

神奈川みなみ
医療生協
機関紙

9
月号

みなみ

発行月 2022年9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

原水爆禁止
2022年世界大会

平和でふとかな 核兵器のない世界を

核兵器禁止の時代をひらく世界大会

広島と長崎に人類史上はじめて原子爆弾が投下され、一瞬にして二つの都市が壊滅し、21万人もの命が奪われてから今年で77年になります。2021年1月22日に核兵器禁止条約が発効しました。この禁止条約の

3年ぶりの実開催も代表派遣を断念

今回の世界大会はオンライン配信併用ですが、3年ぶりの現地開催となり、神奈川からも代表派遣がされました。神奈川みなみ医療生協でも3名を目標に代表派遣を準備していましたが、新型コロナウイルスの新規感染者数の急拡大の為、代表派遣を断念し、オンライン参加に切り替えました。来年の長崎大会には代表が派遣できるよう、準備を進めたいと思います。

ずし平和デー 2022

8月6日、9日は広島と長崎に原爆が落とされた日、15日は終戦(敗戦)の日です。毎年8月になると、様々な形で戦争と平和が語られてきました。その8月に逗子と葉山の神奈川みなみ医療生協の組合員を中心に、2011年から開催されているのが「ずし平和デー」です。

ずし平和デーは、実行委員会と逗子市との共催で行われ、ギャラリイ展示の会場で逗子市長によるオープニングセレモニーで幕が開けます。今年は18日から22日に行われました。

企画の参加者の多くがギャラリイを訪れました。今回は、被爆者の絵や写真の他、つばきの会会員の宮川千恵子さんの父濱中延吉さんの被爆状況を記した当時の手紙(複写)などが新たに展示され、宮川さんご夫妻からもお話を伺うことができました。展示物は、昨年遺品を整理中に発見されたそう、貴重な記録です。平和デー最終日の実行委員会の企画で、宮川千恵子さんともう1人の逗子の被爆者の方の証言DVDが上映されました。身近で体験を聞く機会が減りつつある中で、良い企画でした。

核兵器のない平和で公正な世界を

オンラインで参加した6日のヒロシマデー集会では、国連や政府代表、広島市長のメッセージが紹介され、海外代表や平和運動に取り組む高校生グループらが発言しました。

ICAN事務局長のベアトリス・フィン氏から



ICAN ベアトリス・フィン事務局長



「広島宣言」採択の様子

参加しているグループ、団体は少しずつ入れ替わっていますが、「戦争の悲惨さや平和の大切さ、いのちの尊さを、子どもたちに伝えていくためのイベント」として、コンサート、親子映画会、講演会、朗読会に加え、子ども向けの企画も増え

ストリア、ドイツ、ノルウェーなどが参加したことを歓迎すると述べました。しかし日本が不参加だったことに触れ、「次は参加できるし、私たちは参加させることができる」と粘り強い市民運動の継続を訴えました。

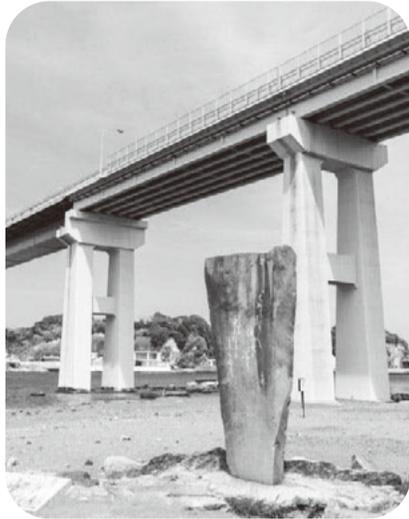
最後に、「広島宣言」として核兵器禁止条約の進展と核廃絶に背を向ける日本政府と核保有国に禁止条約参加を求める文書を提案、満場一致で採択され閉会しました。「広島宣言」の採択は参加者全員が「ペナント」を大きく掲げて確認しました。神奈川みなみ医療生協もこのペナントを現地に送りました。

～次世代へ伝えたい平和のメッセージ～
2022 ずし平和デー
LOVE & SMILE & PEACE
HIZUSHI HEIWA DAY
8月11日(木)・18日(木)～22日(月)
場 逗子文化プラザホール
【主催】ずし平和デー実行委員会 【共催】逗子市
【問合せ】小野(090-3400-1672) 村井(080-8643-2129)

三浦半島 地名の由来 29

遊ヶ崎 (あそびがさき)

三浦市の城ヶ島は東西に細長い地形で、東西南北にそれぞれ安房ヶ崎(東)、長津呂崎(西)、赤羽根崎(南)、遊ヶ崎(北)という岬があります。長津呂崎には城ヶ島灯台、安房ヶ崎には安房崎灯台が建っています。遊ヶ崎は城ヶ島大橋の城ヶ島側の下の辺り、北原白秋記念館の周辺になります。



遊ヶ崎 白秋詩碑

鎌倉時代、安全に娯楽が楽しめる場所を探していた源頼朝がわざわざ舟を使って遊びに来た。源頼朝が舟でこの地に来て蹴鞠をして楽しんだ。など源頼朝がこの地に遊覧し楽しんだことから「遊ヶ崎」と呼ばれることになったようです。

源頼朝は三崎のまちに三つの別荘も立てています。「桃の御所」といわれる見桃寺、「桜の御所」といわれる本瑞寺、「椿の御所」といわれる大椿寺がそうです。

源頼朝は三浦氏との打ち合わせや武芸の演習と称して、頻りに三浦に来遊していたようです。



「桜の御所」本瑞寺

2022年7月度 理事会報告

- 強化月間推進方針について話し合われました。**
10月・11月に実施される強化月間の取り組み方針について話し合われました。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、スタート集会や健康まつりは今年も中止になりました。コロナ禍で困難な状況にある人とつながりを持ち、解決する活動を通じて仲間を増やしましょう。健康チェックでの骨量測定は組合員は無料で実施します。仲間ふやしに活用しましょう。
- 組合員活動について話し合われました。**
7月から組合員活動の範囲を広げる目的で食事会と会食を再開することにしましたが、宣言は出ていないものの新型コロナウイルスの新規感染者数が増えていることから、8月からは再度中止することとしました。あらためて感染予防対策を徹底して活動しましょう。
- 2022年6月度の患者利用者状況報告**
外来患者：3,511人、訪問看護：115人
訪問ヘルパー：67人、デイサービス：120人
ショートステイ：59人、ケアプラン：218人
- 2022年6月度の経営状況報告**
6月度の経常利益はマイナス504万4千円
累計経常利益マイナス1,539万3千円
- 2022年6月度 組織活動統計の報告**
仲間ふやしは19人でした。出資金増資は128万8千5百円でした。

2022年7月末現在 組合員数14,156人 / 出資金404,053,500円

からだ動かそう!

健康 ヨガ

Lesson④1 膝立ちのポーズ

効果：股関節を伸ばす。体幹の前を伸ばす。

1. 膝立ちになって片側のすねを下ろし、反対側の足の裏をマットに付けます。
2. 体幹を前にして、体幹を前の足の上へ前傾します。後ろの腰をそってストレッチを感じます。
3. 片手を上げて、腕を天井に向かって伸ばし、股関節を伸ばします。ストレッチを感じます。10秒位やります。
4. 反対側もやって見ましょう。一回づつやります。



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)

ピラティス・ヨガ教室の
YouTubeチャンネルはこちら⇒



コラム

「マイナンバーカードについて考える」最終回

保険証のマイナンバーカード 代替原則義務化は白紙撤回を!

「マイナ保険証」の問題点について前号で紹介しました。全日本民医連の増田会長は「保険証を廃止し、マイナンバーカード代替の原則義務化の白紙撤回を求める」声明を発表しました。声明の概要は以下の通りです。

岸田政権が6月7日に閣議決定したいわゆる「骨太の方針」で、健康保険証の原則廃止を目指すとし、保険証の代わりにマイナンバーカードの導入を原則義務化としています。マイナンバーカードの取得は法令で国民の任意に委ねられていますが、保険証を廃止することは医療を受けるためマイナンバーカード取得を強制するもので、法令違反です。

国民健康保険であれば郵送、社会保険であれば会社を通じて保険証を受け取るので、役所に行く必要はありません。しかし、マイナンバーカードで受診するには、マイナンバーカードに内蔵された電子証明証の交換期限が5年のため、5年に1回は役所に行かなければなりません。さらに、10年ごとに訪れるカードの更新では、役所に出向き新しいカードの発行には10日以上かかるといわれています。保険証は月に1回の窓口提示ですが、マイナンバーカードは受診の度に読み取り機にかざす必要があります。マイナンバーカードは他人が扱うことは出来ず、総務省は「入所者の同意を得てカード裏面の個人番号をカバーなどで隠せば、カードを預かることも可能」と説明。しかし認知症の人など顔認証ができない場合は、暗証番号を職員が入力しなければならないなどの問題もあります。

個人情報一元管理する目的でマイナンバーカード普及を強制的に進めるために、保険証を廃止することは愚策です。患者・利用者はもとより、医療・介護現場で大混乱を及ぼしかねない「保険証を廃止し、マイナンバーカード代替の原則義務化」の白紙撤回を求めます。

従来の保険証での資格確認でも大きな問題はありませんし、命と健康にかかわる医療を人質にとって、マイナンバーカード取得を強制するようなことは許されないのではないのでしょうか。(正)

健康チャレンジ2022がはじまります

～健康習慣は笑顔でくらす、はじめの一步～

「神奈川まるごと健康づくり“健康チャレンジ2022”」が今年も始まります。おうち時間が増え、家にとじこもりがちになって運動不足になっていませんか？健康チャレンジに参加して健康習慣を身につけるきっかけにしましょう。チャレンジ期間は10月～11月の2か月間。この期間中の30日間（連続でなくても可）チャレンジを実施します。チャレンジシートに記録したら医療生協に提出してください。提出メ切は12月15日です。提出されたみなさまには達成賞を贈呈します。また、神奈川みなみ医療生協に提出をしていただいた方の中から、抽選で健康グッズなどが当たる企画は今年も実施します。

チャレンジシートは機関紙9月号に折り込みましたが、必要な方はお近くの診療所か本部事務所にお問い合わせください。

どなたでも参加できますので、お友達や知り合いにもおすすめをして「健康習慣」を広めましょう。



ショートステイ あご 安楽楽



最高の天ぷらとそば。Instagramでカラーの写真が見られます。

セントラルキッチンさんが来所して、揚げたての天ぷらを用意していただき、職員はそれに良く合う極上のそばをゆで上げ

安楽楽の夏の定番、流しそばは出来ませんが、揚げたての天ぷらとそばを楽しむイベントを開催しました。

揚げたての天ぷらと極上のそばを堪能

ました。揚げたてのサクっとした天ぷらに、きりっとしまったのごしの良いそばとの抜群の相性に利用者みなさん、それはもう幸せそうに召し上がっていました。流しそばが出来なくても今年も美味しい楽しい夏の企画が行え、そして何より、利用者みなさんの普段とは違うステキな笑顔が見られて良かったです。新たな安楽楽の名物としても良いかもしれないと感じた企画でした。

綿路 孝



Instagram
はじめました
医療生協の
介護事業を
のんびり発信!

→フォローはこちら



介護相談室

Q & A

Q 介護保険で利用できるグループホームとはどんな施設ですか？

A 認知症高齢者の方々を対象とし、より実生活に近い生活と家庭的なケアを実現するために作られた介護サービスで、通常5～9人の高齢者がヘルパーさんの助けを借りて共同で生活を送ります。

グループホームは認知症のある要支援2から要介護1以上の認定を受けている方を対象としており、認知症ケアを担う専門のスタッフが配置され、状態に応じた支援を通じ、認知症の進行を少しでも緩やかにすることが目的のひとつです。そのため、介護保険制度のグループホームでは認知症でない方の入居はできません。（障害福祉制度等の他の制度で運用されているグループホームについては、条件が異なります。）かならず医師による認知症の診断を受けていることが条件となります。また、基本的に住民票がある市町村に所在する施設を利用することになります。（例えば葉山町に住民票がある方が横須賀市のグループホームをご利用することは基本的にはできず、葉山町に所在するグループホームを利用することとなります）

グループホームはプライバシーの確保から、個室対応で寝るときやひとりで過ごしたいときは一人でのんびりできます。一方で、食堂で食事をしたり、共同のリビングでお仲間とテレビを見たり、スタッフとレクリエーションを楽しんだり、他の方々との交流を通じ、お部屋にこもりきりとならな

いよう、お一人お一人の状態に合わせ、それぞれの時間をバランスよく過ごせたり、また住み慣れた土地で、小規模かつ少人数で暮らすため新しい環境に対し心理的負担が比較的少ない、というメリットもあります。

まとめると、グループホームの入居条件は、①医師による認知症の診断を受けていること②65歳以上の高齢者で要支援2または要介護1以上の認定を受けていること③共同生活ができる程度の状態であること④施設のある市町村に住民票があることとされており、この中で「共同生活ができる程度」というのは、少し曖昧な表現ですが、各施設によって基準が若干異なることがあるので、入居を検討する際には、施設の担当者に相談の上、見学をして、雰囲気やひと月にかかる利用料金など（施設により異なりますが、約15万円から18万円前後の費用を要する施設が多いです）を見ておくとよいでしょう。



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。



組合員のひろば



参加しました

7月号1面の平和クルーシングに参加しました。その記事が載って(写真も)うれしく思います。いつも良い企画をされていてありがとうございます。三浦半島地名の由来はいつも楽しみに読んでいます。

横須賀市 鶴巻まゆみ

出かけた

8月9日の新聞で「新ワクチン10月にも接種開始」を読んで、時期が来たら夫と接種したいと思っています。そして、お墓参りや旅行に行けるようになることを祈ります。

三浦市 谷芳枝

すごい宣伝

マイナンバーカードについての記事、興味深く読みました。国の宣伝がすごいので、国への違和感を感じています。

横須賀市 田中洋子

洗っちゃった

カメラを洗ってしまいました。リュックサックの下に入っていることも忘れ、汗の臭いのついたリュックを洗濯機に入れて、干して、乾いたところで外ポケットの下の方に違和感を感じ、カメラであることに気づきました。残念!!さようなら

三浦市 宇津木和子

考えよう

マイナンバー保険証のことについて考えることができてよかったです

逗子市 飯村和子

癒しです

文芸コーナーが楽しみです。みなさんの句にほっと癒されています。

横須賀市 日下部淳子

楽しみです

「三浦半島地名の由来」をいつも楽しみにしています。今後も続けていただきます。今後も続けていただきたいと思っています。

葉山町 伏見末夫

幸せとはなにか

平和について考える夏休みとなりました。なにげなくいつも通りの日常を送れることが、本当に幸せなことであると、今

守ろう9条

みなみ医療生協が、平和活動に意欲的に取り組んでいる様子がよくわかる紙面でした。日本が戦争をしない国であるために、憲法9条を守りましょう。

横須賀市 長野和範

お元気で

暑さ・コロナ退散！気が薄れ年齢を感じます。皆様、お元気で活躍ください。

葉山町 高梨民雄

参考になります

組合員のひろばを最初に読みます。自分の生活の参考にさせてもらっています。

三浦市 斉藤真紀子

行ってみたい

「三浦半島地名の由来」はとても興味深いシリーズ

横須賀市 脇信之

暑さに負けず

今月のパズルは難しかった。夏の暑さに負けず解いてみました。早く涼しくなるといいですね。

横須賀市 河野明子

楽しみ

毎月楽しみにしています。皆様が企画してくださっている、いろいろなイベントにも時間をつくって参加してみたいと思っています。今から来月号も楽しみです。

葉山町 八木真紀

勉強しなければ！

「マイナンバーカードについて考える」マイナンバー保険証を使用できる病院が少ないのにマイナンバーを使う様、国が奨励している。医療費も高くなるのに。国民も勉強しなければ！

横須賀市 脇信之

年の八月は特に身にしみて感じました。
逗子市 小林絃子

ズです。いつか、その地へ行ってみたいと思っています。
三浦市 讚井節子

神奈川みなみ医療生協とともに、地域の皆さんに密着した事業を進めています！
一般社団法人メディアホープかながわ 045-624-8704

なぎさ薬局
三浦診療所前
三浦市南下浦町上宮田3262-4
☎ 046-889-2421
薬剤師さんを募集しています！
お問い合わせがありましたらご紹介ください

はまゆう薬局
衣笠診療所ななめ前
横須賀市平作1-12-7
☎ 046-850-3113
お薬健康相談会
毎月第3水曜日15時~16時半
お気軽にどうぞ

文芸コーナー

青春の時の速さよ夏のジャズ
横須賀市 河合滋晴

山の日の影絵雄大波静か
葉山町 高梨民雄

機関紙の感想、日頃のエピソードや文芸、俳句、和歌などもお待ちしております。

9月号

おたのしみパズル



◆たてのカギ

- ①水蒸気が上空で凍って、降ってくるもの。
- ②地中にすむ小さいけもの。穴を掘ってミミズを食べる。
- ③不完全燃焼のときに出る黒い粉。
- ④初心者。
- ⑦値段が高いこと。
- ⑧肉の質。食肉の品質。
- ⑨病気がけがなどが治ること。
- ⑫丸い形をしたもの。
- ⑬絵を描く才能。
- ⑮蒸した大豆にこうじと塩を混ぜ、発酵させて作った調味料。
- ⑯塗布作業や削り落とし作業に使用する薄く平たい道具。
- ⑰水分と甘味に富むバラ科の果物。有りの実。

◆よこのカギ

- ⑱キク科の多年草。花茎は「○○○○」と呼ばれる。
- ③卵形の実をつける野菜の一種。
- ⑥北の方にある国や地域。
- ⑨日本固有種の針葉樹。日本で最も多く植林された木。
- ⑩舌に刺激的で食べると熱くなるかも。
- ⑫木や草の生えてくるもと。種子。手品の仕掛け。
- ⑬英語で砂糖のこと。
- ⑮植物が出す、甘い汁。
- ⑯腹の真ん中にある小さくほみ。
- ⑰洋食を食べるときに使う小さい刀。
- ⑱猫の仲間の猛獣。
- ⑳体が大きく、力の強い動物。古くから家畜として飼われている。

出題：さまくん

①		②		③	④	⑤
⑥	⑦		⑧		⑨	
		⑩		⑪		
⑫			⑬		⑭	
			⑮			
		⑯		⑰		⑱
				⑲		

答

8月号の正解

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

応募総数37通
正解<1+1=2>

あて先

〒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