



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

第二十三 竜王健康友の会

定期総会 開催

五月十六日甲斐市内において定期総会を開催し三十八名の会員さんが出席しました。

友の会代表して望月会長の挨拶、来賓から竜王共立診療所所長の武藤医師、在宅ケアセンター竜王所長の堀さんからの挨拶。内田事務局次長から二〇一四年度の活動報告と決算報告、二〇一五年度の予算(案)の提案、箕浦事務局長から二〇一五年度の活動方針(案)を提案を行いました。

昨年の方針に「健康診断を広め健康を守る運動」を加え健診後の再検査・早期受診へ結びつける運動を行い、青空健康相談も七月〜十一月毎月開催しました。今年「認知症サポーター」を拡げる運動「居場所づくりを促す運動」を加え活動すること



が採決されました。

法人の相原部長より山梨勤医協の状況・計画・経営状態についての報告と共同基金・協力資金の訴えがありました。診療所の武藤医師より「健康食品とサプリメント」について医療講話がありました。

討論質疑ではサークル・班会の活動が報告され、表彰では診療所が会員拡大の達成、ハイキングサークルの百名山達成・囲碁将棋サークルの県職域対抗囲碁大会での功績で表彰されました。二〇一五年度も安心して住み続けられる町づくりを目指し団結し運動することが承認されました。



費の 入の 会納お 願

日頃の友の会活動にご理解・ご協力をいただき、心よりお礼申し上げます。さて、今年度の会費納入の時期になりました。

今年度の会費、千円の納入をよろしくお願ひします。

竜王健康友の会は、さまざまな活動に取り組んでいます。その活動をお知らせする「健康と生活」「竜王友の会だよりたんぽぽ」は会員さんと友の会をつなぐ新聞です。

活動に参加できる方も、なかなか参加できない方も、友の会の新聞を読んでもらいたく、友の会の魅力を感じて頂ければと思います。

先に開催した第二十三回定期総会で、今年新たに「認知症サポーター養成講座」「居場所づくりをつくる運動」を進めて行くことを決定しました。

健康づくり・仲間づくり・助け合い活動を中心に誰もが安心して住み続けられるまちづくりを進めて行きます。

また、楽しく、読む人も元気になれるような活動や新聞づくりを目指します。

納入方法は

- ① 診療所受付にお届けください
- ② 友の会の班会・サークル参加時、



また地域の役員さんにお届けください。すでにご入金を済まされている方は、行き違いをお許しください。

これからも、健康に留意され、ご活躍ことを祈念します。

竜王健康友の会 会長 望月 優

サプリメントは効くか

衛星チャンネルを見ていると、次から次にサプリメントの宣伝が出てくる。スッポン〇〇なんて、スッポンからマムシ、にんにくその他の精力剤のオンパレードだ。さらに、もと相撲取りが宣伝するやつも、これでもかと思えて良さそうなサプリを積み上げ、「今なら半額」なんて言っている。

で、これは「効く」のかということ。テレビをよく見ると「効果には個人差があります」なんて逃げの手が打っている。薬ではないので、効くという根拠は全くない。それでタレントやスポーツ選手などを登場させ「効きました」なんて言わせるのである。これが曲者、芸能界に詳しい人に聞くと、彼らはただ言われたとおり演じているだけなのだとか。スッポンは、視聴者の健康のためではなく、企業の「儲け」のためテレビを使って宣伝しているのである。例えば膝の痛みに効くというコーラードゲン。膝の曲がる場所などに、機械のグリースのように分布している。しかし、体に入ったコーラードゲンに痛い場所がわかるはずはなく、栄養のひとつとして、命の糧になっているだけなのである。

一事が万事、全てのサプリはこんなものと思って間違いない。そんなものに金をかけるより、バランスの良い食事をちゃんと摂取したほうが、よっぽど健康にはいいのである。

文・小沼 俊彦

送迎のご案内

患者さんの「タクシーを使わないと通えない、使えば往復で5千円から1万円もかかります。これでは診察を受けることもできません」の声から2008年10月から患者送迎が始まりました。月曜日～土曜日の午前中と平田 Dr 外来のある金曜日の午後に運行し、日に2～6人ほど送迎しています。自力で乗り降りができる方が対象になりますが、ご近所やご家族の方で「タクシーを使って通院している」「使わないと通院が大変」な方がいましたら診療所まで是非ご相談下さい。

竜王共立診療所：279-8613



温泉サークル次回の予定

月 日 : 6月28日(日)
ところ : みはらしの丘 みたまの湯
集合時間 : 午前9時
集合場所 : 竜王共立診療所
参加費 : 1,200円(入浴・休憩・交通費)

【注意】

- 持ち込みは出来ません。食堂はあります。
- 定員になり次第締め切ります。

【申込み】

- 診療所 内田 055-279-8611



- 7月の活動予定 -

- 7月1日(水) 3B体操サークル
- 7月4日(土) 囲碁・将棋サークル
- 7月7日(火) ダンスサークル
- 7月12日(日) ハイキングサークル
- 7月14日(火) ダンスサークル
- 7月15日(水) 3B体操サークル
- 7月16日(木) 友の会幹事会
- 7月18日(土) 囲碁・将棋サークル
- 7月21日(火) ダンスサークル
- 7月22日(水) カラオケサークル
- 7月23日(木) 青空健康相談
- 7月28日(火) ダンスサークル

看護学生の実習

5月18日～6月11日にかけて、共立高看3年生10名が地域看護学の実習を行いました。友の会会長の望月さん、副会長の谷口さんから診療所の建設の歴史・診療所に対する思いなどをお話しして頂きました。また、診療所の看護師の見学、受診にみえる患者さんに同行させて頂いたり、訪問診察に同行させて頂き、病棟実習とは違う多くの学びをさせて頂きました。お世話になった皆様、ありがとうございました。後継者育成にも力を入れています。診療所で学生を見かけた際には、暖かく見守ってください(*^O^*)
来年度もよろしくお願ひ致します。



青空健康相談の様子

アマノパークス竜王店さんの店頭で、今年度最初の青空健康相談を行いました。気温が高かったこともあり、買い物するお客さんの出入りは多くはありませんでしたが、幹事さんの呼び込みもあり、1時間に34名と時折列ができるほど大盛況となりました。青空健康相談は10月まで、毎月第4木曜日の午後3時30分～午後4時30分に開催します。参加者側・利用者側どちらも構いません。是非お立ち寄りください。



お願い

体脂肪計があともう一つあると、もっとスムーズに青空相談ができ、とても助かります。ご自宅に眠っている、もしくは使っていない体脂肪計がありましたら、お譲り頂けると助かります。ご協力宜しくお願いします。

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。