

謹賀新年

楽しく、健康にそして 飛躍の1年になりますように!

2024年は「十干十二支」でいうと、41番目にあたる「甲辰^{きのえたつ}」です。「甲」は十干の始まりにあたり、生命や物事の始まりを意味します。「辰」は草木が伸長し、形が整い、活気にあふれている様子を表します。そのため2024年辰年は、昨年まで努力してきたことが実を結んで成就する年になり、辰年にさらなる努力をすることで、成功にスピード感を持って近づける年となるそうです。

昨年は健康まつりやバス旅行、地域訪問や食事会など様々な活動が再開されました。今年も楽しく過ごせるといいですね。空高く昇ろうとする龍のように気持ちも上向きに弾みますように。

今年も新年にちなんだ組合員さんの作品を集めてみました。ご覧ください。

浦賀支部の
みなさまの絵手紙



松原多鶴子さん



衣笠京子さん



平野サキさん



木村和子さん

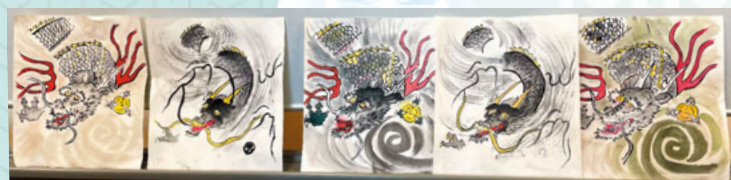


富塚鈴江さん



沼田美代子さん

ひなの会(南下浦支部)
のみなさまの作品



浅野民江さん



小菅弓枝さん

あけましておめでとうございます。
昨年末は新型コロナウイルス感染症が
やや下火になったと思われましたが、変
わってインフルエンザが猛威を振るい、
各所で集団感染が起こり三浦市内では小
中学校の学級学年閉鎖が相次ぎました。
まだまだ感染症防止対策に注意し日々を
お過ごし下さい。
そのような状況ではありましたが、昨
年は各行政区(診療所)での「健康まつ
り」が開催され賑やかさが少し復活し、
楽しいひとときを過ごしていただけたこ
とと思います。あらためて地域の皆様、
組合員の皆様とのつながりが医療生協活
動の中心であると再認識いたしました。
コロナ禍では外出を控え、室内にこも
りがちとなり自身の健康管理がおろ
そかになりがちでしたが、昨秋頃から
は健診の受診者も徐々に増加していま
す。自分自身の健康管理にも積極的に取
り組んで下さい。私自身も年齢を重ね、
人生の断捨離を行いつつも、多くの後悔
や自戒の念を抱えつつなんとか新年を迎
えることができました。
今年も皆様の健康づくりのお役に立て
るよう、職員一同心を一つにして全力で
医療介護に取り組んでいくことを誓い、
新年のご挨拶とさせていただきます。
どうぞ今年もよろしくお願い申し上げ
ます。



理事長
藁谷 収

新年のごあいさつ

三浦半島 地名の由来 33

荻野(横須賀市)

荻野(おぎの)は横須賀市西部に位置し、荻野川沿いに広がる細長い地域です。荻野小学校や、2020年3月に閉校になった県立大楠高校があります。大楠高校の正門には楠が植えられており、学校のシンボルだったようです。



大楠高校正門の楠

この地域では縄文時代早期の土器片、古墳時代の須恵器などが発掘されています。『吾妻鑑』にはこの地に住んでいたと考えられる荻野八郎など数名の人名が確認できます。地名としては戦国時代に「相模国三浦郡の荻野」が確認できます。江戸時代には三浦郡の荻野村となっています。

荻(オギ)はイネ科ススキ属の植物の一種で、河川敷などの湿地に群落を作ることから湿地のことを「オギ」と呼ぶ方言もあるようです。また、野はまだ耕作されていない平地のことを指すことから、湿地帯で荻が茂っている土地という意味になると考えられる地名です。



荻野川 コイやフナ、オイカワなどが生息しています。

2023年10月度 理事会報告

1. 生協強化月間について話し合われました。

支部・地域での強化月間の途中経過、取り組み状況が報告されました。逗子、三浦、横須賀で健康まつりが4年ぶりに行なわれ、多くの人が参加しました。また、バス旅行やウォーキング企画などが開催され、加入や増資につながり、昨年より増加しましたが、月間目標には届いていません。健康チェックは36か所で実施され、加入29件、出資金543,000円の到達でした。

2. 神奈川まるごと健康づくり「健康チャレンジ2023」について話し合われました。

チャレンジシート提出が始まっている状況が報告されました。各診療所の窓口には提出箱が設置されていることや、FAXや郵送での提出も受け付けていることが報告されました。チャレンジシートの提出期限は12月15日です。地域支部ではシートの回収や声かけを進め、500人の参加目標を達成しましょう。

3. 2023年10月度の患者利用者状況報告

外来患者：4,328人、訪問看護：108人
訪問ヘルパー：66人、デイサービス：111人
ショートステイ：49人、ケアプラン：241人

4. 2023年10月度の経営状況報告

10月度の経常利益は979万2千円でした。
累計経常利益はマイナス2,594万円でした。

5. 2023年11月度 組織活動統計の報告

仲間ふやしは42人でした。出資金増資は157万9千円でした。

2023年11月末現在

組合員数 13,646人／出資金 390,478,000円

からだ動かそう!

健康 ヨガ

Lesson⑤ 四つん這いのヒップアップのポーズ

効果：股関節の動きを強くする・ヒップアップ・体幹を強くする



1. 四つん這いになります

どちらかの足を伸ばして、息を吸いながら上げます。

少しキープして、背中が平らになります。

片方の足に体重をかけず、お腹に力を入れて体幹でささえます。

2. 息を吐きながら、下ろします。

股関節を伸ばします。

3. 反対側もやりましょう。

3回づつやってみましょう。

やさしいヨガ教室

日 時：毎週水曜日 ①9:45～ ②11:00～

定 員：各回7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⇒

強化月間しめくくり集会

12月15日 金 産業交流プラザで開催

医療生協強化月間の成果や活動を報告する「強化月間しめくくり集会」を開催しました。集会には職員・理事・組合員あわせて約40人が参加しました。

湊不二雄組織活動部会長の開会あいさつの後、荷見組織部長より強化月間中の特徴的な活動や到達状況についての全体報告から始まり、コロナ禍で中止せざるを得なかった「健康まつり」や「バス旅行」、「ウォーキング」「訪問行動」などが再開され、多くの人が参加することで加入や増資につながったことが報告されました。続いて、各行政区を代表して浦賀支部、北下浦支部、三崎西支部、逗子東支部、葉山南支部から活動報告がありました。それぞれ工夫をこらし、力を合わせて活動した様子を知ることができました。



たくさんさんの署名ありがとうございます 「現行の保険証残して」と宣伝行動

機関紙みなみ10月号に
返信用封筒といっしょに
折り込んだ署名「現行の
保険証を残してください」



理事・職員8名が参加

「現行の保険証を残してください」の署名が1,944筆とたくさん集まりました。12月19日時点で800筆の目標に対して、1,944筆とたくさん集まりました。12月21日の社会保障・平和運動部会終了後、JR衣笠駅前で、担当理事2名と生協本部職員6名の計8名で宣伝行動を行いました。短時間の行動でしたが、11筆の署名が集まり関心の高さを感ずることができました。現行の保険証があれば不要であり、税金の無駄使いで

じることが出来ました。

12月12日には岸田首相が健康保険証を予定通り2024年秋に廃止し、マイナンバーカードに一本化する事を表明しました。マイナンバーに関わるひも付けの誤りを総点検するとしながら、対象を限定し、ひも付け誤りを点検しただけで、個人情報報告のすべてに登録誤りがなければ調べるものではなく、不十分です。

保険証廃止以後もマイナ保険証を持たないすべての人に資格確認書を交付するとしています。現行の保険証があれば不要であり、税金の無駄使いで

しかありません。現行の保険証の廃止の中止・撤回を求めて、引き続き署名にご協力ください。



衣笠駅前で宣伝行動

猿島ウォーキング

ガイドツアーで史跡見学



11月25日（土）、健康づくり委員会主催の「猿島ウォーキング」を行いました。

5つの班に分かれ、猿島公園専門ガイド協会のガイドさんと職員・理事が各班について島内を見学して回りました。観光客も比較的少なく、天候にも恵まれてとても良い状況でのウォーキングでした。ガイドがつくことで、弾薬庫跡など、一般の方は入れないところの見学もできました。通常では気づかず通り過ぎてしまうような場所の説明があり、参加者からは大変好評でした。今回は医療生協加入を前提に、一般の方の参加も募り、当日に加入していただいた方が7人、出資金の増資15件をお預かりしました。

訪問行動（三浦） 三浦診療所が2回目の県営 上宮田団地の訪問行動を実施

12月13日、三浦診療所で組合員と一緒に、2回目の上宮田の県営住宅訪問行動を行いました。職員13名と支部役員3名、理事・監事3名が参加。8組に分かれて行動しました。



訪問前に資料を確認



訪問後は各班から報告

団地内で6名の孤独死があったことをきっかけに10月に訪問を開始。前回訪問できなかったところを回りました。出発前に、1月に開催予定の健康講話のお誘いしながら、団地住民から要望や困りごとを把握するという意思統一をし、14時から15時の1時間訪問を行いました。結果は、121件訪問し、49件の対話でした。訪問終了後、三浦診療所に戻って各班から報告を受け、共有をしました。

「今回も空室が多かった」「ベビーカーや三輪車などがあり、若い世代のお宅もあった。」「三浦診療所の患者さんのお宅があった」「健康講話に来てくれるという人がいた」などの報告がありました。前回の訪問時、訪問当日はお留守でしたが投函された資料を見て診療所に来院され、医療生協に加入し、健康診断や予防接種を受けられた一人暮らしの高齢男性のケースも報告されました。

今後、三浦海岸ハイツなど近隣の団地の訪問行動も計画していく予定です。

御神輿の受け入れや 上山口文化祭に参加 しました

活動報告
(葉山)



大人から子どもまで大勢が参加

8月に、上山口の杉山神社の御神輿の休憩所として旧葉山クリニックの駐車場を利用したいとの上山口町内会からの要請を受け、受け入れを行いました。11月には上山口町内会館で行われた「上山口町内会文化祭」に、午前中は「健康チェック」、午後は衣笠診療所の看護師長による医療講演「感染症のはなし」で参加しました。健康チェックは21名、医療講演には22名の参加がありました。コロナ禍で中止になっていたお祭りなどの再開で、地域とのつながりも戻ってきました。



組合員さんのお宅を訪問しました

旧葉山クリニックで健康診断・ 予防接種を実施しました

10月30日と11月27日に旧葉山クリニックを会場にインフルエンザ予防接種を行いました。それぞれ78名、27名と多くの方にご利用いただきました。50名定員のところ当日のキャンセルなどもありましたが、36名の方が受診されました。

健康診断や予防接種のお知らせで葉山南支部の担当理事、支部役員、職員が事前の訪問行動も行い、健康診断の受診を呼びかけました。来年も旧葉山クリニックでの健康診断の実施を計画しています。

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

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



2023年も戦争と増税に物価上昇で終わりましたね。辰年はどんな幕開けでしょうか。次々と「何々税」と付けて国民にしわ寄せですかね。

葉山町 菅原政子

大增税



機関紙の感想、日頃のエピソードや文芸、俳句、和歌などお待ちしております。

組合員のひろば

来年も

先日、隣の自治会館でバザーがありました。年々、会員も高齢化し、品物の種類も少なくなりました。でも、野菜沢山のまぜご飯、甘さ控えめのお饅頭…長年の主婦の絶品です。来年も食べられることを祈ります。

逗子市 渋谷洋子

医療や福祉に

自分たちの目先の利益だけを追い求めている自民党の議員たちに怒りをおぼえます。歴代の自民党政権はアメリカに追従し、軍事費を増額する一方で、国民のいのちとくらしを軽視してきました。税金は軍備ではなく、医療や福祉の充実のために使うべきです。今こそ政権交代が必要です。

横須賀市 長野和範

助成の充実を

加齢性難聴の方の補聴器購入費用の助成の記事。納得ですね。その他生活に必要な目や歯の治療費や、メガネ・入れ歯なども負担があり、購入を控えることもありま

横須賀市 笹瀬うらよ

機関紙みなみで

今年の6月から逗子市では加齢性難聴者の補聴器購入費用の助成が始まった事を、医療生協の機関紙で知ることが出来

逗子市 飯村和子

大楠山

昔は気楽に登れたのに、10年前は息切れしてへとへと。国際村からの階段がまさに心臓破り。足元しか見てなかった！山頂からの眺望がそれほど魅力的なら、「登頂」に挑戦してみようかしら。

葉山町 西和子

見える？

大楠山。戦中は登山禁止だったとか。そんなに軍港がみえるわけでもないけど。見えるか。

葉山町 岡峰夫

ひろばの仲間

10月26日のバス旅行の内容を読み、私も参加したかったと思いました。

逗子市 小矢洋子

新課題

高齢化社会に突入して、我が身を振り返る日々が多くなりました。

横須賀市 稲葉広美

バス旅行

コロナも種類になり、バス旅行が再開されたという記事かと思いきや、募集から開催までには苦労があったんですね。これから開催を楽しみにしている方がいらつやるのを励みによりしく願います。

逗子市 小林絃子

文芸コーナー

元日の小さき献立核家族

横須賀市 河合滋晴

おぞうにやかぞくの笑みもまたふえる

横須賀市 堀江美帆

猫まるでふだんのとおりお正月

横須賀市 堀江美羽

頑張りもそこそこにせん八十路の春

三浦市 宮川勝

朝日浴びツワブキの花ここにありと

葉山町 高梨民雄

晩秋の日暮れがはやく寂しけり

横須賀市 佐々木美江子



横須賀市 湯本直美

1月号

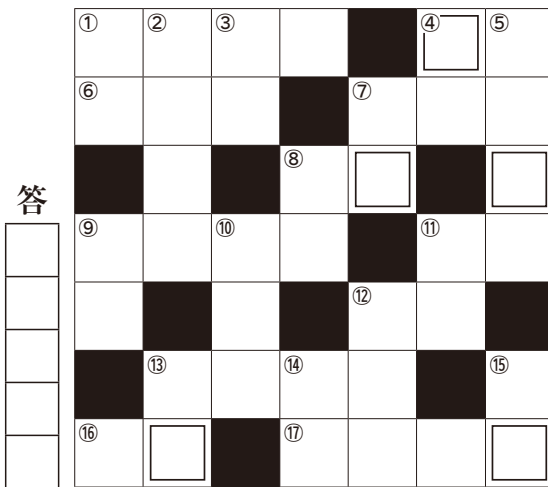


タテのカギ

①冬と夏の間の季節。
②ナラ、クリなどの枯れ木に生える食用キノコ。
③父や母の男の兄弟。
④封筒・容器・出入り口などを閉じてふさぐこと。
⑤同じ場所や両足を交互に踏み下すこと。
⑦男性が自分を指し示す言葉。
⑧鳥やけものをとらえる仕掛け。人をおとしめるはかりこと。
⑨泥が深く、藻(も)などが生い茂る水域。
⑩女の人が自分を指す言葉。
⑪日本固有の針葉樹。日本で最も多く植林された木。
⑫物事に対する強い意気込み。
⑬雪のような色。罪の容疑がないこと。

⑭睡眠中に本当の出来事のように頭に浮かぶもの。
⑮もうけ。利益。「お〇です」「ヨコの力」
①食卓で、はし先をのせておく小さな器具。
④ドレミのミの次の音。
⑦頭にかぶるもの。
⑧囲み。骨組み。物の周りを取り囲む線。「〇〇組み」
⑨とおりぬける穴。抜け道。
⑪木などが燃えた後に残る黒い物質。刺激的な風味。
⑫細長い管の形の、畑で作る野菜。お金を払うこと。払うお金の額。
⑬単位の前に付いて千倍を表す言葉。
⑰すぐれた作品。有名な作品。ヒント…初売りのお楽しみ

出題…さまくん



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

たてのカギ、よこのカギにしたがってマス目をつけて下さい。二重枠の文字を並べかえた言葉が解答です。その言葉と紙面についてのご感想を書き、右のあて先までお送り下さい。正解者の中から抽選で10名に図書カードをお送りします。(1月末日必着・発表は2月号) 抽選に間に合わないかったお便りは次号で抽選をします。

応募総数45通
正解(2+5+7)

当選者(敬称略)

横須賀市/稲葉広美 菱木文 松野邦雄 宮内絃一郎
三浦市/田原美子
逗子市/飯村和子 大堀剛 小林絃子
葉山町/小峰昭子 鈴木敬子