

# くらしと医療

2026年3月号 (第98号 毎月1日発行)

## 大阪みなみ医療福祉生協の現勢

(2026年2月1日現在)

● 組合員	2万7862人
● 出資金	7億547万2970円
● 一人平均額	2万5320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.072-236-0420 HP <http://osakaminami.net>  
E-mail [kumikatu-2@osakaminami.net](mailto:kumikatu-2@osakaminami.net)



▲「春を先取った満開のアイスチューリップ」 大阪市立長居植物園。(撮影/垂井寛さん 堺市堺区)

## 虹のかけはし

▼今年(2026年)は21世紀も、はや四分の一が過ぎたこととなります。そういえば、21世紀を迎えたときにテレビから「20世紀は戦争の世紀! 21世紀は平和の世紀!」という言葉が流れていました。この言葉に、私はなんとなく明るい希望を感じたものです。▼ところが今、現実はどうでしょう? 各地の紛争はとどまることを知らず、年明け早々には、アメリカによるベネズエラへの軍事攻撃が起りました。終わりの見えないロシアのウクライナ侵攻に、まだまだ先の見えないガザの和平。20世紀に世界中の人々が痛い目にあって懲りたはずなのに、「力による現状変更」という形での新しい「帝国主義」が世界中を覆い始めています。▼日本でも憲政史上初の女性首相が「つよい日本」を叫び、なんの説明もなく国会開会の冒頭に解散を告げ、多くの政党がすり寄っていくさまは、戦争前の「大政翼賛会」の時代を見ているようです。この国は、いや私たちの生きるこの世界はどうなっていくのだろ? と思ってしまいます。▼でも、あきらめてはいけません! 言論が封じられた戦前にも「戦争反対」を叫んだ人たちがいたことを、そして今も世界中で「戦争反対」や「女性の権利保障を」と、命を懸けて訴えている人たちがいることを忘れず、「私たち自身が「軍拡反対」「原発なくせ」「くらしをまもろう」と全国で声を上げて続けているのだから。

(北野田エリア 河野直明)

表紙に掲載! あなたの『春』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、送り先は10ページ参照。

# 国保料の負担解消へ！ 1兆円の国庫負担増を求めよう

大阪府では、全国に先駆けて押しすすめられてきた『統一国保』が、令和6年度から完全実施されています。

岸和田市では、全世帯の24.9%にあたる2万2579世帯が国保に加入しています。このなかで4091世帯（加入世帯の21.7%）が何らかのかたちで保険料の滞納を余儀なくされています。また、加入世帯の63%が『政令軽減』（※）の対象となっています。

（※）『政令軽減』とは、国が適用基準を決めて補助金も出している保険料の減額制度のことです（ここまでの数字は、いずれも2025年3月末時点のものです）。

**国保料は、生活費（国民生活の最低保障基準）に大きく食い込んでいます**

例えば、『年所得200万円（給与収入にすると約297万円）の4人世帯（40代の夫婦と中学1年生と小学5年生の子ども）』に課せられた令和7年度の国保料は、年間で44万4604円です。前年度は45万6123円だったので、1万1519

円の引き下げとなっています。

『年所得200万円の4人世帯』といえ、生活保護基準の7割程度の所得水準の生活をいられている世帯です。月17万円に満たない所得でやりくりをしている4人世帯が、国保料だけで月3万7000円を超える負担を求められているのです。しかも、この保険料額は国の減額制度（『政令軽減』）の対象とされたうえでのもので、均等割と平等割の合計額から2割が減額された金額です。

**岸和田市との交渉では…**

岸和田市は、大阪府の国保運営方針案に対する意見聴取で「大阪府の示す市町村標準保険料率は全国的にも高い水準にある一方、大阪府における一人あたりの医療費はそこまでの水準に達しておらず、結果として、事業費納付金算定が高すぎる」との批判が寄せられている。大阪府としての見解をうかがいたい。こうした批判を踏まえ、適正な推計に基づいた精緻な算定の実施をお願いする」と、前年の大阪社保協自治体キャラバン行動

のなかで私たちが指摘していたことを、ほぼストレートに「意見」として挙げています。

昨年8月に取り組まれた「キャラバン行動」では、これらの点も指摘して岸和田市に「保険料を引き下げる」ことを強く求めました。そして、岸和田市として「一般財源を繰り入れる・基金を活用する・独自の減免制度をつくる」などの手立てをとることを提案しました。また、前述した『年所得200万円の4人世帯』が、「とても払えませんが」と訴えて「減免」の申請をしたら、どんな対応になるのかを問いかけました。それに対して健康保険課長は、「前年度に比して所得が激減（3割以上）していないということであれば減免の対象にならないので、その世帯の生活状況をていねいにおうかがいして、分納について相談させていただくことになりました」と答えました。つまり、44万円を超える保険料（同程度の収入で会社勤めの人の健康保険料の約2.5倍の金額）は減額されず、重くのしかかりつづけるということでした。

さらに、『統一国保』のもとで、保険料及び一部負担金の減免基準についても、市独自のものとは全廃されています。大阪府の示す「統一基準」なるものはきわめてハードルの高い抽象的な内容で、数十年前の表現に引き戻されたものになっています。

**国庫負担金の大幅な増額を求めましょう**

国保の「都道府県化」を受け入れるにあたっては、全国知事会からの国への要求であった「協会健保並みの保険料にしよう」とすれば、国庫負担の1兆円以上の増額が必要」です。これが実行されない限りは、今のところでもない国保料の負担解消は不可能です。

保険者である都道府県、及び市町村がこぞってこのことを要求し、力をあわせることを求めましょう。同時に、大阪府・市町村が独自に一般財源からの大幅な繰り入れを実行することを、強く要求していきましょう。

（岸和田市

生活と健康を守る会 小林）

診察室  
よい

● 堺北診療所  
看護師長 中野 麻衣子

# がん健診について がん検診は”未来の安心”につながる



## 早期発見の大切さ

がんは、「今や日本人の2人に1人が経験する」といわれる非常に身近な病気です。しかし、その一方で、がんは早期に見つけることで大きく治療の選択肢が広がり、生活への影響を最小限に抑えることができます。

私たちが定期的「がん検診」を受けることには、「将来の安心を守る」という重要な意味があります。実際に早期発見が大きな「転機」になった方の例をご紹介します。

60代のAさんは、特に自覚症状がなかったものの、毎年受けている市の胃がん検診で小さな異常を指摘され、精密検査を受けることになりました。結果は、粘膜内にとどまるごく早期の胃がん。

内視鏡で切除でき、生活や仕事に大きな支障もなく治療を終えることができました。Aさんは「もし検診に行っていなかったら、気づいたときには進行していたかもしれない」と話しています。

症状がない段階でがんを見つけておくことができるのは、検診ならではの利点です。がんは進行してから初めて症状が出ることも多く、「元氣だから大丈夫」という思い込みが受診を先延ばしにする一因になりがちです。しかし、進行後の治療は身体的な負担も大きく、入院や休職など、生活への影響は避けられません。だからこそ、「何もないうち」にこそ検診を受けておくことが大切なのです。

近年ではがん検診の精度も年々向上し、より小さな変化も



捉えられるようになってきました。胃・大腸・肺・乳がん・子宮頸がんなど、自治体が実施している検診の多くは、比較的安価な自己負担で受けることができます。なかには無料で受けられる制度を設けている市区町村もあり、費用面での心配は以前よりずっと少なくなりました。

一方で、「忙しい」「面倒だ」「少し怖い」といった理由で受診率は依然として高くありません。しかし、検診を受ける時間は、未来の自分に向けた「投資」ともいえます。ほんの30分や1時間の検査が、健康寿命を大きく延ばすきっかけになるかもしれません。

50代のBさんは、大腸がん検診の便潜血検査で陽性となり、内視鏡検査を受けました。結果は早期の大腸がんでしたが、腫瘍は小さく、内視鏡で切除できました。もし放置していれば数年のうちに進行がんとなっていた可能性があります。Bさんは言います。「検査の案内が来て、毎年『来年でいいか』と思っていました。でも、あのとき支部の人にすすめられ、検査を受けて本当によかったです」。

がんは誰にでも起こり得る病気ですが、早期に見つかれば治療後の生活は大きく変わります。大切なのは、特別な人だけが検診を受けるのではなく、「自分のために、家族のために」定期的に受診するという意識を持つことです。

みなさん、今年度もわすれずとなりました。予定をひとつ入れるつもりで、がん検診の予約をしてみてください。わからないことがあれば、まずはお電話ください。

小さな一歩が、大きな安心につながります。だからこそ、がん検診に行きましょう。

## 読者の川柳

- ◆ 孫来たり  
寝たり寝たりも心晴れ
- ◆ 岸和田市 羽原ミキ子さん
- ◆ 卒寿まで  
あといく月かか指をおり
- ◆ 岸和田市 山本三郎さん
- ◆ まずはおれ  
文武くくして時を待つ
- ◆ 岸和田市 北村進さん
- ◆ おじいちゃん  
はげた頭に育毛剤
- ◆ 岸和田市 上田和美さん
- ◆ 米高い  
困保も高い 金はない
- ◆ 岸和田市 豊田佳代子さん
- ◆ 春を待つ  
水仙凜と朝の畑
- ◆ 岸和田市 合田佳代さん
- ◆ 文学部  
目指す我が子の誤字脱字
- ◆ 堺市堺区 藤田治雄さん
- ◆ おいでませ  
九条ある国 何度でも
- ◆ 忠岡町 詠み人知らずさん
- ◆ ジャイアンツも  
呆れるほどの無茶ぶり
- ◆ 羽曳野市 松浦紀彦さん
- ◆ 孫の振る  
鈴の音シャンシャン福もち
- ◆ 大阪狭山市 白山清美さん
- ◆ 締切は 3月31日

.....北野田エリア.....

# 『狭山みんなの診療所リニューアルのつどい』

1月17日、狭山みんなの診療所2階組合員ホールにて「新春初笑い狭山みんなの診療所リニューアルのつどい」を開催しました。当日は寒さ厳しいなか、組合員・職員あわせて82名が参加し、会場は終始あたたかな雰囲気になりました。

オープニングは、地元のバンドチーム「オージン・ドリームバンド」の演奏で華やかに開幕しました。続いて、リニューアル委員会を代表し、奥村副理事長よりあいさつがありました。初笑いタイムでは、腹話術師のチャタリックさんが登場し、会場は大きな笑いに包まれました。



後半は、梅林事務局長より、診療所リニューアル計画についての説明が行われました。続いて奥村看護主任より、「在宅療養支援診療所とは？」をテーマに、「地域でくらし続けるための診療



所の役割」が語られ、所長の松田圭市先生からは、高齢化がすすむなかで重要性が高まる「骨粗鬆症」の予防について専門的な解説が行われました。

大野・大野台支部と狭山南支部の協力により、参加者に「ぜんざい」が振る舞われるなど和やかな交流の時間もあり、最後に2年目事務職員の矢島歩佳さんより、リニューアル増資への協力の訴えが行われました。



新春の穏やかな午後、診療所のリニューアル成功に向け、参加者全員で思いを新たにすることが有意義なつどいとなりました。



## 『初春のつどい』

北野田デイサービスセンター

1月16日（金）、文化ふれあい委員会は、初春の取り組みとして北野田デイサービスセンターにて『初春のつどい』を開催しました。

介護士の吉田さんと助っ人の和田さんによる餅つきからスタートし、力強い掛け声とともに、会場は一気に華やかな雰囲気になりました。つきあがったお餅は協力者のみなさんの手によってきれいに丸められ、「ぜんざい」として振る舞われました。抹茶の提供もあり



り、利用者さんにゆったりとしたひとときを楽しんでいただきました。

その後も、浅井和子さんによるお琴の演奏や、阪下陽子さんによる三味線の演奏、鷺津圭以子さんの歌の披露などが続き、心に響く素晴らしい時間となりました。



参加者のみなさんからは、「新年から元気をもらえた」「温かい気持ちになった」との声が寄せられ、笑顔あふれる『初春のつどい』となりました。



堺エリア

# 『大腸がんの話』

冬の寒さ厳しい1月26日（月）、千葉先生による患者教室「大腸がんの話」が開催されました。

大腸がんによる死亡者数は年々増加傾向で、男女ともに2万人を超えます。その背景には、生活環境や食生活の欧米化、そして高齢化があるそうです。もしも「便が細い・血がついている・下痢と便秘を繰り返す」などの症状があれば、すぐに専門医を受診しましょう。



大腸の検査には、苦痛が少ないものから、小さな病変まで見つけられるものもあります。

先生のわかりやすいお話もさることながら、今回に残ったことは、「大腸がん検診は、毎年やることに意味がある」ということです。仮に、前年の検査の結果が「異常なし」だった場合、今年もし「要検査」の結果が出て、見つかるがんはごく初期の小さなものなので、手術も軽くて済むと

「手術も軽くて済む」といわれています。

便を検査に出すだけで、痛くもかゆくもない大腸がん検診。これで命拾いをする事ができる、そのことが一番心に残りました。やはり大腸がん検診を、もっとみなさんにすすめていかなければと思います。



## 楽しい『新年会』浅香山支部



1月17日（土）、浅香山公民館で、毎年恒例となった新年会を行いました。今年の参加者は17名でした。あいさつでは支部長が1年間の活動を振り返り、「今年もみなさんと、いろいろな活動をしていきたい」と述べられました。

続く自己紹介タイムでは、一人ひとりが自分の病気のことや趣味の話、がんばっていることなどを話しました。初めて増資に協力してくださった方や、「健診に参加します」と、うれしい報告をしてくれた方もいました。

食事は、支部長手づくりの温かい“餅抜き”雑煮（笑）が振る舞われ、おいしいお弁当に舌鼓を打ちました。食後はビンゴゲームで楽しみました。景品を横目に見ながら、みなさん真剣に数字を確認していました。

その後はカラオケを楽しみ、お開きとなりました。来年も変わらず、みなさんに会いたいと思った新年会でした。  
(浅香山支部 T・Y)

## 『介護保険』について学ぶ

2月3日、社保委員会主催による学習会が開かれました。「介護保険について知っておきたいこと」をテーマに、講師は長年ケアプランセンター堺北でケアマネジャーをしている北口さんにお話ししました。参加者は13名でした。

介護保険とは、「利用者」が「サービス事業者」の提供する「介護に関するサービス」を選択して利用できる制度です。講義では、サービスを利用したくなったときに必要な「要介護認定」の手続きや、申請についての流れの説明が行われました。



た。「要介護認定」の結果が出たら、ケアマネジャーにつないでケアプランを作成してもらいます。また、介護度によっては、使えるサービスの種類も変わります。

介護保険は、「申請したその日から」暫定的に使用できます。

介護は長期にわたることもあるので、要介護者を尊重して「できないこと」をサポートし、周りの人の協力を得ながら「介護者自身の体調にも気をつける」ことがポイントだそうです。

参加された方からは、「イメージしにくいことも具体例を出してくれたので、理解が深まりました」「知らないことも多くて参考になりました」「繰り返して学びたいです」との感想をいただきました。

羽曳野エリア

# 丹比支部『秋のバスツアー』



丹比支部では、11月13日に『秋のバスツアー』を行いました。行き先は亀の井ホテル（旧かんぼの宿）で、初めて参加される方や、数十年ぶりに参加される方など総勢18名で出かけました。

当日はお天気にも恵まれ、紅葉もきれいでした。昼食後に行われた支部委員長による増資の声掛けには、14名の方

が応じてくださいました。頭の体操としてゲームも楽しみました。なかなか勝敗がつかずに最後はじゃんけんで決めて景品を勝ち取りました。お風呂に入る方が少なかったことが残念でしたが、いい湯でした。

次回はグラウンドゴルフにしようかな、と企画を考えています。

## 血管年齢検査

あなたの血管は何歳ですか？

年齢とともに血管のしなやかさは失われていきます。実際の年齢以上に血管が老化していないか簡単にチェックできるのが血管年齢測定です。

サラサラ～  
FOKO!

!!

動脈硬化が進行すると心筋梗塞や脳梗塞を引き起こしやすくなります。

検査時間：10分  
予約なしでも当日検査OKです

12月14日（日）、藤井寺の林町会館で『第10回おなかまいいっぱいプロジェクト』が開催され、藤井寺支部も実行委員の団体として参加しました。

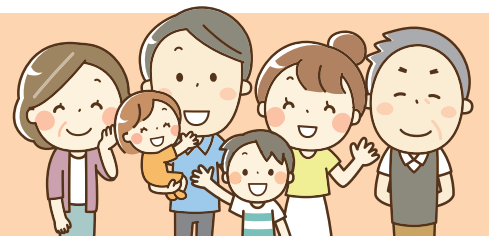
お米の高騰などで事前にしっかり準備ができるか不安でしたが、140個の支援品を提供することができました。途中、地域の区長からコロッケの差し入れがあり、寒いなかをみんな食べてホツとしました。

## 第10回『おなかまいいっぱいプロジェクト』



回を重ねるごとに支援を求める方がふえています。「こんな生きづらい社会はかえていかなら」と、つくづく思いました。

- コープ診療所  
〒583-0885 羽曳野市南恵我之荘4-5-1  
TEL.072-938-6226 FAX.072-939-1859
- ヘルパーステーション きずな  
〒583-0885 羽曳野市南恵我之荘4-5-1  
TEL.072-938-6330 FAX.072-938-6329
- 訪問看護ステーション きずな  
〒583-0885 羽曳野市南恵我之荘4-5-1  
TEL.072-938-6425 FAX.072-938-6425
- ケアプランセンター きずな  
〒583-0885 羽曳野市南恵我之荘4-5-1  
TEL.072-939-1850 FAX.072-939-1808



..... 阪南エリア .....

# 青空のもと、フリーマーケット開催!



阪南エリアでは、11月30日にフリーマーケットを開催しました。朝から診療所周辺を徒歩で宣伝し、開始前には70名ほどの列ができていました。開始と同時に協力団体や支部のブースには品定めをする人ばかりができ、この日は天気にも恵まれ130名ほどの来場者がありました。

生協コーナーでは、来場者と支部から持ち寄られた生協加入申し込みが4件、増資が1件、各署名66筆が集められました。ご参加いただいたみなさま、ありがとうございました。



## 『クリスマス会』開催!

12月20日(土)、毎月開催しているカフェで、ささやかな『クリスマス会』を行い14名が参加しました。

みんなで歌を歌ったり、2026年の抱負を話したり、賑やかで楽しいクリスマス会になりました。



● 阪南医療生協診療所

〒596-0004 岸和田市荒木町2-2-18  
TEL.072-441-8881 FAX.072-441-8977

● デイサービス ひまわり

〒596-0004 岸和田市荒木町2-2-18  
TEL.072-441-1781 FAX.072-441-0333

● 介護ネットワーク ひまわり

〒596-0004 岸和田市荒木町2-2-18  
TEL.072-441-1664 FAX.072-441-2664

# 事業所だより

## 訪問看護ステーションきずなでは『ACP』に取り組んでいます！



**訪問看護ステーションきずな**

『ACP』（アドバンス・ケア・プランニング）という言葉を聞いたことはありませんか？『人生会議』とも言われています。

『ACP』とは？  
『ACP』（アドバンス・ケア・プランニング）とは、もしも

のときのために、自分自身が大切にしていることや望んでいること、将来受ける医療やケアについて前もって考え、周囲の信頼できる人たちと共有するプロセスのことです。

### 『ACP』が必要な理由

人生の最終段階において約7割の人が、自分の医療やケアについて「自分で決めたり、人に伝えたりすることができない」と言われています。そのようなときに本人の意思が尊重され、「その人らしさ」が守られるように事前に話し合っておくことが大切なのです。多くの人は、自分が病気になるたときや「回復の見込みがない」と言われたときの話をするのは、縁起でもないと考えがちです。そして、自身は「延命治療は望まない」と思っているのに、「人工呼吸器の装着や心臓マッサージを受けるか」だけではない、「点滴はどつするのかわかるか？」「酸素吸入は？」など、どこまでを延命治療と捉えるかは人によってさまざまです。

### 『ACP』で何をやるか

①エンディングノートに記入します。



各自自治体や医療機関からエンディングノートが配布されます。すべての項目を埋めるのは難しいですが、少しずつ書いていくと「自分の大切なもの・大切なこと・生きていくうえででの信念や価値観」がわかり、家族や友人、医師や看護師に伝えることができます。大切なのは言葉に出して、一緒に考え話し合っていくことです。

### ②「もしばなゲーム」をプレイします。

4人1組でプレイすることを想定してつくられたカードゲームで、36枚のカードに、重病のときや死の間際になったときに人がよく口にする、大事な言葉が書かれています。

たとえば、「痛みがない・意識がはっきりしている・お金の問題を整理しておく・人との温かいつ

ながりがある・主治医を信頼する・いい人生だったと思える」など、書かれたカードのうち、「何を残して、何を捨てるのか」を考えながらプレイします。  
1人用（ソリティア）と2人用（ペアーズ）のルールも用意されており、深刻にならずに楽しみながら自分の大切にしたいことを考えられるゲームです。



### ③これらは、したくなくないと思ったらしくなくてもかまいません。

訪問看護の現場では、患者さんに普段の落ち着いた状態が続けられるよう援助しますが、急に病気が進行したときに、「どこで、どのような治療やケアを受けることを希望するか」お話を聞かせていただいています。自宅で最期まで過ごしたい方には、「訪問診療」と「訪問看護」の両方で支援させていただきます。



堺の天神さん『菅原神社』

旧堺市内では、大小路を境にして、南側には南の氏神である開口神社（通称・大寺さん）、北側には北の氏神である菅原神社（通称・天神さん）が鎮座しています。

天神さんは、堺北診療所の前の道をまっすぐ歩いて約10分ほどの場所にあります。境内には多くの梅が植えられており、祭神である菅原道真ゆかりの深い景色が広がります。



梅をこよなく愛した道真公の命日である2月25日には「梅花祭」が執り行われ、この頃には紅梅や白梅が美しく咲き誇ります。また、梅の木越しに見える楼門「隨身門」は、延宝5年の建立と伝えられ、数々の戦火や風雪をくぐり抜けてきた歴史を感じさせます。この楼門や市内の町割りには中世に形づくられたとされ、堺の長い歴史を今に伝えていきます。

境内には他にも、350年以上の歴史を持つ茶室「紅梅軒」があり、江戸時代初期の茶室建築の趣をそのまま残しています。6月中旬には木タルの観賞会が開かれます。800〜1000匹の蛸が境内に放たれ、都会の中心とは思えないほどの幻想的な光景が広がります。また、このときだけ、千利

休の師・武野紹鷗が愛用したとされる「椿の井戸」を見ることができます。9月に行われる「八朔祭」では「ふとん太鼓」が奉納され、多くの見物客で賑わいます。

菅原神社には、日本最古の薬祖神社といわれる「堺薬祖神社」も合祀されています。近年は「がん封じの神」として多くの参拝客が訪れています。境内には南大阪随一の「えべっさん」として親しまれる堺戎神社も祀られており、1月9日〜11日の「戎まつり（十日戎）」には毎年多くの参拝者が訪れ、福笹を求める人々で境内は活気に満ち、南大阪有数の賑わいを見せます。こうした年間行事を通じて、天神さんが今もなお地域の人々に深く愛され、生活に寄り添う存在であることがよくわかります。



『私の戦争体験』 前編

◆山田 幸子さん（堺市美原区）

白いご飯が食べたい

私は、昭和18年4月に国民学校に入学しました。

昭和16年2月にハワイの真珠湾への奇襲攻撃が始まった太平洋戦争も、まだこの頃はあまり影響もなく平和な日々でした。しかし、19年頃より戦火は厳しくなり、乙種合格の父にも召集令状（赤紙）が届きました。父は晒に、大勢の人から赤い糸で一針一針結び目をつけてもらった「千人針」なる物を持って、呉の海軍基地に入隊しました。敵からの「弾丸除けのお守り」とされた千人針。「本当にご利益があるのかな？」と思っただけでもありません。

父と同時期に同じ呉の海軍基地に入隊した近所の友だちのお父さんたちは、訓練もそこそこ輸送船で南方へ出航。しかし、目的地に着く前に敵襲を受けて海の藻屑と消え、留守家族には遺骨のない骨箱が届きました。

女と子どもばかりが残された留守家庭では、庭に防空壕を掘り、大切な物を入れていま



た。やがて日に日に空襲も激しくなり、敵のグラマン機による奇襲攻撃がたびたび行われました。私も学校からの帰り道、急に鳴り響いた空襲警報とともに空からの機銃掃射に遭い、近くの工場の事務所に逃げ込んで助かりました。家にいるときさえ、急に機銃掃射に襲われることもあり、祖母と2人、土間に腹ばいになって伏せて助かりました。

20年8月6日に広島、9日に長崎に新型爆弾が落とされました。現地では大勢の人々が亡くなったというニュースを聞き、子ども心に「これからどうなるの？」と不安になりました。それと同時に、「戦争に負けているのでは…」と心配になったのもおぼろげながら覚えてます。そういった不安の矢先の8月15日正午に、終戦を告げる玉音放送がありました。近所の人たちと一緒に聞き、大人たちが涙を流す様子を見て、これからどうなるのかとさらに不安な気持ちになったことも覚えてます。



◆毎月、このクロスワードパズルは楽しみで、出題者の技量に  
関心しています。

(羽曳野市 吳本由香さん)

◆本当に物価高には困りますね。政府は補助金や減税で対応しようとしています。ありがたいものはあるもの一時しのぎにすぎません。円安は正など、根本的な対策を打ってほしいですね。毎号読んでいますが、今回の記事は読み応えのあるものが多かったですね。編集者の方の真摯な姿勢が伝わってきます。

(松原市 賀島喜和さん)

◆年金は上がらないのに、物価はどんどん上がる…。今、3カ所の病院に行っています。整形外科にも行きたいと思いつながら行けていません。黒田知事のことのように60歳以上の医療費が無料になればいいですが、せめて1割になればと思います。国保料は高いのに、どうして医療費を上げようとしているのか理解できません。

(羽曳野市 鈴木良子さん)

◆娘の成人式の当日にお化粧をしてくれた方の名を、昨年の「組合員さんの声」で見つけました。明るく優しい、大地のような先生の名前を一字もろった娘も、今年で37歳になります。毎号楽しく読んでいます。機関誌で見つけ、懐かしい気持ちになりました。

(堺市堺区 篠原美香さん)

◆機関誌を配布するボランティアで動いています。一人暮らしですが、なるべく一人にならないように人の集まる場所へ出ていって、みなさまから元気をもらっています。世間は、やれクリスマスや年末年始のあわただしさなどで大変でしょうが、私の場合は「マイペース」で過ごしています。

(羽曳野市 和田貞代さん)

◆年金者組合の大会に初参加してくれた方に、医療生協の魅力を話して加入していただきまし。これを機に、まわりの方に気軽に加入をすすめます。

(河内長野市 杉山和正さん)

◆食料品の高騰、本当にしんどいです。でも、食べなきゃ生きていけないし…がんばらないと！

(堺市東区 赤穂史さん)

◆孫娘が豊中服部天神さまの福娘に選ばれ、うれしくて足を運びました。鳥居をくぐったところで、お参りされた方々に鈴を振って福を授けているのを見て、バアバもつれしくて頭を垂れ、福を授けられていただきました。感無量!!

(大阪狭山市 白山清美さん)

◆お正月の買い物に行くと、去年より何もかもが値上がり。財布の中身を気にしながらの買い物。辛い年金生活者です。でも、「健康だからいいよね」とプラス思考でくらししています。

(羽曳野市 石上伸子さん)

◆2026年の1月で75歳になります。医療費も薬も1割となり、大いに助かります。1月にエコーとちよとした手術がありましたが出費も抑えられ、やっと75歳になるんだという実感がわいてきました。

(岸和田市 数洋子さん)

◆『くらしと医療』の「組合員さんの声」のコーナーでは、投稿者の住んでいる市と氏名が記載されていますが、大手新聞の読者コーナーなどでは、職業まで掲載されているものがあります。でも、それが必要事項なんでしょうか?と疑問に思

ます。「無職」という文字を見るたびに「だからなんなん?」と抵抗感がわき、退職された後の人生の立ち位置を、「無職」という文字以外で表せる言葉が他にあるのかなと思います。

(岸和田市 小松真弓さん)

◆15年前から水泳を始め、自由形・平泳ぎ・背泳ぎと3泳法だけ泳いでいましたが、一昨年からはバタフライを習い始めて、やっと泳げるようになりました。無理だと思ってもしじばはありました。努力は報われることを実感しました。

(堺市東区 樋川弘文さん)

◆昨秋観た映画「TOKYOタクシー」ともよかった。もともとキムタクは好きでなかったのですが、この映画で見直しました。原作の「パリタクシー」は何年か前に観ていて、そのときも大いに感動しましたが…。山田洋次監督作品も負けず劣らず心に沁みました。

(泉北郡 奥野千寿子さん)

### 短歌

◆新年に  
アメリカからの手紙きて  
わくわく感と友との絆  
(堺市美原区 池田小夜子さん)

### 写真や投稿作品の送り先はこちら!

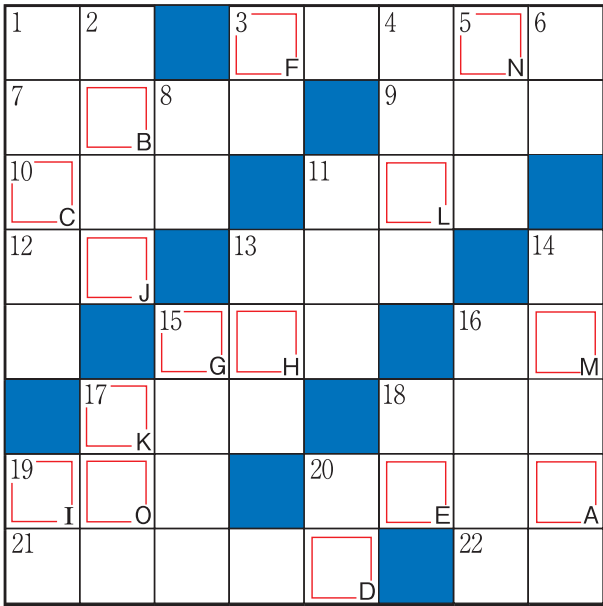
ハガキや封書、メールに  
住所・氏名・年齢を書いてお送りください。

表紙の写真	テーマは「春」。 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、150字以内で。
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!
私の地元 おすすめスポット	地元の穴場を紹介ください。写真1~2枚と 自慢したいポイントを200~1200文字以内で。
私の大切な思い出	後世に残したいこと、忘れられない思い出、懐かしい思い出の写真をお送りください。 写真1枚とエピソードを200字以内で。

※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 正月に凧揚げと――
  - ② 交差点で車は――停止します
  - ③ 儲かって――が建つ
  - ④ 財務テクノロジーの略。過去によく聞いた
  - ⑤ 四則演算――乗除
  - ⑥ 判子。――を押す
  - ⑧ 念押しで――を刺す
  - ⑪――塗りの汁茶わん
  - ⑬ イタチ科の動物。毛皮が丈夫で美しく高価
  - ⑭――に渡り調査する
  - ⑮――が多い＝饒舌
  - ⑯ 英語で「ひねる」
  - ⑰ 米国の上院と――
  - ⑱ 苗字。――は丹下
- ヨコのキー**
- ① 未必の――
  - ③ 国と国との境界
  - ⑦ 全く暗い。お先――
  - ⑨ 堂々として敵かな様
  - ⑩ 東北などの山間部で狩猟を生業とする人々
  - ⑪ 野球大会は――順延
  - ⑫ ハワイの真珠――
  - ⑬ 牛乳
  - ⑮ 危つきに近寄りぬ人
  - ⑯ ある領域の趣味などに詳しい人。相撲――
  - ⑰ 人に飼育される動物
  - ⑱ 比喩的に優勝する事

◆ 締切は**3月31日**（消印有効）

答えはハガキ、またはメールに記入し、住所・氏名・年齢と、ひとこと添えて組合員活動部までお送りください。送り先は10ページに記載されています。

正解者の中から抽選で15名の方にQ.U.O.カードをプレゼントします。

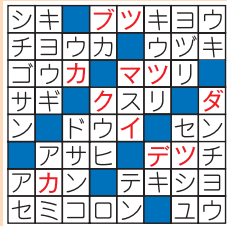
**応募方法**

- ① あばら家
- ② 体の寸法を測る
- ③ 唐↓遣唐使。隋↓？
- ④ 次の――に答えよ

## 12月・1月合併号の当選者と答え

● 応募総数…94通 ● 正解者数…92名

寺内広美さん、中村明美さん、森紀美子さん、西村理恵子さん、久松正昭さん、福田美枝子さん、佐々木鉄代さん、嶋崎由紀子さん、竹谷裕之さん、岡井敬子さん、西村珠榮さん、山本勝さん、黒田充さん、松本和子さん、桶川弘文さん



イツマデツツク  
ブツカダカ  
(いつまで続く物価高)

## 理事会通信

- 開催日：2026年1月24日（土）
- 場所：北野田診療所3階会議室
- 出席状況：理事25／27名参加 監事2／3名参加
- 【報告事項】
- ① 大阪民医連、全日本民医連発信資料、生協関係について報告の後、袋井副理事長から名護市支援の報告をうけた。
- ② 人事・労務関係について、訪問看護ステーションきずなの職員が3月31日付で定年退職し、全責任者が原朋恵看護主任に変更することの報告を受けた。
- ③ 教育学習について、地協事務幹部養成研修に梅林寿弥子理事が参加することの報告を受けた。
- ④ 別紙に基づき12月度の経営概況についての報告を受けた後、第13回法人内経営対策委員会の報告を受けた。
- ⑤ 別紙に基づき医福連の会員生協個別経営支援を2月24日（火）に受けることの報告を受けた。
- ⑥ 各エリアの担当から経営概況の報告を受けた。
- ⑦ 令和7年度補正予算による補助金及び診療報酬、介護報酬臨時改定への対応について報告を受けた。
- ⑧ 別紙に基づき梅林理事より、狭山みんなの診療所建設委員会の

## 12月度 経営概況

	実績	予算差	前年同月の実績差
事業収益	9877万円	▲1283万円	▲624万円
事業費用	1億119万円	▲243万円	▲525万円
経常利益	▲199万円	▲1002万円	▲85万円

- 報告を受けた。
- ⑨ 組合員活動・社保平和活動の報告の後、各エリア担当理事から活動状況の報告を受けた。
- 【討議・承認事項】
- ① 設備投資について、別紙に基づき堺北診療所と阪南医療生協診療所の協会けんぽ健診の改定にもなうソフトのバージョンアップの提案を受け、これを承認した。
- ② 第10回通常総代会の開催について、2026年6月21日（日）堺市立東文化会館にて開催すること及び、議案について提案を受け、これを承認した。
- ③ 総代会開催に向け、第1号議案について別紙に基づき提案を受け、次回理事会までに加筆修正を申し出てもらい、加筆修正し次回理事会で提案することとした。



▲淀川と豊里大橋と河川公園  
▶逆巻の地藏尊



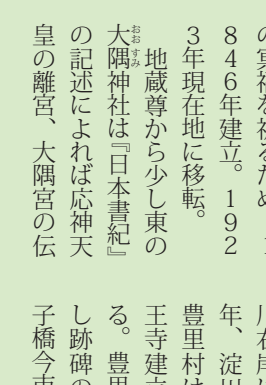
▲平太（平田）の渡し跡碑  
澤田家が渡船の権利を受けた1676年頃から、豊里大橋（長さ561m）が開通した1970年まで300年近い歴史を持つ渡船場だった



▲大澤寺 1646年創建。  
澤田家の菩提寺 ▶大宮神社



▲せせらぎの道 中島用水路跡の遊歩道。全長610m



▲大隅神社 拝殿前に狛犬すらり



古代より淀川とともに

大阪市東淀川区の昔、大道村、豊里村だった地域を歩き淀川とともに発展した歴史を探る。

大阪メトロ今里筋線だいたい

豊里駅1号出口から今在家公園、大桐公園を経て中島用水路跡遊歩道「せせらぎの道」へ。かつて農業用水路だった。遊歩道南端に乳牛牧跡碑。辺りは平安時代、牛の放牧地で、朝廷に乳製品を収めていたと伝える。

遊歩道の中ほどにある逆巻の地藏尊は元は豊里大橋付近の阪巻村（現在の淀川河川敷）にあった。多発した水難事故の犠牲者の冥福を祈るため、1846年建立。1923年現在地に移転。地藏尊から少し東の大隅神社は『日本書紀』の記述によれば応神天皇の離宮、大隅宮の伝

承地。

大桐北公園近くの大澤寺は澤田家の菩提寺。澤田家は大坂夏の陣で徳川方に与した恩賞として幕府から、平田の渡しを含む淀川16カ所の渡船の権利を得る。12代当主から澤田左平太を通称とし、平太の渡しとも呼ばれる。明治期に府営に、1925年に市営となり無料になっても渡しの名は引き継がれた。

豊里村の鎮守、大宮神社は淀川右岸に面していたが1900年、淀川改修で現在地に移転。豊里村は聖徳太子が最初、四天王寺建立を計画した地といわれる。豊里大橋を渡り、平太の渡し跡碑の辺りで堤防を下り、太子橋今市駅から帰途に就く。

いつでも元気レシピ



\*（株）保健医療研究所発行「いつでも元気」食と健康より

にらといかのみそマヨがけ

◆材料

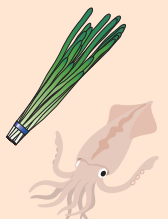
- にら…………… 1束 (100g)
- いかの胴…………… 1/2杯分 (100g)

【調味料A】

- みそ…………… 大さじ2/3
- マヨネーズ…… 大さじ1
- 砂糖…………… 小さじ1と1/2
- しょうが搾り汁 小さじ1/2

◆つくり方

- ①にらは熱湯でさっとゆでて水気を絞り、4cmの長さに切る
- ②いかは皮をむき、1cm幅の輪切りにして熱湯でさっとゆで、ざるに取る
- ③器に①と②を盛り、よく練り合わせた【調味料A】をかける



■1人分／エネルギー 108kcal、たんぱく質8.1g、脂質5.2g、塩分1.0g