

高崎中央病院診療案内

2025年5月～

		受付時間	月	火	水	木	金	土	
午前	内科	一般	8:50～11:30	佐藤 谷 桜井 生 桐平	渋谷 井 櫻田 田 小林(聡)	佐藤 藤 池田 生	渋谷 谷 高橋 藤 佐桐 生	渋谷 井 石櫻 井	第1週 渋谷・佐藤・池田 第2週 <休 診> 第3週 渋谷・佐藤・池田 第4週 渋谷・池田 第5週 渋谷・池田
		専門	8:50～11:30			【呼吸器内科】 高総医師			【消化器内科】 第1・3・5 高総医師
	整形外科		8:50～11:30						群大医師（予約制） <第5週は休診>
	皮膚科		8:50～11:00	群大医師 第2・4週のみ		松尾(典)		茂木 9:30～12:00	
	外科	一般	8:50～11:30	小林(正)	【一般・乳腺】 伊藤	【一般・乳腺】 小林(正)	大下	【一般・乳腺】 小林(正)	第1週 小林(正) 第2週 <休 診> 第3週 小林(正) 第4週 大下 第5週 <休 診>
		術後	予約のみ		大下 第1・3週のみ 9:00～12:00				
	小児科		8:50～12:00	井汲	井汲	井汲	井汲	鈴木	第1・3・5週 井汲 第2・4週 柳澤
	内科	一般	14:30～16:30	渋谷 藤 佐	櫻井	高橋 嘉 比	渋谷	渋谷 松尾(良)	※小児の予防接種・乳児 検診については、小児科 へお問い合わせ下さい。 小児科直通TEL (027) 323-2607
		専門	15:00～16:30				【呼吸器内科】 順天医師		
	小児科		15:00～18:00	鈴木	小林(聡) (第1・2・3・5週) 鈴木 (第4週)	山内 井汲	鈴木	井汲	
夜間	内科		16:30～17:30		松尾(良)		高橋		

◎上記以外に以下の専門外来もおこなっています。

◆**乳腺外来** → 火曜・水曜・金曜 **午前8時50分～11時30分** ◆**往診・訪問診療**については医師にご相談ください。

◆**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。

予約や変更受け付け（9：00～17：00）
予約専用電話Tel（027）323-2808

TEL（027）323-2665(代)
*診療案内はホームページでもご覧いただけます。（URL：https://harunacoop.jp）

通町診療所

【診療案内】

2024年11月

診療時間	診療科目	月	火	水	木	金	土
午前 9時 ～12時	内科 小児科	小林	平	平	平	小林	平 第1のみ 小林 第4のみ
			訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	
午後 15時 ～17時	内科 小児科	訪問診療	平	訪問診療	小林	訪問診療	第2・第3・第5土曜は 休診です。



診療案内はこちらの
QRコードからもアク
セスして頂けます。



はるな生協歯科診療所

予約 TEL:027-388-0022

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	○	○	○	○	○	○
午後 12:00～17:00 (最終受付 16:30)	○	○	○	○	○	○
夜間 17:00～20:00 (最終受付 19:30)	×	○	○	○	○	×

※日祭日は休診です。

小児科診療案内

(高崎中央病院)

2025.5.1～

	午前の診療		午後の診療
	9:00	12:00 3:00	6:00
月曜	一般外来 担当医（井汲）	※12:00	一般外来 担当医（鈴木） ※ 4:30
火曜	一般外来 担当医（井汲）	※12:00	一般外来 ★ 2:00 担当医（小林聡）第1・2・3・5週 ★ 2:30 担当医（鈴木）第4週 ※ 4:00 ※ 4:30 <心臓外来> 電子予約 担当医（鈴木）
水曜	一般外来 担当医（井汲）	※12:00	一般外来 ※ 3:00 担当医（山内） ※ 3:30 担当医（井汲） ※ 4:00
木曜	一般外来 担当医（井汲） <予防接種外来> 担当医（鈴木） 9:00～11:30		一般外来 担当医（鈴木）
金曜	一般外来 担当医（鈴木）	※12:00	一般外来 ★ 2:00 担当医（井汲） ★ 2:30 ※ 4:30
土曜	一般外来 担当医（井汲）第1・3・5週 （柳澤）第2・4週	※12:00	午後休診 注 ★は乳児健診 ※は予防接種

連載

役に立つリハビリあれこれ

（その11）

新しい年度が始まり2カ月がすぎました。新しい環境、新しい場所での生活を迎えた方も多いのではないのでしょうか。私もその一人です。今年の4月から高齢者住宅「虹の家」（Ⅱ以下、虹の家）に着任し、日々刺激のある生活を過ごしております。作業療法士としての経験を、ここでも活かせるよう邁進していきたいと思っています。

さて、虹の家では、入居者の皆さまが自分らしい生活を続けられるよう、日々の活動にリハビリの視点を取り入れています。特別な器具や時間を必要とせず、日常の中で自然に行えるリハビリとして、塗り絵や各種レクリエーションも重要な役割を果たしています。

頭葉など脳のさまざまな部位が活性化され、認知機能の維持や向上に寄与します。

次にレクリエーションについてです。虹の家では、体操、音楽、ゲームなど多様なレクリエーション活動を実施しています。これらの活動は、身体機能の維持・向上、認知機能の刺激、コミュニケーションの促進など、さまざまなリハビリ効果をもたらします。例えば、体操では筋力や柔軟性の向上が期待でき、転倒予防にもつながります。音楽活動では、歌詞を思い出しながら歌うことで記憶力が刺激され、ゲームやクイズは、楽しみながら思考力や判断力を鍛えることができます。

これらの活動は、リハビリ専門職だけでなく、介護職や看護職、生活支援スタッフなど、すべての職員が協力して取り組んでいます。職員一人ひとりが入居者の状態や興味を把握し、適切な活動を提案・支援することで、より効果的なリハビリが実現されています。

虹の家では、日常生活の中にリハビリ的な観点を自然に取り入れ、入居者の皆さまが心身ともに

健やかに過ごせるよう、今後も多職種連携による支援を続けてまいります。

新しい環境からとなりますが、改めまして今年度もよろしく願い致します。

2025年 国民平和大行進に参加しよう!!

社会保障委員会

被爆80年にふさわしい核兵器のない平和で
公正な世界を訴えましょう！

平和行進 高崎メインコース（高崎→前橋）

日程：7月11日（金）集合時間8：50 雨天決行です！

出発集会9：00～9：30（高崎市役所前）

高崎市役所前出発9：30すぎ→街頭でのスタンディング→井野公民館（高崎市井野町）まで行進します【お昼すぎ12：10頃、到着予定】。

－昼食休憩－13：00－14：00に井野公民館で交流会（DVD視聴など）を行います。

14：00すぎからは街頭でのスタンディング→車によるパレード→街頭でのスタンディング→16：00頃、前橋市役所到着予定→16：00すぎ、前橋に引継ぎます。

〈※途中、高崎市役所前・北高崎駅周辺・井野公民館そば・県庁前などで街頭でのスタンディング行動を行います。〉

高崎・網の目各コース 雨天決行です！

倉渕コース

6月29日（日）出発集会8：00～〈倉渕支所〉→行進（落合橋まで）

榛名コース

6月29日（日）出発集会11：00～〈榛名支所〉→スタンディング

箕郷コース

6月29日（日）出発集会9：00～〈箕郷支所〉→行進（群馬支所まで）

群馬コース

6月29日（日）出発集会9：00～〈群馬支所〉→行進（北三公園まで）

尚、天候などによりタイムスケジュールが若干変更する場合がございますが、ご了承ください。参加申込みなどは不要です。

※各自で感染などには十分に注意して、服装は天候により調整しながら行進してください。



お問い合わせ先：
組合員活動部・野村まで
TEL：027-323-2762

第44回ふるさとの散歩道

『山へ涼みに行こう！伊香保森林公園』

暑くなる時期です。涼しいところへ行きたいですね。木々の中を歩いてリフレッシュしましょう。ハイキングコースでトイレもありますので、チャレンジしやすいと思います。詳細は事務局が下見に行ってきたからのお楽しみです。残念ながら伊香保観光はできません。

コース：高崎駅西口→バスで伊香保町内へ→ロープウェイ→森林公園内コース→途中昼食休憩→バス（またはバス+電車）で高崎駅
日時：7月23日（水）午前8時45分集合
集合場所：高崎駅西口2番バス乗り場
参加費：無料（バス、ロープウェイ料金等は自己負担、昼食を持参してください。）
行き：高崎駅西口番乗り場8：55発、到着10時すぎ（バス代1330円）
帰り：伊香保町内バス停発14時ごろを予定しています。
※少雨決行、荒天中止。定員15人（申し込み順）、申し込みが5人以下の場合は中止します。

申込期限：7月18日（金）
お申込み・お問い合わせ先：組合員活動部（井上）電話027(323)2762

※昼食は各自でご用意ください。日差しや暑さ対策・水分等、ご準備ください。
※ハイキングコースですが草木の生い茂る時期です。長袖長ズボン、必要な方は軍手もあるとよいでしょう。
※「伊香保森林公園管理棟」の写真を撮ってこられた方には、参加賞を差し上げます。組合員活動部までお越しください。
※コース地図は組合員ふれあい会館1階に用意してあります。
※第1回～第43回までの散歩道の地図も組合員ふれあい会館1階に用意してあります。

スマートフォンの使い方が分からなくてお困りの方は、組合員活動部までご連絡ください。 ☎027（323）2762

誰もが健康で居心地よくくらせる まちづくりへの挑戦

2025年度はるな生協事業方針

(1) 医療活動

(高崎中央病院)

外来と入院で地域に求められる役割を果たします。高度急性期病院からの転院を速やかに受け入れ、病院間の信頼を強めていきます。在宅医療のさらなる拡大を図ります。地域に求められる病院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)

頼れる家庭医がいる診療所として広報を進め、若年層から高齢者まで幅広い患者層の受け入れを行います。小児の診療や予防接種、乳幼児健診の要望にも積極的に応えます。

(歯科診療所)

人材育成を進め診療体制の安定を図ります。「お口の健康増進」のための歯科医療を提供します。保健予防活動を重視し情報発信していきます。

(2) 介護・福祉活動

(在宅福祉総合センターほほえみ)

選ばれるケアマネ、「もっと利用したいデイサービス」を目指します。のびのびは保護者や病児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)

高齢者住宅では満室の維持に努めます。外出・面会の機会確保に努めます。

(高齢者住宅虹の家)

高齢者住宅では満室の維持、外出・面会の機会確保に努めます。デイサービスは質の向上を目指します。ヘルパーステーションは利用者確保に努めます。

(看護小規模多機能つむぎ)

近隣施設・地域との連携を強化し登録者確保に努めます。訪問看護では在宅生活の支援強化・新規利用者確保に努めます。

(高崎中央病院)

訪問リハビリのさらなる拡充に努めます。

(通町診療所)

デイケアの利用者確保に努めます。

(その他)

有償ボランティア「あんじゃねえ」では、協力者増やしに取り組みます。住み慣れた家で自分らしく暮らしていけるサポートを行っています。

(3) 事業所利用委員会

虹の箱の投書や患者利用者満足度アンケートなど、組合員から寄せられる声を真摯に受け止め、職員・組合員と共に検討、改善を進めていきます。施設巡視や委員の力量アップのための学習にも取り組みます。

(高崎中央病院)

「いのちの章典」の学習を継続します。他生協の施設見学を検討します。

はるな元氣塾の開催やその他イベントの参加など、職員との交流の機会を持ちます。

(通町診療所)

地域に根差した活動として、おしゃべりカフェの開催を継続し、地域の方との交流を深めていきます。

(歯科診療所)

地域での班会やまちかど健康チェックに積極的に参加していきます。

(介護事業所)

運営懇談会に委員が参加し、地域とのつながりを作ります。各事業所の特徴を機関紙やニュース等で情報発信していきます。

(4) 健康づくり

①地域からのまちかど健康チェックの依頼にこたえます。また内容も充実させます。

②「はるな健康体操」の動画を新たに作製します。健康づくりに関連する企画を開催します。日本医療福祉生活協同組合連合会から発信される学習資料の活用を進めます。

③「ぐんままるごと健康チャレンジ2025」に参加します。

④引き続き自治体に緑十字を毎月届け、自治体との関係づくりに努めます。

⑤委員会内での学習会を行います。まちかど健康チェックの協力者の養成を目指します。

(5) 組合員活動

〈つながりづくりの活動〉

①歩いて行ける「話ができる場所、楽しい場所」としての班会を参加者・班の数共に増やします。

②支部の枠を越えて誰でも参加し、つながれる班会を行います。

③ものづくりや音楽などの得意を活かしたボランティア活動で支え合いの輪を広めます。施設への慰問活動を積極的に行います。感染症対策に留意しながらデイサービス等での施設ボランティア活動を再開します。

④16年目を迎える生活困窮者支援炊き出しに引き続き取り組みます。

〈生協の取り組みを知らせる活動〉

①緑十字を組合員・職員の協力で手配りするとともに、ホームページへの掲載を続けます。配達者を増やし、



はるな元氣塾



はるな健康体操



組合員ふれあい会館

◇すべての活動を“事業”にとらえて、多様な“参加と協同”で「組合員参加の危機」と「経営・事業継続の危機」を乗り越えよう！

◇2025国際協同組合年にふさわしい協同と連携をすすめ、誰一人取り残されない、平和で公正で持続可能な社会づくりに貢献しよう！

➤ より多くの組合員の読者を増やします。

②班や支部の活動を知らせる支部ニュースをより多くの支部で発行します。

③緑十字は毎月発行し、組合員参加の編集委員会で、地域目線で事業所の活動や地域の活動を紹介する紙面を作ります。

〈だれでも利用できる多世代の居場所づくり〉

①組合員ふれあい会館の活用を進めます。地域の居場所としての役割を目指します。

②「えんがお」など、まちなかベンチや庭先での交流ができる場所を確保します。

〈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、組合員と職員の交流を図ります。

②健康まつりに積極的に参加します。

③地域組合員と職員組合員が、生協について共に学習します。職員の班会参加を呼びかけます。



ビレッジシンガー 5 の演奏

2025年度全国四課題目標

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

(6) 教育文化活動

医療福祉生協活動の意義を発信していきます。組合員の交流の場を企画します。

①映画上映会では作品を通し、歴史散歩では見学や体験を通して組合員がともに学び考えていく場を追求していきます。

②ふるさとの散歩道の紹介と一緒に歩く企画を継続します。地域の再発見や支部での取り組みにつなげていきます。

③事業所利用委員会等と協力して、組合員の知りたいニーズに沿った講演会等を企画します。組合員に通信教育のおすすめコースを紹介します。



映画上映会

(7) 社会保障・平和を守る活動

〈社会保障を守る活動〉

①従来の健康保険証の新規発行の再開を求める運動や75歳以上の医療費窓口3割負担の拡大に反対する運動、高額療養費制度見直しの

白紙撤回を求める運動に取り組みます。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。

②大学生への食糧支援プロジェクトに参加・協力します。また、自然災害など被災者を支える活動(募金など)を引き続き行います。

③第38回日本高齢者大会（大宮）に積極的に参加します。県内での学校給食費の無償化を求める取り組みを地域の諸団体と連帯してすすめます。

〈平和を守る活動〉

①憲法を守る取り組みや学習会への参加、署名運動などを積極的に行います。

②被爆80年にふさわしく、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より多くの組合員や職員が参加します。

③原発事故を風化させないために、福島被災地見学に取り組みます。また、原発反対の集会や学習会にも積極的に参加します。



めがね橋

2025年度 ワイワイ子育て講座のお知らせ

第4回 『スマホ・ゲームと子ども』

日時：7月9日（水）10：30～11：30

講師：鈴木 隆（高崎中央病院 小児科医師）

場所：まちのリビングkidssaco（きっさこ）

〈中居町中央商店街〉

人数：10組 申し込み順（親子参加歓迎）

※参加費用は、かかりません。

講演20～30分 質問・懇談30分程度を予定しています

お申し込み先：高崎中央病院
小児科 027-323-2607



©WAIWAI.KOSODATE

お詫びと訂正

【掲載号】 5月号（第710号）

【掲載箇所】 1面（左下）

【内容】

第73期総代会総代立候補届提出状況の六郷支部（選挙区）の氏名記載。

（誤） → （正）
訂正し深くお詫び申し上げます。

みんなのひろば

お便り

〔新町〕
家の片づけをしてい
すが、なかなか思うよう
に進みません。焦らずに
いねいな暮らしを目指し
ていきたいです。

〔中居町〕
暑くなって来ました。
熱中症にならないよう様
に水分補給をしましょう!!

〔井野町〕
私は子供ビールおいしい
です。

〔下小墾町〕
九州地方が2週間も早
い梅雨入りしたとか、あ
る程度雨も無いと農家が
困ります。

〔下小墾町〕
備蓄米を放出しても何
故か廉価にならない、日
本人にとって米は主食と
いえるので困りますね。
我家も3食のうち1食は
米食です。

【俳句・川柳】

若葉萌え黄帽子童らの身はかろし
筍は鋭く伸びて天を刺す
母を恋ふ新茶汲みぬし萩茶わん
日曜の公園ひっそり梅雨催ひ

江木町
乗附町
双葉町
東貝沢町

【短歌】

初デイト麗人の如き君なれど
肉食系でカツを頼る
連休に里帰りした孫娘
都会の疲れを癒して帰る
富実（富岡実業高校）の高校生が毛刈りして
農園の羊は夏支度する
挿し木した紫陽花一鉢ピンク色
咲くのが楽しみ名はダンスパーティー

藤岡市
吉井町
下之城町
中居町
食卓に米国産米カルローズ
食後卓上歌留多ランプ

（掲載は到着順です）

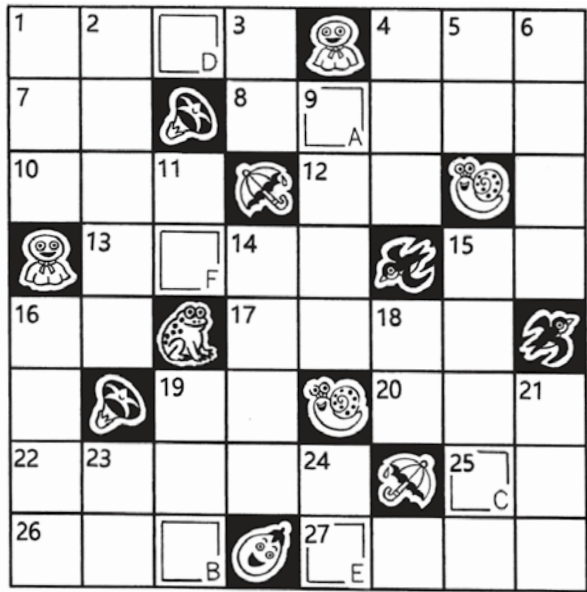
今年もフクシマの実態を学ぶ＝福島被災地見学＝ 社会保障委員会

五月晴れとなった5月29日、社会保障委員会では昨年同様に福島被災地見学を行い、組合員と職員の計32人が参加しました。現地案内人は、今回もいわき市から前橋市に避難していた丹治杉江さん（伝言館事務局長・いわき市在住）をお願いして福島第一原発のある被災地周辺を見学しました。参加者の多くが、初めてもしくは2回目のため、放射線量の高い地域でのバスの中で鳴り響く線量の音にビックリ、また実際に現地を見て言葉を失った方もいました。参加者からは、「テレビやマスコミでの報道などとは現実とは違うので参加できてよかった」との感想が多かったです。



ザ・クロスワード

【解き方】 タテ・ヨコのカギを解いてクロスワードを完成したら、二重ワクの文字をA～Fの順に並べて言葉を完成させてください。



- ヨコのカギ
- 歌麿・写楽・北斎・広重と言えば？
 - 周辺を警戒する……番
 - 目に見える範囲
 - 台所用品などに使われるサビにくい鋼材
 - 陶器作りに使う回転台
 - わらで作ったロープ
 - 物事を進める方向
 - 卵で食べられない部分
 - 唐辛子は、……願寺
 - 肉体的、精神的な緊張や圧迫。……がたまる
 - 「N」で表す方角
 - 物のある所。宝の……
 - 運動競技者
 - 紙……。ボロ……
 - 布などをぬう機械
 - 「鬼灯」の読み方は？

答 A B C D E F

- タテのカギ
- ……の正面だあれ
 - 「台本」「シナリオ」
 - とも言います
 - LやMよりも小さい
 - 人々の間に伝わる昔話
 - よい天気です
 - 企業の人員削減
 - 貸しビルなどの借り主
 - 厳寒に咲く……梅
 - 姉妹を英語で言うとき
 - ごく軽いヒフのきず
 - 米国フロリダ州の海岸
 - で有名な観光保養都市
 - 中がほほ生のステーク
 - 中国の神話上の動物
 - ……も山のにぎわい
 - 握り・押し・五目など
 - 歩いて行くこと

【応募要領】

ハガキに答えを書いて左記にお送り下さい。抽選で10名の方に図書券を送ります。また、「お便り」コーナーまで、あなたの近況、ご意見、その他、一言添えて下さい。

【宛先】

〒370-0004
高崎市高岡町48の1
はるな生協
緑十字編集委員会
6月30日（月）必着のこと。

5月の正解は

プラスチック

でした。

【5月当選者】
左記の方に図書券を贈呈します。

（下豊岡町）
（双葉町）
（若松町）
（倉賀野町）
（下之城町）
（貝沢町）
（中居町）
（江木町）
（上中居町）
（上小島町）

お引越しをされた時にはご連絡を。ご家族の出資金引き継ぎ手続きは、組合員活動部まで。027（323）2762