

医療生協やまがたの現勢(2022年3月末)

- 組合員数 41,557人
- 班数 1,195班
- 出資金総額 2,862,372,344円

健康

ネットワークやまがた

医療生活協同組合やまがた

機関紙編集委員会

発行責任者：小川 裕

〒997-8567 山形県鶴岡市双葉町13-45

☎ 0235-22-5769

🔍 y-mcoop.com



組合員のみなさまの健康づくりに役立つ情報紙



医療生協やまがたの職員に

32名が仲間入り!

2022年度は32名の新入職員を迎えました。

2日間の新入職員研修を終え、

それぞれの配属先で日々頑張っています。

組合員の皆さま、どうぞよろしくお願いいたします。

新入職員内訳

- 薬剤師：1名、看護師：3名、准看護師：2名
- 助産師：1名、介護福祉士：2名
- 介護職：2名、放射線技師：1名
- 理学療法士：4名、作業療法士：5名
- 言語聴覚士：2名、社会福祉士：2名
- 調理師：1名、事務：3名、助手：2名
- 施設技術員：1名



新入職員代表あいさつ

作業療法士
ふくだ ゆうだい
福田優大さん

私たちは、本日より晴れて医療生協やまがたの職員として、新しいスタートを迎えました。「患者様や地域の方々に寄り添い、生活を支援する」その様な組合の皆様と共に働くことは大きな誇りであり、同時に喜びで胸がいっぱいです。この気持ちを胸に、誇りある組合員の名に恥じぬよう、ひとつひとつの物事に誠実に向き合い、寄り添う気持ちを常に忘れず、精一杯努めていく所存でございます。

ろり火

▼『戦争が廊下の奥に立ってゐた』昭和初期に戦争の本質を突いた銃後俳句として無季俳句をすすめた渡辺白泉(わたなべはくせん)が1939年に詠んだ句。
20代のころに知って以来頭から離れない句の一つとなった。
▼国民310万、国外2千万という未曾有の犠牲の上に日本国憲法が5月3日に施行75年となる。国民主権、基本的人権、平和主義は戦後の言葉、そもそも女性には選挙権すらなかったのが戦前だ。
▼この2月ロシアがウクライナに侵攻した。旧ソ連時代にチエルノブイリ原発事故があった国だ。昨日までは考えもしなかったことが今日起こる激動の時代。世界が一人ひとりが明日をどう生きるのか問われているのだろうか。
▼『手と足をもいだ丸太にしてかえし』川柳作家・鶴彬(つるのぶ)のこの一句も戦争の本質を痛烈に描いている。1970年代の映画「ひまわり」の上映運動が全国で広がっているらしい。ラストシーンで画面一面に広がるひまわり畑、そういえばここもウクライナだった(助)。(S.S)

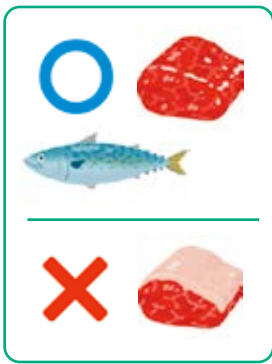
コレステロールを下げる食事

鶴岡協立病院 栄養科
管理栄養士 菅原壮介

コレステロールとは脂質の一種で人の体内に蓄えられています。コレステロールは悪玉コレステロールと言われているLDLコレステロールと、善玉コレステロールと言われているHDLコレステロールに分けられます。このコレステロールのバランスが崩れた状態が長く続くと動脈硬化を進行させ、心疾患や脳血管疾患のリスクを高めてしまいます。今回はそんなコレステロールを下げる食事について紹介します。

1 肉類の脂は控え、青魚を積極的に取り入れましょう。

肉類の脂やバターに多く含まれている飽和脂肪酸は、コレステロールを増やす働きがあります。一方魚の油に多く含まれている不飽和脂肪酸は、血液中のコレステロールや中性脂肪を減らし血液サラサラにする働きがあります。白身魚よりも青魚の方が多く油を含んでいます。油が多いということはエネルギーも高いということなので、エネルギー制限がある方は食べすぎに注意しましょう。肉類中心の生活を減らし、その分魚や大豆製品でたんぱく質を補いましょう。肉類を食べる際にも脂身が少ない赤身がおすすめです。



2 野菜や海藻を十分に摂りましょう。

野菜や海藻に含まれている食物繊維は体内に入ると腸内をゆっくり移動し、コレステロールや中性脂肪を包み込み体外へ排出する働きがあります。また、食物繊維は腸内を通過するとき腸を刺激し、腸の蠕動運動を活発にしたり、便のカサを増やしたりして便を押しやすくするため便秘改善にも役立ちます。野菜・海藻類あわせて1日350gを目安とし、そのうち1/3は緑黄色野菜から摂るようにしましょう。

3 コレステロールを多く含む食品を控えましょう。

卵、魚卵、レバーなどの内臓系の食品はコレステロールを多く含んでいます。体内に入るコレステロールを抑えるためにこのような食品の過剰摂取は控えるようにしましょう。

コレステロールを下げる食事についていくつか紹介しましたが、主食・主菜・副菜のそろったバランスの良い食事をし、気をつける食品を食べすぎたなど感じた翌日に食べ過ぎたものを減らすなどして調整すると良いと思います。また、食習慣・食行動のポイントとしてはよく噛んでゆっくり食べることや、就寝前2時間は飲食を控えることも重要です。食事に関して何か制限がある方は、主治医や管理栄養士に相談してみてください。



憲法シリーズ①

「いのち最優先の社会をめざしましょう」

私たち医療介護従事者は、武力ではない平和憲法を活かし、社会保障拡充を求める運動に取り組んでいます。

改憲阻止の世論を盛り上げよう

平和であつてこそ医療や介護福祉の政策は成り立ちます。被爆国の日本は、過去にその経験をしてきているはずですが、改憲を許すと他国での武力行使が可能となり、明らかな戦力をもつこととなります。

「憲法改悪を許さない全国署名」の取り組みは、こうした改憲阻止の世論を盛り上げるために重要と考えています。

わたしたちのコロナへの対応

この2年間わたしたちは新型コロナウイルス感染症に立ち向かい、いのちを守り暮らしを支えてきました。繰り返し感染拡大の中、鶴岡協立病院及び附属クリニックを会場にし全職員総出で1万9千回のワクチン接種（2回目まで）を実施しました。また発熱外来患者500人以上を受け入れ、400人にPCR検査を実施しました。保健所からのPCR依頼検査数は500人を越え、協力医療機関として感染疑い患者の受け入れ病床を4床確保しました。しるにし診療所でも同様に発熱外来患者284人を受け入れ、185人のPCR検査を実施しています。

医療崩壊を招く事態に

病院・施設・在宅でも入所者、利用者とその家族に寄り添い、地域の皆さまから励ましを頂きながら、すべての人の受療権、介護を受ける権利を守るために奮闘しています。医療費抑制・医療従事者削減政策のため全国的に深刻な医療崩壊を招く事態となっています。

今こそ平和憲法を活かす取り組みを

私たち医療従事者は、武力ではない平和憲法を活かし、国の財政を社会保障拡充に求める運動に一体的に取り組む、真つ当な生活をおくる権利と充実した社会保障が受けられる日本に、今向かつていく必要性を訴えなくてはなりません。

次のシリーズでは、社会保障費抑制と安全保障費の増大などについて発信します。

私のおすすめ

vol.47

乱読のススメ！



上郷支部
長谷川澄子

私も断捨離を考える年齢になり、モノを残さない暮らしを心がけています。でも本（小説）はいつでも読みたいのです。本を残さない方法。古本屋で文庫本を買えるだけ買い、読後まとめてゴミに出すサイクル。一時は文庫本の棚がスカスカになるほどでした。しかし先人の英知や人生観の詰まった作品を捨てるのは罪悪感が強すぎるので、今は元の店に持参し、ひと山ナンボで引き取ってもらっています。

三浦綾子の「海嶺」を読んだら、大昔、米沢工業高校勤務の頃、手塚教諭に勧められたことを思い出しました。

山崎豊子、松田解子、宮尾登美子、黒岩重吾、山本周五郎等々、楽しいものです。

悩みのサビ取りと楽しみのための乱読はいかがですか。



今回は上郷支部の菅原昌子さんを
ご紹介いただきました。

◎住所変更や名義変更される方は組織部に連絡ください。

プロフェッショナル

職員紹介 NO.2

資格の取得や研修等で頑張っている職員を紹介します。組合員のみなさんにどの様に関わっているのか知っていただき、より身近に感じていただければ幸いです。

せせらぎ 介護士 渡部奈穂美・本間敦子

近年は、コロナ禍により、ご家族に会えない、外出の制限等、利用者一人ひとりが大きなストレスを抱えており、より一層、心に寄り添った声掛けや接し方の技術が求められます。今、私達に出来ることは何か、チームで考え、利用者が安心して過ごせるよう認知症介護の充実を図っていきます。

認知症リーダー研修とは、認知症介護の知識や技能を更に深め、介護チームの中で効果的に認知症介護を進められる指導者を育成することを目的とした研修です。老人保健施設せせらぎでは、介護士2名が研修の取得をしています。研修では、認知症の理解や声掛け・接し方等の対応方法、リーダーに求められる能力や指導方法を学びます。今現在、学んだ事を活かし、情報共有シートを作成し、利用者の情報収集を行いそこから見えてきた課題の背景や原因を探りながら、その人らしい寄り添った介護を目指しているところです。

認知症介護リーダー研修 がんばりました



◎医療生協やまがたの病院では、入院中の差額室料は頂いておりません。

今年度も医学生を支援します

今年度も医療生協やまがたが所属する山形県民医連に2名の医学生奨学生が誕生し、奨学生は14名(鶴岡出身学生2名)となりました。新型コロナウイルスの感染防止のため、様々な活動が制限されていますが、オンラインでの定期的な面談や学習会等を通じて、医学生の支援をしています。



また、今年も東北大学医学部の「地域医療実習」を受け入れる予定です。医療生協やまがたが行っている地域での医療活動と組合員活動について、積極的に紹介していきます。ぜひ、ご協力をお願いいたします。

ワクチン接種はお済みですか

50歳代以下の方々の ワクチン接種が進んでいません!



県内でも感染がおさまらない状況が続いています。地域全体の感染を抑え、ご自分と周りの人達の命を守るために、ワクチンを接種しましょう。

鶴岡協立病院で予約ができます。ぜひ、お電話ください。

☎0235-23-6060



今月のおすすめスポット No.13

「ウォーキングスポット」

— コース(約4.5km) —
山形市街なか
ウォーキングコース

今月号より、村山地域と庄内地域で交互におすすめウォーキングスポットをご紹介します。みなさんの健康づくりに是非取り入れてみませんか。また併せて「健康まち歩き」のイベントも開催します。詳しくは4面をご覧ください。

＜ルート＞ 霞城公園 → 歌懸稲荷神社 → 山形まるごと館紅の蔵 → ほっとなる広場 → 水の町屋七日町御殿堰 → 文翔館 → 霞城公園



霞城公園



歌懸稲荷神社



水の町屋七日町御殿堰



文翔館



歩いてみて.....

街なかで立ち寄れるスポットも沢山あり、楽しくあつという間に歩く事が出来ると思います。また山形城の歴史にも触れられ、いかに山形城の土地が広大だったかを体感することが出来るのではないのでしょうか。歩くのが苦手という方も、休憩を入れながら運動不足解消に歩いてみませんか。

動画もチェック!



新型コロナウイルスの感染拡大の状況に留意して、行動して下さい。

健康まち歩き(村山地域)

5月のさわやかな風を浴びながら心も体も健康に!!

期 日：5月24日(火)

コ ー ス：山形市街なかウォーキング(約4.5km)
※3面の今月のおすすめウォーキングコースをご参照ください

集 合 場 所：霞城公園東門駐車場

集 合 時 間：10:00(終了12:00予定)

参 加 費：無料

持 ち 物：飴、飲み物、タオルなど

募 集 定 員：先着15名
(コロナ禍の為村山地域在住の組合員に限ります)

申 込 締 切 日：5月20日(金)

申 込 先 / 医療生協やまがた 組織部

☎0235-22-5769

※参加当日は体温と体調を必ずチェックし
マスクを着用の上参加してください。



ニュースポーツを始めよう!

これまでシリーズでニュースポーツをご紹介してきましたが、今月は最近アウトドアスポーツとしても人気急上昇中の「モルック」をご紹介します。組織部で道具の貸し出しを行っていますので、これからの季節、青空の下で班会や支部行事として取り入れてみてはいかがでしょうか。

動画もチェック!



モルック

<モルックとは>



地面に立て並べられた複数の木のピンめがけてモルックという木の棒を投げ、獲得した点数を競うスポーツです。通常2チームで対戦して、先に50点ちょうどを取ったチームが勝ちになります。

第1学区支部のすこやか会のみなさんに体験してもらいました!

<やってみての感想>

●高得点を取ったらうれしい。失敗しても笑いが起きて楽しい。●最初は難しそうだなと思ったけど、やってみたら簡単でした。●得点が積み重なってくると、どれを倒せばいいか考えなければいけない。それが面白い!



2022年度通常総代会の開催について

医療生活協同組合やまがた定款第52条に基づき、下記の通り第6回通常総代会を招集します。

日 時：6月17日(金)午後1時～3時

会 場：グランドエル・サン

議 事

第一号議案 2021年度活動報告及び決算報告承認の件

第四号議案 役員報酬決定の件

第二号議案 2021年度損失処理案承認の件

第五号議案 議案決議効力発生の件

第三号議案 2022年度事業計画並びに収支計画決定の件

春の訪れとともに、組合員のみなさんからは季節を感じられる投稿やコメントが数多く寄せられました。今回はその一部をご紹介します。

「おらほネット元気のたね」通信



組合員投稿紹介



庭?の雪が溶けて福寿草が咲き始めました。(PN.LLPさん)



アトク館の阿部家のお雑様です。(PN.K・Oさん)



剪定した桜の枝から桜の花が見事に咲きました。(PN.孝ちゃんさん)



久しぶりの真っ青な空、梅のつぼみがやっと膨らみ始めました。ここ揃引にも春がやってきた。(PN.みーちゃんさん)



ネットで交流



平日開催している「オンライン体操」では、体操の前後におしゃべりを楽しんでいます。お花見と言ったら「お花見だんご!」話題は美味しいだんごの話題で盛り上がりました。村山地域では枝豆をすり潰して砂糖を入れて餡にしたものを「ぬた」と言うそうです。庄内地域の組合員の方々は初耳!その他おすすめのお花見スポットやおススメのお店の話をし、同じ山形県内でも新しい発見が出来る楽しい交流となりました。



おらほネット元気のたね

で検索か、右記QRコードをスマホのカメラでかざしてみよう!



LINEの使い方や、おらほネット元気のたねのアクセス方法で、ご不明な点がありましたら、お気軽にお問い合わせください。

【本部組織部】

☎0235-22-5769

LINE 医療生協やまがた LINE公式アカウント

「友達登録」大募集

健康づくりの情報等を随時発信中!QRコードを読み込んで、是非「友達登録」お願いいたします。▶



◎出資金の積立増資にご協力ください。便利な口座振替をご利用ください。

オススメ班会メニュー

班会の年間計画を立てましょう!

昨年度は、新型コロナウイルスの影響で組員活動が制限される、中止になるなど、思うような班会ができない年だったのではないのでしょうか。報道にあるとおり、感染予防のためには人との接触の機会を減らすことが重要です。一方で、フレイル予防のためには人と顔を合わせ、笑い合い、日々の悩みや不安を話し、からだを動かすことが重要です。そしてそれらは、自分自身の免疫力を引き出すことにも繋がります。



今後コロナ禍以前のように、大勢が集まる、飲食をともにするなどの活動は困難な状況が続くことが予想されます。出来ないことへ目が向きがちですが、みんなで班会の計画を立て、出来ることを楽しく行っていきましょう!



詳しくは下記へご相談ください。

庄内地域 ☎0235-22-5769
村山地域 ☎023-643-2890

「健康・平和」川柳コーナー

「健康と平和」をテーマにした川柳・標語について、お寄せいただいた作品をご紹介します。

コロナ禍で 孫に会えない 淋しさよ (豊田結子さん)

年のせいと 甘えず 今日も一万歩 (伊藤セイさん)

大雪に 道端賑わう 高齢者 (今井和美さん)

ばんけ味噌 すぐになくなる 大家族 (PN生クリームさん)

モニターの 胃の映像に ガツポーズ (PNエンカッさん)

最強で 最凶最狂 核兵器 (後藤 隆さん)

※作品をお寄せください。



◎スマートフォンの使い方がわからなくてお困りの際は、組織部までご連絡ください。

班支部活動交流



コロナの収束もいつになることや「早く班会したいねー」という声も聞こえ、大山公園の桜も満開になった4月14日、2022年度初めての班会を行いました。今日は、コロナで班会が休止していた期間中に支部より配布された吹上パイプを持ち寄って、練習の成果を確認しました。「意外とお腹さ力はいるなやのー」「吹く力なくて最初はあがらねっけー」など感想も出しました。初めての体験で「おらほネット元気のたね」に繋ぎ、脳トレの体験もしてみました。「おもしろんだのー」「いろいろ見られて退屈しねのー」とおおいに盛り上がりました。マスクをしていますが、久しぶりに声を出して笑ったときが良かったです。みんなと話をするとホッとすることの班会を大切にしていきたいと思えます。



大山支部 南町1,2班
班長 川村淑子
活動の様子



支部活動のメインともなっている「百歳体操」は、コロナ禍でたびたび中止に追い込まれましたが、3月末には合同班会を兼ねて学習会も行いました。「交流と憩いの場」ともなっており、今後も支部活動の柱として力を入れていきたいと考えています。

庄内町に合併して15年間で、立川支部エリアの人口は約30%も減少しました。高齢化率も40%を超え、支部活動にも少なからず影響を与えています。現状を打開していくために、一人でも多くの組員に機関紙(健康ネットワークやまがたと支部ニュース)を届けることとしています。手始めに、運営委員がペアを組み3集落21戸の未配達の家から笑顔が返ってきました。どの家庭からも喜びが返ってきました。来月以降も取り組んでいく計画です。

立川支部
支部長 加藤興治
活動の様子



久しぶりの合同班会。八十路半ばのメンバーが定時刻までぼつぼつと集まってくる。名残雪なのかまだ雪は降る。国道から大網地域に入ると雪壁の高さがちがうが春は近づいている。先ず近況を雑談、これが楽しい。立つも座るも「どっこいしょ」と声が出る。今回は血圧・体重・体脂肪・BMIの健康チェックをする。あまり深刻に考えないで自分なりに反省する。限られた時間内で余りの時間を輪投げで楽しむ。新年度の計画をちよつとする。花見班会、温泉班会、村の散策班会、楽しい班会になりそうだ。



朝日支部 大網下村班
班長 井上みさ
活動の様子

今年度も健康寿命で楽しい班会を

わが家の★アイドル



さとう とあくん(3カ月) あおしくん(2歳)

温海支部 田原勝江さんのひ孫さんです。

目の中に入れても
痛くない
み珠2人!

5歳以下のお子さんの写真を募集しています。ひと言添えて編集委員会までお寄せください。

組合員さんの素敵な趣味や特技をご紹介します!

「趣味・特技」コーナー

地元小波渡では庭師、石加工、盆栽、リフォームなど何でも屋として頼られる力持ち齋藤さん。中でもきらりと光る趣味が「彫刻」です。中学3年生の冬休みの工作をきっかけに、まきで出刃包丁、ナイフ、彫刻刀で仕上げた作品は、自分が作ったものと先生に信じてもらえなかつたといっています。



まるで職人の腕前「彫刻」
豊浦支部 齋藤峰昭さん



作る作品には目が離せません。

今回見せていただいたのが70歳の時に作ったという「たきたろう」でした。仕事の合間を縫って1週間で仕上げた。また、倒れていた旧7号の奥の細道の表札も環境省に許可を取って自分で直したそうです。そんな齋藤さんが80歳の節目では「たきたろう」を作った時の木材が余っているの何か作りたいと思っていますと意欲を示していました。今後も齋藤さんが作る作品には目が離せません。



今月のひと

いつも明るい人

上郷支部
今野美穂子さん



今野美穂子さんはいつも明るく笑顔のステキな方です。また健康にもよく気を配り頑張り屋で上郷支部の運営委員と、ちよさんの家の世話人また班の班長と何かと忙しい美穂子さんです。お孫さんやひ孫さんの話になると、なんとも言えない笑顔でほんとうに楽しそうに話しています。今はコロナ禍の中で思うように活動ができませんが、動けるようになったらまた楽しく活動していきます。

私の健康づくり

vol.108

適度な運動を心がけ

櫛引支部スイセン班
藤原春子さん



去年の9月に大腿骨を骨折してしまいました。動かすことが出来なくなりました。このままでは動けない体になってしまうと思いい健康な体を維持するためにリハビリもかねて適度な運動をすることを心がけています。地域の100歳体操では役員を務めていて、会場の設営をするために公民館までの道を歩いて通い、みんなと一緒に100歳体操をしています。10年以上やっている輪投げも新型コロナの為3年ほど大会はありませんが、練習は欠かさずに行っています。4月いっぱいまで来てもらっている訪問のリハビリも終わりになるので、畑仕事も再開しようと考えています。今まで通りの生活に戻れるように、これからも身体を動かすことを心がけて生活していきたいです。



正解者の中から抽選で8人の方にご希望の賞品をお贈りします。

まちがいさがし

5っ
のちがい

ちがうところに当てはまる
アルファベットを5つお答えください。

A	B	C	D
E	F	G	H
I	J	K	L
M	N	O	P

【応募方法】おはがき、メール、またはQRコードで①答え②希望賞品(A CO・OP商品券500円分/B図書券500円分)③住所、郵便番号、氏名、年齢、電話番号④班名⑤ニュースへの感想や、最近の身近な出来事、日頃思っていること、また、病気について聞きたいことなどをお書きのうえ、下記までお送りください。



※おたよりは一部紙面に掲載させていただく場合があります。匿名希望の方はペンネームをお書き添えください。

宛先 おはがき 〒997-0822 鶴岡市双葉町13-45 医療生活協同組合やまがた 5月号「機関紙編集委員会」行き
Eメール smc_soshiki@shonai-mcoop.jp



3月号
まちがいさがしの答え

D E H L N

【〆切】 5月31日

3月号の当選者 おめでとうございます!

松浦恒子さん(文園町)/工藤尊さん(城南町)/五十嵐美紀さん(大山浦町1班)/橋本俊一さん(外内島)/船山マサノさん(南松原)/柿崎寿美奈さん(城北町)/小川敏子さん(南松原)/PN.ヒコさん

健康ネットワークやまがたに投稿してみませんか?
本部組織部 ☎0235-22-5769

介護相談
の窓口

医療生協やまがた包括支援センターわかば
☎0235-26-2550

◎鶴岡協立病院は、24時間救急対応しています。

おいしく、
たのしく、
減塩できる

すこしおレシピ

「すこしお」とは、少しの塩分で「すこやかな生活」をめざす医療生協の全国での取り組みです。



塩と上手におつきあい
すこしお



牛肉の和風ステーキ 玉ねぎにんにく醤油

1人分 熱量328kcal / 塩分1.3g

材料(1人分)-

- 牛肉(ステーキ用)..... 100g
- フライドガーリック... 適量
- こしょう 適量
- わさび 適量
- オリーブオイル 大さじ1/2
- クレソン..... 適量
- 青ねぎ(小口切り) 適量

ソース用

- 減塩醤油 大さじ1
- 料理酒 大さじ1
- 玉ねぎ..... 30g
- おろしにんにく..... 小さじ1/4



作り方

①ソース用の玉ねぎは粗めのみじん切りにする。牛肉はこしょうで下味をつける。②フライパンにオリーブオイルを熱し、牛肉をお好みの加減で焼き、食べやすい大きさに切って器に盛る。③②のフライパンにソース用を加え、味を見ながら好みの味まで煮詰めてソースをつくり、ステーキにかけ、青ねぎ、フライドガーリックをちらし、わさび、クレソンを添える。

レシピ 鶴岡協立リハビリテーション病院 栄養科 調理師 澁谷吏司

Point

香味野菜たっぷりソースは減塩でも食べ応えしっかりです。牛肉は固くなるので筋切りを行うと柔らかく食べられます。また、調理する30~40分前に常温に戻しておくとう牛肉に熱が通りやすくなります。牛肉を焼く前に玉ねぎなど好みの野菜を焼いて添えてもいいと思います。

減塩醤油とは・・・高血圧症や塩分の取りすぎが気になるなど健康志向の方にぴったりなしょうゆです。塩分量が普通醤油の約半分で、うまみや香りなどの成分はそのままなのでいろいろな料理に活用できます。

すこしおレシピを作ってみよう!

スマートフォン講習会のご案内

- 日時：2022年5月23日(月)10:00~
- 会場：鶴岡協立病院3階大会議室
- 内容：基本操作・LINEの使い方 他
- 申込：5月19日迄まで下記までお申し込みください。

スマホを
楽しく
使おう!



最近スマホデビューした方、
もっと楽しく使えるようになりたい方等
どなたでも気軽にご参加ください。

【お申込み】本部組織部まで ☎0235-22-5769

オンライン体験会のご案内

インターネットに接続して、オンライン上でのおしゃべりを体験してみませんか



前半はインターネットへの接続方法等について一人ひとり丁寧に説明します。後半は、実際にオンラインサークル「月三の会」へ参加していただき、遠く離れた人とのコミュニケーションや、脳トレゲーム等を体験していただきます。まずはお気軽にご参加ください。

日時：5月16日(月)13:30~15:00
「おらほネット元気なたね」の
ネットで交流からご参加ください

会場：本部組織部 他

- 持ち物
- ・スマートフォン
 - ・タブレット
 - ・パソコン(カメラ付き)のいずれか
 - ・イヤホン

【お申込み】本部組織部まで ☎0235-22-5769

医療生活協同組合やまがた
病院、診療所、介護施設で
一緒に働く仲間を募集しています!

- 看護師 ● 准看護師
- 介護福祉士 ● 介護職



上記職種、正規職員の募集をおこなっています。



再就職支度金支給します!

既卒の看護職員・介護職員で、医療生活協同組合やまがたに再就職された方を対象に、転職活動に伴う交通費・転居費用等の支援を行う目的で、再就職支度金を支給します。*人材紹介会社等を通じての採用は対象外です。



- ◆ 看護師・准看護師・助産師 20万円
- ◆ 介護福祉士 10万円
- ◆ 介護初任者研修修了者 8万円
- ◆ 無資格の介護職員 6万円

パートタイム職員
(週20時間以上勤務)にも
半額支給します。

本部総務部：採用担当
☎0235-23-9142

詳しくは、ホームページをご覧ください。右記にお問い合わせください。

◎ 無料低額診療を実施しています。治療費でお困りの方は、ご相談ください。

5月の診療案内 (都合により変更になる場合があります。)

※新型コロナウイルス感染症対策に伴い、一部診療体制を変更しています。

鶴岡協立病院 ☎0235-23-6060

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
午前 (9時~12時)	内科(新患)	國井	辻本	神谷	武田(第2・3) 堀内(第4)	
	内科(肝臓)	堀内		堀内		
	外科	小田嶋 10:00~11:30		小田嶋 10:00~11:30		
	循環器科 ※予約制	市川	香山(第1~4) 市川(第5)	藤本(第1・4・5) 山本(第2・3)	市川(第1・3) 細川(第2・4)	村田
	皮フ科 ※予約制	真家	真家		真家	真家
	整形外科 ※予約制	北本 10:00~12:15	北本 9:00~12:15		北本 9:00~12:15	北本 9:00~12:15
	産婦人科 9:30~12:00 ※予約制	関	関	関	関	関
	脳外科 ※予約制					伊崎(第2・4)
内科(腎臓・膠原病)		涌井 9:00~12:00			涌井 9:00~11:00	
午後	内科 3:00~5:00 (新患)	國井	辻本	武田(第2・3)、佐藤(満)(第4) 3:00~4:00 担当医(第1・2・3・4) 4:00~5:00	武田(第2・4) 担当医(第1・3)	
	外科		小林 2:30~4:50			
	内科(腎臓・膠原病)			涌井 18:00~19:00		
	産婦人科 4:00~6:00	関		関	1ヶ月健診	
	小児科 ※予約制	※午前・午後的一般診療はクリニック参照			石川1ヶ月健診(1:30~) 循環器外来(隔週)山田医師 (2:00~5:00)	

※発熱、風邪症状がある場合は直接受診せず、事前に電話にてご連絡ください。

【人間ドックの受診について】検査項目を一部変更して実施しています。一部の検査は場所を変更しています。院内の換気を定期的に行う為、必要な方はカーディガンなど羽織るものをご準備ください。感染対策を万全にしておりますが、不安な事がありましたらご相談ください。

鶴岡協立病院附属クリニック ☎0235-28-1830 (土・日・祝日・夜間は☎0235-23-6060)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	内科 ※予約制	佐藤(満) 高橋(牧)	佐藤(満) 高橋(牧) 坂本 猪股(9:00~11:00)	目々沢 5/11・18	佐藤(満) 高橋(美)
	泌尿器科 8:30~14:00			土谷 5/11・18	
	小児科 9:00~12:00	石川	石川		石川
午後	内科 4:00~6:00	高橋(牧) 5:00~6:00	高橋(美) 坂本 3:00~4:00 目々沢 5/10・17	佐藤(満) 神谷 3:30~4:30(神経内科) 高橋(美) 5:00~6:00(5/11・18)	佐藤(満) 高橋(牧) 5:00~6:00
	夜間外来 6:00~7:00			高橋(美)(第2・4) 高橋(牧)(第2・4)	
	泌尿器科				渡部 1:30~4:00
	小児科	石川 3:00~5:00	石川 (予防接種) ※予約制	石川 4:00~5:00	石川 (専門外来) ※予約制

鶴岡協立リハビリテーション病院 ☎0235-78-7511

※「協立病院 二リハビリ病院」の無料シャトルバスを運行しています。

曜日	月	火	水	木	金
午前 1診	茂木	茂木	茂木 9:00~10:00	茂木	茂木(装具外来) 丹治(第2)
午後 1診					丹治(第2)

※丹治(高次脳外来) ※通所リハビリ(デイケア) 月~金(祝日もあり) 午前9:00~午後5:00

協立三川診療所 ☎0235-66-4770

曜日	月	火	水	木	金
午前					猪股 10:30~12:00 ※受付11:30まで
午後					猪股 2:30~6:00 ※受付5:30まで

※小規模かがやき通所サービス 毎週月~日曜日 午前9:00~午後4:00

メディカルフィットネスビビ ☎0235-23-6060(内線 2881)

月・水・金	9時~21時(プール9時30分~18時30分)
火・木	9時~17時(プール9時30分~17時)
土・祝	9時30分~17時(プール9時30分~12時30分)

※12時30分~14時閉館となります。※毎週日曜日 休館日

※変更の際は、医療生協やまがたのホームページでお知らせいたします。

※メディカルデイサービス

・地域密着型通所介護 月~土 午前9:00~午後1:00

・通所型デイサービスA 月~土 午前9:00~午後12:30 午後1:30~午後5:00

診察の際は「保険証」を提示してください。

鶴岡協立病院

24時間救急対応しています

夜間や土日、祝日に
具合が悪く受診したい場合は
鶴岡協立病院(0235-23-6060)
までご連絡ください。

症状によっては他病院・診療所へ
受診をお勧めする場合があります。

内科

初めての方、紹介状持参の方、クリニックで定期的に受診している方で具合が悪くなった方を診察します。内科循環器科は、完全予約制となっておりますので、急患等予約外の受診を希望される方は、お電話にてご相談ください。

デイケア室

利用時間: 午前8:30~午後5:00
お問い合わせは鶴岡協立病院デイケア室(0235-23-6060)まで。

皮フ科

予約制となっております。お電話で予約できますのでご連絡ください。急患はその限りではありません。

産婦人科

予約制となっております。お電話で予約できますのでご連絡ください。急患はその限りではありません。

緊急手術やお産と重なる際は、診療時間の変更となったり、お待ちいただく事もございます。どうぞご了承ください。※不明な点などございましたら、窓口職員までお尋ねください。

鶴岡協立病院附属クリニック

- 予約制となっております。
- 小児科については、専門外来・予防接種のみ予約制となっております。医師の都合により、休診・診療時間の変更・医師の変更がある場合がありますのでご了承ください。

※小児科直通 ☎0235-23-6172

協立大山診療所 ☎0235-33-1165

曜日	午前	午後
月	猪股(9:30~11:30) ※受付11:00まで	
火	田中(9:00~12:00)	田中(2:30~6:00) ※初めての受診の場合受付5:00まで
水	佐藤(満)(9:30~11:30)	
木		田中(2:30~6:00) 5/12・26 ※初めての受診の場合受付5:00まで 豊澤(2:30~3:30) 5/19 ※初めての受診の場合受付2:30まで
金		

※通所リハビリ(デイケア) 月~金 午前8:30~午後5:00(祝日を除く)

※通所介護(デイサービス) 土・祝日

しろにし診療所 ☎023-643-2017 (担当医 小川 裕)

曜日	月	火	水	木	金	土
午前	9:00~11:00 11:30~12:30	通常外来			9:00~9:30 小川	
午前	11:00~11:30	発熱外来			9:30~17:30 松谷	通常
午後	3:00~3:30	発熱外来		発熱外来	17:30~19:00 小川	
午後	3:30~6:00	通常外来		通常		

※日曜日・祝日は休診ですが、時間外は電話で対応いたします。

※発熱、風邪症状がある場合は直接受診せず、事前に電話にてご連絡ください。