友

の会定期総会

### 千葉健生病院 健康友の会







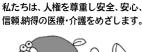
〒262-0032 千葉市花見川区幕張町5-391-3 TEL043-276-4817·FAX 043-276-4828 メールアドレス chiba.kensei.tomo@gmail.com

ました。

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







発行 千葉健生病院健康友の会

2025

ながりをさらに広げのち・くらし大切に

鈴木 (徳)・中村・三浦

**汚沼・岩田・小西** 

からたちブロック

まくはりの郷ブロック

第 131 話

経営者として

人の地区に地 話満載。例え

セコマ

花見川A・Bブロック

Dr

**(2) B** 

**ന** 

り

25年度 幹事紹介

### はじめに 会 長

友の会のみなさまへ

津久井

洋

しようと、活動をしてきま がりを広げ楽しい友の会に ちとくらしを大切に、つな 友の会はこの1年、 いの

# 友の会活動をふりかえり

を行い大勢の方が参加され スティバル、地域訪問など る活動では、 り会などの居場所づくり。 ふれあい名画館・おしゃべ 及ちゃん体操や手作り教 友の会旅行、健康フェ つは、つながりを広め 友の会デーや

訪問看護、二つは、 連、輪島診療所友の会にお かけ、35万円を石川県民医 支援報告会、カンパを呼び と能登おでんの販売や能登 動です。皆さんからの募金 行い好評でした。 救急車依頼の心構えなどを 三つは、能登地震支援活 相続と贈与税 公開講座です

届けしました。また、東北 編集長を迎えて、元気もり 地震支援活動は14年間続け ています。 四つは、「いつでも元気」 事務局、職員のみなさんと 国家試験に合格した吉田さ

んを迎えてお祝い会を行い

もり交流会を開催し、

共同したことは今後の活動

ところが政府は、

このような活動を幹事

つでも元気」誌を購読する

2025年6月30日友の会定期総会

ハートのポーズで愛をこめて

# につながると思います

因は、診療・介護報酬の引 しています。 低賃金による離職だと指摘 き下げと医師不足、職員の 村に及んでいます。この原 や残り1カ所が379市町 廃業が増大し、事業所ゼロ す。また、訪問介護事業も 病院連合会は訴えていま 院がなくなる事態」と全国

いのちとくらし

ある日突然、 町から

めざす学生とそば打ち交流

六つは、医師、看護師を

会を行いました。見事医師

講演」を行いました。

橋稔先生を講師に「被団協

として、まくはりの郷の高

五つは、平和の取り組み

仲間が増えました。

のノーベル平和賞受賞記念

床も減らすという。さらに決め、病院のベットを11万削減を自民公明維新3党で 医薬品を保険から外し、 の予算では4兆円の医療費 己負担にしようとしていま

削減の押し付けです。 口経済スライドでさらなる を増やすどころか「基礎年 に先延ばししました。マク 金を増やす」ことを5年後 たち年金者に対して手取り また、物価高騰のもと私

ニュースではGDP5% 43兆円を予算化し、最近の その一方で、 軍事費は

奥山順三先生は「よい医療

千葉健生病院初代院長の

事務局次長

垣りん 「弔辞」)。

作者の嘆

角口・平尾 習志野支部 花見川Eブロック 鹿又・平野・秋本 美浜Aブロック 荒川・ 古瀬 稲毛ブロック 小畑・小泉・鈴木 美浜Bブロック 花見川Cブロック

知らない人はいない、コンビ

所を作る。撤 う。店舗内に 民医連の診療

退する信金の

バス停の待合 所づくりのよ

ATMを設置さ

するなどなど。

北海道でセコマと言ったら

一のセイコー・マートのこと

です。全道人口の98%以上

(春)・藤代

ぶのは新鮮。

た日々を過ごしていたので学 てweb参加。バタバタとし 学会の学術集会に参加しま

に日本プライマリ・ケア連合

話など、ドラ 要望を受けて

マです。地域住

新規開店する 元住民からの

北海道、札幌で開催され

した。時間と費用は節約し

そこに自治体の補助金をも

土地を、自治体に寄付して民がお金を出し合って買った

らって店舗を建てる。まるで

郷・福祉会からたち・共同千葉健生病院・まくはりの

谷さんの講演が印象的でし そう。その会社の会長、丸 の地域をカバーしているのだ

協力、人の確 流コストの削げ

保とか大変勉

ニーズに合わる

せた品揃え、物

**減、自治体との** 

地域の高齢者の一人一人の

強になりました。礼文島に

セブンが来たら「レブン・イ

福祉会まぁぶる所長・小松 千葉健生病院リハ科・本多

み合わせ、 が???かもしれません。が、 医療の学会とコンビニの組 皆さん頭の

ていました。

レブンだ。」な

にもかかわらず政府は国民 メリカは要求しています。 30兆円超)の軍事費をア

張メッセで武器見本市が開 催されました、9条を持つ 武器を売り買いすることは 日本が「人間を殺傷」する いのでしょうか。5月に幕 矛盾しますが、国や県・市 に対して何も言いません。 アメリカの言いなりでい をよろしくお 2025年

### 友の会四役

事 副 会 務 長 長 浅沼 平 古野 澤 祐子 正 洋

> 戦争がまた私たちに近づく。 争の記憶が遠ざかるとき、

か」と言いたくなる▼「戦

はや戦後ではない」どころ

か「すでに戦前ではないの

そうでなければ良い。」(石

さいごに

大切なのは した。戦後・被爆80年。今は良い政治から」と言いま ではないでし 暮らし、平和 り」ではなく、「いのちと **しょうか**。 被爆8年。今 」を守る政治 戦争国家づく

度も、友の会 願いいたしま 目の年」と言われるが、「も 8年、沖縄返還50年等々「節 昭和百年、放送百年、戦後

あった。出所は

戦後復興から高度成長への昭和31年度『経済白書』。 平和と豊かさを実感し 三種の神器(ジンギ=

やされた時代が う言葉がもては ではない」とい 「もはや戦

そして今、南北朝鮮、中台 の対立。中東情勢の先行き きたが、大国権力者間の声 救済や紛争解決に貢献して リ原発事故も▼国連は難民 実験、ソ連のチェルノブイ 核実験で第五福竜丸被爆、 という首相の弁明が記憶に ある。「自衛隊は軍隊ではな 済成長した時代。治安対策 ど他国の戦争を踏み台に経 朝鮮戦争、ベトナム戦争な た▼だが、この時期はまた も予断を許さない▼今年は 高な競い合いぶりはナチス 核開発競争の間にビキニの 残る▼さらに米ソの新たな い、戦車ではなく特車……」 の警察予備隊が保安隊を経 が庶民層にも急速に行き渡 白黒テレビ・冷蔵庫・洗濯機) ドイツの独裁を思わせる。 フランスもムルロア環礁で て自衛隊となった時期でも

事にお誘いしたりと、患者

ほか会話を楽しんだり、

行

巨大な友の会にしていきま

紹介しました。友の会は温

向けていただいて、さらに地域の困っている方へ目を

かく受け入れ、食材提供の

痩せていくので、友の会の さんがいました。少しずつ

うのが、非常に大事だと思

います。まだ埋もれている

ってすごくよかった患者 外来の中で、友の会が

おやくに立てれば市」を

## 総会報告 ノロア発言

### 健生病院院長 岡田 朝志

いいなと思います。



なった時に思い出し、自分 者や看護師、医療従事者に れば市」は非常に感動して 活動、特に「おやくに立て 病院の病院長の岡田です。 うと思ってくると。非常に の時にその活動に接し、 いるんです。研修医や学生 友の会は、医療活動や地域 医

健生 す。 えると非常に恐ろしい らどうするかってことを考 す。健生病院もなくなった 院が地域からなくなる」と 赤字で苦しんでいます。「病 に応えることが、健生病院 いうふうにも言われてま で6割7割っていう病院が いま、どこの病院も全国 地域の皆さんの医療要求

皆さんこんにちは。

ということが非常に大事で きたいと思います。 の人たちの医療や健康を守 やはり政治を変えて、地域 の役割です。そのためには、 るような政府を作っていく せ、これからもやってい ぜひその点でも力を合



保健部活動 斉田 宗 郎

健生病院副院長

粜

太介



ほどに運動しながら楽しい りが大切だと感じていま 人との付き合いを増やし、 りは少なくなったが、ほど 活を送る中で、人との繋が 指導のサポートをさせてい す。80歳を超え、昔の繋が ただいております。社会生 人生を楽しく過ごしてほし 保健部の中の体操関係の

### 看護部長 齋藤 美希



2024年度は救急外来を 禍の2023年度はコロナ 24時間稼働させ、96~9% の稼働率を達成しました。 病棟を病院総出で運営し、 て住み続けられるまちづく 地域のみなさんと安心し あい名画館の上映会など、 を聞くつどいの開催、ふれ 20年になります。戦争体験 きました。 力」をモットーに活動して 休まず途切れず、「継続は 友の会9条の会は、結成

りが健生病院の目標です。 よろしくお願いいたしま 今後も地域医療の拠点とし 全力で頑張りますので、 誌」の発行に取り組みます。今年は、「戦後80年記念 戦後80年の今年、

記録する「記念誌」、友の を守る運動の体験と思いを をはじめ明文改憲を許さな 体験を記録し、また、9条 会の皆さんの過去から未来 かった8年間の憲法と平和 になることを願っています。 への思いにあふれた記念誌 戦争

### 友の会デー 上條 民



多くのお客さんが、楽しん でいらっしゃいます。 ています。友の会デーには 第一水曜日13時から開催し 友の会主催のバザーは毎

場、多くのつながりを感じ のコミュニケーションの 友の会デーは、人と人と

### 友の会9条の会 中村 孝志



さんの方が参加し交流しが集まる場を作り、たく会が中心となり地域住民 診断、脳トレ体操、能登理教室やAIによる歩行会から出前講師を呼び料 に取り組んでいきます。 ました。今後も友の会と めて大きな企画で、友の行っています。5月に初 支援報告など、協力して 合う会で、近年では友のの困り事や改善点を話し を開催しています。地 美浜区高浜で地域の 「さざなみカフェ



### 友の会事務所 雙

り組みに力をいれます。活戦後80年企画で、平和の取 どのバザーにご協力お願 ら取り寄せの能登おでんな の品物や、石川県七尾市か 動には、資金が必要になり いたします。 友の会事務所では、今年 気仙沼から取り寄せ

### 地域交流の場 小 泉 喜美子



手芸教室は毎月第3月

写真を撮り、LINEで遠く 名になりました。みんなで がった絵手紙は、スマホで く参加しています。できあ もらえるようになり、楽し 心のない私が家族に褒めて 始めたサークルも今では10 でいます。 おしゃべりしながら楽しん 日に開催され、立ち上げて 一年が過ぎました。 5名で 絵手紙サークルでは、

にいる弟へ送っています。

マネジャーの

皆様には、ご

絵手紙サークル 三浦手芸サークル 奥村 手芸サークル 



アへ移行いた の充実を図り、 様、ご家族様、 年ご利用いた イケアから短 ズに応えるた おけるリハビ **【デイケア】** デイケアで 体、地域のケアにだいた利用者 ヒリテーションでは、生活期に 時間型デイケ しました。長 め、1日型デ 地域のニー

り、大変心苦しく存じます。 はりの郷のお 不便をおかけ はりの郷のお風呂、食事、多くの方からは、「まく することとな

事務長 設まくはりの郷 飯野 沢子

のみなさまと一 験や口腔体操な ました。初め 講座を開催さ き、楽しいひ も食事を楽し は「のどを鍛 まくはりの しもう」の健康 など、友の会 てのとろみ体 えていつまで 郷ブロックで せていただき 時となりま 緒に学習で

> リハビリ、 ともっと良いデイケアにし った温かいお言葉も頂 \* に温からお言葉も頂戴を、応援しています」と 「とても残念」、「もっ 職員が好きだっ

力により、皆様の移行先が事業所、介護事業所のご協 のデイサービス・デイケア 無事決定いたしました。 福祉会デイサービスセンタ たしました。 サービス移行に際しては、 からたちをはじめ、近隣

。 くっただき、ありがの会新聞にもチラシを折りりがとうここし りがとうございました。友りご利用いただき、誠にあとなりました。長年にわたて、1日型デイケアは閉鎖 います。 とうございます。そのチラ に来てくださる方が シをもって、問合せや見学 2025年6月末をもっ 増えて 申



(B)

CHONSE OF

面談や活動仲間作りを行っ 大変です。そんな学生のモ ています。 チベーション維持のため、 始めます。医師になるのは 家試験を経て、初期研修を 実習を重ね、卒業試験、国 学の勉強に加え、病院での 人学後、基礎医学や臨床医 活動しています。医学生は すために、学生担当として 民医連で働く医師を増や

も医療現場だと感じて欲し 医者さんになるということ いと思い、友の会活動へ参 病院の中の医療現場になり 学生に見てもらうのは、 地域活動を行う友の会 千葉民医連で働くお

> 働く、吉田光希先生のお手 紙を紹介します。 千葉民医連の研修医として 参加し、国家試験に合格し、昨年、友の会活動に多く 友の会活動に多く

は知っており、 いう程度の認識でした。し かの活動をしている団体と 民医連の友の会につい 私は以前から名前だけ 地域で何ら

島のHPHカンファレンス 際に地域の人たちの困りご に参加した際、友の会が実 活動や交流の場を提供して とに寄り添い、様々な支援

肌で感じ、友の会が単なる温かい繋がりや思いやりを 域活動では、参加者同士の いることを知りました。 特に蕎麦づくりなどの地

かし、古澤さんと一緒に広 していることに感銘を受け とを結ぶ大切な役割を果た 支援団体ではなく、

人と人

ないと強く感じました。 のあり方を実践するうえ んとかする』といった医療 「まず診る、援助する、な こうした経験を通じて、 友の会の存在が欠かせ

います。これからも様々な 響を与えてくれたと感じて 医師像や医療観にも良い影 ことに触れていけたらと思 実現に向けて、自分自身の 地域とともに歩む医療の



船橋二和病院で、頑張っています!



# 光希

期通院) があります。 便秘・肌のことなどでの定 乳児健診、慢性外来(喘息・ も〇Kです)、予防接種、 ことや相談したいことなど 子育てしていて困っている 熱や風邪症状だけではなく 児科外来では、一般外来 (発

## 小児科外来

## 小児科外来では

当院のまくはり診療所小



## 病院内の感染対策

①中待合室は広々しており しています。 るほどで、対面にならな 長椅子が7個程設置でき いよう間隔を空けて設置

②隔離室が4部屋あり個別 で対応することができま

③完全予約制で一般外来で 間前より予約可能) はWEBでの予約 **(1** 週 をも

### 予防接続

思います。★みなさんぜひ 御さんも、ス や自費でのお金がかかるワ 活用してみ うになったの でなかなか電話できない親 そのため日中は仕事や用事 とれるようになりました。 の予約のみでしたが、今年 クチンは在庫確保のため電 て予約することができるよ つにしようか日付を確認し の4月からWEBで予約が (ただし1週間以内の予約 今まで予防 てください★ ではないかと キマ時間でい 接種は電話で

### 乳児健会

る流れになっています。

話予約となります)

あります。 望制で栄養士 察、発達心理士の相談、希 医の身体チ ては身長体重測定、小児科 日を設けており、内容とし 乳児健診で エックなど診 の栄養相談が は月3回外来

います。 ち時間短縮に取り組んで うけており、院内での待

るかと思いますので、多く

士とのお話がない病院もあ

④風邪症状の 診は時間帯を分けて診察 外来と予防接種や乳児健 方などの一般

電図、視力聴力検査、年齢 要に応じてレントゲンや心 査設備が備わっており、必 小児科外来があるので、検 エコーなどの検査を行うこ によりますが心臓や腹部の とができます 様々な診療 しています 科がある中に

約5000円ほどで乳児健

診受けることができます)

学前のお子さんは自費1回

したいことなどあれば、就と思います。(その他相談

当院ならではの強みなのか

みていくことができるのは

の職種でお子さんのことを



## \*乳児健診

の流れとして生後1か月は 無料券2回利用して個別に 産院受診(が多い)、4か ターで集団健診を受けま 頃に市の保健福祉セン 千葉市の乳児健診の基本 その他1歳までに市の

受けた後、個別健診を受け 受けることをいいます。 福祉センターで集団健診を 歳6か月と3歳に市の保健 健診を受けます。 自身で病院を選択し健診を 1歳を過ぎてからは、1 個別健診とは親御さんが



## 体幹な ねり

左にひねり、4カウントします。 持ち、右手を左のヒザに当てて体を (2)両手をヒザに戻しながら体を正 )椅子に座り、 左手で椅子の背を

おうすで体操た!

反対側も同様に行います。

ポイント

(2)右足のヒザを曲げて抱えます。

(1)床にあお向けになります。

(3)反対側も同様に行います。 注意点:骨盤はなるべく動かさな

いようにします。

ばしておくようにしましょう。

抱えていない方の足はなるべく伸

薬踏んで

待ちきれず 雨上がり 桜蘂踏む 一人酔うたる 祭後 花見かな

吾の手引く夫 喜寿の 朝

佐藤

他では発達心理士や栄養

らしかったです。

9月の振

ていこうとする姿勢は素晴

録を振り返りながら改善し で記録を工夫する姿や、記 だったと思いますが、自身

# ダイエット教室

# 「ダイエット教室」 を終えて

終わりました!(全8回

健康保健師 4月11日から全8回で行 茂内 大河

理学療法士などから食事に 自宅で簡単にできるトレー ニングなどを行いました。 ついての講義や調理実習、 教室では、管理栄養士や

になっていたようです。 とが参加継続のエネルギー 室で!、ご一緒に健康な身 い!という方は、次回の教 できました。みんなで同じ どうれしい声を聴くことが ぜひ私も参加してみた 標に向かって頑張れたこ

体を手に入れましょう!

くことが趣味になった」な 「体重が3kg落ちた」 「歩

て、家から通えるようにな リで体重を落とすように言 われていました。3㎏落ち 介護2、週2回のリハビ

るのを楽しみにしています。 り返り会でまたお会いでき

話させて頂きました。 と減量の違い等についてお ハビリに取り組ませて頂い にご参加頂き、ダイエット ております。今回多くの方 でご入院されている方のリ 普段は病院で怪我や病気

組まれた皆さんに敬意を表

特に、食事記録は大変

が減ることを目的にするだ

参加頂いた方々には体重

この教室に参加され、取り

少しでも良くしていこうと はありません。その中で、 こだわりで、変更は容易で 言っても、食事は長年培っ

生活習慣改善と簡単に

理学療法士

森田

尚梧

占

真 衣

てきた自身の大切な習慣や

とで痩せやすい身体づくり けではなく、筋肉がつくこ

### 感 想 ひと言

と気がつきました。 庭食の違いにギョッとし、 録をつけてみて、外食と家 な気づきがありました。記 思っています。食事や色々 頑張らないと維持できない が、9月までが正念場だと ㎏しか減らなかった

月13日に修了式を迎えまし

われたダイエット教室は6

歩で公園の緑をみつける楽 趣味になりました。朝の散 いでした。教室に入って、 しみができました。 万歩計を買って、歩くのが 食べるのが今まで生きが



また頑張りたいです。 りました。お菓子もたくさ した。9月の振り返りまで、 ん食べていたのを減らしま

と真剣な指導に感謝です。 た。管理栄養士さんの知識 話も楽しかったです。 月後を目指して頑張りたい は増えてしまったが、3カ に届く気がしました。体重 参加者や保健部の皆さんの 近に相談にのってくれまし 医師に言われるより、心 管理栄養士や保健師が身

りの私は、2カ月で2・5 キロの減量に成功しまし 古澤です。自称ぽっちゃ

いう言葉を使った。

キナ臭くなってきたと気

会議を解体する法案が、自 めの準備だ。 ミはそれを国民に分かりや 性を知らなかった。マスコ 民、公明、維新の会の賛成 れは学者だけの問題ではな うく、知らせなかった。こ 。戦争できる国にするた 採択された。 多くの国民は、事の重大 なぜなら、学術会議は、

あの太平洋戦争への強い反 省からつくられた。

の国の捕虜になった人たち を殺傷した。そればかりか 学兵器を造り、多くの人間 が国に協力して、兵器や化 に、言葉に表せない、本当 たちは中国や朝鮮、その他 本軍の731部隊の医師



理学療法士さんのお話は、 とても勉強になり体づくり の基礎がとても身に沁みま 栄養士さん、保健師さん、 くダイエットを続けよう のようです!引き続き楽し と、心に誓った6月でした。 ちょっとしたライザップ

した。

# 医の倫理と戦争

**ままに** つれづれなる

を蒔いたり、

朗読の会(いっぽの会)

野菜づくり

の手伝いに行っています。 来不出来はありますが、 できると電話があり、 を作っていて、各種野菜が **|不出来はありますが、種||天候に左右されるので出||** 義兄が小見川の畑で野菜 収穫

きますが、遠 生長が速く、 1回。日が昇 大変さがよくわかります。 熱~い季節 毎日収穫はで は、夏野菜の ると熱中 方なので毎週

みると、大きく育って収穫 あります。農 歴然。農業の もノウハウが 田から育てて とでも手を 床で5時には作業をスター危険もあり、早朝3時半起

を感じて疲れも吹き飛びま と味違った新鮮さとうまみ いお茶とアイスは格別です。 ショリ。終了後に飲む冷た 張っても2時間以上。汗ビッ モロヘイヤなど3人で頑 スーパーで買った物とはひ キュウリ、ナス、トマト、

抜くと結果は あって、ちょ 作物の管理に する楽しみが

### 11 戦 前

古瀬

直子

Ü

で少し前「新しい戦前」と タモリさんが徹子の部屋 にむごい人体実験を行っ た。人間と思わなかった。

科学と結びついている。今 だ。堂々とできる。戦争は も国は軍事研究する大学に や政権がその道に誘うの 心を失う時がある。まして しか研究費を出さなくなっ に熱中するあまり、 科学者は時として、研究

戦前に、近づいているよう かしあれから何歩も新しい 感をもって使い始めた。し 付いている人たちは、危機

な気がする。

つい6月11日にも、学術

ている。

幕張公民館

14:00~

はつくられた。 した組織として、 をただすこともできる独立 に、国に介入されない、 1、国に介入されない、国それを深く反省して戦後 それが解体された。反対 学術会議

ミサイル基地と自衛隊員の 南西島諸島には知らぬ間に 新聞も知らせなかった。 れたが、テレビも、大手の する集会や座り込みも行わ ためのシェルターが次々と 増大する軍事費と兵器、

建設されている。

新しい戦前を見過ごせ

かつての戦争は、科学者

クル活動 友の会サ 10:00~ 8/25(目) 友の会2階

アジアの歴史を学ぶ会	8/25(月)	10:00~	友の会2階
囲碁	8/4·18(月)	9:30~	友の会2階
うたごえ (こまどり)	夏休み		
絵手紙	夏休み		26
おりがみ(習志野)	夏休み	Ó	0
おりがみ (友の会)	夏休み		
切り絵 (きりえもん)	夏休み		
趣味の手芸	8/18(月)	13:30~	友の会大会議室
高齢者体操 (ストレチア)	夏休み		
そばうち	8/21(木)	9:30~	友の会大会議室
大正琴(琴の音)	夏休み		
中国語教室	毎週水曜日	10:00~	友の会大会議室

8/1.15(金)



ふれあい名画館 友の会9条の会

会場: 友の会大会議室

「男はつらいよ」第13作



1974年/104分/松竹 渥美清 吉永小百合 倍賞千恵子 高田敏江 宮口精二 前田吟



友の会大会議室