

神奈川みなみ
医療生協
機関紙

3
月号

みなみ

発行月 2021年 3月
発行所 神奈川みなみ医療生活協同組合
横須賀市衣笠栄町2-19
TEL 046(853)8105
E-mail h-sosiki2@k-minami.or.jp
URL http://www.k-minami.or.jp
編集 機関紙編集委員会

署名
その1

75歳以上医療費窓口負担2割化に 反対しましょう



「社会保障」とは全く無縁の改革

政府は、75歳以上の高齢者の医療費窓口負担2割化を柱とした、医療制度改革関連法案を閣議決定しました。2割化の対象となるのは年金収入で単身世帯200万円以上、世帯合計で380万円以上の人たちで、約370万人が負担増を強いられます。

現状の1割負担でも支払いを気にして受診を控えている人もいる中で、2割化となればさらに受診を控えてしまい、病状を悪化させてしまう人も増えてしまうことになります。この改悪を阻止するために署名を掲げ、社会保障の切り捨てを進める「全世代型社会保障改革」をストップさせましょう。

新設
→

3割 (単身で年収約383万円以上)	約130万人
2割 (単身で年収200万円以上)	約370万人
1割	約1,300万人

署名
その2

日本政府に核兵器禁止条約の 署名・批准を求めましょう

唯一の戦争被爆国である日本こそ核兵器廃絶の先頭に立つべき

核兵器の開発、保有、使用を禁じる核兵器禁止条約が1月に発効されました。しかし唯一の戦争被爆国である日本は、批准はおろか署名もしていません。アメリカの核の傘に安全保障政策を依存する政府は、国内から参加すべきと多くの声が上がっているにも関わらず「条約は核保有国が不参加なため実効性に欠ける」と述べています。唯一の戦争被爆国として「核兵器のない世界」を目指すのであれば条約の実効性を高めるために参加をすべきです。世界は核兵器のない平和な世の中を求めています。多くの声を署名で届け、核兵器禁止条約への参加を求める動きを強めていきましょう。

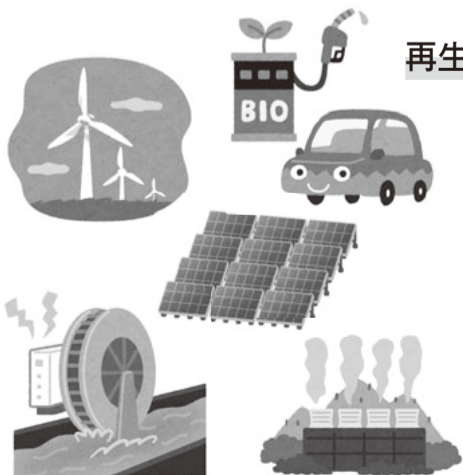


署名
その3

3・11東日本大震災から10年、 原発を廃止させよう

再生可能エネルギーへ転換し、原発ゼロへ

東日本大震災で起きた東京電力福島第一原発事故により、世界では原発から水力、風力、太陽光、バイオマス、地熱などの再生可能エネルギーへ転換が進んでいます。しかし事故が起こった日本では脱原発ではなく、今後もベース電源は原発にと考え、再稼働をすすめています。原発があるかぎり今後も事故のリスクがあることは間違いありません。今こそ再生可能エネルギーへの転換を進め、原発ゼロ基本法の制定を求めましょう。



再生可能エネルギー (一例)

今こそ

私たちの出番です!

署名で声を届けよう!

政府は全世代型社会保障改革による医療費削減や核兵器禁止条約への不参加など、国民の願いとは反対の政策をとっています。私たち神奈川みなみ医療生協では、誰もが安心して暮らせるまちづくりのため、社会保障の充実や平和活動を進めるための活動をしています。

今月号の機関紙には3種類の署名と返信用封筒を折り込みました。どれも私たちにとって大切な署名です。不満があるけれど何も行動をしないままでは、世界一おとなしい納税者のままです。行動の第一歩としてまずは署名を掲げて声を届けましょう。



三浦半島 地名の由来 13

逗子市 小坪

逗子市西端に位置し、小坪湾とそこから奥に深く切れ込んだ谷戸で鎌倉や逗子市中心部とも尾根筋によって隔たれた土地です。東側には逗子で唯一の自然海岸の大崎があり、大人も子ども磯遊びが楽しめるスポットとなっています。また、鎌倉時代より栄えた市内唯一の地場産業である小坪漁港やリビエラ逗子マリーナもこの町にあります。南部に位置する披露山公園西側からは縄文時代や弥生時代の土器片、遺跡などが発掘され、山頂の披露山公園からは逗子市全景、江の島、相模湾の海岸線、富士山などを一望することができます。

地名の由来としては、鎌倉時代の歴史書である「吾妻鏡」には「小坪」「小窪」「小壺」の3種の表記がありますが、いずれにせよ、周辺から隔絶した小さな土地(湾)であったことが地名の由来であったと考えられています。

目標達成に向けてラストスパート

さいごまでやりきろう月間です!

2月から、仲間ふやし(加入)と出資金増資の目標を達成するために「さいごまでやりきろう月間」に取り組んでいます。

今年度は仲間ふやし500人、出資金は2500万円を目標にしており、1月末時点で仲間増やしは261人、出資金は、2千119万7千5百円の到達です。

出資金の目標達成までもうひと踏ん張りですが、コロナ禍の影響により訪問行動などが行えませんが、お近くの支部運営委員や事業所などで加入・増資のご協力をお願いいたします。

2021年1月度 理事会報告

1. やりきろう月間のまとめについて話し合いました

1月に再発令になった緊急事態宣言に伴い医療福祉生協連から出された組合員活動の指針について報告を受け、2月・3月に取り組み予定のやりきろう月間については感染予防を十分に行い、できる活動を進めていくことを確認しました。

2. 「所在不明組合員」の「みなし自由脱退」の手続きについて確認しました

2018年12月までに「所在不明」となった組合員さんについて定款に基づき脱退の手続きを行います。対象は148名です。

3. 2020年12月度の患者利用者状況報告

外来患者：4,667人、訪問看護：120人
訪問ヘルパー：68人、デイサービス：128人
ショートステイ：59人、ケアプラン：259人

4. 2020年12月度の経営状況報告

12月度経常利益：マイナス95万1千円
累計経常利益：マイナス1,274万7千円

5. 2020年12月度 組織活動統計の報告

仲間ふやしは29人でした。出資金増資は130万円でした。

2021年1月末現在 組合員数 14,800人 / 出資金 423,919,000円

からだ動かそう!

健康 ヨガ

Lesson②④ ロケットのポーズ

効果：背中を強化して胸が開き、姿勢が改善します



- ① うつ伏せになり、手の平を上に向けて、伸ばします。息を吸いながら上体を引き上げます。
- ② いったん息を吐いた後、次の吸いこむ呼吸で両手足を引き上げて静止します。

やさしいヨガ教室



日時：毎週水曜日 ①9:45~ ②11:00~
定員：各回6名(要予約)
会場：ほっとスペースみなみ(医療生協本部1階)
料金：1回1,000円 ※組合員は、1,000円のうち500円を出資金とします。
問合せ：医療生協本部 ☎046-853-8105
監修/折戸めぐみ(横須賀ピラティス・ヨガ教室主宰・やさしいヨガ教室講師)

当選者の声

健康チャレンジ特別推進企画

景品を活用して

健康管理をします!

箕島君子さん(城北支部)



毎年、チャレンジに参加していますが、はじめて景品が当たりました。嬉しい!今回は体重測定を毎日しました。測定で

増減がよくわかり、体重が増えるのと体の動きが鈍くなるのを実感しました。運動をして体重管理をしなければと思つていますが、孫との生活のため3食しっかり食べて、たまに間食もしてしまうので体重管理に苦戦しています。景品の血圧計を活用して健康管理に努めていきます。

嬉しい景品が

当たりました!

川松賢治さん・ひろみさん(初声支部)



2人で入浴後に毎日体重測定して記録しました。その他にグラウングゴルフやウォーキング

をしました。会社勤めをやめてから、フレイル予防を兼ねて続けていることです。フレイルチェックをしても何も引っかけらず、健康診断結果も良好です。私は体温計、妻にはレシピ本が当たりました。体温計は老人会の活動で活用をします。これからも2人で健康づくりに励んでいきます。

介護相談室

Q & A

Q 介護保険料を滞納したらどうなるのですか？

A 介護保険料を滞納すると以下のような措置がとられることがあります。

利用しているサービスの費用を一旦全額負担して、あとから9割～7割の費用を還付してもらう「償還払い」の措置や、償還払いが一時差止になったり、差し止めた額から滞納保険料を差し引かれることもあります。また、未納期間に応じて3割の自己負担となるなど滞納の期間に応じて様々な措置が取られることがあります。ただし、災害や失業などやむを得ない理由がある場合、保険料の減免を受けられることがあります。いずれにしても、お支払が困難な場合は早めに各市町村の介護保険担当窓口にご相談ください。

質問募集中

介護に関する質問を募集しています。気になることやわからないことなどがあればお寄せください。



ショートステイ あごら 安護楽



カラーでないのが残念。メイクで女子力アップ！

2月といえばバレンタインですね。そこでチョコバナナ作りをしました。しかし、バレンタインなどと言っても高齢者

のみなさんにはあまり馴染みがありません。そこで女性の利用者さんが多かったこともありまして、チョコバナナ作り

前日にはマニキュア、当日は口紅をして女子力をアップ。みなさんとても可愛くなり、「いいわよ」「はずかしいわ」など言いながらも鏡を見つめる目はキラキラとして乙女になっていました。しかしチョコバナナの準備を始めるのと花より団子でした。真剣な眼差しでチョコバナナを作り、そして口紅をつけている

とメイクアップで女子力を上げる企画として楽しみました。題して「もうすべはるですねえ ちよっと気取ってみませんか」です。

前日にはマニキュア、当日は口紅をして女子力をアップ。みなさんとても可愛くなり、「いいわよ」「はずかしいわ」など言いながらも鏡を見つめる目はキラキラとして乙女になっていました。しかしチョコバナナの準備を始めるのと花より団子でした。真剣な眼差しでチョコバナナを作り、そして口紅をつけている

バレンタインで女子力アップ

介護スタッフ募集

- 勤務地: デイサービスみうら【三浦海岸駅徒歩2分】
デイ元気・ショートステイ安護楽
(夜勤アルバイトも募集)【葉山町 上山口小学校そば】
 - 給与: 時給1020円～1240円以上(経験・資格評価、昇給あり)
夜勤アルバイト(勤務時間: 22:00～翌8:00)
20,000円/回 ★週1日よりOK
- 問合せ: 衣笠診療所 ☎046-851-1062 担当: 関

小矢部支部

支部テーマ 地域にひろめよう 医療生協のわ



カラオケや体操もして、毎回時間はあっという間に過ぎます



※写真は2019年に撮影

小矢部支部は、おしゃべり会を中心に健康チェックや歩こう会の活動をしています。運営委員は少ないですが機関紙は13名の協力者が配付をしてくれていて感謝しています。「おしゃべり会」は、コロナ禍の影響から今年度は開催が出来ていませんので、いつも参加して

に足を伸ばすのはまだ心配なので、横須賀の街を歩くコースにしました。これからも出来ることを見つけて、楽しみながら医療生協の「わ」を拡げていきたいです。一緒に活動してくれる方を大募集しています！ご連絡は組織部まで。



おしゃべり会は楽しい集まり

くれるみなさんがお元氣が心配です。早く開催をしてみんなで楽しくおしゃべりしたいですね。今年度は室内での企画が軒並み中止となったことから、3月に歩こう会の開催を予定しています。遠く

組合員のひろば



思いつき 春の空気を吸いたい

心の中にモヤモヤを抱えながらも春はまた巡ってまいります。長い自粛期間が明けたら外に出て思いつき春の空気を吸いたい…。アレコレも楽しい空想をしています。私もコロナに負けないようにできることから頑張っています。

逗子市/KOKO

ヨガで 癒されました

コロナ、コロナで凝り固まった体に、「壁を使った犬のポーズ」で体も気持ちも癒されました。

横須賀市/三上洋子

健康チャレンジに 参加せずに反省

楽しんでいる機関紙

みなみが届きました。コロナ禍の中、対処方法などよくわかり心強いです。健康チャレンジにはたくさんの方が参加されています。健康チャレンジにはたくさんの方が参加されています。

葉山町/天野明江

もうすぐ 私の春の楽しみ

もう少しで春ですね。水温が温かくなる頃になると庭で飼育しているメダカや金魚の産卵が始まるのが楽しみです。

三浦市/K・S

貴重な年に 年女です

澄みきった青空、暖かい日差し、春も間近。毎日のウォーキングは梅や水仙の香りに足取りも軽くなります。今年は12年ぶりの2月2日の節分。貴重な年に年女。思いつき大きな声で豆まきと恵方巻を食べて、1年の無事を祈りました。

逗子市/佐藤君江

なかなか難しい パズル

初めてパズルに応募しましたが、なかなか難しいと思いました。機関紙には色々と有益な情報があります。

逗子市/井上典民

文芸コーナー

馥郁と庭の主の梅咲ける

葉山町 高梨民雄

時雨るや赤い灯潤む有楽町

横須賀市 河合滋晴

小鳥来て明日には開く木瓜の花

横須賀市 いさ子

如月や夫の命日偲びけり

横須賀市 佐々木美江子

日本こそ批准を

核兵器禁止条約発効の記事が掲載されていますが、被爆者の一人として大変喜ばしいことだと思っております。唯一の戦争被爆国の日本が批准をしないのは何とも解せません。

逗子市/佐藤君江

3・11東日本大震災から10年

これからも忘れずに 支援活動を

2011年3月11日に 発生した東日本大震災から10年。巨大津波と原発事故による未曾有の災害で多くの尊い命が失われました。犠牲になられた多くの方々のご冥福をお祈りするとともに、ご遺族の方々や今もなお避難生活を余儀なくされている

る皆様に、心よりお悔やみとお見舞いを申し上げます。神奈川みなみ医療生協では震災直後から職員を派遣し、現地での災害支援を行ないました。また、サバ缶の販売などの復興支援にも取り組んできました。

2月13日には東日本大震災の余震と考えられる地震が発生し、福島や宮城で震度6強が観測され10年経過した今も影響が続いています。災害大国日本で暮らす私たちは、いつ災害に直面するのかわかりませ

2020年度「みなし自由脱退」のお知らせ

生協法及び定款に基づき、組合員は氏名・住所の変更があった場合は速やかに届け出が必要となります。医療生協への変更届けがされずに連絡先がわからない場合は、脱退の予告があったものとみなし、理事会で確認を行い、年度末に脱退処理手続きをします。心あたりの方は医療生協本部にお問い合わせください。

(みなし自由脱退の処理について)

- 過去2年間、住所不明にて郵送物が返送された方が対象です。
- 定款に基づき脱退処理をした後、住所確認ができた場合は組合員復活または出資金返金の措置を行いません。
- 3月の理事会で確認、6月の通常総代会にて報告をします。

【連絡先】神奈川みなみ医療生協本部 (TEL)046-853-8105
2021年3月1日 神奈川みなみ医療生活協同組合

2021年度総代選挙公告

- 神奈川みなみ医療生活協同組合定款第44条・45条により、2021年度の総代選挙について下記の通り公告します。
 - 総代選挙区および定数
 - 横須賀第一選挙区40人
 - 公郷・衣笠栄町・池上・金谷・阿部倉・平作・小矢部・衣笠町・大矢部・森崎
 - 横須賀第二選挙区50人
 - その他の横須賀市全域
 - 三浦市全域
 - 三浦市選挙区50人
 - 葉山町全域
 - 葉山町選挙区28人
 - 逗子市およびその他の市選挙区32人
 - 逗子市・鎌倉市・藤沢市・横浜市の各診療所などにある所定の「立候補届け用紙」または「推薦用紙」に記入し選挙管理委員会に届けてください。
 - 立候補および推薦の受付期間
 - 3月1日(月)～4月10日(土)
 - 総代選挙期日
 - 5月10日(月)
- 2021年3月1日

3月号

おたのしみパズル

- ### ◆たてのカギ
- 支払うこと。
 - 漢字の偏の「一」。「破」「研」の左側にある部首。
 - 日本のプロ野球ドラフト会議はこの方法で抽選をしている。
 - 涙を出させること。「○○○○ガス」
 - 酒などに酔うこと。酔った状態。一面に芝の生えているところ。
 - 芝を植えてあるところ。
 - 茶の湯。仕事の合間のひと休み。
 - 同時代に生まれた、ある年齢層の人々。ジェネレーション。
 - 味をつけてやわらかく煮た豆。
 - こみやほり。
 - 屋根の下端の、建物の外壁より外に張り出している部分。
 - 金属製の容器。
- ### ◆よこのカギ
- 戦いのこと。
 - 政府の各省庁が行政活動の現状や将来の展望などについて発表する年次報告書。
 - 辞退・辞職したいという気持ち。「○○を表明する」
 - 軍隊に属し、士官の指揮を受けて軍務に服する者。
 - 電気を帯びた原子や分子。
 - 口汚く声高にのしる声。
 - 送り先と送り主の住所・氏名などを書いて荷物につける札。
 - 食事をしたり、くつろいだりするための部屋。
 - 海生軟体動物の一群で、10本の触手を持ち、墨は美味で料理に使用される。
 - 名前を書き記すこと。サイン。

出題：こぶた

①		②		③	④	⑤
⑥			⑦		⑧	
		⑨		⑩		
⑪	⑫			⑬	⑭	
			⑮			
⑯			⑰		⑱	
			⑳			

答

2月号の正解

8	4	7	3	5	2	1	9	6
5	9	2	8	7	6	4	3	7
6	3	1	7	9	4	8	5	2
1	7	4	9	2	3	6	8	5
2	8	9	5	6	7	3	4	1
3	5	6	4	8	1	7	2	9
4	2	5	1	7	8	9	6	3
7	6	8	2	3	9	5	1	4
9	1	3	6	4	5	2	7	8

応募総数50通
正解 (1+5=6)

〒238-0031 横須賀市衣笠栄町2-19
神奈川みなみ医療生協 しんぶん係
FAX:046-852-8238 E-mail:h-sosiki2@k-minami.or.jp