

利根保健生協 2008年12月現勢

生協組合員.....26,210世帯
出資金額.....1,225,450,000円
平均出資金額.....46,755円

理事25名 監事3名 総代203名 班長1340名 保健委員1723名
くらしの相談員126名 ホームヘルパー2級144名 3級40名
出資金一世帯平均で全国目標の
5万円達成をめざしましょう

利根の保健

利根保健生活協同組合

発行人 都築 靖 発行部数 21,300
編集 「利根の保健」編集委員会
〒378-0053 沼田市東原新町1855番地の1
0278(22)4321 FAX(22)4393
事業所 利根中央病院 (22)4321
利根歯科診療所 (24)9418
老人保健施設とね (22)8855
とね訪問看護ステーション (23)3706
片品村鎌田 片品診療所 (58)3910
印刷 有限会社 コトブキ印刷

患者・組合員の皆様へお願い

全国的な医師不足の影響から群馬大学第一内科の医師体制不足のため、第1内科より派遣されてくる医師が減員となり、4月1日から当院の常勤内科医師が15人から9人に減員となります。現在、非常勤医師による診療継続をめざして生協、病院をあげて努力中ですが、多大なご迷惑をおかけすることは避けられません。

既に4月からの内科医師減員に伴う紹介状の記載や入院体制の準備等を始めていますが、内科医師の業務負担が大幅に増加しており、これ以上医師への負担を掛けさせないために、苦渋の決断として当院の内科系救急外来体制を以下の様に変更させていただきます。

皆様には、大変ご不便・ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解の程をお願いいたします。

利根中央病院 院長 長坂 一三

[1] 1月19日から平日午後の内科系救急外来(13時~17時)を休止いたしました。

処方みの場合でも対応が出来ません。

午前中の受診をお願いいたします

外傷(ケガ)への対応は従来通り行います

[2] 4月1日より内科系の当直は次の様になります。

次の曜日は、直接来院した方や救急車を要請された方、及び当院かかりつけの方など、全ての内科系疾患に対し、内科系当直医師不在のため対応が出来ませんのでご留意下さい。

平日は、火曜及び木曜日の時間外診療(17時~翌朝9時)

土曜、日曜及び祭日の午後以降(12時~翌朝9時)の救急輪番日(月1回程度)以外。

[3] 消化器内科(食道・胃・十二指腸・小腸・大腸・肝臓・胆嚢・胆管・膵臓)が担当すべき疾患については、当院では対応しきれない事が予想されます。その際は、他の医療機関へご紹介させていただきます。

[4] 内科医師数が減るため、入院をお断りせざるを得ない場合も予想されます。その際には他の医療機関へご紹介させていただきます。

内科医師削減で 新病院建設に着工延期

新病院建設は、今年7月頃の着工をめざして諸準備を進めてまいりました。しかし、4月から利根中央病院内科医師の大幅減員という事態となりました。この様な事態を受け昨年12月の理事会及び「新病院建設委員会」では、今後の病院建設の進め方の検討を行いました。

決定した主な事項です。
病院建設準備は予定どおり
推進しますが、着工時期に
ついては、医療構想と経営
計画、設計の3つの視点で
再検討し決定する。

医師削減により収入減が予想されるので、建設資金計画、経営計画を全面的に見直す。
放射線照射施設・装置は、第1期建設では見送る。

新病院建設は、以上述べましたように着工を延期せざるを得なくなりました。ご理解をお願いいたします。

医師不足を主因とした全国各地で起きている医療崩壊の実態など、「新病院建設」を取り巻く厳しい現状にご理解いただき、引き続き地域医療を守るためご協力を心からお願いいたします。

皆様のご協力を得ながら、役職員は力を合わせ、医師確保や地域医療を守るよう皆様のご期待に添える病院づくりをめざして諸準備を進めていきます。

地域医療確保めざし

第32回 保健組織活動交流集会

今年の活動交流集会は、記念講演や4~5題の組合員の活動報告、内科医師削減問題での特別報告などを予定し準備を進めています。

日時 3月8日(日)

受付 9時30分 開会10時

場所 みなかみ町カルチャーセンター(上牧)

交流集会の詳しい内容は次号でお知らせします。ぜひ多くの方の参加をお願いいたします。

増資活動

増資世帯 昨年を上回る

引き続き大きな協力を



10月11月の生協強化月間を中心に取り組まれた出資金ふやしの活動は、年末ギリギリまで頑張り一定の前進をはかることが出来ました。

この結果、12月末までの取り組みは、組合員ふやしでは前年比約6%増の448世帯の成果。出資金ふやしの活動でも、実増資世帯は前年比約3%増の5381世帯で前年を上回る協力が寄せられました。

22.2%になり、40%を超えた支部は、沼田南(馬場半次郎)、川場(吉野長治)、月夜野東(小林一義)の3支部。30%以上は高山支部(大木一雄)でした。カッコ内は支部長。

医療崩壊を遠い地域での他人事と高を括っていた人が居たら、最近当院でも起こっている事を考えれば、自らの問題として認識出来ると思う。医療崩壊は、医療の中心である医師不足から発生する事が多い。長年に亘る政府の低医療費政策が元凶である事は心ある人は知っている。先進諸国の中での医師比率や医療費の割合を引き合いに出すまでもなく、医師養成に歯止めをかけてきたところ、5年前からの医師臨床研修制度が引き金になったのである。医師不足には、医師を取り巻く環境を改善し、科の選択を含め医師自身の声を重視した政策と国民の声を元に対応を考えていかねばならない。本年4月より利根沼田に於いても「医療崩壊」が起こるかも知れない。当院の内科医師体制の弱体に伴う救急医療や長期フォロー患者の転院や他院への紹介が今、将に行われている最中である。利根中央病院は生協病院として、利根沼田で草の根の地域医療を実践してきた。東北の中核病院となったが、患者、組合員の信頼を勝ち得た最大の原動力は、地域住民の医療要求に真面目に応えてきた結果だと思ふ。医師を中心とする民主的集団医療、チーム医療でこの苦境を乗り切る以外に有効な手はない。患者、組合員、地域住民の皆さんは真にこの病院が「医療崩壊」に正しく立ち向かっていくかどうか見守りつつ、有形無形の支援をお願いしたい。(都)

12月班会開催一覧

支部名	班名	班長名	人数	班会内容
沼田東	材木町11	小林永久子	7	忘年会、血管年齢測定
	材木町1	小野 のぶ	5	忘年会、年間計画
	東原新町13	雲越 タカ	3	忘年会
	西原新町11	得能 淑子	3	忘年会
	上原町7-4	武井 嗣男	4	指圧
	上原町6-1	片桐智代江	3	指圧
	上原町9-2	星野フジ子	4	指圧
沼田中	西倉内町8	坂大 徳江	9	忘年会、班長選出
沼田西	標名町8-2	金子 くら	4	忘年会、年間計画
	標名町1-2	戸部 大吉	3	忘年会、年間計画
	標名町3	金子 森子	3	忘年会、年間計画
	標名町8-1	宮内はつ枝	4	忘年会、年間計画
沼田南	鍛冶町10	馬場半次郎	4	忘年会、年間計画
	鍛冶町5	下 ろく	3	忘年会、年間計画
	鍛冶町6	竹村 健一	3	忘年会、年間計画
沼田北	高橋町原田神明	石倉 時子	8	監理室の話
利南	上久屋町馬場	織田沢澄世	5	監理室の話、年間計画、忘年会
	下久屋町原	星野サヨ子	3	忘年会、年間計画
	フアータウン		19	健康で長生きの話
	戸鹿野町1	星野 早苗	7	7/1(打ち班会1000円負担)
薄根	視田町合同班	金子 幸子	5	忘年会、年間計画
	白岩町合同班		4	忘年会、年間計画
白沢	尾合上	角田 梅子	6	調理班会
利根北	伊香原合同班	小菅 義	3	インフルエンザ班会
川場	中野合同班	宮田 正子	10	忘年会、餃子つくり班会
月夜野東	下牧原の中	山田八重子	6	忘年会、糖尿病の話
	後開上人合同班	佐藤 興	5	血管年齢測定、特定健診の話
	後開下人合同班	渋谷 典子	5	血管年齢測定、特定健診の話
月夜野西	下津竹改戸	千明さかえ	6	血圧チェック
	橋下洞上1	本多 清	4	大腸がんチェック、尿チェック
	橋下洞上2	原沢 福治	4	大腸がんチェック、尿チェック
	橋下北	南雲 紀子	3	大腸がんチェック、尿チェック
新治	須川十二河原	田村 照代	4	健康チェック、健康体操
	須川上	梅沢 貞子	5	温泉班会
	須川中	見城 絹子	4	温泉班会
	須川下	見城 光子	4	温泉班会
	布施宿	島崎 金衛	8	骨粗しょう症の症、骨密度測定
昭東	糸井中宿	須藤 澄子	6	1/16(よく飲食、くすり快眠)
	貝野瀬合同班	杉木 哲二	4	かぜとインフルエンザ
高山	判形前原	木村千代子	8	おもち班会
職域・他	MOBクラブ	山田周一郎	4	年間計画、内臓脂肪測定
病棟・他	1階北	西島みどり	10	餅の仕込み
	ふれあいの輪	野村 操	24	内臓脂肪測定
総計	43回		246人	



沼田南 鍛冶町10班(年間計画づくりと新年会) ご馳走を前に「健康班会を引き続き行って、元気で長生きをしましょう。末長い皆さんの健康を願って」と世話人の馬場半次郎さんの音頭で乾杯。楽しい新年会でした



利南 下久屋原班(大腸がんの話、大腸がんチェック) 「ここに2滴たらして…」と看護師の指導を受けながら自分たちで大腸がんチェック。皆、陰性でホッとしました。こんなに簡単なら半年に1回必ずやろうということに

ピロリ菌外来 予約制に

- ・ピロリ菌外来の受診者増加に伴い、ピロリ菌外来が予約制となります。
- ・外来日は現在と変更なく、月曜日14時～です。
- ・班会などの陽性者も電話予約後の受診となります。
- ・電話予約は14時～16時半までに内科外来へお問い合わせ下さい。

代表 22-4321(内科外来)まで



おらがまちの 班会あれこれ



白沢 尾合合同班(年間計画づくりと新年会) 「班会のしおり」をもとにやりたいテーマを出し合って年間計画を作成。「食堂や品揃え豊富な売店を院内に設置して」など新病院建設への期待の声も出されました!



新治 十二河原班(大腸がんチェック) 毎回、出資金を持ち寄って班会。便潜血チェックは皆が陰性でひと安心でした。内科医が減ることは心配との話題に。地域に残ってくれる医師が欲しいですね!!



月夜野東 原の中班(健康体操とレクリエーション) 医学生2人に血圧を測ってもらい、指先や全身を使って脳を刺激する「健康体操」や簡易レクで楽しく交流。手作り料理を食べながら医療に対する想いも交流し合いました。

今月の料理

鮭のピカタ

鮭と緑黄色野菜を合わせると抗酸化作用がアップ。疲労回復や美肌効果に役立ちます。

材料(4人分)

- 甘塩鮭...4切れ ほうれん草...1束 エリンギ...2本
- 卵...2個 バター...少々 オリーブ油...大さじ2強
- トマトケチャップ...大さじ2 カレー粉...小さじ2/3
- 塩...少々 こしょう...少々 小麦粉...適量

作り方

鮭は皮と大きな骨を除き、ひと口大のそぎ切りにする。塩、こしょう各少々をふり、小麦粉を薄くまぶす。卵を割りほぐし、フライパンにオリーブ油大さじ2を熱し、の鮭を卵液にくぐらせながら入れて両面を焼く。

ほうれん草はゆで、4cm長さに切ってバターで炒める。エリンギは残りの油で炒める。

の鮭とエリンギ、ほうれん草を盛り、トマトケチャップとカレー粉を混ぜ合わせたものを添える。

(栄養課 林あやの)

作品募集

俳句・短歌をお寄せ下さい。〒371-0053 沼田市東原新町一八五五の二 利根保健生協 組織課 「なかまの作品」係

高年齢な短歌の友とお正月元気で語る笑顔たやさず 沼田市高橋町 森田 妙子

若き日に教へ受けたる懐かしき恩師の賀状に励まされけり みなかみ町下津 原沢 貞子

小松菜を摘みつつ望む子持嶺に冬至の今日の入り日かがやく 沼田市高橋町 大竹 理恵

初春に九人家族の賑やかさ食事づくりにひと日の暮れる みなかみ町湯原 渡丸 共代

遊び事と笑うな友よ職退きてわれが覚えしドラム缶の炭焼き 川場村生品 小林 文吉

竹箒に昨夜のうす雪掃きしあと庭に幾筋線を残せり 沼田市馬場町 金井 貴美子

短歌

冬芽早や大空に向きほぐれ初む 沼田市磯田町 阿部 まつ

人日や夢の中なる母の顔 高山村中山 深代 昭夫

ふるり向けば凸凹くねり雪の道 みなかみ町藤原 吉野 仍次

振りむかぬ孫見送りて冬の暮 みなかみ町下牧 高橋 勝巳

おらが春老老介護に変わりなく 沼田市上久屋町 坂田 やすお

なかまの 作品



しわぶきて心も尖る風の夜 みなかみ町藤原 林 美佐子

八十路とて女忘れじ初鏡 沼和村貝野瀬 梅沢 まつ女

載せて来し蜜柑の匂ふ配膳車 沼田市西倉内町 戸丸 泰二郎

蠟梅の香り嗅ぐ孫笑顔かな みなかみ町 増田 耕寿

保健生協通信 (最終回)

「健康班会」で
学んで交流



利根保健生協の「健康班会」は、医療生協の特色ある自主的な保健活動としておこなわれています。班会のなかでは、参加者同士の経験交流はもちろん、病院の医師や看護師などの専門職の知識を学んだり、大腸がんチェックや骨密度チェック、体脂肪チェックなどの健康チェック(一部有料のものもあります)ができます。「健康班会」に地域・家族ぐるみで参加して健康の見直しをすすめてみましょう。

自分の症状を理解して
受診した際には、自分がどの程度の症状なのか、例えば

日常生活の注意点

- 気象情報や花粉情報に注意する。
- 外出時にはマスクやメガネをする。コンタクトレンズは目の間に花粉が入りやすく、症状が悪くなるので使用は控える。
- 帰宅したら衣類についた花粉を落とし、うがい、洗眼を。
- 花粉飛散時にはできるだけ窓をあけない。
- こまめに掃除をして家の中の花粉を除去する。掃除の際にはマスクを。
- 花粉の多い日は家の中に洗濯物を干す。とりこむ時はよくはたいて花粉を落とす。

皆さんの自宅の素敵なインジエルの写真投稿をお待ちしております。



沼田市下久屋町
林 楓ちゃん(2歳9ヶ月)
ピースができるようになったよ



沼田市高橋場町
大島更紗ちゃん(1歳)
1歳のお誕生日会です



沼田市白沢町
星野花里奈ちゃん(中・2歳2ヶ月)
お兄ちゃんにも負けないう!



里帰り出産の方も大歓迎!

すくすくインジエル

掲載希望の方は お子様氏名 年齢 住所 コメント (13文字以内) 連絡先 をご記入の上ご投稿下さい。
編集事務局 E-mail:sukusuku-tone04@tonehoken.or.jp



沼田市薄根町
液部悠斗くん(左・2歳2ヶ月)
ケンカ毎日!でも仲良し姉弟♡



みなかみ町須川
高橋 蓮くん(2歳10ヶ月)
ショベルカー大好き♡



沼田市下川田町
本多諒斗くん(7ヶ月)
モ- モ- えいタン



みなかみ町阿能川
森本惟吹くん(1歳10ヶ月)
外遊びが大好きです!



みなかみ町新巻
柳 美紅ちゃん(2歳5ヶ月)
3人兄妹唯一の姫です♡



沼田市東原新町
吉野運治くん(左・3歳)
お兄ちゃん頑張り-(笑)

医療相談室

花粉症と上手につきあうために



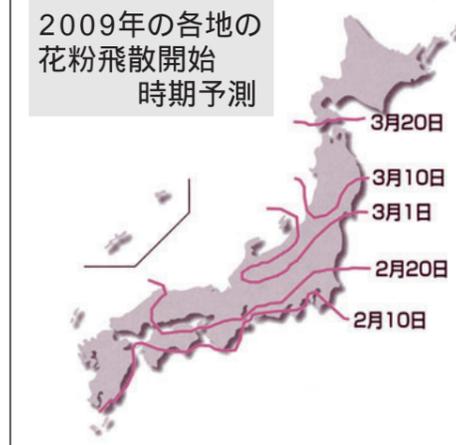
利根中央病院
耳鼻科外来副主任
西巻好美

花粉症は、花粉の飛散期に一致して、目のかゆみ、充血、流涙、くしゃみ、水様鼻汁、鼻つまりなど、鼻のアレルギー症状を示すものを言います。また、体調不良や食欲不振、便秘や下痢になったり、偏頭痛を伴うこともあります。季節性発症が特徴でもあるので季節性鼻炎とも言います。

今春のスギ花粉飛散量は?

スギ花粉は2月上旬から飛散し、4月上旬にかけてピークです。今年春のスギ花粉飛散量は、過去十年の平均と同じか、やや多いと予測されます。

春に飛散するスギやヒノキ科の花粉量は、前年夏の気象条件が大きく影響します。一般に日照時間が長く、気温が高いと翌年春の花粉が多く、逆に雨が多くと日照時間が少



初期療法で症状軽減
初年、強い花粉症を示す方は、初期療法をお勧めします。初期療法とは、花粉飛散開始とともに、または症状が少しでも現れた時点で薬による治療を開始することです。

余裕を心に正しく治療
シーズン中は薬を使うことにより、満足のいく生活を送ることが出来ます。時間的余裕というものを心に置いて、正しく治療すれば、おおよそ2、3日で症状を抑えることができます。

