

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
みさとホームケア診療所 Tel.048-948-0052
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)

2021年度 新入職員入社式

地域のみなさんよろしくお願ひ致します



三郷地域に
40人の新入職員

今年度の東都保健医療福祉協議会への新入職員は72人です。三郷地域配属の新入職員は、

- ・みさと健和病院 医師5人、看護師19人、臨床検査技師2人、リハビリ4人、事務2人
- ・みさと健和クリニック 看護師1人、事務2人
- ・みさと南訪問看護ステーション 看護師1人、事務1人
- ・たかの薬局 薬剤師1人
- ・かまくら薬局 薬剤師1人
- ・かりん薬局



会場を複数に分けての入社式

以上40人です。

薬剤師1人

コロナ禍での分散入社式



祝 2021年度 入社式

職種別の集合写真(写真は新入職の看護師のみなさん)

私たち職員は、これからみなさんと一緒に働けることを心より歓迎いたします。友の会のみなさん、温かくご指導いただきます。

(編集委員・坂本 喜市)

みなさんにお願ひしたい3つのこと

菅政権は3月21日に、コロナ感染がステージ4から3に改善したという根拠で、緊急事態宣言を解除しました。時期尚早の感があり、実際感染者は増加傾向にあります。友の会や地域の皆様には長期戦となり大変ですが、以下の感染対策を引き続き

きお願ひ致します。

第1に、あらためて基本的な感染予防対策をお願い致します。コロナの感染経路は無症状者からの感染が約50-60%といわれています。マスク着用と密閉・密集・密接の3密回避が重要です。常時

口感染もあるので、しっかり手洗いを行うことが大切です。

また、不特定多数での会食や飲食は避け、大勢集まるイベントや集会についてもしっかりと感染対策をとることが大切です。

第2に、発熱や咳などの風邪症状がある場合、また、コロナ感染特有な味覚障害・嗅覚障害がある場合は迷わず病院・診療所の発熱外来を受診し、医師の判断のもとPCR検査を受けてください。さらに無症状の感染者が多いことを考えると、

今後やるべきことは多くの施設や医療機関などで定期的なPCR検査を進め、陽性者のあぶりだしと封じ込め(ホテル待機など)です。まだ第3波が収束しないうちにイギリスや南アフリカやブラジルで発生した変異ウイルスによる第4波が到来したといわれています。国内でもすでに神戸中心にクラスターが発生しています。

第3は、今後予定されるワクチン接種です。自分を守るだけでなく他人を守るといことで副反応をしっかりと確認し、接種を



お願ひ致します。

現在予定されているファイザーのmRNAワクチン(2)はアナフィラキシー反応(3)も少ないといわれています。

また、経済優先か感染対策かの議論があります。が、実際は世界の状況をみると感染対策をすすめる死亡が少ない国ほど経済的ダメージが少ないといわれています。まず、協議会として行政に対して入院患者や施設の利用者が定期的にPCR検査を受けられるよう要求していくことが必要です。

(1)エアロゾル 気体中に浮遊する極めて微小な液体または固体の粒子のこと。

(2)mRNAワクチン mRNAは細胞の遺伝情報(3)アナフィラキシー反応 重症で致命的な全身的反応及び過敏症反応のこと。

(編集部注)

緊急事態宣言解除後の協議会のとりくみ

東都保健医療福祉協議会 議長 松山 公彦

1月号ひろばに「75歳以上の医療費窓口負担2割化に反対」の署名のお願いをしました。皆さんの協力で3月末現在2600筆の請願署名が集まっています。この法案は現在の通常国会に上程されます。引上げの対象は年金収入モデルで年間200万円以上の収入の人達が対象になります。約370万人の高齢者が影響をうけます。政府はこの2割値上げの理由は世代間での不公平感をなくす為といっております。▼財政拠出割合は高齢者1割、公費5割、現役世代4割になっています。世代間の対立を煽動しています。これで現役世代の健康保険料が下がることはありません。更には戦後の団塊の世代が75歳以上になり始める2022年以降の医療費の急増を抑えるためともいっております。▼人間は高齢化が進む程に身体は疾患が多く出てくるのは当然の理であります。世界に向けて長寿国の誇りを発信すべきと考えます。

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》
TEL048-955-7872

健康診断は健康を維持・増進させるチャンス

三郷市特定健診のご案内



みさと健和病院健診センター

自覚症状がない
病気を早期発見
するチャンス

健診控えて病気の
発見が遅れ、重症化
してしまうことも

皆さんは、健康診断の
目的をご存じですか？

最近では新型コロナウイルスの流行で感染症への関心が高まっていますが、その一方で、コロナウイルスへの感染不安から健康診断や外来受診を控える人が増えており、病気の発見の遅れや重症化が危惧されています。

また、基礎疾患があることで、新型コロナウイルスに感染した際に重症化しやすいと言われていいます。逆に、健康診断で異常にいち早く気づき、生活習慣を見直す事で病気を未然に防ぐこともできます。健康診断は、健康を維持・増進するチャンスです。1年に1回、必ず健康診断を受診しましょう。

前置きが長くなりましたが、健康診断を受ける1番の理由は、がんや生活習慣病などの「自覚症状のない病気を早期発見するため」です。

病気の発見が遅れれば治る病気も治らなくなり、治療費も高くなり、病気の本人だけではなく周りの人たちの負担も大きくなります。

また、基礎疾患があることで、新型コロナウイルスに感染した際に重症化しやすいと言われていいます。逆に、健康診断で異常にいち早く気づき、生活習慣を見直す事で病気を未然に防ぐこともできます。健康診断は、健康を維持・増進するチャンスです。1年に1回、必ず健康診断を受診しましょう。



(みさと健和病院 健診センター保健師・山田 裕典)

政府が進めている「デジタル改革」とは、どんなことなの？

デジタル改革で何が変わる？

菅政権が看板政策に掲げている「デジタル改革」ですが、いきなり「デジタル改革」といわれてもなかなかピンときません。

そもそも、どのような目的でデジタル改革なものを進めようとしているのか考えてみたいと思います。

国民一人一人に番号

を振り分けるマイナンバーカードは、皆さんご存じかと思いますが、なかなか進んでいないマイナンバーカードですが、これに皆さんのあらゆる個人データ(生まれてから亡くなるまでの健康状態、学

校や社会教育での学習履歴など)を紐づけて活用したいというのが主な理由です。しかし、それで得た膨大な情報は、使い方を誤れば深刻な差別や排除につながる恐れがあります。実際、経団

個人情報保護は、透明性のあるものに

欧米先進諸国が行

っている個人情報保護「一般データ保護規則」に倣って、日本でも国民が信頼できる透明性のある情報管理を確保し、プライバシーを守る権利を拡充すること

連はそれで得た学習履歴情報を企業の「採用、処遇、評価」に使うと明言しています。マイナンバーカードに様々な情報が集約していき、それを政府に全て管理されることで社会の画一化が進み、政府が国民の行動を監視する社会となる恐れがあります。



(編集部)

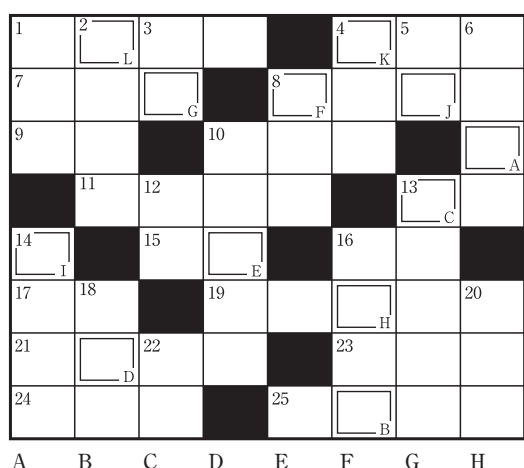
2020年度後期評議員会

医療法人財団 健和会

引き続き患者・利用者・職員・家族を

守る活動にすべての事業所で積極的に取り組みます。今年度決算は、国や自治体の補助金を受け経常利益が確保できる見込みではあります。新型コロナウイルス感染症の影響により深刻

な経営状況に陥りました。コロナ後の医療・介護事業構想を見据えた長期計画の策定に着手し、同時に長期経営計画づくりにも取り組みます。2021年度予算は、長期経営計画初年度の必要利益である3億円の経常利益を確保する予算提案をいたしました。

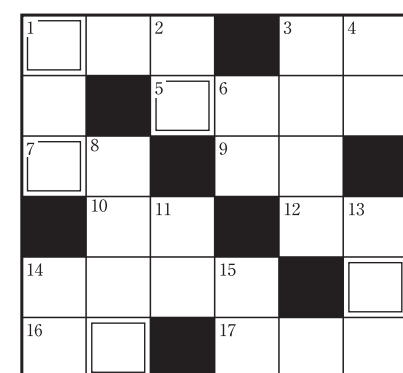


【タテのカギ】①不意打ち。——作戦 ④荷物を担いで運ぶ人夫 ⑦質より—— ⑧国内の騒乱、紛争 ⑨彼はその道の——だ ⑩硬貨。——ロッカー ⑪譲りわたすこと ⑬事柄。案——、用—— ⑮——破れて山河あり ⑯二の——を演じる ⑰他山の—— ⑱急を要するののにのんびりする。——に構える ⑲ピアノの——で独唱 ⑳長くゆったりした上衣 ㉔漢字の左側が偏、右は ㉕動画の対語

＜応募締め切り＞
別冊号再掲載のクロスワードパズルの締め切りは5月25日です。

【タテのカギ】①傷害罪で——される ②数学の一部門。——学 ③災難に遭いやすい年 ④めったにない。——な存在 ⑥夫の対 ⑧——を抱く。——が晴れる ⑪——は友を呼ぶ ⑬牛乳 ⑭奈良公園に沢山いる ⑮都道府県の長

【ヨコのカギ】①——は損気 ③自暴自棄。——食い ⑤風や上昇気流などで空を飛ぶ ⑦違——



行為 ⑨♪蛍の光、——の雪 ⑩お祝いの四斗—— ⑫洋服の——や黄ばみ ⑭人家や商業施設で賑わう地 ⑯上位の対 ⑰学習——に通う

「健康のひろば別冊号」第二弾「クロスワードパズル」の再掲載 (問題は新しくなっています)

【訂正とお詫び】
3月号の折り込み別冊号第二弾での「クロスワードパズル」の回答枠が違っており、また「クロスワードパズル」の別冊号第二弾で正解に至らなかった皆様へ深くお詫び申し上げます。(編集部)

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



＜問い合わせ先＞
フリーダイヤル：0120-114-294(月～土、9～17時)
メール：info@senju-kaigo.jp
学校HP：http://www.senju-kaigo.jp

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)

民医連 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
TEL 048 (949) 2511

介護スタッフ大募集

特別養護老人ホーム・デイサービス
グループホーム・訪問介護 他

TEL 03-5813-9251



介護職の
やりがいと笑顔が
ここにありま

その人らしくを大切に
社会福祉法人
すこやか福祉会
すこやか福祉会 検索



薬剤課のみなさん

みさと健和病院 薬剤課

東都協議会の事業所・職場めぐり ②③

お薬が使用されるすべての工程をチェックしています

入院患者さんに「薬剤師です。」と声をかけると、稀に、「遠くから悪いわね。」と院外の薬局からお薬を届けに来ていると間違われることがあります。が、実は私たちみさと健和病院薬剤課は、入院患者さんの意外と近く、南棟3階にあります。

病院ではお薬の説明・相談にも伺います

総勢17名、病院内でお薬を安全に不足なくご使用頂けるように管理し、処方箋に従ってお薬を調剤するだけではないは誰にも避けられないもので、怪我や病気もつきものです。それをいかに健康的に維持するか口々考えたいものです。友の会の活動や「健康のひろば」がそのサポート役として貢献していると確信して、今後も手配りや集金などに取り組んでいきたいと思っています。

（水元・東金町ブロック・高沢幸太郎）

老いは誰にも避けられないもので、怪我や病気もつきものです。それをいかに健康的に維持するか口々考えたいものです。友の会の活動や「健康のひろば」がそのサポート役として貢献していると確信して、今後も手配りや集金などに取り組んでいきたいと思っています。

（水元・東金町ブロック・高沢幸太郎）

連載⑤

私も「健康のひろば」 届けています

健康維持のサポートとして「健康のひろば」の手配りをしています



私が依頼を受けて「手配り」を始めたのは、もう13年以上前かと思えます。初めのうちは手配りだけでしたが、意外にも会費の未納者が多いことを知り、集金も携わるようになりました。手配りはポストで済みますが、集金は訪問時に留守を待つことがあります。

手配りの前に、自分自身も「健康のひろば」をよく読んで内容を把握しておきます。パズルや投句も楽しんでおります。余った1部は会員でない方にも渡して、それとなく入会を勧めております。

事業借入金にご協力いただいている皆様へ

日頃より、健和会の事業活動へのご理解とご協力を賜り、感謝申し上げます。この度、理事会、評議員会の決定により、すべての事業借入金について5年ごとに満期更新手続きを頂くことといたしました。更新のご案内は、満期日のひと月前までに登録のご住所へ送付いたしますので、該当の証書とともに必要書類を必ずご返送ください。

また、満期日までにお手続きがない場合は、満期日以降の利息が無利息として取り扱われることとなりますので、ご注意ください。

ご不明な点は、健和会経理部(03-3870-0370)までご連絡ください。

（健和会経理部）

病院食（行事食）の紹介



＜メニュー＞

- ・米飯 180g
- ・刺身盛り合せ
- ・蕪そばろあん
- ・菜花辛子酢味噌
- ・お吸物(蛤)
- ・桜餅

＜栄養＞

- ・エネルギー 597kcal
- ・たんぱく質 29.9g
- ・脂質 5.8g
- ・食塩相当量 2.5g



病院食（行事食）の紹介を始めて丸一年が経ちました。「毎月楽しみにしています」とのお言葉も頂くようになり、「健康のひろば」に華を添えているコーナーになったと編集部でも喜んでいきます。

3月はひな祭り。ブリは大きさによって呼び名が変わる出世魚ですが、地域によって様々な呼び方

今月の投書から

今月(3月初旬)3月下旬は4件の投書を頂きました。ありがとうございます。今回は2件の紹介です。

▼「土曜日の水元から健和病院までのシャトルバスを増やして欲しい」

現在シャトルバスはすべてのコースで月金の週5日運行しておりますが、シャトルバスの増便またはコースの変更への意見はこ

れまでも様々な地域の方々から頂いております。今年には三郷中央駅近くにもみさと中央医療福祉ビルも開設されるので、地域の状況を考慮に入れたシャトルバスの検討を行ってまいります。

▼「4階の談話室から懐かしい童謡が流れてきて無味乾燥な入院生活の雰囲気が出るようになりました。ありがとうございます」

4階東病棟は地域包括ケア病棟で、高齢者の方々への体操やレクリエーションの時間な

どで談話室を使用しております。その際BGMとして童謡などを流しております。なるべく他の入院されている患者様の迷惑にならないよう音量には気を付けておりますが、何かの折にお耳に入り、このような御礼の投書を頂きましてありがとうございます。流している音楽が入院されている患者様への憩いにもなっているとスタッフ一同、あらためて受け止めております。

（事務局長・仁井谷 光）

訃報

東 重雄さん

（健和友の会元副会長）

健和友の会元副会長で、友の会の発展に長年貢献されてきた東重雄さん(健和友の会相談役)が二月十九日にご逝去されました。享年八十七歳でした。謹んでお悔やみ申し上げます。

読者の便り

▼コロナ対策の情報が分かって安心しました。

(三郷市早稲田・

鈴木眞佐子)

.....

▼北棟ロータリーに、発熱外来用の仮設待合室を設置したんですね。もし熱が出たらどうしようかと、とても不安なときだけに、とても心強いです。新型コロナウイルスの予防接種も健和病院で接種できれば良いと願っています。

(三郷市谷口・小林 純子)

.....

▼二千年以上の歴史の中で日本人は何度も疫病とたたかった。そしてシタタカに生き残った。ドクターとナ

りました。現在は足立健康友の会かばら支部の会員です。私の性格は自分を棚に上げて人に尽くすこと。それが私の生き甲斐です。

(足立区中川・猪飼 明彦)

.....

▼毎回クロスワード挑戦がとても楽しみです。初めての応募になります。

(三郷市高州・加藤えみ子)

.....

▼75歳以上の医療費窓口負担2倍化を押し進める菅政権は、国民の命と暮らしを守る」と提唱していることは正反対で、とても受け入れられません。私たち高齢者が安心して医療機関を受診できることを切に願います。

(三郷市彦成・伊藤勢津子)

▼いつも楽しく見させて頂いています。ありがとうございます。パズルがおもしろいです。

(三郷市戸ヶ崎・

新野田衝成)

コロナに負けない健康づくり第一弾クイズの答え

「コロナに負けない健康づくり第一弾クイズ」の応募総数は全体で27通でした。クイズの答えは、
・クロスワードパズル小「ハクチョウ」
・クロスワードパズル大「コロナムサクノオニハント」
でした。正解者の中から5名の方に景品をお送りいたします。

わたしのふるさと

(270)

みさと健和団地診療所・所長 宮本 洋二



和歌が詠まれた和歌浦

『和歌の浦に潮満ちくれば 渦を無み葦辺をさして鶴鳴き渡る(山部赤人)』万葉集に歌われた景勝地、和歌の浦のある和歌山市が私の故郷です。枝垂桜を見に行った時「六義園が和歌浦を模して作った雅な大名庭園である」という事を知って驚きました。

また、和歌山市は徳川御三家の紀州藩55万5千石の居城があった所です。戦時中の空襲で焼けてしまい、現在の城は昭和33年に再建された鉄筋コンクリート製です。小さい頃石垣を登り降りしたり、中高生の頃の写生大会が思い出に

残っています。

我が母校、和歌山県立医科大学は、当時お城のほん傍にあり、いつも天守閣を見上げていました。和医大出身の医療者としては、花岡青洲を忘れてはなりません。欧米でエーテルを用いた全身麻酔手術が行われる約40年前に、世界で初めて曼荼羅華を主成分にした『通仙散』を用いた全身麻酔による乳がんの手術が行われました。和医大の校章は、青洲の偉業を讃えて曼荼羅華の花に「医」の文字を配列したものです。医学生の時、青洲の「活物窮理」について教えられた事が印象に残っています。

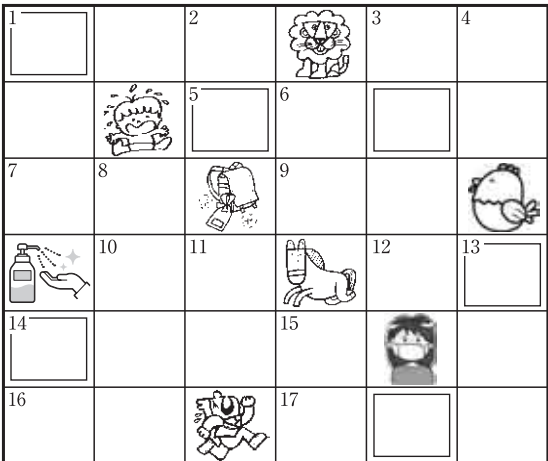


和歌山城

万葉集にも歌われ、全身麻酔手術の先駆けにもなった地

和歌山県和歌山市

クロスワードパズル



【ヨコのカギ】①退院し社会—— ③アナウンサーの略 ⑤食べさし ⑦蛹が成虫に ⑨三——を避ける ⑩干支の第七

⑫——解け水 ⑭森鴉外、夏目漱石など——の作品 ⑯使い道 ⑰鰯の卵巣

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音信
②何を言っても——耳を持たない ③——が降りる秋を詠う百人一首「白露に風

の吹きし秋の野は貫き止めぬ玉ぞ散りける」
④有りの対 ⑥言語明瞭——不明 ⑧数える
子の子 ⑬貴重品を収納するもの ⑭侍 ⑮——

パズル当選者のお知らせ
第453号(2月25日付)の正解は「ユキオロシ」でした。正解者の中から鈴木眞佐子さん、小林純子さん、結城淳さん、加藤えみ子さん、伊藤勢津子さん、新野田衝成さん、石塚佐枝子さん(以上三郷市)、田部井幸子さん(八潮市)、猪飼明彦さん(足立区)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
・締切り/2021年5月15日
・当選者発表/第457号(2021年6月25日付)

編集後記

▼菜の花が土手を飾り、桜も満開の時を超え、春風を感じる今日この頃。新型コロナウイルスに於ける緊急事態宣言は解除されたが、世の中はどの様に変化していくのか。人はマスク着用・三密回避をどこまで守れるのか。ワクチン接種した人が増える中、コロナの変異株はどの様に変化するか。この先、オリンピックは一体どうなるのだろうか。まずは、新人さんおめでとうの時期である。

(編集委員・谷本 智子)

文芸のひろば

俳句

春愁や数多の別れ深きこと

三郷市鷹野 磯野 ヨシ

木蓮の白い花びら風に舞う

三郷市鷹野 加藤紀代美

春彼岸思い出せない母の声

八潮市中央 井上 進寿

川柳

核なくせ やつと届いた一里塚

三郷市戸ヶ崎 森井 征之

桜咲き 春来たれども 気は晴れず

足立区柳原 青田 武志

春暁や カワウのつがい 見え隠れ

葛飾区西水元 高沢幸太郎

短歌

ボケまいとクイズテレビに挑戦す

超難問では分かるわけなし

三郷市中央 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部を友の会の「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ると思います。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。