

利根保健生協 2013年5月現勢

生協組合員 ……27,245人
 出資金額 ……1,300,634,000円
 平均出資金額 ……47,738円

理事29名 監事4名 総代202名 班長1389名

一坪増資運動 894人から
 (2013年6月22日現在) **1,729坪 (6,916万円)**

利根の保健

発行人 山田忠夫 編集 「利根の保健」編集委員会
 発行部数 21,600 印刷 有限会社コトブキ印刷

利根保健生活協同組合

〒378-0053 沼田市東原新町1861番地1
 ☎0278(22)6060 FAX(22)6262

事業所
 利根中央病院 ☎(22)4321
 利根歯科診療所 ☎(24)9418
 介護老人保健施設とね ☎(22)8855
 とね訪問看護ステーション ☎(23)3706
 とねね診 療 所 ☎(24)1202
 生協みなかみ歯科 ☎(25)3399
 片品診療所 ☎(58)3910

ホームページアドレス
<http://www.tonehoken.or.jp/tonehoken-kumiai/>



すべての議案が議決

第37回通常総代会

「新病院建設計画」を承認

支部活動も大きく前進

第37回通常総代会が6月21日(金)、ホテルペラヴィータで開催されました。利根中央病院「新病院建設計画」をはじめ、事業方針や予算決定など、すべての議案が議決されました。また、新たに選任された役員(2面参照)による第1回理事会において山田忠夫理事が理事長に、原田富夫理事が専務理事に互選されました。

総代202人(うち書面議決54人、委任15人)、職員等を含め全体で311人が参加し、中村秀夫、高橋芳子両総代の議長で進行されました。来賓挨拶で星野巳喜雄沼田市長は「生命の担保を考えたとき、利根保健生協は極めて

甚大な役割を持っている。市としてできる限り精一杯の支援を誓う」と表明。群馬県生活文化スポーツ消費生活課 課長(代理)鈴木博久次長、群馬県生活協同組合連合会の中嶋源治会長からも激励のご挨拶をいただきました。

礎を築いた一年

原田富夫専務理事より、次年度以降にむけて大きな礎を築いた昨年度の事業報告・決算関係、5カ年計画等に基づき具体的にとりくみ出す今年度の事業計画および予算決定。新病院建設計画、役員選任、定款の一部改定、役員報酬総額の件など、7議案の提案がされました。

「高齢者にやさしいまち」を

小崎昭子総代(水上)「みなかみグループホームの事業所選定にむけて、水上支部役員と担当職員で話し合いを重ね、準備を進めてきた。残念ながら選定はされなかったが、これからの安心の生活のために子ども・孫の世代に「高齢者にやさしいまち」をつなげていく活動を続けていきたい」

最先端の生協病院に

藤原京子総代(月夜野東)「毎月10日、20日、30日に組

合員加入100%を目指して、受診する患者さんに加入をお願いしている。増資もその人なりの協力をお願いしたい。生協は組合員が主人公。みなさんの力を結集し、ハードもソフトも最先端の生協病院をつくりましょう」

地域を訪問して

田中利明総代(川場)「皆さんに声をかけ、直接話しをすることが大切。病院に対する声が聞けたり、名簿の整理や増資にもつながった。これからの「夢をかたちにするため、増資を訴えて歩きたい。一日も早く新病院が出来る事を願い、一緒に頑張りたい」

新任理事紹介

(出身支部) 〈五十音順〉



田村 照代 理事 (新治)
 武井 友一 理事 (組織部長)
 木村 駿一 理事 (池田)
 山崎 徳子 理事 (利根南)
 茂木 森生 理事 (利南)
 細木 潮 理事 (沼田南)

理事5人が退任 お疲れさまでした



阿部氏 安達氏 織田澤氏 木村氏 小菅氏

第37回総代会で、理事5人が退任されました。阿部由子(6期12年)、安達澄(2期4年)、織田澤澄世(7期14年)、木村由夫(2期4年)、小菅勉(1期2年)〈敬称略〉

支部表彰

生協の表彰規程に基づき、「生協強化月間」優秀活動支部を表彰しました。

- 【増資活動の部】 月夜野東支部
- 【組合員増やしの部】 沼田東支部、沼田西支部、沼田北支部、利南支部、池田支部、薄根支部、川田支部、白沢支部、利根北支部、片品支部、川場支部、月夜野東支部、月夜野西支部、水上支部、新治支部、昭和東支部、昭和南支部
- 【班会開催の部】 月夜野東支部
- 【特別賞】 月夜野東支部

あぜ道

生活保護法の改定が行われようとしている。改定案では、①申請書提出義務付け等で申請を断念させる「水際作戦」の合法化、②親族(曾祖父母・ひ孫まで)の扶養を申請要件とする等となっている。今年5月、当院も加盟する全日本民医連は生活保護利用者の生活実態調査の結果を公表した。当院の分も含め43都道府県約1500人への聞き取り調査からは、食費の切り詰め等、ぎりぎりの暮らしが浮きぼりになった。回答者は50・70代が約6割を占め、男性の55%、女性の70%が60歳以上の単身者。生活保護利用理由のトップは「病气」が約6割。うち7割は病气による失業であった。93%が支出を切り詰め、1日の食費は千円未満が46%。地域の行事に「まったく参加しない」が74%、「冠婚葬祭にも「まったく参加しない」が51%とあった。調査結果からは、地域から孤立する生活保護利用者の実態が明らかになった。生活保護法の改定は憲法25条の「生存権」に反する。今、憲法96条が問題になっているが、そもそも憲法は、99条で国会議員、公務員等は憲法を尊重し擁護する義務を負っている。▼憲法の定める「公助」を追及しつつ、総代会で確認した利根保健生協の事業と運動で「安心して住み続けられる地域づくり」を実現しよう。この地域づくりに新病院建設は欠かせない。組合員と職員が一丸となり、地域の力もお借りし「夢をかたちに」しよう。(高坂)

小児科医・歯科医の協力を得て



第29回 赤ちゃん同窓会

6月8日(土) 第29回赤ちゃん同窓会が開催されました。当日は、43組と大勢の方に参加していただき、産科・小児科の医師も参加され、お母さん方からはたくさん質問が寄せられました。また、「出産後に同窓会でお会いしたい」という声も聞かれました。

社保学習会

最低生活水準のものさしにさせない

6月1日(土)利根中央病院研修棟・講堂で、理事会平和まちづくり委員会主催の「社保学習会」に50人が参加。朝日さんは冒頭「生活保護法案の衆議院の審議に参考人として意見陳述をおこないました。残念ながらたった2日間(5月30、31日)の審議で強行採決されてしまった」と紹介。生活保護制度は憲法25条で保障された権利であることなどを交えながら、保護費が切

新病院建設への おもい⑥



片品支部(理事) 大竹敏彦

組合員が一体となって

新病院の建設に当たっては、この間約10年間毎年、特別増資のお願いに、各組合員さんへ「新しい病院が出来るので」と協力していただきまし。本当に長年の夢だったと思います。今年度10月にはこの夢がたちどなり、正に地域の人達のいのちとくらしを守る事が、この新病院の大きな使命だと思ひます。昨年6月には新病院建設用地を総代会で決定致しました。その後各支部で総会を開催し組合員さんからの新病院への思い、「こんな病院を造ってほしい」など意見も出されました。また、自然災害では、洪水、土砂災害、



会場からは、今でもひとりでも生活保護の申請に行っても受付さえしてもらえない現状が紹介されました。反貧困ネットワーク利根沼田の設立準備中、さらに相談会や炊き出しの計画が話されました。引き続き憲法を学習する必要があるとのまとめがされました。

「3人目も考えなくなつた」などの声が聞かれました。今回から利根歯科診療所の医師、歯科衛生士による離乳食開始後の歯磨きのことなどについて、スライドを使い、分かりやすい講義がおこなわれました。助産師によるベビーマッサージも好評でした。栄養士、保育士、薬剤師の相談コーナーもあり、他職種との協力で短い時間でしたが、楽しいひとときを過ごせました。

学童歯の保健教室

☆今年も学童歯の保健教室を開催いたします☆
開催場所: 生協みなかみ歯科
開催日時: 8月10日(土)
受付開始: 午後1時30分
時間: 2時~3時30分
参加費: 500円
☆お申込みは生協みなかみ歯科 電話番号 0278-25-3399 までご連絡下さい。

新理事会体制

理事30人 監事3人 ※常勤部以下五十音順、○印は新任

- 理事長 山田 忠夫 (月夜野東)
 - 専務理事 原田 富夫
 - 理事 糸賀 俊一 (病院長)
 - 大塚 隆幸 (病院副院長)
 - 高坂 浩明 (病院事務局長)
 - 原澤 裕 (病院副事務局長)
 - 中澤桂一郎 (利根歯科所長)
 - 金子れい子 (生協本部看護部長)
 - 片山 忍 (生協本部総務部長)
 - 武井 友一 (生協本部組織部長)
 - 中原 宏 (はるな生協副理事長)
 - 生方 輝房 (沼田東)
 - 大竹 敏彦 (片品)
 - 岡野 行男 (川田)
 - 加藤 眞喜 (利根北)
 - 木村 峻一 (池田)
 - 雲越 萬枝 (水上)
- 監事 橋本 孝子
 - 田中 明一
 - 真庭 一男
 - 杉本 哲一 (昭和東)
 - 田村 照代 (新沼)
 - 田村 昌弘 (月夜野西)
 - 角田 正男 (沼田北)
 - 久枝 允 (薄根)
 - 広橋 綱代 (月夜野東)
 - 細木 潮 (沼田南)
 - 三ツ井久雄 (沼田西)
 - 茂木 森生 (利南)
 - 山口 久男 (高山)
 - 山口ゆわ子 (昭和南)
 - 山崎 徳子 (利根南)
 - 綿貫 藤江 (沼田中)

「皮膚科外来へ受診希望の患者様へ」

この7月より、皮膚科外来の受診方法が「完全予約制」となります。但し、熱傷、アナフィラキシー、蜂窩織炎、带状疱疹等の緊急性の高い患者様は「予約なし」でも極力診療致します。緊急性(重症度)が低い場合には、「予約」をしてからの受診となりますので予めご了承下さい。また電話予約も可能ですので、受診希望の際には、必ずお電話にてご確認下さい。皆さまのご理解ご協力の程よろしくお願い致します。尚、診療体制は下記の通りです。

曜日	月	火	水	木	金	土
診療体制	1診	1診	2診	1診	1診	2診

国民平和大行進

あみの目行進 7月7日(日)
片品コース 片品役場 8時10分 → 利根支所10時50分 → 白沢支所14時50分 → 沼田公園 17時
川場コース 川場役場13時40分 → 沼田公園 17時
水上コース 水上支所 8時50分 → みなかみ町役場14時30分
新治コース 新治支所10時10分 → みなかみ町役場14時30分
基幹行進 7月10日(水) 沼田市役所8時50分 → 昭和村役場10時20分 → 渋川市役所17時

第30回平和美術展

とき 8月13日(火)~15日(木)
ところ 沼田市中央公民館
主催 第30回利根沼田平和美術展実行委員会

第33回平和のための戦争展

とき 8月9日(金)~10日(土)
ところ 沼田市中央公民館
内容 ・日米安保体制と米軍基地
・中国人強制連行事件
・憲法をめぐる問題
主催 第33回利根沼田平和を語る集い実行委員会

沼田市在住40歳以上の方

「特定健診」・「後期高齢者健診」を受けましょう。

期間 6月~10月

火・水・木・金・土 ※朝9時受付

※10月は混みますので早めの受診をお勧めします。

費用 無料(市が負担)

沼田市からの受診券と保険証を必ず持参して下さい。

申し込み 予約☎22-4321 健康管理科まで。

※「特定健診受診券」がお手元にある方は、受けることができます。なお、自己負担については加入されている社会保険により異なりますので予約時にお問い合わせ下さい。

利根中央病院 22-4321 健康管理科

Hi, Okuda-seisakusho.

舞台は東京大田区の町工場。ガンコー徹の社長が倒れ、跡を継いだ息子の合理化・大改革は従業員から大反発。息子も荒れ、家庭も崩壊の危機に。ある仕事を契機に、ぶつかり合いながらも、お互いの信頼が広がり、未来を切り開き始める奥田製作所。

9月14日(土) 利根沼田文化会館大ホール

18:30 開演 20:30 終演予定

一般 3,000円
高校生以下 2,000円

主催: 劇団銅鑼公演実行委員会

後援: 沼田市 沼田市教育委員会

沼田市文化協会

川場村文化協会

沼田商工会議所 FM OZE



実行委員大募集!

お問い合わせ: 生協組織部 ☎ 22-2300

ようこそ新しい仲間 5月の新加入者

- 沼田東支部 山田 忠夫
- 沼田中支部 田村 照代
- 沼田西支部 田村 昌弘
- 信沢支部 久枝 允
- 利根南支部 角田 正男
- 高橋支部 久枝 允
- 池田支部 久枝 允
- 薄根支部 久枝 允
- 月夜野東支部 久枝 允
- 沼田南支部 久枝 允
- 沼田西支部 久枝 允
- 沼田北支部 久枝 允
- 沼田東支部 久枝 允
- 沼田中支部 久枝 允
- 沼田西支部 久枝 允
- 沼田南支部 久枝 允
- 沼田北支部 久枝 允
- 沼田東支部 久枝 允
- 沼田中支部 久枝 允
- 沼田西支部 久枝 允
- 沼田南支部 久枝 允
- 沼田北支部 久枝 允
- 沼田東支部 久枝 允
- 沼田中支部 久枝 允
- 沼田西支部 久枝 允
- 沼田南支部 久枝 允
- 沼田北支部 久枝 允
- 沼田東支部 久枝 允
- 沼田中支部 久枝 允
- 沼田西支部 久枝 允
- 沼田南支部 久枝 允
- 沼田北支部 久枝 允

医療相談室

大人の発達障害

「自分」を知って「長所」を生かそう



利根中央病院 精神科医師 藤平和吉

「発達障害」は子どもたちの話題として学校教育現場から広まった概念でした。落ち着きのない子、学校に行けない子、集団に溶け込めない子。そしてそれは、大人の世界にもありそうだ……というのが今回の話題です。

「発達障害」とは？

発達障害は「生まれつき」の「脳の働き方の個性」のようなものです。発達という表現からは親の育て方や家庭環境など後天的なイメージを連想しますが、原則的には先天的な要素です。その意味からは、ご本人の努力不足でもなければ両親の育て方の問題でもありません。さまざま

大人の発達障害は「増えた」のか？

「脳の働き方の個性」が子どもの頃からわかりやすく表れる場合は早期からの支援が可能です。ところが軽症例や知的能力がある程度高い人の場合、幼少期には気付かれにくいケースが多々あります。それが中学生や高校生、あるいは人付き合いが深まる大人社会に出て初めて、その特性に悩むようになりま

まなストレスに敏感になりやすいのも発達障害の特徴です。社会構造の複雑化も大人の発達障害を目立ちやすくしている要因のひとつかもしれません。

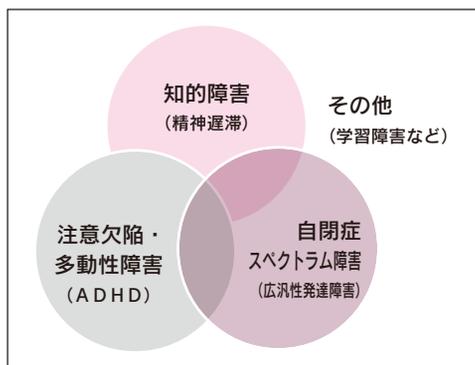


図1 「発達障害」の大まかな分類

告があります。実は身近な話のひとつなのです。大人の発達障害が本当に増加しているのかについては、様々な議論があります。本来は生物学的(先天的)なもの

ですので数十年前で急激に増えることは考えにくく、医学知識の普及で「発見されるようになっただけ」というのが一般的な考え方です。その一方で「環境ホルモンなどの影響で自閉症が増えている」とする意見もあります。

「自分」を知り「長所を生かす」

発達障害の可能性が気になる方は、行政機関の窓口(保健福祉事務所や発達障害者支援センターなど)で相談したり、日常生活が困難なほどの

「忘れ物が多い」「ぼんやりしていて上司からいつも注意される」などで不自由を感じる場合があります。共通して言えることは、標準的な発達(定型発達)の人たちに比べると、日常の様々な場面で「生きにくさ」を感じやすい点です。その意味では確かに「障害」であり、適切な支援とともに周囲の人たちの理解や協力が必要です。その一方で「障害とばかりはいえないのではないかと」という、少し違った見方もあります。

「他人の気持ちが読めず上手に付き合えない」「こだわりが強く些細なことに敏感になりやすい」などの症状で悩む場合があります。注意欠陥・多動性障害では「落ち着きがない」「忘れ物が多い」「ぼんやりしていて上司からいつも注意される」などで不自由を感じる場合があります。

「自分」を知り「長所を生かす」

強い「困り感」がある場合は医療機関への受診も可能です。とはいえ、発達障害自体は現代医学をもってしても根幹治療することはできません。いや実は「治療」という発想から一旦離れないといけないのかもしれない。何となればその「脳の働き方の個性」こそが、その人らしさであり、その人そのものだからです。「治す・取り去る・解決する」という発想から、自分の特徴と「どう付き合おうか」「どう生かしていくか」という発想に切り替える視点もありそうです。

せせらぎ 「地域の实情を知るために」

みなかみ町真庭 中村 秀夫 さん



月夜野東支部の副支部長を務める中村さん。大病を患った際、富岡先生に命を助けられたことから病院には恩義を感じているといいます。実は支部の運営委員を始め、まだ一年ほど。まずは地域の实情を知って、組合員との繋がりを持つことから始めようと、昨年は真庭地区の組合

員名簿の整理を行いました。地図落としを行って各班の区域をはっきりさせたり、機関紙の配られていない地域での配布者探しを行ったりしました。真庭政所班の皆さんのがんばりもあり、班会に参加する仲間も増えていきます。病院建設に伴う多くの医師の確保や設備の充実により、

診療圏外からも患者が来るような最先端の医療を提供できる病院になってほしいと希望を語る中村さん。院内の雰囲気や医療の質が上がることに期待を寄せています。

利根保健生協創立 60 周年記念事業 「歴史と活動に学ぶ」連続講演会

第一回～利根中央診療所の思い出～

利根中央病院の前身となる利根中央診療所が東倉内町に設立されてから、2014年で60年を迎えます。この間、たくさんの方々の協力と期待の下、地域の命と健康を守ってきました。地域医療とは何か、利根保健生協に何ができるのか、思い出話を花を咲かせつつ、今後のあり方を考える機会とします。皆様お誘いあわせの上、ご参加ください。



◆日時 2013年7月30日(火) 17:30～19:00
◆場所 利根中央病院研修棟 講堂
◆リレートーク講演者(診療所元職員)
得能 淑子 さん(元看護部長)
金井 和夫 さん(元理事長)
山路 達雄 さん(元病院長)
<お問い合わせ>
60周年記念事業実行委員会事務局 ☎22-2300

なかまの作品

俳句

空梅雨に雑草繁る四釜川 沼市留 丸岡 勇吉
艶めける事なく老いて夏の句座 沼市留 坂田 保男
風薫る夢も胸うつ八十路坂 沼市留 山田千恵子
夕菖田の面に映えて植え終る 沼市留 桑原 昭一
夕立や妻と私を分けて降り みなかみ町 増田 耕寿
ほの甘き風流し居り朴の花 沼市留 梅沢 まつ
花一つ咲いて淋しい二輪草 沼市留 横坂 庄三

短歌

日を受けて斜面の木々の間を埋めてうつつむきて
咲くかたくりの花 沼市留 田 辺 善三
明日から厳しき寒気来ると云ふ納棺済みし夫の
墓思ふ 沼市留 樋口 あさ子
夕間に十葉の花くっきりと白く浮びてわが庭照らす
沼市留 大竹 春江
濃緑に岩輝ける溪流を集ふ歓声吹割れの滝
沼市留 大嶋 愛子
早朝の背戸の木下に此方向き毛の生え変りし鈴
羊二頭 沼市留 飯田 清子
重機動き螢飛び交う生息地また一つ消ゆ葦の原
消ゆ 川場村前 栗原 謙一
被災地を訪ひ義捐金届けつつ街壊滅の爪あとに
哭く 沼市留 板橋 きみ江
又少し肥ったかなと笑ひつつ主治医は膝にヒヤ
ルロンサン打つ 沼市留 倉沢 さなへ

川柳

ボランティア家ではしない掃除する 沼市留 加瀬田フサエ
悪いシンソンの威信を汚す維新 沼市留 宮下 筆彰
八策も万策尽きて仲間割れ みなかみ町 三国路青猿

作品集 *俳句(当季雑詠)短歌・川柳をお寄せ下さい。
連絡先を記入してください。
郵送先 〒378-0035 沼田市東原新町一八六一の一
利根保健生協「なかまの作品係」

ボランティア募集

老健とね恒例、利用者さんのおぎよん(沼田まつり)見物への、ボランティアさんを大募集します。8月5日(月) 13時～15時頃
利用者車いすの介助
……申し込み・問合せ先……
介護老人保健施設とね
支援相談員・千明 ☎22-80055

5月班会開催一覧

支部名	班名	班長・代表名	人数	班会内容	
沼田東	上原町 6-2	村田 定蔵	3	脳いきいき	
	上原町 7-3	生方 輝房	3	脳いきいき	
	材木町 5-1	松崎 俊一	3	高齢者のストレッチ体操	
	東原新町 2-3	金子 宣枝	3	高齢者のストレッチ体操	
	東原新町 3-3	諸田 佐貴代	3	高齢者のストレッチ体操	
沼田西	榛名町 8-2	金子 くら	5	検査結果のみかた	
	榛名町 2-2	戸部 大吉	4	検査結果のみかた	
	榛名町 8-2	金子 くら	8	温泉でのんびり・買い物	
	薄根町 6-1	佐藤 郁子	6	認知症予防の話	
	清水町合同	小池よし子	15	健康チェック班会	
沼田南	鍛冶町 10	馬場半次郎	4	指圧	
	鍛冶町 5	下 ろく	3	指圧	
	利南	上久屋馬場	織田澤澄世	5	入れ歯の話
	沼須合同	梅澤 章二	4	生活習慣病について	
	戸鹿野1、2	星野 早苗	7	指圧	
池田	岡谷西 1	大島みさ江	6	認知症について	
	薄根	恩田合同	穂苺 勝代	7	大腸がん・ポリプチェック
	川田	下川町宮塚1	深津 文子	5	足指力チェック
	川田	下川町宮塚2	高橋 銀子	5	足指力チェック
	白沢	尾合上	角田 梅子	6	転倒予防体操
利根北	高戸谷合同	加藤 眞喜	4	尿失禁の話・骨盤体操	
	片品	菅沼 1	戸丸 長太	4	健康体操・グラウンドゴルフ
	菅沼 2	星野 司	4	健康体操・グラウンドゴルフ	
	花咲 鍛冶屋	星野 邦子	5	骨粗鬆症の話	
	川場	中野合同	片桐とく子	4	アルツハイマーについて
月夜野東	後閑 上入	佐藤 興	4	肝臓病について	
	後閑 下入	渋谷 典子	5	肝臓病について	
	政所合同	尾崎 雅子	5	カブト・鯉のぼりづくり	
	真庭合同	真庭 利治	5	カブト・鯉のぼりづくり	
	真庭合同	中村 秀夫	4	カブト・鯉のぼりづくり	
水原	上牧合同	広橋 絹代	4	脳いきいき班会	
	下牧合同	小林 一義	5	脳いきいき班会	
	後閑合同	深津ハルイ	5	脳いきいき班会	
	月夜野東合同	山田八重子	5	座談会	
	虹の会	都丸 富子	11	絵手紙教室	
新治	湯原 湯原上-1	福井ふさ子	4	体組成チェック	
	湯原 若葉上	阿部 鶴枝	4	体組成チェック	
	湯原 上の平1	砂川 久子	4	体組成チェック	
	湯原 中央1	平沢 文恵	4	体組成チェック	
	湯原 中央2	鈴木 芳美	4	体組成チェック	
昭和東	須川十二河原	富沢カズエ	6	骨粗鬆症の話	
	糸井 中宿	須藤 澄子	3	セラバンド体操	
	糸井 常木-1	加藤久美子	3	セラバンド体操	
	職域・他	福寿草	岡嶋 禎子	6	ラジオ体操・脳いきいき体操
		福寿草	岡嶋 禎子	5	ラジオ体操・脳いきいき体操
福寿草		岡嶋 禎子	10	ラジオ体操・脳いきいき体操	
福寿草		岡嶋 禎子	10	ラジオ体操・脳いきいき体操	
福寿草		岡嶋 禎子	10	ラジオ体操・脳いきいき体操	
病棟・他	MOB	山田周一郎	5	歯のはなし・健口体操	
	民謡語りサークル	林 マツ	7	民謡語り	
	民謡語りサークル	林 マツ	7	民謡語り	
	四季の席	本多 博子	19	茶会	
	手芸くらぶ遊布	太田ヒサ子	7	手芸・小物作り	
総計			63	381	

沼田西 健康チェック班会



10種類の健康チェックの結果に笑いがたえませんでした

組合員ホールにぎわい MOB班

歯の健康/健康体操/体組成
歯科医師から糖尿病と歯周病を学びました



おらがまちの班会あれこれ

片品 花咲鍛冶屋班



骨粗鬆症のはなし・骨密度測定/脳いきいき体操
骨粗鬆症の予防について学び、体操でリフレッシュ!!

昭和南 入原合同班会

認知症のはなし
認知症予防と見守り方を紙芝居で学びました



沼田西 薄根町10-1班

腰痛と膝痛の予防
整形の看護師から実践例を学びました



沼田北 桜町合同班会

大腸がんチェック
大腸がんチェックの後、笑いの効用を学びました



トラック協会沼田支部で講演



6月8日(土)、群馬県トラック協会沼田支部で、「睡眠時無呼吸症候群」と「禁煙外来」について、内科の原田部長と吉野看護師が講演しました。

これは「安全と命」に直結する内容なので皆さん熱心に耳を傾けていました。

協会では無呼吸症候群を調べる検査の助成金制度もあり、簡易テストで「疑い」の人には、受診を呼びかけました。

みんなの声

お茶席四季の席一音に出席して

月夜野東支部 藤原京子さん

5月14日、みなかみ歯科の「虹ホール」で、お茶の席が開かれました。「かたくるしくなく椅子ですから」とお誘いを受け、班のみなさまと出席いたしました。

ポランティアのお二人は涼やかな着物姿で迎えてくださいました。「山雲海月情」の軸、地元で摘んだ花が活けられ、「あけび、深山鳴子百合」等々、花の名も教えていただきました。うす紫色の菖蒲の形の和菓子をお茶を「ズズ」と音を立てて飲み、茶碗にたてらむずかしみと音を立てるのはいただきました。

今月の料理

冷や汁風そうめん



材料(2人分)
あじ...1尾 きゅうり...1本
大葉...2枚 みょうが...1ヶ
ごま...大さじ3
みそ...大さじ2
めんつゆ...適量
(濃縮によって変えてください)

□作り方□

- ①あじを焼いて身をほぐす。きゅうりは薄切りにして、軽く塩をふって、しばらくおいてから水気を切る。
- ②ごまをすり、みそ・めんつゆを加え混ぜ合わせておく。
- ③刻んだ大葉・みょうが・ほぐしたあじ・きゅうりを②に入れる。茹でてよく水洗いしたそうめんをつけてお召し上がりください。(栄養課 大川 達也)



沼田市新町 須田結斗くん(9ヶ月)
優花ちゃん(1歳)
☆仲よし☆姉弟です!



昭和村糸井 高橋碧天くん(6ヶ月)
アンパンマンが大好きです★



「きれいだね!」
日本バラ切り花群馬県支部北毛ブロックの生産者(会員10人)からバラ140本の寄贈があり、入院中の患者さん代表3人が「きれいだね」「早く元気になるぞ」と笑顔で受け取りました。



沼田市坊新町 小林奈希ちゃん(1歳)
二人のお兄ちゃんが大好き♡



沼田市久原町 反町心優希ちゃん(9ヶ月)
ずいばりも上手になりました!



川場村川場湯原 星野銀蔵くん(3歳)
文蔵くん(1歳)
毎日けんかしてます!