

本間病院友の会

10月号

2019年・令和元年 No.170

健康のなかま

発行 本間病院友の会

〒998-0044

酒田市中町3-5-23

TEL 0234 (26) 6631

FAX 0234 (26) 6620

発行人 渡部 英男

1, 4, 6, 8, 10月の各1日発行

第28回 健康講演会

9月14日(土)

酒田市総合文化センター

〜どこまでできる在宅医療〜

今年の健康講演会は、仙台往診クリニック院長の川島孝一郎先生から「おだやかに最期の日まで〜」という演題でご講演をいただきました。

以下、先生の講演要旨です。厚労省の調査では日本人の6割以上がお家で最期をくらしたい、希望とのこと

今年度の健康講演会は、仙台往診クリニック院長の川島孝一郎先生から「おだやかに最期の日まで〜」という演題でご講演をいただきました。

治療が受けられます。独居で最期まで生活することも可能です。誰もいない時間に最期を迎えても悔いはないと取り決めごとをしておくことが大事です。



会場いっぱい300人参加

本間病院も国の診療所という国の制度があり、

自分の死を経験していませんから、最後の瞬間までの「生き

「在宅医療に健康保険がつかえることをはじめて知った。」



身振り手振りを交えた先生のお話



在宅医療で何が出来る？

「在宅医療に健康保険がつかえることをはじめて知った。」

2019年10月15日より
13歳以上64歳までの会員は
インフルエンザ予防接種が
500円割引になります。

本間病院、高見台クリニックなど、健友会の事業所で実施しているインフルエンザの予防接種の料金が
500円割引 になります。

ぶな林

暑い夏も終わり、各地に大雨をもたらした秋雨前線や台風も一段落。空が澄み渡る心地よい季節になりました。だんだんと木々も色づき始め、紅葉見物も楽しみですね。

10月に入り、消費税が10%へ増税されました。家計を考えると、あまり嬉しくない出来事です。しかし、秋は「食欲の秋」「行楽の秋」「芸術の秋」など様々な呼び方があり、楽しむには最適な季節です。一旦、増税を忘れ、家族や友人と楽しく過ごしたり、普段しない事に挑戦したりと秋を満喫してはどうでしょうか？

ただ、季節の変わり目には体調を崩しやすいと言われますが、知らず知らず溜まった夏の疲れが体調不良を起してしまう事があります。小さな体調の変化に気を配り、十分に休息と栄養を取り、体調管理に心がけていきましよう。

(土田 理紗)

組織拡大 秋の強化月間



私たち本間病院友の会は、「まちづくり運動」として住民本位の地方自治の発展と、安心して住みつづけられるまちづくりをすすめています。

今年も10月・11月の2ヶ月間、組織拡大強化月間を行います。地域での取り組みとして、まちかど健康チェックや地域班会、居場所づくり、各コミセン行事への参加など、積極的に地域の方々と交流します。また、事業所へは健康チェックキャンペーンとして、訪問による健康チェックや健康講話などを開催します。

また、健友会との共同の取り組みで、職員と幹事が一緒になって、浜田地域を訪問して「医療・介護の困りごと」の聞き取りを行い、地域で何が求められているかをまとめ、発信していきます。

友の会を大きくするためには、会員の皆さんの協力が必要です。まだ会員になっていない知人、友人がおりましたら、ぜひ紹介をお願いします。一緒に地域班会や居場所づくりなどに参加してもらい、友の会活動を体験してほしいと思います。皆さんの力で強化月間を成功させましょう。

透析クリニック開設

北庄内地域において透析治療のニーズに対し、透析治療を行える施設・設備が少ない状況にあります。健友会としては、地域的な要求にこたえていくために、のぞみ診療所を改修し、新たに透析専門のクリニックを開設致します。新たなクリニックでは透析機器を現状の49台から70台に増台して受け入れ患者を増やしていく予定です。



北庄内地域において透析治療のニーズに対し、透析治療を行える施設・設備が少ない状況にあります。健友会としては、地域的な要求にこたえていくために、のぞみ診療所を改修し、新たに透析専門のクリニックを開設致します。

7/8
若浜支部

● 軽体操とおしゃべりカフェ



今回は趣向を変えて事務局による松山いきいき体操を行いました。

7/12
松陵支部

● お気軽のんびりサロン



60区自治会館にて健康チェックと、手の運動を目的にクラフト工作进行了。

7/16

● 大宮ふれあい実年クラブ



保健師による「全身の健康チェック」の講話。血圧について質問がよせられました。

7/26

● 琢成Vividサロン



健康チェックとスクエアステップを行いました。暑い日でしたが、冷房のきいた室内でスクエアステップを楽しみました。

はつらつ 友の会

7/30

● 栄町・北今町・御成町合同班会



健康チェックと、包括なかま職員による「頭と体の体操」を行いました。病院に実習に来ていた医学生も参加しました。

8/2

● 酒田甚句流し



8月2日、酒田甚句流しに本間病院から82人、うち友の会から9人が参加しました。当日は気温が高く、熱中症も心配されましたが、最後まで無事に踊ることができました。沿道から友の会の会員さんの声援をうけながら踊りを楽しみました。

第30回友の会会長杯 グラウンドゴルフ大会

9月3日 101人が参加



総合優勝 成澤 政晴さん



受付をして、さあこれから

総合優勝は 成澤政晴さん！
女性1位は 阿部さつ枝さんでした。
成澤さんはホールインワンが3回、素晴らしいですね。
本間病院友の会会長杯グラウンドゴルフ大会は毎回100人以上が参加する人気イベントです。
第1回の参加者は60人ほど。大会参加を機会に友の会に入会された方、大会を知ってグラウンドゴルフを始めた方など、仲間の輪が広がっています。
無理せず、楽しく会話しながら、グラウンドゴルフを楽しんで心も体も軽くなります。次回は春の会場でお待ちしています。

男性の部

順位	氏名	スコア
1位	成澤 政晴	66
2位	佐藤 勝博	69
3位	鈴木 英夫	70
4位	高橋 芳三	73
5位	白畑 宏	74

女性の部

順位	氏名	スコア
1位	阿部さつ枝	76
2位	阿部 恵美	78
3位	小笠原みね	83
4位	小野寺須美子	84
5位	伊藤 敬子	86



ヒラメ(80cm) 8月 友人と船にて

豊かな自然と魚達にとっても住みやすいこの庄内という環境の恩恵を受け、仕事をするようになってからも春夏秋冬、縦横無尽に魚を追いかけたいです。
現在はルアー(疑似餌)を使用している釣りをメインとし、気の合う仲間と釣りを楽しんでいます。釣った魚を食べるのも楽しみの一つですが、もっと大きくなった魚に出会いたいという思いでリリースをすることが多くなりました。
記録に残る魚ではなく、記憶にいつまでも残るような魚達に出会えるよう、これからも気の合う仲間と海に川に、駆け巡りたいと思っています。(あゆみ 阿部 孝平)

いまこれに夢中 魚釣り

介護予防特化型通所介護あゆみに勤務しています、介護福祉士の阿部孝平です。
私の趣味は小学校3年生から続けている「魚釣り」です。子供の頃、父親に連れられて砂浜でシロギス釣りをしたことが、のめり込むきっかけとなりました。



サクラマス(63cm) 4月

選んでください かかりつけ 薬局に

「薬」のこと、「健康」のこと
薬剤師になんでもお気軽にご相談ください

第4回 ひまわり健康元気かーい ～ 認知症サポーター養成講座 ～

日にち：11月25日(月) **参加費無料!**
場所：ひまわり薬局(待合室)
時間：14:30～15:30



定員になり次第締め切らせていただきます。



厚生労働省基準適合 健康サポート薬局
ひまわり薬局
酒田市中町3-7-1
TEL(0234)22-2662
FAX(0234)22-2683

医療法人健友会 本間病院
介護老人保健施設ひだまり…他事業所

スタッフ募集中!



【正職員】
看護師・准看護師・作業療法士・臨床工学技士・介護職
【嘱託・臨時・パート】
看護師・准看護師・理学療法士・介護職・看護補助者・
車両運転手

再就職支度金があります!

対象者：当法人への直接応募またはハローワークからの紹介で応募した
看護師・准看護師の方(正職員)で健友会に就職の方
支給額：庄内圏からの就職→5万円
庄内圏以外(県外含む)からの就職者→10万円
支給日：入職日に支給

看護師・准看護師
で就職をお考えの方

お問い合わせ 医療法人健友会 総務課 人事担当 ☎0234-22-2918 ✉info@kenyukai-sakata.jp

とっておきの写真



～ 本間 修 理事長の思い出の一枚 ～

野球の大谷選手ではありませんが父親が二刀流で剣道関係の人たちに囲まれて育つたため、小3の時から半強制的に道場に通うことになりました。野球がやりたいという願いも受け入れられず、結局、小・中・高・大学まで続けることになりました。

高校時代は丁度3年生の時がべにばなインターハイだったこともあり、今であればパワハラかと思われれるような厳しい稽古に明け暮れました。「気を失う一歩手前で一番いい技が出る」とい何かかだまされて、意識も



うろうろ状態になるまでやらされた嫌な記憶だけが残っています。これまでの人生であれ以上の苦痛は、腰の激痛で入院した時以外は味わったことがありません。唯一、忍耐だけは身についたような気がします。あまりいい思い出はありませんがこの点だけは剣道に感謝しています。

伝言板

まちかど健康チェック

- *会場の都合で日程変更ありますので、詳しくはお問い合わせ下さい。
- ・10月23日(水) 14:00~15:00 松陵コミセン
- ・11月 8日(金) 14:00~15:00 松原コミセン
- ・11月27日(水) 10:00~11:00 宮野浦コミセン

支部行事

- ・若浜支部【軽体操とおしゃべりカフェ】
11月11日(月) 13:30~15:30 緑町自治会館
12月 9日(月) 13:30~15:30 緑町自治会館
- ・浜田支部【スクエアステップ】
※どの地域の会員も参加できます
11月 7日(水) 14:00~15:30 浜田コミセン
12月 5日(水) 14:00~15:30 浜田コミセン
- 各支部秋レク
・遊佐支部 10月15日(火) ねむの丘
・若浜支部 10月28日(月) 法体の滝
・松陵支部 10月29日(火) 北月山荘
・浜田支部 11月 6日(水) キリンビール仙台工場
・琢成支部 11月 7日(水) 佐藤繊維と月山トラヤワイナリー
・宮野浦支部 11月29日(金) あつみ温泉

ウォーキングサークル予定

- ・11月 7日(水) 光ヶ丘 (万里の松原)

サークル紹介

ウォーキングサークル

ウォーキングサークルは、毎月第二木曜日、光ヶ丘の「万里の松原」を中心に、日和山公園までの街なみ散策等、「だべり」



ながらの自分のペースに合わせた一時間半のウォーキングです。春は山桜をながめ、鳥のさえずりを聞きながらのウォーキングです。みなさんも健康維持に参加してみませんか…! (柳瀬 芳一)

おらほの名所・名物

白井千代梅歌碑 (玉簾の滝)

ば空海(弘法大師)が発見したという美しき玉簾の滝である。

(M・K)



酒田市升田(旧八幡町)に参拝の絶えない有難い玉簾の滝があり、その滝壺、いや、ここの御嶽神社の裏側に立派な歌碑が建っておりますが、ほとんどの人は見ないで帰って仕舞うようです。滝の見事に圧倒され、水飛沫にも圧倒され、気づかず。是非、一度気をとめてご覧になると滝の見応えが特に良くなります。玉簾の風情が良く感じられると思いい紹介したいと思えます。「雲のより 落くる滝の 水かみは そらにながるる あまの川かも」脇には案内の説明文まで立ててある。鶴岡出身の歌人、白井千代梅と記されており、酒田や象潟方面にかけの紀行文「胡蝶日記」より抜粋とあり、時は天保九年と綴られていた。地区・人々の口伝によれば

編集後記

◆友の会会員の皆様はこの夏の猛暑で体調を崩された方はおりませんでしたか。今年の猛暑は地表からの高度の異なる太平洋上で発達する太平洋高気圧と中国の上空で発達するチベット高気圧とが重なって日本上空を覆ったためといわれています。

◆当紙の人気連載記事「おらほの名所・名物」の執筆者M・Kさんの体調不良により本年1月号より中断していましたが、本号より再開となりました。楽しみですね。

◆2017年3月まで友の会幹事で、当紙の編集委員として活躍いただいたSさんの訃報が8月に届きました。75歳の生涯との事。まだまだ活躍して欲しかった人、残念でならない。

生前のご活躍に感謝いたすと共にご冥福をお祈りいたします。友の会会員の皆様も呉々もお身体に気をつけてお過ごし下さい。(阿部 好昭)

新規会員募集

友の会では、新規入会者を大募集しています。皆さんの知人、友人、家族でまだ入会していない方をご紹介下さい。皆さんで楽しく、地域まるごと健康づくりをすすめていきましょう。

年会費600円