

# お知らせ

初めての方も大歓迎です。  
ぜひご参加ください。

各支部活動への参加ご希望の方は  
事前に組合員サポート課 原田  
(☎23-8124)までご連絡下さい。

## 健康太極拳

毎月第2・4水曜日 14:00~15:30  
会場…秩父生協病院1階

## 燃やせ体脂肪教室

※事前にご連絡ください。  
参加費…無料

## 影森教室

毎週火曜日 13:30~15:00  
会場…秩父スポーツ健康センター

## 自彊術

(じきょうじゆつ)  
毎月第2・4金曜日 18:00~  
会場…原谷公民館  
参加費…月1,000円

## 皆野教室

毎月第2・4木曜日 9:30~  
会場…皆野町柔剣道場

## 長瀬教室

毎月第3木曜日 13:30~  
会場…長瀬中央公民館

## 笑いヨガ

毎週土曜日 8:00~  
会場…ミュージックパーク噴水広場

無料法律相談：15時~

8/6(水) 秩父生協病院にて(☎23-1300)

※希望の方は電話にてお申込みください。

## 7月の診療体制のご案内 急きよ変更になる場合があります。【 】内は専門

診療受付時間		月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	内科	山田 昌樹 (院長)	吉野 隆之 ※2 毎週 11時~ もの忘れ外来 「予約制」	吉野 隆之	山田 昌樹 (院長)	山田 昌樹 (院長)	※1 5日:村岡・担当医 12日:吉野・担当医 19日:村岡・担当医 26日:吉野・担当医 ※院長・吉野・村岡 医師は、総合診療 内科医です。
		村岡 雷太	市川 篤 【呼吸器】	村岡 雷太	中林 公正 【腎・リウマチ】	村岡 雷太	
		市川 篤 【呼吸器】 (7日)	野口 周一 【リハビリ】 (1日・15日)		吉野 隆之	市川 篤 【呼吸器】	
(木:小児科) 9:30~12:00	小児科			藤田 映輝		山田 昌樹 (院長)	※1 土曜日の医師体制は輪 番制のため、急遽変更 となる場合があります。 予めご了承ください。
胃カメラ							
午後(火のみ) 14:30~16:30	小児科・ 冷え性外来		横井 範子				
午後	※3 訪問診療	市川 篤 (7日)	市川 篤			市川 篤	※2 もの忘れ外来は毎週火 曜日 11時の予約枠を ご用意しています。「も の忘れ」が心配な場 合はまずはお電話でご 相談ください。
夜間 17:00~18:30	内科		村岡 雷太	吉野 隆之	山田 昌樹 (院長)		

※横井医師の漢方による冷え性外来を行なっています。ご希望の方は☎23-1300までお電話ください。

訪問診療も行なっています。 検査結果や薬の名前など用意しておきましょう。

※夜間・休日で受診やご相談がある場合はご連絡下さい。

※検査等できない場合は、他の医療機関に紹介させていただくこともございます。

入院時の差額ベッド代は  
いただいております。

ご自宅までお迎えに伺う個別送迎を行っています。

利用を希望される方は、まずは受付までお電話ください。☎23-1300



医療、福祉にかかわらず、「困りごと」がありましたら、まずはお気軽に  
窓口へご相談下さい。 ※当院は無料低額診療事業を行なっております。

# しあわせ

発行 秩父生協病院 広報委員会

2025年  
7・8月号  
No.371



国際協同組合年

協同組合はよりよい世界を築きます

医療生協さいたま 秩父生協病院 〒368-0016 埼玉県秩父市阿保町1-11 ☎0494-23-1300

秩父生協 地域のみなさんとともに、利用者中心の安心・安全  
病院の理念 の保健・医療・介護サービスを提供します。

インターネットでの情報は 秩父生協病院 検索  
又は、http://www.chichibu-ch.or.jp/ です。

訪問看護・訪問介護・ケアプランなど介護のご相談は  
●生協ちちぶケアステーション  
秩父市阿保町1-11 ☎0494-22-9902  
●小規模多機能型居宅介護生協花の木ホーム  
秩父市上町1-12-11 ☎0494-25-2000

今号は7・8月合併号とし、8月の発行はお休みします。次回発行は、9月号となります。

## 70周年企画 多世代交流ポッチャ大会を開催しました

参加チームは21チーム、参加者数70名以上での開催となりました！

当日は開催直前に大雨が降り欠席者が多数出ることにも覚悟しておりましたが、全チーム参加いただけました。

小学生から80代まで幅広い世代の方々が参加され、開始から熱い試合が繰り広げられ、終始盛り上がり続けていました。初めての方でも楽しめるよう協議して作成した、公式易化した秩父地区特別ルールを採用しての大会のため、身体力に関係なく世代を超えての対決が楽しめました。

今回の優勝は、はらや支部から出場の「チーム新井」!! 2位「お竹さん(寺尾)」3位「しらとり(長瀬)」となりました。職員チームは全て決勝に上がりず…

今後も70周年企画を通して地域に根付いた、健康づくり・まちづくりの拠点として様々な企画を展開していく予定です！

また、多くのご参加をお待ちしています！ (まちづくりコーディネーター 原田清一郎)

優勝【チーム新井】



お知らせ

- 環境ボランティア活動 病院周辺の草むしりを行います。  
日時：7月26日(土)8:30~10:00 秩父生協病院組合員サポート室集合  
※使い慣れた草刈り鎌や剪定鋏をお持ちの方はご持参下さい。  
※十分な熱中症対策をしてお参加下さい。
- フードパントリー  
日時：7月26日(土)13:00~14:00 会場：秩父生協病院1階待合室  
※必要な方に食材をお分けしています。7/18までに☎23-1300へお申し込み下さい。





## 地域連携ミーティング学習会が 開催されました

6月13日に秩父宮記念市民会館で、秩父地域の多職種連携を考える会主催の第20回地域連携ミーティング学習会が開催されました。

秩父地域の多職種連携を考える会は、様々な病院や介護施設、薬局等に勤務する専門職の有志の集まりで、それぞれの専門職の資質向上と、多職種連携の促進を目標に運営しており、当院の山田院長が会長をつとめています。

記念すべき20回目の学習会は『知っておきたい脳血管疾患』と題し、原医院の原靖先生を講師にお招きして行いました。

脳梗塞や脳内出血など代表的な脳血管疾患の、発生に至る要因や症状、治療法など、珍しい手術の動画も用いて分かりやすく解説していただきました。手術動画の中では、1mm以下の血管や動脈瘤を、周囲の血管や神経を傷つけないように縫合したり、クリップで止めたりする様子が紹介され、繊細な手技に魅了されました。

脳血管疾患は、発症の状況によっては命に関わりますし、後遺症が残ることも多くあります。講演後の質疑応答の中では「毎年、脳ドックを受けた方が良いのか」という質問も出されましたが、脳ドックは費用も手間もかかるため、全員に一律に受診をすすめるのは現実的ではないとのこと。日常的には、適切な生活習慣の維持による予防と早期発見がカギだそうです。具体的には、適切な血圧を保ち、バランスのとれた食事と適切な運動、飲酒を控え喫煙はしないなど…

また、早期発見のためには、手がしびれている、動きがいつもと少し違うなどの小さな変化を見逃さず、受診につなげることが大切なことも分かりました。

秩父地域は、県内でも脳血管疾患関連での死亡率が高い地域です。

学習会の中では、高血圧症は全ての脳血管疾患の発症リスクを高める病気であることが、繰り返し触れられていました。自覚症状はほとんどないので、治療中の方もついつい薬を飲み忘れてたりしがちですが、患者さんには脳血管疾患の危険性をしっかり伝え、血圧を適切にコントロールしていただかなくてはならないと感じましたし、日常の業務で接する患者・利用者の方の小さな変化を見逃さないようにしようと心に誓いました。参加者からも同様の感想が多く寄せられ、20回目にふさわしい、大変有意義な学習会となりました。(事務長 宇田川麗)



## 新任、退任のご挨拶

### 新任 逸見初江理事



秩父地区の理事を務めさせていただくことになりました。

至らない点もあるかと思いますが、いろいろ学びながら頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

### 新任 大塚勉推進員



6月より秩父地区の組合員活動推進員に着任しました。

これから推進員として地域で活動していきますので、よろしくお願いいたします。

### 退任 野口久恵理事



「医療生協さいたま秩父地区理事」として、4年間大変お世話になりました。

組合員活動がよくわからないスタートでしたが、多くのことを学ぶことができました。

いくつになっても学ぶことは、自分を成長させてくれました。医療生協の活動をしている方は健康寿命が長い、ということも実感しました。

振り返ってみると、多くの組合員・職員の皆様の思いをもっと受け止め、もっと活動を広げることが出来れば良かったなあ、という反省の気持ちでいっぱいです。

この間、巡り会えた方の心温まる言葉や笑顔に包まれ活動できたことは私の宝です。

皆様は沢山のことを教えて頂きました。どうもありがとうございました。

今後は、4年間学ばせて頂いたことを生かし、微力ではありますが「住んでいるだけで健康になるまちづくり」の一助ができればと考えております。

## 70周年記念企画『私と秩父生協病院』②



秩父生協病院ゆかりの方に、病院への思いを語っていただく連載です。2回目は、現埼玉西協同病院院長の関口由希公医師に、秩父生協病院勤務時代の思い出、映画にエキストラ出演した経験など語って頂きました。

70周年、おめでとうございます。

私が秩父生協病院で勤務したのは2002年から2005年までの3年間で、入院、外来、在宅の医療を担当させて頂きました。その後、2009年から2019年までの10年間、週1日の外来を担当しました。患者さん、組合員さん、職員のみなさんには大変お世話になりました。今、私は所沢市にある埼玉西協同病院の院長をしています。

私の医師像を確立したのは秩父生協病院でした。山田昌樹先生から「秩父で学ぶことはプライマリ・ケア（病気の初期の段階から、継続して、総合的に診る医療のこと）だよ」とプライマリ・ケアの認定医を受けることを勧められました。家庭医療で有名な生協浮間診療所に週1回通って研修を受けたのも、秩父にいた時でした。そのおかげで、医療生協さいたまの病院や診療所で若い医師を育てようという流れができ、SGFAM（さいたま総合診療医・家庭医センター）の活動に結びつきました。

さて、秩父生協病院のエピソードを2つご紹介します。1つ目は故高橋昭雄先生のことです。食欲がなくなった患者さんのことを職員が「〇〇さんは、お迎えが近いかも」と話していると、高橋先生が患者さんの病室へお見舞いに行きます。患者さんに「〇〇さん頑張るんだよ」と話しかけて握手をすると、その日から、患者さんが食事をもりもり食べ始めることがよくありました。だから私たちは高橋先生の手をゴッドハンド（神の手）と呼んでいました。

もう1つは、私が映画「草の乱」にエキストラで出演したことです。この映画は高い税金と高利貸しの横暴に苦しむ農民たちが、自由民権運動に立ち上がる「秩父事件」を題材にしています。私のアパートにエキストラ募集の回覧板が回ってきました。有名人に会えるのと、映画に出られるのと喜んで応募しました。朝6時に、秩父セメントの工場跡地へ集合し、待つこと8時間。お昼過ぎに農民の衣装に着替え、秩父神社へ移動して行進のシーンを撮影しました。その後、夜の8時まで待機したあと、握り飯を食べるシーンを撮影しました。外は氷点下になる中、裸足にわらじを履き、寒さで足腰が痛くなったのを覚えています。秩父事件は140年以上も前の話ですが、高い税金や物価上昇に国民が苦しみ声を上げる姿は現代に通じています。そんな素晴らしい映画に出演できたことは私の宝物です。

これからも地域の医療と介護を支える拠点として、そして職員が育つ研修の場として秩父生協病院が発展していくことを願っています。  
(埼玉西協同病院 関口由希公)

## 生協病院ごはん

生協病院で提供している四季折々の食事と、メニューのうちの一品のレシピをご紹介します。

### ◆ご当地食 ～四国地方～◆

- しょうゆめし                      ○フィッシュカツ
- 青菜のけんちゃん               ○すまし汁                      ○みかんゼリー

愛媛県のしょうゆめし、徳島県のグルメフィッシュカツ、香川県の郷土料理けんちゃん、名産のみかんを使った献立を作成しました。



### フィッシュカツ 〈材料 1人分〉

- はんぺん 1/2個                      玉ねぎ 1/10個 (15g)                      魚すり身 40g
- 塩コショウ 少々                      カレー粉 小さじ 1/8
- 卵 1個                      小麦粉 小さじ 1                      パン粉 大さじ 2                      揚げ油 適量                      きゃべつ 1枚 (50g)

### 〈作り方〉

- ①キャベツは千切りにして水でさらしておく。
- ②玉ねぎはみじん切り、はんぺんはよく潰してからAと合わせてよく混ぜる。
- ③②を薄い小判型に成形し、小麦粉→卵→パン粉の順番で衣をつける。
- ④揚げ油を熱し、170℃～180℃で③を揚げる。膨らんできたら一度ひっくり返し、きつね色になったら油から上げてよく油を切る。
- ⑤きゃべつの水を切って皿に盛り付けて、フィッシュカツを食べやすい大きさにカットして皿に盛り付ける。