

利根保健生協 2009年5月現勢

生協組合員.....26,196世帯
 出資金額.....1,206,853,000円
 平均出資金額.....46,070円

理事25名 監事3名 総代203名 班長1334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



190人(うち委任42)の参加で全議案を採択

第33回 通常総代会

総力挙げて医療改善を！ 新病院・西部拠点づくり確認

6月12日(金)、第33回通常総代会が、利根沼田文化会館で、総代190人(内委任42人)をはじめ、理事・監事など役員25人が参加して加藤眞喜、広橋絹代両総代の議長のもと開かれました。

年間活動のまとめと新年度方針、新病院建設事業計画、利根西部への拠点づくり、公認会計士監査・選任の件など6議案が提案され、午後7時の分散会場で約2時間活発な討議がされました。新役員体制も確立し、新年度へのスタートを切りました。

都築理事長は、「最大の要 沼田広域圏の立場から、地域 業を中心に、多目的ホールを 因は全国的な医療圏にある 医療が後退しないよう医師確 併設して班会や体操教室など 手の利根中央病院もその痛 保に努力を誓う」と挨拶があ りました。

夢広がる西部への拠点 長年の懸案だった利根西部 (みなかみ地域)への拠点づ くりの計画が承認されました。 已喜男沼田市長からは「利根 これは、歯科と訪問看護の事

見、「他院に紹介されたが戻 来て安心した」「よそを受診 したが医療内容の点からやっ ぱり中央病院と感じた」「選 析医師問題の時のように力を 合わせて乗り切って欲しい」 などの心強い意見も多数あり ました。

また、既存棟の老朽化によ る修繕費がかかりすぎとの指 摘や「医師や研修医が班会に 参加できるシステムにして欲 しい」という声、新病院建設 の早期着工を強く望む声等も 多く出されました。

創設期の原点に立ち返って 職員・組合員がこれまで以上 に連携し、医師確保や建設の 実現に向けて地域医療を守っ ていく課題に総力を挙げてと りくむことを特別決議として も確認しました。

医師確保が力ギ

国の誤った政策による全国 的な医師不足の影響をもちに 受け、中央病院内科医師が大 幅減員され、消化器系や救急 患者の受け入れ制限がされてい る問題が、どの分散会でも多 く出されました。「他院に入 院させられた」「いつでも診 てもらえる安心料という気持 ちで出資していたのに残念」 「他院に負けない接遇改善を して欲しい」などの率直な意

社会保障を守り 楽しく健康づくりを

各分散会の社会保障や福祉 の分野では、後期高齢者医療 制度や介護保険制度の相次ぐ 改悪で困っている話、老老介 護で苦しんでいる悲痛な体験 談、健康を維持する工夫話な どの発言がありました。「姥 捨て山制度は絶対に廃止にし たい」「税金の使い方を重 ざなければ、年金の少ない 我々は首をつるようだ」など 切実な意見が出されました。 また組織活動分野では「前



熱心に討議された分散会の様子

任者が病気で機関紙を配れな くなり引受けたが、最近では近 所の高齢者の家を回るのが楽 しく感じる」「班会や支部の 年間計画に楽しめる内容を取 り入れ続けている」「老人会 や婦人会と一緒に班会をして いる」「魅力ある班会メニュー を増やして欲しい」など楽 しみながら健康づくりを広げ ようという発言が目立されてま した。

その他、予約時の待ち時間 問題など利用上の改善を望む 声や、「通信教育の『高齢者 いきいきコース』が良かった ので、皆に薦めたい」「担い 手づくりは大変だが、若手を 育てて支部を成長させ、生協 運動を発展させたい」など、 日頃感じている「想い」を出 し合い共有しました。

困難を切りひらく 新理事會体制

(常勤部以下五十首順、印は新任、敬称略)

- | | |
|------------------|--------|
| 理事長 都築 靖 | 理事 28人 |
| 専務理事 千木良 敏雄 | 監事 3人 |
| 常務理事 原田 富夫(歯科所長) | |
| 理事 長坂 一三(病院長) | |
| 金子れい子(看護部長) | |
| 林 和博(病院事務長) | |
| 高坂 浩明(病院事務次長) | |
| 安達 澄(新治) | |
| 阿部 由一(新治) | |
| 飯田 武一(沼田南) | |
| 生方 輝房(沼田東) | |
| 大竹 敏彦(片品) | |
| 織田澤澄(世利南) | |
| 木村 由夫(池田) | |
| 雲越 高枝(水上) | |
| 小林 喜市(利根北) | |
| 佐藤 伸吉(高山) | |
| 杉本 哲二(沼和東) | |
| 角田 正男(沼田北) | |
| 林 郁次(月夜野西) | |
| 久枝 允(薄根) | |
| 広橋 絹代(月夜野東) | |
| 菅田 哲男(利根南) | |
| 諸田 邦男(沼和南) | |
| 山田 忠夫(月夜野東) | |
| 吉田 宇太(川田) | |
| 綿貫 藤江(沼田中) | |
| 割田征二郎(沼田西) | |
| 小澤 重吉 | |
| 田村 照代 | |
| 真庭 一男 | |

あぜ道

医療機関を受診する訴えの中で「腰痛」と「膝痛」が上位の二つを占めるといふ。それほど日常的な事柄なのに、若い頃にその対処法を覚えて貰った記憶がない高齢の方は不便な時代を生きて抜き、よるずに体を使って物事をこなしてこられたから体の基本が丈夫である。その方たちでさえ、腰痛、膝痛に苦しんでおられる。車を筆頭に便利社会に慣れて体を使わない我々世代はどうなってしまうのか、腰痛を例にとると変形して潰れた背骨(腰椎)が神経や組織を圧迫して、腰痛になったり足がしびれたりするのを防ぐには、脊椎を丈夫にする。脊椎にかかる力を減らす。体重を適正にする、などが考えられる。 に関しては若い頃に体を鍛えて骨を丈夫にしておくことが肝要である。 に関しては腰痛、背筋、骨盤筋を鍛えなければならぬ。寝ている状態から手を使わずに上体を起こせない人は、腹筋が弱く腰痛になる可能性が大である。40代でもこれができる人が多いのは驚く。30代、40代のうちは骨が丈夫だから腰痛・背筋が弱くても腰椎は変形しない。でも、更年期を迎えて女性ホルモン・男性ホルモンが減ると骨は脆くなり、変形がじんわりと進行するのである。だから30年先を見据え、若いうちから計画的に腹筋・背筋・骨盤筋を鍛えて腰痛を予防する必要があるよつだ、長寿社会に不慣れな我々には、注意すべきことが山積している(大塚)

総代会で表彰

生協の表彰規定に
もつぎ優秀活動班
「生協強化月間」優
秀活動支部、永年勤
続職員表彰が行わ
れました。(敬称略)

〔優秀活動表彰班〕(班長)

〔表彰基準1〕
沼田南 鍛冶町5北(下ろく)

〔表彰基準2〕
新治 須川十二河原(田村照代)

〔表彰基準5〕
沼田北 高橋場原田神明
(石倉時子)

〔生協強化月間優秀活動支部〕(支部長)

〔増資活動の部〕
沼田南支部(馬場半次郎)

高山支部(大木一雄)

〔組合員増やしの部〕
中澤昌代、中村文彦、林俊彦

〔勤続職員表彰〕(五十音順)

勤続30年
加藤貴田村由紀子、林清子

勤続20年
赤石佳代子、安藤哲、五十嵐 夫

今井澄子、伊与久八、栗林由美

子、小林きよみ、中野智之、西

巻定子、林きくみ、吉澤恵子

勤続10年
宇敷明人、岡村幸代、小野則子

金井ゆづこ、川端由香、木村香織

原美弥子、小林陽子、佐藤紀子

佐野夕子、鷹嘴朱美、竹内邦夫

〔特別賞〕
川場支部(吉野長治)

月夜野東支部(小林一義)

新任理事 監事紹介

(出身支部)(五十音順)



安達 澄 理事 (新治)



生方 輝房 理事 (沼田東)



木村 由夫 理事 (池田)



萬枝 理 理事 (水上)



高坂 浩明 理事 (常勤)



林 和博 理事 (常勤)



広橋 絹代 理事 (月夜野東)



笹田 哲男 理事 (利根南)



小澤 重吾 監事 (沼田東)

報告 地域の医療 経営を守る

全国的な医師不足のなか、
利根中央病院でも大きな影響
を受けてきました。
その結果、1月下旬より内

生協の資産 (2009.3.31現在)		2008年度決算		2009年度予算	
資産の部		収益の部			
流動資産	1,829,271	事業収益	8,115,288		7,897,266
固定資産	4,049,049	事業外収益	59,553		45,780
合計	5,878,320	合計	8,174,841		7,943,046
		費用の部			
		薬品・材料費	2,410,915		2,299,717
		人件費	4,513,863		4,415,320
		委託費	270,828		270,520
		物件費	426,159		415,925
		減価償却費	314,570		294,057
		支払消費税	156,457		149,311
		事業外費用	26,092		21,460
		合計	8,118,884		7,866,310
負債及び純資産の部		費用の部			
流動負債	1,384,144	減価償却費	314,570		294,057
固定負債	2,999,372	支払消費税	156,457		149,311
出資金	1,206,359	事業外費用	26,092		21,460
剰余金	288,445	合計	8,118,884		7,866,310
合計	5,878,320	経常剰余金	55,957		76,736

科系救急診療の縮小を余儀なくされ、組合員の安全と安心、生協の運営に深刻な影響がありました。2・3月の病院経営は特に厳しい状況となりましたが、全体の奮闘でほぼ前年並みの決算にこぎ着けることができました。(表参照)

新年度も、大変困難な状況が予想されます。医師・看護師などの確保は、地域の医療と経営を継続していくため、かせない課題です。引き続き、大学との連携を強化するとともに、独自の養成計画を強化します。

安心できる医療体制づくりはもろろん、平和や社会保障制度の充実など、地域の幅広い人びとと連携し、くらし続けられる地域づくりをすすめます。

お口の健康 「歯の衛生週間」

6月4日から一週間は、「歯の衛生週間」でした。こ



長年の活動に感謝 理事・監事 6人退任



星野氏 佐藤氏 高橋氏 石倉氏 牧野田氏 関氏

第33回総代会で、理事5人、監事1人が退任されました。牧野田俊男(11期22年)、高橋三三(8期16年)、佐藤長次(4期8年)、星野宏治(2期4年)、関孝之(4期8年)、石倉信治(7期14年)。(敬称略)

退任理事から「定年後、各団体の活動と合わせ、総代・組合員の皆さんにお世話になりました」「多くの組合員さ

のうちの2日間、利根中央病院の待合いで「歯の健康相談と健康チェック」をとりくみました。

かむ力をガムの色の変化で判定すると言う「咀嚼判定ガム」、唾液の中の出血の有無を見る「サリバスターチェック」などを行いました。

これには利根歯科診療所から医師5人、衛生士4人と、「歯の保健委員」5人が交替でとりくみました。

担当の中山衛生士は「より多くの人に口の中の健康について考えていただくきっかけになったと思います。」と話していました。

6月6日「第21回赤ちゃん同窓会」には、生後6ヶ月から1才の37組が参加し、小児科、産科、歯科の各医師や、栄養士、薬剤師、保育士のコーナーも設けられ、それ

ようこそ新しい仲間 5月の新加入者

- 沼田北支部 安立 孝
- 沼田北支部 木樽 さか
- 沼田北支部 戸丸 晴香
- 沼田北支部 利根北支部 杉田 正彦
- 月夜野西支部 金子千代子
- 月夜野西支部 竹内 昭子
- 新治支部 高橋 昌三
- 高山支部 石井 宏幸
- 町田支部 房子

増資者一覧 5月分

- 5月の増資は五五一人から寄せられました。この賢への紹介は、紙面の都合上10口単位に到達した十七人の方を掲載しております。ご了承下さい。(敬称略)
- 沼田東支部 (50口以上) 田中 文吉
- 沼田東支部 (140口以上) 大島 昭治
- 沼田東支部 (180口以上) 村田 昭寿
- 沼田東支部 (420口以上) 青柳 裕子
- 沼田東支部 (80口以上) 平井 忠勇
- 沼田東支部 (50口以上) 宮下 泉
- 利根北支部 (130口以上) 小宮 義
- 新治支部 (350口以上) 小林木一郎
- 新治支部 (220口以上) 片島 義夫
- 月夜野東支部 (210口以上) 原沢 桑夫
- 月夜野西支部 (160口以上) 今井 音由
- 沼田東支部 (160口以上) 水野 浩充
- 沼田東支部 (60口以上) 林 郁次
- 沼田東支部 (220口以上) 月岡 章
- 新治支部 (20口以上) 菅木 喜一
- 新治支部 (350口以上) 沼木 一矢
- 沼田東支部 (220口以上) 山岸タツ子
- 沼田東支部 (90口以上) 西山 達夫
- 沼田東支部 (80口以上) 井原志津江

それが相談していただきました。手遊びや紙芝居などで楽しんで

友情列車 ひまわり号

利根沼田と、群馬ひまわり号では、5月24日(日)、水上発で千葉のデイズニールランド&シーまで「特別列車」を走らせました。

45人の車イスの方など障がい者やボランティア、200人の参加者でした。

順序よくアトラクションを回って喜んでいました。

「障がいのある仲間同志、とても気持ちがあわよく、良かったです」とニコニコ顔の楽しい一日が過ぎました。



5月班会開催一覧

Table with columns: 支部名, 班名, 班長名, 人数, 班会内容. Lists various classes and their details across different branches.



恵保育園 子育て支援センター(乳がんの話) 中島Drの話に子育て真っ最中のママさん20人以上が真剣に耳を傾けました。検診の大切さを学んだあと、乳がんの模型でしこりの感触を確かめました。



沼田東 上原合同班(大腸がんチェック、夏バテ予防) チェックした14人分はすべて陰性で「ああ良かった」とひと安心。夏バテ予防の話なども聞いて交流しました。これで夏も元気に過ごせますね。

班会で「内臓脂肪チェック」ができます!

内臓脂肪の蓄積は、生活習慣病を招き、「心筋梗塞」や「脳卒中」などの原因になります。病気の危険を減らすためにも、まずはチェックしてみませんか? お気軽に、組織課(22-2300)までご相談ください。

無料



薄根 西町田合同班(認知症予防の話) はじめての班会に12人が参加。認知症の紙芝居や痴呆予防の指先体操で和気あいあいの班会に。「次もやりたいね」と次回が楽しみです。



片品 菅沼班(血管年齢チェック、動脈硬化の話) 血圧、血管年齢チェックともに、参加者のほとんどが適正値でした。「食生活に気をつけているから違うんだねえ」班会で学んだことが役立っている、などの声がありました。



月夜野西 町組合同班(尿チェック-糖・タンパク・塩分-) 糖・タンパクは全員陰性でしたが、「しょっぱいものが好きだからなあ」と塩分が高めな人も...。班会で定期的にチェックしていきましょう。

今月の料理

薄焼き卵の野菜巻き

野菜たっぷりのかんたん中華です。夏バテ予防にいかがですか?

材料(4人分)

- ピーマン...60g 赤ピーマン...30g セロリ...50g もやし...200g
ロースハム...30g トマト(飾り)...1個
A(卵...2個 塩...少々 片栗粉...小さじ2)
B(塩...少々 旨味調味料...少々 こしょう...少々 ごま油...小さじ1)
C(ショウガのみじん...5g しょうゆ...大さじ2 酢...大さじ1 砂糖...大さじ1 練りごま...大さじ1 旨味調味料...少々 ごま油...大さじ1 ラー油...小さじ1)

作り方

- ピーマン、赤ピーマン、セロリ、ハムを細く切る。野菜を茹でる。
野菜とハムにBで下味を付ける。
Aの材料で薄焼き卵2枚を焼く。
で を巻き、フライパンで両面に焼き色をつけ、食べやすく切る。
Cの材料を混ぜ合わせてタレを作り、にかける。

(栄養課 小野由美子)

なかまの 作品

俳句

七夕の願ひ健康のみを書き 沼田市西宮内町 戸丸泰二郎

朝顔や支柱に託す生きる意志 昭和村森下 小林にさく

夏暖簾還暦仲間と飲み交す みなかみ町師 増田耕寿

明日よりも今日を大事と濃紫陽花 昭和村員野瀬 梅沢まつ女

八木二力を吹いて五月の風に寄せ 沼田市上苑町 齋藤万里子

久々に陽を浴び布団梅雨晴間 みなかみ町下牧 高橋勝巳

旧友の介護援助や夏に入る 沼田市上久屋町 坂田やすお

お似合いの浴衣に老も若返り 昭和村員野瀬 横坂成庄

仏壇に告げる田植の祝膳 沼田市上苑町 山田千恵子

短歌

山山の若葉に萌ゆる四万湖畔幻のごと朴の花咲く 白沢町尾合 飯田清子

石段を杉の太根が押し上げて杜の参道曲がり真つすぐ みなかみ町栗沢 真庭義夫

水張田に子持の嶺は朱く映え蛙の声はことさらたかし 沼田市高橋場町 笛木力三郎

藤つつし青葉若葉に照り映えて吾子の命日四年を迎ふ みなかみ町下津 原沢貞子

登りゆくさくらの道は花過ぎし若葉かがやく海のはひかりに 沼田市高橋場町 田島智恵

鉄線の茄子紺の色あざやかに梅花つつぎの白に映え合ふ みなかみ町上牧 阿部房子

リハビリに通って此の足遅くとも一歩一歩へと健康のため 沼田市高橋場町 森田妙子

平和ボケしているような若人に憲法九条とくとくと説く みなかみ町月夜野林 いくじ

医療相談室

がん検診を受けましょう
がんは死因のトップ



利根中央病院 健康管理科 長坂 令子

2006年8月、利根中央病院は厚生労働省から「がん診療連携拠点病院」の指定を受けました。多くの組合員さん、地域のみなさんの参加を得て、様々な講演会や学習会が開催されています。今回は、多くの組合員さんががん検診を受けてくださるよう、がん検診の必要性についてお話しします。

50〜70代、約半数ががんは、1981年(昭和56年)からわが国の死亡原因の第1位となり、現在もお私達の命や健康にとって重大な問題となっています。現在、総死亡のうち、がん死亡率が男性では50代から70代には40%を超え、女性では40代から60代の50%以上がんで亡くなっています。

男Ⅱ胃・肺・大腸
女Ⅱ乳・胃・大腸

早期発見は負担少なく治療が容易

医学が進歩した今日でも、がんの確実な治療は、症状の出ないほど小さな段階で見つけ、切り取る事です。このためには、「がん検診を定期がんの予防にも繋がります。

せせせ 先輩の方々に感謝

みなかみ町後閑 渋谷典子さん



長い間先輩の方々が、つちかっていた班会を受けついで四年目を迎える総代さん。今年から年間予定表を立て、『今の状態をより長く維持しよう』と毎月、班会を開いています。班会では皆さんから季節の料理、野菜の栽培方法やこ

がん検診向上で死亡率減少

残念ながらがん検診を受ける方は10〜20%台と少ないのが現状です。アメリカやヨーロッパなどは7割以上の人ががん検診(乳房X線検査)を受けようとして、乳がんが死亡する人が減少しました。がん対策推進協議会の推計では70%のがん検診受診率になると、がん死亡率が6%減

自治体検診自己負担金額・実施期間表(21年度)

Table with columns for 検診名, 対象年齢, 自治体 (沼田市, みなかみ町, 昭和村, 川場村, 片品村), 負担金, 実施期間. Includes details for lung, stomach, and breast cancer screenings.

少すると計算されています(ちなみに、喫煙率が現在の四分の一に減少するとがん死亡率3%弱の減少と推計。2007年以前まで「基本健康診査」(沼田市では、あおばの健診)と言っていたお

Advertisement for 'Sukusuku Enjiru' (Engel). Includes photos of children and text: 'すくすく エンジェル', '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。' and '里帰り出産の方も大歓迎!'.