

北毛保健生協組合員現勢

2020年2月末現在
 組合員……………17,820人
 出資金……………7億525万円
 1人平均出資金………39,577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 阿久澤 咏
 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

	2020年(令和2年)												2021年(令和3年)									
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	
老健ほくもう建設計画																						
実施設計																						
駐車場整備																						
建設期間6ヶ月間																						
開所準備期間																						
新老健スタート																						

老健ほくもうの今後の建設予定

みんなで力を合わせ 老健建設を成功させよう

2021年春、北毛病院東側に新しい「老健ほくもう」が開所します。工期やスケジュールの詳細が決定し、着工のための準備もいよいよスタートしました。
 老健建設を成功させるために、組合員全員が力を合わせ、みんなで老健建設運動をすすめてみましょう。

介護老人保健施設とは?

「介護老人保健施設」(老健)は、医学的管理のもとで看護・介護・機能訓練や医療などを提供します。医師・看護師・リハビリ

職員・介護福祉士・管理栄養士などの専門スタッフが自立した日常を送れるよう支援し、「在宅復帰を目指すこと」を目的としています。

特別養護老人ホーム(特養)との違いは、特養には入所期間の定めがないことに対し、老健の入所期間は原則3か月となっていることです。

安心・安全・快適な環境

「新老健ほくもう」は、30床から50床へ増床し、全室個室の平屋建てです。全室個室(ユニット型)のため、入所者の個性や生活環境を尊重し、一人ひとりの状況に合わせたケアが特徴です。

北毛保健生協は、病院診療所・訪問看護ステーション・デイサービス・ヘルパー・ステーション・居宅介護支援の事業所があり、老健と連携することで充実したサービスを提供できます。



支部役員による訪問行動

6月から着工

建設業者も決定し、2020年度中の竣工に向け、いよいよ動き出しました。5月より駐車場の整備、6月より本工事に取掛かる予定です。

現在、建設予定地(病院駐車場)で数か所にわたりボーリング調査を開始しました。地盤や地質調査のため、穴を掘って地盤の状況や地層境界の深度



駐車場でのボーリング調査の様子

また、病院との距離が近くなり、これまで以上に医療・介護の連携が図れ、いざというとき安心です。

力をあわせて

支部役員・職員も老健建設運動を活発に行っています。職員は12月から全員参加で地域訪問を開始、各支部でも地域総訪問に取り組みんでいます。

訪問先では、「支部役員や職員が直接顔を見せて説明してくれるから安心して増資できるよ」、「地域のために頑張ってもらいたい」、「もしお世話になったときのために」など、増資に協力してくれる方も増えてきました。

組合員はもちろん地域から信頼される「新老健ほくもう」の完成を目指すとともに、「老健ほくもうに入所して良かった」、「北毛保健生協だから安心できる」と言われるような介護・看護サービスを目指していきます。

通常総代会の開催

定款第50条に基づく北毛保健生活協同組合第59回通常総代会を左記、開催いたします

日時…2020年6月20日(土)
 午後1時30分～5時
 場所…プレヴェール渋川(渋川市金井1298)
 2020年4月1日
 北毛保健生活協同組合理事長 阿久澤 咏

血生計

▼昨年12月初めに、鹿児島に帰省したその足で、念願だった出水市のナベヅルの渡来を見に行きました。出水駅で新幹線を降りると「現在の渡来数、ナベヅル1万4967羽、マナヅル546羽、カナダヅル8羽」と表示がありました。▼期待を抱きながら、まずはシャトルバスでツル博物館へ向かいました。ツルの保護と住民との共存に向けたいろいろな取り組み、また50年以上も前から地元の中学生による観察保護活動が続けられていることを知り、深い感銘を受けました。▼そして、バスはいよいよ渡来地観察センターへ向かいます。真っ青な空の出水平野を数えきれないほどの群れが鳴き交わし、飛び交っていました。田んぼのあぜ道にまかれた穀物を長くちばしでつついています。渡る一か月前には、体力をつけさせるため、魚も食べさせるそうです。▼今頃は、繁殖のために北へ約2400キロメートル、27日間の国境を越えた長い北帰行が始まっていることでしょう。

(金島支部 柴田)

医療講座



「うんち」のいろいろ

医局長 大島 康介

普段あまり考えることのない「うんち」について少し書いてみたいと思います。「うんち」の主成分は水分です。「うんち」の性状にもよりますが、だいたい50〜60パーセントは水です。その他に腸内細菌の死骸や腸粘膜の老廃物(死んだ粘膜など、腸の粘膜は新陳代謝がはやいのです)が占めていて、食物のカスは数パーセントしかありません。かなり効率的に消化吸収していますね。

先にも性状について書きましたが、体の調子に直結していることが多いので、「うんち」を観察している人もいらつしやるでしょう。まずは形から行きましょう。・コロコロうんち(硬便)便秘の人に多いうんちです。腸の中に長い時間留まると水分が余分に吸収され固くなります。排便時に肛門が切れてしまうことがあります。食物繊維や水分不足で起こりやすいです。・兔うんち 兔のうんちのような小さくぼろぼろしたものです。過敏性腸症候群や何らかの原因で腸が狭くなっている心配があります。

バナナうんち 今日も快便です!! 歯磨き粉うんち ペースト状のうんちで水に浮きます。消化不良や脂肪の取りすぎ、病気の症状のこともあります。要注意です。・泥状うんち いわゆる下痢うんちです。消化できないものや病原体などを早く外に出すための腸の反応です。暴飲暴食に引き続いて起こることあります。長く続くようなら受診したほうがよいでしょう。

茶色うんち 茶色の色の濃さはうんちが大腸を通過する時間により決まっています。時間が短いほど明るい色になります。・白色うんち 検診でバリウムを飲んだ後に出る。ウイルス性腸炎やコレラなどでも出ます。そもそも茶色は肝臓で作られるビリルビンという胆汁に含まれる物質の色なので、病気で胆汁の出口が塞がれるとうんちは白くなります。すぐ病院へ行きましょう。・黒色うんち 黒っぽいではなく漆黒で

す。血液が胃酸で黒く変色したもので胃、十二指腸など口に近い消化管からの出血が考えられます。とりあえず病院へ行きましょう。・赤いうんち まぎれもなく血便です。うんちそのものが赤い場合は大腸の奥のほうの出血が考えられますが、やや色はくすんでいることが多いようです。鮮血はおしりに近い大腸が痔が多いです。大腸がんが心配ですので病院に行つて検査をしましょう。あまりじろじろ見たいものではないかもしれませんが、自分の「うんち」を観察してみてください。病気の早期発見につながるかもしれません。お食事の方がいらっしゃったら申し訳ありませんでした。

我が支部の史跡・名所

②伊香保支部

二つ岳の風穴

県道渋川〜松井田線を伊香保から榛名湖に向かう途中、県営伊香保スケートリンクに進んで間もなく、県立伊香保森林公園管理小屋が見えてくる。この小屋の周辺一帯が二つ岳を中心とした、森林公園になっている。二つ岳の爆発は、榛名山系の火山活動としてはフィナーレといわれ、6世紀中頃を中心にして繰り返され

た爆発により、子持地区の「黒井峯遺跡」、行幸田地区の「中筋遺跡」や、上信自動車道工事により発掘された「金井東裏遺跡」の「甲を着た人骨」の発見等、全国的にも貴重な地下埋没資料を残す要因となった。二つ岳の山体はほとんど熔岩からなっており、熔岩の粘性が高かった事によって、形は釣鐘を伏せたような熔岩円頂丘となつてい

る。山体内には無数の岩の割れ目や空隙が認められ、それによる自然現象の一つが風穴である。山体内部は恒温のため、夏は外気温より低く、冬は高くなることよって、岩の割れ目から噴き出る風は夏は涼しさ、冬は暖かさをもたらす。その現象を利用して作られたのが蚕種貯蔵庫であり、低温貯蔵による蚕の掃きたて調整に使われていた。人工製水がでなかつた時代には、榛名湖から切り出した水を夏まで貯蔵する水室としても利用されていた。岩の割れ目から噴出した蒸気は「蒸し湯」としても



二つ岳の風穴のようす

使われ、当時の人々の病氣治療や癒しの場としても愛され、4軒ほどの宿もあったという。「わしの巢風穴」、「オンマ谷風穴」などが知られているが、実は「二つ岳」は山全体が風穴でできている



貯蔵庫跡には案内板が

ともいえる。森林公園のハイキングコースには、これらの跡が保存されており、特に夏の散策は、山の涼風に加えて風穴からの冷気は、この上ない癒しを感じさせてくれる。(富澤孝明)

北毛保健生協外来医師診療表(2020年4月〜)

〔-は休診〕

北毛病院 (24)1234

北毛診療所 (24)2818

Table with columns for medical departments (Internal, Pediatrics, Surgery, etc.) and days of the week, listing doctors and their availability.

受付時間 午前(AM8:30~12:00)、午後(PM1:00~5:00)、夜間(診療科・専門外来により異なります。)

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。)

(注) * 定期通院以外の方は、午前 AM10:30・午後 PM3:30までにご来院下さい。以降の受付の場合は、後日再予約や検査となる場合があります。

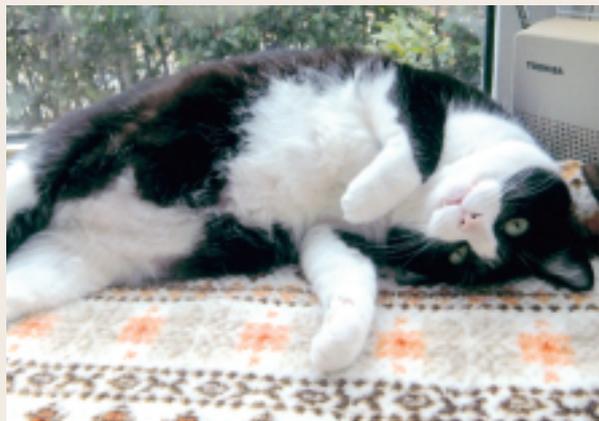
Table with columns for medical departments and notes regarding consultation procedures and emergency services.

《「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

わたしの一枚

モモ 吉岡支部 篠原文子
 何かの縁で「ハチワレ」の子猫が我家の一員となりました。すぐに名前は「モモ」に決まりました。
 あれから6年。今、モモはすっかり太ってしまいました。私が脳幹出血をしてからは、心配して家中どこでも、お風呂まで一緒についてきてくれます。
 モモにはいつまでも元気でいてほしいと願っています。



● 配布者さん紹介 ●
 市街地支部
 都丸伊佐男さん

市街地支部総代になってから、自宅近くの坂下町に「くらしと医療」を電動アシスト自転車で配っています。

す。自転車は、自分の健康・会員との交流にも役立っています。
 この自転車は、保険会社からの「80歳になっても入院歴ゼロの健康祝い金」で購入しました。新聞配りはボランティアと考えて、自分の健康のためにも続けたと思っています。



職員募集

医師	常勤・パート
薬剤師	常勤・パート
保健師	パート
看護師	夜勤可能な方歓迎
臨床検査技師	常勤・パート
視能訓練士	パート
作業療法士	常勤
理学療法士	常勤
看護助手	常勤・パート
介護職員	常勤・パート
ケアマネジャー	常勤
クラーク(事務)	パート

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月 活動報告



▲子持支部 合同班会 炭酸まんじゅうづくり



▲市街地支部 カフェあじさい班会 体力測定



▲虹のバレンタイン健康チェック
子持支部 2月27日 子持老人福祉センターにて



▲新春のつどい
半田支部 2月28日 天広にて 28名参加

▼金島支部 前原団地絆班 茶話会



▼八木原支部 合同班会
便潜血チェック・折り紙



▼赤城支部 津久田3区サロン 健康チェック



▼有馬支部 南有馬班会 脳トレ



▲教育文化委員会 桜もちづくり教室



▲金島支部 南町班会 健康チェック



▲小野上支部 合同班会 新聞ちぎり絵



▲北橘支部 合同班会 モップづくり