

くまもと健康友の会だより



<http://azul.daa.jp/tomonokai/>

発行 2014年4月15日 くまもと健康友の会 会長 上野美恵子
〒862-0954 熊本市中央区神水1-21-16 e-mail:shikanokuma0401@yahoo.co.jp
TEL096-383-8707-FAX096-383-1633

阿蘇の野焼き



写真撮影：稲益親義氏

皆様にいろんなことを教わっています。

高崎 清治 事務局次長

くまもと健康友の会の事務局にお世話になって丸2年。いろんなことを学びました。事務局員として共同組織の5つの課題を実践し、会員みなさんのお役に立ちたいと取り組んだつもりですが如何でしょうか？

多くのことを学ぶ場は、主に班会（医療懇談会）でした。ここでは、医師や看護師だけでなく「健康」に関わるその道の専門家のみなさんが、時々テーマにもとづき、楽しく、わかりやすく話してくれました。時にはメタボ対策体操など実践しました。また、参加されてる会員みなさんからは、生きる知恵などたくさんのお話を教わりました。こうした班会で、いろんな病気や薬、制度など学びましたが、いつからか、「健康」についても考えることになり、日常生活も少しだけ健康的になりました。これからも、班会の数を増やし、多くの人が参加してほしいと願っています。引き続き、ご指導ご支援をお願いします。

共同組織セミナーで、人には「健康権」があり、これは基本的な人権のひとつだとも教わりました。これまで、「病气」があつて、それに対する「健康」というせまーい認識の私にとっては、「健康」が「権利」として、位置づけられているなど、本当に「じえじえ」でした。もつともつと「健康」について物を申したいんだと強く感じています。まだまだ、知らないこと、気付いてないことがたくさんありそうです。今後ともよろしく願います。

2 / 1 新春の集いを賑やかに開催しました



玄関で記念撮影



マンドリンや、くわバンドの演奏などの出し物に拍手を送る参加者

2014年のくまもと健康友の会の新春の集いは、2月1日に火の国ハイツで行いました。第1部の恒例の記念講演では、福原明先生(くわみず病院医局長)に「食べることは生きること」と題して、食べる事の大切さを分かり易く、縦横に語っていただきました。「改めて考えさせられた」とか、「早寝早起きじゃない、早起き早寝が大事とわかった」などの感想も寄せられました。

第2部の懇談会は、食事をしながら、豪華な琴の調べに始まり、くわみず病院の医師や看護師等で構成したくわバンド演奏までたくさんのステージを楽しみました。お楽しみ抽選会は、空くじなしで、3人に1人には、素敵な手作りの化粧箱があたり、大いに盛り上がりました。

(記 高崎)



出水東班の班会から

班長 立石 律子

2月27日、出水東班では健康友の会の医療懇談会を行いました。案内チラシを事務局より毎回作成してもらい、会員さん宅を訪問しました。ある会員さんが「待ってたよ」と言われて、あらためて班会の大切さを感じました。

午後2時から江津団地第2

集会所で9名の参加がありました。くわみず病院の高峯看護師長より「冬の過ごし方」についてスライドを使ってわかりやすくお話をして頂きました。森田看護師さん、事務の広瀬さんには血圧測定、体脂肪測定でお世話になりました。事務局の高崎さんから簡単なロコモティブ体操の指導をもらい、みんなでたってテーブルに手をつけ、片足あげて1分間が目安です。もう片方の足上げを1分間、楽しく、頭も体もリラックスすることができました。次回は、認知症について医療懇談会を開く予定です。

3 / 1 益城町木山初市で健康チェック



通る人たちへ呼びかけ

は大人が興味津々、40人がドキドキ・・・そして結果を見て悲喜こもごも？

体組成計は体脂肪はもちろん、筋肉量、基礎代謝量、体内年齢もわかりますよ。13名も参加された益城班の皆さん！お疲れ様でした。

協力病院のくわみず病院から、財津医師、浅田歯科医師、看護師の安武さんと亀田さん、臨床検査技師の堤さん、管理栄養士の金津さん、検診部事務の上田さんと事務局の2名が参加しました。3回目の開催とあってリピーターの方が来られたり、小さな子どもさんをだっこした若いお母さんたちが口腔内のチェックに訪れました。浅田先生によると「7～8人見ましたがしっかりした歯でした」という事でよかった、よかった。体組成計に



リピータも多く参加

保田窪班の長濱さん 「伝えたい 私の戦争」が熊日に連載

トピックス

くまもと健康友の会の保田窪班の班長で運営委員の長濱文さん(87歳)の記事が、熊日新聞で「伝えたい 私の戦争」で掲載されました。

先に取材された内容が、「命が大事なら逃げろ」(右)、「家も街も・・・すべて焼けた」(中)「同級生らの“地獄”思い」(左)との見出しがつけられ、3月18日、19日、20日の3日間に掲載されたものです。

長濱さんは、ご近所の小中学校でも、戦争体験をお話されています。先日の班の懇談会では、新聞の記事が話題になり、長濱さんのお話を聞いた児童たちの感想文が届けられたと紹介されています。



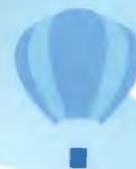
4月2日に熊本市動植物園近くの 庄口公園で新生班のお花見を開催しました。



当日はお天気もよく、満開を少し過ぎた桜は花びらを落としながら、私たちの目を楽しませてくれました。

参加された会員さんは3名で、職員が4名でした。「はじめまして」の職員もいた為、自己紹介も兼ねての懇談がおおいに盛り上がり、健康体操も血圧測定もせぬまま、桜吹雪の中、お弁当をおいしくいただき、気がつけば終わりの時間になってしまいました。今後も、健康まつりや班会にも、どんどん参加してもらえたらと思います。

(記 小田)



1. 第28回うたう会

日 時 4月27日(日) 13時30分～
 場 所 くわみず病院通所リハビリ室(別館1階)
 参加費 300円

2. 第31回くまもと健康まつり

日 時 5月11日(日) 9時40分～15時
 場 所 江津湖公園
 参加券 200円

※友の会事務所、くわみず病院、ひまわり薬局などで事前にお買い求めください。

3. 春のバス旅行

日 時 5月24日(土)
 集 合 神水公園に8時30分
 行き先 柳川市かんぼの宿と川下り
 費 用 4,800円(川下り込み)
 4,000円(川下りなし)
 参加締切 5月15日(木) 383-8707にお電話ください。

4. 第33回くまもと健康友の会総会

日 時 6月14日(土) 14時～17時
 場 所 熊本市国際交流会館
 内 容 記念講演 くわみず病院 赤木正彦医師
 議案提案と質疑

※公共の交通機関をご利用ください

※送迎の必要な方は「友の会事務所」12時50分に集合ください



熊本県民主医療機関連合会

私たち民医連は、無差別・平等の医療と福祉の実現をめざす組織です。

くわみず病院、菊陽病院、水俣協立病院

くすのきクリニック、平和クリニック、八代中央クリニック、神経内科協立クリニック、天草ふれあいクリニック



奨学金制度あります※返済免除制度有
 月額[医学生:10万円 薬学生:5万円
 看護学生:3万円]

●問い合わせ先

熊本県民主医療機関連合会

〒862-0954 熊本市中央区神水1-14-41

フリーダイヤル: 0120-40-5887

E-mail: kumamoto@miniren.jp

担当: 井芹、小田



熊本県民医連

検索

詳しくはコチラ