

結びつきをいっそう深めよう 第29回くらしと健康まつり



▲HIP HOPダンス T-mind 「歌とダンスで平和を」



▲カラオケ オープニング
福島県南相馬市の田中夫妻



▲月夜野西
林郁次さん・橋本清治さん



▲白沢支部
中村シズコさん



▲利南支部
茂木森生さん



▲投げもちで大賑わい

忘れ物
会場にてメガネ、カギ二個が届いています。心あたりの方は、生協組織部電話22-2300まで

「制服が、色とりどりに なったが…」

第4回病院利用委員会

10月18日、第4回病院利用委員会が行われ「虹の箱」への投書と各利用委員からの提言で話し合われました。
高坂事務長から、診療体制で、循環器非常勤医師の着任で心臓カテーテルが可能になった事や、眼科手術日が週3日になる事。等改善点の報告。
通院支援サービスの開始や、新病院新築移転等で支部への説明会が始まりました。等の紹介。
「虹の箱」への投書で、職員への対応について9通(内感謝2通)、施設設備に関して10通頂

きました。以下紹介します。
投書 制服が色とりどりになったが、白衣の方が清潔感がある。
回答 白衣リリース、見直しの時期となり変更しました。カラー化したことで泣く子供が少なくなった。入院患者さんからは「明るくなった」、職員間では「クールビズ」でこの暑い夏を乗り越える事が出来た。気持ちも明るくなった。等の利点もあります。
その他、臨時駐車場のスペースに線引きがなく困ったとの声から、10月中旬に改善した報告。受付の対応が悪い。職員がエレベーターを使う。等の指摘。また、人間ドックの乳房撮影で「ほとんど痛い思いをしなかった」と感謝の声もありました。

よう新しい仲間 9月の新加入者

▼9月の新加入者は名義変更を含めて四七人でした。(敬称略)

〈沼田東支部〉 大竹 貴史	〈薄根支部〉 根岸 信之	〈川場支部〉 小林 正巳	〈新治支部〉 宮坂 健七
〈沼田南支部〉 下田 浩志	〈白沢支部〉 中澤 清乃	〈月夜野支部〉 増田 孝浩	〈富澤支部〉 富澤 健一
〈利南支部〉 金井塚トキエ	〈利根北支部〉 高橋 かつ	〈水上支部〉 田村 順次	〈昭和東支部〉 鈴木 伸一

増資者一覧 9月分

▼毎月一万単位に到達した方を紹介しています

〈沼田東支部〉 (160口以上) 小野 一正	〈利根北支部〉 (160口以上) 小菅 義	〈月夜野支部〉 (220口以上) 須藤 規光	〈昭和東支部〉 (130口以上) 安達 澄
〈沼田南支部〉 (400口以上) 伊藤 亮祐	〈片品支部〉 (460口以上) 加藤 周子	〈自夜野西支部〉 (220口以上) 阿部 雪夫	〈沼田東支部〉 (100口以上) 青木 与作
〈沼田北支部〉 (110口以上) 後藤 武夫	〈高橋支部〉 (370口以上) 高橋 安次	〈水上支部〉 (230口以上) 徳村 清一	〈沼田東支部〉 (100口以上) 杉本 哲二
〈山田支部〉 (60口以上) 丸山 明雄	〈新治支部〉 (580口以上) 笠原 喜八	〈高山村支部〉 (30口以上) 山口 久男	〈沼田東支部〉 (60口以上) 高澤英之助

原発 〇へ

署名にご協力下さい。

3月11日の東日本大震災では、未曾有の被害が発生し、さらに東京電力福島第一原子力発電所での爆発、炉心溶融(メルトダウン)事故によって、海も大気も大地も汚染されました。七ヶ月経った今でも、目に見えない放射能の恐怖と子供の内部被爆への不安、まだ生まれてこない子ども達にも、計り知れない悪影響を与えるとの風評被害に不安が広がっています。
この大事故を経験して、日本でも、世界でも、原発の撤退を求める声が大きく広

原発問題学習会開催

とき 12月3日(土)2時
ところ グリーンベル217階
仮題 「被災者の体験を聞く」
講師 福島県の浜通り医療生協から来所予定
主催 利根保健生協

新組織担当紹介

金井 美江 よしえ

これまでの看護師としての実績を保健組織活動に活かしてくれることを期待しています。(布施副看護部長・記)

患者さんとの関わりを大切に、患者さん、職員から信頼が非常に厚い方です。少しでも早く皆様のお役に立てるよう努力していきます。どうぞよろしくお願います。(金井 美江)

インフルエンザ 予防接種開始

高校生以上

内科外来(月)~(土)の午前中
※来院前に電話にて確認して下さい。
費用...4,000円

※但し、65才以上の方には、12月末まで公費助成制度があり、本人負担は1,000円です。
※受付でカルテを受け取って、内科外来へ「予防接種の希望」と話して下さい。

中学生以下

小児科外来電話にて予約制です
費用...一回目 4,000円
二回目 2,000円

※卵アレルギーのある子どもさんは注意が必要です。予約時にお申し出下さい。

お問い合わせは内科外来、小児科外来の窓口までお願いします。
TEL 22-4321
なお、とね診療所、片品診療所でも接種は可能です。お電話でお問い合わせ下さい。

9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 topics across different branches.



月夜野東 真庭・政所班 (8つの健康習慣)

医療生協の8つの健康習慣では、食事・運動の大切さを学ぶ。内臓脂肪や体内年齢のわかる体組成チェックを定期的に取り入れ、健康管理をしていきましょう。



水上 藤原山口班 (誤嚥性肺炎について)

歯科からみた「誤嚥性肺炎」について学習。予防のひとつの「口腔清掃」では、歯磨きや入れ歯のお手入れ方法を聞く。嚥下(飲み込む動作)機能回復になる「ごっくん体操」で楽しみました。



新治 須川班 (腰・膝体操、骨密度チェック)

一年前とほとんど変わらない骨密度の値に大喜び。O脚や変形性の病気などの悩み相談もできました。全体での体操の後、個別指導も実施するなど大変有意義でした。



沼田東 西原11・東原13班 (大腸がんチェック)

恒例になった年2回の大腸がんチェック。病気の早期発見につなげるために、今後も継続を確認。元看護師の得能さんは、自主学習班会や旅行などを計画し元気いっぱいの集まりです。



利根北 穴原班 (歯無しの話)

入れ歯のお手入れについて話をきく。歯磨き粉を使用するとキズつくのでダメなことを学びました。初めてのRD(虫歯)・サリバスター(歯周病)検査は、皆さんが興味を持ちました。

10月20日(木) 東京・日比谷野外音楽堂に、全国から5500人(利根からは9人)が参加し「住民本位の震災復興を」「T.P.P参加反対」「社会保障拡充」などを求めて、「いのちまもる10・20国民集会」がおこなわれました。...

いのちまもる10・20国民集会に5500人



今月の料理 揚げタコのヨーグルトソース

材料(4人分)

- ゆでたタコの足.....1本
プレーンヨーグルト.....カップ2/3
塩・パプリカパウダー.....各少々
サラダ油.....大さじ3

作り方

- ①ゆでたタコの足をそぎ切りにしてサラダ油大さじ3で揚げ焼きにする。
②プレーンヨーグルトを茶こしで水きりし、塩とパプリカパウダーを混ぜ①にかけて出来上がり。
エネルギー...91kcal、たんぱく質...9.6g、脂質...3.8g、炭水化物...3.6g、カルシウム...49mg、食物繊維...0.1g (栄養課 春日広光)

作品集

※俳句・短歌・川柳をお寄せ下さい。
郵送先 〒三七八〇〇五三 沼田市東原新町一九〇八番地の六 利根保健生協 組織部 なかまの作品集係

鼻眼鏡はてなと探す老いひとり
親の背を見てそっくりに生きている
クイズめく命名ぞろぞろ七五三

川柳

秋の日は毎日に部屋に差し入りて日向ぼっこ
帰省せし孫は一番仏壇に向いし姿勢静かに見つ

知らぬ間に足早になる夕まぐれ熊出ると言ふ吾
離れ住む息子のかけくる週一回の電話短し安否

夫逝きて独り余生を送るとは思いもせざりき秋の夕暮
子供らの青春乗せし自転車思い出残しりサイクルせり

高原の森に響かふ鼓笛の音全国育樹祭の秋ふかみゆく
夫逝きて独り余生を送るとは思いもせざりき秋の夕暮

夫逝きて独り余生を送るとは思いもせざりき秋の夕暮
子供らの青春乗せし自転車思い出残しりサイクルせり

医療相談室

命をつなぐ『薬の情報』管理
—最新の情報が必要—



利根中央病院 薬剤部長 大竹美恵子

「あなたは現在、どのような病気で、何という薬を飲んでいますか? その薬は、どのように飲んでいくべきか?」と問われて、すぐに答えられるでしょうか。非常時に備え、正確に『薬の情報』を管理することは、ご自身の命を守るためにも、たいへん重要な事です。

なぜ、管理が必要なの?

分含有量や単位まで正確に知っている必要があります。

東日本大震災では、多くの方が地震と津波で薬を失いました。また、かかりつけの病院・調剤薬局で保管されていたカルテや記録も失われてしまったため、「飲んでいた薬が分からない」という問題が多発しました。避難先の救護所で医師や薬剤師に飲んでた薬の質問をされ、「血圧の薬で白い粒で…」といった曖昧な答えであったため治療効果のない薬を投薬されたり、錠剤の色を聞かれたのに錠剤の包装の色を答え規格違いの薬を投薬されるなどの事例が多数報告されました。

情報の管理方法

まずは、『薬の情報』を準備しましょう。

【お薬手帳】

薬の名前・用法用量・投薬日数・調剤した薬局名・副作用歴・アレルギーの有無などが記載されています。

【医薬品情報提供書】

当院薬剤部でも発行している薬の説明書です。

【カード作成】

名刺サイズのカードに、自

情報の保管方法

「いつも持ち歩く物に入れておく」非常時に持ち出す物だけでなく、いつも持ち歩いているバッグや財布に入れておきましょう。

【親戚・知り合いに保管してもらう】

「ご自身で保管している『薬の情報』が紛失してしまう可能性があります。そこで、一緒に住む家族、離れた所で暮らす親戚・知り合いにも、あなたの『薬の情報』の保管をお願いし、二重・三重の対策をしておきましょう。

最後に

東日本大震災の被災地で診療活動を行った医師の、「お薬手帳によって、何の病気でどの薬が必要か一目で分かり役立った。」という報告もあり、今回の大震災を境に『薬の情報』管理方法が注目されてきています。当院でもお役に立てるよう薬局窓口で対応をしています。

「備えあれば憂いなし」という諺にもあるように、ご自身の命を守るため、『薬の情報』を管理しましょう。



お薬手帳 (見本)

せせせらぎ

「目標を持って楽しく生きる」

沼田市坊新田町 細木 潮さん



総代一期目で支部の会計も担当する細木さん。今年通信教育『入門・医療生協の正しい立ち』を受講して、その歴史と役割を学んでいます。「理想ではなく、明確な目標を持つことで毎日楽しく生きられる。そのためには、努力をしないとけない」とも前向きです。

利根保健生協についても地域での強みを生かしてぜひ、信頼の向上に努めて欲しいと

強く望んでいます。生協強化月間での地域訪問では、新病院建設について心配する声が多い。「大変だけど、地域住民が共感できる新築移転のための長期計画をしっかり作ってもらいたい。役員と職員、組合員が団結することが大切です。」と話します。

健康チェックサポーター 養成講座のご案内

日時…… 11月19日(土) 13時30分~16時30分
場所…… 研修棟 講堂
内容…… ①医療生協の8つの生活習慣と2つの健康指標
②健康チェックの実技実習【血圧・貧血、尿チェック、体組成チェック、腹囲測定】
③レインボー体操等
定員…… 30名
参加費…… 500円 (テキスト代等)
申込締切…… 11月10日(木)
問合せ・申込…… 生協本部組織部 ☎22-2300

2011 Christmas concert クリスマスコンサート

病院職員と有志の奏でる歌や演奏で 一緒に楽しみましょう。【入場無料】

とき…… 12月17日(土) 午後2時~
ところ…… 利根中央病院 内科外来待合ホール

主催: 利根中央病院クリスマスコンサート実行委員会



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。 写真の返却はできませんが、郵送でも受け付けています。 編集事務局 E-mail:sukusuku-tone@tonehoken.or.jp



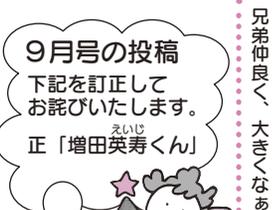
埼玉県富士見市 加藤 優くん(3歳) 元気なわんぱく王子様☆



茨川市金井 都丸友宇くん(5歳) 清良ちゃん(1歳) ずっと仲良しで♡



埼玉県鳩ヶ谷市 松島姫絆ちゃん(8ヶ月) もう少しでははいはいデビュー♡



9月号の投稿 下記を訂正してお詫びいたします。 正「増田 菜穂くん」



兄弟仲良く、大きくなあれ 沼田市横塚町 原澤那柁くん(1歳5ヶ月) 我が家のわんぱくBOY♪ 沼田市横塚町 金子仁奈ちゃん(11歳) いっさ 一心くん(8歳) 和夢くん(1歳4ヶ月)



沼田市横塚町 原澤那柁くん(1歳5ヶ月) 我が家のわんぱくBOY♪



みなかみ町下津 竹内千華ちゃん(2歳11ヶ月) お姉ちゃんと遊ぶのが大好き!



白沢町上古語父 藤井佑希菜ちゃん(3歳) 我が家のアイドルスマイル♡



沼田市桜町 竹之内輝空くん(1歳10ヶ月) うちの輝空です☆



片品村鎌田 井上空大くん(4歳) 翔夢くん(2歳10ヶ月) 兄弟仲良くいたくましく!