



2024年
医療生協だより
第199号 4月15日発行

まつしま

■松島医療生活協同組合 組合員 5,385名 (2024年3月31日現在)

〒981-0213 松島町松島字普賢堂1-4 ■発行／広報委員会 ■印刷／松島市福田印刷
組合員活動部 TEL. 022-353-3309 ■ホームページ <http://www.mmcoop.or.jp/>

医療福祉生協の生活習慣

8つの生活習慣

- ①ぐっすり快眠
- ②しっかりと自分休み
- ③きっぱり禁煙
- ④ほどほど飲酒
- ⑤いきいき快汗
- ⑥バランスよく快食
- ⑦きちんと3食
- ⑧1日1回はしっかりと歯みがき



2024年

組合員活動交流集会

映画上映会 オレンジ・ランプ



2024年2月23日(金) 松島町文化観光交流館にて、組合員活動交流集会が行なわれました。137名の参加となり、コロナ禍前の2020年2月の交流集会以来、久しぶりの開催となりました。

今回の映画は「オレンジ・ランプ」。若年性認知症をテーマに、実話を元にしたストーリー。主人公のモデルとなった丹野智文さんは宮城県の方で、現在も仙台市内で勤務を続けながら、もの忘れ相談窓口の活動や、自身の経験を語る講演活動をされています。

参加された皆さんのご協力や、お手伝いいただいたスタッフの皆さんのおかげで、とてもよい交流集会になったと思います。今後もいただいたご意見をもとに、新しい企画を行なっていきたいと思っています。

参加された方の感想です



とても良かったです。若いということ、は、老いてからよりも大変なことが多いですね。

人ごとのように思っていたが、いつ自分もなってしまうように心がまえが出来ました。人を頼ることの大切さが良くわかりました。

「できる事をうばわないで」オレンジランプをみて再度ふりかえりと気づきを頂きました。支え合う社会をめざして行ければと思いました。

若年性アルツハイマー型認知症になった方の不安な気持ちや生きるために頑張ろうとする気持ち、周囲の人がどう支えるかを学びました。

「君が忘れても私達がおぼえているから」の言葉に元氣もらいました。

やがて老いる自分にも勇気と元気を頂きました。介護する人の気持ち、介護される人の気持ちも映画を観て胸があつくになりました。なかなか、その場になつたらきれいな事ばかりでありませんが、皆でささえあつて共に生きる事を心の引きだしにいつも持ち続けたと思います。

改めて認知症を知ること、自分の中の理解(勉強)をすすめていくことが大切だと思いました。そして、誰しも1人の人間としてその尊い命を大切に尊重して、その人らしく暮らせる社会になればいいと思いました。



認知症が65才以上2025年に5人に1人になると言われている現実。自分は今も自分自身としてこの映画を観た方に伝わってほしいと願っております。認知予防も出来るので遅らせる情報も発信してほしいと思いました。サポートの必要性を伝えていく活動も大切で。ありがとうございます。

とても良い映画だった。

認知症への心構えが出来た。自分で抱え込まないで周りに話すこと、知ってもらうことが大事なんだと思いました。



第60回臨時総代会

松島医療生活協同組合第60回臨時総代会が3月2日(土) 13時30分からまつしまの郷にて開催されました。今回の臨時総代会は監事1名欠員により、定款で監事3名が下限なので3か月以内に補充しなければならぬこと、役員の選任については補充の場合も含め、総代会に諮ること定められており、2000年以来的開催となりました。総代の定数148名中、本人出席9名、代理人出席1名、書面議決書133名、出席総代総数143名で第1号議案役員選任決定の件、監事候補者佐藤章氏の選任について審議を行い、原案通り可決承認されました。

事前書面にて議案書に関する意見として「監事候補者の年齢や経歴が必要ではないか?」「前任者の氏名及び退任理由の説明」「総代会運営規約には役員構成はなにか分りづらい」と意見がだされました。

専務理事より「関連担当者相談し、個人情報について必要最小限とさせていただいたのでご理解お願いしたい。」「総会添付資料については今後検討する。」と回答がありました。

最後に青木副理事長より「2030年に向けてビジョンづくりをすすめています。皆さんのご意見・ご指導をいただき更なる発展に努めていきたいです。」と挨拶を行い閉会となりました。

健康チャレンジ2023
結果報告

健康チャレンジへのご参加ありがとうございました。

今年度の特徴として、支部で知り合いの方やその家族へ声掛けいただき、たくさん参加頂きました。後援団体での参加者も増えました。「次回はもう少し声掛けをしてみますね」とありがたい言葉をもらいました。キッズの方は、学校関係の先生と顔の見える繋がりのおかげで、子どもたちへ呼びかけて参加者が増えました。先生方、ありがとうございました。

2024年度の参加もよろしくお願いします。

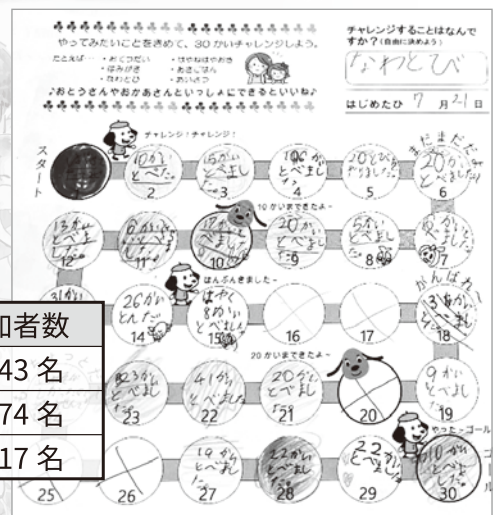
三浦 久恵

◆参加者数

区分け	目標	参加者数
大人の部	900名	843名
子供の部	200名	174名
合計	1,100名	1,017名

◆人気取り組みベスト3

順位	取り組み内容【健康チャレンジ】	【キッズチャレンジ】
1位	1日1回はしっかり歯磨き	おてつだい
2位	朝寝起きに1杯の水を飲む	マイチャレンジ
3位	今日のうちに寝る	早寝早起き



感想

◎健康チャレンジ(大人)の部

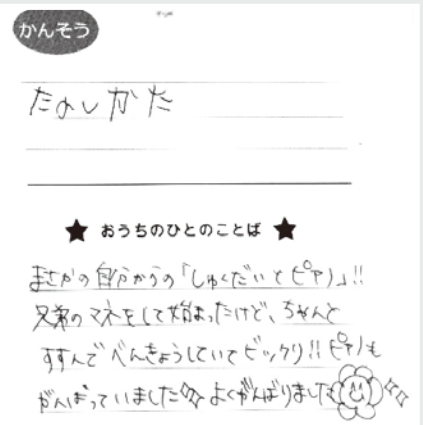
- ・毎年違うことを取り組んでみました。今後も継続したいと思います
- ・AM6:25のラジオ体操が完全にライフスタイルとして定着。日々の健康維持に結びついています
- ・あいうべ体操、歯磨きの時10回以上の習慣になり、孫にも教えている

◎キッズチャレンジ(子ども)

- ・縄跳びが60回できてうれしかった
- ・お母さんにほめられるようにがんばりました
- ・みずをあげると、あさがおとひまわりがげんきになりました

◎キッズチャレンジ(おうちの方)

- ・これからももりもりたくさん食べて大きくなって下さい
- ・字を読むこと、妹の面倒をみることで両面で大きく成長しました
- ・親子の時間としてとても良い時間でした



◎Yさんの娘さま

「母は長い期間おたつしやデイに通い、最後は訪問看護、24時間対応の在宅支援を利用しました。不安もありましたが、スタッフに相談しながら、最後まで自宅で過ごすことができました。母も喜んでいてと思います。今はとても淋しいです。」

Yさんの出資金は娘さんが快く引継いでくれました。更に、年1回の増資の申し出もありました。

◎Mさんのご家族さま

「母の体調が悪化すると心配で診療所に連絡すると、先生と看護師さんが様子をみに来てくれて本当にありがたかった。」

出資金はご家族さんが快く引き継ぎ、別で増資も頂きました。

事務局に寄せられたお話は、事業所にも伝えスタッフの励みになっています。地域から頼りになる診療所を目指しますので、これからも松島医療生協をよろしくお願いします。



医療生協事務局

組織担当 阿部 しのぶ



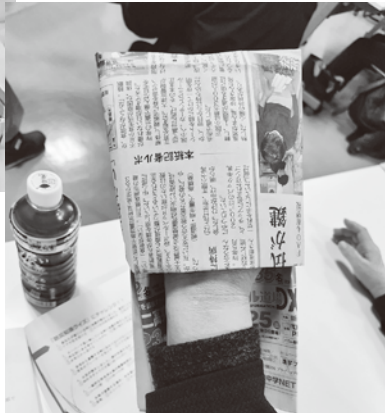
3・11講話会

訪問看護ステーションまつしま

岩淵 純子

東日本大震災、熊本地震、能登半島地震や、津波、洪水、大雪、噴火など様々な災害が日本各地で起きています。大災害に備え、日頃から防災に関する知識を身につけておくことが大切です。そこで今回は様々な防災の工夫を紹介しました。

参加者は約30名。停電時に懐中電灯とペットボトルを使ってルームライト。トイレの工夫、寒さ対策でペットボトルを湯たんぽに等々。新聞の活用では参加者全員で新聞スリッパを作りました。災害が発生してから慌てないよう普段からシュミレーションをしておくことが大切です。知っているのと便利なまめ知識など正しい知識を身につけて「その時」に備えましょう！



新入職員の紹介



歯科助手
熊谷 智恵美



歯科衛生士
佐々木 奈緒

昨年3月より松島海岸診療所歯科に勤務させて頂き1年になります。まだまだ勉強中ではありますが日々の業務させて頂く中で、さらに知識を深め、優しく丁寧な対応を心がけ、チーム医療の一員として患者さんが安心、安全に治療を受けて頂けるように努めています。どうぞよろしくお願い致します。

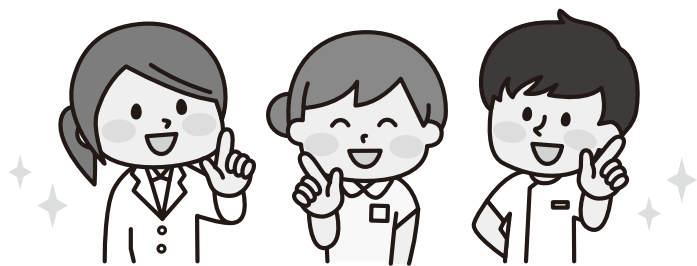


歯科衛生士
小山 純子

2月7日から働かせて頂いています。

お口の中の状態は一人一人違うので、今の状態を知っていたら、患者様に合わせた予防法、クリーニングを提案させて頂けたらと思います。また、笑顔で丁寧に対応できるように努めていきたいと思っています。よろしくお願いします。

2023年3月に松島町に引っ越してきました。元々東松島市の出身ですが家族の転勤で長崎県と北海道にいました。出産、育児で歯科衛生士としてはお休みしていました。少しブランクはあるのですが、患者さんが楽しく食事をする事ができ、困りごとがない口腔内を健康な状態で維持できるようにお手伝いできればと思っています。よろしくお願いします。



松島医療生活協同組合 松島海岸診療所



診療案内

● 医科受付・診療時間 022-354-3702

内科：月～土 休診日/日曜・祝日
小児科：火～金（午前のみ）

	午前	午後
月	8:30～12:00	15:00～17:00
火	8:30～12:00	休診
水	8:30～12:00	15:00～17:00
木	7:30～12:00	休診
金	8:30～12:00	15:00～17:30
土	8:30～11:30	休診

※全日予約診療です。急に具合が悪くなった場合には予約なしでも受診できますので、ご相談ください。

※木曜日7:30～8:00早朝外来は予約のみです。

※火曜日・木曜日の午後は在宅診療のため外来は休診となります

● 訪問看護ステーション まつしま

☎022-353-3295

月～金	9:00～17:00
土	9:00～12:00

● デイサービス おたっしゃデイ

☎022-352-0981

月～土	9:15～16:30
-----	------------

● 歯科診療時間 022-353-2717

急患受付は午前11時、午後16時までとなります
休診日/日曜・祝日

	午前	午後
月	8:45～12:30	14:00～17:45
火	8:45～12:30	14:00～17:45
水	8:45～12:30	14:00～17:45
木	8:45～12:30	14:00～17:45
金	8:45～12:30	14:00～17:45
土	8:45～12:30	14:00～17:45

※矯正：第2土曜（完全予約制）

● まつしまホームヘルパー

☎022-352-0951

月～土	8:30～17:30
-----	------------

● 介護相談センター

☎022-353-3185

月～土	9:00～17:00
-----	------------



診療所事務
清岡 聡史

「なー」と改めて感じます。事務というのはそういった様々な人と人を仲介し、サポートする仕事だと思っています。利用者様に気持ちよく診療所を利用して頂けるように努めていきたいと思っています。宜しくお願いします。

仙台市泉区から車で通っています。片道1時間と少しの小旅行です。毎日、車内や駅で多くの人を見ると「いろいろな人がいる」と感じます。

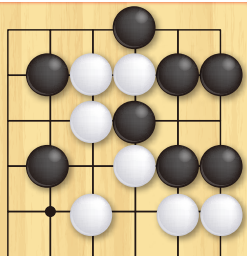


新年会

高城支部

1月19日(金) 高城コミュニティセンターで、新年会が開催されました。役員や担い手さん、班会の皆さんも参加して美味しいスイーツとともに、ビンゴ大会で楽しみました。景品は、大根、人参、ほうれん草など野菜で物価高騰のおり、とても好評でした。2024年度はお花見や移動班会など楽しく活動していきたいと意見も出され、春が待ち遠しいようです。

囲碁サークル



新年号でメンバー募集をして、新メンバーが加入しています！

松島海岸診療所の山崎先生が優しく教えてくれますので、初心者でも気軽に参加できます。まだまだメンバー募集中です。

囲碁は、右脳の働きをよくしてフレイル予防の効果があります。

- ・第一、第三水曜日 13:00~15:00
- ・松島医療生協 かこまち会館 1階会議室にて
- ・組合員の方
(まだ組合員でない方も是非ご加入下さい。)
- ・参加費は無料



カラオケ班会

二小支部

2月2日(金) 本郷ふれあいセンターにて、カラオケ班会が開催されました。約4年ぶりの開催で、カラオケを楽しみました。歌に合わせて自然に踊る方もおり、にぎやかに楽しい時間を過ごしました。せっかく集まれたので、その場で毎月第一金曜日に定例で開催することに決まりました。興味のある方気軽に声をかけ下さい。



♪カラオケ班会の様子を動画でどうぞ♪



新年会

北部支部

2月23日(金) 組合員交流集会に参加して終了後、パレス松洲にて新年会を兼ねて食事を開催しました。役員、担い手さん、上竹谷地区、幡谷地区の皆さん、職員も3名参加しました。はじめに支部長の桜井一博さんが、映画「オレんじ・ランプ」について、「若年性アルツハイマー型認知症の方は、見た目では病気を患っているかわからないので、自分の状態を周囲の方に伝えて、友人、職場の人、地域の方が理解し、学び支えあっていることがとても良かった」と感想を話されました。2つの地区の方が集まる機会にもなり、食事も美味しく、おしゃべりにも花が咲き楽しい時間を過ごすことができましたと大変喜ばれていました。良かったら動画もご覧ください。

松島医療生活協同組合 第61回 総代会

日時
2024年6月15日(土)
13:30~

場所
パレス松洲

編集後記

暖冬の冬、このまま春をむかえるのかと思いきや、寒さは逆戻り。でも診療所では進化しています。会計は自動釣銭機になりました。早く慣れましょうね。

北部支部新年会
の様子を動画でどうぞ

