

長生き賛歌

日本人は世界で一番長生き！
長野県人は日本で一番長生き！
つまり、長野県人は世界で一番長生きだ！

素晴らしいですね！最高です！
長寿は文化水準のバロメーターであり、こんなハッピーなことはありません。世界中の人々が心からうらやんでいる日本の最も大切な財産です。

今の80歳代から90歳代、100歳代の方々は、日華事変から第二次世界大戦の真っただなかを生き抜き、生まれ年によつては召集され最前線で戦い、多くの方が戦陣に倒れました。運よく生き延びて帰国した。運よく生き延びて帰国した。自らも食べるものも食べずに子育てに専念し、高度成長時代は企業戦士として戦い、日本を築いてきました。今の日本があるのは間違いなくこの世代の方々のおかげであり、私たちが何不自由なく暮らしているのもこの世代の

方々のおかげです。人口の高齢化、老人医療費の増大などという報道も広がっていますが、お年寄りの皆さん！あなた方の功績は偉大です。大いに長生きし、大いに世にはばかりましょう。

丸子中央病院にはこの世代の患者さんが多く入院されていますが、共通しているのは、すこく我慢強いこと、愚痴を言わないこと、人を頼らないことです。また、人を疑うことには引つかかる人に高齢者が多いのは脳の老化のためではなく、人を信頼することこそ正しいとされた時代を過ごしてきたからです。

私たちが丸子中央病院の職員は、今の日本を造り上げてきた80歳代、90歳代、100歳代の方々が少しでも元気で、よりしあわせ感にあふれて過ごせるよう、今後とも全力で応援します。
ピバ長生き！



イラスト/森田 宏子

Contents

特集 結	1.2
Marukkoが結んだ地域のきずな むすんでひらいててをうつてむすんで 「地域の絆再生会議」	1.2
特集 結 院内ボランティア「ひまわり会」	3.4
長野県からのお知らせです しあわせ信州	5
トピックス Marukko TOPICS	6





Marukkoが結んだ地域のきずな

むすんでひらいて てをうってむすんで

新丸子中央病院が建築中であった2013年4月、未完成の建物を背景にホームページの撮影のため訪れた病院職員の「ここで結婚式できるね…」というつぶやきから、この結婚式プロジェクトは始まりました。

病

院は一般的には閉鎖的な組織と感じられる場所です。

新丸子中央病院は「地域に開かれた病院」「地域のしあわせ創りに貢献できる病院」を目指しており「誰でも列席できる病院内での結婚式」というアイデアが生まれました。そして、この思い付きのような話が具体化し動き始めたのは、「地域の絆再生会議」のみならずさまに結婚式のプロデュースをお願いした瞬間からでした。実は、本誌Marukko第2号の取材でお世話に



なった丸子地域のみならずより、この会議についてお聴きされたことが結婚式プロデュース依頼のきっかけでした。その意味では、Marukkoが結婚式の仲介役となってくれたのです。

「地域の絆再生会議」は、中



心市街地の賑わいを取り戻すために、まるこトットコ会、上田商工会、上田市等が団結して組織化しました。この会議には大きく2つの取り組みがあり、一つは「絆なんでも宅配」と呼ばれる宅配サービス、そしてもう一つが今回の結婚式をプロデュースすることになる「絆イベントサービス」事業です。

「この場所なら工夫すれば結婚式ができる」。疑念が確信に変わりました。第1回目のミーティングが開催されたのが9月。準備期間は3ヶ月しかありません。メンバーは勤務終了後の19時頃に集



まり、式や披露宴の進行方法、役割分担などについて綿密に話し合いました。最終的に絆イベントサービスのミーティングは3カ月間で十数回に及びました。特に苦労したのは必要物品の調達です。一般の式場のように必要な物があるわけではありません。つてを頼つてかき集めた物もありました。今回の結婚式には「地域のしあわせ創りに貢献する」という命題がありました。新病院には、地域の皆さんが集まるやどり木「ビッグツリー」というモニUMENTが病院のエントランスホールに展示されています。この精神にのっとり、ビッグツリーをかたどった拇印の集まりを結婚証明書に仕立てました。木に模するため、拇印のスタンプは緑色にし、紙は上質でありながらインクがのりやすいものを探しました。すべてがこのようにひとつひとつ手作りかつ工夫をこらし、ようやく結婚式という形に結実したのです。



開院当初から病院と共に歩み続けてきました。「この病院がやっぱり好きなんです。恩返しがしたいんです。」メンバー同士の声かけで活動の輪が広がり、現在は18名が所属しています。平均週2日、多い人は

週に3日、病院へいらつしゃいます。業務は、朝8時30分頃から始まり、毎日エントランスホールに4名程で待機し、患者さんを迎え入れます。ご高齢で車のステップから降りるのが難しい方や、来院したが受診するまでにどこへ向かえば良いか分からず迷っている方などのお手伝いをします。「今までは職員として働く側だったが、ボランティアになってから患者さんとしてより気持ち良く来院出来るようになるにはどうすれば良いか考えるようになりました。」もともと現場



で働いた経験があるからこそ患者さんのニーズを拾い上げることが出来ます。「患者さんの役に立ちたいという思いがあります。患者さんが喜んでくれればお互いに元気が共有できるんです。」病院で一人、不安そうに待ち時間を過ごしている方を見つけたら自然に寄り添っていき、話し相手になるのもひまわり会の大切な役割です。小さな気づきが来院する方々の安心感につながっています。

ひまわり会に所属する人たちがもう一つ楽しみにしていることは、昔の仲間と再会も一度一緒に働くことです。「もう働くことはできないなと思っていただけと、この年に



おひさまのようにあたたかく
患者さんと向かいあう
経験豊富な力強いメンバーで結ばれています。



なつてまさかお手伝いできるなんて思わなかった。」最年長は86才ですが、若い人たちと一緒に働くことで若返り、パワーが出てくるといいます。

ボランティアに参加する前は、家で寂しく過ごしていたという人も少なくありません。病院でまた患者さんと接する機会を持ったことで周囲からも、「ひまわり会のある日は生き生きしてるね。」と声をかけられるようになりました。

現役の頃から知っている患者さんも多くおり、エントランスホールで久しぶりに再会してはお互いに抱き合って喜び、涙する場面もあります。年齢を重ねても外へ出ていく予定と役割があり、ボランティアという形で社会とのつながりを持ち続けることは、若々しく元気でいられる秘訣です。集まれば笑顔の絶えない「ひまわり会」は、新病院に明るい風を吹き込んでくれています。



新 病院のエントランスホールに入ると病院職員とは別に、黄色いエプロンをつけ生き生きとした表情で患者さんを迎えられる人たちの姿を見ることができました。

「私たち、みんな以前丸子中央病院に勤めていた職員なんです。」新築移転を機に結成された院内ボランティア「ひまわり会」は、旧病院（上丸子）で看護師などの専門職として働いていた経験がある60代、80代のみなさんです。そのほとんどが、55年前の丸山医院

「中央病院前」バス停が設置されました。



平成25年10月1日、バスの時刻改正に合わせ丸子中央病院玄関前にバス停が設置され、病院敷地内への路線バス乗り入れが始まりました。午前中の外来時間帯を中心に、地域みなさんにご利用いただいております。現在上田市では、バス路線の確保・維持・活性化のため、「運賃低減バス実証運行」を実施しています。そのため、例えば上田駅から中央病院前バス停までの運賃は300円となっています。地域路線のため、エコロジーのため、バスをご利用ください。

*「中央病院前」バス停に乗り入れるバスは以下のとおりです。

- 千曲バス…「鹿教湯線」「武石線」
- JRバスの「長久保線」
- 丸子地域循環バス(まりんこ号)

地域の救命率向上のため ～BLSコースのご案内～

丸子中央病院では、救命処置に精通した人材を育てるため、AHA(米国心臓協会)公認のBLS(Basic Life Support 1次救命処置)コースを定期的に開設しています。このコースでは、目の前で人が急に突然倒れたり窒息を起こしたりした場合、その場に居合わせた人が救急隊・医師に引き継ぐまでに行う応急手当の知識を身につけます。本コースの地域での受講率が高まると、地域全体の救命率が有意に上昇することがアメリカでは報告されています。

どなたでも講習を受けることができますので、まずはお気軽にお問い合わせください。

ご参加を希望される方は、

0268-42-1111 (経営企画課・北澤)までご連絡ください。



- 発行
特定医療法人 丸山会 丸子中央病院 経営企画課
Marukko(まるっこ)制作委員会
〒386-0405 長野県上田市丸子1771-1
- 編集・進行
北澤 淳一/安藤 あすか(丸子中央病院)
- ディレクター
五木田 忠之(MOKUBA.CO.,LTD.)
- デザイン
MOKUBA.CO.,LTD.
- お問い合わせは…
丸子中央病院 経営企画課
Marukko(まるっこ)制作委員会まで
TEL.0268-42-1111
月曜日から金曜日、10時～17時
(祝日・休日・年末年始を除く)



「ビッグツリー」をバックに結婚式を無事成し遂げた病院スタッフの喜びの1コマ。

丸子中央総合病院は平成25年8月に丸子中央病院と名称を変え、新築移転いたしました。新病院の理念は「質の高い医療の提供を通じて、地域のしあわせ創りに貢献します」。地域の皆様へ足を運んでいただきやすい病院、病気でなくても訪れたいと思っただけの病院をめざしています。今回のテーマのように、地域の人と人を「結ぶ」橋渡しになるべく、いろいろなことに取り組む所存です。新生・丸子中央病院をどうぞよろしく願っています。

編集後記

長野県からのお知らせです

長野県では、平成25年3月に「信州ブランド戦略～コンセプト編～」を策定し、その中で「信州らしさ」を統一感を持って発信するためのキャッチフレーズ「しあわせ信州」とロゴマーク「信州ハート」を作り、県内様々なところで使用しています。



しあわせ信州

このキャッチフレーズ&ロゴマークを、みなさん一人ひとりがご自身の商品、サービス、チラシやポスター等にお使いいただくことによって、全国で初めてのブランド発信の県民運動につなげていきたいと考えています。

みんなで「信州のしあわせ」をたくさんの人々に伝えていきましょう。それが、「信州」全体のブランド力を高めることにつながっていきます！

「しあわせ信州を見つけよう」プロジェクト

信州にはたくさんの「しあわせ」があります。地域の仲間たちとのふれあいや、自然の中での暮らし、おいしい食べ物など、様々な信州の「しあわせ」を動画、写真、絵手紙、4コマ漫画、俳句の作品として表現してみませんか。一人ひとりの「しあわせ信州」を、みんなの大きな「しあわせ信州」にして発信するのが、このプロジェクトです。

投稿いただいた作品は「しあわせ信州」のPRに活用させていただきます。プロもアマチュアも問いません。経験や技術も関係ありません。あなたの思う「しあわせ信州」が表現されていればそれでOKです。

現在までに1000点を超える作品をご投稿いただいております。投稿はまだ受け付けておりますので、皆さんもぜひご参加ください！みんなで大きな「しあわせ信州」を創りましょう！



今までの作品、投稿は公式ホームページ(「しあわせ信州を見つけよう」で検索)まで。

キャッチフレーズ&ロゴマークのご使用や「しあわせ信州を見つけようプロジェクト」についてのお問い合わせは、長野県観光部信州ブランド推進室 までお願いします。
〒380-8570 長野市南長野字幅下692-2
TEL:026-235-7247 FAX:026-235-7257
E-mail:brand@pref.nagano.lg.jp

「しあわせ信州創造プラン」への参加

長野県は2013年4月から「しあわせ信州創造プラン(長野県総合5か年計画)」を推進しており、その中で「人の力」でふるさとを守るための取組による地域づくりや、結婚・子育てのしやすい環境づくり、三大都市圏からの移住・交流推進施策などに長野県民みんなで取り組んでいこうというプロジェクトを行っております。

当院はこの計画に賛同しており、これからも地域活性化に取り組んでまいります。