

無差別・平等の医療と福祉
の実現をめざしています



船橋二和病院ホームページアドレス
<https://www.futawa-hp.jp>



船 橋 二 和 病 院
船橋二和病院健康友の会
〒274-0805
千葉県船橋市二和東5-1-1
TEL 047(448)7111(病院)
TEL 047(449)4417(健康友の会)
発行責任者 宮 野 暁
月一回発行 1部 50円

つながり広げ、いのちとくらしを守る 取り組みと人づくりをすすめよう!!



毎年、春夏冬の長期休み
を利用し「高校生一日医師
体験」を実施しています。



今夏は連日の暑さにも負け
ず、医師を目指す高校生・
予備校生が69名参加しま

した。
医師体験では、医師との
懇談だけでなく聴診器体験
や縫合体験などいろいろな
形で医師とかがわれます。
始めは緊張して硬い表情を
していたのが、いざ白衣を
着て施設内を回ったり医師
や職員と話したりすると、
笑顔で「ありがとうござい
ました!」と言って帰って
いける姿が印象的です。
施設内を回るときの多職
種体験も人気です。実際の
検体検査や膨大な薬剤が見
られたり、CT画像などを

千葉民医連医学生担当・宮島郁央

患者さんとかかわるのは 医師だけではないと実感



回数を重ねていくうち

に、今では参加者同士の輪
が広がっており、お休みの
方がいると「どうしたんだ
ろうね」と皆で心配したり
もしています。
「5人に1人が認知症に
なる時代」と言われていま
すが、参加者全員で脳トレ
ならぬ脳トレを楽しく行い
ながら、認知症予防に力を
いれ、「5人に1人が認知
症ではない地域」に近づけ
るようにと考えています。
送迎があるわけではない
ため、自力で来てもらうこ
とになるのが心苦しいので
すが、広々とした駐車場が
あるため車で来られても大

八木が谷地域の認知症カ
フェとして、2017年4
月からOPENしたのが
「やぎさんカフェ」です。

八木が谷の「やぎさんカフェ」

垣根を越えて誰でも参加できる!



丈夫です。

毎月決まって出かける場
所の一つとして活用してい
ただき、カレンダーに予定
を入れてもらえたらうれし
いです。

開催日：毎月第4月曜日
13時30分～15時(祝日の場
合は変更あり) カフェワ
ルにて(咲が丘4-36-
14) 問い合わせ先：ケアア
プラン八木が谷 047-4
48-6301



近くで見られたりと新鮮な
ものだらけで、生徒も毎回
楽しそうです。各職員の説
明で、患者さん一人ひとり
に多くの病院スタッフがが
かわっていることを実感し
てもらっています。
友の会をはじめ、地域の
みなさんの支えがあつて医
療が届けられていることも
参加生徒に伝えていきます。
体験を通して「地域に密着
し、その地域の健康全体を
守っている病院」「地域の
人に頼りにされている病
院」などの感想を寄せてく
れた生徒もいました。
これから病院スタッフ
や地域のみなさんと一緒
に、未来の医師を支え育て
る活動ができるよう努めて
いきたいと考えています。

「友の会月間」
(10月～11月)

健康づくり、まちづくりの 輪を広げましょう!!



生活困難が広がり、結び
つきも弱まった
4年に及ぶコロナ禍に
よって、人と人との結びつ
きが弱まりました。
収入減や物価高騰などさ
まざまな負担増によって生
活はより困難になり、そこ
に米不足・価格高騰が追い
打ちをかけた。低賃金
の非正規労働者の方は、将
来の展望を持てず、健康や
暮らしなど、困りごとを抱
え悩んでいる人も少なくあ
りません。中小企業や介護
事業所の倒産も続いていま
す。

友の会
員と職員が
協力し、各
地域で工夫
しながら、
以下のようなとりくみをす
すめましょう。
①全会員が年一回健康診断
を受けましょう。またお
知り合いの人に呼びかけ
ましょう
②各地域で開催される健康
講座や健康チェックの企
画に参加しましょう
③困っていることや悩んで
いることなどは抱え込ま
ないことが大切です。病
院や地域で開催される、
健康相談や生活相談など
の「相談会」に気軽に参
加しましょう
④医療・介護・生活等の諸
問題を改善すべく、政府・
自治体に対しおこなう請
願行動、署名活動に取り
組みましょう
⑤友の会の仲間や、「いつ
でも元気」誌の購読者を
増やしましょう

年会費納入のお願い

前年の10月に入会いただい
た方は、年会費納入の時期です。
また、それ以前に入会の方で、
会費をお支払いいただいてい
ない方も、会費の納入をお願い
いたします。
・友の会事務所
(月・金・10時～16時)
で受付いたします。
お問い合わせは友の会事務所
まで。納入の際は会員証を持
ちください。
また、お近くの友の会役員が、
お訪ねする場合がありますの
で、よろしくご協力ください。
友の会事務所
047(449) 4417

夏の高校生看護体験を

開催しました

千葉県看護協会主催のふれあい看護体験を通じて、

夏休みの間に約80名の高校生が参加しました。

船橋二和病院看護学生室 岡林知津



血圧測定体験

通常月1〜2回行っている看護体験は申し込みが殺到し、すぐに定員に達してしまいうため、「参加したかったのに申し込みできなかった」「遠くてなかなか参加できなかった」という声があがっていました。

そこで、今年度から5名以上体験希望がある場合に、高校や予備校へ直接出向いて看護体験を行う『出張看護体験』をはじめました。案内を送ったところ、2つの高校と1つの予備校から申し込みがありました。

看護体験の内容は共通して、まずは看護師の仕事内容、やりがい、高校生のうちにやっておいた方がいいことなどを説明。次に、専用クリームを使用して手指消毒や石鹸、流水による手洗いでどれだけ汚れが落とせているかを見てもらいました。そして血圧計を用いて、参加者同士でお互いの血圧を測り合ってもらいますが、初めて聴診器



手洗い体験

保健委員会学習交流会

「加齢性難聴と補聴器」

7月2日(火)、健康管理センターにて保健委員会主催で「加齢性難聴と補聴器」の学習会を開催しました。

今回は地区役員とふれあい手配りボランティアの皆さんもお誘いし、日頃の活動への感謝の意を込めて「学習交流会」という形をとり、保健委員でない17人を含めた50人の方が参加しました。

二和病院の二人の言語聴覚士の方から加齢性難聴について、外部の認定補聴器技能者の方から補聴器との付き合い方についてお話いただき、参加者からは身近



な内容ならではの質問がたくさん出されました。

「加齢性難聴の特徴は言葉が聞き取りづらいことや、高い周波数の音が聞き取りにくいなどの特徴がある」と言語聴覚士。「難聴は認知症の危険因子のひとつであり、適切に対処することで認知症を予防できる可能性がある」などの話があり、参加者で耳の血流アップにつながる耳のマッサージもおこないました。

認定補聴器技能者の方からは、「きちんと自分に合う補聴器を使用すると、テレビの音量が下げられる、野鳥や虫の音が聞こえるようになる、電話で気がねなく話せるようになる」などの話があり、認定補聴器技能者と自分に合った補聴器を探していくことが大切と語られました。

保健部 松村真子

健康診断のススメ

健康づくりのスタートは、健診から

健康を維持するためには、からだの「現状」の把握が大切

定期的に健診を受けていますか？何となく受けていませんか？

「いつまでも健康でいたい」と誰もがそう願っているものです。しかし実際には、健康を維持することは難しく、ほんの少しの生活習慣の乱れが、長い年月を重ねることにより高血圧症、糖尿病、心臓病などの生活習慣病に繋がってしまいます。健康であるためには、現状をしっかりと把握することが大切です。そのため、ぜひ健診を利用しましょう。



健康診断の2つの重要な役割

健診には、2つの重要な役割があります。

① 生活習慣を見直し病気の予防に取り組むきっかけに

1つ目は、食事、飲酒、喫煙、運動などの生活習慣を見直し、病気の予防に取り組むきっかけにすることです。当院の健診結果報告書には、今回の結果、前回、前々回の結果も記載しており、これにも意味があります。毎年健診を受けて比較することで、小さな変化を見つけやすくなります。年々悪化してきている場合には、要因となる生活習慣を見直していく必要があります。

② 病気の早期発見と早期治療につなげる

2つ目は、病気の早期発見と、早期治療につなげることです。「要精密検査」の判定でも、「症状がないから受診していない」と言われる方もいらっしゃいます。しかし、早期では症状が現れない病気も少なくありません。生活習慣病は、初めは症状がなく、気づきにくいといわれています。そのため健診結果で受診を勧められた場合は、早めに医療機関を受診しご相談ください。病気を進行させないためには、無症状のうちから定期的に健診を受けることが大切です。

③ 船橋市の受診券は3月31日まで利用可能

船橋市の受診券は、期限内に受診できなくても今年度は3月31日まで利用可能です。(船橋市以外の方はお住まいの自治体にご確認ください)

ご予約の際は、追加できる検査についても、ぜひご相談ください。腹部エコー(肝臓や胆嚢、脾臓、腎臓、膀胱などといった様々な臓器のことがわかります)の追加や、特定健診ではなく、人間ドック(予約制・有料)を受けていただくこともお勧めしています。友の会の方には特定健診よりも内容を充実させた友の会健診もご用意しています。せっかくの1年に1度の受診券です。大切ないのちと健康を守るためにぜひご活用ください。

(ふれあいクリニック 芦垣彩加)



生き生き友の会・地域の活動

大穴・三咲地区



お料理を囲んで暑気払い

8月8日(木)、地区役員6名で暑気払いをしました。気配りが一杯のテーブルセッティングと、暑気払いにふさわしいちらしずしなどのお手製料理。短い時間でしたが、美味しいお料理と何気ないおしゃべりで、暑気を打ち払い、元気が出ました。

習志野台地区



健康講座「転ばぬ先の介護保険」に18人参加

7月30日(火)、習志野台地域包括支援センターの方々を講師にお招きし、2024年の介護保険制度の改正点、船橋の現状や課題、認定調査の実演など、とても分かりやすく教えていただきました。そのあと、パリオリンピックを取り入れた笑いヨガで楽しく大笑いしました。

御滝地区



作品を褒めあいながら楽しく書道を

毎月第四火曜日に「書道を楽しむ会」を開いています。毎回5名前後の参加者で、和気あいあい！作品を褒め合いながら書いています。講師は会員の佐藤ゆき恵さん。参加費は無料です。皆さんも小学校以来？中学校以来？筆を持ってみませんか？楽しいですよ！