

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

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)



賀 正

「ケアの倫理」の想いで 地域を守りたい



一緒にリハビリがんばろうね!

4北病棟でクリスマス会を開催

(12/18)

病棟クリスマス会は、一人一人がサンタの帽子やトナカイの角などの被り物を付けて参加しました。「ボール色分けゲーム」が始まり、みんなで応援しながら白熱したたかいが繰り広げられました。その後は「幸せなら手を叩こう」と「ジングルベル」をみんなで大合唱。最後は栄養課が作ったチョココースを「おいしいね」と言いながら食べて、会場に笑顔が溢れました。みんなで集まり、楽しい行事に参加することが、リハビリの意欲の向上につながることが実感できました。

4階北病棟・佐藤日向／リハビリ課・小嶋悠人



コスプレしてピース!

新年のご挨拶



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。

昨年私たちの所属する民医連から「ケアの倫理」という言葉が発出されクローズアップされました。

のでしょう。むかしから「情けは人のためならず」ということわざもありま

すし。

昨年日本初の女性首相が誕生し話題になりました。高い支持率の中、いくつかの政策も出されていますが、基本的には社会保障の後退にブレーキはかかりません。「公助」の部分に期待ができないとすれば、「自助・共助」で乗り切らなくてはなりません。今後生産労働人口の減少に伴い、高齢者、非正規労働者、外国籍の人たち、いわゆる社会的弱者といわれる人たちが相対的に増加していきま

す。このような時代だからこそ、私たち職員は一人丸となって友の会の方々

の力を借りつつ、地域の皆様とともに「ケアの倫理」の想いでこの地域を守っていききたいと思

います。

本年もどうぞよろしく

お願いいたします。

合していく世界が理想な

を求めない空気の中で融

優しい気持ちが見返り

大切にする思い、自然に

発生していくこのような

いやる心、人権や願いを

思っています。相手を思

べてにあてはまることに

活しているわたしたち

の倫理ではなく、社会生

てこのことは職業として

悩ましい部分です。そし

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

が難しく、医療介護従事

者のみならず、多くの

エッセンシャルワーカー

と言われている人たちの

現場では確信を持つこと

地域のみなさまの期待に 応えられる医療を

みさと健和クリニック所長 岡村 ゆかり



あけましておめでとう
ございます。
終わらない戦闘、増え

続ける死者、大国の実力行使に備える軍備拡張、自分さえよければという風潮、関税、台湾有事発言と反発、地球温暖化現象、自然災害増加と被害の激化、貧困、格差。難問ばかりの重苦しい空気が続くなか、アスリートの活躍に励まされ、北海道光熱費などの経費の上

昇により、医療機関の経営難は深刻で、赤字病院の割合が6〜7割まで増加したと報告されました。クリニックも厳しい状況ですが、友の会強化月間の活動中、患者さんから「ここがあつて助かってる、応援したい」とお声がけいただいたとうかがいました。ありがとうございます。地域の皆さまの期待に応えられる医療を継続して提供できるよう、職員一同引き続き努めてまいります。本年もどうぞよろしく
お願いいたします。

あらゆる行動を共同して取り組む パートナーとして

健和友の会会長 細川 健二



明けましておめでとう
ございます。

「ちの平等」を理念として地域医療を取り組んでいる健和病院、クリニック、介護事業所など健和会事業所とあらゆる行動を共同で取り組むパートナーとして、これからの医療・介護と健和友の会の活動を考える機会になればと、昨年は設立に関わられた先生方に当時の思いや教訓を伝えていただくために、健康のひろば8月号から元病院長の三浦先生の「みさと健和病院創立のころ」を連載

させていただいています。また10月の病院祭では宮崎先生から「地域に咲く、介護事業所など健和会事業所とあらゆる行動を共同で取り組むパートナーとして、地域医療の発展を」と題しての記念講演を聞いて、地域医療の発展を病院長と友の会が共同して取り組む大切さを学ぶことが出来ました。みんなで作る、みんなの病院として健和病院が地域の皆さんの力強いご支援があつて発展してきたことをあらためて強く実感しているところです。今年も健和友の会は病

今年、健和病院は1983年に設立されてから43周年を迎えます。「いの

昇により、医療機関の経営難は深刻で、赤字病院の割合が6〜7割まで増加したと報告されました。クリニックも厳しい状況ですが、友の会強化月間の活動中、患者さんから「ここがあつて助かってる、応援したい」とお声がけいただいたとうかがいました。ありがとうございます。地域の皆さまの期待に応えられる医療を継続して提供できるよう、職員一同引き続き努めてまいります。本年もどうぞよろしく
お願いいたします。

今年も健和友の会は病



（司会）今日はお忙しい中ありがとうございます。新年にあたり「健康のひろば」の紙上で新春座談会ということでお集まりいただきました。昨年、

各地の取り組みについて

支部・ブロックのみなさんの奮闘の結果、健康づくりや地域のつながりを広める活動が大きく前進した1年だったと思います。本日の座談会ではこの1年を振り返り活動で良かった点、課題、今年の抱負などを話していただきます。



（紺野）健康づくりでポイントになったのは健康チャレンジですね。今年は最終的にエントリー者215人で去年は217人だったのでは同じでした。この取り組みを今後もっと大きな運動にしていくにはヘルスプロモーション（HPH）の内容を知ってもらいようにしたいと思っています。また



（佐賀）会場は中央医療福祉ビルの会議室をお借りしていますが、参加者数が結構増えて、体操すると手がぶつかるぐらい狭い感じで、伸び伸びと体操できないっていうのが悩みです。



（矢吹）支部では4月に定期総会を、役員協力員研修会は6月に開催するのが恒例になっております。昨年は診療所の開設の頃を振り返るとい



（工藤）会員さんを増やすためにも彦成ブロックの取り組みをやっぱり魅力あるものになければならないのではないかと考えています。参加して楽しかったとか、健康を保持するために役に立ったとか、実感を持ってもたえるような企画を「私たちで作っていかなく



（坂本）ブロックの役員体制の高齢化と担い手が育たないことがあつて、活動の低下につながっているという状況です。そういう中でもサークルの太極拳だけはがんばって週に2回開催し、一番評価できるのかなと思いま

春座談会



各地の友の会 NPO 活動紹介

高州東町ブロック 忘年会

高州東町ブロックでは忘年会を開催し、配達協力者・役員・職員など96人が参加しました。1年の締めくくりとして地域の皆様を労うための企画を様々用意して、全員で楽しみました。



高州東町ブロックでは、今年度の忘年会では、ホームケア診療所の職員4人が参加。先生がカラオケを歌って盛り上げてくれたことに、友の会みんなで大感激しました。最後は全員に豪華プレゼントが当たるビンゴゲームを開催。みなさん、景品を手に笑顔で帰路に

鷹野ブロック 忘年会

協力者の方々をはじめ総勢60人が参加しました。冒頭、病院・クリニックの両事務長からご挨拶を



最後は手作りビンゴゲームを開催。第1回目のビンゴゲームのお題は「色」をみなさんにあげていただいてゲームが進みます。2回目は「魚」で知らない魚の名前が出てきてビックリしました。景品は台所用品や食品を用意しました。参加者のみなさんにも楽しんでいただき、笑顔で締めくくることができました。

(鷹野・星野光子)

第5課

賢い医療の受け方

NPO法人コムル理事長 山口 育子

第37期保健講座

11月29日

山口氏から医療におけるコミュニケーションと患者の自立に関する講演を行っていただきました。1990年にご自身が卵巣がんを経験したことをきっかけに、コムルの活動を開始したことを説明。当時の医療環境では、患者への情報開示が極めて限られており、がん患者への告知もタブーとされていました。コムルの活動の核心は、患者が医療に主体的に参

りつけ医の重要性と、大病院受診時の紹介状の必要性について詳しく説明されました。最後に、医療現場でのコミュニケーション能力向上のための具体的な提

案として、語彙力の向上、思いの言語化、質問と確認の習慣化、情報引き出しの工夫、ポジティブフィードバックの重要性が強調されました。(健康づくり委員会)

新・医者にかかる10か条

あなたが「いのち」の主人公・からだの責任者

- ①伝えたいことはメモして準備
- ②対話の始まりはあいさつから
- ③よりよい関係づくりはあなたにも責任が
- ④自覚症状と病歴はあなたの伝える大切な情報
- ⑤これからの見通しを聞きましよう
- ⑥その後の変化も伝える努力を
- ⑦大事なことはメモに取って確認
- ⑧納得できないときには何度でも質問を
- ⑨医療にも不確実なことや限界がある
- ⑩治療方法を決めるのはあなたです

COMLとは NPO法人COML(コムル)は、私たち一人ひとりが「いのちの主人公」「からだの責任者」をモットーに患者が自立・成熟し、主体的に医療参加することをめざしています。

友の会新春



参加者紹介

- ・水元東金町ブロック 市原睦夫さん
- ・高州東町ブロック 紺野二行さん
- ・鷹野ブロック 星野光子さん
- ・中央ブロック 佐賀節子さん
- ・彦成ブロック 工藤智加子さん
- ・早稲田ブロック 坂口滋子さん
- ・団地支部 矢吹すみ子さん
- ・八潮ブロック 坂本喜市さん
- ・司会 細川健二 会長
- 戸ヶ崎ブロックは都合により欠席でした。

担い手づくりについて

(司会) 友の会役員の高齢化と担い手の確保など、課題や悩みをどういうふうに解決していくかというようなことでは、改めてどうでしょう。



(星野) 役員さんの担い手っていうのはなかなかね。うちの方も高齢でもって、そろそろ体力が



(市原) あと、役員さん



(司会) やつぱり来年度

2026年の抱負

(司会) それでは、今年の抱負を一言お願いいたします。

(星野) 訪問行動を増やして、友の会のメンバーを増やしていきたいですね。あとは青空健康チェックを年2回は確実にできるで開催したい

ぱり。サロンに来てね、椅子を出すだとか、受付の準備をするだとか、それは積極的にやれるのですよね。「健康のひろば」の折り込みもそうですね。ですから、具体的なお手伝いは積極的にやってください。ただ、役員ってなるとダメですね。だから役員っていうのは何をやるのか。その点ですね。

いつていうことを大事にしていきたいというふう

読者の便り・写真

▼ついにこの間暑い夏かと思っていたが、駆け足で秋が過ぎ、一気に寒い冬が来た感じです。一日の気温差が大きいので、毎日の体調管理に十分気を付けています。

（三郷市早稲田・鈴木眞佐子）

▼読者の便りを愛読致しております。三郷市や近隣の市町や都内、千葉の方々まで幅広い住民の人が健和病院の患者さんであることが我がごとのようにうれしい限りです。

（三郷市戸ヶ崎・板倉美代子）

▼杖を使って何とか生活し

ています。色々な行事や

サークルに参加できず、また何も協力できず、申し訳なく思っています。毎月「健康のひろば」はとても楽しみです。手配りしてくださっている方に感謝しながら楽しく読ませていただいております。ありがとうございます。

（三郷市早稲田・鈴木陽子）

▼第37期保健講座、糖尿病からダイアベティスへ色々最近の事が知れて良かったです。わかりやすく読みました。

（八潮市木曽根・平松洋子）

▼すっかり寒くなりました。

落ち葉の上を歩くとカサカサと音がします。スーパードに行くときクリスマスソングが聞こえてきます。そしてもう正月のお飾り達が。葉が落ちて木々も枝が目立つのもあります。かぜひかないよう気を付けます。

（葛飾区東金町・松沢志津子）

▼鼓動コラムを、一読させていただきました。わが国は、正に、12月25日は、クリスマス、初詣では、神社、お葬式は、お寺、キリスト教を含めて、神仏混合が、

生じているのが、つくづく解りました。

（三郷市戸ヶ崎・新野田衡成）

▼歳を重ねると一年一年が

本当に早いと感じます。2026年の干支は午（うま）。馬のように常に前進し、元氣よく健やかに過ごしたいです。

（三郷市彦成・伊藤勢津子）



フラワーアレンジメント「リリース」制作作品

文芸のひろば

俳句

オオタニが 暗き日本を 明るくし

三郷市戸ヶ崎 森井征之

鏡面に 羽音響かせ 鴨着水

葛飾区東水元 柴田美和子

西方の あかねの空に 富士山見

三郷市栄 片岡慎吾

冬来る 地蔵衣に 赤ずきん

三郷市戸ヶ崎 石塚ふさ子

菊供え 長き月日を ふり返る

幕田涼代

菊香る 身を繕ふて 九十年

増田綾子

落葉踏む 侘しき音の 重なりて

里子

文芸のひろば 俳句・川柳・短歌/絵手紙 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10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)

わたしのふるさと

327

八潮ブロック 松田かおる



貫秀寺の即身仏 弘智法印有貞

方々の冥福を祈る有名な花火大会が催されます。

当時花火大会は珍しく、普段閑散とした町が福島中から人が集まってきたのではないかとと思われるほど人でごった返し、にぎやかになります。

す。幼い私は毎年楽しみで、前夜は寝付けなかったことを今でも覚えています。

小貫の貫秀寺には弘智法印有貞(こうちほういんゆうてい)の即身仏が安置されています。60年に一度「御開帳」されるので、子どもの頃に行われたことを覚えています。私は浅川の素朴で温かい雰囲気が好きで、今でも浅川町は私の大切な故郷です。

花火大会を待ち焦れて

福島県石川郡浅川町

私は福島県の中通りに位置する石川郡浅川町小貫という小さい集落で生まれ育ちました。見渡す限りの田園と背景には山並みが広がるのどかな場所です。

小中学校までは片道4キロを徒歩通い。週末には農作業に追われ、季節感を味わう行事などめったにありませんでした。それでも夏には「盆の十六日は浅川の花火」と唄われ、亡くなった

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
を答えましょう
【タテのカギ】①気楽なこと ②凹レンズとーレンズ ③1億円以上ぐ
らいの資産を持つ人 ④

数え年で70歳 ⑥働か
なくさる。感覚がーする
⑧同じ。ー人物
⑪先三寸で言いく
るめる ⑬コタツでー
ーを食べる ⑭言わぬが
ー ⑮他山のー

【ヨコのカギ】①講座内容をーにとる ③指をさして呼ぶこと ⑤足先。ー立ちでのぞく ⑦ー哀楽 ⑨ーすれば鈍する ⑩ー草木も眠るー三つ時 ⑫櫛でーをとく ⑭強豪なのに1回戦でーした ⑯春ー秋冬 ⑰歴史上の記録に基いて作った伝記

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/2026年2月10日
・当選者発表は粗品の発送をもって発表にかえさせていただきます。

パズル正解発表
第510号(11月25日付)の正解は「エイガカン」でした。

編集後記

▼新しい年を迎え、友の会や職員の皆さん、どんな目標や計画をお持ちでしょうか？筆者も今年86歳になります。まだ元気に友の会の活動、とりわけ健康のひろばの手配り活動に頑張りたいと思いますが、これからは若い人に引継ぐための活動に取り組みたいと思います。友の会の活動が高齢者中心の活動から若い仲間の参加を重視する必要があるのではないのでしょうか。

(編集委員・篠田定男)

国家資格を取って
介護福祉士
になろう
東京都足立区千住仲町14-4
☎ 0120-114-294(月～土)
学校法人 東都介護福祉学院
千住介護福祉専門学校

友の会会員特典あり
福祉用具2割引
1部15%～20%値引きあり
福祉協同サービス
詳細は友の会事務局まで

介護職と保育士、学習指導員を募集しております。
TEL03-5813-9251
社会福祉法人
すこやか福祉会