

#### 通常総代会開催。

#### 域の ための 方針を決定 20

となっています。 取り組みが求められています。再建に大きな力を発揮し れている支部もあります。 携で組合員さんの願いを実現していきたいと思います。 いのが現実です。病棟がなくても、 評判も良かったです。 案しました。 賃金5%カットも段階的に解消できる明るい見通しです の経営利益を出せば、 後8年間を見通した長期資金計画では、 た支部役員の世代継承や支部活動の活性化も重要な課題 います。感染症対策を取りながらも、 苦渋の決断として、 コロナ禍でもウォーキングなど工夫して班会が開催さ 病棟は組合員さんの強い願いがあってでき 病棟を休止から閉鎖する議案を提 多額な医療機器更新や職員の基本 しかし病棟の経営は全国的に厳し 新班も4支部でスタートして 在宅や他の病院との連 つながりを切らない

ディア情報センターで開催されました。理事会は、総代会 を東信医療生協が再建を果たすために意思統一する重要 な場として位置づけ準備を進めてきました。 第40回通常総代会は、6月18日 (土)上田市マルチメ

#### 村 和 幸理事長 **ഗ** あいさつ概要

連続で達成することができま 万6千円となり目標を2年 昨 年度の経常利益 累積赤字も2年間で1 は 4 3 8

5 8

とも、

再建が着実に進んでいることの証になりました。 906万7千円減らしたこ 毎年約2千万円

の経緯について質問がありました(主な発言内容は、2 紙「千曲川のにじ」に掲載されていなかったこと及びそ 報告が行われました。質疑では第3号・4号議案が機関 部) が選出されました。メッセージは日本生活協同組合 決・委任状を含め144名で総代会が成立しました。 議案まですべて賛成多数で可決承認されました。 ました。議事に入り藤沢薫専務理事より第一号議案から 連合会様、JA信州上田様をはじめ37団体よりいただき 【経過】 ージに掲載)。 議長に宮下盛造総代(坂城南)、堀内清総代(青木村支 午後1時30分現在、総代146名中、 一括して提案され、東城正彦監事より監査 議案採決結果 第1号議案から第8号 書面意

つべきだ、憲法9条を変えろという動きが強まってい

私たちは、「健康をつくる・平和をつくる・い

日本でも核兵器を共有すべきだ、

敵基地攻撃能力を持

機関紙編集委員長

者や国民を守る最大の方策だという世論を盛り上げて

との問題は平和的に解決する、

憲法9条を守ることが若

国と国 のち

、社会をつくる」という理念を持つ医療生協です。

# | 来賓の岩須靖弘県連事務局長様のあいさつ概要

践する組織文化を確立すること、 な展望を切り拓いていく決意を表明します。 義を定着させ団結を強化することにあります。 が、「集団的な論議を大事にし合意をはかる」「みんな す。再建のカギは、理事会および医師を含む幹部集団 年15年を展望した中長期の経営計画を確立することで 民医連として、 で決めたことを守り実行する」などの基本的な民主主 に2024年までの再建5ヵ年計画を達成しきること 東信医療生協が経営を再建したと言えるのは、 職員の育成を土台に民医連運動を総合的に実 ひきつづき皆さんと力をあわせて確 第三に、これから10 長野!

闘しましょう。 切にされる公正な社会の実現かが問われる大事な選挙 難が増すなか、 9条を守りぬき、 です。ともに力をあわせて、 による社会保障の削減か、それとも人権とくらしが大 条を生かした平和な世界か、そして新自由主義の継続 軍備増強による戦争する国づくりか、それとも憲法9 ロナ禍の継続と生活必需品の値上がりでくらしの困 いまロシアのウクライナ侵略で多くの人が胸を痛め 参議院選挙と県知事選挙が行われます。 平和と社会保障の拡充をめざして奮 、世界に誇る宝である憲法

# 第4回総代会の発言より

の向上も求められています。



ました。 5年4月に開所し、丸7年が経過し「老人保健施設なないろ」は、201

り組んできました。とり目のできました。をく関わる問題としてとらえました。を関わる問題としてとらえました。を関わる問題としてとらえました。

8年目を迎えた老健なないろの「質 が影響していると思われます。そして、 お別れや、コロナ禍での利用控えなど 7年が経過し、ずっと「なないろ」を支 ています。 での予算未達という厳しい状況になっ 著にあらわれ、4・5月の2ヵ月連続 4月以降、 アップの工夫をしてきましたが、今年 の満足度を深め、職員全体のスキル たすべく、日々、稼働率を上げ、 今年に入り、更なる「経営再建」を果 一利用してくださっていた方々との ベッドの稼働率の低下が顕 主な原因として、開所して 、利用者

利用促進のためチラシ作成、近隣 利用促進のためチラシ作成、近隣 和田の間い合わせが少ないのが現状です。それでも、介護支援事業所のケアマネさんから、新規の短期入所利にかし、1ヵ月を越える長期入所利にかし、1ヵ月を越える長期入所利用の間い合わせが少ないのが現状です。それでも、介護支援事業所のケアマネさんから新規の短期入所利組合員の皆さんには、この202年度予算達成に向けて、次の3点についての協力をお願いします。

## ① 新規利用者の紹介

② 広報活動への協力

# ③ ボランティア活動への協力

況を見ながら再開します。きたボランティアの受け入れを、状更に、コロナ禍において、中止して

お茶出しや利用者様とのおしゃべお茶出しや利用者様とのおしゃべれるをより活気ある施設にしたなないろをより活気ある施設にしたなないろをより活気ある施設にしたなないろをより活気ある施設にしたがある。

よろしくお願いします。取り組んでいきたいと思いますので、さまがタッグを組んで、経営再建にうまで以上に、職員と組合員の皆



使い方がわからない」などの声を聞 声など多様です。その中で「診察室で 加させていただいています。 くことができました。 など使う時になって申請に困った」 は簡単に質問ができない」「介護保険 などの意見に始まり、訪問診療やデ より、様々な声を知ることができま なっている支部の強化月間行動に参 るために、事業所の全職員がペアに ている地域の声を自分たちで把握す 「医療介護サービスは使いたくても イケア・訪問リハビリに対する感謝の した。外来が開いている日が少ない、 Ш 西生協診療所 は、 事業所を支え それに

と職員とのつながりを回復する場に行っているサービスをもっと知って一人の相談にのる場所でもあり、コー人の相談にのる場所でもあり、コー人の相談にのる場所でもあり、事業所利ほしいという要望があり、事業所利ほしいというでは、

行ってきました。もなればと思って、この間運営

次にリハビリの取り組みですが、スタッフ3人で訪問リハ、デイケア、上田市から委託されている4地域の地域リハビリに関わらさせていただいています。年齢や介護認定の有無に関わらず、住み慣れた自宅で自分らしく過ごせるようお手伝いさせていただいています。時には分単位でいただいています。時には分単位でいただいています。時には分単位でかなか忙しいですがもからされる人とも違う動きをとり、なかなか忙しいですがやりがいを感じて日々奮闘しています。

これからも川西生協診療所をよろていければと思います。のを増やし、生協運動をさらに広げただいた方に少しでも還元できるも東信医療生協の組合員になってい

しくお願いします。これからも川西生協診療所をよろ

# 支部総代の発言は次号に掲載します。



#### 3

# 病気の早期発見のため 上田生協診療所を利用しましょう

かったというお話をお聞きするこ 病気を発見してもらってありがた とができましたので紹介します。 上田生協診療所で検査を受けて、

約してもらいました。 所で治療することにしました。 同じと言われたので、上田生協診療 でも上田生協診療所でも治療方法は りました。 初期の状態で、深刻な病気が見つか 合病院で再検査することになり、予 な病気の疑いがあったので、 すぐに検査をしてくれました。 協診療所を久しぶりに受診しました。 回復しないので、心配になり、上田生 れるだけでした。いっこうに体調が 師からは「様子を見ましょう」と言わ に相談しました。 続き、心配になり近所のお医者さん なんとなく体調が優れないことが 初期なので佐久総合病院 何回相談しても医 再検査の結果、 、佐久総 深刻

することになっています。 が充実していることが上田生協診療 気の可能性を判断でき、 上田生協診療所は、 画像診断もできるので、深刻な病 魅力の一つです。 すぐに専門の病院を紹介 血液検査の他 その可能性 検査機器

## Bさんの例

療所で診てもらうかな」と言った時 まった。父が早い段階で「上田生協診 刻な病気が進行して亡くなってし は」と言ったことを、今でも悔やんで いる」と話されました。 に、「主治医を変えない方がいいので いて、発見が遅れ、わかった時には深 に名義変更をお願いしに伺った時、 父は近所のお医者さんに受診して お亡くなりになった方の息子さん

数多く抱えないと経営が成り立たな 持ちつつ連携して地域の医療を担っ 協診療所はそれぞれの特性や役割を ています。 いため、受診者の獲得競争が起こっ が今は、診療報酬の関係で、受診者を ていかなければいけません。 本来なら、近所のお医者さんと生 ところ

皆さんの願いで、 せんが、上田生協診療所は、 はそのまま継続して頂いても構 ください ならないためにもぜひ検査をお受け 病気を発見するためにも、 せてきていますので、初期のうちに 組合員の皆さんは、 検査機器を充実さ 近所の主治 手遅れに 組合員 いま

#### 理事長 中村 和幸

# ナ感染対策について

策をすすめてきました。 感染が疑われる方の対応を検討し対 をはじめ、患者さんからの問合せや 報もない中、 会を設置しました。 澤伸洋所長を委員長として対策委員 イルス感染が拡大した20年3月に松 東信医療生協では、 事業所内での感染対策 当初は十分な情 新型 コロナウ

考に感染対策、職員の行動指針、 感染レベルの基準を変更しましたが、 の対策に取り組んできています。 の民医連、医療生協の取り組みを参 ンティアや組合員活動の在り方など 現在感染者数は減少傾向で、県も その後は厚労省の対応指針や全国

ボガラ 方は上 ます。 亡くなる方の報告は連日続いて 果は高いとされています。 特に高齢者や基礎疾患のある方の効 さや一部安全性を疑問視する声もあ りますが、感染そのもの、また感染し す。必要な感染対策は継続しましょ ても重症化を抑える効果はあります。 またワクチン接種は副反応の辛

高齢者、 基礎疾患のある方) が始まり 4回目のワクチン接種(対象者 希望する方で接種券が届いた 田市に申し込みをお願 心いしま

藤沢 薫



ひまわり 植物画 今井紹夫 (浦里支部)

上

田

生協

診療

然所と長

#### 医療従事者を目指す学生さんの体験研修をしていま

民医連 接などを行っています。 医師体験研修や、 す高校生や浪人生を対象に 時の面接対策として模擬 訪問診療や院内見学などの では、 医学部 入学試 [を目: 験 面 指

過酷な受験勉強の合間

に

貴重な機会となっています。 う職業の魅力と苦労を知る さんの全てを診る医師とい ることを願っています。 協で働く医師となってく 長野県民医連や東信医療生 これらを通じ、彼らが将来、 き合う在宅医療・地域医 ベー 、体験は、医師を目指すモ 人ひとりの患者さんに向 ションを高め、 患者 療の れ

ています。 ながら受け入れてきました。 生の熱意から元気をもらっ わたしたち職員は訪れた学 ロナ禍でも感染対策を取 面 から多数の医師体験や模擬 接 年、 の申し込みがあり、 東信地域の進学校 コ

りの機会を数多く作ったり 養成を目指しています。 らったり学生同士のつなが 入学後も長野県民医連 医療現場を体験 人間性豊かな医師 しても 0 で

> 見 て訪問診療に同行しました。 !寄せられた感想をご紹介します。 北事医学部に合格し、 この3月、 験と模擬面 接を受けた高校生が、 田 生協 入学前に改 診療所 その時

医師像を考えていきたいです。 現場を体験して勉学に励み、理 す ションが下がりやすいと聞いてい 初めのうちは座学が多くモチベ 要だと思いました。医学部に入学後、 適した状態を見つけていく支援なの その人らしく暮らすため、医学的に 診療は住み慣れた自宅や地域の中で 配っているな、と感じました。訪 ミュニケーション能力も医療には必 だと思いました。観察・適応能力・コ し、これからも積極的にリアル が、上田生協での医師体験を思い するため、細かなところまで気を は患者さんの求めていることを把 問診 療に同行して、 職 員の皆さ 想 な ま 問 の

(上田高校卒業生Mさん)

ある学生さんが 皆さん 連絡ください。 0 まわり いらしゃったらぜ に 医 療 に興 味

連絡先〕 TEL 0268 • 28 • 1085 事務長 中村

#### で医師 東信 矢 撩 生 の送 迎ボ ランティアの充実に向

## ボランティア委員会

保を模索してきました。 に送迎できるシステムと運 伴って送迎の 信 医療生協 では組合員の高齢化 要望が生ま 中村みち子 転 れ 手の確 安全

迎者もいない組合員のためにも送迎 立ち上げ、 ません。 ボランティアの灯を消すことはでき めにも、 もいらっしゃいます。 な方々の中にはこの地に医療生協 免許を返納した方もおり、 療に来ることができていた組合員も いています。 送迎ボランティアは困難な状況が続 アの担い手不足とコロナ禍もあり、 た体制を引き続き求めていきます。 組合員の高齢化に伴うボランティ 東信医療生協の実情にあ また免許証もなく身近に送 がんばってこられた先輩 自分で運転して外来診 この方々のた このよう を

謝しています。 家族 られ利用する様になり助 職員から送迎システムがあると勧 ましたので、乗り継ぎが大変でした。 からバスに乗り診療所に通って 一駅から上田駅まで電車で来て、 の送り迎えが出来なくなり、 かったと感

ています。 危ないと免許証を返納して受診 ボランティアさんのおかげと感謝 だき助かっています。 迎があることを聞き利用を始めまし たびに夫婦一緒にタクシーを利用 た。自宅まで迎えに来て、送っていた て通っていました。 Bさんは高齢になったの 支部の会議で送 何人もの送迎 で運 いする 転 は

#### 組合員ルーム 学習内容

日時

場所

1. 東信医療生協のボランティ ア活動の歴史と活動内容

ボランティア

学習会のお知らせ

2022年8月25日休

午後1時30分~3時30分

2. 折り紙で簡単な作品作り

参加対象 各支部より2~3名

※ 支部長またはボランティ ア委員へ8/12までにお申 し込みください

問い合わせ 組合員活動部 TEL 0268-23-8001

フレイル予防体操

# ❖外来送迎を利用している方の声

Aさんは大屋からの患者さんです。

前

コーディネーター



こつ そ しょうしょう

#### 骨粗 鬆 症を防ぐ食事 積極的に食べてほしい栄養素

中 須美  $\blacksquare$ 上田生協診療所管理栄養士・日本糖尿病療養指導士

骨粗鬆症予防のために、カルシウムを多く含む食品を毎日食べる事、カルシウムの吸収を助ける栄養 素を併せて摂取する事、などがあります。

#### カルシウムを多く含む食品を 毎日食べる。

(乳製品や小魚類など)



ビタミンD、Kはカルシウムの吸収を 助ける栄養素です。 併せて取り入れましょう。 ビタミンDを



サンマ、イワシ

ビタミンKを 多く含む食品







監事

#### 日光にあたりながら 運動をしましょう。

ビタミンDは日光にあたるこ とで体内でも合成されます。 日焼けするほどの日光浴では なく、室内よりも外へウォー キングに出かけましょう。

退任された理事

· 監事

理事

宇仁 久保田

#### 1日3回バランスのとれた食事を しましょう。

主食(ご飯、パン、麺類) 主菜(肉、魚、卵、大豆とその製品) 副菜(野菜、きのこ、海藻、 こんにやく)



監事

城 邦保 正彦

(坂城北 (東御市

千浩 (信州鎌倉 本部

( 上田生協診療所 柳 玉枝

> 城 北

中 徳士

中 塚田 靖

早川 南波

和久 智絵

(川辺1

Ш 西

西

山

智彦

(神科

南

郎

北部

藤沢

薫

本部

伸洋

美紀 宏 (坂城南 (川辺2)

(上田生協診療所)

(上田生協診療所

中

村

(信州鎌倉

竹内 中 丈志

(本部

則雄 (神科北

高木 斎藤百合子 義隆 (丸子) (浦里

正明

(真田 新田

朗美

(川辺2

新田

(青木村

孝子 (西部)

#### 回 代会で選 任 され た 役

カッコ内は支部または職場名アイウエオ順

清野

直子 経武

流動資産

(資産の部)

現金預金

車両運搬具 減価償却累計額 放射性同位元素

無叛國定資曆

有形固定資産 合計 建設仮勘定

1,005,010,673

26,338,700

出书 滅価償却累計額

リース資産

89,577,120

減価償却累計額

のれん

信地権 ソファウエア

ゆの街

12,912,600 61,052 13,303,724

330,072

7,546,816 7,546,816

リース資産

有形固定資曆 建物

減価償却累計額

1,529,340,719 -621,444,735

907,895,984

7,778,501

鐵築物 減価償却果計額 減価償却累計額 減価償却累計額

器具備品

15,483,344 82,454,532 53,649,412

1,936,402 9,927,652

383,434

7,455,387

滅価償却累計額

固定資産

流動資産合計 貨倒引当金

389,606,672

9,498,927

繰延税金資産 その他

貯蔵品

米设金

医療福祉等事業未収金

233,146,955 145,950,062 215,194

1,197,948 317,504 194,307

無形固定資產 合門不の他の固治資產 医原因存出性黄金 医原因存出质金 医原因存出质金 医原因存出质金 医原因存出质金 计会社等共式 皮肤实有有痛闷疹 表现实行会 表现实行会 表现实行会 表现实行会 医现货行物

繰延資産

包装舞绎

繰延税金資産 合計

固定資産 合計

1,073,971,366

55,656,969 42,354,405

5,755,748

,463,578,038

その他の固定資産 合計 貨倒引当会 退職年金資産 長期預金

長期繰延税金資産

東信医療生活協同組合 第40回総代会で承認された2021年度決算に関する諸表、および2022年度の予算表を掲載します。

損益計算書

(2022年3月31日現在) 貸借対照表

電信・指摘系や計 1.463.578.038			標項(シン選供 の 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	券評価差額金	評価・換算差額等	組合員資本 合計 272,768,834		(7 5 当是判宗室) (40,776,085) 遺失金 合計 274,805,166	274,805,166		が近年が旧版 超神路事業権立会 0		合計 547,574,00	#私込出資金 347.574,000 	林 (会員資本)	(純資産の部) 雑損失	負債合計 1,190,809,204 診療費減免	atourier chame	4111	4,526,108	般5 当街 4,336,384 <b>2</b>	188,110,228	表現リース債券   26,819,500   受収利見   登録報告債券   0	<b>静</b>	a	流動負債合計 149,230,579	変勢者 250,200 本部費	1000年7月 日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日	賞与引当会でいた。 ていた 手来 其用 の の の の の の の の の の の の の の の の の の	去債務	選り命	果払費用 21,597,995 25小 車	米克斯斯	人売等	(	<b>館入</b> 金	類類律入會 45,240,000 塩沖重業収券	形 60 510 430	流動負債 (負債の部) 事 生切な	
当期未処分損失金	任意積立金取崩額	医療福祉等事業積立金取崩額	前期繰越損失金	当期剰余金	法人税等調整額	法人祝寺 : : : : : : : : : : : : : : : : : : :	500円 単数数次型	我 <b>己</b> 許以苗里 <b>今</b> 个						経常剰余金			免			, X		<b>船</b>		H21		事業剰余金		事業総判沃宙		\$ 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	牙癣疝补纸尽带重杂毒用	中 三	##	**	# 15	牙唇描字纸字带单条17X	\[\frac{1}{2}\]	₩ — — — — — — — — — — — — — — — — — — —	ф П	
						)				2 565 950		232,948			Τ	93,400	34,038	6,346,937	)	1,977,000	1,816,489		3,472						T	; ;	10 400	357 696 910	187 167 271		,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	1 991 455	409 998 635	548 149 547		☆ 結
274,805,166			315,581,251	40,776,085		776,500	770,700,14	41 جج	1,000	2 565 950		232,948		43,885,587	6,474,375					3,796,961						46,563,001	71,405,055	117,968,056	042,171,30	843 171				900,139,037	060 120					

-	41.3	k
а	$\neg$	2
u	_/	
ч	•	P

IV.現金及び現金同等物の増加額 V.現金及び現金同等物の期首残高 VI.現金及び現金同等物の期末残高

組合員出資金の増資による収入 組合員出資金の減資による支出 財務活動によるキャッシュ・フロー コロナ対応補助金収入

短期借入金の減少額リース債務の増減額

長期借入金の返済による支出

有形固定資産の取得による支出 関係団体等出資金の出資による支出 投資活動によるキャッシュ・フロー

ロ.投資活動によるキャッシュ・フロー

田.財務活動によるキャッシュ・フロー

▲ 12,000,000

▲ 18,751,000 ▲ **24,407,052** 

45,976,000

18,964,000

7,842,948

25,513,000

181,551,001 233,146,955

51,595,954

**▲** 17,468,548

▲ 816,816

▲ 16,651,732

0	【特別損失】
0	【特別利益】
20,663	【経常剰余金】
31	診療費減免
6,012	支払利息
6,043	【事業外費用】
327	雑収益
327	【事業外収益】
26,380	【事業剰余金】
22,201	(控除対象外消費税)
21,442	(リース料)
49,212	(減価償却費)
109,138	(経費)
90,412	(委託費)
373	給食用材料費
34,043	診療材料費
7,870	医薬品費
42,286	(材料費)
11,140	外部人件費(派遣人件費)
8,440	出向人件費
65,115	法定福利費
21,384	退職給付費用
4,272	企業年金等掛金
34,161	賞与及び賞与引当金繰入
17,809	役員報酬
130,723	非常勤職員給与
304,763	常勤職員給与
597,806	(人件費)
932,496	【事業費用】
1,290	【その他事業収益】
0	【保険等査定減】
23,959	その他介護収益
170,722	通所系居宅収益
106,992	訪問系居宅収益
110,569	施設収益
412,242	【介護収益】
-312	保険等査定減
996	その他の医業収益
9,128	予防接種収益
84,905	保健予防活動収益
188,590	在宅訪問収益
262,036	通院外来収益
545,344	【医業収益】
	【事業収益】
法人全体	勘定科目

93,471,554	事業活動によるキャッシュ・フロー
▲ 776,500	法人税等の支払額
▲ 6,346,937	利息の支払額
3,472	利息・配当金の受取額
100,591,519	ンプロサ
▲ 59,905	その他事業債務の増減額
▲ 3,286,123	その他事業債権の増減額
▲ 2,013,800	未払消費税等の減少額
764,500	未払消費税等の増加額
▲ 352,107	未払費用の減少額(薬品等長医協の支払延期分を含む)
1,474,856	仕入債務の増加額
▲ 683,304	棚卸資産の減少額
5,187,912	事業債権の減少額
250,000	奨学貸付金の費用処理額
2	固定資産除却損
6,346,937	支払利息
▲ 3,472	受取利息 受取配当金
1,046,030	役員退職給与引当金の減少額
9,380,755	退職給付引当金の増加額
▲ 159,770	貸倒引当金の増加額
41,146,423	減価償却費
41,552,585	税引前当期損失金
単位 円	Ⅰ.事業活動キャッシュ・フロー
自2021年04月01日 至2022年03月31日	キャッシュ・フロー計算書

2022年度予算

単位:千円

#### 7・8月

コロナウイルスの感染状況によっては急な変更もあり えます。確認する場合は組合員活動部へ電話してください。 TH0268-23-8001

場所は、「組合員ルーム」です

♥健康マージャン 基本毎週水曜日 9時~

#### ※ 青木支部「お花見ウオーキングー ※※



#### 脳とからだ いきいきl かわべの里班



「脳とからだ いきいき | がテーマの 「かわべの里 | 班会は約6年前 にスタートしました。2か月に1回、20数回目まで順調でしたが、2020 年4月に初めて中止を決断しました。上田市にコロナ初感染があった 時です。この写真は、今年6月、5回ほど延期されていた「かわべの里」 が久々に解禁された第38回目の一コマです。距離をとり、マスクをし て歌ったり、のびのびと健康づくり体操やゲームをしたりで、楽しい ひと時が流れました。後日のウォーキング班会では、音楽村バラ園を 散策したり、「布あそび」「バランスボール」など、地域に触れ合いの輪 が広がりつつあります。 川辺1支部新支部長 宇仁 経武

青木支部では4月21日、「お花見ウ オーキング」を行いました。晴天の中 9名の参加で青木村文化会館を出発し 夫神山の中腹を目指して、八重桜やハ ナモモを愛でながらゆっくりとウオー キング。夫神山の上り口からシバザク ラやチューリップ、ヒヤシンスなどが、 美しく咲いていて天空の花畑にいるよ うで地上の息苦しさをしばし忘れてし まいました。途中、組合員宅で休憩し、 かしわ餅のおやつをいただき、さらに 登り、シダレザクラやハナモモが素晴 らしい場所まで歩きました。組合員宅 でコゴミ、ミツバなどの山菜採りもし ました。義民の里青木村は、「義民と花 の里」になりました。参加者の多くか ら来年もここに来たいとの声が上がり 青木支部 上原美代子 ました。

#### 第23期 健康づくり塾の受講生募集

医療生協の健康づくりについて学びましょう。講座の内容が変わりました。 保健大学を卒業された方、健康づくり塾を終了された方も、もう一度受講してみませんか? 組合員の方でしたらどなたでも参加できます。

講座(全4回)	月・日	内容	講師
第1講座	8/17 🚯	東信医療生協の理念と歴史 医療・介護の現状について 健診で何がわかるか?健診データの見方	常務理事 常務理事 看護師
第2講座	8/31 🚯	実践しょう! 健康チェック 血圧・体組成計・尿・塩分チェック 足指力・握力チェック	看護師 組合員活動部 検査技師
第3講座	9/21 🚯	骨・関節・筋肉のしくみ・筋力アップ体操 介護保険利用・認知症について	理・作業療法士 介護支援専門員
第4講座	9/28 🕏	医療講演 減塩生活・食生活について 班会開催について・修了証書授与	医師 管理栄養士 組合員活動部

組合員ルーム 開催時間 13時30分~15時30分

500円(資料代)を第1講座時にご用意ください。

申込締切 8月5日金

※ 第3講座に参加時は動きやすい服装で、靴・タオルを持参してください。

短歌



長 知 世

東御支部

示す反戦の意志 青と黄の折り紙国 旗 で応援と同 僚

アル きかと店員に聞く 先の突傷これも勲章 個 売り玉葱二百十 コ ル 染みて気付 六円間違 lt 筍 () 0) な 穂

人の命を奪う事せず 三世代じっと手を見る暮らしでも



絵手紙 若尾 伸子 (中央支部)

> 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。 クロスワードを解いて二重枠に入る文字

② ヒント

帰巣本能を利用(戦時にも使用)

### 1

使って情報を伝えること。「○○○○ 郵便・電話・インターネットなどを

② 用件などを書いて人に送る文書・書

知人が若くして亡くなりました。慢性疾

またお願い」の感謝の言葉もご褒美です。

受けていましたが、合併症の検査は受け 患の合併症でした。大きな病院で治療を

は合併症が恐ろしいなと思います。私も ていなかったようです。糖尿病や高血圧 ij

③ 一定の間隔をあけて畑の土を細長く 盛り上げたもの。「○○を作る」「畝. と書く。

④ 社会や人のために役立つこと。 「福 祉の発展に○○する」。

(5) ずき) 隠元 (いんげん) などをいう。 食用にする大豆 (だいず)小豆 (あ

⑦旧国名、大部分は今の和歌山県。「○ 6 ること。「隔世 (かくせい)○○○」。 祖先や親の体質・性質が子孫に伝わ

⑧ 木・竹・金属などで器具の骨または 縁 (ふち)としたもの。「窓○○」。

泉。「○○○を守る会」。 人にまだ知られていないひなびた温

## ヨコのカギ

## ① てづる。 てがかり。 「○○を頼って就 職する」。

③ うねりまがること。「○○曲折(きょ くせつ」。 皮膚の表面のこまかいあや。「○○

T386-0042

上田市上塩尻393‐1

4

千の10倍。「○○が一(いち)」。 の細かい肌」。「肌理」と書く。

(5) 帰り道「○○につく」。

な状態にあること。「○○○運動」。 戦争や紛争がなく世の中がおだやか

# タテのカギ

⑫ あやつり人形。「○○の坊」。「木偶\_ めること。「○○○薬(ぐすり)」。 水・薬液などで口やのどをすすぎ清

⑭ 鳥の全身をおおっている毛。 ⑩ 液体などがしみ込んで汚れること。 またその汚れ。「インクの○○」。

⑮ 季節的な長雨。「○○○前線」。

## 答えはハガキで。

てかえさせていただきます。 パズル当選者氏名発表は、発送をもっ えて、左記へお送りください。なお、 の感想、医療生協へのご意見などを添 答え、よろしければ「千曲川のにじ. んに図書券を贈呈します。住所、氏名、 正解者の中から抽選で5名のみなさ

※前回の答えは、 東信医療生協「さわやかパズル」係 締切は、8月16日 (火)。 「時代劇(ジダイゲキ)」でした。

毎年健診でお世話になっています。「読 毎年健診でお世話になっています。みな 思いました。様々な記事内容が現実的で て受診できます。(上田市) さんやさしく対応してくださり安心し 大変参考になりました。(上田市) 問題として真剣に考えなければと強く その時が来ると他人事ではなく、自身の なる時が来るとあり、そのまま自分にも ませていただきました。いずれお世話に 者の声」で訪問診療の記事を興味深く読 る病気は積極的に検査を受けたいもの です。(青木村)

向け取り組んでいきましょう。 力を合わせて東信医療生協発展に 課題がありますが、職員・組合員、 総代会が行われました。様々な

次号発行は9月1日水です。

第93回

#### 1 2 6 8 10 12 (5) 4 9 3 7 15)

(11) 14) ●送迎ボランティアをしています。小学生

迎するとーポイントの印を押してもら

い、目標にしていた「ポイントで人間

のラジオ体操カードのように、一人を送

読

O

ドックが受けられる」が、とうとう実現

しました。送迎するたび「ありがたいよ。

「○○を伸ばす

ない病気もありますが、防ぐことのでき ドックを受けています。どうしても防げ 査を受けています。50歳から毎年人間 血糖高め血圧高めですので定期的に検

編後 集記

#### 生協診療所 診療担当表 2022年7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	<b>≘</b> 22_0100	W 23-0449	健診 21-0800-800-1599
││□□田午I競診獲別	<b>無 23-0199</b>	7M 23-0449	(注) (10.00 17.00)

	内容	月	火	水	木	金	土
/r <del>\</del>	ドック・健診	矢部	松澤	大田	矢部	小林 哲	第3 <b>矢部</b>
午前	胃カメラ	吉野	吉野	吉野	小林 寬	吉野	第3 矢部 (10:00~)
8:50~		松澤	渡辺	大田 (10:30~)	矢部 (10:00~)	小林 哲(10:00~)	第1 中山   第2 渡辺昭 松澤
12:00	一般外来	<b>矢部</b> (2~5週)	弾塚	三林	松澤	高松	第3 吉澤 小林哲
( 受付 11:30 まで )				若林		近藤 (3週)	第4   松澤     第5   松澤または矢部
( & C /	乳腺外来				成田		
午後		松澤 (1,3,5週)	渡辺	大田	小林 寛(3週休診)	高松	
14:00~	一般外来					<b>吉野</b> (1,3,5週)	
16:40 / 受付 \						近藤 (1週)	休診
(16:30まで)	乳腺外来			矢部	矢部		
<b>夜間</b> 16:40~18:30	一般外来			松澤		<b>吉野</b> (1,3週)	
( 受付 18:00まで)	אליזלאנוו					松澤 (2,4週)	
	午前	<b>矢部</b> <sup>(10:00〜)</sup> 1週のみ	松澤 (10:00~)	松澤 (1,3,5週)		松澤	
訪問診療	1 133	<b>/ TIP</b> 1週のみ	1247	矢部 (2,4週)		14/7	
	午後	矢部	松澤	三林	松澤	小林 哲	

#### □川西生協診療所

#### **★ 31-1411 ★ 31-1416 ★ 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	休 診
午後 14:00~15:40	一般外来					渡辺	71 前2
( 受付 15:30まで)	往診	吉野	吉野	吉野	吉野		

#### □さかき生協診療所

#### **⋒ 82-0101 № 82-0102**

	内容	月	火	水	木	金	土
午前 8:40~12:00	一般外来	休 診	矢部	<b>矢部</b> (3週)	休 診	矢部	
( 受付 (11:30まで)	אלין לאניו	PI II	松沙	松澤 (2,4,週)	PT 112	Zap	休診
午後 15:00~18:00	一般外来		矢部	休診	休 診		71 前2
( 受付 17:30まで)	往診	松澤 (2,4週)		VP ii	PN ii	矢部	