

みやぎ県南 医療生協だより

第169号



2026年9月30日現在

●組合員数
5,510名

●出資金総額
9,904万円

発行
みやぎ県南医療
生活協同組合
柴田町船岡新栄4-4-1
電話 0224(57)2328

創立30周年記念

「組合員のつどい」開催

みやぎ県南医療生活協同組合は、昨年度に創立30周年を迎えました。その歩みを振り返る「組合員のつどい」を7月26日に開催し、170人を超える組合員が参加しました。

童楽娘鼓による迫力ある太鼓で活気あるオープニングを迎え、設立から東日本大震災の支援活動までをまとめた記念映像を上映しました。

30年前の自分たちの姿や当時の仲間の姿に会場から懐かしむ声があがり、温かい雰囲気になりました。その後、しばた協同クリニックの小幡篤院長による「家庭医療としばた協同クリニックの目指すところ」の講演が行われ、組合員の高い関心と期待を集めました。



童楽娘鼓によるオープニング演奏

後半はこれまでの班会や支部活動を映像で紹介したほか、事業所・職員紹介も行い、最後は「うたごえ喫茶バラライカ」の南部大地氏の楽しい進行によるうたごえで、参加者の元気な歌声が会場に響き渡りました。30年の重みと歴史を感じながら今後地域になくてはならない医療生協として組合員と共に歩みを進めていきます。



南部大地氏(上)と
会場の様子(右)

しばた協同クリニックの 目指すところ

1 家庭医療とは

1) 病気だけではなく、人と家族と地域を診る医療

【家庭医療と医療生協】

クリニック院長 小幡 篤

2 医療生協の理念と家庭医療の整合性

1) 3つの共通点

①「健康をつくるのは、治療だけではない」という視点

医療生協は、病気になっ

てから行く場所だけではなく、家庭医療は、
・子供から高齢者の急性疾患から慢性疾患を外来や在宅、施設や病院などで予防から看取りまで人生に伴走する医療

2) 患者中心の医療

・「病气中心」ではなく、「患者中心」の医療
・「医師が決める」のではなく、「患者さんと一緒に考える」医療

3) 家族志向のケア

患者さんは家族の中で生活しています。
例えば、
・子供の不登校・認知症介護・老老介護・ヤングケアラーなどは本人だけ診ても解決しません。家庭医療では「患者さんを家族という文脈で理解する」ことを大切にします。

③「地域をまるごと良くしていく」
家庭医療には「地域志向のケア」という重要な概念があります。目の前の患者さんを治すだけでなく、その背後にある地域全体の課題（孤立、高齢化など）を解決しようというアプローチです。これは、みやぎ県南医療生協の皆様が30年間続けてこられた、地域の「居場所づくり」や「見守り活動」と全く同じです。

2) 医療生協は家庭医療の理想的な実践の場
家庭医療が目指す
「患者中心」「家族志向」「地域志向」「予防重視」の実現のためには、組合員活動や地域とのつながりが必要であり、その意味で医



あおぞらだより

毎年恒例の夏祭りを1週間開催しました。一期一会さんの心に響く歌や華やかな踊り、柴田玄米ダンベルさんの歌やリズムに合わせた体操、ヨーヨーすくい、輪投げゲーム、ご寄付いただいた沢山の豪華景品をゲットされ、笑顔で楽しめました。そして、職員の澤田家特製トウモロコシ、あおぞら菜園のフルーツトマトも堪能しました。

話しながら、とても色鮮やかで素敵な絵がたくさん出ま上がっています。

10月は『秋のデイサービスセンター』あおぞら無料体験キャンペーン☆オリジナルバッグ先着10名様プレゼント！』を企画しております。介護保険の認定は受けているが、介護サービスを利用していない方がいらっしやいましたら、是非ご連絡ください！

TEL 0224-58-1577

あおぞらでは不要になったタオルやシーツを募集しております！



柴田玄米ダンベルさんによる体操



澤田家(職員)特製トウモロコシ

療生協は家庭医療の実践基盤そのものなのです。

3 みちのく総合診療医学センター

▽総合診療専門医・家庭医療専門医を育成する宮城県民医連の組織

1) みちのく総合診療医学センターの目的
①診療所・小規模病院の家

庭医療、総合病院の総合診療、ER診療を担う医師を育成する。

2) みちのく総合診療医学センターの位置付けと医療生協診療所の役割

▽みちのく総合診療医学センターは、東北地方の家庭医・総合診療医育成の中心

(2面へつづく)

けんなん

リレーエッセイ 100



主任介護
支援専門員
井上直也

しばた協同クリニックに令和7年7月よりケアマネジャーとして勤務し、主に介護保険の相談を受けさせて頂いています。が「介護保険について言葉は聞いたことはあるけど詳しくは分からない」「デイサービスやヘルパーさんってどんなことをするの？」などと話が出ることもあります。家族に迷惑をかけられないからと言って、体調が優れないのに無理をする方もいらっしやいます。
デイサービスに通うことで自信を取り戻して散歩が出来るようになった方や、ご自身の身体の状態に合った杖や歩行器をレンタルすることで楽に歩けるようになった方もいらっしやいます。
お体の状態に合わせて介護保険のサービス(デイサービスやヘルパーさん等)を利用することで、出来る限りご本人が長年住み慣れた自宅で暮らし続けていけるように、お話を伺いながら皆様と一緒に考えていけたらと思っています。
是非、お気軽にお声がけ下さい。

(1面からつづき)

となる拠点。
▽松島海岸診療所としばた協同クリニックは、その家庭医療を実践する研修拠点。

4 しばた協同クリニックが 目指すところ

- ①良質な家庭医療を提供する場
 - ②多職種が育つ場
 - ③家庭医を育てる場
 - ④地域と共に健康をつくる場
- 1) しばた協同クリニックの現在の機能
- ①外来診療：高齢者中心
 - ②訪問診療：24時間対応不可

- ③保健予防事業：検診・予防接種
 - ④組合員の保健事業の拠点
- 2) しばた協同クリニックの求められる理想

- ①外来診療：小児を含めた全年代の診療
 - ②訪問診療：24時間臨時対応可能
 - ③組合員の地域活動に医師も関与
 - 3) 理想の実現に必要な体制
- ①複数医師体制の本格的な家庭医療診療所。
- ②外来診療を継続しながら毎日訪問診療や地域活動が可能な体制。

- ③複数の指導医のもとで常に研修する若手医師もいる体制を松島海岸診療所と連携して構築していく。
- 4) 医療生協の理念を実現するクリニックⅡ家庭医療を本格的に実践できるクリニック

- ①安心して子育てのできる地域。
 - ②健康維持のために取り組める地域。
 - ③要介護になっても安心して暮らせる地域。
- この実現には、理想的な家庭医療のクリニックとして発展させていくことが不可欠です。

被災から15年、被災地を訪ねて

9月3日～5日、大阪きづがわ医療生協から4人の職員が、東日本大震災から15年を過ぎた山元町、名取市、荒浜などを視察に訪れました。

視察研修に参加して

思いもしなかった死を身近に感じる自然の脅威を感じました。「話す事で震災時の記憶が蘇り苦しくなるが、震災体験を語る事が私たちの使命と思う。」という語り部さんの言葉が心に残りました。

被災者の方々、語り部さんの壮絶な体験談、慰霊碑に刻まれた名前を目にし、

山元町では、震災遺構中浜小学校で語り部から説明を受け、山元支部の組合員さんの案内で山元町慰霊碑、旧山下駅跡等を視察し、感想を寄せてくれました。

震災遺構を巡って海を眺めることで、自分も被災者になり得ることを自覚し、同時に備えることで、災害を乗り越える可能性が高まることを学びました。そして運良く生き残ったなら何ができるかを考えたいと思います。現状のBCP(*)は、実際に使えないものが多いと思いました。

また、報道されない話や

映像等、当時のままの場所を見学し、今も津波の痕跡が残されており、震災の恐ろしさや悲しみを強く感じました。防災の意識や知識を深める重要性を知り、貴重な機会になりました。

自分たちに出来る事やすべき行動を改める機会になったと思います。

また、医療生協の支援に「助かったよ」という声も多く、支援を繋げていくことも使命と感じました。

大阪きづがわ医療生協 参加者一同

(Business Continuity Plan
事業継続計画) 緊急事態に備え、事業を継続するための計画

北海道・東北ブロック 組合員交流会 in 山形

理事 小野厚子

9月2日～3日、鶴岡のあつみ温泉に200人余りが集い、各地域の活動を学び合いました。

【記念講演】

『協同の力で未来をひらく』
明治大学 大高研道 先生

「私たちは何のために存在するのか」という問いかけから始まった講演。

人間らしい暮らしや働き方とは何か？をテーマに研究されてきた先生のお話は協同組合について、歴史や各地の取組から見えてくるものを分かりやすく教えてくださるものでした。

ふじみ野市の事例では、東日本大震災の避難者支援活動をきっかけに、つながり続けるグループができ、さらにデイサービスが開所します。小さな困りごとからつながり、役割や仕事生まれ、協同組合の出発点になることに感動しました。

【分科会】

私は「地域まるごと健康づくり」に参加し、健康チェックやすこしお、子育て広場などの活動を話し合いました。玄関前でのマルシェや空きスペース活用のヨガやクッキング教室、子ども祭りなど、楽しく集まれる場所や若い人が参加できる工夫など参考になります。これらは安心できる居場所、交流の場として大切です。

日頃の活動が誰かのよりどころになる

「何のために存在するのか」の答えはここにある、と思いました。

夕食交流会で花笠音頭

今回は青森

当医療生協からの参加者



旧山下駅のプラットフォームにて



当医療生協からの参加者



ケアマネだより ④

こんな時は訪問看護を
考えてみてください

『病気がちで体調を崩しやすいのだけど、看護師さんが自宅に来てくれる訪問看護のサービスがあるって聞いたけど...』といった声を伺う事があります。

主治医の指示の下で、看護師が定期的に自宅へ訪問し、医療的な処置や体調観察をしてくれる訪問看護サービスがあります。

医療的な処置や排便のコントロールが必要な方、寝たきりで褥瘡の処置が必要な方、リハビリが必要な方

なども対応しています。
しばた協同クリニックにも「訪問看護ステーション 柚子」が併設されています。
もし、ご家族の方が病院に行くのが大変になり、普段の体の事や病気の事で、心配な時には、主治医や担当のケアマネジャーに訪問看護サービスの利用について相談してみてください。看護師が来てくれることで、病気の事なども相談できるので、家族の方も安心できると思います。

しばた協同クリニック
居宅介護支援事業所
TEL 0224-8813769

『みんなで楽しく歌おう会』

【主催】医療生協健康まつり合唱団



【いつ】11月8日(日)
【どこで】新栄集会所
(ヨークベニマル向い)
【なんじ】午後1時半～3時半
【参加費】300円

仙台うたごえの店
バラライカの
南部大地さん
によるピアノ伴奏で
歌います

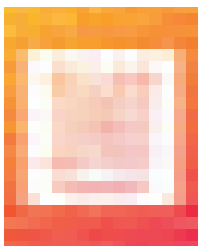
『どなたでも参加できます』
★飲み物を各自ご持参ください

わいんほー 子育てひろば開催中

◆毎月第3火曜日 10:00～11:30
◆新栄集会所
(ヨークベニマル柴田店となり)
未就学児と保護者さん
(妊娠中のママも参加できます)
カフェコーナーで一息つきませんか?
ベビーマッサージ講師による
ベビーマッサージもあります!

詳しくは事務局
Tel.0224-57-2328
まで

Instagramも
ぜひご覧ください!



支部だより

薬との上手な付き合い方

槻木支部 平間省子

7月1日「ほほえみ槻木」にて、つばさ薬局の薬剤師を講師に、服薬に関する学習会を開催し、支部から15人参加しました。

当日は正しい服用方法や多剤併用（ポリファーマシー）について専門的な視点でお話しいただきました。

入院時の処方変更の理由、副作用への向き合い方、自己判断による服薬中断の危険性など、参加者の日頃の疑問や不安に一つひとつ丁寧にお答えいただきました。

特に多くの関心が寄せられた「飲み忘れ」に対しては、お薬カレンダーの活用方法や、忘れてしまった場合の対処法など、すぐに日常で実践できる工夫をご紹介いただき、服薬管理の大切さを改めて実感する大変有意義な機会となりました。



つばさ薬局職員によるおくすりの学習会

配布協力者のつどい

大河原ブロック

9月14日「ごっつおさん」

にて「配布協力者のつどい」を開催しました。日頃の配布活動の中でのお悩みなどを共有。あいにく参加者は少なめでしたが、今後も顔を合わせて、少しでも組合員のつながりを継続していければと考えております。次回開催の際も、ぜひお気軽にご参加ください。

また、大河原ブロックでは、福島県飯坂方面へお出かけ交流を予定しています。イベント案内を封書でお届け致します。ご希望の方は事務局までご連絡ください。（事務局まとめ）



おいしい食事を囲んでの懇談

シリーズ訪問看護27

車椅子の選択

訪問看護ステーション 柚子 作業療法士 伊藤智之

利用目的・身体状況と車椅子の機能

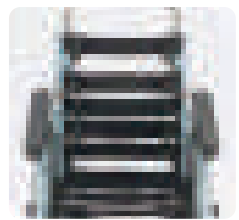
車椅子は利用者の身体状況はもちろん、どこでどんなふうに使うか、使用する目的によって必要となる機能が異なります。生活シーンを想定して選びましょう。（168号から続き）

円背えんじの方



●背シート張り調整機能

円背の方で脊柱の凸部はバックサポートにぶつからないよう、円背にそった張りの調整ができます。※4



※4



※5



※6

長時間の座位がとれない

●フルクライニング

背もたれの角度を変えることができ、座面にかかる体圧を分散させます。

フルフラットまでリクライニングするので、寝たきりで重度の方の利用にむいていて、簡易なストレッチャーとしても使用できます。※5

●テイルテイング

背もたれ（バックサポート）と座面の角度が一定のまま後ろに傾斜し、姿勢を安定させます。自分では全く身体が動かせない場合、車いすに長時間座っていると床ずれが発生することがあります。このテイルテイング機能などを利用することにより、お尻にかかる体圧を分散させ、床ずれを防止することができま。 ※6

詳しくは、リハビリスタッフやケアマネージャー、相談員などにご相談下さい。

地域活動で

おたつしやに

健康運動指導士 林 治

「曇りだけど大丈夫そうですね」自治会清掃活動を朝食のパンをかじりながら妻の声でハッと思い出した。

孫とサッカーや滑り台をする公園にご近所さんが数人。前日刈られた草が散らばっている。役員の挨拶

後、熊手を取り草を集めると、袋を開けて待っている人、草を袋につめる人、運ぶ人、自然と役割分担。

30分程で芝生がきれいな絨毯になり、息が弾み、汗をかき気分爽快。「斜面も刈ったから草集めてね」まだ

あったかあり。

「お久しぶり」「仕事あと一年だから」「孫何人？おこづかい大変だね」「息子、沖縄に移住しちゃって」「腰は大丈夫？毎日散歩してる」

地域の活動は、何気ない会話で励まし合い、情報交換で防災・防犯にもなります。

散歩したり遊んだりする広場や通路を力合わせて手入れすることで、つながりや愛着を感じます。

コミュニティ活動で体を動かし、心つながっておたつしやにまいりましたう！

新規組合員募集中！

医療生協は地域の健康づくりや医療・介護を支える協同組合です。地域の健康を支える仲間になりませんか？



新規加入の方、新規加入者をご紹介していただいた方先着70名様に美味しいお蕎麦をプレゼント中です！（※出資金1,000円以上）

平和カフェのお知らせ「日本国憲法（前文・9条）をみんなで読んでみよう！」

【日時】12月4日（金）10:00～11:30
【場所】槻木生涯学習センター 3F
【参加費】無料。どなたでも参加できます！
【問合せ先】しばたまち平和の祭典実行委員会 090-1370-5321（児玉）

読者の文芸

《俳句》

窓越しに娘と眺む二日月

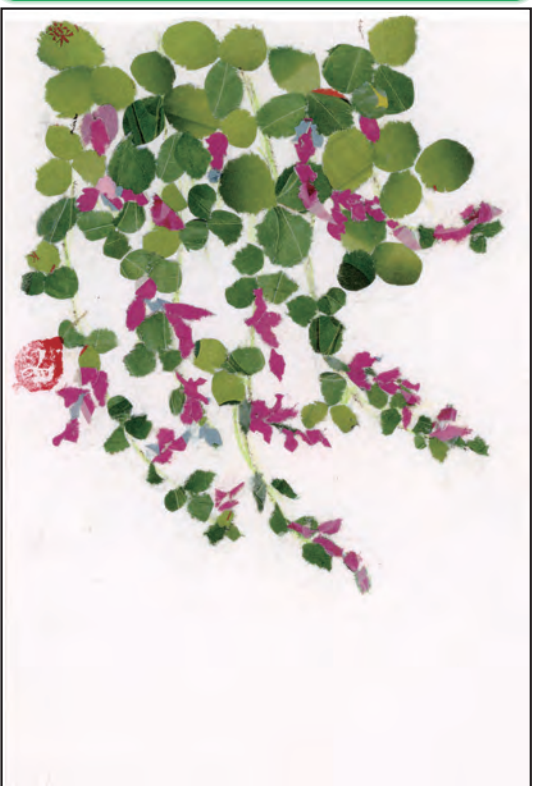
鳥渡るコーンスープを温めて

平凡に生きて幸あり草の花

三塚直樹

日下節子

遊佐徹



【安達みや子さんの新聞ちぎり絵『萩』】

『医療生協強化月間』のお知らせ

11月30日まで、みんなで3つの目標に取り組んで、医療生協を盛り上げていきましょう！

- 1：仲間を増やそう！
お友達や家族に医療生協のことを伝え、加入をおすすめ！
- 2：出資金を増やそう！
組合員みんなで少しずつ出資して、より良い医療や活動につなげよう！
- 3：班会を開こう！
班会を開いて健康づくり！

各支部・班で目標達成に向けて盛り上げていきましょう。

※3課題達成班には奨励金が支給されます。

健康学習会のお知らせ つばさ薬局の薬剤師による『くすりの話』

～正しく知って、上手に使おう～

【日時】11月18日（水）13:30～14:30
【場所】新栄集会所（ヨークベニマル柴田店となり）
【参加費】無料。どなたでも参加できます！
【問合せ先】事務局
Tel 0224-57-2328



しばた協同クリニック診療案内

受付	月	火	水	木	金	土
午前 9:00 ～ 12:00	(一般外来) 小幡 濱野	(一般外来) 小幡 濱野	(一般外来) 小幡 濱野	(一般外来) 小幡 本郷 (第1・第3・第5) 濱野 (第2・第4)	(一般外来) 小幡 濱野	(一般外来) 小幡 (第1・第3) 濱野 (第1) 沖本 (完全予約制) (第3)
午後 14:30 ～ 17:00	(一般外来) 小幡 (訪問診療)	(一般外来) 小幡 濱野 (訪問診療)	休診 (訪問診療)	休診 (訪問診療)	(一般外来) 小幡 濱野	休診

☆休診日・日曜、祝日、第2・4・5土曜日。

☆臨時休診や診療体制の変更などは院内、ホームページにてお知らせします。

☆当院は予約制としております。

受診をご希望の方はクリニックまでご連絡ください。

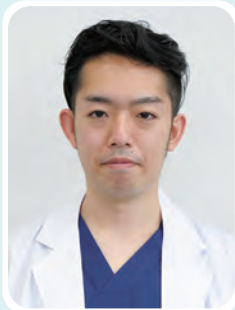
電話 0224(57)2310



みやぎ県南医療生協

着任医師紹介

はまの なおき
濱野 直樹 (31才)
千葉県船橋市出身
古川民主病院所属
医師歴・4年半
趣味・サルサダンス
愛犬との散歩



内視鏡や一般内科管理、救急対応やマイナー科対応、小児科対応など外来診療の幅が広く、満足度が高い医師を目指しています。朝が弱く、見た目はイカつく見えるようですが、声が高いので思ったより怖くないと思います。
半年間という短い期間ですが、よろしくお願い致します。

【榎木 あじさい班】
お茶菓子を持ち寄る和やかなあじさい班の班会。
今回は尿塩分チェックが行われ、減塩の成果が数値に表れて喜びの笑顔。
次に間違い探しで脳をリフレッシュした後は「紅葉を観に行こう」と大盛り上がりで話し合いがスタート。
自由な意見を出し合った結果、今回は鳴子に決定！健康も笑顔も満点な最高



の秋旅が楽しみ♪
(事務局まとめ)



秋旅楽しみ！あじさい班

【西住 A・B班】
『おでかけ班会』

班長 畠山・庄司

9月11日(金)松川浦方面へ、あいにくの天気でしたが、車での移動で車中での会話も弾み楽しかったです。
巨理の称名寺の境内には樹齢700年の「シイの木」(国指定天然記念物)が立っていて大変見事でした。
また、池一面に咲くという蓮の花の満開もいつか見てみたいものです。
浜の駅での昼食とお買い物、組合員同士の交流を深められた充実したおでかけ班会でした。



浜の駅の前で記念撮影

【東船岡 カナリア班】

鈴木 八重子

2008年1月、新大原町内会全戸に班員募集のチラシを配布し、参加した15人で第一回の班会を開催。
班名を「新大原・茶話会」とし、月一回班会をし、休んだのは東日本大震災の時とコロナの時だけでした。
現在は、班名を「カナリア班」とし、残念ながら亡くなった方もおり、7人となりましたが、月一回楽しみにしゃべりや歌、お口の体操等、元気に班会を開催し、班会の案内も毎回しております。



7人で元気に班会を開催

今月のお料理

鶏むね肉の塩麹アルミホイル焼き

材 料 (2人分)

- ・鶏むね肉… 1 枚 (300g)
- ・トマト……………小 1 個
- ・レタス……………4 枚
- ・酒……………大さじ 1
- ・塩麹……………大さじ 1

- A (調味料)
- ・ヨーグルト……………大さじ 3
 - ・オリーブオイル……………大さじ 1/2
 - ・おろしにんにく……………適量
 - ・塩……………小さじ 1/4
 - ・コショウ……………適量

作り方

- ①鶏肉の皮のついていない方にフォークを数回刺して塩麹と酒を刷り込む。
- ②フライパンにアルミホイルを敷き、①をのせ、中の弱火で4分ふたをして蒸し焼きにし、焼き色が付いたら返してフタをして3分焼いたら火を止め、余熱で中まで火を通す。
- ③トマトは1cmの角切りにし、レタスは千切り。
- ④②の鶏肉を好みの厚さに切り置く。
- ⑤Aと②の煮汁をよく混ぜ味を見て塩で味を整える。
- ⑥器に③のレタスを敷き、④の鶏肉を乗せ⑤のタレをかける。



【提供：坂元笑み班】

読者の声

☆林さんの「お花見ハイキングでおたっしやに」を楽ししく読ませていただきました。活動時間、歩行距離、消費エネルギーの数値管理はすごい！私は歩いた。疲れた。の一言で終わって

る今日です。

(船岡・Hさん)

☆医療生協だよりは写真、記事、班会報告満載でほんとうにお見事です。編集の方の力を感じます。

(船迫・Kさん)

(ありがとうございました！)

編集委員一同)

編集後記

毎日テレビに映るのは、雨・水害、相次ぐ台風襲来、印旛沼の堤防の決壊など、目をおおいたくなるような惨状ばかり。
原因はいろいろあるだろうけれど、地球温暖化をはじめとする、多様なものが混じり合っているのじゃないか。

そこで、私たちには何ができるのかと考えると、暗たんたる気持ちになっちゃう。

何かしなくちゃと思うのだけれど……。

(廣澤 悦子)

まちがいさがし



上の絵の中に5つのまちがいがあります。答えを葉書に書いてお送り下さい。余白に『読者の声』をお寄せ下さい。正解者の中から5名の方に商品券を送ります。締切りは11月30日です。

〒989-1607 柴田町船岡新栄4丁目4番地1
『みやぎ県南医療生活協同組合 事務局』宛

おめでとうございます!!

★第168号の当選者は次の方々です。

- ◇安藤 節子さん(船岡) ◇加藤 稔さん(船岡)
- ◇加茂 勝一さん(船岡) ◇加茂 富枝さん(東船岡)
- ◇大久保美知子さん(船岡)