

### 北毛保健生協組合員現勢

2024年8月末時点  
 組合員 ..... 18,389人  
 出資金 ..... 7億5,621万円  
 1人平均出資金 ..... 41,123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



診療所でも生協コーナー

## 生協強化月間始まる

# あなたが生協を強くする

## つながりをより広ぐー

北毛保健生協では10月1日から11月30日を生協の基礎力を強くする「生協強化月間」として行います。健康づくり、まちづくり、あらたなつながりづくりを行い、地域組合員、職員一丸となって、北毛保健生協を大きく強くするために、つながりの「わ」を広げていきます。

### 統一行動が 始まりました。

10月1日は医療福祉生協連創立記念日です。これを記念し全国の生協で統一行動が取り組まれています。北毛保健生協では10月の1

日から10日までを統一行動期間と定めています。また生協強化月間に向けて支店の運営委員会に担当職員の職員が参加し、支部と職場が一体となって、仲間ふやし100人を目標に積極的な活動を行います。

### 楽しい企画も 進行中

今年も、感染対策を行いながら、多くの職員も訪問行動に参加します。訪問行動を通して、生協のおもとななる、地域に根ざした活動の大切さを肌で感じ、学びます。

生協強化月間の期間中には北毛保健生協で様々なイベントを開催予定です。10月20日(日)には協同まつり、10月30日(水)にはほくもう健康ウォークイベントです。詳細は6面に詳しく載っています。たくさんのご参加お待ちしております。支部では他にもみなさまの身近で楽しい企画を計画中です。榛東、有馬、半田、八木原、金島支部が10・11月に支部旅行を行う予定です。それ以外にも様々なイベントや班会が開催されているので、自分の住んでいる地域の生協の活動へ参加

## 「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、住所を変更した際の届け出や住所変更の届け出を2年間にわたりされなかったときは、「脱退の予告があった」ものとみなし、事業年度末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」とみなす際は、事前に年1回以上の住所確認を定期的に行うこととしています。

住所の定期確認のため、「くらしと医療 10月号」を郵送します。

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」が必要となります。

これらの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)



訪問前に皆で確認

### 住民の「困った」 に寄り添う活動

北毛保健生協では地域住し、楽しみながら、あなたのちからで生協を大きく強くしましょう。

民の困ったに寄り添う活動を行っています。夏と冬の年2回行われる「なんでも相談会・フードパントリー」、生計困難な方が経済的理由によって必要な医療を受けられる機会が制限されることのないよう、無料又は低額な料金で診療を行う「無料・低額診療事業」があります。地域の様々な声に寄り添った活動も行っています。

### ご協力とお願い

生協強化月間中は、地域の役員や職員がみなさまのお宅を訪問する機会がふえ

ると思います。

生協の様々な活動も組合員あってこそなので、生協への加入(仲間ふやし)や出資金ふやしのお願いがあつた際には、ぜひご理解の上、ご協力をお願いいたします。



職員も一緒に訪問行動

## 血生計

高崎駅のちよっと東京寄りに「佐野」がある。知っている人は知っている謡曲「鉢の木」と船橋のご縁地。鉢の木の木を薪にしてもてなした物語。橋の板をはずして忍び逢う若い者を死に至らしめた烏川に掛かる橋にまつわるお話

みなさんは国宝の「舟橋 蒔絵硯箱」をご存知でしょうか? おでんのはんぺんのような形をしています。400年も経った作品なのです。本阿弥光悦という稀有な芸術家が手掛けたアートです。

味の染みたはんぺんを思いながら、渡ってゆきたい人の思いと橋がこの型になったのか? アーティストの頭の中を想像します。ぶつくりと橋は掛かっているのです。

こんな硯箱があつて、墨を摺って、含ませたらきつという字が書けそう。たまにこんな出合いをするのも楽しいですよ。

(ペンネーム 榛つこ)

# 北毛保健生協をつよく大きく おもいはひとつーそれぞれのかたちでー

10・11月は強化月間になります。北毛保健生協をつよく大きくするために各支部の支部長さんから強化月間への思い、意気込みを書いていたきました。

## 榛東支部 支部長 東 敏子

配布者、運営委員も高齢者が多くなり、自分たちの健康に留意しながら、活動に取り組みます。訪問行動では、対象者のお知り合いの役員と一緒に行っていただき、コミュニケーションを取りながら、ご家族の若い世代の加入をお願いしていきたいと思っています。

## 吉岡支部 支部長 坂田 常治

今年の強化月間では、若い子育て世代への取り組みを行います。チラシ配布や、訪問行動を行い、仲間ふやしにつなげたいです。また新しい「総代」「運営委員」を探し、育成が急務です。運営委員、役員全員で頑張っていきます。

## 有馬支部 支部長 山浦 克美

高齢の組合員訪問に取り組んでいて、現在は85歳を迎える方の訪問を行っています。今年の夏は暑すぎて様々な活動が大変でしたが、涼しくなったら元気よくみんなで目標達成に向けて頑張りたいと思います。

## 半田支部 支部長 足立 みどり

9月に配布者会議を行い、配布地域の情報を確認しました。地域の中で、困った時に助け合えるつながりを持つこと。元気に楽しい活動を続けていくこと。若い世代との交流もつこと。強化月間はそのチャンスです。

## 八木原支部 支部長 高橋 康夫

名義変更もほぼ一巡し、新しい仲間を探さないといけないと思っています。その一手として病院利用者の訪問と配布者不在となった地区での全戸訪問と同時に配布者さんを探し、運営委員と一緒に頑張りたいです。

## 豊秋支部 支部長 角田 すみ江

豊秋支部は定例支部運営委員会の日を訪問行動日と決めています。強化月間では、北毛保健生協「まるわかりガイド」、豊秋支部の「ファーム虹」、班会、そば打ち新春のつどい、「ぐんままるごと健康チャレンジ2024」の宣伝をしながら目標達成を目指します。

## 市街地東部支部 支部長 宮嶋 國利

つながりマップの更新を進め、これをもとに、訪問行動を配布者さんの案内で例年より数多く実施する。また、医療福祉生協の強みを活かした活動、楽しく健康づくりに役立つ班会を実施し、目標達成に向け努めていきます。

## 市街地西部支部 支部長 中澤 勤

強化月間の目標を達成する特效薬は何でしょう。「テストで100点取ろうと頑張ったが80点しか取れなかった。そこで、しっかり80点取ろうと頑張ったが結果は60点だった」という話があります。目標を下げれば、目標どおりの点がとれるかといえば、そういう事ではないようです。

## 金島支部 支部長 加藤 悦子

昨年の成果を礎に、今年も力を合わせて仲間を増やしましょう。地域の力を結集し、新たな未来を共に築くため、訪問活動で金島支部の底力を見せましょう。皆さまのご協力を心よりお願いします。

## 子持支部 支部長 井上 幸夫

9月上旬には秩父長瀬へ久しぶりの支部旅行に行ってきました。交流と親睦を再度深めて、強化月間に臨みます。訪問行動は年間を通して取り組んでいますが、月間中も支部の仲間たちとともに一步一步進めていきたいと思っています。

## 小野上支部 支部長 唐澤 崇子

ウォーキングクラブと物づくりクラブが軌道にのり、楽しく有意義にと意気込んでいます。ウォーキングクラブは、榛名湖畔一周を計画し、物づくりクラブは、カステラやお菓子づくりなど計画しています。11月には、恒例のバス旅行を強化月間に結び付け楽しく進め、目標達成に頑張ります。

## 赤城支部 支部長 宮内 孝子

赤城支部では、フードパントリー、自治会のサロンでの健康チェック、新しい班会に力を入れています。又、組合員文化作品展に向けて、作品作りの班会を、今年行うことができました。組合員及び市民の健康づくりにおけた取り組みを行って、三課題の達成に向けての行動をしていきたいと思っています。

## 北橋支部 支部長 生方 肇

機関紙の配布率は93.1%と高く地域の組合員さんと連携がとれています。又、居場所は、はあーちゃん家をはじめ、手芸やおしゃべり班会等も活発になってきています。総訪問のときに、生協についての理解を深めてもらい、仲間ふやしにつなげたいです。



# ～医師紹介～



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。

コロナ禍でも当たり前の医療を必要な方に「安心・安全」をお届けしたいと考えています。今後ともよろしく願い申し上げます。

北毛病院 病院長 **橋本 真也**



内科  
**周佐 峻佑**

今年度も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。



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。よろしく願いいたします。



小児科(救急科)  
**永井 裕介**

今年度も引き続き勤務させて頂く事となりました。子供達の健康を守るために尽力していきます。



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。



名誉院長(診療所)  
**小林 英喜**

診療所と老健で患者様・利用者様の健康や生活のサポートができればと思います。



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。



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中心に診療しています。爪でお悩みの方はまずお電話でご予約ください。



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。



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。



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。



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が、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。



内科  
**梅山 茂**

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



## 北毛保健生協外来医師診療表(2024年10月～)

〔-は休診〕

北毛病院 (24)1234

北毛診療所 (24)2818

月	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		皮膚科	眼科		専門外来		午前	午後	
	午前	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	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	夜間	8:30-12:00	13:00-17:00	
月	橋本 吉野 片田	伊藤		小澤	福江 永井	福江 (予約)	福江 永井	大島 中田	-	根本	-	医師交代	-	助川 (予約) (第2)	-	-	-	-	-	まさ爪:根本	糖尿病:小澤 呼吸器外科:矢澤		生方	-
火	橋本 飯島 梅山	橋本		吉野 (第1.3.5) 小澤良 (第2.4)	永井	-	-	助川	手術	-	手術	大島	-	-	八代	八代	石川	石井	手術	糖尿病:生方 糖尿病:前原	甲状腺:桑原 (第2.3.4) 喘息:古賀 循環器:船田 (第2.4) 肝胆膵:河合	整形:設楽 (第1.3)	菅野	甲状腺: 桑原 (第1)
水	橋本 吉野 梅山 周佐	笠原		笠井	柳屋 福江 (予約)	福江 (予約)	福江	小暮	-	根本	根本	医師交代	-	-	-	-	-	林	林	糖尿病:生方 まさ爪:根本	まさ爪:根本 糖尿病:笠井	甲状腺:桑原 (第1) 禁煙:吉野	小林	精神科: 鈴木 (第1.3.5) 13:00-15:30
木	橋本 飯島	永井		高橋	山崎	-	-	中田 (10:30から)	-	-	根本 (第1.3.4.5)	助川	-	-	-	-	-	宮坂	手術	糖尿病:小澤 循環器:白倉 (第1.3.5)	糖尿病:高橋 小児予防接種:永井 まさ爪:根本 (第1.3.4.5) 肝胆膵:星野	高血圧:小林 (第1.2)	生方	精神科: 鈴木 13:00-15:30
金	吉野 梅山	関口	周佐	周佐	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)	-	八代	八代	-	井川	井川	整形:船戸 循環器:石尾	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1.3.5) 周佐 (第2.4) 飯島 (第4) 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:岡田 (第4) 循環器:船田 (第1.3.5) 糖尿病:吉岡 (第2) 糖尿病:渋沢 (第3)		小林	-

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。
- 精神科** 予約診療となります。初診の方の受付は行いません。
- 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。
- 専門外来** 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。》



# 事業所紹介



## 北毛病院

常勤医師の他、大学病院等からの専門医派遣により、内科（糖尿病外来、循環器外来、甲状腺外来、喘息外来、整形外来、各種健康診断）、外科（大腸肛門外来、消化器外来、肝・胆・膵外来、呼吸器外科外来、まき爪外来）では、外来診療の他、訪問診療、入院医療を行っています。

小児科では、子育てをサポートする医療提供を目指し、週3回の夜間外来、不登校の相談などへも対応する思春期外来、保健師がサポートする予防接種外来、そして入院といった一連の医療を行い、眼科では、外来診療の他、白内障手術（入院、日帰り）、硝子体手術を行っています。

“お金のあるなしで差別のない医療”を提供するため、無料低額診療事業に取り組み、入院では差額ベッド代をいただきません。“いつでもだれもが安心してかけられる医療機関”を、地域とともに目指しています。

TEL 0279-24-1234 (鈴木 由紀)



## 北毛診療所

北毛診療所は市街地（旧坂下町）に位置しています。月に約700人が利用しています。

地域の方たちが安心して医療や介護のサービスが受けられるよう“プライマリケア”（総合的に地域・家族・患者を他職種が一丸となって継続的にケアする）を実践し、法人内だけでなく他法人の医療機関や介護サービスの事業所とも連携をしています。

設備等も病院と比べると少ないため、高度な医療の提供は行えませんが、必要な場所へ紹介することや、病院から退院後も安心してご自宅で生活できるようなサポートなど、地域の方が医療や介護について気軽に相談できる診療所を目指しています。

TEL 0279-24-2818

(井上 剛士)



## 渋川市西部地域包括支援センター

高齢者の皆さんが、住み慣れた地域でいつまでも安心して、その人らしい生きがいのある生活を継続できるよう、保健医療、介護、福祉などを総合的に支援する相談窓口です。2018年4月に市からの委託を受けて、7年目を迎えました。主任介護支援専門員、社会福祉士、看護師がいる3人の職場ですが、連携し、次のような業務を行っています。

- ①総合的な相談（介護、福祉、医療、健康など）。
- ②高齢者の皆さんの権利を守ります。
- ③自立した生活ができるように支援します。
- ④様々な方面から高齢者のみなさんを支援します。

地域の方からの声のおかげで、困っている方に支援が届くこともあります。

TEL 0279-26-7567 (狩野るり子)



## 病児・病後児保育園

みつばち保育園では急な発熱や病気の回復期で通園、通学のできないお子さんを仕事で休めないお父さん、お母さんに代わってお預かりする施設です。専任の看護師と保育士がお子さんの症状に合わせた看護・保育を行っています。「明日もみつばちに来たい!」という声や、「仕事を休むことなく助かります」という嬉しいお声をいただいています。

夜間の体調不良に備えた夜間のインターネット予約や、保育園や幼稚園、小学校で体調不良になり保護者のお迎えが困難な時には保護者に代わりタクシーでお迎えに行き、連携医療機関の診察を受けてからみつばち保育園でお預かりするサービスも加わり、2011年開園以来、3690人を超える利用がありました。

ご利用は事前登録制となります。

登録方法につきましては、北毛病院ホームページをご覧ください。みつばち保育園にお気軽にお問い合わせください。

TEL 0279-24-1419 (小菅 綾乃)



## 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

5類に移行後も続く新型コロナウイルス感染拡大、物価の高騰など、皆さんのくらしと同様に厳しい経営環境が続いています。

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。さらに、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



## おかげさまで70周年

—70年の歩みをふり返り さらなる飛躍に向けて—

2月25日渋川市民会館において北毛保健生協創立70周年記念集會が開催されました。第一部は、動画による北毛保健生協の事業所紹介で始まり、阿久澤詠理事長のあいさつ、ご来賓の皆様による祝辞の後、功労者の表彰、受賞者を代表して中澤眞理前理事長から謝辞、橋本真也北毛病院長のあいさつで第一部の式典は終了しました。

第二部、群馬交響楽団 弦楽四重奏の記念コンサート、70周年事業実行委員会 今野義雄実行委員長が閉会のあいさつを行い、集會は盛況裡に終了しました。



群馬交響楽団 弦楽四重奏の記念コンサートの様子

### 北毛ヘルパーステーション

ヘルパーの役割は、利用者様の自立支援や重症化の予防を目的とした援助を行い、住み慣れた自宅での生活を続けられるようお手伝いすることです。介護保険サービスなので、ご自宅や住宅型施設に訪問をして、ケアプランに沿って援助を行っています。職員は、自立生活支援の援助を念頭におきながら、何でも手伝ってしまうのではなく、利用者様が自ら判断できるように援助をすることや、利用者様が持っている力を活かせる援助をするなど、工夫をしながらサービスを提供しています。また、一人暮らしの方が多く、利用者様の不安や悩み事などお話を聞くことも大切なサービスであり、訪問した時に「待ってたのよ」という言葉にやりがいを感じながら、職員一同奮闘しています。

TEL 0279-23-1165 (大林 明美)



### 北毛デイサービス

デイサービスは、自宅で暮らす高齢の方が日帰りで通い、機能訓練やレクリエーション、入浴の支援といったサービスを受ける施設です。利用する目的は、心身機能の維持・向上を図ることや、社会活動に参加する機会をつくること、またご家族の介護負担を減らす目的で通われている方もいます。

利用するようになって、「体を動かすようになりました」「食べるようになりました」「デイに行くのを楽しみにするようになりました」という声を聞きます。先日は、100歳のお誕生日を迎えられた利用者様のお誕生日会を開催し、職員も他の利用者様共々楽しい時間を過ごさせて頂きました。施設内の見学や体験利用も行っていますので、連絡をお待ちしております。

TEL 0279-23-1165 (大林 明美)

### 虹訪問看護ステーション

私たちは、利用者さんや御家族が安心して生活できるように、自宅にしながら必要なケアや、看護を提供し、身体的、精神的な療養のお手伝いをさせて頂いています。医師の指示のもと、身体状態観察や、清潔ケア、傷の処置や点滴、医療機械の管理、療養相談などを行っており、24時間365日対応できる体制をとっています。病院での環境とは違い、ゆっくり利用者さんや家族と向き合い、寄り添った看護の提供を目指し「病気や障害があっても、おうちで暮らしたい」という想いを支える為、スタッフみんなで日々頑張っています。渋川市内、榛東、吉岡、最近では前橋や吾妻地域など、利用者さんからの希望があればお伺いさせて頂いています。何かあればいつでも、虹訪問看護ステーションへお立ち寄りください。

TEL 0279-23-5187 (櫻井 陽子)

### ケアプランセンターほくもう

ケアプランセンターほくもうは介護支援専門員(通称:ケアマネジャー)がいる事業所です。

ケアマネジャーは介護が必要な方とサービスをつなぎ、ご利用者が生活をしていくための環境を整える役割をしています。安心して生活が送れるお役に立ちたいと思っています

「介護保険の手続きはどうしたらよいの」「介護保険サービスって何があるの」「デイサービスってどうしたら利用できるの」「介護に疲れてしまった」などなど、介護に関するお悩みや不安をまずはご相談ください。

TEL 0279-30-2077 (諏訪 明子)



### 住宅型有料老人ホームほくもう

3階建物の2階と3階が有料老人ホームとなっており、入居定員は30人(全室個室)で、主に介護保険の要介護1以上の認定を受けている方が対象の施設です。毎日のお食事の提供、お薬の管理や体調の確認、夜間の居室巡視などの生活支援サービスが付いた「高齢者向け居住施設」で、特別養護老人ホームや介護老人保健施設のような24時間介護の施設ではありません。基本的にはご自宅で生活している場合と同様に過ごしていただけますが、1階には併設の「坂下デイサービス」と「北毛診療所」が併設されており、生活を介護と医療の両面からサポートできる体制となっています。

入居に関するご相談・ご見学は随時受け付けております。

TEL 0279-60-5556 (唐澤 聡志)



### 介護老人保健施設ほくもう

北毛病院の東側に、平屋建ての介護老人保健施設ほくもう(老健ほくもう)があります。現在の位置に新築移転され、4年目を迎えています。

老健ほくもうは、50床のユニット型の施設となっています。全室個室で、一人一人のリズムに沿った介護を提供し、医療、看護、介護、リハビリ、栄養管理等の一体的なサービスを提供し、各職員が連携して、『できる』を増やすお手伝いをしていきたいと思っております。在宅に戻れることを第一の目標とし、施設での生活全てをリハビリの場と捉えて、住み慣れた場所で生き活きと暮らせるよう、地域に開かれた施設を目指してまいります。

TEL 0279-60-5550 (金井 孝行)



## ぐんままるごと健康チャレンジ 2024

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。  
\* 提出締め切り 2025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



左記のQRコードからも報告できます。

## 北毛保健生協 山の会 2024年度後半期計画

初心者から一般向きまでの山行です。楽しく、体を動かし、健康づくりに役立てましょう。

- ① 11月10日(日) <sup>りゅうおうきょう</sup>龍王峡(栃木県日光市)。海底火山から噴出した溶岩が、鬼怒川によって浸食された自然の造形美を楽しめます。
- ② 12月15日(日) <sup>いずがたけ</sup>伊豆ヶ岳(埼玉県飯能市)。スカイツリーや東京湾、房総半島を眺望。
- ③ 1月19日(日) <sup>おおひらさん</sup>大平山・<sup>てるいしさん</sup>晃石山(栃木県栃木市) 低山ながら関東平野を見渡せるビューポイントです。
- ④ 2月9日(日) <sup>いわどのさん</sup>岩殿山(山梨県大月市) 武田氏家臣小山田氏の城。スカイツリーと同じ標高。絶景の富士山を眺めます。
- ⑤ 3月2日(日) <sup>つくばさん</sup>筑波山(茨城県つくば市) 1300年前の『万葉集』に一番多く歌われた信仰の山。

山行に参加するには生協山の会に入会をお願いします。(年会費1,000円) 山行参加費は4,000円から4,500円、登山口まではワゴン車またはレンタルバス利用。くわしくは山の会役員、または事務局(☎24-2141)までお問い合わせください。申込者には詳しい山行計画書をお送りします。

# みんなの 本場

## 職員募集

医師	常勤
薬剤師	常勤
保健師	常勤、パート
社会福祉士	常勤
理学療法士	常勤
言語聴覚士	常勤
臨床検査技師	常勤
看護職員	パート
看護助手	常勤、パート
介護職員	常勤2025年卒業予定者
調理	常勤、パート
事務	常勤2025年卒業予定者
事務	医療クラークパート
運転手	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 0279-24-1234

# わたしの一枚

小野上支部 生方次郎

令和元年に群馬県スポーツウェルネス吹き矢大会 6mの部で優勝した時の写真です。

スポーツウェルネス吹き矢とは、腹式呼吸・胸式呼吸を取り入れた基本動作を行いながら、筒の中の矢を吹いて的に当てるスポーツです。医学関係者からも健康に良いと支持をえています。



# 私も配っています

●配布者さん紹介●

子持支部

木暮

茂さん

「こんにちは、くらしと医療です」と声をかけると、必ず「ご苦労様です」や「ありがとうございます」の挨拶が返ってきます。ほっと



する瞬間です。退職して12年目ですが、転入者の私は地域のことをあまり知りません。配布先で知ることが多々あります。見事な花と庭に見とれて、花の名前や手入れを伺ったり、おいしい農産物

の出荷者の方を教えてください。句作のネタを見つけたりと様々です。花の苗を育てているお宅もありました。感心させられることがたくさんあります。地域を知ること、発見と出会いを楽しみながらの配布活動です。



## 2024年度 生協強化月間 大腸がん早期発見キャンペーン

北毛保健生協に加入して  
健康で長生きを手に入れよう!

開催期間 2024年10月1日～11月30日

### 捨てるうんちで捨てるいのち

日本人の死因の 第1位は「がん」。その中でも、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。

コロナ禍でがん検診の受診率が低下しています。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。



※強化月間中に加入、または増資(積立含む)をしていただいた方が対象となります。

1名様につき採便容器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2日～12月28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(土)9時～12時

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

平和・健康・くらし・きずな

# 協同まつり

と き: 2024年10月20日(日)  
午前10時～13時

と ころ: 北毛病院駐車場  
渋川市有馬237-1

協同の輪を広げ、支え合いで、  
豊かな地域社会を!



インボイス導入や物価高騰で、地域業者も市民の生活も厳しい状況です。こんなときだからこそ、みなさんが楽しめるイベントとして、協同まつりを開催します。コロナ禍で5年ぶりの開催となりますが、皆様のご来場を心よりお待ちしております。

2024年協同まつり 実行委員長 狩野 哲夫 (渋川北群馬民主商工会会長)

- 協力団体のみなさま
  - ・新日本新婦人の会 ・年金者組合渋川支部 ・ボランティアあゆみの会
  - ・群馬民医連青年ジャンボリー ・群馬保健企画あおば薬局渋川店 ・NPO法人やまなみ 麦のゆめ
  - ・NPO法人はれはれ ・渋川北群馬9条の会 ・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

## ほくもう健康ウォークエスト

歩いて、脳トレ、楽しみながらフレイル予防!

開催日: 10月30日(水) ※雨天中止

開催場所: 赤城自然園(受付場所 自然園入口)

受付時間: 午前10時00分～午前12時00分の間 お好きな時間にお越しください

参加条件: 未組合員も参加可

参加費: 500円(当日受付で集めます)

当日の流れ: ①出入口(受付)にお越しください。ルールの説明をします。  
②赤城自然園内に隠された脳トレを実施してください。  
③出入口に戻って、脳トレの答え合わせをします。

参加記念品: ポケットティッシュ(ロングピロピロ500円券付き)、ボールペン

※申し込み締め切り10月25日(金)

★お申し込みは、北毛保健生協 事務局(☎24-2141) まで



## ◆ 新年号の作品募集 ◆

新年号の『新春作品コーナー』に掲載する作品を募集します。

- 風景・スナップ写真(2L判かA4判程度)
- 絵(日本画、油絵)、書、手芸品・制作物など

\*作品は現品(タイトルを添えて)を事務局まで直接お持ち下さい。

\*パッチワークなど大きな作品の場合は撮影したものをお持ち下さい。

\*汚れ・破損等の恐れがありますので、郵送はご遠慮下さい。  
\*応募多数の場合は機関紙編集委員会にて選出いたします。

\*メールでも応募できます。  
メールアドレス: hsoshiki65@gmail.com

★ご不明な点やご相談等は  
北毛保健生協 事務局(0279-24-2141)まで