

くらしと医療

2024年12月・2025年1月合併号 (第85号 毎月1日発行)

大阪みなみ医療福祉生協の現勢

(2024年12月1日現在)

● 組合員	2万8053人
● 出資金	7億3281万70円
● 一人平均額	2万6122円

大阪みなみ医療福祉生活協同組合 発行責任者：今口 朋

堺市東区南野田127番地 『くらしと医療』機関紙委員会
TEL.072-236-3217 HP <http://osakaminami.net>
E-mail kumikatu-2@osakaminami.net

ぬりえコンテスト結果発表!

総合1位発表! おめでとうございます!



◆おとな部門総合
松浦 紀彦さん
(羽曳野市) コープ診療所



◆ジュニア部門総合
藤原 ゆいさん
(岸和田市) 阪南医療生協診療所

虹のかけはし

2024年も終わりを迎え、また新しい年が始まりました。年々一年が早く過ぎていく歳になりました。

今、マイナンバーカードにマイナ保険証をプラスして使っている方の医療現場でのトラブルや、認証に時間がかかるなどのニュースがテレビの画面を賑わせています。それに加え、2025年にマイナンバーカードの更新を迎える人が2500万人ほどいて、「手続きを忘れたら無保険になる」とも伝えられています。

現在の紙の保険証でも、更新時にはこれまで通り「資格確認書」が市役所から送られてきて、以後5年間は毎年送られてくるのが決まっています。それ以降のことはまだ決まっていますが、「同じように送ってくるだろう」とスマホでは報道されていました。

政府は、まだ未完成のマイナンバーカードに無理やりマイナ保険証を紐付け、たくさんの税金を使ってマイナンバーカードを拡げようとしてきました。私たちは政府の無理な政策には、慎重な判断をしないといけませんね。(羽曳野エリア U・H)

▼マイナ保険証については、9ページに
その詳しい掲載があります。

表紙に掲載! あなたの『冬』の写真を大募集!

採用者には『QUO(クオ)カード』をプレゼント!
▶写真は(横長)サイズのものをお送りください。

送り先は10ページをご覧ください。

新年明けましておめでとうございます



◆大阪みなみ医療福祉生活協同組合

理事長 中村 三千人

新年明けましておめでとうございます。

昨年2024年は天変地異で新年を迎えました。言うまでもなく元日に発生した能登半島地震のことですが、その後同地は、夏に豪雨による水害にも見舞われており、現在も十分な復旧がなされていないとは言えない状況が続いています。一日も早い復興を願わざるを得ません。

転じて、私たちの法人経営も苦境の年となりました。4月に行われた医療保険及び介護保険の同時改定の影響は大きく、各エリアとも減収減益となっています。2024年度は2023年度に続き赤字決済となる公算が高い状況で、今後は不採算部門の整理と経費削減、収益が見込まれる事業の拡大をすすめていく必要があると思われま

す。しかし、各エリアの事業は組合員のみなさんと職員の協力と運動で始められたものばかりであり、どの事業を整理(つまり撤退)するかについては、十分な議論が必要だと考えます。忌憚のないご意見をいただくようお願いいたします。

さて、昨年は政治の世界で大きな変化が見られた年となりました。

衆議院議員選挙では与党が政治と金の問題で批判され、少数与党となりました。今後の国内政治の方向がどこへ向かっていくかが離せない状況となっています。

また、兵庫県知事選挙は意外性の大きい結果となりました。これまでの選挙の常識(と言うよりもルール)を無視したような選挙運動が行われ、その結果、有権者がそれに熱狂したように思えます。

熱狂と言えばアメリカ大統領選挙も、社会の分断を利用し、熱狂をつくり出した結果とも言われております。

ウクライナとガザの戦闘も収束の兆しすらなく、地球温暖化も先行きが見通せない状況です。世界も日本も、混沌とした状況が強まったかに見える一年でした。

そんななかで、被団協(日本原水爆被害者団体協議会)のノーベル平和賞受賞は、「まだまだ世界は捨てたものではないな」と思える出来事でありました。

私たち大阪みなみ医療福祉生協の組合員と職員は、このことに希望を持ち、『地域まるごと健康』のスローガンのもと、基本的人権を尊重した運動と経営を行っていかたいと思います。

謹んで新春の祝詞を申し上げます。昨年も大阪みなみ医療福祉生活協同組合の運営にご協力いただき誠にありがとうございます。

さて、2025年の干支は巳(へび)です。「へびは苦手」と感じる方も多いでしょうが、へびは脱皮しながら成長するたため、「生命」や「再生」の象徴とされています。金運に恵まれるという言い伝えもあり、現在でも全国各地でへびを崇める風習が残っています。また、今年(じゅうごふご)は60周期の十干十二支では乙巳(きのと)となり、これまでの努力や準備

が実を結び始める時期とされています。しかし、成長の速度は人それぞれです。すぐに結果が出なくても、焦らず粘り強く取り組む姿勢が重要です。

新型コロナウイルス感染症の指定区分が変わり、各エリアの支部での組合員活動はコロナ禍以前のような活動が戻ってきています

が、日頃、高齢者や持病をもつ方々と接する医療や介護の現場では、まだまだ感染対策に予断を許さない状況です。また、2024年は介護事業所の倒産数が過去最多となったほか、国立

大学病院の赤字が235億円にものぼる見込みと報道されるなど、医療、介護をとりまく経営環境は厳しさを増す一方です。

大阪みなみ医療福祉生協でも新型コロナウイルス感染症の陰に隠れて迫ってきていた経営状況の変化の渦中で、2024年度は厳しい経営結果となる見込みです。

役員一同、一刻も早く経営を改善すべく粘り強く取り組んでいます。組合員のみなさまの利用結果も医療福祉生協ならではの取り組みのひとつとなります。地域の方々には、健康、基盤づくりにご協力をお願いいたします。



◆大阪みなみ医療福祉生活協同組合

専務理事 今口 朋



診察室
よい

●北野田診療所
管理栄養士 山田 晴美

災害時の食事を考える



2024年はお正月早々に能登半島地震があり、災害について考えることも多い年だったと思います。

「在宅避難」に備えて

災害の規模にもよりますが、避難所に避難するほかに、被災後に自宅の安全が確認できれば家にとどまって生活する「在宅避難」を多くの自治体が推奨しています。避難所に行かない「在宅避難」でも、行政や支援団体からさまざまな支援を受けることができます。

「フェーズフリー」とは

昨今、防災の分野でよく使われる言葉が「フェーズフリー」です。「フェーズフリー」とは、「日常」と「非日常」という2つの状況を区別しな

いという意味で、非常時にしか使わない備えをするのではなく、日常で使っているものを非常時にも使うという考え方です。「ローリングストック※」もそこから生まれた手法です。

災害時でも健康でいるためには、①エネルギー源となる炭水化物や脂質を含む主食、②体をつくるのに必要なたんぱく質となる肉や魚・大豆製品・卵など、③体の調子を整えてくれるビタミンやミネラル・食物繊維が多い野菜、海藻、果物類などをバランスよく食べることが理想です。

「過栄養」と「低栄養」

避難生活では栄養が偏りやすく、肉や魚類、乳製品や野菜類は入手しにくく不足しやすい食品です。その一方で、

穀類やお菓子などを過剰に食べてしまうこともあります。

たんぱく質やビタミン、ミネラルや食物繊維が不足すると免疫の低下や体力の低下につながります。避難生活では「過栄養」と「低栄養」に注意しましょう。「過栄養」では、甘い菓子パンなどで糖分を摂り過ぎないようにし、「低栄養」にならないためには、レトルト食品や缶詰などでたんぱく質を、野菜ジュースなどでビタミンを摂るなど考えてみましょう。

日頃から食べなれたものを用意しよう

災害時はストレスも大きく、食欲が低下することも多いので、日頃から食べなれた物や使いなれたものを用意しておきましょう。

食べたことのないものを食べられない方も多く、避難時に配られるお弁当や備蓄されている食品が食べられなくて、栄養不足になる方もいます。普段からいろいろなものを食べるようにしておくことは、とても大切なことなのです。

調理不要な食品や好きなものも加えよう

ライフラインが止まっていると、調理ができないこともあります。調理不要で食べることのできるものも備えておくとういでしょう。

また、災害時には体に必要な栄養素を確保することも重要ですが、心の栄養も大切です。好きなものや、美味しいと感じるものを食べると心が安らぎます。「ローリングストック」に好きなものも加えるとよいですね。

※ローリングストック

普段の生活で使用する食料や日用品を多めに買い置きし、消費した分を買い足すことで常に一定量の備蓄を保つ方法

●参考文献

「なかえ」2024年9月号

「栄養と料理」2024年9月号

読者の川柳

◆成長率上がり
物価も困る生活

◆(松原市 岡林哲夫さん)

◆50-50に歓喜し
86-0を憂う

◆(堺市東区 尾方道代さん)

◆歳重ね

◆トイレ探しの達人に

◆(堺市東区 尾方仁士さん)

◆空見上げ

◆朝刊手にしや秋めくか

◆(大阪狭山市 尾上静江さん)

◆冬山の

◆熊が眠らぬ温暖化

◆(大阪狭山市 瀬雅子さん)

◆秋空に

◆小雲フワフワ七変化

◆(羽曳野市 立花千代子さん)

◆秋の虫

◆今年の暑さにまいったか

◆(羽曳野市 瀧本佐夜子さん)

◆ポテポテの

◆布袋の腹に見る安堵

◆(堺市堺区 藤田治雄さん)

◆締切は 1月31日

◆作品の送り先は10ページをご覧ください。



北野田エリア

『秋のウォークイベント』in 高野山



毎年保健委員会では、秋の生協強化月間に時期を合わせて、ウォークイベントに取り組んでいます。今年は11月7日(木)に「高野山へ出かけよう」と、組合員のみならず、130人の参加申し込みがありました。

当日の高野山は朝から冷え込みが強く「やっと秋が来た」と感じさせる気温と、参加者のみなさんの日頃の行いのお陰でお天気にも恵まれ、まさに運動日和の一日でした。

また、今年は訪問看護ステーションから3人の看護師さんが医療班として同行してくれたので、参加者全員が安心して過ごせることができました。

記念撮影は、鮮やかな朱塗りが美しい根本大塔が見える場所で、ニッコリ笑って「ハイポーズ」。その後、みんなで奥之院までの約3kmを元氣よくウォーキングしました。もちろん、運動前には準備運動が欠かせません。大所帯で一斉にラジオ体操をしたり、お土産屋などが立ち並ぶメイン通りを大行列で歩いていくと、海外の観光客から「珍しい光景だ」と写真撮影をされたりもしました。

終了後のアンケートでは、次回の参加希望地など多くの意見をいただき、来年の参考にさせていただきます。「医療生協に入っただけのイベントをこれからも開催したいと思っておりますので、楽しみにお待ちください。」



高松又六支部
「ボチボチ亭」で
お食事会開催!

片手を上げて「我々、北野田デイサービス利用者です」と利用者さん代表による力強い選



がんばれ〜!

競技終了後は、また職員お得意(?)の踊りを披露。「炭坑節」と「南中ソーラン節」を、利用者さんもノリノリで一緒に踊ってくださいました。ソーラン節では、男性利用者さんが大漁旗を大きく振ってくださり、職員

最後はみなさん、金メダル・銀メダルを首にかけ、おやつのため焼きを食べながら談笑し、楽しい一日を締めくくりました。

北野田デイサービスでは、レクリエーションや季節の行事を通して利用者さんと楽しく、思い出に残る取り組みをスタッフ一同考えています。見学や体験利用など興味がありましたら、どうぞお気軽にお問い合わせください。北野田診療所の2階で行っています。

秋恒例の『運動会』

北野田デイサービスセンターでは、秋恒例の『運動会』を10月28日(月)と31日(木)の午後から2日間、開催しました。

片手を上げて「我々、北野田デイサービス利用者です」と利用者さん代表による力強い選



の踊りを盛り上げていただきました。



手宣誓で『運動会』はスタート。みなさん紅白に分かれて「ラジオ体操」「玉入れ」「パン取り競争」「玉送り」「棒で輪っか飛ばし」「うちわ送り」などの競技で競い合いました。

参加した利用者さんからは「新聞紙の棒を握ったら知らず知らず力が入って、ボールを飛ばしてストロス発散できたわ〜」との声も聞かれ、笑いあり、拍手あり、応援ありと白熱しました。

北野田
デイサービスセンター
072
236-0311
(担当:吉田・紐賀・浅井まで)

堺エリア

「岸和田城」を見学しました!



錦綾支部では、久しぶりにレクリエーションを実施しました。行き先は「岸和田城」で、12人が参加しました。

堺駅に集合し、急行に乗って4駅、15分で到着しました。この日は日曜日ということもあり、駅前では高校生が何やらテントを張っていくつかお店を出していました。それを横目に見ながら商店街を歩き、コシノジュンコさんの実家を見物、現在はアヤコ食堂になっていました。商店街ではほかにも簡易なステージで歌とダンスが行われ、テーブルを出して手づくりの品を即売していました。

商店街を抜け、だんじり会館に向かいました。お城のお堀りを横切り、ゆったりと20分かけて歩きました。会館の見学には20分かかるとのこと断念し、10分ほど休憩した後、お城に行くことにしました。

「岸和田城」には大小の天守があり、大阪城に比べて小ぶりで可愛いらしいものが建っていました。記念写真をもれなく撮りました。

お城を見学した後は、市役所の横を通って食事場所へ移動しました。「五風荘」が有名ですが、今回はそこではなく、能楽堂の舞台を眺めながら食事ができる「公調庵」です。豆乳鍋の豚しゃぶに、おかわりありの五目ご飯でお腹がいっぱいになりました。お土産を買えるところがなくて残念でしたが、参加された方々からは、「おいしかった、良かった!」と感想をいただきました。(錦綾支部 袋井)



『健康チェック』で地域の健康づくり

11月28日(木)、三玉支部では山本五町会館をお借りして、この場所では2年ぶりとなる『健康チェック』を開催しました。



この日は習いごとで会館に来ておられた方が「健康チェックができるのなら受けたいわ〜」と参加してくださり、地域に配布したチラシを見て足を運んでくださった方と合わせ5名が参加しました。

骨密度測定では、「これまで機会がなかったので、ちよつとよかった」と受けた方もおられ、良い機会になったのだとうれしく思いました。測定の合間には大腸がん検診もすすめ、一度も検査をしたことが

ないからやってみます」と検査キットを持ち帰っていただきました。

私たちの支部の『健康チェック』は尿検査も実施しており、その結果も含めて杉野看護師さんより、食にタンパク質を摂り入れることや運動についてアドバイスがあり、終了後はみなさん笑顔で会場後に送られていました。

『インフルエンザ』について学ぼう

11月29日、錦支部では本さん宅で班会を行いました。今回の参加者は8名で、テーマは「インフルエンザについて」です。

看護師さんとケアマネジャーさんに来ていただき、症状や診断方法、治療法などいろいろと教えてもらいました。私たち高齢者は、マスクの着用と手洗いがいなどを毎日行うことで予防になります。

久しぶりに支部のみなさんと会えて、話がはずみました。インフルエンザ以外にも、足の爪の手入れや点眼の正しいやり方など、体に関する事について盛りだくさんの情報を教えていただきました。ていねいな説明で理解も進み、充実した班会になりました。

これからの流行シーズンに備え、今日教えていただいた対策を実践し、元気に

に冬を乗り切りたいと思います。(錦支部 福島)



羽曳野エリア

初参加で
うれしい
ブービー賞!

『パークゴルフ大会』開催!



東支部では、11月8日(金)に『パークゴルフ大会』を開催しました。前日の冷たさも和らぎ、小春日和の暖かい秋晴れのなか、午後1時に競技はスタート。14人の参加者で競い合いました。

各組のメンバー発表の後、ルール説明を聞き、それぞれの組に分かれてプレイを開始しました。私はまったく初めての参加なので、うまくボールを打つことができません。「肩からクラブを振るように」と説明してもらいましたが、弱くクラブを振る

となかなかボールは飛ばさず、強くクラブを振ると遠くまでボールが転がってしまったりと、悪戦苦闘しました。普段ゴルフ場へよく行かれる方はさくさくとすすむのですが、私はゆっくりすすむので、だんだん後ろの組の方が近づいて来て、ハラハラし通してました。

それでも予定通りの時間にプレイが終わり、表彰式が行われました。男性の3位は2人いて、じゃ



んけんでの決定となりました。そして、ブービー賞の発表!なんと初参加の私がいたかくことになり、とてもうれしかったです。ボールがカップに入ったときの軽やかな音もう

れしく、楽しい『パークゴルフ大会』でした。石川河川公園パークゴルフ場は、平日利用料が530円でクラブ代金が220円の合計750円。『こんなにたっぷり楽しんで気持ちのいい汗をかくことができ、とても充実したパークゴルフ大会だった』とは、参加された方の感想でした。お世話をしてくださった担当の方々、ありがとうございました。(小谷光子)

2025年 2月9日(日)
日曜日に健診を受けられます
 時間 9:00~11:30

〇協会けんぽ健診
 〇特定健診
 〇後期高齢者特定健診
 〇大腸がん検診
 〇腹部エコー検査

〇骨密度検査
 〇胃がん健診
 〇肺がん健診
 〇前立腺がん健診
 〇肝炎ウイルス健診

ふだん仕事や家事などで忙しく時間を作れない方が多いと思います。忙しいときに限って自分の体調に気が付きにくいものです。1年に1回は健康診断を受けて健康を守りましょう。

コープ診療所は2月9日(日)に各種健診が受診できます

当日は朝食を控え、受診券と保険証をご持参ください。

お申し込み・お問い合わせ
コープ診療所
 羽曳野市南恋我之荘4-5-1 **072-938-6226**

阪南エリア

『手づくりの白味噌』でお正月の準備



11月26日、お正月を迎えるにあたり手づくりの白味噌のおいしさに誘われ、恒例の『白味噌づくり』を阪南医療生協診療所の3階で行いました。

近頃では、家族数の減少でつくり手が少なくなっています。ですが、診療所の職員さんにも加わっていただき、にぎやかに始めました。新日本婦人の会から取り寄せた国産の大豆をコトコト煮込んだものを持ち寄り、こうじは近場の味噌屋さんからいただきました。講師の方にていねいにつくり



方を教えていただき、お喋りをしながらつぶした大豆とこうじ、塩を混ぜ合わせます。空気を入れないように容器に詰めて、その上からラップをして、さらに塩をしつかりのせてでき上がりです。でき上がったものを暗い所に約1カ月ほど置いてしっかりと発酵させ、その後冷蔵庫に入れて発酵を止め、お正月を迎えます。市販品より本当においしい白味噌になります。

(春木旭町支部 平松)



『私の戦争体験』

◆澤田 住子さん(松原市)

東京大空襲

澤田糸、明治38年生まれ。私の姑である。

私は彼女と十年間同居し、彼女が繰り返し語ったのは、昭和20年3月10日、米軍による東京大空襲のことである。

当時、彼女は東京板橋区で夫と学生服縫製の仕事をしており、中学生の長男、三男、三歳の子どもの五人で住んでいた。次男はすでに学校から田舎に学童疎開をしていた。昭和16年に始まった戦争は敗北の一路をたどり、東京はもとより大阪や神戸、日本の大都市にB29と呼ばれる米軍機が上空を飛び回り、焼夷弾を落としていた。

3月10日の夜、風が激しく吹いていた。真夜中の1時頃、空襲警報が鳴り響き、すぐ近くに焼夷弾が連続的に落とされる音が聞こえ、窓の外を真っ

前編

赤に燃える火を映し出していた。その頃、毎夜服を着たまま寝ていた家族は、すぐに用意している衣類と茹でたさつまいもをくるんだ袋を子どもたちの首にも巻きつけ、家を出た。夫と長男は町会の防衛に狩り出され、家にはいない。

外に出ると、あたり一面、真っ赤な火の海である。夫は「橋の向こうへ逃げよう」と、外からかけこみながら言った。そこは先日の空襲で焼け野原になっている。

「男は残れ」「消火にあたれ」と自警団の団長がメガホンを口に当て、怒鳴っている。彼の張り上げる声で夫と長男は残り、自警団の元に走った。糸が二人を見たのは、これが最後である。

橋は風上の方角にあり、火の粉は風下に吹き荒れ、目も開けられない。娘を背負い、次男と人々の大

きな流れのままに歩き出した。燃え上っている左右の家がバリバリと大きな音を立てて崩れ落ちる。気が狂ったように叫ぶ人々、服についた火を必死でたたき落としている人。「ほんまに地獄絵と同じやった」と糸は言った。

炎と煙と火の粉に逃げ惑う人波が大きく、思うように歩けない。やっと橋にたどり着き渡ると、そこは一面の焼け野原、瓦礫の山である。一月月前の空襲で、一面廃墟になっていた。ここに逃げてきた人々は地面に座り込み、川の向こうの真っ赤に燃え上がる家々を呆然とながめていた。銀行の大金庫が焼け野原に残っており、そのなかで、糸は背中の子どもをおろした。「お父さんと兄ちゃん、大丈夫かな」と次男が言ったが、もう糸には何も考えられない。ぼろ雑巾のように体を横たえていた。広い焼け野原は真っ黒闇につつまれ、人々はささやくように「ここは大丈夫か」と話している。

事業所だより



ケアプランセンターきずなの事務所は、コープ診療所の3階にあります。令和5年12月に旧向野診療所跡の「きずな会館」より移転して1年が経ちました。コープ診療所と同じ建物で仕事をできるようになり、通院される患者さんの困りごとに早く対応できるように頑張っています。例えば、通院されたときに「介護の相談がしたい」と言っていたら、そのまま相談室で対応することも可能です。ケアマネジャーが訪問などで不在



2000年に介護保険が始まり24年が経ちました。当時40代で「介護保険なんて無関係」と思われていた方も1号被保険者となり、65歳の誕生日前に介護保険被保険者証が送られてきたのではないのでしょうか。これだけ長い年月が経つと介護保険も国民に周知されたかと思われませんが、ケアマネジャーとして初めて面接させてもらったときに「自分は介護保険の対象ではないと思っていた」「こんなことが介護保険でできるとは

知ってほしい 介護保険でできること



の場合は、できるだけ早く連絡を取り、ご自宅を訪問させていただくようにしています。

**介護申請の代行や
ご相談など、
お気軽にご連絡ください**

ケアプランセンターきずな

相談窓口

羽曳野市恵我之荘4-5-1
コープ診療所 3階
TEL **072-939-1850**

コープ診療所では、月に1回相談窓口を設けることになりました。日時については、診療所内に掲示しています。介護保険の申請代行や相談など、お気軽にお声がけください。また、相談日以外でも、電話や来所でのご相談を受け付けています。みなさまの周りに介護についてお困りの方がおられましたら、「一度ケアマネジャーに相談してみても？」とお声がけいただければ幸いです。できるだけ迅速に対応させていただきます。

相談窓口を設けました

思っていなかった」と言われることが多くあり、「もっと早く相談してもらえたらよかったのに」と思ったことが何度もあります。

年末年始休診のお知らせ		
診療所名	年末	年始
北野田診療所	12月28日まで	1月6日より 通常通り
狭山みんなの診療所		
堺北診療所		
コープ診療所		
阪南医療生協診療所		

大阪みなみ医療福祉生協

『新春の集い』ご案内

◆日時 2025年1月25日(土) 13:30～16:00

◆場所 堺市総合福祉会館 6階ホール
〒590-0078 堺区南瓦町2-1

◆参加費 <無料> (先着400名様・事前予約制)

◆記念講演 『大阪万博・平和と世界の情勢』
西谷文和氏 (フリージャーナリスト)

申し込み先▶ **072-236-0420** (または各診療所の窓口にて)

平和で明るい一年になりますように!

トラブル続出の『マイナ保険証』

解除 できます!!

解除してもこれまでと
変わりなく保険診療が
受けられます

12月2日で健康保険証の新規発行が停止になり、『マイナ保険証』に一本化されました。しかし、今の紙の保険証は、有効期限まで使えます。マイナ保険証を持っていない人には自動的に「資格確認書」が送られてきて、これまでの保険証と同様に使えます。

そもそも、マイナンバーカードそのものの作成は個人の自由（任意）です。便利になるはずの『マイナ保険証』をめぐる問題は、問題が続出しています。

全国保険医団体連合会が呼びかけた「現行の保険証を残してほし」という署名は、9月までに累計145万筆が提出され、全国の203自治体で意見書が採択されています。

また、同会が2024年10月に発表したアンケートによると、同年5月以降、約7割の医療機関でマイナ保険証、オンライン資格確認に関する



トラブルが発生しており、一旦10割負担となるケースや、受診を諦めるケースまで起きています。

そのような状況であっても政府は保険証廃止に固執し、その結果、なんと資格確認方法が9種類（健康保険証・マイナ保険証・顔認証マイナンバーカード・資格確認証など）も存在することになってしまいました。これでは医療現場の大混乱は免れません。

いくつもの世論調査の結果では、「現行保険証の存続」を求める声が圧倒的です。

**マイナ保険証普及の
コストは8879億円!**

マイナ保険証の導入のため、国が2014〜2024年に投じた総コストは、少なくとも

も8879億円にのぼることがわかりました（東京新聞）。しかし、費用に対して、効果は限定的です。

保険証を推進する立場の国家公務員の利用率（目標50%）が13.58%と全国平均（13.87%）よりもさらに低く、制度を所管する総務省で19.42%、厚生労働省で19.68%です。デジタル庁を含む内閣府本府支部（首相直属の機関）でさえ16.06%と、これらの実態を見ても利用するメリットがないことを示しています。

いま必要とされることは、何ら不都合なく使えている健康保険証を存続させることです。そして、もっと医療や介護の現場にこそ、そのお金を回すべきです。

〈解除申請〉について

国民健康保険及び後期高齢者医療制度の加入者で、マイナ保険証（被保険者証の利用登録がなされたマイナンバーカード）を持っている方が、利用登録の解除を希望する場合は、登録解除の申し出ができます。

解除申請は、加入する健康保険組合へ書面（解除申請書）を提出します。解除の仕方は加入している健康保険によって変わります。詳しくは加入する健康保険組合や自治体にお問い合わせください。解除すると代わりに「資格確認書」が発行され、これまで通り保険診療が受けられます。

国民健康保険の場合は、市役所で手続きを行います。各自治体のホームページで登録解除の方法が確認できます。解除申請用紙もホームページから印刷できます。

また、「解除したら、紐付けしたときのマイナポイントを返さなくてはならないのか？」との心配は無用です。返す必要はありません。

（理事 石谷泰子）





◆朝晩やっと秋らしくなってきました。しかし、喜んでばかりもいられません。値上げの秋です。このハガキは9月中旬に投函します。

(岸和田市 熊谷直美さん)

◆今年の6月に、4月生まれの子を迎えました。良く食べ、良く遊ぶ元気な子犬です。名前は「りこ」と言います。「りこ」に元気をもらって、私も毎日散歩やお世話に忙しくさせてもらっています。「りこ」ありがとうございます。

(堺市美原区 近藤 佐知子さん)

◆猛暑が長引き、農作物や畜産などへの影響が出ているようです。いつも購入している新米の価格が、昨年の3倍近くに値上がりされていて驚いています。

(堺市美原区 西岡 清美さん)

◆「組合員さんの声」のコーナーが好きです。いろいろな意見、楽しかったことなどを楽しく読んでいます。

(松原市 植田 かずみさん)

◆我が家の畑にも彼岸花が咲きました。赤と白、少し遅れて黄色も咲きます。長くて暑い夏だったけど、やっと秋がきました。

(羽曳野市 中嶋 芳子さん)

◆三姉妹で羽曳野コープ診療所にお世話になってます。三人とも血管が細くて、採血のときに看護師さんを困らせています。10月からハガキの値段が上がってしまつので、あわてて投函しました。これからもよろしくお願いします。

(松原市 西山 彰子さん)

◆今、韓流ドラマ「イ・サン」の再放送にはまっています。宮中の重鎮たちは民の苦しみをよそに私腹を肥やすことに一生懸命。どの国もどの時代も同じことがあるのですね。その習慣を正しい方向に改革しようと思えばる世孫に惚れ惚れ。私も選挙で世孫のような方に票を入れたと思います。

(堺市東区 梶谷 勝子さん)

◆今年の夏は暑すぎて、大葉が7月までは順調でしたが、それ以降雨が少なく、日照りが強すぎて食べる機会が減りました。残念。

(岸和田市 西上 奈津子さん)

◆本当にひどい話です。何でもデジタルにすれば「よい」とは限りません。病院・医院・薬局の人たち、および患者に無理矢理押し付けるマイナ保険証。その背景こそ問題。

(羽曳野市 麦谷 信一さん)

◆近所さん25軒ほどに機関紙を配布しており、「ご苦労さま」とお声がけいただいています。内容にしっかりと目を通し、学んでいます。

(岸和田市 宮本 清志さん)

◆スマホ一つで何でもできるのは便利ですが、少なくとも保険証は不便利だと思います。絶対反対です！

(羽曳野市 松本 晶子さん)

◆70歳の私が幼い頃見たハガキの記憶は、左上に法隆寺の夢殿があり、料金は「5円」でした。今回の郵便料金の変更に85円と17倍になりました。平均給与も17倍ほどになったのかな？

(大阪狭山市 天野 勝子さん)

◆石破首相は防災省を設置すると言った。趣旨には大いに賛成だ。日本は地震、台風が毎年頻発している世界有数の災害大国で、自衛隊の救護復旧活動は大いに役立っているが十分ではな

い。そこで、自衛隊の任務を外国からの侵略に対する防衛と自然災害に対する防災の2つに大別し、今ある防衛費のもっと大きな割合を防災に当てて、その設備とマンパワーを活用すれば、災害からの救援復旧をもっと迅速に、継続的にできるのではないだろうか。

(羽曳野市 松浦 紀彦さん)

◆猛暑をのりこえた体、秋からは運動量をふやして少しずつ整えていきたいと思っています。それにしても裏金、統一教会との癒着、原発問題、沖縄米軍など腹立たしいことが多いですね。

(岸和田市 林 三三良さん)

◆ハガキ代が22円も高くなりましたが、楽しみと頭の健康のため、これからもパズルに挑戦していきます。

(羽曳野市 西村 一夫さん)

◆マイナンバーカードは抵抗があつてまだ使っていません。いろいろな情報が入っているのでは不安です。

(河内長野市 泉谷 茂美さん)

◆「健康チャレンジ」に挑戦して、楽しんでます。10月は自然に外へ出歩く機会が多くなりました。ほぼ毎日、目標達成です。健康が一番です。

(富田林市 馬場 義伸さん)

写真や投稿作品の送り先はこちら！
ハガキや封書、メールでお送りください。

表紙の写真	テーマは「冬」。採用者には「QUOカード」をプレゼント！
川柳・俳句・短歌	テーマなし。
組合員さんの声	テーマなし。
クロスワードクイズ	答えを書いてお送りください。正解者の中から抽選で15名に「QUOカード」をプレゼント！
懐かしい～昭和の思い出	昭和に撮影した写真1枚とエピソードを200字以内で。採用者には「QUOカード」をプレゼント！
ウチの自慢の健康料理	レシピに写真を添えてお送りください。採用者には「QUOカード」をプレゼント！

※いずれも 毎月末締切（消印有効）です。
※ご提供いただいた写真はお返しできません。あらかじめご了承ください。

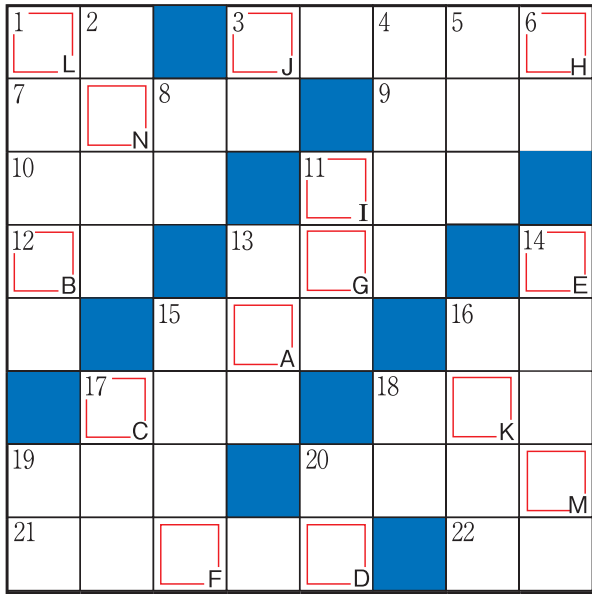
ハガキ・封書の送り先

〒599-8124 堺市東区南野田127
大阪みなみ医療福祉生協・
組合員活動部



メールはこちらへ

kumikatu-2@osakaminami.net



カギを解きアルファベット順に
並べてできる言葉は何ですか？



解答	A	B	C	D	E	F	G
	H	I	J	K	L	M	N

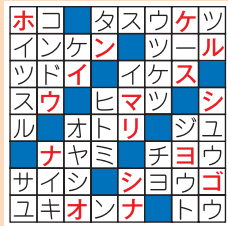
クロスワードパズル

- タテのキー**
- ① 船舶や飛行機が初の航路に
 - ② 悪賢いこと
 - ③ 国家百年の
 - ④ 収入と支出。――決算
 - ⑤ 優越的地位
 - ⑥ 虫歯
 - ⑦ 腐っても――
 - ⑧ 二足――ロボット
 - ⑨ まだ納めていないこと
 - ⑩ 化で持ち運びが楽
 - ⑪ タバコを吸うこと
 - ⑫ 無――運転は違法
 - ⑬ 内閣総理大臣の略
 - ⑭ 製品のトリ――
- ヨコのキー**
- ① 力士が――を踏む
 - ② みんなの力を――する
 - ③ 株主――券
 - ④ 通行止めのため――
 - ⑤ 敷地を――鉄線で囲む
 - ⑥ 極右阻止の――網
 - ⑦ 祭で――を担ぐ
 - ⑧ 兄弟姉妹の娘
 - ⑨ 意思の――を図る
 - ⑩ 悪事――を走る
 - ⑪ 目下の対
 - ⑫ 機械類。――に強い
 - ⑬ 利――略

10月号の当選者と答え

●応募総数…73通 ●正解者数…71名

清水小枝子さん、中村賢一さん、岡本啓子さん、多田美穂子さん、賀島善和さん、山本雄之介さん、井筒明子さん、後藤千鶴子さん、酒井順子さん、岡島三郎さん、大森茂美さん、西山彰子さん、宮本清志さん、松本晶子さん、林二三良さん



マイナホケンシヨウゴリオシスルナ (マイナ保険証ゴリ押しするな)

◆締切は1月31日(消印有効)

- ① 発明の――権を取得
- ② 小麦粉の棒状生地を揚げ
- ③ 蜜をからめた和菓子
- ④ 東西を問わず
- ⑤ 答えは八ガキに記入の上、〒599-8124 堺市東区南野田1-2-7 大阪みなみ医療福祉生協・組合員活動部まで、ひこと添えてお送りください。
- ⑥ 正解者の中から抽選で15名の方にQUOカードをプレゼントします。

応募方法

理事会通信

- 開催日：2024年11月26日(火)
- 場所：北野田診療所3階会議室
- 出席状況：理事23/27名参加 監事2/3名参加
- 【報告事項】
 - ① 10月度理事会議事録の確認。
 - ② 民医連・生協関係発信資料に基づき報告を受けた。
 - ③ 人事・労務関係について、事務幹部の退職にともない、同仁会へ幹部の派遣を依頼し、着任時期は現在も調整中であることが報告された。労働組合との定期協議では、労組大会で新執行部変更の確認をしたこと、62歳までの定年延長及び退職日の変更と改定にもなつ再雇用規定改定について別紙に基づき協議していることこの報告を受け、次回理事会に提案することとした。
 - ④ 経営・事業概況及び経営状況について報告を受けた。
 - ⑤ 監事より別紙に基づき中間監査報告を受けた。
 - ⑥ 今後の経営対策方針について報告を受け、上半期経営改善に向けたアピールを発信することとした。

10月度 経営概況

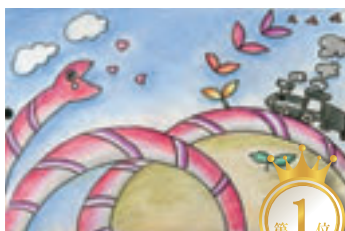
	実績	予算差	前年差
事業収益	1億332万円	▲1653万円	▲861万円
事業費用	1億956万円	408万円	▲1295万円
経常利益	▲602万円	▲2042万円	▲1357万円

- ⑦ 教育・学習関係報告。
- ⑧ 組合員活動・平和社保活動、各種委員会報告。
- ⑨ 狭山みんなの診療所建設委員会報告。
- ⑩ エリアの活動報告。
- 【討議・承認事項】
 - ① 阪南医療生協診療所の心電計の入替について別紙に基づき提案を受け、これを承認した。
 - ② 冬季一時金の支給について別紙に基づき常勤1・4カ月、非常勤は新契約、旧契約とも前年水準で支給することの提案を受け、これを承認した。

めりえコンテスト各診療所別結果発表

応募総数▶大人部門79点・ジュニア部門57点! たくさんのご応募ありがとうございました!

北野田診療所



◆ **おとな部門**
湊 勇喜男さん
(堺市東区)



◆ **ジュニア部門**
外山 愛海さん
(堺市東区)



順位	おとな部門	順位	ジュニア部門
2位	久保 美登里さん (堺市美原区)	2位	小西 彩心さん (堺市東区)
3位	盛次 留美子さん (堺市美原区)	3位	松本 帆乃佳さん (堺市中区)
4位	琴 吏恵さん (堺市中区)	4位	穂田 陽菜さん (大阪狭山市)
5位	小北 美子さん (堺市南区)	5位	松本 佳蓮さん (堺市中区)

狭山みんなの診療所



◆ **おとな部門**
海堀 美知子さん
(河内長野市)



◆ **ジュニア部門**
金谷 愛香さん
(大阪狭山市)



順位	おとな部門	順位	ジュニア部門
2位	金谷 綾子さん (大阪狭山市)	2位	川地 さなみさん (大阪狭山市)
3位	岡野 一夫さん (大阪狭山市)	3位	梅林 心望さん (河内長野市)
4位	田中 千穂さん (堺市南区)	4位	山本 季穂さん (大阪狭山市)
5位	金谷 煌之介さん (大阪狭山市)	5位	山下 葵生さん (大阪狭山市)

堺北診療所



◆ **おとな部門**
石井 佳代子さん
(堺市堺区)



◆ **ジュニア部門**
あさぬま あかりさん
(堺市堺区)



順位	おとな部門	順位	ジュニア部門
2位	原野 澄重さん (堺市堺区)	2位	生駒 まいさん (堺市堺区)
3位	石谷 花子さん (堺市堺区)	3位	生駒 めいさん (堺市堺区)
4位	森井 良寛さん (堺市堺区)	4位	近藤 そうさん (堺市堺区)
5位	井上 貞子さん (堺市堺区)	5位	下野 樹さん (堺市堺区)

コープ診療所



◆ **おとな部門**
松浦 紀彦さん
(羽曳野市)



◆ **ジュニア部門**
すすき ようたさん
(羽曳野市)

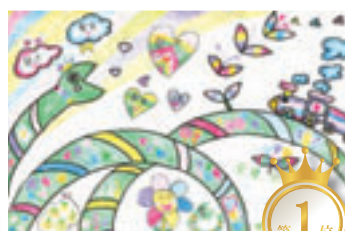


順位	おとな部門	順位	ジュニア部門
2位	清家 佳織さん (羽曳野市)	2位	ふくはた れいさん (羽曳野市)
3位	山田 みゆうさん (羽曳野市)	3位	吉岡 ユキさん (羽曳野市)
4位	浅見 佑介さん (羽曳野市)	4位	わたなべ かなさん (羽曳野市)
5位	岡田 愛子さん (松原市)	5位	芝 昌大さん (羽曳野市)

阪南医療生協診療所



◆ **おとな部門**
羽原 ミキ子さん
(岸和田市)



◆ **ジュニア部門**
藤原 ゆいさん
(岸和田市)



順位	おとな部門	順位	ジュニア部門
2位	濱野 瞳さん (岸和田市)	2位	藤原 しょう真さん (岸和田市)
3位	藪 洋子さん (岸和田市)	3位	山本 よしふみさん (岸和田市)
4位	山崎 美恵子さん (岸和田市)	4位	川西 彩巳さん (岸和田市)
5位	島田 愛身さん(岸和田市) 目徳 吉江さん(岸和田市)	5位	井口 裕菜さん (岸和田市)