

利根保健生協 2015年1月現勢

生協組合員 28,285人
 出資金額 1,448,074,000円
 平均出資金額 51,195円

理事29名 監事3名 総代203名 班長1406名

一坪増資運動 1,683人から
 (2015年2月23日現在) **3,612坪 (14,448万円)**

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 22,100 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/>



利根保健生協創立60周年記念行事 新たな歴史を築く

利根保健生協創立60周年記念式典及び組合員演奏大会が、2月15日(日)、利根沼田文化会館でおこなわれました。

当日は大雪が心配されるなか、沼田中学校吹奏楽部のオープニングで始まり、10時「記念式典」、午後は22支部からの「組合員演奏大会」に延べ450人を超える参加で賑やかな集まりとなり、新病院竣工さらに次のステップにつながる1歩になりました。

山田忠夫理事長より、「医療に恵まれていなかった利根 地元で」の期待にこたえて、1954年4月利根中央診療所が開設されてから60年。医師不足に悩み、残った医師や看護師の奮闘と民医連の医師支援で乗り切ったここ数年。新病院建設を成功させ、利根沼田

の医療、介護、保健、福祉を担い、地域の組合員と職員の協力で安心・安全の地域医療の方々から祝辞を賜りました。来賓挨拶の後、多大な貢献があった金井和夫氏・木村朝次郎氏の両顧問へ感謝状の贈呈。式典に寄せられた祝電の紹介を挟んで、「60年のあゆみ」の 슬라이ドが上映され、往時の写真を交えながら紹介が行われました。

創立当初から関わり、今もなお総代としてがんばっている得能淑子さんは「残っているのが私だけでさびしい。若い頃は日曜日でも100人診て、その後6・7人の往診に出かけました。当時は困っている人を助ける使命感でいっ

まじめとしまして、原田専務は「力を寄せ合って迎えた60年。これからは地域で安心して暮らすための助け合いの時代。次のステップにつながる新たな歴史を築く一日となりました」と挨拶。

式典参加者には60周年記念誌が全員に配られました。

当日3百万、あわせて7百万の出資!

2月から呼びかけの始まり、新病院やサービス付き高齢者向け住宅の新規事業への弾みとする意味でも、意義のある一日となりました。

た60周年記念増資も、式典当日までに406万円、当日の364万円と合わせて770万円もの出資金が寄せられています。協力者からは「通院支援でお世話になり助かっていいる。新病院が待ち遠しい」「新病院が出来ていくのを毎日眺めている。近くなり、利用しやすくなるので協力したい」などのおもいが寄せられました。

医療生協運動本来の目的を考えると、いのちよりも大切なものって何だろうって考えてみることはすごく大切なことだと思っております。(みなかみ歯科所長・坂田)

第38回保健組織活動交流集会

【日時】3月15日(日) 受付9時開始
 9時20分～15時30分

【場所】川場村文化会館

【内容】★組合員による活動報告
 ★記念講演「笑いケア体操」(実演)
 講師 新潟医療生協 手塚美恵子 組織係長
 ＊笑いに必要な筋肉を鍛える体操
 ＊ゲラゲラ筋を鍛えよう
 「VVA・ホッホッホ」

★特別報告
 「医療・介護等の現状と展望」
 ※参加希望の方は、資料や昼食などの準備がありますので、組織部(☎22-2300)までご連絡下さい。

地域区分理事推薦希望の申し出のお知らせ

第39回通常総代会

定款第19条・20条及び役員選任規約に基づき、地域理事として推薦を希望する方は、下記要項に基づきお申し出ください。

- 地域区分理事定数 (選任区・支部名・定数)

第一選任区	沼田東、沼田中、沼田南、沼田北、利南、池田、白沢、利根北、利根南、片品、川場、昭和東、昭和南	13人
第二選任区	沼田西、薄根、川田、月夜野東、月夜野西、水上、猿ヶ京、須川、新巻、高山	10人

- 役員任期 2年間
- 受付方法 所定用紙に必要事項を記入の上、利根保健生協本部に提出してください。
- 受付期間 2015年4月1日(水)～4月20日(月)
- 総代会日時・場所 2015年6月20日(土) 9時00分 開会 ホテルペラヴィータ

【問合せ】利根保健生協 組織部 ☎22-2300

あぜ道

「いのちが一番大切だと思っていたころ、生きるのが苦しかった。いのちより大切なものがあるって知った日、生きていくのがうれしかった」私が好きな星野富弘さんの詩です。▼人が生きる上で生活の条件を満たす事は大切なことです。ですが、それと同時にいのちの問題や、いのちを満たすものとの出遭いの場を考えると、本当に豊かである人生を生きるためには必要なことだと思います。「健康で長生きの街づくり」は大切な取り組みです。ただ、その先にならなければならないという視点がそれ以上に大切になります。▼今年2月現在、全日本民医連の中で緩和ケア病棟をもつ施設は14病院あります。全日本民医連医師部の前田氏と私が独自に調査した結果、外部の宗教者と連携を行っている施設は少なく、2病院が週1回のペースで継続的に、1病院が希望に応じて不定期に牧師さんの協力を得て利用者さまのいのちや心の問題に対応しています。▼民医連以外の医療機関ではキリスト教だけではなく、地域の僧侶ボランティアの方々との宗派の垣根を越えた連携の輪がすでに広がっており、長岡西病院(新潟)、あそかピハラ病院(京都)のピハラ活動は有名です。調査中には「医療生協なのでそもそも宗教的な事はしない」という回答を頂いた施設もありました。医療生協運動本来の目的を考えると、いのちよりも大切なものって何だろうって考えてみることはすごく大切なことだと思っております。(みなかみ歯科所長・坂田)



司会
馬場半次郎・阿部由子



太鼓曲「光来」上州月夜野矢瀬太鼓 (月夜野西支部)

創立60周年記念 組合員演芸大会



「女の慕情」
中村シズ子 (白沢支部)



「365歩のマーチ、炭坑節」健康班&支部運営委員 (沼田東支部)



舞踊「風雪流れ旅」
入澤 潔 (片品支部)



舞踊「お七」富扇会
金井千代子 (利南支部)



「桜貝」角田克之 (白沢支部)



「徳島音頭」いづみ会
(沼田中支部)



マンドリン演奏「花は咲く、ふるさと」るばんが (昭和東支部)



「臉の母」林 幸子
(川場支部)



舞踊「月は田毎」富扇会
佐野千恵子 (利南支部)



踊り「白雲の城」
小林映子 (沼田南支部)



朗読「平和の詩」花音 (薄根支部)



踊り「安来節」
金子 幸一 (水上支部)



歌「二輪草、津軽の花」榛名町婦人会カラオケクラブ (沼田西支部)



踊り「花は咲く、上州太鼓節」川田民謡会 (川田支部)



歌「おうまのおやこ、恋の季節」なでしこの会 (利根北支部)



踊り「昭和音頭」(昭和南支部)



踊り「迦葉山慕情、北国の春」富三豊会 (沼田北支部)



混声合唱「雪、春の小川、静かな湖畔」(月夜野東支部)

- ▼1月の新加入者は名義変更を含めて59人でした。(敬称略)
- 〔沼田西支部〕 佐藤 恵子
 - 〔利南支部〕 松井 信一
 - 〔白沢支部〕 山田 若狭
 - 〔月夜野西支部〕 花子 芳雄
 - 〔新巻支部〕 本多 らん
 - 〔薄根支部〕 松井 英樹
 - 〔永上支部〕 高橋 正之
 - 〔岡村支部〕 鈴木 節子
 - 〔二部〕 岡村 二郎

よき新しい仲間 1月の新加入者



寸劇「やっぱり班会はいいね!!」(須川支部、新巻支部)



カラオケ「しあわせの青い鳥」
根津一夫 (高山支部)



カラオケ「祝い酒」
小林寛次 (利根南支部)



踊り「八木節」岡谷町八木節保存会 (池田支部)



芝居「母恋鴉」
音藤憲之助 (歌)

医療相談室

「組合員通院支援」と「福祉有償運送」



生協本部 事業部 課長 小崎 領

利根保健生協の「組合員通院支援」は2011年10月より開始しました。当初の利用申込み数は95人。初日の通院支援運行開始当初の利用者は2人でした。また、2012年4月から、特に要望の多かった旧水上町から利根中央病院までのバスストップ式集団送迎の「水上コース」一便が往復しています。

最近の動向

今年1月末現在、登録者は1332人となり、個別送迎、水上コースあわせて一日平均45・5人が通院支援を利用しています。また、昨年10月の新規登録者は46人でした。例年、冬前は新規申込みがピークとなりますが、病院の新築移転を2015年9月に控えていたこともあり、通院手段に対する不安も重なっ

福祉有償運送とは

一方で、福祉有償運送が昨年7月からスタートしています。文字にすると難しくそうですが、要は有料の車椅子送迎です。「組合員通院支援」は「自立歩行が可能な方」を対象に実施しており、運転士による介助や付添ができませんで

た。そのため、車椅子使用となり、かつ自力で乗車できないとなると利用できなくなってしまう。そういった患者さんの通院を支援するため、道路交通法に位置付けられている自家用有償運送制度の福祉有償運送を申請し、サービスを開始しました。片道1回、運賃は1キロ120円です。2015年1月末現在、利用登録者は23名、1月の利用は14回、利用額の合計は6,600円でした。

対象となる方

左記に該当し、一人では移動や公共交通機関の利用が困難な方およびその付添い人が対象です。①要介護認定を受けている方(要介護1〜5の方) ②身体障害者障害者手帳をお持ちの方

利根保健生協の「組合員本人」であることが前提です。「事前の利用登録」が必要です。

新病院への通院

9月に中央病院が沼須町に新築移転となり、「病院があつちに行っても、迎えに来てくれるんかい?」とお問い合わせがたくさんあります。今より遠くなる人には「もちろん

利用者の声が励みに

担当者として、どこまで利用者が増えていくのか「怖い」と思うことも正直あるのですが、利用者さんから「ありがたいよ」と声をかけてくださることも多く、たいへん励みになります。通院支援をこれからも守り、発展させていきたいと思っておりますので、「組合員通院支援」へのみなさまのご支援をよろしくお願いいたします。

利用料金

(1) 通院支援 無料です。出資金を元手に運営していますので、強化月間等の際に、増資のご協力をお願いしています。(2) 福祉有償運送 1km毎120円です。

利用方法

利用希望日の10日前までにご相談ください。利用登録(利用申込書提出)のご案内をさせていただきます。*利用の予約は先着順です。*お申込み・連絡先 事業部 0278-22-5050

受付時間

8時40分〜16時30分 (土曜日は12時00分まで)

せせらぎ

自分にも他人にもためになることを

みなかみ町湯宿温泉 河合 京子さん



教員を退任して三年目。退職後は、自分にも他人にもためになることをしたいと考えていた折、新治支部の役員に誘われました。以来、運営委員や総代として湯宿や入須川等で地元の声を集める活動に取り組んでいます。三年前、足の骨折で二ヶ月の入院生活を経験しました。その際、病棟で一所懸命な看

護を受けたことが印象に残っているそうです。今秋稼働する新病院には、自然に囲まれた広々とした療養環境が実現できると期待を寄せています。二月の演芸大会では、須川新巻支部合同企画の寸劇で、班会開催に奔走する班長役を好演しました。近年は地元の湯宿地区でも班会が途絶えが

ちでした。当面は、班会やいきいきサロン実現を課題として、交流の場づくりをしたいと意気込みを語っています。

組合員証がカードに変わります!

カードへの切り替えは、3月19日の新規加入・増資をいただいた方から行う予定です。この機会に、増資へのご協力をお願いします。



なかまの作品

俳句

一背をまるめ見知らぬ人の白いかき 沼市西原新町 坂上 光子
ジジババの百円風呂や春立てり 沼市湯野新町 あべけいいち
すがたみの妻の引く紅寒椿 沼市高橋場町 生方 辺秋
箸置きは椿ひと枝京御膳 沼市高橋場町 片桐 初恵
座敷まであがり春駒酔ひにけり 沼市高橋場町 白井孝四郎
天気図の一喜一憂浅き春 沼市沼須町 角田ひろ子
四方は山底に沈みし余寒かな 沼市市栄町 戸丸 雅代
鳩の出る時計が春を告げにけり 沼市市栄町 貝瀬 久代
恵方巻き食べる家族に福の神 沼市市栄町 山田千恵子
大寒や刺らぬつもりか無精ひげ 沼市市栄町 齊藤万里子
トンネルを抜け出た心地寒の明け 沼市市栄町 林 和光
雑木みな太らせてある牡丹雪 沼市市栄町 平井登志絵
菜の花や香ほり届けて旅の空 沼市市栄町 増田 耕寿
残り福なほありなんと詣でけり 沼市市栄町 須藤 澄子
淡雪やとけて消え行く露天風呂 沼市市栄町 藤井 君枝

短歌

袖ひとつもらひ冬至に香りたつ湯舟につかり来し 沼市東原新町 田 辺 善三
かた憶ふ 沼市東原新町 田 辺 善三
久びさに母と語りひはっとする老いても笑みはつ 沼市市栄町内町 河 原 由美
ねと変はらず 沼市市栄町内町 河 原 由美
父の遺産整理しおれば遠き日の吾の短歌載りし新 沼市市栄町内町 青 柳 満里子
聞のあり 沼市市栄町内町 青 柳 満里子
記録的大雪庭に積み上げて孤立集落の入らるを思ふ 沼市市栄町内町 青 柳 満里子
日の窓に蓄いづく君子蘭の節句も旬日となる 沼市市栄町内町 青 柳 満里子
美濃路から我が庭先に越し来る蜂屋の柿は秋たわ 沼市市栄町内町 青 柳 満里子
わなり 沼市市栄町内町 青 柳 満里子
豪雪で新聞も届かず籠る日も弟は仕事で藤原に行く 沼市市栄町内町 阿 部 昌枝
八十路半ば迎へし正月孫ひ孫集ひて囀む夕餉にぎ 沼市市栄町内町 阿 部 昌枝
はふ 沼市市栄町内町 阿 部 昌枝
新年の挨拶交す祝杯に舞ひ来る雪と飲み干す御神酒 沼市市栄町内町 阿 部 昌枝
葉隠れに椿の堅き蒼見ゆ春には紅き花の咲くらむ 沼市市栄町内町 阿 部 昌枝
気丈なる母をみながらだめだなど見習ふ事の未だ 沼市市栄町内町 阿 部 昌枝
にありて 沼市市栄町内町 阿 部 昌枝
ゆらゆらと冬の日くまなく差しければこもる老ら 沼市市栄町内町 阿 部 昌枝
は日向に集まる 沼市市栄町内町 阿 部 昌枝
還暦をむかえし父に子供等はピートルズのCD 沼市市栄町内町 阿 部 昌枝
どっさり贈る 沼市市栄町内町 阿 部 昌枝

川柳

楽しみがストレスも生む趣味の会 沼市市栄町 加瀬田フサエ
また一歳老けた自分に慄けり 沼市市栄町 宮下 筆彰
文太逝き昭和も遠い過去となる 沼市市栄町 今井 栄一

1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	4	新年会・笑いの効用	
	上原町 7-1	中村 慎二	3	新年会・笑いの効用	
	材木町 1	小野 のぶ	4	新年会	
	材木町 2	大谷 好子	3	新年会	
	材木町 11-3	小林永久子	4	塩分のはなし・尿チェック	
沼田西	薄根町 6-3	三ツ井久雄	6	わくわく麻雀	
	薄根町 6-5	片野 敏雄	7	相続税について	
	沼田南	鍛冶町 10	馬場半次郎	5	新年会
	沼田北	いこい句会	永井 達郎	6	俳句会
	利南	上久屋馬場	織田澤澄世	5	尿失禁・骨盤底筋体操
池田	岡谷西 1	牧野みよし	5	口と健康・あいうべ体操	
	岡谷町 中部4	五十嵐登喜子	10	メタボリックシンドロームの話	
	薄根	井土上町合同1	久枝 允	6	新年会
	井土上町合同2	知久ちよう	4	新年会	
	井土上町合同3	中村 ちよ	4	新年会	
川田	ひだまりの会	岡野 行男	9	健康マージャン教室	
	ひだまりの会	岡野 行男	10	健康マージャン教室	
	ひだまりの会	岡野 行男	8	健康マージャン教室	
	ひだまりの会	岡野 行男	6	カラオケを楽しむついで	
	ひだまりの会	岡野 行男	4	カラオケを楽しむついで	
	ひだまりの会	岡野 行男	4	カラオケを楽しむついで	
	ひだまりの会	岡野 行男	5	カラオケを楽しむついで	
	下川町 宮塚1	深津 文子	4	認知症について	
	下川町 宮塚2	高橋 銀子	3	認知症について	
	白沢	尾合 上	角田 梅子	6	年間計画づくり
利根北	高戸谷合同	加藤 眞喜	7	新年お茶のみ班会	
	元気に歩こう会	加藤 眞喜	4	新年歩き・のんびり歩こう	
利根南	タナクテヤング	三代 芳恵	7	ラジオ体操・年間計画	
片品	菅沼 1	戸丸 長太	5	動脈硬化について	
	菅沼 2	星野 司	4	動脈硬化について	
川場	中野合同	藤井 峰子	10	新年会	
月夜野東	後閑 上入	佐藤 興	3	脳いきいき体操・尿チェック	
	後閑 下入	渋谷 典子	3	脳いきいき体操・尿チェック	
	政所合同	尾崎 雅子	4	新年会・カルタ大会	
	真庭合同	真庭 利治	3	新年会・カルタ大会	
	真庭合同	中村 秀夫	4	新年会・カルタ大会	
月夜野西	下牧 原の中	山田八重子	3	狭心症・心筋梗塞の対処法	
	下牧 原-2	高橋 ミネ	3	狭心症・心筋梗塞の対処法	
	月夜野町組 12-1	長濱 水郎	5	血圧の話・尿チェック	
須川	須川 十二河原	富沢カヅエ	4	脳いきいき班会	
	遊布	大田ヒサ子	4	手芸教室	
昭和東	遊布	大田ヒサ子	6	手芸教室	
	貝野瀬田中合同	杉木 哲二	4	肺炎について	
昭和南	川額 入原上1	板橋きみ江	5	筋トレ	
	川額 入原上2	高橋 マキ	5	筋トレ	
	川額 入原下1	堤 ちせ子	5	筋トレ	
	川額 入原下2	小林 雪江	5	筋トレ	
	川額 入原中2	堤 栄子	5	筋トレ	
職域・他	福寿草	岡嶋 禎子	7	筋トレ・ラジオ体操	
	福寿草	岡嶋 禎子	5	筋トレ・ラジオ体操	
	福寿草	岡嶋 禎子	6	筋トレ・ラジオ体操	
病棟・他	ふれあいの輪	片野美恵子	13	インフルエンザ・ノロウイルス	
総計	56 班		301 回		

片品 菅沼班



あいうべ体操／セラバンド体操
体が伸びて気持ちいいね!
足の筋トレも無理なくできると大変好評でした。

沼田東 材木町1班



尿失禁について／尿チェック
起床・就寝前にできるよね!
みんなで取り組もうと話し合いました。

月夜野東 真庭・政所合同班



脳いきいき班会結果返し／指圧
7ヶ月の脳いきいき班会で、認知症予防の生活習慣が身につきました。終了後も毎日予防活動を継続している人もいますね! 今月は、組合員の由子さんの手ほどきで指圧を体験。「ひざがここまで曲がったよ」とすぐに効果を実感した人もいて、久々の交流を楽しみました。

今月の注目班



おらがまちの班会あれこれ

沼田東 上原班



脳トレ／骨密度チェック
数字や図形、漢字などの問題で脳の活性化。参加者全員全問正解でした!

須川 須川班



ロコモ体操・年間計画／大陽がんチェック
介護・寝たきり予防に片足立ちやスクワットで足腰を鍛えました。

沼田東 西原新町11班



高齢者の肺炎／肺炎球菌ワクチン
予防が大事だねと定期接種の年齢を確認しました。



今月の料理 かつおの洋風たたき

材料

- かつお…300g～400g
- サニーレタス…適量
- オリーブオイル…大さじ1
- レモン汁…大さじ1
- にんじん…40g
- 酢…大さじ3
- 塩…小さじ1/3
- たまねぎ…40g
- オリーブオイル…大さじ1
- こしょう…少々
- セロリ…30g
- 塩…小さじ2/3
- こしょう…少々

作り方 (栄養課 萩原 良和)

- フライパンにオリーブオイルを熱し、かつおを皮目から入れ、片面30秒ずつ焼き、バットに移す。Aを加え、味をなじませ冷蔵庫で冷やす。
- Bの野菜は粗く刻んで、Cを加えてミキサーで回す。
- 器にちぎったサニーレタスをして、切り分けたかつおを盛り、その上に②をかけて完成。



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



みなかみ町大穴
水野 葵ちゃん(1歳10ヶ月)
脚立が大好きです!



みなかみ町羽場
原澤 綾太くん(1歳4ヶ月)
綾太の笑顔がみんな大好き!

とね診療所 4月より診療体制一層拡大!

小林医師の着任に伴い土曜日午前診療の開始、月・火曜日の2診体制と、診療体制が下記のように拡大されます。ぜひ、ご利用ください。また「定期訪問診療」、臨時的「往診」にも対応していく予定です。通院が困難な患者さんはご相談ください。

	月	火	水	木	金	土
午前	1診 都築	長坂	都築	長坂	1・3・5 小林 2・4 長坂	小林
	2診	※小林	小林			
午後	急患・訪問診療	小林	小林	都築	長坂	1・3・5 小林 2・4 長坂



※月曜日午前の小林医師は8月まで病院勤務の予定です
※平日の午後は臨時的往診と急患対応を予定しています。
急患でかかる際には電話をしてから来院してください。

春の看護師体験のご案内

日時: 3月10日(火)・11日(水)
9:00～15:00 *お弁当付き
毎年、公立高校の後期受験日に1～2年生の高校生対象に進路選択支援としてインターシップを開催します。専門職は、やっぱり体験してみなくちゃ分かりません。是非この機会をお見逃しのないように!
*お問い合わせ窓口 利根中央病院 看護部
☎0278-22-4321 担当:金子・倉沢・高橋まで

院外処方のお知らせ

4月から内科受診の患者様も院外処方となります。これをもって病院は 全科院外処方となります。ご理解とご協力をお願いいたします。

