

本間病院友の会

8月号

2021年・令和3年 No.179

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



撮影のためマスクを外しています

本間病院院長
菅原 保 先生

Withコロナで 友の会活動をすすすめましょう

8月からは64才以下で基礎疾患がある患者さんへ接種を行います

ワクチン接種が全国で行われ、山形県の高齢者のワクチン接種率は全国トップで8月上旬には終了します。一方、7月からワクチン供給数が減ったため64歳以下の方々への接種が遅れており年末までかかりそうです。

●本間病院のこれまでの対応経過

本間病院は昨年2月より帰国者・接触者外来として保健所の依頼でPCR検査を実施し、11月からは発熱外来を開設して新型コロナウイルス感染症が疑われる方、他院で診療困難とされた方々へ対応してきました。

そのため診療とワクチン接種を同時に行うことができず、65歳以上のかかりつけ患者さんすべてへ接種を行え

ず、5月中旬から介護保険の認定を受けている方、一人暮らしなどで集団接種に行くことが困難な方を中心に声かけしてワクチン接種を行ってきました。

その中で7月になってもうワクチン接種をしていない、予約できなくてあきらめた方がいることがわかってきました。そこで、友の会を中心にこれらの方々へ声かけして接種を行っています。

●これからの課題と対応

8月以降は64才以下で基礎疾患(高血圧、糖尿病、呼吸器疾患など)があつて当院にかかりつけの患者さんへワクチン接種を行います。

しかし、このペースでは12歳以上の人すべてにワクチン接種をするには年末までかかること、また、変

異株の出現でワクチンの効果が少しずつ下がって、重症化は90%以上防げるものの、感染はすすすめることがわかってきました。従

って、ワクチン接種が進んでも感染のリスクは残るため、ワクチンを受けていない人を受けられない人、子供たちのためにコロナ対策は継続していく必要があります。コロナ禍が長引く中で、集まる自由を奪われた高齢者の孤立・孤独、生きがいの喪失が問題となっています。また、自衛隊など他罰的な行動様式、周りの人を疑って差別の目で見てしまうなど、コロナ禍が心へ大きく影響して不安感、孤立からうつ病的になっていくことが問題となっています。

●ますます重要になる友の会活動

これからは感染を最優先してすべてダメというのではなく、Withコロナとしてメリハリのある感染対策をすすすめましょう。

マスクをしての会話、集まりはカラオケを除けばほぼ問題ありません。班会もマスクなどで感染対策をすれば大丈夫です。飲食は少人数で感染対策をしながらであれば大丈夫です。

これまでも地域の感染レベルを基準に班会など行事開催を決めてきました。引き続き地域の感染状況に応じて班会の進め方を案内していきま

す。酒田は人が密集しているところは限られているので、散歩、ウォーキングは周りの人と半径2m以上の距離が空いていればマスクをしないで大丈夫です。一人で、ご夫婦で、仲間と一緒にウォーキング、身体を動かしましょう。

コロナ禍で起きている社会格差、ストレス、孤立、孤独、差別は、本間病院で取り組んでいる「健康の社会的決定要因」の重要な因子です。そして、友の会活動などの社会的支援は、友情、良好な人間の社会的関係、支援のネットワークを形成して家庭・職場・地域社会の健康を推進させます。

すべての人がWithコロナでの生活を身につけて、声をかけあって、協力してワクチン接種、感染対策をすすすめ、班会も安心して交流、話し合いをすすめることで頑張りましょう。

ぶな林

長い梅雨が明け、猛暑続きで感染対策のマスクが息苦しくなってきました。私事ですが、マスクを外して家で飲む冷えたビールは格別ですね。

酒田の8月と言えば花火大会ですが、今年はコロナの影響で秋に延期の予定です。延期と言えば、東京オリピック・パラリンピックがようやく1年越しに開催することになりました。皆さんはどんな競技に注目していますか？私が注目しているのはスケートボードです。特に平野歩夢選手です。彼は、以前の五輪ではスノーボードの選手でしたが今回の東京五輪ではスケートボードの選手として出場します。スノーボードとスケートボードの二刀流という彼の向上心はすごいと思います。初出場ですが良い成績を残して欲しいと思います。

今回の東京五輪は皆で観戦しながらの飲食は出来ませんでした。花火大会までにはワクチン接種が進んで花火を見ながら皆でお酒を飲む機会が待ち遠しいですね。

(久松 幸太)

新型コロナウイルスが全国で拡大する中、友の会では検温、手指消毒、換気などの感染予防対策を講じて、ちいさな班会開催にとりくんできました。



6/3 スクエアステップ班会 (浜田コミセン)

2ヶ月ぶりの開催で、9人の参加でした。



6/25 遊佐稲川地区班会 (稲川まちづくりセンター)

15人の参加で健康チェックを行いました。回覧を見て、初めて来た方もいました。



6/25 松陵支部総会 (松陵コミセン)

研修医の佐藤さくら先生から「骨粗鬆症」の講話と包括なかまの介護予防体操「久しぶり～」と44人の参加。



6/29 若浜支部総会 (若浜コミセン)

2年ぶりの総会。議事後は高橋範子さんの手品で盛り上がりました。

はつらつ友の会



7/15 浜田支部総会 (浜田コミセン)

包括支援センターひらたによる「認知症サポーター養成講座」。31人の参加でいっせいにスクワット！



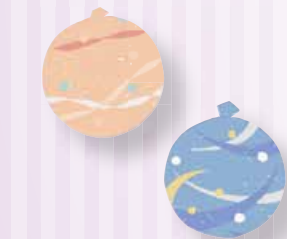
6/9 まちかど健康チェック (松陵コミセン)

検温、問診のあとに健康チェックをしました。35人の参加。



6/24 まちかど健康チェック (地域福祉センター)

検温、問診のあとに健康チェックをしました。15人の参加。



第32回友の会会長杯 グラウンドゴルフ大会 6月1日 参加者106人 ご参加ありがとうございました！



総合優勝は高橋寛さん



順位	氏名	スコア
1位	高橋 寛	68
2位	成沢 政晴	70
3位	榎木 正	70
4位	高橋 芳三	70
5位	佐藤 勝博	71

男性の部

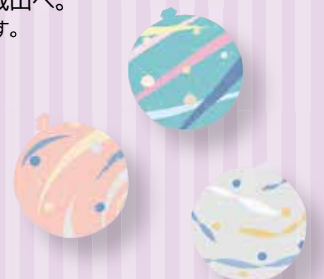
順位	氏名	スコア
1位	大嶋 文枝	72
2位	阿部 美恵	76
3位	斎藤せつ子	77
4位	斎藤 一子	78
5位	斎藤知紗子	80

女性の部



7/4 アスナロ山岳会

2年ぶり、総勢9人で経ヶ蔵山へ。撮影のためマスクを外しています。



本間病院の職場紹介

本間なかまちクリニック

本間なかまちクリニックは、2019年12月に旧のぞみ診療所跡地に、透析センターとして開設しました。「日本海ヘルスケアネットワーク」事業の一環として、庄内地域の維持透析センターとして、透析導入から維持透析までを一括して管理していくことが可能となりました。

ベッド数は70床で、現在は175名の管理患者数となり、全国的にみても大変大きな施設となりました。規模は大きくなりましたが、皆様に安心して治療を受けていただけるよう、診療体制と他職種連携の強化に取り組んでおります。

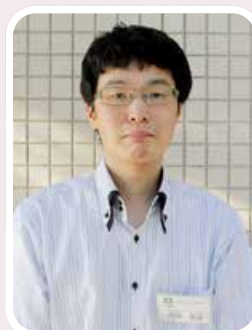
また、日本海総合病院との連携で、患者拡大に合わせて支援看護師の派遣体制を作り、現在3名の看護師より業務していただいております。スタッフ総勢39人です。

新型コロナウイルス接種は始まりましたが、ウィルスの終息にはまだまだ時間がかかると思われまます。今後も職員一丸となり感染防止に取り組みでまいります。そして、いつでも皆様の声に耳を傾け、身近な存在として関わって行きたいと思っております。



新事務局員紹介

はじめまして、本間病院友の会の事務局員として4月からお世話になっております、高橋秀樹です。
4月・5月は新型コロナウイルス感染拡大の影響により、班会やサークル活動などを行うことが出来ず、なかなか友の会会員の皆さまにお会いする機会がありませんでした。引き続き感染予防対策をしっかりと講じた上で、6月から徐々にイベント事も再開しましたので、班会やサークル活動などの場を通じて会員の皆さまと一緒に、楽しく元気に友の会ライフを充実していければと思います。
何卒、よろしくお願いいたします。



おらほの名所・名物

殉難の碑 (戸沢村白糸)

最上川・戸沢村での惨事は、昭和45年4月24日、古口小学校柏沢分校の教師2名が全児童8名を運動会の練習のため、渡し舟で白糸分校に引率しての帰路、転覆事故に遭った。
幸いにして児童は無事に助け出されたが、残念ながら、教師2名は川に流されて殉職した。
このいたしましたに当時の文部大臣、坂田道太氏の歌が寄せられた。
殉難の碑と並んで立っている。
「おのが身は かへりみずして 教へ子の 生命護りし ひつぞ尊き」
救命用具があったらと、その後、救命用具の装着は義務化されたようです。

また、旧松山では特別バスを善意で購入し、松山中学校に通うようになった。
この惨事を忘れないようにと碑が建立された。
冥福を祈ります。

(M・K)



薬学部奨学生募集してます

薬剤師を目指す学生さんの学費・生活費をサポートするため、独自の「奨学金制度」(月額10万円)を設けています



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

奨学生募集中!

皆様のご家族やご親戚、お知り合いの方で看護師・准看護師・介護福祉士を目指している学生はいらっしゃいませんか?

健友会では学生のみなさんの勉学や生活の支援を目的として奨学金制度を設けています。

興味のある方が、身近にいらっしゃればぜひお気軽にお声かけ下さい!

奨学金制度

- 看護師・准看護師・介護福祉士の養成校(大学・専門学校等)に在学中または入学が決定した方で健友会への就職を希望される方が対象です。
- 貸与額は月額5万円です。1年分を一括して貸与することも可能です。
- 卒業後2年以内に免許を取得し、貸与期間に相当する期間以上、健友会に勤務した場合は返還が免除されます。
- 奨学金制度の他に、さらに月額5万円を上限に貸付を行う奨学貸付金制度もあります。

伝言板

☆各種企画は新型コロナウイルスの感染状況によって中止となる可能性があります。

まちかど健康チェック

- ・ 8月10日(火) 14:00~15:00 港南コミセン
- ・ 8月26日(木) 14:00~15:00 浜田コミセン
- ・ 9月10日(金) 14:00~15:00 泉コミセン

ウォーキングサークル

- ・ 8月 5日(木) 万里の松原 光ヶ丘相撲場 9時集合
- ・ 9月 9日(木) 万里の松原 光ヶ丘相撲場 9時集合

第33回友の会会長杯 グラウンドゴルフ大会

- ・ 日 時 9月 7日(火) 9:00~13:00
- 場 所 南遊佐グラウンドゴルフ場(酒田市宮内)
- 参加費 300円(お茶・保険代) ※昼食なし
- 締 切 8月27日(金)

2021 ゆっくりウォーキング

- ・ 日 時 10月1日(金) 8:30~12:30
- 集合場所 浜田コミセン駐車場(浜田小学校向かい)
- コース 八幡方面(バスで移動します)
- 参加費 400円(お茶・保険代) ※昼食なし
- 締 切 9月22日(水)

「健康のなかま」の手配りのお願い

本町、北里町、東泉町、亀ヶ崎、千日町、遊佐町全域で手配りして下さる方を募集しています。配布部数にこだわらず、ぜひ御協力をお願いします。

季節の料理



冷やし梅シソ肉うどん

材料 1人分

玉うどん……………220g	醤油…………… 10g
梅干し…………… 5g	みりん…………… 6g
豚肉…………… 50g	だし汁…………… 20g
砂糖…………… 1g	・トッピング
醤油…………… 3g	大根…………… 40g
だし汁…………… 10g	しそ・葉…………… 2g
・めんつゆ	葱…………… 7g
ごま油…………… 1g	かつおぶし……………0.5g
	梅干し…………… 6g

作り方

- ①大根はすりおろし、葱は輪切りにする。梅干しの種を取り除いておく。
- ②鍋に豚肉、梅干し、砂糖、醤油、だし汁を入れて豚肉をほぐしながら馴染ませる。これを加熱して肉に火を通して冷ましておく。
- ③めんつゆを作る。鍋に醤油、みりん、だし汁を入れてひと煮立ちさせる。ごま油を加えて味を整える。冷えたら冷蔵庫に入れておく。
- ④うどんをお好みの硬さに茹でて水冷する。水気を切ってから器にうどんを入れて、冷えためんつゆをかける。
- ⑤麺の上にしそを敷き、大根おろしと梅干しを乗せる。となりに肉、葱を盛り付ける。最後にかつおぶしをかけて出来上がり。

ワンポイント

暑い夏には、冷たくて酸味の効いた味わいが食卓では喜ばれます。梅干しに含まれるクエン酸が疲労回復に役立つといわれていますので、夏バテ解消にも是非お役立て下さい。

(本間病院 栄養科 井上 浩)

いまこれに夢中

押し花

ひまわり薬局の所が友の会の事務所として活動された頃、夜に8名の仲間が笑顔で押し花の額作りを楽しんでおられました。声を掛けていただき花の大好きな私はすぐに仲間に入れてもらいました。皆さんの作品にただただ感動するばかりでした。夜であった事もあり1人、2人と欠け、暫く先生と一对一の練習が続きました。辞めたいと思う事は無く押し花の奥深さとの葛藤でした。現在は仲間もでき、市民活動交流室を借りて月1回最終火曜日の午後の2時間、あっといいう間に過ぎてしまいます。楽しい思いよりストレスの方

が多いのですが、小刻みに味わう達成感と教室でのコミュニケーションは最高です。お互いの作品を前にホットする瞬間は言葉では言い表せない幸せを感じます。額も増えてしまいい、お世話になった方へ差し上げたり、美術館や友の会などに展示していただき感謝と励みに思っております。今後もマイペースで頑張り楽しみたいと思っております。

(琢成支部)

石山さつき



「秋を生ける」



「木漏れ日」

編集後記

夏は暑いものですが、その暑さは年々増して巡ってきています。

外の空き地では草花が、その暑さに負けることなく咲いています。たんぽぽも黄色い花が風に揺れながらも折れることなく無事に綿毛をつけました。でもそのたんぽぽは外来種です。私が子どもの頃に見ていた、地面に張りつくように咲いていた「日本のたんぽぽ」は本当に見かけることが少なくなりました。近年の暑さの中で、純国産の生物は徐々に居場所を無くしているのでしょうか。とても寂しいことです。守ろうとする者がいなければ失くなる一方です。弱い者にやさしくと言っても、自然界では無理のようです。でも私達はその気持ちをもち続けていきたいものです。

(小松 里美)

会費納入のお願い

友の会は皆さんから頂いている年会費で運営しています。今回、年会費納入の振込用紙が入っていますので納入をお願いします。