

群馬中央医療生協はいま(2016年9月末)

組合員	36,357人
出資金	10億348万2300円
一人平均出資金	27,622円



第607号
11月号/2016年

群馬中央医療生活協同組合
発行 371-0811 前橋市朝倉町830-1
発行人 新井浩之 TEL 027-265-3531
編集 ぐらしと健康編集委員会 FAX 027-265-3532
http://www.kyouritsu.org/
定価 1部 30円(組合員の購読料は出資金に含まれています)

暮らしの継続支える “拠点”

念願の特別養護老人ホーム建設へ！



前橋市の平成28年度「特別養護老人ホーム」創設について当生協が提出しました(仮) 協立会が選定を受けました。建設予定地は前橋市朝倉町の前橋協立病院東側に隣接する場所で、社会福祉法人設立に向けて準備をすすめています。「特別養護老人ホーム」建設に関して、この間の経過・社会福祉法人の役割・事業の特徴等について紹介します。

「特別養護老人ホーム(以下特養と略)をつくる」ことが現実のものになる

2002年、薬局法人と当組合幹部を中心に特養建設を進める準備が行われてから約15年、念願の特養建設のスタートラインにつくことができました。これまでに2013年にも応募にチャレンジしてきましたが、今回は、超高齢社会と人口減少の中でどのようなまちづくりを進めていくのかという政策とも連動させながら、1年間集中的に議論と調査を続け、特養の役割と質の高いケアをどう実現していくのかという点での提案を行い、設置法人に選定していただくことができました。

「安心して暮らし続ける」ことができるまちに必要な施設として

2009年の当組合通常総代会では「サービス付き高齢者住宅建設計画」議案が否決されました。その主たる意見は「13万円の費用では入居できない。誰でも入れる施設を」というものでした。グループホームでも国民年金単独での入居が困難な介護政策の中、元来生活困窮者事業を行う法人として税法上の優遇や様々な補助制度の利用を行う社会福祉法人がその役割を担

う事業の展開として特養建設を目指してきました。社会福祉法2条で示される無料低額の介護保険施設事業や無料低額宿泊、その他施設事業を特養運営の中で実現していきたいと考えます。これまで当組合事業が無差別平等の医療を掲げてきたことを受け継ぐ社会福祉法人として「無差別平等の福祉」を掲げていきます。

【特養の特徴】

今回建設計画で示した特養の特徴は大きく2点です。
(1) 多様なニーズに対応出来る次世代の特別養護老人ホーム

国が整備を進めているユニット型個室を40床に加え、個室の環境に近い従来型4人室で経済的な負担を軽減できる多床室を24室設置しました。また病院併設の特養となり、医療依存度の高い利用者の受け入れにも力をいれます。歯科との連携による「口から長生き」で「QOL(生活の質)」を高めます。団塊の世代利用を踏まえた交流スペース多目的会議室を活用できます。

(2) 安心して暮らし続けるまちづくりに貢献できる拠点に

特養以外にショートステイ10床(経済的な負担を軽減できる2人室と個室2室)、定期巡回随時対応訪問介護(24時間提供の訪問介護)、職員の利用と地域からの受け入れが可能な企業内保育を実施します。特に24時間訪問介護事業に取り組み障がいや病気を抱えている方も最後まで在宅で暮らし続けることができる支援を

強化します。

施設事業を軌道にのせたのち、(仮) 退院支援事業を実施します。①自宅に介護力がない②経済的な問題③身体能力の低下の3点により自宅に帰ることができない患者さんが増加しています。医療介護サービスに加え、見守りや配食などの生活支援、良質な安価な住まいの提供をセット化した事業とします。特別養護老人ホームから配食サービス、地元の人材資源とのコーディネートで見守りやサロンの設置、無料低額宿泊施設の展開などを中長期の計画とします。

【建設運動にご協力を】

私たちは特養建設のスタートラインにつくことができました。今後、施設建設を通じて、医療生協の地域における役割を発揮していくために以下の点を呼びかけます。

- 建設運動の意義を広く理事会・ブロック・支部で議論しましょう。
 - 建設運動を進める会を地域の主要な団体にも呼びかけて運動化を始める予定です。この会への積極的な参加を呼びかけます。
 - 医療生協としての助け合い・支えあいの活動方針を協議し具体化します。
 - 建設に必要な人(職員)・金(寄付金・情報)をお寄せください。
- 特養建設を成功させ、まちづくりの新たな展開を作り出すため、是非皆さんの力をお貸しください。
- 群馬中央医療生協 専務理事 新井 浩之

ちやうしんき

参議院選が終わるのを待ちかねたように安倍政権は、国の審議会に、医療・介護・年金などの給付削減案

を次々と打ち出しています。▲安倍政権が2014年に通した法改定により「要支援1,2」の訪問介護・通所介護が保険給付から外され、市町村事業(地域支援事業)に置き換えられました。しかし、総合事業の予算には上限がつけられ、これまで5~6%のペースで増えていた給付費の伸びを3~4%に抑えることが義務づけられました。▲介護給付費の「自然増削減」を推進することが、改悪の最大の狙いです。軽度者に対する生活援助や福祉用具・住宅改修費や65歳以上から74歳の利用負担を原則自己負担とするなどです。▲「高い保険料をとって給付サービスは後退させる」とはなんのための介護保険か」と、どこでも怒り声を聴きます。▲医療費では、75歳以上の高齢者医療費窓口負担を原則2割に引き上げ。年金では「マクロ経済スライド」による給付削減をさらに強化・拡大していく法案がすでに国会に提出されています。同政権が進める戦後最悪の社会保障攻撃を打ち破り、国民の生活と権利を守る大運動が必要です。(笠原)

看護小規模多機能型居宅介護施設

“みんなの家つつみ”が新たに開設！



桐生地区に念願の新規事業として看護小規模多機能居宅介護施設が11月1日に開設しました。

施設運営の基本理念

- ◆ 住み慣れた地域で、見慣れた顔で最後まで自宅で過ごすことができるよう医療と介護の両面にわたるサポーターを行います。
- ◆ 医療生協の理念のもと、人権を大切にする介護に努めます。最後まで家で過ごしたいという思いに応え、看取りまでにお付き合いを可能な限り実現していきます。
- ◆ 桐生旧市街地における、医療・介護の相談窓口として地域に貢献します。
- ◆ 地域交流をすすめ、共に安心して老いることのできるまちづくりを進めます。



群馬中央医療生協の歴史学び、役割考える！

～第3回新病院建設事業構想検討委員会～

10月7日（金）開催の第3回『新病院事業構想検討委員会』には、45名の組合員・職員が参加し、「群馬中央医療生協の歴史に学ぶ」と、前回委員会で行った「SWOT分析」で出していただいた項目をまとめたものを報告し、小グループに分かれて討議を行いました。感想として「たくさんの活動があったのかと思う。歴史を振り返ることもなかなかないので、これらを踏まえて前進していけたら、次世代へつなげていけたらと思った」など出されました。



10/22 「お披露目会」に 350名以上が来場！

10月22日（土）11時～3時間にわたって行われた「みんなの家つつみ」開設のお披露目会は全体で350名を超える参加者が来訪しました。組合員さんや地域の住民、介護の利用希望者等たくさんの方にご参加いただき、準備されたふるまい汁やお赤飯はあっという間になくなりました。組合員はもとより地元地域の皆さんの来場が多く、関心の高さや期待が寄せられていることを実感しました。



新連載

在宅生活支える介護保険 その現状は：

2015年の介護報酬改定では利用者にも事業者にも厳しい内容となったことは言うまでもありません。なかでも2015年8月からそれまで一律1割の負担だった自己負担が所得に応じて2割負担となったことで利用控えに発展したケースや現場の声を事例を通してお伝えしていきます。

現場の声 ①

当事業所の利用者さん170名のうち13名の方が改定により自己負担2割になってしまいました。うち介護費用の増加が原因で回数を減らした方は3名います。80歳代のご夫婦二人暮らしで、奥様にご主人の介護をされています。週6〜7回通所サービスを利用し胃腸と尿カテーテルがあるため2週間に1回の訪問看護を利用し在宅での生活を継続されています。介護保険利用料2割負担になって「こんなに負担が増えるのは大変」と訪問看護を月1回に減らしました。1ヶ月

後に訪問すると病状が悪化してしまいうちもありません。なかでも2015年8月からそれまで一律1割の負担だった自己負担が所得に応じて2割負担となったことで利用控えに発展したケースや現場の声を事例を通してお伝えしていきます。

現場の声 ②

2割負担となった84歳、要介護5の男性は妻と2人暮らし。通所リハビリ週3回・訪問看護週1回・ショートステイを適宜・訪問介護を月1回・金曜日1回30

初めてのサロン開催

～とにかく話を聞いてほしい・
そんな思いに寄り添って～



9月16日（金）前橋協立診療所敷地内にあ

を抱えている方が多く、そのストレスを少しでも解消できる場面がもてないか、ご家族どうしの交流の場を持つ機会をつくれないかと、計画したのが「サロン」でした。初めてのサロンを開催するにあたり、実際に介護されている方の意見を伺うと、「とにかく話を聞いてほしい。同じ介護をしている人の話をきいてみたい。」との声が多きかれました。そのため、今回は会話を重視した内容で行いました。

は緊張をやわらげていただくためにアロマオイルを使って、職員がハンドマッサージを行いました。

参加者は、介護の間もそれぞれで、日頃の生活の様子やストレスなど思い思いに語っていただきました。普段は、なかなかじっくりとご家族のお話を聴かせていただく機会がないので、どんな気持ちでいるのか、改めてご苦労がわかりました。

「ストレスはないです。」という方からは、ストレスをためないコツをお話ししていただき、介護経験の長い方からは、「なるほど」と感心する名回答をいただいたり、介護している中で工夫されたグッズを披露してくださったり、とても有意義な時間を過ごすことができました。

前橋協立診療所
看護師 坂本 美絵



憲法・いのち・社会保障まもる 10・20国民集会



秋晴れの汗ばむほどの陽気の中、「憲法・いのち・社会保障まもる10・20国民集会」が、東京日比谷野外音楽堂で開催され、全国から3000人以上、群馬中央医療生協からは組合員・職員あわせて13名で参加しました。

集会は、主催者を代表して日本医労連の中野委員長のおいさつ、「下流老人」などの著者の藤田孝典さんの講演、地域や職場からのリレートークなどが行われまし

参加者からの感想

「困っている当事者は声をあげることはむずかしいのだから、かわりにそのことを知っている人が声をあげていかなくてはならないんだ」「運動を継続していくことが大切であるとあらためて思った。可視化して声をあげていきたい。」「何十年か



『すこしお生活』で健康づくり



塩と上手におつきあい
すこしお

●なぜ、いま、減塩が必要なの？

日本人は世界的に見ても塩分摂取量が高い一方、平均寿命も高いことがよく知られています。そんな中で、最近問題になっているのが健康寿命。平均寿命との差は10歳程あります。健康寿命が短くなっている原因のひとつに高血圧が関係しているといわれています。高血圧状態が続くと血管はいつも張りつめた状態におかれ、次第に厚く硬くなってしまいます。動脈硬化は脳梗塞、心筋梗塞などの原因になり、高血圧状態を続けることは心臓に無理な負担をかけることになり心不全になることもあります。しかし、塩分摂取の量を減らすと、血圧が下がるといわれています。

●減塩して健康寿命をのばす

日本人の塩分摂取量は一日平均10.4g(平成23年調査)と世界的に見てもまだ多い状況です。厚生労働省は2015年から1日の塩分摂取量の目標を男性9gから8g、女性7.5gから7gに引き下げました。医療福祉生協の健康習慣では6g未満としています。減塩して生活習慣病を予防し、健康寿命を延ばしましょう。

●24時間蓄尿調査結果から

日本医療福祉生協は、2015年11月に第7回24時間蓄尿塩分調査を実施しました。1984年の第一回調査より5年間隔で実施しており、当生協も組合員に呼びかけ参加しています。今回の調査結果としては、塩分摂取量の平均が8.94g/日で、前回2011年調査から0.55g/日減少しました。当生協の平均は8.92g/日とわずかですが全国平均より低めでした。

塩分摂取量：国民健康・栄養調査との比較



公益財団法人 協総合研究所、報告より

毎月1回の尿チエックで

生活習慣の見直しを！

班会では、定期的な尿塩分チェックや家庭の味噌汁の塩分濃度測定、専門職員による減塩の学習などを行いながら、みんなで楽しくすこしお生活に取り組んでいます。班会は普段の食生活を見直すきっかけになっています。



▲自分の尿は自分でチェック！！

すこしおグッズで健康づくり

減塩チェッカー『減塩生活』：簡単に塩分濃度が測れます



【お問い合わせ・申し込み先】 群馬中央医療生協 組合員活動課
中毛地区 ☎027-265-3531 太田地区 ☎0270-45-4989 桐生地区 ☎0277-55-5777

『すこしお生活』体験談募集のお知らせ

『すこしお生活』は「少しの塩分ですこやかな生活」をめざす取り組みです。減塩のコツって何？薄味でも美味しく食べられる？など食生活の改善をすすめるうえで参考にさせていただくため減塩に関する体験談を募集します。たくさんの方の体験談をお待ちしております。

【お問い合わせ・投稿先】
〒371-0811 前橋市朝倉町830-1
群馬中央医療生協本部機関紙編集担当（岡部）
TEL：027-265-3531 FAX：027-265-3532

班会での尿塩分チェックが食生活を見直すきっかけに…

現在80歳。60歳を過ぎた頃から降圧剤を飲み始めました。10年前に「朝倉健康づくり班」に参加。初めて尿塩分チェックをしたところ試薬は全部黄色に変色（14g/L）、降圧剤を服用しているにもかかわらず150以上。そんな状態がしばらく続きましたが、職員や班の方からのアドバイスもあり食生活を見直すことにしました。漬物大好きでたくさん食べていましたが、塩の代わりに酢を使用して食べる量を減らし、3

食手作りしています。薄味を心掛けるようにしました。お陰で今では10gを超えていることはなくなり、血圧も130前後で安定しています。ひとり暮らしなので遠く離れて住む息子たちに心配をかけないように、毎日午前中は老人センターで汗を流し、体調管理にも努めています。

朝倉支部

朝倉健康づくり班

堀田キクエ

太田地区

医療生協 秋まつり

10/16
(日)

秋空のもと、1,200人の来場者

晴れました！天にみんなの気持ちを通じ、当日は絶好の秋晴れ！今年の秋は天候が落ちつかず、「まつり当日の天気は大丈夫かなあ〜」と、やきもきする日々でした。

今年の呼び物は・・・地元、荳川小学校の金管バンドの演奏でした。音楽好きの3年生から6年生54名が日頃の練習の成果を披露してくれました。週4日練習しているそうで、とても息の合った演奏でした。

来場者は1,200人。太田協立診療所の会場は大勢の人でいっぱいでした。どの模擬店にも人の列ができ、人気の店は昼を待たずに「売り切れ」状態でした。院内の健康チェックも例年にない賑わいで、担当の職員も大忙しの秋まつりでした。



桐生地区

第20回

健康まつりが盛大に開催される

10/9
(日)

悪天候にもかかわらず650名が来場！！

10月9日（日）第20回桐生地区の健康まつりが桐生協立診療所の駐車場にて開催されました。心配された雨は朝には止みましたが、強い風が吹く中650名もの方が来場してくださいました。桐生高校吹奏楽委員会のオープニング演奏でまつりがスタート。ステージでは踊りやコーラスで大いに盛り上がり、模擬店も行列ができるほど大盛況。屋内では恒例の骨密度測定などの健康チェックも行われ、こちらにも多くの方が来場されました。加入コーナーも設けられ12名の方が新しい仲間となりました。



2016年 生協強化月間スタート

“仲間づくり・つながりづくり・まちづくり”

生協強化月間スタート集会が地区ごとに開催されました。中毛地区ではブロックごとに様々な内容で企画され、組合員・職員がともに医療生協の良さや強みを交流することができ、月間の取り組みを進めていくうえでの弾みとなりました。今年の月間キーワードは『地域で暮らし続ける』。地域に医療生協を広くアピールするため、専門職能を活かした企画で組合員・職員協同の取り組みが始まっています。支部では、ふれあい訪問やヘルスチャレンジのすすめなどに取り組んでいます。



生協強化月間が始まっています(10月・11月)

生協強化月間とは・・・「消費生活協同組合法」が1948年に成立、10月1日に施行されたのを記念して10月・11月は生協を広める強化月間として位置づけ、地域に医療福祉生協を広く知らせ、組織を大きく強くする活動に取り組む期間です。みんなで力を合わせ取り組みをすすめていきましょう。

第48回群馬県生協大会

勤続表彰・団体表彰受賞者のみなさん

～おめでとうございます！！～



伊勢崎支部のみなさん



中央支部のみなさん

10月13日(木)群馬県公社総合ビル多目的ホールにて第48回群馬県生協大会が開催されました。第1部の式典及び表彰式では、永年勤続表彰(30年・15年)と団体表彰が行われ、群馬中央医療生協からは、職員を代表して横坂洋子さん(30年勤続・看護師)と坂庭和貴さん(15年勤続・放射線技師)が表彰されました。組合員団体では、羽黒町にある「伊勢崎ヘルパーステーションたんぼぼ」を拠点に活発な活動を展開しているとして伊勢崎支部が、新規事業に向けた訪問や増資運動と合わせて、班会が地域での見守り活動になっているとして桐生地域の中央支部が表彰されました。伊勢崎支部のみなさんは「表彰されたことが日々の活動の励みになります。嬉しいです。」中央支部の森山さんは「『みんなの家つつみ』ができたのは嬉しいけど、これからが大変だなあ」と感想を寄せてくれました。受賞されたみなさん、おめでとうございます。

第2部の記念企画は、全盲と天涯孤独の不幸を乗り越えた魂のテノール歌手新垣勉さんによる「おしゃべりコンサート」。とてもすばらしい歌声に観衆のみなさんは酔いしれ、心落ちつくひとときが過ごせたようでした。



新垣勉さんと 伴奏者の斎藤誠三さん



群馬中央医療生協 第17回輪投げ大会

みんなで楽しく 輪投げで交流！

日時：2016年11月19日(土)
午後1時30分集合
会場：群馬県勤労福祉センター体育館
TEL：027-263-4111

上位3チーム・個人賞
賞品あり！



もちもの：運動靴(スリッパは×)・
飲み物



申込み方法：5人1チームとして申し込み
をしてください。
個人の申し込みも可能です。
(チーム編成は実行委員会にて行います。)

参加費：1チーム 1000円
(1人200円)

申し込み〆切
11月11日(金)

【問い合わせ・申し込み先】
群馬中央医療生協 組合員活動課(岡部)
TEL 027-265-3531
FAX 027-265-3532

秋のイベントのお知らせ

《太田地区》

レッツウォーキング

～『WHO世界健康ウォーク』の
お知らせ～

11月17日(木)

八王子丘陵ハイキングコース

午前9時

八王子公園「ハイキング者駐車場」集合

- ①山頂コース：唐沢山で食事(各自持参)して、午後2時から午後3時に下山
予定のコースです。
②ゆったりコース：菅塩峠手前までの
往復コース。午前中で終わります。

【お問い合わせ先】
群馬中央医療生協太田地区組合員活動課(大川)
TEL 0276-45-4989

みんなで楽しく ウォーキング！！

《桐生地区 健康ウォーク》

～吾妻山・雷電山(忠霊塔)～

★日 時：11月13日(日)
9時10分集合
9時30分出発

★集合場所：みんなの家 つつみ



去年の健康ウォークの様子

【お問い合わせ先】
群馬中央医療生協 桐生地区組合員活動課(富所)
TEL 0277-55-5777

WHO世界ウォーク

理事会だより

●九月二十三日(金)定数二十六人中二十三名の
出席で第四回理事会を開催しました。

主な議題

- ① 会務報告に関する件
- ② みんなの家つつみ開設に関する件
- ③ 「怒る富士」取り組み総括に関する件
- ④ 支部活性化方針答申に関する件

以上、報告・協議の上、提案通り承認しました。

前進座「怒る富士」公演による 収益金の取り扱いについて

2016年7月14日(木)に取り組みました東日本大震災復興支援特別企画「前進座『怒る富士』公演」の収益金の取り扱いにつきましては、実行委員会での議論等もふまえ、1,020,995円全額を「東日本大震災支援活動募金」として、当生協が加盟する「日本医療福祉生活協同組合連合会」を通して岩手・宮城・福島に3県に送ることと致しました。紙面をお借りして報告させていただきます。チケット普及等たくさんの方にご協力をいただきありがとうございました。

2017年新年号への投稿を 募集します！

群馬中央医療生協2016年度スローガンは「協同の力で、健康をつくる、平和をつくる、憲法を守る」です。これにちなんで、「くらしと健康」新年号では「健康、平和、憲法」をテーマにした下記の内容による記事を募集いたします。ぜひ、多くの組合員のみなさまからの投稿をお待ちしております。



★募集する投稿内容

俳句・短歌・川柳・メッセージ等

メッセージの場合、文字数150字以内をお願いします。

★投稿先 〒371-0811 前橋市朝倉町830-1

群馬中央医療生協本部 機関紙編集担当

TEL 027-265-3531 FAX 027-265-3532

mail: jimukyokucho@kyouritsu.org

★締め切り 11月30日(水) 必着

(敬称略)

(みどり市 小山智)

（太田市 春山祐一郎）

（前橋市 孫の力）

（桐生市 星野和子）

(太田市 バアチャン)

（桐生市 元気パパ）

(前橋市 尚)

(桐生市 もみじ)

（前橋市 林浩平）

(太田市
グリーン)

(前橋市 石坂房子)

群馬中央医療生活協同組合 理事長 瀧口道生

ワカ 典子 利幸 康夫 小夜子

丑男 星子 和子

博樂夫

麗子

たかはしういか（小5）

毅峰

渡辺無祿

大人になれない私

バアチャン

伊藤ミツ

1	2	3		4	5
6		7	8		
9				10	
11		12		13	
14	15	16			
		17	18		
19					

1 オペラを日本語でいうと？

2 避雷針を発明した米国人。ベ
ンジャミン……

3 肉体的・精神

5 薄く切った板を張り合わせました。……板

8 予定の価格

1 1 1
小指をからめて約束

13 健康増進法25条は……喫煙防

止措置を求めています

大野、嬰丰、目葉、二宮、公

本といえは？

18 栗の実を包んでいます

ド」と明記。住所、氏名（署名）
名を希望の方はペンネーム）
を必ずお書き下さい。

御意見・投稿等もお寄せ下さい。

《しめきり》

二〇一〇年二月二十日

送
り
先

二三七一〇八一前橋市

車角日人三〇の一 君

解答 官製・私製はがきを使用。「第207回クロス漢字ワ

正解者の中から抽選で五名に図書券五〇〇円分を進呈

吉田 吉江（桐生） 中野 濱子（桐生）

“8020”でいきいき長生き! ～8020達成者表彰の取り組み～ その29

協立歯科クリニックでは、歯周病の治療と予防を中心に“8020”の達成を支援しています。当クリニックに通院されている80歳以上の方で、自分の歯が20本以上残っている方4名を新たに掲載いたします。



吉田 明様
昭和10年生まれ 80歳 歯数24本

1日2回ブラッシング。歯間ブラシを使用しています。健康のためにウォーキング、筋トレをしています。また毎日畑仕事をしています。



高柳ミノル様
昭和10年生まれ 80歳 歯数21本

1日3回ブラッシング。歯間ブラシを使いあまり強く磨かないように心掛けています。出かけるときは必ず歯ブラシを持ち歩き食事の後はブラッシングを行っています。健康のために1日1時間歩いています。



森田 富夫様
昭和10年生まれ 80歳 歯数24本

1日1回ブラッシング。夜寝る前に10～15分くらい磨いています。歯肉をよくマッサージしています。健康のために硬いものを噛むようにしています。



堀越 和雄様
昭和11年生まれ 80歳 歯数20本

1日3～4回ブラッシング。食べた後すぐ磨かないと気持ち悪いので、歯間ブラシを必ず使用しています。楽観的に考えること、食事は、食べすぎは良くないので、良く噛んで腹八分目にしています。

大変ご好評いただいた“8020”でいきいき長生き!ですが、今回が最終回となります。8020運動の周知と達成にご協力いただきました皆様にお礼を申し上げますとともに、今後も歯の健康のための取り組みを続けてまいります。

最終回特別寄稿
「8020に思う」 堀越和雄

昭和の二・二六事件の1か月前、私「和雄」は半農半商の六男として生まれました。85年前です。前橋東部、松並木西方、旧天川町には歯医者さんはなく、本町迄行かなければなりませんでした。

「和雄や、お前歯が痛いんか?」
浮かぬ顔しているのを見て母は言い、「歯医者」をしてくれました。和紙で紙縫りを作り、菜種油を染み込ませてからランプで火を付け1センチくらい燃やして「フツ」と消して赤い芯を作り、前から調べておいた痛い虫歯目掛けて押し付けます。「ジュー」という音と「熱い」思いを耐えたと痛いのが治ったようです。実のところそれは熱さの為に神経がマヒしているだけだったのです。それを3・4回繰り返して「治療」は終わりです。当時の母親達は色々な病気に対処しました。尊敬しました。幼い頃の話です。

子供の頃から虫歯には泣かされてきました。「80歳」の今日、20本も残るとは思っていませんでした。15年間、協立歯科に世話になり感謝しています。「虫歯は万病の元」と言われ、食後の歯磨きは欠かさずしています。残った歯を大切に!!ますます身にしみて感じています。

からだもこころも前向きに 前橋協立病院リハビリテーション患者会

「なおそう会」秋の旅行に行ってきました 前橋協立病院 作業療法士 石澤美衣

今回、前橋協立病院でリハビリテーションを行う方たち有志の患者会である「なおそう会」による秋の旅行で茨城県の大洗水族館に行ってきました。入職1年目の私にとっては初めての旅行であり、不安と楽しみが入り混じった気持ちでいました。当日はあいにくの天気でしたが、大洗水族館到着時に一時晴れ間が見え、集合写真は無事に水族館のシンボルであるイルカのモニュメント前で取ることが出来ました。昼食は皆さんで水戸黄門の印籠の形をしたお弁当を食べましたが、これだけでも「旅行に来た!」という気持ちを感じることが出来た方が多かったのではないのでしょうか。

館内は広く、足元が暗い場所や傾斜のややきついスロープなどがあったため、疲れを感じて多くを見ることが出来なかった方もいらっしゃいました。しかし、旅行後に「皆さんと一緒に出かけることが出来て良かった」「新しい目標ができた」との声を聴き、一人では難しい事でも手を取り合うことで大きな一歩が踏み出せるんだということを強く感じました。

私自身、今後どのように患者さんや利用者さんに関わっていききたいかを再確認できた旅行となりました。今後も旅行はもちろん、様々な活動を通して皆さんと楽しい時間を共有できるように力を尽くしていきたいと思います。



仲間の作品コーナー



和紙ちぎり絵 太田市 遠藤ちよさん



絵画 前橋市 高瀬桂子さん



絵手紙 前橋市山王町 小島実さん