

生命とくらし、平和を守るために

飯伊民医連だより

No. 231

(健和会だより通算)
改題 第84号

2020年7月号

隔月刊

発行 飯伊民医連

(長野県民主医療機関連合会飯伊地域連絡会)

〒395-0801 長野県飯田市鼎中平 1905-5

電話 0265(52)5490 fax 0265(52)5491

編集 機関紙編集委員会

発行責任者 織野孝司 編集委員長 水野 耕介

役立つ情報を提供します。ぜひ読んでください。掲載にふさわしい情報やアイデアも気軽に寄せてください。

飯田市地域外来・検査センターでの新型コロナ感染診断・検査を担当

—健和会病院—

感染リスクを減らし、地域での大流行を防ぐ

5月26日より、「飯田市地域外来・検査センター」が稼働しています。同センターでは、飯田保健所管内を対象に、新型コロナウイルス感染症の検体検査を毎週月・金曜日、午後1時から2時間施行（1日最大7検体採取、所要時間1人10分）。検査は、当院を含め飯伊5病院が週1回（スタッフは3名体制）。診療所や病院での診察後、新型コロナウイルス



ドライブスルーエリアで待機するスタッフ（左・中央） 感染防止対応を周到に準備（右）

6月8日、健和会病院の担当医、関口恭弘医師、鷺見順教医師、関島香感染管理認定看護師、臨床検査技師の4名が参加、初期診断問診と検体採取に立ち会いました。「ここで最も感染リスクが

あると判断された重症以外の患者さんに対してのみLAMP法またはPCR検査を実施し、「診療」「隔離」への連携が目的です。検体採取に特化されたセンターで通常診療は行いません。

高いのは問診と検体採取に直接携わる検査技師と看護師で細心の注意が求められます。検査スタッフは自己防御のため防護服を着用。極度の緊張感の中、検体採取。そして、検査終了後が一番重要で、安全に防護服を脱ぐ必要があります。二人一組でチェックしながら脱衣します。付着しているかもしれないウイルスを自分が浴びない、周囲にも撒き散らかさぬように慎重に連続的緊張感の中で脱衣を完了し、無事に脱ぎ終わると全員がホッとします。今後、唾液検査が可能になればこの緊張から少しは解放されるかもしれません。その日を心待ちにしています。実際の対応件数はまだ僅かですが、飯伊地域全体での感染リスク低減や病院での医療負担の最小化につながり意義は大きい」と関口医師。

新型コロナウイルス感染症第2波第3波到来に向けて必要となる準備について、鷺見医師は「終息するまでに、第2波第3波は必ず来ます。そう思っているのを抜いてしまわないことが大切です。終息宣言が出るまでは『新しい生活様式』を積極的に実践しましょう」

飯田下伊那地域における医療機関の感染症対策連携課題について、関島看護師は「地域の検査体制がしっかり整い、今後はいち早く陽性者を見つけ出すことが地域での大流行を防ぐことに繋がります。疑わしい症状があれば、まず相談センターにご相談を！」とアナウンスしています。

『感染不安を感じた際には、まず最寄りの保健所、あるいはかかりつけ医に相談』という基本的な手順・手続ルートは従来と変わっておりませんので、みなさまご留意ください。

（取材・インタビュー）

飯伊民医連だより編集委員長 水野 耕介

「緊急事態宣言」が解除され、誰もがみなさんホッと一息している今この時期なのですが、これから間違いなく第2波、第3波が到来すると言われています。「ポストコロナ」の時代をみんなで元気で乗り切っていく上で、この間、新型コロナウイルス感染対策に邁進した各法人・事業所・職場・職員の様々な活動・様子を紹介します。

●コロナ感染から患者さんを守るために「感染者を一人も出さない！」

健和会病院回復期リハビリテーション（4-2）病棟では、県外入院の方もおられ、携帯電話を使えない方にはご家族からお預かりし、届いたメールなどをご本人に読み伝えていきます。時には電話を耳元に当ててご家族の声を直に聴いていたくださるなどの対応をしています。

「どうしても心配だ」と話されるご家族には、携帯を預かって動画撮影の上、それをご家族にお返しし、患者さんの様子や実際の状況を動画で見て確認いただいたことも。

山口県へ退院される方（ADL全介助の方）は、遠方のため家族指導に来院できません。病棟では専用DVDを作成してご家族に郵送。具体的な指導の内容を予習いただくために、入院生活中の

きました。退

院前日にはDVDの内容を

実際に見てもらって指導

し、患者さんご家族共々朝

7時に無事郷里に向かって旅立たれました。

面会禁止の制約下にあっても、ご家族のご希望に可能な限り添えるよう、できる範囲

ですが病棟スタッフ全員で力を振り絞って創意工夫しながら日々対応しています。

（4-2病棟 師長 玉井 ますみ）

（写真）病棟の喧騒の中でもコロナ感染対策業務は増えるばかり

●面会制限中でも真摯なアプローチで大成功！

健和会病院3-2病棟では、面会できない患者さん

とご家族に少しでも安心していただくために、入院生活中の



様子を家族に伝える手段として、午後のレクリエーション時

の貼り絵・ぬり絵をしている場面、また、上下肢の運動などをしている実際の姿を写真に撮影しています。



みなさん最初は恥ずかしがったり、写真写りを気にされたり、気に入るまで撮り直したりと様々な反応でしたが、誰もがとてもいい表情で素敵な笑顔の写真がたくさん撮れました。

手紙を書ける患者様には一筆書いていただき、書けない患者様には伝えたい言葉を代筆して手紙にしたためました。

手紙と写真を添えて、洗濯物の袋に入れてご家族にお渡しして、コンタクトを深めています。

（3-2病棟 ライフケアワーカー 滝川、小平、木内、鋤柄、庄司、半崎、佐々木、宮澤）

（写真）患者さんの様子を撮影した写真付きのメッセージカードをご家族に

●AI搭載非接触型サーマルカメラ設置で迅速スムーズな検温システム

健和会病院外来入口テントでは、4月から入館時により厳格な問診と検温体制に移行。顔認識システムが搭載された新型サーマルカメラは同時に最大7名を同時検温測定。検温・問診手続きも簡素化でき、非

接触型のため患者さんも対応職員もお互いに安心できる通過チェックシステムとして喜ばれています。



●Web面会で利用者も家族も安心

「顔が見られて本当にうれしい」「元氣そうでよかった」と満面の笑みと安堵される表情を浮かべられました。面会制限の中、初めてWeb面会を実現。担当職員たちも嬉しくて、思わずその場にいた全員が笑顔になり、閉塞感が漂っている施設の空気が一変しました。

●「何でも相談会」を開催

人に会うことで明るく前向きになれると実感し、こんな状況だからこそ人の繋がりを大切に、できることを一つずつ取り組んでいこうと改めて決意しました。



（ゆいの里 養護老人ホーム）

健康や生活に困っている方の相談に乗ろうと、「反貧困ネットワーク・健和会・飯田民医労・生健会」が共同して「何でも相談会」を6月8、9日に開催しました。

相談件数は2日間で8件。特別定額給付金（10万円）申請に関するものが多く、「添付する身分証明書コピーがない」「生活保護を受給中、健康保険証などの身分証明書がなく困っている」など切実な声が寄せられました。

観光関連会社社長さん



※3面に続く

「新型コロナウイルス感染対策」奮闘記・・私たちの実践

（飯伊地域連絡会 事務局 長 織野 孝司）

らは「営業を早く再開しないと会社が潰れる。コロナの正しい知識を学んで対策を講じることで信頼を得たいがどうすれば良いか？」と相談があり、市の窓口を紹介。飯田市

独自の「持続化支援特別給付金」を案内しました。

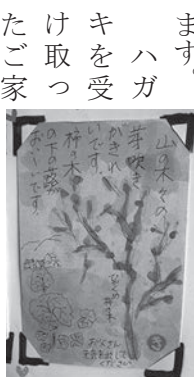
70代女性 は、「どんな症状が出たら対応すればいいの？」と不安な表情で来場。対応した

牛山智代美保健師から感染の基本的知識や予防策を聞くと安心した様子で、「健

和会のように地域を助けてくれる組織が必要」と語っていました。

●利用者さんとご家族との絆を繋げる文通

老健はやしの杜では、利用者さんとご家族が2ヶ月以上面会できないことから、この状況の中でも繋がりを保持していただけるよう各チームで様々な取り組みをしています。2AEFユニットでは、利用者さんの写真に直筆メッセージを添えたハガキを家族へお渡しし、ご家族からは、母の日のカーネーションや絵手紙（写真）などを利用者さんに送っていただいています。



ハガキを受け取ったご家族から、「母の字だ」「写真だけなのに会っているようだ」と喜びの声をお寄せいただき、この取り組みにより家族間の橋渡しが実現できて、ほんとに良かったと思います。（老健はやしの杜 ユニトリリーダー 介護福祉士 長谷部 陽子）

●伊那谷健康友の会「つながる電話作戦」を決行！
新型コロナウイルス感染が

拡大した3月以降、伊那谷健康友の会では班会や支部の活動がストップ。ニュースでは高齢者のフレイルが話題になりました。

そこで友の会役員会では、高齢の会員さんが健康や生活のことで困難を抱えていないか話を伺ってみようと、電話がけを計画しました。

70～90歳の友の会員約3800名の中からランダムに661名を抽出。電話がけの案内ハガキを前もって送り、一人一会員を目標に友の会事務局及び病院職員が5月25日から6月20日まで電話がけを行いました。

会員さんからは「畑仕事が多忙しく困ったことは特にない」といった声が多い中で、「新型コロナウイルスの影響で商売の注文がストップしてしまい、この先どう暮らしていけばいいのか心配」「事業の収入が大幅に落ち込み、政府の補助や補償の申請に忙しく鬱になっしまいました入院した」など深刻なお話も。また、「家にもり気味だが、健康班会でもらった体操のプリントを見ながら家で体操をしてフレイ

ル予防に取り組んだ」「飯伊民医連

だより5月号のコロナ対策特集号が



役に立っている」などの声や「遠くにいる子や孫に会えなくて寂しい」といった声も多数ありました。

「ハガキを送っていたいてありがとう」「話を聞いていただけて気が楽になった」といった感謝の言葉も多かったです。

一度でつながらない場合は日時を変え、二度三度と電話をして様子を伺うなど、業務の合間を縫って電話がけにチャレンジ。新型コロナウイルス感染が心配される中での取り組みでしたが、職員からは「今回の電話がけで地域の人の声が聞けて良かった」「友の会員の方と良い関係が築けたのではないか」等の感想が寄せられ、友の会員とのつながりもより深まった企画になったと感じています。そして、本当に困ったときに頼られる、そ

んな健和会・健康友の会をめぐらしたいと痛感しました。（伊那谷健康友の会 事務局 長 下島 隆宏（健和会組織課長）

●香ばしい味と香り広がる炭火焼き五平餅

老健はやしの杜の中庭で5月20日、恒例の五平餅の炭火焼きを開催。窓を全開にして廊下に味噌の香ばしい匂いがいっぱい漂うと、利用者さんが一人二人と増えてきて、「こんなこと（炭火焼き）をやってくれと思うなかったなあ」と嬉しそうに焼き上がり



を熱く見つめる顔、顔顔…。2月終わりから、面会は制限され、行事等も中止となり、利用者さんの楽しみが一気に激減。そんな中、今回の炭火による五平餅焼きは利用者さんにとって特別なものになったと思います。これからも利用者さんに喜んでいただけるよう頑張ります。（老健はやしの杜 管理栄養士 田中 晴奈）

かやの木魔法で：

いつの間にか元気！

デイケア紹介「続編」

1年前ご紹介した99歳のAさんが、ついに4月20日、目標である居間まで歩いていき家族と同じ食卓を囲める歩行能力を維持しながら、100歳の誕生日を迎えられました。ご家族の願いが私たちにも切々と伝わってくる中、かやの木デイケア職員も同じ気持ちで通所を見守っていました。

そんな中、2月末からは新型コロナウイルス対策に迫られる日々となり、Aさんとすべてのかやの木デイケア利用者さんを守りたいと、診療所職員は一丸となつて感染予防策に取り組みました。感染対策勉強会、職員への感染予防策周知徹底、利用者さんへの説明、診療所患者さんとデイケア利用者さんの共通入口を各々区分化、診療所内にカーテンの仕切りを設けトイレも分けるなど、できるところから始めました。

一番決断に迷ったのがかやの木デイケア最大の魅力であるボランティアの活動自粛です。様々な葛藤があり、悩んだ末、ボランティア一人ひとりの生命と健康を守るため、しばらくの間休んでいただくことにしました。

心の拠り所だったボランティアが一人もいなくなつて、さみしさを訴えられる利用者さんも多くいらつしやいます。毎回楽しみだった手作りお菓子は食べられず、食器洗いや

寝具などの洗濯、デイケア内のお掃除など、慣れない仕事に戸惑う職員。

かやの木デイケア始まって以来の100歳を迎えるAさんを、みんなで一緒に祝いするのを楽しみに心待ちにしていたのもボランティアたちでした。ボランティアが一人も同席できない中でしたが、利用者さんみんなで祝いプレートを作成、職員の持ち寄った衣装でお召し替えをし、ささやかながらお祝いの会を催しました。満面の笑みで応えてくださったAさんでした。

利用者さんに体調不良や感染症が例年に比べて少なかったのは、新型コロナウイルス感染予防対策徹底の効果だったの？とも感じています。まだまだ気が抜けない毎日が続きますが、しっかりと予防して、笑い声の絶えない本来のデイケアを取り戻したい。ボランティアさんの関わりが「心」も支えているかやの木デイケアに通所すると、いつのまにか誰もが心身ともに元気になれてしまふ、そんな「かやの木デイケアの魔法」に欠かせないボランティアのみなさん、私たちみんなで待っていますので一日も早く帰ってきてください！

リハビリ職員 森本 友理 松下 純枝



困ったことはすぐ

相談窓口に！

6名の医療相談員が常駐、患者さんやご家族のご相談に応じています。

病気の治療、介護、育児、利用できる制度、医療費、生活費など、療養生活に関わる様々なご相談を伺っています。困ったなど思っていることを相談員に率直にお話していただくのはとても勇気が必要で、緊張や不安も伴うことなので、相談員は敬意をもってみなさんのお話を伺うよう心がけています。

新型コロナウイルス感染の影響により、今まで就いていた事業所での仕事を失った、探しても次の仕事がないなど、

新たな困難に直面されている方が飯田下伊那地域でも増えている状況です。このような時、自分の体調管理や治療についてはつい後回しにしてしまいがちですが、それは後々の生活や健康状態に大きく悪影響を及ぼすことになります。後回しにすることなく、「困ったと思われること」や「体調不安について、遠慮なく声をおかけください」。

相談室は、病院の正面玄関を入って左、公衆電話の奥に位置しています。「声をかけやすい一等地！」です。ぜひ覗いてみてください。来院の際、職員や看護師に「相談員と話をしたい」と、お電話のときは「相談員につないで」とおっしゃってください。

と、お電話のときは「相談員につないで」とおっしゃってください。

職場紹介 (41)

健和会病院 相談室



相談室課長

星野 由美子

健診・人間ドックや受診を控えないで！



新型コロナウイルスの影響で、健診・人間ドックや受診をどうするか迷っているというお問い合わせが多く寄せられています。流行地域や医療機関によっては健診・人間ドックを休止あるいは制限しているところもありますから、感染予防の観点からすれば今年には受けるのをやめようと思えるのもごく自然な考えですし、一概に間違っているとは言えません。

でも、健診・人間ドックは病気の早期発見のためにも、年に一度は必ず受けていただきたい『極めて重要なイベント』でもあるのです。

計画と受診を切に願います。日々変化する地域の感染状況の中、6月1日現在、病院として多面的な感染対策を講じており、可能な限り通常通りの健診・人間ドックを実施しています。来院がご心配な方には、日程を延期するなど柔軟に対応させていただきます。ぜひお電話でご相談いただき、実施していただければ嬉しく思います。

健和会病院 健康管理課長
野上 絵美（保健師）

心と身体を解放した笠松山登山



新型コロナウイルス感染症拡大の影響で開催も危ぶまれましたが何とか実現できました。

5月14日、国の緊急事態宣言の解除を受け、飯田市のイベント開催指針を確認。6月6日、笠松山登山を行なうことを決定。伊那谷健康友の会としては久しぶりの健康企

画。参加者は5歳〜79歳の15名、笠松に初めて登るという方も6名いました。

当日は30℃を超える猛暑になりましたが、若葉がまぶしい山の中は爽やかな風が流れ、小鳥のさえずりやセミの鳴き声を楽しみながら、一步一步足を踏みしめながら登りました。山頂まで登り切ると、遠く赤石山脈を臨み、雄大な景色が広がりました。

新型コロナウイルスで縮こまっていた心と身体が一気に解放された待望企画となりました。

社会医療法人健和会

組織課 野口 愛美

手軽に簡単らくらくレシピ ②5



夏場になると飲食店やスーパー、職場などで冷房が効いていて体の冷えを感じることがありませんか？冷房によって体が冷やされることで頭痛や肩こり、腰痛、むくみ、不眠などさまざまな症状が現れます。原因は、急激な温度変化を繰り返すことで自律神経が乱れ、体がついていけなくなるからです。予防には、羽織るものを持ち歩き温度調節ができるようにする、冷たい飲み物食べ物を避ける、時々ストレッチをして血行を良くする等です。クーラーでの冷えすぎや熱中症で体調を崩さないように注意し、定期的な水分摂取を心がけ、しっかりと暑さ対策をして元気に夏を過ごしましょう。

健和会病院 健康管理課 管理栄養士

佐々木 朱美

肉みそキャベツ

エネルギー量（1人分） 250 Kcal
蛋白質 11・8 g 塩分 1・9 g

●材料（2人分）

・ 豚ひき肉	100 g
・ キャベツ	200 g
・ 砂糖	小さじ 1
・ しょうゆ	小さじ 1
・ みそ	大さじ 1
・ 片栗粉	大さじ 1
・ 水	大さじ 2
・ ごま油	大さじ 1



●作り方

- ①キャベツは洗ってざく切りにする。
- ②調味料Aを混ぜ合わせておく。
- ③フライパンにごま油を入れて熱し、豚ひき肉を入れて色が変わるまで中火で炒める。
- ④キャベツを加えて、キャベツがしんなしたら、②を加えて混ぜ、水溶性片栗粉を加えて混ぜたら完成。

2・3面の続き

●コロナ対応―職員編

大好きだった飲み歩きもできず、ひたすら自宅で一人飲み…。孫にも会いに行けず、ちよつとしよんぼり。IT革命が進んでいてよかった！携帯でのリモート面談が楽しみで寂しさが紛れた。

(羽場…ぴーこ)

どこにも出られない中で、本当は喫茶店などに行きたいところでしたが、改めて自分の時間を持つ中、普段は読まないだろう本を読みました。この一カ月で3冊。自己啓発関係や、経営に関わる本などです。ちよつと違う自分になった高揚感を感じられた気がします。

(豊丘…たけるん)

コロナ禍特集

本屋大賞に選ばれた本に初めて手を伸ばしてみました(ライオンのおやつ)。癌終末期の女性の話ですが、最期に見る風景や関わる



人たちが、人生を閉じるときに、どんな状況だったのかに触れ、自分の知らない世界に誘われました。誰もが迎えるだろう人生の最後の場面として、いろいろ考えることができたと思います。

(鼎…クロバー)

時間がたつぷりできたので、無謀にもYouTubeにチャレンジ、スマホではまりました。佐藤健さんの「ノーランドライヴ」や「ストリートピアノ」が主です。今まで知らなかった芸能人の素顔や素敵な演奏に触れ、良い気分転換になったと思います。

(上郷…らんちゃん)

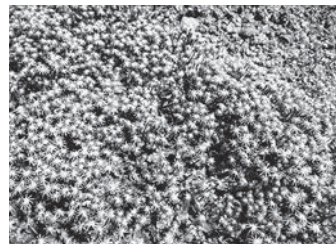
農作業が忙しく、普段と変わらぬいつも通りに時間が流



れた。5月、恒例となっていた家族、親せき集まっていた焼肉は自粛ムードでできず、ほんとに残念。気分はちよつと下がった。地域を少しでも助けられればとテイクアウトも利用したが、肉が多かったかなあ。緑と関わることでできる農家であることに感謝。

(龍江…K・H)

自粛要請と先の見えない苛立ちで凝り固まった心を、



搗き立ての大福餅のようにほっこり柔らかなくさせてくれたのは、裏庭に生えたコケでした。今までは面倒で除草剤を撒いて済ませていましたが、苔をもっと広げたくて、草むしりと庭木の手入れにいまそしました。自然からもらえるエネルギーってすごい!!

(上郷…茶々猫)

取材・インタビューは健和会病院
筒井久美子、小坂尚美

「地域の方々に信頼されるNPO法人ひだまりを!」

三密を避けて通常総会

5月26日、NPO法人ひだまり通常総会を開催。「2019年度事業・決算報告」及び「2020年度事業計画・会計予算」を承認。事業報告では、利用者家族から「グループホームひだまりへ入所してから、表情がとても良くなり嬉しい」「ここは評判が良い」などの評価を受けたとの報告を受け、ひだまりの介護理念*が職員に深く浸透し、実践できていることを実感できた年だったと総括。

「子育て支援事業(名古熊)」は、保護者からの相談と同時に、ひだまりの特徴でもある「子どもたちとお年寄りとの交流」が大変好評で、今後も継続することを確認。事業計画では、地域住民が気軽に立ち寄れるような各事業所の雰囲気づくりや、



飯伊地域連絡会法人事業所での健康まつり等催事中止のお知らせ

新型コロナウイルスの収束が見通せない状況に鑑み、誠に残念ですが、開催を予定していた「第38回健和会健康まつり」並びに「第11回林の杜まつり」については、『中止』とさせていただきます。みなさまのご理解ご了承を何卒よろしくお願いいたします。

学生の福祉体験受け入れなど、地域密着型の活動をよりいっそう強化することを確認しました。

※「保険、医療、福祉の増進を図る活動を行うとともに、高齢者及び障害者の暮らしよい地域・まちづくりに寄与する。」

NPO法人ひだまり
理事長 米澤 はるみ

マスクの寄贈 ありがとうございます！

新型コロナウイルス蔓延により、マスクの入手困難が続いています。このような状況に心配してくださった利用者さんご家族のみなさまから、不織布マスク合計500枚、また、歌声喫茶などボランティアの方々から、手作りマスク約50枚（写真①）が届けられました。

豊丘村社協では、村内に手作りマスクの製作ボランティアを募って、福祉施設等にマスクを届ける取り組みをしています。5月14日には、マスク100枚をご寄付いただきました（写真②）。

マスクは利用者さんを中心に使用させていただいていま



伊那谷健康友の会 7月、8月の予定

※新型コロナウイルス感染拡大の状況により、延期または中止をさせていただくことがあります。

○バランスボール、筋力アップ教室にお出かけください！

・ 鼎支部

毎週水曜日 10:00～11:00 鼎文化センター

・ 山本支部

7月30日（木） 10:00～11:00 東平防災センター

8月27日（木） 10:00～11:00 東平防災センター

・ 高森支部

7月18日（土） 10:00～11:00 高森公民館

・ かやの木筋力アップ体操

7月8日（水） 17:30～18:30 かやの木診療所

8月12日（水） 17:30～18:30 かやの木診療所

※どの会場もどなたでも参加できます。

●健和会病院医療講演会

7月・8月は、新型コロナウイルス感染対策のため、休講いたします。



社会福祉法人林の杜
事務局長 熊谷 幸一

す。コロナ禍の中、マスクを通じてみなさまからあたたかな応援をいただき、感謝の気持ちでいっぱいです。

国保でも「傷病手当金」支給が実現！

6月議会市町村条例

新型コロナ禍の中で、政府は国保加入の給与受給者にも「傷病手当金」が支給できるよう」各自治体へ通知し、今後順次条例改定等が行なわれ、実施される方向です。

詳細は各市町村窓口へお尋ねください。

飯伊地域連絡会 事務局長 林 憲治

コロナウイルスと登山

一日も早い感染収束を

健和会病院 外科 川田 崇雄



今年、日本中（世界中）が、新型コロナウイルスに振り回されています。今年の流行語大賞には、「三密」「クラスター」「ステイホーム」などが候補に上がるでしょう。緊急事態宣言などの効果が徐々に現れつつある、今日の頃です。

ところで、私は長年登山を趣味としているのですが、この騒ぎのため職員との登山は4月、5月と中止にしました。車の相乗りや大声を出すことも好ましくないというのですから。さいわい風越山や笠松山は登山口の閉鎖などはなく、個人的に登っています。

全国的には、まず富士山が、山梨県側、静岡県側ともにバスの運行中止。山小屋閉鎖ということで、今シーズンは事実上登山禁止。一合目からの日帰りなら可能？（ただし、コースタイム、約20時間）。

他の多くの山域も、山小屋や交通機関の制限から、宿泊登山は困難なようです。確かに、山小屋やテントは密閉空間です。これから暑い季節で、マスクも鬱陶しくなりますので、早く外したいものです。



聴診器あて背中へ

3月に人間ドック診察の際、聴診器をあてていた先生が立ち上がって背中へも回って音を聞いてくれました。多くの場合、受診者がクルッと回って背中を見せるのが普通なのに…。面白く、そして、嬉しかった。

(竹田正信)

窓口は病院の顔

外来医事課が職場紹介されていました。窓口で迎えてくれる笑顔の写真にほっこり。病院の顔として日々ご苦勞様です。機械にはできない対応こそ、私たちが求めていることです。

(まじみみ子)

読者の声

作って食したい

手軽に簡単レシピ、腸内環境がよくなりそう。これから作り、食したい。胃腸が弱い私は。

(ツンク)

健康を考えなければ

運動不足なのはわかっていながらなかなか継続した運動ができません。自身の健康について考えなければいけないと思います。

(M)

新入職員にエール

コロナが終息しない中でも新入職員みなさんのがんばりは伝わります。成長と活躍を願います。

(トマト)

ノートや終活はまだピンとこないなあ。元気で健康な時にこそ大切なことなんだろうなあ。

(よつちゃん)

検査でお世話に

MRI更新、年に1回ぐらい検査でお世話になっていますが、検査での騒音が抑えられたとあり、安心しました。

(松尾健二)



飯田市山本 小池 美香さん



天竜舟下り

nozoMi

飯伊民医連

ヨコのカギ

1 初夏、最初に市場に出るスズキ目・サバ科属の大型肉食魚。

5 まちがった文字。

6 においやくさみがないこと。無味○○○○だ。

9 1000gは1○○○○。

タテのカギ

2 早春にスギナの地下茎から出る胞子茎。○○○のお

7 公園に置いてある子ども用設備。ブランコ、滑り台、ジャングルジムなど。

8 職場で、主に机の上で書類の作成・整理などを行う○○○仕事。○○員。

1	2	c	3	4
	b		5	
6		7		
			8	
9	d		a	

解答	a	b	c	d
----	---	---	---	---

5月号の当選者

たくさんの方に応募いただきました。正解者のなかから抽選で次の方々に図書券をお送りしました。(当選者)市瀬士朗、片桐 昇、西垣トミ子、吉川範子、ポメちゃん以上5名の方

5月号の解答 ハナミズキ



郵便ハガキに住所、氏名、解答を書いてお送りください。正解者には記念品(図書券)をお届けします。(正解者多数の場合は抽選) 本誌の感想、ご意見をお書き添えください。本誌に掲載させていただく場合もあります。匿名希望者はペンネームをお書きください。

(宛先) 〒395-0801 飯田市鼎中平 1905-5 飯伊民医連

応募締切りは
7月31日(必着)