

**花壇の手入れに協力を** 【病院周辺美化事業 花壇整備】  
～ 花から摘み 水遣り 草取り など～



5月30日（土曜日）公立芽室病院の花壇に花苗が植えられ、  
6月9日（火曜日）から花壇の手入れを始めました。  
花壇の手入れは、火曜日の夕方からと翌週の水曜日の朝方に実施されています。  
都合の良い人が、都合の良い時に集まり花壇の手入れが行われていますので、皆さんにもご協力をお願いします

**<花壇の手入れの予定表>**

	火曜日	夕方4時頃から	水曜日	朝方7時頃から
【7月】	7日	21日	1日	15日 29日
【8月】	4日	18日	12日	26日
【9月】	1日	15日 29日	9日	23日
【10月】	13日	27日		



**新・編集委員の紹介**

**嶋野 奈津美**（酉年・おとめ座・趣味は川あそび）

芽室病院では3人の子どもを出産し、大変お世話になりました。私の周りでも、病院に対して理解の無い声を耳にしては残念に思っていましたし、何よりも自分の子どもたちが生まれた病院を大切に思っていましたので、支える会の活動に賛同し入会しました。まだ2歳～8歳の子どもがおりますので、皆さんにご迷惑をおかけしながらのお手伝いになりますが、少しでもお役に立てるよう一生懸命努めさせていただきます。



**坂田 恵子**（馬年・いて座・趣味は“生け花”と言えるように修行中）

支える会について、育児ネットの茶話会（子どもとママの集う場所）で会長さんのお話を聞いて知り入会しました。芽室病院では、出産や子供の病気でお世話になり、近くに総合病院がある有難さは十分感じております。将来も安心して暮らせるよう、地域医療について考えていきたいと思っております。まずは、自分のできることから・・・微力ながらお手伝いさせていただきます。皆様、よろしくお願い致します。



**事務局通信**

**会員募集中！** 随時募集しています。

会員数（7月1日現在） ・一般会員 197名 ・団体会員 1団体 ・法人会員 9法人

★年会費 1,000円 公立芽室病院を利用している人 } そういう人なら  
公立芽室病院を大切に思う人 } どこに住んでいても  
お医者さんや看護師さんを応援したい人 } OKです

★問い合わせ 62-1439（会長宅） 62-2516（事務局） ※公立病院事務局でも入会できます

～編集後記～

先日5歳の娘が背中をダニに食われ、診療時間外でしたがお世話になりました。医師・看護師さんにはとても優しく対応して頂き、母子共に安心して治療を受けることが出来ました。こんなにすぐそばに頼りになる総合病院があることに、改めて感謝いたしました。私自身も、支える会の活動を通して病院に対する理解が深まり、大変良い経験となっています。（嶋野）

**支える会**  
つうしん



公立芽室病院をみんなで支える会広報

第8号 2015年7月 発行

ホームページアドレス

<http://www.support-memurohp.com>

**平成27年度 定期総会が開催されました**

2017年4月30日（木曜日）めむろ一ドセミナーホールにおいて宮西義憲 町長を来賓にお迎えして、29名の参加により『公立芽室病院をみんなで支える会 定期総会』が開催されました。

議事では、中村 章さんを議長に、26年度の事業及び会計についての報告を行いすべて承認を頂きました。

また、27年度の事業計画および会計予算についても役員会提案の通り決定致しました。

26年度より活動を開始した『院内ボランティア』についても、病院との協議を重ねながら、実施可能な範囲で、活動を続けることが確認されました。

尚、次期の役員については、下記の表の通り決定致しました。



**<27・28年度 役員幹事>**

会長	鳥本 ヒサ子	再任	幹事	尾田 憲子	再任
副会長	片桐 和江	再任		坂田 恵子	新任
	安藤 功	再任		澤尻 啓子	再任
会計	江口 美生男	再任		嶋野 奈津美	新任
事務局	村上 哲也	再任		中村 章	新任
監事	佐藤 正行	再任		中村 りつ子	再任
	小椋 孝雄	新任		野澤 隆男	再任
				堀井 ゆり子	再任
				本田 景茂	再任
				武川 清作	新任

**引き続き開催された 交流親睦会兼新任職員歓迎会**

総会終了後、病院職員を交えて『交流親睦会兼新任職員歓迎会』が開催されました。

親睦会には、公立芽室病院から小窪院長、半澤総看護師長、大野事務長 菅原事務長補佐をはじめ、新任の職員として高橋(佳)医長、豊島医師と看護部からは、杉山、石王、細野、望月さんの4名の看護師さんが参加  
事務方では、4月の移動で着任した篠田医事係長の計11名の方が参加下さいました。

親睦会も3回目を迎えましたので、病院職員の皆さんにも肩の力を抜いて参加頂けるようになったと感じています。

願わくば、より多くの会員の方に参加頂ければ、もっと有意義な時間にすることができると思います。



# 鎌田 實先生の講演会に参加して

支える会 会計 江口 美生男

今年2月に帯広市において鎌田實先生の講演会に参加し、大変参考になったので皆さんにその時の要約を紹介させていただきます。講師の鎌田先生は（茅野市・原村・諏訪市の組合立）諏訪中央病院 名誉院長でテレビ・ラジオ放送で「命」に関する番組のコメンテーターとして活躍、アテント（介護用品）のCMに出演中です。

## 長野県の寿命 日本一の秘訣

<40年間の健康運動>

医療費が短期間で下がった。長野県の健康づくり運動は、減塩と野菜摂取量日本一、いい油（魚とえごまとオリーブ油）です。それとガンと肺炎にならないことが大事で免疫力をつけること。そのためには、人間の体の免疫細胞の6割が腸にあるので腸をよくすること。腸をよくするには、繊維と発酵したものを食べる。このことは40年間ぶれずにやってきた。

<生き甲斐について>

しかし、意外だったのは、長野県の長寿について調査をした結果、一番長寿に統計的に役立ったのは「生き甲斐」だった。高齢者の就業率が日本一だった。ある大学の研究で自分のことしか考えないお年寄り集団と社会貢献（ちょっとだけボランティア）するお年寄り集団を比較したら、ちょっとだけボランティアをする集団の方が40%高血圧の発生率が低かった。

<そして絆について>

アメリカの長寿村（ロゼット村）を調べたら同じ移民の人達の集団で、みんなで助け合ってきたことがわかった。

<そして山根のばあの話>

鎌田先生の在宅で看取った患者さんの話

臨終の席でそのばあちゃんが娘さんを読んで何か最後の言葉を言おうとしていた。近所の方たちも集まっていて、周りでは涙を流している中で「鎌田先生にビールをあげて」と言ったので鎌田先生は笑ってしまったのにつられて周りの方もみんな笑いが出た。その時、鎌田先生の後ろに座っていた村のおじさんが「さすがに山根のばあだな、最後の最後まで他人のことを気遣って…」と（このばあちゃんの家が村の畑の高台にあって、いつもお茶の支度ができたら物干し台に黄色いハンカチを掲げて村の人に知らせてお茶を振舞っていた。いつも他人のことを気遣っていた。）言った瞬間、ばあちゃんの娘達が号泣になった。死んだ後どんなお世辞の弔辞を読んでもらうよりも村の人から「さすが最後まで人のこと気遣って」という言葉が嬉しかったと思う。

感想…人が生きていくためには絆が大事だと感じられ鎌田先生の講演を開けて良かったと思いました。

※参考資料 都道府県別 平均寿命ランキング 平成25年公表

都道府県別 平均寿命（2013年公表）					
男			女		
ランキング	全国	平均寿命	ランキング	全国	平均寿命
		79.59			86.35
1	長野	80.88	1	長野	87.18
2	滋賀	80.58	2	島根	87.07
3	福井	80.47	3	沖縄	87.02
4	熊本	80.29	4	熊本	86.98
34	北海道	79.17	25	北海道	86.3

芽室町の平均寿命

男性平均寿命	80.3才	2010年
女性平均寿命	85.9才	2010年



## インタビューコーナー

内科医の豊島先生にお話をお聞きしました！



とよしま さわこ  
豊島 早和子先生

Q1 出身地はどちらですか？

北斗市です。

Q2 医師を目指したきっかけ等ありますか？

中学生の時、手塚治虫の漫画ブラックジャックを読んです。外科医を目指していました。

Q3 医師のお仕事の中で印象に残っていること等教えてください。

重症だった患者さんが元気になって退院していくことです。

Q4 好きな言葉や、座右の銘を教えてください。

「深海に住む魚族のように自ら光らなければどこにも光はない」  
自分に合っていると思う言葉です。

Q5 自分を動物に例えると？

動物占いはチーターでした。

Q6 芽室町の好きなおところはありますか？

おそばが好きなので、芽室のおそば屋さんめぐりをしたいと思っています。

Q7 支える会の会員や、町民の皆さんに向けて一言お願いします。

まだまだ未熟者ですが、日々精進したいと思っていますのでよろしくお願いいたします。

お忙しい中、お時間を作って頂き  
ありがとうございました。

