

北毛保健生協組合員現勢

2017年1月末現在
 組合員…………… 17,326人
 出資金…………… 7億477万円
 1人平均出資金…… 40,678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 中澤真理
 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

たのしい笑顔あつまる

各支部で、新春のつどいが開かれました。創意を工夫して、多くの組合員さんを迎えるつどいとなり、初めて参加した組合員さんも多く、活気にあふれる支部活動になりました。

3月は、支部活動をまとめあげる月間です。さらに支部活動を盛り上げましょう。

組合員ホールは大賑わい そば打ち新年会

豊秋支部 大竹 誠一



豊秋支部恒例のそば打ち新年会は、初めて組合員ホールで開き、31人が参加しました。道具の調達が大変でしたが、みんな協力しあい間に合わせました。

そば打ち体験コーナーは、大島アサ子さんに計量こね方、のばし方、切り方まで指導してもらい、初心



豊秋支部 組合員ホールで初開催「そば打ち新年会」

者でもそば打ちができませんでした。

新年会は机に持ちよった

目標達成を祝う

北橋支部 山田 彬

1月26日、北橋支部の「新春のつどい」が行われました。当日は18人で役員も4人参加しました。場所は毎年恒例の「たちばなの郷 城山」、地元で美味しい食事を満喫し、カラオケや温泉を楽しむことが出来ました。

交流会では参加職員と昨年の強化月間での統一行動をふり返り、ともに目標達成



みんなで目標達成を祝えた

ハーモニカ伴奏でひとつに

子持支部 柳田きくよ



時おり雪がちらつく1月24日に子持支部運営委員会と「新春のつどい」を赤城まいたけセンターで行いました。運営委員会終了の頃には、土鍋も食べ頃、おなかも食べ時となっていました。

支部紹介パンフと手書きのクイズブックを用意

市街地支部 中澤 勤

市街地支部は健康班会などに参加してくれた人たちをお誘いし、1月29日に新春のつどいを開きました。支部長が挨拶で「皆さんのおかげで、市街地支部の出資金が7700万円以上になった」と紹介すると、歓声が上がりました。石坂理事のクイズは、読めない漢字や知らない



地域に根ざした活動を誓う

八木原支部 青木 敏子

2月2日、渋川老人福祉センターで25名が参加して新春のつどいが開催されました。おいしい料理を食べながら、日ごろの苦労話や近況を語り合いました。アルコールも入り、賑やかに交流できました。

2月2日、渋川老人福祉センターで25名が参加して新春のつどいが開催されました。おいしい料理を食べながら、日ごろの苦労話や近況を語り合いました。アルコールも入り、賑やかに交流できました。



会話が弾み料理を満喫した後は、支部恒例のハーモニカ伴奏の名人、浅田文雄さんと全員で歌謡大会の始まりです。歌集の中は、誰でも口ずさむ昭和歌謡。みんなの歌声で会場は一つになります。最高の笑顔で写真撮影し、支部の活躍と発展を記念して散会しました。



昨秋からの冬になっても「大切」な人たちと「お別れ」をした。アジア侵略から日米開戦、大東亜戦争に翻弄され、その中で生をうけ、敗戦後、悲惨で貧しい暮らし、涙と汗を流しながらも知恵を働かせ、まじめに必死に「税金」を納めつづけてくれた先輩たち。この人々のおかげで「もう決して、戦争はするまい」と決意した日本が続いた。米軍のB29爆撃機の爆音に怯え防空壕に入ったこと、食べ物、着物、履物、紙さえない「餓え」があった経歴を語る人もだんだん少数になってしまった。2月には、義母の命日。27年忌塔婆供養をした。義母は、貧乏農のため、夫が40歳間近なのに徴用、戦地に送られた。紙切れの入った「亡骸」のない小箱を返され、涙も怒ることも出来ない「誓の家」「戦争未亡人」と汚名をきせられ、夫亡き後、血を吐くような苦勞を重ねてきた。今、沖縄ジュゴンとサンゴ礁の海にコンクリート塊を投げ入れ200年耐用の米軍港が造られようとしている。危険なオスプレイを飛ばすため、ヤンバルクイナ営巣の森を次々と伐採し基地拡大。まさに戦争準備そのもの。無関心ではいけない。

アメリカへ尻尾振るよう「貢ぎ物」を捧げ、自己満足的な「強固な同盟」を豪語する人にみんな安心して、この日本の未来、子どもたちの未来を託せるでしょうか？

今、亡くなられた先輩たちに申し訳がたない思い「痛恨の極み」である。

宮下 歌子

（1面のつづき）

来年度も目標達成を

吉岡支部 高橋八十二

2月20日、北下の見晴屋において、新春のつどいを開催しました。（総勢26名参加）

ただかではないが、吉岡支部に、理事長が出席してください。8・9年前に、前理事長が来て下さった。



た以来のような気がします。歌や大正琴の演奏、また、

あの人もこの人もぜんぶよびかけ

小野上支部 唐澤 崇子

2月20日、小野子地域福祉センターにて「新春のつどい」を開催しました。

新しく組合員になられた方、班長さん、いつも強化月間で協力くださる方、出資金の積立してくださっている方、班会にいつも参加してくださる方など、総勢25名も参加して頂きました。役員あいさつの後、有馬支部の川濱要子先生による日本舞踊が好評でした。



支部長とのじゃんけんゲーム等で、楽しいひと時を過ごしました。また4月よりすべての目標を達成できる様に頑張ります。

いのちを守る

社会保障は国の責任



安倍内閣は、消費税増徴を延期したから予算が足りないとして、社会保障費の削減を進めています。医療では、①70歳以上の患者負担の上限引き上げ（8月実施）。②75歳以上の後期高齢者の保険料軽減措置が4月から縮小される

年度には廃止。③療養病床居住費の負担引き上げ。④療養病床を介護保険施設に転換。⑤75歳以上の窓口負担1割から2割に。⑥市販品類似薬の保険外し（湿布やうがい薬、痛み止めなど）。⑦国保を都道府県に移行し医療費抑制。国保税値上げや厳しい取り立ても予想される。介護は、①一定の所得以上の人の利用料は2割から3割に。②健保組合の保険料引き上げ。利用料負担上

限額引き上げ。③福祉用具に上限価格設定し利用制限。④要介護1、2の生活援助保険外し。年金は、①年金支給額引き下げ。②年金支給開始年齢引き上げ。生活保護は、①母子加算など生活扶助・加算等の見直し。収入を年金に頼るしかない高齢者にとって社会保障改悪は、「早く死ぬ」と言われているようです。だれもが必要な医療・介護を受けられるように、社会保障の充実を求める署名にもご協力を。（生協社保委員長 猪俣 友子）

住民の声届け!!

北毛保健生協社保委員会は2月13日に榛東村、2月15日に渋川市・吉岡町との自治体懇談を行いました。

国民健康保険や介護保険分野の要望から、教育や身近な住民要求を16項目の要望書にまとめ懇談にのぞみました。

対応は自治体によって異なりますが、住民の声をとどけ、私たちの医療・介護・福祉・住民生活の「心配ごと」を行政職員と率直に意見交換をしました。

すべての人の生活向上に向けて、北毛保健生協も自治体も、それぞれの役割を発揮することが求められています。今後も懇談続け、安心して住みつけられるまちづくりに貢献していきたいと思っています。



渋川市での懇談会



吉岡町での懇談会

2月13日 榛東村7人
2月15日 渋川市25人
2月15日 吉岡町7人

第5回 班会講師養成「おりがみ教室」開催 梅と桜で春を演出



2/9 13:30 組合員ホールで行われました。7支部から11人が参加。各地域で班会として今後開催予定。

班会講師養成講座 “参加者募集”

第2回お菓子教室 “さくら餅づくり” 教室

日程：4月13日（木）13：30～

場所：組合員ホール2階

申し込み問い合わせ：北毛保健生協事務局

TEL：0279-24-2141 担当：木村

消費者まつりに参加

2017年消費者まつりが2月12日（日）、群馬県庁で開催され、県民や組合員など約2,000人が参加しました。消費者まつりは群馬県生協連と群馬県くらしの会連絡協議会が実行委員会を作り、群馬県の後援を受けて毎年開催しています。

医療生協は、自分のメタボ具合を知ろう～体脂肪測定（北毛保健生協）、あなたの体力測定します～握力測定（はるな生協）、歯の健康チェック・「あいうべ体操」で免疫力アップ（群馬中央医療生協）などを行い、参加者に健康づくりを呼びかけました。また、ステージ企画で脳体操を参加者と一緒に行いました。



北毛保健生協に加入して、健康なくらしを!!

萩原満寛川島	根木寛子石原	豊秋 恩田みつ江	大谷保八木原	岸正恵	小林香子元町	山崎純一東郷	片貝直哉東郷	（市街地）	加 入	2017年1月	字持 生方初江上白井	（吉妻郡）	角田幸子栗島町	（前橋市）	佐藤亮太堤町	（高崎市）	加邊富子飯塚町	濱村冬人片岡町	青木友一岡町	笹澤将人金古町	須貝実菜高別当	（安中市）	（市街地）	石坂春子東町	本多祐二	（八木原）	千明千代子八木原	（豊秋）	狩野和義石原	（金島）	福島みち子相母島	小林恒彦金井	字持 島田ヒチ北牧	赤城 茂木怪三津久田	木暮洋子清呂木	榎塚妙子新井	飯塚新井	（北橋）	押江榮三郎八崎	（小野上）	野村明美小野上	唐澤崇子村上
--------	--------	----------	--------	-----	--------	--------	--------	-------	-----	---------	------------	-------	---------	-------	--------	-------	---------	---------	--------	---------	---------	-------	-------	--------	------	-------	----------	------	--------	------	----------	--------	-----------	------------	---------	--------	------	------	---------	-------	---------	--------

医療講座



そのお薬は本当には、必要ですか？

内科 宇敷 萌

みなさんが、医療機関を受診する理由の1つに薬を処方してもらうことが挙げられると思います。今回は、その「薬」について考えてみたいと思います。

●ポリファーマシー

ポリファーマシーとは、「医学的に必要とされる以上に多く薬が処方されている状態」を指します。「薬が多い」というと漠然としていますが、5種類以上をポリファーマシーとするのが一般的です。また、単純に薬剤の数だけではなく、重複した処方や不適切な処

方なども含めた考え方で、高齢になるほど要注意。加齢に伴って、腎機能・肝機能・循環機能・筋肉量など多くの機能が変化します。特に、腎機能・肝機能は、薬の血液中の濃度や作用時間に大きな影響を及ぼします。年齢が高くなるにつれ、少量の薬剤でも副作用がおこりやすい状態になります。

「高血圧と糖尿病、便秘」のように、1人の患者さんに2つ以上の病気があることも、年齢とともに増えていきます。さらに、狭心症は循環器、便秘は消化器、糖尿病は内分泌というように、複数の医療機関に通院されていることも少なくありません。処方される医師が増えることで、処方されている薬が多くなる傾向にあります。

果があらわれるのにかかる時間や薬剤を続けることの副作用なども考え、続けるべきか検討する必要があります。●市販の「総合感冒薬」について

風邪のときに、市販のお薬を使われる方も多いと思います。「総合」という言葉が示すように、この中には有効成分が複数含まれています。知らず知らずのうちに薬を内服していることになり、漫然と処方を受けてしまっている場合が少なくありません。私も、気を付けていきたいと思っていますので、気軽に医師や薬剤師に相談をしてください。

●必要なお薬とそうでないもの
今回お伝えしたかったのは、今飲んでいるお薬がすべて不要であるということではありません。中には、やめてしまうと病気を悪くしてしまい命にかかわることもあります。「種類が多くて、実は飲めていない」「本当に続けた方がよいのか」と迷っているという状況でも、なかなか医師には相談しにくいという方もいらっしゃると思います。短い診療時間のなかでは、十分に薬の検討ができず、漫然と処方を受けてしまっている場合が少なくありません。私も、気を付けていきたいと思っていますので、気軽に医師や薬剤師に相談をしてください。

支部紹介①

子持支部

年度を振り返り子持支部の特徴を挙げると一番は、強化月間を前倒しした事にあると思います。

10～11月の子持地域は、蒞農家がため、ここのお宅を訪問しても留守。そこで考えたのが、6月から毎週2回の訪問行動を実施する事でした。そうする事で強化月間には、苦も無く目標を達成することができ、大きな成果につながりました。



子持老人福祉センターでのサロン



本格的なお茶席班会

もうひとつは、毎月第4木曜日に実施している子持老人センターでの脳トレサロンです。初めは、横目でチラチラ見ていた方も、今では、参加してくれる様になりました。それから、皆さん頑張つ

なったり、次はいつだね？と待っていて下さる方も増え、まさに「継続は力なり」だと思えます。その他、支部独自の班会として、①放射線を測定しながらのウォーキング ②お茶席班会（本格的なお茶席の説明を頂きながら体験する事が出来ました。）などです。

て成果を上げたのが平和映画チケットの販売でした。なんと213枚。これまでに無い驚きの数字でした。子持支部長 島田 憲子

やれば出来る実感、これからは皆で力を合わせて頑張っていきたいと思っています。

新春号クロスワードクイズ

回答は、「まちづくりかつどう」でした。

当選者

細貝陽子（赤城町）、石田靖子（東吾妻町）、福田幸子（吉岡町）、みかん（半田）、細野長盛（榛東村）、生方浩子（行幸田）、森田愛（八木原）、富永誠（赤城町）、伊藤香里（行幸田）、長塩三枝子（吉岡）、池田哲（金井）、剣持陸郎（辰巳町）、小林道子（半田）、加藤逸雄（上郷）、桑原裕次郎（赤城町）、カズコ（金井）、長坂澄子（前橋市）、平石和男（吹屋）、若井大夢（北橋町）、平松真由美（明保野）
順不同、敬称略 以上20人になりました。
たくさんの応募とお便りありがとうございました。

北毛保健生協外来医師診療表(2017年3月～)

北毛病院 (24)1234 北毛診療所 (24)2818

月	北毛病院										北毛診療所		専門外来診療 (診療開始時間)			
	内科		小児科			外科		神経科		皮膚科		専門外来		午前	午後	
	午前	午後	午前	午後	夜間	午前	午後	午前	午後	午前	午後	夜間				
橋本(予約) 吉野(予約) 片田(予約)	木村 生方(予約)	福江	休診	福江	助川	休診	鈴木	休診	休診	消化器:根本	大腸肛門:助川(第2)	生方	休診	喘息外来 火曜日:14:00~ 金曜日:14:00~		
飯島(予約) 生方(予約) 清水	清水 小澤良 (第1・3・5)	医師交代	休診	休診	助川	休診	八代 鈴木	八代	休診	糖尿病:下村 糖尿病:吉野聡 大腸肛門:大島	甲状腺:桑原(第2・3・4) 喘息:古賀 循環器:船田(第2・4)	橋本	甲状腺:桑原(第1)	甲状腺外来 第1水曜日:18:30~ 第2・3・4火曜日: 14:00~ 第1火曜日(診療所): 14:00~		
橋本(予約) 吉野(予約) 宇敷(予約) 三橋	清水	柳屋 福江(予約)	休診	福江	小暮	休診	鈴木	鈴木	藤原	糖尿病:生方 消化器:根本	甲状腺:桑原(第1) 禁煙:吉野	小林	休診	循環器外来 木曜日:9:00~ 第1・3・5土曜日: 9:00~		
飯島(予約) 橋本(予約) 鈴木伸 (第2) 清水	休診	五十嵐	休診	休診	大島 安藤 (第1・3・5)	休診	鈴木	休診	休診	糖尿病:小澤 循環器:戸田 大腸肛門:助川(第2・4)	小児予防接種:岩脇 まさ爪:根本 整形:医師交代 高血圧:小林(第1・2)	生方	休診	高血圧外来 第1・2木曜日: 18:00~		
吉野(予約) 片田(予約)	吉野聡 (受付4:30終了)	柳屋 福江(予約)	休診	福江	小暮	小暮	八代	八代	休診	喘息:笠原 肝胆膵:小暮 けいれん:柄沢(第1)		飯島	休診	禁煙外来 水曜日:18:00~		
吉野(予約) 飯島(予約) (第1・2・4・5) 木村(予約) (第1・3・5) 桑原(予約) (第2・4)	休診	福江	休診	休診	助川	休診	鈴木	休診	休診	整形:医師交代 循環器:船田(第1・3・5) 糖尿病:橋本真 (第1・3) 消化器:根本		小林	休診	消化器外来 月曜日、水曜日、土曜日: 9:00~ 第2月曜日:18:00~		

(注) 受付時間 午前(AM8:30~12:00)、午後(PM1:00~5:00)、夜間(PM6:00~6:30)
診療時間 午前(AM9:00~)、午後(PM2:00~)、夜間(診療科・専門外来により異なります。)
内科 午前診療は予約優先となります。急病での来院時には看護士にお声掛けください。
小児科 金曜日午後はPM4:30受付終了となります。
夜間外来はPM4:30受付開始となります。
水曜・金曜日の福江医師は、医師指示による予約診療のみとなります。

精神科 予約診療となります。初診での診療希望時にはお電話にてお問い合わせください。
水曜日午後はPM4:00受付終了となります。
火曜日第2・4午前来はAM11:30受付終了となります。
11:30受付終了となります。
外科 予約診療となります。
皮膚科 診療ご希望の場合は、受付にお問い合わせください。
専門外来

みんなの広場

職員募集

医師	常勤・パート
看護師	夜勤可能な方歓迎
薬剤師	常勤・パート
ヘルパー	登録
事務	常勤(経理経験者)
看護助手	常勤
介護福祉士(病院)	常勤(2017年卒業可)

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

▶2/21 市街地支部バレンタイン行動 渋川老人福祉センター 7人チェック



◀2/4 吉岡支部バレンタイン行動 リバートピア吉岡 63人チェック

活動報告

▼2/15 職員社保協同バレンタイン行動 スカイトルメ渋川 40人チェック



◀2/4 古巻協議会バレンタイン行動 スカイトルメ渋川 60人チェック



▲2/9 豊秋支部 バレンタイン行動 スカイトルメ渋川 50人チェック

◀2/8 金島支部バレンタイン行動 渋川老人福祉センター 17人チェック



▲1/29 金島支部子ども班会 金島ふれあいセンターでエルモプログラムとカレーをみんなで食べました。子ども12人、大人31人が参加



▲2/8 榛東支部バレンタイン行動 しんとう温泉ふれあい館 15人チェック



▲2/20 小野上支部バレンタイン行動 小野上地域福祉センター 36人チェック



▲2/3 赤城支部バレンタイン行動 ユートピア赤城 40人チェック



▲2/2 北橋支部バレンタイン行動 ばんどうの湯 30人チェック



▶2/23 吉岡合同わくわく作り 春を待つ飾り寿司

▶2/8 下中有馬班 栄養科 職員の「すこしお」のスヌメ



◀1/25 民商合同班会 「すこしお」のスヌメと健診結果返し

私も配ってます

配布者さん紹介

有馬支部

高橋 百合子さん

前任者のあと配布と運営委員を引き受けました。吉岡から嫁いで57年。世話好き、話し上手、料理好きの「有馬の人」になりました。1歳3ヶ月で実母が亡くな



り、筆舌には尽くし難い悩みや葛藤もありました。持ち前の機転のよさと、よくよくよしないで生きようという心情を持って、明るくつとめてきました。近くに北毛病院があり、頼れるし安心。ご近所、親戚とも「付き合いうまい」です。(聞き取り)
有馬支部 宮下 歌子