講演が「非戦の安全保障論」と題して行われました。37回の来年は、名古屋での開催が確認されました。

分科会に参加して

第7分科会

多世代でつながり豊かな地域づくりを

平野 洋子

私は「多世代でつながり豊かな地域づくり」の講義に参加しました。東京都立大学 室田信一先生のお話はとてもわかりやすく納得のゆく事ばかりでした。

をこえて隣り近所のお付き合いも少なく隣りの人の顔もはつきりわからなくなり道ですれ違っても挨拶すらできなくなってしまうました。

子どもが小さいころ私に怒られた時お向かいのおじいちゃんおばあちゃんに助けを求めていった事を思い出し、いまはそんな近所づきあいもなくなってしまうたんだらうなあとさみしくなりました。

分科会は、「加齢性の難聴と補聴器の助成はなぜ必要か」など14分科会。学習講座は、「高齢者の就労と貧困問題」など13講座。

学習講座・分科会

日時 11月12日(日)13時～

会場 大正大学

移動分科会・夜の企画も行います。

「短歌」のチカラ

古澤 祐子

先日、日本高齢者大会に参加しました。

なにを学ぼうか迷うこと数日。私は「自分史を『短歌』に、『短歌』を希望のエネルギーに」という分科会に参加してきました。

私は「短歌」をよく知らず、下素人。そのような状態で参加したので、感情と情報が一気になだれ込んだかのような学びでした。

難しい決まりごとは、特に気にしなくてもいい。さまざま面白い、日々の生活の中で、心におこった波立ち、新鮮な印象、新しい発見や気づき、それらを自由に「5・7・5・7・7」5句31音で表現することが基本です。



ガザの子の口元映る懸命にママ打たないでママに会いたい この短歌を聞き衝撃が走りました。テレビで見た戦争の情景がすぐ思い浮かびました。必死に訴える、涙する子どもの顔がさらに浮かびました。

ああ、そうか。そうなんだ。誰かに伝えたいこと、聞いてほしいこと、自分の感情や気持ち、書き留めたことを短歌にすれば、相手に伝わるんだ。最近気になることを、短歌にしてみました。国民に耳をかさない目を向けない 戦争準備 誰が望むか デジタルが進んでいても 買えぬもの 人の優しさふれあう心 せひ、みなさんの「短歌」をお待ちしております。

第8分科会

認知症になっても安心して暮らせる社会(地域)をつくるために

田原 幸子

私の母はアルツハイマー型認知症でした。

当時、認知症に対して世間は冷たかったです。

ある時、買物好きな母のため、大手スーパーに連れていきました。案の定、迷

子にさせ私は慌てて放送で呼び出してもらう様にお願いしました。

すると、「子ども以外は呼び出されません」とびしゃり断られ、どうしていいかわからず警察に行き話

をしました。「大丈夫絶対見つけますよ」と言ってくれホッとしたのを思い出しました。

分科会は認知症のこと以外にないと思ひ、今回参加させていただきました。

そして、始めて5分間で先生が、「認知症基本法が成立しました」とおっしゃってくれ、本当にうれしかったです。

本当に、当たり前のことですが、今さらですが、法案が通って良かったと感動

しました。家族の方から大変さを見て聞きました。

認知症の本人の苦しい思い。今、どんなことをやってあげられる、あげるべきなのか。

勉強できる場所をどんな作り、家族のケアの専門家を育てる。

認知症になっても、家族の認知症にも向き合える安心して暮らせる社会を作るために、力を入れてほしいと思ひました。

友の会サークル活動

| | | | |
|--------------|------------|--------|-------------|
| アジアの歴史を学ぶ会 | 1/22(月) | 10:00~ | 友の会2階 |
| 囲碁 | 1/15・29(月) | 9:30~ | 友の会2階 |
| うたごえ(こまどり) | お休み | | |
| 絵手紙 | 1/19(金) | 13:00~ | 友の会大会議室 |
| おりがみ(習志野) | 1/22(月) | 10:00~ | 津田沼サンロード研修室 |
| おりがみ(友の会) | お休み | | |
| 切り絵(きりえもん) | 1/10(水) | 13:00~ | 友の会大会議室 |
| 趣味の手芸 | 1/17(水) | 13:30~ | 友の会大会議室 |
| 高齢者体操(ストレッチ) | 1/22(月) | 14:00~ | 友の会大会議室 |
| そばうち | 1/18(木) | 9:30~ | 友の会大会議室 |
| 大正琴(琴の音) | 1/9(火) | 10:00~ | 友の会大会議室 |
| 中国語教室 | 毎週水曜日 | 10:00~ | 友の会大会議室 |
| 健康スマホ・パソコン | 1/12・26(金) | 14:00~ | 友の会大会議室 |
| 朗読の会(いっぽの会) | 1/5・19(金) | 14:00~ | 幕張公民館 |

つれづれなるままに



母が百歳めざして

2024年の新年が明けました。今年辰年で年男、気分一新して頑張ろうと思ひます。

前回は孫について書きましたが、今回は8月に満百歳に

なる母についてです。

父が80歳で亡くなり、20年以上も一人生活を送っていて、食べ物管理をはじめ、腰、膝、白内障など80代で手術をして、寝たきりにならないように。近年、身体は衰えは隠せません。難聴や認知症もあります。難聴や認知症もあ

活、趣味を広げ、ヘルパーさんとも積極的会話を楽しんで

でいます。病院への付き添いは月1回。介助が必要ですが、出かける疲れよりも先生と会うことが生きがいのようです。母を見ていると、長生きの秘訣は「自分のことはできるだけ自分でする」「人と話す」ことのように思ひます。

少しでも長生きして欲しいと思ひます。

編集部 羽鳥和夫

ふれあい名画館
1月18日(日)13時
「女中ッ子」
会場：友の会大会議室 入場無料
1955年 日活 上映:142分
監督：田坂具隆
出演：左幸子、北林谷榮

友の会デー
(バザー)
1月29日(月)13時~14時
友の会大会議室 です
11月の友の会デー
さつまいも&さといも