

－はるな生協の現況－ （2018年6月30日現在）

組合員数	23,155人
出資総額	433,729,500円
一人平均出資額	18,732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

7月号



ウソと医療の 改悪ダメです

総代会は、小笠原理事

が開会で「平和で長生きして良かったといえる長寿社会にふさわしい社会保障制度をつくりましょ

う」と挨拶したのち、議長に田村理総代（石原支部）山口みゆき総代（安中支部）が選出されました。

充実した社会保障は平和のなかにあつてこそ――。はるな生協（理事長 櫻井康喜）は6月16日、第66回総代会を高崎市総合福祉センターたまごホールで開き、1年間の事業報告と2018年度の事業方針や予算、新役員などを決めました。総代会には総代、役員、傍聴者合わせて236人が出席しました。新理事長には、鈴木隆氏（病院長）が就任しました。

▼関連記事 2面、3面に掲載

第66回通常総代会

健康も暮らしも平和が土台

はるな生活協同組合

たまごホール



小笠原理事

はじめに櫻井理事長が理事会を代表して挨拶冒頭、長年、医療事業に貢献した当病院長の鈴木隆医師が名誉ある県総合表彰を受賞したことを報告、「安倍内閣がモリ・加計、日報改ざんなどウソとごまかしに終始する一方で、国民健康保険の都道府県化や介護の分野でも弱い者いじめの社会保障費の大幅な削減を推し進めている」と指摘。「医療や介護事業の取りまく環境は依然厳しいが、地域住民の声に応



櫻井理事長

える医療・介護事業と運動をさらに大きく進めよう」と呼びかけました。また、総代会には全国の医療生協団体から祝電・メッセージが寄せられ紹介されました。

輝く命と暮らし 平和の中にこそ

つづいて、関沼専務理事から事業報告及び決算、18年度の事業方針と予算、役員選任、役員報酬に関する4件の議案が提案されました。

関沼専務は、生協の取り巻く情勢にふれ、「憲法改正」が現実迫っている。平和があつてこそ住民のいのちと暮らしを守る事ができる」と強調。「平和憲法（9条）を守り、改憲を許さない取り組みを強めよう」と呼びかけました。事業報告では、経営の重点課題として累積赤字の解消と介護施設「ほほ



新任理事代表 鈴木隆理事長挨拶

活発な補強討論 議案すべて可決

質疑討論では、6人から総代から活動方針に対

えみの杜」の改善に役員、組合員一丸となつて取り組んだ結果、累積赤字全てを解消することにまで至らなかったが黒字を計上し、「ほほえみの杜」も大幅な収支改善ができた」と強調。一層のご協力を訴えました。

引き続いて、女屋監事が監査報告をしました。休憩後、18人の新入職員が登壇、佐藤看護部長から1人ひとりが紹介され抱負を語ると、会場が温かい拍手に包まれました。

閉会直後に開かれた第1回理事会で新理事長に選出された鈴木隆病院長から、今回退任する櫻井前理事長をはじめ前理事、監事に感謝状と記念品が手渡され、退任役員を代表し伊藤前理事が「退任後も引き続き地域のなかで生協発展のため頑張る決意だ」と挨拶すると盛んな拍手が贈られました。

はるな生活
協同組合



「すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する」日本国憲法25条に示された「生存権」です。憲法に「国民に権利がある」と書かれている場合、それを保障する「義務」が国にはあります。この25条には特別に、2項で「国は、すべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない」と具体的に規定されています。▼「健康で文化的な最低限度の生活」とはどんな生活なのでしょうか？そしてそれは誰が決めるのでしょうか？▼「人間裁判」と呼ばれる「朝日訴訟」で朝日茂さんは、「最低限度の生活」を問いつけました。この間も、国の社会保障費削減が人間らしい暮らしを脅かすとして、数々の社会保険裁判がたたかわれています。▼全日本民医連は、639の関連医療機関対象の調査によると、経済的理由で治療が遅れて死亡した例が2017年に63件あったと公表しました。非正規雇用を増やす雇用政策や「自助・共助」を推し進める社会保障を削減する政策の結果です。▼「向上及び増進」に努めることが保障を削減し続けることなどあつてはならないことです。▼「権利はたたかうもの」の手がある「朝日さんの訴え」が胸によみがえります。

（T）



支部表彰

仲間増やし達成支部職場は昨年を下回りましたが、出資金増やしでは昨年を上回る事ができました。

達成支部・職場表彰

退任理事を代表して、伊藤国夫理事が挨拶を行いました。

退任理事挨拶

議案に対する質疑は3人、活動報告が3人、補強発言2人が行われました。

議案補強発言

木間博明総代（藤岡支部）
斎藤有功総代（矢中支部）
井田久美子総代（高南支部）

斎藤有功総代
病院利用委員会、病院倫理委員会で作成した「私の意思表示ノート」の紹介、活用と普及の訴えがされました。

発言・活動報告で
議案深める

ロジエクトでの検討内容を報告、機関紙を組合員に届け生協の活動を知らせる事を呼びかけました。



新入職員の紹介



伊藤理事代表挨拶

2018年度事業方針

事業報告書のとおり、2017年度は累積赤字を解消するに至りませんでした。2018年度は、今度こそ累積赤字を解消することが求められます。また、昨年の介護センターほほえみの杜に続き、高齢者住宅虹の家の収支改善を図り、事業展望を切り開くことが求められます。

さて、2018年度は、診療報酬と介護報酬の同時改定に加え、都道府県の地域医療計画や医療費適正化計画、市町村の介護保険事業計画が改定され、国の2025年「改革シナリオ」にむけ大きな節目の年となります。このダブル改定・トリプル計画への対応が求められます。

県の地域医療構想では、高崎・安中医療圏は、2025年必要病床数に対し、高度急性期186床過剰（39.7%）、急性期969床過剰（49.8%）、回復期846床不足（180.8%）、慢性期88床不足（8.5%）とされており、今後これにもとづく病床の再編が進められます。この間の病床機能の見直しや運用改善の取り組みをさらに進め、求められる病床機能を明確にし、地域包括ケア病床増床等の対応を急ぐ必要があります。

介護予防・日常生活支援総合事業は、2017年度から全ての自治体で実施されました。あんしんセンター通町の充実を図るとともに、全国の進んだ経験に学び、生協の事業・運動・組織づくり三位一体で居場所づくりや有償ボランティアの取り組みを進め、また組合員自らの問題として健康寿命を延ばす取り組みを広げることが求められます。健康づくりや介護予防・生活支援の取り組みを支部や班の活動として位置づけ、安心ネットワークづくりを進めましょう。

1. 主な事業計画

- ①医療事業では、病床機能の見直しや運用改善をさらに進めるとともに、地域包括ケア病床の増床、サブアキュート機能を強めます。
- ②かかりつけ医機能、在宅療養支援機能の強化、組合員の利用結集による患者増や健診拡大に取り組みます。
- ③福祉事業では、高齢者住宅やショートステイの利用者確保に努めます。また訪問看護、訪問介護、訪問リハビリの強化、通所系サービスの機能見直しと利用者確保に努めます。
- ④新「中長期計画」にもとづき新規事業の具体化を進めます。
- ⑤介護予防・日常生活支援の取組みでは、あんしんセンター通町の業務の充実や有償ボランティア「あんじゃねえ」の拡大強化、生活支援のできる組合員組織づくりを進めます。

2. 経営活動

（1）経営計画

- ①高齢者住宅虹の家の収支改善を図り、全事業所で経常黒字をめざし、3,500万円の経常剰余を確保して、累積赤字を解消します。
- ②事業キャッシュフロー（事業で生み出した資金）を確保し、資金管理を強めます。
- ③経費削減、人件費適正化に努めます。
- ④設備投資は、新規事業を除き、総額1億3,000万円を計画します（リース資産含む）。
- ⑤3,000万円増資運動に取り組み、自己資本の強化を図ります。

（2）管理運営など

- ①内部統制システムの構築に取り組みます。
- ②ISO9001（品質管理や品質保証に関する国際規格）システムを柱に業務改善に取り組みます。
- ③住所不明組合員調査に取り組みます。

3. 医療・福祉・健康づくり活動

（1）医療活動

（高崎中央病院）

- ①地域で必要とされる医療機能を見極め、それに合わせた病床機能の更なる転換を行います。
- ②在宅療養支援病院として在宅医療の拡大を図るとともに、法人内外の事業所との連携を強化し、質・量ともに充実を図ります。
- ③患者、利用者の声に耳を傾け、医療・介護の質の改善を継続的に進めます。
- ④医師・看護師をはじめとした専門職の確保と養成を進めます。
- ⑤HPH加盟に向けた活動に取り組みます。
- ⑥甲状腺エコー健診や相談活動などを通じて、原発事故・被ばく問題について引き続き取り組みます。

（通町診療所）

- ①かかりつけ医療機関として、患者1人ひとりのニーズに合わせ、多職種で連携しながら、より良いサービスの提供に努めます。
- ②患者・利用者の声を反映した医療、介護の質の向上及び改善の取り組みを継続します。また、ICT（情報通信技術）を活用し、医療と介護、多職種連携を強化していきます。
- ③事業所の経営を維持・発展させるため、数値目標を意識してより良い成果が出せるよう取り組みます。

（歯科診療所）

- ①いつまでも「口から食べること」を目標に、組合員・患者の口の健康増進のための歯科医療をめざします。
- ②安心・安全・信頼の歯科医療を進めます。
- ③在宅歯科医療の充実を図り、通院困難な患者への対応を強化します。
- ④保健予防活動を重視し、健康な口づくり、まちづくりをめざします。
- ⑤歯科医師の初期研修を継続的に受入れ、単独型研修施設の取得をめざします。

（2）介護・福祉活動

（在宅福祉総合センターほほえみ）

- ①利用者の意思と人格を尊重し、常に利用者の立場に立って、医療・介護サービスを提供するように努めます。
- ②利用者が住み慣れた地域で安心して生活が送れるように支援します。また、家族や関連部署との連携で情報共有を図り、提供するサービスの充実にも努めます。
- ③アンケート調査などを分析し、不十分な所を改善します。また、サービスの拡充に努力し、利用者に満足していただけるよう努めます。

（介護センターほほえみの杜）

- ①高齢者住宅は、「安心して住み続けられる住宅」をめざすとともに、入居者の満足度をよりいっそう高めます。
- ②デイホームは、機能訓練を強化し、ADL（日常生活動作）の維持・向上をめざします。レクリエーションの内容も利用者の希望に添えるよう企画していきます。また、認知症ケアの研修に積極的に参加し、認知症対応のレベル向上をめざします。
- ③ショートステイは、平日の利用者増をめざします。

（高齢者住宅虹の家）

- ①高齢者住宅は、今後も入居者を安定的に確保できるよう、環境や介護内容の充実に努めます。
- ②地域交流室の利用を広げ、地域の人たちとの交流を進めていきます。地域の人たちが気軽に相談できる場所として提供していきます（習字教室、介護カフェ、子ども食堂、認知症学習会など）。
- ③デイサービスは、生きがいや生活の質向上に向けた機能訓練レクリエーションを充実させていきます。職員の研修を進め、認知症の方への対応など、質の向上に努めます。
- ④訪問介護は、引き続き職員を確保し、1人でも多くの人が、地域の中で、その人らしく暮らし続けられるように支援していきます。

（高崎中央病院）

- ①デイケアは、地域包括ケアシステムにおける自立や社会参加を意識したリハビリを継続して行います。
 - ②訪問リハビリを積極的に進めます。
- （通町診療所）
- ①あんしんセンター通町は、引き続き地域の介護予防・生活支援活動を広げながら、関係機関との情報交換会や認知症サポーター養成講座を開催します。また、過去3年で取り組んだ実態把握の結果を分析し、求められる活動を検討していきます。
 - ②居宅介護支援事業所は、医療機関や行政、他の介護事業所との連携を強化しながら、高い稼働を維持していきます。
 - ③デイケアは、職員のサービス提供力量の向上に努め、広報紙発行で事業所の宣伝をし、新規利用者の確保に努めます。

（その他）

- ①認知症サポーター養成講座は、組合員向けも検討します。
- ②有償ボランティア「あんじゃねえ」は、協力者を増やすこと、組合員向けにどんな活動が必要かについてアンケート調査などにも取り組みます。

（3）事業所利用委員会

事業所利用委員会は、組合員、患者、利用者から寄せられる声を大切に、利用しやすい事業所をめざすとともに、組合員の利用結集を高めるように、職場と協力していきます。そのためにも「いのちの章典」の学習を深め、主体的に役割を果たします。

（高崎中央病院）

- ①「虹の箱」に寄せられる意見や要望に沿って、職場とも協力しながら改善に努めます。また、感謝やお礼についても各職場で共有します。
- ②利用委員による院内巡視や、職場との懇談を行い、患者・組合員が利用して良かったと思える事業所づくりをめざします。
- ③「私の意思表示ノート」を活用してもらうため普及します。
- ④多くの組合員が参加できるテーマで、「はるな元気塾」を開催します。
- ⑤「いのちの章典」の学習を継続して行います。
- ⑥他生協の利用委員会と交流を行い、優れた点を学びます。

（通町診療所）

- ①第19回ふれあいまつりを開催し、診療所のアピールと地域の方々と職員の交流を図ります。
- ②患者・利用者満足度アンケート等を通して、組合員・患者・利用者から寄せられた声を分析・共有・公表し、改善に努め、利用しやすい事業所づくりをめざします。

（歯科診療所）

- ①「虹の箱」に寄せられる意見や要望に沿って、協力しながら改善に努めます。また、感謝やお礼についても職場内で共有できるよう伝えていきます。
 - ②職場と協力しながら、患者に気持ちよく利用してもらうための事業所づくりに取り組みます。
 - ③利用委員による院内巡視を行います（10月）。
- （介護事業所）
- ①利用して良かったと思われる事業所づくりを職場と協力して進めます。
 - ②介護カフェを地域に広く呼びかけ、取り組みます。
 - ③生協独自の介護事業所の満足度アンケートに取り組みます。

（4）健康づくり

- ①「はるな健康体操」は、5年が経過し、マニュアルの見直しを行いながら、引き続き開催していきます。また、時宜に応じて講習会を開催します。
- ②健康チャレンジに取り組みます。県内4医療生協が統一した内容で進められるよう協力していきます。
- ③「まちかど健康チェック」に取り組みます。支部の協力も得ながら、地域の方に健康づくりの意識づけを行います。
- ④健康ハイキングに取り組みます。
- ⑤健康づくりに関する学習会などに、他の委員会とも協力しながら取り組みます。
- ⑥健康診断の大切さを職場と協力して広く伝える取り組みを進めます。
- ⑦健康づくりや健診に関して自治体と懇談を行います。組合員の声や要求を届けるとともに、制度改善の働きかけと、より良い関係づくりに努めます。

4. 組合員活動

生協の活動は、くらしを支え、安心して住み続けられるまちづくりにつ

ながります。事業や地域の取組みを広め、仲間を増やし、協同の力を大きく強くしましょう。

（1）地域に協同の「わ」をひろげる活動

- ①活動パンフレットや企画案内を活用し、組合員や地域に広く生協の魅力を知らせていきます。支部を紹介するパンフレットを検討します。
- ②支部つながりマップを作り、生協の活動と地域でつながれる場所や人々を見える化します。
- ③気軽に集まれる場所、誰でも参加できる班会を開催し、居場所を作ります。
- ④「緑十字」を読みやすく、手にとってもらえる機関紙として、内容をいっそう充実させます。
- ⑤機関紙を1人でも多くの組合員へ届けることを追求します。「機関紙配布率アッププロジェクト」の答申を受け、具体化を図ります。
- ⑥広報紙について検討を始めます。
- ⑦反貧困実行委員会を中心に継続してきた、10年目を迎える路上生活者支援炊き出し（月2回）やハローワーク前なんでも相談会（月1回）を引き続き取り組みます。また、2年目のふれあい子ども食堂（月1回）も引き続き取り組みます。
- ⑧生協のボランティア活動を紹介し、参加者を増やす取組みを行います。
- ⑨群馬県生協連女性協議会へ運営委員を送り、さまざまな企画に参加します。

（2）組合員と職員の協同を強める活動を推進します

- ①組合員・職員交流集会を開催し、交流を図ります。
- ②支部と職場のペアについて、他生協の実践を学び、具体化を検討します（現在3ペア）。
- ③組合員と職員が協力して、健康まつり、通町診療所ふれあいまつりを成功させます。

（3）組織を支えるひとづくりをすすめます

- ①支部役員や中心となる仲間が経験交流できる場を作ります。
- ②憲法の理念にもとづく「医療福祉生協のいのちの章典」を指針として日々の活動に照らし合わせ、生協の役割を伝えていきます。

5. 教育文化活動

くらしを豊かに楽しくするための教育文化活動をめざします。

- ①文化行事企画に取り組みます。9月7日に高崎総合福祉会館たまごホールにて、映画「星めぐりの町」上映会を行います。
- ②文化サークル活動として、地域の歴史や郷土の文化や自然にふれる「群馬の歴史散歩」に取り組みます。
- ③「うたごえ喫茶」を定期的に開催します。また、新春講演会や学習会などにも取り組みます。
- ④生協の通信教育について広く知らせ、組合員の受講を進めます。

6. 社会保障・平和を守る活動

国は、都道府県に「地域医療構想」や医療費「適正化計画」を策定させ、都道府県ごとの「地域差」を口実に、医療費・介護費を削減しようとしています。こうした医療や介護のさらなる改悪が進むなかで、学習と行動を柱に置き、患者・利用者の立場で行政へ働きかけ、社会保障費の抑制を止めさせる運動に取り組みます。また、憲法改悪が大きな山場を迎えることから、憲法改悪を阻止する取り組みをいっそう強めます。また原発ゼロをめざす取り組みなど、支部を中心に多くの組合員に広がっていきます。

（1）社会保障を守る活動

- ①医療や介護保険が改悪される医療保険制度改革関連法の見直しや消費税増税を止めさせる運動に取り組みます。また、高崎市社会保障推進協議会（高崎社保協）との集会や学習会に積極的に取り組みます。
- ②国民健康保険の都道府県単位化や高崎市の「新総合事業」の改善、高崎市をはじめ西毛地域の自治体との懇談を開催し、医療・介護の現場の声を行政に伝え、改善を求めます。
- ③東日本大震災への支援活動を引き続き行い、新たに発生する災害等に対しても支援活動を行います。
- ④年金など暮らしに直結する問題について学び、制度を良くする運動を地域の諸団体と連帯して進めます。
- ⑤生協らしい地域包括ケアに向け、誰もが安心して住み続けられるまちづくり運動に取り組みます。

（2）平和を守る活動

- ①憲法を守る活動に取り組みます。とりわけ、第25条（国民の生存権）と第9条（戦争の放棄）を守る集会や学習会への参加、署名運動等を積極的に行います。
- ②国民平和大行進や原水爆禁止世界大会、高崎平和コンサートに多くの組合員や職員が参加できるよう取り組みます。
- ③引き続き脱原発、自然エネルギーへの転換を求める集会への参加や学習会等を行うとともに、空間放射線量測定や被災地訪問に取り組みます。
- ④米軍機による低空飛行訓練の中止、群馬の空を守る運動や沖縄県辺野古新基地建設など米軍基地の強化に反対する運動に取り組みます。

※本議案の決議にかかり、その趣旨に反しない範囲の字句等の修正については理事会に一任します。

以上

健診室からお勧めしているオプション検査

項目	一般価格	組合員価格	項目	一般価格	組合員価格
Viewアレルギー39	12,580	10,070	肺がんコース (胸部CT・シワ)	13,000	10,400
アミノインデックス	28,000	22,400	CTセット (頭部・胸部)	18,000	14,400
アミノインデックス リスクスクリーニング	28,000	22,400	頭部CT(単純)	11,760	9,400
プレミアム コース	スタンダード (女性) 16,000 スタンダード 14,000	12,800 11,200	胸部CT(単純)	11,760	9,400
スペシャル コース	スタンダード (女性) 12,000 スタンダード 10,000	9,600 8,000	頸動脈超音波	2,800	2,240
スタンダードコース (女性) (腫瘍マーカー5種)	10,000	8,000	胃のABC検査	3,200	2,560
スタンダードコース (腫瘍マーカー4種)	8,000	6,400	内臓脂肪測定	3,000	2,800
プチコース (腫瘍マーカー2種)	4,270	3,410	肺機能検査	2,640	2,110
			甲状腺コース (TSH・FT3・FT4)	6,000	4,800
			骨密度測定検査	1,120	890
			外科診療	2,250	1,800

Viewアレルギー39

血液検査でアレルギーの原因を調べることで、検査です。平成17年10

Viewアレルギー39

アレルギー39項目の血液検査で、最新のオプション検査や、話題のオプション検査を案内しています。その中でも、今回は、特にお勧めの①Viewアレルギー39②アミノインデックスがんリスクスクリーニング(AICS)③アミノインデックスリスクスクリーニング(AIRS)についてご紹介したいと思います。

Viewアレルギー39

しかし、症状を有する患者様でも医療機関においてアレルギー診断を受けた患者様の割合は4割程度となっています。Viewアレルギー39

オプション検査のご案内

健診室では、最新のオプション検査や、話題のオプション検査を案内しています。その中でも、今回は、特にお勧めの①Viewアレルギー39②アミノインデックスがんリスクスクリーニング(AICS)③アミノインデックスリスクスクリーニング(AIRS)についてご紹介したいと思います。

月の調査によると、日本の人口の3人に1人が何らかのアレルギーに罹患していると言われています。しかし、平成23年8月の調査では、日本の人口の2人に1人がアレルギー疾患に罹患しているという結果がでました。アレルギー疾患を有する患者様は増加しています。

アミノインデックスがんリスクスクリーニング(AICS)

1回採血(約5ml)で、複数のがんを同時に検査することが出来ます。早期のがんにも対応しています。血液中のアミノ酸濃度を測定し、健康な人とがんである人のアミノ酸濃度バランスの違いを統計的に解析することで、現在がんであるリスクを評価する新しい検査です。

男性では胃がん、肺がん、大腸がん、膵臓がん、前立腺がんの合計5種のがんに対するリスクを評価します。女性では胃がん、肺がん、大腸がん、膵臓がん、乳がん、子宮がん・卵巣がんの合計7種のがんに対するリスクを評価します。それぞれのがんについて、がん

罹患している可能性を0・0～10・0の数値(AICS値)で報告します。数値が高いほど、がんである可能性が高くなり、判断する目安として、「ランクA」「ランクB」「ランクC」の3段階で表示されます。AICSはがんであるかどうかを確定するものではありません。

検査にはそれぞれに長所と短所があり、いくつかの検査結果を総合的に判断することで、がんを見つけ出せる可能性が高くなると考えられます。また、AICSは採血時のがんであるリスクを評価するもので、生涯に渡ってのリスクを評価するものではありません。で、定期的に検査することが大切です。

アミノインデックスリスクスクリーニング(AIRS)

1回の採血で現在がんである可能性を評価する従来のAICSに、「4年以内の糖尿病発症リスク」と「血液中の必須・準必須アミノ酸濃度に基づく栄養状態」の評価等を行う生活習慣病リスクスクリーニングを追加した検査です。

現代の日本人は過剰栄養と不足栄養が同時に存在している問題に直面しています。年に実施された厚生労働省「国民健康・栄養調査」によると、糖尿病が強く疑われる患者は約1,000万人、糖尿

0万人と推定されています。糖尿病の予防には、発症の前段階で食生活や運動習慣を見直し、健康な状態に戻すことが大切だと言われています。

欧米型の食習慣へ変化したことにより、日本人のたんぱく質と脂質の摂取量は増加しましたが、近年は高齢者の食べる機能の低下に起因する栄養不足や、間違った知識に基づくダイエット等による、たんぱく質摂取量の減少も問題です。たんぱく質は体をつくる最も大切な栄養素で、その不足はロコモティブシンドロームや貧血、免疫力低下と関連があります。

血液中のアミノ酸濃度バランスは健康な人では一定に保たれています。が、病気になるとそのバランスが変動します。さまざまな疾患で特徴的な変動を示す血液中のアミノ酸濃度バランスに着目し、現在の健康状態や病気の可能性も明らかにする検査です。

※左記が健診室でお勧めしているオプション検査です。

※プレミアムコース：頸動脈エコー、胃のABC検査、骨密度測定、腫瘍マーカー

※スペシャルコース：頸動脈エコー、腫瘍マーカー

ご不明な点は、健診室(直通027-323-2181)までお問い合わせ下さい。

「介護カフェ」のお知らせ

日頃介護に関わっている方が、介護で困っていることなど、お茶など飲みながら気軽に集える場『介護カフェ』を用意しました。
同じ悩みや不安を共有するだけでも、少し肩の荷が軽くなったり、また頑張ろうと思えたりするのではないのでしょうか。お気軽にお立ち寄りください。

日時：7月19日(木) 10時～12時
場所：高齢者住宅 虹の家 地域交流室
*職員と組合員が常駐しています。
*お茶を用意してお待ちしています。
*参加費は無料。
*上記の時間内ならいつでもお気軽にお立ち寄り下さい。

はるな生活協同組合 問合せ先：組合員活動部(宮原) 323-2762

認知症サポーター講座

日時：7月25日(水) 10時～11時
場所：高齢者住宅虹の家・1階地域交流室
申込先：高齢者あんしんセンター くろさわ
電話：027-353-2333 (井野まで)

3 配達者紹介 私も配っています！

為になる緑十字を届けます

大類支部 横川 綾子さん

今月から「緑十字」を配ることになりました。組合員になって約5年、体力をつけるために週1回のストレッチでお世話になっております。(大類支部では上大類公民館で毎週水曜日にストレッチ班会を実施)皆様の待っている、為になる「緑十字」を1年間頑張っ

て届けたいと思います。
よろしく願います。



“おしゃべりも元気の元” 片岡・八千代支部総会

6月12日、片岡・八千代支部総会は12人が参加して行われました。茂木支部長の挨拶で会が始まり、1年間の活動のまとめ・会計のまとめが報告されました。また今後の活動については、集まって顔を合わせる



40年の歴史を引きついで 乗附支部総会

6月9日、乗附支部は7人が参加し、総会を兼ねて、鼻高町にある希望の丘へサクランボ狩りに出かけました。鈴なりの甘酸っぱいさくらんぼをたくさん食べることができました。

下乗附班は、40年以上続けている班です。毎月1回公民館に集まって手作りの料理などをもちより、おしゃべりと健康チェックをこれからも続けていきます。

学んで実践

第6支部・かわせみ班会

6月13日、井野公民館で、膝関節と腰部中心に起こる症状の学習と、それらを予防する体操を行いました。椅子に

座って出来る体幹トレーニングや、ふくらはぎの筋力をつける運動（ロコモーショントレーニング）を全員で実践しました。「骨折や膝・腰痛予防の為に、日々継続して行うことが大切だね」と参加者の感想でした。

おろかももの之碑を訪ねて 六郷支部

今年の憲法記念日集会で、ジャーナリストの伊藤千尋さんは記念講演の冒頭に中之条町・林昌寺の「おろかももの之碑」を紹介した。日本の侵略戦争に加担したおろかももの実在を後世に伝えた碑だ。この碑を見に行こうと計画し、6月29日に六郷支部の仲間8人で訪ねた。



せつかくの旅だからと倉淵町をまわり小栗上野介忠順顕彰慰霊碑と東善寺で墓参りをし、榛名町を抜け中之条町に入った。おろかももの之碑を地元の青柳氏に解説頂き、町史である桃瀬の水牢も案内してもらった。水連が咲く静かな場

自身の体を知って 健康な夏を過ごそう

上大塚公民館（藤岡市）で、まちかど健康チェックを6月28日に行いました。参加者は16人。血圧・体組成・骨密度の測定を



したのちに、結果の見方と日頃気に掛けることについて説明しました。水分を一度に多く摂ると、体重はその分増えますが、水分の影響で体内を電気信号が流れやすくなり、体脂肪率の数値が低く出ることもありますので、水分の摂り方も気に掛ける必要があります。血圧以外にも、様々な側面から自分の健康状態を把握し、日々の過ごし方を考えていきましょう。

「星めぐりの町」上映会のお知らせ

○家族を失った少年と実直に生きる豆腐屋との運命の出会い

1人娘と2人暮らしをする主人公・島田勇作は、京都で豆腐作りの修行を積み、今は生まれ故郷で手間と時間をかけて美味しい豆腐を地域の人たちに届ける生活をしている。そこに東日本大震災で津波により家族全員を一瞬で失った少年・政美がやって来る。

運命の出会い。心に傷を抱える少年は、実直に生きる勇作との暮らし中で、少しずつ心を再生させていく。

この映画は、生きてゆくことの大切さを教えてくれる物語です。是非ご鑑賞下さい。

○日時 9月7日（金）

（午前の部）午前10時30分～

（午後の部）午後2時00分～

（夜の部）午後6時30分～

○会場 高崎市総合福祉センター たまごホール

○前売券 1,000円（当日1,300円）

○お問合せ 027（323）2762
（組合員活動部）

出演 小林稔侍、壇蜜、荒井陽太、
神戸浩、六平直政、平田満、
高島礼子、他

主催 はるな生活協同組合

後援 高崎市、高崎市教育委員会



私の意志表示

院所利用委員会と倫理委員会を中心となって協議を重ね、組合員さんの思いと、職員の思

いが形になりました。不治の病や認知症になる前に自分の意思を家族や親しい人たちに知らせ、一緒に考えていくことは大切です。

そのときのために
はるな生協
エンディングノート



エンディングノートを書くことは、人生の最後を迎えるための最終決定ではありません。ノートを書くことによって「今の」自分の気持ちと向き合い、最後まで自分らしくあるために意思を記録するキッカケにすぎません。是非、このノートをご自身と周囲の人との考えや、思いを話し合うことに活用してみたいかがでしょうか。

1冊350円（税込）

お問合せ先…

組合員活動部

027-323-2762



第19回ふれあいまつり

10月21日（日）10：00～12：30 雨天決行
場所：通町診療所

第24回健康まつり

ジダイ（時代・次代）を守り育てよう
10月28日（日）10：00～13：00 雨天決行
場所：高崎中央病院 第5駐車場