

ISO9001 認証取得

はるな生協の現況一 (2015年3月31日現在)

組合員数	24,642人
出資総額	454,445,500円
一人平均出資額	18,442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>



合格おめでとう

病院や診療所では様々な専門職が働いています。現在、日本中の医療現場で深刻な人手不足が起こっており、特に地方ではその傾向が顕著です。高崎中央病院では特に医師、看護師の人員不足を解消するために「医学生委員会」や「看護学生委員会」を開催しています。

その活動の一環として、高崎中央病院では毎年、医学科や看護学科に合格した学生を招いて合格を祝う会を開催しています。

3月14日の土曜日、高崎中央病院で看護学生委員会と医学生委員会が協同で「医看合同合格を祝う会」を開催しました。

未来の仲間づくり

看護学生委員会・医学生委員会



先輩から

ます。今年は3月14日(土)に「医看合同合格を祝う会」を開催したので、その様子をお伝えします。

後輩の合格祝いのために集まった先輩学生に囲まれて、高校を卒業したての参加者は少し緊張気味の様子？しかし、フルーツバスケットでみんな一緒に身体を動かすように打ち解けたようでした。その後はテーブルに並べられたケーキやお菓子を食べながら賑やかな談笑が続きました。最後は花束の贈呈。4月にははるな生協に入職する看護学生にもサプライズで、花束

を贈りました。楽しく和やかな祝う会で、参加した学生たちにも良い思い出になったかなあ、と思っています。祝う会を通じて出会った学生たちが学校を卒業した後、私たちと同じ地域医療の担い手として頑張ってくれるよう、今後も応援していきたいと思っています。

また、はるな生協が加盟する群馬民主医療連合機関(群馬民医連)は、私たちの医療理念(医療福祉宣言・綱領)に共感し、将来私たちと一緒に地域の医療を担ってほしいという意思のある学生さんに対して、修学の一助として奨学金の貸与(給付を含む)をしています。ご興味のある方に



みんなで祝い



入職おめでとう

は詳しい説明や資料をお送りさせていただきます。ご家族やご親戚など、身近に今年医学部医学科・看護学科に入学される方が

おられましたら、是非担当職員までお伝え下さい。(医学生担当 中村日出彌)



がんばってね



楽しく懇談

あなたにとつて『自立』とは、どんな状態ですか？

脳性まひの障害がある熊谷晋一郎さん(小児科医/東京大学先端科学技術研究センター・特任講師)は、『自立』は、依存先を増やすこと」と述べられています。健康者は何にも頼らずに自立している、障害者はいろいろなものに頼らないと生きていけない人だと勘違いされていますが、実は逆で、健康者はさまざまなものに依存できている、障害者は限られたものにしか依存できないというのが熊谷さんの主張です。実は膨大なものに依存しているのに、『私は何にも依存していない』と感じられる状態(錯覚)こそが、『自立』といわれる状態と言え換えることができます。世の中のものほとんどものが健康者向けにデザインされていて、その便利さに依存していることを忘れていくわけですね。▼視点を変えて、高齢者の『自立』について考えてみます。「周りに迷惑をかけたくない」という方は多くいますが、その思いが、依存先を減らし、『自立』を妨げてしまう危険もあります。『自立』のためには、「迷惑をかけて当たり前」という考えから出発し、当事者が「依存先を増やす」一步を踏み出す姿勢と、「おたがいさま」と言える地域・街作りの両者が必要なのかもしれません。

(西)

お金の心配なく
必要なときに
必要な医療が受けられる社会を
めざして

**無料・低額
診療事業の
お知らせ**



はるな生活協同組合



医療福祉相談員
清水 恭子

当院が無料低額診療事業を開始してから、今年の3月1日で3年が経過致しました。この場をお借りして取り組みの実績、これからの課題について、報告させていただきます。

医療福祉相談室から

**無料低額診療事業
3年間の振り返り**

要は「生活に困窮されている方の医療機関にかかる際に生じる一部負担金を減免する制度」になります。利用には一定の条件があり①はるな生協の定款地域にお住まいか通勤されている方②世帯の収入が生活保護基準のおおむね140%以下であることなどです。当法人では高崎中央病院およびはるな生活協同組合歯科診療所が行っています。

ソーシャルワーカーとの面談等必要な手続きを経て利用の可否を決定致します。2014年度の利用実績(病院)は外来211人・入院83人の延べ患者数でした。2015年度は1月現在で、外来233人・入院212人の延べ患者数です。減免を認定している患者さんの数でみると最近3月30日人程で、実際に受診されている方はその半分の患者さんで15人程になります。認定者と受診している数に差がでるのは患者さん個人ではなく世帯で認定するものだからです。

この制度は1951年に作られた古い制度です。「国民皆保険」と言っている国民の医療保険加入が義務になる前、保険がなく医療にかかれな方を医療へつなげるための制度でした。ではなぜ赤ちゃんからお年寄り全員が医療保険に加入しているのに、保険がない時代の古い制度を活用しなければならぬのでしょうか。それは派遣労働者の増加や国民健康保険制度の改悪など私たちを取りまく労働・社会保障制度などが大きく変えられ「保険証がなく病院にかりたくてもかかれぬ、我慢して手遅れになってしまふ」事例や相談が全国的に数多くみられるようになったからです。当院でもそのような事例があったことをきっかけに制度に取り組むことになりました。

病院に「支払えないけど診てもらえますか?」「保険証がなくても診てもらえますか?」と聞けるでしょうか?この制度を開始してみると病院に大きなハードルを感じているかたが、病院にかなりやすくなる大きなメ

ボランティア募集

通町診療所 デイケア

月・金

- ・利用する方へのお茶の用意と片づけ
- ・お風呂上がりのお髪を乾かす
- ・お話し相手
- ・一緒に運動

☎322-6534

*駐車場については、事務長に声をかけてください。

病院デイケア

月～土

- ・髪を乾かす
- ・お話し相手
- ・一緒に運動・頭の体操
- ・食事の配膳を手伝う
- ・ベッドの準備・片づけ

☎323-2753

ほほえみの杜 デイホーム

月～土

- ・お茶を出す
- ・ベッドの準備
- ・園芸(野菜・草花の植え付けや手入れ)の指導
- ・俳句を教える

☎395-8873

ほほえみ デイサービス

月・火・水・土

- ・お茶を出す
- ・ベッド・布団の準備
- ・一緒に運動
- ・活動の助け
- ・お話し相手

☎330-6031

募集につきましては、各事業所へ直接、問い合わせください。

ボランティア事務局 (組合員活動部内)

☎323-2762

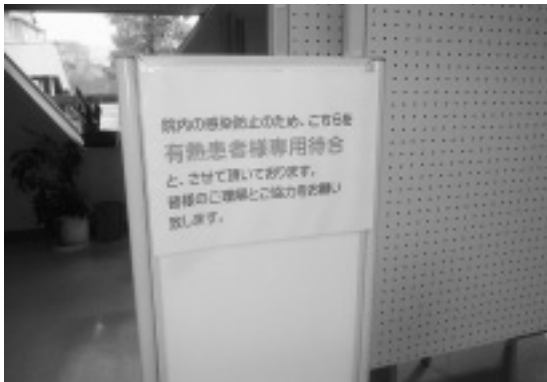
**誰でもが出来るお手伝いを
都合の良い時間・曜日で**

*時間が空いている時に見学してみてください

ッセージだと実感しています。まずは病院に来ていただき社会保障制度などにつながることで生活を立て直すことができたかたもいらっしゃると思います。

ただこの制度の利用がゴールではありません。事例を通して、自治体などに協働で働きかけることにより、国保などの社会保障が十分機能していないことを自治体・国に伝えやすくなります。国と行政に国民のいのちを守る責務を放棄させてはいけないと思います。すぐには大きな変化・改善には結びつきませんが粘り強く、そして職員と組合員が協同しながら運動を続けていきたいです。

(清水 恭子)



組合員の疑問に答える!

「聞きたくて聞けないいろんなこと」

⑯ 外来診療委員会をご存知ですか?

緑十字で外来診療委員会の紹介するのは、初めてかもしれません。

読んで字のごとくなのですが、皆さんが通院されている1階の各科の職責者が集まって、毎月1回それぞれが気付いた問題点を持ち寄り改善に向けての話し合いや情報の共有をしています。

渋谷功医師を責任者に外来看護師、検査室、放射線科、医事課、管理事務、必要に応じて健診室や栄養科などが参加する

虹の箱の投書で外来に関わる出来事は、この会

メンバーです。冬になると、何となく外来センター前の雰囲気が変わっているのをお気づきでしょうか?インフルエンザが流行し始めると、有熟患者専用のスペースを確保したり、予防接種の受付の場所や患者さんの診察の動線により判りやすくするために掲示物の工夫をしています。

議で情報を共有してかかりやすい病院づくりを目指しています。もし、何か気になる事があったら、職員に声をかけてください。皆さんの声がかしていきけるようにメンバーで知恵と力をしぼります。

(田村 明子)



健診室からのお知らせ

2015年度より人間ドック・健康診断料金が変わります。

ドック料金と追加検査の料金

	通常料金(税別)	組合員(税別)
ドック	¥32,000	¥25,600
頸動脈エコー	¥2,800	¥2,240
骨密度	¥1,120	¥890
腫瘍マーカー2項目(CA19-9、CEA)	¥4,270	¥3,410
内臓脂肪測定	¥3,000	¥2,800

ご不明な点は健診室までお問い合わせください。☎027-323-2181(健診室直通)

高崎中央病院

診療案内

2015年4月1日～

		受付時間	月	火	水	木	金	土	
午前	内科	一般	8:50～12:00	櫻井康喜 佐藤 浪谷 桐生	櫻井康喜 浪谷 池田 桐生	佐藤 桐生 池田 大宮 (担当医)	佐藤 桐生 浪谷 高橋	浪谷 池田 大宮 石井	
		専門	8:50～12:00		【専門】 呼吸器外来 禁煙外来 頭痛外来 睡眠時無呼吸外来 ペースメーカー外来	【心臓】 桐生	【肝臓】 佐藤	第1週 佐藤・浪谷・池田・森 第2週 <休診> 第3週 佐藤・浪谷・池田 第4週 浪谷・池田・森 第5週 浪谷・池田	
	整形外科	8:50～11:50						【群大医師】	
	皮膚科	8:50～11:50			群大医師 (予約制)				
	外科	一般	8:50～12:00	小林	高橋	【乳腺・一般】 小林	大下	【乳腺・一般】 小林	第1週 小林 第2週 <休診> 第3週 小林 第4・5週 大下
		術後	予約のみ	大下 9時～10時	大下 1・3週 9時～12時				
	小児科	8:50～12:00	柳澤	山内	山内	鈴木	鈴木	第1・3・4・5週 鈴木 第2週 山内	
午後	内科	一般	3:00～5:00	浪谷 (担当医)	佐藤 浪谷 高柳 【専門】呼吸器外来	高橋	第1・3・5浪谷 第2・4茂木 【専門】呼吸器 外来	浪谷 大宮	※小児の予防接種・乳児 検診については、小児科 へお問い合わせください。 小児科直通TEL 027-323-2607
	外科	右記 参照	3:00～5:00				【大腸肛門】 第1・3大島		
	小児科	一般	3:00～6:00	鈴木	鈴木	山内	鈴木	柳澤	
夜間	内科	5:00～7:00	高橋	石井		佐藤			

※上記以外に以下の専門外来もこなっています。

◆乳腺外来 → 水曜・金曜午前8時50分～12時

◆胃ろう外来 → 胃ろうに関するご相談(担当:佐藤)

◆予防接種外来 → 海外渡航予定の方の予防接種相談(担当:鈴木)

※小児科については「小児科診療案内」をご覧ください。小児科窓口に置いてあります。

◆甲状腺・内分泌・糖尿病外来については医師にご相談ください。

◆注診・訪問診療については医師にご相談ください。

診療科

保険証

受付

*外来診療は予約制を基本としております。ご予約の患者様は予約受付にて受付をお願いいたします。

*ご予約されていない方は総合受付にて受付をお願いいたします。急患の方やご気分の悪い方は、ご遠慮なく受付・外
来看護師にお話ください。

*太字は、診療体制が変更となっております。

*第2土曜日は診療を縮小しており、内科・外科は休診です。小児科・整形外科は午前中のみ診療しております。

*時間外・休日・夜間の救急対応もしております。ご来院いただく前にならずお電話にてご連絡ください。

*診療案内はホームページでもご覧いただけます。(URL: <http://www.harunacorp.jp>)

お電話での予約や変更など受け付けております。ご遠慮なくご利用下さい。(9:00～17:00)

予約専用電話 Tel (027) 323-2808

はるな生活協同組合 高崎中央病院 Tel (027) 323-2665(代)

骨密度装置が新しくなりました

放射線課では、2015年1月、HOLLOGIC社製『Discovery』に骨密度装置を更新しました。今回の更新で大きく変化したことは、測定部位が「前腕」から「腰椎・大腿骨」になったことです。(前腕での測定も可能です)

線を使用するDEXA(デキサ)法と言う方法で、超音波などを用いた他の測定法と比べ測定精

度が高く、治療効果の判定や経過観察などを行なうのに優れています。特にDEXA法を用いた「腰椎・大腿骨」の測定は、骨折リスクをよく反映し、骨粗鬆症の診断において最適な測定方法とされています。また、新しい装置は、

精度の高い測定が可能であり、使用する放射線の量が少ないため被曝量も少なく検査を行えます。

検査方法

- ・検査は仰向けに寝ていただきます。
- ・検査時間は、腰椎と大腿骨の2カ所を測定す

るため5分～10分程度です。

将来、寝たきりにならないために

高齢化社会を迎え、骨粗鬆症が増加、骨折する

と場合によってはそのまま寝たきりになってしま

うことも。定期的に骨密度測定を行い、骨密度の

減少を早期に発見するこ

とで骨粗鬆症に対する適

切な治療と予防を行うこ

とが重要です。

気になる方は一度検査を受け

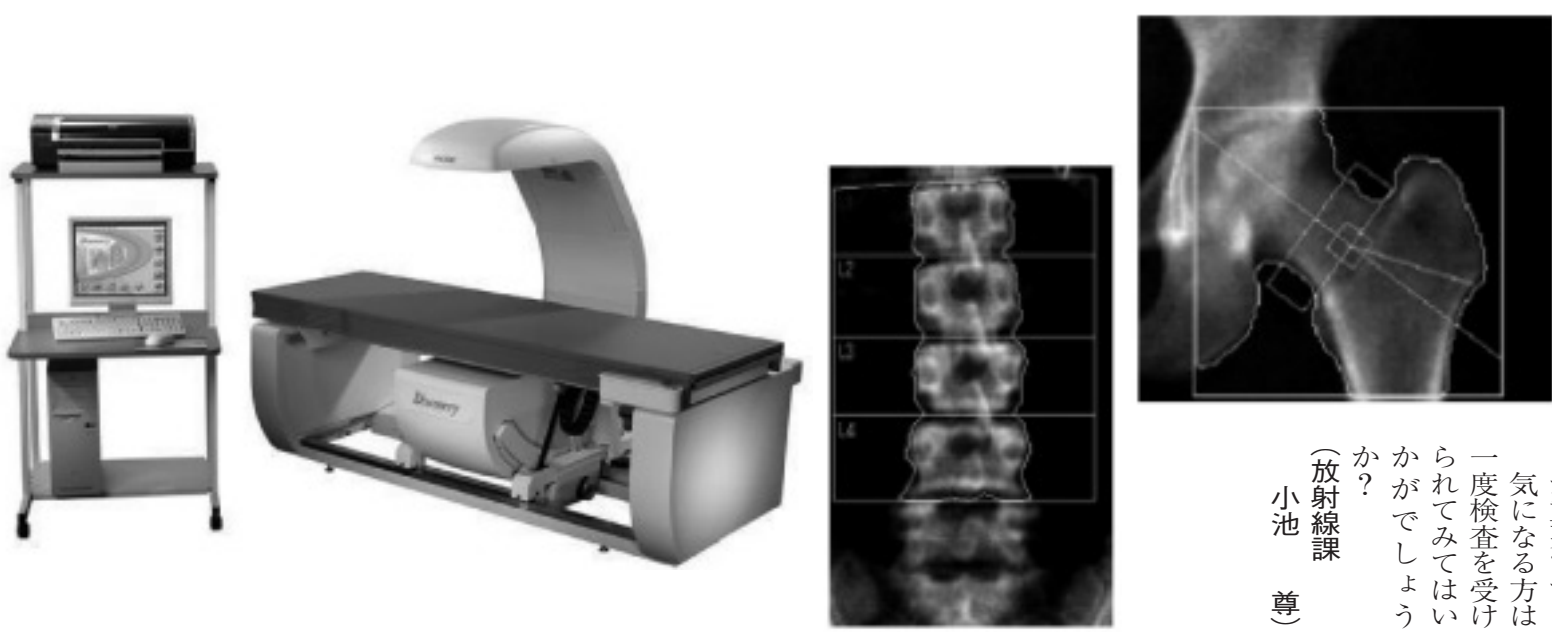
られてみてはい

かがでし

か?

(放射線課

小池 尊





園児たちのアピール（虎舞）

3月8日（日）、力あ
わせる200万群馬「さ
よなら原発アクション」
が高崎城址公園で行われ
ました。今年で4回目を
迎えました。原発をなく
そうと運動する団体や個
人をつくる実行委員会が
中心となり、約800人
の参加者が「脱原発、原
発再稼働反対！」という
一点で県内各地から集ま
りました。
アトラクションでは、
「脱原発」を訴える音楽
をグループやバンドで披
露。今年はいわき総合高
校の皆さんによる「フラ
ガールズ」が日頃の練習
の成果をフラダンスで一
生懸命披露していまし
た。集会では、元福島第
一原発労働者、南相馬市
同慶寺住職による原発事

3・8さよなら原発アクションに800人が参加

原発事故から4年。事故はまだ何も解決
していません。原発からは未だに放射能が
漏れ続けています。はるな生協では今年も
脱原発・再生可能エネルギーへの転換を求
めて各地の集会などに参加して行きます。



たくさんの参加者

故による実態のお
話があり、集会
アピールでは、保
育園の園児たちが
元気よく踊ってい
ました。鈴木隆院
長は、壇上で「原
発の再稼働をなく
すことが一番の予
防である。」と訴
えていたのがとて
も印象的でした。
その後、駅前をま
わるコースをパレードを
しながら、脱原発をアピ
ールしました。
毎年参加者が減ってい
ますが、風化さてはいけ
ない運動です。原発がな
くなる日まで、粘り強く
運動を進めましょう。

社会保障委員会からのお知らせ

① [空間放射線量測定 第3弾]

今年も空間放射線量の測定を行います。
昨年同様に近隣の公園・広場などの汚染状況をご一緒に調
べてみませんか。

調査期間：4月25日（土）～5月25日（月）まで

※各支部で日程を決めて下さい。

社保測定チーム「はかり隊」がみなさんの地域へお伺いし
ます。是非、ご連絡下さい。

※昨年計測した地域は、今年もお伺いする予定です。

＜お問い合わせ＞

組員活動部（社会保障委員会・事務局）野村まで
☎027-323-2762

② [第31回 憲法記念日集会]

第31回

憲法記念日集会

2015年

5月3日(日) 憲法記念日

開場11時30分 開会13時 演説13時05分 講演14時00分 閉会15時30分
■交流広場・パフォーマンスは11:30～13:00

群馬音楽センター

高崎市高松町28 TEL 027(322)4527 託児所・手話通訳あります

みんなの力で
フデキな集会を！

参加協力券
500円
18歳以下は無料

記念講演

戦争する国づくりを止め
憲法改悪を許さないために

弁護士 宇都宮 健児氏

現在、原発の再稼働と輸出、社会制度の改悪、雇用破壊、消費税増税、TPPへの
参加、国家戦略特区構想の推進、教育の反動化、憲法9条を破壊し海外で戦争する
国を目指す集団的自衛権行使の容認など、憲法に関わる問題が頻出しています。
このような問題を検討し、憲法改悪を許さないためには、どのような取り組みが求
められているか、一緒に考えましょう。

プロフィール
1971年弁護士登録、東京弁護士会所属。地下鉄サン事件被害者弁護団団員。在日韓国朝鮮人問題、多国籍
日本弁護士連合会会長などを歴任。弁護士として、クレジット・サラ金問題に早くから取り組み、多国籍債
権に苦しむ多くの人を助けてきた。現在、全国クレジット・生活再建問題対策協議会代表幹事、全国やま
い会、市民連帯問題対策協議会代表幹事などを務める。また、「反原発ネットワーク」代表幹事として、市民
問題の解決に向けた運動にも取り組んでいる。著書に「消費者会議 実態と救済」（岩波書店）、「反原発一
半生の記」（岩波）、「希望社会の構築」（岩波）、「自己責任論の虚」（ベストセラー）、「脱原発論法—社会はど
う変わるのか」(岩波、東洋館書店)など多数。

記念演奏

クインテットぐんま クラシック・ポピュラー・懐メロ

第2ヴァイオリン
高橋智子

チェロ
宮坂保一郎

第1ヴァイオリン
秋葉美菜

ヴィオラ
池田美代子

コントラバス
若林 昭

群馬の団員等、群馬で活躍するプレーヤー
により憲法記念日集会のために結成された
弦楽五重奏団。メンバーは、オーケストラ
での演奏や後進の指導の他、福祉施設や幼
稚園・保育園での演奏等、社会に貢献する
活動も各自積極的に行っている。

・モーツァルト／ディヴェルティメントより
・パッサリ、G線上のアリア
・川の舟歌のように
・宇都宮健児ヤマト ほか

主催

5.3憲法記念日集会実行委員会

連絡先

法律事務所コスモス

前橋市新前橋町1-35 TEL 027-256-8910

駐車場(有料)

なるべく公共交通機関をご利用ください
市営駐車場は、チラシ又はチケットを呈
示することにより駐車料金が半額になり
ます。

＜チケットに関するお問い合わせ＞

お近くの理事または支部役員

組員活動部（社会保障委員会・事務局）野村まで
☎027-323-2762

サ高住2号施設 建設委員会よりお知らせ

◆地鎮祭を3月7日（土）に実 施しました

当日は、肌寒い曇りでしたが
無事に地鎮祭を行うことができました。



3月7日 地鎮祭を実施

◆補助金交付が決定

2月3日に申請を行った補助
金について、3月10日付けでサ
高住2号施設への「補助金支給
決定通知書」が届きました。



3月23日 杭打ちを開始

◆3月23日（月）着工しました

地鎮祭・補助金決定を受けて
3月23日（月）より着工しまし
た。

完成まで約7か月、引き渡し
は10月中旬、開業は11月を予定
しています。



3月31日 堀削にとりかかる

地域包括ケアの拠点

「高齢者あんしんセンター通町」がスタート

4月1日から高崎市では、介護予防・生活支援総合事業が始まります。これまでの軽度者（要支援1・2）の方は、地域包括支援センターで、認定を受けることになりました。

高崎市では、地域包括支援センターの名称を「高齢者あんしんセンター100」に変更して新しい制度に対応します。はるな生協では、「高齢者あんしんセンター通町」が、通町診療所に事務所



をにおいてスタートします。このセンターは、高齢者の抱える心配ごとや悩みごと、介護保険に関する疑問などの総合窓口です。相談は、電話や来所に加えた窓口での受付ばかりでなく、お宅へ訪問して相談をお受けします。

設置場所は、通町診療所の3階で、担当地区は、「中央」「南」「城南」の3つの校区が担当地域になります。電話は、322-2011です。



お気軽にご相談下さい。
(長谷川 彰)

今年も楽しくイチゴ狩り

乗附支部・下乗附班

3月18日(水)、乗附支部・下乗附班が、恒例「お出かけ班会」を行い、7人が参加しました。渋川市の「はらだいち園」に行きました。いちごの食べ放題とお土産にいち



楽しいイチゴ狩り



買い物を楽しむ

地域包括ケアを学ぶ

六郷支部新井団地班

3月26日(木)、六郷支部新井団地班が、地域包括ケアの学習会を行いました。当日は、予想を越える24人が参加。関沼光好専務理事の話に耳を



熱心に聴き入る

傾けました。「これからの自分達の問題だ」「どんなことができるか考えてみよう」など、様々な意見がよせられました。「生協から離れた地域でも、いろんな活動にチャレンジしたい」と、支部長の朝岡和夫さんは語っていました。

栄養課 だより

〈腸すっきり！ 便秘は治る〉

新生活が始まり、生活習慣を見直すには良い季節です。健康維持に食べたものは欠かせませんが、食べたものが体の外に排泄されることも重要です。食物繊維



②空腹の状態
で胃に食べ物が入って刺激となり、便秘が起きます。朝ごはんを食べて、そのあと30分くらいが最もよい排便タイミング。この時間を確保す

るためには早起が必要ですが、出かける前にすっきり出る快感は、何物にもかえがたいものです。
③自律神経の働きが悪い状態では、腸の動きも鈍くなります。自律神経を動かせるには、汗をかくことが有効です。いすにすわって腕と足を動かす模擬ウォーキングでも15分続ければ汗が出るものです。毎日1回は意識して体を動かし、汗をかきましょう。

今回は種類が豊富で、いつでも手に入るきのこ料理を紹介します。
きのこは食物繊維を豊富に含んだ低カロリー素材。風味も菌ごたえも多彩なのでいくつかを組み合わせ、特徴の違いを楽しんでみましょう。では料理をご紹介します。

《きくらげといたけの オイスターソース炒め》

●材料(2人分)

- ・きくらげ……………乾10g
- ・生しいたけ……………4枚
- ・ごま油……………小さじ2
- ・オイスターソース……………小さじ2

●作り方

- ①きくらげは水でもどして水けを絞り石づきを除いて1口大に切る。
- ②しいたけは石づきを除き、縦6つずつに切る。
- ③フライパンにごま油を熱しきくらげ、しいたけを入れて強火で炒め、オイスターソースを加えてからめる。

〈1人分の栄養価〉

- ・エネルギー……………58kcal
 - ・塩分……………0.7g
- (調理師 串田 葉月)

介護学校公開講座 「認知症学習会」 実 施

3月9日(月)・16日(月)の2回にわたり、はるな生協「介護学校」公開講座・認知症学習会を行いました。ボランティア部会と介護学校が協同で開催したもので、2回で37人の参加でした。

講師は、町田由紀江「ほえみの杜」施設長が担当しました。認知症の基礎的知識からその対応と予防などを学びました。参加した善如寺嶺子さん(佐野支部)の感想を紹介します。
「明日は我が身、この病気になりたくない。」



という一身体この講座を受講しました。やはり普段の生活習慣を見直して、運動や食生活など楽しい事をしたり、考えたり、家族や友人とのおしゃべりなどコミュニケーションが一番大事であると感じました。

