

北毛保健生協組合員現勢

2025年12月末時点
組合員 18,678人
出資金 7億6,540万円
1人平均出資金 40,979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

参加がつながりを生む 班会の魅力

2月は班会
開催月間

気軽に集えば班会

北毛保健生協では、6月・9月・2月を「班会開催月間」として、各支部で班会や居場所づくりのとりくみをすすめています。

「班会」は、生協の中で最も身近な地域組織です。近所付き合いや地域のつながりが薄れつつある今だからこそ、顔を合わせて話ができる場の存在は、ますます大きな意味を持っています。

班会は、「いつまでも健康でいたい」「安心して話せる居場所がほしい」といった、組合員一人ひとりの思いや願いから生まれる活動です。健康のこと、日々の暮らしのことを気軽に語り合い、支え合う関係づくりにつながっています。



モルック班会（市街地西支部）



モルック班会（子持支部）

人気上昇中のモルック



モルック班会（伊香保支部）



モルック班会（赤城支部）

好評の食べものづくり



クレープづくり班会（榛東支部）



いちごロールケーキ作り
(小野上支部モノづくりクラブ)



すこしおちらし寿司班会（半田支部）



芋煮会（八木原支部）



手芸を楽しむ（北橘支部）



施設見学班会（市街地東部支部）

いろいろなスタイルで健康づくり



ウォーキング班会（有馬支部）



前原団地絆班会（金島支部）



敷島公園ばら園（吉岡支部）



7区いきいきサロン
榛東支部健康チェック

2月には、「虹のバレンタイン行動」として健康チェックが行われ、生協の活動が地域に広がっています。

こんな班会
も行われて
います

- 野菜作り、園芸
- 麻雀
- 囲碁、将棋
- ウォーキング
- 手芸
- 食べ物づくり
- そば打ち
- ピンポン
- レインボー体操
- ぐんぐん体操
- ダンベル体操
- 輪投げ

血圧計

東京品川の商店街のど真ん中で生まれ、63歳の頃、暮らしていた町から縁あって夫婦で渋川に移り住みました。私事ですが18才の頃より酒、たばこを覚え（現在禁煙）、蕎麦、寿司、鰻が好物で野菜はほとんど食べません。病気は二つ、三つ持っているもので医者にはあしろこうしろと言います。その忠告は誠にありがたいが、人は健康のために生きているわけではない。生きるために健康でありたいだけだ。私は今年で86才、幸運に恵まれ不摂生男としては過分なほど生き永らえている。自然に元気で長生き、出来ればどこにでも行きたいが無理に長生きしたくない。健康を保つため節制するという考え方は若い人、せいぜい中年の人の為のもので、慌てて好きな酒やたばこをやめる人を見るとこの人は何を考えているのかと思う。健康を保てば死なないというのではない。5年か10年先に延びるだけだ。片付くものが片付かないというだけである。皆病気になるはず事故を避けていれば永遠に生きられるという錯覚に落ちている。今私の思いは長命にない、程々に良い所で死にたいのである。これが私の本音であります。但しこの八木原での第2の人生に大満足しています。

（八木原支部 S・T）

大腸肛門外来 第2月曜日 夜間外来（予約制）が始まりました。おしり（肛門など）で何か気になることがあれば、ぜひお気軽にお問い合わせください。

くらしの学校第2課

日程：2月19日（木）
時間：13：30～15：00（13：00 受付開始）
会場：組合員ホール2階
講師：町田茂氏（群馬民主医療機関連合会事務局）

内容：桐生市の生活保護にまつわる実態とその後（前回からの進捗状況）

*参加は事前申し込み制となりますのでご了承ください。
お問い合わせ・申し込み先
北毛保健生協事務局 TEL：0279-24-2141

主催：北毛保健生協社保平和まちづくり委員会

地域医療を守るための署名
ご協力ありがとうございました

人手不足や物価高騰、実情に見合わない診療報酬のもとで
 全国で病院・診療所の経営は深刻さを増しています。医療機
 関の縮小や閉鎖は、地域で安心して暮らし続けることを脅か
 します。北毛保健生協では、地域医療を守るため、11月の機
 関紙と同時に診療報酬改善と医療機関支援を求める署名を呼
 びかけ、12月末までに約5000筆超が寄せられました。

署名の際に地域から上がった声を紹介します。

- ・ポスト落とし先6人に声をかけながら依頼をした。みんな快く署名をしてくれた。
- ・ポスト落とし先7人に直接声をかけながら渡したら、全員から渡した2枚すべて署名をしたものを家に届けてくれた。中には趣味の場や関係する施設の職員にも書いてもらうから自身でコピーしたものを使用している配布者さんもいて、とても協力的で感動した。
- ・断られた方もいたが、集めた署名を病院まで直接届けてくれた方もいた。
- ・配布先に全件まわりながら署名をお願いした。若い世帯の家でこれまでポストに入れるだけの家もあったが、初めて対面で会えることができ署名にも協力してもらえた。
- ・今回の署名は報道等で出ていたため頼みやすかった。

「病院がなくなると困る」「安心して医療を受けたい」という切実な声の積み重ねです。今後も組合員・地域の皆さんとともに、声をあげ行動を続けていきます。配布や声かけにご尽力いただいた皆さん、そして署名にご協力くださった多くの組合員・地域の方々に、心より感謝申し上げます。



—— 特殊詐欺被害防止対策講座 ——
NO！詐欺キーパー講座

あなたの“気づき”が、大切な人を守ります。

2026年2月26日（木） 13：30～15：15

会 場：組合員ホール（録画配信）
対 象：高齢者を見守る立場の方
参加費：無料 先着40名まで

講座内容

- | | | | |
|---|-----------|----------|----------|
| 1 | 殊詐欺等の被害状況 | 講師：群馬県警 | 生活安全課 |
| 2 | 高齢者の心理的特徴 | 講師：群馬県警 | 犯罪被害者支援室 |
| 3 | 投資詐欺被害防止 | 講師：関東財務局 | 理財部 |



特殊詐欺は“知っていれば防げる”詐欺です。
見守るあなたの知識が地域の安全を守ります。

問合せ先：北毛保健生協 健康づくり委員会 TEL：0279-24-2141

第11回「なんでも相談会・フードパントリー」

つながりと支え合いを実感



相談の様子

マザキ製パン
(プリン500
個)、伊香保万
葉亭(うどん生
めん10ケース)、
あおば薬局渋川
店(袋ラーメン)
からの提供に加
え、新たに渋川
ライオンズクラ
ブからも食料品

多くの協力に支えられた取り組み

当日の相談は4件で、健康相談2件、就労相談1件、知的障害制度に関する相談

1件が寄せられました。今回も多くのお客様から食料提供の協力をいただきました。正田醤油(調味料)、村岡食品(漬物)、UCC(カ

12月21日（日）、北毛病院駐車場で第11回「なんでも相談会・フードパントリー」を開催しました。今回も事前登録制とし、129世帯・365人分の提供を準備し、食料品をお渡ししました。

申し込みは電話とQRコードを併用し、電話81件、QRコード48件と幅広い世代から登録がありました。

れ、大変好評でした。

前日の準備には約当日は約50人のスタッフ参加し、声かけや搬布、相談対応まで、負担しながら支え合っていました。一人ひとりと想いが積み重なり、

の相談会・フードパントリーを無事開催することができました。ご協力いただいたすべてのスタッフ、ボランティア、参加団体の皆さんに心より感謝申し上げます。



品物を受け取る来場者

みなさんからの 投稿・作品大募集！

機関紙「くらしと医療」の感想や
意見、写真・絵手紙・イラスト・俳句
短歌・川柳・その他の制作物など、
みなさんからの投稿を募集していま
す。選ばれた投稿については、く
らしと医療「みんなの広場」のコー
ナーに掲載させていただきます。投稿
は随時受け付けています。みなさん
のご応募、お待ちしております。

- * 作品は現品（タイトルを添えて）を組織部まで直接お持ちください
- * 大きな作品の場合は撮影したものをお持ちください
- * 汚れ・破損等の恐れがありますので、郵送はご遠慮願います
- * 感想や意見等は郵送でも受け付けます（ペンネームを希望の方はご記載ください）

(〒377-0005 渋川市有馬237-1
北毛保健生活協同組合 組織部
機関紙担当)

★ご不明な点やご相談等は北毛保健
生協 事務局（24-2141）まで

大 畠 弘 子	〔豐秋〕 西 山 勝 之	〔有馬〕 布 施 二 郎	柴 崎 正 光
------------------	--------------------------	--------------------------	------------------

加入

(市街地東部) 閑 ミツ子
 (市街地西部) 鈴木 宏昌
 高木 恵子
 (子持) 押江 実
 金井 邦子
 (赤城) 齋藤 八四郎
 (北橋) 金井 麗香

增資
〔榛栗〕 志村 仁 磨
細野 富子
細野 長盛
〔吉岡〕 吉田 稔
〔有馬〕 菊地 邦夫
〔豊秋〕 齋藤 みよ子

〔市街地西部〕	木暮 由一	〔子持〕	峯岸 達也	峯岸 テル子	〔小野上〕	小野 浩子	唐澤 崇子	〔赤城〕	木島 節麿	〔北橘〕	都丸 義信
---------	-------	------	-------	--------	-------	-------	-------	------	-------	------	-------

北毛保健生協に加入して、健康なくらしを!!

氏名の掲載はご本人に確認しています

医療講座



『タバコ・酒・スマホ』
小児科医学的見地から

北毛病院小児科 福江 靖

1. こどもの喫煙は法律で禁止されています

医学的に言えば喫煙の健康被害は明白です。

成人でも肺癌や食道癌、肺気腫や心筋梗塞などの疾患の重大なリスク因子です。

子どもの健康被害としては、低身長、運動能力低下、脳細胞障害による知能低下等々、成長への影響が甚大です。

知しながらも、政府がタバコを専売し、タバコ税を徴収して大きな収入源にしていた時期もありましたが、幸い今では良識が勝り、1998年にタバコの広告が放送禁止になり、凄まじい勢いの値上げもあり、タバコは子どもが気軽に買うものではなくまりました。

2. こどもの飲酒は法律で禁止されています

実は未成年の飲酒を禁止する医学的根拠はありません。「酒は飲むべし百薬の長」と言われ、むしろ薬効を認識されてきました。以前は規制も緩く、私が高校生の頃は卒業式の打ち上げ等で居酒屋に入りし、大学1年では体育会の飲み会で酔い潰されたこともありましたが1985年にとん

ねるずの「二気」が大ヒットして、学生の飲み会でビールの一気飲みがブーム化し、急性アルコール中毒の死者数が倍増（大半が未成年）しました。さらに1991年に19歳の大学1年生が運動部コンパで死亡したことが社会問題となり、未成年の飲酒規制は一気に厳しくなりました。今では未成年は居酒屋の入口で身分証の提示を要求されて入店もできません。

の脳への影響は大きく、前出の「前頭前野」の発達が顕著に阻害されます。「前頭前野」はヒトが人であるために必要な機能を司る中枢です。「前頭前野」が侵されると、①イライラしてすぐ怒る②挑戦や努力ができない③自制ができず約束事を守れない、等の人格退行が起きます。

さらに動画アプリやSNSには十代の脳に依存性を誘発する機能が意図的に組み込まれていたことが、大手テック企業の内部告発から判明しました。

今、海外では多くの国が子どものSNS規制に取り組み始めており、まず昨年12月にオーストラリアで子どものSNS使用を禁止する法律が施行されました。法規制の対象は、SNS運営側のテック企業で、使用制限義務を怠った企業は50億円の罰金が科せられます。

当然テック企業側は法規制に批判的な立場ですが、その実、自分の子どもには

診療表変更

2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

班会紹介 10

豊秋支部

山を眺め茶をすすりおしゃべりと歌声の班会

赤城山を眺め、草をはむヤギを眺め、お茶を楽しみのんびりした雰囲気の中で歌声が響きます。

石原・豊秋団地の西にある石田さん宅の「無料休憩所」をお借りして毎月1回歌声班会を開いています。

近くからも少し離れたところからも組合員が集まり、小林一郎さんの伴奏で好きな歌や懐かしい歌をリクエストして歌います。小林さ

んの曲にまつわるコメントも好評です。

歌の合間には持ち寄ったお菓子などをいただき、色々な話題が飛び交います。

班の名はサイモン。飼われているヤギの名を借りました。どなたでも参加できます。

(阿久澤明子)

カフェあじさいの麻雀班会が生きがい

私は数年前に交通事故にあい自宅にこもり、コロナの時も外に出られないの

ある時、近いところで居場所・カフェあじさいを開いていることを知り、歩く

のも大変でしたが尋ねてみました。おしゃべりやお茶会、知り合いも増え、何回か通ううちに気持ちがすっきり前向きになり、あじさい通いが生きがいになりました。麻雀を始めたグループもあり、興味がったので

参加しました。すっかりはまってしまいました。支部の麻雀班ができ、笑顔と笑い声に囲まれています。92歳の現在、毎日の生活に張りが出て、あじさいに行くのが待ち遠しいです。

(平形アイ)



サイモン班



マージャン班会



(紅葉がり) 本石原

デイサービス紹介

昨年の12月25日クリスマスに、小児科にアンパンマンの座布団が寄付されました。待合室に飾られたアンパンマンが子ども達を優しく見守っています。

この座布団は、北毛デイサービスに通っている編み物を趣味とする80代と100歳の利用者様が共同作業で制作されました。デイサービス利用時の午後の時間やご自宅に持ち帰り、「誰かのためになるなら」との思いで、一つひとつ丁寧に編み上げ、小児科へ寄付されました。

北毛デイサービスでは、年齢に関係なく、できること・したいことを大切に、社会とつながる喜びを支援する。そんなデイサービスを目指しています。

地域の組合員の皆様にも、ぜひ慰問やボランティア活動等にご協力頂き、地域に開かれた交流の場として広く北毛デイサービスをご周知いただけますと幸いです。今後ともご支援の程宜しくお願い致します。



待合室に飾ってあるアンパンマン



みんなの 本場

職員募集

医 師	常勤
薬 剤 師	常勤、パート
リハビリ職員	常勤
視能訓練士	パート
保 健 師	常勤、パート
看護職員	常勤、パート
看護助手	常勤、パート
介護職員	訪問介護業務、常勤、パート
調 理	常勤、パート
事 務	常勤2027年卒業予定者、パート
事 務	常勤児童受け入れ型インターンシップ
運 転 手	準パート

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 関口まで
TEL 24-1234

わたしの一枚

山と私

吉岡支部 市川静江

勤めながら1カ月に1度は登山をしていました。50代の頃山好きな仲間
間に恵まれ、リーダーは二百名山達成、深田久弥の日本百名山を50峰登
頂しました。私は登った人でなければ見られない高山植物が好きです。

最近は日光の戦場ヶ原に行ったり、奈良・室生寺の700段階を登った
り、登山から観光に変わってきています。



配布者さん紹介

市街地西部支部

石井千恵子さん

私は北毛病院で大腸がん
の手術を6年前にしてい
た
だきました。
元気になった御礼に「く

私も
配って
ます



らしと医療』配りをしてい
ます。配布地域は裏宿で17
部配布しています。
健康に気を使いながらこ
れからも頑張りたいです。

北毛デイサービスで クリスマスコンサート

皆さんこんにちは。アマチュアバンドの
ドリーム・スターズです。

昨年末12月27日(土)に北毛デイサービ
スでクリスマスコンサートを行いました。

ジングルベルの演奏から始まり、全12曲
を利用者さん、職員の皆さんの手拍子や声
援を受けながら、一体となって楽しむこと
が出来ました。

ドリーム・スターズは渋川市を中心に、
文化祭や地域のイベント、いきいきサロン、施設の慰問など
の活動を年間を通して行っています。今年も皆さんに気と笑
顔をたくさんお届けできるよう頑張りたいと思います。よろ
しくお願いいたします。



活動報告

Cafe あじさいのクリスマス会



ショートケーキ



チキンとフライドポテト



トマトときゅうりとチーズでサンタクロース

楽しく取り組んでいます。



金島支部 下川島サロン



榛東支部 配布者交流会



半田支部 クリスマスケーキ作り班会



八木原そば打ち忘年会



赤城支部 農園班会



小野上ウォーキングクラブ