

# 神奈川みなみ医療生協 機関紙

11月号

# みなみ

発行月 2024年11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

## 共同組織活動交流集会在岡山

### 第16回全日本民医連共同組織活動交流集会在岡山

神奈川民医連から35人、神奈川みなみ医療生協から4人が参加しました。

#### 6年ぶりの実開催

9月29日(日)、30日(月)の二日間、第16回全日本民医連共同組織活動交流集会在岡山県で開催されました。オンライン開催となった山梨の集会をはさんで、横浜開催以来6年ぶりの実開催になりました。

1日目の全体会には約1,700人が参加しました。オープニングでは岡山東商業高校書道部による書道パフォーマンスと、岡山民医連紹介動画



岡山東商業高校書道部のパフォーマンス

の上映で会場は大いに盛り上がりました。能登半島地震への石川健康友の会の活動報告では、豪雨災害の状況も報告され多くの共感を呼びました。会場では「能登災害募金」が呼びかけられ、120万円もの募金が集まったとの報告を受け、会場は大きな拍手に包まれました。

ものがあり、多くの感動を呼びました。二日目の分科会では7つのテーマ、25の会場に分かれて演題発表と討論が行われました。神奈川からは6演題が発表され、神奈川みなみ医療生協は「三浦診療所での健康診断のお誘い電話かけ」について発表しました。

#### 第16回全日本民医連共同組織活動交流集会在岡山に参加して

松元ヒロさんによる記念ライブは、現在の政治や人権問題についてユーモアを交えて語りつつ、笑いの中にも真実に迫る

9月29日から30日に岡山県で開催された共同組織活動交流集会上に参加してきました。全国から1,700名

#### 支部長会議と強化月間スタート集会を開催

9月27日(金)横須賀産業交流プラザで、支部長会議と強化月間スタート集会が開催されました。支部長会議では、組織部長から今年度の到達状況と情勢報告を受けた後、健康チェックについての話があり、参加者が体組成計の操作を実際に測定しあい学びました。

スタート集会では逗子診療所の田縁看護師長を講師に、在宅診療についての話を聞きました。逗子診療所での在宅医療の様子や将来的に在宅診療が必要になった場合どうすればよいのかなどを学びました。また、強化月間での目標達成に向けて意思統一を行いました。

が参加されていきました。29日の全体会でのオープニング企画の岡山東商業高等学校の書道部による揮毫パフォーマンスには圧倒されました。指定演題の発表では、群馬県の「コミュニケーションバス運行取り組み」に興味をひかれました。既存バス停ではない団地内にもバス停があり、低料金で出かけるられるのとても良い案だと思いました。「テレ

ビでは会えない芸人松元ヒロさん記念ライブ」では、笑いの中に権力者への鋭い切り込みで大いに盛り上がりました。夕食交流会では他県の方々と同じ会場になり、良い刺激を頂きました。二日目は、テーマ別第6分科会「共同組織の“わ”を強め、新たな担い手をひろげる取り組み」に参加し、12の発表を聞きました。どの組織でも担い手と会員の高齢化の問題に直面し、その打開策にいろいろ工夫していることを知り、それぞれの発表が参考になる

お話ばかりでした。特に印象に残ったのは栃木県の「大学生とひろげる“わ”と愛媛県の「多世代参加の取り組み」ハロウィンナイト」、大阪の「子育て世代への認知度アップと次世代へのパトナタッチへの礎づくり」子ども夜店まつり」でした。私たちの生協でもこのような取り組みができると思います。共感と多くの学びのある貴重な時間を過ごすことが出来ました。

北下浦支部 土橋待子



石川健康友の会の報告



実際に測定して学びました

#### 医療生協強化月間スタート

### 三浦半島 地名の由来 51

いっきづか  
一騎塚 (横須賀市)

横須賀中央駅から衣笠十字路を通り、横須賀市民病院、三崎へ向かう三崎街道の途中に「一騎塚」のバス停があります。左側に緩やかな峰が連なる武山(標高202m)、山頂には三浦三不動の一つとして知られる武山不動院が建っています。この登山道の近くに一騎塚があります。



一騎塚バス停

鎌倉時代(1213年)の和田合戦で、和田義盛に加勢した武次郎義国が、ただ一騎この地から鎌倉へ馳せ参じて戦い、討ち死にしたのを里人が哀れんで、塚を築き霊を弔ったという伝承に由来しています。

塚の中腹のがけには3基のいかめしい青面金剛(庚申供養塔)が建っています。階段の上には不動明王像、聖徳太子塔、そして富士登山信仰地蔵尊像などが散在しています。庶民信仰を物語るこれらは、横須賀市指定史跡及び有形民俗文化財に指定されています。



庚申供養塔

武山不動院の初不動は1月28日で多くの参拝者でにぎわいます。ハイキングコースもあり、一度お出かけになったらいかがでしょうか。 K・S

からだ動かそう!

## 健康 ヨガ

### Lesson⑥ 腰上げのポーズ

効果：お尻の筋肉をひきしめる。肩凝りにも効果。

1. 仰向けになります。ひざを曲げて手のひら下にします。
2. 息を吸いながら、かかとを踏み込んでお尻を持ち上げます。
3. 10秒くらい自然な呼吸にします。
4. 息を吐いてゆっくりお尻を下に戻します。足を伸ばしてリラックスします。2回やってみましょう。



### 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⇒



## 2024年9月度 理事会報告

1. 事業所強化月間の取り組み状況について話し合われました。  
 診療所や介護施設など事業所で取り組まれた強化月間の取り組みと、到達状況が報告されました。新規組合員加入は苦戦が続いている一方で出資金増資は奮闘が続いています。  
 10月から始まる地域支部での強化月間の準備状況についても報告されました。ほとんどの支部が健康チェックに取り組む予定で、バス旅行なども検討されています。また、各行政区では健康まつりや統一訪問行動も計画されています。月間の成功に向けて意思統一を行いました。
2. 神奈川まるごと健康づくり「健康チャレンジ2024」について話し合われました。  
 チャレンジシートの配布状況や、各支部での準備状況などが報告されました。参加賞について検討した結果、「名入れ歯ブラシ」に、抽選で当たる賞品も握力計などに決定したことが報告されました。10月からチャレンジ期間が始まります。500人の参加目標を達成させるために声かけ等進めましょう。
3. 2024年8月度の患者利用者状況報告  
 外来患者：3,170人、訪問看護：128人  
 訪問ヘルパー：61人、デイサービス：117人  
 ショートステイ：56、ケアプラン：278人
4. 2024年8月度の経営状況報告  
 8月度の経常利益は▲337万8千円でした。  
 累計経常利益は▲1,279万2千円です。
5. 2024年9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232万1千円でした。

2024年9月末現在 組合員数 13,265人 / 出資金 375,682,500円



神奈川県生協大会開催

一人ひとりが

大切にされる社会を

神奈川県生協大会は「私たちのくらしにとつて重要で社会的なテーマを学習し、深め合い、今後の活動に結びつけることにより、くらし

を守りくらしをより豊かにしていくきっかけの場」にすることを目的に実行委員会を立ち上げて、企画づくりから当日の運営についても役割分担して毎年開催しています。

今年度の基調講演はサイエンスインストラクターで東北福祉大学防災士養成講座講師である阿部清人さんより、自助・共助・公助について、楽しい実験も交えながらお話しいただき、日頃の防災訓練や応急手当を学んでおくことの大切さを学びました。



棒反応テスト



# つながりづくりで助け合い 医療生協の出番です

## 「医療・介護相談会」(食糧支援)を開催



平作の組合員ルームで開催しました

値上げの波が止まらない異常な物価高騰に賃金と年金が追いつかず、政府の調査でも6割の方は生活が苦しいと訴えています。コロナが落ち着いた現在も、非正規労働者や女性、学生など、社会的に弱い立場にある方が、失業や労働時間が減るなど更に困難な状況に追い込まれています。

日衣笠診療所近くの組合員ルームの軒先で行われ、あいにくの雨にもかかわらず11人のご利用が有りました。日頃の想いを延々と話して行かれる方、高齢になり先行きが心配、しかし相談できる方がいない方など、私たちの今後の取り組みに課題を感じた日でした。又生活相談が1件有りました。継続して支援していく予定です。今回も衣笠診療所やご近所に300枚のチラシを配布、医療生協の各支部に食料提供を呼び



食料品や日用品などたくさんの援助を頂きました

掛けるなどを行いました。お米不足などの騒動もあり、出足は鈍かったものの40名以上の方より沢山のお米、レトルト食品、缶詰などの食料品、資金の援助を頂きました。ご協力ありがとうございました。 K・S

## 健康チャレンジ はじめていますか？

10月から「健康チャレンジ2024」のチャレンジ期間が始まっています。組合員のみなさんはもうチャレンジしていますか？まだの方は今日からでも始めましょう！

昨年のチャレンジで改善したはずの生活習慣、元に戻っていませんか？運動不足や筋力の低下を感じていませんか？生活習慣改善のきっかけとして健康チャレンジを活用し、より良い生活習慣づくりを目指してチャレンジしましょう。

**チャレンジ期間**  
**10月～11月のうち30日以上**  
**チャレンジシート提出しめきり**  
**12月15日**  
(郵送、FAX、各診療所などに提出してください)

# 9・26いのちまもる総行動

## 医療・介護・福祉の予算増求め



神奈川みなみ医療生協から5人が参加

医療・介護・福祉の予算増などを求める「いのちまもる総行動」が9月26日、日比谷野外音楽堂で行われました。2,400人が現地参加し、200カ所でのオンライン視聴さ

れました。集会後は「現在の健康保険証なくすな」「医師・看護師を増やせ」「賃金を大幅に増やせ」と東京駅までパレードを行いました。主催者のあいさつで、日本医師連の佐々木悦子委員長は、5年間で43兆円の大軍拡を政府が堅持しながら「社会保障が歳出改革の最大の標的にされている」として「政府

の姿勢を一刻も早く国民第一に転換させないといけない」と訴えました。

能登半島地震被災地から全日本国立医療労働組合七尾支部の石川裕馬さんが「地震からの復旧の矢先に、豪雨災害が生活基盤を破壊した。こんな時こそ国に公的資金を使つてほしい」と述べました。

また、コメディアンの松元ヒロさんのトークや、各分野からの発言、日本医師会と日本歯科医師会のメッセージなどが紹介されました。神奈川民医連からは87人が参加。神奈川みなみ医療生協は職員・組合員5名が参加しました。



## 笑顔いっぱい お楽しみ健康マルシェ



葉山

10月半ばというのにまだまだ暑い16日午後、旧葉山クリニックの待合室を会場に「お楽しみ健康マルシェ」が行われました。マルシェとはフラン

ス語で市場を意味する言葉で、支部の手作り品(飾り箱・ポーチ・布ぞうり・マスクなど) 本部の復興支援品(ゆべし・竹炭豆など)や、葉山の地域作

業所が作品(エプロン・缶バッジなど)を出店した、葉山の南・北・一色の3支部合同の企画です。体組成計と骨量測定、健康チェックは待合室前の通路で行い、20名が参加。待合室のすぐ脇にコーナーを設け、一杯200円の美味しいコーヒーを提供しましたが、訪れた方の交流の場となりました。クリニックの閉院やコロナ禍で久しぶりの企画でしたが、何人もの懐かしい顔が見られました。40名ほどの参加ですが、ショートステイ安楽の利用者さんも参加して、品物も売れ、加入や増資もあり、みんなが楽しむという目標を達成したなごやかな一日でした。 S・T

# 組合員のひろば



## 再設置を

横須賀市は1984年

「核兵器廃絶に関する決議」を市議会の全会一致で可決、1989年横山市長が「核兵器廃絶・平和都市」を宣言し、1992年深田台の平和中央公園に著名な彫刻家、最上寿之さんが設計し、「核兵器廃絶」「平和都市」の文字が刻まれた平和モニュメント「ヘーワ オーク ナーレ」が建設されました。しかし横須賀市は2020年、老朽化により安全性に問題が生じた平和モニュメントを解体撤去し、新たなモニュメントを設置しましたが「核兵器廃絶・平和都市」の文字は明記されていません。横須賀市は「核兵器廃絶・平和都市」であることを示すモ

ニユメントを再び設置すべきです。  
横須賀市 長野和範

## 感謝

阿部倉支部の「はたけ班」で取れた「むかご」をたくさん入れて、むかごご飯を炊きました。おかげで、夏野菜の酢醬油漬。旨しービールとヨーグルトのデザート付。第2回目の暑気払い、ごちそうさまでした。  
横須賀市 T・T

## 健診結果で

健康診断いつ行こうかしら…前回の健康診断は胃カメラの結果が少し心配でしたが、無事何でもなければ出資金を奮発しようかと決めて受診しました。先生から「今のところ心配ありません」と言われたので、出資金を増資しました。  
逗子市 愛敬子

## 知らせよう

「多くの人に医療生協を知ってもらおう」という記事を読み、本当にそうだなあと思いました。近所に住む知り合いと病院について話す機会がありました。存在は知っていたが、近いのに言った事がない」との事。そこで、「予防接種や健康診断も気軽に行けるし、スタッフの皆さんも親切です」と「だよ」と宣伝しておきました！口コミで仲間を増やすことも大切なあと改めて感じました。  
逗子市 藤田愛

## 医療生協でつながろう

超高齢化が進む中、世代を問わず「社会的孤立」が問題になっています。医療福祉生協が掲げる「集まろう」「話そう」

「つながろう」の精神で仲間づくり・健康づくりをめざし、フレイル予防のためにも社会とつながってほしいと思っています。  
逗子市 小林紘子

今年の夏はクーラーが大活躍の日々で本当に暑かったです。10月も半ばになり、過ごしやすい気候に一変しました。自分の体は自分で守る。誕生月に毎年健康診断を受けています。地名の由来、横須賀と逗子が合併していたこと知りませんでした。  
横須賀市 中島恵美子



横須賀市 稲葉広美

## 毎年受けています



## 文芸コーナー

### 俳句

秋彼岸ふと父母の所作墓参り  
店に入りまずは消毒済の秋  
月を見て夜にふく風気持ち良い  
稲刈りのむこうは青い遠い山  
生きるのがふと億劫な秋の空  
友白寿安楽で祝い秋日和

葉山町 高梨民雄  
横須賀市 河合滋晴  
横須賀市 堀江美帆  
三浦市 堀江美羽  
三浦市 宮川一滴  
葉山町 石井富喜子

### 短歌

刈入れを終えた日暮れの田圃道  
葉山の棚田稲の香ただよう  
ノーベル平和賞の受賞をたたえ  
あまた被爆者と共に喜ばん

横須賀市 三堀千鶴子  
逗子市 湊美根子

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。

## 11月号

# おたのしみパズル



### ◆たてのカギ

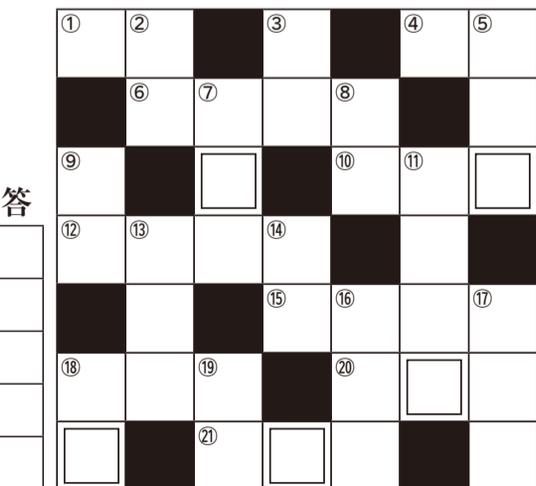
- ②病气やけがを手術などによって治療する医学分野。
- ③小さな魚。取るに足りないもの。
- ⑤重量。
- ⑦自分のやっていることや周りの物がわかる心の働き。
- ⑧地中に打ち込んで目印や支柱にする棒。
- ⑨仕事の合間など、自由に使える時間。
- ⑪女性の忍者。
- ⑬一回。いつべん。
- ⑭息子の妻となる女性。「〇〇入り」
- ⑯出たり入ったりする様子。
- ⑰少し食べたり、なめたりして、食べ物の風味を調べること。

### ◆よこのカギ

- ①光をささぎって映し出される物の形。
- ④晴れた空のような色。三原色の一つ。
- ⑥外国との交流・通商を始めること。
- ⑩昔の戦国時代の合戦のこと。
- ⑫素晴らしい行い。「前例のない〇〇」
- ⑮物事を伝える媒体。新聞・雑誌・テレビなど。
- ⑰いくつもの丸い実をつける果物。
- ⑳今より前のある時。その時。しばらく。
- ㉑透明ではないこと。「〇〇酒」

平安時代の儀式に由来し、子供の長寿と幸福を祈願するために行なわれる。

### ヒント



### 答

〒238-0031 横須賀市衣笠堂町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

出題：さまくん

## 10月号の正解(二例)

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

応募総数31通  
正解(3+8=11)

当選者(敬称略)  
●横須賀市/稲葉広美 ●中島恵美子 ●三浦市/宇津木和子  
●逗子市/坂村和子 佐藤若江 田中広江 春澤佐陽子 ●葉山町/高梨民雄 柳本節子