

北毛保健生協組合員現勢

2025年10月末時点
組合員 18,622人
出資金 7億6,424万円
1人平均出資金 41,040円

組合員自身の力で組織を
大きく強くしましょう！

くらしと医療

発行所

北毛保健生活協同組合

〒377-0005 渋川市有馬237-1

TEL 0279-24-2141 FAX 0279-24-8873

発行責任者 阿久澤 咏

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



情報を共有して訪問活動（赤城支部）

思いをひとつ に、行動をと る

強化月間では、組合員と職員が一体となって活動を

進めています。
各支部の運営委員会には担当職場が参加し、月間中の「支部長職責者会議」では訪問行動の計画を共有。職員も現場での行動に加わ

2025
生協強化月間

組合員と職員力を合わせて前進！

多彩なとりくみを広げ

北毛保健生協では、10月1日から11月30日までの2カ月間を「生協強化月間」として取り組んでいます。
この期間は、組合員・職員が力を合わせて生協の輪を広げる大切な取り組みの時期です。各支部では準備段階から計画的に活動を進め、スタート直後の統一行動期間から活気ある行動が見られています。職員の積極的な参加も大きな力となり、支部の連携を深めながら「これからの北毛保健生協の姿」をとともに考える期間となっています。

独自の工夫で つながり強化

全支部で「仲間ふやし」や「出資金ふやし」など、目標達成に向けた活動が活発に行われています。ある支部では曜日を決めて訪問活動を行い、別の支部では役員が個人的に地域を回るなど、それぞれの工夫で取り組みを進めています。健康チャレンジやイベントと連動した班会を開く支部や、老健ほくもうや有料ほくもうなどの施設見学班会で生協のこともっと知ってもらうような取り組みを行う支部など、地域に根ざした活動が展開されました。

楽しい交流で 心もつながる

また、若い世代への加入促進や、配布者・班長の新たな担い手づくりも進められ、世代を超えた協同の輪が広がっています。理事や支部長を先頭に、最後まであきらめない姿勢が支部全体の力を後押ししています。



支部長職責者会議

健康づくりの輪 を広げよう！

月間中の加入・増資の方へ「大腸がん早期発見キャ



豊秋支部 施設見学班会



榛東支部旅行（日光東照宮）

血圧計

学生時代に京都に住んでいた
ので当地が懐かし
く、週間『京
都民報』という

新聞を郵送でとっています。
1週間分が整理された記事
になっているので京都の出
来事や世の動きをコンパ
クトに把握することができま
す。

このところの話題は西田
参議院議員の「ひめゆり発
言」、北陸新幹線延伸「小浜・
京都」ルート（地下で街中
に新幹線を通す計画）、校分
調理・配送する京都市巨大
給食センターなどです。西
田発言を除いては、こちら
ではあまり目にできない記
事です。

民報の特徴は文化・芸術・
科学面が充実していること
です。身近な鳥を紹介する
「色鳥どり」が10年以上続い
ています。
世界遺産仁和寺の門前に
3階建てのホテルが建てら
れるなど、京都のよき景観
が段々と壊されています。
スケッチエッセイスト大森
俊二さんは「京都スケッチ
散歩」を連載し、警鐘を鳴
らします。

（北橋支部 長谷川）

第11回 なんでも相談会 フードパントリー開催

日時：2025年12月21日(日) 10:30~11:30
場所：北毛病院駐車場（渋川市有馬237-1）

●なんでも相談会（くらし、健康、子育て、介護、仕事、住宅、
貧困のことなど…）

※医師、看護師、社会福祉士などの専門職が対応します。

●フードパントリー（食品の無料提供）

●回りでお困りの方へ声をかけて下さい

申し込み受付期間 12/8(月)まで



申し込みは
左記から



なんでも相談会・フードバンク開催の様子

《物資等提供のお願い》

●カンパのご協力をお願いします。

●食料と日用品の提供をお願いします。

例：米、主食になるもの、インスタント食品、レトルト食品、
調味料、缶詰、お菓子、ペットボトル飲料、野菜など

※消費期限内で未開封及び常温保存ができるものに限りま
す。

※古着、子ども服は扱いません。

※フードパントリーの物資受付期間は、12月14日(日)まで
とさせていただきます。

★お問い合わせは北毛保健生協 事務局（☎0279-24-2141）

～郵便振り込み増資御礼～

郵便振り込み増資の協力が11月30日までで、107件769,000円あり
ました。

高崎や前橋の組合員さんからの増資もありました。多くの方々の北
毛保健生協への期待と理解を受け止めています。

月間中はもとより加入、増資、毎月の積み立てに参加のみなさま、
大変ありがとうございます。

原発事故から14年 福島の《今》を見る

福島第1原発事故から14年が過ぎました。社保平和
まちづくり委員会は、事故後の福島の実情を直接見聞
きし、記憶していくために「くらしの学校」第1課と
して位置付け視察を続けています。今年は10月27日、
22人の参加で被災地を訪れました。外見上復興が進ん
でいるような現地を見てどんなことを感じたのでしょ
うか。参加者の感想を紹介します。

復興途上、課題はたくさん
今回、福島県を訪れ、被
災地の現状と医療生協の取
り組みについて視察しまし
た。

震災から10数年が経過し
ましたが、今なお復興の途
上にある地域が多く、住民
の暮らしや健康の課題が続
いていることを肌で感じま
した。

「住民とともに歩む医療
生協」という言葉の意味を
改めて実感し、北毛でも地
域の声に耳を傾け、安心し
て暮らせる地域づくりを進
めていくことの大切さを感じ
ました。

その中で、医療生協の皆
さんが地域に寄り添いなが
ら健康づくりや見守り活動
を粘り強く続けている姿に
深い感銘を受けました。



福島第一原発

現地での出会いと学びを
これからの活動にいかして
いきたいと思っています。
(榛東支部・
阿久澤成實さん)

今も故郷に帰れない人たち
今回の視察をとおして、
福島の復興の現状を目で
見ることができ学びとなっ
た。10年以上の時がたって
も故郷に帰れない人がいる
こと、完全に復興できてい



福島視察参加者

ないことにおどろいた。震
災についての記憶をも年々
薄れてしまっていると感じ
た。ふいにニュースで見て
思い出すような状況になっ
ている。当時小学生だった
が大変だった記憶はある。



双葉町産業交流センター屋上で説明を聞く参加者

被災地から離れた群馬で自
分が経験したこと、今回学
んだことを忘れないことが
今の自分にまずできること
だと感じた。
(北毛病院相談課・榎本葵)

山目平田	嶋嶋	嶋嶋	嶋嶋	静静	菅川	唐	金	不関	金安	吉原	佐	米並	廣兵	小大	上上	上	蟻蟻	飯	渡湯	武武	中中	関関	栗栗	山柳	南南	齋齋	小狩	岸岸	岩	阿久	
崎黒賀	村	村	村	村	添沢	金	破	井	理	田澤	山	山木	瀬藤	林塚	原原	原	川川	川野	有	邊	浅	藤	村澤	藤	田	岡	藤	藤	山	野	崎
隆優	代子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	
子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	

2025年10月
加入

石	山	富	高	田	齊	上	相	平	岡	森	柳	野	中	中	坂	齋	金	新	細	細	狩	金	伊	阿	東	東	東	東	東	東
山	田	沢	橋	島	島	藤	原	川	木	本	岡	村	中	山	山	田	藤	山	井	野	野	井	久	部	部	部	部	部	部	部
子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子
子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子

増資

福戸	小	小	小	牧	藤	深	富	佐	小	北	野	塚	齋	岩	佐	加	飯	山	山	山	山	山	山	山	山	山	山	山	山	山
島	塚	山	山	井	井	澤	泉	口	越	藤	井	藤	藤	塚	藤	塚	塚	岸	藤	暮	江	江	方	方	方	方	方	方	方	方
子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子
子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子

氏名の掲載はご本人に確認しています

北毛保健生協に加入して、
健康なくらしを!!

医療講座



好きで吸ってるタバコだから、 多少命が縮んでも悔いはない？

北毛病院 内科 吉野和博

「タバコを吸い続けるのも一つの選択肢」

医師として不適切な言い方かもしれませんが、長く生きることが必ずしも幸せとは思っていません。後悔することの無いように日々を過ごしていれば、若くして突然死が訪れようとも、充実した人生であったと考ええます。

「タバコは体に毒だからやめたほうがいい。」と周囲からいくら言われても、「好きなタバコで死ぬるな

ら本望だ。」と頑固に吸い続ける人はいます。それはそれで、一つの生き方だと思えます。他人を巻き込まないように分煙をしつかり心掛ければ、悪くないかもしれません。

でもその前に、喫煙することの意味を、もう少しだけ知っておいた方がいいと思います。

「タバコを買うことは多額の税金を払うこと」

まずは有害性が明らかでタバコが、製造中止にも発

売中止にもならず、なぜ普通の店で買えるのか、という事です。大きな理由の一つが税収です。どれほど体に悪かろうと、大きな税収が得られるため、黙認されています。喫煙者の多くはニコチン依存症になっ

ているので、税率を上げて売れ続けることを、国もタバコ産業も知っています。

「慢性疾患に長期間悩まされることが多い」

また、いろいろな病気に

かかりやすくなります。タバコといえば肺がんばかりやすく、余命数ヶ月の短期間で亡くなるようなイメージをお持ちの方が、多いのではないのでしょうか。実際は、慢性的な肺疾患や心臓病、脳血管障害などにかかる可能性が高くなり、短期間で亡くなるどころか、長期間後遺症に悩まされることのほうが多いようです。また、皮膚のシワやくすみの原因になりやすく、特に女性にとっては問題のようです。

「子供の喫煙のきっかけになる」

さらに、子供が喫煙を始める問題です。子供が最初に口にするタバコの多くは、同居する大人の目を盗んで1本失敬したものです。つまり、同居する大人がタバコを吸っていると、子供が喫煙を始める可能性が高くなります。

「タバコに関する問題点は、まだまだあります」

「好きなタバコで死ぬるなら本望だ。」と思っ

班会紹介 ⑨

バラの会

7年目に入った三原団地の班会です。金曜日の10時〜11時30分まで月3〜4回開催し、体操、脳トレ、ストレッチ。お茶をのみ、おしゃべりをしています。発足当時は10人前後でしたが、今では20人前後となり、みんな班会を楽しみにしています。

溝呂木久保班、南雲班
毎年1月に味噌づくり班会を開いています。特に久

赤城支部

保班会は3日目の味噌樽詰めが終わった後はメンバー5人の夫婦が出揃いお茶をします。焼き芋がでたりしておしゃべりがはずみにぎやかになり

は赤城自然園に出掛け草花を鑑賞しながらおしゃべりし散策を楽しみます。渋川総合グラ



赤城溝呂木班

大畠班ウォーキングの会

仲良し5人組でのウォーキングの会です。3年前より始まった地域の毎週日曜日の朝に行なっているラジオ体操がきっかけです。

体操の後に1時間ほどウォーキングをし、毎週水曜日4月〜3月までは健康公園から子持周辺を大きな声で会話をしながら2時間ほど



赤城バラの会



赤城大畠班（ぐんまフラワーパーク）

ぐんままるごと健康チャレンジ2025

今年も健康チャレンジの季節になりました。何か健康に良いことがしたいけど、「なかなかできない」「始めるきっかけがない」というみなさん。今がチャンス！ぐんままるごと健康チャレンジに参加してみませんか？

1. チャレンジ期間：

パンフレットを受け取ってから12月31日まで

2. チャレンジ方法：

6つのコースの中から自分の目標を決め、30日間連続して取り組んでください

3. 結果提出：

取り組んだ結果をチラシ裏面のハガキに記入し、事務局へお持ちいただくか、ポストに投函してください。

また右記のQRコードからも報告ができますのでご利用ください。

※提出締め切り 2026年1月31日

※報告ハガキ提出者には参加賞を差し上げます

★お問い合わせ先は、北毛保健生協事務局（☎24-2141）まで



12月の診療表は
下記のQRコード
でご確認ください。



※診療表は各事業所でも
お渡しできます。

北毛病院 ☎24-1234

北毛診療所 ☎24-2818

みんなの 広場

5〜6年前から配布する
ようになり、現在は7軒
配っています。私が配布し
ている家は若い世代が多
く、ほとんど留守のため、
なかなか会うことはありま
せん。たまに会えた時には、

●配布者さん紹介●
榛東支部
坂庭 早苗さん

私も
配って
ます



「お変わりないですか？」
という話をしています。



わたし達一枚

八木原支部

私たち八木原支部は年2回、春と秋に支部旅行を行っています。最近はバス代が値上がりしているので、最寄りの八木原駅から電車で色々な場所に旅行に行っています。春はあしかがフラワーパークに藤の花を見に行き、秋は安中の鐵道文化村など様々な場所に出かけています。

この写真は昨年の秋の旅行で深谷花園アウトレットに行く途中、偶然、秩父鉄道のSLが駅にきたので記念に撮ってもらった1枚です。こんな近くでSLを見る機会など中々ないのでとても嬉しかったです。これからも楽しいことをどんどん考えていきたいと思っています。



北毛保健生協 常勤・パート職員大募集

2026年卒業予定者も歓迎!!

募集している職種

- | | |
|------------------------------|-----------------------------|
| ①医 師 常 | ⑥調 理 常・パ
(未経験者歓迎) |
| ②薬 剤 師 常・パ
(2026年卒業予定者歓迎) | ⑦事 務 常
(2026年卒業予定者) |
| ③看 護 職 員 常・パ | ⑧事 務 常
(現場受け入れ型インターンシップ) |
| ④看 護 助 手 常・パ
(夜勤可能な方も歓迎) | ⑨運 転 手 準パ |
| ⑤介 護 職 員 パ | 常：常勤 パ：パート
(ヘルパー常勤) |

連絡先 渋川市有馬 237-1 北毛保健生活協同組合
総務部 関口まで TEL 0279-24-1234



オープニングは上州船尾太鼓

青空のもとで 協同まつり

10月19日に協同まつりが開催されました。天気は良く、各支部の創意工夫を凝らしたお店が開かれました。小さいお子さん連れの方も見え、大いににぎわいました。

これからも健康づくり生協として、多くの世代とともに、誰もが住みやすいまちづくりをすすめていきます。ご協力いただいた団体・関係者のみなさま、ありがとうございました。



スタンプラリー抽選



パン食い競争



フラダンス「アロハスキス」



ベジチェック



焼きまんじゅう



輪投げ

魚釣りゲーム

フラダンスと一緒に生演奏
「ピコ・アイランダーズ」