

協同の
力で

いのち輝く社会を つくりましょう

2020年度 活動の重点課題

1. 経営の健全・安定化をはかり、事業・地域・組織の「総合力」と「連携」で事業を継続・発展させ、安全・安心・信頼の質の高いサービスを提供し、無差別・平等の医療・介護の実践を進めます。
2. 「神奈川まるごと健康づくり」と健康診断を旺盛に進め、地域にヘルスプロモーション活動を広げます。
3. 仲間ふやしとつながりを広げ、“医療生協の地域包括ケア”の実践によって地域に安心のネットワークをつくります。
4. 誰一人取り残さない・取り残されない社会の実現をめざして医療福祉生協の理念やいのちの章典を実践する人づくりを進め、医療生協活動を内外に伝え広げます。
5. 憲法を生かし人権としての社会保障と平和を守る運動を進めます。
6. 当生協のあゆみをあらためて確認し、これからの継続・発展に向けて70周年企画を実施します。

6月20日(日)に衣笠商業会館において第78回通常総代会が開催されました。
新型コロナウイルス感染症の影響から、今回は参加者の安全を第一として規模縮小、時間短縮での開催のため、総代の皆様には書面議決書にて議案に対する意思表示の協力をしていただくことを基本としました。
時間短縮のためすべての議案を文書での提案とし、採択ではすべての議案が満場一致で採択されました。
2020年度も協同の力でいのち輝く社会をつくるために活動を進めていきます。



参加者全員を受付で検温しました

第78回通常総代会が開催されました

組合員のみなさまへ

組合員活動再開のお知らせ

新型コロナウイルスの影響により組合員活動を中止していましたが、7月より活動を再開します。

自粛生活により認知機能の低下やフレイル(虚弱)の進行、ストレスによる心身への悪影響などが懸念されることを踏まえ、感染予防に努めながらの活動再開となりますので、ご協力をお願いします。

手洗いや咳エチケット、人との距離の確保など基本的感染対策をしながら、また一緒に健康づくりやささえあい活動をしていきましょう

【開催にあたっての留意事項】

- ・3密(密集、密接、密閉)を避ける
- ・感染予防に努める(手洗い・手指消毒・うがい・マスクの着用・換気)
- ・参加者名簿を作成し、検温・体調確認の記録を残す
- ・時間は概ね1時間以内での開催とする
- ・体調不良(発熱・咳・倦怠感)のある場合は参加しない
- ・使用する施設の利用様式を守って活動する

議案採択の状況

すべての議案が満場一致で承認されました(議案)

- 第1号議案「2019年度事業活動報告承認の件」
- 第2号議案「2020年度活動方針及び収支予算承認の件」
- 第3号議案「役員選任規約の一部変更の件」
- 第4号議案「2020年度役員報酬決定の件」
- 第5号議案「役員選任の件」



すべての議案を満場一致で採択

《永年勤続表彰者》

〈常勤職員〉

- 30年表彰者 【在宅福祉センター】
- 20年表彰者 【衣笠訪問看護ステーション】
- 10年表彰者 【本部組織部】

中村美知子
川上 妙子
荷見 正則

〈非常勤〉

- 10年表彰者 【ショートステイ安護楽】
- 【デイサービスみうら】
- 【逗子診療所】

齋藤由美子
佐原 雅貴
吉野 美帆

《功労賞表彰者》

- 【衣笠診療所】
- 【在宅福祉センター】
- 【みうら訪問看護ステーション居宅】
- 【三浦診療所】
- 【逗子診療所】
- 【逗子診療所】
- 【本部組織部】

藤田 信行
松田 恵子
鈴木 弥生
秋田 彩智
吉野 美帆
磯野 陽太
荷見 正則

からだ動かそう!

健康 ヨガ

運動不足を解消しよう!

Lesson⑬ 武将のポーズ ①

ヒップアップ効果と二の腕をスリムに!

1. 左足を後ろに大きく一歩引き、足の幅を大きく開く。
左足のつま先は少し外側に向けて体と骨盤は正面をむける。
2. 胸の前で両手を合わせ、親指を交差する。
3. 両腕を天井に向けて上げ、肘を伸ばす。
息を吸いながら頭の真上に肘を曲げずに腕を上げる。
4. 腰を曲げ、深く落とす。
息を吐きながら右膝を曲げ、10秒〜20秒動かずにキープ。
息を吸いながら右膝を伸ばして、体を前に向ける。
息を吐きながら両手を胸の前で合わせる。

もう一度繰り返した後に反対側もやります。



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)

【上達のためのポイント】

ももの内側を締めるようにします。後ろ足のかかとからお尻のつけ根、足の裏側にぐっと力を入れてしっかり伸ばすとヒップアップ効果が上がります。

腰の回転を助けるために腹部を左から右にひねります。足のつけ根を下げ骨盤と胸を持ちあげます。肘をしめ、腕と胴体を上に伸ばす。その際、呼吸は楽にします。

ホームページにも体操動画を掲載中!

掲載したのとは別に3分〜5分ほどの体操、ストレッチ動画を紹介しています。

QRコードを読み取るか、**ホームページ**ホームページにアクセスをしてご覧ください。



各行政区で 健康診断 再開!

新型コロナウイルスの影響で中止になっていた健康診断が各行政区で再開となりました。

日々の健康づくりとともに病気の早期発見、早期治療が大切です。そのためには日頃からご自分の健康状態を知り、生活習慣を見直すためにも、ぜひ健康診断を受けましょう。

健康診断のご予約は… ●衣笠診療所 ☎046-851-1062 ●三浦診療所 ☎046-889-3388
●逗子診療所 ☎046-872-3530

2020年5月 理事会報告

1. 第78回通常総代会に向けて話し合いました
①総代会の議案について最終確認を行いました。
②総代会の運営や任務分担について確認しました。
2. 特別増資活動の取り組みについて話し合いました
新型コロナウイルスの影響で全国の医療機関や介護施設は経営が厳しくなっています。神奈川みなみ医療生協の事業所も健診の中止や、通院・利用を自粛される方が増え経営が厳しくなっています。この状況を乗り越え、地域医療・介護を守るために出資金の増資活動に取り組みます。
3. 組合員活動の再開について話し合いました
「緊急事態宣言」の全面解除を受け、7月から組合員活動を再開することとしました。再開にあたっては感染予防策をしっかりと行うようにしましょう。
4. 2020年4月度の経営状況
4月度の経常利益1,016万8千円。
5. 2020年4月度 組織活動統計の報告
仲間ふやしは12人でした。出資金増資は97万5千5百円でした。

2020年5月末現在 組合員数14,895人/出資金 414,282,500円

三浦半島 地名の由来 9

横須賀市平作

横須賀市平作は三浦半島の中央部、大楠山東側あたりの地域です。源頼朝の挙兵に加わり、さらに義経とともに平家追討のために戦った鎌倉時代の三浦一族の武将、平佐古為重の居住地であったと伝えられています。古くは平佐古、平佐久と書き正保改定図には平佐久村と記されています。

地名の由来については、平作の「平」は開けるの意で、「作」は入り組んだ地形、小さな谷・山の中段などを指す、「迫(さこ)」から由来します。

また、古代の氷蛭(ひひる)郷と平作との関係を指摘する説もあり、氷蛭の迫のことである「氷蛭迫」から訛り平佐古、平佐久を経由し、現在の平作となったという説もあります。





ショートステイ **あご楽**

安楽プチ運動会



貯筋体操の成果を発揮

安楽では毎日貯筋体操を行なっています。そこで日頃の貯筋体操の成果を発揮するためにゲームレクリエーション大会を開催しました。題して安楽プチ運動会です。

紅白に分かれて競技を行ないましたが、緊急事態宣言のさなかでしたので距離

が保てるように配慮をして、競技内容は個人戦をメインとしました。

ボーリング対決、風船バレー対決、個人戦の綱引き、長いタオルを足で引く徒競走で白熱した戦いが繰り広げられました。なかでも一番の盛り上がりを見せたのは綱引き。みなさんの夢中で綱を引く姿、そして筋肉は日頃の貯筋体操の成果を十分に発揮することができていました。

競技終了後は熱くなった身体を美味しいアイスクリームでクールダウン。夏に先がけて熱くなれた1日でした。

高梨卓也

新型コロナウイルス感染症が全世界に広がり、多くの生命を奪っただけでなく世界各国の社会経済や日常生活にまで影響を及ぼしています。特に医療機関では昼夜を問わない医療活動による医療従事者の疲弊がマスコミでも大きく取りあげられました。

同様に介護の現場でも衛生資材などが不足するなか、できる限りの工夫や知恵をしぼり何とか感染を防ごうと奔走している現状があります。しかし感染の心配からデイサービスやショートステイなどの利用を控える動きも見られ、その結果、多くの介護事業所では収入

の減少を余儀なくされ、経営状況の厳しさが増えています。一方、利用を控えることにより高齢者の心身機能への影響も少なからず見られていることや、家族の心身的負担が増えることによる悪影響も懸念されています。

また、サービスにおいては感染者が出た場合には休業は不可避免のため利

ケアマネから見た 新型コロナウイルス感染症 在宅介護への影響は

用回数制限などの自衛策をする事業所もあったため、緊急きよ他のサービスへの調整をしたり、国から送られてきたマスクの配布や給付金の手続きの相談など、通常の業務以外にも様々な対応に迫られてきました。

引き続き困難な状況が続いていますが、利用者や家族の方々の生活を守り続けて行く上で私たちは今何ができ、そして何をすべきかと日々自問しながら一歩でも前に歩を進み続けていかなくてはならないと考えています。

在宅福祉センター

内藤淳

スタッフ募集

◆ショートステイ安楽

夜勤専従スタッフ（パート）
勤務時間：22：00～翌8：00

★週1日よりOK！

給 与：20,000円/回
※処遇改善手当含む

◆デイサービス元気

介護スタッフ（パート）

勤務時間：8：00～17：00の間で応相談

給 与：1,020円～

※ヘルパー1級：1,030円/介護福祉士：1,050円～

勤務地：三浦郡葉山町上山口3182

（葉山クリニック併設施設です）
問 合 せ：☎046-878-8200 担当：堀越



平作城北支部

支部テーマ

班会や街健等で組合員の親睦を図り新しい仲間を増やそう

地域まるごと健康づくり

みなみのわ



平作城北支部（以下、城北支部）は衣笠診療所の前の道路を境にして東側の地域で活動をしています。組合員665名（5月末時点）、委員5名、配付者は38名で、班は8つあります。なかでも「あむあむ」「セラバンド」「手芸」「脳トレ」は内容の濃い指導で欠席者はほとんどありません。しかも、班員の多くが月謝代わりにと増資をしています。

また、毎月開催しているバザーは特徴的な活動です。捨てるには……、ほぼ新品の不用品などを持ってきてくれる人や安く買えて喜ぶ人など、いつも楽しい交流の場となっています。なかでも名物のちらし寿司とわらび餅は好評です。なお、売り上げの一部は毎年どこかで発生している自然災害の被災地へ、「三浦半島の片隅から応援していますよ」という気持ちを含めて義援金として送っています。忘れられないのは2016年に発生した糸魚川の大火の際に送った義援金について市長から丁寧なお礼状が届き、そのなかに「遠く三浦半島の方々が応援して下さい」という言葉も嬉しかったという言葉に感動したことを覚えています。小さな力も

皆々力をあわせれば大きくなれるのです。ぜひ、あなたもバザーや班会に気軽にご参加ください。お待ちしていますよ。



組合員のひろば

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います。

機関紙みなみを 楽しみました

「ちよこつと脳トレ」や「運動不足を解消しよう」、「薄味でおいしいメニュー」などにチャレンジして楽しかったです！
三浦市／三本保子

出来るのが 楽しみ

楽しみにしている脳トレにチャレンジしています。

元気をくれる 大輪の花

昨年の夏に友人からいただいたハイビスカスが次々と真っ赤な大輪の花を咲かせて、自粛中の私を元気にしてくれます。ありがとうございます。

逗子市／KOKO

初めて解けて 気分爽快

お楽しみパズルが初めて解けました。いつもみなみの数独はどうしてこんなに難しいのだろう？もう少し簡単な問題でもいいのでは？と思っていました。苦勞して解けて気分爽快です。

横須賀市／角田みどり

今まで気がつかなかった幸せや宝物をたくさん見つけました。この思いを大切にして第2波に氣をつけるように頑張ります。

逗子市／佐藤君江

キッチンペーパーで マスクが作れるとは

キッチンペーパーでマスクが作れるとは気づきませんでした。使い捨てマスクがなくなったので大助かりです。ありがとうございます。

葉山町／西和子

思ったより 難儀でした

「ちよこつと脳トレ」の紙面が楽しかったです。やさしそうと軽い気持ちで取りかかりましたが、なかなかで難儀しました。

葉山町／勝又成代

神奈川みなみ医療生協は今年で設立70年

民主医療運動に生涯をかけた医師

神原芳樹（衣笠診療所初代所長）



終戦直後は東京で民主医療活動に従事されていた神原芳樹医師。その後、横須賀市上町にあった神原病院を労働救済会の指定医療機関とし、横須賀における民主医療運動の先駆者となりました。

1955年（昭和30年）、衣笠診療所の開設以来所長として、また1961年（昭和36年）からは理事長を兼務され、働く人々の健康を守るために民主医療運動に身を捧げられました。衣笠診療所は開設当初より神原医師を中心とした献身的



患者、組合員の声をとても大切にしていたという神原医師の精神は、今も神奈川みなみ医療生協に引き継がれています。

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ホーブかながわ 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紹介ください

はまゆう薬局

衣笠診療所前
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

7月号

おたのしみパズル



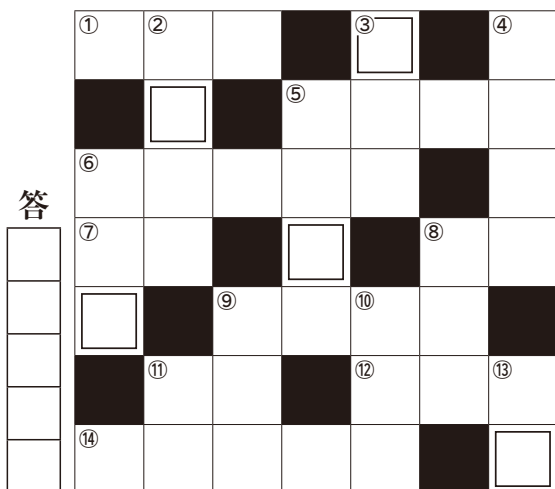
◆たてのカギ

- 長く生きること。長寿。
- 乗り物に乗るために設けられた場所。
- 甘いもの。甘いものが好きなこと。
- 食べ終わった後、口の中に残る味。
- 人の心を惑わせ、悪の道にさそいこもうとする悪い魔物。
- 岩石が気温・水・空気・生物などの作用によって次第に破壊されていくこと。
- 妊娠している女性。
- 安心して注意をおこたること。「○○○大敵」
- 子を育てる人。父や母。
- 動かすことができないほど

◆よこのカギ

- 土用の丑といえばこれを食べること。
- 物事の様子。
- 前もって決めた合図の言葉。
- 植物の花や葉を支える部分。
- 物のまわりの部分。へり。
- 物の端っこ。
- 二つ重ねること。二つ重ねること。
- スイッチが入っていること。
- 行き詰った状態を切り開いて解決に導くこと。
- 主将。船長。艦長。

出題：こぶた



答

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

6月号の正解

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

応募総数40通
正解(2+4=6)

当選者(敬称略)

●横須賀市／渡辺敏子・青木幸子・饗場悦子 ●三浦市／鈴木孝子・堀部憲司・三本保子
●逗子市／渡辺郁子・井上典民 ●葉山町 箕輪光子・富塚好美恵