

神奈川みなみ
医療生協
機関紙

1
月号

みなみ

発行月 2026年1月
発行所 神奈川みなみ医療生活協同組合
横須賀市平作 7-10-27
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

浦賀支部「絵手紙の会」
のみなさまの絵手紙



木村和子さん



松原多鶴子さん

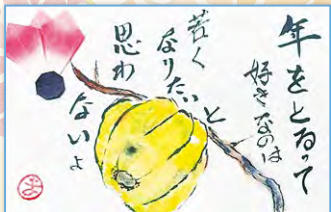


衣笠京子さん

三浦行政区組員
のみなさまの作品



佐藤保子さん



菅野マキ子さん

謹賀新年
うま馬く行く



浅野民江さん

そして
前進の1年になりますように！



富塚鈴江さん

今年の干支は午(うま)。午年は躍動・成功・勝負運を象徴し、
「うま(馬)くいく」の語呂合わせで縁起が良いとされます。
まっすぐ前へ進む力強さから、事業が発展する年、努力が実を結ぶ年ともいわれます。
また、馬は人の暮らしを支えてきた大切な存在で、家族を守り、
幸せを運ぶ縁起の良い動物として親しまれてきました。
2026年は、その中でも活気のある「丙午(ひのえうま)」。
新しい挑戦に光が差し、前へ進む力を感じられる一年になりますように。



小菅弓枝さん



沼田美代子さん



影山文江さん



伊藤操さん



鈴木智慧子さん



中沢百代さん

葉山南支部「ちぎり絵班」
のみなさまの作品

明けましておめでとうございます。昨年は組合員、その家族の皆様には大変お世話になり、ありがとうございました。
一昨年のパラリンピックに続き、昨年は11月のデフリンピックでの日本人の活躍、北川進、坂口志文両氏のノーベル賞受賞など話題の多い1年でした。
世界的な気候変動に目を向けると、地球の長期的な気温周期としては数万年後には次の氷河期を迎えるとの研究もあったようですが、主な原因が人間の活動であると思われる急速な地球温暖化の影響で北極の海氷、南極の氷河の融解による海水面の急速な上昇で、ツバル、フィジー諸島などでは国土消失の危機に直面しています。
日本でも従来のような四季はなくなり、長い猛暑の季節の後、短い紅葉の季節を経て突然寒い冬を迎え、北のほうでは大雪もみられた1年でした。
医療情勢に目を向けると、今年は診療報酬改定を迎えます。医療機関の経営状況が厳しい中で、外来医療における焦点は、2025年4月の「かかりつけ医機能報告制度」の開始に伴った、さまざまな見直しが見込まれている点です。みなみ医療生協各診療所では「かかりつけ医機能」について対応の検討を始めています。今後さらに、医療と介護の連携の強化も重要な課題と考えております。
今年も皆様の健康づくりのお役に立てるよう、職員一同一致団結し全力で医療介護に取り組むことを年頭に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 64

「主馬寮(公園)」(葉山町)

主馬寮(しゅめりょう)公園は葉山町の西側、一色の葉山御用邸付近にある公園です。公園の近くを流れる下山川に架かる「しゅめりょう橋」には大きな蹄鉄のモニュメントが設置されており、公園の入り口にも蹄鉄のモニュメントがあります。



公園の入り口には蹄鉄のマークが

主馬寮とは日本の律令制において宮内省に属し、天皇や朝廷の馬の管理(飼育・調教)、馬車・馬具の調製、牧場の運営、輸送業務などを司った役所です。奈良時代末期から平安時代初期に左右馬寮が統合されて一時的に成立し、馬の専門家集団として重要な役割を果たしました。

明治27年頃、後の大正天皇は身体が弱く、侍医に保養することを勧められ、葉山に御用邸が着工されました。大正5年に御用邸を建て替える際、宮内庁の儀式などで使う馬の飼育と調教をする場所、「主馬寮」が現在の主馬寮公園付近に置かれたことからこの名がつけられたとのこと。



しゅめりょう橋のモニュメント

2025年2月に葉山町制100周年を記念した神輿パレードが開催され、旧役場前から主馬寮公園までを神輿や山車が繰り出しました。700人程が参加し、主馬寮公園も多くの人でにぎわったとか。主馬寮公園を訪れる際は、明治や大正時代に思いを馳せてみてはいかがでしょうか。

からだ動かそう!

健康 ヨガ

Lesson⑦ バナナのポーズ

効果：内転筋を鍛える。体幹の安定。

1. 横向きになります。
2. 下の腕を伸ばします。
上の腕は胸の前に置きます。骨盤を安定させ、両足はそろえて置きます。
3. 息を吸って体幹の筋肉を入れて、息を吐きながら両足を上げます。
できる人は、頭も上げます。5秒キープします。
4. 息を吸って、下ろします。何回かやってみましょう。
5. 反対側も、やってみましょう。
6. 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：横須賀組合員ルーム
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➡



新年のご挨拶

衣笠診療所 所長 岡田哲郎

新年おめでとうございます。

昨年来、医療・介護の経営はますます厳しくなっています。自民党・高市政権が誕生しましたが、アメリカのいいなりのまま、軍事費の大幅増・軍拡を推し進めています。

日本医師会からの「このままではある日突然、病院をはじめとした医療機関が地域からなくなってしまう。」との声明を受け、多少の一時的な対策はされそうですがその場しのぎと思われます。本来、軍事費の増加と医療・福祉の向上は両立できません。今まで以上に「軍事費を削って医療・福祉へ」の声を大きくしていきましょう。

逗子診療所 所長 竹内啓哉

新年おめでとうございます。本年も皆様にとって良い年となりますよう、お祈り申し上げます。

昨年10月1日より、神奈川みなみ医療生協逗子診療所にお世話になることとなりました。3カ月を経過して、なんとなくこちらの業務に

も馴染んでまいりました。年明けからは、4月に向けて診療所スタッフ、逗葉組合員の皆さんと一緒に新年度の活動計画と準備を始めていきたいと思っています。

皆さんもご承知の通り、医療をめぐる情勢は大変厳しくなっております。全国7割の病院が赤字経営を余儀なくされ、職員の賃上げもままならない中、医療、介護を働き先として選ぶ若者も減少して現場の人手不足に拍車をかけています。

一方で物価高騰などから市民生活も困窮し、雇用の不安定さから人々が労働に縛り付けられ、体調が悪くても医療機関を受診できない人も増えています。

このような状況であるにもかかわらず、政府・官僚は社会保障制度の更なる改悪と、労働法制の改悪を推し進めています。この年末にも、一度は市民のちからで押し返した、高額療養費限度額の引き上げを、再度復活させようと活動を始めています。

本年も、自分たちの至らない部分、経営に対する向き合い方を改め、少しでも収益を上げる努力を重ねながら、政府・官僚たちの「市民のいのちを削る政策」とのたたかひの手を緩めず、地域、組合員のみなさんと一緒になって、「安心して住み続けられるまちづくり」を進めていきたいと思っています。本年もよろしくお願いします。

11月 2025年 理事会報告

1. 医療生協強化月間について話し合われました。

事業所・地域支部の取り組み状況が報告されました。事業所では診療所を中心に訪問行動や宣伝行動が実施されました。衣笠診療所では3週連続で職員と組合員合同の訪問行動を実施しました。また、担当理事や支部長が外来で加入増資コーナーに立ち、加入増資を訴えました。地域・支部ではまちかど健康チェックや食事会、健康講話の開催や集団健診などに取り組みました。葉山では健康マルシェ、横須賀と三浦では健康まつりが開催され、たくさんの参加がありました。

取り組みの成果で10月は加入増資ともに純増を達成したことが報告され、生協強化月間を成功させる意思統一をしました。

2. 神奈川まるごと健康づくり「健康チャレンジ2025」について話し合われました。

チャレンジシートが提出され始めている状況が報告されました。各診療所の窓口や組合員ルームに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。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. 2025年10月度の患者利用者状況報告

外来患者:3,613人、訪問看護:137人、訪問ヘルパー:72人、
デイサービス:116人、ショートステイ:71人、ケアプラン:292人

4. 2025年10月度の経営状況報告

10月度の経常利益は1,144万円の黒字でした。
累計経常利益は57万円の黒字です。

5. 2025年11月度 組織活動統計の報告

仲間ふやしは40人でした。出資金増資は144万5千円でした。

2025年11月末現在 組合員数 13,025人／出資金 370,114,000円

組合員のひろば



あらためて

私たち夫婦と母の3人が三浦診療所でお世話になっていきます。10月に行なわれた藁谷先生の講演会の記事を拝見しました。講演会に妻が参加し、

健康ヨガ

ヨガはやった事がなかったのですが、やってみたら体がのびて気持ち良かったです。これから少しずつ続けて行けたらと思います。

三浦市 西條正子

出かけています

「三浦半島地名の由来」をよく見えています。知らなかつたところを、よくこの記事を参考に散歩に出かけています。

三浦市 小林秀樹

続いてほしい

11月3日の「みうら健康まつり」に友人と参加しました。ガチャガチャで1等賞が当たったり、踊ったり楽しい時間でした。ずっと続いてほしい行事です。

三浦市 松本恵美子

気持ちが良い

問題によってスラスラ答えが出てくるものもあれば、考えてやっと答えが解ける。そんな時は頭

横須賀市 島林修一

行きました

出前健康チェックを受けました。丁寧な説明を受けて、もう少し専門の医療機関で検査を受けるようにアドバイスいただきました。

逗子市 飯村和子

平和都市

1984年9月の横須賀市議会で「核兵器廃絶に関する決議」が全会一致で可決され、1989年5月23日に、当時の横

山和夫市長が、核兵器の究極的な廃絶と世界の恒久平和の実現を願い、「核兵器廃絶・平和都市」を宣言しました。宣言では、

「横須賀市も」「平和都市」の実現をめざし、常にわが国の国是である

『核兵器は、持たず、作らず、持ち込ませず』との『非核三原則』が、厳

がスツキリして気持ちが良いです。

三浦市 小笠原牧子

元気です

毎年1回、健康診断をしております。その結果、元気に過ごせています。両親が植えてくれた梅、柿、きんかん、ゆずのジャムを作って楽しんでいます。

横須賀市 田中初江

文芸コーナー

俳句

年賀状筆のその先君の笑み

横須賀市 河合滋晴

胸さわぐ水平線の初日の出

横須賀市 堀江美帆

新年や顔がほころぶ膳の前

横須賀市 堀江美羽

熊を避けもみじ狩り追ふ一週間

葉山町 高梨民雄

背を丸め姫は虎落笛の中

三浦市 宮川一滴

今昔知りつくしたる山紅葉

葉山町 石井富貴子

盤石に檀紅葉の亀山湖

三浦市 三壁水華

短歌

快いニュースは何か年の暮れ

地震大雨ノーベル賞

葉山町 高梨民雄

道の辺に天狗蝶一つ伏せ降りて、

羽根を開けば火焰太鼓の紋

葉山町 神山功

木守りの柿凜として冬を待つ

小春日和の夕焼けの空

横須賀市 三堀千鶴子

たくさん
署名
ありがとう
ございます。

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「医療機関の維持存続への支援を求める請願署名」にご協力いただきありがとうございます。12月17日時点で2264筆とたくさんさんの署名が集まっています。

先月号の記事を見て「署名を集めるから署名用紙を持ってきた」と連絡をいただいたりと署名の輪が広がっています。目標の3500筆までもう少しです。

国による医療費削減政策がすすめられ、医療機関は過去最大の規模で倒産・廃業がすすみ、深刻な経営危機に陥っています。地域住民の医療を受ける権利が脅かされており、このままでは地域の医療機関がある日突然なくなり、医療にかかれなない地域が全国でさらに広がること

が強く懸念されます。国民が安心して暮らせる社会実現の声を届けるため、引き続き署名にご協力ください。署名期間は1月いっぱいです。

1月号

おたのしみパズル



◆たてのカギ

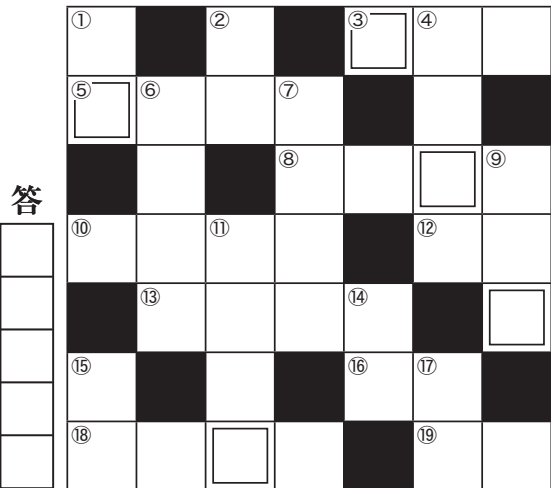
- ①後ろ。背中のほう。時間がたつてから。残り。
- ②バット、おはし、鉛筆は〇〇状のもの。
- ③子どもが遊びに使う小さなガラス玉。
- ④色彩や形によって美しさを表そうとする芸術。
- ⑦貝や小石やガラスなどを指ではじく遊び。
- ⑨心棒を中心にして回る輪。自動車。
- ⑪何かの実をシソの葉と共に塩づけにした、すっぱい食べ物。
- ⑭3.1415926……円周率。

◆よこのカギ

- ③魚の体の後ろ端にあるひれ。
- ⑤水面から高く飛び出すことのできる、胸びれの大きい魚。
- ⑧白くにごること。
- ⑩漢字の「十」の形。
- ⑫円形や球形に近い形。句点。
- ⑬つめの先を切る道具。
- ⑮初夏の長雨。じめじめした季節。
- ⑯何かの果実を焼酎につけて作ったお酒。
- ⑰位置・時間・考え方などがはずれていること。食い違い。

元々は年神様が宿るお餅を分け与えた神事に由来する習慣

ヒント



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

出題：さまくん

12月号の正解(二例)

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

応募総数 34 通
正解(5+2=7)

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 0466-52-6950

自立型の高齢者向け賃貸住宅です。近隣の医療機関薬局と連携を取っています。

高齢者向け賃貸住宅

ふじの丘ゆめホーム (藤沢市)
レインボーの家上平間 (川崎市中原区)
レインボーの家川崎大師町 (川崎市川崎区)

入居者募集中

メディホープかながわ 検索

資料請求/お問い合わせ TEL 0466-54-7081

はまゆう薬局

笠原診療所 前
衣須賀市平作 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

生協
強化月間

しめくくり集会を開催

12月19日(金)、横須賀産業交流プラザで生協強化月間の成果や活動を報告する「医療生協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



湊部会長あいさつ

長の開会あいさつの後、荷見組織部長より強化月間中の活動や到達状況についての全体報告を受けました。今年度は事業所も10月・11月に強化月間に取り組み、診療所を中心に支部のみなさんと共同で訪

子を知ることができた。事業所と支部の奮闘がありまし



支部報告

生協強化月間

生活協同組合(生協)が組合員を増やし、組織を強化するため、主に秋(10月～11月頃)に集中的な活動を行う期間で、消費生活協同組合法(生協法)の施行日である10月1日にちなみ、厚生労働省の呼びかけで始まったものです。

日本高齢者大会

in
さいたま

が開催されました

第38回日本高齢者大会が11月11日・12日の二日間、埼玉県の大宮ソニックシティで開催されました。WEB参加を含め、2日間で延べ2540人が参加しました。

初日は特別企画と高齢期の暮らしと人権、介護問題などの分科会と学習講座が行われました。特

別企画は、暉峻淑子(て

るおか・いつこ)埼玉大

学名誉教授の講演「いま

豊かさとは何かを問う」。

昨今の米不足に関して、

日本の食料自給率が38%

に落ちこんでいるのは米

国いいなりで農業をつぶ

した結果で、戦争になれば

食料がなくなり飢える

ことになる指摘。憲法

13条で幸福追求権を、25条で生存権を保障していることを強調し「国民の幸せのために、今の政治を変えなければならぬ。そのためにもみんなが集まり、話し合うことが大事だ」と語りました。

二日目の全体会では畑

中久明事務局長が基調報

告し、高市政権が狙う改

憲や国会議員定数削減、

社会保障改悪などを批判

しました。また、高齢期

運動の前進へ「ひとり

ぼつちの高齢者をなくす

運動を広げる」「国際高

齢者人権条約制定の機運

を高める」「平和と民主主義を守るため市民と野党の共同を広げる」ことを提起しました。

次回の高

齢者大会は

来年、大阪

で開催され

ることが発

表され、大

会旗を大阪

の代表に引

き継いで閉

会となりま

した。



次回開催地の大阪の皆さんに大会旗を引き継ぎ

医療・介護相談会 食料支援を実施します。

～食料品・日用品の寄付をお願いします～

昨年9月、8回目の「医療・介護相談会(食料支援)」を三浦診療所2階の会議室で開催。10名の方にご利用いただきました。食料支援は医療生協の職員と組合員の皆様の支援で実施しています。

第8回の相談会(食料支援)を2026年3月14日(土)に三浦診療所2階で開催します。お歳暮、お中元の品などご家庭で眠っている食材の寄付と食材購入のための資金カンパにご協力ください。



寄付いただける食料品

- ・賞味期限が2026年5月1日以降記載
- ・常温保存が可能な缶詰類、米類、乾麺(パスタ類)、レトルト食品、調味料各種(未開封のもの)飲料(ジュース、コーヒー等)
- ・お歳暮及びお中元における贈答品等で未開封のもの
- ・ご協力いただける方は2月26日までにお届けください

※生鮮食品や冷凍食品は受け付けておりません

(注)食品などお持ちいただく際には、食品管理の都合上、氏名住所及び電話番号を受付で記名していただくか、支援品にメモを付けて頂けると助かります。逗子診療所、旧葉山クリニック、衣笠診療所、三浦診療所の受付にお届けいただくことも可能です。

【問い合わせ】

神奈川みなみ医療生協 本部組織部 046-853-8105



みなみ医療生協から52人が参加しました

原子力空母
反対集会

12月7日(日)「原子力空母反対集会」がヴェルニ公園で開催されました。神奈川県内外の平和団体や労働組合、市民団体などを中心に約1000人が参加し、米海軍横須賀基地への原子力空母の配備と、長距離ミサイル配備計画に反対するアピール文を確認しました。集会では主催者代表の挨拶の後、横須賀市内の8団体でつくる「トマホークアクション2025」の岸牧子さんが挨拶に立ち、米国製巡航ミサイル「トマホーク」の自衛隊への配備について「私たちは攻撃もしたくないし、

戦争に巻き込まれたくない」と訴えました。「原子力空母の横須賀母港問題を考える市民の会」の呉東正彦弁護士は、小泉進次郎防衛相が原子力潜水艦の自衛隊への導入を巡り「議論を排してはならない」と話したことに関し、「原子力利用は平和目的に限るとした原子力基本法に違反する」と指摘しました。集会後は市内をパレードし、市民へのアピールをしました。



◀当日の様様をYouTubeで視聴できます。QRコードからアクセスしてください。