

# 神奈川みなみ医療生協 機関紙

9月号

# みなみ

発行月 2025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 https://www.k-minami.or.jp  
 編集 機関紙編集委員会



会場は多くの参加者で埋まりました

## 原水爆禁止2025年世界大会 ～核兵器のない平和で公正な世界を～

8月3日から9日まで、広島と長崎で原水爆禁止世界大会が開催されました

### 核兵器廃絶を訴える宣言

長崎市民会館体育館で開かれたナガサキデー集会は3200人の参加者で2階席や第2会場の文化ホールまで埋まり、「核兵器の完全廃絶に向けて今こそ行動に立ち上がる」と誓い合い、米国の原爆投下による惨禍から80年の節目となる「原爆の日」を迎え、「長崎を最後の被爆地に」との思いに包まれました。

### 現地へ代表を派遣しました

神奈川みなみ医療生協からも三浦診療所の看護師の小川千秋さんと北下浦支部運営委員の土橋待子さん、本部組織部の中村静夏さん、理事の宮川初江さんの4名を長崎大会に代表派遣しました。



神奈川みなみ医療生協の代表団

### 参加報告① 三浦診療所看護師 小川 千明

今年の原水爆禁止世界大会に、本部の中村静夏さん、組合員さんの宮川初江さんと土橋待子さんの4人で、8月7日(木)～8月9日(土)の3日間参加させていただきました。土橋さんとは、昨年の広島に次いで、二人とも2回目の参加となりました。

神奈川県代表団として羽田空港で集合し、羽田空港8・15分の全日空の飛行機に搭乗し、10・15に長崎空港に到着しました。神奈川県代表団は2台のバスに乗り長崎市内で1時間弱かけて移動し、私たちはJR九州ホテル長崎に荷物を預けて、長崎市民会館体育館で、被爆80年長崎のつどいに参加しました。原水

それは80年ちかくの間、戦争で核兵器は使用されてこなかったということである。日本被団協やそのほかの被爆者の代表者らによる並外れた努力は、核のタブーの確立に大きく貢献した。と聞いています。長崎の集いでは、実際に被爆された方のお話も伺うことが出来ましたが、原爆被害者の現在の平均年齢が85歳となっており、被爆2世の方や、胎内被爆をされた方のお話を聞くようになってきており、直接体験された方から語られていくことが困難になっていることが怖いと感じました。

2日目は分科会に参加し、自分は動く分科会の被爆遺構めぐりに参加させてもらったのですが、10名ほどのグループに分かれて、現地のボランティアガイドさんが案内してくれました。市の中心地に、大きな被害があったことを思い知らされました。本当は佐世保を狙っていたが、雲が多くて、

ちょうど雲の切れ間があり、落としたところが、浦上天主堂であり、後々アメリカはバツが悪かった事や、世界各国の赤十字が救援を申し出てくれたのに、アメリカが外の悲惨さが明らかになつてしまったため、救援させなかったことなども知りました。

3日目は長崎デー集会に参加し、世界各国からの団体が集まり平和を呼びかけました。今日も地球上に12000発の核弾頭が存在し、その中の4000発は即座に発射可能な配備がされていることが本場に恐ろしいです。日本が核兵器禁止条約に賛同していないことがなんでだろうと思えます。自分に出来ることを考えると、この経験を人に話すこと、他人事と思わないで自分の事として考えることが大切だと思いました。このような貴重な機会を与えて頂きありがとうございます。

ちようど雲の切れ間があり、落としたところが、浦上天主堂であり、後々アメリカはバツが悪かった事や、世界各国の赤十字が救援を申し出てくれたのに、アメリカが外の悲惨さが明らかになつてしまったため、救援させなかったことなども知りました。

3日目は長崎デー集会に参加し、世界各国からの団体が集まり平和を呼びかけました。今日も地球上に12000発の核弾頭が存在し、その中の4000発は即座に発射可能な配備がされていることが本場に恐ろしいです。日本が核兵器禁止条約に賛同していないことがなんでだろうと思えます。自分に出来ることを考えると、この経験を人に話すこと、他人事と思わないで自分の事として考えることが大切だと思いました。このような貴重な機会を与えて頂きありがとうございます。

### 参加報告② 北下浦支部 土橋 待子

8月7日(木)から9日(土)の日程で長崎で開催された「被爆80年・原水爆禁止2025年世界大会」に参加致しました。

被爆者故渡辺千恵子さんの壮絶な半生を合唱、語り、音楽で表現された合唱組曲をお聴きし、彼女だけで無く、被爆者の方々が、どれほどの、苦しみ、また、辛

い人生を送られたかと思うと、涙が止めどなく流れて拭う事が出来ませんでした。被爆80年になろうとしているなか、世界は、核兵器の使用が「身近な存在」になる方向に進んでいる現在、我が国は唯一の戦争被爆国であり、また戦争放棄の憲法を持つ国として、それにふさわしい行動を求められ

### 参加報告③ 本部組織部 中村 静夏

原水爆禁止世界大会に初めて参加させていただきました。今回、大会に参加し始めるに思うのは、原爆被害は日本政府の開戦とアメリカの原爆使用による戦争被害であり、普通に暮らしていた人々の人生が一瞬にして変えられてしまった事を、何と言葉にすれば良いのかわかりません。命は助かったものの今も原爆の影響で身体が思う様にならない人、被爆者であるが故に結婚できなかつた人、被爆者と知られ差別にあつた人、被爆者と聞いて仕事を辞めさせられた人など、自分が原因を作ったわけでもないのに苦勞の人生を過ごし今共に

準備・大軍拡、守ろうと暮らし」では、大分県から住宅地に隣接している自衛隊弾薬庫と、由布院駐屯地の長射程ミサイル配備について、佐賀県からは佐賀空港オスプレイ等配備について、神戸からは、「神戸方式」の形骸化を許すな！という発言がなされました。横須賀に住み、米軍基地自衛隊駐屯地がある私達にも関連のある話題で色々考えさせられることばかりでした。

この大会に参加して自分のできる事を見据えて、一歩一歩進んで行きたいと思いました。

世の中を希望します。

# 三浦半島 地名の由来 60

## 「鷹取山」(横須賀市)

鷹取山は横須賀市の北部逗子市との境にある山で、切り立った岩肌が群馬県の妙義山に似ていることから「湘南妙義」とも呼ばれています。標高139mの鷹取山は、山並みは東西に連なり、展望台のある岩山が山頂です。山頂からの眺めは抜群で、晴れた日には富士山から伊豆、箱根、房総半島まで雄大なパノラマを楽しむことができます。山頂付近の岩山には巨大な磨崖仏が彫られていて、名所のひとつとなっています。鷹取山から神武寺に抜けるハイキングコースは、四季を通じて楽しむことができます。山頂にそびえ立つ岩肌には無数の穴が開いていますが、ロッククライミングの練習で打ち込まれたハーケン跡の跡です。現在では鷹取山公園での岩登りは禁止されています。



鷹取山公園

鷹取山の由来ですが諸説あり、戦国時代の武将である大田道灌がこの付近で鷹狩りをしたことにちなみ、その名が付いたという説と、山に鷹が数多く生息していたことから、「鷹取山」と呼ばれるようになったという説。また、高い場所を示す言葉の「タカト」が転じて「タカトリ」となり、「鷹取」という文字が当てられたという説があるようです。



鷹取山の磨崖仏

## 2025年7月度 理事会報告

- 第84回通常総代会のまとめについて話し合いました。**  
6月29日(日)に第84回通常総代会が横須賀商工会議所で開催されました。200人の総代のうち、186人(実出席77人、書面出席109人、欠席14人)が参加しました。議案の提案は具体的な事例を用いて説明され、参加した総代からはわかりやすいと好評でした。
- サマー増資の取り組みについて話し合いました。**  
7月・8月に取り組んでいるサマー増資の取り組み状況が報告されました。支部では食事会や配布者のつどいなど、様々な機会に増資が呼びかけられています。各診療所では理事や支部の協力を得て、加入増資コーナーを設置。外来患者や健診の受診者に増資を訴えています。
- 健康チャレンジの取り組み方針について話し合いました。**  
「健康チャレンジ」の取り組み方針が提案され、確認されました。チャレンジシートは「機関紙みなみ」9月号に折り込みます。各支部へは組織部職員がシートをお持ちしますので運営委員のみなさんをはじめ、班員さんや配布者さん、お友達やご近所の方などに参加を呼びかけていきましょう。
- 2025年6月度の患者利用者状況報告**  
外来患者:2,902人、訪問看護:132人  
訪問ヘルパー:67人、デイサービス:110人  
ショートステイ:63人、ケアプラン:292人
- 2025年6月度の経営状況報告**  
6月度の経常利益は116万円でした。
- 2025年7月度 組織活動統計の報告**  
仲間ふやしは20人でした。出資金増資は249万6千5百円でした。

2025年7月末現在 組合員数 13,072人 / 出資金 369,731,000円

# からだ動がそう! 健康 ヨガ

## Lesson⑦⑤ 猫のバランス

効果: 体幹を鍛えて、お腹が引き締まります。腰痛の予防。

- 四つ這いになります。肩の下に手首、股関節の下に膝です。膝の間は、こぶし一つあけます。
- 息を吸いながら、右足を伸ばして、息を吐きながら、足を上げます。
- 息を吸いながら、左手を上げます。呼吸は、自然呼吸で、10秒から、20秒続けます。
- 息を吐きながら、左手右足を下ろします。
- 一息リラックスします。
- 次は、反対側も、やってみましょう。二回位ずつやってみましょう。
- 終わりましたら、リラックスします。



## 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⇒



# 健康チャレンジ2025が はじまります

~ 明日の自分を「健康」にしよう ~

「神奈川まるごと健康づくり“健康チャレンジ2025”」が始まります。毎年この時期に実施される健康チャレンジ。この機会に生活習慣を振り返り、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を今年も実施します。

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。医療生協の組合員でなくてもどなたでも参加できます。

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。

## 健康チャレンジ 2025

参加無料

明日の自分を健康にしよう!

とりくみ期間 2025年10月1日(水)~11月30日(日)  
シート提出締切 2025年12月15日(月)まで

# ずし平和デーが 開催されました



8月7日(木)から11日(月・祝)にかけて、逗子文化プラザホールで「ずし平和デー」が開催されました。

ずし平和デーは、2011年から親子映画会や被爆者の会、九条の会など平和を願う団体やグループが実行委員会を組織し、逗子市と共催で行われています。神奈川みなみ医療生協は、ずし平和デーを長年後援しています。実行委員会や各企画には直接組合員の皆さんが関わり、中心的な役割を担っています。

8月11日、三田政明さんによる丁寧な解説と、岡崎弥保さんによる「ひろしまのピカ」の朗読、そして松本正さんの証言を聞きました。岡崎さんの朗読は素晴らしかったです。三田さんの解説は具体的に若い人たちにもよくわかったと思います。松本さんの証言は地図をもとに松本さんの足取りや、なぜ10人もの家族がどうしてこのようなことになったのかがわかる内容でした。いつ、どこで、どういう事情でそこにいて被爆することになってしまったのか、一人ひとりに物語があり被爆証言は被爆者の数だけ存在するという事を思い知らされました。私だって少しは被爆証言を読みましたが、証言を残すことが出来なかった人の数は、計り知れないほどに多いのだと思います。松本さんは83歳から被爆証言を始められたとのこと。今日お話を聞かせていただいたことを感謝します。おわりのあいさつで、逗子被爆者の会の藤原さんが「平和への一歩は知る事」とおっしゃいました。私も知る努力を続けていこうと思います。

## ずし平和デーに 参加して

8月11日、三田政明さんによる丁寧な解説と、岡崎弥保さんによる「ひろしまのピカ」の朗読、そして松本正さんの証言を聞きました。岡崎さんの朗読は素晴らしかったです。三田さんの解説は具体的に若い人たちにもよくわかったと思います。松本さんの証言は地図をもとに松本さんの足取りや、なぜ10人もの家族がどうしてこのようなことになったのかがわかる内容でした。いつ、どこで、どういう事情でそこにいて被爆することになってしまったのか、一人ひとりに物語があり被爆証言は被爆者の数だけ存在するという事を思い知らされました。私だって少しは被爆証言を読みましたが、証言を残すことが出来なかった人の数は、計り知れないほどに多いのだと思います。松本さんは83歳から被爆証言を始められたとのこと。今日お話を聞かせていただいたことを感謝します。おわりのあいさつで、逗子被爆者の会の藤原さんが「平和への一歩は知る事」とおっしゃいました。私も知る努力を続けていこうと思います。

平野由美子

# 第27回 神奈川民医連

## ピースフェスティバル開催

### 核は戦争の抑止力にはならない

243人が参加

7月26日、第27回神奈川民医連ピースフェスティバルが横浜市鶴見区の鶴見区民文化センターサルビアホールで開催されました。神奈川民医連の各法人から職員・共同組織合わせて243人が参加しました。神奈川みなみ医療生協からは25人が参加しています。

オープニングは栗友会による合唱、文化企画は岡大介氏によるカンカラ



平和学校卒業生の発表

三線が披露されました。学習講演は日本被団協事務局次長の和田征子氏と高垣慶太氏の講演でした。

その後、神奈川民医連平和学校第24期の受講生による「卒業発表」が披露され、基地見学や沖縄の現地学習でたくましく成長した職員

年1回の行事に参加しようと、自宅の玄関を出ると朝から気温は最高で太陽が暑いという前に、呼吸する空気が暑く感じられ、猛暑だと感じます。会場内はクーラーが効いていて涼しく、心配はなくなりました。今年のスローガンは「平和のバトンをつなごう」核は戦争の抑止力にはならないです。学習講演は日本被団協の和田征子さんです。長崎市で生まれ、1945年、1歳10か月の時に長崎市内で原子爆弾投下に遭遇し、大変なご苦労をされたこと、地球上から核がなくなることを強く話されました。次に第五福竜丸展

## ピースフェスティバルに参加しました

示館インタビューの高垣慶太さんの講演です。高校生頃から新聞部で平和問題を取材。核兵器禁止条約の会議に出席、世界の核被害について国内外に発信することに取り組んでいることを話されました。どれもピースフェスティバルにつながる平和を考えた企画です。平和学校の卒業生の発表も平和を伝える、心のこもったお話でした。平和のつどいに参加して良かったと思える一日になりました。このピースフェスティバルが末永く続くよう、協力そして参加していきたいと思えます。

新倉仙太郎

# 夏の高校生看護体験を開催しました！



参加者の集合写真

8月6日に、公立高校の高校生看護体験(インターシップ)

が行われ、今回は追浜高校3年生の女子生徒と津久井浜高校2年生の男子生徒の2名が参加してくれました。

集合後、まずはスクラブに着替えていただきました。少し照れているようにみえましたが、まるで本当の看護師のように見えま

オリエンテーションでは事業者の説明と院内の案内を行いました。看護体験では、聴診器を使って心臓や肺の音を聴いてもらったり、血圧測定や血糖値測定を体験してもらいました。2人とも興味津々で、看護師に説明を受けながら、上手に行う事が出来ていました。その他、フォーム検査や骨量測定の体験も行いました。感想文には、2人とも良い経験になったと記載をされ、体験を実施できて良かったと思えました。いつの日か看護師として一緒に働く仲間になってもらえたらいいなと思いました。



血圧測定体験の様子

# 衣笠診療所でレディース健診を実施

7月23日に衣笠診療所でレディース健診を開催しました。ご予約いただいた患者様、ありがとうございます。また、大変好評につきご予約が早い段階で取りにくい状態になってしまった事を深くお詫び申し上げます。今回のレディース健診は、今までの女性健診とは違い、より女性に特化した健診をして欲しいというお声も頂き、いつもの健康診断に加え子宮がん検診・乳腺エコーを受ければ行ける健診として企画しました。

初めての試みで、お待たせしてしまう事もありましたが「またやって欲しい」「家の近くで受けられるのはありがたい」「緊張していたけどいつも通っている診療所なので安心してできた」など温かいお声を頂きました。なかなか億劫になりがちな女性の健診を、いつもの診療所で気兼ねなく受けられる様に今後も企画をしていく予定です。

健康に不安はあるけれど小さいお子さんを連れた健診は躊躇してしまう、遠くまで行くのは大変だから先延ばしにしてしまっている、慣れた所で健診を受けたい、など、衣笠診療所で安心して健康診断が出来るように体制を整えてお待ちしております。



子宮がん検診

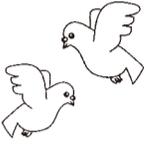


乳腺エコーの検査

また、困った事があればお気軽にご相談いただければ幸いです。外来看護師長 高橋あい

三浦診療所 看護師 小川千明

# 組合員のひろば



## 夏バテ防止

**夏バテ防止**  
夏一番!この酷暑を乗り切るために甘酒を毎日飲むように心がけています。酒粕はいつでも手に入りますので、しょうが汁をたっぷり入れて冷蔵庫に常備しています。冷たい甘酒でほっと一息。夏バテ防止になりますように。

逗子市 小林紘子

## 続けます

**続けます**  
おばあちゃんはいつもおベッドに座ったままなの、と突然ラジオ体操の番組に替えられて、体操しなければだめと孫に言われ、20年ぶりで体操しました。足腰痛かったです。これから毎日続けよう。

## 戦後80年

**戦後80年**  
戦後80年という節目で今こそ「核兵器廃絶の努力」という記事が興味深かったです。この世から戦争がなくなる事を心から祈っています。

逗子市 黒木孝志

## 減塩料理

**減塩料理**  
すこしおレシピ体験会の記事を読んで、私も高血圧があるので、すこしの塩分でもいい料理に興味がありました。

三浦市 谷芳枝

## 介護相談室

ケアマネージャー不足

## イトーピア

**イトーピア**  
地名の由来、楽しく読ませていただきました。逗子に引越してきた、珍しい名前だなあと思っていたので由来がわかり、嬉しくすつきりました。

逗子市 本間芳子

## 戦後80年

**戦後80年**  
幼かったあの頃を思い出します。怖かったのはサイレンの音。電気を消したり、防空壕に逃げたり。戦争が終わってもしばらくはサイレンが鳴ると、どこにいても家に帰りました。

横須賀市 石塚千津子

## 健康維持に

**健康維持に**  
「健康ヨガ」参考にして健康維持に努めております。これからも色々なポーズの紹介をお願いします。

三浦市 中村美恵子

横須賀市 稲葉広美

## 文芸コーナー

### 俳句

**俳句**  
ひぐらし  
蛸の夕は里の心旅  
日を重ね気温が下がる紅葉月  
のこり火のすずしくならず立秋や  
猛暑耐へ平和を願ふ子も孫も  
自らを百合と詠いし婆の意気  
太棹に幟きしむや法師蟬

### 短歌

**短歌**  
勝って泣き負けても泣いて甲子園  
白球飛ばせ青春飛ばせ

横須賀市 三堀千鶴子

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



横須賀市 稲葉広美

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

パイプ。チューブ。



- ◆たてのカギ  
①寒い夜、水蒸気が地面に白くこおり付いた物。  
②だれの助けもなく、一人だけになってしまふこと。  
③夏の次の日。  
④明日の次の日。  
⑤人気があつて、特にもてはやされる人。  
⑥野山に生える落葉樹。実がトゲで包まれている。  
⑦入れ物に何も入っていないこと。「〇〇っぽ」  
⑧書物や売店。本屋。  
⑨三色すみれ。  
⑩足を包み、厚い底の付いたはき物。  
⑪ご飯にかける小さな種子。白。〇〇、黒〇〇などがある。  
⑫草や低い木が一面にぎっしり生えている所。「〇〇医者」  
⑬中が空になっている細長い円筒。

- ◆よこのカギ  
①大相撲の力士の呼び名。  
②木が非常に密集している所。  
③池や田んぼに浮かぶ緑色の植物。  
④体や頭が発する「休め」というサイン。  
⑤3.1415926……円周率。  
⑥先が朝顔の花のように開いている金管楽器。  
⑦欲しいと思う気持ち。欲しがると。「〇〇望」  
⑧今から後。  
⑨一晩中、眠らないこと。夜通し。  
⑩映画やテレビで、セリフや説明を文字で表したものを。  
⑪電磁石によって鉄片を振動させて音を出す装置。

ヒント 主に農作物の豊作に感謝する行事

①	②		③		④
⑤			⑥		⑦
	⑧	⑨		⑩	
⑪		⑫		⑬	
⑭	⑮		⑯		⑰
	⑱		⑳		㉑
			㉒		

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

出題：さまくん

8月号の正解(二例)  
応募総数 45通  
正解(9+5=14)

当選者(敬称略)  
●横須賀市/石塚千津子 川添啓子 菅原諒子  
●三浦市/伊藤由紀子 関澤真理子 竹田敏子  
田中博 林口八重子  
中村美恵子 ●逗子市/小矢洋子