

**医療法人財団 健和会**  
 みさと健和病院 Tel.048-955-7171  
 みさと健和クリニック Tel.048-955-8551  
 まちかどひろばクリニック Tel.048-955-8683  
 みさと健和歯科 Tel.048-956-6996  
 みさと健和団地診療所 Tel.048-959-5011

# 健康のひろば

発行所  
 〒341-0035 三郷市鷹野4-494-1  
 「健康のひろば」編集委員会  
 Tel.048-955-7872  
 Fax.048-955-7897  
 E-mail tomonokai-m@kenwa.or.jp  
 http://misato.kenwa.or.jp  
 (毎月25日発行 定価1部30円)

## コロナ禍で奮闘されている医療・介護従事者への感謝の言葉

～新型コロナウイルス友の会会員アンケートより～

4月に行われた無記名での新型コロナアンケートで、自由記載欄に寄せられた健和友の会会員の皆様からの感謝のお言葉です。ここに載せ切れないうちもたくさんあります。一部を紹介いたします。



病院玄関前の発熱チェックをするスタッフ

いします。  
 ▼皆さん大変な思いをしていらっしゃると思います。いつもありがとうございます。心から感謝しています。  
 ▼日増しにコロナウイルスの感染者が増えるなか、お医者様や看護師の皆様のご苦勞を思うと本当に心が痛みます。決して無理し続ける事なく休養が取れますように一丸となつて頑張ってください。  
 ▼病院関係で働く方々、改めて人命を預かるお仕事に敬意を表します。本當にご苦勞さんです。  
 ▼この大変な中で働いて下さっている皆様に頭が下がります。自分の体と家族の方々の健康を祈っています。自分達の身体が資本なのでどうぞ気を付けてお仕事を願います。  
 ▼先生、スタッフの方々に、先生、先生方、その職員さん、先生方、その

▼医療にかかわって下さる皆様、毎日本当にご苦勞です。感謝しております。どうかお体に気を付けて下さい。

▼病院関係で働いている皆様、ご苦勞様です。院内感染などのないように、それだけが願いです。ご苦勞様ですが宜しくお願いします。

▼病院の皆さんは危険なお仕事で大変なことだと思います。くれぐれもお体

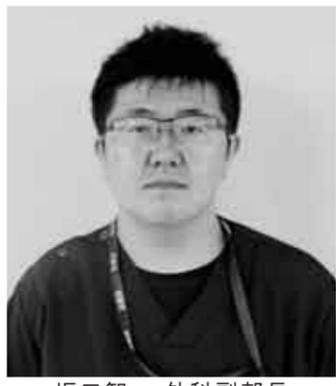
状態で見えれば大腸カメラを用いて切除する事が可能ですが、ある一定の大きさ及び深達度を超えると手術の適応となります。手術は従来はお腹を真ん中で切開する開腹手術が一般的でしたが、2008年頃から当院でも腹腔鏡を用いた大腸の手術が導入され、現在は8割以上が腹腔鏡手術となっています。

▼いつも感謝しありがとうございます。要望はありませんが、スタッフの方々が皆感染することなく元気でいてくれることだけです。ありがとうございます。私達も気がつけます。

▼医療機関として大変か

▼この大変な中で働いて下さっている皆様に頭が下がります。自分の体と家族の方々の健康を祈っています。自分達の身体が資本なのでどうぞ気を付けてお仕事を願います。

▼この大変な中で働いて下さっている皆様に頭が下がります。自分の体と家族の方々の健康を祈っています。自分達の身体が資本なのでどうぞ気を付けてお仕事を願います。



坂口智一 外科副部長

### 診療科目紹介 外科

#### 大腸手術のはなし 坂口智一先生

**当院大腸手術の8割が腹腔鏡手術**  
 みさと健和病院外科は常勤医師7名で年間50～60件の大腸の手術をしています。主な疾患は大腸癌です。大腸癌は最初は大腸の小さなポリープとして出現しますが、徐々に成長していき大腸癌となります。ポリープもしくは早期癌の

状態で見えれば大腸カメラを用いて切除する事が可能ですが、ある一定の大きさ及び深達度を超えると手術の適応となります。手術は従来はお腹を真ん中で切開する開腹手術が一般的でしたが、2008年頃から当院でも腹腔鏡を用いた大腸の手術が導入され、現在は8割以上が腹腔鏡手術となっています。

また、リンパ節郭清(かくせい)という細かい血管の周りの操作があります。近で観察する事により安全かつ綺麗な剥離操作を行う事が出来ます。出血も少なく、術後の創感染(傷が化膿する事)や、癒着という合併症を起す頻度も少ないと言われ、結果として平均入院期間も短くなっています。ステージ3以上の進行大腸癌では、手術の後に術後補助化学療法と言って、再発を予防するための抗がん剤の治療を行う事もあります。どのような治療が適切かについては



腹腔鏡手術風景(イメージ)

健和会の医療と介護の事業を支える協同基金(無利息)にご協力をお願いいたします。  
 《お問い合わせ》  
 TEL 048-9555-7872

▼GOTOキャンペーン(観光支援事業)が予定より大幅に前倒しされて7月22日から実施されました。但し東京在住者には適用されません。割引率は最大35%まで支援されます。問題は何かコロナウイルスの蔓延の時期に施行するのでしょうか? ▼確かにコロナの影響で観光事業は未曾有の大打撃を受けており、旅行大手会社(HIS・JTB)は一時金も支給不可能に追い込まれています。また、宿泊業界も厳しい経営に追い込まれています。国民の多くは日常生活に於いてコロナの感染予防や外出自粛を強いられ、日常を過ごしています。つまり外出を抑えながらGOTOトラベルを利用するのは大きな矛盾です。▼そもそも同時に経済の回復と、コロナ感染予防は両立しえないものと思えます。キャンペーン事業を先送りして、新型コロナウイルス感染症拡大防止の体制強化を優先すべきです。  
 (編集委員・坂本 喜市)

▼GOTOキャンペーン(観光支援事業)が予定より大幅に前倒しされて7月22日から実施されました。但し東京在住者には適用されません。割引率は最大35%まで支援されます。問題は何かコロナウイルスの蔓延の時期に施行するのでしょうか? ▼確かにコロナの影響で観光事業は未曾有の大打撃を受けており、旅行大手会社(HIS・JTB)は一時金も支給不可能に追い込まれています。また、宿泊業界も厳しい経営に追い込まれています。国民の多くは日常生活に於いてコロナの感染予防や外出自粛を強いられ、日常を過ごしています。つまり外出を抑えながらGOTOトラベルを利用するのは大きな矛盾です。▼そもそも同時に経済の回復と、コロナ感染予防は両立しえないものと思えます。キャンペーン事業を先送りして、新型コロナウイルス感染症拡大防止の体制強化を優先すべきです。  
 (編集委員・坂本 喜市)

# カフェおあしす再開しました

(三郷おあしす会)



当日は15人が参加、足立健康友の会作成のDVD「脳活で頭も体も元気に」を視聴、マスクをつけたまま小さな声でしゃべったりみたり、「北国

旧馬渡さん家



みなさんで座ってできる体操を行いました



熱中症予防対策として試供品のゼリーを配布しました

8月25日、7カ月ぶりに「カフェおあしす」が開催されました。新型コロナウイルス対応のため健和病院の地域交流室が使えず、会場は旧馬渡さん家となりました。

その後、「包括支援センターみさと南」の仁井谷保健師の認知症予防に

の春の体操「や、いろいろな問題のクイズを楽しみました。最後に試供品のプレゼントもありました。新型コロナウイルス感

染対策の関係で、当分の間は旧馬渡さん家を会場とし、9月・10月は木曜

## 頭と体を使って元気いっぱい!

## 健康チャレンジ期間は

### 10/1~11/30

# 2020年度健康チャレンジが始まります

今回で15回目を迎える「健康チャレンジ」が始まります。参加は友の会会員でなくても、どなたでも自由です。期間は10月~11月の2カ月間です。その中で30日以上自分が立てた目標を達成できれば健康チャレンジ達成となります。



## 三郷市の子ども食堂への助成金制度実現

この度、三郷市が「子どもの居場所」に対して緊急に補助金を交付することにいたしました。対象は新型コロナウイルス拡大防止対策に要した経費で上限は30万円、今のところ今年度のみの補助のようです。「子ども食堂」はここ数年で急増し、昨年は全国で3700カ所を超えました。子どもの貧困が問題とされ、一人ぼっちで食べる子どもに手を差し伸べたいという気持ちで始めたところが多いと思います。その中で、本当に困っている子どもに行き届いているのかという疑問からフードパントリーに進んだり、子どもの居場所も遊びの場や学習の場だったり、様ざま

## 原水禁世界大会の報告



今年も多くの協力を頂きました。今年度の原水禁世界大会は新型コロナウイルス感染症拡大予防のもと、代表者派遣は行わずオンライン会議で行われました。今年も多くの会員の皆様から事務局に折り鶴が送られてきました。折り鶴とともに友の会会員さんや職場から集まったカンパ金(10万円余り)を現地に届けました。

核兵器禁止条約の効力発生まで残りあと7カ国と迫ってきています。世界で唯一の被爆国である日本の政府への核兵器に対する姿勢があらためて問われています。

千住介護福祉専門学校
★民医連唯一の介護福祉士養成校
★現場経験豊富な講師陣による授業!
★福祉用具の活用で安全で安心な介護を学びます!
★経済的な理由で、独自の学費減免制度も活用できます。
★学校個別見学随時受け付け中
学校法人 東都医療福祉学院
千住介護福祉専門学校
東京都足立区千住仲町14-4
(北千住駅より徒歩10分、千住大橋駅より徒歩6分)

お気軽にご相談下さい
福祉用具レンタル・介護用品の販売・住宅改修
(株)福祉協同サービス
中央営業所
三郷市谷口617
TEL048(949)2511

介護スタッフ大募集
特別介護老人ホーム・デイサービス
グループホーム・訪問介護 他
Tel.03-5813-9251
その人らしくを大切に
社会福祉法人
すこやか福祉会
介護職の やりがいと笑顔が ここにあります
すこやか福祉会 検索

# 水害にどう立ち向かうか

## ～正しく恐れ、正しく備える～

### 第2回 東都協議会 水害学習会報告

#### 協議会2回目の水害学習会

8月21日に、協議会として今年の2月に続き2回目の「水害学習会」を行いました。3密を避けるため、複数会場に分散させてリモート(遠隔)で行いました。



梶原健嗣先生(本部会場にて撮影)



リモート会場にて(モニター越しで聴講)

テレビモニターを使って100人を超える参加がありました。

講師は、前回と同じく愛国学園大学教授の梶原健嗣(けんじ)先生です。江東5区での水害対策についてご教授いただきました。

#### 増え続ける台風上陸と豪雨の回数

江東5区(墨田区、江東区、足立区、葛飾区、江戸川区)は東京東部低地帯に位置しています。季節外れの台風上陸数は戦後の昭和時代は4年に一度、平成の30年間は3年に一度と頻度が増えてきています。それらに伴い豪雨も頻発してきています。

#### 被害をよリモたらずのは土砂や流木

洪水で危険なのは、水よりも一緒に流れてくる土砂や流木です。これらが周りに大きな被害をもたらします。実際、直近20年の水害では被害の約半分が土砂によって引き起こされています

#### 完成しない治水計画

講演では、施設の限界を超える洪水に、「行政が技術的に洪水を防いでくれる」には期待できないと述べていました。国の試算では2038年には既存のダムなどに要する修繕費用が、新規の治水事業費を食いつぶしてしまうとのこと。

#### 水害は逃げるのが可能

各市区が出しているハザードマップ(災害予測地図)を用いて「いつ、どこに、どのよう」に避難するのか、また避難所も1カ所だけではなく、近所でも3カ所は候補に入れておき、避難の際は何よりも早めの行動が大切とのことでした。(編集部)

### 東都協議会の事業所・職場めぐり⑧

## みさと健和病院 手術室



手術室スタッフのみなさん(手術室内にて撮影)

#### 術前の不安を和らげるのも大きな仕事のひとつ

みさと健和病院手術室では、日帰りで受けられる30分程の手術から、1日掛かりの癌の手術、骨折の手術や白内障の手術など、様々な診療科の手術を月に約130件行っています。皆さんは「手術室看護師の仕事」と言われてどんなことを想像しますか? 医師に「メ

手術室 佐藤 史織

術前訪問です。手術の前に担当看護師が患者様のところにご挨拶に伺い、手術を受けるにあたっての問診や、麻酔の流れなどの説明をしています。分からないことや不安なことなど、なんでも相談出来る場になりたいと思っています。

その他に、みさと健和病院手術室では、手術を受ける患者様に寄り添い、安心して手術を受けていただけるよう看護を行っています。その中のひとつが術前訪問です。手術の前に担当看護師が患者様のところにご挨拶に伺い、手術を受けるにあたっての問診や、麻酔の流れなどの説明をしています。分からないことや不安なことなど、なんでも相談出来る場になりたいと思っています。

## 病院食(行事食)の紹介



#### <メニュー>

- ・米飯 180g
- ・鶏飯の具
- ・鶏飯の味噌
- ・クープイリチー\*
- ・冬瓜帆立あん
- ・みょうが
- ・マンゴープリン

#### <栄養>

- ・エネルギー 600kcal
- ・たんぱく質 36.1g
- ・脂質 10.2g
- ・食塩相当量 2.8g

(みさと健和病院・栄養課)

8月行事食の献立は沖縄風の料理となります。鶏飯を召し上がりの方は、具材と味噌を混ぜて、スープをかけてお茶漬けのように楽しめるようになっていきます。

\*クープイリチーとは「クープ」昆布・「イリチー」炒め物のことを指す沖縄の郷土料理です。

## 今月の投書から

今月(7月中旬)8月初旬は4件の投書をいただきました。ありがとうございます。2件の紹介です。投書の際、なるべくお名前と連絡先をご記入ください。よろしくお願い致します。

▼「入院患者によって症状や重症度が異なり、入院期間も違うのに同じ条件で病室を振り分けるには差額ベッド代を取った方が良いのでは」との投書を頂きました。当院が差額ベッド代を取らない理由は、①健和会が加盟している民医連の活動理念として、お金の有無で掛

かれる医療サービスに差を設けてはいないこと、②差額ベッド代を取ってしまうと、差額ベッドとしての病室が固定されてしまい、医療必要度に応じた病室の割り振りができなくなってしまう。そのことで逆に患者サービスの低下につながってしまうためです。

以上理由により差額ベッド代は頂いておりません。また、当院では民医連活動として取り組んでいる無料低額診療事業(無低診)を行っております。これは経済的理由により適切な医療を受けられない方々に対して、安心して治療を受けていただくため、無料又は低額で

(事務長・仁井谷 光)



行事食は、入院中でも季節を感じて頂けるように工夫を凝らした病院食です。月に一度提供されます。

サークル活動紹介

布夢彩画教室(布絵サークル)

布夢彩画 山本いく代

健和友の会で教室を始め、7年になります。私たちが古布や古い着物を使い、その中から様々な色を選んだ作品作りをしています。古い物には今にないとても落ち着いた色味があり、素敵です。



サークルで作った作品

わたしのふるさと

263

松戸市小山 浦野 隆夫



鹿児島島のシンボル 桜島

鹿児島といえば、まず桜島でしょうか。今でもしょっちゅう噴煙を上げ、風下に火山灰を飛ばす厄介な存在ですが、錦江湾に浮かぶその姿は圧巻で、大好きな景色です。

私が小学校まで過ごしたのは錦江湾の北端に接する始良町(今の始良市)重富。南西にはシラス台地の山、南東には海、川に沿って北に開けた町でした。通った重富小学校は山の麓の城跡、立派な石垣の上にあります。大河ドラマ「篤姫」で知ったのですが、薩摩藩を治めた島津家の四大分

家の一つ、重富島津の居城でした。幕末の藩の実力者、島津久光は重富島津の出身です。

小学校の周りは自然豊かで、裏山にはミカン畑・茶畑・梅林があり、茶摘みは高学年の児童が手伝っていたように思います。今回インターネットで調べてみたら、小学校のホームページや校歌が見つかりました。プロ野球の川崎宗則選手が同じ小学校の後輩ということまでわかってびっくりしています。



島津久光

自然と歴史豊かな風土に育まれた町

鹿児島県始良(あいら)市

読者の便り

▼コロナ感染と隣り合わせで勤務されている介護職員の皆様、本当に大変な中で勤務されている現状が、今号(7月号)を読み良く分かりました。私も日頃の生活において感染対策をしつかりしなくてはと、改めて痛感しました。

▼健康マージャンサークルに今月より入れて頂きまして。再開されることを心待ちにしています。(八潮市八潮・田部井幸子)

▼友の会に入会したのが1992年ですが、毎回友の会編集に関わって下さる皆様に心から感謝しております。初めてクロスワードパズルに挑戦し、思考回路が少し広がれば良いのですが。(三郷市栄・片岡 真吾)

▼先日、数年ぶりで健康診断に行きましたが、何でか一日間違っ行ってしまいました。受付の職員さんに相談したところ、ちょっと待っていて下さいと。戻ってくると今日でもいいですよ。感謝、感謝です。(三郷市栄・片岡 真吾)

コロナ禍での医療、介護に関わって下さる皆様に心から感謝申し上げます。皆様お体ご自愛下さいませ。(三郷市鷹野・恩田とし子)

▼「健康のひろば」僅かですが手配りをしています。新型コロナウイルスのせいか、健康のひろばと外来診療案内しなく、とても寂しいです。(八潮市南川崎・浅田恵美子)

▼先日、数年ぶりで健康診断に行きましたが、何でか一日間違っ行ってしまいました。受付の職員さんに相談したところ、ちょっと待っていて下さいと。戻ってくると今日でもいいですよ。感謝、感謝です。(三郷市栄・片岡 真吾)

▼先日、数年ぶりで健康診断に行きましたが、何でか一日間違っ行ってしまいました。受付の職員さんに相談したところ、ちょっと待っていて下さいと。戻ってくると今日でもいいですよ。感謝、感謝です。(三郷市栄・片岡 真吾)

クロスワードパズル

16x16 crossword puzzle grid with some cells containing illustrations like a cat, a hand, a person, and a dog.

カギを解き、二重枠の文字を並べてできる言葉を答えましょう

【タテのカギ】① が出るとも ⑧ 熨斗の読み方も ⑩ グレンデを—です ⑫ 災害の—痕 ⑬ 兄弟姉妹の娘 ⑮ —声、—姫

【ヨコのカギ】① その仕事は彼にとっては— ③ 菌の痛み ⑤ 勝つためには—を選ばぬ ⑦ —ともス

パズル当選者のお知らせ 第446号(7月25日付)の正解は、「キンギョスクイ」でした。正解者の中から伊藤勢津子さん(三郷市)、田部井幸子さん(八潮市)、恩田とし子さん(三郷市)、浅田恵美子さん(三郷市)、片岡真吾さん(三郷市)、新野田衛成さん(三郷市)に図書カード500円分を送らせていただきます。

ハガキ、又はEメールに氏名と住所、それに正解と「健康のひろば」の号数、感想やご意見を添えて、下記宛先までお送り下さい。正解者の中から抽選で粗品を差し上げます。ご応募をお待ちしています。

宛先 〒341-0035 三郷市鷹野4-494-1 健和友の会 Eメール: tomonokai-m@kenwa.or.jp

編集後記 ▼猛暑はおさまってきたが、新型コロナの拡大はとまらない。コロナは今の社会の問題点をあからさまに示している、社会的弱者といわれる人たちにより大きな困難をもたらしている。そんななか安倍首相が辞任した。長期政権だったが、コロナという未曾有の災害に対応しきれないで倒れてしまった。首相のすげ替えよりも国民のために力をつくす政権の誕生を願う。(編集委員・高橋邦夫)

文芸のひろば

俳句

黙禱の八月の空遠くなり

吉村 喜子

街の中カラフルマスク夏来る

宮川 和子

オンライン幼馴染と暑気払い

金指 孝造

久びさに友も菓ごもり色じろに

石塚ふさ子

やまいにも負けずに生きる九十世かな

安藤 保子

短歌

猛暑日に怒りたてつく蟬の声 同じ気持ちと思いたたずむ

吉野 宏

文芸のひろば 俳句・川柳・短歌 募集

あて先: 埼玉県三郷市鷹野4-494-1 みさと健和病院 健和友の会宛 締切: 毎月15日 ※作品掲載者には図書カード500円分を送付いたします。(投稿は1月1首で厳守願います)

『手配り協力者』募集中

いま、機関紙「健康のひろば」約9500部を友の会「手配り協力者」約470人で配達しています。みなさんボランティアで、毎月20日頃、ご近所の会員さんの分を配布いただいています。受け持ちの部数はそれぞれで、5~6部の方もいらっしゃいます。できる範囲でお願いしています。お気軽に友の会事務局までご連絡ください。