

第640号 8月号/2019年

群馬中央医療生活協同組合
 発行 371-0811 前橋市朝倉町830-1
 発行人 岡田桂一 TEL 027-265-3531
 FAX 027-265-3532
 編集 くらしと健康編集委員会
<http://www.kyouritsu.org/>
 定価 1部 30円(組合員の購読料は出資金に含まれています)

くらしと健康

医療費でお困りの方ご相談ください
無料・低額診療事業行っています

前橋協立病院 TEL:027-265-3511
 太田協立診療所 TEL:0276-45-4911
 前橋協立診療所 TEL:027-231-6060
 桐生協立診療所 TEL:0277-53-3911
 協立歯科クリニック TEL:027-265-6601

地域の様子や困難と見えしてきた

無料低額診療事業周知する夏の訪問行動

群馬中央医療生活協の内科・歯科事業所で実施している「無料低額診療事業」を多くのの人たちに知らせようと事業所が主体となった訪問行動が6月〜7月に実施されました。夏本番前ということで熱中症予防と無料低額診療事業周知をデザインしたオリジナル団扇を配布しながら職員と理事・組合員で地域に出向きました。

格差と貧困が広がる中
 私たちにもできることは

前橋協立診療所では、6月と7月に計4回の訪問行動を行いました。7月10日の行動では、職員・理事・組合員あわせて8名で訪問しました。「元気ですよ」と快く訪問を受けたださる方もいましたが、「経済的に生活が大変」という方や、「この辺りは1人暮らしが多く、月に1回の清掃の日に顔をあわせる程度」など、不安な声も聞かれました。「生活が大変」という声に、「ショックを受けて帰ってきた」という感想なども出されました。また、地域を歩くことで、「人が少ない」、「テレビで見るような(大変な)家を実際に見た感じ」など、地域の実態に触れることもできました。年金だけでは生活できないことが明らかにもなり、格差と貧困が広がる中で私たちに何ができるのかということを考えてさられる訪問行動となりました。



前橋協立診療所
 事務長 前田和也

6月20日・27日午後、職員・理事延べ16名の参加で訪問行動を行い、16件訪問、6人と対話できました。桐生協立診療所

訪問きっかけに受診
 中断患者さんと連絡
 とれた



6月27日(木)と7月4日(木)に、広瀬町2丁目の県営・市営住宅にお住いの組合員さん宅の訪問行動を職員と理事延べ46名が参加し、122件を訪問、約50件のお宅で対話できました。

対話の中で「いつも歯

老夫婦で暮らしている認知症があるAさんは昨年介護保険を申請したもののサービスを拒否、その後受診も拒否され、医療・介護からも遠のいてしまったことを職員全員で気にしていました。今回の訪問でも会えず心配していた時、ご本人から連絡があり、受診を再開することができました。

今回、訪問時に置いてきたお手紙から医療再開へと繋がるケースがありました。気になる患者さんへの支援としての手ごたえを感じ、訪問を継続していくことの必要性を実感しました。

桐生協立診療所
 看護師長 柴崎早苗

参加した職員から「組合員さんと対話できてよかった」「独居の方も多く、何か考えていかなくては」「など感想も寄せられました。まちづくりや地域住民のみなさんとの交流を図るといった観点からも、定期的、継続的に訪問活動を計画していきたいと思えます。

前橋協立病院
 事務次長 吉田一夫

「急かすつもりでいるが、お金が心配。」「身近な人が最近何人か亡くなり、生活のハリをなくした。」「など出されました。無料低額診療事業については知らない人が多かったこととわかり、経済的な困難さも垣間見え、多くの人に無料低額診療のことを知ってもらう必要性を感じました。

「出前憲法カフェ」を通して痛感する事は、「憲法を知らない」という人が多い、ということ。少し言葉を足せば「自分の生活が憲法によって守られている」ということを知らない」といったらよいでしょう。◆学校ではどのように学んだのか? 憲法三原則は? 問いかければ、基本的人権の尊重・主権在民・戦争放棄(平和主義)と答えられる人は多いと思います。しかし、それが、実際の社会にどのように生かされているのかを理解し、実現していくかは、日々の生活に憲法がどのように関わっているのかを意識する取り組みをしないと、「試験に出るから必ず覚えなければならぬ知識」の範囲をでません。

◆「出前憲法カフェ」は、コスタリカコーヒーをその場で挽いて、「何故コスタリカなのか?」という質問から始まります。憲法で「軍隊を持たない」と明記されているのは、世界でコスタリカと日本だけですが、軍隊を無くし、軍事費は教育費に充てました。選挙があると、小学生も学校で討論を行います。政治と憲法は日常なのです。◆日本では、「政治的」な事は避けられます。千葉県では「憲法を守ろう」という集会所が政治的と会場使用を拒否されたこともあります。おかしな国になったもの。憲法をもっと身近に感じ、行使するのが国民の責務ではないでしょうか。(深澤)

「出前憲法カフェ」を通して痛感する事は、「憲法を知らない」という人が多い、ということ。少し言葉を足せば「自分の生活が憲法によって守られている」ということを知らない」といったらよいでしょう。◆学校ではどのように学んだのか? 憲法三原則は? 問いかければ、基本的人権の尊重・主権在民・戦争放棄(平和主義)と答えられる人は多いと思います。しかし、それが、実際の社会にどのように生かされているのかを理解し、実現していくかは、日々の生活に憲法がどのように関わっているのかを意識する取り組みをしないと、「試験に出るから必ず覚えなければならぬ知識」の範囲をでません。

豊かな活動の実践報告で議案深める

第68回通常総代会の発言内容の紹介

6月22日(土)の開催された第68回通常総代会の発言の要旨について、前号で掲載できませんでしたので今回ご紹介いたします。

議案の補足報告

「前橋協立病院新病院建設と医師確保について」



前橋協立病院
院長 岩森 秀樹

新病院建設事業構想検討委員会を7回開催

2016年7月から2017年9月にかけて計7回の新病院建設事業構想検討委員会が開かれ、地域分析、求められる役割や機能などを組合員の皆さんと職員が一緒に議論してきました。

若手医師集団と病院管理部が議論の中心を担い、新病院建設の機運が高まり、その時点では新病院建設へ向け常勤役員を中心として検討を進める方針となっていました。

内科医師体制の悪化が新病院建設議論に影響

しかしその後、2018年3月に新病院建設議論の中心を担っていた内科医師が退職するという予定外の問題が発生したことで新病院建設に大きな影響が出ました。中心となる内科医師退職により診療体制が悪化し日常診療も維持出来ない状態となりました。内科医師不足を解消するため利根中央病院総合診療科、北毛病院や高崎中央病院から週替り・日替わりでの医師支援を受け何とか診療体制を

維持したのが実態で、とても新病院建設を積極的に議論するような状態ではありませんでした。

病院長と医師養成は切ってもきれない課題

退職してしまつた内科医師は医師研修において中心的な役割を担っており医師養成についても体制が著しく後退しました。そもそも新病院建設と医師養成は切っても切り離せない課題だと私は認識しています。新病院を建設しても職員・特に医師がいなければ診療体制を維持出来ず、病院経営は早晚破綻します。組織を維持するには人的リソース・人材の再生産・養成が可能であることが必須条件と考えています。昨年は医師確保を第一義的課題として取り組み今年度は新しく2名の医師を常勤医として迎えることが出来ました。同時に医師研修が出来る病院・診療所として研修機能の再構築に前橋協立診療所とともに取り組んで来ました。その成果が徐々に現れ始め研修への応募なども来るようになり、今後に期待

が持てる状況にはなつて来たので、そろそろ新病院建設の議論を活発化する条件が整いつつあると判断しています。

新病院建設にあたっては様々な条件の考慮が必要で

す。前橋協立病院の診療機能の現状、前橋地域の人口動態、前橋地域の医療供給体制、専門医制度改革による医師の働き場所の変化などの問題があります。

当院の診療機能の守備範囲は徐々に狭くなつていく

前橋協立病院の診療機能は最近10年で徐々に守備範囲が狭くなつて来ています。群馬大学医学部外科医局の慢性的な医師不足、当院外科系診療科の集約化・効率化の流れ、地域における医療機関の機能・役割の分化などから以前と比較して当院の外科系診療機能は著しく低下しました。

内科医師体制の後退も相まって救急対応力も低下し

内科・外科・産婦人科の2次救急を担う前橋市輪番病院制度からは離脱せざるを得なくなり、2019年4月からはついに分娩・出産の対応が出来なくなる事態となりました。

産婦人科の体制と診療は

去年から大きく変化しましたので改めてお話をしておきたいと思つています。これまで科長として長らく孤軍奮闘していた医師がとうとう定年退職となりまして。それに加え利根・沼田地

区、更には吾妻地区のお産を守るために前橋協立病院の産婦人科医師を利根中央病院へ移籍させざるを得なくなり、結果として前橋協立病院では出産の対応が出来なくなるといふ結果となりました。

前橋地域は高度急性期・急性期病床が過剰、亜急性期の需要高まる

前橋地域の人口動態については人口は2015年以前から減少し始めており、急速に高齢化の波が押し寄せて来ています。また2035年を境に医療需要は減少することが予測されています。

前橋地域医療供給体制の将来予測は高度急性期と急性期病床が過剰、回復期リハビリテーション病床が不足という結果となつています。現時点でも前橋市内は人口に対し高機能病床や一般病床が多く、反対に急性期の治療が終わつた後の受け皿が明らかに脆弱です。

今後ますます後期高齢者の医療需要が増加するのは確実であり、亜急性期の需要が高まると予想されます。

新病院は小さいけれど存在感のある医療機関をめざす

これからの医療は疾患を治すだけではなく、生活を支える、健康に影響を与える社会的要因を明らかにして対応していく、介護を含めた他職種で連携していく、まちづくりを進めることにより健康の維持に取り組むなど広

い視野を持つて医療活動を行う必要があります。それらの活動を旺盛に実践し医師養成をリンクさせ、小さくけれども存在感のある医療機関を目指して新病院建設議論を行つていけたらと考えております。

在宅医療中心、総合診療医・家庭医養成で社会・地域貢献が使命

新病院の機能分化・役割分担としては、主に亜急性期・慢性期療養を受け持ち、複数の疾患を抱える高齢者の主治医となり、在宅医療を担いながら在宅患者の急性増悪の急性期入院治療などを担っていくことが中心となります。これから需要が増える高齢者医療や在宅医療を担い、また在宅医療や地域中小病院での医療で最も必要とされる総合診療医・家庭医の養成を行い社会・地域に貢献していくことが使命と考えています。

最後に

産婦人科と小児科のお話もしておきます。分娩・出産の対応は出来なくなりまして、妊婦健診や婦人科手術はこれまで通り行われており、婦人科検診も今まで通り行っています。産後ケア事業も新たに開始しました。小児科は初期研修医の受け入れを継続しており、後期研修の関連施設も維持して、外来のみでなく入院医療も行っていることを申し添えて私からの発言を終わりたいと思つています。

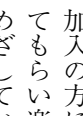
「お茶のみ保健室あずま」を楽しい交流の場に



星野小夜子総代
お茶のみ保健室

あずまを開設して半年、毎週月曜日に開所して週毎に野菜販売や歌・体操など様々なことをやっています。毎回約10名が来所しています。最近では地元の民生委員さんが新しい方を連れてきてくれ、地域の様子や困りごとも見えてきました。未加入の方に組合員にもなつてもらい楽しい交流の場をめざしていきます。

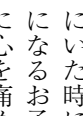
地域のこどもは地域で守ろう！子ども食堂をはじめ



早川 市子総代
群中で31年間

看護師として働き、小児科にいた時に栄養状態が気になるお子さんがいることに心を痛めていました。退職後、何かできないかと仲間と相談し「子ども食堂」を班会としてはじめました。今参加者は50〜60人。地域のこどもは地域で守ろうと、つながりを大事にしていきたいです。

食育の場、地域交流の場「あいおい子ども食堂」



相生支部
中澤やす子総代

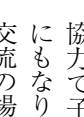
子ども食堂で

一括審議では、冒頭に下川淵支部本田修総代、木瀬支部の笠原寅一総代から質問用紙にて出された8つの質問に対して、岡田桂一専務理事が回答し討論に入りました。討論は予め10名から発言通告がありました。3名の傍聴者(職員)からの通告は文書による発言とし、討論のまとめで紹介がありました。

調理のボランティアをして

います。お肉の食材提供者の関係を先日群馬テレビに取材を受けたら提供者から子どもがおいしく食べているのを見て感激したと感謝されました。地元の農家の方からの野菜提供や料理研究家で野菜ソムリエの方の協力でも子ども達の食育の場にもなり、地域のみなさんの交流の場にもなっています。

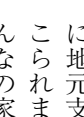
地域に根ざした施設めざしボランティア班を立ち上げて



六供支部
坂本 勝子総代

2011年開設した「ふれあいの家六供」に地元支部として関わってこられませんでした。みんなの家つみの取り組みを聞き、七夕祭りでボランティア班を発足しました。支部ニュースでボランティアを募集したら新たな人から連絡があり励まされました。その後も奇数月の行事に参加。今後は偶数月にも訪問し利用者とのふれあいを深めていきたいです。

サポーター含め50人体制で元気に支部活動



大泉千代田支部
小野里充弘総代

第1回ふれあい発表会を実行委員会として取り組んだ経験から、翌年以降、拡大支部運営委員会

を班長会議として招集し様々な取り組みの協力を依頼。その中で運営委員は大変そうだけども手伝いくらいならという声がありサポーター制度を設けました。また健康チェック等で31名がサポーターになってくれました。次のチャレンジは助け合い活動、50人体制で元気に活動していきたいです。

特技もっている組合員発掘して活動広げたい



木瀬東支部
杉原 久子総代

支部の悩みはなかなか目標を達成できないことです。昨年の支部総会で地元在住の組合員さんにお願ひして音楽で認知症予防をやっていたら大好評でした。今年もお願ひしたら、その後、班をつくりたい・出資もするよと声がかかりました。町内で特技を持つている人を発掘して一緒に活動を広げたいと思います。

労使仲良く、明るい職場に



六供支部
川村 能久総代

ある職員から「意に沿わない異動」について相談を受けました。第三者機関に相談して解決しようですが、このようなことがないよう労使仲良く明るい職場でやってほしいと思つています。

前橋協立病院 小児科からのお知らせ

夏休みに予防接種を受けませんか！

まだ受けていない予防接種はありませんか？母子手帳で確認してみてください。
学校がお休みの間に、予防接種を受けませんか？

「健康なときに、風邪などにかかった方がいる病院に足を運びたくない」「風邪がうつたらどうしよう」と心配な方いらっしゃるいませんか。

前橋協立病院小児科は、午後の予約外来を予防接種やアレルギーなどの専門外来とし、具合の悪いお子さんと接触がないような診療体制をとっています。「予防接種を少し遅い時間に予約できないか」という保護者の皆様の要望に応え、8月から15時半からの時間帯の予約枠をつくりました。ぜひ、ご利用下さい。

予防接種の予約枠

	火	水(第3週除く)	金(第2・4週のみ)
14:00	○		
14:30	○		○
15:00	○	○	○
15:30	○(第4週除く)	○	
16:00		○	

問い合わせ先

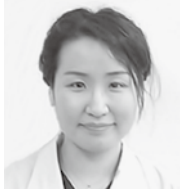
前橋協立病院 (代表) 027-265-3511 小児科外来

小児科医からのワンポイント

夏休みはリズムに注意！

前橋協立病院 小児科医 井汲 祐梨

本格的に暑い日が続いています。皆さん、夏バテなどせず過ごしていますか？夏休みだからといって夜更かし朝寝坊の生活リズムになっていませんか？



早寝・早起きは難しいかもしれませんが、普段の時刻より1時間以上遅れることがないようにしましょう。一度、リズムが乱れてしまうと、元に戻すのは大変です。涼しいうちに早起きをして朝から時間を有効利用できると良いですね。

食事も三食きちんと食べていますか？暑いからといって冷たいものの摂りすぎは逆効果です。消化機能が落ちてますます食欲が落ちてしまいます。冷たいものはほどほどに、たまには外へ出て思いっきり体を動かして、しっかり汗をかくことも重要です。



2019年原水爆禁止世界大会

今年も5名が参加

1945年、広島と長崎に原子爆弾が投下されてから74年目の夏がやってきました。「核兵器のない平和で公正な世界のために」をテーマに、8月5日から9日まで原水爆禁止世界大会が開催されます。今年も8月7日から9日まで開催される長崎での世界大会に、組合員の代表として中毛地区から1名、東毛地区から1名、職員の代表として3名が参加します。



組合員代表
堀越光明さん
(中毛地区)



組合員代表
増田礼子さん
(桐生地区)



職員代表
齋藤翔太さん
(前橋協立病院 作業療法士)



職員代表
大澤美月さん
(前橋協立病院 医事課)



職員代表
永井美里さん
(前橋協立病院 看護師)

出前”憲法カフェ”で学習

当生協副理事長の深澤尚伊医師が職場に出向いて「憲法カフェ」を開催しています。先生自ら挽いたコスタリカ産コーヒーをふるまいながら、コスタリカのことから憲法について語っています。

平和な暮らしは自分たちで守る！

前橋協立病院健診室で憲法カフェ

6月24日、本物のカフェのマスターさんながら、支度を整えた深澤先生が、コーヒー豆はもちろん、ミルやサイフォンなどを抱えて健診室に出向いてくれました。



学習会に参加した職員で一番フレッシュな齋藤あゆみさん(保健師)の感想を紹介します。

「日本国憲法第9条の話聞き、憲法で軍隊を持たないとしている国が、日本とコスタリカしかないことを知りました。そのコスタリカのコーヒーを味わいながら、お話を聞いたり資料を拝見したりして、異国の憲法や文化についても関心をもつことができました。私たち国民が、豊かで安心して暮らしていくために、戦争のない国を守らなければいけないと強く思いました。平和な暮らしは自分たちで守るという自覚をもって、まずは私ができること「選挙に行こう」と思いました。これからも、歴史や戦争・異国の情勢などに関心を持ち、憲法について自分の考えをしっかりと持っていきたいです。」 健診室長：綾部裕子

新任理事紹介

今期から新たに理事として着任された方々をご紹介します。



前橋区域
飯島 順子

突然の理事要請のお話は、組合員歴こそ長いものの全くの未知の世界へのお誘い、ただただ戸惑うばかりのスタートとなりました。そんな折、運営委員会で、87歳、82歳というお元気な大先輩の方々が、明るく前向きに活動されている様子に「考えているより動いてもらいたい」と背中を押してもらった様な気がしました。

会議等に参加する中で、思っていた以上に幅広い様々な活動をされていること、又、それを支える役員、組合員の頑張りを知りました。この活動を地域の皆様にお知らせし、そこの声を理事会等に届けられる様、努力していきたいと思っています。

今年度は、群馬県生協連主催で「ぐんままるごと健康チャレンジ」が県内一斉で行われます。群馬県をはじめとした行政、諸団体とともに連携し、県民に幅広く呼びかけ、健康づくりの習慣を広めて行こうという取り組みです。医療生協ではお馴染みですが、是非、沢山の方々のご参加を期待いたします。皆様のご指導、ご協力をよろしくお願い致します。



前橋区域
中野 真由里

私は、二十一年近く居住地域内の病院の外来看護師として働いていたため、班会などの活動には参加できなかったのですが、定年退職後の昨年四月に初めて運営委員になりました。そして、お茶のみ保健室あずまの開設等、この一年間の多岐に渡る活動の中で、組合員だけでなく地域の方々を巻き込んだ「仲間づくり・まちづくり」の必要性を実感しました。

また、運営委員の皆さんがその目標に向かって、それぞれの個性や特技を生かしながら日々、実践し続けている行動力とチームワークを見て、「仲間に加えていただけて本当に良かった」と思いました。経験の浅い私は、これからの理事活動の中で医療生協の活動について更に深く広く学び、お茶のみ保健室あずまを初めとする様々な場面で、組合員や地域の方々への声をしっかりと受け止めて活動に生かしていけるようにしたいと思っています。どうぞよろしくお願い致します。

特集

オーラルフレイルを

予防しよう！(上)



協立歯科クリニック

所長 半澤 正

これまでの歯科保健目標「8020」

これまでの歯科保健は、生涯、最後まで自分の歯で食べることをテーマとしてきました。そのためには、まず、歯がなければなりません。そこで、1989年に提案されたのが「8020＝ハチマルニイマル」です。8020は80歳まで、20本以上の自分の歯を保つという目標です。それが達成できれば、何でも自由なく自分の歯で食べることもできると考えてきました。

1989年当時の8020達成者の割合は9～10%程度で、80歳の人の半分以上

は無歯顎(歯が1本もない状況)でした。しかし、現在は80歳で20本以上の歯のある人の割合は6割に迫る勢いです(図1)。そんな状況を受けて、日本口腔衛生学会は2018年に「生涯28(ニイハチ)」という目標を提唱しました。永久歯は(親知らずを除いて)28本ですから、その28本を生生涯保とうという当たり前のこと、それをようやく目標に掲げられるところまで歯科保健のレベルが上がってきました。

「8020」への疑問

しかし、80歳で20本の歯があれば、本当にそれだけで、何でも噛んで食べることが

できるのでしょうか。70歳以上の高齢者に対する調査では、4人に1人が「お茶や汁ものでむせる」「口の中が渇く」と答え、3人に1人が「半年前に比べて固いものが食べにくくなった」と答えています(図2)。どこから歯があるだけでは、生涯自分の歯で食べることは難しいようです。

これからの歯科保健目標「オーラルフレイル予防」

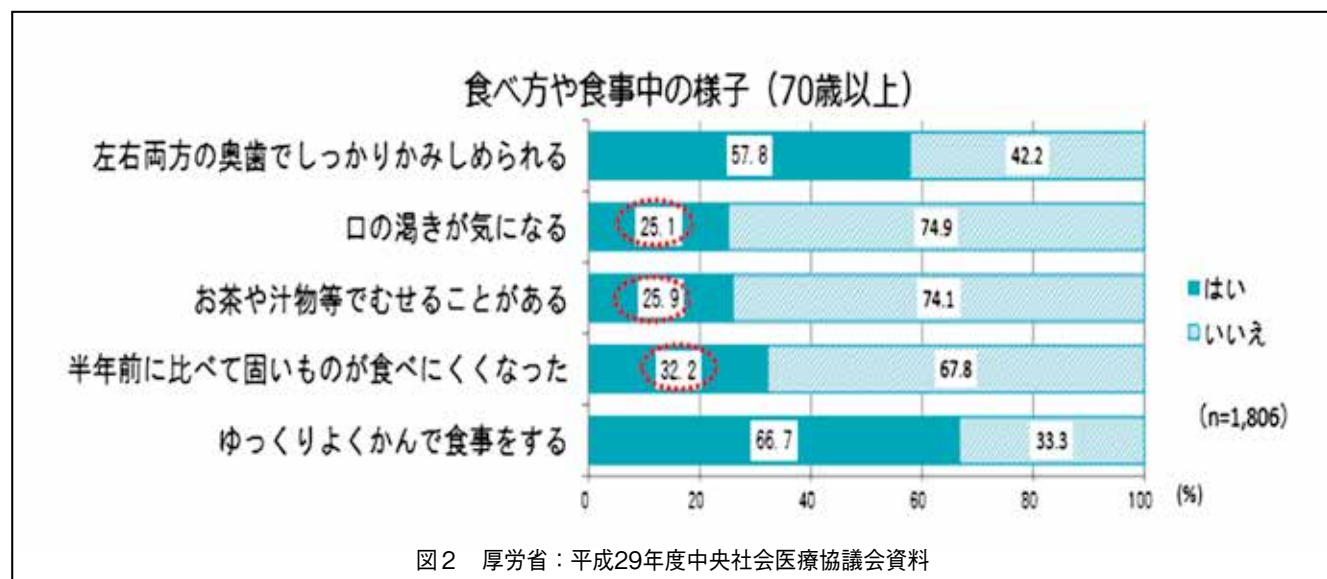
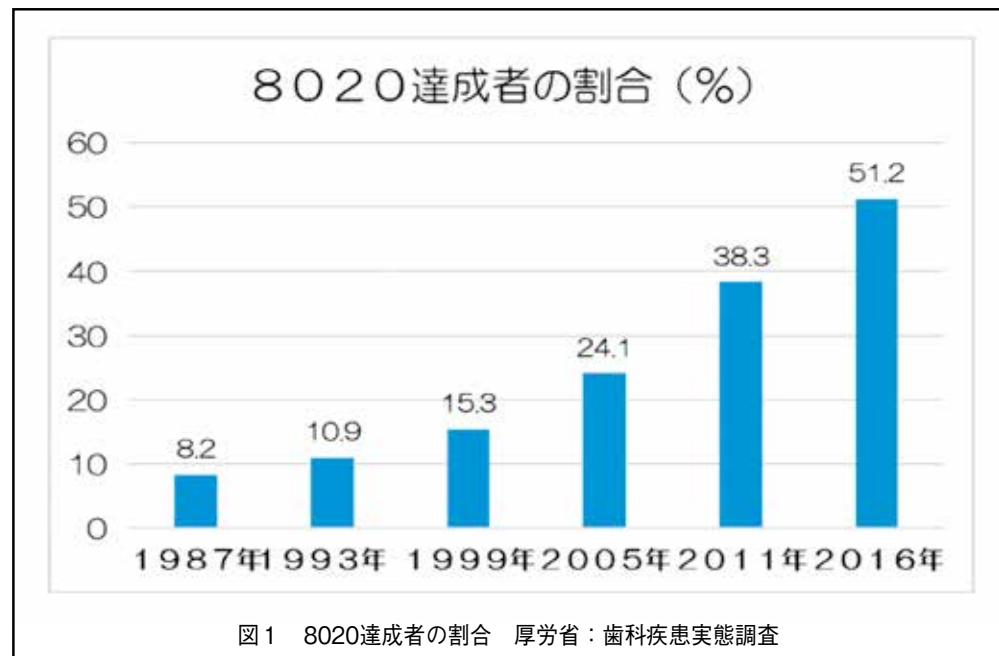
そこで、注目しなければならぬのが「オーラルフレイル」という問題です。「オーラル」は「口の・」という意味の英語です。「フレイル」

は、虚弱という意味の英語「フレイルティ」から作った新しい言葉です。

オーラルフレイルの症状は、「話がしにくくなった」「口が渇くようになった」「むせるようになった」「飲み込みにくくなった」「硬い

ものが食べにくくなった」などです。一般的にはこのような症状が出て、無意識に他人と会うことを避けるようになったり、ひきこもりがちになったり(社会性の低下、身体活動の低下)、食べにくいものは避けるようになっていたり(食品の多様性の低下、低栄養)しながら、対応してしまつたため、問題が顕在化しません。しかし、これら軽微な衰えを見逃すと、全身的な

機能低下も進んでいきます。このオーラルフレイル(口の機能の虚弱)は全身のフレイル(虚弱)に先行するとも考えられています。この段階での早期の対応が要介護状態への進行を防ぐ鍵になるかもしれません。(次号に続く)



地域活動アラカルト

平和への思いを胸に、 みんなで一緒に行進しました！ 2019年国民平和大行進

今年も平和大行進、がんばりました。群馬中央医療生協では7月13日前橋→伊勢崎コース、14日伊勢崎→桐生コース、15日桐生→太田コースを歩き、16日埼玉へ引き継ぎました。例年、高温の中歩くことが多かったのですが、幸い今年は暑さに悩まされることなく、全コースとも快適に行進できました。今回は若い職員の参加も多く、にぎやかに楽しく歩きながらも改めて平和について考える機会となりました。また、網の目コースに参加された方や、前日からの接待の準備に参加された方もいました。

参加されたみなさんの思いを胸に、8月7日～9日に長崎で行われる原水爆禁止世界大会へ組合員・職員代表の5名が参加です。



前橋市役所から元気に出発



いざ！出発！桐生市役所を出発する行進団



大泉町役場出発集合
「14名で元気に行進しました！」



生協会館で休憩



桐生の街中を行進



太田地区
平和への願いを込めてみんなで歩きました

夏のまちかど健康チェック 7/9

前橋地区 南部・東南部ブロック



J A ファーマーズ朝倉町店のイトインコーナーにて、まちかど健康チェックを行いました。これまで朝日町店で行ってききましたが、株式会社エコープ関東の本部より「朝倉町店でもぜひ」とお申し出

いただき、協働組合間連携として実現しました。

当日は、組合員16名、職員8名が参加し、体組成測定、握力測定、職員や組合員の看護師・保健師による血圧測定を行いました。また、協立歯科クリニックで研修中の歯科医師によるオーラルフレイルチェックも行いました。店頭でのチラシ配布と店内アナウンスで呼びかけたところ、1時間半で40名近い来場者がありました。測定結果についても専門職の職員が説明し、「買い物のついでに健康チェックができてよかった」「口の相談にもものってもらえた。

今度、受診するよ」と好評でした。参加した職員からも「組合員さんと協同で取り組めて楽しかった」との感想が出されていました。

(理事 中島進)



ピースコンサート 桐生地区 7/13

7月13日(土)、桐生協立診療所の待合室でピースコンサートが開催され、80名もの来場者で大盛況でした。桐生地区では毎年この時期に原水爆禁止世界大会のカンパ活動としてコンサートを行っています。今年は太田アコーディオンサークルから9名の方に来ていただきました。9人編成で、合奏で6曲、皆で5曲合唱しました。

懐かしい曲では、参加者の方達がアコーディオンの演奏に合わせて自然と歌っていました。体を揺すって歌っている方もいて、さながら「うたごえ喫茶」の様でした。

アンコールは広島・長崎をテーマにした「折り鶴」を皆で合唱し、コンサートを締めくくりました。



班会紹介

笑って健康に～やまぼうし班会

太田地区 蕨川北支部

6月26日(水)、笑いヨガを開催しました。指導は笑いヨガリーダーの田中光子さん。他支部の方を含め18人の参加者が一つの笑いの輪になりました。一人では恥ずかしくてできないことでもみんなで同じことをすると、おかしくておかしくて涙が出るのを止められません。これで健康になれるのですから儲けものです。また機会を見つけて開催し、より多くの人々の笑いの輪を作りたいと思っています。(運営委員 百瀬雅彦)



納涼祭

協同福祉会
特別養護老人ホームほなみ

8月24日(土)
16:00-19:00
ほなみ北駐車場

- ▽屋台村
- ▽盆踊り
- ▽歌謡ショー
- ▽うたごえ
- ▽職員による出し物などなど

ボランティア申込先
027-287-4165(代)
前橋市朝倉町842-1

E-mail
honami@hyoudou-fukushikai.jp



健康寿命を延ばすためにご家族で、なかまとみんなでチャレンジしよう!!

CO-OP共済 コープ共済連 協賛

ぐんままるごと健康チャレンジ 2019

30日間継続して CHALLENGE GUNMA 体も心もげんきに!!

群馬県のマスコット「ぐんまちゃん」
群馬県2019-100090号

チャレンジ期間 10月1日～12月31日のうち30日間
結果報告締切 2020年1月31日

参加費 無料

これまで群馬中央医療生協が独自で取り組んで来た「ヘルスチャレンジ」が群馬県内の生協と一緒に取り組む「ぐんままるごと健康チャレンジ」に変わります。

病院敷地内全面禁煙実施のお知らせ

昨年7月25日に公布された「健康増進法の一部を改正する法律」(平成30年法律第78号)では、病院の敷地内は原則禁煙となっており、病院については本年7月1日より施行されました。当院では①「医療機関として禁煙を勧めるとともに受動喫煙を防止する」②「法を順守する」という立場から敷地内全面禁煙としました。なお、電子タバコや非燃焼・加熱式タバコ等の新しいタバコが販売されておりますが、当院としてはすべてのタバコについて敷地内(※)禁煙とさせていただきます。また、これまで患者さん用喫煙所を設けていましたが、完全に受動喫煙を防止できる喫煙所とはなっていないため廃止しました。皆様のご協力をお願いいたします。

※敷地とは、前橋協立病院の敷地および法人として所有している土地の他、借用している土地も敷地とみなされています。(東側砂利駐車場)

※敷地内に駐車している自家用車の中でも喫煙は禁止です。
※道路上での喫煙は、通行される方や近隣住民の皆様にも迷惑となりますのでご遠慮ください

前橋協立病院院長 岩森 秀樹

★健康チャレンジ参加方法★

- 1 コースを選択
チャレンジ7コースの中から選んで(複数コース選択可)、自らチャレンジ内容を具体的に決めましょう!
- 2 チャレンジ期間は10月～12月のうち30日間
カレンダーにチャレンジコース、内容を書いて毎日の頑張り具合を記録します。
- 3 結果報告
「結果報告はがき」に自己評価、感想を記入して、お近くの生協本部・事務所へお持ちいただくか、FAX(027-234-8244)でお送りください。ポストへ投函もOKです。
締め切り 2020年1月31日

【お問い合わせ先】群馬中央医療生活協同組合 組合員活動課

- ◇中毛地区：TEL 027-265-3531 (担当/鈴木)
- ◇太田地区：TEL 0276-45-4989 (担当/栗田)
- ◇桐生地区：TEL 0277-55-5777 (担当/大川)

理事会だより

●6月29日(土)定数30人中27名の出席で第2回理事会を開催しました。

主な議題

- ① 会務報告に関する件
- ② 専門委員会報告に関する件
- ③ 通常総代会のまとめに関する件
- ④ 専門委員会体制に関する件
- ⑤ 教育学習月間に関する件
- ⑥ 役員報酬に関する件
- ⑦ 非常勤役員及び組合員に関わる費用支弁規程に関する件
- ⑧ 夏期賞与支給に伴う借入に関する件

以上、報告・協議の上、提案通り承認しました。

群馬中央医療生協はいま(2019年6月末)

組合員	36,816人
前橋・伊勢崎地域	組合員：27,496人
太田・館林地域	組合員：6,181人
桐生・みどり地域	組合員：2,998人
出資金	9億8,008万5,300円
一人平均出資金	26,643円

みんなの声

クロス・漢字・ワード
ハガキから

(敬称略)

● 5・31WHO世界禁煙デーの記事を読みました。組合員の方もいろいろ禁煙の啓発活動を行っていることが解りました。私の会社でも、このごろは禁煙の活動が目に見えて解るようになっていきます。
(太田市 春山祐一郎)

● とうとう我が家にもロボット掃除機が届きました。皮肉にも、その前日にぎっくり腰になってしまった私ですが、心配で時々、掃除の様子を見に行っています。
(太田市 ゆりりん)

● 介護ボランティアの講習を受け、デイサービスで、シート交換や利用者さんとの会話を楽しんでます。何かお役に立てることが嬉しいし、何より私自身の役に立っています。楽しく働きながら健康維持に努めていきたいです。
(伊勢崎市 メグちゃん)

● 5月末に植えたサツマイモは数日後に36℃の猛暑日があり、半分以上が熱中症?で枯れてしまいました。
(太田市 中村正一)

● 時節柄、雨が降る日々が続いています。自然の恵みの雨なら良いのですが、短時間の大雨などは気を付けていても防ぎようがありませんね。日頃から防災の準備を心がけていますね。今日は排水溝の掃除をする予定です。
(桐生市 今井賢一)

● 「ぐんままるごと健康チャレンジ2019」たっさんの人のチャレンジが楽しい!
(桐生市 さしきわらし)

● みんなの声に懐かしいお名前を発見しました。女子高時代、机を並べて学んだ友達です。何か病と闘っていらっしやるみたいなので頑張つてとエールを送りたいと思います。
(前橋市 杉本【旧姓・松崎】和子)

● 地域のシルバーサロンで麻雀を始めました。とても楽しいです。
(桐生市 根岸美義)

● 禁煙ポスターコンクール市の川さんの作品に感動です。
(前橋市 大和田せつ子)

● 立葵てっぺんまで咲けば梅雨明けと聞いているが、今年も立葵咲き方がまばら。てっぺんが咲いたり、下の方が咲いているのもあり、中心の方は種になったり、なんだか変!
(太田市 坂庭友江)

● 総理大臣はじめ多くの議員さんのために、次回の広辞苑改訂版では次の言葉の意味を書き換えることを提案したいです。1. 謙虚に 2. 真摯に 3. 丁寧に
(前橋市 パプロ)

● 植物の害虫であるカミキリムシがすでに産卵期を迎え大発生しています。予防にスミチオンとマラソンを混合して100倍液を作り根元に塗布いたします。
(前橋市 石原茂男)

● 3年前、庭に植えたアガパンサスのマリンボーイという花が濃紺色の品種。今年は株が大きく育ち、20本近い花茎が伸びてきました。夏に咲くブルーの花に癒されます。近所のお友達との会話にも花が咲きます。
(前橋市 浜地伸子)

【お詫びと訂正】
第110回あずま支部俳句会において間違いがございました。お詫びして訂正いたします。

- × 蒲公英の紫吹飛んで落下傘 丑男
- 蒲公英の絮吹飛んで落下傘 丑男

● 第3回生協ほなみ句会 2019・7
涼風や足をふと止め天仰ぐ
満員のライプの余韻梅雨の夜
えのころ草深眼むりする今朝の雨
歳ごとに薄する一徹晩夏光
美魔女なら見たい薄物つす化粧
遠雷や野良猫一家箱の中
早織 亜由美 星子 利幸 康夫 小夜子

● 第110回あずま支部俳句会 2019・7
つす化粧友に誘われ夏まつり
梅雨冷や猫を捨てて下校の児
大猫のぼけ声ひびく梅雨晴間
梅雨晴間景色の変わる田んぼ道
夏座敷自説を曲げぬ友の声
和子 星子 丑男 麗子

● お茶のみ保健室俳句会 2019・7
草しげるげたはく老夫姿なく
里山に郭公鳴いてわらび採り
冬いきて春来たりなば夏やねん
月見草かさりつくすも一夜なり
川のはたあじさいみてたら雨がさす
梅雨雲が過ぎて陽のさす保健室
はつ江 平野 克ちゃん Kちゃん 野中 松つちゃん

投稿

【俳句】

● 軍港の船影こわく梅雨に入る
年金やちまちまくらし蚊やり焚く
夏木立ち歩るき歩るけどちどり足
梅雨の日に何時もの留守電友ホーム
谷川の嶺々くつきり今朝の秋
迎へ火の煙りにのりて弟帰る
田中八重子 伊藤ミツ 毅峰

【川柳】

● 夫居て友の誘いも遠慮がち
古傷はそつとしてやる思い遣り
大役を終えて夜の帳に包まれる
古希女 松井賢一

【解き方】
イラストをヒントにして、二重ワクの○文字をうまく並べてできる言葉は?

クロス・漢字・ワード

<第240回>



「タテのカギ」

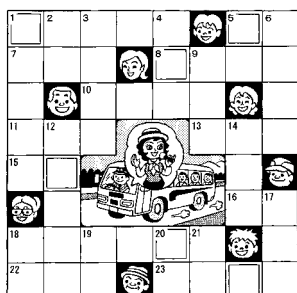
- 1 世界的に主要な穀物
- 2 難しく言うと、野山に自生する食用植物の採取です
- 3 観光旅行
- 4 米ニューヨークの金融地区です。……街
- 5 長崎で討った……の敵
- 6 現場不在証明
- 9 積雲は……状の雲です
- 11 ナルチルとミチルが主人公
- 13 撮影や録音をする場所
- 16 2021年に始まる大学入学共通テストで取り扱いが注目される受験科目
- 18 若い世代。最近あまりいっていませんね
- 20 へま。……を踏む
- 21 プラごみ汚染が問題に

「ヨコのカギ」

- 1 区別しません
- 4 腕時計のような……ラブル端末
- 7 ……鱗。……盤。……幕
- 8 夏の徳島といえは
- 10 Jリーグファンです
- 11 お金では買えません
- 12 留守番をすること
- 14 空気中では秒速約340m
- 15 海が陸地に入り込んだ所
- 17 ……悪。……道。……心
- 19 多くの人が口をそろえて同じことを言います
- 22 収穫量1位は青森県です
- 23 華やかでなく控えめなこと

《第239回の答え》

カンコウ(観光)バス



【応募方法】
解答 官製・私製はがきを使用。「第240回クロス漢字ワード」に図書券五〇〇円分を進展

【送り先】
〒三七一〇八一 前橋市朝倉町八三〇の一。群馬中央医療生協くらしと健康係

【賞品】
正解者の中から抽選で五名に図書券五〇〇円分を進展

利用者さんの思いに触れた七夕見物

通所リハビリさくらんぼ

去る7月6日(土)、恒例となった第69回前橋七夕まつり見物に16名の利用者さんと出かけました。

当日は、暑くもなく寒くもなく、外出するには過ごしやすい陽気で、華やかな飾りつけを見ながらご自分の若い頃を思い出す方も多く、毎年家族を連れて見に来たお話しや、この近所に自宅があったが戦時中延焼をふせぐため強制疎開させられたお話しなど長い人生の中で色々な経験をされてきた利用者さんの思いに触れることのできる機会にもなりました。

ご家族にお土産を買う方、車椅子を押してくれたボランティアさんのためにお礼を買う方、ご自分のために買ったフライドポテトを職員におすそ分けしてくれる方など楽しみ方は様々でした。

皆さんのワクワクした表情がとても印象的で、こういう思いをさくらんぼで積み重ねていきたいと職員一同思いました。(室長 鹿沼まゆみ)



「この診療所のより良い発展を！」

太田協立診療所の外来ボランティア有志で、七夕さまを飾りました。短冊の願い事には、「健康」「平和」「政治」のことや、「太田協立診療所」「つどい」「あゆみ」などへの感謝の言葉が書かれていました。

(大泉千代田支部 松尾初美)



絵画 太田市 澤田憲一さん



絵手紙 前橋市山王町 小島実さん



絵手紙 太田市 田中みつよさん

仲間の作品コーナー



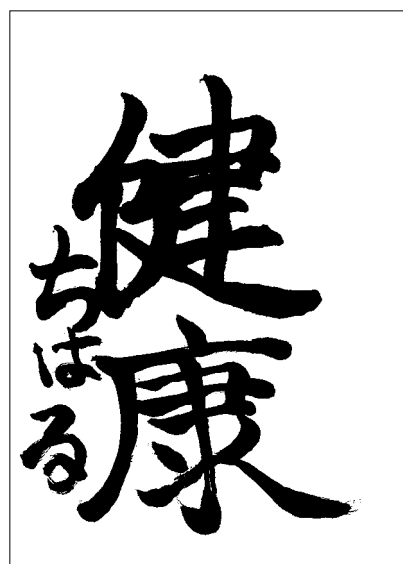
和紙ちぎり絵 太田市 鹿山一枝さん



絵手紙 前橋市 松村恵津子さん



絵手紙 太田市 Oさん



なおそう会楽書の会 瀧野チハルさん



絵手紙 前橋市 高瀬佳子さん