

2021年度
院長・副院長の新体制



新院長
関原 正夫



副院長
吉見 誠至

新型コロナウイルススワク
チン接種が始まり、ようやく
復興の目途が立とうとして
います。通常の医療に加え、
感染防御に配慮した診療を
継続してまいります。
皆様を選んでいただく病
院となるために、職員各人が
常に考える組織にして行き
たいと考えています。

長引くコロナ禍で心身
ともにお疲れの方もいら
っしゃると思います。
地域の皆様が当院で安
心して質の高い医療を受
けられるように、より一
層努めるとともに、次代
を担う若手医師の育成に
励んで参りたいと思いま
す。



新副院長
河内 英行

4月1日をもって、副
院長に就任いたしました。
昨年以來、新型コロナウイルス
感染症により、地域の皆
様からも来院への不安など
の声が聞かれます。関原新院
長・吉見副院長と協力し、皆
様が安心して受診できる体
制をつくっていきたくと思
っています。

利根中央病院
**4月常勤医師
交代のお知らせ**

- 着任**
- 〔循環器内科〕 滝沢 大樹
- 〔総合診療科〕 小林喜郎・宇敷 萌・岩出良介・鹿野奈津美
- 〔小児科〕 須田峻平
- 〔整形外科〕 有澤信亮・小暮悠介・窪塚貴哉
- 〔外 科〕 小林克巳・熊倉裕二
- 〔放射線科〕 山田宏明
- 退任**
- 〔総合診療科〕 飯島研史
- 〔小児科〕 諸田潤一郎
- 〔整形外科〕 工藤千佳・山田哲也・書上 韻
- 〔外 科〕 高田考大・森 有実
- 〔放射線科〕 小林 進

「虹の箱」ってなあに？



利根保健生協の各事業
所には、患者様や利用者
様からの声を寄せていた
だくための「虹の箱」を
設置しています。
スーパーや公共施設等
でもよく見
かけるもの
と同じで、
事業所を利
用して
お気づきの
こと、お困
りのこと、
ご要望等の
声を大切に
し、事業活
動を点検し
ます。箱の
そばに所定
用紙があり
ますのでご
記入しお入
れください
。投書の内
容は、定期
的に確認し
関係職場に
共有・改善
に向けた検
討をします
。その後、
事業所利用
委員会での
共有
ご意見は真
摯に受けと
め、より良
い改善に
心がけてま
いります。感
謝のお言
葉もあり職
員一同励
みになっ
ています。
皆様の率
直なご意
見をお寄せ
ください。

「虹の箱」ってなあに？
利根保健生協の各事業所には、患者様や利用者様からの声を寄せていただくための「虹の箱」を設置しています。スーパーや公共施設等でもよく見かけるものと同じで、事業所を利用しているお気づきのこと、お困りのこと、ご要望等の声を大切に、事業活動の点検や改善に向けた検討を行います。その後、事業所利用委員会での共有ご意見は真摯に受けとめ、より良い改善に心がけてまいります。感謝のお言葉もあり職員一同励みになっています。皆様の率直なご意見をお寄せください。

虹の箱は以下の場所に設置してあります

事業所名	設置場所
病 院	1階：生協ルーム前、健診センター内 エレベーターホール、救急外来前 2階：Hブロック前 3～6階：デイルーム
利根中央診療所	受付まわり
片品診療所	正面玄関左側
利根歯科診療所	正面玄関入口、患者トイレ前
生協みなかみ歯科	正面玄関入口
老 健 と ね	正面玄関ホール、2・3階ホール

食品募集のお願い！

フードドライブ活動
おすそわけ
「もったいない」→「ありがとう」
つなげる・つながるで安心なまちづくりへ

「おすそわけ」をテーマに食品を配布します。次回の食品を募集しますので、ご協力いただける方は各事業所へお届けください。

乾物（缶詰やインスタントラーメンなど）、米など。

当日は、医療・介護・くらしの各専門家を招いて相談会、健康チェックも予定しています。

相談会と健康チェック もやります
日時 **5月29日(土) 10時～12時** 無料
場所 **とね虹の里 虹の広場** (裏面に地図)
主催：利根保健生活協同組合・社会福祉法人とね虹の会 後援：
利根保健生活協同組合 生協くらしサポートセンター
〒378-0653 群馬県沼田市東原新町1861-1 ☎ 0278-22-2300

堀口 知佐依 (新任)
今年の3月に育児休業より復職し、病院総務課より異動してきました。
担当させていただく支部はみなかみブロック(月夜野)

武井 友一
病院の事務次長として約4年間、医師の確保や負担軽減等に携わり、4月より生協くらしサポートセンター部長に就任いたしました。
昨年から続くコロナ禍の

中、地域の状況や組合員の生活は大きく変化しています。地域要求に対して真摯に耳を傾け、改めて当生協の活動が自治体や地域の諸団体との連携、組合員との協同により「どのよう地域に貢献できるか」を考え、実践できるように尽力してまいります。健康で豊かなまちづくりをともに推進しましょう。

東・月夜野西・水上・猿ヶ京・須川・新巻)です。
3歳の息子と1歳の娘がおり、どちらも利根中央病院でお産しました。出身が渋川ということもあり、地域もわからず、ご迷惑をお掛けしてしまうことばかりかと思いますが、とにかく一生懸命がんばります。

3.11東日本大震災を忘れない
「福島のいま」写真を展示

福島県浜通り医療生協から提供いただいた写真を下記事業所にて展示しています。
〔展示事業所〕
利根中央病院、利根中央診療所、片品診療所、利根歯科診療所、生協みなかみ歯科

「当時の状況」から「現在の福島」を撮られており1枚1枚にメッセージが込められています。

生協くらしサポートセンター担当者

2021. 4月号 医療相談室

よくある 上肢の痛み、しびれ②

日常生活で心配になることが多い上肢の痛みやしびれ。

先月号に引き続き、昨年当院で行われた医療講演懇談会(11月7日)でお話した内容からピックアップして説明します。



利根中央病院 整形外科部長(副科長) 細川 高史

神経障害性疼痛

手根管症候群

親指、人差し指、中指がしびれる。しびれが強くて目がさめる。物をつまみにくくなってきた。(図1)

正中神経と、指を曲げる9本のスジ(親指は1本、他の指は2本ずつ)は手根管といわ

れる手首のほぼ真ん中を通る狭いトンネルを通過していま

ために、神経を電気で刺激する検査(神経伝導速度)をおこなうことがあります。特に母指球がへこんできたら手術を積極的にすすめます。

治療 ①安静。手の使用を控えます。寝るときに手首を固定します。ビタミンB12を内服します。

②ステロイド注射。③手術。神経を圧迫する靭帯を切除します。30分ほどの手術です。入院または日帰りの

伝達麻酔でおこなうことが多いです。術後は1週間だけ手首を固定します。

「小指がしびれる。肘の内側が痛い。手がやせてきて、力が入らない。」(図2)

肘部管症候群

「手だけでなく腕もしびれる。肩甲骨まわりが痛い。上をむくと、腕に痛みが走る。」

頸椎由来の上肢神経障害

「首に負担をかけた上肢へいく神経は、脳から脊髄へ、そして頸椎(くびの骨)の間から出て上肢に向か

り、上を向かないように気をつけます。首や肩まわりの筋トレ、緊張緩和のリハビリテーションが有効なことがあります。痛みがおさまるまで神経痛を抑える鎮痛薬(リリカ、プレガバリン、タリジエ、トラムセト、トララセト、サインバルタなど)を内服し

支部紹介

昭和東支部



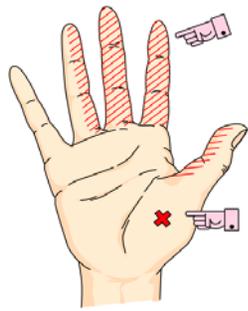
昭和東支部は、理事1人・総代8人・運営委員2人を中心に活動しています。我が支部の特筆すべき取り組みは村の日帰り温泉施設ができて以来25年間、隔月ではありますが連続して健康チェックを続けていることです。

最近では村の現状や5ヶ年計画を知ろうと支部の研修会をしたり、社会福祉協議会との懇談会を開いてお互いに事業内容や活動内容を共有しあい、住み良い村づくりのために一緒にとりくめることはないか模索をはじめたところ。

毎月の支部運営委員会では最初に健康に関わるミニ学習会や通信教育の学習会などをしてから会議をはじめようとしています。

※写真は都合により5人のみ ※撮影のためマスクを外しています

示指、中指を中心にしびれ、痛みが出ます。しびれは環指、母指に及ぶこともあります。これらは明け方に強くなり、手を振ることで楽になります。



母指の付け根(母指球)がやせてきて、縫い物やボタンかけなどの細かい作業が困難となり、右図のようなOKサインができにくくなります。

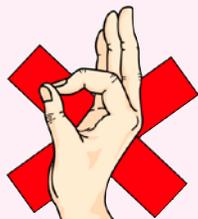
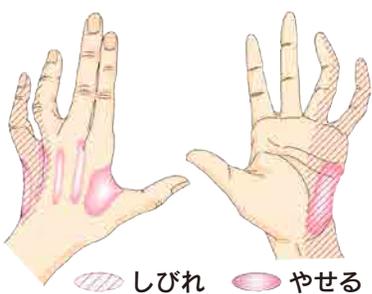


図1 手根管症候群

図2 肘部管症候群



かぎ爪指変形

しびれ やせる

「整形外科外来は完全予約制です」

スムーズな救急車対応や安全な手術時間の確保など、医療の質向上と待ち時間の短縮を目的に、整形外科外来は完全予約制となっております。(土曜は除く)

受診する際には「予約」が必要になりますので、予約センター(TEL 0278-25-3489)へお電話ください。ただし、紹介状を持参している患者様や急患には対応致します。

緊急の際は必ずお電話ください。皆様のご理解、ご協力をよろしくお願い致します。 利根中央病院

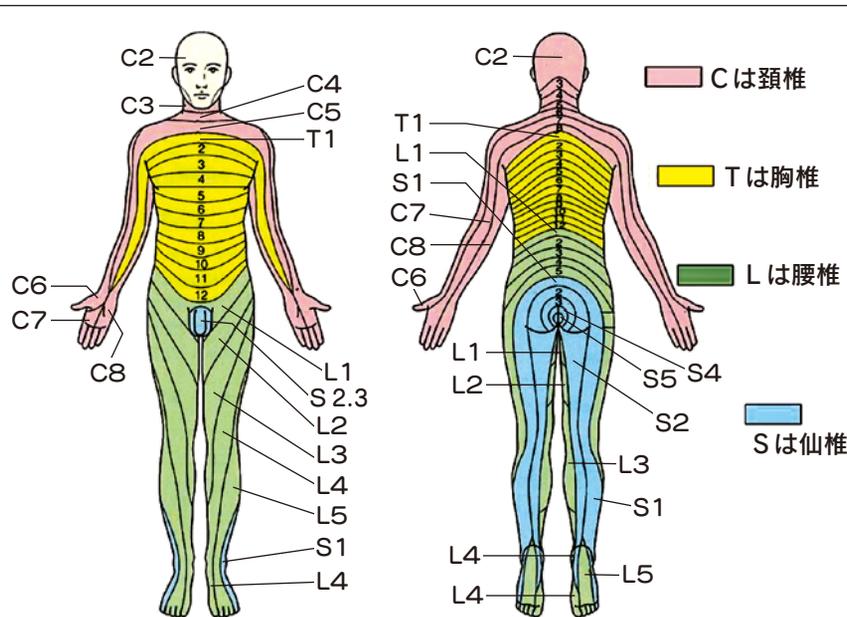


図3 デルマトーム

②ブロック注射。神経周囲に麻酔薬やステロイドを注射します。③手術。神経を圧迫する要因(骨、靭帯、ヘルニア)を全身麻酔による手術で取り除きます。ただし適応は症状に応じて専門の医師により決定されます。②、③については投薬等にて症状が改善しない場合は専門の医師に紹介させていただきます。整形外科に受診してご相談ください。 上肢における侵害受容性疼痛と神経障害性疼痛は他にもたくさん原因があります。代表的なものについて解説いたしました。 (画像出典 日本手外科学会)



第43回 組合員活動交流集会

3/6(土)
ホテルベラヴィータ

SDGsのとりくみをすすめる

≡ 理念の実践

利根保健生協は 健康をつくる 平和をつくる こころ豊かなまちをつくる

組合員との協同で、医療・健診・介護事業と運動を行い、つながりづくりや健康づくり活動を基本に地域の「困った」解決や「助け合い」活動に取り組んでいる医療生協です。

自分らしくい送るための健康づくりをすすめます

3 SUSTAINABLE GOALS

憲法を踏まえ、人権が保障される平和な社会の実現を目指して行動します

16 PEACE AND JUSTICE

「できる・つながる・安心を結ぶ」の姿勢で、誰もが安心して暮らし続けられるまちづくりをすすめます

11 SUSTAINABLE CITIES AND COMMUNITIES

利根保健生活協同組合は持続可能な開発目標 (SDG) にとりくんでいます

協同の力で「誰一人取り残さない」

利根保健生活協同組合は、誰一人取り残さない社会をつくる

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

ちからあわせるSDGs

原澤専務理事からは、新型コロナ禍でも各支部が工夫しながら活動がすすみ、当生協の理念の実践がとりくまれたこと。「あって良かった利根保健生協」の「3カ年計画」仕上げの年であり、新たな事業展開を含めた次期「3カ年計画」を策定する年である。また、力を合わせ利根保健生協の「SDGs宣言」を勧めていこうと基調報告がされました。



組合員による活動報告

コロナ禍 大変だったけど、感染予防しながら つなぐ・つながるが大事!

各支部の工夫されたとりくみの報告

組合員活動報告では、「沼田東支部」から『買物支援企画』の支部として率先された実践報告がされました。「月夜野東支部」からは、「コロナ禍、地域を限定して健康づくりを楽しむ『健康お楽しみ会』として開催。「昭和南支部」からは班会や機関紙配りは自分の健康づくりのために継続された。など各支部で工夫されたとりくみの報告がされました。報告後、シンポジウムが開かれ、意見交換の場が設けられました。



昭和南支部入原班
板橋きみ江 班長
「班会継続への努力」



月夜野東支部
中村秀夫 支部長
「健康お楽しみ会」



沼田東支部
青地俊則 理事
「買物支援企画」



無理せず、自分の健康のために続けた合同班会の様子。



広い会場を探して、健康チェックや楽しくゲームをしている様子。



「車で買い物が出来た」と参加者から好評でした。



会場内も間隔を空け感染予防を徹底して開催

新型コロナウイルス感染予防対策実施中！
主催者からのおねがい

マスクの着用
参加のみなさま全員にマスクの着用をお願いいたします。お持ちでない方は、会場にてご用意しておりますのでお申し出ください。

検温の実施
入口にて検温を実施しておりますが、発熱のある方、体調の悪い方はご遠慮ください。

手指の消毒
入口にアルコール消毒液をご用意いたします。

みなさんが安心して参加できるようご協力をお願いいたします。
利根保健生活協同組合



きよしのズンドコ体操でリフレッシュ



職員からのひとこと
とてもやりがいのある仕事です。仲間と一緒に頑張りましょう!!

「一緒に働きませんか？」
利根中央病院では、看護補助者を募集しています。

- 無資格で働けるお仕事です。
- 将来、介護福祉士などの資格も目指せます。

人と話をするのが好きな方、お世話好きの方、お待ちしております。

<お問い合わせ先> 生協本部 総務部(小林、坂大)
☎0278-22-6060

なかまの作品

俳句

捨てられぬ母手作りの春シヨール 沼田高橋町 角田 千里
古鉄の春畑に打つ老いの意気 沼田高橋町 生方 辺秋
尾を振って街路樹ゆらす鳥の恋 沼田高橋町 白井孝四郎
えんぴつの芯より生まる春の声 沼田市栄町 名胡桃重光
日脚伸ぶ杜に急がぬ刻ながる 沼田市栄町 貝瀬 久代
黒土の足裏にしめる弥生尽 沼田高橋町 角田ひろ子
山菜莖を句座のみやげと技揃へ 川場村生品 栗原あや子
満開のレンズの桜二列まで 沼田高橋町 吉永 克喜
釣針で「たわし」仕上げて風花舞ふ 沼田高橋町 狩野 章子
春寒や人の出入りの無き空き家 沼田高橋町 丸岡 勇吉

短歌

医師の子が電話で言えり手を洗いマスク 今井 栄一
付けて人混み出るなど 沼田市堀廻町
独活栽培できる限りはすると決め日脚のびたる 倉沢 美代子
ハウスに向かふ 昭和村川額
友五人話はずきず別れには次の約束 堤 あさ江
桜咲くころ 昭和村入原
温の街の館占めてのひな飾り七千体 高山村中山 小林 良教
われ等驚く 沼田高橋町 大竹 美鶴

作品募集

コロナ禍で食は健康羅針盤 沼田高橋町 大竹 美鶴

今月42件のご応募ありがとうございました。紙面スペースと当季雑誌に沿って掲載させていただきます。紙面におきまして、ご了承ください。

なお、乱筆は誤植の原因になりますので、楷書でわかりやすく丁寧に書いてください。

〒三七八〇〇五三 沼田市東原新町一八六一の一
メール投稿 sukusuku-tone@tonehoken.or.jp