東信医療生活協同組合　機関紙
千曲川のにじ

〔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
元気倶楽部 まゆ(デイサービス)
老人保健施設 ないろ
デイケア絹の里

組合員現勢(2023年1月31日現在)
■組合員　15,815人
■出資金　544,847千円
加入時1口 1,000円 何口でも可
■一人平均　34,451円

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
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

コロナ禍における東信医療生協の果たしている役割
断らない医療・介護をめざして

昨年末の県議会で、9月26日から12月7日までに、321ヵ所もの高齢者施設で、コロナ感染者が施設内での療養を余儀なくされていたことが明らかにされました。クラスターも266件発生、76人の尊い命が施設内療養中に失われたといいます。病院での適切な治療がなされる体制があれば、救えた命があったと思われます。

そんな中、「断らない医療・介護」を方針とする東信医療生協の果たす役割が注目されています。さかき生協診療所と上田生協診療所であった取り組みについて報告します。

外来診療のみなさん

ある休診日、在宅患者のために24時間体制をとっているさかき生協診療所看護師長の携帯電話に「申し訳ないですが何とかしてほしい」と、地域の高齢者施設から要請がありました。

他の病院や診療所は休診日や診療終了の午後5時を過ぎると電話がつながらないということで「わらをもつかむ思い」で電話をしてきたとのこと。

「薬だけ」「電話対応」の処置も考えられましたが、上田生協診療所へ出張診療中の矢部所長に連絡すると、「きちんと顔を見て診察したいので、出張診療が終わるまで待っていてほしい」と返事があったそうです。夜になって施設に向かった矢部医師は、感染対策をとりながら診療を行いました。

その後も、施設の方々からは、「何とかしてくれるのは医療生協だ」と感謝されています。クラスターが発生したこの施設では、職員の対応も限界に達していました。連日病状報告してくれたFAXの通信時間を見ると、深夜の1時近かったそうです。

上田生協診療でも同様な対応をしています。松澤所長の患者だった女性がある高齢者施設に入所していました。ところがコロナに感染し、呼吸状態が悪化、入院先を探しましたが、どこからもOKの連絡がなく、施設で酸素吸入をすることになりました。

それを知った松澤医師は、患者だった女性のために、外来や往診が終わったあと、緊迫した時には連日臨時往診をして診療を続けました。そしてなんとか回復にこぎつけました。

この対処に感激した女性の息子さんが組合員活動部を訪れ、「母の命を救ってもらった。こんなことしかできないけれど」と寄付を申し出たそうです。

組合員活動部では、出資金として受け取りました。

理事長　中村　和幸

シリーズ②

東信医療生協の事業所のめざしているもの

上田生協診療所

外来診療

目標　地域の身近なかかりつけ医として、法人内事業所の最初の窓口として、困ったときに気軽に相談できる診療所を目指します。

普段の生活での困りごとは、病気のことだけではありません。超高齢化社会の中で住み慣れた地域で暮らし続けるために、患者さん本人やご家族と信頼関係を築き、ともに相談しながら、暮らしを支えるお手伝いができればと考えています。

顔なじみの職員が居てホッとするような、温かみのある外来を目指しています。

上田生協診療所　外来看護主任　斉藤　友子

在宅診療

目標　「住み慣れた場所で、その人らしく生き生きと暮らす」ことを私たちは支えます。

4人の医師と看護師が、通院が難しい方のご自宅や入居施設へ定期的に伺い、診察をしています。病気だけを診るのではなく、一人一人の生きてきた背景にも目を向けながら、ケアマネジャー・看護師・介護士・リハビリスタッフ・薬剤師などと連携し、住み慣れた場所や馴染みの環境の中で生活を送れるようサポートします。

在宅支援室専任の職員を配置しています。まずはお気軽にご相談ください。

上田生協診療所　在宅支援室主任　師岡　美紀

健診

目標　全身の健康状態をチェックし病気の発生を防ぎます。また病気の早期発見、早期治療につなげます。

メタボや生活習慣病は、かなり進行するまで自覚症状がない、または少ないといわれています。

生活習慣病にならないためにどうしたらよいか、日頃の生活習慣を振り返り、一緒に考えていきたいと思っています。

また検査科、放射線科、内視鏡室スタッフと連携をとり、受診者様が安心して安全に検査が受けられるよう心がけています。

上田生協診療所　健診センター主任　窪田　信子

通所リハビリ絹の里

目標　利用者様お一人お一人の生活基盤の支援を行うとともに、様々な専門職がお手伝いすることで少しでも前向きな気持ちになって「できること」を継続し、「できたこと」を一つずつ増やしていく。そうした生きがいをもてる場所になるような支援を目指します。

「リハビリ」というと、事故や病気が原因で失われた身体機能を回復させるために行う訓練のようなもの、ととらえられることが多いと思います。「絹の里」では、単に身体の機能回復だけにとどまらず、その人が心身ともに生き生きと明るく、自分らしい生活を送ることができるよう、様々な専門職が協力しています。「前よりカラダがラクになった」、「今日も一日楽しかった」と利用者様から声をたくさんいただけるように、ご支援させていただきます。

上田生協診療所　通所リハビリ絹の里　主任　高見澤　伸也

新型コロナウイルスの5類感染症への移行には反対です

感染症の基本対策として、感染したのかどうかの判断が必要です。５類になったら、優遇措置が減らされ、今まで以上に我慢して（あるいは軽視して）症状が悪化してから受診する場合が増えるでしょう。その結果、感染が減りません。感染が増えれば必ず社会全体に影響が出ます。

新型コロナ感染症は、最初の時点では軽症か中等症か重症か判断できません。基礎疾患の有無にかかわらず、若くても重症化する場合があります。迅速な診断と治療が必要にもかかわらず、５類になって診断までに時間を要し症状が悪化して受診すれば、重症者が増えます。

新型コロナ感染症患者は、入院して適切な治療がおこなわれれば救命が可能です。５類になって入院がきちんと保証されなくなれば、入院治療をおこなわない病院が必ず出ます。この間、コロナの患者さんの入院先探しに、特に第８波では、大変な苦労をしました。５類になったら助けられる命も助かりません。

「コロナで亡くなっているのは65歳以上の基礎疾患のある高齢者が多い、だから仕方がない」との論調は間違っています。医療の手が届かなければ、65歳未満でも基礎疾患がなくても、命をそして健康を守ることはできません。

国民の命と健康を守ろうとしない社会に未来はありません。

上田生協診療所所長　松澤　伸洋

「マイナ保険証」導入について

政府は原則任意としたマイナンバーカード取得に関し、自治体の取得率に応じて地方交付金に差を付けたり、一方で一部の関連業者を優遇したりしています。強制との批判にもかかわらず来年秋には健康保険証を廃止し前記カード取得を前提に、顔認証付き「マイナ保険証」を猶予期間内に取得させようとしています。

現行保険証は目視で受診資格の有無を確認可能なものです。しかし、マイナ保険証はこれを確認できないもののため、診療所は専用のマイナ保険証カードリーダー機を設置し、受診資格の有無を確認することを義務付けられます。災害などで停電になった時には専用機が稼働せず、患者は受診できなくなります。

顔認証付きカードリーダーは国から無償提供されますが、診療所でこれを実際に運用するには電子カルテと連携させるシステム設定と診療所内の天井裏を通るネットワークの配線工事が必要です。これらの費用は東信医療生協の三診療所で合計約３７０万円、国からの補助額は合計約１２９万円ですから、差し引き約２４０万円が損失となります。

個人情報漏洩の恐れや手続きに不慣れな高齢者の受診抑制につながりかねない医療機関と患者を困らす政策はやめてもらいたいものです。

上田生協診療所　事務長　中村　靖

総代選挙公示

第41回通常総代会は、６月24日（土）午後１時30分より開催されます。

場所は上田市マルチメディア情報センターの予定です。

定款および総代選挙規約により、各支部総会において総代選挙を左記のとおり実施し、５月31日（水）までに本部へ氏名の報告をお願いいたします。

東信医療生活協同組合　理事長　中村　和幸

記

一、**総代の任務**　事業報告並びに決算・監査報告および事業計画・予算の決定、役員の選任、諸活動の推進

一、**総代の任期**　１年間

一、**総代の定数**　１４６名（左表）

一、**立候補の締切**　支部総会の前日

一、**投　票　日**　５月２日（火）～５月31日（水）

一、**投票場所**　支部総会会場

総代選挙区および定数

支部名	組合員	総代数	支部名	組合員	総代数
東　部	396	3	川辺２	553	6
南　部	105	1	浦　里	790	9
中　央	336	1	川　西	627	6
北　部	449	4	信州鎌倉	896	7
新　田	475	5	東塩田	295	3
緑ヶ丘	531	2	真田町	469	4
西　部	631	5	菅　平	95	1
秋　和	306	3	丸　子	354	1
塩　尻	754	8	青木村	590	6
神科北	885	8	東御市	532	5
神科南	334	2	坂城北	984	11
神　川	487	4	坂城南	1081	14
豊　殿	233	2	武　石	37	1
城下東	516	5	職　員	126	5
城下西	570	6	他市町村	386	
川辺１	759	8	その他	193	

◎ 組合員総数　15,815

◎ 総　代　数　146

（組合員数は2023年1月30日現在）

第8次3カ年計画（2019年6月～2022年6月）のまとめ概要

2023年2月17日　常務理事会

1. 第8次3ヵ年計画期間中の情勢

第8次3ヵ年の計画期間は、安倍政権の経済政策による貧困格差の拡大、消費税10％の増税、「自助・共助」による社会保障の削減など国民生活にとってとりわけ厳しい期間でした。加えて新型コロナウイルス感染の拡大で医療崩壊が生み出された期間でもありました。

2. 経営改善を図り、事業を維持発展させる

長年の赤字経営に危機感をもった理事会は、2018年に経営コンサルト会社と契約し、経営改善をすすめて2021年度に黒字を出すことをめざしていました。

ところがそれを待たずして2019年3月に運転資金ショートによる経営破綻状態に陥ってしまい、急遽長野県民主医療機関連合会（以下県民医連）や全日本民主医療機関連合会（以下全日本民医連）の指導と多額の資金的支援を受け、経営再建に取り組んだ3年間となりました。

(1) 経営破綻状態に陥った原因と要因について

経営破綻の原因は、慢性的な赤字の上に不十分な経営計画のまま行われた2015年の複合型施設建設への過大投資でした。その要因には、我流の経営管理、法人幹部の不団結、理事会と経営幹部の経営責任に対する認識不足がありました。

(2) 経営再建のまとめ

病棟休止や人員削減、基本給カットなどの厳しい取り組みや、その方針を受け入られなかった上田生協診療所の所長退職など、さまざまな困難を役職員が力を合わせて乗り越えた3年間でした。2020年度には予算を大きく上回る経常利益を出し、再建への道を切り開くことができました。

当初の計画とは異なった経営破綻の回避と再建の3年間でしたが、事業目標の

① 役職員が力を合わせた経営改善の取り組み
② 事業所利用促進と組合員の健康をめざした健診の取り組み
③ 毎月の経営分析と患者、利用者増の取り組み
④ かかりやすい外来や事業連携、地域連携をすすめる

は経営再建の中で取り組まれ、改善が図られました。

3. 医療・介護の質を高め、安全で安心な事業の向上を図る課題について

コロナ禍で研修会や事例検討会が開催できない、またオンラインによる参加など、それまでとは違った環境となりました。その中でも感染対策を徹底し、多職種参加による外来カンファレンスの充実や医療センターをはじめとした他医療機関、介護事業所との連携を強化し、地域の医療と介護を守ってきました。2020年度からは慢性疾患管理の取り組みを開始し、2021年4月には無料低額診療事業を開始するなど健康と受療権を守る取り組みをすすめました。

4. 組合員活動を前進させる課題について

コロナ禍で班会や研修会など組合員活動も制限せざるを得ない中でも、組合員活動の在り方が探求されました。月間スタート集会の3診療所開催、フェイスシールドや除菌シートなど感染対策を徹底した月間の訪問活動、お出かけ班会・ウオーキング班会の開催、班長会の分散開催などの工夫も行ってきました。

この3年間での目標は、組合員増やし毎年700人、出資金増やし毎年2，000万円、で目標と到達は下記表の通りでした。

健康チャレンジ参加者数は2019年659名、2020年746名、2021年891名と年々増やすことができ、班員や組合員との繋がりを絶やさない活動となりました。またお助け丸クラブや送迎ボランティアなどコロナ禍でも組合員の生活支援を続けました。

	2019年3月末	3ヵ年終了時目標	2022年3月末
組合員増やし	15,818人	16,500人	15,890人
出資金増やし	537,073千円	567,000千円	547,574千円

5. 市民運動と連携し社会保障・平和活動の前進を図る課題

全国や地域で行われた学習会等にはWebで参加しました。改憲への動きが強まる中、憲法9条の会と連携しての行動、高齢者医療費の2割負担反対や子どもの医療費窓口負担無料化など、社会保障にかかわる署名への取り組みもすすめ、いのちを守る総行動へも参加しました。原水爆禁止活動では平和行進や原水禁世界大会（Web）への参加、原発再稼働反対など市民運動への参加もすすめました。

第9次3カ年計画（案）
～第9次長期計画は2023年から2025年までの3年間計画とします～

1. はじめに

日本は急速に高齢化が進み、2025年は団塊の世代が、2040年にはその世代の子どもが高齢となり、1人の高齢者を1・5人の現役世代が支える社会（2025年問題と2040年問題）を迎えます。社会保障費は2018年121兆円から2040年には1・6倍の190兆円に達すると予想されます。同時に規制緩和による非正規労働者の高齢化で、不十分な年金しかもらえない高齢貧困層の増大も指摘され、誰もが安心して暮らせる社会の準備が求められます。

2. 第9次3カ年計画はどんな期間でしょうか

2022年12月の「安保関連3文書」の閣議決定で日本のあり様が大きく変えられようとしています。「専守防衛」から「先制攻撃能力」を持つための大軍拡への転換は、「平和」と私たちの生活を脅かします。私たちは安保3文書の早期撤回と大軍拡に反対します。そして「憲法による平和」、「対話と協力で平和を築く」、「いのちとくらしを守る」運動を大きく広げる3年間になります。

3. 東信地域の状況について

東信地域は人口が減少し、高齢者数は増加する地域で、高齢者の単独世帯や高齢者のみの世帯も増加します。しかしそれを支える医療・介護施設の数は全国平均に比べ非常に少ない地域です。医療・介護の充実や、東信医療生協がすすめる健康づくりや生活支え合い活動がますます大切となり、地域の期待に応えていくことが求められます。

4. 東信医療生協組合員の現状と活動状況について

組合員の高齢化、特に生協運動の担い手の高齢化は深刻です。組織活動では物価の高騰や社会保障費の自己負担増など、くらしの大変さを受けて組合員や出資金増やしが困難になってきています。またコロナ感染拡大以降は、「支部を基礎に、班を単位に」という医療生協らしい活動ができず、その困難さを増しています。改めてコロナ禍においても地域の期待に応えられる組合員活動や組織づくりにチャレンジする時が来ています。

5. 東信医療生協がすすめる組合員活動について

組合員の期待に応えて活動していけるよう、次の活動をすすめます。

(1) 医福連の2030年ビジョンの実現に向けて活動します。

メインテーマ「だれもが健康で居心地よくくらせるまちづくりへの挑戦」の実現に向け、「ゆるやかなつながり」を大切に「地域の人への関心」を高め、SDGsをめざして他団体との協同を大切にします。

(2) 東信医療生協の今後の3年間の具体的活動について

新型コロナ感染の影響は継続します。感染拡大時の対応は必要ですが、感染予防マニュアルを作成し、通年型の活動をすすめます。

① 組織づくりの活動

組合員増やしと担い手づくり、世代継承、出資金増やしに取り組み、頼りになる医療生協づくりをすすめます。

強化月間での力の集中と通年型の日常的な組織づくりをすすめて以下の目標にチャレンジします。

② 健康づくりの活動（「健康をつくる活動」から「健康をつくる活動に」）

班を基本単位に健康づくりや仲間増やし、担い手づくりをすすめます。健康づくり塾卒業生やフレイル予防体操指導者などの育成をすすめて班会開催をすすめます。また学校や他団体との協同で健康チャレンジ参加をさらに広げます。

③　助け合い（おたがいさま）や居場所づくりの活動

生活困難な高齢組合員への支援として、お助け丸、ボランティア活動などの拡大を図ります。またおしゃべり食事会や生協シネマなどの居場所づくりの他、生活困窮で孤立した人やひとり親世帯など、生活を支える活動を社協など他団体との協同ですすめます。

④　まちづくり（誰もが健康で居心地よくくらせるまちづくりへの挑戦）

健康づくり、助け合い活動や居場所づくり、そしてＳＤＧｓの取り組みを通してだれもが安心してくらせるまちづくりをすすめます。

⑤　担い手づくりの活動

組合員や役職員の学習、育成活動をすすめ担い手づくりをすすめます。

(3)　憲法を守り、平和とくらしを守る運動をすすめます。

戦争はいのちを奪い、環境を破壊し、食糧やエネルギー問題など将来にわたって私たちのくらしを脅かします。憲法を守り国際社会の平和を求める声と連帯し戦争のない社会をめざします。

これらの活動をすすめ地域になくてはならない医療生協として、より強い医療生協づくりをすすめます。

6.　医療事業について

(1)　この間の到達について

訪問診療では、人工呼吸器管理が必要な難病患者への対応含め、あらゆる在宅ケアを支えてきました。

信州上田医療センターからは「呼吸器を使用している患者は医療生協へ」と患者を紹介されるようになっています。訪問看護は、信州上田医療センター小児科との連携により、継続的に市内の小児在宅ケアを支援してきました。また信州大学や県立こども病院からも依頼が続いています。川西生協診療所は、地域の医療、通所や訪問リハビリの拠点として継続しています。さかき生協診療所は、夜間外来を継続しながら地域の医療ニーズにこたえています。

地域の病院や介護事業所との連携を意識的に広げ、これまで以上に在宅生活をささえる医療・介護の提供を特色として打ち出してきました。ただし、これらは常勤医師の過重労働が土台になっており、医師の高齢化とあわせて事業のあり方の転換期を迎えています。現在までの到達点を振り返り、自分たちの力量と展望を踏まえ、３ヵ年の医療活動を展望しながら持続可能な方向を提案します。

(2)　国の医師研修制度と東信医療生協への影響について

２００４年に医師の臨床研修の必修化、２０１８年に新専門医制度が開始されました。大学や大規模なセンター病院でなければ研修施設になりにくい制度で、民医連で研修する3年目以降の研修医は減少し、県民医連全体として内科・総合診療科医師が不足しています。

この制度の影響で、上田生協診療所でも２００４年までは初期研修の一環として6ヶ月間の若手医師の勤務が定められていましたが、それも終了し長期間が経っています。

初期研修・専門研修後も病院で経験を積むことを選択する医師が多く、診療所勤務の常勤医は一定年齢以上の中堅医師が多くなっています。

(3)　中長期を見据えて東信医療生協が存続し続けるために

契約が年度更新である支援医師に支えられている現状を踏まえ、常勤医師の過重労働によらない体制づくりが喫緊の課題となっています。

この課題が克服できない場合は、現在の常勤医師体制で3診療所それぞれにおいて医療を提供することは困難になります。医師と看護師のチーム体制化をはかりながら医師配置を見直し、全役職員一丸となって持続可能な診療体制の構築をすると同時に、上田生協診療所の外来機能の強化を追求し、地域の要望に応え続けることを目指します。訪問診療を中心とした在宅医療はこれまでどおり継続していきます。

(4)　医師獲得に向けて

「医師は偏在ではなく『絶対的不足』」という認識のもと、国や県の政策を変えていく運動を進めます。自前で医師を養成できない診療所にあっても、外部から合流する医師を追求します。医師一人ひとりの多面性・多様性を尊重しながら、民医連・医療生協の理念に共感する共通項を見つめ、東信医療生協に

定着するように努力します。

常勤医師獲得のため、さまざまな雇用形態に柔軟に対応する規定を策定します。近未来へ向けて、民医連・医療生協の医療活動を担っていこうと決意する医学生や研修医の誕生につながる、医学生・高校生へのとりくみを引き続き強めます。

(5) 看護師の育成について

欠員が出ないと採用ができない状況や東信医療生協だけでは新卒看護師の卒後教育が十分に行えない現状があります。県民医連内の医療機関との連携や、組合員・職員のつながりを活かした新卒・若手看護師や一定経験のある看護師の採用による後継者育成を実現できるかが課題となっています。

7. 介護事業について

コロナ禍での3年間、利用者の孤立で心身機能の低下やフレイル、うつ症状や認知症が進行しています。また介護事業への新規参入、介護職員不足や高齢化、介護報酬のマイナス改定、物価や光熱費の高騰など経営環境は一層厳しく、介護サービス事業者の倒産件数は過去最多となりました。一方、２０２４年に向けた介護報酬改定は利用制限や負担増などが検討されています。誰もが安心して「介護制度を利用できる」よう、さらなる運動が必要になっています。

(1) 東信医療生協の介護事業について

経営破綻以降、訪問看護Ｓｔ以外赤字であった介護事業所の経営改善をすすめてきました。赤字から黒字へ、赤字幅の圧縮など一定の経営改善はすすみましたが全事業所が黒字を出すには至っていません。その要因は圧倒的に介護報酬の低さにあります。同時に介護報酬の低さは介護職員不足にも拍車をかけ、東信医療生協でも介護職員不足で「新規利用者の受入ができない」、教育や研修時間が保障できない状況が続いています。人材紹介会社からの紹介は手数料が職員年収の30％という高額で、経営を圧迫する一因ともなっています。

(2) 東信医療生協のめざす介護事業について

① 誰もが安心して利用できる介護サービス

介護保険制度の改悪に反対し、誰もが安心して介護サービスを利用できるように制度改善運動に取り組みます。各事業所が独自性を発揮しながら他の医療機関や事業所との連携をすすめ、医療生協らしい満足度の高い、医療と連携した介護の提供に努めます。

② 事業基盤の維持・強化と直近の課題への取り組み

介護における「全職員参加型」の経営を一層進めます。安全性向上と満足度の高い介護サービス提供のため、マニュアルの整備と「事業継続計画（ＢＣＰ）」の完成をすすめます。

元気倶楽部まゆとヘルパーステーションにじは契約更新における賃貸料の値上げ（年間60万円増）を受け、その対策が必要となっています。厳しい経営環境を踏まえて通所系事業の統合・再編・転換を含めて検討をすすめます。

8. 東信医療生協の事業を守る経営活動について

東信医療生協の経営再建は、①中長期資金計画に基づいた必要利益の確保、②全職員参加型の予算づくりへの変更、③民医連統一会計基準に基づいた経営管理をすすめたことにあります。今後もより精度の高い経営管理のもと経営再建をすすめます。

(1) 中長期資金計画に基づいた必要利益の確保をめざします。

毎年の決算を踏まえてあらたな投資、借入金返済、職員の賃金改善など、中長期資金計画を見直して必要利益を明らかにし、その達成をめざします。

(2) 全職員参加による予算づくりをすすめます。

必要利益を確保するために全職員参加型の予算づくりをすすめます。四半期毎に役職員での予算差異分析と対策行います。

(3) 経営管理のための学習をすすめます。

法人幹部、事業所管理者を先頭に民医連の予算管理テキスト、統一会計基準の学習をすすめ、医福連・民医連の研修に積極的に参加し全国の教訓を学びます。

(4) 理事会で責任をもった経営をすすめます。

毎月の理事会で経営状況を把握し対策を講じます。必要な経営会議への参加をすすめます。

虹の文芸

ちぎり絵「南天と福寿草」
関口 己佐子（西部支部）

ふれあいサロンにじ企画について

ふれあいサロンにじ企画については組合員活動部へ問い合わせください。 TEL 0268-23-8001

住所不明組合員のみなし脱退に関する公示

2023年1月27日

東信医療生活協同組合理事長　中村　和幸

東信医療生活協同組合定款に基づき、2年間以上住所確認ができなかった組合員について、「みなし脱退対象者」として公示致します。

なお、対象となっている組合員の方のお名前は組合員活動部事務所にて確認できますのでお申し付けください。（公示期間　2023年1月30日～2023年3月16日）

《対象となる方》

組合員から2019年より3年間住所変更届が出されず住所確認ができない場合と組合員死亡後3年間親族と連絡がつかない場合が対象です。

「千曲川のにじ」を送付し宛名不在で戻り、その後登録いただいた電話番号に電話をし、郵送で確認をしても転居先が不明の方です。

問合せ先　東信医療生活協同組合
組合員活動部　TEL 0268-23-8001
（受付　月～金曜日　8:30～16:00）

絹の里　神社と門松作りました

利用者様の発案で少しでも明るい新年を迎えていただこうと昨年末から神社と門松を利用者様に協力していただき作りあげました。お賽銭も手作りで準備しました。

皆さん、お賽銭を上げて楽しそうに参拝し、今年も良い年になりますようにとお祈りしていました。

絹の里 主任　高見澤 伸也

新入職員の紹介

滝口　貴大（看護師）

昨年の8月から上田生協診療所に入職した滝口貴大と申します。一昨年に栃木県から家族で上田市に移住してきました。栃木県では急性期病院で働いておりました。東信医療生協で半年になりますが、地域に根ざした医療・看護をめざし、地域のみなさまと力を合わせて精進してまいりますので、今後ともよろしくお願いいたします。

上田城お堀周回ウオーキング のお知らせ

日時	3月22日（水）10時30分～	場所	上田城櫓門前集合
その他	雨天の場合は中止します	主催	健康づくり委員会

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（TEL 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 上田市上塩尻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）

●お詫びと訂正●
211号（1月号）の7面、文芸欄の皆川　宏さんの短歌の1首目、浅間の浅が脱字になっていました。正しくは、「カラマツの落葉の香り踏みしめて浅間望めば白秋となる」です。お詫びして訂正いたします。

短歌

新日本歌人協会
上田短歌会会員有志雑詠

市街戦銃弾飛び交う瓦礫原
ここを居場所と動かぬ翁
深沢　保子

片時もスマホ離さぬ孫(こ)を誘い
草原に出て深呼吸せり
宮崎　研子

「芸術は生きる糧」生演奏を聴きながら
メルケル言いし言葉思えり
赤羽真理子

幾たびか手術を受けたる身なれども
列の端にてなお生きんとす
成瀬　広美

生活の苦しい人がいる街に
年越し祝う賑わいをみる
泉　弥生

ウクライナひき核武装を主張する
この軽薄を決して許さず
久保田武嗣

転倒し顔は傷つき眼は腫れて
眼帯・マスクに骨折の足
栗林　功江

さわやかパズル　第97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。

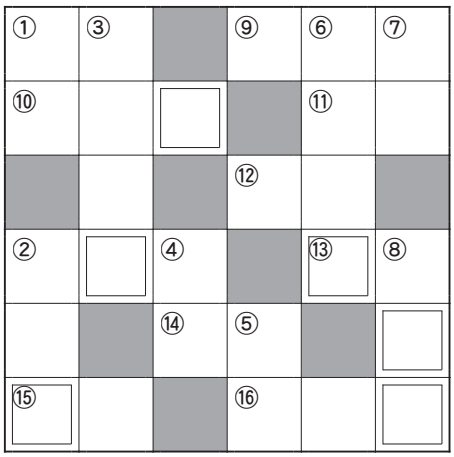
㋐ヒント　春・見物・宴席

タテのカギ

① 祭礼の時、飾り物を付け引き出す車。「山車」と書く。
② 乱れた状態のものをきちんと整えること。「交通○○○」
③ 灯火をつけたり消したりすること。「信号機が○○○○する」
④ 吉凶・勝敗・等級などを決定する方法。「○○を引く」「○○に当たる」
⑤ 虎が獲物をねらって目をじっと見おろす。「○○眈眈（たんたん）」
⑥ 城を築いた山。丘陵。
⑦ 新聞・雑誌などの文章。「事件を○○にする」「新聞○○」
⑧ 余暇などに心を楽しませたり、慰めたりするもの。「○○○施設」

ヨコのカギ

① 派手に振る舞うこと。洗練されていること。「○○男（おとこ）」
② 三月三日は「桃の○○○」五月五日は「端午の○○○」
⑨ 家が建っている一区切りの土地。「家、○○○、を売り払う」
⑩ 優劣を決めること。「書類○○○」「○○○員」
⑪ 人家の間の狭い道路。「○○裏」
⑫ 物を納めておく小屋。ものおき
⑬ 息子・娘の子ども「○○」
⑭ 自分・おのれ。「○○責任」
⑮ 物事や話のすじみち。「○○整然」
⑯ この上ない幸福。「○○○の境地」「○○○の時間」



★答えはハガキで。
正解者の中から抽選で5名のみな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、発送をもってかえさせていただきます。
〒386-0042
上田市上塩尻393-1
東信医療生協「さわやかパズル」係
★締切は、4月12日（水）。
※前回の答えは、
「しんねんかい」でした。

読者の声

●家族そろって年始にコロナウイルスに感染してしまいました。大変な正月になってしまいましたが、家族でさわやかパズルに挑戦し盛り上がり楽しむことができました。ありがとうございます。（上田市）

●今年1月より「千曲川のにじ」の配付をさせていただくことになりました。ちょっとしたウオーキングです。（上田市）

●さかき生協診療所の診察日数が少しでも増えることを願いながら「千曲川のにじ」を配達しています。（坂城町）

●「千曲川のにじ」いつも楽しみに読ませてもらっています。知り合いの方の絵や短歌なども楽しみです。毎月診ていただいている先生も優しく親切で温かいお声がけに励まされています。これからも頑張って「千曲川のにじ」の配付を続けたいと思います。（東御市）

●今年も東信医療生協の皆さまよろしくお願いします。私の〝命のお守り〟が医療生協と思っています。（青木村）

編集後記

今月号は東信医療生協の今後3年間の運動の方向を示す第9次長期計画案の骨子を載せてあります。皆さんの声を集めて、地域になくてはならない医療生協をめざしていきます。ご意見をお寄せください。

次号発行は5月10日㈬です。

生協診療所　診療担当表　2023年 4月1日～

❑上田生協診療所　☎ 23−0199　FAX 23−0449　健診 フリーダイヤル 0800-800-1599 (10:00～17:00)

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

❑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	休　診	休　診
午後 14:00～15:40 (受付 15:30まで)	一般外来					松澤 (2,4週)	
	訪問診療	吉野	吉野	吉野	吉野	吉野 (1,3,5週)	

❑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	休　診
午後 15:00～18:00 (受付 17:30まで)	一般外来		矢部	休　診	休　診		
	訪問診療	松澤 (2,4週)				矢部	

お知らせ

- 矢部医師の月曜日の診療（外来・訪問診療）は三林医師に交替となります。
- 渡辺医師の木曜日外来は金曜日に変更となります。
- 渡辺医師の第2土曜日外来は終了となります。
  後任は、國府田（こうだ）りえ医師が着任し、第3土曜日に外来診療を担当します。
- 金曜日に診療を担当していた佐久総合病院の高松道生医師の診療支援は3月末で終了となります。
  後任に佐久総合病院の宮下尚輝（なおき）医師が着任します。
- 第3土曜日におこなっていました健康診断・人間ドックは第2土曜日に変更となります。
  ※ 年度替わりのため、上記の他にも体制に変更がある場合がありますが、ご了承ください。