

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.048-954-9629
みさとホームケア診療所 Tel.048-948-0051
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



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)

今こそ！地域を繋ぐ 健和の輪！

(第39回病院祭スローガン)



健和友の会 常任幹事のみなさん 12月会議後に撮影

新年の〆挨拶



みさと健和病院 院長

岡村 博

新年あけましておめでとうございます。

中国武漢で始まったとされる新型コロナウイルス感染症の流行は4回目の冬に突入しました。まだまだ終息が見えず、コロナ禍はさらに続くと思われます。ウィルスの株も少しずつ変異していき、ワクチン接種もまだ必要とされそうです。国策としては経済活動が優先されるのが明らかとなり、感染管理の責任だけは医療機関に移譲されつつあります。もちろん病院としてはその責務を全うすべく、状況に合わせて診療を可能な限り続けてまいります。皆様方のご理解、ご協力をぜひともお願いいたします。

日も早い終息を願っています。一方このことを利用して国民の不安をあおり、日本を戦争できる国に変えていこうとする動きがあります。何としても止めてはなりません。命の大切さを一番理解している私たち医療人、医療機関が先頭に立って声を上げ、ともに運動を広げていきましょう。

コロナ禍が続く、電子媒体に人が支配されているかのような世の中になっています。人と人とかかわりが希薄になり、お互いを思いやったり、助け合ったりすることが忘れ去られそうになりますが、私たちは「安心して住み続けられるまちづくり」を普遍的な目標として、職員一同、力を合わせて取り組んでまいります。

本年も地域の皆様のお力添えをぜひともお願い申し上げます。

▼近頃はお墓や相続など「終活」がなにかと話題だ。その中の一つにACP「人生会議」がある。ACPとはその人らしい終末期を迎えられるように人生で大切にしてきたこと、終末期の治療方針などを本人が意思決定できる元気な時に家族や関係者と事前に話し合っておくこと▼例えば厚労省の調査では最期を迎えたい場所は自宅が6割、しかし現実には医療機関での看取りが8割になる。在宅看取での本人・家族が感じる負担や認知症の発症、独居の場合でもいざその時に「本心」を伝えるのは大変難しい。もしあらかじめ本人の希望が伝えられていれば、意思を尊重した医療等ができる可能性もある▼また遺族にとっても最期の選択を悩み引きずることがあるので、本人の意思に沿ってやってあげられたのだからという思いが家族の心を軽くする▼縁起でもないと言わず、これからACPを準備しておくことがおしゃれな生き方になるかもしれない。

(編集委員・石上 敦久)

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》
健和友の会事務局
TEL 048-955-7872

謹賀新年

友の会創立40周年

いまこそ平和で安心して暮らせる社会の実現を！



皆様とご家族の健康を祈念しあい
さつといたします。

あけましておめでとうございます。
昨年はコロナ禍のもと地域の「つながり」を広める多彩な活動を職員の皆さんと共同で進めてまいりました。あらためてご支援とご協力に心から感謝申し上げます。

いま、私たちを取り巻く情勢は、医療・介護制度の改悪、物価の高騰などに加えその元凶ともいえる軍事力増強の声が強まり「戦争か平和か」の岐路に立たされた大変厳しい年になるのではないかと思います。

平和であってこそ医療・介護が享受でき、地域のつながりを広げ健康で安心して住み続けられるまちづくりもできます。

今年は健和病院の設立と合わせて健和友の会も40周年を迎えます。40年掲げ続けてきた平和で安心して暮らせる社会を実現するため平和を願う多くの国民の共闘の発展をめざして頑張ります。

健和友の会
会長 細川 健二



健和友の会

各ブロック長

新年のご挨拶

【団地診療所支部長 松沢 亘代】

団地地域には健和会と職員の皆さんが築いてきた、医療介護福祉の事業所友の会の見守り活動と合わせて「地域包括(安心)ケア」として揃っています。

つながる「まちづくり」は、活動拠点の原点である「医療懇談会」の開催だとあらためて感じた新年です。



【彦成ブロック長 内野 俊子】

あけましておめでとうございます。今年も地域のみなさんと一緒に楽しく過ごせる彦成ブロック、サロン二郷半、つくっていききたいと思います。コロナの収束を願うウォーキング、体操などで体力をつけ、2023年明るく笑顔で誰もが元気で暮らし続けられるウサギ年にしていきたいと思います。



【早稲田ブロック長 野村 成光】

新たな希望と志を持って活動して行きます。取り組みとして、健和友の会への協力体制づくり、地域の会員交流集会、早稲田ブロックの機関紙発行、各サークル開催の実施、ふれあいサロンへの新たな検討を始めています。取り組みの支えは、全て会員各位様のご理解とご協力によりなし得る事で協力を心よりお願い申し上げます。



【戸ヶ崎ブロック長 弓 正幸】

あけましておめでとうございます。今年もコロナに負けることなく、健康第一で戦争のない平和な暮らしを続けられるように皆様と共に頑張ります。

ご支援、ご協力をよろしくお願い致します。



【中央ブロック長 佐賀 節子】

明けましておめでとうございます。今年も始まりました。コロナが終わりました。地球が少し変化してきました。中央ブロックの活動も少しずつ動き始めました。映画会、サロン、ウォーキングと色々行っていて進みたいと思います。役員さんや会員さんが増えますように。願いたいと思います。



【鷹野ブロック長 星野 光子】

今年の目標はまず、鷹野ブロックの友の会の皆さんが一人の退会もなく、元気で過ごせることです。

また、各種行事にたくさんの方が参加して、楽しんで頂けることです。そして、地域の人達と交流を持ちながら、友の会の入会を拡大していきます。

本年もよろしくお願いします。



【八潮ブロック長 坂本 喜市】

2022年は定例の役員会を開催する中で活動方針の具体化に取り組んできました。映画会、歩く会、健康チャレンジ等です。

2023年は八潮ブロックニュースの充実や配達者の補充、役員の補充等活動全体を豊かにするためにすすめます。



【水元東金町ブロック長 市原 睦夫】

当ブロックは、コロナ禍でも地域での繋がりを重視し、様々な活動を通して仲間の輪を広げてきました。

今年もNPO法人おあしす会とともに楽しく交流できる場を広げ、差額ベッド無しで頑張る健和病院と協力して誰もが安心して暮らせる地域をめざしたいと思っています。



【高州東町ブロック長 斎藤 義二】

昨年後半、コロナ感染対策をとって、花水木、歩こう会、レインボーサークルや料理教室を開き、健康チャレンジや仲間ふやし月間でも順調に進める事が出来、新年を迎えました。

今年はウサギ年ですが、一歩づつと思っています。



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

＜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 **友の会 会員特典**

福祉用具販売2割引き
(一部に5%～20%値引きあり)

(株)福祉協同サービス
中央営業所

詳しくは健和友の会事務所まで
お問い合わせください

介護事業所 看護師大募集

特別介護老人ホーム・デイサービス
グループホーム・小多機ほか

TEL:03-5813-9251

＜60歳以上大歓迎＞
時給:65歳の場合

正看護師 1800 円
准看護師 1600 円



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

←すこやか採用サイトリンク

健和友の会
活動紹介

“コロナに負けず楽しく健康づくり,,



医療懇談会



友の会活動交流集会

2022年もコロナ禍での友の会活動でしたが、感染対策を徹底しながら、工夫を凝らして活動を継続してまいりました。2020年、2021年と比べて、再開することができた活動が多くありました。コロナによって人と人が分断されて孤立が進むなかで、共同組織の役割がますます大きくなっています。

新型コロナウイルス第8波による影響で感染拡大が続いていますが、引き続き、コロナ対策を行いながら、楽しく健康に友の会活動をより活発に行っていきたいと思っています。

(編集部)



映画会



文化まつり



男の料理教室



友の会役員会

2022年11月1日に、みさと健和病院総合診療科に入職した朴香花と申します。中国の医学部を卒業、順天堂大学大学院で癌の基礎研究を行い、医学博士を取得しました。その後も順

みさと健和病院
総合診療科

専任医師着任

朴 香花
こうか
医師

天堂大学で癌の基礎研究を行いました。患者様の病気を治したい気持ちが強く、臨床の道に進みました。

2016年から埼玉県内の病院に勤務し、この度みさと健和病院に入職しました。私がみさと健和病院を選んだ理由は、みさと健和病院は地域密着型病院であり、急性期から慢性期に至るまで包括的な診療ができること、幅広い分野で様々な疾患を経験し総合診療能力を身に付

けることができるからです。高齢化が進むに伴い、複数疾患を抱えている患者さんが多いため、臨床医の総合的な視点が必要とされます。まず総合診療能力を身に付け、将来的には糖尿病内分泌内科で専門的な勉強がしたいと思っています。まだ臨床経験が浅く、いろいろ勉強しているところではありますが、患者様のお力になれるように一杯頑張りたいと思います。何卒よろしくお願ひ致します。



ウォーキング



手配り協力者の集い

臨床検査の基準値ってなに？

みさと健和病院 検査課

基準値範囲と前回値からの比較が大切です

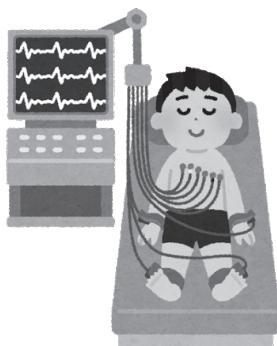
検査課では、病気の発見や治療の状態の把握、健康管理に必要な「臨床検査」を行っています。血液や尿を化学的に分析する検体検査を始め、心電図や超音波検査など生体機能を調べる生



検査室があり検査を行っています。外来では採血を行った際に担当の先生から結果の説明を受け、血液検査の「結果」を渡される時があります。その結果には基準値(正常値)や前回値というのが表示されていると思います。が、基準値(正常値)というのは健康な人の検査値を元に範囲を決めたもので、一般的には問題

ないといわれる範囲です。

ただ、人によって数値は違ったり、採血する時間や身体の状態によって検査結果が変化したりする場合があるので、結果を見る時は基準範囲と前回と比べて増えたのか減ったのか前回値や基準値と見比べてみる事が大切です。

今月の
投書から

12月に入り発熱外来受診者が急増しており、投書の回答を検討する院所利用委員会が開催できておりません。そのため「今月の投書から」はお休みさせていただきます。感染状況が落ち着き次第、委員会活動も再開し、改めて健康のひろばにて回答を掲載させていただきます。

(みさと健和病院・
事務長 仁井谷 光)

わたしのふるさと

291

みさと健和病院 4階北病棟 師長 佐藤祥子



江ノ電

私は神奈川県鎌倉市で生まれ、小学1年生の途中まで暮らしていました。

鎌倉と言えば鶴岡八幡宮や小町通りなどがある鎌倉駅東口側のエリアがメインかと思いますが、私は地元の人が「裏駅」と呼んでいる鎌倉駅西口側、御成通り商店街で育ちました。

お菓子屋さん、タバコ屋さん、八百屋さん、魚屋さん、銭湯、時には托鉢のお坊さん…。地元の人が行きかうにぎやかな商店街でした。すぐ近くを江ノ電が通り、江ノ電は日常風景の一部でした。

活気あふれる商店街と豊かな歴史的遺産をもつ古都

神奈川県鎌倉市

鶴岡八幡宮の三ノ鳥居をくぐったところにある「太鼓橋(赤橋)」は現在通行禁止ですが、私が子供の頃は自由に登ることができました(渡るというより欄干にしがみついて登る、それくらい急な橋です)。太鼓橋の手前から勢いをつけ駆け登り、橋のてっぺんからたもとで見守っている両親へ得意げに手を振るのが常でした。

幼い私のお散歩必須アイテムはパンの耳で、公園代わりだった神社やお寺で「鳩ポッポに餌をあげる」のがテッパンでした。今思えばいずれも有名な神社仏閣でした。



太鼓橋(赤橋)

読者の便り

▼ストリートネックの記事が気になりました。70歳を過ぎた頃から、首や肩のこり痛みを感じます。やはり、病院で診てもらった方が良さそうと思いました。

三郷市早稲田・鈴木 眞佐子

▼脳トレにクロスワードパズルは楽しみです。高齢自働運転免許も無事更新出来て、後3年は脳も身体も気力充分に頑張りたいです。認知症予防のパロメーターです。

三郷市戸ヶ崎・永藤 茂

▼みどりの会で花壇の整備をしています。以前にも1度書いたのですが、花壇の手入れをしていると、たばこの吸い殻がよく捨ててあります。敷地内禁煙なのに再診療してもらおうことにしました。かかりつけ医の蒲原診療所・望月三葉子医師と専門医のみさと健和病院・クリニックがあつてよかったです。別件で蒲原診療所からみさと健和病院にCT検査の撮影が残っていたので、救急内科での判断に役立ちました。医療関係スタッフのみなさんの説明をありがたく感じています。(足立区谷中・美濃 哲夫)

三郷市戸ヶ崎・森井 征之

病院食(行事食)の紹介



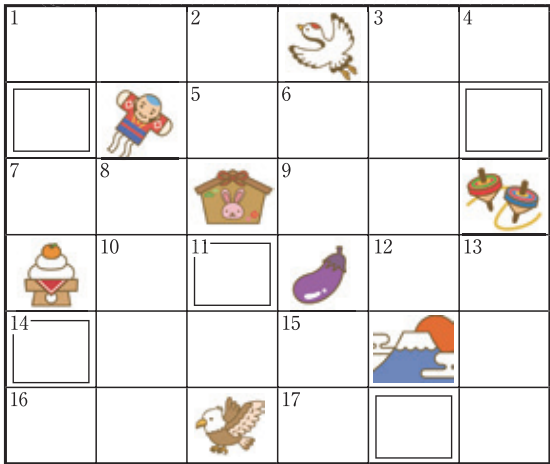
＜メニュー＞

- ・米飯: 180g
- ・ロールチキン
- ・Xmas レタスサラダ
- ・ミネストローネ
- ・デザート

＜栄養＞

- ・エネルギー 571kcal
- ・たんぱく質 27.4g
- ・脂質 28.4g
- ・食塩相当量 2.5g

クロスワードパズル



カギを解き、二重枠の文字を並べてできる言葉答えましょう

【タテのカギ】①霧と同義の「挟霧」の読み ②結婚、入学 ③唾物 ④

【ヨコのカギ】①再三—催促 ③取りつく—もない ⑤賛成の人は—を ⑦栗鼠の読み ⑨治ること。完全

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/2023年1月15日 ・当選者発表/第477号(2023年2月25日付)

パズル当選者のお知らせ 第475号(11月25日付)の正解は「リンゴエン」でした。正解者の中から鈴木眞佐子さん、永藤茂さん、森井征之さん、小川八重子さん、井川幸子さん、新野田衡成さん、野口力子さん(以上三郷市)、美濃哲夫さん(足立区)に図書カード500円分を送らせていただきます。

編集後記

▼東京民医連主催「人権と平和を学ぶ体験型連続学習会」で、12月15日、17日の3日間、沖縄フィードバックに参加しました。実は人生で初めての沖縄でした。雨風でそれなりに大変でしたが、入社してからずっと一度は経験したいと思っていた「辺野古の座り込み行動」にも参加できて、貴重な経験となりました。(編集委員・大友 皓平)

文芸のひろば

俳句 夕焼けの堤防歩き影長し 三郷市栄 片岡 真吾 百歳へ大計描く寝正月 三郷市番匠免 山本 裕二 月あかりノッポの陰がついてくる 三郷市寄巻 田中 英子 変身は器となりし柿紅葉 三郷市東町 増田綾子 ベランダのつるし柿ちと押して見る 三郷市戸ヶ崎 まゆか 短歌 愛犬と共に過ごせし15年余 眠るがごとくに天寿をまとうす 三郷市栄女 井川 幸子

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420人で配達しています。みなさんボランティアで、毎月20日過ぎに、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。