

利根保健生協 2011年1月現勢

生協組合員……………26,333世帯
 出資金額……………1,235,686,000円
 平均出資金額……………46,925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 21,400
 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

手指の殺菌・消毒は 感染を防ぐ基本です

患者さん、お見舞いの方もご協力ください

適量(1~2プッシュ)を手のひらに



手をノズルの近くを持つてくる

ハンドローションのようにまんべんなく塗り広げます



これは速乾性の手指殺菌消毒剤(医薬品)です

<ゴージョーMHSの使用上の注意>

- 強く押すとゲルが飛び出すことがあります。
- 床にごぼれた際には、すぐに拭きとってください。床面が変色することがあります。

【製造元】GOJO GOJO INDUSTRIES, INC. 【販売代理店】SIRIL 株式会社エスアールエル

正しい知識を！ VREとは？

*VREとは、バンコマイシンという抗生物質が効かなくなった腸球菌(全ての人が持つ腸内常在菌)のことです。

*VREは、インフルエンザのように「空気感染」はせず、よって咳やくしゃみなどは感染しません。

VRE バンコマイシン耐性腸球菌 恐れる必要はありません

1. 普通の健康な人の腸内などにVREがいても病原性が非常に弱いので病気(感染症)をおこすことはありません
2. VREは接触以外の経路で感染が広がることはありません
3. 利根中央病院は従来から精力的に感染症対策が実施されておりましたが、現在さらに対策が強化されていることを外部専門家チームからも確認されています

群馬県衛生環境研究所 感染制御センター
 027-232-4881
 eikanken@pref.gunma.jp



組合員の皆様へ

利根中央病院 院長 長坂 一三

VRE(バンコマイシン耐性腸球菌)に関するマスコミ報道により、大変ご心配をおかけしております。

当院では、当初より利根沼田保健福祉事務所と群馬県衛生環境研究所感染制御センターの直接のご指導にもとづき、感染防止対策を徹底して実施してまいりました。

今年1月下旬までに、全入

1月20日(木)付、上毛新聞3面に「院内感染で男性死亡」の見出しがありました。が、当院ではVRE(バンコマイシン耐性腸球菌)により死亡した患者様はおりません。

この件について、2月3日(木)、上毛新聞社に以下の2点で「公開質問状」を提出しました。

- ①見出しの「院内感染で男性死亡」について事実であると考えているか。
- ②見出しと記事の内容が違うのがその理由は何か

2月9日(木)、上毛新聞社の編集局長・報道部長が来院し、「公開質問状」に対し次のように回答しました。

質問①見出しの「院内感染で男性死亡」について

回答①「事実とは異なります」

質問②見出しと記事の内容が違う理由について

回答②「バンコマイシン耐性腸球菌(VRE)の院内感染と、入院した男性死亡を短絡的に結び付け、記事とは異なる見出しを付け、誤りを見逃して、紙面化してしまいました。利根中央病院、ならびに関係者の皆様に多大なご迷惑をおかけしたことをお詫び申し上げます。誠に申し訳ありませんでした。」

感染防止対策を徹底

外部専門家からも評価

利根中央病院では、以前から専任の「感染管理認定看護師」を配置し、感染管理の徹底を図っております。本件に関しても、外部の専門家から、早期に感染対策を徹底し感染拡大を防いだことに対し、評価されています。

(左下ポスター図参照)

上毛新聞社が謝罪

上毛新聞社では記事の誤りを認め、2月4日(金)上毛新聞3面に訂正記事を掲載しました。(当日記事より転載)

【訂正】1月20日付3面の利根中央病院の記事で、見出しに「院内感染で死亡」とあるのは誤りでした。亡くなった男性は院内で感染したものではありませんでした。」

保健組織活動交流集会に参加しよう

～健康づくりと活動交流を～

【日時】 3月13日(日) 受付9時～15時30分
 【場所】 みなかみ町カルチャーセンター 大ホール
 【内容】

- ★オープニング 水上小学校「金管バンド」
- ★特別報告
 - ・「生協みなかみ歯科」開設にあたって 所長 坂田龍義
 - ・「病院の診療体制」について 院長 長坂一三
- ★記念講演 「利根保健生協に期待すること」 医療福祉生協連 関西連絡所 吉田満 事務長
- ★寸劇「よいじゃあねえけど がんばるべ～」中央保健連絡会
- ★組合員による活動報告 5演題の報告

【問い合わせ】 各支部役員または組織部 ☎22-2300) まで

あぜ道

二〇〇一年二月下旬、クライストチャールズを中心としてニューヨークを旅した。夏休みが取れぬ為、日本が冬であっても、当地は盛夏な旅先を選んだ。二月二〇日からの「花の祭」の予約が取れず二月二十五日より三月四日の一週間の旅であった。期待に違わずニューヨークは緑多い温暖な気候で、人口は三千万、面積は日本の三分の二、季節が反対である以外、日本に似ているという第一印象を持った。牧羊も盛んで、牧場で羊毛を刈る実演を経験したり、ラフティングを楽しんだり、気ままに町中の食べ歩きをしたり、それこそ珍しくゆつたりとした生活をして、将来家族で住もうかとも話し合った。すばらしく気に入った外国であった。▼十年後の今日のテレビで、クライストチャールズの大型堂が崩壊し、瓦礫の街に成り果て、邦人の犠牲があったかのニュースにびっくりした。町が活断層の真上にあつたのも初耳であった。耐震技術は高いが、古い建物に耐震性がないのも日本に似ている。犠牲者が少なく、早くあの「花の町」が蘇ってくるのを待つのみだ▼それにしても震災の度に考えさせられるのは、利根中央病院の建物である。耐震性の低い部分があり、1日も早い建て替えて安全性を確保したい▼新病院建設には、五十億以上の資金が必要である▼今後、病院の経営構造を抜本的に変え、黒字構造にする抜本的改革が必要だろ。その為の意思統一が四月からの病院執行部に課せられた任務である。(都築)



2月14日はバレンタインデーでした。全国の医療福祉生協連では、毎年この日にちなんで、チョコとバレンタインカードを配布して医療や福祉、社会保障や平和に関心をもってもらうとどりくまれています。

当生協では、用意したカードとチョコ、1,400セットの配布と、「後期高齢者医療制度即時廃止」請願署名に12人の役員さんで行きました。(写真上)

診察に見えた患者さんから「この歳になってチョコをもらえるなんて嬉しい」と笑顔がこぼれました。

「この歳になってもチョコが…」 バレンタインデー一斉行動

第4回 医療講演 & 懇談会 PSA検診(血液検査)で 前立腺がんを減らそう



2月19日、「第4回医療講演 & 懇談会」が、泌尿器科の田村芳美院長の「前立腺がんについて」で行われ組合員ら46人が参加しました。糸賀副院長は「組合員の皆さんにもっと病院内のことを知って頂いて、医師を育てて頂きたい」と開会挨拶。田村先生は、約12年間当院で診察し、日常診療の中で受けている質問や、この地域の「前立腺がん」の発症。「PSA検診」の受診状況により、地域差が見られる。などと詳しく話されました。

利根西部の拠点としてすすめている「生協みなかみ歯科」が、3月中の完成に向けて建設が進んでいます(写真右)。開設は4月の予定でしたが、申請手続きの関係で5月始めの開設となる見込みです。スタッフは2人の医師をはじめ、衛生士4人、技工士2人等計10人で、「利根歯科」と同等の「安全安心の治療」を提供していきます。



「生協みなかみ歯科」 5月初旬開設

「どんな病気なのか」「他の『がん』に比べて増えている」「10年後位には今の3倍にもなると予想されている」しかし、オーストリアのチロル地方では、検診の受診率を高めることで減少させていると紹介。採血で簡単にできる「PSA検診」と、異常値が出たら必ず二次検診することが大切だと強調しました。さらに「この話を女性や若い人にも広げ、参加された方が何両もの客車を引く機関車のように、多くの人に広めてもらいたい」と話しています。質問、懇談コーナーでは「オシッコに近い」「切れが悪い」「肥大とがんの違いが分かって良かった」などの声も出されました。

肺がん早期発見に
検診が決め手

1981年以来、日本の死因の第一位はガンとなり、その後も増加し続けています。また、ガン別の死亡率では、1998年以後はそれまでの胃ガンから変わって肺ガンが第一位になりました。患者さんの数では依然として胃ガンの方が肺ガンより多いのですが、肺ガンが死因の第一位の理由は、肺ガンは胃ガンより早期での発見率が低く治療が難しいガンだからです。肺ガンの発生には、喫煙が最も密接な関係があることは周知のとおりです。肺ガンで死なないうために、まずはタバコを吸わないこと、吸っていればやめることです。また、リスクの高い人は特に検診をして早期発見に努めることが決め手です。どのガンについても言えるのですが、ガンに特有な症状はないと言えます。症状が出てから発見されたガンは、進行ガンであることが多く、治療が困難になる傾向があります。そこで、

「鈴友会」の三味線の調べでオープンング。木村事務局長から「草の根の多彩な運動で、憲法を変えない方がよい」と言う声が、全国に広がっている。早期に二万の署名を達成したい。三年前に発足した「沼小学区九条の会」では、毎月の世話人会とニュース発行、月一回の街頭アピールには80代が自分の戦争体験を通じて頑張っている(写真上)。「新治九条の会」では新たに四方所に大型看板を設置し五カ所になった。戦争体験を聞く会を開いている。など粘り強い取り組みの報告がされました。

国では、肺ガン検診は、40歳以上を対象で一年に一回受けることを推奨しています。当院の肺ガン検診は、小さな初期の肺ガンを見つづけるためにCTで5mmスライス撮影をして専門医が確認しています。また、オプションで喀痰検査も用意されていますので、早期肺ガンの検診に適しています。特に、タバコを多く吸っている方、吸っていた経歴のある方、血縁に肺ガンになった人がいる方などは、特に肺ガン検診を受けるべきでしょう。



漫画家たちの 敗戦体験 九条の会 六周年の集い

2月12日、「利根沼田九条の会六周年のつどい」が利根沼田文化会館で行われ80人が参加しました。「津軽じよんがら節」等、

健康管理科より
人間ドックのご案内
3月の人間ドックに若干の余裕があります。ご希望される方は健康管理科までお問い合わせ下さい。
利根中央病院 ☎22-4321 (健康管理科)

「私の八月十五日の会」代表の漫画家森田拳次さんから「漫画家たちの敗戦体験」として記念講演。「戦争中は禁止させられていた漫画。二度と繰り返さないために、悲惨

な事実を伝えるメッセージを語り遺しておこう。若い人々に伝えていきたい」と、各漫画家から一枚ずつ寄せられた漫画を中心とした話でした。実行委員会から来月行われる「漫画展」を多くの方に見ていただきたい、と訴えがありました。

漫画展
中国からの
引き揚げ
少年たちの記憶
とき 3月24日(木)〜27日(日)
午前9時〜午後7時
沼田中央公民館
2階 展示ホール
入場無料

増資者一覧 1月分
▼1月の増資は五六五人から寄せられました。この一覧への紹介は、紙面の都合上100単位に到達した二七人の方を掲載しております。ご了承下さい。(敬称略)

漫画展
中国からの
引き揚げ
少年たちの記憶
とき 3月24日(木)〜27日(日)
午前9時〜午後7時
沼田中央公民館
2階 展示ホール
入場無料

漫画展
中国からの
引き揚げ
少年たちの記憶
とき 3月24日(木)〜27日(日)
午前9時〜午後7時
沼田中央公民館
2階 展示ホール
入場無料

漫画展
中国からの
引き揚げ
少年たちの記憶
とき 3月24日(木)〜27日(日)
午前9時〜午後7時
沼田中央公民館
2階 展示ホール
入場無料

漫画展
中国からの
引き揚げ
少年たちの記憶
とき 3月24日(木)〜27日(日)
午前9時〜午後7時
沼田中央公民館
2階 展示ホール
入場無料

第3回支部対抗グラウンドゴルフ大会

とき…5月10日(火)
ところ…みなかみ町総合運動場(ホッケー場)
参加費…500円
参加申し込みお問い合わせは4月8日までに、各支部の実行委員もしくは生協組織部 22-2300まで
主催：利根保健生活協同組合

沼田東支部 (580以上)	沼田西支部 (430以上)	沼田北支部 (400以上)	沼田南支部 (400以上)
生方 糖房	矢崎 仁	宇敷 育夫	宇敷 育夫
(230以上)	(140以上)	(140以上)	(140以上)
星野 強次	真下 勇	小菅 義	小菅 義
(140以上)	(140以上)	(140以上)	(140以上)
小野 正一	片野 好夫	中沢 泰幸	中沢 泰幸
(120以上)	(120以上)	(100以上)	(100以上)
内海 洋子	川田支部	中沢 昭吉	中沢 昭吉
(100以上)	(100以上)	(100以上)	(100以上)
栗原 豊生	栗原 豊生	根津 松男	根津 松男
(90以上)	(90以上)	(70以上)	(70以上)
高柳育太郎	高柳育太郎	林 八郎	林 八郎
(100以上)	(100以上)	(100以上)	(100以上)
林 哲一	林 哲一	有馬 勝雄	有馬 勝雄
(80以上)	(80以上)	(80以上)	(80以上)
武井 幸男	武井 幸男	田村 照代	田村 照代
(70以上)	(70以上)	(70以上)	(70以上)
田中四三	田中四三	田中四三	田中四三

1月班会開催一覧

Table with 5 columns: 支部名, 班名, 班長名, 人数, 班会内容. Lists various community classes and their details.



沼田東 上原町合同班 (ボケの話・血管年齢) 指をセンサーに乗せると測定できる血管年齢は、実年齢よりも若い年齢がでて、日常生活の効果に笑顔が見えました。「ボケないため」のビデオでますます元気に。



昭和東 貝野瀬田岸班 (VREの話・体組成チェック) 「院内感染」「怖い」と思っていたが、「健康な人にはほとんど心配ない。と言うことが分かった」と感想。しかし、インフルエンザの予防同様手洗いは大事だと交流しました。



利根北 穴原合同班 (糖尿病の話) 医学生参加で血圧測定あり。「先生、いつもより高めだけど大丈夫かね」との質問に医学生が丁寧に答えていた。尿検査・血管年齢・糖尿病についてと有意義でした。



おらがまちの 班会あれこれ



健康サークル 新婦人 (レインボー体操) 10人前後が週1回集まり、DVDを見ながら脳・筋トレで汗を流します。最近マットも購入。「結構疲れるね」、「腹筋にくるね」の声。休みがあると「電話してみよう」と心配も。



川田 田中班 (介護保険制度寸劇版) 「悲劇・介護保険」の寸劇を参加者で披露した。シナリオを見ながらの即興でしたが役者になりきりました。「実際にやってみてよくわかった」「上手にできた」と好評でした。



沼田南 坊新田町合同班 (大腸がんチェック・脳トレ) 脳・筋刺激体操では、両手同じから左右異なる動き、さらに足の動きを入れるなど徐々に複雑になり「両手両足は難しいね」。間違っても楽しく、笑いのでるひとときでした。

今月の料理

三つ葉と鶏ささみの酢味噌和え

材料 (1~2人分)

三つ葉...100g 鶏ささみ肉...1本 アーモンド...5粒
A(白味噌...大さじ2 酢...大さじ1)
みりん...大さじ1 酒...少々

作り方

- ①三つ葉は熱湯に通してさっとゆで、水気を絞り、3cm長さに切る。
②鶏ささみ肉は血にのせ、酒少々をふり蒸気の上で蒸し器に入れ7~8分蒸す。
③アーモンドは粗く刻んでおく。
④Aをよく混ぜ合わせたら、①の三つ葉と和え、仕上げに③のアーモンドをのせて出来上がり。

※アーモンドのビタミンEが鶏肉に含まれる不飽和脂肪酸の酸化を防ぎ、動脈硬化の予防にも有効です。

(栄養課 中林 国祐)

あなたの力をお貸し下さい
~玄関ボランティアさん募集!~



利根中央病院の玄関では、エプロン姿のボランティアさんが毎朝2人組で、元よく活動しています。
あなたも「ちょっとやってみようかな」という気持ちから、第一歩を踏み出してみませんか? (研修制度あります)
時間: 8:30~11:30くらい
頻度: 週1~月1回程度
内容: 車いす利用の補助など
資格: 人を思いやる暖かい心ある方
お問い合わせ TEL 22-2300 (生協組織部)

作品集

俳句・短歌をお寄せ下さい。
郵送先 〒三七八〇〇五三 沼田市東原町一八五五の一
利根保健生協 組織部「なかまの作品」係

俳句
梅一輪ふと日溜まりの路すがら
軒氷柱老いの守りの槍襖
願いごと心ひそかに春を待つ
水音と共に春立つ故郷かな
畑にも卒業歓喜の声届く
すずかけのこぶし握るや牡丹雪
哇焼きし模様ピカソの絵のごとく
点滴の最後の一滴梅一輪
春立つや上棟式の餅届く
犬ふぐり早や咲いてをり利根の里
季節変わる度ごと届く絵手紙は香りただようふきのたうなり
いぬふぐりなづなたんぼぼほとけのぎ足もと明るきりハビリの径
雪解けの土の中まで陽を含み花の芽つんと指に触れる
常よりも雪解けすすむわが庭の柳の新芽は未だ見えざり
大雪の予報に反しうつつすらと積りし雪を猫歩きゆく
厚い葉を押し広げつつ蕾出す君子蘭とは強き花なり

なかまの 作品



医療相談室

タバコとCOPD (慢性閉塞性肺疾患) 喫煙者の5人に1人が発症



利根中央病院 内科医長 (診療技術部長) 原田 孝

皆さんに質問です。以下の項目で自身にあてはまるものをチェックしてください。

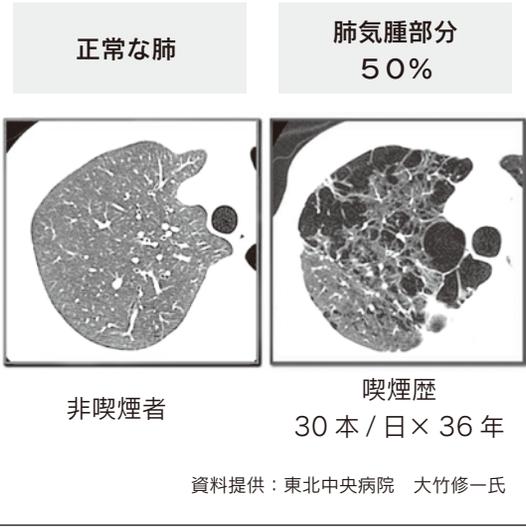
- 1日に何度も咳をする
□ 1日に何度も黄色がかつたり粘ったりする痰が出る
□ 同年代の人に比べて息切れしやすい
□ 40歳以上である
□ 現在タバコを吸っている、または以前吸っていた

どうでしょうか? 5項目のうち、3つ以上あてはまる方は、COPD (慢性閉塞性肺疾患) の可能性があります。以前は、「肺気腫」や「慢性気管支炎」と呼ばれていた病気で、タバコが引き起こす病気の代表とも言えます。ご自身も吸っていない場合、家族からの受動喫煙で発症される方もいます。タバコを吸う人の15~20%がCOPDを発症するといわれています。

COPDってどんな病気?

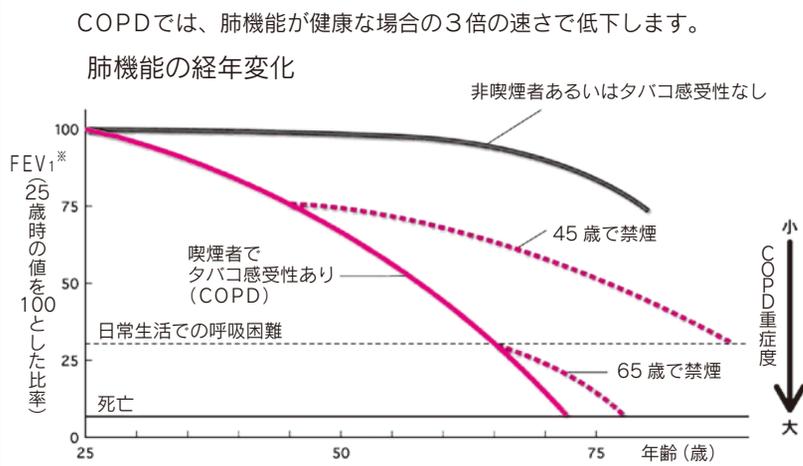
気管支は枝分かれして細くなり最後は肺胞という、ぶどうの房のような構造になります。(図1) ここで吸い込んだ空気の...

(図1) タバコと肺疾患 (CT画像)



資料提供: 東北中央病院 大竹修一氏

(グラフ1) COPDにおける肺機能の経年変化



※ FEV1 (1秒量): 息を最大限に吸ってから強く吐き出した際、最初の1秒間で吐き出した空気量

COPDの治療は?

慢性的な病気なので悪くさせないことが大事です。まずは何より、禁煙です。吸った分だけ、咳や痰が増えて苦しくなります。禁煙した上で、

♪「踏み出そう ファースト・ステップ 続けよう エヴリデイ」

- ※1 踏み出そう ファースト・ステップ 続けよう エヴリデイ
※2 踏み出そう ファースト・ステップ 続けよう エヴリデイ
※1 くり返し
※2 くり返し

毎週水曜に 禁煙外来

本年1月1日より、禁煙外来を始めました。以下の3つの条件を満たす方が対象となります。

「踏み出そう ファースト・ステップ 続けよう エヴリデイ」

禁煙補助薬「チャンピックス」(タバコを吸ってもおいしく感じなくなる作用と、禁煙の離脱症状を軽減する作用があります)を使用します。禁煙外来は水曜日の午後、完全予約制です。詳細は内科外来にお問い合わせ下さい。

禁煙補助薬「チャンピックス」(タバコを吸ってもおいしく感じなくなる作用と、禁煙の離脱症状を軽減する作用があります)を使用します。禁煙外来は水曜日の午後、完全予約制です。詳細は内科外来にお問い合わせ下さい。

COPDは辛い病気です。当院で呼吸器外来を担当して15年間、多くのCOPD患者様とお付き合いさせて頂いてきています。「もっと早くにタバコをやめておけば良かった。」そのお気持ちを皆さんにお伝えするのが私の役目です。禁煙をきっかけに、一人一人が健康について考え、みんなで幸せへの一歩を踏み出せばいいなと思っています。最後に私が作詞・作曲した曲を紹介します。



高崎市高関町 若狭悠帆ちゃん(4歳) 奈夕ちゃん(1歳11ヶ月) 時にケンカもする姉妹です!



藤岡市鮎川 若狭花乃ちゃん(3歳) 旺介くん(10ヶ月) しっかり者の姉・貴様のある弟

すくすくエンジェル 掲載希望の方は ①お子様氏名 ②年齢 ③住所 ④コメント (13文字以内) ⑤連絡先 をご記入の上ご投稿下さい。編集事務局 E-mail:sukusuku-tone@tonehoken.or.jp



みなかみ町小日向 木村海斗くん(6ヶ月) もつすくお兄ちゃんだよ☆



みなかみ町後閑 鈴木音羽ちゃん 希羽ちゃん(1歳2ヶ月) 2人は仲良し♡



富岡市七日市町 戸塚 杏ちゃん(9ヶ月) 甘えん坊の杏です☆

里帰り出産の方宅大歓迎! 皆さんの自宅の素敵なエンジェルの写真投稿をお待ちしております。



沼田市奈良町 大河原青葉くん(6ヶ月) おねえちゃん大好き☆



沼田市材木町 志賀音晴くん(2ヶ月) だっこ・おっぱい大好き♡



沼田市下川田町 原 由羽くん(5歳) 光希くん(4歳) 喧嘩するほど仲良し兄弟!



沼田市戸神町 木樽将馬くん(1歳) 1歳になりました☆