

利根保健生協 2013年8月現勢

生協組合員 ..... 27,396人  
 出資金額 ..... 1,312,316,000円  
 平均出資金額 ..... 47,901円

理事30名 監事3名 総代202名 班長1397名

**一坪増資運動** 925人から  
 (2013年9月23日現在) **1,777坪 (7,108万円)**

# 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/>



病院づくりに、より多くの方の参加をめざして「第1回千人会議」

その後、組合員さんから「新病院にバス路線を誘致する取り組み」「想いを集める地域訪問活動」など、生協ならではの多面的な活動が報告されました。

「新病院がいよいよ」「かたちになる」と実感できた「3D画像をみて夢が

名古屋市の南医療生協・増田美紀常務理事の講演では「ささえあい・たすけあい・大きな目標に挑戦する月間を前に、元気になる集いになりました。」



南医療生協 増田常務理事

8月31日〜9月1日、シャトゥ猿ヶ京で、生協強化月間に向けての意思統一、「支部を単位に、班を基礎に」の具現化などを目的に、正副支部長研修会が開かれました。

人との対話で声を集め、理想の病院をつくった経験やたまり場づくり、子育て支援などのささえあい・たすけあいのネットワークづくりの事例が紹介され、参加者は真剣に耳を傾けました。

組合員からの「たまり場の健康支部集会」や「脳いきいき班会」など支部活動の事例報告、分散会に分かれての月間に向けての意見交換等も行われました。

「南医療生協の足で稼ぐ方法を参考にしたい」「月間ではねばり強く地域をまわりたい」などの感想を寄せあい、大きな目標に挑戦する月間を前に、元気になる集いになりました。

## 病院づくり 多くの人と

8月24日(土)、昭和村公民館で「組合員と職員の協力の力で最高の病院をつくらう！」をテーマに、病院づくり、により多くの方の参加を目的とした「第1回千人会議」が開かれ、122人が参加しました。

高坂事務長から新病院建設のこれまでの取り組みや全体像について、INA新建築研究所の浮ヶ谷氏からは、具体的に各階の図面説明や3Dアニメーションによるイメージの沸く報告がされました。

膨らんだ「報告を聞いて、各組合員が一生懸命と頑張っていることが感じられた。自分も頑張らなければと思っ」など感想が寄せられました。

組合員、職員が一堂に会し、「協力の力で新病院建設の成功を」と、確認しあいました。このとりくみを各地域へ、さらに大きく広げていきましょう。



「正副支部長研修会」分散会で意見交換

# 協同の力で待望の病院を

いよいよ新病院建設スタート

9月末から全国の医療福祉生協で「生協強化月間」がスタートしました。利根保健生協では、月間や新病院建設の着工を目前に控え、「第1回千人会議」や「正副支部長研修会」が開催され、とりくみに向けての意思統一がされました。

9月13日には、新病院建設の建築・電気・設備各業者による入札が行われました。

**第31回 暮らしと健康まつり**

10月20日(日) 雨天決行  
 10:00~14:50  
 沼田市十王公園

主な催し(予定)

- 保健生協支部の模擬店
- 健康チェック
- 薄根ふるさと太鼓
- 津軽三味線鈴友会
- 花咲アルプホルンクラブ演奏
- 沼田オカリナ会
- カラオケ、芝オケ
- 太極拳
- Hip Hop ダンス
- 新鮮野菜
- 果物の販売
- サイクルランド
- バザー

当日は「老健とね」前より会場間の送迎車が出ます。

10/20

利根中央病院 「きらめき祭」

みんなの病院をみんなのちからで!

10月20日(日) 10:00~15:00 ※雨天開催 アドバルーンが目印

場所:新病院建設予定地沼田市沼須町下河原910-1

観覧無料11:00~、14:00~

- ☆新病院アピールコーナー
- ☆沼須人形浄瑠璃
- ☆もちなげ11:50~
- ☆キョウリュウジャーショー
- ☆巨大ふわふわ遊具
- ☆劇団「たろっぺ」
- ☆各種模擬店

みんなで大抽選会に参加しよう!!

出資金を持ち寄ろう!

**あぜ道**

今年の夏は暑かった。気温だけでなく、甲子園大会も、前橋育英高校が優勝したというところで大変な盛り上がりだった。レギュラーで当院職員の息子さんの活躍には大いなる親近感を抱き、応援にも一層熱が入った▼全国各地で十数年ぶりの最高気温の記録が更新され、メディアが連日大騒ぎしていた。異常気象、地球温暖化などに結び付けての報道も多かった。地球ができたのは、今から約46億年前。奇跡の星、地球は1億年の時をかけて形成されたのであり、もう少し長い時間軸で物事を見てみれば、何もこんなに大騒ぎするようなことではないのかもしれない▼一向に進まない福島原発の処理、今も垂れ流しされている汚染物質の中には半減期2年以上のプルトニウムが含まれている。この問題ばかりは長い目で見るわけにはいかない▼広島、長崎原爆の数千倍の量の放射性物質を含む使用済み核燃料棒がいまだに手つかずのまま福島原発内に残っている。一体いつになったら福島の人たちは安心して故郷に帰れるのか▼今年の猛暑も原発なしで乗り切れた。原発はなくても大丈夫なのだ。夏がどんなに暑くても、実りの秋は必ず巡ってくる。しかし、核燃料最終処理の技術がまだ未完成の現在、私たちは永久に放射能汚染のリスクから解放されることはない。せめてそのリスクを減らさせ、安心して住める日本にしたいものだ。(糸賀)



医療相談室

インフルエンザ 予防接種はお早目に 補助制度の利用で上手に予防

今年もインフルエンザ流行の時期が近づいてきました。インフルエンザの症状を抑えるためには、予防接種が有効です。しかし、費用を心配する声もあります。今回は自治体の行っているインフルエンザ予防接種の補助制度についてお話をさせていただきます。



利根中央病院 健康情報管理課 課長 高井一茂

種を行う対象者(補助の対象)は、(1) 65歳以上の者、および、(2) 60歳以上65歳未満であつて、心臓、じん臓もしくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有するものとして厚生労働省令に定めるもの、と定められています。あくまで「補助の対象者」なので一般の方(小児も含む)も接種可能です。

子供の接種

小児の予防接種についても少しふれておきます。小児は2回接種することになります。当院では予約制で、1回目が4,000円、2回目は2,000円です。現状ではみなかみ町以外に補助の対象となっていない。みなかみ町の方が接種する場合は窓口で一度支払いをしていただき、ご自身(家族)で役場へ申請していただくこととなります。

費用と補助の期間

一般の方のインフルエンザ予防接種の自己負担額は通常4,000円です。しかし、対象者の方は、各市町村で3,000円を負担してくれる為、自己負担額は1,000円となります。接種者個人による各市町村での申請手続きは特に必要なく、病院側で処理しますの

補助の対象者

予防接種法施行令により、インフルエンザの定期の予防接種を行う対象者(補助の対象)は、(1) 65歳以上の者、および、(2) 60歳以上65歳未満であつて、心臓、じん臓もしくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有するものとして厚生労働省令に定めるもの、と定められています。あくまで「補助の対象者」なので一般の方(小児も含む)も接種可能です。

自治体に確認を

今年度の補助の額は各自自治

せせらぎ

楽しく病気を克服したい

みなかみ町上牧 鈴木 静子さん



現在83歳の一人暮らし。病院には生協の支援事業を利用して、自動車を返還、足がなくなり困っていた時に通院支援を知りました。「運転手さんが親切で、玄関まで待ってあげて来てくれる。今後も通院支援は是非続けてほしい」と喜んでます。生協とは診療所時代からの

付き合い。車の珍しかった時代に免許をとった鈴木さんは、通院送迎の奉仕をしていただくこともあるそうです。旦那さんの介護を20年も経験したこと、生協には介護事業でも期待しています。「高齢だから役員にはなれないけれど、仲間への声かけと、毎月の積立増資で生協と

体とも例年通りとなる見通しです。沼田市在住の方は今年度から受診シールが必要となります。五月中旬に市から発送されていますので、接種の際にお持ちください。また60歳以上65歳未満で対象者(2)に該当する方は、必ず各市町村へ問い合わせから、接種をお願いします。

昼間の接種ができない方へ 時間外接種のご案内

今年も利根中央病院では、時間外でインフルエンザ接種日

を設けます。時間内に接種が可能な場合はぜひご利用ください。なお、時間外インフルエンザ接種は、接種日、対象者に制限がありますので、問い合わせの上ご利用ください。

予防接種班会はお気軽に

とね診療所、片品診療所では、インフルエンザ予防接種班会の開催班を募集しています。3人以上の参加があれば待ち時間もなく、医師や看護師と懇談する時間も取れますので、気軽に相談ください。

生活困窮者のための「無料低額診療」事業を開始します。

10月1日から経済的に困っている方を対象に、一定期間受診料の本人負担分を減免する事業を利根中央病院にて開始します。利用を希望される方は病院受付までご相談ください。(☎ 22-4321)

60周年記念連続講演会 保健生協の成立と総合病院化の進展

講演会の第三弾は病院が拡大した時期のお話です。利根沼田の地域医療を担うに到った道のりと、生協で展開された医療活動について語り明かす時間とします。皆さま奮ってご参加ください。講演者：都築 靖さん(元病院長)ほか。日時：2013年10月31日 17時30分～19時頃 場所：利根中央病院 講堂 連絡先：実行委員会事務局 大野(22-2300)

利根中央病院

時間外インフルエンザワクチン接種のお知らせ 対象：高校生以上(中学卒業以上) 実施場所：健康管理科 予約制：健康管理科窓口または電話(午後の受付) 期間：10月～12月の水・金曜日 時間：17:00～18:30 費用：一般…4000円 65歳以上高齢者…1000円 ※沼田市在住の方は、今年度配布されたインフルエンザ予防接種の受診シールを持参してください。

片品診療所・とね診療所

インフルエンザ予防接種班会開催

インフルエンザの予防接種を受けつつ、病気や医療等について、医師や看護師と気軽にお話できる班会です。お友達とお誘いあわせの上、お申し込みください。詳しい内容は 片品診療所(☎ 58-3910) とね診療所(☎ 24-1202) まで、お問い合わせください。期間は12月26日まで、要予約です。



とね診療所で 都築先生と懇談する 上野知班の皆さん (2012年11月)

なかまの作品

俳句

山の端にすんと落ちる入日かな 沼市磯野 阿部 まつ もう三年灯がゆれる吾亦紅 沼中泰智 田村 稲雀 大夕焼過疎の一村染め上げぬ 沼中泰智 桑原 昭一 黄金波里はのどかやお祭り日 白根下直 小林 一康 灯籠の背丈に競ふススキかな みなかみ町 増田 耕寿

短歌

里ごころひとり口遊む夕暮れば月見草咲く故郷 沼田市東倉内町 青柳 満里子 恋しき 夕餉どき冷蔵庫の前で立ちつくす思いだすまで 沼田市高橋町 森田 妙子 行ったり来たり 日本海を染めし夕日の大きさに友らと窓辺にし みなかみ町湯原 羽鳥 孝子 ばし見つむる 秋晴れの谷川岳をのぞみ建つ歌碑をめぐればこそ みなかみ町湯原 須藤 とも子 スモスゆれる 迦葉山下れば果樹の里の秋香りを載せて夕日沈みぬ 沼市岡谷町 大嶋 愛子 つややかに茄子は紫紺に漬けあがり朝の食卓に 色どりを添ふ みなかみ町東峰 河合 なみ江 西日受け色あざやかな紅葉に時を忘るるわが里の秋 みなかみ町須川 渋谷 やい子 さりげなく持て成す宿の若女将夕餉の膳に温もりあふる 昭和村森下 倉沢 さなへ

川柳

雑音は聴かぬ夫のイヤホーン 沼市磯野 加瀬田フサエ 遠花火音でたのしむ老夫婦 沼田市桜町 森田 らく 赤々と消費税に泣く唐辛子 高山村中山 木村 浅城

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」 メールでも投稿できます。 e-mail:sukusuku-rono@tonoken.or.jp

8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 7-3	生方 輝房	5	糖尿病のはなし
	材木町 1	小野 のぶ	3	医療費・通院支援について
	材木町 2	大谷 好子	3	医療費・通院支援について
	東原新町 9	染谷はるい	6	健康体操
沼田西	東原新町 2-3	金子 宣枝	6	健康体操
	材木町 11-3	小林永久子	5	骨粗鬆症のはなし
	榛名町 8-2	金子 くら	3	骨粗鬆症のはなし
沼田南	榛名町 8-1	宮内はつえ	3	骨粗鬆症のはなし
	薄根町 6-5	片野 敏雄	5	骨密度チェック
利南	鍛冶町 10	馬場半次郎	4	骨盤底筋体操
	上久屋馬場	織田澤澄世	5	熱中症予防対策
池田	戸鹿野町 1、2	星野 早苗	5	こぼれ体操・足指力チェック
	中免知町 木内	木内 修一	5	健康体操
薄根	中免知町 木村	増田 佳市	5	健康体操
	中免知町 東西	阿部 妙子	7	健康体操
	井土町 三國通上	野村 幸恵	5	VSRADについて
川田	井土町 利根河原	野村 望月	3	VSRADについて
	碓田町 上	小林 順一	5	尿・体組成チェック
白沢	碓田町 下	金子 幸子	4	尿・体組成チェック
	下川町 宮塚1	深津 文子	4	骨粗鬆症予防について
利根北	下川町 宮塚2	高橋 銀子	3	骨粗鬆症予防について
	尾合上	角田 梅子	4	コレステロールのはなし
利根南	元気に歩こう会	加藤 眞喜	4	芝生の上を歩こう
	元気に歩こう会	加藤 眞喜	4	芝生の上を歩こう
片品	追貝 森山	小林 喜市	3	輪投げの練習・健康体操
	老神合同	金子 武	8	グラウンドゴルフの練習
川場	老神合同	金子 武	8	グラウンドゴルフの練習
	二本松 1	佐々木明美	4	脳いきいき体操
月夜野東	ゆうゆう会	笛田 一男	4	脳いきいき体操
	多那 2	山崎 徳子	4	健康チェック
月夜野西	菅沼 1	戸丸 長太	5	あいうべ体操・脳いきいき体操
	中野合同	片桐とく子	9	きゅうり・フルーツの飾り切り
水	後閑 上入	佐藤 典	4	介護予防のはなし
	後閑 下入	渋谷 典子	4	介護予防のはなし
新治	政所合同	尾崎 雅子	5	温泉班会
	真庭合同	真庭 利治	4	温泉班会
沼田東	真庭合同	中村 秀夫	4	温泉班会
	真庭合同	中村 秀夫	4	温泉班会
沼田西	下牧 原の中	山田八重子	5	眼のはなし
	後閑合同	深津ハルイ	7	ゲートボール班会
沼田南	上牧合同	広橋 絹代	3	脳いきいき班会
	下牧合同	小林 一義	4	脳いきいき班会
沼田東	後閑合同	深津ハルイ	4	脳いきいき班会
	虹の会	都丸 富子	12	絵手紙教室
沼田西	虹の会	都丸 富子	10	絵手紙教室
	月夜野町組 12-1	長濱 水郎	6	介護保険のはなし
沼田南	月夜野町組 2-2	丸山 功	6	介護保険のはなし
	鹿野沢 1-1	小林マサ子	4	体組成チェックで健康班会
沼田東	鹿野沢 1-2	武田 澄江	3	体組成チェックで健康班会
	鹿野沢 2-1	小幡サチ子	3	体組成チェックで健康班会
沼田西	鹿野沢 4	木村 初恵	3	体組成チェックで健康班会
	鹿野沢 芦間下 1	羽鳥 孝子	3	体組成チェックで健康班会
沼田東	須川 1	梅澤 貞子	4	糖尿病のはなし
	須川 2	木松 芳子	3	糖尿病のはなし
沼田南	須川 3	山岸 克子	3	糖尿病のはなし
	須川 4	西山みち子	3	糖尿病のはなし
沼田西	布施宿合同	島崎 芳恵	21	体組成チェック
	遊布	太田ヒサ子	8	血管年齢チェック
沼田東	糸井 中宿	須藤 澄子	4	食中毒のはなし
	糸井 常木-1	加藤久美子	3	食中毒のはなし
沼田南	中山 新田西沢	林 公三郎	4	あいうべ体操・歯のはなし
	中山 新田下宿 2	渡辺 盛喜	3	あいうべ体操・歯のはなし
沼田東	福寿草	岡嶋 禎子	7	ラジオ体操・脳いきいき体操
	福寿草	岡嶋 禎子	11	ラジオ体操・脳いきいき体操
沼田南	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	8	ラジオ体操・脳いきいき体操
沼田西	民謡踊りサークル	林 マツ	6	民謡踊り
	手芸くらぶ遊布	太田ヒサ子	6	手芸製作
沼田東	ふれあいの輪	西巻 定子	13	腎臓の話(紙芝居)
	総計		68	363

沼田東 材木町11



尿失禁予防・介護保険について  
介護保険を紙芝居で学びました

利南 戸鹿野1・2合同

こぼれ体操・足指力チェック  
元氣よく体操で汗を流しました



新治 猿ヶ京



室内運動会(赤組白組対抗)  
ボールころがし、パンつり  
リレー等を行いました

水上 幸知



足指力チェック  
手と頭の体操  
新聞紙で準備運動をして  
測定しました



おらがまちの  
班会あれこれ

水上 鹿野沢

体組成チェック・あいうべ体操  
健康管理の意識が高まりました



池田 岡谷町西1班



指圧/血管年齢チェック  
指圧を体験しながら学びました

片品 菅沼

腰痛・こぼれ体操  
体操とグラウンドゴルフを楽しみました



**武尊通信**  
体操仲間を募集中

沼田東支部では健康班会の参加者を募集中。既に四回開催中。筋トレの他、「三百六十五歩のマーチ」や「つよしのズンドコ節」等、曲に合わせた体操をしています。私たちと一緒に気持ちよく汗を流してみませんか？ 次回は10月28日(月) 13:30・老健とね多目的室2で開催。お問い合わせは染谷(☎0801-204812734)まで。

※「武尊通信」の掲載内容は随時募集中。希望者は組織部(☎22-2300)までご連絡ください。

今月の料理

きのこのカレー風味コーン煮

- 材料 (2人分)
- 生しいたけ...3個
  - えのきだけ...1/2パック
  - かぶ...1個
  - かぶの葉...少々
  - 玉ねぎ...1/2個
  - 牛乳...1/4カップ
  - コーンクリーム(缶)...1/3カップ
  - カレー粉...少々
  - 塩...少々
  - サラダ油...少々

作り方

- しいたけ、しめじは細かく切り、えのきだけは約1cmの長さに切る。かぶは1cmの長さに切る。かぶの葉はゆでてこまかく刻む。玉ねぎは1cm角切りにする。
- 鍋にサラダ油を入れ、①のかぶの葉以外を加えて中火でよく炒め、材料にかぶるくらいの水とカレー粉を加えて煮る。
- ②のかぶがやわらかくなったら、牛乳とコーンクリームを加えてひと煮立ちさせ、塩で味を調える。かぶの葉を加えて完成です。(栄養課 萩原 良和)



白沢町上古語文  
角田 柚ちゃん(8ヶ月)  
可愛くて、仕方ありません♡

**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



大阪府  
赤井 玲ちゃん(4歳)  
莉乃ちゃん(2歳)  
ぐんまちゃん、パンサーイ!!

**声** みんなの  
沼田市の未来に!!  
孫が医学生に!!  
沼田市の未来に!!  
孫が医学生に!!

周佐 光衛さん  
定年を迎え、気候良好で人間性もすばらしい地でもあることから沼田市に永住しました。

その後、子供(娘)も、孫(男1人、女1人)もできました。「のろけ話」になるかと思われませんが、お許しください。21年前我が家に孫(男の子)が生まれたときのことです。私ははじめ一族上げてのかわいいわい連続でした。それが、今年成人を迎えました。本人(群馬医大連環学生)は幼少の頃から、人のために世のために尽くしたいという希望があり、将来は昔からお世話になっている利根保健生協の組合員皆様方にご恩返しをしようと考えているようです。爺ちゃんのひとりごとではなく本当の意味での「金の玉子」になつてもらいたいものです。

なお、本人は「新病院で頑張るぞ!!」と意気込んでいますので、ご指導をお願い申し上げます。

脳いきいき班会インストラクター養成講座のご案内

日時：11月22日(金) 13時30分～16時30分  
場所：研修棟 講堂  
講師：山田 千枝さん 桑原 久江さん  
・脳いきいき班会マスター ・はるな生活協同組合組合員

内容：楽しくゲームをしながら、認知症になりにくい生活習慣を身につける!!  
定員：30人程度 参加費：無料  
申込締切：11月15日(金)  
問合せ・申込：☎22-2300 組織部 金井・原澤

～短時間通所リハビリが始まりました～

10月1日より、とね在宅総合センター西棟1階で、利根沼田では唯一となる短時間リハビリテーションを開始しました。自立した日常生活が行えるよう、理学療法士の指導の下、リハビリ器具を利用して行います。利用には介護保険の認定(支援・介護)が必要です。介護保険の申請は病院相談支援室、介護認定されている方は担当ケアマネに相談の上、お申し込み下さい。