

第28回 神奈川民医連ピースフェスティバル

無くそう戦争 世界に憲法9条を広げよう!

～君の生きづらさを話し合わないか～

312人が参加

7月18日(土) 第28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

ピースフェスティバルに参加して

～充実のピースフェスティバル～

ーサルピアホールで開催
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312人

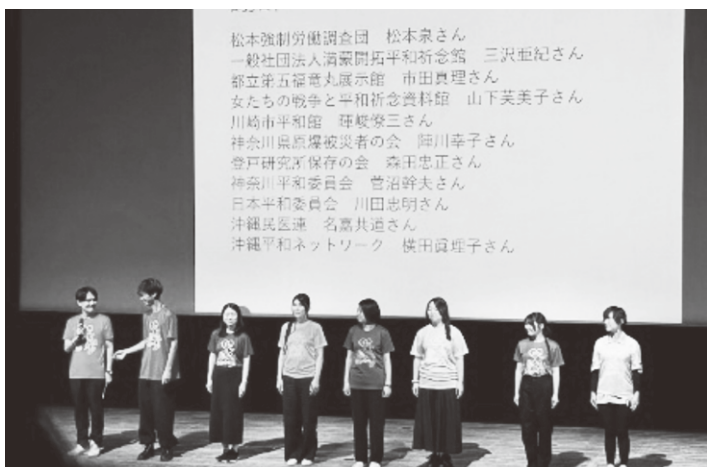
が参加しました。神奈川
みなみ医療生協からは30
人の参加目標に対してち
ょうど30人が参加しまし
た。

7月18日鶴見区民文化
センターで、神奈川民医
連の第28回ピースフェス
ティバルが行われました。
学習講演の講師は、戦後
60年以上たつて沖縄の高
齢者に発症したPTSD
(心的外傷後ストレス障
害)を発見された精神科
医の蟻塚亮二先生で、他
ではなかなか聞くことが
出来ない貴重な機会です。
戦後中国から引き揚げて
きたご両親のお話から始
まり、戦争・原発事故な

ど国策によって故郷を奪
われた多くの国民が、ど
れだけ心を病んで苦しん
できたか、沖縄や現在の
福島での診療を通じて得
た詳細なお話でした。「人
とつながって泣けるよう
になる」「悲しむことは
生きること」という言葉
が、心に響きました。
その他、精神科デイケ
ア「ハートビート」の皆
さんのコーラス、第25期
平和学校卒業発表、今年
国連本部で開催されたN

PT(核不拡散条約再検
討会議)参加者の報告な
ど、君の生きづらさを
話し合わないかという
サブテーマにも沿った充
実したプログラムです。
命だけでなく人の心も奪
う戦争や原発事故など、
過去から学ぶことはまだ
まだあると感じた一日で
した。

神奈川みなみ医療生協
理事 富塚鈴江



平和学校の卒業発表



NPT 参加者報告

原水爆禁止 2026年世界大会



被爆者とともに
核兵器のない平和で公正な世界を
ー人類と地球の未来のために

8/3・9(日)
(月)

原水爆禁止2026年世界大会

被爆者とともに核兵器のない
平和で公正な世界を

人類と地球の未来のために

す。物品の販売やカ
ンパなど、お近くの
診療所や支部でお受
けしています。ご協
力お願いします。

日本政府に核兵器禁
止条約への参加を求
める署名にご協力く
ださい

核兵器禁止条約に
日本政府が署名も批
准もしないことは、
唯一の被爆国として
世界に恥ずべきこと
です。政府が直ちに
核兵器禁止条約に参
加することを求めま
す。各診療所に署名
用紙を設置していま
す。また、オンライ
ンで署名も出来ま
す。署名にご協力く
ださい。

財政(資金)活動に
ご協力ください

代表を派遣するた
めの財政(資金)活
動に取り組んでいま



オンライン署名は
こちらから

広島・長崎の被爆
から81年目の夏。今
年も原水爆禁止世界
大会が開催されます。
原水爆禁止2026
年世界大会は、日本
政府の危険な暴走に
ストップをかけ、非
核平和の日本へと政
治の流れを変えるた
めに、思想・信条・
立場を超える連帯と
共同の場です。「戦
争反対」「憲法9条

守れ」「核兵器禁止
条約に参加を」と願
う人々が集まります。
神奈川みなみ医療生
協からも職員1名、
組合員1名の代表を
派遣します。

三浦半島 地名の由来 70

「坊免」(三浦市)

坊免(ほうめん)は三浦市の南西部にある地名(小字)で、現在の住所で言うと松輪になります。坊免とは、主に寺院(お坊さん)の免除地や所領、あるいはそれに



この看板周辺が坊免

由来する古い地名を指す言葉です。寺社や僧侶(坊)の敷地として、年貢や諸役(税金など)の納入を免除されていた土地(免租地)のことを「坊免」と呼んでいました。

松輪には松輪漁港や間口漁港などがあり、周辺には釣り船屋さんが沢山あります。坊免に「棒面丸」という釣り船があるのですが、漁業や釣りにおいて「坊主(釣果なし)」につながる「坊」の字が縁起不十分とされるため、のちに「棒面」の漢字や呼称へ代えられたとのこと。

松輪は「松輪サバ」でも有名です。松輪サバ(まつわさば)とは、松輪漁港(間口漁港)で水揚げされる、黄金色に輝く最高級ブランドのマサバです。特徴は、豊富なエサ場である東京湾で育ったことによる「極上の脂のり」、職人による「一本釣り」、そして「素手で一切触れずに鮮度を保つ徹底した管理」です。周辺には有名店「地魚料理

松輪」をはじめ、松輪サバを扱うお店がありますので一度訪れてみてはいかがでしょうか?ちなみに松輪サバのシーズンは8月から12月下旬とされています。



松輪サバ

2026年6月度 理事会報告

1. サマー増資の準備状況について話し合われました。

7月・8月の2か月間「サマー増資」活動に取り組みます。診療所ではチラシの配布や声かけさせていただきます。増資活動にご協力ください。

2. 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」。6月から9月末までに10部増を目標に取り組んでいますが6月24日時点で13部増となりました。目標は達成しましたが、引き続き購読を呼びかけていきましょう。

3. 組織部の名称変更について話し合われました。

組合員加入・出資金増資・班づくり・担い手づくりなどを推進するために、長年、組織部という名称で活動を続けてきましたが、対外的には何をやる部署なのか理解しにくいと言われおり、名称を「健康まちづくり部」(略称:まちづくり部)に変更することになりました。名称の変更は2026年7月1日からになります。

4. 2026年5月度の患者利用者状況報告

外来患者: 2,688人、訪問看護: 1,328人
訪問ヘルパー: 69人、デイサービス: 120人
ショートステイ: 69人、ケアプラン: 283人

5. 2026年5月度の経営状況報告

5月度の経常利益は14万円の赤字でした。

6. 2026年4月度 組織活動統計の報告

仲間ふやしは27人でした。出資金増資は187万3千円でした。

2026年6月末現在 組合員数 12,783人 / 出資金 358,128,000円

からだ動がそう!

健康 ヨガ

Lesson⑧5 股関節の前を伸ばすポーズ

効果: 腸腰筋を伸ばす。

1. 片足を後ろに大きく引いて、しゃがみます。
2. ゆっくり後ろの足の膝をつきます。
3. 膝を曲げている方に片方の手のひらを置きます。息を吸って片方の腕を上へ上げます。腕を上げている方の腸腰筋を伸ばします。
4. 10秒位キープします。
5. 息を吐いて、もとに戻ります。

反対側もやってみましょう。



監修 / 折戸めぐみ (横須賀ピラティス・ヨガ教室主宰)

ピラティス・ヨガ教室の
YouTube チャンネルはこちら ⇒



平和を学ぶバスツアー



帰還者たちの記憶ミュージアム と 昭和薬科大学薬草教室

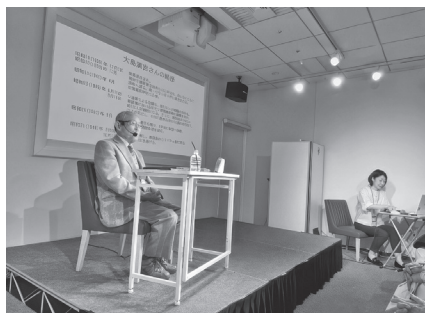
6月30日(火)「平和を学ぶバスツアー」を実施しました。年に一度平和を考える時間を共有しようとの試みで、2017年から「平和を学ぶバスツアー」を開始。今年で11年目の取り組みになります。途中、新型コロナウイルス感染症の拡大で2020年度は中止になりましたが、今年は47名で「帰還者たちの記憶ミュージアム」見学と昭和薬科大学の薬草教室に参加しました。

帰還者たちの記憶ミュージアムでは、引揚体験者の大島満吉さん(90歳)から、満州興安で小学4年生時の引き揚げ体験を同席学芸員の質問に答えるような運びで語

られました。涙を浮かべ言葉を選びながら話す姿に視覚、聴覚から心が締め付けられました。

2018年「登戸研究所」と「東京大空襲・戦災資料センター」と2つ訪れた時に「心が重く引きずってしまう」と組合員さんから要望され1つはジャンルの違う企画を入れています。今回は「昭和薬科大学薬用植物園見学と薬草教室」大学階段で集合写真を撮り、教室での講義では大きな学生になりきって講義を受けました。

神奈川みなみ医療生協
社保平和部会



引き揚げ体験者の
大島満吉さん



昭和薬科大学での薬草教室

すこしおレシピ 体験会を開催

医療福祉生協連では、毎年減塩料理の「すこしおレシピコンテスト」を行っており、このコンテストに入賞したレシピを実際に作って食べてみて、減塩について考えるきっかけにしようと神奈川みなみ医療生協では「体験会」実施しています。

7月15日（水）ウエルシテイまなびかん（横須賀市東逸見町）の調理講習室センターで、すこしおレシピ体験会を開催しました。

健康づくり委員を含め16名の参加があり、4つのグループに分かれて調理をしました。管理栄養士の鳥居さんから今回のレシピについて説明を受けた後、各グループで調理を開始。初

対面の方もいらつしやいましたが、和氣あいあいと調理をすすめていききました。試食の時間には「おいしい」「家で作ってみる」などの感想も。



今回のメインは「簡単魚の野菜あんかけ」

『すこしお』とは？
『すこしお』とは **“すこしの塩分ですこやかな生活”** をめざす医療福祉生協連のとりくみの総称です。

医療相談室

肺炎球菌

肺炎は、日本人の高齢者が入院する原因の一つであり、重症化すると命に関わることもあります。その原因となる細菌の一つが「肺炎球菌」です。肺炎球菌は、肺炎だけでなく、中耳炎、副鼻腔炎、敗血症、髄膜炎など、さまざまな病気を引き起こすことがあります。特に65歳以上の方や、心臓病・糖尿病・呼吸器の病気などをお持ちの方は、重症化しやすいことが知られています。肺炎球菌ワクチンは、このような重い肺炎や感染症を予防し、重症化を防ぐことを目的としています。

国は高齢者の肺炎を減少させる目的で、高齢者の定期接種を呼び掛けています。対象は、65歳の方と60～64歳の心臓・腎臓・呼吸器に障害があり身の回りの生活が極度に制限される方、ヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫機能に障害があり日常生活がほとんど不可能な方です。横須賀市・三浦市・葉山町・逗子市では、対象者に限り4,000円で接種ができます。過去に接種歴がある方でも5年を経過すると免疫がなくなり再接種をおすすめしています。各診療所では肺炎球菌ワクチン接種に対応していますので、ご希望の方はお近くの診療所までお問い合わせください。ワクチンを接種しても、すべての肺炎を防げるわけではありません。しかし、肺炎球菌による重い肺炎や入院、死亡のリスクを減らす効果が期待できます。

接種後は、腕の痛みや赤み、腫れ、発熱などの軽い副反応がみられることがありますが、多くは数日で改善します。

肺炎は予防がとても大切です。ワクチン接種に加え、手洗い、うがい、口腔ケア、十分な栄養と睡眠も心がけましょう。

衣笠診療所 看護師長 関聡子



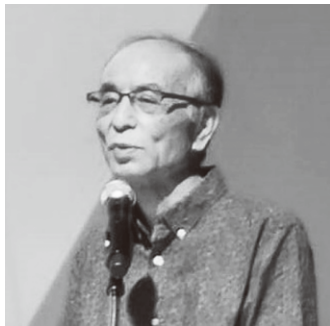
専務理事退任のあいさつ

片倉 博美

この2年間、専務理事として何が出来たかと自問自答の日々でした。まずは当法人の立ち位置の確認でした。収益事業の4割近くを占める介護事業、診療所がない葉山での組合員活動の存在、購買生協から出発した当法人の歴史と他の購買生協との連携などその利点をどう生かすか。課題は山積でした。外来患者と組合員数の減少の

なかでの収益減少、介護事業所の赤字体質、多額の借金などなど。管理者・職責者の団結と経営改善に向けた意思統一が鍵でした。診療所の診療体制の見直しと在宅医療・健診活動へのシフト、安楽樂の100%稼働目標の設定、デイサービスみうらの利用者確保とサービス内容の見直し、衣笠訪問看護STとみうら訪問看護STとの統

合などにより経営改善に取り組んで来ました。また、養老保険の解約、法人本部の土地・建物の売却などにより財務状況の改善にも取り組みました。しかし、まだ経営危機から脱却出来ていません。就業規則の変更による4週8休制度をはじめ定年制度や賃金制度の改定も労組との合意も道半ばです。常勤職員の平均年齢は52歳です。当法人の継続・発展にとっては、後継者の確保と育成が急務です。法人



は、今後5年間を目標に中長期計画案を作成しました。事業所・地域支部での討議を進め、豊かなものに作りあげましょう。職員の皆さんと地域支部の皆さん、短い期間でしたが大変お世話になりました。ありがとうございました。

介護相談室

Q & A

Q 高齢者と災害①
いのちを守るために
必要な視点

A 近年の豪雨災害では、死者のうち60～80%が高齢者で占められており、避難の遅れや避難環境の不備が深刻な課題として浮き彫りになっています。

高齢者の方々は身体機能の低下だけでなく、要介護度や持病の有無その他取り巻く環境などにより、必要な支援は大きく異なります。例えば、車などが入れない地域であったり、地域住民が高齢化していたり、インターネットなどでの情報収集が難しいなど、個々人が抱える課題も様々ではありません。特に独居高齢者は準備が遅れがちで、地域とのつながりが弱いほどリスクが高まります。また、避難先への遠慮や

環境変化への不安など心理的要因から避難をためらう傾向もあります。

避難所のバリアフリー不足、寒暖差などは、高齢者の健康に大きな負担となり、震災関連死の多くが高齢者であることも報告されています。そこで一般避難所では生活が困難な高齢者のために、福祉避難所が設けられています。

しかし「どこにあるのか」「誰が利用できるのか」が十分に知られていないケースが多く、事前の確認も必要です。

災害はいつ起こるかわかりません。しかし、これまでの「防災」の取り組みだけではなく、事前の備えと地域の連携によって、被害を大きく減らす「減災」の視点が必要で、高齢者の方々が安心して暮らし続けられる地域づくりのために、私たち一人ひとりの取り組みが求められています。

在宅福祉センター ケアマネージャー 内藤淳

質問募集中



介護に関する質問を募集しています。気になることやわからないことなどがあればお寄せください。

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

衣笠診療所 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

小さい頃は、夏といえば海で遊びました。もう半世紀以上海で泳いでいません。時代と共に海の様子も変わり、歳もとり、泳いだ頃の事を思うと、

今は昔

「熱中症の発生場所の4割が家の中」と知り、外出先だけではなく、普段から注意が必要なことをあらためて実感しました。

三浦市 K・N

普段から

身体メンテナンスの目安となるので、今年もレディース健診日に予約いたしました。

横須賀市 早川澄子

今年も予約

むかしの話の事です。

三浦市 宇津木和子

私も植えました

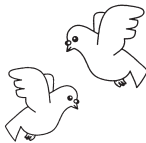
ナスを植えた方の投稿がありました。私も今年2株植えたところ、どんな獲れて、大好きなナス料理を作るのが楽しいです。そのあとはブロッコリーを植えようと思っています。

葉山町 茂木よう子

明るい未来？

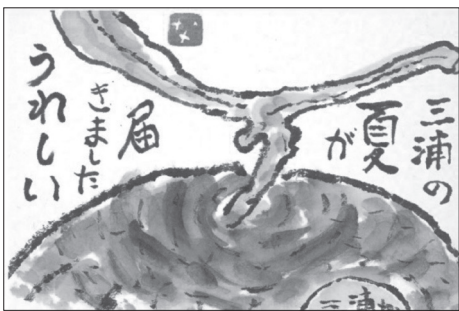
今年も半年が過ぎ、一年が速く感じられますね。今年もスーパー猛暑が続くのでしょうか。どこの誰かさんが消費税0%に働いて働いて働かせてもらいますなんて言っただけで……次々に税金を増やしてくるこの

組合員のひろば



日本で子孫に明るい未来があるのになってふと思うこの頃。

葉山町 菅原政子



横須賀市 湯本直美

文芸コーナー

俳句

梅雨明けの赤い夕日に子ら走る
ハイキング川で冷やしたソーダ水
くりかえしうたい続ける油蟬
秋までは気合が頼り送り梅雨
蟬鳴いて減りゆく並木のありがたき
葉の上できらめき踊るつゆの雨
七年の地中に生まれて蟬が鳴く
山開き列をなしたる富士登山
笹舟をまつり囃子が舵を取り

短歌

庭に出て朝あけの空ながめつつ体操をして一日始める
トウモロコシは「今食べなきゃいつ食べるのか」と言われる旬の味
思い出や子にせがまれて虫取りに図鑑抱えしあの日の頃
梅雨空にうす紫のアガパンサスこれぞとばかり咲き誇りける

逗子市 菊池早苗

横須賀市 今井順子

横須賀市 島森隆司

逗子市 湊美根子

三浦市 三壁水華

葉山町 石井富貴子

葉山町 神山功

葉山町 浜添アサ子

横須賀市 藤原かよ子

三浦市 宮川一滴

横須賀市 堀江美帆

横須賀市 堀江美帆

横須賀市 河合滋晴

逗子診療所 診療体制表 ☎046-872-3530

2026年8月1日現在

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30～11:45 (水曜11:30まで)	竹内 (9:15～)	竹内 (9:15～) 平野	國本 (市大) 天野	竹内 (9:15～) 清水	竹内 (9:15～)	竹内 9:15～ (外来 第1・3・5) 天野 (外来 第2・4)
午後 受付時間 2:00～4:30	休診	平野	休診	清水	濱中 (第1・3・5) 房野 (市大)	休診

※都合により変更になる場合もあります。

三浦診療所 診療体制表 ☎046-889-3388

2026年8月1日現在

時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00 診療 問診 検査 健診 (予約)	藁谷 立壁	藁谷 原 (女医)	中村 杉山 (糖尿) 【予約】(第2)	藁谷 大橋	原 (女医)	藁谷 (第1,3,5) 新海 (第2) 大西 (第4)
午後 診療	立壁 1:00～2:30 藁谷 2:00～5:00	原 (女医) 2:00～5:00 藁谷 3:00～6:00	休診	休診	山本(市大) 2:00～5:00	休診

※都合により変更になる場合もあります。

7月号の正解

ゼ	イ	ビ	キ	ナ	ス
ニ	チ	ジ	カ	ツ	ラ
ホ	ヤ	ネ	ウ	ラ	イ
ジ	ム	ズ	マ	ミ	ズ
フ	ツ	キ	ム	コ	ゴ
ノ	ウ	チ	ハ	シ	ゴ

正解〈ウミビラキ〉

当選者(敬称略) 応募総数 46 通

【当選者】

横須賀市/金子静江 早川澄子 湯本直美 脇亜紀

三浦市/坂本文男 中澤公子

逗子市/田中広江

葉山町/浜添アサ子 茂木よう子 吉田政子

◆問題◆
二重マスに入った数字の合計はいくつになるでしょう？
◆ルール◆
①空いているマスに、1～9までの数字のどれかを入れます。
②縦9列、横9列のそれぞれに1～9までの数字が1個ずつ入ります。
③太線で囲まれた3×3の枠内(マスは9個)にも1～9までの数字が1個ずつ入ります。
④縦列、横列、枠内で、同じ数字が重複して入ることはありません。
答・ご住所・お名前・紙面についての感想を下記までお送り下さい。正解者の中から抽選で10名様に図書券を送ります。(8月末日必着。発表は9月号)抽選に間に合わなかったお便りは、次号で抽選をします。クロスワードの問題を募集しています。未発表のものに限りません。採用の場合は図書券をお送りします。

あて先

〒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