

北毛保健生協組合員現勢

2015年4月末現在
 組合員…………… 16,985人
 出資金…………… 6億8130万円
 1人平均出資金…… 40,112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



佐久発電所入り口横の水車の説明を受ける市街地支部組合員

6月~7月
三人集まれば班会
班会開催月間、オリジナルな班会を開いて

市街地支部

オリジナル班会

「電源群馬」を実感

5月14日に7名の参加で佐久発電所の見学班会を行いました。最初は、運転開始から年月がたち、更新工事が行われて不要になった水車が展示されている場所での説明。水車は1秒間に

25㎡の水を使い、1分間で300回転して発電機を回すのです。続いて県内の発電所の状況説明。県内75カ所のうち、東電の発電所は42カ所との事。上毛かるたで「理想の電化に電源群馬」と詠まれるのも納得です。資料室には建設工事写真などと共に、昭和20年7月30日午前7時30分、米国のF6グラマン戦闘機による空襲を受け、貫通穴のある

緑に囲まれた5月、石原・西浦班会で「詩吟」と「笑いケア」を行いました。流れる詩吟と笑い声が会場一面に響き渡りました。詩吟は地域の詩吟クラブで練習している石田キンさんが指導、腹の底から声を出しました。笑いケアは生協組織部・梅田さんの指導で、笑いが拡大する感覚は健康づくりに効果大と思いました。

医療生協の通信教育で学んだ「一人ひとりが主役」を心がけながら、これからは脳がいよいよ活躍する班会ができたらいいなと思っています。「踊る阿呆に見る阿呆、同じ阿呆なら笑わにゃ損々」。

ご一緒に胸のつかえを一気に吹き飛ばす「笑い」にぜひいらして下さい。

(豊秋支部 須田 綾子)

豊秋支部
詩吟と笑いケアで
脳いきいき!

新コースも続々、通信教育の受付が始まります!!

医療福祉生協連では6月~7月にかけて『教育学習月間』を設けています。「健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる」すすんで学びましょう。昨年受講された方の感想を紹介します。

『医療福祉生協と憲法』コース

この講座を受け、自民党政権の下心、安倍首相が語る「美しい国」の裏にある危険な顔が良く分かりました。日本国憲法は決して押しつけられたものではなく、国民の努力で作上げたものだから、大切に通過して行かねば、と痛感しました。医療福祉生協の「いのち」憲法の実行に大きな役割を持つことを理解し、憲法がより身近なものに感じました。(吉岡支部・Y)

『高齢期のいきいき生活』コース

- ①病気
人は年を重ねるごとに病気も増えていきます。まず第一に「認知症にはなりたくない」と自分をはじめ多くの人たちが言います。認知症には特効薬がないけれど、体に良い生活習慣が認知症の予防にもよい、という事を知りました。
 - ②ストレス
私たちは日々ストレスをかかえて疲れています。自分の廻りの人達にストレスを与えているのも事実です。ストレスが自分にとって意味するところが分かればその場は乗り越えられること、プラス、マイナスの両方に目を向けて行く。
 - ③死について
私はクリスチャンで、「死について」聖書を通じ、牧師さんの説教を通して知っているつもりでしたが、日々私は死と向き合っているのだからと考えさせられます。必ず迎える死への備えもしなければならぬと感じさせられました。(金島支部・N)
- 通信教育申し込み詳細は生協事務局 24-2141まで

班会
メニュー紹介
笑いケア体操
 笑いケア体操は、笑いヨガを医療福祉生協連版にアレンジしたもので、笑う動作をする体操です。無理に笑うのではなく、「ハッハッハッ」と声を出して大きく息を吐くのです。用意するものは何もありません。体一つあって、人が集まれば、どこでも大丈夫です。ひとりで行ってもできます。ひとりで行うより、グループで行う方が、笑いは伝染し自然と無理なく笑えるようになってきます。笑いケア体操をして、心身ともにスッキリしましょう。(組織部 梅田)



西浦集会所で毎回行う西浦班会 みんなで「ハッハッハッ」

秋の終わりに少しづつ準備を始め、漸く最終段階を迎えた今、勉強の方はどうなの?と親としては思わないでもないですが、先ずはこの定期演奏会が大盛況に開かれることを願うばかりです。

新病院の診療開始にともない私もどんな形で北毛保健生協に協力しているのか楽しみです。(岸)

血生計
 新年度が始まり、日々の生活がスムーズに動き出し、高校生の息子も勉強に部活動に、強に部活動に、と言いたいところですが、今は高校生活最後の定期演奏会準備に大わらわ、重心は部活動への傾きが大きいようです。

息子の所属する吹奏楽部は男子校のせいなのか高校生になって初めて楽器を手にする学生が多く、演奏で聴衆を魅了したのは勿論ですが、その技量がなかなか追いつけないというジレンマを抱えています。そこで第三部、部員たちからは親しみを込めてスパポと呼ばれる『スーパーポップス』のコーナーに熱心に取り組むことになるようです。

ここでは吹奏楽に詳しくない、日頃あまり音楽を聞かない人でも楽しんでいただけようなミュージカル仕立ての演出となっています。大笑いしたりその熱演に思わずホロリとさせられたり、時には曲に合わせて手拍子を取り、気づけば歌を口ずさんでいるということもあるようです。

医療講座



北毛病院より外科紹介

外科医師 助川 晋作

「この前お尻から出血しただけ、今は止まっているし、症状がないから様子をみよう」

「食欲がなくなってきた。便秘も気になる。でも仕事に忙しいから受診できない……」

後悔しないために自分が正常であることを確認するために

地域のほうが健康でいられるようにお手伝いします。各外科疾患、胃腸や痔疾患でお悩みの方の診療をいたします。

外来診療

便秘や胃の痛みなど胃腸の問題はもちろん、どこに

かかったら良いかわからない痛みや症状がある方、切り傷、擦り傷、刺し傷や咬み傷、皮膚の腫れなど広く

外科一般を診療しております。検査については各疾患に対応した血液検査、胃、大腸の内視鏡、各種レントゲン、CT、MRI検査も行ってまいります。

市町村の検診で要精査の方はもちろん、胃癌や大腸癌が気になる方の診療もいたします。

内視鏡検査

胃カメラについては、経口、経鼻ともに行っており、ご希望の際は検査予約時にその旨をお伝え

手術治療

胃、大腸癌を含めた胃腸疾患の開腹手術、腹腔鏡下での胆嚢摘出術、鼠径ヘルニアなどの脱腸手術、痔核・裂肛・痔瘻に対する各手術を行っております。痔核については、四段階注射療法（ALTA療法）も行っております。鼠径へ

抗がん剤治療

胃、大腸癌の抗がん剤治療を各治療ガイドラインに基づき行っております。また、当外来では特に肛門疾患を専門に診療できる

よう大島、助川の2名が専門病院での研修を行ってきていますので、痔核の注射療法や痔瘻の肛門括約筋を温存した手術など肛門機能の今後を考えた手術を行います。肛門出血、脱出、痛みがある方はご来院ください。悩まれている方のお力になれると思います。

研修医紹介



新里 祐太郎

「この前お尻から出血しただけ、今は止まっているし、症状がないから様子をみよう」

とを嬉しく思います。

現在、医師としての姿勢と技術を身につけるべく、先生をはじめ職員の方々のご指導を頂きながら毎日をおこなっています。

また医師としての力を身につける傍、北毛病院一職員としてこの地域のお役に

特定健診・後期高齢者健診

※窓口予約が必要です。

● 渋川市特定健診

(40歳以上)・後期高齢者健診 実施期間 平成27年6月1日(月)～平成27年11月30日(月)まで

平成27年12月1日(火)～平成28年2月29日(月)まで

● 吉岡町特定健診 (40歳以上)・後期高齢者健診 実施期間 平成27年6月1日(月)～平成27年10月31日(土)まで

● 榛東村特定健診 (40歳以上)・後期高齢者健診 実施期間 平成27年7月1日(水)～平成28年2月29日(月)まで

● 社会保険被扶養者特定健診は、実施医療機関名簿に北毛病院とある場合に受けられます。(北毛診療所では受けられません)

渋川市 大腸がん検診

(クーポン検診)

● 対象年齢(年度年齢) 41歳、46歳、51歳、56歳、61歳の方

● 実施期間 平成27年6月1日(月)～平成28年2月29日(月)

お問合せは

北毛病院 健診科 (25-2079)

北毛診療所 (24-2818)

北毛保健生協外来医師診療表(2015年6月～)

北毛病院 (24)1234 北毛診療所 (24)2818

Table with columns for Hospital (内科, 小児科, 外科, 神経科, 皮膚科, 内科) and Clinic (呼吸外来, 整形外来, 糖尿病外来, etc.) and rows for days of the week (月, 火, 水, 木, 金, 土).

《「日曜お手軽健診」実施中!〈採血検査です。内容は肝機能・脂質・腎機能・貧血等の検査〉毎週日曜日の午前9時～12時。料金1,500円。》

みんなの 本場

エルモ ELMOキャンプに集まれ!

【ELMOってなあに?】

小児科の福江医師が米国のグループワークプログラムをもとに考案した、医療的観点に基づく体験学習サークルです。簡単に言うと、子ども達と共に遊びながら学ぶことを実践するボランティア団体です。自閉症や広汎性発達障害といった「社会性の障がい」を持った子どもが多く参加していることが大きな特徴です。子どもたちはELMOプログラムを通して、相手を「信じる・思いやる・支えあう」といった心の成長課題を、言葉ではなく感覚として習得することができます。障がいをもつ「個性」として認め、地域の障がい者が障がいのない人々と一緒に生活できるようにすること（ノーマライゼーション）にも貢献しています。

『まずは楽しむこと。そうすれば新しい出会いがきつとある。楽しいことがきつとあります。』笑顔で言いつ切る。
（宮澤）

●配布者さん紹介●

棟東支部

北村 榮子さん



班会に誘われてから支部地域活動への参加は長い。

トイレのある散歩コースに、配布先のお宅を組み込んで3000歩から15000歩超えとか。健康長寿を目標に今日も何処かに出かけているーそんな人です。

職員募集

医師	常勤・パート
看護師(正・准)	夜勤可能な方歓迎
薬剤師	常勤・パート
介護福祉士	常勤・パート
言語聴覚士	常勤
理学療法士	常勤
作業療法士	常勤
事務	常勤

ご連絡の上、履歴書をお送りください。
（連絡先）
渋川市有馬237-1
北毛保健生活協同組合 総務部 鈴木まで
TEL 0279-24-1234

【参加者大募集】

参加資格は、知的あるいは身体的に障がいを持っている子どもとご家族が主ですが、特に障がいを持たない方も参加しています。つまり、ELMOはどんな方でも大歓迎です!!

普段からELMOに参加している方もいれば、夏限定で参加する方、初参加の方々とさまざまです。例年、30~40人もの方々が参加しています。

【ELMO (エルモ) キャンプの募集要項】

- ◆活動内容 ELMOプログラムを通して子どもたちと遊ぶ
- ◆開催日 8月22日(土)~23日(日)
*1日間のみの参加も可能です。
- ◆場所 榛名高原学校 (〒370-3348 群馬県高崎市榛名湖町185)
- ◆募集対象 年齢を問わずどなたでも大歓迎!
- ◆募集期間 2015年7月31日(金)まで
- ◆お申込み 下記までお気軽に連絡して下さい。申込用紙をお渡しします。
受付担当: 北毛病院 医学生担当 加谷(カヤ)
TEL: 0279-24-1234 FAX: 0279-24-3834
E-MAIL: igakusei@hokumou.coop

5月班会開催一覧

支部名	班名	人数	班会内容
八木原	南合同	9	レインボー体操
豊秋	西浦	9	笑いケア体操、詩吟
	畑中	7	笑いケア体操
吉岡	コスモス	12	ストレッチ、シナプソロジー
	合同	8	ダンベル体操
半田	ウォーキング	10	サイクリングロードウォーキング
有馬	南有馬	6	笑いケア体操
	上有馬神戸	11	尿チェック、転倒予防体操
	下中有馬	11	介護保険の話、体操
子持	けやき	10	脳いきいき4回目
金島	金井南町班会	8	折り紙
	合同	13	榛名湖畔ウォーキング
市街地	合同	6	佐久発電所見学
赤城	長井小川田	6	健康、新病院の話

班会特集

5/11 子持けやき班会
神経衰弱で脳いきいき



5/13 下有馬班会
有馬会館で学習会



5/17 半田支部合同
班会サイクリングロード



5/22 金島支部合同班会
榛名湖畔で



5/25 上有馬・神戸班会
転倒予防体操



核兵器廃絶を呼び掛ける代表団 (右から2人目角田さん)

参加者は青年が多く活気に満ち、署名活動など地道な活動が重要であることが強調されました。署名、折り鶴、カンパ等ありがとうございました。

核兵器全面禁止へ地道な活動を

— NPT再検討会議 — 豊秋支部 角田 行生

4月24日から30日までの7日間、第9回核不拡散条約(NPT)再検討会議に代表団としてニューヨークに行ってきました。25日は終日、国際平和会議(クーパーユニオン大学)。26日はセントラルパークで通行人や散歩の人に署名行動。緊張感がありますが、日本からの平和の折り鶴を差し上げ喜ばれました。ユニオンスクエアで大集会後、外国の人とデモ行進。熱気に包まれるなか、国連本部ハマシヨルド広場で63万筆を超える署名をフェルルーキ議長とケイン国連上級代表に届けました。27日は署名行動と国際シンポジウム、医療福祉生協の現地交流会。

MR1の学習を—金島支部会議

金島支部の歴史の中で初めて支部総会に準ずる支部会議(役員総会)が開かれました。準備は班長・総代さんに支部会議の告示と出欠の往復はがき。当日は出席記念に草花の鉢植えと軽食。

2014年度事業報告・会計報告
2015年度事業計画(案)・会計報告(案)、3ヶ年計画(案)・会計監査選出を承認。引き続き医療講演「MR1とCTの比較」について福江医師より、症例の紹介、MR1の利点と欠点、脳梗塞超急性期におけるMR1の活用、について軽妙でわかりやすく教えられました。

尚、憲法の学びでは、毎回の運営委員会前に103条までを右せ左せで読了。6月より「医療福祉生協と憲法」の学びを続けます。

5/3 憲法記念日集会1900人集まる

北毛保健生協からは支部、職場合わせ約80人が参加し、宇都宮健児弁護士を迎え「戦争する国づくりを止め憲法改悪を許さないために」と題して記念講演が行われました。

