

2020

5
No.420

健康いちはん

 ろっこう医療生活協同組合

〒657-0831 神戸市灘区水道筋6-7-11 TEL:078-802-3424

【発行人】村上 正治 【編集】機関紙編集委員会 【組合員数】17,368人 【出資金額】566,391,000円 【平均出資額】32,564円 2020.5.8現在

新型コロナウイルスの
全世界的流行拡大が、今
も続いております。

3月27日に灘診療所で
発生しました職員感染の
件では、皆様に大変ご心
配をおかけいたしまし
た。

幸い日頃から取り組ん
でいた感染予防対策のお
かげで、保健所の指示に
基づく健康観察期間内に
院内感染の広がりは認め
られず、4月6日より無
事に診療を再開しております。

休診期間中、また診療
再開後の皆様からの暖か
いお言葉とご支援、心よ
り感謝申し上げます。

ただ、日々の報道を見
ると、その後も全国の各
医療機関で医療従事者が
コロナウイルスに感染
し、医院全体が休診を余
儀なくされる事例が相次
いでいます。大都市圏を
中心に「医療崩壊」とまで
言われる現象が引き起こ
されており、皆様のご不
安も大きいのではないか
と推察いたします。

私自身今回つくづく感
じるのは、これまで我々
が行ってきた医療生協の
健康づくり運動は、平和
な世の中だからこそ成り
立っていたという事実で
あります。皆様が診療所に
ちょっととした体調の相談
や健康チェックで来られ
ること、仲間同士集つて
お互いの無事と健康を確
認しあって喜び合うこと
を模索する毎日です。

COVID-19

新型コロナウイルスの 流行によせて

灘診療所 高野 修



と、残念ながら今はその
ような機会のほとんどが
奪われてしまっています。
やむを得ない事だとは
思いますが、今は全国的に
どの医療機関でも受診
控えが生じており、私自
ない心苦しさと心配な気
持ちを抱えながら、日々
の診察を行っています。

今は先の見えない「我
慢の時期」ですが、そのよ
うな中でも、ろっこう医
療生協が培ってきた「協
同の力」を十二分に發揮
するために、このような状況のもとで我々にどのような働きかけができるかを模索する毎日です。

所も分けたうえで、出来る限りの感染防御態勢をとって診療しております。一般的患者さんと、風邪症状・発熱症状のある患者さんとを時間的・空間的に分けて診察することにより、一般的患者さんにも安心して受診頂き、また発熱や風邪症状の患者さんに対してもこれまで通り診療を行っております。

そのような事情ですので、風邪や発熱症状で受診される際には、直接来院されての受診はなるべくお控え頂き、前もって各診療所にお電話で相談頂ければ幸いです。何とぞご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

各診療所の取り組み



ただ今各診療所では、皆様に出来るだけ安心して受診して頂ける取り組みをしています。

職員の出勤時には体調確認や検温を義務付け、体調不良がある職員は勤務を見合わせるよう指示しています。

灘診療所では、4月下旬現在、入り口には担当者を置き、皆様の体調の確認や手指消毒にご協力を頂くとともに、発熱や風邪症状のある患者さんに対しては、診察の時間を改めて設け、また診察の場

1面 新型コロナウイルスの流行によせて
2面 新型コロナウイルス感染症(COVID-19) Q & A

私たちの4つの理念
法人ポリシー

1. 組合員による組合員のための医療・介護・福祉をめざします
2. 健康と笑顔のあふれるまちづくりをすすめます
3. 信頼ある仕事を常に追求する職員育成に努めます
4. 共同の力で平和と暮らしを守り抜きます

新型コロナウイルス感染症 (COVID-19)



灘診療所
並木 雅行 医師

Q. 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19)とは何ですか？

COVID-19(コウヴィッドナインティーン)とはcoronavirus disease 2019(2019年に発生した新型コロナウイルス感染症)を略した言葉です。SARS-CoV-2(サーズ・シーオウヴィー・トゥー)と呼ばれるウイルスが原因で起きる感染症ですが、2019年の終わりごろに発生したのを皮切りに、あっという間に世界中に感染が拡大しました。

Q. どんな症状がありますか？

発熱・咳・疲労感・筋肉痛・息苦しさなどが主な症状です。症状は通常、ウイルスに感染して4、5日後に現れますぐ、人によっては長ければ2週間たってから症状が出ることもあるようです。また、頻度は多くないようですが、頭痛や喉の痛み、鼻水、嗅覚や味覚の異常が現れる人もいますし、吐き気や下痢といった胃腸の症状が出る人もいます。ほとんどの場合は数週間たつと回復しますが、人によっては、肺炎が悪化し死に至ることがあります。高齢の方や癌患者さん、あるいは心臓や肺に持病のある人も、深刻な状態になりやすいようです。

Q. どうやって広がりますか？

新型コロナウイルスは人から人へと感染して発症します。通常は、具合の悪い人が咳やくしゃみをしたり、他の人と近づいてしゃべったりすることで病気がうつります。新型コロナウイルスが付いたものに触れた手で口や鼻や目を触ることでも感染すると考えられています。インフルエンザとよく似た形で感染が広がりますが、新型コロナウイルスではその感染がより速く広がります。今のところ、症状が現れると感染力が最大になるとされていますが、その一方で症状のない人や症状が現れる1-2日前から感染する可能性も指摘されています。

Q. 症状が現れたらどうすればいいですか？

あまり症状が重くなく、ある程度水分や食べ物が摂れているなら、家から出ないようにして体調が良くなるまで他の人の接觸を避けましょう。この病気は今のところ確立された治療法がないので、急いで受診しても早期発見・早期治療には繋がりません。症状が軽いうちはなるだけ安静にして体を休めることが重要です。具合が悪く医療機関に行かなければならないと感じても、かかりつけ医など医療機関に行く前には必ず電話で確認するようにしましょう。どうしたらいいのか、また実際に診てもらう必要があるのかを教えてくれます。事

前に連絡下されば、医療機関では他の人を感染から守る準備を整えてあなたをお迎えすることが出来ます。

Q. どうやって治療するのですか？

新型コロナウイルス感染症に特化した治療法はまだ知られていません。新型コロナウイルス感染症に効果のある治療法を見つけるために、専門家は現在、さまざまな治療法を調べているところです。治療薬を使うとすればこういった研究中の薬や治療法を試してみることになります。研究中の薬を使うことなしに快方に向かう人がほとんどですが、肺炎が悪化し病院の集中治療室で人工呼吸器を装着せざるを得ない場合もあります。また最重症ではECMO(エクモ)と呼ばれる人工肺の機械を装着することもあります。人工呼吸器もECMOも肺炎が治るまでの時間稼ぎでしかなく、本人にウイルスに打ち勝つ体力がどれだけ残っているかが肝心です。

Q. 予防法はありますか？

新型コロナウイルス感染症を予防するワクチンはまだありませんが、新型コロナウイルスの感染リスクを低くする方法ならあります。第一に「社会的距離」。たとえ健康な人であっても周りの人との間に十分な距離をとることです。新型コロナウイルスの感染の広がりを遅らせることを目的にしています。人が大勢集まつたりしないことや、イベントに行ったり参加したりしないことが、社会的距離を実践する上で重要なことです。たとえ少人数であっても人が集まると感染する危険性が高くなるので、できるだけ家から出るのが最善の選択でしょう。第二に「手を洗う」。せっけんと水を使って頻繁に洗います。外出先から帰ってきた後の手洗いは特に大切です。第三に「マスク」。症状はないにしても新型コロナウイルスに感染している人が口と鼻を覆うことで、周囲の人にうつす確率が低くなります。マスクが手に入らない場合はタオルやハンカチで口と鼻を覆うのもいいでしょう。

Q. そのほかに気を付けるべきことは何ですか？

まずは「デマに騙されないこと」です。例えば、感染予防のために熱いお茶を飲めばよいとか、塩水で鼻うがいをすればよいといったことを耳にしたことがあると思いますが、ほとんど効果はありません。トイレットペーパーが売り切れといった巧妙なデマは、実際に買い占めを誘発し、デマが現実化した大変惡質な例と言えるでしょう。うっかり誤った情報を信じ込み、熟慮せずにそれを拡散してしまうと、後々あなた自身の信用を失うことにつながりますので気を付けましょう。もう一つは「他人を攻撃しないこと」です。例えば、バスの中でマスクを着けていない人が咳き込んだらどうでしょう。嫌だなど感じるのは自然なことです。でも決してそのことでその人を攻撃してはいけません。相手の立場になって考えることが大切です。今は欲しくてもマスクは手に入らないのですし、その人も好きで咳き込んでいるわけではありません。そのような場合は自分の方からそっと離れ「社会的距離」をとり、冷静な判断をしましょう。まだしばらく困難な日々が続くでしょうが、お互い距離をとっていても思いやりの心を忘れず乗り越えていきましょう。

まど・みちおが生涯に發表した詩は、童謡も含めると2000編を超えます。そのほとんどは、ひらがなだけで書かれた短いものなのに、驚くほど深さと広がりを秘めています。この本はまど・みちおがインタビューに応えて、自分の詩と思索について語つたもので

おの詩を楽しむには格好の本
なのであります。

小さな身近にあるものを見見つめることが、地球、宇宙の中で、それが唯一無二の存在なんだということころまで思考が広がつてゆく。そこにまどさんの詩の特徴がある。それはすべての物は(ひとも)、そこに有るだけで十分に尊いのだという

な土に、無機の微粒子へと還つてゆく。物から生まれて、物に還るんですけどね。命のない物も生きてるものたちと同じように、立派な存在なんですよ。」つけもののおもしになる石について語るとき、宇宙の誕生から話し出すなんて人は、まだ

い。お願ひします。すんません。「と、いうまどさんの言葉で終わっています。96歳の詩人が、自分よりもはるかに若いインタビュアーの女性に、こう言つてるんですね。

まど・みちおは2014年
104歳で亡くなっています。

まど・みちおという名前に聞
き覚えがなくとも、この童謡の
歌詞はだれでも知っているの
ではないでしょうか。

四季のカルテ

『いわすにおれない』 まど・みちお

(集英社文庫)

灘診療所
海妥醫師



『いわすにおれない』 まど・みちお

— 1 —

鳴海 妥 医師

A black and white portrait of Dr. David S. Chang, a man with short, light-colored hair and glasses, wearing a white lab coat over a patterned shirt.

語り口におとろえは感じられ
す。このとき詩人は96歳だが、

間は、ほかの何ものも占めることができないと、うことて、氣づいて書いたのが「リンゴ」という詩。

彼の好奇心は生きものだけではなく、身近にある命のないものにも向けられる。漬もののおもし、湯のみ茶わんや、せつけ

まど・みちおは、「国際アンデルセン賞作家賞」を日本人としてはじめて受賞しています。そ

きものの詩を書いてきた中で「ノミ」という作品はわりと好きだという。すばらしいことがあるもんだ／ノミが／ノミだつたとは／ゾウでなかつたことは といふのです。

メツセージでもあります。インタビュアーは「自分がみじめに思えて泣きそうなとき、自分を好きになれないとき、その詩を読むと、私は私でいいんだと思えてくる」と言っています。うん、その通りだなとボクも思いました。

さんくらじのもんじやないで
しようか。

さんくらいのもんじやないで
しょうか。

緊急事態宣言の延長に伴い 5月31日まで、 組合員が集まるすべての活動を 見合わせてください

※なお、期間は、状況によって延長する場合があります。

ろっこう医療生協の集会室は、
5月31日まで閉館します。

**閉
館**

- なだ組合員集会室
- 六甲道組合員センター
- しののめ組合員集会室
- とががわ地域住民交流室
- うら多機能ホーム1階地域住民交流室
- 東灘組合員センター甲南



ろっこう医療生活協同組合

TEL.078-802-3424

受付時間 平 日 9:00~17:00
土曜日 9:00~13:00

※ブロック通信、ブロックニュースの発行は、当面見送ります。

公 示 第36回通常総代会について

とき:6月27日(土)13:00
ところ:シマズビル13F 会議室
(神戸市灘区岩屋上町4-2-7)

※会場を13階に変更しました。

- 2019年度事業活動報告と2020年度事業活動計画について
- 2019年度決算報告および損失処理並びに監査報告について
- 2020年度予算(案)について
- 役員選挙規約の変更について
- 役員報酬限度額について
- 議案決議効力の発生について

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、規模を縮小して開催いたします。
書面による議決権行使にご協力をお願い申し上げます。

あなたの健康を守る 医療生協のネットワーク

健康診断、予防接種、訪問診療、介護保険のご相談など、お気軽に最寄りの事業所まで

灘診療所 [入院12床] P有

神戸市灘区水道筋6-6-3

内科・消化器内科・循環器内科・糖尿病内科
放射線科・リハビリテーション科

☎078-801-6665

<http://www.nada-cl.jp>

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 3:30~ 7:00	○	○	○	/	○	○

※日曜日と祝日は休診

六甲道診療所 P有

神戸市灘区桜口町4-5-12

内科・小児科

☎078-811-0555

<http://www.cl-rokkomichi.com/>

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 4:00~ 7:00	○	/	○	/	○	/

※日曜日と祝日は休診

東雲診療所 P有

神戸市中央区東雲通1-4-24

内科・糖尿病内科・リハビリテーション科

☎078-262-7236

[http://shinonome-cl.jp/](http://shinonome-cl.jp)

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 4:00~ 6:30	○	/	○	/	○	/

※日曜日と祝日は休診

うら多クリニック P有

神戸市東灘区魚崎北町5-6-12

内科・老年内科・呼吸器内科

☎078-452-6666

<http://uhara-cl.jp>

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	/	○	○	○	/
午後 2:00~ 5:00	往診	往診	往診	往診	往診	/

※日曜日と祝日は休診

にじいろクリニック P有

神戸市東灘区田中町2-9-10

コープは～とらんどハイム本山1階

内科・糖尿病内科

☎078-413-3333

<http://nijiiero-clinic.jp>

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	/	○	○	/
午後 2:00~ 4:00	往診	往診	/	往診	往診	/

※日曜日と祝日は休診

訪問介護

● ホームヘルプサービスあおぞら ☎805-1023

訪問看護

● 訪問看護ステーションあんず ☎802-3661

● 東灘ステーション ☎413-3633

通所リハビリテーション(デイケア)

● つどい(灘診療所4階) ☎801-6711

● 東雲診療所 ☎262-7236

居宅介護支援(ケアプラン)

● 医療福祉相談室 ☎805-6877

小規模多機能型居宅介護(通い・訪問・泊り)

● 小規模多機能とががわ ☎414-7014

● うら多機能ホーム ☎452-6777

訪問リハビリテーション

● リハビリテーション部 ☎802-6031

うら多ハウス ☎452-6688 <http://uhara-care.jp/>

「高齢者住まい法」により創設された、高齢者の安心を支えるサービスを提供するバリアフリー構造の住宅

ろっこう医療生活協同組合

〒657-0831 神戸市灘区水道筋6-7-11
TEL.078-802-3424 FAX.078-802-1649
e-mail. nakama@rokko-mcoop.or.jp
URL. <http://www.rokko-mcoop.or.jp>

Webサイトに過去の
「健康いちばん」も
掲載しています

