

北毛保健生協組合員現勢

2018年8月末現在
 組合員……………17,536人
 出資金……………6億9,620万円
 1人平均出資金………39,701円

組合員自身の力で組織を
 大きく強くしましょう！



発行所

北毛保健生活協同組合

〒377-0005 浜川市有馬237-1
 TEL 0279-24-2141 FAX 0279-24-8873
 発行責任者 中澤真理
 編集責任者 くらしと医療編集委員会
 印刷所 上武印刷株式会社



8月に行われた総代班長研修会の中で、浜川市考案の「ごきげんぽっぽ体操」を参加者全員で行いました

生協強化月間とは

広く国民に生活協同組合を知らせ、多くの新しい組合員を迎え入れることで、生協の基盤を強化する期間

として、毎年全国の医療福祉生協で取り組まれている運動です。
 2018年北毛保健生協の強化月間は

1. テーマ 「北毛保健生

いよいよ、生協強化月間になりました。全組合員のみなさまにこの「くらしと医療」をお届けするにあたり、より深く北毛保健生協を知って欲しいと考え、いつもの2倍の紙面にしました。強化月間の中で北毛保健生協と関わる機会が増えると思います。この地域でさらに大きく広くわたしたちの輪を広げて行きましょう。

生協の活動をとおして、 安心のネットワークを広げよう

協のすべての活動をとおして、安心のネットワークを広げよう

2. 実施期間 2018年10月1日～11月30日
 3. スローガン ①仲間増やし・出資金増やし年間目標の8割達成で、年間目標達成の足掛かりにしましょう

②北毛保健生協を大きく強く、そして利用結集、運営参加を強め若い世代につなげます。③健康づくり、まちづくりをテーマに班会を開きます。機関紙配布担

い手を増やします。④支部と職場が力を合わせ、仲間増やしにこだわった行動を行いましょう。未加入利用者の訪問には、特に力を入れ組合員利用率の向上を図りましょう。⑤地域総訪問行動に取り組み、支えあい、助け合いのまちづくりをすすめます。居場所づくり、マップづくりや支部づくりを積極的に取り組みましょう。⑥支部と職場の協同の輪をひろげ、協同まつりを成功させます。

強化月間の重点課題

①仲間増やし・出資金増やし
 ・総訪問や名義変更など、仲間増やしの方法は各支部

「くらしと医療 10月号」を郵送いたします

北毛保健生協の定款では、組合員が住所を変更した際にその旨を届け出を定めています。同じく住所変更の届け出を2年間にわたり行わなかった時は、「脱退の予告があった」とみなし、事業年度の終わりに脱退処理をすることとなっています。なお、「脱退予告があった」とみなす際には、事前に年1回以上の所在確認を定期的に行うとともに、住所変更の届け出を促すこととしています。

つきましては、「くらしと医療 10月号」を全組合員宛てに郵送することにより、その所在の定期確認をすすめていただきます。

その他、住所を変更された方は「住所変更手続き」が必要になります。また、お亡くなりになられた方は、「法定脱退手続き」もしくは「名義変更手続き」が必要となります。これら手続きは北毛病院総務部にて、日曜祝日・年末年始を除く平日9時から16時、土曜9時から12時までお受けしています。必要な書類等がございますので、事前にお電話にてお問い合わせください。お手数をおかけしますが、ご協力よろしくお願い致します。

(問い合わせ先：北毛病院総務部
 TEL：0279-25-2082)

で工夫され実践されています。しかし、北毛病院の利用率は5割程度となつています。未加入利用者の訪問に力を注ぐなど、仲間増やしにこだわった計画を立て、行動します。
 ・それぞれの事業所での仲間増やしは、組合員利用率の定款内入院100%、外来、介護90%以上を目標に仲間増やしに取り組めます。
 ・全支部、職場が年間目標の80%達成を目指します。
 ・出資金ふやしは、「生協の事業運営」への参加の一つとして重視します。
 ・地域での積立増資参加は引き続き総代数の2倍を目標として裾野を広げます。
 ・職場は、担当支部と共に活動します。また未加入者

の訪問を組織します。
 ・地域でのたまり場として、常設の居場所をつくりあげます。
 ②医療生協の地域包括ケアをすすめます。居場所づくりを行います。
 ・総代班長研修会の学びや「ひなた」の経験を活かして、居場所づくりをすすめる、地域での支えあい、助け合いの輪を広げます。
 ・全組合員宛てに「くらしと医療10月号」を郵送します。あらためて所在確認、名義変更なども含めた訪問を具体化します。
 ③健康チャレンジ、班会、せいきょう健康チェック、保健学校、くらしの学校をすすめる課題
 ・班会は、組合員が運営に参加する基礎組織としての役割を重視します。健康づくり、まちづくりなど様々な内容で広がります。こども班会は世代をつなぐことから重視して取り組みます。
 ・健康チャレンジをひろげ、健康づくり生協をア

ピールしましょう
 ・「せいきょう健康チェック」は、健康づくりの一つと支部・地域、諸団体に呼びかけます。
 ・保健学校、くらしの学校を開催します。ふくしま視察研修を今年も開催します。
 ・まちづくり、見守り、介護保険、福祉の充実など身近な内容で自治体との連携を深めます。
 ④2018年度のISOの品質目標は「安心・安全の原則に基づき、自らの仕事に誇りと責任を持ち、医療・介護・福祉の向上をはかるう」です。わたしたちの行動(仕事)に誇りと責任を持ち、医療・介護・福祉の分野において、より質の高いサービスを提供します。
 ⑤生協強化月間の活動を通じて病院、診療所、介護事業の利用を広げます。無料低額診療、外来送迎サービス、病児病後児保育事業を一層広く定着させます。
 ⑥10月28日(日)「協同まつり」を成功させます



『信じる者は救われる』との言葉があります
 が、私は80歳代

をおばあちゃんの言うことを信じて救われました。私はもともと胃腸が弱く、色々な病院で診察しても薬を処方してもらっただけでした。

しかし、ある日おばあちゃんとの会話中、私の体を心配し「お世話になってる病院を紹介するから、私を信じて行っくらん。」と言われ、翌日その病院に行くと医師から「おばあちゃんから話は聞いていますよ。」とスムーズに診察していただき、その後体調も良く快復に向かっています。そのおばあちゃん、一人暮らしで車を運転し農作業もこなして、元気で活発な方です。おばあちゃんから元気をもらったのも事実かも。

(小野上支部 J)

2017年度 決算概況

■貸借対照表 (2018年 3月 31日 現在)

流動資産	1,073,871
有形固定資産	2,893,370
無形固定資産	11,548
その他の固定資産	32,590
固定資産合計	2,937,508
繰延資産	2,621
資産合計	4,014,000

(単位：千円)

流動負債	399,480
固定負債	2,761,497
＜負債合計＞	3,160,977
組合員出資金	689,733
剰余金	163,290
＜純資産合計＞	853,023
負債・純資産合計	4,014,000

生協はみなさんから出資していただき、みなさんに利用していただく施設をつくり、生活を協同していく組織です。出資金は生協にとってエネルギーです。良い事業をしていなければ、良い経営をしていなければ出資する人はいないでしょう。ですから、私たち職場組合員が行わなくてはならないことは親切でよい医療・介護です。それを行うことで生協はエネルギーを得ることが出来るのです。2017年度は経営的に順調な回復ということが言えると思います。しかし、医療生協は利用組合ですので、みなさんに利用していただけるように引き続き努力をしていきたいと思っています。

■損益計算書

(単位：千円)

科目	2016年度	2017年度
事業収益	2,384,364	2,532,695
医療事業収益	1,994,214	2,147,038
福祉事業等収益	390,150	385,060
事業費用	2,454,110	2,387,608
事業剰余金	-69,747	145,086
事業外収益	26,116	24,514
事業外費用	19,536	18,512
経常剰余金	-63,167	151,088
特別損益	0	98,194
税引前当期剰余金	-63,167	249,282
法人税等	619	619
当期剰余金	-63,786	248,663

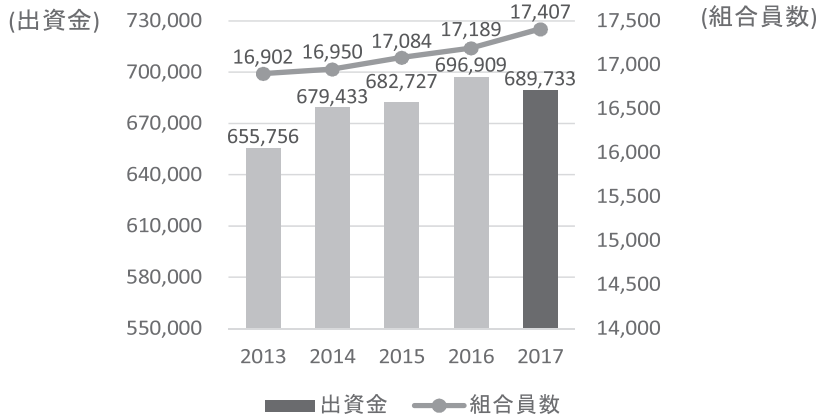
■キャッシュフロー計算書

(単位：千円)

科目	2016年度	2017年度
事業活動によるキャッシュフロー	241,835	354,627
投資活動によるキャッシュフロー	-20,017	-76,590
財務活動によるキャッシュフロー	-95,366	-128,724
現金及び現金同等物の増加額	126,452	149,313
現金及び現金同等物の期首残	367,567	494,019
現金及び現金同等物の期末残高	494,019	643,332

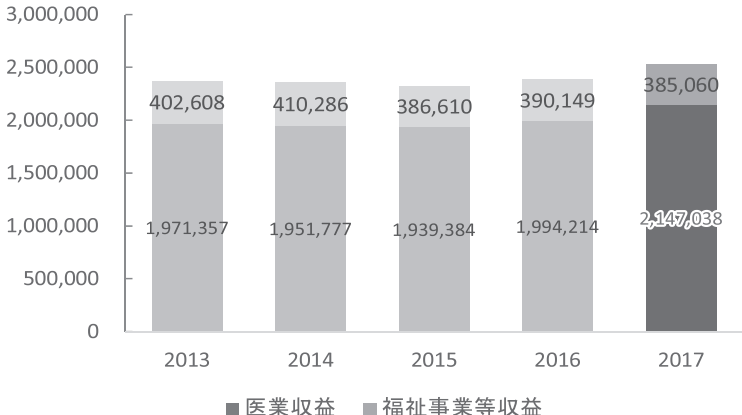
■出資金・組合員 推移

(単位：千円、人)



■事業収益 推移

(単位：千円)



金坂	武行幸田	加藤猛石原	唐澤崇子村上
〔豊秋〕	外丸徳治八木原	〔北橋〕	神谷文雄宮田
〔八木原〕	齋藤 紇也	〔赤城〕	荒井みよ勝保沢
〔有馬〕	岩間 淳有馬	〔吉岡〕	吉田 絵美
栗田 恵南下	栗田 一俊	〔子持〕	吉田 あさ子横堀
丸山 昭治郎漆原	〔吉岡〕	〔金鳥〕	田中 イシ子阿久津
茂田 明雄	〔松東〕	〔市街地〕	角田 やゑ新町
松岡 俊明新井	〔横東〕	丸山 富雄	根木 千代藤ノ木
都丸 英子御蔭	〔金鳥〕	〔伊香保〕	篠原 暁子伊香保
佐藤 今朝秋川戸	〔横東〕	〔子持〕	細野 長盛広馬場
小林 一男	〔子持〕	〔市街地〕	清水 重雄金井
清水 シツ子	〔金鳥〕	〔市街地〕	小林 右二坂下
清道 英幸吹屋	〔子持〕	〔市街地〕	金坂 斉子行幸田
牧 仲吉上白井	〔子持〕	〔市街地〕	加藤 郁子
堀 光隆中郷	〔子持〕	〔市街地〕	島田 憲子北牧
島田 憲子北牧	〔小野上〕	〔市街地〕	飯塚 仁雄小野子
飯塚 仁雄小野子	〔小野上〕	〔市街地〕	飯塚 仁雄小野子
佐藤 三枝小野子	〔小野上〕	〔市街地〕	佐藤 三枝小野子
唐澤 崇子村上	〔小野上〕	〔市街地〕	唐澤 崇子村上

北毛保健生協に加入して、健康な暮らしを!!



左から職員の唐澤、宮澤、澤田

涼風が吹き抜ける中、第四回老健ほくもう祭りが9月9日(日)に開催されました。

飲食コーナーでは、カレー、焼きそば、フランクフルト、綿菓子、かき氷、ジュース。遊戯コーナーでは、くじ引き、ヨーヨー釣り、ネイルアート、シャボン玉と内容も盛り沢山。余興では、ボランティアの皆さんが、ギター、ウクレレ、だんべえ踊りと多彩なステージで楽しませてくれました。

最後に、力士の仮装をした職員が、土俵入り、取り組みを行い、更に和洋折衷のダンスまで披露し、大

みんなが笑顔になりました



北毛保健生協

支部紹介

北毛保健生協では渋川、北群馬地域を13の支部に分けて活動をしています。各支部で様々な活動や楽しい企画を行っています。今回は全13支部の活動や支部長の紹介を行います。地域の皆さんも気軽に活動に参加してください。

● 榛東支部

支部長 柳田キミ子

榛東支部ではここ数年、支部の交流を目的としたお楽しみ企画を行っています。

昨年度は赤城の覚満淵と草津のチャッポミゴケ公園と鬼石の桜山公園に行きました。

今年度は大泉の味の素の

工場見学と新町のガトーフェスタハラダの工場見学に行きました。

回を重ねるごとに参加者が増え、支部内での交流が行われています。

毎回とても楽しいと好評

なので、いままでも参加したことのない方もぜひ気軽に参加してください。

その他には2カ月に一度しんとう温泉ふれあい館にて健康チェックを支部として行っています。

温泉の利用客に血圧測定と体脂肪測定を行い、結果を見ながら北毛病院の職員が健康相談も行っています。



健康チェックの様子。保健師が健康相談にのってくれます

定例は第2水曜日です。で温泉ご利用の際は気軽に声をかけてください。

● 吉岡支部

支部長 坂田 常治

吉岡支部は、49年前に南下に班が誕生し、支部が結成されてからはちょうど40年になります。

当時から健康づくりが活発に行われていて、現在も定期的に班会が行われています。

支部全域を対象とした「わくわく班会」は、手芸や料理などみんなで楽しみながら行っています。

今年は「ラベンダースティック」と「ハーバリウム」を班会で作り、組合員文化作品展に出展しました。

よしおか温泉での健康チェックも非常に好評で以前より回数を増やして行っています。

● 半田支部

支部長 足立みどり

健康寿命を延ばすために楽しい活動をしよう！みんなの「○○をやりたい！」「○○へ行きたい！」などを大事にしています。

このところ人気なのが「映画班会」、観たい映画が公開されると希望者を募り、車に乗り合わせてイオンシネマへGO！今年度は、「北の校守」「妻よ薔薇の様に―家族はつらいよⅢ」「万引き家族」…行き帰りのおしゃべりも含め楽しい班会です。

ものづくりも大好きで、組合員文化作品展には、毎年班会で作成した作品を出展しています。

食べもの班会も人気、熱々のお好み焼きをフー



組合員文化作品展に出品するための「作品づくり班会」



よしおか温泉で健康チェック



支部旅行で植物園を散策

名湖ウォーキング、旅行、そして、大勢集まって半田支部の底力を感じさせられる芸能班会、九十才トリオもみんなであつたって、踊って、老いてなお青春を楽しみます。

楽しいことが地域の元気を生み、協同の輪を広げると実感しています。

毎年恒例の芸能班会



毎年恒例の芸能班会



上有馬・神戸班で行ったウォーキング班会

とてもきれいでした。毎年支部の交流企画は行っています、気軽に参



新春のつどいの最後にみんなで民謡踊り

加してください。

味の素工場見学の記念に



●八木原支部

支部長 山口 武

古巻支部が分割され、八木原支部は組合員600人余の小さな支部になりました。支部が小さくなくても、運営委員会は月1回開かれ、いろいろな課題に取り組み、目標を達成してきました。

支部の活動としては、数年前から南部と北部でそれぞれ月1回「レインボー体操」を続けています。「子

供班会」「映画班会」も開きましたが継続できていません。機会を見て再挑戦します。

組合員の交流は、全組合員に呼びかけて新年会や小旅行など計画し親睦を深めています。残念ながら参加者がもう少し増えればと思います。

●豊秋支部

支部長 澤浦 愛子

豊秋支部は石原、中村、行幸田地区が一つになって活動をしています。来年で支部結成30年になります。これまで様々な活動をしてきましたが、新年恒例のそ

ば打ち新年会は他の支部からも注目を集めています。30人を超える人が集まり、みんなでそばを打ち、みんなで食べます。

北毛病院の職員による医



支部長が講師になり「中華まんづくり班会」



今年のそば打ち新年会の様子



今年の支部旅行は越後湯沢に行きました



以前行っていた映画班会の様子

気楽に集まれる「たまり場」を作ることです。組合員になって良かったと言われる

療講座で少しだけ勉強をし

て、そのあとはくじ引き大会でまた大盛り上がり。参加者一人ひとりが参加者で

主催者です。また来年も行いますので是非参加してください。

健康づくりでは、「班会」をできるだけ多く開催するようにしています。近所の数人が集まり、お茶を飲みながら脳トレや健康についての勉強をしたり、簡単な検査などをします。

●市街地支部

支部長 中澤 勤

私が北毛保健生協とかかわるようになったきっかけは、「山の会」の山行に参加してからです。

それ迄はほとんど一人で歩いていましたが、皆で歩くのも良いものだと思う様になりました。困った人が

いれば皆で助け舟を出し、楽しいことは皆で分け合う

山行は、まさに生協の理念と重なっていると思います。

何年か前に監事に就任し、その後理事や支部長に選出され現在に至っています。

市街地は受持ち範囲が広くて大変だとか、組合員数が多いから大変だと言われることもあります。

山行は高い山や遠い山を見て、「大変そう」と言っているだけでは山頂には立てません。「仲間増やし」なども山行と同じではない



2016年度支部旅行で諏訪湖をダックツアー



2017年度支部旅行は草津で楽しい100年石づくり

でしょうか。「大変だ」を超え、苦労は皆で少しずつ分け合い、

喜びを皆のものにできる支部を目指したいと思えます。

●金島支部

支部長 堀地 如子

金島支部では現在「機関紙パーフェクトプロジェクト」というものを目指して頑張っています。これは生協の機関紙「くらしと医療」を金島地域のすべての組合員さんに毎月届くようにするというのが目的です。これを

3年以内に行いたいと考えています。現在の配布率は67・9%なので、100%にするのは難しいかもしれませんが、



子ども班会でスイカ割りをしました



毎年恒例のウェルカムパーティー

機関紙の活動だけではなく、金島支部は健康づくりにも力を入れています。新規組合員向けのウェルカムパーティーや、若い世代の

健康づくりもということでも子ども班会も定期的にを行っています。近所付き合いが少なくなっている現代だからこそ、生協の活動を通して地域がつながっていけば良いなと思い、日々活動に励んでいます。

●子持支部

支部長 島田 憲子

子持支部では今年初めて、新規加入組合員さんの

ウェルカムパーティーを行いました。

支部や生協の紹介をしたあと、みんなで楽しく昼食をとりその後、事業所の見学を行いました。参加された方は大満足だったよう



老人センターでの健康チェック

で、ぜひ来年も行いたいと思います。

地域での健康づくりでは、老人センターで健康チェックと認知症予防のシナプスロジックを毎月1回行っていて、今年で3年目になります。子持支部では「楽しく健康づくり」をモットーにいろんな地域で班会を行っています。ぜひ参加してください。

こんにく作り盛んな地域です。強化月間の時期は忙しいという方が多いため子持支部では独自に地

域訪問をする時期をずらして行っているのも特徴の一つです。現在は「くらしと医療」を少しで多くの人に

読んでもらうために、現在配っているところは地図に印をつけ、配られていないところを探しています。今

回郵送で届いた方で毎月届いてない方は、ぜひ地域の役員にご連絡ください。

に楽しく取り組み支部を大きくしていきたいと思っ

●小野上支部

支部長 唐澤 崇子

小野上支部は、世帯数596戸(人口1574人)組合員数450人、(世帯別384人、1世帯平均1・17人)で、世帯比率64・4%、出資金1人平均51969円です。組合員は、人間ドック、せいきょう健康チェック、インフルエンザ予防接種など組合員価格で様々な特典があることを話し、多くの方に組合員になってもらうよう努めています。

いろいろな班活動もしていますが、恒例のバス旅行で昨年は、大型バスを貸し切り、築地場外市場で大変

昨年の支部旅行の様子



●赤城支部

支部長 関口 養作

わが支部の支部長は関口養作さん。

赤城支部を盛り上げて活動してきた支部長を紹介し

ます。

人柄は穏やかでまじめ。責任感が強く、運営委員会の三十分前には準備を整え参加する委員に配慮しています。生協の「くらしと医療」の配布者さんへの配布は、この広い赤城全域に責任を持って配布してもらっています。支部の役員体制の厳しい中で生協の専門委員会に参加し、委員会活動が滞らないように常に支

味な築地ならではの寿司を食し、大好評でした。

今年は、信州安曇野ちひろ美術館と大王わさび農場、スイス村での昼食をコースに予定し、すでに待ち遠しい組合員も多数います。

秋の「信濃路」をみんなで満喫していきたいと思っています。

今年是小野上支部創立30周年の年になります。記念誌や記念行事といったことも予定しています。

協同まつり、バス旅行、新春のつどい等いろいろな行事を地域の皆さんと一緒に



ウォーキングイベント下見班会

北橋支部では現在支部長と副支部長の藤井喜久雄さんを中心に「くらしと医療」の配布を少しでも多くの人に届けるために、奮闘しています。まずはどこに配られていて、どこに配られていないかを調査しています。現在上南室と下箱田の地域で配布できる方を探しています。毎月1回散歩がてらに近所に配布できる方

●北橋支部

支部長 生方 肇

がいたら教えてください。

その他にも健康づくりを地域に広げるために、月に1回北橋地域の合同班会を行っています。内容はフレイル(虚弱)予防や認知症予防などといったことから、みんなで空き缶を使って風車を作ることや、自分専用のペンダントを作るといった楽しい企画も行っています。地域のぐんぐん体操や



合同班会で『フレイル予防』について学習



空き缶を再利用した『風車づくり班会』

いきいきサロンにも職員が講師として参加もしており、地域の健康づくりに貢

献しています。お住いのサロンやぐんぐん体操で病院の専門職に来てほしいとい

う声がありましたら、気軽にお問い合わせください。



つどいにて保健師による健康体操

みなさんこんにちは。伊香保支部です。伊香保支部では毎月合同班会を開催し

ています。しかし、「班会」という名前が地域で浸透していない為、なにをしているところなのか分からないという声を耳にしました。

そこで伊香保支部では「班会」ではなく「つどい」という名前で現在行っています。

行っている内容は健康や生活について為になることを中心に行い、イベント時には軽食なども用意をしています。

毎月楽しみにしている方も多く、こういった取り組みが居場所づくりにもつな



みんなで食べる食事はそれだけでおいしいと好評です

●伊香保支部

支部長 足立 茂

います。この様に支部の活動も活発になり支部長をサポート

する必要ができたため、宮内孝子さんを副支部長に新体制で頑張っています。こ

れから強化月間中は、楽しい企画、ウォーキング、訪問行動に取り組みます。

がつてくるのではないかと考えて活動しています。

地域から旅館関係に携わっている方が多く、なかなか活動は大きくなりませんが、地域の声に寄り添った支部活動を行っていきたいと考えています。

今回で3回目となる子ども班会



組合員ホール活用企画第18弾

○クラフトかご作り (第2弾)

日程 10月11日(木) 13時30分～

会場 組合員ホール

参加費 500円

募集 先着10人

お申し込みは、事務局 萩原まで (TEL:24-2141)

サークル紹介 支部を超えた交流

山の会

若い頃にキャンプソングで歌われた「娘さんよく聞けよ山男にゃ惚れるなよ、山で吹かれりゃよ〜若後家さんだよ」は昔のこと、23年前に山内和保会長による第1回目の小野子山登山からの、歴史ある「生協山の会」会員の大部分は山ガールで、山男にとっては肩身の狭い存在。有名なエベレストのクライマージョージ・マロリーの「山があるから」とは、よく聞く言葉だが、山に登ることはどんな厳しい環境の中でも、自分の一步一步の積み重ねが実績となって頂上にたどり着く。人生そのものであります。山頂に立つ時の喜びは達成感であり、日常の些細な事、思い煩いも霧が晴れるように解消され、気宇広大な気持ちに全身が包まれることです。「山に登ることは自分を見つめること」であり、ふたたび元気を得て現実の生活に帰ることが出来ます。最近では年間スケジュールで約12の登山計画です。

代表者 大谷 和一



北毛保健生協には支部活動とは別にサークル活動があります。初心者でも気軽に楽しめるということで、活動は年々活発になってきています。興味がある方はお気軽にお問い合わせください。

錆刀流手打ち 蕎麦打ち研究会

寄らば切るぞと抜いては見たが切れそうで切れない錆刀。手打ち蕎麦も切れそうで切れない、「生協手打ち蕎麦の会」は多忙な医師を励ます「蕎麦サロン」で有名。地産地消を目指し、種まきから収穫・製粉までやる国産そば粉を使い、高橋八十二代表の手ほどきで一鉢二のし三包丁の基本から指導。蕎麦打ちにのめり込むとやめられないのは、蕎麦は単純ゆえに奥が深く、拳句の果てに自分だけで打って食べるだけでは満足できなく、そば好きが集まって「蕎麦サロン」での蕎麦談義。子母澤寛の「味覚極楽」に「酒というものは蕎麦で飲むと旨味が減るものだ。だから蕎麦屋ではとびきり上等の物を置く・・・とある。いくら酒が飲めるからといって蕎麦を前にして酔いつぶれるような野暮天はいない。蕎麦が主役で酒はそこに行き着くまでの前奏曲。蕎麦談義は終わりが無い。会員が増えてきたので今年も協同まつりには100パックの理事長賞を用意しようと張り切っています。

代表者 高橋八十二



卓球クラブ（ピンポン会）

北毛保健生協卓球クラブ（ピンポン会）として今年の4月に正式に立ち上げました。9月現在で会員は18名ですが、いつも参加者は10名くらいで楽しくフレイル（虚弱）予防をしています。

この会の目的は、いつまでも少しでも長く健康で介護の世話にならないように「フレイル予防」と「各支部の組合員の交流」。そして「自分の健康管理」にピンポンを通して体を動かすことです。組合員ホールで毎月第3、4火曜日に午後1時から4時まで行っています。2時から30分間休憩を取り、水分補給と楽しくおしゃべりで交流します。組合員ホールには2台の卓球台と卓球マシンがあり、マシンは人数に応じて使用しています。



サーブやスマッシュで打ち込むのではなく、長短のラリーが続くととても楽しいです。優しく指導するのですぐに上手になります。昔、職場や旅館で体験した人、まるで素人の方でも構いません。見学だけでもぜひ来てみてください。

坂田 常治

ゴルフ愛好会

秋のコンペで26回目の交流会を迎える「歴史と伝統」のある会です。

会員は、グロス78から117までと多士済々で、仲良く、和気あいあいと交流を楽しんでいます。

コンペのお知らせは「くらしと医療」でお知らせしますので、気軽にお申し込み下さい。例会は、春と秋の2回で、会費は例会ごとに集めています。賞品もたくさん用意し、参加賞を全員に出していますのでお楽しみにしてください。尚、今秋のコンペは11月15日（木）、多数の方のご参加をお待ちしています。秋の青空のもとで、ゴルフを楽しみ、ついでに身体も鍛えて、冬に備えましょう。

堀地 徳男

北毛保健生協ゴルフ愛好会 ゴルフコンペ開催のお知らせ

日時：11月15日（木）7時45分（開会式）

場所：しぶかわカントリークラブ
（TEL：0279-24-6666）

参加費：2000円+プレー費

締切り：11月2日（金）

生協事務局 諏訪へお申し込みください。
（TEL：0279-24-2141）

医療講座



「おせっか医」として、医師の頭の中
(2016年7月号掲載)

内科
飯
島
研^{けん}
史^じ

くらしと医療では毎月北毛病院の医師による生活のようになる医療講座を掲載しています。今月号では以前掲載したもののなかから反響の多かったものを掲載します。

薬は飲むけれど、「運動や食事療法や禁煙、節酒はちよつと・・・」という患者さんは少なくありません。確かに薬を飲むのは簡単なのではないか。

生活習慣病は、相当ひどく
なければ日常的には症状が
ありません。が、これらを
なぜ健診で調べたり、治療
するのでしょいか。

単です。血圧が、血糖値が下がればいいじゃないかと考える方もいるかもしれません。	これらの病気は、状態が悪いまま経過すれば、動脈硬化など血管を痛め、将来の脳卒中や心臓病のリスクを増やしてしまいます。心筋梗塞などの心臓病は命の
高血圧や糖尿病、脂質異常症（高脂血症）といった	

これらの病気は、状態が悪いまま経過すれば、動脈硬化など血管を痛め、将来の脳卒中や心臓病のリスクを増やしてしまいます。心筋梗塞などの心臓病は命の

危険がありますし、脳卒中では麻痺などの後遺症が残ったり、寝たきりになったりする可能性もあります。糖尿病は、失明したり透析になってしまいう場合もあります。

血管を痛めてしまうだけでなく、がんや胃潰瘍のリスクを高めることも分かっています。そのため、薬を使つた治療とあわせて、これらの生活習慣について確認し、改善したいと考えてい

多くの医師は、その場の

患者さんの中には、食事や運動の状況についてしっかりと確認されたり、節酒や禁煙を勧めるのをうるさく思っている方も多いと思いますが、医師としては、薬を飲むだけでなく、健康な体をつくり元気に人生を

患者さんの中には、食事や運動の状況についてしっかりと確認されたり、節酒や禁煙を勧めるのをうるさく思っている方も多いと思いますが、医師としては、薬を飲むだけでなく、健康的な体をつくり元気に人生を

送ってほしいと考えてお
せつかいに口を挟みます。
もちろん、人にはそれぞ
れの考え方があり、好きな
ことをやって太く短く生き
たいと思う方もいるでしょ
う。リスクを分かった上で
そう選択する方を否定する
つもりはありません。しか
し、知らないために選択で
きないことはよくないと
思っています。また、お酒
やタバコは、本人が好きで
始めたわけではなかった
り、そのもの自体にある依
存性のせいで本人の意志だ
けではやめられない場合も
多く、適切なサポートが必
要になります。

ただ薬を出すのではな
い、おせつかいな診察を、
これからも続けていきま
す。

要になります。

ただ葉を出すのではない、おせつかいな診察を、これからも続けていきま

我が支部の

史跡・名所

⑤小野上支部

やぎざわしみず
八木沢清水遺跡
小野子山と子持山が裾野を接する広い獵場と、豊かな殖生に囲まれた標高460メートルの丘陵地の八木沢清水地区に、縄文時代草創期（6～8000年）

み、どんな暮らしをどの程度の年月過ごしてきたか、追想していると、谷川のせせらぎの音と共に聞こえる小鳥の声が、胸に語りかけてくるような雰囲気に包まれる。

（前）の竪穴式住居跡と撚糸
文土器や石器が保存されて
いる。
おうじやく
住昔の人々がこの地に棲

岩井堂観世 いわいどうかんぜ
戦国時代に白井城と岩櫃 いわびつ
城が重要な砦として攻略を じょう



やぎさわしみず
八木沢清水遺跡



いわい どうかん ぜ おん み どう
岩井堂観世音御堂

繰り返した奇勝岩井堂山の
岩体を利用して構築された
岩井堂観世音御堂がある。
堂宇は、岩窟を利用した
寄掛造りの高い束柱の上に
本堂がある珍しい構造で、

内部は遠く室町時代の形を保っているという。

御堂の左裏に洞窟があり、30余りの石仏が安置されている。

また、裏の岩山には金梯はし

子や鎖・四阿も整備された
登山道があり、スリルと絶
景が楽しめるので体験して
みてください。

小野上支部 佐藤 祝次

小野上支部 佐藤 祝次

北毛保健生協外来医師診療表(2018年10月～)

〔一は休診〕

北毛病院 (24)1234

北毛診療所 (24)2818

		北 毛 病 院																		北毛診療所				
		内 科		小 児 科			外 科		消化器外科		大腸・肛門外科			精神科(予約)		皮膚科	眼科		専 門 外 来(予約)					
		午前	午後	午前	午後	夜間	午前	午後	午前	午後	午前	午後	夜間	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	夜間	午前	午後
月	橋本(予約) 吉野(予約) 片田(予約) 永井(予約)	木村	福江 永井	—	福江	助川	—	根本	—	—	—	助川(予約) (第2)	鈴木	—	—	—	—	—	—	—	—	生方	—	
火	宇敷(予約) 生方(予約) 須藤 (第1,2,4,5) 中島(第3)	坂本 (第1,3,5) 小澤良 (第2,4)	西田(第1) 和田(第2) 原(第3) 大澤(第4) 藤生(第5)	—	—	助川	—	—	—	大島 (11:30まで)	—	—	八代 鈴木	八代	—	石川	石川 (予約)	糖尿病:下村 糖尿病:吉野聡	糖尿病:小澤 甲状腺:桑原 (第2,3,4) 喘息:古賀 循環器:船田 (第2,4)	—	橋本	甲状腺:桑原 (第1)		
水	橋本(予約) 吉野(予約) 須藤 (第1,2,4,5) 中島(第3)	主代 久保 (第1,2,3,5)	柳屋 福江(予約)	—	福江	小暮	—	—	—	大島 (10:30まで)	—	—	鈴木	鈴木	—	—	—	糖尿病:生方	—	甲状腺:桑原 (第1) 禁煙:吉野	小林	—		
木	宇敷(予約) 橋本(予約) 蒙	蒙	五十嵐	—	—	大島 安藤 (第1・3・5)	—	—	—	助川 (第2・4)	—	—	鈴木	—	安田	—	—	循環器:長谷川 喘息:笠原	小児予防接種:原	まき爪:根本 (第2,3,4,5) 整形:須藤 (第1) 整形:設楽 (第2,3,4,5) 高血圧:小林 (第1,2)	生方	—		
金	吉野(予約) 片田(予約)	新里 永井	柳屋 福江(予約)	—	福江	小暮	小暮	—	—	—	—	—	八代	八代	—	石井	石井 (予約)	—	肝胆臓:小暮 けいれん:柄沢 (第1)	—	宇敷	—		
土	吉野(予約) (第1,3,5) 宇敷(予約) (第2,4) 木村(予約) (第1,3,5) 桑原(予約) (第2,4) 新里	—	福江	—	—	助川 大島 (10:30まで)	—	根本 (第2,3,4,5)	—	—	—	—	鈴木 (第1,2,4,5)	—	—	—	—	整形:小林 (第1) 整形:船戸 (第2) 整形:浅見 (第3,5) 整形:医師交代 (第4) 循環器:船田 (第1,3,5) 糖尿病:橋本貴 (第1,3)	—	—	小林	—		

受付時間	午前(AM8:30~12:00)、午後(PM1:00~5:00)、夜間(診療科・専門外来により異なります。)
診療時間	午前(AM9:00~)、午後(PM2:00~)、夜間(診療科・専門外来により異なります。)

(注) 午前診療は予約優先となります。急病での来院時には看護師にお声掛けください。
内 科 金曜日午後はPM3:00診療開始となります。
小 児 科 夜間外来はPM1:00より順番予約を行います。PM4:30受付開始となります。
精 神 科 水曜・金曜日の福江医師は、医師指示による予約診療のみとなります。
予約診療となります。原則、初診の受付は行いません。

※定期通院以外の方は、午前は10:30、午後は15:30までの受付となります。
以降受付の場合は、後日再予約や検査となる場合があります。
※眼科手術を再開しました。1泊2日入院での白内障手術が可能です。

外科	火曜日午前外来はAM11:30受付終了となります。
皮膚科	AM11:30受付終了となります。
眼科	午前はAM9:30診療開始、AM11:00受付終了となります。
専門外来	午後は予約診療となります。 予約診療となります。 診療ご希望の場合は、受付にお問い合わせください。

《“日曜お手軽健診”実施中！〈採血検査です。内容は肝機能・脂質・腎機能・貧血等の検査〉毎週日曜日の午前9時～12時。料金1,500円。

みんなの広場

職員募集

医 師	常勤・パート
看 護 師	夜勤可能な方歓迎
薬 剤 師	常勤・パート
保 健 師	常勤
看 護 助 手	パート
ケアマネジャー	パート
介護福祉士	パート
介護福祉士	常勤2019卒予定者可
ヘルパー	パート
診療放射線技師	常勤2019卒予定者可

ご連絡の上、履歴書をお送りください。
(連絡先)
渋川市有馬237-1
北毛保健生活協同組合
総務部 鈴木まで
TEL 0279-24-1234

うちこ家の成紹介します

10年前ペットショップで子供たちが、一目ぼれをし、何度もペットショップに足を運びようやく我が家の一員になった娘同然のキャバリア雌犬、名前はパールです。目がクリクリしていて愛嬌があって、アニマルセラピーって



いうところでしょうか。食べることが大好きでお菓子の袋の音を聞くと、どこにいてもすぐ飛んできます。あげないで「何?」と言うと飛びついてきて匂いのする方を向いて、欲しいがる行動に出ます。その仕草がなんとも可愛いです。腕をカリカリされてる方は痛いですが。(笑) 家にきて10年。大きな病気をすることもなく手のかからない犬です。これからも健康で元気で過ごしてほしいです。(赤城支部 早水 清)

年目に当時の支部の役員さ

私が配り始めたのは、15
子持支部
浅田 文雄さん

配布者さん紹介



私も配ってます

んに頼まれたことがきつかけでした。健康の為に散歩がてらに15年前から変わらず、21部配っています。暑い日や寒い日の配布は大変ですが、配っていると近所の人たちと顔を合わせて話す機会ができ、楽しみながら配っています。私はハーモニカを吹くのが好きで少しでも誰かの役に立てばと思い、色々な施設で慰問活動をしています。北毛デイサービスでも吹いたこともあります。これからは人と人とのつながりを大切にしていきたいと思っています。

2018年度インフルエンザ予防接種のお知らせ

期 間：10月1日から

(65歳以上市町村公費助成対象者は12月29日まで)

実施場所：北毛病院及び北毛診療所

受付時間：①北毛病院 8：30～11：00 (月曜～土曜)、

13：00～16：00 (月曜～木曜)

* 予防接種のみ希望される方は

13：00～16：00となります

* 中学生以下は予約制です (木曜午後)

②北毛診療所 (午前)

料 金：年齢と居住市町村により異なりますので、詳細はお問い合わせください。

北毛病院 ☎0279-24-1234

北毛診療所 ☎0279-24-2818

第2弾 ウォーキングイベント開催



日 程 2018年10月31日 (水) 10時から
会 場 赤城自然園 (渋川市赤城町南赤城山892)
募 集 先着 100人 参加費 500円
★お申し込みは北毛保健生協事務局まで (TEL：0279-24-2141)

活動報告

赤城支部旅行
味の素工場見学
8/28



9/5・6
関東信越ブロック
組合員活動交流集会
(大洗)



8/30
組合員ホール活用企画
クラフトがご作



8/28
下川島サロン
シナプソロジー
金島支部



8/31 子持支部 ウェルカムパーティー



9/11 有馬支部 手芸班会



8/20 小野上支部
子供班会②
ブルーベリー摘み



8/20 小野上支部
子供班会① 流しそうめん



9/10 豊秋支部 あゆの会
サイクリングロードをウォーキング