

利根保健生協 2007年4月現勢

生協組合員.....26,024世帯
出資金額.....1,150,154,000円
平均出資金額.....44,195円
理事28名 監事3名 総代205名 班長1340名 保健委員1723名
くらしの相談員126名 ホームヘルパー2級144名 3級40名
出資金一世帯平均で全国目標の
5万円達成をめざしましょう

利根の保健

利根保健生活協同組合

発行人 都築 靖 発行部数 22,200
編集 「利根の保健」編集委員会
〒378-0053 沼田市東原新町1855番地の1
0278(22)4321 FAX(22)4393
事業所 利根中央病院 (22)4321
利根歯科診療所 (24)9418
老人保健施設とね (22)8855
とね訪問看護ステーション (23)3706
片品村鎌田 片品診療所 (58)3910
印刷 有限会社 コトブキ印刷



201人(内委任55)の参加で開かれた総代会

第31回通常総代会

早期着工へ熱い期待
増資、健康づくりに集中

第31回通常総代会が5月25日(金)、利根沼田文化会館で、飯田武一、金子幸子両総代の議長のもと開かれました。総代201人(内委任55人)、理事・正副支部長など役員33人が参加して、全体会、分散会の討議を経て、前年度活動のまとめと新年度方針を決定。また、理事・監事の選挙がおこなわれ、向こう2年間の新役員体制が確立しました。「新病院建設に向けて増資活動や健康づくり班会を大きく広げる」「平和憲法を守り、社会保障の改善をやめさせる」2つの特別決議を採択しました。

金井理事長は「医療、福祉、健康、平和を守る活動も一層だが、これらを十分に認識し、頑張りついで」と挨拶。来ながら長年の念願である新病院建設を組合員、役員が力

金井理事長は「医療、福祉、健康、平和を守る活動も一層だが、これらを十分に認識し、頑張りついで」と挨拶。来ながら長年の念願である新病院建設を組合員、役員が力

活動のまとめと新年度方針の提案を受けて、午後の分散会では7会場で活発な話し合いがおこなわれました。

表彰規定に基づき2つの優秀活動班、昨年の生協強化月間で奮闘した延べ9支部、永年勤続職員32人の表彰がおこなわれました。(カ)

表彰された代表者の皆さん

「もしも9条を変えられたら、一切がお先は真つ暗だよ」80過ぎの戦争体験者がボツリと叫びました。「任期中に憲法改定をする。それを参院選の争点に」の首相発言とおり、最高法規の改憲手続の国民投票法案を、納得のいかないまま強行成立させたため、世論も危機感をつのらせた。しかも参院選後から、さっそく衆参両院の憲法審議会で条文検討に入り、最短で4、5年後には改憲を実現させる構えというから重大です。本来「国務大臣、国会議員、裁判官その他の公務員は、この憲法を尊重し擁護する義務」があります(第99条) 60年まえ文部省発行の教科書「あたらしい憲法のはなし」には「こんどの憲法では、日本の国が、決して二度と戦争をしないように、二つのことをきめました。その一つは、兵隊も軍艦も飛行機も、およそ戦争をするためのものは、いっさいもたないということ。もう一つは、よその国と争いごとがおこったとき、けつして戦争によつて、相手をまかして、じぶんのいいぶんをとおそうとしな

2007年度スローガン

- 1 全組合員の知恵と力を大きく寄せ合って、いつでもだれでも安心して利用できる「新病院」建設をすすめてよう
2 働き盛りをおびやかすガン、循環器・糖尿・肥満など生活習慣病の予防、健診、健康づくりを大きく広げよう
3 医師・看護師など医療体制充実と安心の医療経営ができる診療報酬の引き上げ運動を強力に推進しよう
4 高齢者などに負担が重い「医療改革」、消費税増税をくい止め、安心して生きられる社会を築きあげよう
5 憲法施行60年、みんなで憲法9条・25条を学び合い、戦争や核のない世界をつくる運動をすすめてよう
6 WHO世界保健デー・ウォークイベント、ユニセフ募金などにすすんで参加し、国際連帯の輪を広げよう

- 【表彰基準2】 片品 菅沼班(大竹敏彦)
【表彰基準5】 沼田中西倉内8班(坂大徳江)
【増資活動】 (5支部)
沼田南 (馬場半次郎)
川場 (吉田 宇太)
川場 (吉野 長治)
月野東 (小林 一義)
高山 (佐藤 伸吉)
【組合員ふやし】 (3支部)
薄根 (久枝 允)
川場 (吉野 長治)
高山 (佐藤 伸吉)
【班会開催】 (4支部)
沼田北 (角田 正男)
薄根 (久枝 允)
利根南 (阿部 功)
水上 (阿部 功)

- 永年勤続職員
30年(3人) 高井都子、廣田 曉美、長坂二三
20年(10人) 阿部美夏、稲垣圭子、大河原あつ子、青木いくみ、相良真奈美、鈴木栄子、武井みゆき、徳江和枝、山田晃章、若月文江
10年(19人) 岩本尚美、大塚友美、小野真勇加、河井美穂、関原正夫、高井一茂、高木ゆかり、高柳かずさ、土澤洋子、戸丸悟志、林貴幸、林頼子、原田孝、星野雅子、星野志知、本多拓郎、牧由佳、宮前香子、和田亜由美



表彰された代表者の皆さん



分散会での熱心な討議

「もしも9条を変えられたら、一切がお先は真つ暗だよ」80過ぎの戦争体験者がボツリと叫びました。「任期中に憲法改定をする。それを参院選の争点に」の首相発言とおり、最高法規の改憲手続の国民投票法案を、納得のいかないまま強行成立させたため、世論も危機感をつのらせた。しかも参院選後から、さっそく衆参両院の憲法審議会で条文検討に入り、最短で4、5年後には改憲を実現させる構えというから重大です。本来「国務大臣、国会議員、裁判官その他の公務員は、この憲法を尊重し擁護する義務」があります(第99条) 60年まえ文部省発行の教科書「あたらしい憲法のはなし」には「こんどの憲法では、日本の国が、決して二度と戦争をしないように、二つのことをきめました。その一つは、兵隊も軍艦も飛行機も、およそ戦争をするためのものは、いっさいもたないということ。もう一つは、よその国と争いごとがおこったとき、けつして戦争によつて、相手をまかして、じぶんのいいぶんをとおそうとしな

「もしも9条を変えられたら、一切がお先は真つ暗だよ」80過ぎの戦争体験者がボツリと叫びました。「任期中に憲法改定をする。それを参院選の争点に」の首相発言とおり、最高法規の改憲手続の国民投票法案を、納得のいかないまま強行成立させたため、世論も危機感をつのらせた。しかも参院選後から、さっそく衆参両院の憲法審議会で条文検討に入り、最短で4、5年後には改憲を実現させる構えというから重大です。本来「国務大臣、国会議員、裁判官その他の公務員は、この憲法を尊重し擁護する義務」があります(第99条) 60年まえ文部省発行の教科書「あたらしい憲法のはなし」には「こんどの憲法では、日本の国が、決して二度と戦争をしないように、二つのことをきめました。その一つは、兵隊も軍艦も飛行機も、およそ戦争をするためのものは、いっさいもたないということ。もう一つは、よその国と争いごとがおこったとき、けつして戦争によつて、相手をまかして、じぶんのいいぶんをとおそうとしな

「もしも9条を変えられたら、一切がお先は真つ暗だよ」80過ぎの戦争体験者がボツリと叫びました。「任期中に憲法改定をする。それを参院選の争点に」の首相発言とおり、最高法規の改憲手続の国民投票法案を、納得のいかないまま強行成立させたため、世論も危機感をつのらせた。しかも参院選後から、さっそく衆参両院の憲法審議会で条文検討に入り、最短で4、5年後には改憲を実現させる構えというから重大です。本来「国務大臣、国会議員、裁判官その他の公務員は、この憲法を尊重し擁護する義務」があります(第99条) 60年まえ文部省発行の教科書「あたらしい憲法のはなし」には「こんどの憲法では、日本の国が、決して二度と戦争をしないように、二つのことをきめました。その一つは、兵隊も軍艦も飛行機も、およそ戦争をするためのものは、いっさいもたないということ。もう一つは、よその国と争いごとがおこったとき、けつして戦争によつて、相手をまかして、じぶんのいいぶんをとおそうとしな

生協の資産 (2007.3.31現在)		2006年度決算		2007年度予算	
資産の部		収入の部			
流動資産	1,841,172	医療収入	7,493,476	7,752,328	
固定資産	3,516,211	事業外収入	47,336	12,230	
合計	5,357,383	合計	7,540,812	7,794,558	
		支出の部			
		薬品・材料費	242,391	2,468,085	
		人件費	4,207,902	4,323,700	
		物件費	423,540	425,356	
負債及び資本の部		減価償却費	257,905	258,876	
流動負債	1,417,070	支払消費税	142,665	148,509	
固定負債	2,135,643	事業外支出	28,651	25,680	
出資金	1,148,526	特別損失ほか	6,948	0	
積立準備金	654,152	法人税等充当金	47,290	100,060	
当期剰余金	1,992	合計	7,538,820	7,750,266	
合計	5,357,383	差引当期剰余金	1,992	44,292	

経営報告

健康づくりの拠点に

新病院建設用地の確保がさすめて来た二年でした。建設に向けての準備をす 経営面では職員の懸命な努

新理事事会体制

総代会で選出された役員の方々を紹介いたします。理事27人 監事3人 (常勤部以下選出支部順、印は新任敬称略)

理事長 都築 廣病院長
専務 千木良敏(全域)
常務 関 孝之(病院事務局長)
理事 長坂 一三(病院副院長)
原田 富夫(歯科診療所長)
金子れい子(看護部長)
佐藤 長次(沼田東)
牧野 俊男(沼田東)
総務 藤江 沼田中
副田 征二郎(沼田西)
飯田 武一(沼田南)
角田 正男(沼田北)
織田 澤世(利南)
高橋 勇作(池田)
久枝 允(薄根)

理事 吉田 宇太(川田)
理事 小林 喜史(利根北)
大竹 敏彦(片品)
星野 宏次(川場)
山田 忠夫(月夜野東)
高橋 三夫(月夜野東)
林 郁 次(月夜野西)
生方 鉄(水上)
阿部 由之(新治)
杉木 哲(昭利東)
諸田 邦男(昭利南)
佐藤 伸高(山)
石倉 恒治(沼田北)
真庭 一男(月夜野東)
田村 照代(新治)

力にもかかわらず、連続する診療報酬のマイナス改定の中で、収入が前年を下回り、非常に厳しい経営を余儀なくされました。しかし、表のようにかろうじて収支を償うことができました。今年度はいよいよ新病院建設に具体的に着手します。入院を中心とした療養環境の改善ですが、地域の健康づくりと健康づくりの拠点としていきます。そのため、待ち時間の一層の改善でかかり易さの追求、看護師の増員で看護基準の改善をはかり、介護事業での利用率向上などで、全ての事業所で収入増をはかり黒字を確保することが

医療福祉の充実が強く要望される昨今、生協の役割は大きくなか認識を新たに務めたい。生協運動の原点から学び、生協、支部、班活動の中で実践しながら活発化していきたい。

新任役員ひとこと

50音順敬称略



佐藤伸吉



金子れい子



飯田武一



諸田邦男



久枝允



田村照代



割田征二郎

國友貞夫先生

地域精神医療に貢献 5月5日、病気のため74才で死去されました。9日に、約二百人が参加し、お別れの会が行われました。先生は、昭和49年、利根中央病院精神科の医長として着任されました。これを期に当地に初めて、32床の精神科病床が設置さ

理事・監事7人が退任ご苦労さまでした

利根保健生活協同組合 第31回通常総代会

今回の総代会で、理事6人、監事1人が退任されました。ことに金井和夫理事(12年)小林トシ子氏(8年)非常勤理事では、堤みゑ氏(12年)小原光子氏(4年)星野博氏(2年)監事の高山郁三氏(2年)以上の方々がその任を全うされました。(写真左)

引き続き、当面の課題である新病院づくりの成功と健康な地域づくりに向け「尽力をお願いします。」

尚、金井、木村両氏は顧問として推挙されました。

増資者一覧 4月分

四月の増資は五五人から寄せられました。この一覧への紹介は、紙面の都合上10口単位に到達した一人の方を掲載しております。ご了承ください。(敬称略)

沼田東支部 (170口以上) 尾崎 孝男	沼田東支部 (100口以上) 大島 昭治	沼田東支部 (100口以上) 入沢 又一	沼田東支部 (80口以上) 真船 静江	沼田東支部 (50口以上) 武井 光次	沼田東支部 (50口以上) 阿部 君子	沼田東支部 (30口以上) 望田 昭一	沼田東支部 (80口以上) 南雲 百枝	沼田東支部 (50口以上) 小林 常治	利南支部 (330口以上) 増田 安男	利南支部 (110口以上) 角屋 浩司	利南支部 (50口以上) 井口 豊	池田支部 (50口以上) 高柳林次郎
薄根支部 (120口以上) 星野 須藤	薄根支部 (110口以上) 本多 三郎	川田支部 (110口以上) 大竹 正	白沢支部 (50口以上) 鶴淵 恒雄	白沢支部 (40口以上) 金子 秀子	白沢支部 (30口以上) 小野 裕	利根北支部 (175口以上) 青木 三郎	利根北支部 (160口以上) 小菅 義	利根北支部 (90口以上) 千明 利久	片品支部 (174口以上) 原沢 栄夫	川場支部 (80口以上) 宮内 誠	月夜野東支部 (340口以上)	
尾崎 孝男 (90口以上)	今井 宗平 (130口以上)	須藤 須藤 (197口以上)	高橋 道直 (450口以上)	若菜 静司 (110口以上)	高橋 良助 (80口以上)	竹内 弥生 (20口以上)	高橋 勝 (234口以上)	水上 芳治 (200口以上)	武田 芳治 (160口以上)	諸田 甲二 (140口以上)		

よろこぶ新しい仲間 4月の新加入者

四月の新加入者は名義変更を含めて三人でした。(敬称略)

沼田東支部 飯島 千明	沼田東支部 鈴木 恒治	沼田東支部 川場支部 宮内 誠	沼田東支部 沼田東支部 松井 龜夫	沼田東支部 沼田東支部 片貝 邦芳
-------------	-------------	-----------------	-------------------	-------------------

2008年度職員募集

利根保健生協では2008年4月1日採用予定職員を次の通り募集します。生協活動、組合員とともに作る医療活動に意欲ある人を求めます。応募者は総務課人事係まで履歴書・卒業見込み書・成績証明書を送付下さい。

- 募集職種、採用予定人員、応募資格
 - 看護師(助産師、保健師含む).....10名 新卒・既卒可
 - 理学・作業療法士.....若干名 新卒・既卒可
 - その他の医療技術職(薬剤師、臨床工学技士等)の詳細は総務課人事係にお問い合わせ下さい。
 - 事務員.....若干名(2008年3月4年制大学卒業見込みの者及び既卒者で28歳未満の者。)
 - 業務内容: 医療事務、本部事務(総務、経理、資材)、生協組織担当及びMSW(医療ソーシャルワーカー)等。
- 採用試験
 - 実施時期 事務員: 第一次試験 7月末を予定 応募締め切り6月末日。医療技術者: 8月を予定、詳細は各人に追って通知します。
 - 試験内容(各職種共通) 学科試験、小論文、面接、健康診断

毎月、保険証の「ご提示を

窓口では、保険証、組合員証を確認させて頂いております。保険の変更があった場合には、すぐにお知らせ下さい。

医療・介護

医療の安心・安全 質の向上を目指し

利根保健生協が運営している各事業所間の連携を強め、医療・介護活動を総合的に展開して、安心安全の医療の追求、救急医療体制の充実、医療・介護の連携強化をめざし活動を進めます。

利根中央病院

1、病床稼働率90%の達成を全病棟でめざす課題 利根沼田は療養型病床が多い為、利根中央病院は急性期・亜急性期の病床が要求されます。病床稼働率90%は確保出来ませんでした。ベットの更なる有効活用が課題です。



お父さんの参加も年々増えている赤ちゃん同窓会(年2回開催)

と吾妻の2保健医療圏の代表として指定を取得しました。がん登録、相談室の充実、セカンドオピニオン体制、かわ、地域連携等の「がん診療」の総合的な前進を進めることが重要です。

3、「救急医療の量的質的強化の課題 長年の懸案事項であった「夜間小児一次救急体制」が、医師会により4月から週2回実施され一歩前進しましたが、小児二次救急や後方病院は当院の役割です。「断らない救急対応」を目標に、救急外来の整備や体制強化に努めてきた結果、救急車受入れは1,972人で利根沼田管内の約55%でした。

07年度の課題

1、生協組合員と職員の協力の力で新病院建設を成功させる課題 病室の拡充と個室の整備など療養環境の改善、清潔で安全な給食施設の確保、回復期リハビリ病棟の設置、外来スペースの拡充等を実現します。

2、急性期・亜急性期病院としての機能を高め、安全安心の確保と継続した療養を実現する課題 これらを推進するため、看護師の確保と他職種の役割強化を進め7対1看護の取得 夜間・休日、午後の救急外来確保を中心に、医師会や他施設との連携、救

急対応体制を拡充 医師の負担軽減のため、国に増員を求めるとともに医師確保に努めながら医師業務の検討入院中や退院後の療養等を気軽に相談できる担当者の設置 紹介・逆紹介を積極的にすすめる地域連携の強化と、在宅療養の条件づくりを推進 患者の自立した療養支援を目標に、チーム医療のいっその充実 08年から始まる「特定健診・保健指導」義務化への対応を進めます。

3、臨床研修指定病院として研修内容の向上や医師体制の拡充を進める課題 研修委員会を強化し、初期研修の内容充実をいっそう進め、後期研修へと繋げ医師の定着化をはかります。

4、「がん診療連携拠点病院」の活動を強化する課題 全日本民医連・生協病院で全国唯一の指定を重く受けとめ、がん診療委員会を中心に、地域住民・組合員への啓蒙、がん登録システムや地域医療機関との診療連携体制づくり、がん診療スタッフや相談事業の充実、がん患者会の育成と連携、がん検診受診の推進などはかります。

利根歯科診療所

1、安全・安心・信頼の歯科医療実践の課題 外来アンケートでは、治療内容の説明や接遇など前年を上回る「満足度」でした。日常診療の向上、歯周治療のメンテナンスの維持・発展、情報提供を強化し、患者の要望への対応を強めました。

2、利用委員会の発展、院所運営への組合員参加の課題 歯科利用委員会では「患者の権利章典」実践ガイドラインを、組合員、職員の立場から評価比較するなど論議を深めました。利用委員、理事組織委員も参加した方針づくり検討会を開いて、率直な意見交換をおこないました。

3、「歯の保健委員」と一緒に「おいしいまちづくり」運動を広げる課題 歯磨き推進委員が隔月に定期開催され、職員と共同して「子ども歯の保健教室」「歯の保健委員交流会」にとりくむなど活動の輪などをすすめます。

07年度の課題

1、より受診しやすい歯科診療所づくりの課題 納得の出来る治療内容・治療費等の説明をおこない、受診して良かったと実感できる医療を進め、治療間隔の短縮をはかります。

2、組合員に役立つ診療所づくりの課題 歯の健康づくりに役立つ診療所づくりを、職員、利用委員会等での論議を踏まえ進めます。

3、「歯の保健大学」を開く課題 参加人数や方法など支部の実情にあつた形で全支部で「歯の保健大学」を開校し全支部に「歯の保健委員」の誕生をめざします。

4、その他、新病院歯科開設 歯科医師臨床研修管理型施設取得、後継者確保と育成の課題などをすすめます。

電子カルテ導入で診療の大塚所長



く、がん患者のターミナルの利用者も増え「24時間対応」を行っています。 新年度は、技術向上を進め、安心して在宅療養ができればいいと思います。

1、後発品薬品の導入など経営の健全化を追求します。 歯科では、診療体制を強めながら、患者向けパンフの作成、中断患者へのハガキ連絡などをすすめます。 在宅医療では、病診連携を進め、高水準のケアプラン作成等をめざします。

組織活動では、スポーツ医学等の班会の計画、インフルエンザ予防接種班会や小児班会も開催し子育て支援をすすめます。

新年度は、訪問介護の原点に立ち返り、要求にあつたサービス体制を整備し、利用者増をめざします。

居宅介護支援事業所 介護支援専門員4人体制で、居宅介護支援1,349件、介護予防支援18件のプラン作成をおこないました。

新年度は、介護支援専門員としての総合的な事務能力を高め、介護事業の中心的役割を担えるための基礎づくりをめざします。

とね診療所精神科デイケア「ふれあいの輪」通所目的の確認、定期的評価修正などをすすめました。 新年度は、引き続きこれらの課題にとりくみます。



組合員も含めて診療所方針づくり

片品診療所

医療の患者数は、長期投薬や窓口負担増の影響もあつて前年を若干下回りました。歯科も定期的な口腔内清掃を積極的にとりくみました。在宅医療は、往診患者への健康増進を進め、診療中の急変や休日夜間等の対応は引き続き課題です。

新年度は、接遇改善、診療情報開示、個人情報保護を重点に、医療の安心安全の課題

とね在宅総合センター

介護老人保健施設とね 前年度に続いて介護保険制度改善により、経営の困難性が増しました。特に「介護予防」導入で、要支援1・2にならんと従来のサービスを受けられないのが問題です。

新年度は、リハビリ体制の充実で魅力ある施設をめざし稼働率を高めます。看護体制を強め、急性期病院である利根中央病院の退院患者者に対応できるように努めます。

新年度は、引き続きこれらの課題にとりくみます。

4月班会開催一覧

支部名	班名	班長名	人数	班会内容	
沼田東	材木町1	小野 のぶ	3	お花見班会	
	材木町2	大谷 好子	3	お花見班会	
	材木町11	小林 永久子	8	胆のうの話	
	西原新町3	佐藤 長次	4	食中毒の話、尿チエック	
	上原町7-4	武井 嗣男	4	高血圧の話、血管年齢測定	
上原町9-2	星野 フジ子	4	高血圧の話、血管年齢測定		
沼田中	西倉内町8	坂大 徳江	7	温泉班会	
沼田西	榛名町1-2	戸部 大吉	3	お花見班会	
	榛名町3	金子 恭子	3	お花見班会	
	榛名町8-4	宮内 はつ枝	3	お花見班会	
	榛名町8-2	金子 くら	4	お花見班会	
沼田南	鍛冶町10	馬場 半次郎	4	糖尿病の話	
	鍛冶町5	下 るく	3	糖尿病の話	
	鍛冶町6	竹村 健一	3	糖尿病の話	
沼田北	高橋町原田神	石倉 時子	10	お花見班会	
	上久屋町馬場	鎌田 沢澄世	15	乳がん、大腸がんの話	
利南	フアークワン	星野 早苗	6	転倒予防体操	
	戸鹿野町1	星野 早苗	6	カラオケ班会	
池田	上発知町坂上		7	リラックス体操、スループラスト	
	上発知町坂下		3	リラックス体操、スループラスト	
	上発知町越下		6	リラックス体操、スループラスト	
	上発知町南部		8	リラックス体操、スループラスト	
	下発知町2	永井 将一	4	大腸がんチエック、みそ汁測定	
下発知町4	芝崎 滋	5	大腸がんチエック、みそ汁測定		
薄根	東町田	桑原 信子	8	脳卒中の話、体脂肪測定	
	碓田町合同班	金子 幸子	5	生活習慣病の話	
	白岩町合同班		4	生活習慣病の話	
川田	下川田町中1	茂木 ちよ	7	転倒予防体操	
	下川田町中2	生方 志づ子	7	転倒予防体操	
	下川田町中谷	吉田 昌子	3	記憶力増進班会	
	下川田町笠	塩野 英子	3	記憶力増進班会	
白沢	尾合上	角田 梅子	8	血管年齢測定	
利根北	大橋合同班	金子 喜一郎	6	大腸がんチエック	
利根南	二本松1	佐々木 美恵子	4	かみかみ健康法、リラックス体操	
	二本松2		3	かみかみ健康法、リラックス体操	
	二本松4	湯本 昌江	3	かみかみ健康法、リラックス体操	
片品	菅沼合同班1	戸丸 正美	5	脳卒中と高脂血症の話	
	築地	星野 みね	5	歯の話	
川場	中野	小野里まさ代	6	血管年齢測定	
月夜野東	上河原東	山浦 和喜	5	血管年齢測定	
	後開上人合同班	阿部 タカ	3	かみかみ健康法	
	後開下人合同班	渋谷 典子	3	かみかみ健康法	
	下牧下組2	阿部 とも江	4	血圧測定	
	下牧第2	高橋 ミネ	4	血圧測定	
	下牧下組2	阿部 とも江	4	大腸がんチエック	
	下牧第2	高橋 ミネ	4	大腸がんチエック	
	下牧原の中	山田 八重子	6	大腸がんチエック	
	下牧戸倉	桑原 利江	5	大腸がんチエック	
	月夜野西	月夜野町組13	杉木 みなと	4	温泉班会
	月夜野町組2-2	丸山 功	4	温泉班会	
月夜野橋下浦上1	本多 清	4	大腸がんチエック、大腸がんの話		
月夜野橋下浦	杉木 トミ	4	大腸がんチエック、大腸がんの話		
月夜野橋下浦	原沢 久	5	大腸がんチエック、大腸がんの話		
下津中村合同班	高橋 国治	2	温泉班会		
小和知合同班1	高野 ヒロ子	3	温泉班会		
小和知合同班2	石坂 ちか子	3	温泉班会		
新治	須川十二河原	田村 照代	6	記憶力増進、リラックス体操	
	須川上1	細川 のぶ子	4	ゼリパ体操	
	須川上2	竹田 つや子	3	ゼリパ体操	
	谷地宮原	佐藤 ヤヨ	5	指圧	
	布施宿	島崎 金衛	7	歯痛の話	
	布施大塚	福島 横子	5	転倒予防体操	
	猿ヶ京合同班	林 ますみ	8	歯の話	
	昭和南	入原1	堀 み奈	7	お花見班会
	入原中	諸田 邦男	4	お花見班会	
	入原上	茂木 洋子	5	お花見班会	
高山	判形前原	木村 千代子	8	お花見班会	
病棟・他	2階西	倉持 智恵子	8	死の四重奏	
総計	68回		340人		

「WHO世界保健デー」新治版



たくみの里「豊楽館」で恒例の健康チェック。買い物にきたのに、血圧だけでなく体脂肪や貧血チェックまでしてもらえるなんて」と多くの方に喜ばれました。

新治支部
体脂肪、貧血などで健康チェック



おらがまちの
班会あれこれ



池田 下発知合同班(大腸ガンチェック)
十数年続けている便潜血チェック。陽性者は一人もいませんでしたよ」との結果報告にみんな「ああ～良かった」とひと安心。



利南支部 下久屋・原班(ピロリ菌チェック)
尿を採って調べた結果2名が陽性でした。胃ガンや胃潰瘍などにならないよう、早めに除菌しましょう。



昭和東支部 中宿班(セラバンド体操)

しっかりとストレッチを終えたところで、いよいよ初めてのゴムを使った筋トレ。楽しみながら若々しいからだづくりをするぞ!!



新治 坂下班(脳生き生き班会)

7回続けた記憶力増進のテーマも今回で一段落。「ボケてたまるか」と松ノ木小唄の替歌「ボケない音頭」をみんなで合唱し最後を飾りました



沼田東支部 材木町1・2班
「動脈硬化を防ごう」と血管年齢チェック。全員が実年齢よりも若い結果で一同が大喜び。

私は、徴兵検査に甲種合格し、太平洋戦争開戦間もない昭和17年1月、宇都宮の野砲部隊(東部40部隊)に入営した。間もなく部隊は満州の北部に渡り、ここで初年兵教育を受けた。

2年後の昭和19年3月、部隊はマリアナ諸島のバガン島に移動のため、船団を組んで横浜港から南方へ向かった。その途中、深夜突然警報「ザー」が鳴り響いた。「魚雷だ」の叫び声に救命具を着ける間もなく、船が揺られて電灯が消えた。魚雷の爆発音がして、前後の船に火柱が立ち、火災を起していた。護衛の駆潜艇が真っ暗な海上を走り回った。その後も爆音の爆発音が鳴り響いた。これでは自分たちの船も「いつやられるのか」と生きた心地がしなかった。

3月18日、やっと目的地バガン島に上陸し、飛行場の拡張作業に連日汗を流した。当時、南にあるサイパン島は、米軍の猛攻を受けて、戦況は日ごとに緊迫していった。

6月12日朝8時頃、空襲警報が鳴り響き、B24爆撃機グラマン戦闘機数十機が、椰子の葉すれすれに降下して、機銃掃射を繰り返した。滑走

戦争体験記

「大腿負傷で苦しみ 担架で帰国入院」

みなかみ町藤原 林 勤一 (85歳)



波と続き、その度に耳をつんざくような爆弾の破裂音・銃撃音が轟いて島を揺るがせた。敵機が去った後は、無残な地獄絵図だった。こうして基地の殆どが壊滅した。

一方、激戦が続いていたサイパン島で7月17日、現地島民もろとも四万人もの将兵が玉砕した。その中には、バガン島からの戦友が多く、たまらない気持ちだった。

サイパン玉砕後は、同島からの食糧などの補給が一切断

たれたので、兵はみな深刻な栄養失調になり、体力がひどく落ち込んだ。米軍が落としかつた砲弾の鉄を加工し、カタツムリ、トカゲ、ヤモリ、ネズミなど何でも焼いて食べた。

8月初旬、度重なる爆撃の破片で負傷した私の大腿部は化膿して腫れ上がり、高熱が続いていた。そのため手術が必要で椰子油を灯した薄暗い壕の中で、砂が傷口に入らないよう天幕の四隅を戦友に持つてもらい、麻酔なしの手術を受けたが激痛で失神した。ひどい化膿で縫うことはできず、傷口に小指大の太さの管を通して絶えず膿を出し続けた。その後、熱帯性潰瘍の痛みは徐々に軽くなっていった。

8月16日、日本の無条件降伏が伝達された。そう言えば昨日から空襲が途絶えていたことに気づき、張りつめた気持ちが一気にゆるんだ。

数日後、突然米軍から「患者は波止場に収容」との命令があり、急ごしらえの担架で波止場の大きなテントに運ばれた。丸裸状態だったのでパンツやタオル・歯磨き用品などが支給されて助かった。

一部患者用に改装した復員船「長運丸」が、10月26日、バガン島の港に到着。私はまだ傷口の管も取れず起き上がることもできない体で乗船し、30日に浦賀に帰国できた。1ヶ月以上入院した横須賀海軍病院で、お粥が食えた時は嬉しさで胸が一杯になった。幾つかの病院を移りながら歩けるまで回復し、年末ぎりぎり懐かし故郷に無事帰ることができた。

医療相談室

居眠り、いびきに「注意」

睡眠時無呼吸症候群



利根歯科診療所 歯科医師 村上心平

2003年、山陽新幹線の居眠り事故が起きました。

その原因はこの「睡眠時無呼吸症候群」だったといわれています。

その事故を契機として広く世間に知られるようになった「睡眠時無呼吸症候群」についてお話ししていきます。

睡眠時無呼吸症候群(SAS)とは?

睡眠時無呼吸症候群とは、睡眠中に息が止まってしまふという睡眠障害の一つです。

細かく言うと10秒以上続かず呼吸が止まる状態が、一回の睡眠(7時間)で30回以上、もしくは1時間あたり平均5回以上あり、深い眠りの「ノンレム睡眠」時にも認められる場合です。

また、無呼吸の回数により、軽症、中等症、重症に分類されます。

呼吸がたびたび止まるので、体内の酸素不足が起こります。そのため、寝苦しかったり息苦しかったりして睡眠不足になり、日中いつも眠い、運転中や重要な会議などでも寝てしまふといったことになってしまいます。

また、持続的な酸素不足のため、循環機能に負担をかけてしまい、様々な臓器に悪影響を及ぼすといわれています。

最近の研究では、高血圧や心筋梗塞なども深く関わっていることがわかってきました。

何らかの症状を伴っている閉塞性睡眠時無呼吸症候群の患者数は、ある疫学的調査では、地域住民の約2%、全国換算では200万人ともいわれています。

無呼吸を伴ういびきは要注意

とても疲れていたり、お酒を飲んだ後の「ゲージ」という規則のないいびきは、あまり問題ないといわれています。

気をつけていた方がよいのは、無呼吸を伴うものことです。

いびきの途中で息が止まり、しばらくしてくばあっと

比較的軽度のいびきの場合、家庭でのちょっとした工夫や日常生活の改善で治ることもあります。

例えば「横向きに眠る」「枕を低くする」「アルコールを控える」「減量、ダイエットをする」などです。

これらの工夫でも改善しない場合や無呼吸を併発している場合には、より効果の高い専門治療が必要です。

現在、確立されている治療法としては、次のようなものがあります。

・鼻マスク治療(PPS) ・ゴムマスクを鼻に装着し、加圧した空気を人工呼吸器のように鼻から気道に送り込みます。

とかくようないびきが頻繁にある方は、念のため病院に受診された方がよいと思います。

「中枢型」はまれですが、呼吸の指令を出す脳の障害により引き起こされます。

この場合は、心疾患や脳疾患を伴っている場合が多いので、気を付けた方がよいでしょう。

閉塞性睡眠時無呼吸症候群(OSAS)

趣味はグラントゴルフに旅行、古文書の解説という高橋さんは「ホテルを守る会」の役員としても活躍しています。

とで、みんなが快く協力してくれたいと感謝し、「より一層かかりやすい病院になってほしい」と新病院建設に期待しています。

平成16年4月より、歯科でもマウスピースの製作が保険適応となりました。

利根歯科診療所でも製作していますが、これには担当医師による紹介状、検査情報が必要で

す。この検査は、現在のところ群馬県では前橋赤十字病院などで行われています。

これらの治療法については、医師の診断を受けて下さい。

あなたは大丈夫? 昼間の眠気には、左記の評価がよく用いられます。

チェックしてみましょう。心配な方は内科、耳鼻科の医師に相談してみてください。

マウスピース

あなたは大丈夫? 昼間の眠気には、左記の評価がよく用いられます。

チェックしてみましょう。心配な方は内科、耳鼻科の医師に相談してみてください。

あなたは大丈夫? 昼間の眠気には、左記の評価がよく用いられます。

チェックしてみましょう。心配な方は内科、耳鼻科の医師に相談してみてください。

あなたは大丈夫? 昼間の眠気には、左記の評価がよく用いられます。

チェックしてみましょう。心配な方は内科、耳鼻科の医師に相談してみてください。

あなたは大丈夫? 昼間の眠気には、左記の評価がよく用いられます。

チェックしてみましょう。心配な方は内科、耳鼻科の医師に相談してみてください。

あなたは大丈夫? 昼間の眠気には、左記の評価がよく用いられます。

今月の料理 甘鯛のかぶら蒸し
材料(4人分)
甘鯛...4切(320g) かぶ...4ヶ 卵白...1個
銀杏...12ヶ 塩...小さじ1
酒...大さじ4 みりん...小さじ2
だし汁...カップ2 うま味調味料...少々
A(片栗粉...大さじ11/2 水...大さじ3)
作り方
甘鯛の両面に塩をふる。
銀杏は水煮のものを使用する。
かぶをおろし金でおろし、水気を切る。
卵白に塩小さじ1を入れ、泡立て器で固く泡立て、酒を加え混ぜる。
にを混ぜ、銀杏を混ぜる。
甘鯛に酒大さじ4をふり、蒸し器に入れ、強火で4~5分蒸す。
のかぶらを甘鯛に等分にのせ、強火で5分蒸す。
だし汁と調味料を煮立て、Aの水溶性片栗粉でとろみをつけて、甘鯛にかけます。
甘鯛のかわりに、さつまいもを使っても美味しくいただけます。
(栄養課 高橋 昇)



マウスピース

Table with 4 columns: 眠くなる状況, 眠気の4段階による点数, 決して眠くならない, まれに眠くなる, 左右の中間, 眠くなることが多い. Rows include sitting and reading, watching TV, etc.

合計点数は10点以下が正常と分類されます。軽症のOSASでは11点、中等症で13点、重症で16点が目安です。

なかまの作品
俳句
白き帆は尾瀬の風受け水芭蕉
戸丸 泰二郎
歓声の包む藤房尺余かな
阿部 北隅
初孫の笑顔思ひつ田植えかな
増田 耕寿
三代で植へしたな田も今終る
今井 ぬい
山峡の木々にまといし藤の花
木村 竹芳
麦秋や焼穂に泣きし昔あり
大河 原一寿
悠久の歴史をきざむ城ざくら
坂上 光子
五年後の村たのしみに桜植ゆ
木曾 武子
薫風や優雅に歩く三ツ沼田
渡辺 きみ子
父母よりも生きて今年も花を見る
新木 たけじ
昭和村久保

短歌
減反強化される農業世界には飢えたる国が多くあると
今井 栄一
秩父湖の水面は光り崖に咲く三つ葉つじの淡き紫
沼田 東原内町 青柳 満里子
紅かなめ真紅に光る生垣は大地の勢い今ここにあり
沼田市上沼須町 大竹 春江
古希越せば齢に不足は無しとふを聞いて育ちて米寿を迎ふる
沼田市戸鹿野町 吉江 与一
ポウやくに頼うつ風も暖かし杖ひく道にタンポポの花
沼田市利根町柿平 中沢 幹治
話好き聞き上手にもなれぬかと一人居の友耳遠くなる
みなかみ町湯原 須藤 とも子
風邪で伏すわがまくらべに不器用な夫運びくる粥とうめぼし
みなかみ町下牧 木村 美里
一杯の抹茶の風味賜りて桜祭りを友と寛ぐ
沼田市久屋原町 川田 みのる
ザワザワは顔見るだけで癒されし名医旅立つ緑萌える日
沼田市東原町 箕輪 愛子