

— はるな生協の現況 —

(2019年10月25日現在)

組合員数 23,424人
出資総額 428,668,200円
一人平均出資額 18,300円

組合員のみな様へ。氏名、住所変更をされた方は、組合員活動部までご連絡ください。

電話 027(323)2762

緑十字

ISO9001 認証取得

はるな生活協同組合

高崎市上中居町1461-1

電話 027 (388) 0011

(毎月10日発行) 1部10円

発行人 鈴木 隆

11月号



多くの来場者でにぎわったわくわく健康週間 (=組合員ふれあい会館)

生協強化月間に生協加入案内をすることを理事会で確認し、10月7日から平日の午前中生協コーナーでの案内が始まりました。

生協コーナーに理事

次回わくわく健康週間は3月を予定しています。



ちょっとした待合の時に声をかける理事さん

10月1日から4日の午前中に組合員ふれあい会館では、骨密度測定、血管年齢測定、握力測定、足指力測定が行われました。

地域の支部からは、野菜「コーヒール」を頂いてたく

昨年10・1行動、3月の年度末月間に続き、今回で3回目の企画に参加者の声は、「骨密度を測った事がなくて気になって来た」

増資をした患者さんは、「ずっと昔からの組合員です、生協コーナーを見かけたので増資をしました」とのこと。

また、待合室の一番後ろの椅子で待っていた方は、「榛名町から夫の受診について来ました、良く見てもらえるので通

わくわく健康週間

9月25日からはじまった生協強化月間、テーマは「でかける・つながる・安心をむすぶ」。はるな生協では、統一行動として「わくわく健康週間」を10月1日から4日まで取り組みました。月間は11月まで続き、各地で訪問行動や健康講話、お出かけ企画などが行われます。病院の生協コーナーには、連日理事が立ち、加入増資を訴えています。

販売やバザーでの参加、お茶コーナーが設けられ、参加者や支部の組合員が交流しました。

さんおしゃべり出来て、自分の居場所が出来たよな気がした」などが聞かれました。

生協強化月間10・1行動

大腸がん検診

はるな生活協同組合



加入者に大腸がん検診

生協強化月間10・1行動

わくわく健康週間 来場者215人

生協強化月間10・1行動

引き続き、今日は検査結果を待っています」との会話に、「良い結果が出ると思いますね、遠方からありがとうございます」と理事が声をかけていました。

虹 鳥川や神流川のお気に入りのランニングコースです。遠くに上毛三山を望み、川面は穏やかに煌めき、心を慰めてくれます。ところが台風19号は、1日にして河川の姿を一変させました。普段流れないところまで濁流が覆い、堤防の淵に流木やプラスチックごみなどが散乱しました。河川改修で多くの樹木が切り倒されたところは、激流によって深さ1〜2mも土砂がえぐり取られ、埋もれていた蛇籠が数十mも姿を曝け出しました。▼強風域が1000km近くに及び、豪雨を伴った巨大台風は各地で堤防を71も決壊させ、土砂崩れを引き起こし、町や村に泥水を流し込みました。死者86人、行方不明者8人の大惨事です。▼国連気候変動サミットに出席したスウェーデンの少女グレタ・トゥーンベリさんは、地球温暖化対策の問題点を指摘しました。私たちにも地球温暖化の元凶である二酸化炭素の排出量を減らすためにできることがたくさんあります。一人一人がきちんと自覚して進めなければなりません。▼二酸化炭素を大量に排出する電気や車に頼りすぎているので、無駄にしていることが多すぎないでしょうか。もう猶予はありません。小さな一歩でも一億人なら一億歩です。持続可能な地球環境を後世に残さなければなりません。(走)

【公告】

臨時総代会開催のお知らせ

定款第五一条にもとづき、臨時総代会を左記のとおり開催します。

1、日時

2020年2月15日(土)

午後1時30分開場・受付

午後2時開会(午後4時閉会予定)

2、会場

高崎市労使会館ホール

住所 高崎市東町80-1

電話 027-323-1598

3、議題

第1号議案 「看護小規模多機能型居宅介護施設建設に関する事業計画」承認の件

*招集状、議案、書面議決書、委任状等は、2月初旬に各総代あてお送りする予定です。

2019年10月23日

はるな生活協同組合 理事長 鈴木 隆

10/27

第25回健康まつり

来場者1300人



初出演！高崎高等学校和太鼓部「漢組 (おとこぐみ)」のみなさん



初出演！日中友好協会前橋支部のみなさんによる太極拳教室



実行委員長 小林病院長 (外科医)



今回で2回目の出演!! 倉賀野中学校吹奏楽部のみなさん



リハビリ室 握力測定



江木支部 豚汁



子どもむけふわふわ遊具



検査室 肺機能検査



医局 健康相談



1面つづき
臨時総代会に関連する
お知らせ
10月23日に行われた第6
回理事会にて「看護小規模
多機能型居宅介護施設建設
計画」について承認され、
この件を議案として臨時総
代会を開催することを決定
しました。

(一面公告の通り)
事業計画について地域支
部ごとに説明会を行いま
す。参加希望の方は、支部
役員へお声掛け下さい。
お問い合わせ先
組合員活動部
☎027-323-2762



栄養課 スイーツ試食



ほほえみ 焼きまんじゅう

10/20

第20回 通町診療所ふれあいまつり

ふれあいまつり大盛況

今年は昨年を大幅に上回り125人の参加となりました。

開会あいさつをかわきりに、藤岡ダルクの皆さんによる琉球太鼓！からだ全体に響く太鼓の音に圧倒されました。

2階では、体力測定と転倒予防体操教室、すこしお体験の減塩みそ汁を用意。

毎年恒例になりつつある職員による寸劇は、「私の意思表示ノート」の活用を題材に上演。熱意あふれる演技に大きな笑い声や拍手がおこりました。

今年は、初めて参加という地域の方が目立ちました。今後も組合員さんと共に地域に根ざす診療所として、輪を広げていきたいと思えます。



今回も勢いのある琉球太鼓を披露した藤岡ダルクの皆さん



体力測定・開眼片足立ち



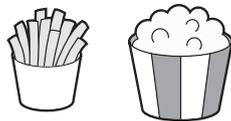
受付の組合員さんは診療所の顔！



診療所外の模擬店(農産物、酒まんじゅう)も大盛況



▶体力測定・転倒予防体操



通町診療所ふれあい祭り 実行委員長 平 洋

本日は、通町診療所ふれあい祭りにお越し頂き、ありがとうございます。先週は台風19号に見舞われ、身近な地域でも被災した地域があり、災害の怖さを実感する機会となりました。同時に、災害などで本当に困ったときは、地域のつながりの力や、お互い様の精神が色々な意味で支えになることを教えられました。

公衆衛生の視点では、健康の社会的決定要因というものが明らかにされ、経済的な格差や、社会的な孤立などが健康状態に影響することが分かっています。日本で行われた研究の結果では、ウォーキングなどの運動を一人で行うことよりも、運動はしていなくても社会参加している人の方が、要介護状態になりやすいことや、社会と多くのつながりのある人は認知症になりにくいことが分かっています。このような事実を元に、社会的な孤立を解消するために地域の居場所作りなどが盛んになってきています。

皆さんは、ボランティアや地域のサロン、体操教室などに積極的に参加されている方が多いかと思いますが、参加することが出来ない方は、まだ多いのが現状です。

通町診療所は、あんしんセンターの機能や家庭医の診療所として、地域の方のよろず相談窓口として、また、社会参加のきっかけとなる機会や居場所を提供する役目を果たせるよう、これからも努力してまいります。

今日のまつりが、組合員さん、地域のみなさんと交流する機会となれば幸いです。



▶体力測定・長座位前屈



当たったよ！大抽選会



一番の盛り上がりとなった寸劇

少しの塩分で すこやかな生活を.....

すこしお料理教室



栄養科職員直伝！少ない塩分でも味わいのある料理を作ることが出来るポイントを押さえながら、実際に料理を作ります。塩分を控えた食事を作りたいけどバリエーションが少ない、どういふことに気をつければ良いのかわからない、といった方、是非ご参加ください！

開催日時：12月17日(火)
10時～13時頃

場所：組合員ふれあい会館1階
(高崎中央病院北側の建物です)

参加費 (材料費として)：ひとり500円

料理内容：鮭のマヨパン粉焼き
野菜のピクルス
キャベツとトマトのスープ

持ち物：エプロン・三角巾・タオル

定員20人

※定員になり次第締め切らせていただきます



お申込み・お問い合わせ先
はるな生協 組合員活動部 (酒井) 027-323-2762



ボランティア紹介

笑顔を決やさない

西山 要さん



現在、デイサービスセンターほほえみ、病院デイケアでボランティアとしてお手伝いしてくださっている西山さん。知り合いに声を掛けられたのがきっかけで、5年程前からボランティアとして活躍されています。現在の主なお手伝い内容は、利用者さんの整髪やお茶入れ、制作の手伝いなどです。

「何か出来ることはないかな、と思いボランティア活動を始めました。人は『笑顔を絶やさない』ことが大事。ここに来て色々な人と喋ることで自分の頭の体操にもなるし、外に出ることで気分転換にもなります。笑いもあり、張り合いもあり、やりがいを感じます。」と話す西山さんはとても頼りになる存在です。



～国保特定健診のご案内～

今年度の高崎市国保特定健診の締め切り期日は、12月25日(水)となります。

まだ受けていない方、これから受ける予定の方は、受診券をご確認の上、期日までの来院をお願い致します。特定健診は予約不要です。当日、特定健診受付までお越し下さい。

受付時間：9：00～11：00 (平日、第1、3、4、5土曜日)
15：00～16：00 (平日)

【健診を受けるにあたっての注意点】

- ・受診の際には、特定健診受診券と健康保険証を必ず持参して下さい。
- ・特定健診と国保ドックは重複して受診できません。



健診室 027-323-2181 (直通)

全国共通鑑賞券 1,100円 販売

医療福祉生協連では、組合員や職員の文化活動の一環として、山田洋次監督映画「男はつらいよ 50 お帰り寅さん」の全国共通鑑賞券を取り扱うことになりました。はるな生協でも取り扱いますのでお知らせいたします。

シリーズ50本目の作品で、くるまの面々の“今”を新たに描く映像と、4Kデジタルで蘇る寅さんの映像が紡ぎ合う、新たな『男はつらいよ』の物語です。前売券1,400円、共通鑑賞券1,200円のところ1,100円で販売します。

- 監督：山田洋次
- 脚本：山田洋次・朝岡雄三
- キャスト：渥美清、倍賞千恵子・吉岡秀隆・後藤久美子・前田吟・池脇千鶴・夏木マリ・浅岡ルリ子 ほか

12月27日 (金) 全国ロードショー



取扱は…病院、通町・歯科診療所、組合員活動部、生協本部

インフルエンザワクチンのお知らせ

予防接種を受けて、インフルエンザシーズンに備えましょう！
～インフルエンザ予防接種は予約制となります～

◆予約電話受付時間：平日 午前9：00～13：00 午後2：00～5：00
日祭日を除く 土曜日 午前9：00～12：00

電話番号 027-323-2665

病院窓口でも予約可能です。日祭日を除く

◆接種可能期間：2019年12月27日(金)まで

◆料金 1回：3歳未満 組合員 2,834円 / 非組合員 3,542円
：3歳以上 組合員 4,048円 / 非組合員 5,060円

◆当日必要なもの：健康保険証/診察券/組合員証

※助成対象者：①65歳以上の方、②接種当日60歳以上65歳未満の方で、心臓肝臓呼吸器免疫機能の身体障害者1級の方は助成があります。
※市町村によって自己負担額や、当日必要なものが違いますのでご注意ください。

高崎市の自己負担額は1,500円です。健康づくり受診券をお持ち下さい。前橋市や玉村市等に在住の方は、郵送されている問診票をお持ち下さい。

※小学生以下の方は4週間間隔を空けて、2回接種して下さい。

小学生以下の方のご予約はこちら ☎027-323-2607 (小児科直通)

新年を飾るあなたの作品を

「緑十字」2020年新年号作品を募集します。作品は1面の詩(小学生限定)、写真、書、絵手紙短歌、俳句など。新年号を飾る作品をお待ちしています。

氏名、住所、題名を書き添えて12月16日(月)までに緑十字編集委員会宛てにお送り下さい。

お問い合わせ：緑十字編集委員会 はるな生協組合員活動部

☎027-323-2762

チャレンジ挑戦中！「群馬まるごと健康チャレンジ2019」

継続は力なり。あきらめずに30日間自分の目標達成に向けて頑張りましょう！

まだ間に合います！ 参加パンフレットがない方は、組合員活動部又はお近くの支部役員へ！

組合員活動部 ☎027-323-2762



10月の生協活動

もしもの時の話し

高南支部・健康講話

10月17日、下滝公民館で通町診療所平所長を講師に「人生の最後まで自分らしく生きるために」と題した健康講話が行われました。参加者は17人でした。

最初にフレイルチェックや予防について聞きその後、人生の最終段階を想定して起こるであろうことについて聞きました。

認知症や介護について、そういった事を事前に話す「人生会議」が大切。統計から家族と話し合っている人は40%程度、希望を書面に残している人は3%程度とのこと。

今回は、もしバナカードを利用して4人のグループになり、自分が最後の時どんな事を大切にすることを話し合いました。



もしバナゲームでみなさん真剣

最後にははるな生協で作成した「私の意思表示ノート」が紹介され、自分らしい生き方(逝き方)につなげて欲しいと締めくくられました。

*もしバナゲームとは、もしもの時を想定して話し合うカードゲームです。

健康づくりを学ぶ

通信教育の学習会を10月30日に組合員ふれあい会館で行いました。「地域まるごと健康づくり」を受講した組合員と職員です。

意見を出し、レポートを仕上げました。皆で学習する事で、分りにくい言葉や、解釈について深められました。

第1章の最後に社会的

自分の変化を知る

まちかど健康チェック in北双葉町



10月8日、北双葉公民館でまちかど健康チェックが実施され、25人の参加者で賑わいました。

足指力の測定は皆さん初めてのことと、興味深く話を聞いていました。

皆さんとても元気で、健康づくりに興味を持って取り組んでくれました。

「健康チェックや体力チェックはその日限りではなく、半年・一年と自分の結果の変動を見ることが重要です」と健康づくり委員からアドバイスがありました。

格差が不健康につながる「所得や職業、取り巻く環境などが関係している」という視点を持つこと。

また健康づくりに参加した人だけが成果を得るという発想から、「すべての人が健康づくりの活動に参加できるように取り組みを広げる」と考える事が大切と述べられています。

意見を出し、レポートを仕上げました。皆で学習する事で、分りにくい言葉や、解釈について深められました。

次回11月29日に行います。



生協大会に参加して

あんじゃねえ事務局

今回初めて、県の生協大会に参加しました。51回目を迎えるそうで、参加者の熱気に圧倒されました。

沢山の生協がそれぞれの活動に取り組む、はるな生協では、第2支部と有償ボランティアあんじゃねえが団体表彰を受けました。

地道な活動なので、これからの励みになる表彰でした。



第2部では、民族歌舞団荒馬座の公演、地方で育まれた音楽や踊りを見せて頂き、力強さ・たくましさに感動しました。

平和の素晴らしさを 感じる上映会

映画「あの日のオルガン」上映会が10月11日高崎シティギャラリーコアホールで行われました。

太平洋戦争末期、終わりの見えない戦争で東京も空襲を受けるようになって中、園児が親元から離れて集団疎開をした実話。せめて子供の命は助けたい親の気持ちや保母さんたちの生き方は、子供の虐待ニュースなど聞

かれる昨今、かけがえない命を大切に守るための希望を与えてくれる作品でした。

アンケートでは、「平和のすばらしさと戦時下の人々の苦しさをかみしめました」「こういう事実のあった事を初めて知りました。戦争はあってはならない事です」等の感想を頂きました。

台風19号に関わる災害支援義援金のお願い

10月12日から13日にかけて、台風19号により東日本を中心に記録的な大雨による被害が発生し、河川の氾濫や土砂崩れで80人を超える犠牲者と床上浸水、住宅が流されました。さらには、避難所生活を余儀なくされている方も多くいらっしゃいます。

はるな生協では、医療生協(民医連)として被災地に寄り添い、支援をしていくために義援金を呼びかけることにしました。下記事業所の窓口に募金箱が設置してあります。皆様のご理解とご協力をお願い致します。集まった義援金は、医療福祉生協連を通じて被災地にお送り致します。

募金箱設置場所：高崎中央病院・歯科診療所・通町診療所

お問い合わせ 組合員活動部 (☎027-323-2762)

野村まで

いのちまもる 10・17国民集会

小雨が降る10月17日、東京の日比谷野外音楽堂で「憲法・いのち・社会保障まもる10・17国民集会」に群馬から約30人が参加しました。

全体参加者は約2500人、台風19号の



小雨の中でも全国から集まりました

影響もあり例年より参加者が少なかつたものの、医療や介護現場などで働く皆さんが、この社会保障改悪に対して、同じ想いを持っているということが確認できました。

ゲストに室井佑月さん(小説家・タレント)をお招きしてのトークショーでは、「現場の実態を届けて、あきらめない行動が大切」と仰っていました。

銀座パレードでは、国に向かつて訴えることはまだまだたくさんありますが、安全な医療や介護が受けられる環境を整える為にも、このような集会には積極的に参加することが大切です。