



組合員のみなさまの健康づくりに役立つ情報紙

医療福祉生協連2030ビジョンコンテスト

祝三川支部全体賞受賞!



毎日が新しい。毎日が楽しい。さー来い! 老後

“シェアハウス三川”にあふれる愛と希望



三川支部のみなさん

※撮影のためマスクを外しています。

昨年は各支部で、医療福祉生協連の2030ビジョンについて学習を進めてきました。その中で三川支部ではコンテストへの応募に向けて、8年後の未来についてどのような組合員活動を実現したいか、2回に渡りおしゃべり会を開催し、今回そのビジョンが見事全体賞を受賞することが出来ました。三川支部のみなさんに、受賞の喜びを伺いました。



受賞の喜びの声

三川支部のビジョンは何ですか?

「“シェアハウス三川”にあふれる愛と希望」です。8年後を想像したときに、何が不安で、どのような事が守られて欲しいか夫々から出し合ってもらいました。そして、その事をクリアするために実現して欲しい事(夢物語)を話し合いました。

それは、居場所があり、自分らしくいられ、生きがいがあること。それを実現できるのが気の合う仲間との「シェアハウス」づくりとなりました。話し合っているうちに、みんなの表情がどんどん明るくなるのが印象的でした。

三川支部の「シェアハウス」とはどんなものですか?

理想のシェアハウスとしては、平屋で共有スペースと個室があり、みんなで食事をとったり、個々の好きな時間を過ごしたり出来たら良いと思います。また庭で野菜を育てたり、それを販売したり出来たら楽しいですね。

実現するために出来ることは何ですか?

町長(自治体)と話し合う機会を沢山つくること、シェアハウスのイメージ作りをすすめていくことです。



支部長 五十嵐照子さん

受賞していかがですか?

日頃の三川支部のつながりが、今回の様な発想に繋がったと思います。この話し合いをきっかけに、みんなが将来についての生きがいや夢を持てたことが一番良かったです。8年後と言わずにすぐにでも実現したいです。

今後について

話し合いを続けていくことで、当初の考えよりもっと広がりが生まれ、実現出来るような気持ちになっていくのではないかと思います。最初のステップとしては、一緒に畑づくりから始めようかと話し合いました。楽しい三川支部にしていきたいですね。



話し合っている様子

▼最近の岸田首相の言動を見てみると、口を開けば軍事予算拡大の一点張りだ。そして、その内容はどういうと、「専守防衛」を掲げて来た憲法の規定を投げ捨て、極めて危険な「敵基地攻撃」に踏み出すというのですから、開いた口が塞がりません。軍事同盟を結ぶ米国と一緒に、他国の領土まで届く「超音速兵器」の導入も考えているというのですから、正に「戦争国家」づくりに踏み出すことに外なりません。▼日本が一度経験したあの悲惨な戦争国家へまたまた踏み出すとは、まったく許せないことです。このことは、国会でも論議されたようで、「このような集団的自衛権を行使したとき、日本が相手国から報復を受けたらどうなるか」という質問に、防衛大臣は「報復を受けたら、日本は大規模被害を受けてしまうことが予想される」と答えています。正に日本は危険な戦争国家になっってしまうということです。こうした事が明らかになった以上、私たちは全力を挙げてこうした事態を阻止する必要があります。

(T・M)

ろく

鶴岡協立病院 保健師 吉住留美



今からできる 花粉症対策!

早め早めの花粉症対策がカギ

待ちに待った春の到来です。とはいえ、多くの方が悩まされる、つらい花粉症の時季でもあります。症状が出る前や軽いうちに早めの対策が大切です。ご自分で実践できる対策をご紹介します。



そもそも花粉症ってどんな病気?

日本人の3～4人に1人は花粉症といわれています。花粉症は、スギやヒノキなどの花粉によって生じるアレルギー疾患の総称で、主にアレルギー性鼻炎とアレルギー性結膜炎が生じます。花粉が鼻に入ることによってくしゃみ・鼻水・鼻づまり、目に入ると目のかゆみ・涙眼・充血が起こります。症状が強い場合、のどのかゆみや咳の症状がでたり、鼻づまりによる頭痛、だるさなどの症状に悩まされます。すでに花粉症と思われる症状が出ている人は早めに医療機関を受診し相談してください。症状を長引かせないことが大切です。

花粉症のセルフケア早めに行うとより効果的

花粉症のセルフケアの基本は、吸わない・浴びない・持ち込まない!がポイントです。外出時にマスク、めがねをして、原因の花粉を少しでも体の中に入れないようにしましょう。マスクをすることで花粉が約1/3～1/6、花粉症用のめがねでは1/2～1/3程度に減少することが分かっています。

また、花粉飛散量予報などの情報を活用しましょう。花粉飛散量が多いときには無駄な外出は避けるようにしましょう。外出する場合には衣類選びも大切です。花粉のつきにくい、表面がツルツルした素材がおすすめです。外出から帰ったら、服や髪などについた花粉を玄関前で払い、屋内に持ち込まないようにしましょう。帰宅したら着替える、すぐに顔を洗い、うがいをするをお勧めします。全く症状をなくすることは不可能ですが、少しでも症状を軽くすることができます。その他、粘膜を傷つけるタバコは避けましょう。ストレス、睡眠不足やお酒の飲みすぎには気を付けてください。軽い運動を屋外で行う場合は花粉防御をしたうえで推奨します。

セルフケアと医師による治療を含め、花粉症の季節を快適に過ごせるよう実践してみてください。

すぐできる!花粉症対策

帽子

髪の毛に花粉が付着するのを防ぐことができます。

うがい

のどに流れ込んだ花粉を除去するのに効果的です。

メガネ

飛散が多い時は目に入る花粉の量を1/2～1/3に減らすことができます。



マスク

飛散が多い時は吸い込む花粉の量を1/3～1/6に減らし、鼻の症状を和らげます。

洋服の生地

表面がすべすべした綿やポリエステルがおすすめ。家に入る前に花粉をはらいましょう。

洗顔

顔には花粉が直接付着します。外出後は洗顔をして花粉を落とすとよいでしょう。

こんな気候の日には要注意!

- 風が強い日
- よく晴れている日
- 雨が降った翌日
- 湿度が低く乾燥している日

日頃から天気予報や気温湿度をチェックするようにして、外出に備えましょう!

※花粉症になると、鼻をかんだり目をかいたりすることが多くなりがちですので、新型コロナウイルスの感染につながらないように、手洗いや手指のこまめな消毒を忘れないことも大切です。



住所不明の組合員の「みなし自由脱退」手続きについて(公告)

転居などにより住所の確認ができなくなっている「みなし自由脱退」手続きの対象となる組合員が2022年12月末日現在292人います。この方々について、医療生活協同組合やまがた定款第10条に基づき、2023年3月末日をもって、みなし自由脱退手続き処理をいたします。つきましては、お心当たりの方は本部組織部にて住所変更手続きをお願いいたします。

組合員変更手続きのお願い

転居して住所が変更になった場合や、組合員ご本人がお亡くなりになられた際には、手続きが必要となります。手続きの際には、ご用意いただくもの等がありますので、下記までご連絡ください。

【お問い合わせ】本部組織部 ☎0235-22-5769

私のおすすめ

vol.56

「ラーゲリより愛をこめて」と、堀切辰一著
「布がかたる戦争」
新日本出版社刊



櫛引支部
渋谷美智

映画「ラーゲリより愛をこめて」を姪と見に行った。

過酷な収容所生活の中で、主人公が生きて家族と再会する約束を希望に、周りの人達にも影響を与えていく物語は涙なしには見られなかった。

私の父も、小学三年生の時に帰ってきたが一切話すことはなかった。

私も終戦時旧満州からの引き揚げで、妹弟叔母(ロシア兵に拉致)を失い、栄養失調で動けなくなった母も「内地に帰る」を口癖に、博多にたどり着いて亡くなった。

「布が語る戦争」という戦争の無残さを伝える五つの物語が書かれた本が有ります。戦争の犠牲者は国民です。

今、戦争前夜とまで言われる情勢に、過ちは二度と止めないと いけません。



プロフェッショナル

職員紹介 No.11

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。

鶴岡協立病院 助産師 吉田ミカ



「胎内記憶」を学ぶ

助産師として出産に立ち合う時、生まれる前から「赤ちゃんの意思（意図）」を感じる事があります。それは出産の日時や方法には、赤ちゃんの意図があるので、赤ちゃんの気持ちを知りたい！という思いから、「胎内記憶」を学び始めました。子どもの10人中3人に胎内記憶があると云われています。その子達に共通しているのは、「大好きなママを選び、生まれる日を決め、その日から遡ってお腹に宿り、自分が経験したい産まれ方で生まれてきた」という事です。以前立ち合い出産が可能だった頃、パパの到着と同時に出産になったり、示し合わせた様に家族の誰かと同じ誕生日に生まれたり、驚く様なタイミングでの出産も見えてきました。

「胎内記憶」の存在を知っていただく事で、赤ちゃんの小さな体に秘められている「強い意思」を感じていただいたり、かつて赤ちゃんだった私達が自分の意図を持つてこの世に生まれ、様々な経験を重ねてきた強さと価値を感じていただけたら嬉しい事です。

事業所利用委員会だより 虹の投書箱

◆法人事業所に設置してある「虹の投書箱」への投書とその回答・対応を紹介していきます。
今回は以前いただいた「検査に関する待ち時間」についての投書を紹介します。

投書

毎年なのですが、検査が終わってから診察までの時間、いつも30分程待たなくてはならない。時間がもったいないです。

回答

この度はご不便をおかけしまして申し訳ありません。当日検査のためどうしても待ち時間が発生します。検査終了から結果が出るまでのおおよその待ち時間は以下の通りとなります。

- 血液……採血後約1時間
- 心電図……終了後10～15分
- レントゲン……約10分
- 尿……採尿後約30分
- 他生理検査……30分～1時間

当日の混み方によって長くなる場合もありますが、上記時間を目安に用事があれば外出していただくことも可能です。ただし、その際は職員に一声かけていただくようお願いいたします。

※利用者や組合員の皆様の声を届けていただく「虹の箱」は医療生協やまがたの全事業所に設置しています。事業所運営や患者接遇など様々な点でプラスになるご意見をいただいていますので、組合員や患者の視点で気付いた事や改善してほしい点、良かったと思う事など気軽に投書していただければ幸いです。



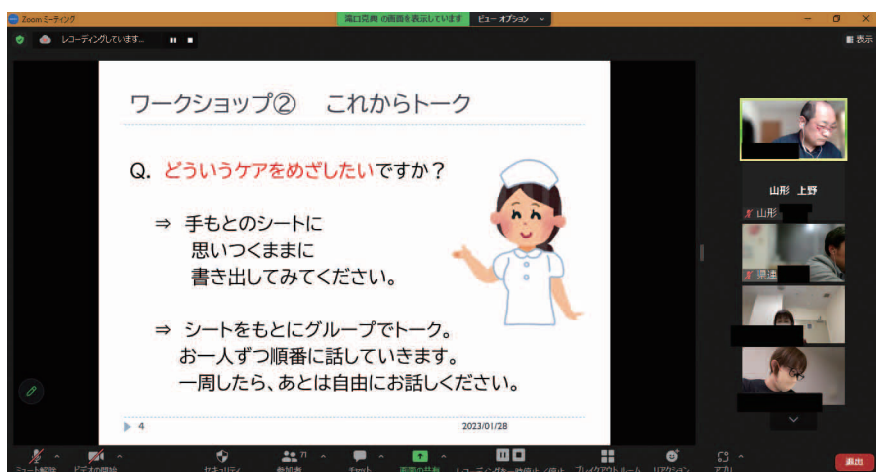
1月28日「山形県民医連 看護師長主任研修会」開催

山形県内の民医連に加盟する3つの法人（医療生協やまがた・健友会・松柏会）の師長・主任を対象に研修会が開催されました。ここ数年、コロナ感染対応に追われ、やりたい看護の実践が出来ず、師長や主任たちも業務に追われ、「看護の仕事の楽しさ」を失いかけてしまっている日々が続きました。そのような状況でも頑張っている師長・主任から、看護に携わる喜びを再確認でき笑顔になれる企画を作りたいと、3法人の看護部長たちが今回の研修会を企画しました。

研修会内容は「実践を振り返る」ピアグループとエンパワーメント」と題して、大学や看護学校で講師をしている滝口克典氏より講義をいただき、「今困っていること」「どういうケアを目指したいか」をグループワークやワークシヨップを通して振り返ることが出来ました。

役職毎に分かれグループワークを行い、時には愚痴も言いながら、「大変な状況にあるけれど頑張っている」という言葉や笑顔が見られ、企画者としても大変うれしく思いました。また、サプライズ企画として、各法人の先生方からメッセージ動画をいただき、励みになったと思います。

まだ続くであろう「コロナ感染対応」の戦いに、師長・主任をはじめとする看護師集団で一致団結し、患者さんや地域の方々のために頑張っていきたいと改めて感じることが出来ました。



◎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。

今月の

おすすめ料理

詳しい作り方は
動画でチェック!

シリーズで、組合員の方より季節に合わせた料理等のレシピをご紹介します。

vol.
3

① 納豆のうす揚げ包み焼き

② くるみ豆腐



今月は“大豆”にちなんだ料理2品をご紹介します。大豆は「畑の肉」といわれるくらい、タンパク質を豊富に含んでいます。

どちらも、手軽に作れるレシピとなっていますので、是非作ってみてください。

① <材料> (2人分)

うす揚げ …………… 2枚
納豆 …………… 2パック
ネギ …………… 1・2本 小口切り
とうがらし …………… 少々
かつお節 …………… 少々
醤油 …………… 小さじ1



A

<作り方>

- ① うす揚げを横2つに切り、袋にして開く。
- ② Aを全て混ぜる。
- ③ うす揚げの袋に②を詰めて、口を楊枝で止める。
- ④ 両面をパリッと焼く。

私が紹介します!



紹介者 朝日支部 井上みささん

簡単で美味しく作れます!くるみ豆腐はおかずとしても、果物と合わせればスイーツとしても食べていただけます。

② <材料> (5人分)

クリアガー5A …………… 12.5g
砂糖 …………… 50g
水 …………… 250cc
豆腐 …………… 1/8丁
くるみ …………… 50g
塩 …………… 少々

A



※クリアガーは、海藻・植物生まれの食物繊維豊富でヘルシーなデザート用の素。主にゼリー等を固める時に使用します。

<作り方>

- ① クリアガー5Aと砂糖を乾いたボウルに入れ混ぜ合わせる。
- ② Aをミキサーにかける。
- ③ ②を網でこし、滑らかにする。
- ④ ③に①を混ぜる。
- ⑤ ④を鍋に入れ塩を入れて加熱し、焦げ付かないようにヘラで鍋の底をすくうように静かにかき混ぜながら2～3分練り合わせる。
- ⑥ 加熱を止め、バットに流し入れ、冷やし固める。



展示コーナー



冬の寒さが厳しくなった1月26日と27日の2日間に渡り、第7回ふれあいまつりが鶴岡市中央公民館で開催されました。展示コーナーには200人、2日目に開催された「おらほの舞台自慢」には238人が参加しました。舞台では19グループの中から、会場の皆さんのお気に入りのステージに投票してもらった企画も新たに取入れられました。出演されたみなさん、ボランティア豊富な素敵な舞台発表ありがとうございました。

今回の舞台の様子は、医療生協やまがたのユーチューブチャンネルにフルバージョンを公開予定ですので、是非ご覧ください。



オープニング



司会2人

▲おらほの舞台自慢
ショートバージョン動画

にぎやかに開催!

「第7回ふれあいまつり」

班・支部活動交流



「交流の広場ほっと」は、介護予防体操を軸に健康寿命を延ばす交流を始めて9年目です。

昨年9月からは、月1回の体操の後、10数人でモルックを楽しんでいます。

得点の計算、戦略、思いがけない展開もあり、その度にハラハラドキドキと頭も大いに刺激されます。キツチリ目標点に達すれば拍手喝采！その面白さに「笑い」が絶えません。

コロナ禍でモヤモヤした気分も吹っ飛んで元気をもらっています。

この笑いの輪を地域に拡げたいと思います。



6学区支部
運営委員会

交流の広場ほっと
「モルック」
楽しんでいます！



活動の様子



イワチドリ班は月1回班会をしています。班会では血圧測定、体重・体脂肪測定、尿チェックを欠かさず行っています。月1回健康チェックをして自分の体の状態を知ることが健康につながっていると感じています。また、班会に集まってみんなと近況報告をしたり、何か変わったことがないかおしゃべりをするのもとてもいいことだと感じています。

班員のみんなで笑顔でしゃべりをして健康づくりをこれからも月1回欠かさずに続けていきたいと思っています。

月1回の健康
チェックが健康に
つながっています



活動の様子

櫛引支部

イワチドリ班

輪投げとけん玉で
楽しんでいます



活動の様子

南部支部

支部長 富士律子



南部支部の健康サロンでは、2月に行われる健康フェスタに向けて担当する輪投げの練習を行っています。

最初は公式ルールに合わせて3mの距離を参加者みなさんで挑戦しましたが思うように入らず苦戦する人もいました。周りの方から高得点やビンゴを狙って「あとちょっと」「がんばれー」と多くの応援を受ける中でそれぞれが集中力を発揮して楽しめました。

これまでコロナ禍で自粛生活が続いているため、体力低下が心配なので体操を継続的に続けている他に、けん玉を健康チェック後に準備運動を兼ねて取り入れています。けん玉は集中力を高めると同時に、無意識にスクワットを何度もこなすので年齢問わず誰にでもおすすめの運動です。

最後に今後の予定としては、昨年の秋に行われたウォーキングは評判上々でしたので、これから暖かくなる春にまた計画を考えています。



実行委員長より

今回のふれあいまつりは、組合員、職員、実行委員のみなさんの絆が強かったと思います。冬季間の開催のため天候には気を使いましたが、前日の猛吹雪にはまいりましたが、当日の天気は落ち着いてくれて助かりました。前回よりも出品数も多く、創意工夫あり、綺麗、アイデアいっぱいで大変楽しく観ることが出来ました。二日目のステージ発表は感動しました。各チームが頑張り、心に響くものがありました。

おらほの舞台自慢 表彰支部

上手かったで賞

朝日支部 伊藤文一、伊藤聖、今井つや



がんばったで賞

第4学区支部 ちとせはぐみ園



楽しかったで賞

第5学区支部 なごみの家



心に染みたで賞

第3学区支部 うただいすきTEAMS



わが家の★アイドル



仲良し3姉妹お雛様の前で

らん 佐藤 蘭ちゃん(4歳) なな 菜那ちゃん(1歳) りお 莉桜ちゃん(6歳)

京田・栄支部 佐藤喜一さんのお孫さんです。

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

手作りをはじめて 26年。子どもたちの服や人形、布小物、自分の服はほとんど手作り。同じ物を2つと作らない「世界にたったひとつ」が私のポリシー。年2回のこびあ「手しごとマーケット」への出店や「菜あ」「オープンカトウ」「タロット占いのお店」での委託販売など。猫柄の作品の売り上げは全て保護猫団体へ募金しています。これからも私の作品を待っていて



第2学区支部 須田弥生さん

私の作品を待っている人達へ



動画もチェック!



今月のひと

昔話から伝わる人柄

羽黒支部

佐藤愛子さん



私は佐藤愛子さんが大好きです。あまりでは必ず彼女の昔話を聞き、みんな「ほっこり」とした気持ちになります。「むがし、むがし、あつたげど」彼女の何気ない物腰からその人柄は充分伝わってきます。

ここ十年で母様、ご主人様を見送り、その悲しみ、寂しさを昔話を語ることで乗り越えてきたそうです。ある時など同年代の事もあって、政治・経済等語り合った時、彼女の思いがけない熱い一面を覗き、あの時の迫力と情熱はどこから来るのだろうと驚いたものです。

今は、息子さんと一緒に冬になるとかつては九つの湯たんぽを用意し、今は息子さんから入れてもらっていると話している彼女は普通のお母さんの顔でした。これから色んなことで相談や昔話を通して、たくさんの方の知恵を貸してください。

運営委員 鬼島光子

私の健康づくり

vol.118

楽しみながら歩く

三川支部

金野富子さん



朝焼けが美しい赤川の土手からスタートしてバイパスを横断し、田んぼの農道を歩いています。勤めていたころは、近くの小真木原運動公園によく行き、そこで歩く事の楽しさを覚えてきました。今は、ポケットラジオを聞きながら畦道で、ラジオ体操をしたり、空と山を眺めながら歩き、途中の自動販売機に立ち寄り常連の人達と挨拶を交わし、コーヒーを飲み休憩します。

三川は山が無い為、鳥海山、月山など四方の山々が良く見え絶景です。金峰山、母狩山、摩耶山が重なるように一望でき、陵線がくつきりとして一番好きなスポットです。冬は、白鳥も田んぼに現れ目を楽しませてくれます。天気が悪い日は、アスレ菜の花を利用し室内ウオーキングをやっています。地面を蹴って歩く時、喜びを感じそれがストレス発散になり、今日も一日頑張ろうとパワーをもらっています。

自家用の黒にんにくを作り始め、減塩を心掛けマイペースで無理なく続けられる生活をしたいと思っています。今年は羽黒山の石段に挑戦したいです。

動画もチェック!



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つのちがい

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。



まちがいさがし専用

※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てください。

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
3月号「機関紙編集委員会」行き

Eメール

smc_soshiki@shonai-mcoop.jp



新春号
クロスワードの答え

おとしだま

【×切】 3月31日

1月号の当選者

おめでとうございます!

佐藤良昭さん(美咲町)/後藤五十鈴さん(田川)/
阿部陽子さん(苗津町)/佐藤攸子さん(井戸端班)/
中村春香さん(砂田町)/柿崎和子さん(城西班)/
新野榮子さん(桜田)/山口由美子さん(田鶴町)/
高橋とみ子さん(印役町)/PN.花大すぎさん

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

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。



レシピ 協立病院栄養科
調理師 佐藤洋子



減塩のPoint

ツナのコクや干しいたけの旨味たっぷりの炊き込みご飯です。切り干し大根はサッと水洗いして戻さず使えるので便利です。食物繊維が多く、血糖値の上昇を緩やかにします。

切り干し大根とツナの炊き込みご飯

1人分 熱量282kcal / 塩分相当量0.9g

材料(5人分)――

米	2合	しょうゆ	小さじ5弱 (25 g)
ツナ油漬(固形量)	70g	酒	小さじ5 (25 g)
切り干し大根	30g	A { 干しいたけの戻し汁	175 g
干しいたけ	10g	干しいたけ	10g
小ねぎ(小口切り)	5g	水	200 ml
白ごま	小さじ1弱(2.5 g)		

作り方――

①干しいたけはたっぷりの水につけて、戻しておく。(時間がない場合は、ぬるま湯に30分ほどつけて戻します。)②切り干し大根はさっと洗って、食べやすい長さに切ります。戻した干しいたけは、薄切りにします。にんじんは細切りにします。③米を洗い、炊飯器に入れます。Aを加えさっと混ぜます。④米の上にすべての材料をのせて、通常通り炊きます。⑤炊きあがったら蒸らして、器に盛ります。小ねぎと白ごまを散らして出来上がりです。

すこしおレシピを作ってみよう!

世界の女性たちとの連携でなくそう!格差と貧困 輝かせよう!世界の宝憲法九条

2023 国際女性デー田川地区集会

【日時】2023年3月8日(水)18:30~20:30

【会場】鶴岡協同の家こびあ2階ホール

【参加費】500円

【内容】◆職場・地域からの報告
◆記念講演「庄内ゆかりの詩人~茨木のり子 平和への願いを詩う~」
講師:戸村雅子さん

【申し込み・お問合せ】本部組織部 ☎0235-22-5769



オンラインサークル

「月三の会」ご案内

【日時】2023年3月20日(月)14:00~15:00
「おらほネット元気のたね」のネットで交流からご参加ください。

【会場】本部組織部、自宅 他

【お申込み】本部組織部 ☎0235-22-5769

〈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



インターネットに接続して、オンライン上で楽しく交流!

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みませんか。まずはお気軽にご参加ください。

医療生協やまがた LINE 公式アカウント



健康に役立つ情報や、お知らせ等随時発信しています!

友達登録大募集

組合員交流サイト

「おらほネット元気のたね」

に今すぐアクセス!

健康づくりや組合員活動の情報満載!



職員を募集しています!



- 看護師 ● 准看護師 ● 助産師 ● 薬剤師
- 介護福祉士 ● 介護職 ● 臨床工学技師
- 放射線技師 ● 言語聴覚士

正規職員・臨時職員の募集は随時おこなっています。

詳しくはホームページ、ハローワークをご確認ください。



最大20万円
の支給!!

看護職・介護職をするなら 医療生協やまがたで!!

転職活動に伴う費用等の支援を行う目的で「再就職支度金」を支給します。医療生協やまがたで働く仲間となりませんか?

本部総務部:採用担当 ☎0235-23-9142

詳しくは
ホームページを
ご確認ください



看護職就職説明会の開催について

【日時】2023年3月30日(木)
午前開催

本部看護部:担当 高橋
☎070-5628-8420

詳しくは
こちらを
ご覧ください



◎ 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。

3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・5） 堀内（第1・4）	堀内（第1・2・5） 武田（第3・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		小田嶋 10:00～11:30
	循環器科 ※予約制	市川	香山（第1・2・4）	藤本（第1・4・5） 山本（第2・3）	市川（第1・3・5） 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）
	内科（腎臓・膠原病）		涌井 9:00～11:00			涌井 9:00～11:00
午後	内科 3:00～5:00 〈新患〉	新型コロナウイルス感染症対策に伴い、午後の内科新患外来を休止し、急患対応としております。 再開については、病院ホームページ及び院内掲示にてお知らせいたします。				
	外科		小林 2:30～4:50			
	内科（腎臓・膠原病）			涌井 6:00～7:00		
	産婦人科 4:00～6:00 ※予約制	関		関	1ヶ月健診	
	小児科 ※予約制	※午前・午後の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	目々沢 3/15・29	佐藤（満） 高橋（美）	湊 高橋（美） 高橋（牧）
	泌尿器科 8:30～14:00			土谷 3/1・15		
	小児科 9:00～12:00	石川	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 3:00～4:30 目々沢 3/14・28	神谷 3:00～4:30（神経内科）（第1・3・4） 神谷 3:30～4:30（神経内科）（第2） 高橋（美）5:00～6:00（3/1・15・29）	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 1:30～4:30
	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	石川 3:00～5:00

鶴岡協立リハビリテーション病院 ☎0235-78-7511

※「協立病院 ⇄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

金	
午後	石山 2:00～4:30 ※受付 4:00 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ビビ

- ・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

診療の際は「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の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います。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	月	火	水	木	金
午前		田中 9:00～12:00	佐藤（満） 9:30～11:30	高橋（牧）（3/2・16・30） 11:00～12:00	
午後		田中 2:30～6:00		田中2:30～6:00（3/9・23）	

※田中（午後）受付5:30まで、初診は受付5:00まで ※高橋（牧）（木午前）初診の場合受付11:00まで

※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			小川 9:00～9:15 松谷 9:15～12:30	通常
午前	11:00～11:30	発熱外来				通常
午後	3:00～3:30	発熱外来		発熱外来	松谷 3:00～5:15 小川 5:15～7:00	
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。