

東信医療生活協同組合 機関紙

千曲川のにじ

発行 / 東信医療生活協同組合 〒386-0042 上田市上塙尻393-1 TEL 0268-28-1085 FAX 0268-28-6085
<http://www.toshin-iryou.com> E-mail sosiki@dolphin.ocn.ne.jp
 組合員活動部 TEL 0268-23-8001 FAX 0268-23-8095

[事業所]
 上田生協診療所
 川西生協診療所
 さかき生協診療所
 上田生協訪問看護ステーション
 ヘルパーステーション“にじ”
 居宅介護支援事業所
 元気俱楽部まゆ(デイサービス)
 老人保健施設 なないろ
 デイケア絹の里

組合員現勢(2022年3月31日現在)

■組合員	15,890人
■出資金	547,574千円
■加入時1口	1,000円 何口でも可
■一人平均	34,460円

ヘルパーさんが必要です 私たちにお力を貸しください



ご自身のこだわりを大切にしつつ、ヘルパーのサービスを利用しながら、住み慣れたご自宅で生活されている方が大勢いらっしゃいます。ところが、その在宅生活を支えるヘルパーが、いま、不足しているのです。「支

「できる限り家で暮らしたい」という利用者様ご本人やご家族の思いに寄り添い、ご自宅に訪問し、排泄や入浴、食事介助などの身体介護を主に行っています。また、ご一緒に食事づくりをしたり、必要なときには買い物やそうじ、洗濯などのサービスを提供させていただいています。

ヘルパーステーションにじ

えたい」と思う依頼もお断りせざるを得ない状況も生じています。

ヘルパーをめざす場合、ひと

りで利用者様のお宅を訪問し、対応する仕事のため、「自分でも

できるだろうか」と不安を感じられる方が多いかもしれません。

しかし、仕事につくときは、ケ

アマネさんからの情報にもづき、ご本人・ご家族との事前の打ち合わせなど十分な準備が行われます。

そして、実際に訪問をさせていただくながで、訪問者だけではなく利用者様もだんだんと緊張が解けて、お互いを知るようになります。訪問の不安は楽しみに変わっています。

人生経験が豊かな利用者様から教えていただきこともたくさんでできます。笑顔が増え、平穏な日常生活がおくられていくとき、この仕事をしてよかつたと思ひます。一对一だからこそ利用者様の本音をお聞かせいただき、きちんととしたケアができる。ご家族とも相談しながら行き届いた仕事ができた。そんなとき、やりがいを感じます。

いま、社会的にも必要度を増しているヘルパーの仕事ですが、度重なる「制度改正」により、さ



ヘルパーステーションにじでは、利用者様の生活を一緒に支えてくださるヘルパーさんを募集中しています。介護福祉士や初任者研修修了者、ヘルパー2級をお持ちの方であれば就労可能ですが(看護師資格でも)。ご自身での応募、もしくは、そうした方へのご紹介をお願いいたします。

ひとりでも多くの方が、思い出のあるご自宅で、少しでも長く自分らしく生活できるように、私たちにお力を貸しください。

地域訪問で寄せられた声を活かして

理事長 中村和幸

昨年度の地域訪問の中で寄せられた声の特徴と今後の対応を報告します。

1 特徴

(1) 引き続き期待が高い事業

- ① 訪問診療、訪問看護、訪問介護
- ② デイケア・デイサービス
- ③ 「お助け丸クラブ」

(2) 今年度の特徴的な声

- ① 人間ドック・健診に対する高い評価

「人間ドックで大腸がん(初期)を発見してもらい除去に至った。本当に良かった」「ふだんは近所のかかりつけ医で受診しているが、人間ドックは上田生協診療所を利用している」という声が昨年度と比べて多く寄せられました。

② 看護師さん等の対応を良かったとする声

2 改善を望む声

(1) 昨年から引き続く声

① 待ち時間の短縮

「待ち時間が短くなつて良かつた」という声もありましたが、「待ち時間の改善を図つてほしい」という声も、引き続き上がっています。

② 医師に対する評価

「医師に親切に指導してもらいたい」と謝っている、「医師をとても気に

入った」「乳腺外来について話したら、真剣に聞いてもらえた」などの評価の一方で、厳しい声も寄せられました。「腎臓が悪くなつたが見つけた」「お助け丸クラブ」など

ではとてもよく適確に診てもらえたが、父に関しては問題ないと言われたのに、重度のガンであることがあとで分かつた」など。

患者さんの気持ちに寄り添い、医療生協らしい医療活動にするため、引き続き自己研鑽し、集団的な検討をしていきます。

(3) 川西生協診療所への要望

「川西生協診療所は近くでよいが、木・金しかやつていないので利用できない」と、診療日を増やしてほしいという要望が届いています。川西生協診療所では、地域分析(近くに医療機関があるなど)を催など、少しでも組合員さんの要望に応えていきたいと思います。外からは様々な事業の利用につながりますので、今後、経営として成り立つか検討していきます。

(4) 今、何時の予約の方を診察して

いるか、表示を出すようにしまし

取り組んで成果が表れている内容

「予約を断られた」「電話がつながらない」などの声が減りました。上田生協診療所では現在、「断らない医療」が診療所の良さと認識し、取り組んでいます。どうしても断らざるを得ない場合は、記録に残し、検証を行っています。

東信医療生協が地域で果たす役割を自覚して

理事長 中村和幸

東信医療生協では、健康を害し、重症化し命を落とす人をなくすために、地域の医療機関と役割を分担し、コロナ対応をおこなつてきました。

希望者には、東信医療生協にこだわらず「できるだけ早くワクチン接種を」と呼びかけました。一方、上田生協診療所は接種会場に行くことができない在宅患者さんに対応してきました。

東信医療生協では、健康を害し、重

症化し命を落とす人をなくすために、地域の医療機関と役割を分担し、コロナ対応をおこなつてきました。

3 待ち時間の改善で上田生協診療所が取り組んでいること

(1) 外来診療委員会(メンバー:所長、外来主任、医事職場責任者、検査主任など)を立ち上げ、待ち時間の短縮など利用者の声を検討、現

場に反映させています。

(2) 「ご案内」に書かれている時間を、来院時間から予約時間に変えて取り組んでいます。現在も、多くの患者

時間を長くなっていることは事実です。10分枠に1人の患者さんを入れるように努力していますが医

者さんを担当している医師の待ち

時間が長くなっていることは事実です。10分枠に1人の患者さんを

入れるように努力していますが医

師によつては、患者さんが多く、ど

うしても待ち時間が長くなる場合

があります。患者さんの希望を基

本に、また医師の了解を得て、担当

医を移す対応をしていました。

遅れる場合は、待合室で連絡する

よう心がけています。

医師の緊急対応で、予約時間が

遅れる場合は、待合室で連絡する

効率的な接種ができる集団接種会場へ医師・看護師を派遣しました。

3回目のコロナワクチン接種は、前回と同様に上田市の依頼に応え

て、皮膚科や歯科の医療スタッフ、市の職員へ順番に接種してきました。

その後、接種を受けていない方

のために、土曜日午後の接種を計

画・実行しました。上田市のホームページにある医療機関名一覧に、

上田生協診療所も掲載されています。

現金及び預金は233,147千円、期首より51,596千円増えて月商倍率2・91倍となりました。2020年度の福祉医療機構からの融資80,000千円を除いても月商倍率1・91倍になり、経営的に安全な資金は確保できています。

また累積赤字は19年度末▲433,872千円ありましたが、2年連続で経常剩余を確保できた為、累積赤字を159,067千円減らし、▲274,805千円まで縮小できました。

(2) 事業活動について

新型コロナ感染拡大は日本の医療政策の脆弱さや経済格差の広がりによる生活困難者をあぶりだしました。全国各地で困窮事例が各地で報告される中、東信医療生協でも無料低額診療事業で困難な人々に寄り添う事業運営を行つてきました。

① 医療事業について

県民医連からの医師支援の一部が終了し、代わりに3名のパート医師の採用と佐久総合病院からの医師支援1名を受け、医療生協活動の理解を求めながら外来診療や在宅医療の強化を行つてきました。外来医療では糖尿病における慢性疾患管理活動が軌道に乗り、外来カンファレンスによる患者フォローが進みました。高齢で通院困難な患者の通院援助、必要に応じて在宅医療への切り替えなども行つてきました。健康診断でのフォローや中止チエックなどで受診に結びつける努力も行いました。また行政や他団体と

協力して経済的理由で受診できない方々に無料低額診療を実施してきました。

在宅医療では安心して在宅生活が送られるよう職員体制を強化し、医療センターはじめ地域の病院との連携や法人内連携、在宅介護事業所との連携をすすめ

てきました。また全身管理のために必要な検査やコロナワクチンの集団接種会場に行くことができない方へのワクチン接種なども行いました。

保健予防活動ではコロナ禍による受診控えに対して、支部運営委員会や班会、また機関紙「千曲川のにじ」で人間ドックや乳がん健診のおすすめを行いました。

② 介護事業について

地域で暮らす人々が住み慣れた家での人らしく安心して、最後まで過ごせるよう介護の提供をめざしてきました。

在宅系介護では、近隣での緩和ケア病棟の開設を受け、他法人事業所との連携強化をすすめました。介護会議など情報共有しながら事業所の役割や強みを活かした協力を行いました。

通所系介護では利用者の自立や家族の介護軽減がかかる介護をめざして利用者、家族の相談にも応じ、地域の駆け込み寺、支えとなる事業所をめざしました。

老健では在宅と病院の中間施設「在宅支援施設」としての機能を發揮し、利用者の日常生活動作の維持・向上をめざすとともに介護者の負担軽減の役割を果たしてきました。

介護職員やヘルパー不足の中、職員のみで、その中で送迎ボランティアや「お助け丸クラブ」の助け合い活動が安日・休日に高まる中、職員体制の厳しさから新規受入れをことわざるを得ない状況がありました。利用者の介護要求に応えられる職員体制が課題になっています。

③ 職員の育成と経営管理について

貧困・格差の拡大、コロナ禍による生活困窮状況の拡大に対しても、人権やSDHの視点で患者、利用者をとらえていくことや無料低額診療事業などを職員の制度教育に位置付けて意識的に学習に取り組みました。また多職種による気になる患者カンファレンスなどの事例や無料低額診療事業などを通じて受療権保障の視点を高める努力を行いました。引き続き民医連の綱領学習や医療生協人の育成をすすめます。

経営改善をすすめる為、全職員参加による予算づくりや管理会計及び財務会計の理解に向けた取り組みなど民医連統一会計基準に沿った経営管理をすすめました。上半期総括会議や決算予測会議などを開催し各課題など把握しましたが、経営再建法人としてのスピード感を持った取り組みが必要です。

(2) コロナ禍2年目での支部活動と組織づくりについて

組合員ふやしは700人目標に対する組織づくりについて

組合員ふやしは700人目標に対する328人(目標比47%)に留まり、脱退者は384人で組合員が56人減少しました。事業所を利用しない自由脱退者も多くなっています。

出資金増やしは3,000万円目標に対し2,551・3万(目標比85%)、純増目標1,000万円に対して676・2万円でした。出資件数目標1,500件に対し928件(目標比61%)でした。強化月間は3診療所でスタート集会を行い76人が参加しました。支部と職員の

2. 2021年度 組合員活動のまとめ

コロナ禍で組合員活動の自粛を余儀なくされ、各支部の行事、支部交流集会、まちかど健康チェック等が開催できず、医療生協活動を広げることが困難な1年でした。その中で送迎ボランティアや「お助け丸クラブ」の助け合い活動が安

心のネットワークづくりで大きな役割を果たしました。また強化月間では事業所利用促進を呼びかけました。

(1) 事業所利用促進について

コロナ禍で事業所利用を控える傾向があるなか各事業所では、機関紙発行日に合わせた「診療所だより」を発行し、事業活動のお知らせや健診・人間ドック、インフルエンザ等組合員の特典での事業所の利用に努めました。7年目となる誕生日特典付ハガキ出しを8,567人に郵送した結果、357人(4%)が利用しました。送迎ボランティアは、車の免許を返上された方も多く受診者には大変喜ばれました。

ペア行動日の具体化を行い、訪問時は

フェイスシールド・除菌シートなど感染

対策を徹底し、地域訪問に取り組みまし

た。職員の地域行動は感染警戒レベル3

になつた10月中旬以降となり参加率は40

%でした。地域行動は21支部が70回取り

組み、対話数は732件でした。高齢者

の一人暮らしの方も多く長引くコロナ禍

で日頃の繋がりが途切れてしまつたケー

スもあり、対話を望む人も多くいました。

感染対策を徹底して繋がりを絶やさない

取り組みを引き続き取り組んでいきます。

(3) 健康づくりについて

コロナ禍で班会が開催できない状況が
続きましたが、戸外でのウォーキングに
変更した班会の取り組みもありました。
2年ぶりの班長会は、コロナ感染対策で
3回に分けて開催し42人が参加しました。
班会は開催数381回（目標比47%）、開
催班数67班（目標比37%）、新班5班（目
標比20%）、指標班40班（目標比50%）で
した。5回目となつた信州まるごと健康
チヤレンジの取り組みは過去最高の89
1人が参加しました。班長会での呼びかけ、
健康づくり委員会の声掛けで運営委
員がハガキ回収に訪問し、班員との繋が
りを絶やさない活動となりました。

健康づくり塾は11人が受講し8人が修
了しました。公開講座とした三林寛医師
のアルヴェーダの講演は23人が参加
し好評でした。

(4) 担い手づくりについて
支部運営委員は201人で、新たな役

員づくりが急務の課題となつています。

機関紙配布者を支部で43人、職員20人の

計63人増やすことができました。様々な

理由で配布ができない方もいて機関紙手

配り配布率は88%です。通信教育は受講

者23人中組合員8人が受講しました。

(5) ボランティア活動について

ボランティアの育成に力を入れる1年
として学習会や交流会開催を方針としま
したが、交流会は開催できず、学習会は
感染対策を徹底し、8月に「東信医療生
協の歴史、ボランティアの歴史」をテー
マに開催して20人が参加しました。介護
事業所でのフロアボランティアは感染警
戒レベルが高く活動ができず川西生協診

療所デイケアでは活動が無くなりまし
た。

(6) 機関紙について

東信医療生協の様々な活動や組合員の
健康増進につながる記事を掲載した機関
紙「千曲川のにじ」を年6回発行しまし
た。

(7) 被災地支援活動について

福島支援委員会の学習会、宝鏡寺住職
の講演に7人が参加しました。「3・11を
忘れない」東日本の支援物資販売活動に
取り組み、約25,000円を被災地に
カンパすることができました。

(8) お助け丸クラブの活動について

コロナ禍でも地域の「困った」の声に
保護メガネ・フェイスシールドなど感染
予防を行いながら支援を行いました。東
御市では認知症の学習会開催につながり
ました。

3. 社会保障活動のまとめ

全国や地域で行われる学習会等に理事
や社保委員を中心にオンラインで参加し
ました。

(1) 日本国憲法を活かす取り組み

憲法9条の会と連携して偶数月に学習
会を開催しました。11月20日の平和大会
開会式にオンライン参加しました。3月
の機関紙に改憲反対請願署名を折り込み、

3月29日の県民医連主催のオンライン全
県憲法学習会に理事、社保委員、職員が
参加しました。また毎週火曜日に職員と
ともにウクライナ支援、改憲反対のスタ
ンディングを2月から始めました。

(2) 社会保障の改悪を許さないたた
かい
5月25日SDH学習交流会、10月14日
新型コロナ感染拡大が継続してい
ます。貧困格差と高齢化社会が進む中
で、社会保障、医療と介護の充実がま
すます求められています。

2022年度は、世界と日本の平和

を求める活動をさらに発展させていくこと

をめざします。貧困格差拡大と超高齢
化の中で2年間続いたコロナ禍で、生
活困難に陥っている方や健康問題を

いのちを守る総行動にオンライン参加し
ました。9月から約2カ月間職員と協同
で医療福祉の改善を訴えるスタンディング
を行いました。

(3) 原水爆禁止活動の取り組み

平和行進は車での行進になりました。

8月6日原水禁世界大会にオンラインで、
1月22日上田駅前で開かれ市民団体によ
る核兵器禁止条約記念集会に参加しまし
た。

(4) 市民運動と連携した活動

6月9月3月に原発再稼働反対、廃棄

を願う「つながるパレード」に、9月18
日からの「平和のための戦争展in長野」
講演会にオンラインで、9月23日全国高
齢者大会in長野にオンライン参加しま
した。

第2号議案 2022年度事業計画及び予算決定の件 案

活動や各事業所が力を合わせて応え
られる活動をすすめます。

1. 東信医療生協の事業活動につ
いて

この2年間続いた新型コロナ感

染予防を行いながら支援を行いました。

平和を守り、持続可能なまちづく

りをめざして、人権と公正な視点で

医療と介護活動に一体的に取り組

みます。

この2年間続いた新型コロナ感

染拡大により、感染の心配や収入が減少したことでの健診や医療、介護事業の利用控えがありました。病気の早期発見、早期治療に影響が出ている可能性や身体機能の低下が進んでしまった可能性があります。改めて組合員活動と事業結集をすすめ、病気の早期発見、早期治療、身体機能の維持をめざします。

また上田地域は人口減少地域ですが、高齢者人口は増える地域で介護が必要な方も増加します。私たちはこれらの人々に断らない、かかりやすい医療と介護の提供をおこない、併せて経営の改善と安定をめざします。

① 医療事業について

健診：2年間の新型コロナ感染拡大による受診控えによる病気発見の遅れ、手遅れ治療にならないよう健康班会、健診活動に取り組みます。健診受診者で要精密検査や要治療となつた人々を早期にフォローし、早期発見、早期治療へとつなげます。

外来：断らない、かかりやすい外来を追求します。慢性疾患管理活動を今まで以上に広げ、合併症などを起こさない医療を行います。また経済的問題で医療を受けられない人々に対して無料低額診療事業で受療権を保障します。院外処方による薬剤費の自己負担軽減の運動に取り組みます。

② 介護事業について

在宅：地域における医療機関や介護事業所との連携で、安心して在宅生活が送られる、安心して最後まで在宅で過ごせるよう、在宅医療を行います。また高齢で通院困難となつた場合は在宅医療で支えます。

在宅：断らない介護を基本とし、住み慣れた地域で安心して在宅生活が遅れる様に、東信医療生協の医療と介護の総合的な事業をすすめます。また本人及び家族を支援し、地域の医療機関やその他の介護事業とも連携し、終末期や難病、小児など医療ケアが必要な利用者も含め安心と満足度の高い介護事業をめざします。同時に東信医療生協の医療と介護の連携した事業紹介など、地域の連携を今まで以上にすすめ、気軽に安心して介護相談ができる事業所づくりをめざします。

入所：在宅生活を支援する長・短期の入所施設として機能維持・回復などを含め、本人及び家族の安心と満足度の高い施設づくりを行います。

(2) 職員の育成と確保、経営管理について

平和か戦争できる国づくりをめぐって憲法をまもる運動が大きな課題となります。平和と国民主権、人権を大切にした職員育成をすすめ、憲法を

守ります。引き続き民医連の綱領

学習や医療生協人の育成をすすめます。また医療、介護を担う職員として人権やSDHの視点で患者、利用者を把握し、受療権を保障できる職員育成をすすめます。無料

低額診療事業などを職員の制度教育に位置付けて取り組みます。東信医療生協の医師体制だけでなく、県民医連内や支援をいたいた長野中央病院、佐久総合病院の医師体制が厳しくなっています。今後の医師確保にも努力します。

経営強化と全職員参加による経営をめざし、民医連統一会計基準の理解と実践をすすめます。

2. 2022年度予算について

2022年度は多額の特別投資51,900千円（電子カルテ、マンモグラフィーの更新など）があるため必要利益は61,219千円ですが、法人全体の経常剰余目標を20,663千円とします。そのため資金は40,556千円流出します。資金流出となりますのが2022年度末資金は192,591千円、月商倍率2.41倍、福祉医療機構の融資80,000千円を除いても月商倍率は1.41倍で資金的には安

全水準を保ちます。長期資金計画（案）では2025年に福祉医療機構に43,040千円の返済を計画するが、その他の充実、CTによる内臓脂肪健診受け入れ件数増、C.Tによる内臓脂肪健診による慢性疾患管理活動の充実を高血圧患者へ拡大する、需要の多い乳腺外来

事業CF	資金の源泉		資金の便途		CF 85,302
	経常剰余	20,663	退職金支	△ 23,364	
	減価償却費	49,212	資産負債増減額		
	退職引当繰り入れ	21,384	医薬品費未払い支分払い	△ 4,035	
	リース料	21,442	小計	△ 27,399	
	小計	112,701	リース料	△ 21,442	
投資CF			通常設備投資	△ 2,000	
			車両購入3台	△ 3,900	
財務CF			特別投資	△ 51,900	
			その他固定負債支出	△ 1,380	
	その他固定資産収入	0	小計	△ 80,622	△ 80,622
	小計	0	出資金減	△ 20,000	
			長期借入金返済	△ 37,236	
			短期借入金返済	0	
			長医協返済	△ 8,000	
			小計	△ 65,236	△ 45,236
			合計	△ 173,257	△ 40,556

予約枠増、訪問看護との連携強化による訪問診療の充実などを図ります。また介護では2021年度努力した地域連携、法人内連携による新規利用者確保をすすめ、収益を確保します。

費用は多額の投資による減価償却費とりを受けた経費増があります。収益増と費用増、医師をはじめとした職員体制も含め慎重に検討しながら、事業の在り方や集約化を含めた収支構造の改善を図る1年とします。

3. 組合員活動について

中心テーマを「誰もが健康で居心地がよくくらせるまちづくりへの挑戦」とし、創意工夫で「でかける・つながる・安心を結ぶ」(る・る・ぶ)で、コロナ禍でも工夫して安心のネットワークの充実を広げます。

(1) 支部活動を豊かに、安心のネットワークを広げていきます。

① 地域を知るためのお元気ですか訪問・班会お誘い訪問に取り組みます。

② 全支部でリーフレットを活用し、私たちの活動を「見せる化」します。

③ 地域に開かれた班会を通じてこころ（居場所づくり）に繋げていきます。

④ 安心の安全のまちづくり目指し、お助け丸の活動に取り組みます。

(2) 医療生協の健康観にもとづく活動をすすめ、フレイル予防・オーラル

フレイル予防に取り組みます。

① 健康づくりチャレンジは生協連主催となつて長野県全体で取り組みをおこないます。

② 健康づくり塾開催・班長会を開催します。

③ 健康寿命延伸のためフレイル予防・オーラルフレイル予防・すこしお生

活に取り組みます。

④ 病気の早期発見・早期治療のため人間ドック・健診の受診者を増やし

ます。

費用は多額の投資による減価償却費とりを受けた経費増があります。収益増と

費用増、医師をはじめとした職員体制も

含め慎重に検討しながら、事業の在り方

や集約化を含めた収支構造の改善を図る

1年とします。

(3) 総合力と連携でつながりをつくり、コロナ禍での地域貢献、医療生協への支援、協力を広げます。

① SDGsの学習会を進め、支部活動と結びつけ活動していきます。

② 上田生協診療所で取り組む無料低額診療事業の学習をおこない、地域に知らせていきます。

③ 事業所（職員）と各支部が協力しながら事業所利用をすすめ、諸課題を進めます。

④ 行政・地域包括など他団体と学習会を開催し、まちづくりをすすめます。

⑤ ボランティア学習・交流会・通信教育を開催します。

⑥ 社会保障の充実を求める取り組みを強めています。

⑦ 機関紙配布者の手配り者を増やし、扱い手づくりに取り組みます。

⑧ 職員と組合員と合同で「第4回い

のちの章典交流集会」をおこない、交流を深めます。

⑨ 健康まつりの開催がコロナ禍で厳しい中、支部ごとに健康マルシェに取り組みます。

⑩ 2022年度 数値目標のもと

強化月間を中心に組織を上げて取り組みます。

コロナ禍の状況が続くことが予測されるため、今年の数字目標は以下の通りです。

組合員総数	16100人
新班づくり	25班
出資金総額	55000万円

開催班数	100班
対話数	3000人

指標班	50班
組合員ふやし	500人

班会開催総数	500回
出資金ふやし	2000万円

班会実参加者数	6000人
出資件数	1500件

(組合員のみ)	(組合員のみ)
純増出資金額	1000万円

支部運営委員会	27支部
支部運営委員会	各支部1名以上

（運営委員会開催ができる支部
体制づくり）

一人10部以下を目指さず。

● 9月17日からの「平和のための戦争展」in上田の成功を目指し協力します。

● 消費税5%への減税を求めます。

● ジェンダー平等、差別のない人権尊重の社会に向けた取り組みを進めます。

4. 社会保障を守る活動

(1) 日本国憲法を活かす取り組み

日本国憲法9条改悪阻止し、いのちと個人の尊厳を守る憲法を活かす取り組みを強めます。

(2) 社会保障の改悪を許さない取り組み

国民健康保険や介護保険料の国民負担を軽減し、だれもが安心して医療・介護・福祉サービスをうけられるよう取り組みを強めます。

● 75歳以上の高齢者の窓口2割負担化を阻止する闘いを強めます。

● コロナ禍で浮き彫りになつた医療・介護・福祉職員の処遇改善と増員を取り組みを強めます。

● 感染対策を踏まえた公衆衛生充実にむけ、保健所体制の強化を求めます。

● 公的病院等医療機関の再編縮小に反対し、地域医療の充実に努めます。

● 対核平和行進に取り組みます。

● 災害被災地支援に取り組み、すべての原発廃止を目指す運動を強めます。

● 核兵器禁止条約批准を政府に求め、すすめます。

● 機関紙配布者の手配り者を増やし、扱い手づくりに取り組みます。

● 機関紙配布者の手配り者を増やし、扱い手づくりに取り組みます。



ちぎりえ 鯉の滝登り
関口己佐子（西部支部）



ふれあいサロンにじ企画について

コロナウイルスの感染状況によって、ふれあいサロンにじ企画は当面見合わせています。

問い合わせは組合員活動部へ TEL 0268-23-8001

「憲法改悪を許さない全国署名」に ご協力ください

ロシアによるウクライナ侵略は凄惨を極め、街が破壊され、多くの人命が奪われており世界は驚愕しています。絶対に許されることではありません！

松澤所長や理事も含め職員などで毎週火曜日の夕方5時15分から30分間、毎回10人ほど集まり、上田バイパスの交差点で「ロシアはウクライナから撤退せよ！」とマイクで訴えています。ご都合のつく方は是非ご参加ください。

軍備増強が必要、敵基地攻撃能力を保持する必要があるとか、核共有すべきなど、日本国憲法の戦争放棄・戦力不保持に真っ向から違反となる戦争に参加する国づくりに突き進むことは絶対に阻止しなければ、命も平和も守れなくなります。

前回の「千曲川のにじ」と一緒にお願いした「憲法改悪を許さない全国署名」にご協力ください。平和な世界を目指す国連憲章と共に鳴る憲法を守り抜こうではありませんか。

社保平和委員会 高村 京子



新しい職員の紹介

若林 靖史 医師



4月より週1回、水曜日に松本から来ています。

出身は長野市ですが、祖父母の家は上田です。胸の症状、心臓関係の悩み事など、いつでもご相談ください。

中村 靖 事務長



この度松本協立病院から赴任となりました中村靖といいます。

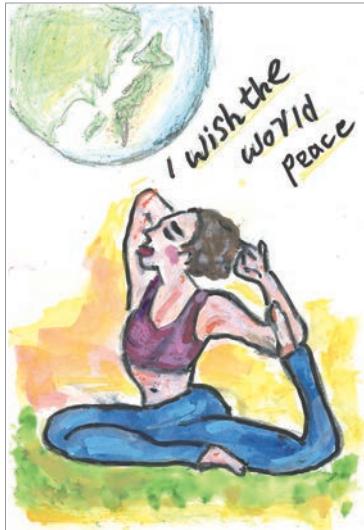
出身は愛知県ですが、信州の自然が好きで学生時代から長野県民となり30年が過ぎました。民医連歴25年の間に松本協立病院や塩尻協立病院、また諏訪共立病院での勤務を経験してきました。共同組織の方々に支えられ大きくなった事業所で、民医連事業所としての「存在意義」を失ってはいけないこと常に意識してきました。

1万6000人の組合員さんの力を借りしながら、東信医療生協が地域に欠かせない存在であり続けるよう頑張りたいと思います。よろしくお願ひいたします。



折り紙「胡蝶乱舞」 デイケア絹の里

「これから的人生を、蝶のように自由に舞い、花のように美しく咲き誇って歩んでいくように！」の願いを込め、2カ月かけて、利用者の皆さんのが協力して作り上げた、折り紙作品です。



絵手紙
神尾みち子
(中央支部)

俳句

竹内 創造

(神科北支部)

男子とも女子ともつかぬ名五月来ぬ
足あとの澄みて植田のそよぎかな

相輪に日の集まり来夕牡丹

雨上がる雲ゆく空の梅雨の月

屋根越えて星の高みを蛩行く

声出すこと球拾ふこと夏の空

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。

⑦ヒント 髭物(まげもの)

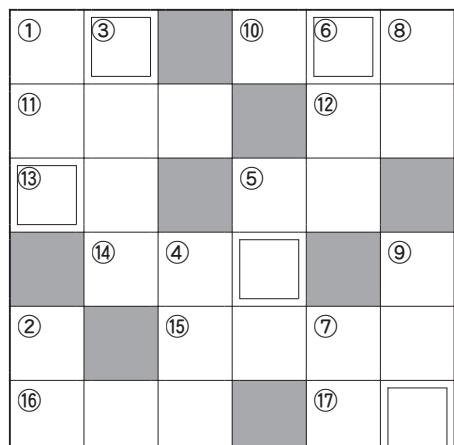
第92回

タテのカギ

- ① 江戸時代、町火消が各組のしるしとして竿の頭に作り物をつけその下に馬簾(ばれん)をたらしたもの。
- ② 土を小高く盛つて造った墓。
- ③ 歌舞、音曲などで宴席をとりもつことを職業とする女性。
- ④ 江戸時代の法廷名「お〇〇〇〇」。
- ⑤ 頭や顔をおおう布製のかぶりもの。
- ⑥ 今までの習慣。くせ。慣性。
- ⑦ 河川の流れがゆるやかな所。「灘」と書く。
- ⑧ 物をたたく金属製、または木製の工具。「槌」と書く。
- ⑨ 酒を醸造する職人。特にその長。「杜氏」と書く。
- ⑩ 広い敷地に建つ大きな家。武家の住宅。
- ⑪ 入り乱れて戦うこと。「〇〇〇〇騒ぎ」。
- ⑫ 大型でくちばしが大きく、全身黒色の鳥。「〇〇〇〇の行水(ぎょうずい)」。
- ⑬ 建物と建物の間の狭い通路。「〇〇裏」。

ココのカギ

- ① 髪の毛を束ねて曲げたり、折り返したりした日本髪の髪型「ちょん〇〇」。
- ② 動物の骨の中心にある脂肪状の造血組織。「脊(せき)〇〇」。
- ③ 隣家との境に設けた防火壁。「〇〇〇が上がらない」。「椀」。「卯建」と書く。
- ④ 人々を乗せて運ぶためにはずした雨戸。
- ⑤ 世渡りのちえ。処世の才。「〇〇辛い世の中」。
- ⑥ 病気の診察、治療を職業とする人。



★ 答えはハガキで。
正解者の中から抽選で5名のみさ
んに図書券を贈呈します。住所、氏名、
答え、よろしければ「千曲川のにじ」
の感想、医療生協へのご意見などを添
えて、左記へお送りください。なお、
パズル当選者氏名発表は、発送をもつ
てかえさせていただきます。
〒386-10042
上田市上塙尻393-1
東信医療生協「さわやかパズル」係
★ 締切は、6月15日(水)
※ 前回の答えは、「卒業(ソツギョウ)」でした。

集後記

第40回総代会が開かれます。東
信医療生協に対する要望・意見を
集め総代会成功に向け取組んで行
きましょう。

次号発行は7月13日(水)です。

読者の声

● ロシアによるウクライナの侵攻がはじ
まり間もなく3週間。連日報道される現
地の状況に胸がつぶされる想いです。さ
やかながら郵便局でウクライナ支援
の募金を振り込みをしました。1日も早
く終息しますように。(上田市)
● 訪問診療シリーズを読ませていただき自
分もいざれお願ひする時が来ます。その
時はよろしくお願ひします。(上田市)
● 訪問診療の取り組み。素晴らしいなと思
いながら読みました。暖かくなつてきた
ので春休み中の子どもと上田城に遊び
に行く毎日です。これも運動でフレイル
予防!と元気によく歩くようになります。

(上田市)
● 健康診断等でお世話になりました。食生
活のアドバイスも頂きました。(上田市)
● フレイル予防の食事を読んで毎日3回
の食事に主食、主菜、副菜のバランスを
考えて作っていますが継続はなかなか
難しいです。たんぱく質を取り入れるよ
う工夫して毎日食べるようにしていま
す。もう少し具体的に調理の例を記載し
ていただければありがたいと思います。
孫が学校の給食表を持ってきてくれる
のを参考に日々料理をしていますが、食
はとっても重要と日々過ごしております。
(坂城町)

生協診療所 診療担当表

2022年5月1日～

お知らせ 外来診療の待ち時間短縮に向けて努力をしております。またご意見をお寄せください。

□上田生協診療所

■ 23-0199 FAX 23-0449

健診 フリー 0800-800-1599
ダイヤル (10:00~17:00)

	内容	月	火	水	木	金	土
午前	ドック・健診	矢部	松澤	大田	矢部	小林 哲	第3 矢部
	胃カメラ	吉野	吉野	吉野	小林 寛	吉野	第3 矢部 (10:00~)
8:50~12:00 (受付 11:30 まで)		松澤	渡辺	大田 (10:30~)	矢部 (10:00~)	小林 哲(10:00~)	第1 中山
	一般外来	矢部 (2~5週)	弾塚	三林	松澤	高松	第2 渡辺昭 松澤
				若林			第3 吉澤 小林哲
	乳腺外来					近藤 (3週)	第4 松澤
							第5 松澤または矢部
午後		松澤 (1,3,5週)	渡辺	大田	小林 寛(3週休診)	高松	
14:00~16:40 (受付 16:30まで)	一般外来					吉野 (1,3,5週)	
						近藤 (1週)	
	乳腺外来			矢部	矢部		
夜間				松澤		吉野 (1,3週)	
16:40~18:30 (受付 18:00まで)	一般外来					松澤 (2,4週)	
訪問診療	午前	矢部 (10:00~) 1週のみ	松澤 (10:00~)	松澤 (1,3,5週)		松澤	
	午後	矢部	松澤	三林	松澤	小林 哲	

休 診

□川西生協診療所

■ 31-1411 FAX 31-1416 [有線] 2166

	内容	月	火	水	木	金	土
午前 8:50~12:00 (受付 11:30まで)	一般外来	休 診	休 診	休 診	吉野	渡辺	
午後 14:00~15:40 (受付 15:30まで)	一般外来					渡辺	
	往 診	吉野	吉野	吉野	吉野		

休 診

□さかき生協診療所

■ 82-0101 FAX 82-0102

	内容	月	火	水	木	金	土
午前 8:40~12:00 (受付 11:30まで)	一般外来	休 診	矢部	矢部 (3週) 松澤 (2,4,週)	休 診	矢部	
午後 15:00~18:00 (受付 17:30まで)	一般外来		矢部		休 診	休 診	
	往 診	松澤 (2,4週)				矢部	

休 診

組合員のみなさまへ

●住所や氏名を変更された時や、お亡くなりになった方がおられた場合は、組合員活動部 (■ 0268-23-8001)へご連絡ください。

●出資金の増資は1口千円、何口でも構いません。いつでも受け付けています。

●「千曲川のにじ」に掲載された記事についての感想や取り上げてほしい記事の提案、および掲載希望の詩、俳句、川柳、絵手紙などを下記までお送りください。

〒386-0042 上田市上塙戸393-1 機関紙編集委員会（東信医療生協組合員活動部内ポスト）