

2026年
10月号
726号



群馬中央医療生活協同組合

発行 371-0811
前橋市朝倉町830-1
TEL 027-265-3531
発行人 長谷川 敦子



ホームページ 公式LINE

くらしと健康

●組合員：34,914人

(前橋・伊勢崎地域：25,967人／太田・館林地域：5,789人／桐生・みどり地域：3,018人／その他の地域：140人)

●出資金：977,868,000円 ●平均出資金：28,008円

2026年8月末現在

Health Co-operative

特集
診察室

気候変動と私たちの暮らしと健康

..... 1・2



表紙の写真

沖縄「美ら海水族館」のジンベエザメです。近くのホテルに宿泊したので、閉園までのんびりと観られました。二組のカップルも楽しそうでした。

ペンネーム：まーさん

CONTENTS

組合員と職員がつながり協同の力を実感	3
花火で夏の夜を楽しむ	4
毎月9日は「憲健班」 平和と人権を願いスタンディング ..	4
自治体懇談から見える課題	4
「地球は子どもたちから預かったもの」 環境班がスタート ..	5

気候変動と私たちの暮らしと健康

この夏、国内では西日本で40℃超えの酷暑日が続き、世界ではヨーロッパの熱波、ネパールの氷河崩落など気候変動をまざまざと感じさせる事象が多く起こりました。関東は比較的過ごしやすい夏となりましたが、線状降水帯の大雨による千葉での被害は他人ごとではありません。気候変動により起きると予想されていることは、私たちの暮らしや健康にも大きく関わっています。すでに気温上昇により農業や漁業、畜産業に影響していることはご存知の方も多いでしょう。

群馬県環境アドバイザー・のりのり学会代表

奈賀 由香子



化石燃料の使い過ぎ!?

気候変動を引き起こしているものは、何だと思いますか。それは私たちの生活です。便利快適を求めて石炭や石油といった化石燃料を使い過ぎていることにあります。ナフサ不足で石油製品に依存した暮らしが露呈しましたが、プラスチック製品や衣料品、化学肥料や農薬、電気（約7割）もガソリンも、見渡してみると私たちの生活は化石燃料と無縁ではありません。気候変動だけではなく、海洋汚染もごみ問題も同じく化石燃料の使い過ぎで起こっていますが、石油製品は便利で、あらゆる場面で使われているので、なくすことはできません。かといって、今のままでは持続不可能です。

無駄な使用を控えること

まず、大切なのは考えることです。これは本当に自分に必要なものかどうか？何でできているか？どこでどうやって作られているのか、どうやって運ばれているのか？使用するときどのくらい電気やエネルギーを使うか？使い終わったらどうなるのか？修理は可能か？といったことを考え「本当に必要な場面（医療現場など）以外での無駄な使用を控える」ことを皆が意識することではないでしょうか。

製造から製品まで関わりがある

子どもが大好きなフライドチキン。そのチキンは国産or外国産？飼料も輸入？食肉とな

るまでの過程は？お店に並ぶまで冷蔵・冷凍で運ばれてきて、買ったときにプラスチックに入ってるよね？スーパーへの買い物はクルマで行った？揚げた油はどんな油だろう？油のついたラップは可燃ごみにするしかないけど、ごみに出して処理場まで運ばれて燃やしたら終わり？・・・このように製造、飼料、輸送、貯蔵、流通、保管、販売、容器、ごみなどなどたくさんの過程でエネルギーや石油製品と関わりあっていることが分かります。

新しいマイクロプラスチック問題

包装プラスチックごみの問題や、衣類も化学繊維がたくさん使われているので洗濯するごとに流出するマイクロプラスチック問題なども。さらに昨今の新しい問題として生成AIの普及により、膨大な電力と冷却水を使うデータセンターの建設問題があります。スマ

ホやAIは便利ですが、なんでも頼りすぎるのは困りものです。

誰でもできる気候変動対策は？

まず、本当に必要かどうかを自分の頭で考え、何を選ぶか自分で判断する、ということを中心に意識して生活することです。何でできているかを考えたり、電気やガソリンの使用量を気にしたり（結果、使用量を減らすことにつながります）、ごみになるものは最初から買わないなど、ちょっとしたことです、誰でもできる気候変動対策です。

そして元気なうちはクルマの使用を減らして歩く、公共交通を利用することは頭も使いますし、少なからず歩かなければなりませんから運動になります。毎日は無理でも月に一回でも、公共交通を利用して気候変動対策と心身の健康を維持しましょう！



出典）全国地球温暖化防止活動推進センターウェブサイト（<https://www.jccca.org/>）より

組合員と職員がつながり 協同の力を実感 ～ 2026年度組合員職員活動交流集会を開催～

協同組合の価値を改めて学ぶ

「協同組合の価値を知り、事業と活動の広がりについて交流する」をテーマに、8月18日（火）、群馬県産業技術センターにて「2026年度組合員職員活動交流集会」を開催しました。

昨年度から、「組合員職員合同研修会」から「組合員職員活動交流集会」へと名称を変更し、学びだけでなく、組合員と職員が日頃の活動や思いを共有し、交流を深める場として開催しています。当日は、組合員43人、職員34人、合計77人が参加しました。

午前中は、日本医療福祉生活協同組合連合会の小池康有（こいけやすくに）常務理事を講師にお迎えし、「協同組合の価値と医療生協の展望」をテーマに、講演会とトークセッションをおこないました。

講演会では、協同組合の魅力や価値について、身近な事例を交えながら分かりやすくお話しいただきました。「ひとりでは解決することが難しいことでも、みんなで力を合わせることで解決できる」こと、そして、そのための「みんなで解決できる仕組み」が協同組合であることを学びました。改めて、組合員一人ひとりの声や力を持ち寄ることの大切さ、協同組合だからこそできる取り組みについて考える機会となりました。



それぞれの立場から医療生協のこれからを語る

続いておこなわれたトークセッションでは、小池常務理事をはじめ、青木由紀子理事、田嶋厚子理事、阿部裕美前橋協立病院事務次長が登壇し、西野竜也共生まちづくり推進部長のコーディネートのもと、活発な意見交換がおこなわれました。

それぞれの立場から、日頃の活動を通して感じている地域の課題や要求、組合員・職員とのつながり方、価値観の変化、事業利用などについて語られ、これからの医療生協に求められる役割や、活動を広げていくために大切なことについて考える時間となりました。

組合員と職員が垣根を越えて交流

午後は、グループディスカッション・ワークショップをおこないました。小池常務理事や半澤理事長もグループに加わり、午前中の講演やトークセッションで学んだことをもとに、それぞれの経験や思いを出し合いました。

今回のグループ分けでは、地域や所属、組合員・職員という立場の違いを越えて交流できるよう工夫し、普段なかなか話す機会のない参加者同士が意見を交わしました。最初は少し緊張した様子も見られましたが、時間が経つにつれて笑顔や笑い声も増え、和やかな雰囲気の中で交流を深めることができました。



今回の交流集会を通して、協同組合の価値を改めて学ぶとともに、組合員と職員がそれぞれの立場や経験を持ち寄り、一緒に考え、語り合うことの大切さを実感しました。今回の学びやつながりを、今後の事業や活動に生かし、地域の願いや要求に寄り添いながら、医療生協の活動をさらに広げていきたいと思っています。

理事 瀧澤 佳津子

花火で夏の夜を楽しむ

〈中毛地区〉

8月4日（火）、ふれあいの家六供にてミニ花火大会を開催しました。利用者のご家族や職員など約40人が集まり、約1時間、童心に返って花火を楽しみました。みんなと触れ合えたことはもちろん、懐かしい人と会えたことを喜ぶ声も聞かれました。組合員と職員、利用者一同で楽しんだひととき。最後は大きな花火に拍手が起こりました。職員お手製のパフェを食べることもでき、笑顔いっぱいの楽しい時間となりました。

六供支部



毎月9日は「憲健班」 平和と人権を願いスタンディング

〈桐生地区〉

憲法と健康を守ろうと、毎月9の日に笠懸町を通る国道50号線沿いの杉菜原交差点で、8時から30分間、様々な横断幕を掲げスタンディングをしています。医療生協の理念と使命は「一人ひとりのいのちが大切にされ、平和と人権が尊重されるまちづくり」です。憲健班のネーミングは正にこの理念を具体化した行動と思います。8月は、伊勢崎、桐生、新里からの参加もあり、これまでで一番多い10人でアピールしました。

笠懸支部支部長 須田 章七郎



自治体懇談から見える課題

〈太田地区〉

群馬県社会保障推進協議会主催の「自治体懇談」は、地域の困りごとを行政に届ける、年に一度の大切な場です。医療生協の組合員も参加し、地域の要望や困りごとを伝えました。話し合いから、緊急でも予算の都合ですぐに動けない課題が見えてきます。そんな分野こそ、医療生協や協同組合の出番です。本当に必要な支援を見つけ、「健康をつくる、平和をつくる、いのち輝く社会をつくる」という理念のもと、私たちの手で温かな支え合いの仕組みを育みましょう。



大泉町との懇談の様子

本当に必要な支援を見つけ、「健康をつくる、平和をつくる、いのち輝く社会をつくる」という理念のもと、私たちの手で温かな支え合いの仕組みを育みましょう。

理事 栗原 猛

今後のイベントのお知らせ

- | | | | |
|-------------------|----------|--------------|---------|
| ●10月 8日（月）10時～11時 | 西片貝公民館 | 介護者おしゃべり会 | 前橋市西片貝町 |
| ●10月13日（火）10時～12時 | 荻窪公園 | ストレッチ&ウォーキング | 前橋市荻窪町 |
| ●10月15日（木）10時～12時 | フレッセイ朝倉店 | 健康チェック | 前橋市朝倉町 |
- お問い合わせ：中毛地区共生まちづくり推進室 TEL：027-265-3531（代表）

「地球は子どもたちから預かったもの」環境班がスタート



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

13 気候変動に
具体的な対策を



大泉千代田支部では8月30日（日）、「ゆいの家」で6人が参加し、第1回目の環境班の班会をおこないました。班のキーワードとして「地球は私たちのものではありません。未来を担う子どもたちから預かったものです。」など6項目を活動の基本とすることを確認しました。

「環境問題」というと幅広いですが、現在進行形での問題として「地球温暖化」について話し合いました。この問題の原因について出来るだけ多くの方に認識してもらう事が重要で、それをどのように知ってもらうかという事をいくつかの資料に基づいて話し合いました。

現在、日本ではこれまで経験したことがない深刻な「豪雨と干ばつ」、世界的には「永久凍土の崩壊」など「不可逆的な状態」（昔の地球環境に戻れない状態）を、できるだけ多くの方にできるだけ早く認識してもらうことが必要

だとその意見がありました。そのためには行政の担当者と共有することが必要だという意見もありました。

また、過去の公害や環境問題について学ぼうと確認しました。

大泉千代田支部 榊原 正士



今年も開催！健康まつり



読者の広場

—みんなの声—

みんなの俳句・川柳

お盆に娘や孫がお客に来てとても、にぎやかでした。孫の成長に、いつも驚かされます。

(前橋市 トシちゃん)

毎回、クロスワードパズルにとり組んでいます。九十七歳となり、余命少ないのでは最後となる？ならな

い！ぞ！！

(前橋市 河寄清松)

「健康診断は未来の自分への投資」すばらしい言葉だと思います。私は定年退職後、前橋市の健診を必ず受けています。健康第一です。

(前橋市 野菜くん)

「バトンを受け取った原水爆禁止世界大会」を読んで、一番心にささったこと。「核兵器と人類は、共存できない」その通り。

(太田市 春山祐一郎)

今年も「健康まつり」あります。楽しみ〜。朝夕少し涼しくなってきたかなと思いますが、体調管理が〜と、働いている時と違い時間があるというのも気がゆるんでしまい。生活習慣もと色々注意してゆかなければと思っています。孫が大きくなるということは、私も年を取ることに

なる。

(前橋市 ばあば)

先日初めて自治体のがん検診を受診しました。分からない事は看護師さんが丁寧に教えてくれて助かりました。今後も毎年受診していこうと思います。

(桐生市 なっちゃん)

くらしと健康いつも楽しく読ませていただいています。今回の健康診断の記事なるほどです。つい忙しいからとか、日程が合わないからと、後回しにしがちですがとっても大切なんです。

(桐生市 こーたん)

9月になれば涼しくなるけど、10月まで暑さが続きます。温度が下がるから、まだ過ごしやすいく感じますが、夏の疲れはこの時期にきます。体調管理に気をつけて、秋を迎えたいと思います。

(太田市 パステルピンク)

9月号4ページ「夏休み子ども保健教室」大賑わいを読ませていただきました。大人といえ、歯医者がいやだったり、レントゲンも悪いといわれるとこわいし苦手です。子どもたちのように、楽しく学ぶ機会があると健診も受けやすくなるように感じました。

(邑楽町 ホットコーヒー)

9月号の表紙に、陽だまりさん撮影の見事な虹の写真が掲載されました。実は私も、8月14日の早朝、偶然にも小雨の降る中、西の空にきれいな虹を見つけ、夢中でスマホで撮影しました。太陽が東から昇るため、朝方の虹は西の空に架かるそうです。せっかくなのでNHK「ほっとぐんま630」に投稿したところ、なんと、もうお一方が撮影された虹の写真と並んで採用されました。ちょっとうれい、お盆の出来事でした。

(前橋市 いがりん)

世界的に異常気象が続く不安な毎日です。戦争をしている場合かよ!!と言いたいです。私財を投げうってでも世のため人のためになる政治家が出てきてほしいです。

(前橋市 M子)

昨年の夏があまりにも暑く長く続いたので、今年も覚悟していました。エアコンの清掃も入念にし、身構えていましたが、夜も冷房で寝た日は数える程で済みまし

た。

(前橋市 横尾英雄)

悩み事きれいに消せる花火かな

しずかちゃん

紫陽花へ数枚残してさようなら

福島百合子

浄

保健室ソーメンパーティー夏終る

金木犀どこから香る帰り道

陽だまり

建立の母の名前が白い字に

石田俊彦

空蟬や柿の葉うらで何思ふ

あこちゃん

《解き方》

イラストをヒントにして、二重ワクの文字をうまく並べてできる言葉は？

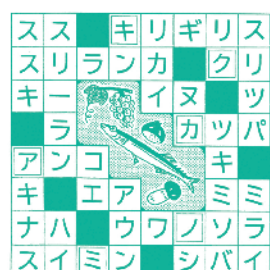
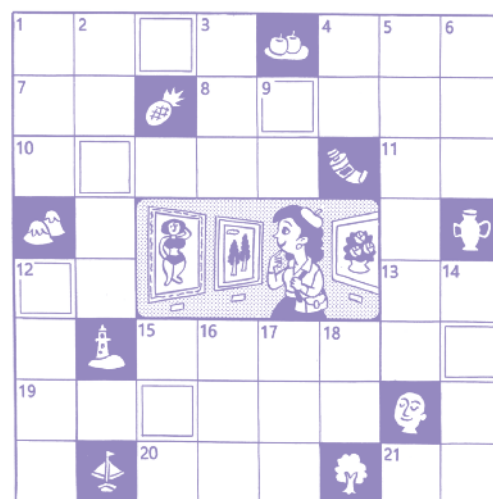
— タテのカギ —

- 「ひまわり」は……の最高傑作といわれる絵画
- 結婚式で悩むことも
- 「飛沫」って読めますか？飛び散る水のつづです
- 兄弟や姉妹の男の子ども
- 寅さんを演じた俳優
- 物事の組み立て方
- ……高く馬肥ゆる秋
- ローマ神話で美と愛の女神
- 茶をそそぐ道具
- ……みじん。……武者
- 麺類の一種
- 機械を使わず手でこねて作ったうどんやそば
- 物事の結果を心配して恐れること。将来を……する

— ヨコのカギ —

- 音符を書き入れる紙
- お金のことで
- スッポンと比較されます
- しゃれた婦人服などを売るお店
- 不足をおぎない助けるお金
- 障子に目、壁には？
- 機を見るに……
- 何かが起こることを前もって予測すること
- 実力が同じくらいで、戦うのによい相手。ライバル
- 熊手は弁慶の……の一つ
- 紙に穴を開ける道具
- トマトは……科の果菜

第326回 クロスワードパズル



《第325回の答え》
アキノミカク(秋の味覚)

《応募方法》

ハガキに第326回クロスワードと明記し、答えを記入下さい。住所と氏名(匿名を希望する場合はペンネーム)を必ずご記載ください。

《しめきり》

2026年10月27日当日消印まで有効

《送り先》

〒371-0811前橋市朝倉町830の1 群馬中央医療生協くらしと健康係

《賞品》 正解者の中から抽選で5人に図書カード500円分を進呈

《324回の当選者》

(①応募総数②正解者数③当選者数)

①25通②25通③5名

かずのこ(前橋市)ききょう(前橋市)田中彰(前橋市)うみちゃん(前橋市)Ayu(前橋市)

		時間帯	月	火	水	木	金	土
内科／総合診療科	初診外来	午前	小林 捧	小林	小野	渡邊（2・4） 大野（1・3・5）	小林（1・3・5） 保田（2・4）	大宮
		午後	井上（1・3） 瀧口 由（2・4・5）	工藤 瑞	大宮	小泉（1・3・5） 井上（2・4）	橋爪	
	総合診療科	午前	保田 瀧口 由（1・3）		宮澤	小林 大野（2・4） 瀧口 由	瀧口 由	
		午後				捧		
	内科	午前	瀧口 道	瀧口 道（2・4） 工藤	瀧口 道 高柳（2・4）		瀧口 道	瀧口 道
		午後	田ヶ原 根井／廣神	野本	野本 三浦		田ヶ原 橋爪	
		夜間			三浦			
	内科/心療内科	午前	鈴木（1・2・3・5）	鈴木	鈴木		鈴木	鈴木（1・4・5）
		午後		鈴木			鈴木	
		夜間		鈴木				
	糖尿病	午前	深津	深津		松本	深津	渋谷（4・5）
		午後		深津 岡田		深津・高橋／土橋	登丸	
	その他外来		甲状腺 火曜日午後・木曜日午前、午後・金曜日午後・土曜日午前（4・5） 呼吸器 火曜日午前（1・3・5）・土曜日午前（3） 循環器 火曜日午前・木曜日午後・金曜日午後（1・3・5）・土曜日午前（1・3） 肝臓 水曜日午後 嚥下 金曜日午後（1・3・5）					
小児科	小児一般 （夜間17：00～18：30）	午前	矢島 齋藤 佐藤	矢島	齋藤 佐藤	矢島 齋藤	矢島 齋藤	齋藤 佐藤
		午後	矢島	齋藤	齋藤		齋藤	
		夜間	矢島	齋藤		齋藤		
	予防接種	午後		●4週は15時迄	●（1・2・4・5）			
	小児専門		アレルギー外来 木曜日午後（1・2・4・5）・金曜日午後（2・3・4・5） 喘息 火曜日夜間（1・3・4・5）・金曜日夜間（1・2・4・5） 神経発達 月曜日午後（2・4）・月曜日夜間・木曜日午後（けいれん外来 金曜日夜間（1・2・4・5） 精神衛生相談 月曜日午後・金曜日午後 乳児健診 金曜日午後（2・4）					
整形外科		午前	岩森 下田	岩森 下田	岩森 下田	岩森	岩森 下田	長谷川(1)岩森(3) 下田(4)
		午後	岩森	岩森	岩森(手術時、休) 下田	岩森	岩森	
産科・婦人科 予約外は電話で相談下さい。		午前	北原 （2・4 10時～）	北原（10時～）	北原（9時30分～） 予約のみ	北原 予約のみ	北原（9時～）	北原（1・3） 西出（4）
		午後	北原	北原		北原（1・3）	北原	 前橋協立病院
		夜間					北原（17時～18時半）	
外科		午前		飯島 哲	飯島 哲	飯島 哲	大島	
乳腺外科		午後					長岡	 交代制
眼科		午前		山田		山田	山田	
骨/皮膚科		午前		茂木（骨） （8時半～10時）		工藤 隆（皮）		
健診		午前	●	●	●	●	●	

診療所／クリニック

風邪症状のある方は来院前にお電話下さい。

太田協立診療所

		時間帯	月	火	水	木	金	土
太田協立診療所 ☎ 0276-45-4911 午前 8：30～12：00 午後 14：00～17：00 夜間 17：00～18：30 予防接種期間中（10～12月）は、午後の診療が15時～となる場合があります。		午前	加藤 遠藤 朱（2・4）	加藤 遠藤	加藤 小泉	遠藤 服部	加藤 遠藤	遠藤（1・3・5） 加藤（3・4） 堀口（3） 吉岡（1・4・5）
		午後	小泉	遠藤（14時～）		増田 遠藤	加藤（15時～）	
		夜間		加藤（1・2・3）				
		内視鏡			野田（7・9・11月）		櫻井	小澤
		訪問診療	加藤		加藤	益田（隔週）	遠藤	
前橋協立診療所 ☎ 027-231-6060 午前 9：00～12：00 午後 15：30～17：00		午前	高柳（11時迄） 井上	高柳（11時迄） 竹内	桑原 谷口	高柳（11時迄） 井上	高柳（11時迄） 桑原	3日：高柳 17日：谷口 24日：井上 31日：桑原
		午後	高柳	桑原	井上	井上（1・3） 谷口（2） 桑原（4）	井上	
		夜間	高柳（17時～18時半）				高柳（17時～18時）	
桐生協立診療所 ☎ 0277-53-3911 午前 8：30～12：00 午後 15：00～17：00 夜間 17：00～19：00		午前 9：00～	西上	天貝（1） 西上（2・3・4・5）	西上	鈴木（1・2・3・5） 西上（4）	小林（1・3・5） 長坂（2・4）	西上（1・3・5） 片岡（4）
		午後 15：30～	西上	西上（2・3・4・5）	西上	西上	西上	
		夜間				西上（2・4）		
協立歯科クリニック ☎ 027-265-6601 午前 8：40～12：00 午後 火・金12：30～ 月・水13：30～ 木15：00～16：30 夜間 17：30～20：00		午前	半澤 萱間	半澤 萱間 （2・4・5）	半澤 萱間	半澤（1・3・5） 萱間	半澤（2・3・4・5） 萱間（1）	半澤（1・3・4・5） 萱間（2・4・5）
		午後	萱間	萱間	萱間	萱間	萱間	
		夜間		萱間（1・3）			半澤（1） 萱間（2・3・4・5）	