



2016年12月末現在

◆組合員数 9,815名
◆出資金 3億7,162万5千円

なごか医療生活協同組合機関紙 2017年

すこやかスマイル 2月

発行：なごか医療生協本部
〒940-0042
長岡市前田1丁目6番7号
TEL 0258-38-0813
FAX 0258-30-1160

http://www.nagaoka-iryoushukai.jp/



生協なごかデンタルクリニック
上棟式にて

- ・村上暖花さん 6年生
「朝起きたら歯磨きをする(こ)ことです。」
- ・山田 蘭さん 6年生
「朝ご飯をちゃんと全部食べる(こ)です。」
- ・山田 圭くん 3年生
「野球やっています。」
- ・村上理桜さん 3年生
「いっぱい笑う(こ)です。」

今月のすこやかさん 近所の仲良しメンバー

あなたが健康に気を付けていることは、

- ・石田未来さん 3年生
「運動することです。水泳やっています。」

上棟式が行われました

本部事務局 松永 基



1月15日(日)午前10時、大雪が予想された中、奇跡的に天候に恵まれ、青空の下「生協なごかデンタルクリニック」の上棟式が行われました。雪が積もり足元の悪い中、所長の佐野先生をはじめ、歯科衛生士、歯科技工士、役員、地域の方々、工事関係者の皆さんを含め120名ほどの方々よりお越し頂きました。お陰様で工事も順調に進み、名称も「生協なごかデンタルクリニック」に決定し、5月1日の開院を予定しております。

生協なごかデンタルクリニック



クの特徴は、佐野先生の「地域の皆さんに喜んでいただける歯科診療所になりたい。」との思いの実現のために「①訪問診療」「②院内技工士」「③医科歯科連携」の3つがあります。

*①「訪問診療」は、「診療を受けたくても受けに行くことができない方をなくしたい。」との佐野先生の思いから、患者さんのご自宅や入居している施設へ医師・歯科衛生士が出向いて診療を行います。

*②「院内技工士」は、院内に入れ歯や差し

来ていただきた地域の方からは「私虫歯があるから、早く診てもらいたい。」などの期待の声を寄せていただきました。

歯銀歯などを作成・加工を行う歯科技工士を配置し、迅速で細やかな対応と高いクオリティを提供するために実現しました。

*③「医科歯科連携」は、医科と歯科が連携し、患者さんに対し、総合的な治療や口腔ケアを提供いたします。

高齢者から小さなお子さんまで身近で喜んでいただける歯科診療所を目指してまいります。

佐野先生からは、「お陰様で工事も順調で、無事上棟式を終えることができました。スタッフも決まり、方針・目標をしっかりと力をつけて頑張っています。」との決意が述べられました。

5月1日オープン予定↓



バレンタイン行動



なごか医療生協も加盟している 日本医療福祉生協連(43都道府県に111生協)は、健康をつくり、平和をつくり、いのち輝く社会をつくるため活動しています。そして、地域まるごと健康づくりをすすめ、地域住民と医療や福祉の専門家が協同し、地域に協同の「わ」を広げてきました。

バレンタイン行動は、1997年から続いている行動です。全国の医療福祉生協が一斉に取り組み、社会保障制度をめぐる問題を広くお知らせし、改善に向け行動します。また、私たち医療生協の存在や主張をアピールし、暮らしに関する様々な思いを地域のみなさんにお届けしてきました。

今年のバレンタイン行動は
今、私たちの暮らしを支える医療・介護・生活保護などの社会保障では、負担増と給付削減の検討が進められています。それをお知らせし、社会保障充実と財源確保の方法を訴えます。

◆2月4日(土) アオーレ長岡前 13:30~14:30

寒い時期です。暖かな服装で、どなたでもご参加下さい。



仕事は、忙しいからと、休みの日も働いてしまう。そんな生活は、健康を害する原因の一つです。生協は、地域住民の健康づくりを応援しています。健康な生活を送るためには、適切な休息と運動が大切です。生協では、健康講座や運動会を開催しています。ぜひ参加してください。

笑顔は、健康の源です。笑顔で生活することで、心身ともに健康になります。生協では、笑顔づくりのイベントを開催しています。ぜひ参加してください。

笑顔は、健康の源です。笑顔で生活することで、心身ともに健康になります。生協では、笑顔づくりのイベントを開催しています。ぜひ参加してください。



虹の架け橋④
スマイル配っています
花園1 佐藤トヨ
私がスマイルを配るようになったのは、生協さんが、誰かスマイルを配ってくれる人

各施設の新年会

今年のお正月は...

2017年が明けました。今年も、幸い雪の無いお正月でした。みなさんにとってすばらしい年になるよう今年も、ながおか医療生協と一緒に楽しくやりましょう。

ながおか医療生協のあちこちのお正月風景を集めてみました。



新年会で
伊達巻き作り
フラット高町 小林

フラット高町では、伊達巻き作りと福笑いをしました。福笑いをしつづつ、伊達巻き作りも、伊達巻きの方が気になる様子でした。はんぺんを使った調理に皆様協力して下さり、上手に出来、味も大好評でした。



アシスト高町・小黒

アシスト高町では、新年最初に行事として利用者様と一緒に福笑いを行いました。福笑いが大変喜ばれていただき、品は廊下にて飾りつけを行いました。皆様に見て頂けるとなりました。

賑やかで明るい 新年の幕開け

フラット笹崎 瀧澤

1月13日、フラット笹崎にて新年会を行いました。午前の部では、正月遊びを、昼食は祝い膳として、赤飯天ぷらお刺身を堪能し、午後は獅子舞・クイズ等を楽しみました。職員の二人羽織では、ご利用者様の笑顔、笑い声が飛び交いました。皆様、今年もどうぞよろしくお願い致します。



笑う門には福来たる 今年も大きな声で笑いましょう



アシスト笹崎
餅つき大会

1月17日、アシスト笹崎で新年会を行いました。午前中は福笑い・カルタを楽しみ、午後は毎年恒例の餅つき大会を行いました。大きな笑い声が響きわたる、楽しい1日となりました。

金内

クルーフホーム

渡辺



あーでもない、こーでもない、もっと上！との確かな怪しい誘導が飛び交って、とってもおめでたいひよつとこができました。みんなで大いに笑って福を呼び込みました。

雪もなく穏やかに明けた新年、ここにではお正月を福笑いやカルタとをして楽しみました。福笑いでは、目隠しの隙間からなんとか覗こうとがんばる方あり、

あだごとどもクリニック

中村由紀子



あだごとどもクリニックは、開院してから2年目のお正月を迎えました。そんな今年のお正月は晴れ間も多く、雪も少なく、クリニックの玄関は小児科らしく、少し小ぶりの門松と、長靴ではない靴が沢山ありました。雪国の晴れの日は、少し得した気持ちになりますね。



生協ごとどもクリニック

看護師長 岩間



新年を迎えて

生協ごとどもクリニックでは、待合室や診察室などに、季節ごとに壁に飾りつけをしています。お正月は、職員がアイディアをしぼり、十二支(えと)で壁を飾り、その下の水槽の中も新年を迎え模様替えをしていただきました。獅子頭を見つけた子ども達は大喜びです。

満足気に皆様過ごされました。のお正月です。



クルーフホーム

種村

1月15日の小正月に新年会を行いました。皆様で初詣を施設内でしたり、獅子舞に頭を噛まれたりして正月気分を味わえた様子は、午後からは、おはぎと甘酒を飲んで、これがざおう

初笑い

笑いケア体操で

1月17日(月)、新町わいが家に「ほっほ、ははは」の大きな笑い声が響きました。この日の笑いケアの参加者は15名。体を動かしながら、おなかから大きな声で笑い声を出す不思議に気分もすっきりし、今年初めの初笑いとなりました。



フラット新町

皆川

1月13日(金)、フラット新町では新年会が行われました。14名のご利用者をお迎えし、福笑い、正月料理、獅子舞、手作り神社の参拝、二人羽織りなどで正月らしい雰囲気を感じて頂き、笑顔で一日を過ごして頂きました。



ある日の風景



連絡先 316555
みんなで楽しく
きらきらタイム

社会福祉法人 虹のまち福祉会

「銀河」その後
相互理解が深まりました

施設長 平原 壮一

多機能こどもセンター銀河は、開設からもうすぐ1年を迎えようとしております。その後の様子をお伝えしたいと思います。

まず、**すばる事業**（未就学で、言葉の遅れや他者との関わりが上手に行えない、お子さんの支援事業）は、現在2人のお子さんに、しっかりと丁寧に関わらせていただき、発達の促しを専門的な視点でお手伝いをしています。実施してみても感じられたことは、適切な支援を行うことによって、お子さんの発達は確実に促されていると実感しています。

次に、**はやぶさ事業**（小学生から高校生までのお子さんの放課後支援事業）ですが、現在利用されている方は36名となりました。平均年齢は9歳で、1日の平均利用人数は9名となっております。開設の当初は利用されるお子さんも、職員もお互いに慣れないことが多く、ぎこちない感じでしたが、昨年の夏休みに朝から夕方まで一緒に過ごすこと事によって、お互いに理解が深まり、自然と接する事ができるようになってきたと思います。また、当初は個別の対応を行うことが主な支援でしたが、理解が深まった今では、「**きらきらタイム**」と名付けた活動で集団行動もできるようになってきました。

これから、一人一人のお子さんの個性に合わせた支援を行えるように職員一同取り組んでまいりたいと思っております。ご興味を持たれた方はいつでもお問い合わせください。無料体験や相談は随時受け付けております。



特養 特別養護老人ホーム「はるか」
特養Q&A ⑥

Q1. 面会はできますか

A1. 公的運営基準には「施設は常に入所者のご家族との連携を図り、その交流の機会確保に努める。」とあります。そこで、当ホームでは、ご本人・家族の利便に配慮し、面会時間を原則 朝7時30分～夜8時30分と広く設定します。さらに、夜間、必要に応じて（看取り事例など）面会者が宿泊できるような「貸し寝具（1組1日100円）」も用意します。「はるか」は全個室です。ご本人の身近で時間を過ごすことができます。なお、面会時は、入所者みなさんの快適な生活と良好な生活環境確保にご協力願います。また、感染症予防のため面会時に手洗い、うがいの協力もお願いいたします！

Q2. 本人が好きな食べ物等を差し入れてできますか？

A2. ご本人の病状・当日の体調等により、食べ物や飲み物を必要があります。好きな物でも、必ず事前に当施設にご相談ください。飲酒も同様です。また、当施設内は禁煙です。なお、ご本人以外の入居者への差し入れは、事故予防のため固くお断りします。

開設準備室 土田武千代

わいが家 2月の予定

下記の企画は、どなたでも参加できます。ご近所さんやお友達と…、もちろんおひとりでの参加も大歓迎！

四郎丸わいが家	
セラバンド体操(はつらつ広場)	無料
4日、18日、25日	毎週土9:30~10:30
わいが家カフェ	☕ 100円
4日、18日、25日	毎週土10:30~11:30
四郎丸うたごえ広場	☕ 200円
6日	毎月第1月 13:30~14:30
わいが家喫茶	☕ 100円
2日、9日	毎月第1・2木13:30~14:30
詩吟の会	☕ 300円
13日、27日	毎月第2・4月13:30~14:30
ながおかわになーれ	☕ 無料
6日	※詳細はわいが家通信に記載 毎月第1月10:00~13:00

新町わいが家	
セラバンド体操	無料
6日、13日、20日、27日	毎週月 10:00~11:00
手芸喫茶	☕ 200円
3日、17日	毎月第1・3金 10:00~12:00
新町うたごえ広場	☕ 200円
10日	毎月第2金 13:30~14:30
囲碁のつどい	無料
1日、8日、15日、22日	毎週水 9:00~12:00
映画会(新町支部)	無料
27日	※詳細は本紙に記載 毎月第4月 13:00~
オレンジカフェ	☕ 100円
25日	※詳細はわいが家通信に記載 毎月第4土 10:00~12:00
フリマカフェ	☕ ※カフェ利用の方 100円
3日、20日	毎月第1金・第3月 10:00~12:00

今月の限定企画 ~詳細は「わいが家通信」をご覧ください~

折り紙で作ろう「ひなかざり」

2月20日(月) 10:00~四郎丸わいが家
13:30~新 町わいが家

スマイル折作業日 ~お手伝いして下さる方(ボランティア)大募集~

四郎丸…2月23日(木)9:00~ 新町…2月24日(金)13:30~

★上記の企画、スマイル折作業についてのお問い合わせは、組織事務局 ☎30-1161まで。

◇特養「はるか」の 申込受付中

申し込みに関する相談・問い合わせは
特養「はるか」開設準備室 (生協診2階)
土田・池田まで TEL38 0850

無料 新町わいが家映画会

2月27日(月) 13:00~

一枚のハガキ

-2011年-

出演: 豊川悦司/大竹しのぶ/六平直政 ほか

戦争がすべて奪った。戦争が人生を狂わせた。それでも命がある限り、人は強く生きていく。新藤兼人、映画人生さいごにして最高の傑作

新町支部では、毎月1回、新町わいが家にて映画会を開催しています。お気軽においでください。

ちょっくん用布 と タオル

ちょっくん用の布(吸水性のよい綿素材)が足りません。また、そうくん用のタオルもたくさんいただけませんか？

連絡先: 大きなかぶ TEL: 36-9763

理事会報告

2017年1月14日(水)
ながおか生協診療所2階会議室

◆報告事項

第1号議案… 11月の事業・経営状況の報告、12月の概況について
第2号議案… 組織事務局報告
第3号議案… 委員報告
第4号議案… 老健あらまち 移乗用リフト購入について

◆協議事項

第5号議案… 生協かんだ診療所 通所リハビリテーション エース入替について

以上、報告、協議の後全員異議なく承認されました。



「冬の日」
ほっとギャラリー
郷 卯一

◆写真

今年もこりずに
買って来たよ
シクラメン
桂のひま
人

◆スマイル短歌 選者 首藤 隆司

しやがたんでお地蔵様に礼を言う今年
も山の幸頂きて 大原 歌子
朝目覚め木々手を胸に当てながらいつ
ものごとく心拍確かむ 石見 政夫
障子の張り替え終えて清やかに賀状
を書くと暮れのならわし 加藤 シズ
越の里人間模様から筆先は未来の世へ
と那須絵画展 星野 四郎

頑固者仲間になれず横目で見
光差す白い地面にふきのとう 清 琴

スマイル文芸

つらい腰痛、足のむくみにサヨナラ！体の歪みを整えよう！
「無料！足腰らくらく運動講座」

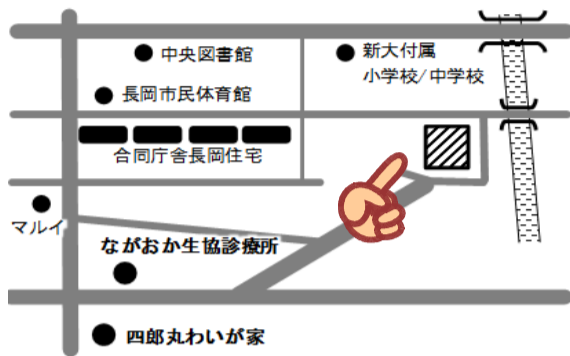
その腰の痛み、足のむくみは体のどこかの歪みからくるものかもしれません！
筋肉をゆるめ、リンパを整えることで体の歪みを修正し、腰痛やむくみを改善するための運動講座を行います。この機会に体の凝り固まりをリセットして足腰らくらくになりましょう！

○日時

2月13日(月)	10:00~11:30
2月17日(金)	14:00~15:30
3月1日(水)	10:00~11:30
3月17日(金)	10:00~11:30

*4回とも内容は同じです

- 料金 無料
- *参加される場合は申し込みが必要です
- 会場



ながおか医療生活協同組合
生協サポートセンター四郎丸 健康運動教室
長岡市前田3-1-16 TEL: 0258-39-2882

2016年最後の・・・

①わいが家企画「正月花を届けよう！」

12月28日(水)四郎丸、新町わいが家にて開催。
参加者は計17名。先生にアドバイスをもらいながら、おもしろいおもしろい花を届け、オリジナルの正月花が出来上がりました。

完成！



②スマイル折作業
班会「おりひめ」の活動

12月26日(月)、四郎丸わいが家でのスマイル折作業に18名参加。終了後には、恒例の昼食会もあり、終始楽しい雰囲気でした。

- ・誰でも簡単コース
 - ・マッスルコース
- どちらも1回500円

ワンコイン レッドコード体験会
2月11(土) 25日(土)

いずれも空きがあります。

レッドコードって何？
新しいトレーニング？



楽しそう！体験してみたい！
と、興味を持った方。
限定10名で募集しています。

電話予約はお早めに！
詳細はお問い合わせください
TEL: 32-3888

診療案内

ながおか生協診療所 電話(39)7001	9:00~12:00	羽賀 勝山	羽賀 勝山	羽賀 勝山	羽賀 本田	羽賀 岡田 勝山	羽賀 勝山 2/4週
		訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	
	15:00~17:30	羽賀 勝山	羽賀 勝山 1/2/3/5週 1/3/5週 星野4週	羽賀 関 勝山	羽賀 17:00まで	羽賀 勝山	
		訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	

生協こどもクリニック 電話(33)7131	9:00~12:00	磯部	田中	磯部	磯部	磯部	磯部 内山 1.3.5週
	11:00	予防接種	予防接種	予防接種	予防接種	予防接種	予防接種
	14:00~16:00	予防接種		予防接種 乳児健診	訪問診療	予防接種 乳児健診	
	16:00~17:30	磯部		磯部		磯部 内山 1.3.5週	

生協かんだ診療所 電話(32)2887	9:00~12:00	星野 本田	星野 本田	星野 本田	岡田 勝山	星野 本田	星野 岡島 本田 1/3/5週
		訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	
	15:00~17:30	星野 本田	星野 羽賀 青木 本田 1/2/3/5週 4週 2週 1/3/5週	本田	勝山 本田	星野 本田	
		訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	

あたごこどもクリニック 電話(36)5810	9:00~12:00	吉川	吉川	吉川	吉川	吉川 本間 (3日・17日)	吉川
	13:45~15:30	乳児健診 予防接種	乳児健診 予防接種 発達相談		乳児健診 予防接種	乳児健診 予防接種	
	15:30~17:30	吉川	吉川		吉川	吉川 本間 (3日)	
		訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	

-2017.2月-

わいが家通信

---今月のお知らせは---

- ① 折り紙で作ろう「ひなかざり」
- ② オレンジカフェ/ながおかわになーれ
- ③ 配食弁当のお知らせ
- ④ 各支部からのお知らせ/高町セラバンド/バスハイク(予告)



① 冬のわいが企画

折り紙で作ろう

「ひなかざり」

2月20日 月

四郎丸わいが家 10:00~

新 町わいが家 13:30~

参加費(材料費) 200円

定員 各会場 10名 (要申込み)



今回作るのは「小笠原雛」。完成したら台紙に貼って、おしゃれに仕上げます。
玄関先にちょこっと飾るのもいいですね。
定員は各会場10名です。お早目にお申込み下さい。

問い合わせ・申込み ながおか医療生協組織事務局 ☎30-1161

② 今月のオレンジカフェ in あらまち わいがや

～施設の種類と利用方法について職員がお話しします～

介護保険を学ぶ

介護老人保健施設あらまの紹介～他の施設との違い～ 老健あらまち 相談員 藤澤明子
小規模多機能居宅介護施設 プラット新町 利用事例の紹介 プラット新町 センター長 遠藤 豊

日時 2月25日(土) 10:00～12:00 ※毎月第4土曜日開催。

会場 新町わいが家 長岡市泉 1-7-20 (駐車場有 ※台数に限りがあります)

対象者 どなたでもお待ちしております！

参加費 1回につき100円

オレンジカフェって…? 認知症の心配がある人や現在治療中の人、認知症の人を介護している人など、誰でも参加できます。専門職を交えて、参加者同士で相談したり、弱音を吐いたり不安を打ち明けたりすることで、認知症の人や家族がリフレッシュするための集いの場所です。経験者の実体験の話から大きな気づきを得ることもあります。1人で悩まずに、まずはお気軽にカフェに出かけてみませんか。

【お問い合わせ】 ながおか医療生活協同組合組織事務局 ☎30-1161 (藤田・大高)

② 気軽に寄れるお茶のみ場 ながおかわになーれ

★気軽にしゃべりを楽しみながら、多世代が集い交流するスペースです。

毎月第1月曜日に開催しています。赤ちゃん、パパママ、おじいちゃんおばあちゃん、どなたでも参加できます。おいしいお茶も用意してあります。お気軽にお越しください。

出入り自由

参加費無料

申込み不要

会場 健康の駅四郎丸
地域交流空間わいが家
(長岡市土合4-1-14)

開催 毎月第1月曜日 10時～13時

2月の開催日

6日
月曜日

3月の開催日

6日
月曜日



《お問い合わせ》コープにいがた広報ネットワーク室 025-201-5561(月～金 8:45～17:30)
または ながおか医療生活協同組合事務局 0258-30-1161 まで

「健康は食事から！ 配食サービスは在宅生活を応援します」

③ながおか医療生協 配食弁当のお知らせ

-高齢者専門-

宅配弁当



管理栄養士監修
栄養バランスのとれた献立です。

ごはん+おかず+お汁

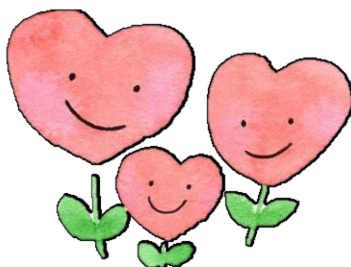
1食 ¥550

(消費税・宅配料込)

- ご利用できる方
・60歳以上(特例あり)
・ながおか医療生協の組合員、またはご加入いただける方
- 配達対象地域
・川東地域 (詳細はお問い合わせください)
- お支払いは、口座引き落としとなります。



ながおか医療生協ならではの「あんしんサービス」



♥ 配達時に安心の安否確認

いつもと様子が違うなど異変を感じたら、あらかじめお聞きした連絡先へお知らせします。

♥ かゆ・キザミ食にも対応

食べやすいように、大きさ・柔らかさに配慮しています。

♥ ご注文・変更にも柔軟に対応します

1週間に1回でも、昼食のみ夕食のみでもOK！1食から注文可能です。ご注文・キャンセルは、前日まで受け付けます。(緊急の際は、当日でもご相談下さい。)

お問合せ・お申し込み先>>>ながおか医療生活協同組合 (配食サービス)
★組織事務局 (四郎丸わいが家内)

〒940-0043 長岡市土合 4-1-14 TEL30-1161 FAX30-1175

④各支部よりお知らせ

ながおか医療生協 / 各支部スマイル交流会のお知らせ

●開催日程●

支部名	対象校区	開催日	時間
新町支部	新町小	2月18日(土)	13:30~15:30
四郎丸支部 (配布者交流会)	四郎丸小	3月11日(土)	13:30~16:30
豊田支部 (配布者交流会)	豊田小	3月18日(土)	12:30~15:30
栖吉支部(総会)	栖吉小	3月25日(土)	11:00~
川崎支部	川崎小・川崎東小	3月開催予定。日時調整中。	

対象校区にお住いの方には、各支部より案内が届きます。
詳細は、各支部の案内でご確認ください。



お問い合わせ ながおか医療生協組織事務局 ☎30-1161

④高町セラバンド体操

高町わいが家では毎週1回、セラバンド体操やスクエアステップを行っています。健康づくりとリフレッシュの場として、山通り地域の方を中心に現在10名ほどの方が参加されています。参加費は無料、自由参加です。

～お気軽にご参加下さい～



会場 高町わいが家
開催日時 毎週水曜日
9:30~10:30
参加費 無料

【お問い合わせ】

ながおか医療生協組織事務局 ☎30-1161

バスハイクのお知らせ(予告)

申込みは、まだ先ですが
少し早めにお知らせします

2017年度 バスハイク

第一弾は

4月13日(木)



行先は、昨年大好評だった
「新潟市」

ホテルでお食事お花見クルーズ
に決定!

今回のランチは、品数多数ワンランク上のホテルバイキングです。
詳細は、次号(3月号)のわいが家通信にてお知らせします。

お問い合わせ 組織事務局 TEL30-1161