

くらしに役立つなんでも相談

健康の悩み、生活・家庭の心配ごと、誰に相談したらいいか、どこに相談したらいいか、なんでも気軽にご相談ください。



友の会コーナーへ

健康づくり 生きがいづくり 友だちづくり まちづくり

友の会だより

中野共立友の会・広報委員会発行 〒164-0001 中野区中野5-45-4

Eメール: a_nozawa@kenyu-kai.or.jp Tel: 03-3386-9139



お弁当が美味しかったと評判でした

いのちは平等 生活と健康を守る 支えあいのまちづくり

共立友の会2010年度総会「春のつどい」は5月26日(水)、多くの会員に...

中野サンプリングで春のつどい



左から谷川智行医師・山本英司副院長・高津司院長・辻恵美子医師



榎本博会長

友の会活動は「遊び5割、ボランティア3割、学習2割」。今後遊びを増やして、楽しくみんなで助け合いながら人間性豊かな友の会をもっと地域の中に広げていきたいと思います。



来賓の方々

左から メープルガーデン 片山泰伸さん コルテンボ薬師の家 大畑きぬ代さん 日本共産党前都議会議員 植木こうじさん 東京土建中野支部 中村文康さん 中野ボランティアセンター 豊原誠司さん

高津司院長 あいさつの要旨

日頃、共立病院、診療所に力を貸していただき本当にありがとうございます。



若さいっぱい・新入職員の挨拶



歌と語り、まさにイケメン4!?

玉川上水を7回に分けて歩く企画に5回目から



健康ウォーク 松尾美智雄さん

板橋に越しても中野にきています。楽しみで腰が痛くても、出てくる時は元気になっちゃうんです。友達三人と誘い合つて野方、上高田両方の食事会に参加しています。



食事会 野口より子さん

取り組み発言

参加しました。それまでの各回のマップをもらって、どうしても歩きたくない足が丈夫じゃないけど時間をみつけて、何度も分けて歩き通しました。私は杖をついて肩身が狭いので足腰の弱い方も参加していただきたい。



絵本読み聞かせボランティア 山崎頼子さん

大人に絵本はどうかと心配しましたが、歌と手遊びを交え読みました。次も来て下さいと言われ嬉しくなりました。女性の患者さんは反応があり、男性はムスツとした顔でしたが、最後に「仰げば尊し」を声高らかに唄うお顔に、胸が熱くなりました。時間が許す限り続けたいと思います。

ない両面を持っています。時代だと思っています。今度の参議院選挙で沖繩では革新共同の候補者が決まりました。伊集(いじゆ)唯行先生ですが、実は代々木病院で5年間一緒に、診療をやっていました。沖繩の人達の思いを実現するため、元仲間が立候補するというので私も一緒に日本中で基地撤去の運動を巻き起こしたいと思っています。また、東京の選挙区で立候補する小池先生、山本先生を中心に

先生も代々木病院の後輩です。私の同輩や後輩が立候補したので区長選の残念な思いを参院選で晴らしたいと思っています。一緒に頑張ります。この一年を振り返ると共立病院は地域の患者さんを大切にしている医療をすすめてきました。特にリハビリは、開設時7人のスタッフを29人と4倍にし運動療法作業療法をやっています。一般病棟は谷川先生、山本先生を中心に

要求に心えにくい部分もありますが、ベッドが空いていればお受けし、毎日満床状態です。その結果経営が改善し予算を達成しました。経営的基盤がでる展開が見えてきたことで、私たちもやりがいを感じています。これからも医療・介護を一生懸命やると同時に、政治も変えていくように、みなさんと一緒に取り組んでいきたいと思ひます。

張らないと実際変わら

区で立候補する小池先生、山本先生を中心に

区で立候補する小池先生、山本先生を中心に

区で立候補する小池先生、山本先生を中心に



開催日時はその都度お知らせします。

ころばん体操 せらばん体操



友の会総会でも音楽に合わせて「ころばん体操」

転倒は思わぬところでおきたりします。骨折し、それが原因で寝たきりになることもあります。「ころばん体操」「せらばん体操」は転倒予防体操です。今年の友の会は、健康づくりの活動の中にこの体操を取り入れ、広めてゆきたいと思えます。一人ではなかなか続かない体操も、みんなと一緒に継続しやすくなります。気軽に楽しく、足腰を鍛え、転ばない体づくりをしませんか。

ころばん体操はイスを使うのでバランスに自信がない方も体操できるよう工夫されています。



せらばん体操はセラバンドというゴムのバンドを使います。

音楽に合わせて、映像を見ながら10数分間、体操します。

私たちの仲間

株式会社
東都企画

患者さんの笑顔に 勇気をもらい 医療を支える

(株)東都企画は、中野共立病院・診療所の環境整備や清掃と入院患者さんをサポートする会社です。担当の環境整備部東京西部エリア課長の森卓也さんは、「私たちは、新病院立ち上げの3年前から仕

事させてもらっています。病院や診療所の環境を快適に保ち、職員の業務負担を軽減する事が目的です。医療の現場での業務として、衛生管理の基盤をスタッフに徹底し、忙しい中でも感染に対する意識を高める努力を怠りません」と話します。



清掃部のスタッフ

6〜7人と施設サポート部3〜6人が毎日働いています。施設サポート部は、患者さんが起きる前に朝ごはんの準備、続いて吸引瓶の洗浄や退院した患者さんの部屋のベッドメイキング、床頭台の片付け。退院が4人から7人という時も1人に対応します。合間には尿瓶やポータブルトイレの洗浄などがあります。また、フロアのタオルや患者さんの入院セット、シャツ、リネン類の補充。毎週日曜は透析室、木曜日はそれ以外のシフト交換を行います。



施設サポート部のスタッフ

施設サポート部の原田素子さんは「真冬でも汗だくで動き回っています。忙しくて、患者さんや病院職員の笑顔に勇気づけられながら、病院の医療を支えていきたい」と話し、また岡田京子さんは患者さんから「ポータブルトイレや、尿器をいつもきれいにしてくれてありがとう」と

「入院生活楽しかったわ」などの言葉に元気づけられ、「これからも患者さんに寄り添ってがんばりたい」と熱意を持って話しました。

「帰ってこいよ」のありがたい言葉をいただくのですが、前記のように医師人生が「ピンチのところを何とかする」というモットーでいますので、今後もこのような人生が続くのかなと思っております。尚、小生の外来は中野だけです。条件の許す限り続けたいと考えております。

診療日が 変わりました



内科医師 大山 美宏
(川崎協同病院院長)

共立診療所で長らく続けていた火曜日の外来を、今回、第2、第4土曜日の午前と午後3時までにしていただきました。友の会のみならず、また、患者さんには大変なご迷惑をおかけすることになり、恐縮いたしております。実は私が院長を務める川崎協同病院の循環器の医師2人と消化器の医師1人が3月一杯で退職し、一般病棟の患者さんを10年ぶりに担当することとなったからです。公的、民間の病院を問わず医師不足が叫ばれているのはご存じとは思いますが、

ピンチのところに何とかするをモットーとして

