

— はるな生協の現況 —

(2020年6月29日現在)

組合員数	23,322人
出資総額	428,175,200円
一人平均出資額	18,359円

組合員のみならず、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



はるな生協

#あなたのエールが医療を守る

第68回通常総代会ひらく

コロナ禍でも協同の心を更に強めよう。はるな生協(理事長 鈴木隆)は6月20日、高崎市総合福祉センターで第68回通常総代会をひらきました。新型コロナウイルス感染症対策で総代数も時間も大幅に縮小し、1年間の事業報告と2020年度の事業方針と新役員を決めました。

今年の総代会は「3密」対策として代議員は各支部から1人、他は書面議決。マスク必着、リスクを避けるため、できる限り短時間で終了する工夫

が随所にみられました。根岸尚代理事が開会挨拶をしたのち、黒沢功総代(吉井支部) 平田芳子総代(上中居支部)を議長に選出、議事を進行し

**8年ぶりの黒字も
コロナ禍の影響が**

つづいて関沼専務理事が事業報告及び決算、20

「病院はコロナ対策で発熱外来と一般外来を別に設けるなど十分な体制なので安心してほしい」と紹介。さらに「はるな生協は無料・低額診療事業を実施している。コロナで仕事がなくなった方、生活で困っている方がいたら声をかけてほしい」と呼びかけました。

年度の事業方針と予算、役員選任、「役員選任規約」一部改正、役員報酬に関する5議案を提案しました。

関沼専務は1年間の総合的な事業活動報告と方針提案の冒頭「病院の収支改善を図り、累積赤字を解消することが19年度の経営課題であったが、お蔭で決算では当期剰余3712万円を確保し、累積赤字を解消することができた。」と8年ぶりの赤字脱却を報告しました。しかし、4月からの収支が、新型コロナウイルス感染症の影響をまともに受け、大幅に落ち込んできていると説明。「このコロナ危機を乗り越えるため、組合員の意識的な病院利用やコロナ危機の特別増資活動で組合員に協力を訴えていきたい」と今後、検討することを明らかにしました。

また新規事業の「看多機」の進捗状況、チャレンジ活動の推進、地域に密着した生協活動をさらに展開していきたいと述べました。

引き続き、関宏監事が監査報告しました。

閉会で山田幸弘理事は

「限られた時間の中、無事終了した。健康を守る。平和を守る。いのち輝く社会をつくる生協理念を職場、地域に生かそう」と呼びかけました。

はるな生活協同組合

「限られた時間の中、無事終了した。健康を守る。平和を守る。いのち輝く社会をつくる生協理念を職場、地域に生かそう」と呼びかけました。

また高崎中央病院では、保健所・医師会と連携をしながら、小児科外来を移動して診療スペースを作り発熱外来を設置し連日診療を行っています。

しかしながら社会全体の外出自粛の中で外来受診者・介護事業利用者・各種健診受診者は激減し、入院患者もそれらの影響で大幅に減少しています。今年

仕事や生活に困難を抱えた方も少なくないと思われまます。可能な範囲で是非ご協力をお願いいたします。

「限られた時間の中、無事終了した。健康を守る。平和を守る。いのち輝く社会をつくる生協理念を職場、地域に生かそう」と呼びかけました。

1. 外来受診・介護サービスマン・健診に来てください。感染予防対策に努め万全の注意を払っています。

2. 増資をお願いします。生協強化月間をまたず、年度初めから大きく増資活動に取り組んでください。

「限られた時間の中、無事終了した。健康を守る。平和を守る。いのち輝く社会をつくる生協理念を職場、地域に生かそう」と呼びかけました。

「限られた時間の中、無事終了した。健康を守る。平和を守る。いのち輝く社会をつくる生協理念を職場、地域に生かそう」と呼びかけました。

新型コロナウイルス感染症に対して、はるな生協の各事業所では患者・利用者・職員を感染から守るために、防護用具を活用し業務の見直しを行いながら日常の診療を維持できるように努力を続けています。

度はまだ3か月しかたつていませんが経営的にすでに大きな赤字を出しています。経営を守るためにみなさんの大きな力添えをお願いします。

「限られた時間の中、無事終了した。健康を守る。平和を守る。いのち輝く社会をつくる生協理念を職場、地域に生かそう」と呼びかけました。

「限られた時間の中、無事終了した。健康を守る。平和を守る。いのち輝く社会をつくる生協理念を職場、地域に生かそう」と呼びかけました。

はるな生協への緊急の御支援をお願いします

理事長 鈴木 隆

「コロナ禍」の中、様々な立場で奮闘されている皆様

第68期 新役員

役職名	氏名	区分	役職名	氏名	区分
代表理事 理事長	鈴木 隆	再任 常勤	理事	鈴木 明夫	再任 非常勤
代表理事 専務理事	関沼 光好	〃 〃	〃	吉田寿美子	〃 〃
理事	根岸 尚代	〃 非常勤	〃	間々田勝則	〃 常勤
〃	松原 和夫	〃 常勤	〃	小林 正則	〃 〃
〃	大野 清	〃 非常勤	〃	丸山 一世	〃 非常勤
〃	長谷川 彰	〃 常勤	〃	生方みさ代	〃 〃
〃	小笠原真明	〃 非常勤	〃	佐藤 満幸	〃 〃
〃	酒井 潤	〃 常勤	〃	石島 正味	新任 〃
〃	山田 幸弘	〃 非常勤	〃	高橋 賢二	〃 〃
〃	木村よし枝	〃 〃	〃	田嶋 孝男	〃 〃
〃	兼谷 清	〃 〃	〃	山田 秀一	〃 〃
〃	黒沢かほる	〃 〃	監事	関 宏	再任 非常勤
〃	飯野 純一	〃 〃	〃	岸 竹人	〃 〃
〃	平 洋	〃 常勤	〃	平井 敏久	〃 〃
〃	佐藤久美子	〃 〃	〃	清水 克好	〃 〃
〃	佐藤 恒夫	〃 非常勤	〃	田島 仁	新任 〃

2020年度事業方針

新型コロナウイルス感染症は、未曾有の広がりを見せています。患者・利用者の減少も大きく、この状況が長引くと生協の事業と運動に深刻な打撃となりかねませんが、当面は「いのちを守る」ことを最優先に感染防止に努めるとともに、この状況を乗り越え、生協の事業と運動を存続させることを優先課題として取り組んでいきます。組合員活動では、長引く自粛生活のなか、フレイル予防や一人暮らし組合員への声掛けなどに取り組み、活動の再開にむけ準備を進めましょう。

また、2020年度は、2月15日の臨時総代会で決定した看護小規模多機能型居宅介護施設を建設する年となります。この建設を成功させ、生協の地域包括ケアを前進させましょう。

さらに、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しっかり位置づけ、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新規事業として看護小規模多機能型居宅介護施設の建設を成功させます。
- ②引き続き病床の運用改善を進め、病棟の看護体制を見直しつつ病床稼働を確保します。また地域の医療機関・介護事業所との連携強化を図ります。
- ③かかりつけ医機能、在宅療養支援機能や訪問歯科診療を強化します。あわせて組合員の利用結集による外来患者増や健診の拡大に取り組めます。
- ④福祉事業では、訪問看護・訪問介護・訪問リハビリの強化を図ります。また、高齢者住宅やショートステイの利用者確保、通所系サービスの機能見直しと利用者確保に努めます。
- ⑤介護予防・日常生活支援の取り組みでは、あんしんセンター通町の業務の充実、有償ボランティア「あんじゃねえ」の拡大強化、居場所づくり、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病院の経常収支黒字化を図り、法人全体で4,000万円の経常剰余を計画します。
- ②事業キャッシュフロー（事業収支による資金収支）を確保し、資金管理を強めるとともに、運転資金の確保を図ります。
- ③経費削減、人件費適正化に努めます。
- ④設備投資は、先送りできるものは先送りし、新規事業を除き総額5,000万円程度に絞ります（リース資産含む）。
- ⑤3,000万円の増資運動に取り組む、自己資本の強化を図ります。

(2) 管理運営など

- ①次期「中長期計画」（2021～2025年度）の策定を進めます。
- 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めます。
- ③外国人労働者の受け入れを具体化します。
- ④SDGs（持続可能な開発目標）を学習し、到達を確認します。
- ⑤内部統制システムの構築に取り組めます。

3. 医療・福祉・健康づくり活動

(1) 医療活動

(高崎中央病院)

- ①急性期・療養・地域包括ケアの各病床を有効に活かし、周辺の医療機関や介護施設との協力を強めて地域医療を進めます。
- 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活動をさらに中身のあるものとし、各職場1HPH活動を進めます。
- ⑥職員の働き方改革、特に医師労働の軽減を図り、時間外勤務を少なくして良い仕組みづくりや当直明け保障の具体化を進めます。

⑦SDH（健康の社会的決定要因）について学習し、患者に対し公正な医療を提供し、受療権、人権を守る病院としての役割を職員が明確に意識できるように努めます。

(通町診療所)

- ①訪問診療の新規依頼を積極的に受け、住み慣れた自宅や施設での療養生活を支えます。
- ②患者・利用者・地域の声をしっかり聴きながら、法人内外の他職種と連携し、医療や介護の質の向上や改善に取り組みます。
- ③家庭医のいる診療所として、健康や医療の相談に対応し、地域の人々が気軽に相談できる場所となれるよう努めます。

(歯科診療所)

- ①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医科・歯科・介護の連携を進め、在宅歯科医療の充実を図ります。また、通院困難な患者への対応を継続します。
- 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。

(2) 介護・福祉活動

(在宅福祉総合センターほほえみ)

- ①居宅介護支援事業所は、利用者の思いに沿った支援が提供できるように、質の高いケアプランの作成に努めます。
- ②訪問看護は、在宅で医療の必要な方が地域で安心して療養できるように、満足できる訪問看護の提供に努めます。
- ③デイサービスは、利用するすべての方が「ほほえみを利用してよかった」と思える通所介護のサービスの提供に努めます。
- ④地域の多くの方がのびのびの病後児保育を利用できるように、よりよいサービスの提供に努めます。

(介護センターほほえみの杜)

- ①高齢者住宅の入居者を安定的に確保するため、入居希望者の確保に努めます。入居者の満足度を上げる取り組みを強めます。
- ②デイホームは、介護技術や接遇のレベルアップに取り組みます。
- ③ショートステイは、安定的な利用者の確保と満足度の向上に努めます。

(高齢者住宅虹の家)

- ①高齢者住宅は、入居者を安定的に確保するため、他事業所との連携を図り、環境の整備や介護の質の向上に努め、自分らしく生活を送れるよう支援を行います。
- ②デイサービスは、引き続き生きがいや生活の質の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。
- ③訪問介護は、登録ヘルパーを確保し、一人でも多くの人の支援ができるよう広がっていきます。

(高崎中央病院)

- ①デイケアは、利用者の要求に応えながら、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りハビリを継続して行います。
- ②在宅リハビリ課では医療・介護事業所との連携を強化し、訪問リハビリの更なる拡充を図ります。

(通町診療所)

- ①利用者一人ひとりの思いに寄り添い、満足していただけるサービスの提供に努めます。
- ②医療併設の介護事業所としての強みを生かし、利用者の健康をサポートします。
- ③医療機関・介護施設・行政や地域住民とも連携しながら、利用者が住み慣れた地域や家で安心して生活できるよう支援していきます。

(その他)

- ①認知症の予防や理解を広げるために、班会やサポーター養成講座に取り組みます。
- ②有償ボランティア「あんじゃねえ」は、引き続き協力者を増やすとともに、活動のあり方の検討を行います。

(3) 事業所利用委員会

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、事業所の特徴や魅力を地域組合員とともに共有し、地域から期待される事業所づくりを進めます。また、一人ひとりの職員組合員が目標とやりがいを持って働ける魅力ある職場づくりを進めます。

(高崎中央病院)

- ①「虹の箱」や地域から寄せられる声を大切に、「利用して良かった」「利用したい」と思われる事業所づくりを職場と協力して進めます。また、院内巡視も行います。
- ②「私の意思表示ノート」の普及に向けて、活用班会などに取り組みます。
- ③「はるな元気塾」を継続して開催します。
- ④委員の力量向上のために学習（HPHやSDGs）を行います。
- ⑤他生協の事業所見学と合わせて、利用委員会と懇談し、優れた点を学び活かします。

(通町診療所)

- ①第21回ふれあいまつりを開催します。また、日常的に地域とのかかわりを意識し、つながりを広げ、通町診療所を地域の方々に知ってもらおう努力をします。
- ②患者・利用者満足度アンケート等を通じ、組合員・患者・利用者から寄せられた声を分析・共有・公表・改善し、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つとめます。また、感謝やお礼の言葉についても職場内で共有できるように伝えていきます。
- ②職場と協力しながら、患者さんに気持ちよく利用してもらお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利用者、家族、組合員の声を集め、よりよい事業所づくりを職場と協力して進めます。
- ②介護カフェを引き続き行うとともに、あり方について検討します。
- ③委員の力量向上のために、学習に取り組みます。

(4) 健康づくり

- ①まちかど健康チェックの他、体力チェックにも取り組み、フレイル予防を目的とした活動をしていきます。
- ②より多くの人に健康づくりに関心を持ってもらえるよう、はるな健康体操や健康づくりに関連する企画のバリエーションを増やし、開催します。
- ③群馬県生協連が中心となって進める「ぐんままるごと健康チャレンジ2020」に、はるな生協として参加します。健康習慣を身につけていただくため、より多くの人に呼びかけます。
- ④健康ハイキングに取り組みます。
- ⑤医療福祉生協連主催の「すこしおモニター」に参加します。また、「すこしお料理教室」を開催します。
- ⑥高崎市をはじめとした自治体との関係づくりに引き続き努め、関係をより深めます。

4. 組合員活動

地域の安心ネットワークづくりをめざして、つながりづくりの活動、生協の取り組みを知らせる活動、そしてだれでも利用できる多世代の居場所づくりの活動をめざします。そのために地域組合員と職員組合員のつながりをいっそう強めます。

2020年度全国四課題目標

	年間目標
仲間ふやし	1,000人
出資金ふやし	3,000万円
班づくり・班会開催	20班 500回
担い手の育成	100人

（1）つながりづくりの活動

- ①生協の活動内容を知らせるため町内会や民生委員に声かけし、行事に誘います。
- ②健康チェックなど医療福祉生協としての得意分野を活かして地域のイベントに参加します。
- ③組合員会館で実施している班会や体操の開催日を増やし、新しいつながりを広げます。
- ④楽しく継続的な班会活動をするために、組合員の興味や趣味を活かすなど工夫して取り組みます。
- ⑤ボランティア活動に気軽に取り組めるよう「ボランティア体験会」等を行い、ボランティアへの参加を幅広く呼びかけます。
- ⑥反貧困実行委員会を中心に継続してきた、12年目を迎える生活困窮者支援炊き出しやハローワーク前なんでも相談会を引き続き取り組みます。
- ⑦群馬県生協連女性協議会へ運営委員を送り、企画や行事に積極的に参加します。

（2）生協の取り組みを知らせる活動

- ①機関紙「緑十字」をより多くの組合員に届けるため、配達者を増やします。
- ②班づくりや班会が気軽にできるように「班紹介パンフレット」を作ります。
- ③支部ニュースを発行して支部の活動を紹介し、参加を呼びかけます。また、支部ニュースをすでに発行している支部は、紙面の充実をめざします。
- ④「緑十字」の紙面や記事を工夫し、楽しみにされる機関紙をめざします。
- ⑤生協の事業所や活動を紹介する機会を作ります。

（3）だれでも利用できる多世代の居場所づくり活動

- ①組合員ふれあい会館にリサイクルコーナーやカフェの日などを設けていきます。
- ②歩いて出かけられる距離に、集まっておしゃべりをする場所を作ることをめざします。

（4）地域組合員と職員組合員のつながりを強める活動

- ①組合員職員交流集会を開催します。
- ②第26回健康まつり、第21回通町診療所ふれあいまつりを協力して成功させます。
- ③支部と職場のペアについて検討を継続します。

（5）看護小規模多機能型居宅介護施設建設にむけて

- ①看護小規模多機能型居宅介護施設について理解を深めてもらい、2年間で出資金増やし純増1,000万円をめざします。

5. 教育文化活動

地域で共に生き、暮らしを楽しく豊かにしていくための教育文化活動をめざします。

- ①平和や命の大切さを考えさせられる映画上映会を行います。
- ②地域の歴史や郷土の文化にふれる「上州歴史散歩」に取り組みます。
- ③「うたごえ喫茶」を定期的で開催し、組合員の元気と交流を図り

ます。

④人権を考え、またくらしを豊かにするために新春講演会や学習会を取り組みます。

⑤生協の通信教育について広く知らせ、他の委員会と協力して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、「全世代型社会保障制度改革」や「医療提供体制の三位一体改革」のなどを進めています。医療や介護のさらなる改悪が進むなかで、学習と行動（街頭宣伝や署名など）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、憲法改悪や核兵器廃絶に向けた取り組みや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、年金の改悪に反対する運動に取り組みます。また、高崎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国保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。また、第34回日本高齢者大会（長野）に積極的に参加します。
- ④東日本大震災など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。
- ⑤消費税や年金など暮らしに直結する問題について学び、社会保障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。

（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、核廃絶や地球環境を守る活動に取り組みます。
- 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。

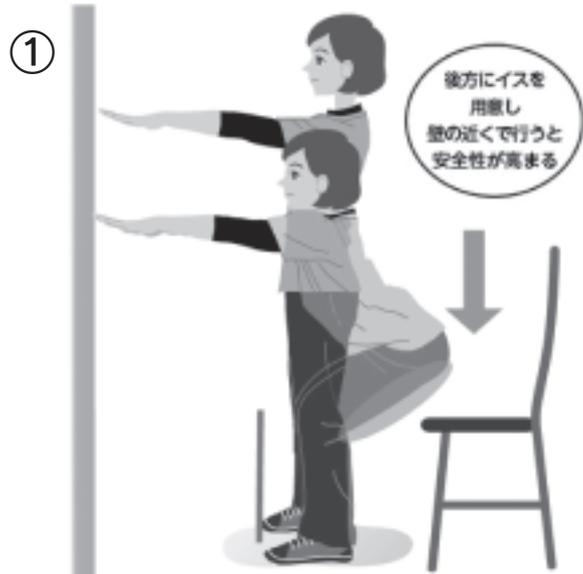
以上



看護小規模多機能型居宅介護施設の完成予想図（イメージ）

レッツ体操 転倒予防のための 太もも&お尻の体操

「かえつメディカルフィットネス・ウオーム」のスタッフが、身体と脳に効く体操を紹介。今回は太ももとお尻の筋肉をほぐしたり、鍛えたりする体操です。積極的に身体を動かし、下半身の中でも大きな筋肉である太ももとお尻の筋肉を鍛えて、転倒を予防しましょう。



① スクワット 太もも&お尻の筋トレ(1)

- (1) 足を肩幅と同じくらいに開き、両手は前へ伸ばす。
- (2) イスに腰かけるイメージで、4つカウントしながらお尻を引きつつ膝を曲げて身体の重心を下げる。
- (3) 4つカウントしながら、ゆっくりと(1)の姿勢に戻る(10回を1~3セット)。

●ポイント

- ・背中が丸くならないように気をつける
- ・(2)の時に膝がつま先より前に出さないように行う
- ・息をとめずに、数を数えながら行う



② サイドランジ 太もも&お尻の筋トレ(2)

- (1) 足を肩幅と同じくらいに開き、両手を腰に当てる。
- (2) 左足を大きく横へ踏み出す。
- (3) 左足に体重をかけ、4つカウントしながら膝を曲げて身体の重心を下げる。
- (4) 4つカウントしながら、ゆっくりと(1)の姿勢に戻る(10回を1~3セット)。

※右側も同じように行う

●ポイント

- ・膝を曲げる角度は浅くてもOK
- ・上半身が前に倒れないように気をつける
- ・息をとめずに、数を数えながら行う



③ 太ももの前のストレッチ

- (1) 右手を壁につけて立つ。
- (2) 左手で左足(またはズボンの裾など)をつかむ。
- (3) かかとをお尻に近づけるイメージで左足を持ち上げる(10秒間を1~3セット)。

※右足も同じように行う



④ 脳トレ~足踏みカウント

数を声に出してカウントしながら、30回足踏みをする。

- ・2の倍数で手をたたく(レベル★)
- ・3の倍数で手をたたく(レベル★★)
- ・3と5の倍数で手をたたく(レベル★★★★)

ふれあい会館利用についてのお願い

6月13日より、群馬県「社会経済活動再開に向けたガイドライン」の警戒度が「2」から「1」に移行しましたが、はるな生協組合員ふれあい会館では、できる限りの感染防止対策をとりながら、会館利用について以下の通り利用の仕方を検討しましたので、ご理解ご協力をお願いします。

① 来館時の手指消毒

・手指消毒(消毒液は各団体で用意)、または石鹸で手洗いをお願いします

② マスクの着用

・咳エチケットをお願いします
・熱中症には十分注意してください

③ 受付時の検温と体調観察

・参加者の検温(体温計は各団体で用意)と体調の記録し、各団体で保管してください
・発熱(37.5度)や風症状があるときは利用を控えてください

④ 1時間に5分の換気

・利用時、窓を開けるなど換気してください
・エアコンでは換気できません。換気扇だけでなく窓・ドアを2か所以上開けて換気してください

⑤ 密を避けおしゃべりは控え、会館を出てからしましょう

・密を避けるため、おしゃべりは控えてください

⑥ 水分をお持ちください

・感染予防のため食べ物は控えてください。飲み物は各自で用意し、ごみは持ち帰ってください

⑦ 利用後、窓を全開にしてお帰りください

・部屋の消毒については、職員がおこないます

⑧ ふれあい会館の定員を超えないようにしてください

・1階は12人、2階は25人(警戒度区分1での指標は会場定員の50%のため)

俳句・川柳

風鈴の短冊風に狂い出す
雨とペア紫陽花みごと七変化
植田より見上げた空のなつかしや
不条理な政事の愚痴と冷し汁
アベ政治無能最悪成果です
咲き初むる柵に入れし紫陽花が
球、土俵、海、山開き新景色
梅雨寒や上着出したり仕舞ったり
雨上がり大きな紅に手を合わせ

【短歌】

大輪の白き花弁に雨ためて
高きを指し咲く秦山木
自肅中体操絵手紙お休みで
朝、子供等の登校見るのみ
短歌の友帰らぬ旅路寂しき事
永久に忘れじ設楽澄子様
主なきし庭に今年も花水木
満開となりて静寂なり
ブカンブカン武漢は遠くにあき
七十年前のマリアにありてなつかし
グローバルな飛躍こめたる曾孫の名は
『陸』の一文字鯉のぼり舞う
庭に咲くアルスメリア一輪を
居間に飾りて一人茶を飲む

上豊岡町	塚田千枝子
江木町	五十嵐陽子
上佐野町	山口
八幡町	7540
中居町	観音山狂児
東貝沢町	佐藤 正博
椿町	中西 好江
	永井 光子
倉賀野町	浦野 睦子
甘楽町	中重 仁子
江木町	反町 敏
片岡町	杉山みどり
倉賀野町	田中 敏夫
下小境町	吉田 悦子
下之城町	菊池 弘美

(掲載は到着順です)

2020年 国民平和行進と 原水爆禁止2020年世界大会について

社会保障委員会

—新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年は車パレードとスタンディングが中心。行進しなくても訴えましょう、核兵器のない平和な世界を—

今年も国民平和行進の季節がやってきましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今回は宣伝カーでのパレードと途中プラカードを持っての街頭でのスタンディングが中心となります。群馬県には、7月10日(金)に長野県から平和行進の横断幕が碓氷峠で引き継がれます。この平和行進は1958年に最初に行われ、今では8割近くの市区町村で毎年10万人が参加する国民運動に成長しました。皆さんで被爆75年を迎えた核兵器のない平和な世界を強く求めましょう!

高崎から前橋のメインコースの日程のみ下記にお知らせします。他コース(高崎・網の目コースと高崎以外の西毛地域メインコース)のお知らせは、ご遠慮させていただきます。

平和行進 高崎・メインコース(高崎→前橋)

*今回は歩きません。宣伝カーでのアピールです!
日程: 7月17日(金) 9:00より出発集会<高崎市役所前>
高崎市役所前出発 9:30→前橋市役所到着 11:30
(途中、北高崎駅周辺他でスタンディング行動)
※高崎市内の石原支部、長野支部、六郷支部、南八幡支部・倉賀野支部の3つの地域には、車で音を流しながら巡ります。

—新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年はオンラインでの開催—

原水爆禁止2020年世界大会が今年も開催され、広島がメイン会場<8月4日(火)~6日(木)>の予定でしたが、今回は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、オンラインでの開催【8月6日(木)広島デー大会、8月9日(日)・長崎デー大会】となり、代表派遣はありません。

医療生協として「命の尊さ」「平和」を訴えることは大切なことです。皆さんで、「武器より薬、兵士より医療!」を呼びかけ、核兵器禁止条約の早期の発効を強く求めましょう。そして、原爆の悲惨さを知らせていきましょう。

原爆パネル展開催のお知らせ

期間: 7月27日(月)~8月7日(金)
場所: 高崎中央病院・歯科診療所・通町診療所・組合員ふれあい会館の各待合室にて展示します。

お問い合わせ先: 組合員活動部・野村まで
TEL: 027-323-2762

すこしおレシピ

「すこしお」とは…
「少しの塩分ですこやかな生活」を目指す医療福祉生協のとりのくみの総称です。



豆腐とたたき胡瓜の梅和え

さっぱりとした梅の風味にじゃこの塩気とごま油のこくをプラス。簡単に出来る箸休めにぴったりの1品です。

- 材料(2人分)
- ・木綿豆腐 …… 1/3丁(100g)
- ・胡瓜 …… 3本
- ・塩 …… 小さじ1
- ① 梅干し(種を除いてたたき) …… 小さじ1
- ② ちりめんじゃこ …… 大さじ2
- ③ ごま油 …… 小さじ2
- ・いり白ごま …… 小さじ1

●作り方
①胡瓜は塩をふって板ずりし、15分ほどおいてから塩を洗い流す。水気をふき、めん棒などで一口大にたたき割る。

- ②豆腐はキッチンペーパーに包んで20分ほどおいて水きりをし、一口大に割る。
 - ③①をボールに入れて混ぜ合わせ、②を加えさっと和える。
 - ④器に盛り、白ごまをふって出来上がり。
- <1人分の栄養価>
112kcal 塩分0.7g



ちょっと一言

胡瓜・トマト・ナスなど生で食べられる夏野菜は余分な塩分を排出してくれるカリウムを豊富に含んでいます。ただ、カリウムは水に溶け出る性質を持っているので、野菜を切った後の切り口はあまり水にさらさないようにしましょう。

(高崎中央病院栄養科 管理栄養士)