

ISO9001 認証取得

— はるな生協の現況 —

(2015年2月28日現在)

組合員数	24,634人
出資総額	452,970,000円
一人平均出資額	18,388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。

緑十字

はるな生活協同組合

高崎市高岡町498-1 高崎中央病院

電話 027 (323) 2665

(毎月10日発行) 1部10円

発行人 櫻井 康喜

ホームページアドレス

<http://www.harunacoop.jp>



平和行進 (高崎一前橋)

医療や介護の改悪に反対する運動に積極的に取り組んでいます。署名はもちろん、今期は高崎駅東口ヤマダ電機前で街頭宣伝行動を継続しています。

高崎市社会保障推進協議会(高崎社保協)の集会や学習会に参加し、自治体との懇談を行い組合員や現場の声を行政に伝え改善を求めています。

この運動の成果により、高崎市は2013年度国保税を8・8%、1世帯平均で約1万2000円引き下げました。さらに、本年度4月から生活保護基準の120%未満の収入の国保加入者を



自治体懇談 (高崎市)

はるな生協社会保障委員会(社保委員会)では、毎月1回の定例会議で、社会保障・平和を守る活動について話し合い理事会を確認後、様々な運動をおこなっています。

安心して住み続けられる社会を願って

社会保障委員会

協から2人が参加しました。毎年参加人数が増え、今後も積極的に取り組んでいきます。

昨年の世界大会は、8月4日(月)〜6日(水)に広島県で開催され、はるな生協からは4人が代表参加しました。この世界大会へ、各支部や職場で「折り鶴運動」に取り組まれました。

脱原発運動にも積極的に取り組んでいます。昨年3月〜5月にかけて空間放射線量測定調査を計画し、社保測定チーム「はかり隊」が公園などを中心に計測しました。放射能関連の取り組みも継続していきます。

〈平和を守る活動〉

国民平和大行進(平和行進)や原水爆禁止世界大会(世界大会)に、多くの組合員や職員とともに取り組みました。

昨年7月10日(木)の平和行進のメインコース(高崎〜前橋)は、150人の参加者中、はるな生協からは34人が参加しました。また、同月6日(日)網の目コース(倉

測コース)は、はるな生協から2人が参加しました。毎年参加人数が増え、今後も積極的に取り組んでいきます。



バレンタイン行動

2015年「虹のバレンタイン行動」実施

2月14日(土)、医療

福祉生協連の呼び掛けた「虹のバレンタイン行動」を高崎駅東口ヤマダ電機前でを行いました。

はるな生協社保委員会を中心に組合員3人、職員6人の合計9人で行いました。

参加者の声

強風が吹き荒れる中で行動でした。

たくさんの方々が次々と出入りするなかで、医療・介護改悪のハンドマイク宣伝とバレンタインカードやチョコレート、さらにポケットティッシュを配りました。持ってきた宣伝物はみなさんに歓迎され、すぐなくなりました。

この行動を通して、社会保障が改悪に向かっていくことを多くの方々から報告されています。いかがでしたでしょうか。皆さん幸せですか?

山崎 勉

街宣行動



私たちが安心して暮らしていく上で、社会保障を守る取り組みは欠かせません。今後もみなさんと一緒に、すすめていきたいと思えます。



折り鶴糸通し作業

〔公告〕

第63回通常総代会及び総代選挙のお知らせ

はるな生活協同組合第63回通常総代会を左記のとおり開催します。

〔日時〕 6月13日(土)

午後0時30分開場・受付

午後1時開会(午後4時30分閉会予定)

〔場所〕 高崎市労働会館ホール

住所 高崎市東町80-1



虹

先月に引き続き、幸せに影響する調査の続きを紹介いたします。▼デンマークの国民が最も幸せを感じている。オランダの Erasmus 大学の調査では、デンマークが最も幸せな国となり、僅差でマルタ共和国、スイス、アイスランド、カナダが続いた。

▼平等は幸せなこと。北欧諸国のような所得格差が少ない国の方が、アメリカのような富の配布に偏(かたよ)りが多い国より、国民全体の幸せ度が高くなる。北欧諸国の特徴である、地方分権が進んだ質の高い民主主義も、幸福度を押し上げる要因となる。▼幸せの基準は相対的。国によって幸せの尺度は異なる。移民した人は、移民元ではなく移民先の国の基準で幸せを判断するようになる。▼病気で不幸といえない。脳卒中など重い病気にかかった時は、一時的な不幸を経験するが、しばらくすると不幸が去り、幸せ度合いは世間の平均を少しだけ下回る程度となる。▼笑う門には福来たる。大笑いを1日に200〜300回することは、激しい筋トレをするようなもので、500カロリー相当のエネルギーを消費する。そして、運動は幸福感の向上につながる。▼ペットで幸せ向上。ペットを飼うことは、血圧の低下やストレスの軽減、延いては健康と幸せの向上につながる。複数の研究から報告されている。いかがでしたでしょうか。皆さん幸せですか?

〈ドク〉

組合員の疑問に答える!

〜聞きたくても聞けないいろいろなこと〜

⑱ 院内活性化委本部をご存知ですか?

思わずほほえむ発表会

院内活性化委本部で



観光保育園の園児たち

は、病院利用時に、皆さんが少しでも和んで頂けるよう、様々な活動を行っています。回転ドアのかざりつけや玄関周り花壇づくりなどを行っています。また、入院中の皆さんに様々な企画を提供しています。今回は、観光保育園の園児たちを迎えた企画を紹介いたします。毎年恒例の観光保育園の演技発表会が2月18日ありました。外は雨でしたが、

元気な子供たちが絵本の読み聞かせや英語の歌、可愛らしい体操などを発表して頂き患者様やご家族様、職員の心を温かく穏やかな気持ちにしてくれました。患者様の中には涙を流したり、満面の笑みで子供たちの発表をご覧になりとても良いひと時を過ごすことが出来ました。(篠原しおり)

病児・病後児保育室「のびのび」から

子どもが病気で仕事が出来ない時、安心して預けられる場所が欲しいという願いを形にした「のびのび」を開設し、10年目を迎えました。

3年前から市の補助も始まり利用料金を1日2000円に減額しました。利用者者の半数を0歳・1歳児が占めています。今後も、安心して預けられるよう近隣の保育園・幼稚園・小児科医と連携を取り、職員一同(保育士・看護師)より良い保育を目指して行こうと思っています。



子どもたちと

将来は、抱っこで絵本を読む、おやつや食事の応援ボランティアなど組合員さんの力をかり、今まで以上にゆったりと保育ができる環境にしたいとも考えています。ぜひ一度、覗いてみてください。

(片貝 茂美)

高崎中央病院・歯科診療所・通町診療所で受診の際、交通手段に困っている組合員の皆さんを対象に個別送迎を行っています。

希望される方は、各々の受付窓口にご相談して下さい。

サ高住2号施設 建設委員会よりお知らせ

●施工はタルヤ建設様が落札

●第一次(12月1日)、第二次(12月16日)と2回の見積合わせの結果、6社競合のなかタルヤ建設(富岡市)が落札しました。

●ミタセントラルキッチンを選定

●給食(ニュークックチル)の仕入先は試食会の結果、満票でミタセントラルキッチン(富岡市)を選定しました。

●現在、国交省補助金申請中

●すでに建築確認がおり(12月18日)、サ高住の登録が済み(1月28日)、今は国交省補助金の申請を行い(2月3日)、補助金交付決定を待っているところです(3月中旬までには決まる見込みです)。

●地鎮祭を3月7日(土)に実施

●着工を前に、地鎮祭を工事関係者で行います。
・日時 3月7日(土)10時～
・場所 現地

●今のところ順調に、予定どおり進んでおり、3月下旬には着工できると思います。



(完成予想パース)



(造成も終わりの着工を待つばかりの建設用地)

急募

サービス付き高齢者向け住宅 2号施設の名称を公募します

歯科診療所の北側に建設する「サービス付き高齢者向け住宅」2号施設の名称を公募しますので、下記の要領でふるってご応募ください。



完成予想図

- 募集内容 …「高齢者住宅〇〇〇〇」のうち〇〇〇〇の名称を募集します。ちなみに1号施設は「高齢者住宅ほほえみの杜」です。
- 応募期間 …2015年3月31日必着とします。

- 応募方法 …ハガキ、ファックス、電子メール又は所定の応募用紙のいずれかに次の事項を記載のうえ応募してください(1件1名称、1人何件でも応募可)。

- ①応募する名称(ふりがな)及び理由
- ②応募者の郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号

- 応募先 〒370-0043 高崎市高関町498-1 組合員会館2F はるな生活協同組合介護事業部
電話 027-323-2664 ファックス 027-324-7906
Eメール kaigojigyoun@harunacoop.com

- 選考方法 …当生協理事会にて選考します。
- 懸賞 …最優秀賞(1点)、優秀賞(2点)に謝礼を贈呈します。
- 発表 …機関紙「緑十字」5月号及び事業所店頭にて受賞者のみ発表します。
- 留意事項 …①受賞者の住所(町名・大字名まで)、氏名、施設名称及び理由については機関紙や事業所店頭に掲示します。
②応募名称はその趣旨を損なわない範囲において修正する場合があります。

以上

講演会「平穏死という言葉が生まれたわけ」

—2600人が学び考える—

2月7日(土)、高崎中央病院が、学習講演会を高崎総合福祉センターたまごホールで開催し



熱心に聞きいる

した。「平穏死」のすすめ」など、終末期医療に関する著書を多数執筆されている石飛幸三先生(特別養護老人ホーム「若花ホーム」医師)を講師としてお招きし、約2600の方が来場されました。参加者の約半数は、医療・介護関係者ではなく一般参加の方でした。自分自身の最期をどう迎えるべきか、あるいはご家族や近い人への最期がどのようにあるべきなのか、多くの方が関心を持っていました。口からものを食べられなくなった時にどうするのか、本人・ご家族の意思決定から延命治療の是非、法的責任の問題まで、石飛先生がこれまで看取ってこられた方々のご経験に基づいて幅広くお話を聞かせて頂きました。多くの参加者が感銘をうけ、自らの問題と考える機会となりました。

(医学生担当 中村日出彌)

救急車が来るまで

—応急手当講習会を開催—

健康づくり委員会

2月18日、組合員ふれあい会館で応急手当の講習会を行いました。お話をいただいたのは、東消防署の職員3人です。

「等。いつおこるか分からない緊急を要する人に出会った時、果たして学んだ事がどれだけ役に立っているか不安もいっぱい残りました。」

(桑原 久江)

え間なく強く圧迫しなければならぬ胸骨圧迫はとて大変でした。AEDの使い方は、落ち着いて音声メッセージを聞き取れるか?目の前で突然人が倒れた時



みんなで実習



「二十四の瞳」上映会に30人が参加

教育文化委員会・社会保障委員会共催で新春講演会を2月5日(木)組合員ふれあい会館にて開催30人が参加しました。2015年は戦後70年を迎える年でもあることや、新たな試みとして映画上映会「二十四の瞳」を上映しました。

参加された方は幼少のころに見ていた懐かしさ、い返されたり、戦争を絶対に繰り返してはいけないと考えさせられたりと、非常によい時間を過ごすことができました。

石仏・道祖神みてある記

—上州の歴史を訪ねて—

教育文化委員会

2月12日、「上州の歴史を訪ねて」で訪れた東大室の最善寺の境内に安置された双体の道祖神は肩に手をかけ抱き合うな

ごやかな神様でした。薬の壺を大事にかかえた薬師如来も、昔の人は道祖神として教えたのかもしれない。大室公園民家資料館は、あいにく休みで見学できず残念でした。隣接した空地にある、地元の小学生在が作った「たて穴住居」「高床式穀物倉庫」などを見学しました。



道祖神をのぞきこむ

この日最後の道祖神はお酒を酌み交わす姿。呑んべの神様と思いきや、愛を求め合う姿と聞いてビックリです。様々な道祖神めぐり、この1日で16325歩と、健康ウォークもかねた歴史散策でした。(福島 正夫)

栄養課 だより

〈花粉症について〉

ひな祭りも過ぎ、陽ざしが春めいてきました。今や5人に1人の国民病となった花粉症。花粉症の主な症状には、くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどがあります。風邪の症状によく似ていますが、花粉症の場合、目のかゆみや充血などの症状を伴うのが特徴です。花粉は、春先のスギ花粉だけではなく、ヒノキやブタクサなども年中飛んでいます。風邪かと思つたら、実は花粉症ということもあるかもしれせん。花粉の飛んでいる時期だけでなく、1年を通じてバランスの良い食事を摂ることが大切です。

花粉症を完全に治すのは難しいことですが、食生活の改善でつらい症状を軽減することは可能です。

- ①免疫機能を整える。ビタミンB6の摂取(肉・魚など)・・・免疫機能を正常に維持する働きがあり、不足するとアレルギー症状が出やすくなります。
- ②アレルギー症状を抑える。ビタミンCの摂取(野菜・果物など)・・・活性酸素は炎症やかゆみに大きく関係しています。抗酸化作用があるビタミンCは欠かせません。
- ③タンパク質を摂り過ぎない。摂り過ぎると異物への反応が過敏になりアレルギーを引き起こしやすくなります。それでは料理紹介です。

〈キャベツと小松菜とりんごのジュース〉

●材料(2人分)

- ・キャベツ……………1枚(80g)
- ・小松菜の葉の部分…30g
- ・りんご1/2個……………(130g)
- ・レモン……………果汁大さじ1
- ・水……………カップ1

●作り方

- ①キャベツと小松菜はザクザクと切る。りんごは皮と芯を除いていちよう切りにし、レモン汁と混ぜ合わせしておく。
- ②ミキサーに①と水を入れて攪拌し、グラスに注ぐ。

●1人分の栄養価

- ・エネルギー……………48kcal
- (管理栄養士 湯本 祐子)