

第696号 4月号 / 2024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
TEL 027-265-3531
発行人 長谷川敦子 FAX 027-265-3532
編集 ぐ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)

医療費でお困りの方ご相談ください
無料・低額診療事業を行っています

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

ぐらしと健康

虹とぐらんぼが統合した新たな通所事業



群馬中央医療生活協同組合
介護福祉部副部長 佐藤 雄

2024年4月1日より通所リハビリさくらんぼと
デイサービスセンター虹が統合し、新たな通所事業
として生まれ変わります。再編と統合に向けた議論
を重ねてきましたので紹介します。

情勢や世代を 見据えた事業

「虹」と「ぐらんぼ」がある前橋は、他の地域と比べ通所事業が多く散在しており、利用者がサービスを選びやすい一方で、サービス提供事業者は飽和状態になっていきます。多くの事業者が存在することでサービスの提供内容も多様化が進んでおり、選ばれる事業づく

新たな事業の方針

情勢や利用者層を考慮したうえで、4月から始まる新たな通所事業計画として6つの運営方針が立てられています。

①「在宅生活の継続を最大限支援する」

利用者本人と家族が、在宅で長く暮らしていく為の支援をおこなっていきま

②「社会とのつながり」

当生協のリハビリテ



趣味活動の園芸



利用風景

新しい事業所では、「利用者・家族の思い」「利用者の達成感」を柱として取り組んでいきます。随時見学を受け付けていますので、是非新しくなった事業所へ足を運んでください。

お問い合わせ
デイサービスセンター虹
前橋市朝倉町157-3 TEL 027-265-3820

りが一層重要となつていきます。第一次ベビーブームに産まれた「団塊の世代」が75歳以上となり、今後多くの方が介護保険を利用する状況が見通せません。従来の枠組みにとらわれない新たな通所事業を展開していく事が必要とされます。

により、利用者の身体残存能力を維持し、在宅生活の継続をすすめます。また、送迎サービスで自宅を訪れた際に、必要な方には玄関先での対応のみでなく、身の周りの安心できる環境づくりまでおこないます。

④「利用者の役割創出」

利用者のやりたいことや、できることを見つけていきます。それを活かすことで、利用時間の中で、本人の役割の創出に繋げていきます。役割は自己効力感

⑤「医学的に裏付けされた認知症ケア」

人口の高齢化に伴い認知症を患う方も増えていきます。認知症を抱えている利用者に対して、根拠のある関り方を全ての職員ができるよう職員の育成をおこなっていきます。

⑥「プレオープンの様子」

新たなデイサービスセンター虹は、利用者の受け入れ人数を増やすため

ちやうしんき

好調な日本経済。株価は史上最高値という。しかし、それを実感できる人がどれほどいるだろうか。非正規労働者が4割を占め、4千万人の年金受給者の半数が年金のみで暮らしているこの国の実態。物価の上昇に収入が追いつく人は1/3にも満たない。▼病院経営も深刻であり、診療報酬はこの20年間の平均で、年に0.06%上昇したのみ。厚労省調査で、一般病院の利益率はコロナ関連の補助金を除くと2022年度はマイナス4.7%である。介護事業所も4割が赤字経営という。▼日本経済をリードし政治に対してもっとも発言力の強い経団連は、高齢化により増加する社会保障費等の削減、消費税18%までの引き上げ、法人税の大幅引き下げなどを政府に求めている。医療も介護も保険で支払われ、一部の差額ベッド料などの個人負担として徴収することが、経営を続けることが困難になっている。▼当生協は2026年竣工をめざした新病院建設の議論を職員一丸となつて、理事・組合員さんの力も借りて計画を練り上げた。しかし、資材の高騰によって、建設費用は予定額を大幅に超えている。▼公的医療費の抑制政策が続く中で「人のいのちをお金で差別しない」という当生協の理念を貫き、差額医療を行わずに多額の借入金返済を行えるのか、きびしい決断を迫られるが、地域の人が築き上げてきた財産、いのちの砦の病院を守り、発展させるための運動を続けなければならない。困難を抱える人たちの健康にもしっかりと寄りそう政治をもとめながら。 瀧口(道)

2023年度活動のまとめ案 ダイジェスト

「2023年度のまとめ」について、組合員活動・事業利用・経営活動など特徴的な取り組みをダイジェストとして紹介いたします。

①事業活動・経営活動

○新型コロナウイルス感染症への対応

新型コロナウイルス感染症が5類へ移行した後も、病院・診療所では引き続き同様の感染対策が続けられています。発熱外来には連日多くの風邪症状の方が来訪されており、院外での検査や診療を受けています。

○特徴的な医療介護活動

訪問看護を地域に知ってもらうため「くらしと健康」へ4回連載で記事を掲載しました。

介護事業所では「認知症ケア」について職員を対象に認知症の理解を深め、統一した介護実践に向けた研修を実施しました。

○プライマリケア(身近にあってなんでも相談にのってくれる総合的な医療)としての取り組み

前橋協立病院では、生活を支える病院として、かかりやすさや相談しやすい外来を目指し、総合診療やプライマリケア看護の強化をおこなってきました。

た。積極的な周辺地域のまちかど健康チェックや相談会を通して、地域のニーズや地域の方の生活に寄り添う医療に取り組んできました。

全ての事業所で「断らないで受け入れる」ことを方針として、生活困窮や様々な社会背景を抱えている方の医療の受け皿になってきました。

○経営活動

前橋協立病院は病棟稼働の安定化と在宅拡充をすすめ、予算を大きく超過達成しました。

太田協立診療所は「断らないで受け入れる」方針を共有して外来患者数を前年より増やしました。

桐生協立診療所は在宅支援診療所としての算定により在宅分野で大きく前進し経営改善が図られました。

小規模多機能居宅介護施設ふれあいの家六供は外部への発信活動などを強め利用者数を増やしました。

②健康づくり・まちづくり

○多彩な班活動

新型コロナウイルス感染症の影響で、一時停滞していた班活動も再開し、新たな班も徐々に作られています。体操や運動などの班に加え、芸術鑑賞やお菓子作り、カラムやポッチャなどの交流や趣味を多く取り入れた繋がりづくりを重視する班も増えています。



ポッチャ体験会の様子

○地域住民を巻き込んだイベント

前橋協立病院の敷地内で開催された「ポッチャ大会」や桐生協立診療所敷地内で開催された「収穫祭・野外コンサート」大泉千代田支部が参加した「おおいずみ市民フェスティバル」など、地域住民の多世代に向けた活動が広がりました。

○まちかど健康チェック・相談会

昨年より積極的に実施してきたスーパーなど店舗でのまちかど健康チェックや相談会は、今年度更に活発に開催されました。中毛地区ではフレッセイ朝倉店、桐生地区ではカスミ桐生店、太田地区ではコープ新井店での定期的な開催



桐生健康チェック

がおこなわれ、昨年度の倍以上の方の健康チェックや相談に対応しました。

○健康づくり活動

昨年度に引き続き在宅で生活し続けるための身体のケアとして、セルフケアの学習会が開催されました。ソクイク(息育・足育)の学習会や体験会では医学体操指導者の松尾初美さんが実技を踏まえた体験会を各地で開催し、学習会終了後に吹き戻しなどを購入したり、班会での取り組みも広がりました。



太田健康づくり

太田地区と桐生地区では、秋にウォーキングイベントを開催し、多くの方が参加しました。

○ぐんままるごと健康づくり

毎年恒例となっているぐんままるごと健康チャレンジには、今年も多くの方が参加しました。特に子ども向けのキッズチャレンジでは、複数の学校や保育園から参加があり、前橋市立総社小学校ではチャレンジのつながりで、協立歯科クリニックの歯科医師と歯科衛生士が子ども達への口腔衛生の講義をおこないました。

③選ばれる事業利用、ボランティア活動

○院所利用委員会活動

今年度の院所利用委員会では、より利用しやすい環境づくりのための院内ラウンドを積極的に実施しました。組合員や患者の目線から事業所の環境を把握し、事業所と組合員一体となり環境改善をおこないました。

○事業所のボランティア活動

病院周辺の環境整備ボランティアでは、前橋協立病院や特別養護老人ホームほなみの敷地内除草やふれあいの家六供の除草作業、太田協立診療所駐車場の除草作業や花の手入れなど多くの組合員が活躍しました。また、前橋協立病院敷地内では、毎週水曜日の午前中に誰もが立ち寄ることのできる居場所として「よつてくんべえカフェ」が開催されており、受診に訪れた方や地域の方の憩いの場となっています。

○ちょこっと助け合い活動

中毛地区の「ちょこっと助け合いの会」は、地域からの需要が広がっており依頼が増えています。支援者も徐々に増えており、高齢者の身の回りのちょっと困った、から傾聴のボランティアまで幅広く活躍されています。

④いのち・人権・平和をまもる取り組み

○生活困窮者支援

前橋協立病院敷地内では、7月と12月に生活応援プロジェクト「年越し協立フェア」として、生活困窮者への物資支援や医療介護相談を開催し、合計326人の方が参加しました。

また、日常的に食料に困っている方を支える仕組みとして開始したフードパントリーにも、組合員から多くの物資が日常的に集まっています。11月には大泉千代田支部が他団体と連携し、「生活相談フードバンクin大泉」を開催し251名が参加しました。館林明和班の「まんまる食堂」では毎月子ども達へ食料を配布しています。

⑤新病院建設構想議論・運動

○新病院構想議論

前橋協立病院の新病院建設の議論は、新たな前橋協立病院の医療・介護機能に合わせた敷地内配置図や院内図面の議論が進められてきました。建設単価の高騰が著しく、総建設費用に合わせた建設の議論が繰り返しの行われています。

○病院近隣地域の全戸訪問

新病院建設に合わせた病院近隣地域の全戸訪問を7月から組合員と職員共同で取り組んでいます。現在約1500件を訪問しています。訪問先では病院建設を応援する声や増資などの協力もあります。



新病院全戸訪問

2024年度 群馬中央医療生活協同組合総代当選人氏名

2024年3月19日
総代選挙管理委員長 瀧澤 佳津子

中毛地区 1区	桑原 新一	本田千枝子	井上 久子	奥木 栄八	狩野 幸枝	3区	伊東 悦子	田端 智子	桑原 正一
	岸 英夫	角田 政雄	石田ちか子	奥木由美子	関口万里子	関口智恵子	岡ノ谷文子	藪部 己行	滝澤 悦子
	岸 弘子	平田 春江	黒須 洋子	宮内 正子	岩崎 信子	岡野 洪枝	川上アサ子	早川 市子	中島 芳子
	兼子 春江	吉原 照世	松本 泰三	新井せつ子	今井シヅ江	青木 洋子	木村 文子	金子 光國	根岸みちる
	富所 正義	柳澤 正克	横地 純子	岩田富美枝	小林 光子	齋藤 京子	須藤 高子	川島 玲子	鳥居 睦美
	亀田 光江	柳澤まち子	吉澤 育代	新井千恵子	石原由紀子	新井 康子	中庭知江子	小野里充弘	小辻 明
	龍崎 一郎	中澤のり子	牛込 秀子	池田 忍	大塚 秀雄	新井 光夫	長岡 清子	松尾 初美	須田章七郎
	塚本まさ枝	湯澤 昭	田村 和義	新井 博	田村 洋子	町田 政義	團原 敬	渋谷 俊之	佐々木のり子
	青木 恵子	宮下美恵子	矢端 勝夫	北爪 源寿	佐鳥 里江	滝川 哲雄	松浦 孝子	坂口 克彦	5区 計19名
	伊藤 京子	菅原 宏	角田 久	三浦サエ子	佐々木美知子	柿沼 五月	大澤 章江	4区 計40名	
須藤しず江	新嶋 次也	宮本 好子	工藤 マサ	宮下 征男	酒井 宏子	園田 幸子		職域	
井上 好美	堀越 光明	須永 汎美	西村美代子	星野小夜子	新井 節子	澤井トミエ	桐生地区 5区	6区	
坂本 勝子	堀越登喜子	長谷川厚子	杉原 久子	石井 恵子	星野 秋子	須永 平吉	庭山真理子	永来 峻一	
萩原由美子	荒木 兼男	中道 浪子	1区 計82名	堀 泰雄	堀 泰雄	木村 陽子	小池 敏子	吉井さか枝	
川村 好子	久保 洋子	重田 石子	2区	高橋美恵子	高橋美恵子	竹内 玉枝	藤掛 澄江	鹿沼まゆみ	
蓮見 安廣	外池 千明	加藤美津子	鈴木 春美	中林 悦子	太田地区 4区	怒木 三郎	森田 功	石原 清恵	
須賀 康夫	福島 正明	野村由利子	金子 誠	森田さよ子	小川 弘巳	森田 功	田村 鉄雄	田尻 光良	
三輪田順子	関口 正子	米澤 正和	国安 俊夫	安生 敏子	田部井淳三	田村 鉄雄	松本 久枝	山口 怜生	
丸岡 祐一	矢端 廣行	中村 佳子	染谷 誠	白石 正江	三田智恵子	川瀬 晴夫	茂木喜美夫	松本 律子	
吉野 幸子	川和 悟	笠原夕美子	森 和恵	吉村 正子	油座よしや	稲村 恒雄	山 明美	6区 計7名	
吉田 祐子	金澤 民江	笠原 寅一	阿久津勝美	甫仮 文子	三田トミエ	佐藤 正司	吉田あや子		
山本 エマ	関根 英子	女屋由紀子	岸 義路	小林アイ子	倉澤 育美	中島 孝守	新村 貴紀		
桑原 順子	小野美喜子	女屋はるみ	星名加根子	櫻井 弥生	正田きみ子	向田 智美	若田部健次		
大澤 禮子	横山 勉	重原あゆみ	角田 とよ	半田かつ代		川島 億之			

2024年度介護報酬改定について

介護福祉部部長 桑原 拓

介護保険制度では、3年に一度を目安に介護報酬の改定がおこなわれます。介護報酬とは介護保険事業所の介護サービスに対して支払われる報酬です。1～3割は利用される方々に負担していただいています。今回の介護報酬改定の全体像としては以下のとおりになっています。

① 地域包括ケアシステムの深化・推進

より専門職としての専門性を発揮し、認知症ケアやターミナルケアを強化し、感染症にも対応し、地域との連携、医療機関との連携を強くして、利用される方々の尊厳を守り、住み慣れた地域で過ごし続けられるような支援・介護に加算が高く設定されました。

② 自立支援・重度化防止に向けた対応

リハビリのみでなく、口腔や栄養の管理やケアも一体的に取り組み、それを評価し、強化することに加算等が設定されています。LIFE（科学的介護情報システム）の活用も強化するように求められています。

③ 良質な介護サービスの効率的な提供に向けた働きやすい職場づくり

介護職員の処遇改善が見直され、煩雑な制度を簡素化し、処遇改善がすすむように改定されました。介護ロボットや見守り機器等のテクノロジーの活用やそれによる人員配置基準の緩和も可能になり、ケアマネージャーにより多くの件数を担当できるようになります。

④ 制度の安定性・持続可能性の確保

介護報酬の適正化のもとに同一建物内でのサービスは効率的におこなえるとして、報酬が引き下げられます。

⑤ その他

通所系サービスの送迎を他の事業所と一緒にできるような方向性も示されています。

今回の介護報酬改定は、利用する方々には、在宅生活をなるべく継続できるよう支える仕組みがすすんだ点で、介護職員には処遇改善がすすむという点で、介護職員にそれぞれに有益な内容もありますが、大きな問題点があります。それは生産性の向上という内容です。簡単に解釈すると、国は現在の介護職員で、なるべく人員を増やさずに、より多くの利用者さんを支援・介護できるようにという考えが透けて見える内容です。そのために、働きやすい職場環境づくりという言葉で生産性の向上を求めていると思います。言い換えると、まだ介護保険のサービスには無駄があるため、より効率的な支援・介護をできるようにしてほしいとされているような気がします。しかし、認知症の人の介護において、例えば適切な認知症ケアとは、短期記憶を保持できない特徴のある認知症の人はそのことに不安と焦りを抱えることになり、介護職員は、その繰り返される訴えに傾聴心情を寄せ、理解し、安心してもらえる返答を繰り返すことです。しかし、それは決して効率的とはいえません。支援や介護に効率を求める考えや動きが強まれば、適切な認知症ケアが非効率なケアと切り捨てられることにつながるのではないかと危惧してしまいます。介護職員の負担が軽減できる業務効率化は必要なことと考えますが、人の尊厳を守ることまで切り捨てることのないようにしなければいけないと強く思います。「人」を支えることは「人」にしかできないことを私たちは大切にし、制度の行方に目を凝らすことが必要になります。

特集

骨粗鬆症による
転倒骨折の危険性

前橋協立病院 理学療法士

関塚 真吾

高齢者骨折と骨粗鬆症

先日、地域の班会に参加させて頂きました。班会では90歳代でお元気な方がいてびっくりした一方で転倒や痛みなどを気にされている方が多くいらっしゃいました。

高齢者の方が骨折する要因の一つが骨粗鬆症です。骨粗鬆症は骨密度が減少して骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。骨粗鬆症になっても痛みはないですが転ぶなどちょっとしたはたきで骨折しやすくなります。骨密度が低下する原因としては①女性ホルモンの低下、②加齢、③生活習慣病があります。骨密度は思春期から20歳にかけて最大となり、40歳頃までその値が保たれ、その後減少していきます。骨密度の正常値は若年成

人(20~44歳)の骨密度の平均値を100%で表し、80%以上を「正常」、70~80%を「骨量減少」、70%未満を「骨粗鬆症」と診断します。

骨折による生活の悪循環

高齢者の方は骨折が原因で日常生活に支障が出たり、生活の質が悪化したります。骨折があります。例えば、背中の骨折では腰が曲がってしまうことがあり、曲がっている箇所周辺の筋肉が緊張してしまい痛みを生じます。痛みや腰の曲がりは体の動きを制限してしまつたため、着替えるに、歩きにくいなど日常生活動作の低下を招きます。そして、痛みや骨折による恐怖心から活動制限が生じ寝たきりに繋がるリスクが増え悪循環になってしまいます。

骨粗鬆症の治療

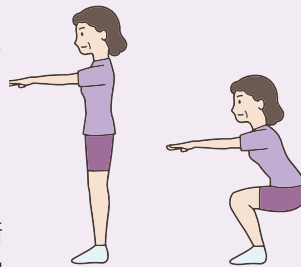
骨密度の減少を食い止める、骨折予防をすることが

骨折予防になる運動

①スクワット

(効果) 下半身の筋力はもちろん姿勢を安定させることができます。

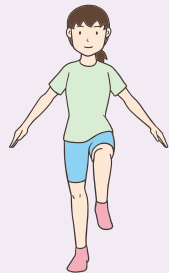
(目標) 10回1日3セット



②片足立ち

(効果) 体重を片脚に乗せることで、両足立ちの倍の負荷を与えることができ骨を強くする効果があります。また、バランス感覚が鍛えられるので転倒予防にもなります。

(目標) 左右1分ずつ1日3回



③かかと上げ

(効果) 骨に刺激をあたえ、ふくらはぎの筋力を強くすることができます。

(目標) 10回1日3セット

※不安な方は壁やテーブルに掴まりながら行って大丈夫です。まずは安全な運動で無理なく行いましょう。

骨粗鬆症の治療の中心です。治療方法としては「運動」「食事の改善」「薬」の3つがありますが基本は、運動と食事の改善です。必要に応じて薬を使います。骨は適度な運動負荷をかけることで強くなります。そのため、骨を丈夫にするために運動は欠かせません。若いうちから食事や運動で「骨の貯金」を行い、骨密度の低下を予防する事が大切になってきます。

子どもの権利を考える「子どもまんなかフェスタ」

2月11日(日)に前橋プラザ元気21にぎわいホールにて、群馬子どもの権利委員会主催の「子どもまんなかフェスタ」が開催され、約400名の方が来訪されました。群馬中央医療生協からは、前橋協立病院小児科の齋藤医師と吉岡助産師を含む職員4名と組合員3名が参加しました。

今回のイベントは、子どもも大人も一緒に遊び、体験し、交流することを通して子どもたちの幸せを願う人々の繋がりを広げ、子どもの権利への理解を深めることを目的とし、約20の



団体が参加し体験コーナーや飲食物の無料配布などを実施しました。当生協は「健康発達相談・健康チェック」のブースを担当し、診療室では聞きづらい小さな相談事に小児科医が答えたり、握力測定では家族でチャレンジをして盛り上がりたりと、親子で一緒に遊び、気軽に楽しんでいただくことができました。来訪者からは「小さな質問にも丁寧に答えていただけたので相談して良かった」「握力はなかなか測定する機会がないので楽しかった!」という声が聞かれました。



地域活動アラカルト

梅をみながら『梅ウォーク』

桐生地区

桐生市広沢町の南公園に33名が集まり、群馬大学名誉教授の山西哲郎先生に「ストレッチ」や「歩き方」を教えていただきながらウォーキングしました。2月28日（水）は梅まつりの時期で梅の花がちょうど見ごろを迎えとてもきれいでした。健脚の方だけでなく足の悪い方や車いすの方も参加し、芝生の上で寝転んだりお互い手を取り合ってストレッチしたり。来た時は杖をついていた方も帰りは杖なしで歩けていました。ちょっと風が強かったけれど皆さんへっちゃんの様子。初めて参加された方も多く最後にみんなでお弁当を食べながら話に花が咲きました。来月は相生支部のウォーキング企画にお誘いし、また会えるといいね～と思いながら解散となりました。



仲間の作品コーナー



「32年間ありがとう」
通所リハビリテーションさくらんぼ 利用者・職員一同

なかよしカフェ再開

蕪川南支部 支部長 松浦孝子

蕪川南支部では、2月24日(土)コロナ前に開始した「なかよしカフェ」を再開しました。12月の支部運営委員会で、生協強化月間にある「担い手づくり」「班をつくろう」について、みんなで考えることを提案して決まりました。

新型コロナウイルスが蔓延し、人々の暮らし方、意識、街の景色、学校生活、様々な社会の変化は大きかったです。疲弊の中から脱皮し、新しい知恵と創造のスピードも学んだ感もあります。

会場は、太田協立診療所リハビリ棟「あゆみ」です。

①少人数でもいいね②動き出そう③組合員が集まってつながろう、の3点で計画しました。1月のネットワーク（太田地区広報）と口コミ宣伝。当日はラジオ体操、輪投げで体を温め、気持ちもほぐれティータイム、雑談です。

「18歳は暴走、81歳は逆走」「日帰りで行ってみたい天国へ」「おいしいもち、食べちゃえ、ダイエットは明日から」と小学生の詩の朗読で大笑い。初めて参加された方の「楽しかったです」の一声がうれしい。つぎは2か月後に会いましょうと解散しました。



「配布者 & 組合員交流会」

文京支部 理事 中島進

春めく3月15日（金）。「ウクレレ・ライブ 聴いて、歌って、楽しもう！」として行いました。曲目は、懐かしい童謡から「北国の春」、キャンディーズの「春一番」まで春の歌を集めて。演奏は協立病院元職員で、ウクレレの外池宏さんとカホン（ペルー発祥の木製の箱に跨って演奏する打楽器）の外池千明さん。

プログラムの前半では、新病院建設の進捗状況を3D映像で説明を受け、また、管理栄養士の北原望さんを中心に、「食事からフレイルを予防しよう」と題して懇談しました。



みんなの声

クロス・漢字・ワードの
ハガキから
(敬称略)

●2月も後半ですが気温の差に身体がついていけない毎日です。花粉症も夫と2人で大変です。コロナもインフルエンザも流行っていて孫もインフルに。学年閉鎖と、夫と2人申し訳ないけれど近くに行かないようにしている状態。どちらも、いっどこで感染するのかわからないから怖い……。しつかり手洗いとマスクです。
(前橋市 ばあば)

●「こぶ観音ウォーク」の記事が載っていました。皆さん楽しく、また怪我無く歩けたようで良かったですね。写真を見ると楽しかったことが、現れています。私も月一度、こぶ観音にお参りに妻と行きまします。たまに草もちを買ってききます。
(太田市 春山祐一郎)

●最近の異常気象には気持ちも身体も付いて行けません。寒暖差の激しさで、だるさや肩こりなど体調不良になりました。食事バランス良くしっかり食べたり、ぬるめでゆっくりと入浴したりと自分でできる事から気をつけて過ごしていこうと思います。
(前橋市 めがねじいじ)

●赤城山を背に袈裟を着てふところ手、家族総出で麦踏みをした昭和は遠くなりました。田んぼ道を散歩しているとその頃を思い出します。
(太田市 雪割草)

●赤城山で昔よく「ワカサギつり」をしてました。今年はおたたくて氷がなかなかはらなかつたようです。赤城のワカサギはフライにしてとってもおいしいです!!
(前橋市 マルサン)

●将来医療関係の職業につきたいと思つているので「くらしと健康」を毎月読んでいます。これからも健康づくりの記事を楽しみにしています。
(桐生市 ミッキー★)

●健康のためグラウンドゴルフ、輪投げ、スマイルボーリング等を毎週行っています。
(前橋市 吉澤育代)

●32年にわたり市民に愛された六供温水プールが本年3月末で閉場します。オープン当時は、二人の子どもと一緒に毎日のように通いました。今は亡き母も、地元自治会が催した水泳教室「メダカの会」で泳ぎを覚えたと言っています。残念でなりません。代替施設の建設を望んでいます。
(前橋市 いがりん)

●毎回クロス漢字ワードを楽しみにしています。日々いつもと変わらず、小さな楽しみが出来る事が幸せと感じている私です。自然災害の被災者の方々に心痛めて居ります。
(前橋市 トトちゃん)

●夫の突然の入院で一人暮らしになり落ち込みましたが、少しづつ日常を取戻しつつあります。クイズは大好きです。
(前橋市 南雲キク子)

●三日坊主の私ですが日記を書き始めて26年目になります。読み返している訳でもなし、どう処分したら良いか悩んでいます。有名作家ならお宝ですのね。
(前橋市 M子)

●花粉症が大変です。毎年鼻をズブズブさせながら学校へ行っています。春は外でいっぱい遊びたいのに……と思つています。つらいけど外で遊びまします。
(太田市 みのりん)

●年賀ハガキが余つたので初投稿。その年の干支にまつわる動物や話を書く友人がいて、毎年楽しみにしています。メールで文章や絵を送れば一瞬で届きますが、ハガキだと何だか趣があります。けど、郵便料金がまた値上げするそうです。益々年賀状じまいが進みそうです。
(桐生市 ひろ)

第167回あずま支部俳句会

2024・3

袴はき孫は卒業羽ばたきぬ
和子
車停め悠ゆう横切る春鴉
星子
雛作り想い出話つぎと
浄
バスの錆ふんわりつつむ犬ふぐり
丑男
梅まつり言葉すくなき車椅子
麗子

お茶のみ保健室俳句会

2024・3

冠雪の浅間の雄姿富士に似て
松ちゃん
手作りの雛を飾りて祝い酒
Yちゃん
木の根本今年咲いた福寿草
Mちゃん
風強く花さきみだれ春きたる
ミネ
ひな祭り久し振りにてうれしそう
和ちゃん
木枯しや蕾はかたし散歩道
洋子
日向ぼこ生命線をそつと撫で
あこちゃん
春寒し飛び立つ飛沫北帰行
章

投稿

【俳句】

寒暖差木々の新芽がふるえてる
伊藤ミツ
リハビリの窓迎明るし花ミモザ
マリリン
春彼岸ぼたもちの味母の味
ユージン

【川柳】

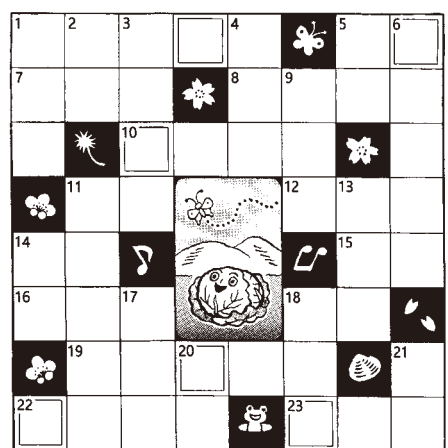
幸せを掴めと念ず掌
石田俊彦
のらくらと政倫審で幕引くな
中島喜太郎

【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296回>



「タテのカギ」

- 花よりだんこの花は？
- ……は友を呼ぶ
- 写生画……ブック
- おすもうさん
- 要領。仕事の……をつかむ
- 急病の患者のこと
- 一定の限られた広さの中
- 学校で学年末から新学年になるまでの間の休暇
- 紅色の宝石
- 足裏のくぼみ……ふまず
- 赤い羽根の共同……
- 目的地……イン
- 夜寝る時に使う布団や枕
- 数をこまます……を読む

「ヨコのカギ」

- 「百日紅」なんと読む？
- 60歳は還暦。70歳は？
- 色気より……
- ガソリンやベンジン
- 手紙の本文が終わった後、さらに書き加える文
- 收拾のつかない大騒ぎ……
- の菓をついたよう
- 「海豚」って読めますか？
- ウリの……になすびはならぬ
- 花……。ビール……
- 「矮鶏」なんと読む？
- 進め。レッツ……
- コンピューターに画像を入力する装置
- 鼻歌を歌うこと
- キューバのダンス音楽

《第295回の答え》

ワカサギツリ(ワカサギ釣リ)



「ド」と明記。住所、氏名(匿名を希望の方はペンネーム)を必ずお書き下さい。
御意見・投稿等もお寄せ下さい。

《しめきり》
二〇二四年四月二十七日当日消印まで有効

《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

《応募方法》
解答 官製・私製はがきを使用。「第296回クロス漢字ワード」

《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呈

群馬中央医療生協主催

2024年度 5.31WHO世界禁煙デー 禁煙ポスター募集！

優秀賞に選ばれた作品には、景品を準備しています。
作品を応募してくれた方全員に参加賞があります。

応募期間：2024年**5月17日**（金）締切

応募要項

- ・内容は禁煙を広く社会啓発するものとします。
- ・応募対象者は組合員および地域住民（学生含む）とし、年齢制限はありません。
- ・応募サイズは、A3・A4サイズまたは四つ切もしくは八つ切画用紙とします。
- ・作品の裏面に「学校名（学年）・住所・氏名（フリガナ）・電話番号」を明記してください。
- ・応募作品の著作権その他一切の権利は群馬中央医療生協に帰属するものとし、優秀作品（所属・氏名）は「くらしと健康」等に掲載させていただきます。（応募作品は返却しません）

【お問い合わせ先・送付先】

〒371-0811 前橋市朝倉町830-1
群馬中央医療生活協同組合 生協事務局組合員活動課
TEL027-265-3531

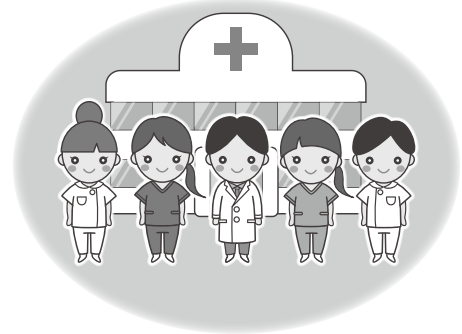


令和6年度 前橋市自治体健診

4月1日より 予約受付開始！

シールが届いてからは、予約が殺到します。

早めのご予約がおススメです!!



ご予約・お問い合わせは

前橋協立病院健診室 TEL027-265-3511(代表) 平日：9:30～16:30	前橋協立診療所 TEL 027-231-6060 平日：9:00～17:00
---	--

令和6年能登半島地震災害義援金 に対するお礼とご報告

令和6年能登半島地震により犠牲になられた方々に心から哀悼の意を表します。被災された皆様へ、心からお見舞い申し上げます。

群馬中央医療生協では、この度の震災において被災者のくらしの再建を支援するために、災害義援金活動に取り組みました。皆様からのあたたかいご支援ご協力をいただきました。厚く御礼申し上げます。

あわせて、今回の募金活動について下記の通りご報告致します。

義援金額 669,651円

義援金はすべて医療福祉生協・全日本民医連を通じて被災地へ届けられます。

お米・食材のカンパに ご協力ください

群馬中央医療生協では、フードドライブを実施し、必要とする方に食糧支援をおこなっています。

現在、ご自宅で使われない食料やお米を募集しています。お米は古米でも結構ですので、支援にご協力をお願い致します。

【集めているもの】

- お米・常温保存が可能な食品
(缶詰め・レトルト食品・インスタント食品・乾麺など)
- ※賞味期限が2か月以上残っているもの

お問い合わせ：

生協本部 組合員活動課 TEL 027-265-3531(代表)

群馬中央医療生協はいま (2024年2月末)

組合員	35,291人
前橋・伊勢崎地域	組合員：26,337人
太田・館林地域	組合員：5,846人
桐生・みどり地域	組合員：2,972人
その他の地域	組合員：136人
出資金	9億8,297万1,600円
一人平均出資金	27,853円

以上、報告・協議の上、提案どおり承認しました。

- ⑧ 管理者の任免に関する件
- ⑦ 事業の廃止に関する件
- ⑥ 新病院建設に関する件
- ⑤ 2024年度地区別総代会議開催に関する件
- ④ 2023年度活動のまとめと2024年度基本方針に関する件
- ③ 新病院建設用地の売買契約に関する件
- ② 専門委員会報告
- ① 会務報告

● 2月24日（土）定数28名中24名の出席で10回理事会を開催しました。

理事会だより

前橋協立病院

前橋市朝倉町828-1

☎ 027-265-3511 (代)

ホームページ



2024年4月1日現在の診療体制
第2土曜日・日曜日・国民の休日は休診
及び年末年始(12月30日～1月3日)は休診

			月	火	水	木	金	土
内科/総合診療	午前	初診	小林修	中村	小野高柳(第2/4週)	弘中	保田	大宮
		一般	瀧口道保田瀧口由	瀧口道(第2/4週)工藤瑞	瀧口道宮澤小野高柳(第2/4週)	西上(第4休診)小林修瀧口由	瀧口道瀧口由西上	瀧口道西上(第4週)
		専門	内科/心療内科:鈴木(第1/2/3/5週) 糖尿病:深津 塵肺:小林(第4週)	内科/心療内科:鈴木 糖尿病:深津 循環器:須賀 呼吸器:櫻井(第1/3/5週)	内科/心療内科:鈴木 糖尿病運動療法:深津(第1/3週)	糖尿病・甲状腺:松本	内科/心療内科:鈴木 糖尿病:深津	内科/心療内科:鈴木(第1/4/5週) 呼吸器:砂長(第3週) 糖尿病・甲状腺:渋沢(第4・5週) 循環器:森(第1/3週) 神経・リハビリ:大竹(第3週)
	午後	初診	内科医	工藤瑞	大宮	弘中	橋爪洋	
		一般	田ヶ原	野本	野本三浦章	鈴木	田ヶ原橋爪洋	
		専門	泌尿器(松尾/石尾)	内科/心療内科:鈴木 糖尿病:深津 糖尿病・甲状腺:新井	肝臓:高柳	循環器:金古 糖尿病・甲状腺:綿貫	心療内科:鈴木 循環器:小保方(第1/3/5週) 糖尿病・甲状腺:登丸	*夜間は予約患者さん専用外来となります。 *急患の方はいつでもご相談下さい。
	夜間	予約外来		内科/心療内科:鈴木 糖尿病:深津	三浦章		西上(第4週)	
	訪問診療	午前		齋藤	中村			
	午後			瀧口由	保田	岩森(第3)瀧口由	西上(第4週)担当(第1・3週)	
	嚥下外来	午後					矢島賢	
小児科	午前	一般	矢島藤	矢島	齋藤	矢島齋藤	矢島齋藤	齋藤佐藤
		専門	神経発達:齋藤(第2/4週) 精神衛生相談:角田			アレルギー:矢島(第3週休診) アトピー教室:矢島(第3週のみ) 神経発達:齋藤	アレルギー:矢島(第1週休診) 精神衛生相談:角田	
	予防		予防接種:齋藤(第4週は午後3時迄)	予防接種:齋藤(第3休診)		乳児健診 齋藤(第2・4週)		
	夜間	一般	矢島	齋藤	(休診)	齋藤	(休診)	
	専門	神経発達:齋藤	喘息(予約制)第2休診:矢島			喘息(予約制)第3休診:矢島 神経(第3休診):齋藤		
産婦人科	午前	婦人科		北原(10:00~)	北原(9:45~)予約のみ	北原(予約のみ)	北原(第2・4週 10:00~) (第1・3・5週 9:00~)	北原(第1/3週) 西出(第4週)
	午後	婦人科	北原	北原	休診(手術)	北原(14:30~)(第2・4休診)	北原	
	夜間						北原(17:00~18:30)	
外科	午前		休診	飯島哲	飯島哲	飯島哲	大島	休診
	午後						長岡(予約制)	
整形外科	午前		岩森	岩森	岩森	岩森	岩森	岩森(第4/5週休診)
	午後		岩森	岩森	(岩森)※手術の場合は休診	岩森 第3週休診	岩森	
脳神経外科	午前				朝倉		朝倉	
	午後							
眼科	午前		山田	茂木 8:30~10:00	森	山田	山田	休診
	午後				手術	森		
皮膚科	午前					工藤隆		
	午後							
内視鏡	午前	胃	岡村	柿崎	高草木	植原	坂本	交替制
	午後	腸	岡野		山崎			
健診	午前		交替制	伊藤	交替制	瀧口道	深澤	
	午前	聴・聴	担当医	飯島	飯島	飯島	大島	
	午前	婦人科	根岸	根岸	飯島	根岸	北原	北原
小児科受付時間			午前8:00~11:30 夕方16:45~18:30(月・火・木) *水・金の夜間外来(一般)は休診となります。			その他の科の受付時間 午前8:00~11:30 午後14:00~16:00		
救急患者さんにおかれましては、この限りではございません。電話にてお問い合わせ下さい。								

太田協立診療所 太田市石原町927 ☎0276-45-4911

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	加藤江田(第1・3・5) 朱(予約)(第2・4)	加藤遠藤	加藤遠藤	遠藤服部	加藤遠藤	第1週 遠藤 吉岡 第3週 加藤 堀口 遠藤 第4週 加藤 吉岡 第5週 遠藤 吉岡
午後 14:00~17:00	小泉	遠藤(15:00~)	江田	伊藤遠藤	加藤(15:00~)	
夜間 17:00~		加藤				
訪問診療	加藤	遠藤	加藤		遠藤	
内視鏡	櫻井	野田				小澤

*糖尿病の方、健診・予防接種などの検査や経過観察のある方は、なるべくお早めに受付をお願い致します。
*新型コロナウイルスワクチン接種のため、午後の診療時間が一部変更となる場合があります。

前橋協立診療所 前橋市城東町3-15-28 ☎027-231-6060

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	高柳(11:00まで) 井上 大野	高柳(11:00まで) 桑原	桑原 谷口	高柳(11:00まで) 井上 大野	高柳(11:00まで) 桑原	6日:高柳 20日:井上 27日:谷口
午後 15:30~17:00	高柳	桑原	井上	井上	井上	
夜間	高柳 17:00~18:30				高柳 17:00~18:00	

発熱外来をおこなっています。風邪症状がある方は、事前にご連絡ください。なるべく待ち時間が少なくなるよう対応させていただきます。
2024年度も前橋市自治体健診受け付けます。ご希望の方はご連絡ください。
※レントゲン:月~金曜日の午前中 *胃カメラ:月・火・木・金曜日午前
※休診:土曜日午後・第2土曜日・日曜日・国民の休日 *訪問診療を行っています。詳しくはお問い合わせください。

協立歯科クリニック 前橋市朝倉町830-1 ☎027-265-6601

	月	火	水	木	金	土
午前 8:40~12:00	半澤	半澤(偶数月第3休診)	半澤	半澤	半澤(第2,3,4,5)	半澤(第1,3,4,5)
	萱間	萱間(偶数月第3)	萱間	萱間	萱間(第1,奇数月第4)	萱間(第2,4,5)
午後 火金 12:30~16:30 月水 13:30~16:30 木 15:00~16:30	桑原	桑原	桑原	桑原	桑原	桑原
	萱間	萱間	萱間	萱間	萱間(奇数月第4休診)	萱間
夜間 17:30~20:00 (休日は17:00~20:00)		半澤(偶数月第3)			半澤(第1,奇数月第4)	半澤(第2,3,4,5)
		萱間			萱間	

あくまでも、基本体制のため、診療月によっては、祝祭日、休日の取得等による変動がありますので、ご了承ください。

*歯科医の研修等で変更になることがあります。担当制を希望される方は、お手数ですが事前にお問い合わせ下さい。
*待ち時間をなくすために、予約制になっております。お電話で予約できます。
*診療時間中の急患は随時受け付けておりますので、ご連絡ください。
*訪問診療をご希望の方は、お問い合わせ下さい。

桐生協立診療所 桐生市相生町2-554-7

予約制(予約外受付可) ☎0277-53-3911 (予約電話)

診療科	受付時間	診療開始	月	火	水	木	金	土
診療科	午前8:30~12:00	9:00~	西上	小林(第1・2) 西上(第3~5)	西上	鈴木(第4以外) 西上(第4)	小林	西上(第1・3) 片岡(第4・5)
	午後15:00~17:00	15:30~	西上	西上(第1以外)	西上	西上	西上(第4休)	
内科	夜間17:00~19:00	17:00~				西上(第2・4週)		

新型コロナウイルスワクチン接種実施中
介護に関する問い合わせ TEL:0277-53-3912
外来受診送迎実施中(当生協組合員のみ、事前登録必要)

※第2土曜・祝日 休診

診療体制は毎月変わる可能性がありますので、受診の際は最新号の「くらしと健康」をご覧ください。事業所へお電話でお問い合わせ下さい。