

デイサービス事業の成功に向けて、新組合員、出資金、担い手を増やそう！

# 千曲川のにじ

発行 / 東信医療生活協同組合 〒386-0042 上田市上塩尻393-1 TEL 0268-28-1085 FAX 0268-28-6085 E-mail sosiki@dolphin.ocn.ne.jp

|                                                                         |                                             |
|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| ■ 上 田 生 協 診 療 所 TEL 23-0199 FAX 23-0449<br>http://www.toshin-iryoku.com | ■ 上田生協訪問看護ステーション TEL 22-3055 FAX 23-5311    |
| ■ 川 西 生 協 診 療 所 TEL 31-1411 FAX 31-1416                                 | ■ ヘルパーステーション「にじ」 TEL 29-2811 FAX 75-2595    |
| ■ さ か ぎ 生 協 診 療 所 TEL 82-0101 FAX 82-0102                               | ■ 元気倶楽部 まゆ（通所介護） TEL 22-3248 FAX 75-2595    |
|                                                                         | ■ 居 宅 介 護 支 援 事 業 所 TEL 23-0244 FAX 23-5311 |

## やすらぎのオアシス

4月1日

## 「悠々倶楽部 かみしな」オープン

### 地域に支えあいの輪

### ボランティアさん 40人応募

待望の二つ目のデイサービス事業所が「悠々倶楽部 かみしな」と銘打って4月1日、神科蛇沢地区にオープンします。  
事業所の周りは、りんごごとぶどう畑が広がり、はるか彼方には、美ヶ原高原や蓼科山の眺望がひらけ、ふり向けば上田市民が愛する太郎山や烏帽子岳を見上げることが出来ます。豊かな自然環境に恵まれた民家改修型の家庭的な雰囲気です。  
やすらぎのオアシスです。



新デイサービス事業所「悠々倶楽部 かみしな」見学会を行います！

〔日程〕 3/28(月) 午前中、3/29(火)・30(水) 9時～16時

## 祝賀会と見学会

新事業所は、4月1日午前11時よりオープンセレモニーのあと見学会を、12時から場所を蛇沢自治会館に移して完成祝賀会を行います。

## 第二十七回

## 通常総代会公告

第二十七回通常総代会を左記の通り開催しますので、総代の出席をお願いします。

東信医療生活協同組合

理事長 櫻井利市

記

■ 日時 二〇一一年

六月二十五日(土)

午後一時～五時

■ 会場 上田創造館

■ 議事

一、二〇一〇年度事業報告並びに決算・監査報告の承認

一、二〇一一年度事業計画並びに予算の決定

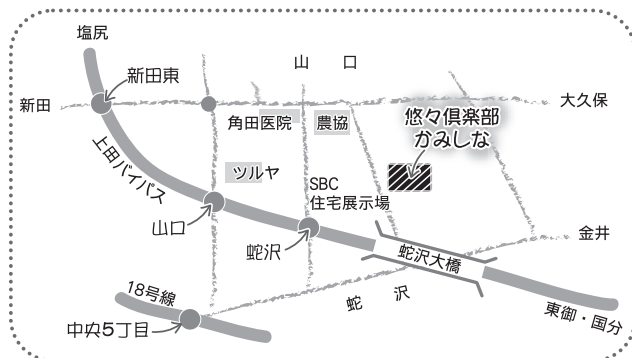
## こんにちは 「悠々倶楽部 かみしな」です

「悠々倶楽部 かみしな」は、  
人生経験を積んだお年寄りが、  
ゆったりと、楽しく過ごせるように…と  
願いを込めた小規模通所介護施設です。

- サービスの種類 通所介護・予防介護通所介護 (定員12名)
- 通所介護の内容
 

|               |               |
|---------------|---------------|
| 1. 排泄介助       | 2. 入浴及び保清の援助  |
| 3. 手芸・趣味活動の援助 | 4. 食事の提供と口腔ケア |
| 5. 送迎サービス     | 6. その他        |
- 開所日・時間  
毎週 月曜日～土曜日 (5月1日・お盆・年末年始は休業)  
午前9時～午後4時
- 持ち物 上履き  
〔入浴される方〕着替え (希望される方)、オムツ・パ  
ット類 (使用している方)、バスタオル 2枚、普  
通サイズのタオル 2枚、髭剃り (応相談)
- 一日の流れ  
8時45分～ お迎え開始 ▶ 10時～ 健康チェック、水分  
補給・交流、入浴 ▶ 11時45分～ 食事・休憩 ▶ 14時  
～ レクリエーション、作業活動・交流、各種行事 ▶  
15時20分～ おやつ ▶ 16時～ 帰宅開始  
\* お迎えは9時～10時の間に伺います。  
帰りは16時～17時の間に伺います。

〒386-0001 長野県上田市上田1279-3  
TEL. 0268-22-5445 FAX. 0268-75-8629 (3月22日以降)



## デイサービス開所にあたって ゆったりとくつろげる空間にしたい

悠々倶楽部かみしな所長 橋爪美由紀

この度新規事業所の所長を務めることになり

ました橋爪です。新規事業所の名称募集には24件の応募をいただきました。たくさんのご応募ありがとうございました。建設委員会において、2月26日の理事会において、正式に新デイサービス名称が「悠々倶楽部 かみしな」と決定しました。ゆったりとくつろげる

空間にしたい。利用者の方が倶楽部活動に通ってくるような楽しみな時間になりたい。という願いを込めました。小規模の良さを生かし、花見や買い物などに掛けたり、一人ひとりの希望にこたえる事が出来るような暖かな雰囲気のできサービスを目指します。家庭的で細やかなサービスをしたい。医療生協の底力であるボランティアさんの支え無くしては運営できません。ご自分の

では運営できません。ご自分のできる時に、ご協力いただける方を募集しております。3月19日10時から学習会も兼ねたボランティアの詳しい説明会を上田生協診療所にて行いますので、ぜひご参加ください。地域の方、組合員さんが気軽に寄れる「集いの拠点」に。近所の1人暮らしの方が立ち寄り、学校から帰った子供が顔をのぞかせたりできる「支え合いの拠点」になれるように職員一同努力してまいりますので、ご支援、御協力をお願い致します。

## 人間ドック健診料金の改定について

この度、人間ドック健診料金が下記の通り改定となります。  
眼底検査を両眼に変更したことが主な理由です。  
他と比較しても低い料金設定になっています。

- 1日ドック
 

|     |                   |             |
|-----|-------------------|-------------|
| 組合員 | 46,200円 → 47,250円 | (1,050円値上げ) |
| 一般  | 56,700円 → 58,800円 | (2,100円値上げ) |
- 3時間ドック
 

|     |                   |             |
|-----|-------------------|-------------|
| 組合員 | 31,500円 → 32,550円 | (1,050円値上げ) |
| 一般  | 36,750円 → 38,850円 | (2,100円値上げ) |

❖ 新料金は 2011年4月 実施分からです ❖

## 総代の選出について

通常総代会の総代は、定款及び総代選挙規約により、各支部(選挙区)の総会において定数の総代を選出し、六月十日までに医療生協事務局へ氏名を報告して下さい。

- 一、総代の任務 事業報告並びに決算・監査報告及び事業計画・予算の承認。諸活動の推進。
- 一、総代の任期 一年間
- 一、総代の定数 一五五名
- 一、立候補の締切 支部総会の前日
- 一、投票日 五月十五日～六月十日
- 一、投票場所 支部総会会場



## 組織強化運動

## 出資金二千万円目標達成！

四課題推進委員会委員長 宇 仁 経 武

全国四課題推進委員会は、①組合員の拡大、②出資金増やし、③班づくり・班活動、④担い手づくりに取り組んできました。10月から12月にかけての強化月間では、診療態勢など困難な情勢のもとで組合員・職員の力が大きく発揮され、成果が生み出されてきました。

今年四月オープン予定の「新デイスーパービス事業所」の資金作りを訴えての出資金増やしでは、三月七日、ついに二千万円の目標を達成することができました。組合員の皆さん、ご協力ありがとうございました。組合員新加入は四八二人で目標1,000人には届きま



坂城びんぐし湯さん館での健康チェック

せんが、五百人にあと一步、班会開催数では六七一回となり過去最高の見通しとなっています。配布者のつどいが二月は六支部で開催され、新たな担い手が生まれています。組合員一人ひとりの要求をみんなの力で実現させてゆく医療生協ならではの力強さを感じさせてくれます。

八月二十八日に開催した支部活動交流集会では日本生協連医療部会から吉田満氏をお迎えして「いきいき元気な組合員活動」という演題で東大阪「かわち野医療生協」のお話を聞きました。「一生懸命やつたら知恵がでる。嫌々やったら愚痴が出る。やらなかったら言い訳が出る。みんなで強化月間がんばるぞ。」とお話が活力になりました。

初めての「支部長理事合同会議」を開催して知恵を出し合い月間目標を確認し合いました。新しい試みが各支部で生まれています。四課題推進委員会でも支部への援助を出来ることから実行しています。当面すべての目標達成へ向けてさらに前進させましょう。

## 厨房業務

## 4月より

## 介護通所サービスを利用する方に

## 食事を提供します

この4月より、病棟に加え、川西デイケア及び元気倶楽部まゆ、新デイスーパービス事業所「悠々倶楽部かみしな」の利用者さんに、生協診療所厨房より一括食事を提供する事になりました。

上田生協診療所の厨房を含む病棟のあり方については、職員態勢と経営の両面から2004年頃より議論されてきました。2010年に入り、医師不足が解消されず、経営問題も重なって、今後の厨房のあり方について各部署で検討してきました。加



厨房の窓口から

えて11年1月には、厨房あり方検討会（理事及び職員管理者、厨房職員、労組代表で構成）が設けられ、慎重に審議しました。その結果、2011

年4月より厨房を外部委託し、食数を増やす（約50食）ことが確認され理事会で決定しました。

その検討を通して、厨房が提供する1食当りの単価が高く、食数の増加をはかることと、併せて厨房管理者問題もあり、厨房の外部委託を含めて当生協の通所系のサービスを利用する方に食事を提供する事が提起され議論を行いました。

外部委託にあたっては、現在の厨房施設を使用しますが、厨房職員につきましては、本人の意向を尊重し対処しております。

開設後は、定期的な委託先のチェックや、給食委員会などを設置し、安全安心のための万全な対策を講じます。

今日まで、心のこもった食事提供にご尽力していただいた職員の皆様に心より感謝いたします。

## 組合員現勢

(2月28日現在)

|       |          |
|-------|----------|
| ■組合員  | 14,684人  |
| ■出資金  | 34,011万円 |
| ■一人平均 | 23,164円  |

## 医療の話



## 介護が必要となつたとき

これまでのまとめ

今まで4回に

わたり「自宅で介護が必要になったときに」「東信医療生協の医療機関ではどんなことをしているか」できるだけ具体的に述べて

きました。自宅での介護をどうするかという問題はとうとう生きるかという問題です。具体例を挙げることで誤解や過剰な期待をもたれる方々に対しての解決の方法ですので理念や運動論とは分けて書きました。実際の事例を深く掘り下げて書く中で私たちの医療の現状と不足する点、そして現在の東信地域の在宅医療の実態が見えてくると思います。

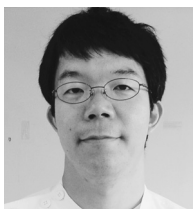
**介護を受ける方、家族への提案について、もう一度述べます。**

「その1」デイサービス、デイケアを利用することは重要です。仲間を作ることで、友達を作るということは人間が

## 「介護」について 第5回

東信医療生協さかき診療所長

松 澤 伸 洋



生きるうえでの根源的な部分の問題だからだと推測します。稀にですが家族の意向によりこれらのサービスが否定的に扱われることがあります。家族による食わず嫌いはよくありません。

「その2」リハビリは限界があります。固定した麻痺や運動障害は不便ですが人間らしさまで消えてしまうわけではありません。機能回復が進まなくともあせらずに受け止める、家族の側の「心の広さ」が必要です。

「その3」「ピンピンコロリ」は危険な思想です。医者や介護者がいうとすれば、責任逃れであり恥すべき言動と思います。厚生労働省の資料では、現在の日本人の多くは「病院で」「癌で」「亡くなる場合が三〇四割を超えます。

「長患いをせず、苦しまずに眠るように息を引き取る」ことができなくともなんら気にすることはありません。むしろ、我々にとって家族の皆さんにとって具合が悪くなつてからどう過ごすかが重要で解決が求められる問題です。問題はとう死ぬかではありません。どう生きるかです。

「その4」診断できること、できないことがあります。診断がついているならばよしとしてください。病状の進み方、肺炎や心不全などの発症のタイミング、医者にもわかること、わからないことがあります。こんな時は「総合的に判断する」という表現が適切なこ

とがある、「カン」に頼るわけです。我々は病状を遅らせることはできません。本人や家族の表情をみながら、例えばショートステイ入院をいつ組むか、ヘルパーの回数や時間をどう増やすか、栄養の量や水分をどうするか、身近な問題を改善できる方法を考えるのが我々の仕事です。

「その5」率直に病状の話ができる関係を築きましょう。本人、家族の皆さんには、具体的な問題をどう解決するかということと共に、「家にいる時間をどう過ごすか、動ける時間をどう過ごすか、残された時間をどう過ごすか」という問題が与えられます。患者さんや家族は悩みます。我々はその苦悩の一部でも寄り添えるように考えることを要求されます。だからこそ、診療を始めた時から、または往診を始めた時から、率直に病状の話ができることを望みます。「どのくらいで人工呼吸器が必要になる」「どのくらいで動けなくなる」「こういうふうになったら余命はどのくらいです」「こういう様子になったらベッド上の生活になります」「一言いつてあとはおしまひにはできません。そこから我々の、家族の、患者さんの苦悩が始まります。それを支える力になることが求められています。

例えば「経管栄養は続けることが難しい、高カロリー点滴に切り替えましょう。ただし感染の危険が高まる

こと等、余命が短くなる場合があります。」こういうことを語り合える間柄になることが必要だと思い、それが我々の悩みでもあります。

在宅での介護を行うにつけ、大事なことは短期間の入院を有効に活用したいということです。上田生協診療所での入院を我々は可能であれば受け入れたい、しかし諸条件から断らざるを得ないことがあります。診療所の入院そのものが困難となる事態もなりつつあります。（月に三〇四日間の入院休止が始まっています）根本には厚生労働省は政策として入院ベッドを減らすとしており、現在の診療所は入院患者がいるだけで赤字になる体質です。必要な入院を受け入れつつ、経営的に安定した状況を作り出せるのが課題です。

在宅での介護を始めるに当たって、①家族・本人の「大まかな目標」を決める、②必要な医療を受ける態勢を整える、③介護保険の活用が必要です。①がなかなか困難です。我々はあまり多くのものを持っていません。あまりある財産も無限の愛情を注いでくれる家族も、必ずしも持つてはいません。こうなると自分の「目標」は一定不動のものではなく、絶えずころころと変わってくるのが普通です。

「（何がなんでも）自宅で暮らす」そうなった場合、今までにない「新たな生活」の幕開けです。



## 学術運動交流集会

## 自作劇を通じて失禁対策用品を紹介した取り組み

発表者：元気倶楽部まゆ 深町 雅子

2月19日、松本大学で開かれた長野県民医連第13回学術運動交流集会で、元気倶楽部まゆ共同研究の『自作劇を通じて失禁対策用品を紹介した取り組み』が、まゆ深町雅子理学療法士によって発表されました。以下、その内容です。

## 1 はじめに

高齢者介護において排泄ケアはデリケートで難しい問題です。平均介護度1・7の私たちの通所介護施設でも以下の悩みが聞かれていた。利用者さんは、「夜間トイレに間に合

るくオープンな雰囲気で学習会をするにはどうしたらいいか？ 皆で考え職員が演じる自作劇をやってみようということになった。この取り組みを紹介します。

## 2 劇で伝えたいこと

①尿失禁は、加齢とともに誰もがなりうる自然な事とわかってほしい  
②独りで悩まずに、他の利用者さんや職員に相談しやすい環境をつくりたい

③リハビリパンツや尿取りパットなど様々な尿失禁対策用品の種類とその上手な使い方を知ってほしい

（第1部）尿失禁についての悩みを知らう

（第2部）尿排泄のメカニズムを知らう

（第3部）尿失禁対策用品の紹介・吸収量の実験コーナー

（第4部）なんでも質問コーナー 全過程



自作劇を演じるスタッフ

## 3 質問されたこと

約40分間「キャスト」おじいさん・おばあさん  
1・おばあさん 2・スーパードクター・パンツ博士 以上5名

このパンツ干して使えるの？どこに捨てるの？ 捨て方は？ 洗濯できるの？ どこで買えるの？ こ

こでも売ってくれるの？ これらの質問にパンツ博士が丁寧に答えた。

干したり、洗濯できるのかといった意外な質問も飛び出した。劇を始める前、失禁をテーマにしたコメディ調の劇に気分を害する人がいるのではと心配したが、利用者さんからはこんな声が聞かれた。こんなに吸収するんだ。漏れないんだね。洗えない、干して使えないのはもつたない。こんな便利なパンツがあるんだ。パットは水を吸ってもさらさらしているんだね。自分の使っているパットは2回用だったけど4回用もあるんだね。捨て方まで教えてもらえてよかった。困っているのは自分だけではないと思った。人には言いにくいことをやってくれてよかった。

## 4 劇の効果・その後の改善点と職員の感想

トイレや入浴の介助時、尿失禁対策用品の話をよくするようになった。発表の冒頭に紹介したAさんが、3回のうち1回はリハビリパンツをはいてくれた。利用者さんが「もつと薄いものがあつたよ」と新製品を紹介してくれた。ご家族からも、家で尿失禁について話題にしやすいなつたと感想があつた。当事業所での購入希望が出たので、この点も検討していった方がいいのではないかと意見もあり。

## 5 考察とまとめ

これまで利用者さん、職員共に排泄について悩みを持っていた。触れにくい、デリケートな問題に対して、コミカルな劇の学習会をすることで、いくつかの改善がみられた。

失禁の悩みが医学的説明や、実験を通じて客観的に受け止められ、笑いの中で楽しく前向きに考える姿勢につながったと思われます。施設では、とかく職員からの押しつけ的なケアに陥りがちですが、今回の経験から、介護現場で生まれる課題を、利用者さん、職員、家族、皆で共有し、皆で考え、解決の糸口をみつける取り組みが大切であることを実感した。そして、これからも「元気倶楽部まゆ」の名前にふさわしいころのきずなの糸で結ばれた元気で笑いの絶えない通所介護を提供していきたい。

# 地域医療再生計画の現況と今後の方向について

上田市議会地域医療再生特別委員会

委員長 金井 忠一



「上小地域医療再生計画」は、平成22年1月29日に、国において地域医療再生

計画特例交付金の交付決定がされ、平成22年度から25年度までの5年間の計画であります。

一 医療件当たりの基金25億円（長野県が基金として積立し、総額約60億円の事業を行う）（全国では94計画で長野県は2医療圏）を原資に、二次医療圏単位に医療再生のための事業を実施するものがあります。

この間、小児・内科初期救急センターが長野病院の施設に開設され、夜8時から11時までの受け入れが行われ、大変好評であります。

また、産院は来年3月に向け、駐車場建設が本年3月までに完成し、いよいよ本体工事に入っています。

東御市民病院には院内助産所がすでに整備され、大変喜ばれています。

休日歯科救急センターも、上田小児歯科医師会館内に秋までに開設する方向で事業が進められています。

ます。

この間、長野病院の医師は、耳鼻咽喉科、呼吸器外科、整形外科、肝臓内科、脳神経外科等の医師が増えてきています。

4月からは、長野病院内に「地域医療教育センター」が開設され、研修医の受け入れ準備が進んでいます。

今後の展望として、平成23年度末には、新産院が長野病院駐車場敷地内に3階建ての建物で完成しオープンするため、長野病院においてはハイリスク分娩に対応できる体制を作ることが求められています。

また、長野病院、依田窪病院、東御市民病院を中心とした電子カルテの導入など、地域医療連携ネットワークシステムの構築が必要であります。

今後、再生計画が終了後の、平成26年度以降も事業が継続され、上小地域を住民が安心して住めるような地域にするために、各病院や、診療所、医院、そして住民の皆さんの地域を挙げての協力が必要であります。東信医療生協の皆さんの活躍を期待します。

## 人 事

〔医師赴任〕

白井 理恵 医師が4月より松本協立病院から赴任されます。当面毎週木曜日川西生協診療所往診を担当されます。

〔採用・常勤〕

宮坂 真美 3月1日付

看護師、訪問看護ステーションへ。坂城町在住。

金子 美保 3月1日付

看護師、上田生協診療所へ。上田市在住。

中島 則子 3月1日付

介護福祉士、ヘルパーステーションにじ（現在までパート勤務）。

泉 なるみ 3月1日付

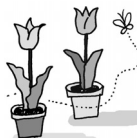
介護福祉士（ヘルパーステーションにじ）（現在までパート勤務）

平山 志保美 3月16日付

介護福祉士、新規デイサービスへ。東御市在住。

〔採用・パート〕  
下谷 博美 1月25日付

看護師、上田生協診療所病棟へ。上田市在住。



小林 俊将 2月2日付

ヘルパー、上田生協診療所病棟へ。東御市在住。

三浦 由加里 4月28日付

事務パート、上田生協診療所。上田市在住。

〔任命〕 3月1日付

橋爪 美由紀 通所介護「悠々倶楽部かみしな」所長

金森 由美子 「ヘルパーステーションにじ」所長

〔異動〕

藤沢 秀子 介護福祉士・ケアマネージャー、川西診療所デイケアより居宅介護支援事業所へ。

石山 一彦 介護福祉士、元気倶楽部まゆより「悠々倶楽部かみしな」へ。

山崎 靖子 ヘルパー、元気倶楽部まゆより「悠々倶楽部かみしな」へ。

岩崎 智子 ヘルパー、川西診療所デイケアより元気倶楽部まゆへ。

〔退職〕

西入 佳子 上田生協診療所病棟ヘルパー

寺嶋 あい子 上田生協診療所栄養科

福島 ひと美 上田生協診療所看護師

加藤 晴美 同事務

高津 恵美子 同事務パート

手塚 真貴子 同病棟ヘルパー

西沢 真貴 同看護助手

※ おげんきで。





坂城南支部 配布者のつどい

## 健康レポート

1月・2月は配布者のつどい・新年会等が各支部で取り組まれています。今年度初めて、2月にまちかど健康チェックとあわせて、虹のバレンタイン行動を行いました。(組合員活動部長 清水)

### ※ 坂城南支部

2月19日(土)びんぐし湯さん館で配布者のつどいと虹のバレンタイン行動に合わせて「まちかど健康チェック」を実施しました。配布者のつどいに参加された方は、「機関紙の配布は自分の健康のため、他のお宅の庭を見せていただいて、お話したり、散歩をしながら、続けています。」「ほかの方に代わってもらおうかと思っていたが、一年に一回の配布者のつどいが楽しみで今後も続けていきます」と感想を寄せられていました。

## 新班紹介



① えくぼ班 (西部)

バランスボールで冬場の運動不足を解消



① 東信親子リズム班

「予防ワクチン接種」を学びました。子宮頸がんワクチン・ヒブワクチン・肺炎球菌ワクチンのお話を薬剤師の湯本さんからいただきました。



① 東御市配布者班

湯楽里館で開催(午前中は同会場でまちかど健康チェックを開催)



① にっこり班 (浦里)

## 保健委員連絡会が交流会

保健委員連絡会(たんぽぽ)では、2月5日、田沢温泉富士屋で新年会を開き、「健康について心がけていること」を参加者全員が発言、活気ある交流会となりました。

NHK特集

## 東京大空襲

あの惨禍を生み出したのはアメリカ軍の日本焦土作戦だった。「東京大空襲の爆撃命令書」と記録フィルムが語る。

日時 4月23日(土) pm1:30~3:30

会場 上田生協診療所 2階会議室

主催 9条の会・社保平和委員会

ビデオ上映後、話し合いをします。  
どなたでも参加できます。

\* お知り合いに東京大空襲を体験された方がおられましたら参加し発言していただくようお願いしてください。

## 第18回 健康づくり交流集会

元気に楽しく  
レインボー体操をしましょう!

日時 4月16日(土)

pm1:30~4:00

会場 上田しんきんホール

講師 松尾 初美 先生

(群馬中央医療生協理事)

※ 1時から骨密度チェックも  
希望者に行います。

無理なくどなたでもできる体操です。

- ① 脳刺激体操      ② 筋刺激体操
- ③ 骨刺激体操(けんこつ体操)

## 理事会報告

第8回理事会 1月29日

議題 ① 出資金増やし等の取り組みについて。② 11年度医師態勢について。③ 2010年度の現状と医療介護事業の展開について。厨房のあり方検討会の報告と今後の対応。④ 新デイサービス事業所について。工事契約。追加工事。開所日を4月4日に決定。⑤ 県民医連共同組織交流集会について。⑥ 准看護師の給与体系の創設について。⑦ 人事について。

第9回理事会 2月26日

議題 ① 出資金の年間目標達成に向けた取組みについて。② 新デイサービス事業所の追加工事について。③ 11年4月からの医師態勢について。④ 厨房の外部委託について。⑤ 人間ドック及び企業健診の料金改定について。⑥ 年度末総代会に向けたスケジュールについて。⑦ 人事について。

## 短歌

## 虹の文芸

四角い空

長谷川貢(中央)

終日を点滴の雫眺めいる  
他にすべなし師走の一日

手術後に再び仰ぐ空の色  
澄みたる青に感激あらた

灰色の明けゆく空をつき破り  
茜の光わが窓辺まで

病室の四角い空を流れゆく  
夕焼雲に明日を信じる

(記) 昨年十月に上田生協にて大腸ガンが見つかり、十一月十五日より十二月二十四日まで長野中央病院にて世話になりました。病床でよんだ句です。

両角好枝(坂城・96才)

寒き夜に

悲しくほえる 猫の恋

生きぬく性のあわれを思う

我が運命

ミソヒト文字を友として

老いゆく先は流れのまゝに

大寒に 北は大雪 南は噴火  
自然の怒り何時までつく



## さわやかパズル

第 26 回

クロスワードを解いて二重枠に入る文字を並び替えると一つの言葉になります。その言葉が答えです。

## ② ヒント

超有名な人になりました。

## タテのカギ

① ○○○○を射止める。

② 目、鼻、口がある頭部の前面。

③ 真田地区の有名な高原。

④ 稲の害虫、バッタの一種。

⑤ 柿の枝に紙をつけ神前に捧げる。

⑥ ゆでた小豆やうづら等に砂糖を混ぜて煮て、ねったもの。

⑦ 鬼は○○、福は内。

## ヨコのカギ

① 福島県の都市、ラーメンで有名。

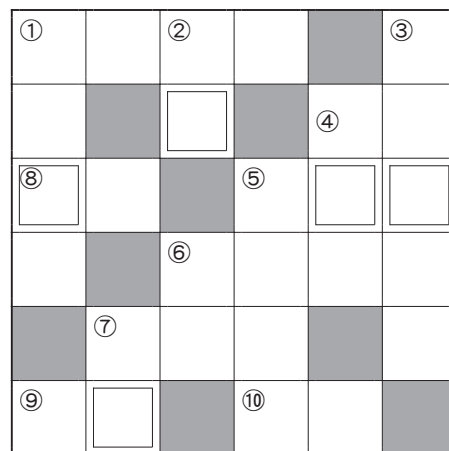
④ 旧国名。三重県の北西部。

○○忍者。

⑤ 急斜面を耕し階段状に作った田んぼ。

⑥ 降雨を神仏に祈ること。

⑦ 歌のこと。コマーシャル○○○。



⑧ 元素記号はFe。

⑨ 十二支。今年はずさぎ。

⑩ 体形が魚に似ている原始的昆虫の総称。漢字で紙魚、又は衣魚と書く。

★ 答えはハガキで。

正解者の中から抽選で5名の皆さんに図書券を贈呈します。住所・氏名・答え・ご感想などを添えて、東信医療生協編集委員会「さわやかパズル」係までお寄せ下さい。

★ 締切は、4月20日。

※ 前回の答えは、「ボンサイ」でした。

パズル当選者氏名(敬称略)

第25回 一之瀬豊子(東部)、坂田こず江(川西)、

清水和江(城下東)、清水

健(川辺一)、西沢恵美子

(坂城南)。

## さかき診療所、生協健診及び企業健診を中止

この度4月より、さかき診療所で行っていた生協健診及び企業健診を医師不足等の理由により中止することにしました。今日までのご利用にお礼申し上げますとともに、今後は上田生協診療所でのご利用をよろしくお願いいたします。

## 健診室に専用ダイヤル

健診室に専用ダイヤルが設置されましたのでご利用ください。

フリーアクセス

0800-800-1599

## 全国機関紙コンクールで佳作入賞

機関紙協会主催の2011年新年号全国機関紙コンクールで「千曲川のにじ」が佳作に入賞、表彰されました。

皆様のご支援に感謝いたします。

■ 次号発行は5月18日の予定です

## 編集後記

永年に亘り病棟、健診の食事をまかなってきただけの厨房業務を、経営事情により、同じ厨房を利用しての外部委託に切替えることになった。ここに至るまでの当該職員、関係者の労苦に衷心より感謝と御礼を言いたい。これからは、まゆ、かみしな、デイサービス、川西、デイケアの食事、いっしょにまかなうことに。安全・安心の美味しい食事、明日への希望をつないでほしい。(N)