

北毛保健生協組合員現勢

2026年8月末時点
組合員 18,563人
出資金 7億6,015万円
1人平均出資金 40,950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



強化月間のはじまり スタート集会

生協への加入 出資金とは

北毛保健生協では医療と介護が密に連携し、地域の人びとが医療・リハビリ・在宅まで安心・安全にサービスを受けられる体制をとっています。

組合員サービス を利用しよう

生協に加入することで、人間ドックや各種健診、予防接種などの事業サービスを利用できるほか、病児病後児保育・みづばち保育園、無料通院送迎サービスなどの利用もできます。

参加を広げて 豊かな活動を

北毛保健生協では組合員が定期的に地域を訪問し、地域の悩みに耳を傾けながら、生協への加入案内も行っています。しかし、近

2026 生協強化月間スタート むすびつきを広げて 次世代へつなげる活動を

生協強化月間とは——。1948年10月1日「消費生活協同

組合法」の施行を記念し、生協をさらに強めるために仲間ふやし・出資金ふやし・班会づくり・担い手づくりを課題として、地域組合員と職員組合員がともに力を合わせて課題に取り組む期間です。

配布者募集

生協では毎月、機関紙「くらしと医療」を組合員世帯に直接配布しています。北毛保健生協の事業活動、健康情報、班会活動などを掲載しており、北毛保健生協のホームページからも閲覧できます（バックナンバーも閲覧できます）。

多彩な班会 つながりを広めよう

生協では3人以上の仲間が集まり、健康づくりを目的とした楽しい班会活動を行っています。軽スポーツ班会、手芸や食べものづくり班会、健康チェック、学習班会など活動内容は多岐にわたります。地域の仲間と新しく活動がしたい、どんな活動をしているか詳しく知りたい、そのような時は近くの生協役員または生協本部組織部までお気軽にご相談ください。一緒に楽しい居場所をつくっていきましょう。

みんなでつくる 生協組織

生協は地域組合員と職員組合員の協同で成り立っています。組合員は出資者であり、利用者であり、運営者でもあります。地域の声を聴いて反映させることで、地域のひとびとが昨日よりも今日、さらに明日がより一層意欲的に生活できるようになまちづくりを北毛保健生協は目指してまいります。



地域に耳を傾け 訪問行動

「くらしと医療10月号」を 郵送いたします

この度、定款にもとづく「年一回以上の所在確認を定期的に行う」手続きとして機関紙「くらしと医療」を組合員のみなさまへ送付いたします。この送付によって所在不明等が明らかになった際には、住所変更届を当組合へ提出していただきます。なお住所変更の届出を2年間にわたり行わなかったときには「脱退の予告があった」ものとみなして事業年度の終わりにおいて組合員脱退処理を実行いたします。

また、亡くなられた組合員の方は法定脱退届が必要となります。その際は、ご家族に対して名義の引継ぎをお声掛けさせていただきます。これらの手続きは、所定の様式、書類等が必要となりますので事前にお電話にてお問合せください。

北毛保健生活協同組合 総務部 TEL:0279-25-2082
平日9時から16時
土曜9時から12時
(日曜祝日・年末年始休日を除く)

血生計

▼コメの価格
云々が言われている昨今だが、今まさに収穫期を迎えようとしている。5月初めから準備が始まり、5月末から6月初めに田植え。水の管理、畔の草刈り等さまざまな管理作業がある

▼コメは本来熱帯地方の作物であるが、最近の温暖化現象で、暑すぎて生育に影響が出ている。それに対応する品種改良等も行われている。

▼8月、9月に穂が出そろい、今は穂も大きく実ってきた。土手の草刈りなど稲刈りを迎える準備に忙しい。作柄は昨年並みというところか。10月初めには稲刈りも終える。

▼最近30kgの米袋が重く感じるようになった。父も同じことを言ったことがある。父は60kgの俵の時代を生きてきた人である。時が変わって半分の30kgの袋になった。

▼7反（7アール）のコメ作りだ。出荷もするが、最近では肥料代、薬代など資材の値上がりがきびしくなっている。

▼私は父と同じ道を歩んでいる。コメは作らなくても田に草が生える。身体が動く限り、続けようと思っている。

(北橋支部 石田 富二)

行政と生協が力をあわせて 住みよいまちづくり ～榛東村・吉岡町と懇談～

社保平和まちづくり委員会は8月12日に榛東村、8月18日に吉岡町との懇談を行いました。懇談にあたっては、住民要求などを要望書にまとめ、事前に回答書をいただきました。

委員会は「いのちと健康、暮らしを守る」「子ども・子育てを応援、教育を大切にする」「誰もが安心して暮らせるまち」の3つのグループで協議し、回答書をもとに事前学習を行い懇談にのぞみました。対応は自治体によって異なりますが、医療・介護・福祉に関する住民生活の「困りごと」について自治体職員と率直に意見交換することができました。すべての人の生活向上に向けて、北毛保健生協も自治体も、それぞれの役割を発揮することが求められています。今後も懇談を続け、安心して住み続けられるまちづくりに貢献していきたいです。



榛東村 自治体懇談



吉岡町 自治体懇談

渋川市の自治体懇談は10月20日に行われます。

組合員文化作品展 ～個性あふれる力作ずらり～

8月21日渋川市民会館小ホールで平和映画会と併行して組合員文化作品展が行われました。155人の組合員が書・絵画・写真・手芸など日頃の成果を発揮し、作品304点が出展され、会場はおおいに盛り上がりました。丁寧な織物や手づくり作品に「上手に出来ている」「作り方を習いたい」など、来場者は力作に注目、関心をよせていました。

出展者は今までの最多となりました。



作品を手に取り鑑賞

平和映画会

『てっぺんの向こうにあなたがいる』

8月21日平和映画会を開催しました。午前の部午後の部あわせて、1000人以上の人が鑑賞しました。



平和映画会 多くの方が鑑賞

力を合わせて 生協を大きく強く 2026総代班長研修会

8月28日、29日に総代班長研修会を伊香保温泉ホテル天坊で開催し、133人が参加しました。

この研修会は、生協についての理解を深め、生協強化月間（10月1日～11月30日）の課題を整理し、今後の活動の方針について協議をする重要な研修・交流会です。

1日目は、「明日の自由を守る若手弁護士



学習講演 黒沢いつきさん

の会」共同代表の黒沢いつきさんをお招きし、「今なぜ改憲なのか？」というテーマで、学習講演を行いました。

今野義雄組合員活動

委員長が、強化月間方針と総代班長、職責の役割について基調報告を行いました。

指定報告では、生協広報プロジェクト会議が新しいパンフレットの活用と普及について説明。榛東支部からは配布網整備と配布者増の取り組みについて報告されました。

2日目には6グループに分かれた分散会を開き、活発に意見交換を行いました。

た。内容は全体会で報告しあい、原水禁世大会に参加した代表者の報告もされました。1日目の夕食交流会は他支部との交流が深まり、新しい発見や生協の

更なる理解など、とてもいい刺激になりました。強化月間では、地域組合員と職員組合員が協力し、課題達成をめざして力をあわせていきます。



熱心に報告を聞く参加者のみなさん
(総代班長研修会)

地域の医療と介護を守るために 増資にご協力をお願いいたします

石油原油の輸入停滞は、私たちの日常生活に大きな影響を与えていますが、医療現場にも大きな影響が出ています。そのもとで安心して暮らせる地域を守るため、救急・外来・入院・介護まで切れ目ない体制を維持するよう努めてまいりました。北毛保健生協の基盤を支えるのは地域の皆さまからの出資金です。組合員と地域の医療・介護の事業を守り、発展させるために皆さまに増資（出資金ふやし）へのご協力をお願いいたします。あなたの出資金が“誰かのいのちを救い”、また、誰かが出した出資金によって“あなたのいのちが救われる”ことにつながります。

振込用紙をご利用ください

くらしと医療10月号では振込用紙の折り込みをさせていただきました。郵便振替での送金で増資ができます。病院窓口など各事業所の窓口でもお申込みできます。また、地域の生協役員や職員がご自宅まで伺うこともできますので、お気軽にお問合せください。

「地域の医療と介護を守る」増資にご協力をお願いいたします。

★お問い合わせは、
北毛保健生協 事務局（0279 24-2141）まで

～ 医 師 紹 介 ～

地域の皆さんの多大なご支援・ご協力の下、2015年3月に北毛保健生活協同組合の新病院を竣工いたしました。

建物が新しく綺麗になり、医療機器を含む設備・備品も刷新されて、今までとは一味違う北毛病院になりました。しかし、北毛病院の目指すところは変わりません。

北毛病院は非常に難しい病気の診断や治療ができる最先端の医療機関ではありません。しかし、ほとんどの病気の診断および初診と、多くの病気のさまざまな段階での治療にいつでも対応できる最前線の医療機関として、この渋川の地において長年地域医療の一翼を担ってまいりました。

これからも当たり前の医療、「安心・安全」をお届けしたいと考えています。今後ともよろしくお願い申し上げます。

北毛病院 病院長 橋本 真也



名誉院長（外科／消化器外科）

根本 雅明

巻き爪と手術後の患者様を主に診療しています。爪でお悩みの方はまずお電話でご予約ください。

副院長／医局長（外科／大腸肛門外科）

大島 康介

主に消化器外科の診療をしています。小外科や肛門疾患も診ています。床ずれの処置なども行っています。

診療部長（内科）

飯島 研史

病気のことだけでなく、生活や人生なども見据えた診療を心がけたいと思います。

外科科長（大腸肛門外科）

助川 晋作

地域医療に貢献できるように頑張っています。

小児科科長（救急科）

福江 靖

0歳から100歳まで、家族全員をケアする医療を実践しています。

内科

吉野 和博

一律に良い数値を目指すのではなく、それぞれの方の最も良い状態を目指せればと思います。

内科

岸 大次郎

救急、一般病院、訪問診療など、群馬県内のさまざまな医療現場で診療して来ました。専門にこだわらず、困った時に相談してもらえる、身近で頼れる医師でありたいと思っています。

内科

植野 貴也

引き続き北毛病院で勤務しております。地域の皆様の健康な生活の支えとなるよう努めていきます。

内科

梅山 茂

今年度も引き続き勤務させていただきます。地域医療の充実に貢献したいと思っています。

外科

中田 拓也

腹部の開腹手術、腹腔鏡手術、肛門の手術を中心に診療をしています。よろしくお願いいたします。

小児科（救急科）

永井 裕介

子供達の身体の健康を守るだけでなく、こころのケアも出来るように精一杯頑張っていきたいと思っています。

心療内科・精神科

織内 直樹

8月より勤務しております。どのようなことでも気軽にご相談ください。皆様のお力になれるよう努めてまいります。

北毛診療所所長（内科）

菅野 圭一

お子様からご高齢の方まで、広く相談いただくことで、問題解決のお手伝いができればと考えています。

老健ほくもう

吉田 健哉

老健ほくもうで勤務しております。利用者様の健康管理に努めてまいります。

北毛保健生協外来医師診療表(2026年10月～)

〔－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			心療内科・精神科		皮膚科	眼科			専 門 外 来			午前 8:30～12:00	午後 13:00～17:00
		午前 予約	予約外	午後 予約	予約外	午前	午後	夜間	午前	午後	午前	午後	夜間	午前 予約	午後 予約	午前	午前	午後	午前 予約	午後 予約	夜間 予約					
月	橋本 吉野 岸 片田	増田	－	小澤 笠原	福江 永井	福江 (予約)	福江 永井	大島	－	根本	－	医師交代	－	助川 (予約) (第2)	織内	－	－	－	－	まき爪:根本	糖尿病:小澤 呼吸器外科:矢澤	－	－	－		
火	橋本 飯島 梅山	橋本	－	澤田 笠原	永井	－	－	助川	手術	－	手術	大島	手術	－	織内 八代	八代	周藤	山口	山口	糖尿病:生方 糖尿病:高橋	甲状腺:桑原 (第2,3,4) 循環器:船田 (第2,4) 循環器:白倉 (第3) 肝胆膵:星野	整形:設楽 (第1,3)	菅野	甲状腺: 桑原 (第1)		
水	橋本 吉野 梅山 植野	笠原	岸 (第2,4)	笠井	柳屋 福江 (予約)	福江 永井 (予約)	福江 永井	小暮	－	根本	根本	医師交代	－	－	織内	織内	－	成田	成田	糖尿病:生方 まき爪:根本	まき爪:根本 糖尿病:笠井	甲状腺:桑原 (第1)	－	精神科: 鈴木 (第1,3,5) 13:00～15:30		
木	橋本 飯島	岸 近藤栄 (第1,3)	－	綿貫	山崎	－	－	助川	－	－	根本 (第1,3,4,5)	助川	－	－	織内	織内	－	石井	手術	糖尿病:小澤 循環器:白倉 (第1,3,5)	喘息:古賀 糖尿病:綿貫 小児予防接種:大和 まき爪:根本 (第1,3,4,5) 肝胆膵:塚越	－	生方	精神科: 鈴木 13:00～15:30		
金	吉野 梅山	吉野聡	植野	近藤友	柳屋 福江 (予約)	－	福江 永井	小暮	小暮	－	第1,3,5 手術	中田	助川 (第2,4,5)	－	織内 八代	八代	－	井川	井川	整形:船戸 循環器:原田	けいれん:柄沢(第1) 喘息:武藤 整形:船戸 肝胆膵:小暮	－	菅野 精神科: 鈴木 (9:00～10:00)	－		
土	吉野 (第3,5) 植野 (第2,4) 飯島 (第4) 岸 (第1) 木村 (第1,3,5) 桑原 (第2,4)	鈴木世 (第1,3,5) 医師交代 (第2,4)	－	－	福江 永井	－	－	助川 大島 (10:30から)	－	－	－	医師交代	－	－	－	－	－	－	－	整形:小林 (第1) 整形:船戸 (第2) 整形:浅見 (第3,5) 整形:有澤 (第4) 循環器:船田 (第1,3,5) 糖尿病:吉岡 (第2) 糖尿病:綿貫 (第3)	－	－	－			

受付時間:午前(AM8:30～11:00)、午後(PM1:00～4:00)、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)

* 定期通院以外の方は、午前 AM11:00・午後 PM4:00までにご来院下さい。以降の受付の場合は、後日再予約や検査となる場合があります。

* 受診の際は保険証またはマイナンバーカード、お薬手帳、紹介状（お持ちの方）等は必ずご持参ください。

内 科

午前診療は予約優先となります。予約の無い方は診療医師指定はお受けできません。急病での来院時には看護師にお声掛けください。

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。

水曜・金曜日午前、月曜・水曜午後の福江医師は、医師指示による予約診療のみとなります。

午後診療は休診となります。急病時にはお問い合わせ下さい。

皮 膚 科

午前外来はAM11:00受付終了となります。

外 科

火曜・木曜日午前外来はAM10:00受付終了となります。

大腸肛門外科

火曜・木曜日午前外来はAM10:00受付終了となります。金曜日午後大腸・肛門外来はPM3:00診療開始となります。

心療内科・精神科

予約診療となります。

眼 科

午前はAM9:30診療開始、AM11:00受付終了となります。

午後はPM4:00受付終了となります。

木曜日午後は手術・検査のため休診となる場合があります。

石井医師、宮坂医師、井川医師は予約制となります。

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。

北毛診療所

〔専門外来〕

予約診療となっております。

《“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。》

あなたの身近な 支部紹介

榛東支部

数年ぶりとなる配布網整備に取り組み、配布者が18人も増えました。9月には配布者会議も開催し、つながりづくりに取り組みました。支部の情報がより行き届くようになり、班会の新規参加者も増加しています。今後も活動参加を広げ、地域のつながりを深めていきます。



毎回大人気の食べものづくり班会
(みそ汁塩分チェック、すしおちらし寿司・豚汁づくり)

吉岡支部

隣保館で20数年前から理事さんがダンベル体操と笑いヨガを行っています。毎週火曜日10時半から行っており、現在約20人が参加、第3火曜日には職員が血圧測定も行い、吉岡で最多の参加を誇る班会です。ラジオ体操感覚で気軽に参加でき、無理のない範囲で始めることができます。週1回の楽しみとして、皆さん参加してくれています。



ダンベル体操

有馬支部

有馬支部は3班合同企画として支部旅行と食事会を行ないました。支部旅行は6/22豊州千客万来、寅さん記念館、柴又帝釈天を訪れました。20人参加で笑顔の旅行でした。

7/27食事会には11名参加で有馬のオムニバスキッチンにてハンバーグ定食、ほうれん草のパスタ、ドリア、ミックスピザなど美味しくいただきました。



支部旅行

半田支部

みんなで助け合い健康づくり目指して、体操やモルック、すしお料理、折り紙、旅行…自分たちで計画して行う活動は楽しい。正に「再春」11/27(金)には芸能班会計画しています。仲間が増えるのもっと楽しい！みんなで元気になりましょう！



芸能班会

八木原支部

令和7年度は3カ年計画の3年目、仲間づくり出資金増はいずれも目標達成できました。中心として働いたのは運営委員の方々です。多くの班会を企画、実行、モルックなど、健康に役立つ事を重視し、仲間を増やすことを今年度も心掛けています。



レインボー体操

豊秋支部

仲間ふやしや班会、あじさいカフェなど毎月楽しく活動しています。中でも通信教育は毎年の取組みになっています。「乙女の祈り」というチーム名で音読したり、意見交換したりして学び合います。昔の乙女にタイムスリップする楽しいひとときです。



乙女の祈り

市街地東部支部

2022年に支部の活性化を目的に分割しました。課題は人材不足で、改善策として非組合員をも巻き込む「北毛誰でも笑学校」を開校。誰でも生徒、誰もが先生をコンセプトに活動しています。

北毛保健生協の歴史を学び魅力を共有し【良き相談相手になるための勉強会・講習会】を実施して、【北毛笑学カルタ】をみんなで作成し発信、次代につなげる手段とします。



施設見学

市街地西部支部

市街地西部支部は、2021年以降開かれていなかった南町班会を復活できました。今は元気に集まって健康チェックやモルックの練習をしています。白井宿で満開の桜を見て、昼食は雷亭のうどん。班会を「太く、長く」の思いです。



お花見班会

金島支部

金島支部は、地域に根ざし、笑顔と元気を大切に活動しています。健康づくりやカフェあじさい、園芸、交流行事を通して仲間の輪を広げ、明るく活気ある支部づくりを進めています。



健康チェック

子持支部

令和8年度は楽しい班会(役員間交流)を計画しています。6月にカラオケ納涼班会実施、今後は食事会、野外活動等3役会議で検討、運営委員に内容提示し協議をかさねながら楽しい支部活動を目指したい。



放射線測定

小野上支部

小野上支部は全支部の中でも戸数が最も小さく、組合員の割合は約7割です。強化月間は苦労しますが、役員一人ひとりが責任をもって活動し、全て達成しています。また、大型バスでの日帰り旅行やパン・ケーキ・ジャムなどのものづくりクラブ、ウォーキングクラブは大人気で、いつも参加者が楽しみにしています。



小野上ウォーキングクラブ

赤城支部

大型バス1台、46名の組合員と支部旅行で、栃木県の防災館、大谷資料館、宇都宮餃子館に行ってきました。強風、豪雨、煙と震度7の地震を体験してきました。災害の少ない群馬県と言われていますが、油断はできません。他の支部の方も参考にしてください。



支部旅行

北橘支部

北橘支部では最近班会が盛り上がっています。チェリー班と称し、「フルーツあんみつ作り」や昔定番だった「おやき」などの食べものや、手芸で帽子等も手作りしています。平均年齢7歳の仲間で、特に食べ物の時はみんな目を輝かせて参加している様に思います。



チェリー班

伊香保支部

伊香保支部は現在、理事・支部長が不在となっていますが必ず月に1回は「伊香保つどい」という形で班会を行っています。最近はモルックや脳トレ、体操などを行っています。年1回の旅行、今年はひたち海浜公園にコキアを見に行き、おいしい海鮮を食べます。



つどい

医療講座



病気になるらないことと、病気になることと、かかることと、病人になること

北毛病院 内科 吉野 和博

何だかよく分からないタイトルで、申し訳ありません。

まず病気になる方法ですが、これは私には語る資格がありません。

小学校4年の時分に、健診の尿検査でタンパク尿を指摘され、腎臓病が発覚してしまいました。

それから数ヶ月開業小児科医に通院しましたが、全身のむくみは取れませんでした。思い切って、群大病院の小児科を受診し、それから約1年間の入院治療が

始まるのでした。

ここで得た教訓は、検査さえ受けなければ、病名が付くことは無い（即ち病気になることは無い）のだという大いに誤った認識でした（全然参考になりませんね）。

次に病気にかかることと、病人になることは違うと考えています。先の例から、突然病気にかかることは、しばしばあります。急性熱性疾患の場合には冷やすべき所を冷やしつつ安静を保つことが良い場合も

あります。この場合、病気にかかることは、病人になることです。

問題にしたいのは、多少の痛みや苦しみを過剰に捉えて、体の安静を保ってしまい、身体の諸機能を低下させてしまう場合です。これが、病人になることです。

この点は、私達医療従事者も大いに気を配らなければいけません。

病気の治療の為と言い、過剰な安静を強いた結果、病気が治ったものの体の機能は低下してしまい、寝た

きり状態になってしまったなどという例は、以前はザラにありました。

病気にかかったが故に、病人を作ってしまった典型例です。

また早すぎる抗菌剤の使用もあり好ましく無いと、私は考えています。

判断が難しいところですが、感染症の早期、患者が持っている免疫機構が対応準備している最中、抗菌薬を使って菌をやっつけてしまいますと、患者の熱が下がり、食欲も出て病気が治

ります。

ただし、患者本人の免疫機構は中途半端で幕切れとなり、また同じ相手と同じ戦いを繰り返すことになり

ます。これもなかなか病人から抜け出せない例のように思

います。

要するに、病気にかかってしまったときに、体を良い状態に持つていく方法を誤らないことが重要です。

そのためには病気のみにとらわれずに、体全体を見渡して、より良い方向を目指す判断が重要です。

主治医のやっていることが理解できないことが、時にあるかも知れません。そのような場合、医師の真意を確かめると良いかと思

います。

ます。健康づくり委員会、機関紙編集委員会を経験し、現在は理事の活動を推進しています。

生協の組合員になりました。

狩野 孝さん

赤城支部

「生協と私」④



生協と私をのべる前に、私の人生についてお話ししたいと思います。私の生まれた地域は行幸田の中筋です。そこで中学を卒業するまで生活して途中から、洪川の元町そして金井南町への生活が始まります。高校

を卒業し、ある企業に就職、そこで知りあった今の妻と二十二歳で結婚しました。私の苗字はもともと白波瀬（シラハセ）でしたが、妻は女三人兄弟の長女でした。私も長男でしたが、結婚し養子縁組で狩野の苗字に変わり、現在の赤城町津久田の地番で生活することになった次第です。

生協とのつながりは、妻の父からの名義変更で2017年9月に北毛保健



園芸班会 えだ豆の収穫

現在の私の生活から見ると農作業の他にやるべきことも多くて、生協の活動内容を消化するのは大変だと心を感じる毎が続いてい

ほくもう健康ウォークエスト
～紅く色づく秋の赤城自然園～

開催日：10月29日（木）

開催場所：赤城自然園

受付時間：10時00分～12時00分

※お好きな時間に入場できます。

参加条件：未組合員も参加可

参加費：500円（入園料のみ自己負担）

参加記念品もあります。

「最近、自然に触れていないな」「地域の仲間とどこかへ出かけたいな」と思ったら、ぜひ赤城自然園へ。心地よい秋風、一面に広がる紅葉があなたを待っています。ぜひ参加してみてください。

お申込みの方は、北毛保健生協事務局まで、ぜひお問い合わせ下さい。

☎24-2141

◆当日は混雑が予想されます。車はできるだけ乗り合わせでお越しいただき、南側駐車場をご利用ください。ご協力お願いいたします。

☆脳トレクイズもあります。ぜひ挑戦してみてください。何問できるかな？

ほくもう健康チャレンジ

2026年から北毛保健生協独自の健康チャレンジとなりました。

「健康な毎日を送りたい」「体力の衰えを感じる」「健康診断の結果から」「何から始めていいか分からない」。きっかけは何でも構いません。

8つのコースから取り組みそうな内容を選び、30日間続けてみましょう。健康づくりは一朝一夕にはできません。無理なくコツコツと継続することが大切です。

●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

●チャレンジ方法：8つのコースの中から自分の目標を決め、30日間連続で取り組んでください

●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。

※提出締め切り 2027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：北毛保健生協 事務局（☎24-2141）



左記のQRコードからも報告ができますのでご利用ください

みんなの 広場



半田支部
塩谷 和江さん

・配布者さん紹介・

私も
配って
ます



私が配布を始めたきっかけは「私の新聞しばらく見てない」と話したら、配布する人がいないので配ってもらえるとありがたいと言われたのが始まりです。運動にもなるかなと引き受

けて7年近く18部配布しています。おかげで楽しく集まれる居場所にも参加させてもらい、健康な日々を過ごしています。元氣なうちは続けたいと思います。



わたしの一枚

金島支部 高山 幸子

今から15年ほど前、地域福祉センターに行くようになりました。あの頃は毎日大変にぎやかで、カラオケや踊りなどで楽しみました。年に1回カラオケ大会が開催され、この年は仮装、変装カラオケ大会が開かれました。私たち踊りの会も出たり、それぞれが工夫しながら出場しました。仲間の演技に爆笑、拍手、自分なりの生きがいを見つけて楽しみました。その後、コロナ感染症によりさまざまな行事や催しが制限され、前のようなにぎやかさはなくなりましたが、自分なりに楽しんでます。

この写真は仮装大会で一枚です。所長さんや従業員の方も出場され、懐かしい思い出です。これからも唄って、残りの人生を夢と希望を持ち、悔いのない人生を送りたいです。沢山の出会いがあり、カラオケ仲間感謝します。“ありがとう”



北毛保健生協 常勤・パート職員大募集

募集している職種

- | | |
|-----------|--------------------------|
| ①医師 常 | ⑦介護職員 常・パ |
| ②薬剤師 常 | ⑧調理 常・パ
(未経験者歓迎) |
| ③リハビリ職員 常 | ⑨事務
(現場受け入れ型インターンシップ) |
| ④視能訓練士 パ | ⑩運転手 準パ |
| ⑤看護職員 常・パ | 常：常勤 パ：パート |
| ⑥看護助手 常・パ | 準パ：準パート |

連絡先

採用情報 HP QRコード▶

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



～平和、健康、くらし、絆のまちづくり～

協同まつり

誰でも大歓迎！
ぜひ家族みんなでお越しください。

日時：10月25日(日)
午前10時～午後1時

場所：北毛病院駐車場
(渋川市有馬237-1)



出店内容

食べもの、野菜、手芸品の販売や健康チェック、体験型など多数の出店を予定しています。

超速戦士G - FIVE登場！ 子供向け企画

輪投げ、魚釣りゲーム、パン食い競争

ステージプログラム

- ・「上州吉岡船尾太鼓」
- ・「小倉八木節保存会による踊り」
- ・「職員によるバンド演奏」

スタンプラリー抽選会

今年も大人気のスタンプラリー大抽選会を実施します。来場者にはスタンプラリー用紙をお渡ししますので、4つのポイントを回り、抽選権をGET。豪華景品が当たるチャンス！

＜協力団体のみなさま＞

- | | | |
|---------------------|-----------------|-------------|
| ・新日本婦人の会渋川支部 | ・NPO法人山脈 麦のゆめ | ・年金者組合渋川支部 |
| ・精神障害者サポートセンター ぼれぼれ | ・群馬県民医連青年ジャンボリー | ・渋川北群馬第9条の会 |
| ・群馬保健企画あおば薬局 | ・社会福祉法人コスモス保育園 | |
- 主催 北毛保健生活協同組合 (電話：0279-24-2141) 渋川北群馬民主商工会 (電話：0279-22-1482)
●協賛 生活協同組合コープぐんま (電話：0279-24-5312) ●後援 渋川市

月間中の加入・増資の方に

大腸がん早期発見キャンペーン

捨てるうんちで 拾ういのち

日本人の死因の第1位は「がん」。中でも、大腸がんは日本人がかかりやすい「がん」の一つです。大腸がんは症状がない早期のうちに発見し、適切な治療を受ければ、高い確率で治る病気です。自宅でできる大腸がん検診を地域でひろげ、大腸がん死亡者ゼロを目指しましょう。



- ※1人様につき採便容器1セット(2本入り)をお渡しいたします。
- 当キャンペーンは北毛病院、北毛診療所のみでのご利用となります。
- ご不明な点がございましたら、職員にお問い合わせください。
- ★検査実施期間 10月1日～12月29日(キャンペーン後も検査は実施します。)
- ★採便日を含めて、7日以内に北毛病院または診療所へ持ってきてください。
- ★10分程度お時間をいただき、その場で結果をお返しいたします。

北毛病院検査科 (月)～(金)14時～16時30分
北毛診療所 (月)～(金)9時～16時30分
北毛保健生活協同組合 ☎0279-24-2141
北毛病院 ☎0279-24-1234
北毛診療所 ☎0279-24-2818