

利根保健生協 2022年2月現勢

生協組合員...29,332人
出資金額...1,672,673,000円
平均出資金額...57,026円
理事33名 監事4名 総代204名 班長1,509名
*2月の新規加入組合員数は、77人でした。

利根の保健

発行人 大塚隆幸 編集 「利根の保健」編集委員会
発行部数 21,600 印刷 有限会社コトブキ印刷

利根保健生活協同組合
〒378-0053 沼田市東原新町1861番地1
☎0278 (22) 6060 FAX (22) 6262
利根中央病院 沼田市沼須町 ☎(22)4321
片品診療所 片品村鎌田 ☎(58)3910
利根中央診療所 沼田市西原新町 ☎(24)1202
利根歯科診療所 沼田市高橋場町 ☎(24)9418
生協みなかみ歯科 みなかみ町後閑 ☎(25)3399
介護老人保健施設とね 沼田市東原新町 ☎(22)8855
サニーホームひまわり 沼田市高橋場町 ☎(22)3223



第1回CMAT隊出動

当院は群馬県CMAT指定病院。CMATは高齢者施設や医療機関などでの新型コロナウイルスのクラスター(感染者集団)発生等に対応するクラスター防止対策チーム。

地域ではクラスターが複数発生し、高齢者施設へのCMAT隊派遣(PCR検査や感染対策支援など)や無症状者のスクリーニング検査の要請に応えま...



ドライブスルー方式による大規模なPCR検査



小児外来

地域への対応

発熱外来では、職員は感染防護具を着用して患者さんへ勤め先や行動履歴など様々な内容をお聞きしています。問診や診察・PCR検査などには時間を要し体力的にも大変な熱外来を開業しました。子どもの抗原検査を実施するため...

発熱外来を中心に

新型コロナウイルス感染症は指定感染症のため、群馬県や沼田保健所の要請を受けて発熱の診療や検査、陽性者を積極的に受け入れ、地域の感染拡大に歯止めをかけるよう努めています。発熱外来では、職員は感染防護具を着用して患者さんへ勤め先や行動履歴など様々な内容をお聞きしています。問診や診察・PCR検査などには時間を要し体力的にも大変な熱外来を開業しました。子どもの抗原検査を実施するため...

入院では

陽性者の入院は昨年9月から受け入れを再開しました。新たな病棟の工事を行い、担当の医師・看護師を中心に治療や検査・ケアを行っています。介護度が高い患者さんが多くを占めますが、しっかりと感染予防策を講じて対応しています。

利根中央病院

新型コロナウイルスへの対応で

感染拡大防止に貢献

国内での新型コロナウイルス感染症発生から2年以上が経過しました。利根中央病院では国内発生と同時に新型コロナウイルス感染症対策会議を立ち上げ、毎週会議を開催してコロナ対応を検討してきました。感染拡大が進むごとにウイルスは変化し、私たち医療現場はその時々々の最良の対策を協議しながら現在もコロナに対峙しています。

各事業所のゴールデンウィーク中の診療案内

Table with columns for clinic names, dates (4月, 5月), and availability. Includes clinics like 利根中央病院, 利根中央診療所, 片品診療所, etc.

地域医療・介護の懇談会
参加費 無料
介護は突然やってくる
でもご安心ください



日時 5月21日 14:00~16:00
場所 ホテル ベラヴィータ
演者 とね訪問看護ステーション 鳥海 清美
訪問看護認定看護師
利根保健生活協同組合 高橋 智恵
専務補佐・介護部長

あぜ道

自分(自分が公表)した情報は... 必要な情報は... 医師や看護師の役割... 社会的責任... 患者さんの権利...

利根中央診療所 所長交代挨拶



新所長
大塚 隆幸

間、更に病院の総合診療科医
として病棟医療を5年間経
験しました。

平成28年4月から令和3
年3月まで病院長でお世話
になりました。

この度、利根中央診療所
の所長を勤めさせていただ
くことになりました。

私は昭和59年から平成12
年までは群馬大学の小児科
医として勤務しました。その
後、片品診療所所長を10年
お勤めいたしました。

臨床研修報告会

3月5日(土)、2021年
度群馬県民連臨床研修報告会
がオンラインで開催されまし
た。臨床研修報告会は、群馬
県民連に所属する研修医(初
期研修医・専攻医・他)が、
1年間の研修で得た学び・知
識を指導医やメディカルスタ
ッフと共有すること
を目的として開催し
ております。『私を
成長させてくれた事
例』を演題テーマと
して、経験した症例
や事例を通して学ん
だことや実感したこ
と、今後の自分の医
師像や医療観などそ
れぞれの思いについ
ても話されました。



撮影時のみマスクを外しています

最後は、研修修了
者へ記念品贈呈のセ
レモニーが行われ、
発表者を含め全体で約
70人の参加で盛会の
まま終了することが
できました。

利根中央病院

4月常勤医師 交代のお知らせ

- 着任
 - 【消化器内科】 深井泰守
 - 【腎臓内科】 大塚瑛公
 - 【総合診療科】 石渡 彰・植野貴也・吉田卓生・白井絢子
 - 【小児科】 江田陽一・八木龍介
 - 【外科】 細井信宏
 - 【整形外科】 中島知貴・高橋 佑・都築俊平
- 退任
 - 【総合診療科】 上野雅仁・小林 修・宮澤智久・加藤昭彦
 - 【小児科】 大谷祐介・須田峻平
 - 【整形外科】 有澤信亮・小暮悠介・窪塚貴哉
 - 【産婦人科】 丸山 梓

こんなところにもお役立ち情報 — 利根中央病院 —



利根中央病院HPH委員会が作成したポ
スターが内視鏡室から健診センターの通路に
掲示されているのをご存知でしょうか？
この度、HPH委員会の地域チームでは
「あいうべ体操」をテーマに作成しました。
このほかにも様々なポスターが掲示され、
内容も定期的に更新されています。どうぞ足
を止めてご覧ください。きっと、あなたに役
立つ情報が見つかります。
HPHとは、WHOが開始した国際的な病
院のネットワークで健康増進活動拠点病院の
ことです。

利根中央病院 電話予約センター開始時間変更

5月31日まで

平日 8:30 ~ 13:00 14:00 ~ 16:00
土曜日 8:30 ~ 12:30

6月1日より (開始時間が9:00 ~に変更となります)

平日 9:00 ~ 13:00 14:00 ~ 16:00
土曜日 9:00 ~ 12:30

※日曜祝日はお休み

第6回 SDGsと協同組合 「自分ごととしてとくもう」

開発途上国では失業率の高さ
や児童労働が大きな問題です。
世界人口の約半分は一日2ドル
以下で働いています。日本円に
して約200円程度の給料で生
活しています。
また、世界で最も貧しい国々
では5歳から17歳までの子ども
の4人に1人が労働を強いられ
ています。この中には兵役も含
まれ幼い子どもが兵士として働
いています。反面、先進国では
日本のように過労死、女性や高
齢者・障がいのある者・外国人
といった立場の弱い人達が貧金
や労働環境で不利な待遇を受け
ています。今、働き方改革が言
われていますが「デーセント・
ワーク」働きがいのある人間ら
しい仕事に、すべての人がつけ
ることを目指しています。

目標8

働きがいも
経済成長も



とくもうできたこと
・群馬県いきいきGカンパニー
・子育てサポート企業

世界では約37億人の人々がイ
ンターネットにアクセスできま
せん。特に開発が遅れている
国々では、17%の人が携帯電
話の電波が届かないところに暮
らしています。すべての人が安
心・安全に暮らすためには、安
く信頼でき持続可能な災害にも
強いインフラを作る必要があります。

目標9

産業と
技術革新の
基盤をつくらう



レジリエント(しなや
か・強靱)なインフラ(公
共的設備)を整備し、包摂
的で持続可能な産業化を
推進するとともに、イノベ
ーション(新しい活用法)
の拡大を図る

機関紙「利根の保健」 配布者さん募集

利根保健生
協では、機関
紙「利根の保
健」を毎月発
行して届けて
います。



お届けしているのは1500人を超える
地域ボランティアさんの手で、皆さんの家に
直接お届けしています。しかし、地域によっ
ては配布者さんが見つからずお届けでき
ない組合員さんも数多くあります。「散歩
がてら配れるよ」という方がいましたら、ご
連絡をお待ちしています。

生協くらしサポートセンター
(0278-22-2300)に
お問い合わせください。

皆様のご厚意がたくさんの方に喜ばれています

フードライフ「おすそわけ」次回予定

日時 4月16日(土) 10:00~12:00

場所 とね虹の里

偶数月の第3土曜日を定期開催としています

※食品(乾物やレトルト・調味料ほか)、
日用品、生理用品なども随時、募集中!

【連絡先】 生協くらしサポートセンター
(0278-22-2300)

各事業所でもお受けしています。



2022. 4月号
医療相談室

医療機関の連携について



利根中央病院
総合支援センター
事務課長
小崎 領

利根中央病院には総合支援センターという部署があり、入院センター、支援相談室、地域連携室で構成されています。

今回は地域連携室のとりくみについてご紹介いたします。

地域連携室のとりくみ

医療のあり方は国の政策によって決められます。現在「医療の機能分化が効率的な医療提供体制を促す」との政策により、地域内で分業体制を構築し「地域完結型医療」として、より質の高い医療水準の実現をめざすようになっていきます。また、高齢化に対応するために医療・介護・生活・住まいの総合的な支援を地域で提供する「地域包括ケ

アシステム」の構築も提唱されています。

そうした政策を受けて、一つの病院だけで完結するのではなく、それぞれの得意分野を活かして医療機関や施設を効率的に機能させ、患者様に切れ目のないサービスが提供できるようにしていくため、当院では地域連携について検討してきました。

FAX予約

紹介予約をスムーズにするために「FAX予約」というシステムを設けました。これは、他の医療機関からの紹介で予約を取りする際に「診

ダイレクト検査

CT、MRI、胃カメラ、

大腸カメラ等の各種検査や栄養指導も各医療機関からお電話で「ダイレクト検査」予約として受け付けております。「ダイレクト検査」とは、各種検査は当院で受けていただき、検査結果を紹介元にお送りし、結果説明も含む診療は紹介元医療機関で継続するというものです。こうすることで当院にある医療機器が地域の中で有効に活用されています。

登録医制度

当院では2020年度に「登録医制度」というものを設けました。利根沼田を中心とした地域の先生方に当院の「登録医」になっていただき、患者様にとって最適な医療をスムーズな連携で提供できるようにとりくんでいます。病

院の玄関ホールには登録していただいた各医療機関の紹介リーフレットを提示しております。

医師会との連携

ますので、ぜひご覧ください。ご自由にお持ち帰りいただけます。ようになっています。

沼田利根医師会の先生方とは定期的な症例検討会や情報交換会などを通じて顔の見える関係づくりをおこなっています。毎年開催してきた沼田利根医師会・利根中央病院情報交換会」は新型コロナウイルスの影響で昨年度は開催を見送りましたが、こうしたとりくみの中で垣根の低い関係づくりが進んでいます。

これからも地域の先生方と連携を密にし、患者様の負担を減らし、切れ目のないサービスの提供に努めてまいります。

総合支援センターは病院に入って正面の1番にあります。相談支援室と入院センターもあり、医療・介護・福祉・生活と様々な相談に対応しております。何かお困りのことがありましたら、遠慮なくお訪ねください。

支部活動紹介

利根北支部



利根北支部の組合員数は995人(2022年2月現在)です。支部役員は、理事、総代含め9人で活動しています。

支部のたまり場「工房池の上」で運営委員会や機関紙の仕分けを毎月行っています。2014年7月に完成した「工房池の上」は、前総代が「みんなの集まれる場所を」との思いで数年かけて建築されました。今では、生協ののぼり旗を玄関に掲げてあります。室内にはだるまストーブなどもあり、生協の活動で表彰された賞状なども飾ってあります。さらに利根北支部が提起した通院支援も現在では多くの方が利用しています。

サークル活動も3つのサークルを登録して年間通してがんばっています。

今後も組合員の健康を守る運動を生協とともに行っていきたく思います。

*写真は都合により運営委員6人のみ。撮影のためマスクを外しています。



玄関ホールの医療機関紹介リーフレット



登録医の先生に発行させていただき「登録医証」。

登録医療機関のご紹介 (2022年3月時点)

沼田市		利根郡
青木クリニック	堤眼科	上牧温泉病院
江森内科医院	つのだ医院	川場診療所
かない眼科クリニック	角田外科医院	群馬パース病院
かないクリニック	沼田キラリ眼科	たかだクリニック
金子医院	国立病院機構 沼田病院	竹内医院
久保産婦人科医院	パース整形外科クリニック	月夜野病院
こうだ医院	光整形外科医院	星野医院
さこだクリニック	平井皮膚科医院	森下診療所
しめぎ整形外科クリニック	藤塚クリニック	山本医院
白根クリニック	松田耳鼻咽喉科医院	吾妻郡
代田眼科	矢内整形外科医院	西吾妻福祉病院
皇海診療所	やなぎまち皮膚科クリニック	茨川市
武田メンタルクリニック		北毛病院



総合支援センター入り口

レッツ体操 ・ウォーキングの基本姿勢とメニュー ・ふくらはぎの運動と靴の履き方

ウォーキング

～靴の正しい履き方～

普段、靴はどのように履いていますか？靴には正しい履き方があります。ウォーキングをする、外出をする、運動をする際は正しく靴を履き、安全に効果的に体を動かしましょう！

① 必ず紐をほどいてから足を入れる



② かかとを地面にトントンとつく



③ かかとを浮かせて紐を結ぶ。かかとは絶対に踏みつづさないこと。今日から実践してみましょう。



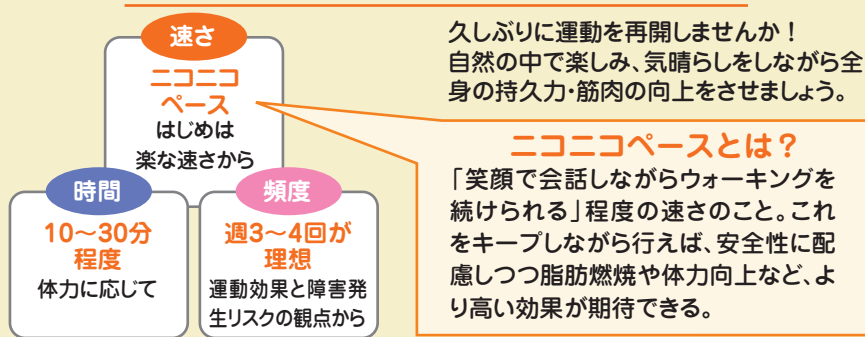
ふくらはぎのストレッチ

- ① 左足を後ろに引き、膝を伸ばしてかかとをつける。
- ② 両手を右ももの上に置き、右膝を軽く曲げながら右足に重心を乗せる。(10秒間を1～2回)。
※足を組み替えて同じように行う



- **ポイント**
- ・両足のかかとは浮かせない
- ・つま先は前に向けて
- ・前のめりにならないよう体を起こし気持ちの良い範囲で伸ばす

ウォーキングの速さ・時間・頻度



かかと歩き

つま先をあげた状態をキープしたまま歩く(20歩×1～3セット)。
※ウォーキング中、または足踏みでも可



- **ポイント**
- ・腰を後ろに引かない
⇒すねの筋肉を鍛え、すり足や転倒を予防

つま先歩き

かかとを上げた状態をキープしたまま歩く(20歩×1～3セット)。
※ウォーキング中、または足踏みでも可



- **ポイント**
- ・足先が外に開かないように、親指の付け根に体重をのせる
- ・腰を反らさない
⇒ふくらはぎの筋肉を鍛え、足の蹴り出しを強化して歩行がスムーズに

ウォーキングの基本姿勢

- ① 視線を上げて前方を見る
⇒姿勢の維持に効果的
- ② 肘を軽く曲げ、後ろに引いて自然に戻す
⇒肩甲骨周りの筋肉をたくさん使うことで、エネルギー消費量が増加
- ③ かかとから柔らかく着地する
⇒踏み込んだ際にお尻の筋肉が身体を安定させる
⇒つま先が上がることで、転倒予防につながる



パパママ 教えて先輩！ 子育てを楽にする魔法

講師：管理栄養士・歯科衛生士

日程：6月4日(土)

時間：① 9:30～10:30 ② 11:00～12:00

※①②は同じ内容で開催します。参加したい時間を選んでください。途中入退出も自由。

場所：利根中央病院1F 組合員ホール「きらめき」

☆コロナの状況でZOOM開催も検討します

対象：0.1.2歳の子どもと保護者 ☆兄弟の参加もOK

参加費：無料



☆お申し込みはこちらから☆ (各回先着6組まで)

利根保健生活協同組合 企画・広報委員会 ☎22-2300



絵手紙 沼田市栄町 宮野入 博子



絵手紙 沼田市横塚町 霜垣 ユミ子

利根保健生活協同組合 雨天決行

生協ハート市

名称が軽トラ市から生協ハート市へ変更になりました

日時 4月30日(土)10時～12時

会場 生協本部 南側(東原新町)

おいしい地元の野菜が安い!
お米・りんごチップス・干しいも
・干しいたけ などもあります。

高橋の若どり どんぶりめしつながら 出店します

利根保健生活協同組合 生協くらしサポートセンター
☎ 0278-22-2300

作品募集

今月は35件のご応募ありがとうございました。紙面スペースと当季雑誌に沿って掲載させていただきます。なお、楷書でわかりやすく丁寧に書いてください。また、絵手紙や写真、手作り作品など分野にこだわらず作品を募集しています。

〒三七八〇〇五三 沼田市東原新町一八六一の一
利根保健生活協「なかまの作品係」
メール投稿 nakama@tonehoken.or.jp

俳句

コロナをば焼きとばしてよ春夕焼
風船のバランス練習喜寿かな
賑やかな母校の跡地春の昼
境界を越えて我が家に落の臺
つたない句集の出来て福寿草
卒業歌声つまらせて俯けり

新聞を配る明りが庭に来る暗い
今朝今日が始まる
冬の日の電車乗りつぎ乗りつぎで
ゆく先に亡き弟が待つ
髪染めて帰り来し夕洗濯物たたむ
手弾みはなうたも出づ
惚ぶれば生誕百年母の日にばらの
花かご買い求め来ぬ

沼市露崎町 永井 永陽
沼市鍛冶町 吉永 克喜
沼市横塚町 宮田 君子
沼市沼田町 丸岡 勇吉
沼市屋敷町 狩野 章子
川場村各地 穴沢 杏子

沼和村入原 板橋きみ江
沼和村入原 堤 あさ江
昭利村水井 藤井 君枝

みま町 林 いくじ

なかまの作品

