北毛保健生協組合員現勢

2015年12月末現在

組合員 …… 17,191人
出資金 …… 6億9,534万円
１人平均出資金 …… 40,448円

組合員自身の力で組織を大きく強くしましょう！

くらしと医療

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　中澤眞理
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

２月３月は年度まとめ期間

支部と職場、協同の力で信頼の北毛保健生協へ

生協の支部、職場ではこの2月～3月を「年度まとめ期間」に定め、様々な課題と取り組みを広げ、新病院開設初年度を前進の年として展望します

〈期　間〉
2月1日～3月31日の2カ月間

〈内　容〉

一、仲間ふやし、出資金ふやし
すべての支部、職場で「仲間ふやし、出資金ふやし」の年間目標を達成します

二、班会開催
2月は班会開催月間です。健康づくり、まちづくりなどをテーマに多くの班会を開きます

三、担い手づくり
3月開校予定の「医療生協学校」は各支部、職場からの参加で、担い手として学び合います。また通信教育は受講生全員、修了を目指します

四、虹のバレンタイン行動（2月1日～14日）への結集
全国の医療福祉生協と共に、それぞれの支部で青空健康チェックに取り組み社会保障制度の充実など地域の声を広く集めます

五、医師、薬剤師、看護師などの確保
人材の確保と養成は北毛保健生協がすすめる医療福祉事業の要です。引き続き最優先課題として力を尽くします

六、利用結集と予算の達成
北毛病院、北毛診療所、介護事業所の利用を広げます。また総代会で決めた予算を達成します

七、「みなし脱退」にかかわる組合員所在確認
支部、職場では、所在不明組合員の方の住所確認をすすめていきます

八、いのちと健康、くらし、まちづくり、平和を守る課題
①いつでも誰もが安心の医療を受ける機会を保障する無料低額診療事業は3年を経過しました。まとめを行うと共に、引き続き相談活動をすすめ継続した事業とします。また病児病後児保育、外来送迎サービス事業を通じて子育て支援、安心のまちづくりに貢献します
②「戦争法廃止を求める署名」に取り組み、様々な運動とも連帯、協同しつつ健康、平和、いのち輝く社会をつくります
③3月11日、東日本大震災から5年を迎えます。被災地の復興と支援活動に取り組むと共に原発ゼロ運動を広げていきます

笑顔がいっぱい「いいぞ・いいぞ・イエーイ！」

伊香保支部『笑いケア班会』うら話

昨年12月18日『笑いケア班会』を実施しました。

今回この班会を開催するのに一番心配した事は組合員が集まってくれるかどうかでした。「くらしと医療」にチラシを入れただけで大丈夫かなと思ったので、グラウンドゴルフ場の休憩場にチラシを貼って勧誘をしました。

結果18名の参加を得ることが出来ました。参加者の方からは次回もぜひ「笑いケア」をやって欲しいと声が出る程でした。反省点としては、笑いケア体操の後、集まったみなさんで座談会などの話し合いが行えれば良かったことです。３月にも班会を予定していますので、その時も多くの方に参加してほしいものです。

（伊香保支部長　足立　茂）

笑いケアとは

笑いケアとは笑顔で暮らすための習慣づくりです。笑いケア体操は『笑う動作』をする健康体操です。無理に笑う必要はありません。大声で笑う必要もありません。笑いに必要な筋肉「ゲラゲラ筋」を鍛える体操なのです。笑いケア体操では笑いを呼吸法と考えます。笑う動作にひと工夫加えることで、こころも身体も健康になったと実感できる方法です。血流がよくなり、ストレスホルモンが減り自律神経が整います。

2016年　虹のバレンタイン行動

バレタイン行動とは２月１日～２月14日の期間①社会保障制度をめぐる問題を広く知らせ改善に向けた世論を喚起する②医療福祉生協の主張や存在を全国にアピールすることを目的に行っています。

支部名	日時		会場
豊　秋	2月3日	10：00～	スカイテルメ渋川
北　橘	2月4日	13：30～	ばんどうの湯
古巻協議会	2月6日	13：30～	スカイテルメ渋川
市街地	2月7日	10：00～	渋川市老人福祉センター
榛　東	2月9日	13：30～	しんとう温泉ふれあい館
赤　城	2月12日	13：30～	ユートピア赤城
吉　岡	2月13日	13：30～	リバートピア吉岡
小野上	2月15日	10：30～	小野上地域福祉センター
金　島	2月16日	9：00～	渋川市老人福祉センター
子　持	2月23日	10：00～	子持老人福祉センター
伊香保	2月24日	10：00～	石段の湯

血圧計

自爆テロ、空爆、放火、etc…不穏な世の中である。クリスマスも1日過ぎた12月26日の朝『サンタが来たー』といい年をした長女が朝食の支度をしているところにやってきた。そういえば私の枕元にも何かゴロッと袋があったような気がした。サプライズ好きの次女が数日前から準備していたのだと言う、娘たちが小さい頃は何がほしいかそれとなく聞きプレゼントしたっけ、と懐かしく思い出した。ささやかなものでも嬉しいものである。

平和だからこそ！今はそれが集団的自衛権、戦争法など不安材料が多くなってきている。ひとつひとつ見きわめて安心できる世の中になるよう頑張っていきたい。

まずは戦争法廃止の２００万人署名集めである。そして来たるべき選挙である。戦争法に賛成した国会議員に今度は私たちが言うことをきかせる番である。未来の自分に、そして若い世代に胸を張ろう。

（N）

大腸肛門外来　第２月　夜間外来（予約制）が始まりました。おしり（肛門など）で何か気になることがあれば、ぜひお気軽にお問い合わせください。

学んだ知識を地域に活かせたら
―保健学校第6講座―

新年早々の1月6日に保健学校第6講座『転倒予防』を中心とした学習が行われました。後期高齢者になった私にはぴったりの授業でした。

この頃、じゅうたんのちょっとした段差でつまずいたり、家電のコードにつまずいたりが増えて来ました。今回は転倒予防のための椅子を使った筋力アップ体操を何種類も体験することができました。今後自分でやっていきたいと思います。

他にも車椅子に右手と右足が使えないと仮定して（左手と左足だけで）自分で乗って部屋を左回りする体験をしましたが、今まで五体満足の私には初体験でまごつきました。左手だけでジャケットを着たり脱いだりの体験も同様でした。

今回学んだ知識を地域に活かせたらと思います。

（金島支部　高橋進）

目かくしして車いす乗車体験

未来に胸を張ろう だから今、戦争法を廃止に

戦争法案の強行採決から5ヶ月が経ちました。自衛隊はアフリカの作戦参加を検討している状況です。このまま戦争をする国にしてしまっていいのでしょうか。

医療福祉生協は『健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる』を理念に掲げ、この戦争法を廃止にする署名行動に取りくんでいます。

私たち北毛保健生協では全体で5000筆の署名を目標に取りくみます。そのために①支部組合員数の半分の署名集める②戦争法や署名行動の意味が分かるよう学習する③なにより署名行動の中で人と人のつながりと対話を重視する。と行動提起を行いました。

みなさんのご協力をよろしくお願いします。

（社保委員長　猪俣友子）

各事業所でクリスマス会開かれる

12/21　みんな輪になって

老健ほくもう・通所リハビリほくもう

12月21日に老健ほくもうでクリスマス会が行われました。通所リハビリも同じ日から6日間、民謡やアコーディオン、歌謡ショー、ピアノ演奏、日本舞踊、大正琴と多くの方の慰問やボランティアさんの協力で楽しくアットホームなクリスマス会となりました。老健ほくもう・通所リハビリでは季節に合ったイベントを企画しており、利用して下さる方全員に心地良さや家庭のような雰囲気を提供できるようにしています。

北毛病院病棟

新病院になって初めてのクリスマス会。毎年、ボランテイアあゆみの会にお任せで、情けない職員軍団でしたが、今年こそは！と一念発起。有志の看護師達のハンドベルの音色に合わせて病院師長軍団が美声？を披露…。

12/24　4Ｆリハビリ室で

北毛デイサービス

北毛デイサービスのクリスマス会が12月24日から3日間行われました。慰問にお笑い芸人の関あっしさん、古巻コーラスと片桐さんのシンセサイザーや銭太鼓の演奏で盛り上がりました。利用者さんからも『慰問のみんなのステージが楽しくゲームやプレゼントもよかった』という感想が出ています。北毛デイサービスでは1月ビンゴ大会、4月お花見、7月納涼祭、9月ぶどう狩りとたくさんの楽しいイベントを用意しみなさまをお待ちしています。

12/24　美しい歌声
古巻コーラス

12/26　歌って踊って　銭太鼓

班会特集

1／8
吉岡コスモス班会
シナプソロジーで脳しげき

1/9　金島子ども班会
すいとん作り

1月班会開催一覧

支部名	班名	人数	班会内容
八木原	北合同	3	レインボー体操
豊秋	あゆの会 本石原 西浦	4 6 9	年間計画作成 もちつき 詩吟、ハーモニカ演奏
吉岡	コスモス	12	シナプソロジー、音読
子持	合同	10	利根中央病院見学
金島	子ども	30	食育、お正月飾りづくり
市街地	合同	5	戦争法署名活動意義の学習
小野上	下中尾	4	せいきょう健康チェック
その他	民商	9	健診結果返し、脳いきいき

1/22　市街地合同班会
署名にとりくむための学習

1/26　小野上下中尾班会
せいきょう健康チェック受診

医療講座

感染症の話

外科　根本雅明

昨年のノーベル医学生理学賞は、大村智先生が感染症治療薬の業績で受賞されました。この薬は、全世界で寄生虫感染患者を数億人救ったと言われています。

昔、病気と言えば「感染症」のことを指すくらいありふれた病気でした。しかも命に関わることも多かったのです。私も5歳の時に赤痢にかかり生還しましたが、疫痢・ペスト・コレラ・チフス・猩紅熱など、恐ろしい病名は頭の中に染み付いています。

その頃かかりつけの医師を見て、いつも感じたのは「なぜあんなに沢山の患者を診て、病気がうつらないのだろう。きっと何か秘訣でもあるのだろう。」ということでした。今回はその秘訣を伝授します。

昭和25年まで、国内の死亡原因第一位だったのが「結核」で、多くの国民・著名人の命を奪い「国民病」として恐れられていました。

しかし戦後ペニシリンを初め、多くの抗生物質が次々と登場し、劇的な効果をあげ「感染症＝命を奪う病気」と言う考え方は大きく変わりました。「感染症は過去のもの」となりかけた時期もありましたが、敵もさるもの、簡単には引き下がりません。

現在問題になっているのは、その抗生物質が効かない薬剤耐性菌や新しい感染症（エイズ、サーズ等）、復興感染症（結核、デング熱等）などです。

医学や医療の発達した現在でも、新たな形で人類対病原菌の闘いは続いています。

全てが人から人へとうつるわけではありませんが、私たちの身近にあって気を付けなければならない感染症は、インフルエンザ、ノロなどの胃腸炎、O157などの病原性大腸菌の感染症、各種肺炎や小児の流行性疾患などがあげられます。

しかし適切な対応で発病を回避することは可能です。

感染症に対抗するには

病院の感染対策でも実践していますが、家庭でも「一に手洗い（手指衛生とも言う）、二に手洗い、三にマスクで四にうがい」

患者さんの周りは、菌やウィルスがいっぱいです。タオルなどの共用を避け、こまめに手洗いすることが最も重要です。

またマスクは咳などの飛沫ブロックより、菌やウィルスが付着した自分の手が、「口や鼻」に直接触れないためのブロック役と考えた方がいいでしょう。それだけ「手」が感染の拡大に関与しているのです。

そして感染しても、病気を撥ねつける丈夫な体をつくること。例えばワクチンで免疫をつけ、栄養・休養を十分とって体力アップを図りましょう。

ワクチンは子供から高齢者までいろいろありますが、受けるべき時期にきちんと接種して、「備えあれば憂いなし」の構えで臨むことです。

しかしこれらの感染対策を十分に講じても、残念ながら病気にかかってしまうこともあります。

そんな時は早めに北毛病院を受診して、適切な治療を受けましょう。

職場紹介⑨

「いいものを作ろう！」

総務部

北毛保健生活協同組合には、北毛病院、みつばち保育園、生協本部、北毛デイサービス、北毛ヘルパーステーション、北毛診療所、介護老人保健施設ほくもう、虹訪問看護ステーション、在宅介護支援センターしぶかわという事業所があります。

総務部は北毛病院の1階受付横にあります。所属は組織部と同じ生協本部、5名の職員で全事業所の総務業務を行っています。

業務内容は、①建物や設備、機器の管理②各職場で使用する備品の購入、配布③銀行や業者とのやりとりを含めた現金管理④職員の保険、入退職の手続きや給与等の計算⑤組合員データ管理等、多岐に渡ります。

北毛保健生活協同組合が普通の医療機関や介護施設と大きく異なる点は、組合員さんからの出資金で成り立っている生協であるということです。そのため、「いいものを作ろう！」という思いのつまった組合員さんからの出資金を預かることも、大切な仕事の一つです。職員も組合員の一人です。総務部では、職員を含めた組合員さん達の裏方として、皆さんをサポートする仕事を行っています。

1／18　大雪後、全員で雪かき

アンケートご協力のお願い

北毛保健生協の理念作り委員会

北毛保健生協の理念をつくろう！！

北毛保健生協が誕生して63年、その時々で大切にしてきた思いや行動指標があったと思います。いまさらと感じるかもしれませんが、自分たちがどこに行くのか、目的はなんなのか等をかたちにして北毛保健生協の事業・活動をすすめることが必要と考え委員会を発足しました。北毛保健生協で活動する皆さんの思いをお聞かせ下さい。3月末までの取り組みとして、組織部にてお預かりします。ご協力お願いいたします。

問い合わせ先：0279-24-1234　北毛病院　事務長　鈴木

北毛保健生協外来医師診療表（2016年1月～）

	病院									診療所
	内科		小児科		外科		神経科		皮膚科	内科
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午前
月	橋本 吉野 片田 有馬	木村 生方（予約）	福江	福江 (5:00～6:30)	大島 **消化器**＝根本	(大島) **大腸肛門**＝助川 (第2夜間)	鈴木	休診	休診	生方
火	飯島 生方 有馬 **糖尿病**＝下村 **糖尿病**＝錦戸	有馬 **甲状腺**＝桑原 (第2･3･4) **喘息**＝古賀 **循環器**＝船田(第2･4)	医師交代	休診	助川 **大腸肛門**＝大島	手術日	八代 鈴木	八代	休診	橋本 **甲状腺**＝桑原 (第１午後)
水	橋本 吉野 宇敷 有馬 **糖尿病**＝生方	有馬 久保 **甲状腺**＝桑原 (第１夜間) **禁煙**＝吉野(夜間)	柳屋 福江（予約）	福江 (5:00～6:30) 予防接種 (3:00～5:00)	小暮 **消化器**＝根本	(大島)	鈴木	鈴木	山田	小林
木	飯島 橋本 有馬 鈴木伸(第２) **糖尿病**＝小澤 **循環器**＝戸田	橋爪 **整形** (6:30～7:00) **高血圧**＝小林 (夜間 第１･２)	医師交代	休診	大島 安藤 (第1･3･5) **大腸肛門**＝助川 (第２・４)	橋爪 **まき爪**＝根本 (夜間)	鈴木	休診	休診	生方
金	吉野 片田 有馬	**喘息**＝齋藤	医師交代	福江 (5:00～6:30) 予防接種 (2:00～4:00)	小暮	小暮 **肝胆膵**＝小暮	八代	八代 **けいれん**＝柄沢 (第１)	休診	飯島
土	吉野 飯島 木村(第1･3･5) 桑原(第2･4) 有馬 **整形**＝医師交代 **循環器**＝船田(第1･3･5) **糖尿病**＝橋本(第1･3)	休診	福江	休診	助川 **消化器**＝根本	休診	鈴木	休診	休診	小林

北毛病院 (24)1234　北毛診療所 (24)2818

専門外来診療		
喘息外来	火曜日:午後、金曜日:午後	病院
整形外来	木曜日:夜間、土曜日:午前	病院
糖尿病外来	火・水・木・土曜日:午前	病院
甲状腺外来	第１水曜日：夜間	病院
	第2･3･4火曜日：午後	病院
	第１火曜日：午後	診療所
循環器外来	第1･3･5土曜日：午前 第2･4火曜日：午後 木曜日：午前	病院
消化器外来	月・水・土曜日：午前	病院
大腸肛門外来	火･木曜日：午前 第2月：夜間	病院
高血圧外来	第1・2木曜日：夜間	病院
けいれん外来	第１金曜日：午後	病院
肝・胆・膵外来	金曜日：午後	病院
禁煙外来	水曜日：夜間	病院
まき爪外来	木曜日：夜間	病院
小児予防接種外来	水・金曜日：午後	病院

(注)・受付時間　AM8:30～12:00
PM1:00～5:00
PM6:00～6:30
＊火曜外科　AM11:30受付終了
＊水曜精神科　PM4:00受付終了
＊小児夜間外来　PM4:30受付開始
・金曜午後の内科は急患のみ対応となります。事前にお問い合わせください。
・外科の午後診療は手術のため休診となる場合があります。お問い合わせください。
・専門外来は予約診療となります。予約ご希望の場合は、受付にお問い合わせください。

1月号クロスワードパズルに誤りがありました。ご迷惑をおかけして申し訳ございませんでした。

ご意見、ご感想ありがとうございました。今回のクロスワードは回答の二重マスに誤りがあり、正しくは⑮の『ダ』ではなく⑫の『リ』に二重マスを付けるべきでした。答えは「リハビリテーション」となります。たくさんのご応募ありがとうございました。

当選者には締切日から2週間前後で商品が届きます。

応募者の中からお便り

・1月号のくらしと医療、それぞれの役にいる方の言葉と何よりそれぞれの皆さんの笑顔が良くて明るく前向きになれるものに仕上がっていて読んでいて良かったです。　吉岡町　Kさん

・予約なく行くことも何度かあったのですが、大きな病院なのに待ち時間が短く、診療も親身になってしてもらえたので、大変ありがたく思っております。　渋川市　Kさん

《“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。

みんなの広場

第20回 医療生協学校受講生募集のお知らせ

日　時　2016年3月26日(土) 9時30分～15時30分
場　所　生協ホール2階にて

①講座：生活協同組合の歴史と特徴
②講座：生協法について
③講座：医療福祉生協のいのちの章典
④講座：理事長による北毛保健生協への思い
参加費　500円　※昼食は生協で準備いたします。

各支部2名以上の参加を目標に取り組みましょう。
※締切は2月末日。ご応募は生協事務局まで。
連絡先　TEL：24-2141

職員募集

医師	常勤・パート
看護師(正・准)	夜勤可能な方歓迎
保健師	パート
看護助手	常勤・パート
薬剤師	常勤・パート
ヘルパー	登録
事務	パート(健診事務)
	パート(医師事務補助者)
介護支援専門員	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

私も配ってます

●配布者さん紹介●

伊香保支部
小山　繁夫さん

昨年支部で前任者の変動がありました。支部の中沢浩久さんの口添えで北毛保健生協に仲間入りいたしました。宜しくお願いいたします。まだみなさんの名前もなかなか覚えられませんが、保健学校、くらしと医療などを通じて近所づきあいが増えました。皆さんと元気で楽しい雰囲気作りをしたいと思います。

健康づくりは一番大切なことなのでみなさんと一緒に組合員活動も一生懸命行っていきたいと思います。

支部 新春のつどい

金島支部

渋川市老人福祉センター
1／8　13支部のトップバッターで開かれ、年間目標を達成した喜びを共にしました（25名参加）

北橘支部

たちばなの郷　城山
1／26　強化月間を共に取り組んだ職員と一緒ににぎやかなつどいになりました（22名参加）

榛東支部

榛東温泉　ふれあい館
1／17　新規加入の組合員を迎え新春のつどい。ジャンケン大会で盛り上がりました（23名参加）

子持支部

赤城まいたけセンター
1／19　雪景色の中カンパーイ!! 歌とハーモニカ演奏で交流を深めました（19名参加）

～奨学生を募集しています～

＜奨学金制度の趣旨＞
私たちが掲げる医療理念に共感し、地域に住む人々や患者さんの立場に立ち、将来私たちや患者さん、地域の人々と一緒に地域医療を担っていこうという意思のある学生さんに対して、修学の一助として奨学金の貸与（給付を含む）を行っています。

＜奨学生活動＞
月に一度、学生が集まって医療や社会の事など自分たちで学びたいことを出し合い、学習を深めています。また、医療や介護の現場や地域に実際に出て、体験しながら学んでいます。

＜奨学金貸与額＞
医学科　1～3年生　50,000円／月
　　4～6年生　60,000円／月
看護学科　1～4年生　40,000円／月
＊群馬県の修学資金制度を始め、他の奨学金制度との併用もできます。
＊卒業後、一定の期間勤務することにより、奨学金返済が免除されます。
＊奨学金は無利子です。

＜お問い合わせ先＞
北毛保健生活協同組合　北毛病院
TEL：0279-24-1234
医学科　医学生担当
E-mal：igakusei@hokumou.coop
看護学科　看護部長 千明
E-mal：kango@hokumou.coop
群馬県民主医療機関連合会
http://www.gunma-min.jp/shougaku/

北毛保健生協に加入して、健康なくらしを!!

2015年12月

加入

〔市街地〕矢野栄昭 入沢戸塚奈美江 下郷鈴木計二 藤ノ木井上修 折原
〔半田〕山宮一隆 半田新保みさお 〃
〔有馬〕吉村貴喜 有馬
〔豊秋〕林昌平 石原高橋タマ子 〃
〔金島〕橋本知美 行幸田松村文子 金井小林雅明 〃宮島邦夫 〃関哲也 〃清水彩香 〃
〔子持〕石川トクエ 上白井坂庭進 吹屋小林雪枝 〃
〔赤城〕狩野智 津久田齋藤進 漆原木村正昭 大久保堀越光枝 小倉吉田けい 上野田
〔榛東〕岩田敏明 長岡関口輝雄 広馬場
〔小野上〕朝比奈喜宣 村上大塚智弘 伊香保柴山浩樹 〃
〔伊香保〕冨岡立雄 足門町入宮英央 大和田靖徳
〔その他〕

増資

〔高崎市〕石坂春子 東町立川禮子 下郷田嶋節子 坂下町
〔市街地〕千木良サク 半田田辺皓子 八木原大谷和一 中村清水重雄 金井清水シツ子 〃金井保太郎 〃
〔八木原〕島田憲子 北牧狩野トミ 〃小野マサヱ 〃峯岸高二 吹屋峯岸テル子 〃
〔豊秋〕関口養作 上三原田小沢康男 下野田
〔金島〕四宮昭俊 山子田阪本春美 八崎
〔子持〕唐澤崇子 村上斉藤佳子 中之条町長坂澄子 緑ケ丘町
〔赤城〕
〔榛東〕
〔吉岡〕
〔小野上〕
〔北橘〕
〔吾妻郡〕
〔前橋市〕

無料法律相談　毎月第1月曜日　午後7時～　渋川民商事務所(金井本町)に於いて　顧問弁護士による無料法律相談を行っています。お問い合わせは☎22-1482