

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

くらしと健康

第706号
2月号 / 2025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 長谷川敦子 TEL 027-265-3531
編集 くらしと健康編集委員会 FAX 027-265-3532
http://www.kyouritsu.org/

過去最多の参加者

生活の大変さを痛感 年末協立つエア 開催

昨年末の12月22日(日)、前橋協立病院敷地内の生協会館にて、7回目となる生活応援プロジェクト『年末協立つエア』を開催しました。当日は強い赤城おろしが吹く寒い日でしたが、過去最多の394人が来場。予想を大きく上回る来場者数となりました。食料品や生活用品、衣料品などを提供し、温かいうどんを食べていただきました。また、生活・健康相談コーナーや子どもコーナーも設けました。

物価高騰で生活が大変

「親の介護でお金がかかる。物価高で生活用品を購入することも困っていた。近所に住んでいるけれど、これまで協立つエアのことを知らなかった。来てよかった」―50代の女性は、物品を受け取ると安心した様子で話

体のことを気軽に相談

されました。ひとり親家庭の若い女性は「一人で子育てをしていて、生活が大変。今回、この情報を聞いて良かった」、別の女性からも「ダブルワークをして子育てをしているけれど生活費が大変」と、切実な生活の状況が聞かれました。来場者は高齢の方から子育て世代と幅広く、外国人の方もいました。物価高騰で生活が大変になっている様子がうかがえます。

生活・健康相談コーナーでは、前橋協立病院の看護師、助産師、社会福祉士、地域包括支援センター南部のケアマネジャーが対応しました。また、前橋市社会福祉協議会にもご協力いただきました。「骨密度を測りたくて来た」、「病院にはかかってないけど、血圧が気になるんだよ。何に気を付けたらいいの?」と、多くの方が体の心配事を相談し、対応した職員は「血圧の高い方は血液が

連携強化で安心して暮らせるまちづくりを

ドロドロになることが心配」、「空気が乾燥しているので、冬も水分をしつかりとることが大事」などアドバイスしていました。また、協立病院のどの科で受診できるかなども紹介し、心配なことがあれば今後も気軽に相談出来ることを伝えました。

物価高で生活が大変な人が増えている中、より多くの人に利用していただきたいと思い、今回の取り組みを行いました。

生活の大変さは見た目では分かりません。病院にかかりたくても我慢している方もいます。私たちの病院診療所では、無料低額診療事業も行っています。今回の企画をきっかけに群馬中央医療生活協



温かいうどんを召し上がっていただきました



衣類配布コーナーの様子



日用品配布コーナーの様子



看護師による血圧測定



折り紙を楽しむ子どもたち

事前の広報活動や当日の運営には、理事・組合員や地域のみなさん、さらには前橋市内の学生ボランティアの協力をいただくことができました。様々な団体や個人の皆さんと連携することで、安心して暮らせるまちづくりに貢献できると強く感じました。

ちやうしんき

昨年の総選挙で、与党は過半数割れをしました。政権の運営基盤は、軟弱となり、一部の野

党との政策協定を結ばない、予算案は成立しない状況に陥りました。一方で、政府は令和7年度の防衛予算案を、過去最高の約7兆円としました。今後も防衛、外交では、日米関係を重視しようとしています。社会保障費は削られ、介護保険料や自己負担額などを増大させ、国民は、医療受診をがまんしたり、介護利用を控えたりせざるを得ません。さらに国は、2024年12月2日に健康保険証の新規発行を停止しました。自治体へのマイナンバーの申請は、過半数を超えた程度で、高齢者や弱者は自治体に申請にも行けない状況を放置しています。こういう状況においてもマイナ保険証への一本化を押し進めようとしています。大企業は、与党に多額の献金を行い、マイナカード発行で大きな利益を得ています。従来の保険証の廃止を中止させ、マイナ保険証の強要をやめさせるべきです。(笠原真)

わたしたちの理念:「一人ひとりのいのちが大切にされ、平和と人権が尊重されるまちづくり」に貢献します。

生協強化月間 1か月延長し奮闘

2024年度の生協強化月間が12月末で終了しました。今年度は1か月延長しての取り組みとなりましたが、最後まで各地域、事業所で様々な取り組みが行われました。

中毛地区は、11月に開催されたポッチャ大会やまえしんマルシェ、いい歯デーオーラルフレイル予防講習会が特徴的でした。ポッチャ大会やまえしんマルシェでは、幅広い世代の方が参加され、未組合員の方にも医療生協の魅力を大いに伝える良い機会となりました。前橋協立病院では、玄関前呼びかけ行動を4回実施しました。職員一人ひとりが対話を重視して取り組むことで、生協が運営する医療機関であることを広く伝え、加入や増資に協力を得ることができました。



前橋協立病院玄関前行動の様子

桐生地区では、今年から健康まつりを復活させました。組合員と職員が協力し、近隣住民にお祭りのチラシを配ったり、当日の運営を行ったりしました。各支部のイベントにも多くの方が参加し、地域でのつながりづくりの役割を果たしました。診療所では来院した患者さんへ医療生協への加入や出資のお願いを積極的に呼びかけ、年度目標を月間の終わりまでに達成しています。

太田地区では、診療所の外来フロアで支部が職員と協力して、加入・増資の呼びかけ行動を実施し、大きな成果につながりました。各支部ではウォーキングイベントやバスツアーなどのイベントが開かれ、多くの組合員が楽しく参加しました。大泉千代田支部では、支部の居場所



桐生の地域訪問行動の様子

である「ゆいの家」を中心にイベントや班会を積極的に開催し、多くの方が参加しています。他団体との連携も広がっており、広い世代の参加者が来訪されています。館林支部では、地域住民の要望に応じて、在宅医療学習会を開催しました。前橋協立診療所副所長の井上医師が、在宅で安心して暮らすことを支えるための在宅医療の大切さや知識を参加者の方々に伝えました。

全国の医療生協で、組合員増やしや出資金集めに苦戦を強いられている状況がある中で、新たな方々とつながりを作っていく事が今後一層重要視されます。医療生協の健康づくりとつながりづくりを活かし、仲間づくりに奮闘した生協強化月間となりました。

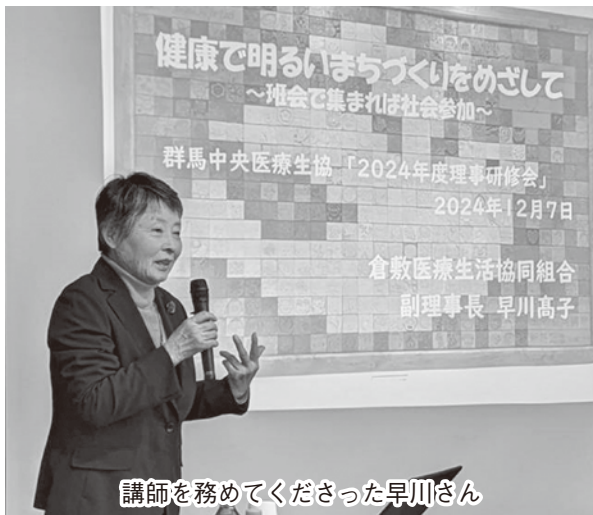


太田協立診療所の外来フロアでの声かけ

今後の展望を議論 理事研修会を開催

12月7日(土)に倉敷医療生活協同組合副理事長の早川高子さんをお招きして、2024年度群馬中央医療生協理事研修会を開催しました。群馬中央医療生協では、今後の医療生協の活動の持続性や発展を考え、昨年度から集中的な議論を進めてきました。2023年度の理事研修会では他生協や地域で活動している他団体のボランティア組織を見学し、組織の持続的発展のために何が必要なのか改めて課題認識を行いました。その上で、今年の研修会では新たに組合員活動に参加する仲間や新規組合員を増やしていくためにはどうしたら良いのかを具体的に検討しました。倉敷医療生協では、2017年から班活動のあり方を大きく転換し、班数を大幅に増やしていますが、医療生協の健康づくりやつながりづくりの魅力をより地域に浸透させ

ていくという信念をもった議論と行動がありました。群馬中央医療生協においても、組合員の高齢化や時代の変化、価値観の変化を捉えながら、より広い方々に医療生協の魅力を発信し、地域にとって価値のある組織としていくための変化が求められています。今回の研修を糧とし、長期的な展望を見据えた医療生協のあり方を多方面から考えていきます。



講師を務めてくださった早川さん



講演を受けてのグループ討議

えがおがいっぱい 『第2回ゆいの家ふれあいフェス！』に120人

2024年12月8日（日）に『第2回ゆいの家ふれあいフェス！』を開催しました。「ありがと学舎の今井ありがとさんとルナ励さんの伸びやかな感性で描かれた素敵な絵を地域のみなさんに観てもらいたいね！」からフェスの企画がスタートしました。

ありがと学舎は、（一社）館林くらしとあそびの研究所が運営しているフリースクールで、スタッフがハンドマッサージや身体調和支援体操、芋汁の販売などで出店してくれました。

前回のフェスにも出店してくれた手作りのクッキー屋さんやパン屋さんも人気でした。新たに、カラーセラピーや耳つぼマッサージのコーナーもあって、大泉千代田支部の運営委員やサポーターもお客さんになって癒しの時間を楽しむことができました。

今回のフェスで一番嬉しかったのは、子どもたちが33人も来てくれたことで

す。理事の田嶋厚子さんが駄菓子屋さんを出店してくれて、子ども遊びコーナーを盛り上げてくれました。運営委員の岩崎敏樹さんのポップコーンも人気でした。カロムやピロピロサッカー、梅干しの種飛ばしゲームなどで子どもたちの笑顔が弾けました！

みんなで子どもたちに喜んでもらえるようにと準備した空間がよほど居心地の良い場所だったのでしょうか。ご近所から遊びにきてくれた親子が1時間近く楽しそうにのんびりとおしゃべりをして帰っていかれました。若い世代もゆいの家のようにゆるく過ごせる居場所を求めていることがわかったことも大きな収穫でした。

今は、コンビニやスーパーで買い物をして、無言で会計をして出てきてしま

いますが、フェスでは出店者さんとお客さんの会話が途切れることはありませんでした。今回のフェスのように、医療生協の支部活動では人と人が顔を合わせておしゃべりをする時間を増やしていくことが大事だと思います。

大泉千代田支部 松尾 初美



ありがと学舎の
ハンドマッサージは人気コーナー



ピロピロサッカーに夢中！
サッカー台は運営委員の力作！



フェスを盛り上げてくれた仲良し5人組

能登半島豪雨災害 緊急義援募金報告

地域支部の皆さん、職員の皆さんの募金のご協力にお礼を申し上げます。能登半島豪雨災害緊急義援募金は、

1,203,334円

が集まりました。

この義援募金は医療福祉生協連・全日本民医連を通して被災地へ送りました。

2024年1月の地震発生以降取り組んできた「災害義援金」「災害支援金」「石川民医連職員へのカンパ」と合わせ、募金総額は**2,094,914円**となりました。

ご協力ありがとうございました。

2025年1月10日

群馬中央医療生活協同組合

病院敷地内に移転しました！

広瀬訪問看護ステーションたんぽぽ・在宅介護支援センター朝倉

2024年12月、広瀬訪問看護ステーションたんぽぽと在宅介護支援センター朝倉は前橋協立病院の敷地内、「通所リハビリ施設さくらんぼ」があった場所に事業所を移転しました。

在宅介護支援センター朝倉は、2019年に生協会館から「かけはしの家広瀬」の2階に事務所を移転し、相談、支援業務を行い、地域に根付き、地域住民にも認知していただいております。今回、前橋協立病院の敷地内に戻ることによって、病院との連携をより深められることが大きなメリットとしてあります。今までも利用者さんが入退院する際など、病院でのカンファレンスや電話連絡にて、情報共有することが出来ておりましたが、病院の敷地内に戻ること



ことで、顔の見える連携の機会が増え、情報共有の質も高まることが期待されます。今まで以上に皆様の安心した日常生活に貢献していきたいと考えております。

また、これまでは組合員の皆さんと接する機会は多くなかったかもしれませんが、敷地内に事業所があることで、組合員さんとも顔を合わせる機会も増え、交流機会が増えると思います。「さくらんぼ」の建物内はリニューアルし、机や棚が多く配置され、「さくらんぼ」を知っている方からしたら、寂しい思いもあるかと思います。しかし、さくらんぼのように人とのつながりを大切にしていき、地域住民、利用者さんの日常生活をしっかりと支えられるよう、相談、支援業務を行っていきたいと思っています。

スタッフ数は、「広瀬訪問看護ステーションたんぽぽ」は14人、「在宅介護支援センター朝倉」は12人です。何かお困りごとありましたら、お気軽にお立ち寄りください。

在宅介護支援センター朝倉 管理者 宮下 康司

特集

寒さに負けずに
からだを整えよう

〈食べて〉整える

前橋協立病院
栄養室

永来 峻一

「太り」の正体

消費エネルギー量と比較して、摂取エネルギー量が少しでも多ければ体重は増加します。消費エネルギーとは、わたしたちが体を動かすときに使うエネルギーです。この消費エネルギーのうち、体温を保ったり心臓を動かしたりするために、意識せずに消費する分は「基礎代謝量」といいますが、ここはほとんど変動しません。一方、「身体活動量」は運動や仕事や家事などによって消費する分です。家に閉じこもりがちになるとこの消費が減ります。また、「摂取エネルギー」は口から入る全ての

食べ物のエネルギー（カロリー）です。「寒いと甘いものがほしくなる」「食べて体を温めよう」などと理由が上積みされて、摂取エネルギーも上積みされて・・・エネルギーの消費と摂取のバランスが「激しく」崩れること、これが「太り」の正体です。

「運動を頑張るから好きなものを食べたい」

運動習慣自体は素晴らしいもので、大変重要です。しかし、例えばケイキー切れ（100g、約300〜400kcal）を歩いて消費しようとする、約2時間ものウォーキングが必要となります。運動だけで消費するのはなかなか

難しく、やはり摂取エネルギー量（食べ物）にも意識を向ける必要があります。

食べすぎに
気を付けるには

おすすめは、お気に入りのランチオンマッtoyや器を用意することで、一人分のマッtoyやお盆からはみ出さないように、主食・主菜・副菜を揃えましょう。おやつはきちんとお皿に盛り付けて、美味しいお茶やコーヒーと一緒に、「おやつの時間」ごと楽しみましょう。「食べた」としっかり意識に残すと、満足感も高くなります。「ごちそうとは、ていねいさ」です。

〈動いて〉整える

前橋協立病院
リハビリ室

間宮ちひろ

寒くて家に閉じこもりがちになりますね。かと言って無理して外出して風邪をひくのもイヤだし、ガチガチに体が

かたまっていると転倒の可能性もあります。実際に暖かくなって外出すると転んでしまったという例もあります。

まずは無理せず、家で体を動かしてみよう。

体を整えるために家で出来る簡単な運動

回数はあくまでも目安です 無理のないように行ってみてください

- ★腕を上にも伸ばし5秒キープ×5回
その後わき腹を伸ばすように同じ回数
※背筋が伸び気持ちのリセットに！



- ★片足を伸ばし前かがみになり5秒×5回
※足の後ろからお尻まで伸ばし血流改善を！
(痛気持ちいいところで止めましょう)



- ★椅子の背もたれ等を持って軽くスクワット
10回×2セット
ゆっくりと4秒で下がり4秒で上がりましょう
※体の大きな筋肉（足、お尻）を動かすことで代謝↑



- ★椅子の背もたれ等を持ってかかと上げ
20回×2セット
下ろすときはゆっくりと強い衝撃にならないように
※ふくらはぎは第二の心臓と呼ばれるほど大切！
循環を良くし冷え性の改善も！？



地域活動アラカルト

支え合う活動で新年準備

桐生地区

「看護小規模多機能居宅介護施設 みんなの家つつみ」の庭を手入れしている「外回り委員会」は月に1回活動しています。コロナ禍で数年もの間、班会活動が中断していましたが、2年前から再開しました。2024年最後の外回り委員会は、12月28日に開催。枯草を処分しました。野菜エリアで収穫できずに残っていたじゃがいもを収穫すると、思いがけずおいしいことが分かりました。そこで委員の関口さんと亀里さんの提案で門松作成!？竹の代わりに皇帝ダリア、ミカンの代わりに柚子とじゃがいも! 門松は縁起ものなので、材料として適当なのかという意見もありますが、「楽しくなくっちゃ〜」という事で、つつみの庭にある樹木を使い、アイデア拔群、斬新な門松が完成しました!!これで新年の準備も完了! 作業の疲れを癒してくれるのが中央支部・調理班のみなさん。収穫したじゃがいもで作ったポテトサラダと野菜たっぷりの煮込みうどんが疲れを癒してくれます。それぞれが出来ること役割を持ち、2025年も楽しく活動していきます。



「介護って大変…」気軽に話し合う

桂萱西支部

桂萱西支部では西片貝町公民館にて「介護者おしゃべり会」を、2024年11月25日（月）と1月20日（月）の2回開催しました。日ごろ介護をしている方が集まり、自由におしゃべりする会です。介護で大変なことや嬉しいことなど、皆さんに聞いてほしいことを気軽に話しています。

参加された方からは「自分と同じ悩みを持っている人の話を聞けて良かった」「自宅での介護は本当に大変。自分が怒ると相手も怒る」「笑うことが少ないと自分で気づいて、テレビで見た『笑いヨガ』を少しだけ家でやっている。嫌なことがあっても、わざと笑って、笑えた自分を褒めている」「自宅での介護がなくなったら、何がしたいか考えている。趣味の旅行や好きなことを思い浮かべて楽しみにしている」など、たくさんのお話がありました。初めて会う参加者同士がおしゃべりを通して打ち解け、笑いながら話しかけたことで「介護者のおしゃべりの場はいろいろな所であるけれど、ここは話しやすい会でよかった」との感想がありました。ひとりで抱えずにお話することで、悩みや不安などを解決するきっかけにもなると思います。

スタッフは、医療・介護の現場で働いてきた看護師や管理栄養士のほか前橋市地域包括支援センター桂萱の社会福祉士にも、協力いただいています。どなたでもご参加いただけます。あなたの参加をお待ちしています。 運営委員 奥木由美子

第3回介護者おしゃべり会のお知らせ

日時：2025年3月17日（月）10：00～11：00

場所：西片貝町公民館

申し込み先：027-265-3531

生協本部組合員活動課までお電話でお申し込みください。

仲間の作品コーナー



「絵手紙」
桐生市 田多野香平さん

毎年恒例のこぶ観音ウォーク

休泊支部

1月17日(金)、毎年開催されている邑楽町石打の「こぶ観音」お詣りに行きました。八重笠の正龍寺に集合して準備体操をしてから、強風の中、片道約30分の道を参加者でウォーキングをしながら往復しました。こぶ観音の近くにある谷中観音にもお詣りし、出店などで思い思いに買い物をしました。ゴールの正龍寺に戻ってきってから、空くじなしの抽選会を開催して盛り上がりしました。今年も無事に、みんなで元気にこぶ観音にお詣りできました。来年も1月17日に開催します。



みんなの声
クロス・漢字・ワードの
ハガキから

(敬称略)

だんだん寒くなってきましたが、いつもよりあたたかいので外で運動したいと思います。妹と一緒に散歩します。

(太田市 あかりん)

会社で熱があり、せきをしている人が普通に出社していました。説得して病院へ行ってもらった結果コロナだったそうです。自己管理をもう少ししてほしい出来事でした。

(太田市 もちだんご)

新年にあたり私の目標を掲げました。「巳(実)を結ぶ充実の年となるよう何事にも一生懸命がんばります。」

(前橋市 いがりん)

新里支部の焼き芋大会の記事で、多くの方に役員を担ってもらうことが、大成功の要因ではないかと思えます。また、記事を読んでいると「面白かった」ことが良く分かります。

(太田市 春山祐一郎)

12月に入り大掃除していますが、窓ふきは子どもの頃を思い出して少し水でぬらした新聞紙でふきます。布雑巾よりきれいになります。冬は、空気が乾燥しているのでよいガラスがきれい外が美しく見えます。

(太田市 ヨーコちゃん)

健康自慢の友人が入院したと知らされ驚いています。「一病息災」とかで頑張ってます。いと心から思います。

(前橋市 M子)

クロス漢字ワード大好きでいつも楽しんでいますが今回は難しくて娘と婿さんにも協力してもらい解くことができました。なので、いつも以上に解けた喜びが大きいです。そして、もうすぐ孫が産まれます。無事、出産できる様願っています。

(前橋市 モカ)

健康長寿の秘訣を読んで、皆さん元気である事、頑張っているのですね。私も、くよくよせずに活動したいと思いました。

(前橋市 7人の孫のバーバ)

厳しい寒さ！猛威をふるうインフルエンザ！値上げ！穏やかな日常が戻ることをひたすら願うのみ。

(板倉町 みのり)

元旦、老若男女16人が我が家に集合。メイン料理は山形の芋煮、夫とふたりで2日かけて鍋ふたつ分作りました。その他に筑前煮、きんぴら、なます、雑煮など、食後のビンゴ大会も大盛り上がり、みんな楽しんで帰りましたが、来年もこれだけの物を用意する気力、体力、財力があるか今の私にはわかりません。

(太田市 小豆丸子)



第177回あずま支部俳句会

2025・1

ノーベル賞にバンザイ何度新年に

星子

雪便り「ちあきなのみ」を一人聴く

浄

八十路すぎ未だに半端冬薔薇

丑男

支部二ユース二百号なる今朝の春

麗子

投稿

【俳句】

臥龍松七百余年の命閉ず

初詣大吉のみくじお財布へ

内田八恵子

【川柳】

被団協「核のタブー」を世界中

さあ選挙希望の持てる前橋に

中島喜太郎

わたしの健康チャレンジ

【一般チャレンジ】

- ・減アルコール（節酒）
摂取量を減らし、一部をノンアルコール飲料に置き換える。(69歳・男性)
- ・毎日40分～1時間ウォーキングして、やらないと気が済まなくなった。(68歳・男性)
- ・硬くなった体、ストレッチの積み重ねが大事だと思いました。(75歳・女性)

【キッズチャレンジ】

- ・お母さんやお父さんが楽になるよう、たくさんお手伝いした。(12歳・男の子)
- ・気持ちのよいあいさつをして朝からいい1日のスタートがきれました！(11歳・女の子)
- ・毎朝あさごはんを食べて、かぜもひかないですごせたからうれしかった。(9歳・女の子)

これからの皆さんの健康づくりの参考にしてください!!

《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306回＞



―タテのカギ―

- 1 月の世界。夢の……旅行
- 2 対義語は「優位」
- 3 仕事や舞台に出る順番
- 4 初詣のときにくぐります
- 5 おせち料理の一つです
- 9 春の七草の一つです
- 11 「かけっこ」など走力をきそう競技
- 14 正月に門前に飾ります
- 17 この中に預金する人もいます
- 18 隣の……は青く見える
- 19 建物などの土台。……工事
- 20 歌番組などで最後に歌う人

―ヨコのカギ―

- 1 スキーヤーでにぎわいます
- 4 首都はアンカラ
- 6 丸く長くて中がからっぽ
- 7 中国の長大な城壁、……の長城
- 8 印刷物をとじて書物の形にします
- 10 別れ「お……します」
- 12 「魔女の宅急便」の主人公
- 13 金物のこわれた所をハンダなどで修理する……
- 15 他人の姓名の下につける敬語の一つ
- 16 節をつけて声に出す
- 18 「破戒」や「夜明け前」を書いた作家
- 21 ロシア文学『罪と……』
- 22 サンタさんの乗り物
- 23 もちつき道具の一つ

《第305回の答え》
トシツミツキ(年積み月)



《応募方法》

解答 官製・私製はがきを使用。「第306回クロス漢字ワード」

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。

《しめきり》

二〇二五年二月二十七日当日消印まで有効

《送り先》

〒三七一〇八二 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カード五〇〇円分を進呈

医療生協の事業所で一緒に働きませんか
職員募集のご案内

病院・診療所・歯科への通院治療、時には入院だけでなく、訪問診療や、介護が必要になればケアプラン作成から、通所・訪問・入所などの在宅生活を支える事業を展開し、健康づくりやコミュニティづくり、助け合い活動、困窮者支援など地域の“困った”を地域の皆さんと考え、あかるいまちづくり運動をすすめる医療生協が今！求められています。職員になって一緒に働きましょう。職員のご紹介もお待ちしております。

【募集職種】

- ◎既卒者
看護師 薬剤師 臨床検査技師 介護支援専門員 介護福祉士 事務
- ◎2025年新卒
看護師 介護福祉士 社会福祉士

【処遇】

- 給 与：規定による職種号俸 ※外部経験加算制度あり
職種手当、処遇改善手当、通勤手当 等
- 社会保険等：社会保険完備（健康保険、厚生年金保険、雇用保険、労災保険）
退職金制度（勤続2年以上）、企業年金基金制度
- 子育て支援：群馬県いきいきGカンパニー認証制度
育児・介護休業規程（法律を上回る制度を用意しています。）
保育園併設
- 各種休暇制度：特別休暇（業務免除日(月平均1.5日)、夏季休暇、慶弔休暇など）
年末年始休暇 など
- 職員共済会：職員共済会に加入することで、医療費補助、休業見舞金、退職者慰労会慰労金など、様々な特典があります。
- そ の 他：慶弔見舞金制度、勤続表彰制度 など

お問い合わせ先／生協本部総務部総務課 採用担当：堀口
電話027-265-3531 メールjinji@kyouritsu.org

前橋市

**2024年度
成人歯科健診のお知らせ**

協立歯科クリニック

5年に一度、前橋市から届く受診シールを使って歯科健診を受けることができます。お口の中で気になることがある方、しばらく歯科は利用していない方など、ぜひこの機会に歯科健診をご活用ください。当院でも受付中です。



- 対象：今年度20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の方
○費用：500円（税込） ○期間：2025年2月28日まで

【ご予約・お問い合わせ】

協立歯科クリニック：TEL 027-265-6601

2024年度 自治体健診

2025年2月28日まで実施

前橋市

前橋協立病院

特定健診・大腸・胸部・胃・乳腺・子宮
前立腺がん・骨粗鬆症・肝炎ウイルス検診

予約受付中！

【ご予約・お問い合わせ】

前橋協立病院健診室（平日：9：30～16：30）
TEL 027-265-3511（代表）

前橋協立診療所

予約受付中！

早めのご予約がオススメです!!

【ご予約・お問い合わせ】 TEL 027-231-6060

ひき続き食料支援物資提供に協力ください

＜集めているもの＞

常温保存可能なもので、賞味期限2か月以上残っているもの
（お米、缶詰、レトルト食品、インスタント食品、乾麺など）

組合員のみなさまへ

～「住所不定組合員」名簿確認のお願い～

当生協からの案内（郵送物）が届かず、ご登録住所が「不明」となっている組合員の方の名簿を、病院・診療所内に掲示しています（2月1日～3月31日まで）。名簿にお名前のある方、あるいは連絡先をご存じの方がいらっしゃいましたら、お手数ですが最寄りの事業所または生協本部までお知らせください。

転居をされていない場合でも、区画整理などにより住所表記が変わられた場合、今後同じように住所不明となってしまう可能性があります。お心当たりの方はご一報いただきますよう併せてお願いいたします。

生協本部 TEL：027-265-3531

転居・死亡した場合

★転居して住所が変わったときや組合員（本人）が亡くなられた等で名義を変更される場合は必ずご連絡下さい。

★手続きの際にはご用意いただくものがありますので、できれば事前にご連絡ください。

お問い合わせ先

生協本部 総務部 電話027-265-3531

理事会だより

●12月21日（土）定数27名中24名の出席で第7回理事会を開催しました。

主な議題

- ① 会務報告
- ② 専門委員会報告
- ③ 中長期事業計画及び病院改修計画に関する件
- ④ 2025年度予算編成に関する件
- ⑤ 組織課題解決に向けた取り組み方針に関する件
- ⑥ 病院改修計画の調査等業務報酬支払に関する件

以上、報告・協議の上、提案どおり承認しました。

群馬中央医療生協はいま（2024年12月末）

組 合 員 35,227人

前橋・伊勢崎地域 組合員：26,276人

太田・館林地域 組合員：5,826人

桐生・みどり地域 組合員：2,989人

その他の地域 組合員：136人

出 資 金 9億7,754万4,300円

一人平均出資金 27,750円

前橋協立病院

※かぜ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。

前橋市朝倉町828-1

☎ 027-265-3511 (代)

ホームページ



2025年2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 菊 島	小 林修	小 野	弘 中	小 林修（第1／3／5週） 保 田（第2／4週）	大 宮
		予約外来	瀧 口道 総合診療：保 田 総合診療：瀧 口由（第1／3週） 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）	瀧 口道（第2／4週） 工 藤瑞 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）	瀧 口道 総合診療：宮 澤 高 柳（第2／4週） 内科/心療内科：鈴 木 糖尿病運動療法：深 津（第1／3週）	西 上（第4休診） 総合診療：小 林修 総合診療：瀧 口由 糖尿病・甲状腺：松 本	瀧 口道 総合診療：瀧 口由 西 上（第2／4週） 内科/心療内科：鈴 木 糖尿病：深 津	瀧 口道 西上（第4週） 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）
		夜間	保 田（第1／3週） 瀧 口由（第2／4週）	工藤瑞	大 宮	弘 中	橋 爪洋	
	午後	初診						
		予約外来	田ヶ原 松尾/石尾	野 本 内科/心療内科：鈴 木 糖尿病：深 津 糖尿病・甲状腺：新 井	野 本 三 浦章 菊 島 肝臓：高 柳	循環器：金 古 糖尿病・甲状腺：綿 貫（第1／3／5週）	田ヶ原 橋 爪洋 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 嚙下外来：矢 島賢（第1／3／5週）	*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。
				内科/心療内科：鈴 木	三 浦章			
小児科	午前	一般	矢 島 齋 藤 佐 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週休診）		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 産科	午前	婦人科 産科		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週休診）	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						乳腺：長 岡（予約制）	
整形外科	午前		岩 森	岩 森	岩 森	岩 森	岩 森	岩 森（第1／3週）
	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	
骨	午前			茂 木（8：30～10：00）				
眼科	午前		山 田	森	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		塩 島	伊 藤	塩 島	瀧 口道	深 澤	
	午前	聴・嚙		飯 島	飯 島	飯 島	大 島	
	午前	婦人科		根 岸	飯 島	根 岸	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

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 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。

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）

	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2休）	
内科	夜間17:00～19:00	17:00～				西上（第2／4週）		

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

2024年度前橋市自治体健診は2月末までです。

	月	火	水	木	金	土
午前 月～土 9:00～12:00	高柳（11:00まで） 井上	高柳（11:00まで） 桑原	桑原 谷口	高柳（11:00まで） 井上	高柳（11:00まで） 桑原	1日:高柳 15日:井上 22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。
※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 （第1／3／5）	半澤 （第2～5）	半澤 （第1／3／4／5）
	萱間	萱間 （偶数月第3）	萱間	萱間	萱間 （第1）	萱間 （第2／4／5）
	桑原	桑原	桑原	桑原	桑原	桑原
午後 火・金 12:30～16:30 月・水 13:30～16:30 木 15:00～16:30	萱間 桑原	萱間 桑原	萱間 桑原	萱間 桑原	萱間 桑原	*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。
夜間 17:30～20:00 （土日は17:00～20:00）		萱間 （第2,4,5 17:30まで）			半澤 （第1） 萱間 （第2～5）	

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。

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。か、事業所へお電話でお問い合わせ下さい。