

たんぽぽ

発行所
 竜王健康友の会
 甲斐市富竹新田231-1
 発行責任者 望月 優
 電話055-279-8611

大勢参加で盛り上がった新春の集い

二月二日(日) 昼十二時より石和ビューホテルにて「竜王健康友の会新春の集い」が開催され、八十名と大勢の会員さんが集いました。竜王共立診療所からホテルまでバスを使い小旅行気分。到着次第休憩会場へ向かい、おしゃべりしたり、お風呂に入ったりと、楽しい時間を過ごしました。

時間になり友の会会長・望月さん、竜王共立診療所所長武藤医師、訪問看護ステーション所長権田看護師からご挨拶を受け、友の会副会長の小沼さんによる乾杯から宴会が始まりました。市議員でもある友の会副会長樋泉さん・幹事の松井さんの挨拶がありました。



宴会の醍醐味である出し物に移り、早速アコーディオン演奏で雰囲気が出ました。続けてオカリナ演奏・太極拳演舞・空手の型・ダンス・3B体操の披露があり大いに盛り上がりました。「あなたと私であくん」と題した二人羽織での早食い企画では、会長・所長を初め多くの方々に身体を張って頂き、お笑いを呼びました。続けてカラオケ・抽選会を行いとあっという間に二時間半が経ってしまいました。

最後にアコーディオンをバックサウンドに参加者全員で「ふるさと」を合唱し、宴会場を後にしました。

機材トラブルなどもあり上手く進行がいきませんでした。心に残る活動を企画して行きたいと思えます。近いところでは二月は社保学校、三月は保健学校など良い企画がありますので是非こちらもご参加下さい。



社会保障学校

平成 26 年 2 月 20 日（木）に「社会保障
制度改革に関するプログラム法」について

社保学校で企画をしておりましたが、記録的な降雪により中止となりました。
来年度もこのような企画を行いますのでよろしくをお願いします。



肺炎球菌ワクチン

竜王共立診療所では「肺炎球菌ワクチン」の予防接種を行っています。

下記の対象者は補助制度を受けることができます。お住まいの市役所・役場の健康増進課に申し込み、助成券と予診票の交付をいただいた上、診療所まで予約申し込みをしてください。

- 助成対象： ●65 歳以上の甲斐市・昭和町在住者
●60～64 歳の甲斐市・昭和町在住者で、心臓・腎臓・呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいをもつ人
※脾臓摘出手術を受けた人は助成対象外
- 助成額： 助成回数は 1 回のみ、生活保護世帯は全額助成

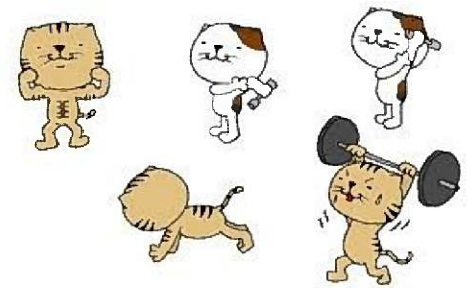
【甲斐市】接種費用の 2/3 を助成（上限 5,000 円）
（当診での窓口負担 2,300 円）

【昭和町】上限 5,000 円
（当診での窓口負担 2,000 円）



保健学校

内容：『筋肉が鍵を握る！健康で若く魅せる秘訣』
日時：平成 26 年 3 月 20 日（木） 午後 2：30～3：45
場所：竜王共立診療所 2 階会議室



昨年は「腰痛と骨粗鬆症」をテーマに早川医師が腰痛と、腰痛と骨粗鬆症との関係に触れた内容でとても好評でした。今年は「行く行く歳を重ねても若く、元気でいられる日々の健康づくり」をテーマにしました。ウォーキングなどのワンポイントから座りながら・立ちながら・作業しながら出来ると言った幅広く、対象年齢も広い内容で行います。実際に身体を動かしながら覚えて日々の生活に活かして欲しいと思い企画しています。是非ご予約を空けてご参加ください。

ピロリ菌退治の顛末

甲斐市が行う健康診断の結果、「胃の精密検査を要する」との厳しい指摘。友の会の役員をしていて「手遅れ」なんてことになるとみっともないので、胃カメラでの診断となった。先生はこれまでの城所先生から代わった小西先生。幸い胃には異常なし、ついでに、ガンにかかるリスクが高い、ピロリ菌有無の検査をするという。胃カメラを飲んでしまえば、串刺しにされたヤマメのようなもの、「なんでもいかにやってくれ」という感じだ。胃の粘膜を少し取って検査をするという。テレビの画面を見ると、少し血が出たが、痛くも痒くもない。で、何日かしてその結果の発表だ。先生はいきなり「小沼さん(ピロリ菌が)いましたよ」なんて嬉しそうに言う。それで一週間ピロリ菌退治の薬を飲むのだとか。薬を飲み始めて二日もすると便通が格段に良くなった。武藤所長にそれを言うと、「薬で下痢になるくらいだから、便通だってよくなることもあるでしょう」とのこと。そして、薬を飲む「刑期」も終え、結果をみるための血液採取の日。つれあいが、「近所の A さんも同じ結果を聞きに行くが、食事を抜いてくるよう言われた」とのこと。そんなはずはない、と思ったが、確信に満ちたつれあいの言葉には逆らえない。そして血液採取の儀。H 看護師、食事摂取の有無なんて一言も言わない。「血管が出ないねえ。小沼さん、食事を抜いてきたでしょう」とずばり。私は「優しいつれあいに、食事は抜いていくよう言われたもので…」と弱々しく言った。ピロリ菌がどうなったか、まだ結果はわからないが、その後も快適な便通は続いている。

友の会幹事 小沼俊彦

竜王診の HP に「たんぼぼ」が掲載されるようになりました。「竜王共立診療所」で検索してください。