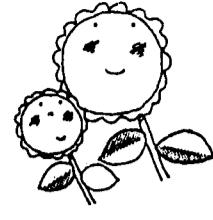


アンケート 御協力 ありがとうございました。



ひの だいに ぶん

昭和63年
10月13日
発行
「ひのだいにぶん」
編集発行部



老人健診もおわり、ホッと一息。検査の結果は、いかがでしたでしょうか。

現在健生会協力会では、「高齢者健康のつどい」の準備がすすまられています。このつどいは検査の結果をもとにも健康について語り合います。この「健康のつどい」のためには、この「健康のつどい」の意識調査を行いました。調査の結果を第一次分として多

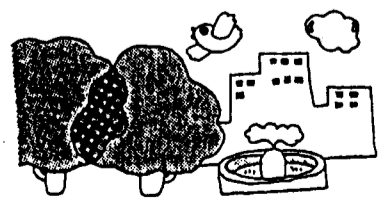
摩平自治会の「敬老のつどい」で行われたものを左記のようにまとめました。

「敬老のつどい」の会場で集めたこともあり、書いていただいた方の平均年齢は、七十七歳。持病をもっているという方は、全体の六十九%。医師の診察をうけているという方は、七十九%。十人のうち七人は、なんらかの病気をもって生活しており、八人は、お医

者のところへ診察にいったことになりません。この数字からみても高齢者の大半のひとが自分の健康をきずき、病気を意識しながら生活していることがうかがわれます。持病の三大病は、高血圧、心臓病、腰痛・神経痛で、協力会の班で病気にについてはなしあった時と同じ結果でした。この病気は、いずれも治療にながくかかるもので生活のうえからうまくつきあっていくことが必要です。健康のためになにかしていただけますか？という質問には、「食事につきをつけている」という方が五十七名で圧倒的。関心の高さは、想像以上でした。検査・くすりについては、よく説明もうけており、比較のお医者さ

んともうまくいっているようです。一年に一回も検査を受けていないという方が十名。心あたりの方は、お医者さんと御相談した方がよいとおもいます。アンケートの結果は、今後の活動に役立てたいとおもいます。御協力ありがとうございました。

日野台診療所
☎81-6175



「高齢者 健康のつどい」にむけての アンケート調査の報告

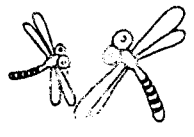
健生会 協力会日野支部では、「健康のつどい」にむけて業や検査にたいする意識調査を中心としたアンケート調査を実施しました。九月二十四日多摩平岡地自治会の主催する敬老のつどいにおじゃまして、アンケートに協力いただきました。総数七十九名になり回答率100%でした。「ひのだいにぶん」の紙上をかりましてその結果をご報告いたします。

- 1) 持病をもっていますか
もっている 69%
- 2) 持病の病名をしっていますか
しっている 65%
持病の病名でもっともおおいは、
高血圧 14名 心臓病 10名 腰痛・神経痛7名
でした。
- 3) 定期的に医師の診察をうけているか
うけている 79%
- 4) きちんと薬をのんでいますか
のんでいる 62%
- 5) 老人健診をうけていますか
うけている 77%
- 6) 検査を医療機関で定期的に行うか
月に一回 26% 年に2,3回 12%
年に一回 46% うけていない 16%
- 7) 検査の結果の説明について
よくわかる 48% よくわからない 37%
きいていない 6%
- 8) 健康増進または持病のために
健康食品を利用している 8名
市販の漢方薬をのんでいる 7名
健康器械をつかっている 2名
自宅に血圧計をもっている 16名
食事にきをつけている 57名
ジョギング・散歩・水泳など 33名
- 9)嗜好品について
晩酌 18名 両方 4名
タバコ 15名

平均年齢 77歳
性別 男性 44% 女性 56%
自治会のみなさん、御協力ありがとうございました

		月	火	水	木	金	土
午前	AM 9:00~12:00	佐々木 増田	小林 信夫	佐々木 ()	佐々木 大石	宮地 大石	佐々木 1,3,5 鈴木 2,4
午後	PM 2:00~4:00	増田	信夫		大石		
夜間	PM 5:30~7:30	増田		滝田		上田	

健康だより



十月十二日日野台地区センターにおいて協力会コスモス班・はまゆう班の主催による「高齢者 健康のつどい」が開かれました。あいにくの雨ふりの天気でしたが、三十六名の方がおいでになりました。

「健康のつどい」は、老人健診のあと、その結果をもとにいろいろな病気のこと、日頃よりのんでいながらどうも気になる薬のことなど疑問に思っていることを地元の日野台診療所の先生とさっくばらん話で

きるものとして例年開かれているものです。今年は、現在ひろがっている健康チェックの紹介のほか、一年間の協力会活動をスライドつかってコスモス・はまゆう班のひとが紹介しました。日野台診療所所長の佐々木先生に「健康と検査 医療機関とつまくつきあう方法」と題する講演をしていただきました。「検査をする」と自分の病気がわかってしまつて心苦しいと夫がいつている。など、質問がでて短い時間でしたがたのしい懇談することができました。参加したひとから定期的にひらいてほしいとの要望がだされるなど好評でした。講演の内容は、次回の紙上にのせます。質問に対する佐々木先生の答は、いかに？こう御期待。

アボイト

日野台診療所の
看護婦 佐々木 志津恵



とつとうわたしに順番がまわってきました。書くことが大のながてごまっています。と同時に実は話ベタでもあるのです。

皆さんの前ではペラペラとうるさくしゃべりまくっているわたしですがしゃべった後の疲労感といつたら大変なものです。いつまでたっても新米のような落ち着きの無さとおちよこちよい。(おちよこちよいは生まれつきのものではないですわ)そんな

看護婦 佐々木 志津恵

たいこん

十月四日吉祥寺の前座の公演井上ひさし作、高瀬一郎演出「たいこんどん」と観ました。チョンマゲ時代の若那とたいこもちの二人三脚、「転八起放浪の珍道中。この世「善と悪」人情の機微を風刺と笑いの中で一人一人役を巧みに演じたリミュージカルでした。さすがに「前進座」だとおもいました。たのしい観劇でした。

河野 公志子



大石先生



七月十六日、土曜日午前八時五十分S-U六三九便はバルト海の乙女と言われるヒンランド ヘルシンキの空港のワンター空港に着いた。森と湖の邦、美しいほんとうに美しい都市ヘルシンキ。スウェーデンのグスタフ・ヴァサ王が、商業と海上交通の町として一五五一年にヴァンターヨキ川の河口に作らせた町ヘルシンキは現在では協会の礎石がのこっているにすぎない。

スオメンリンナ要塞の重厚な城壁は、一七〇〇年代からのもの。一八二一年にヘルシンキは首都になった。歴史的に由緒ある名所旧跡の多くは一八〇〇年代前半からのものである。

その頃に行政の中心が元老院広場の周囲に現在のように作られたのであった。ヘルシンキの人口は、一八二二年に四千人、十九世紀から二十世紀へと移り変わる頃には、七千九百人、現在は五十万人を越えている。

ガイドと一緒に観光バスでヘルシンキ市内観光。ヘルシンキ新古典主義時代の建築物、大聖堂、官庁街などは、今もヘルシンキの建築芸術の

上でも最高傑作とされている。エスプラナーティ公園、朝市など見学、野いちごなど売られていたので買い求め、ノドをうるおす。

テンペリアウキオ協会、周囲が石の壁、一段低い所にある珍しい協会であった。フィンランドがうんだ楽聖シベリウス、モニユメントを見学。ガイドの人がシベリウスの音楽のカセットをかけてくれてバスの中は楽しい雰囲気にもたされた。

この国では、白昼にもかかわらず走る自動車皆ライトをつけたままで、それが法律で定められているのとことであつた。

七月十七日。日曜日。観光バスでホテル出発。麦あるいはてんさい？らしき緑の葉の美しい農場風景の中をバスははしる。森と湖の邦、フィンランドの美しい風景を満喫する。

湖に近い森の端にある民家にはサウナの設備もあり、民衆は、みじかい夏の太陽の光をあびるのに懸命でほとんどの人がはだかに近い姿であつた。岸から湖に飛び込む子供も見られた。

