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　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

北毛保健生協組合員現勢

2020年７月末時点

組合員 …… 17,688人
出資金 …… ６億9,478万円
１人平均出資金 …… 39,280円

組合員自身の力で組織を大きく強くしましょう！

みんなで心をひとつに

生協強化月間は例年10月からのスタートとなりますが、今年度は前倒しして９月からスタートします。

新型コロナウイルス感染拡大にともなう外出自粛、営業自粛、人との接触自粛などで組合員・地域住民の様々な「困った」が広がっています。だからこそ！北毛保健生協の〝わ〟を広げ、組合員が力を合わせてこの困難を乗り越えましょう。

強化月間へ向けてみんなで心をひとつに

新型コロナウイルス感染拡大の影響がつづくいま、地域では感染を心配して医療機関の定期受診の自粛、介護サービスの利用自粛、患者・利用者の面会制限、さらに移動制限による営業危機など、社会状況は劇的に変化しています。こうした変化により、たくさんの「くらしの困った」が広がっています。

また、組合員活動も外出自粛、人との接触自粛により、班会の開催や支部行事の開催ができないなど、自宅にこもっている状況が多くなり、フレイル（虚弱）の進行や体力・気力の低下が心配されています。

「こんなときだからこそ」を合言葉に

こんな時こそ、北毛保健生協のこれまでつちかってきた力を発揮する出番（とき）です。

地域組合員の「困った」を、その人任せにせず、〝自分のこと〟として共有し、耳を傾けましょう。すぐに何でも解決というわけにはいきません。「困った」中身をよく聞いて、相談し、知恵を出し合いましょう。支部には地域に明るい人や、くらしの制度をよく知っている人、自治会役員、豊富な知識と経験を持っている人がいます。

一人で抱え込まず、さまざまな関係各所へ橋渡しするなど、みんなの知恵と力を合わせて解決していくことが重要です。支部活動や班会で顔を合わせることは、小さな「困った」を見つけるきっかけにもなります。

みんなで〝今〟できることを

この間も生協らしい活動として、感染対策を踏まえながら「マスク作り」「電話かけ」「おしゃべり」活動が積極的に行われました。

これから始まる「生協強化月間」は、誰もが健康で居心地よく暮らせるまちづくりをめざします。ゆるやかなつながりを広げながら、安心のネットワークをつくりましょう。

組合員同士の〝つながり〟を活かし、「いのち」のコミュニティをつくり上げましょう。

多くの人たちに支えられて

コロナ禍のいま、北毛病院はじめ事業所内への感染防止のために全職員が懸命の努力を続けています。いつ感染が持ち込まれるかわからない不安、仕事と子育てや家庭との両立、精神的にも肉体的にも厳しいものがあります。全国的にコロナ患者を受け入れ奮闘する医療機関スタッフへの感謝と激励が表されています。

北毛保健生協にも、コープぐんまさんから「勇気をもって献身的に日々の診療を行い、わたしたちの健康を守ってくれているみなさまへ」というメッセージと一緒に、飲みものが届き、コープ組合員が寄せてくれた支援募金を贈呈していただきました。また、県内の２つの企業から、職員向けの支援品をいただきました。

生協間の連帯、地域企業の協力、組合員の支え、たくさんの協同の力で困難を乗り越えていきましょう。

支部役員で集まって作戦会議

おもいをひとつに

北毛保健生協では、今年12月完成、来年３月オープンをめざして老健建設を進めています。現在より20床増え、50床の老健となります。北毛病院の東隣で医療と介護の連携がグッと改善します。

建設費用のうち、１億円を自己資金（組合員出資金）でまかなう計画です。

「生協強化月間」は、生協の組織強化をめざして支部と組合員の力を集めて組合員ふやし・出資金ふやしの目標をやりあげる期間です。今年も地域訪問、組合員総

訪問行動に出かける前の打ち合わせ

訪問をやりあげ、すべての組合員に建設計画と意義をお知らせし、ご理解・ご支援を訴えます。今までも組合員みなさまのご協力で、新病院建設など大事業を成功させてきました。今回も組合員一丸となって老健建設を成功させましょう。

地域の医療・介護を守るために

コロナ禍、北毛病院や介護施設は、外来の受診控えや介護の利用控えにより、経営を圧迫されています。北毛保健生協をしっかり守ることは、しっかり地域の医療と介護を守ることにつながります。あなたの出資金が「誰かのいのちを救い」、また、誰かが出した出資金によって「あなたのいのちが救われる」ことになります。

◇　◇　◇

強化月間中、皆様のお宅に支部役員や職員が生協への加入（組合員ふやし）や出資金ふやしのお願いにうかがった際には、ぜひご理解の上、ご協力をお願いいたします。

血圧計

▼私は、会社を退職し、約十年の歳月が流れます。当時から勤めながら農業経営をし、それを現在も続けています。毎週末には直売所へ出荷販売しています。今の季節は人参、カボチャが主な販売品です。妻と二人三脚の毎日ですが、妻からは、大変疲れるので早く止めて他の楽しみをしたいといつも言われています。私は頑張る意気込みですがやっぱり体力的に少々落ちたかなぁ～。

▼二十代後半から空手道を習い始め、現在週に数回指導者として、主に子供達を対象に指導しています。コロナの影響下、やっと空手の稽古ができるようになり、子供達も少しは安心したと思いますが、稽古中はマスク着用が必須です。コロナ対策が続く中、全ての人が協力して行くことがほんとに大事です。

▼最近各地で災害が頻繁に発生しています。北毛生協においても、災害発生時自分の命を守る啓蒙活動が大事であり、自然災害への取り組みも必要かな、と思う今日この頃の私です。

（赤城・狩野）

大腸肛門外来　第２月曜日　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。

みんなの夢をのせて 老健建設すすむ

2021年３月オープンを目標に、“新老健ほくもう”の建設が進んでいます。また、坂下の老健ほくもうの跡地を活用し、「住まいのサービス」を提供する準備も進めています。
建設費用のうち、１億円は組合員出資金でまかないます。２つの事業をさまざまな形でお知らせしながら、出資金ふやしにも力を入れ、組合員、職員みんなの力で新老健建設を成功させましょう。

●新しい住まいのサービス

これから渋川市の人口は減っていきますが、高齢者の割合は増えていくといわれています。医療・介護サービスを必要とする人は増え、需要や要求はさらに高まっていくことが予想されます。

今回の計画では、「新老健の建設」だけではなく、坂下の老健ほくもう跡地を“住まいのサービス”――「住宅型有料老人ホーム」として活用し、新しいサービスを提供します。

入院できる医療機関とリハビリの施設、さらに高齢者の住まいを整備できれば、誰もが安心して、住み慣れた地域で最後まで助け合い、支え合い、自分らしい生活ができる大きな保障となります。「北毛保健生協の地域包括ケア」を進めるための大きな事業です。

●介護老人保健施設とは？

「介護老人保健施設」（老健）は、要介護高齢者（要介護１以上）が、医師による医学的管理の下、作業療法士や理学療法士等によるリハビリテーションの他、栄養管理・食事・入浴などのサービスを受けられる施設です。

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。

●快適な環境を提供

老健ほくもうでは、北毛病院から在宅に戻る「中間の施設」として、在宅復帰に直結するリハビリを行います。家族の方と復帰に向けた目標とリハビリ計画を立てます。また、リハビリのほかにも栄養面や認知症対策などの支援も充実させていきます。

「新老健ほくもう」は、30床から50床へベッドが増え、全室個室の平屋建てです。１ユニットに10人ずつ、５つのユニットを配置し、全てが個室となっています。隣組のような同じメンバーで生活し、できるだけ決まったスタッフがケアにあたるユニットケアを行います。共有スペース・リビングを囲むように10室程度の居室が配置され、家庭的な雰囲気で生活を送ることができます。

食事の提供は、安全でよりおいしい食事を楽しんでもらえる方式を取り入れます。

併設の通所リハビリ施設は、従来のリハビリに比べ、介護予防に力を入れた機器を導入する予定です。

老健ほくもうでは、家庭と施設の「距離」をできるだけ近くし、何でも相談しやすく、いつでも対応できる“困ったときの老健ほくもう”と思ってもらえる、信頼される施設を目指します。

●来年３月の開所を目指して

６月19日より工事を開始し、12月中の完成、３月のオープンを目指しています。老健建設委員会で、みんなの思いをかたちにできるよう協議を重ねています。

老健ほくもう完成イメージ

これからは、鉄骨工事、屋根、外装・内装工事などを行い、12月25日に引き渡しとなる予定です。現段階では工事の遅れもなく、順調にすすんでいます。

年明けには内覧会を開き、組合員のみなさまに施設を実際に見ていただける機会を設けたいと考えています。ご期待ください。

●働く人の確保に全力

時間とともに施設建設は進みますが、業務を支える働く人の確保はそれにもまして重要な課題です。

北毛保健生協の介護事業部では、人材確保プロジェクトとして介護士養成校へ働きかけを強め、募集チラシを作成して、新卒者や中途での採用に向けて体制づくりをしています。

就職後も、充実した研修制度なども活かした、安心して働き続けられる「職場づくり」に力を入れていきます。一人ひとりの職員の質を高め、親切でより良い医療と介護の提供を目指します。

●誰ひとり取り残さない地域を

“住み慣れた地域で、最後まで自分らしい生活を”――これは誰もが考えることだと思います。しかし、高齢化や独居が多くなる中で、自立した生活は送りにくくなります。

地域で支え合える「北毛保健生協の地域包括ケア」を確立するためには、介護事業所の果たす役割がますます重要になります。

北毛保健生協は、今までつちかってきた経験を活かし、より良い事業、サービスを提供していきます。組合員と地域の人々が健康で幸せに暮らせるよう、組合員の声や要望をかたちにし、協同の力で“新老健ほくもう”をつくり上げましょう。

検査時間15分でＯＫ。結果は3日で郵送します。　注：朝食を食べずに来院下さい。　問い合わせ先：北毛病院検査室　☎0279-25-2074》

医療講座

痔のはなし

北毛病院　大腸肛門外科　中田拓也

みなさんはじめまして、大腸肛門外科の中田と申します。令和2年4月より北毛病院にて主に肛門疾患の診療を行っております。この度、その肛門疾患に関してお話しする機会を頂きました。代表的な疾患について順にお話ししたいと思います。

痔核（いぼ痔）

肛門疾患と聞いてみなさんが第一に思い浮かべるものと思います。実際に一番多くみられ、主に内痔核と外痔核に分けられますが、症状はいぼの脱出や出血、痛みと様々です。立っていたり座っていたりの時間が長いお仕事の方に多く、強くいきむことや下痢等の乱れた排便習慣が主な原因となります。バランスの取れた食生活や適度な運動により適切な排便習慣を保つことが予防に大切です。

痔核と診断されたら切るしかないか。そんなことはありません。ほとんどの方はまず排便習慣の改善と薬物治療を行い、それでも症状が続く場合に手術をお勧めします。結紮切除術、ゴム輪結紮術、注射薬による硬化療法といった方法を組み合わせ、手術を行います。

裂肛（切れ痔）

硬い便や出産等で肛門に圧力がかかり表面が切れてしまい、痛みと出血を起こすものです。若い女性に多く、肛門の前方、後方にできやすい特徴があります。

治療は排便習慣の改善と薬物治療が主ですが、慢性化すると肛門内のポリープや外側の皮膚のたるみを伴うようになり、さらに肛門括約筋の硬化により柔軟性が失われどんどん切れやすくなってしまう悪循環にはまってしまう恐れもあります。状況に応じて手術もお勧めしています。

痔瘻（穴痔）

肛門内から外側の皮膚にトンネルができるものです。肛門の脇に膿や血液がたまりふくらんでいる時期は痛みがあり、割れて中身が出ると楽になります。このような症状を繰り返す方は痔瘻の可能性が高いです。放置していると複雑化し排便障害をおこしたり、癌化の危険性もあります。治療は手術が基本です。

当院では患者さんそれぞれの痔瘻に対応し、高い根治性と術後の肛門機能保護を念頭に置き手術を行っております。

肛門疾患はこの3つ以外にも色々ありますが基本的には生活習慣によるものです。同じ病名でも一番有効な治療は患者さんそれぞれですので、いっしょに相談しながら程度や環境に合わせた治療を提案していきます。ちなみに手術となれば疾患によりますが、下半身麻酔で15～30分程度の手術時間で、入院期間は3～10日です。

お困りの方はぜひいらしてください。お待ちしております。

我が支部の史跡・名所

㉖金島支部

金島の浅間石

金島の浅間石は、昭和27年11月11日に群馬県の指定天然記念物となりました。場所は渋川市川島596番地で上越新幹線の橋脚のすぐ脇、吾妻川の川筋の近くにあります。

この浅間石は、普通輝石と紫蘇輝石を含む両輝石安山岩です。大きさは東西15・75メートル、南北10メートル、高さ4・4メートル、周囲43・2メートルもあります。

天明3（1783）年、4月から7月初旬まで断続的に活動を続けていた浅間山は、7月8日（旧暦）に大噴火を起こしました。

この浅間山大噴火の際に発生した、「浅間押し」と呼ばれる吾妻郡の鎌原（嬬恋村）一帯を押し流した泥流によって巨大な金島の浅間石は吾妻川を伝い、当地に運ばれてきました。

この泥流では、川島の集落168軒中127軒の家屋が流され、113人の流死者を出し、約54ヘクタールもの田畑を失ったといわれています。

吾妻川沿いの畑には、このほかにも大きな浅間石が数多く点在しているところから、当時の川島の集落が流出し、西の山際に移ったことが裏付けられます。

浅間石の前には案内版が

指定天然記念物を示す碑

泥流によって運ばれてきた浅間石

ぐんまるごと健康チャレンジ2020

何か健康に良いことがしたいけど、「なかなかできない」「始めるきっかけがない」というみなさん。今がチャンス！健康チャレンジに参加してみませんか？

1．**チャレンジ期間：**パンフレットを受け取ってから12月31日まで
2．**チャレンジ方法：**7つのコースの中から自分の目標を決め、30日間取り組んでください。
3．**結果提出:**取り組んだ結果を報告ハガキに記入し、事務局へお持ちいただくか、ポストに投函してください。
＊提出締め切り　2021年1月31日
＊報告ハガキ提出者には参加賞をプレゼント

★お問い合わせは北毛保健生協　事務局
（☎0279-24-2141）まで

増資にご協力ください

「いのちとくらし」がおびやかされるいま、組合員みんなでできることは、北毛保健生協を守り、経営基盤を支えることです。医療福祉生協に出資することで、あなたの出資金が「誰かのいのちを救い」、また、誰かが出した出資金によって「あなたのいのちが救われる」ことになります。ぜひ増資にご協力ください。

★お問い合わせは北毛保健生協　事務局
（☎0279-24-2141）まで

たくさんの支援に感謝

新型コロナウイルスの影響下、“命をまもるために全力を尽くされているみなさんに感謝します”。そんなメッセージを添えて、たくさんの支援が届けられています。職員の昼食用にと特製ランチボックスが、職員がしっかり休息をとれるようにと全員に枕の支援がありました。コープぐんま様は、コープ組合員に県内4つの医療福祉生協を励ますために支援募金を呼びかけました。8月1日には、コープぐんま様の代表が北毛病院を訪れ、贈呈式が行われました。

期間限定　1,000円キャッシュバック

2020年9月1日～11月30日の生協強化月間中に加入・増資・積立をしていただいた方に「インフルエンザ予防接種1,000円キャッシュバックチケット」を差し上げます。

※1枚につき本人様1回限りのご利用となります
※当サービスは北毛病院、北毛診療所のみでのご利用となります

★お問い合わせは北毛保健生協　事務局
（☎0279-24-2141）まで

イベント中止のお知らせ

○平和映画会・組合員文化作品展
○協同まつり

＊新型コロナウイルス感染拡大のため、予定していたイベントは中止となります。ご理解とご協力のほど、お願いいたします。

★お問い合わせは北毛保健生協　事務局
（☎0279-24-2141）まで

《“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

職員募集

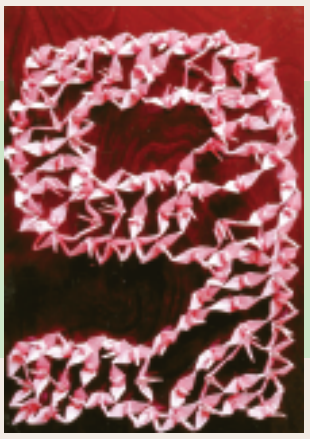
医　　師	常勤･パート
薬　剤　師	常勤･パート
看　護　師	夜勤可能な方歓迎
視能訓練士	パート
作業療法士	常勤
理学療法士	常勤
看護助手	常勤･パート
介護職員	常勤･パート
ケアマネージャー	常勤

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

わたしの一枚

憲法9条に思いをこめて　豊秋支部　石塚　経子

「９」の字の連鶴に挑戦。夫の利雄が和紙（90センチ×60センチ）に製図と切り込みを入れ、一羽一羽のつなぎ目は２ミリ～３ミリに。私は折り手。117羽をつなぎ、９の字になった時は二人で喜び合った。これが、夫との最後の共同作業になりました。



私も配ってます

●配布者さん紹介●

吉岡支部
吉澤八千代さん

総代の中で最年長ですが、元気に頑張ってくれている方を紹介します。

◆　◆　◆

私が機関紙編集委員として「くらしと医療」の編集にかかわり、「１００％配布」「１００％愛読」の理想を持ち、配布をはじめてからも30年くらいになるかな。

今は16部配っているけれど、そろそろ誰か代わってくれる人を見つけなければと思っています。

参考になることもたくさん載っています。みなさんぜひ読んでください。

（聞き取り　猪俣友子）

支部紹介

吉岡支部

金島支部

伊香保支部

子持支部

市街地支部

小野上支部

榛東支部

赤城支部

八木原支部

半田支部

豊秋支部

北橘支部

有馬支部