

北毛保健生協組合員現勢

2014年8月末現在
 組合員…………… 16,957人
 出資金…………… 6億6617万円
 1人平均出資金…… 39,286円

組合員自身の力で組織を大きく強くしましょう!



発行所

北毛保健生活協同組合

〒377-0005 渋川市有馬237-1
 TEL 0279-24-2141 FAX 0279-24-8873
 発行責任者 高野昭夫
 編集責任者 くらしと医療編集委員会
 印刷所 上武印刷株式会社

10月・11月 生協強化月間

支部と職場が力を合わせ 『みんなの病院』をつたえる月間へ

生協強化月間は、旧生協法が10月1日に施行されたことを記念して広く生活協同組合を知らせ、新しい組合員を迎え入れることで生協の基礎を強化する期間として毎年、全国の生協で取り組まれています。

わけても当生協にとって本年は、「みんなの病院」完成を目前にしての生協強化月間となります。この期間、支部と職場が力を合わせ、組合員ふやし、出資金ふやし、班会開催、健康づくりと事業の利用、安心信頼の医療福祉など様々な活動を広げます。その成果の上に新たな支部づくりと若い世代につなげる計画に着手し、揺るぎなく強い北毛保健生協をつくり上げていきます。

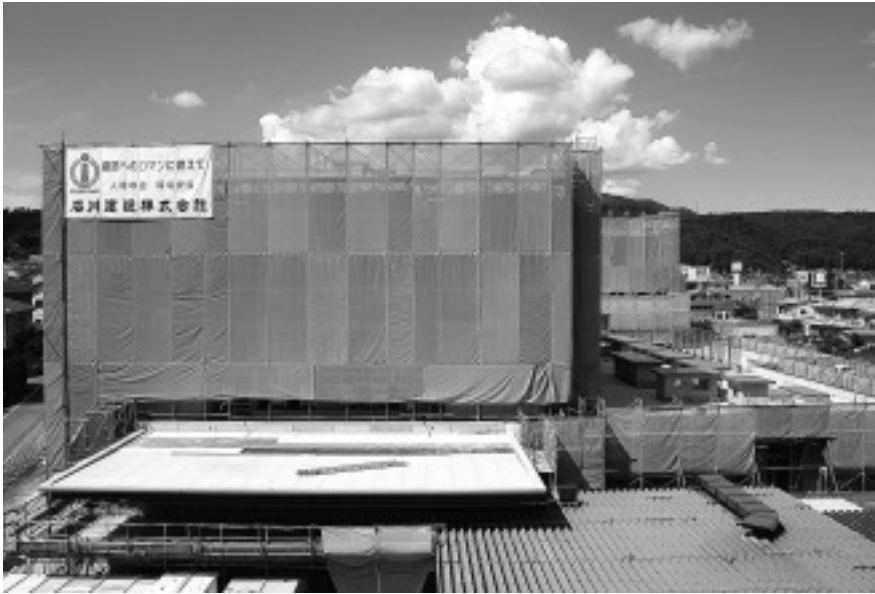
月間スローガン

一、仲間ふやし年間目標、出資金年間目標の8割達成で「みんなの病院」を

展望します
 二、北毛保健生協を大きく強く、そして利用結集、運営参加を強め若い世代につなげます

三、支部と職場が力を合わせ、新たな「支部づくり3カ年計画」をつくりあげます
 四、健康づくり、まちづく

りをテーマに班会を開きます。機関紙配布担い手を増やします
 五、地域総訪問行動に取り組み、支えあい、助け合いのまちづくりをすすめます
 六、「医療福祉生協2020年ビジョン」を学習します。医療介護の改善に反対し、平和を守ります
 七、協同まつりを成功させます



2014年9月の新病院の様子

新病院建設口誌

新病院建設事業は予定通り進行中

昨年の10月に起工式が行われ、建設工事がはじまりました。11月より建設予定地の解体工事が始まり、杭工事、基礎工事が行われました。今年の2月には記録的な大雪がありましたが、3日遅れただけでほぼ順調に工事は進みました。6月から鉄骨を組み始め、4階建てのみんなの病院の全体像が明らかになってきました。その後も外壁工事や建物内部の様々な工事が順調に推移しています。全体の建設工程では、1月末に新病院建物の建設工



2014年2月の様子

事は終わり引渡し予定です。2月から3月にかけて医療機器を設置し、新病院の稼働準備と引越準備をすすめます。3月下旬には新病院に引越し、新しい病院での診療がスタートします。

4月からは二期工事として既存病院の解体、駐車場の造成などの開発工事を進めます。9月末にはすべての工程が終了し新病院のグランドオープンとなります。二期工事中は病院を利用する皆様の方々に、ご不便をおかけしますがご協力お願いします。最後に、工期期



2014年6月の様子

間中の近隣のみならずご協力にあため感謝申し上げます。また、建設会社をはじめとした各関連業者並びに、「みんなの病院建設」運動に携わるみなさまに改めて敬意を表するとともに、最後まで「みんなの想いを形にする」この大仕事を、力を合わせ成功させていきたいと思います。(小池)

機関紙「くらしと医療」を全組合員宛てにお届けいたします

この度、定款10条3項にもとづく「年に1回以上の所在確認を定期的に行う」手続きとして機関紙「くらしと医療」を全組合員宛て送付いたします。この送付によって所在不明等が明らかになった際には、住所変更届を当組合へ提出していただく定めになっています。なお住所変更の届け出を2年間にわたり行わなかったときには「脱退の予告があった」とみなして事業年度の終わりにおいて組合員脱退処理を実行させていただきます。従いまして住所変更された組合員の方は住所変更届が必要となります。その手続きは所定の用式、書類等が必要となりますので事前にお電話にてお問い合わせ下さい。

(北毛保健生活協同組合 総務部 TEL: 25-2072)



キュウチャン 漬けを作ろうと キュウリ苗を買って来て植えた。数本が枯れて、また追加したがなかなか大きくならない。それではと思い、種を買って来て蒔いてみた。数本は育ったが、キュウチャン漬けには程遠かった。グリーンカーテンにキュウリ、ゴーヤ、朝顔を植えたが失敗してしまった。ミニトマトは毎年自然に生えたがいつも食べないので抜いてしまった。甘い種類の苗を3本植えた。大きく繁り沢山なって皮は少し硬かったがおやつ的に美味しく食べた。

オクラは去年苗をいただいて大きくなり実もなりすぎて無駄にしてしまった。今年は毎日取って人に差し上げようと思いい種を蒔いた。しかし、植え替えをしたら半分は駄目になって、丈も50センチ位で数日かけて2、3本の収穫でしかなかった。

カボチャは煮物には水ばかりだったが、スープにすると美味しかった。

里芋、ヤツガシラは大きくなったが掘ってないので出来は分からない。ヤツガシラの芋茎の煮物を楽しみにしている。

ままごとのような野菜作りだが、自然に感謝して食べている。来年はもう少しうまく作りたい。(小池)

第28回日本高齢者大会に参加して

9/12~13 於：富山

北毛高齢期を考える会より14名参加。群馬県から32名での出発。

今年、富山県という事で私にとっては、初めての富山入り。「越中おわら節」と名物の「ます寿し」にあこがれての参加でした。私は「富石（ふがし）運河水上ラインと北前船の豪商を訪ねて」という移動分科会に参加した。富石運河環水公園で乗船し、神通川を片道1時間。到着は、富山湾を通り東岩瀬町で下船。富

岩運河の歴史を分かりやすくステキなガイドさんに案内して頂いた。「水のエレベーター」に驚きました。

2日目は、全体会で9時から富山市総合体育館で開催され、2日間で47都道府県と各団体が延べ5、300人が参加し熱気あふれる大会だった。

ている。農産物、海産物が売れなくなり、仕事を失い、いのちとくらしが破壊され、家族関係や嫁・姑、精神的不安からおかしくなり、また、生きる希望を失い、自殺者が出るなど何も解決してないのに、政治経済の権力者は、安全性（いのちとくらし）よりも経済性（金もうけ）を優先して原発再稼働ばかり急いでいる。今ほど危険な情勢を黙って傍観してはならないと強く感じています。沖

縄からは、仲井真知事が政府の圧力と懐柔により県民を裏切り、辺野古埋め立てを承認したが、多くの県民が怒りの抗議行動を起こしている。11月に行われる沖縄県知事選挙で今度こそ県民の立場に立つ候補者が勝利して沖縄を取り戻す事を願わずにはいられない等の訴えがありました。



北毛高齢期を考える会より14名、群馬県から32名、全体延べ5300人の参加

青空健康チェック

於：スカイテルメ

9/6



9月6日午後、スカイテルメ渋川にて古巻協議会(半田、八木原、有馬支部)による青空健康チェックが開催されました。当日は職員合わせ17人が参加し、58件の血圧測定、体組成計、健康相談が行われました。今回は恒例になったこともあり多くの方が会場に訪れました。

吉岡支部主催

9/13 吉岡町隣保館

憲法改悪で私達のくらしがどうなるか



9月13日(土)午後1時30分より、吉岡町隣保館で上野田在住の吉村駿一弁護士を講師に憲法学習会が行われました。

第二次世界大戦が終わって憲法が出来てきた事、戦後の日本の状況と自衛隊の成り立ち、安倍政権の危険性、世界と日本の歴史の成果が憲法であることを強調しました。それと、現在行なわれている社会保障の切り捨ては憲法違反であることを訴えました。



真剣に話しに聞き入る71人の参加者

無料低額診療事業・炊き出し相談会

9/12

無料低額診療事業とは、生活困難な方が経済的な理由によって、必要な医療を受ける機会を制限されることのないよう、無料または低額で診療を行う事業として、社会福祉法に位置付けられている事業です。



北毛地域においても社会保障の改悪により医療費を苦にして治療を中断してしまふ方が少なくない現状があります。

北毛保健生協では「一人ひとりの命が大切にされ、人権が尊重される」ことが出来るように無料低額診療事業に取り組んでいます。社会資源、公的な制度を用い、健康的に生活改善する

2014年度保健学校受講生募集

- 日時 2014年11月～2015年2月
- 会場 あおば薬局渋川店2階会議室
- 募集人員 各支部2名目標
- 受講料 無料、資料代として1人1,000円
- 講座内容
 - 第1課 保健委員の仕事、「いのちの章典」
 - 第2課 身体のしくみと働き
 - 第3課 健康チェックの内容と実技
 - 第4課 バランスの良い食事
 - 第5課 運動について(転倒予防体操)
 - 第6課 口腔衛生について
 - 第7課 医療生協の健康習慣
 - 第8課 認知症サポーター養成講座

受講希望者は入学申込書に所定の事項を記入のうえ、10月末日までに組織部までお届けください。

問合せ先 北毛保健生協組織部 ☎0279-24-2141

健康チャレンジ

渋川から歩く中山道 京都三条大橋まで105里60宿 (5/11~8/31)

今年も多くの方が健康チャレンジに参加され、思い思いの105里を目指して挑戦し、67の方が完歩されました。これから秋、冬と歩きやすい時期になりますので、みなさん今回の取り組みで終わることなく歩き続けていきたいと思います。記念品は郵送で送らせていただきます。

医療講座



スギナとピロリ菌

スギナは悪者？

内科医師 吉野 和博

家庭菜園では、土質が重要なポイントになります。質の悪い酸性土にはスギナなどの雑草がはびこっていて、いい野菜がとれません。「このスギナめ、土を荒らすんじゃない！」と、以前はスギナむしりに躍起になったものでした。しかし最近それは、全くの誤解であることがわかりました。つまり、スギナが土質を酸性化しているのではなく、もともと

酸性の土に生える習性がある、ということなのです。そして酸性成分を養分として吸収し、結果として土質を中性化し、改善する方向に作用していたのです。スギナを抜いたり除草剤で駆除すると、かえって土質は酸性化してしまいます。土質を良くするためには、粘り強く酸性を緩和する処置をとり続けます。すると、いい野菜が採れるようになり、

スギナは自然と生えてこなくなるようです。スギナと似ているのがピロリ菌です。ピロリ菌も、おそらく酸性度の強い胃の中に、住み着くと思われま

す。胃酸が強いと胃潰瘍もできやすいので、結果として胃潰瘍とピロリ菌は、ともに存在することが多くなります。胃潰瘍の原因のように見えるのも、無理はありません。しかしピロリ菌は、胃の酸性成分を中和しつつ、生きています。これはスギナ同様、胃内環境の改善に一役買っていると考えられます。ですから、ピロリ菌を退治するだけだと、酸性が強くなり、かえって胃潰瘍ができやすくなると予想されます。胃潰瘍を治すには、胃の酸性度を弱める必要があります。

除菌療法は何者？ 除菌療法とは何なのでしょ？名前になっている「除菌」は、おそらく治療の本質ではないように思います。一般診療では他に類を見ないほどの、大量のクスリを飲むことが、この治療の主軸です。この大胆な投薬が胃に大きく影響し、その酸性度を弱めるのではないかと思われま

す。除菌療法は必須？ 胃内環境改善療法」とでも呼ぶほうが、適切かもしれません。しかし、胃の中の病気を防ぐ仕組み(粘液など)が十分発達していれば、必ずしも治療を受ける必要はありません。つて治療する必要はありません。この点は、家庭菜園と多少違います。

《9月班会開催一覧》

支部名	班名	人数	班会内容
八木原	北合同	6	レインボー体操
	南合同	6	体操成計
豊秋	西浦	5	笑いケア体操
	畑ヶ中	7	笑いケア体操
	中村前田	4	脳いきいき
吉岡	コスモス	11	健康体操
	合同	9	ダンベル体操
	合同	71	憲法講演学習
	わくわく	9	匂い袋作り
有馬	下中有馬	11	尿検査
	南有馬	5	健康体操
	合同	20	吉野医師医療懇談
半田	前河原新屋敷	7	便潜血
赤城	満呂木	8	脳いきいき3回目
	榎東	5	腹八分目
子持	あじさい	4	憲法学習

北毛デイサービスにて「まえばしCITYエフエム」の公開収録が行われました



駒あき子さん(前橋市駒形町出身)の「まえばしCITYエフエム」の歌謡ショー公開収録が9月5日北毛デイサービスで行われました。利用者を中心に37人は本格的な歌謡曲に午後のひとときを楽しみました。北毛デイサービスでは一緒に協力してくれるボランティアさんを募集しています。詳しくはTEL:0279-23-1165(唐澤まで)

笑いケア体操班会始まる



9/1 豊秋西浦班会 まずは20秒ワッハッハと声を出して笑ってみましょう

北毛保健生協初の笑いケア体操班会が豊秋西浦班にて始まりました。笑いケア体操とは、笑いヨガを医療福祉生協連版にアレンジしたものです。笑いを呼吸法として考え、無理に笑うのではなく、「ハハハ」としっかりと息をはいていきます。それに、動作を加えて、笑いに必要な筋肉「ゲラゲラ筋」を鍛えていきます。みなさんの支部でも班会に取り入れてみませんか？

班会特集



9/1 20人が集まった有馬合同班 吉野先生医療懇談班会



9/16 南有馬班会の健康体操



9/16 吉岡支部 ダンベル班会の様子



9/18 榎東合同 腹八分目班会 サラダうどん作り

