

飯伊民医連 だより

5月

2022
No.242
隔月刊



ロシアによる ウクライナ侵略に 抗議します

飯伊民医連運営委員長
健和会理事長 牛山雅夫

戦争反対

ウクライナに 平和を!

【抗議声明】
ロシアによるウクライナ侵略および
核兵器使用を示唆する威嚇行為に対して厳重に抗議します

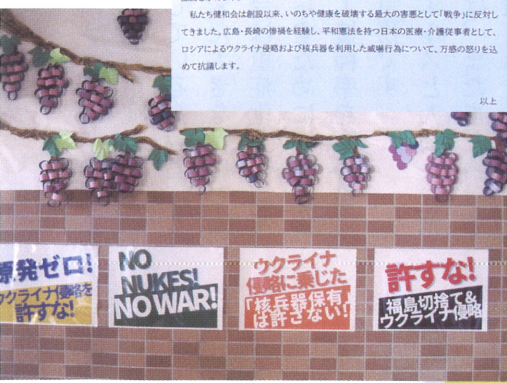
2022年3月3日
社会医療法人 健和会
飯伊民医連労働組合

2月24日、ロシアはウクライナに対して一方的に軍事侵襲を行いました。これは武力による他国への侵略行為や主権の侵害であることは明白であり、「主権の尊重」「領土の保全」・「武力行使の禁止」を定めた国際法に違反するものです。このような侵略行為は、いかなる理由でも許されるものではありません。直ちにウクライナに対する軍事侵襲を中止し撤収することを求めます。

また、プーチン大統領は露国でロシアは世界で最も強力な核保有国の一つだ、わが国を攻撃すれば壊滅し、悲惨な結果になると述べました。この発言は、核兵器の使用をちらつかせて相手を脅かす威嚇行為に他なりません。さらに、相手が通常兵器で攻撃した場合であっても核攻撃を許さない「核の先制使用」を公言するものです。これらの大統領発言が国際社会に対して発せられたことはきわめて重大であり、許して許されません。発言の撤回を求めます。

私たち健和会は創設以来、いのちや健康を破壊する最大の害悪として「戦争」に反対してきました。広島・長崎の惨劇を経験し、平和憲法を持つ日本の医療・介護従事者として、ロシアによるウクライナ侵略および核兵器を利用した威嚇行為について、万端の怒りを込めて抗議します。

以上

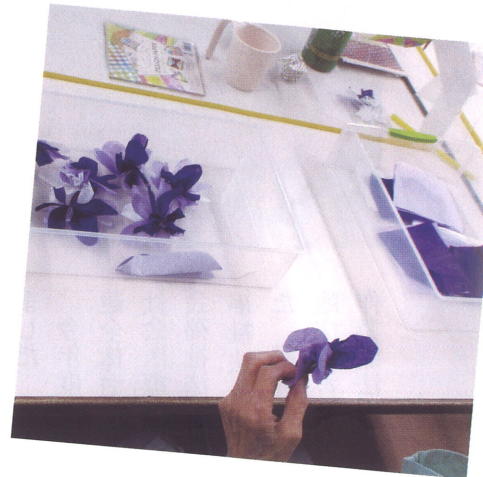


皆さんが今一番心を痛めることは、ロシアのウクライナ侵略ではないでしょうか？

ロシアは2月24日ウクライナに全面的侵襲を開始しました。戦争を始めたこと自体が暴挙ですが、それ以上に原発を攻撃対象としたことは許されません。まずチェルノブイリ原発を掌握し、3月4日には欧州最大級のザポリージャ原発を攻撃、火災も発生し欧州全体に深刻な汚染をもたらしかねない状況となりました。さらに核兵器の使用をおわせて脅しをかける行動は常軌を逸しています。黙ってはいられないと、3月10日健和会・伊那谷健康友の会・飯伊民医連の連名で、「ロシアによるウクライナ侵略および核兵器使用を示唆する威嚇行為に対して厳重に抗議します」というプーチン大統領宛て抗議文をロシア大使館に送付しました。全世界からの抗議に乗じて、安倍元総理は、「アメリカとの核兵器共有について議論すべき」と主張し、敵基地攻撃論まで取りざたされています。核兵器に対し核で対抗しようとするれば、際限のない軍拡競争を招き、万一某大統領が核の先制攻撃を行えば、地球規模の核戦争・人類の危機となります。この時代の戦争に勝者などありようもなく、世界中の国々全てが敗者、被害者になります。平和的共存しか安全な道はありません。9条に加え、「全世界の国民が、ひとしく…平和のうちに生存する権利を有する」と前文で謳う日本国憲法の価値が一段と際立つ時代になりました。

※国内ではロシアのウクライナ侵略に乗じた9条改憲の動きがみられます。同封しました「改憲発議に反対する全国緊急署名」にご協力ください。

病棟は 藤の花に彩られ 地域包括ケア病棟



れた藤の花がケースにいっぱいになり、積みあがっていきま
す。さらにたくさん作られた
藤の花は、病棟の壁に藤の木
のように飾られるそうです。

飯伊民医連事務局次長
佐藤 功

地域包括ケア病棟は、急性
期治療を経過し、病状が安定
した患者さんに対して在宅や
介護施設への復帰支援に向け
た医療や支援を行う病棟です。
一般病棟より長く入院してい
る患者さんが多く、生活は単調
な日々となっております。

病棟の職員が、そんな患者
さんに気分転換をしていただ
こうと、折り紙を使ったレク
レーションを企画しました。
取材で病棟のナースステーション

ヨンにお邪魔すると、部屋の
半分ほどにテーブルが置か
れ、感染対策のアクリル板で
仕切りが作られています。職
員に誘導されて病室から患者
さんが続々と集まってきました。
テーブルを囲むように座

った患者さんたちに、職員が
紫や白の折り紙を重ね合わせ
折り畳み、それを患者さんた
ちが藤の花に作り上げていき
ます。中には看護師と一緒に
折り鶴を折られている患者さん

もいらつしやいま
した。患者さんと
職員が和やかに
話しながら、忙
しい病棟の一部
に穏やかな時間
の空間が広がっ
ていきます。共
同作業で作ら

春の味覚 味わって およりて

寒さ厳しい2月を乗り切
り、今年もおよりては無事春
を迎えることができました。
今年の冬は例年以上に寒さが
厳しく、外へ行くことなくこ
たつに潜る時間が多い方も多
かったのではないでしょ
うか。2月後半からは日中
の最高気温が上昇し、人影
少なかった街並みにも、春
の訪れを待ちわびていたか
のように外で庭作業をされる
方、散歩される方、子どもた
ちの遊ぶ姿が徐々に見られる
ようになってまいりました。

さて、デイ
サービスセ
ンターおよ
りても気温
の上昇に伴
い、多くの
春らしい企
画を行います
た。3月のひな
祭りでは手まり
寿司、いちご狩り
の代わりにいちご
フェアを開催し、地元
の採れたての苺を召し上がっ
ていただき春の味覚を堪能し
ていただきました。

3月の後半からは施設周辺
のお散歩から待ちわびた外出
企画がスタート。お散歩では
気持ちの良い日を浴び、「家
じや外にも出ないから、本当

に気持ちがいい!!」と声が聞
かれました。

また、お花見ドライブでは
地元の天竜峡の桜だけではなく
大宮神社や地場産業セン
ターまで足を延ばし、味覚だけ
ではなく目でも春の訪れを感
じていただきました。利用者
さんからは「飯田に嫁いで長
いけど、こんなにゆつくり桜
を眺めることができたのは初
めて!」とお花見を楽しんで
いただきました。

社会福祉法人ゆいの里
デイサービスセンターおよりて

所長 井上愛美





2022年度飯伊民医連合同入職式が4月1日に、健和会病院大会議室で行われました。コロナ感染のレベル5の中でしたので感染対策に注意し、参加者も新人以外の役職者も制限しての入職式となりました。

今年度の入職者は飯伊民医連全体で31名。法人別では、社会医療法人健和会22名、社会福祉法人林の杜2名、社会福祉法人ゆいの里7名でした。職種は看護師・保健師、臨床検査技師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、臨

床工学技士、社会福祉士、介護職、事務職、保育士など様々な職種が民医連の仲間となりました。

歓迎のあいさつを行った牛山雅夫飯伊民医連運営委員長は、新入職員への3つのお願いとして、①良好で高いコミュニケーションを築くうえで大切な挨拶をしっかりと行うこと ②医療介護の専門職として守秘義務を守ること ③進歩続ける医療介護の知識を常にバージョンアップして自らの力量を向上させること、などを訴えました。

新入職員を代表してゆいの里の森下一哉さんが挨拶を行い、「県外の専門学校で学ぶ中で大変だったが様々な人に支えられ介護職となった。支えてくれた人に感謝の気持ちを忘れず、利用者さん一人一人に寄り添っていきける介護福祉士を目指していきたい」と抱負を述べました。

新入職員は各自辞令を受け取り、今後飯伊民医連の各事業所で活躍することとなります。

飯伊民医連 事務局次長 佐藤 功

飯田市議会が請願を採択！ これで飯伊すべての14市町村議会が 国へ意見書を提出！

3月22日、飯田市議会本会議にて「安全・安心の医療・介護・保健所体制を拡充し、住民のいのちと健康を守るための請願書」が採択されました。一昨年12月議会では、不採択だったので、今回の採択は、画期的です。前回の議会での議論を踏まえ、請願項目や、表現を修正し、「会派みらい」「新政いいだ」より2名の議員さんが紹介議員になって下さいました。審議を付託された社会

文教委員会での「請願の内容は現場の課題を示している」「多くの国民は、いつの間に日本の医療はこんな状態になってしまったのかと思っている」「国の政策で保健所が縮小してきたのは事実。請願の内容は市民の切なる願い」「市民の声を受け止め市議会として意見を上げることは大事だ」との発言が示すように、住民の切実な思いと、医療・介護・保健所の現場からの訴えが議会にひびきました。

みなさんにご協力いただいている国会請願署名も2,250筆(4月7日)を越え、大きな力になっています。国会での採択に向けて、ますますのご協力をお願いします。

飯田民医労 書記長 近藤 健

『無低診』が 「広報いいだ」で 紹介されました



健和会病院の「無料低額診療事業」が飯田市保健課発信で『広報いいだ』3月号に紹介されました。今回の経緯などについて和田浩院長に聞きました。

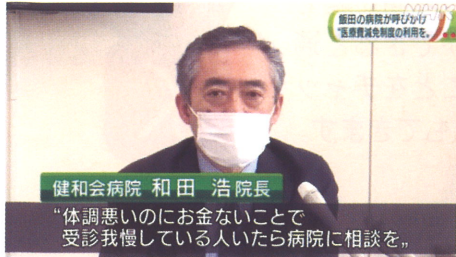


Q & A

Q 掲載されるにいたった経緯を教えてください。

A 以前、市の広報担当の方に無低診を載せてもらえないかという話をしたので、一民間病院の事業なのでむずかしいということでした。

Q 昨年3月に無低診の記者会見をしましたね。



A 記者会見を見た医師会員の中から「私の患者さんの中にもコロナで困窮している人がいる。ぜひお願いしたい」「市立病院でもやるべきではないか」といった声が出ました。また「このことは全医師会員に知らせる必要がある」ということで、医師会長などの名前で周知する文書を出してくれました。

Q 元健和会職員の古川仁議員も市議会で取り上げてくれましたね。

A 「市立病院でも行うべきだ」という質問をしてくれました。市立病院ではやらないという

うことでしたが、無低診の重要性は認める答弁でした。そんな経過も踏まえて、あらためて担当の方をお願いしたところ、今回の掲載にいたりました。

Q 今後の展開は？

A 昨年は「月刊保険診療」といった雑誌にも「無低診を行っている病院」として紹介されました。無低診利用者は増えていますが、コロナで困窮し体をこわし、しかし「お金がないから仕方がない」とあきらめてしまう人はもつといると思います。さらに広報を強めなくてはけません。それと、整形外科・精神科など当院に常勤医のいない科の患者さんは診てあげられませんか。ほかの医療機関でも行ってほしいと思います。

飯伊民医連事務局長 織野 孝司

職場紹介 51



訪問看護ステーション健和会

感謝の言葉に励まされ

所長 石井 節子

訪問看護ステーション健和会は、健和会病院から徒歩3分ほどの医療介護総合センターの中にあります。1階には、訪問看護の他に飯田中央診療所・健和会・デイサービスセンター・健和会ヘルパーステーション・健和会特定在宅総合支援センター（ケアマネージャー）があり、2階にサービ

医療処置の必要がある方が増えてきています。現在は、約100名の利用者さんがあり、飯田下伊那地域を5名の看護師で訪問しています。猛暑の夏の日も寒い雪の日も利用者さんの感謝の言葉に励まされながら奮闘しています。利用者さんの年齢は33歳〜104歳と幅広いですが、90歳以上の方が3割を超えています。当然介護者さん

も高齢となっております。訪問看護では病気や障がいがあっても住み慣れた自宅で暮らし続けられるよう、自宅にお伺いして、体調の確認や医療的ケア・管理、リ

も高齢となっております。訪問看護では病気や障がいがあっても住み慣れた自宅で暮らし続けられるよう、自宅にお伺いして、体調の確認や医療的ケア・管理、リ

訪問看護では病気や障がいがあっても住み慣れた自宅で暮らし続けられるよう、自宅にお伺いして、体調の確認や医療的ケア・管理、リ

手軽に簡単 らくらく

レシピ 36

新年度が始まり、約1か月になりますが、新しい生活には慣れましたか？生活環境が変わったり、新しい事が始まるこの時期は寒暖差も大きく、自律神経が乱れる「春バテ」の季節です。そんな時こそ「笑顔」で過ごすことを意識してみると良いと思います。人の笑顔を見ると無意識に自分も笑顔になり、周りに連鎖していきます。みんながにこやかに生活できる環境ってステキですよ。笑顔には免疫を高める効果やストレスを軽減する効果も期待できます。マスクで口元が隠れて笑顔が見えにくい昨今ですが、笑顔で自分も周りも明るくなるといいですね。



佐々木 朱美
健和会病院
健康管理課管理栄養士
飯田下伊那地域
糖尿病療養指導士

.....
キャベツと油あげの卵とじ
.....

エネルギー量(1人分) 167kcal/たんぱく質 7.3g/塩分 1.2g

材料
2人分

- キャベツ 100g
- 玉ねぎ 1/4個
- エリンギ 1本
- 油あげ 1枚 (30g)

- 卵 2個
- めんつゆ(2倍濃縮) 大さじ2
- 水 80ml
- ごま油 大さじ2



作り方

- ①キャベツはざく切り、玉ねぎは1cm幅、エリンギは食べやすい長さの薄切りにする。油揚げは一口大に切る。
- ②フライパンにごま油を引いて、キャベツ、玉ねぎ、エリンギを入れて油がまわる程度に軽く炒める。
- ③水、めんつゆを加え沸騰したら油揚げを加えて2-3分煮る。
- ④割りほぐした卵を加え、お好みの固さになるまで火を通したら完成。



「かかりつけ薬局」

かなえひまわり薬局を、
あなたの「かかりつけ薬局」に
しませんか。

薬局専用アプリ(kakari)をインストールして、処方せんをアプリで事前に送信していただくと待ち時間短縮できますし、お薬の準備ができると通知が届きます。お薬のことをチャットで気軽に相談することもできます。



かなえひまわり薬局は
薬局コード「13546」で登録



- 1 kakari をインストール
- 2 「登録する」から5桁の薬局コードを入力
- 3 基本情報を入力して登録完成です。ダウンロードはこちらです。

第40回

健和会病院健康まつり開催

- 2022年 7月23日(土)
- 13時00分～16時00分(予定)
- 鼎文化センターホール・公民館

テーマ：**健康づくりを進め、
元気に笑顔で生き抜こう！**

憲法を守り安心して暮らせる平和な社会をみんなで(仮)

※感染対策を十分に行い、フェーズによっては
動画配信など検討します

.....
第10回通算(54回)社会医療法人健和会定期総会のお知らせ

2022年6月18日(土曜日)13時から健和会病院大会議室で開催いたします。

この総会では、2021年度の総括・決算の他にも第9期長期計画の提案や役員改選が予定されます。社員の皆様のご参加の予定をお願いいたします。また、協同基金をお持ちの方もオブザーバーでの参加が可能ですのでご案内いたします。

尚、新型コロナウイルスの蔓延状況でやむをえず「書面決議」とする場合もあります。5月下旬には判断して社員の皆様にはお知らせいたしますので宜しくお願い申し上げます。

伊那谷健康友の会 5月6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。

●伊那谷健康友の会 第32回定期総会
5月14日(土)13:30~15:30 上郷公民館2階講堂201
2021年度活動のまとめと2022年度方針案確認
※送迎あります。ご希望の方は事務局へご連絡ください

●喬木支部総会・医療講演
5月31日(火)13:30~ 福祉センター多目的ホール
「健康で自分らしく生き抜くために」医療講演動画視聴
講師：健和会病院 副院長 熊谷悦子 医師

●笠松山ハイキング…さわやかな新緑を楽しむ
6月4日(土)8:30~ 集合場所：梅ヶ久保駐車場
※参加費無料(申込は5/31までに事務局へ)

●竜丘支部総会・健康企画
6月16日(木)13:30~ 時又ふれあいセンター
「ポッチャで楽しくフレイル予防」

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 鼎文化センター
毎週水曜日 10:00~11:00

●山本支部 東平防災センター
5月26日(木) 10:00~11:00
6月23日(木) 10:00~11:00

●高森支部 高森公民館
5月21日(土) 10:00~11:00
6月18日(土) 10:00~11:00

●かやの木筋力アップ体操 かやの木診療所
5月11日(水) 17:30~18:30
6月8日(水) 17:30~18:30
※どの会場もどなたでも参加できます。

問い合わせ先：伊那谷健康友の会事務局 0265-53-7252



手をつなぐ杜の会

2021年度決算 及び活動を報告

役員会にて

例年3月に定期総会を行っていましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止により昨年度に続き今年度も中止となりました。3月25日役員会にて2021年度決算及び活動報告等を行いました。

植栽委員会では、会員の方から寄贈された花苗の定

植、遊歩道の草刈りやツツ

ジ園の除草などを行ないま

した写真。昨年発足の職員

有志「悠遊サークル」も環境

整備活動に参加しました。

施設周辺に四季折々の花が

咲き、利用者さんたちに楽

しんでいただいています。

利用者さんが安心して過

ごせるように知恵を出し合

いながら手をつなぐ杜の会

と法人が協力していきたい

と思います。

社会福祉法人林の杜

常務理事 熊谷幸一



リハビリテーション科
山本ひとみ



私はリハビリテーション科の専門医です。

回復期リハビリテーション病棟で仕事をしています。「リハビリテーション栄養」が最近注目されています。病気やケガなどで入院すると、高齢の方や虚弱な方は、病気やケガが治療によって治っても、歩いてきた方が歩けなくなるなどのADL(日常生活動作)の低下が起きることがあります。入院すると、主治医からリハビリの処方箋が出ます。リハビリを行うことで、動きが低下することを予防するわけです。

栄養は、リハビリを行う際に必ず必要となります。栄養が不足していると、リハビリを行っても、筋肉が減っていくので動きはよくなりません。日本人は、厚生労働省から1日2000キ

ロカロリーの摂取が推奨されています。高齢の方は、身体のメンテナンスをするためにエネルギーをたくさん使います。高齢だからといって少ない栄養で足りるわけではないのです。

当院では、事務職員が入院患者さんの1日に摂れたカロリーを入力してくれれます。口から摂れたカロリー、点滴で摂れたカロリー、経鼻や胃瘻など経管栄養で摂れたカロリーが入力され、合計も出ます。口から摂れなかった分は、点滴や経管栄養で補うことができます。個々に合わせた栄養量の調整は主治医の指示で行ないます。効果は、体重変化で判定できます。嚥下障害がある方には、嚥下内視鏡検査が可能です。

リハビリを成功させるにはリハビリテーション栄養の考え方が大事です。

リハビリを成功させるにはリハビリテーション栄養の考え方が大事です。

読者の声 & パズル

*パズル 郵便はがきに住所、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。(締め切りは5月末日必着 正解者多数の場合は抽選)
*本誌のご感想、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

読者の声

北原正和先生の血管性認知症の最近の話題の内容

興味深く読み、血圧、血糖値、禁煙と日頃から管理に心がけたいと思います。
(岡庭直茂)

先日、胃カメラで御世話になりました

少しも苦しくなく、映像で自分の胃がよくわかり「快適な」ひと時でした。先生、看護師さんありがとうございました。また来年お願いします。お金の心配なく、無料で診察、治療が受けられる福祉国家日本になるように(現政権ではとても無理なので)、憲法25条を実現してくれる政権を夢んでいます。(柿男くん)

はやしの杜のどんぐり帽子、可愛いですね

職員の皆さんがネームプレートに付けていて、入居

者の方も愛用しておられて、心が伝わっています。送られた方もうれしいでしょうね。
(小澤恭子)

手軽に簡単にらくらくレシピ

切干大根サラダは、コリコリ食感がとても良かったです。
(ゴーヤ)

半年程前に伊那谷健康友の会に入会させていただきました

かねてより職員の方々の対応の優しさに信頼感を持っており、会の存在を知人

より聞いてすぐに申込みました。早速、会報を送っていただき中味の充実しているのに驚いています。
(ふきのとう)

請願署名に微力ながら協力させていただきます

こんなことしかできませんが。
(浜木綿)

私、自己流の川柳書いてます

健康川柳もいいですね。
(沢柳智恵子)



健和会病院ダイケア作品

クロスワード パズル

飯伊民医連

パズル

1	2	A	3		4
			5	6	
7		B	C		9
		10		D	
11				12	13
		14			

解答

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

ヨコのカギ

- 紙幣を重ねて束ねたもの。多額のお金。
- 値段を書いて商品につける札。
- 海にすむ小さな魚。背中が青緑、腹は銀色で、青黒いまだらがある。
- 周りより低い地形や容器の一番下の面。川の〇〇。
- 着る物や工芸品の図から。様子。ありさま。
- 芝居や舞台で役者が劇中の人として述べる言葉。
- 数の単位で一万の一万倍。
- 領有している土地。「〇〇〇〇を没収される」

タテのカギ

- つり下げた二本のロープに手でにぎる輪をつけた体操用具。
- 振動や衝撃をやわらげる、弾力のある物。
- ゆでたタコを酢に漬けたりした食品。
- 釣り合わないこと。ふさわしくないこと。
- 演説・落語・演芸などの一回。「お笑いを〇〇〇〇」
- 赤身の中に脂肪が細かく入り組んでいる高級牛肉。
- 動物が食べ物を摂取する、穴状の器官。声を出したりする器官。

■3月号の解答 キュウイン
■3月号の当選者 たくさんの方に応募いただきました。正解者の中から抽選で次の方々に図書券をお送りしました。
井上憲一 / 菅治浩 / 田中和子 / アマリリス / 湯澤良一