



すべての議案が賛成多数で採択されました

誰もが健康で居心地よく
くらせるまちづくりへの挑戦

第86回通常総代会が開催されました。

6月21日に横須賀商工会議所で神奈川みなみ医療生活協同組合第86回通常総代会が開催されました。片倉専務理事から物価高騰や、医療費の値上げ、医療機関の経営が困難な状況などの情勢が語られました。また2025年度の活動のまとめや、2026年度の活動方針や予算について事業所や地域支部で取り組まれた事例を紹介しながら説明がされました。

全体会討論では、3つの事業所と、3つの行政区・支部から議案を補強

する立場で報告・発言がありました。事業所からは業務改善の報告や経営

改善の決意、事業内容の説明。地域支部からは健康まつりの取り組み、支部活動の報告、行政区活動の様子などが報告され、議案の内容が深まりました。

採択では、すべての議案が賛成多数で採択されました。特別決議「憲法まもり、

2026年度の活動の中心テーマ

1.【まちづくり】

世代や組合員の枠を超えた多様な参加と協同で、誰もが健康で居心地のよいまちづくりを進めます。

2.【事業・経営】

職員と組合員が協力し、経常利益目標にこだわった運営を進め、「組織と経営の二つの危機」を乗り越えます。

3.【人づくり】

法人の歴史や理念をお互いに学ぶ機会をつくり、後継者育成・担い手づくりを進めます。

4.【平和で公正な社会づくり】

誰一人取り残されることなく、いのちと人権が大切にされる平和で公正な社会をめざして行動します。

5.【将来を見据えた計画作成】

2040年度を見据えた中長期の事業計画と経営計画を作成します。



特別決議を決定しました

議案採択の状況

Table with 4 columns: 議案番号, 年度, 内容, 賛成/反対/保留の件数. Includes items like '2025年度 事業活動報告及び決算関係書類承認の件'.

特別決議

平和・いのち・人権が大切にされる世界へ
憲法まもり、平和と人権が守られる世界をめざそう

ロシアによるウクライナ侵攻やイスラエルのガザ侵攻は今なお続き、米国のベネズエラへの軍事介入とイランへの攻撃など、国連憲章と国際法に反する無法な戦争が広がり、国連を中心に築き上げてきた平和をつくるための国際規範が脅かされています。紛争の解決には、国連憲章や国際法に基づく対話と外交による平和的な手段が重要です。今こそ、無法な戦争に反

対する国際的な連帯と、平和運動を広げ、「平和と人権、国際秩序をまもれ」の声をあげ戦争を終わらせる展望を開かなければなりません。一方で高市政権は憲法9条に「自衛隊」を明記し戦力不保持を規定した2項を形骸化し、憲法の基本原理である恒久平和主義を覆そうとしています。これは、米国の無法な戦争に加担する国づくりにほかなりません。ま

た、1981年に衆参両院が全会一致で決議した武器輸出禁止という「国是」を投げ捨て、武器を外国に売って利益を得ようとしています。戦後日本が築いてきた「武器を売らない国」という看板を下ろし、世界からの信頼を失うことになってしまっています。無差別・平等の医療と福祉の実現を掲げる私たちは戦争ではなく、憲法を生かした平和外交によ

る解決を望みます。紛争を止める力は平和と民主主義を求める市民の声です。地域住民との対話を広げ、平和を求める大きな世論で9条改憲を許さず、「戦争に反対する国際連帯」と「武器輸出ではなく平和外交」を求めよう。そして、憲法が輝く平和で公正な社会、いのちと人権が尊重される世界を目指して奮闘しましょう。以上、決議します。2026年6月21日 神奈川みなみ医療生活協同組合 第86回通常総代会

- 永年役員表彰者 敬称略
富塚 鈴江
星野智賀重
永年勤続表彰者 敬称略
20年表彰者
(常勤職員)
(デイサービス元気)
(医療生協本部)
30年表彰者
(三浦診療所)
(三浦診療所)
(三浦診療所)
(医療生協本部)
10年表彰者
(衣笠診療所)
(非常勤職員)
10年表彰者
(デイサービスみうら)
(みうらヘルパーステーション)
(シヨートステイ安護楽)
研究表彰者 敬称略
(三浦診療所)
(デイサービス元気)
小川 千明
椎葉 亜里

三浦半島 地名の由来 69

「荒崎」(横須賀市)

荒崎(あらさき)は横須賀市の西部、長井地域にある小半島の岬のことです。ここにある荒崎公園は「荒崎」とその周辺地域を自然を保護しつつ整備されて作られた公園で、「かながわの景勝50選」にも選ばれています。見晴らしが良く、条件が揃えば西方に富士山や箱根、天城連山を望むことができます。高台には景色を楽しめる「夕日の丘」や「潮風の丘」、森に囲まれた「ピクニックの丘」があり、海岸沿いには遊歩道が整備されており、切り立った崖や、海蝕洞、岩礁、入り江といった自然美を觀賞することができます。「荒崎」と言う地名は、このような波風によって削られた「荒々しい岩場(崎)」が広がっている景観に由来すると言われてい



荒崎の磯

荒崎公園の駐車場は土日・祝日と7/20～8/31の夏季は有料ですが、平日は無料になりますのでお車で行かれる方はご参考に。周辺の長井漁港に長井水産直売センターがあり、魚介類が販売されています。週末には店頭で串焼きやあら汁などが

販売されています。また、少し足を延ばせば、人気の「ソレイユの丘」にも立ち寄ることができます。一度訪れてみてはいかがでしょうか？



荒崎公園の遊歩道

からだ動がそう!

健康 ヨガ

Lesson⑧4 武将のポーズB

効果：下半身の引き締め 体幹の強化

1. 両足そろえて立ちます。左足を大きく後ろに引きます。右のつま先を正面に、左のつま先を少し外側に引きます。
2. 息を吸いながら、両腕を横に開きます。吐きながら、右足の膝を曲げます。膝が痛い人は、少し曲げれば良いです。10秒くらいキープします。
3. 戻る時は息を吸いながら両手を戻して、息を吐きながら足を戻します。一息、リラックスします。
4. 反対側の方も、やってみましょう。二回ずつやってみましょう。



ヨガ教室終了のお知らせ

日頃より、医療生協の「やさしいヨガ教室」をご利用いただきありがとうございます。2016年に駅前の旧医療生協本部の空きスペースの活用と組合員のみなさまの健康づくり促進を目的に開始しました。コロナ禍での一時中止などもありましたが、約10年間開催を続けてまいりました。しかしながらこの度、諸般の事情により「やさしいヨガ教室」は7月29日をもって終了とさせていただきますこととなりました。組合員のみなさまには永らくご参加いただきましたが、何卒ご了承ください。また、ご指導いただきました折戸先生には大変お世話になりました。ありがとうございました。

神奈川みなみ医療生活協同組合



2026年5月度 理事会報告

1. 通常総代会について話し合われました。

- ①議案の最終確認について確認しました。
- ②総代会役員・運営の任務分担などを行いました。

2. サマー増資について話し合われました。

昨年7月・8月に取り組まれた「サマー増資」活動を今年度も実施します。事業所では診療所を中心に、チラシの配布や声かけを行います。増資活動にご協力ください。

3. いつでも元気購読キャンペーンについて

神奈川民医連から提起された「いつでも元気購読キャンペーン」をみなみ医療生協でも取り組みます。9月末までに10部増を目標に取り組みます。この機会に雑誌「いつでも元気」を購読しましょう。

4. 2026年4月度の患者利用者状況報告

外来患者：2,846人、訪問看護：128人
訪問ヘルパー：70人、デイサービス：119人
ショートステイ：65人、ケアプラン：291人

6. 2026年4月度の経営状況報告

4月度の経常利益は733万円の赤字でした。

7. 2026年5月度 組織活動統計の報告

仲間ふやしは8人でした。出資金増資は106万3千円でした。

2026年5月末現在 組合員数 12,776人 / 出資金 361,061,500円



医療費適正化計画

3 OTC 類似薬 (その3)

機関紙みなみ6月号に「健康保険法等の一部を改正する法律案」の改正案が参議院で審議中という記事を書きました。記事を印刷会社に送ったのが5月28日の事でしたが、翌5月29日に参議院本会議で可決され成立してしまいました。これにより、2027年3月から市販薬と同等の効能を持つ77成分・1100品目について、薬剤費の25%が保険外給付(保険がきかない自費料金)になります。3割負担の患者さんの自己負担額は1.6倍になると見込まれていて、70歳未満の現役世代の薬剤費の自己負担も実質5割になるといわれています。2027年以降も対象範囲や負担割合を順次拡大していく事も明記されており、更なる負担増が狙われています。

新設される「一部保険外療養」の条文上では、薬剤にとどまらず、診察・処置・入院・手術など、医療行為全般にわたって保険給付から除外さ

れかねない状況です。

高額療養費の制度見直しについても、2026年8月から段階的な患者負担増が決まっており、がんや難病、慢性疾患などで長期間の治療・通院が必要な患者さんの家計を直撃し、生活を困窮させ、治療を断念させかねない状況です。

お金のあるなしで受けられる医療に格差があってはなりません。患者さんが治療を中断したり受診を控えたりすることがあってもなりません。こうした医療制度の改悪を許さない国民世論をひろげ、国民皆保険制度を守りましょう。



医療相談室

熱中症を予防しましょう。

熱中症とは？

高温多湿といった気温や環境の影響で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節機能が働かなくなったりして生じる様々な症状のことです。



予防のポイント

暑さに負けない体づくりと日常生活での工夫。

私たちに、体温が上がると汗をかいて体温を下げようとする冷却システムがあります。でも、汗をかくのにはそれなりに訓練が必要です。発汗機能を維持し、体を暑さに慣れさせて行くことが必要です。ウォーキングや筋トレ、ストレッチなどの軽い運動。入浴は、シャワーだけでなく、40度前後のお湯に10～15分程度つかり、汗をかくことが大切です。

また、脱水にならないよう意識して、水分補給をしましょう。コップ1杯程度を目安に、起床時や外出前後、入浴前後、就寝前など水分を摂りましょう。脱水の兆候は、尿の色や回数に現れます。いつもより、トイレに行っていない。色が濃いなど感じたら水分を摂ることを意識して下さい。

室内環境の調整も重要です。室温28度、湿度70%を目安にエアコンや扇風機を活用しましょう。

睡眠不足や食事の偏り、体力を消耗し疲れている時や下痢や二日酔いも熱中症になるリスクを高めます。十分や睡眠とバランスの良い食事を心がけ、体調を整えておくことが予防に繋がります。

外出しなければならぬ時は、熱がこもらず、汗を吸収してくれる服を選び、短時間でも日傘や帽子を使用しましょう。水分を持ち歩き、こまめな休憩と水分補給を。

熱中症による救急搬送は、65歳以上の方が6割と多く、発生場所の4割は、住居内が占めています。ご本人だけでなく、家族や周囲の方が声を掛け合い、皆で熱中症を予防しましょう。

ショートステイ安護楽 看護師長 高橋恵美

医療福祉生協



2026年神奈川エリア大学学習会 ～楽しいところに人は集まる!～

5月26日(火)川崎市産業振興会館で神奈川エリア大学学習会が開催されました。神奈川県内4つの

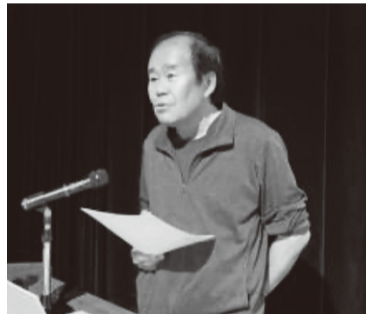
の医療生協と福祉クラブ生協の組合員を中心に190人が参加し、成功しました。神奈川みなみ医療生協からは26人が参加しています。



グループに別れてワークショップ

今回のメインテーマは「楽しいところに人は集まる!」です。記念講演はNPO法人ハズオン埼玉の西川正さんを講師に「ゆるやかなつながりが生まれる場づくり」のお話と、5

「6人のグループに別れたワークショップを行いました。ワークショップでは西川さんの進行で「お鍋料理をする」としたらどんな食材を持つてく



惣田支部長の活動報告

るか」「子どもの頃どんな遊びをしたか」などのテーマでにぎやかに進行了まりました。

各生協からの活動報告で、神奈川みなみ医療生協からは三崎西支部の惣田支部長が「ウクレレで復活!そよ風班」と題して、三崎西部の活動報告を行いました。

神奈川民医連

看護・介護活動研究交流会

6月7日(日)ウイリング横浜(上大岡)で「神奈川民医連 看護・介護活動研究交流会」が開催されました。この集会は神奈川民医連で働く看護・介護の職員が、患者さん・利用者さんに寄り添った活動を多くの職員に発信・共有し、さらに発展させるために2年に1回開催しています。

午前中に行なわれた全体会では指定報告1演題と、午後の分散会で、神奈川民医連内の各事業所

から演題の報告があり、活発な意見交換が行われました。神奈川みなみ医療生協からも衣笠診療所・デイサービスみうら・



デイサービスみうら 大高主任の発表

サマー増資にご協力ください

サマー増資目標：700万円
(出資金年間目標：3,000万円)

いつでも元気を読みましょう

『いつでも元気』は1991年創刊で、民医連と共同組織をつなぐ機関誌として親しまれています。誌面では全国の医療・介護の実践、「安心して住み続けられるまちづくり」の多彩な活動、社会保障、憲法・平和、いのちとくらしの問題などの情勢解説が、わかりやすく、コンパクトにまとめられています。支店や班会の学習会でも活用できる、民医連運動の必携テキストです。

神奈川みなみ医療生協では9月30日までに、購読者を10人増やす目標を掲げ、キャンペーンを実施しています。職員・組合員の皆さん、この機会にぜひいつでも元気をお読みください。

7月・8月に「サマー増資」に取り組みます。各診療所の加入増資コーナーや、受付などの窓口、地域などで増資のお声かけとチラシの配布を行います。組合員の皆様からお預かりした出資金は、新たな医療機器の購入や施設の拡充など日々の医療、介護福祉事業の充実のために活用させていただきます。今後とも組合員の皆様のお役に立てるよう、医療・介護の拡充・整備に努めてまい



組合員のひろば



出張健康診断

旧葉山クリニックへ出張しての健康診断が行われていたことを初めて知りました。改めて重要性を理解することができました。大変ご苦勞様でした。これからも皆さんの期待に添えて頑張ってください。

横須賀市 島森隆司

梅雨時の食中毒。気を

つけていても、うつかりしてしまふことが多いです。改めて考え、見直しをして気をつけたいです。

横須賀市 本間芳子

びっくり

地名の由来はいつも楽

てみたいと思いました。
三浦市 谷芳枝

わたしも

いつも「組合員のひろば」を読みながら思うのですが、投稿者は圧倒的に女性が多いですね（私もですが）そして、おそらくお元気なご年配の方が多いでしょう（私もですが）

三浦市 小林優里

健康管理にがん検診

70歳を迎えたので、今年には衣笠診療所のでがん検診を受診したいと思っております。充実した老後を送るためには、やはり健康管理が大事ですから。

横須賀市 長野和範

行ってみたい

三浦半島地名の由来の記事「望洋台トンネル」正式名は「枇杷山トンネル」という人道トンネルは知らなかったので行つ

三浦市 K・O

見なかった

憲法大集会に5万人もの人たちが集合した集会在テレビニュースで目にすることがありませんでした。とても残念です。

逗子市 飯村和子



横須賀市 稲葉広美

文芸コーナー

俳句

咲きつぷり競う紫陽花明月院
向日葵の咲く道今日も通学路
七夕のあらたな年のねがいごと
ひからびてみみずは天を恨まざり
風立ちてさざめく青田波を打つ

横須賀市 河合滋晴

横須賀市 堀江美帆

横須賀市 堀江美羽

三浦市 宮川一滴

葉山町 石井富貴子

短歌

夢寐の間に遠く聞こゆる鳥の声
還暦も古稀も事なく過ぎ去りし
迎えた喜寿に日々感謝なり
甘めケチャップ懐かしの味
思い出浮かぶ横浜ナポリタン
白波は異国の岸も洗い来て
夏の香りを道連れにして
庭に採る新玉ねぎに涙して
シャクシャク切りぬ今日衣替え

葉山町 神山功

横須賀市 今井順子

横須賀市 島森隆司

横須賀市 重森康平

横須賀市 重森康平

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。

7月号

おたのしみパズル



たてのカギ

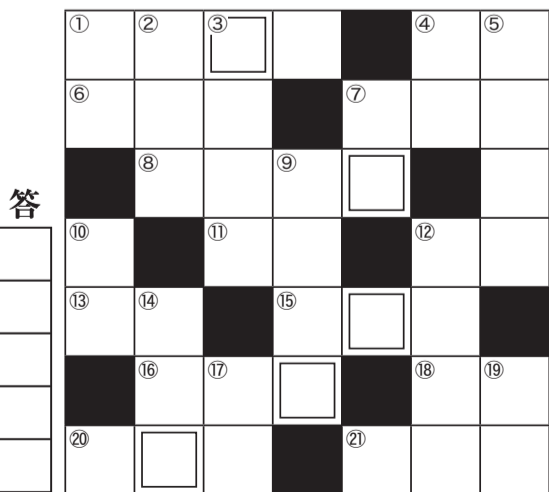
- 貨幣。金銭。お金。
- 一夜。夜が明けるまで。
- 利益を上げる手段としての仕事。事業。
- 四季のうち、春の次に来る暑い季節。
- 薄く切ることを英語で……
- 入れ物に何も入っていないこと。「○○○ぼ」
- ぐるぐる回る形や模様。
- 保ち続けること。「記録○○者」
- オスは秋に前ばねを立ててリーンと鳴く。
- 風がなごう。「○○○状態」
- 地球上の陸地の表面を覆っている細かい堆積物。地。
- 今ではあまり使われなくなった、古い時代の言葉。

よこのカギ

- 金額から税金を差し引くこと。
- 卵形の実をつける野菜の一種。
- 日付と時間。日数と時間。
- 髪の毛に似せて、頭に付ける物。
- 屋根と天井の間の空間。
- 「シングルベル、シングルベル、○○が鳴る」
- 不完全燃焼のときに出る黒い粉。
- 会社・役所などで、書類の作成・整理などを行う仕事。
- 塩気のない、純粋な水。
- 元の地位・任務・仕事などに戻る
- 結婚して妻の家の一員となった男の人。
- 農業のために使われる土地。
- 高い所に上るときに使う道具。

海水浴シーズンの到来を告げる恒例の行事、また海水浴場が一般に開放される日

ヒント



〒238-0032 横須賀市平作7-10-27
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

6月号の正解(二例)

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 34 通
正解(2+4=6)

当選者(敬称略)

- 横須賀市/笹瀬つらよ 長野和範 廣瀬鉄蔵 藤沼美代子
- 三浦市/小林優里 谷芳枝
- 逗子市/伊藤友佳 川島武 葉山町/岡峰雄 平修平