

やましろ健康医療生協ニュース

2026年

迎春



ニュース配達員・発
送作業の協力のお
願い
「やましろ健康
医療生協ニュース」
は毎月3500部
を発行しています。
毎月24日午前中
(土・日・祝日は翌
日)に發送作業を行
っています。
發送作業・配達員
の募集をしていま
す。ご協力よろしく
お願いします。

発行：やましろ健康医療生活協同組合

編集：広報委員会 **No.386**

〒611-0033 宇治市大久保町山ノ内 19-1

TEL: 0774-46-5151 FAX: 0774-46-5201

<https://yamashiro-kis.org>

検索「やましろ健康医療生協」

※住所、電話番号の変更、同居家族の変更等
の場合はお知らせ下さい。

組合員数 5,001人(11月末現在)

2026年1月のご案内

- 野山を歩こう会 総会を行います。
11日(日) 七福思案処
- 絵手紙サークル
15日(木)午前10時～12時
- 駅頭宣伝 「憲法と平和」JR宇治駅
16日(金)午後5時30分～
- 園芸サークル 診療所中庭
17日(土)午前8時～
- 健康体操教室
17日(土)午前10時～
事前予約制 申し込みは診療所受付へ
- 法律相談(予約制です)
20日(火)午後6時～8時
- ニュース發送作業 診療所2階
26日(月) 午前9時～1時間程度

あさくら診療所内科・歯科12月は26日(金)まで 2026年は1月5日(月)より診療開始

新年明けましておめでとうございます

やましる健康医療生活協同組合

理事長 河本一成

新年明けましておめでとうございます。

首相が代わっても医療や福祉を軽視する国の姿勢は変わりません。物価高の影響もうけ医療機関の経営は危機的な状態です。医療、介護を救うためには期中の診療報酬改定や直接的財政支援も必要だ、と国に求める署名活動に昨年は取り組みました。地域の病院を訪問し日頃の連携に感謝して交流を深め署名のご協力をお願いしました。マイナ保険証の学習会にも取り組み多くの参加を頂きました。

核兵器を廃絶し戦争を無くすために一人一人が行動することが大切です。30周年記念事業としての9条の碑はいよいよ今年完成する予定です。

今年も医療、介護の活動、社会を変え、平和を守る活動に全力で取り組んでまいります。皆さんのご協力をよろしくお願いします。

また昨年は、憲法9条の学習と落語の文化企画も行いました。核兵器の出現によって戦争は政治の手段ではなくなりました。憲法9条こそが平和を造る現実的な力を持っていることがよくわ



あさくら診療所

所長 河本一成

新年明けましておめでとうございます。

旧年中は診療所の医療活動に組合員や地域の皆さんの多大なるご協力を頂き、本当にありがとうございます。

慢性疾患医療、在宅医療、保健予防活動、介護事業を引き続き診療所の柱として行います。病気があっても充実した人生をおくれるように支援します。送迎や在宅医療にさらに注力し、地域の皆さんに必要な医療を届けます。

医療改悪や物価高など社会情勢が厳しい中で体や心に負担がかかっている方が多くなっています。健診で病

気を早期に発見し、治療していくことも重要です。介護事業の通所リハビリテーションは、小規模の良さを活かしたADLの回復や集団での作業に取り組んでいます。訪問看護も行っています。帯状疱疹や肺炎球菌など感染症に

対するワクチン予防にも引き続き取り組みます。疾患教室や学習会は皆さんの高い評価をいただいております、皆さんの期待を実感し、職員の方にもなっています。皆さんと一緒に頑張って、健康な地域づくりの拠点としての診療所をさらに発展させていきたいと思っています。

本年もご協力をよろしくお願いします。



あさくら診療所歯科

所長 中村真二

新年明けましておめでとうございます。

あさくら歯科は、昨年是一年を通して歯科医師2人体制で診療を行ってきました。多くの患者さんに来院していただき、忙しくも充実した毎日を過ごしてきました。

そして、7月には歯科衛生士を新たに1人スタッフとして迎えることができました。これにより歯科全体の総合力がより向上し、特に歯周病治療において一人の患者さんにさらにきめ細かく対応できるようになったと思います。

古くなった診療台（チェアー）も1台ずつ更新し、必要な器具、材料も充実させていきます。

今年も組合員の皆さんを始め、来院される患者さん、訪問診療の患者さんにとって頼れる歯科になれるよう、歯科スタッフ一同、力を合わせてより良い歯科医療を提供できるよう励みます。

今年もよろしくお願いたします。

ケアステーションあさくら

所長 柴田いずみ

昨年は社会全体がさまざまな不安と向き合う一年でした。依然として続く物価高や社会情勢の変化、そして各地で自然災害が相次いで発生し、防災や地域の支え合い体制の重要性を改めて感じる機会となりました。

ます。今年も、皆さまの声を傾け、気持ちに寄り添いながら、「ここに相談してよかった」そう思っていただける事業所を目指してまいります。

本年が、皆さまにとって穏やかで、心が少しでも軽くなるような一年になりますようお願いしております。

こうしたなかで、在宅で暮らす皆さまが安心して日常生活を送れるような支援の必要性が一層高まっていると実感しております。高齢化が進む社会の中で、介護を取り巻く環境も日々変化しています。制度改正やサービス提供体制の見直しなど、ケアマネジメントに求められる役割はより複雑かつ多様になっておりますが、私たちは、利用者さまお一人おひとりの人生や生活に寄り添い、その方らしさを大切にした支援ができるよう、今年もより一層の専門性向上に努めていきたいと思っております。

皆さまが抱える不安や悩みに寄り添い、少しでも安心して頂けるよう、迅速かつ丁寧な対応を心がけてまいります。



さばーと ゆう・ゆう・ゆう

所長 小野るい子

新年あけましておめでとうございます。

旧年中は多大なるご支援、ご協力や励ましのお言葉をいただき、心より感謝申し上げます。

昨年は世界のどこかしこで終わらない戦争があり、新たに始まる戦争があり、甚大な自然災害が起こり、本当に心の痛む悲しいニュースが多い一年でもありました。そんな中で、私たちは“普通の日常が続くこと”のありがたさをあらためて感じさせられました。

介護の現場でも、支援を必要とされる方がどんどん増えていきます。認知症の利用者さんも多く、親の介護で悩んでいるご家族もたくさんおられます。介護の人手不足が大きな問題となつていますが、今や介護現場だけでなく様々な職種が人手不足です。自分だけではなくいろいろな人がいろんなことに困っている、それぞれに問題を抱えている人がまわりにいるんだと思います。そう思うと困った、困ったと言つてはいられません。

今年もさばーとゆう・ゆう・ゆうは必要とされる利用者さん、ご家族に寄り添い

「介護保険を取り巻く情勢」

～介護保険2割負担って本当？

何が変わる？ どうしたらいい？～

講師：全日本民医連事務局次長 松田貴弘氏

1月28日（水）午後2：30～

あさくら診療所ホール

参加費無料

社保・平和委員会

がら、利用者さんの日常生活を守りたいと思います。組合員さん、地域の方々との繋がりを深めて他事業所と連携、強化をし、利用者さんが「いつもの生活」を安心して送れるようにヘルパー一同やさしさと愛情を持ってケアに努めてまいります。

本年が、皆様にとって、穏やかに過ごせる一年になりますように。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

野山を歩こう会 1月例会ご案内

- 行き先： 七福思案処にて総会
- 日時： 1月11日(日)
- 集合 地下鉄御陵駅 9:50分
- 費用：年会費 2,400円・懇親会費 4,100円
- 持ち物：雨具・水筒・行動食・ストック
- 検温・体調管理・マスクの着用を徹底します。
- 申込 尊田 22-8657 池本 43-2604 まで

ワクチン接種は予約制です。

(当日接種も可能です。職員にお問い合わせください)

インフルエンザ・コロナワクチンは同時接種も実施しています。

公費接種は2026年1月末まで。
带状疱疹・肺炎球菌ワクチンの公費接種は3月末までです。

わたしの一言 理事 平林 英男
憲法が暮らしの隅々にしっかり活き、キラキラと輝くために力の限り頑張る決意です。

新しい年を迎え、今年も頑張りたいなと思っています。

私たちの生協は開設30周年を迎え、新たな1歩を踏み出しました。その大きな取り組みの一つは診療所の土地の購入と建物の改修でした。

400名を超える皆さんより目標をはるかに超える二千数百万円のご協力を得ました。そして昨年11月には組合員目標の5000人を達成しました。また、今年5月

には、総代会決定により30周年記念事業として「憲法9条の碑」の建立を計画しています。

しかし、日本の医療・介護の状況は、「しんぶん 赤旗」が自民党国会議員を少数党に追いやったにもかかわらず、王様トランプにシッポを振る安倍の自分、高市なる新総理により、大変危機的状況に陥っています。

国立社会保障人口問題研究所の統計によれば、日本の社会保障支出の対GDP比はドイツ・フランス・スエー

デンより少ないのが特徴だと言います。だから、医療費4兆円削減やトランプ王の言いなりの大軍拡を止めて、今こそ税の集め方と使い方を抜本的に改め、大企業・富裕層への優遇税制を正して、社会保障の財源をしっかりと確保することこそ最も必要です。

私もいよいよ84歳。現職時代にMSW・PSWとして対応した「見当識障害」や「中核症状」が私自身にも現れてきて、関連初期症状のうつ状態にも近づいてきたなあなんて思っているのですが、「いやいや、ガッ

ポリ歳費をふんだくり企業団体献金駄々洩れで、憲法を守る少数政党を踏みつぶそうと、作り笑い顔の奥に鬼の目を光らせるやつとは死ぬまで闘わにや」と改めてか弱い老胸を張ってみる今日この頃です。最後に、約8年前、やましろ地域の偉人・山宣さんの88回墓前祭で述べさせていただいた

「追悼の言葉」の一句で、『わたしの一言』を締めくくらせていただきたいと思います。

「今こそ私たちは社会保障や、何より平和と民主主義のメンで、憲法が暮らしの隅々にしっかり活き、キラキラと輝くために、力の限り頑張る決意です。山宣さん、どうか温かく見守ってください。」

人の世に 君が燈せし歴史の炎 いまわれら継ぎ絆広げむ」

法律相談（予約制） （無料・1件30分）

- 1月20日（火）午後6時～8時
診療所2階会議室
- 京都南法律事務所の弁護士さんがお聞きします。医療生協の組合員とご家族が対象です。
- 受付は19日（月）の午前中までに、あさくら診療所受付にお申し込みください。

健康体操教室のご案内

日時：1月17日（土）午前10時～
11時30分

参加費：1回 500円

講師：友久典子（理学療法士）

会場：あさくら診療所ホール

*動きやすい服装・タオル・水筒・上履き

予約制：あさくら診療所受付まで



憲法9条の碑 建立募金のご案内

やましろ健康医療生協設立30周年事業として2026年5月 みなさんの募金であさくら診療所内に憲法9条の碑建立予定で準備を進めています。目標を200万円とし、現在100万円の募金をいただきました。引き続きのご協力を心よりお願いいたします。

1口1000円（何口でも可）

診療所窓口で受付しています。

郵便振替も受付ています。

やましろ健康医療生活協同組合

口座 01040258297

憲法記念碑建立募金とご記入ください。

最新情報

- NEWS -

2025-11-26	ご案内	待合室動画（2025/12版）を掲載しました New!!
2025-11-21	生協ニュース	やましろ健康医療生活協同組合 ニュース 2025年12月号 New!!
2025-11-21	わたしの一言	憲法の平和的・民主的原則を守るのか、それとも改憲か New!!
2025-11-21	ご案内	インフルエンザ流行中です!! ワクチン早期接種をお勧めします New!!
2025-11-04	ご案内	ホームページをリニューアルしました
2025-11-01	生協ニュース	やましろ健康医療生活協同組合 ニュース 2025年11月号
2025-11-01	わたしの一言	国民生活の視点から制度の充実を求める
2025-10-31	健康情報	胃がんの内視鏡治療
2025-10-31	ご案内	待合室動画（2025/11版）を掲載しました

ホームページが新しくなりました

URL <https://yamashiro-kis.org/>

パソコン・スマホに対応しました。

「やましろ健康医療生活協同組合」にアクセスしてください。

最新情報・事業活動・新着情報・医療生協紹介はそれぞれのタブをクリックして下さい。「やましろ健康ニュース」は過去の分も見ることが出来ます。待合で使用している、サインージも動画で見られます。

宇治山宣会にもアクセスできます。ご意見をお待ちしています。

事業活動

Co-op business activities



あさくら診療所
- clinic -



あさくら歯科診療所
- dentalclinic -



さぼーと ゆう・ゆう・ゆう
- helperstation -



ケアステーションあさくら
- carestation -



「虹の箱」を玄関入口に設置しています。ご意見を所定の用紙に記載し、投函ください。

あなたの「声」をお聞かせください

この度「虹の箱」をインターネットでもご利用いただけるようにしました。

右記 QR コードをスマートフォン等で読み取るか、下記 URL を入力していただくことで、入力ページをご利用いただけます。ご協力よろしくお願いいたします。



<URL : https://yamashiro-kis.org/?page_id=110>
 やましろ健康医療生活協同組合 事業所利用委員会

絵手紙サークル

1月15日(木)

午前10時から

・申し込み江黒さんまで
 (090・2014・0326)



声 声

京田辺市 所川和美さん

昔、城南高校へ通っていたところ、佐山の方から遠い坂道を登って学校へ向かいました。学校に着くと汗びっしょり、ずい分体力づくりが出来ました。今も子ども達は、がんばっていることでしょう。木津川の土手には月見草や、なでしこが咲いていました。

宇治市 橋本悦子さん

いろいろな食品が高くなって、以前に比べ魚料理が減ってきてます。刺身をたっぷり食べて元気になりました。

宇治市 山根ますおさん

首相、大臣あんだ達言葉遣い知らんの。お人さんを批判したり、隣国の事に立ち入ったり。もし私が隣の家には勝手に力が入ります。隣国や隣の方とは仲良

う出来ませんのかいな。問題が大きゅうなつても開き直る。娘は百貨店に勤めているが、今では中国の人が少のうなっているらしい。誰の為の政府か、もう呆れるわ。又ボヤキました。

宇治市 大槻謙治さん

早く安定した生活が出来るよう願います。

精華町 酒井幸男さん

晩秋、孫のすむ品川に相手と行った。3月につづいて2度目。昨秋の上野も色彩鮮やかな枯葉が美しかった。孫のいるおかげで上京するが、江戸文化にも関心を払うようにしている。

宇治市 狭間良子さん

スマホ講座とつても為になりました。初めてQRコードを読み込んで初めてグーグルが見られて感激です。たいへんお忙しい中、先生方ありがとうございます。まだまだ道は遠いけどボチボチやります。

宇治市 東野和正さん

家内が亡くなり遺品整理中に古いレシピ帳が出てきた。懐かしく見ながら

当時の味を想い出していた。その中に家内の得意だったハンバーグがあった。昔、甥が遊びに来ると決まって「おばちゃんハンバーグを作って」とリクエストしていた。

家内はすぐにOKと自慢のハンバーグを作り、子供たちを喜ばしていた。そこで今回は私がレシピ通り作ってみたが、残念ながら同じ味には出来なかった。何が足りない、調味料、スパイス、それとも愛情か。又は両方なのか解らない。もう一度チャレンジだ！

城陽市 稲富喜美子さん

インフルエンザ流行期が1カ月以上早く全国的になっているとのニュース！！サブクレートK変異株からならないように十分な睡眠、栄養、人込みにはなるべく出かけないように予防することが一番だと思っています。

木津川市 中野やすこさん

11年くらい前だったと思います。「キク」と「イサム」の映画を大津市で鑑賞して号泣しました。映画が

終わって「イサム」役の「ジョージ君」が実行役をされていた「草津の下笠」の新聞舗のご主人と一緒に登場されて「グランドで遊んでいるときにスカウトされました」「今はこちらのご主人の元で働かせてもらっています」といった内容だったと思います。現在も草津に居られるのでしょうか？「又何時かお会いしたいです」と感想も書かせていただいたのですが、今のお気持ちを聞かせてほしいです。

宇治市 大西利明さん

いつも楽しみに拝見しております。宜しくお願いいたします。

宇治市 布川庸子さん

テレビで見ているとヨーロッパの方でも志願兵の募集とか徴兵の話とか出ています。日本も負けじと又防衛費をふくらませることでしよう。世界は平和に進むのでなくて戦争に進みそうです。不安です。私は九十一でそこから生きている間は平和がどうなるか、まあ大丈夫と思っていますが、孫の時

代が心配です。九条を世界にと叫びたい。

久御山町 中村都子さん

北陸新幹線延伸反対署名に沢山の皆さんのご協力を頂き、ありがとうございます。12月の議会に提出する事が出来ました。後はほかの議員の皆さんの良識に期待するだけです。京都のそして久御山町の自然を守るためにこれからも頑張ります。

宇治市 寺内直子さん

「ガラスの天井」を突き破って、初の女性総理が誕生した。今のところ、支持率も高い。でも、私は思う。彼女が突き破ったガラスの破片のきつ先は、みな国民に突き刺さり、血と涙を流させること必至だ。軍事費GDPの2%？台湾へ戦争しに行くの？OTC類似薬、保険から外すの？薬代、めっちゃ高くなるやん！「働いて働いて働いて働いて……」労働者を過労死に追い込むの？新聞記事を読む度に、きりきりと怒りが体内を駆け巡る。

宇治市 森川 和子さん

介護保険制度が2000

年に出て今年で25年ですが、その間、改悪ばかりで老人には生きづらい世の中です。

城陽市 山口美美子さん

12月に入り最初は暖かったのが急に寒くなり朝晩の冷え込みがきつくなりました。12月は何か気づわしく感じる季節ですね。植木の剪定に来てもらい庭もスッキリしました。カレンダーも一枚になり年末をもう少し頑張ろう。

宇治市 櫻井昇さん

流行語大賞に、「働いて×5」だとか。流行したか？映画の「国宝」や「裏金」の方が良く知られていると思うが、選考委員の付度か。高市総理は、誰の為、何のために「働いて×5」つもり？庶民は低賃金・非正規雇用・長時間労働・サービス残業を強いられ「働いて×10」くらい働いているぞ！「高市×働いて×5」は、アメリカ・財界・軍拡のためだろう。庶民からすれば「高市×早く止めて」安心

が答え。正解！

城陽市 竹村心一さん

絵を描きたい、ヴァイオリンが上手になりたい、料理のレパートリーを増やしたい、韓国語で韓国人と話してみたい。もちろん仕事は続けていきたい、等々この年齢になってもいろんな思いが残っている。無理のない範囲で生活の中に取り入れて楽しく生活をしていきたい。

宇治市 木下節子さん

・施設訪ふ 落葉ふみつ
・母の館

・母の家 兄弟集まり
・母の里 つらら百本

刀にちゃんばらごっこ
・スタートライン 耳に

光あり デフリンピック
宇治市 南川多津夫さん

「初の女性首相」と、持ち上げる多くのマスコミ。しかるに裏金疑惑満載の議員を登用する無神経さ、更に国会での発言で、深刻なイレギュラーを誘因。一刻も早く退陣し、自民党政権の明け渡しを願います。高市総理の退陣を願う一

首です。

明らかな裏金議員登用す

旧態依然高市総理

宇治市 雑賀三代子さん

サザエさんをみていたら、干柿を作ってた。皮をむいて、ひもを付けて熱湯に漬けて干しました。もうそろそろ食べ頃かなあ。楽しみです。

宇治市 石野望さん

閣議決定された補正予算案GDP比2%総額11兆

わずか3年で軍事費倍増の異常事態です。高市政権が進める軍備大増強は暮らしの予算を圧迫し日本の平和を脅かします。米国の戦争に日本が参戦し敵基地攻撃する事態を招き日本国土の焦土化につながります。戦争する危機を回避し国民のいのちと暮らしを守ることに全力を挙げるのが政治の役割です。憲法9条を外交の柱にすえ、国民の暮らしを守る事に総力を挙げ経済政策の転換を求めていきますよう。

みなさんの「声」を載せたいと思います。200字以内、10日必着でお願いします。(広報委員会)

毎月第3金曜日(午後5時30分～) 宇治・城陽・新田辺等の駅にて 社会保障・平和の宣伝を実施しています。ご参加ください。

◆1月16日(金) 午後5時30分～ JR宇治駅 「憲法と平和」 社会保障・平和委員会



11月21日近鉄大久保駅で介護の充実を訴え



園芸サークルのおたより

次回1月17日(土) 午前8:00～

診療所 中庭にて実施します。

秋の草花が花を咲かせ、皆さんをお待ちしています。

*レンガを寄付いただける方を募集しています。(花壇の周囲に使用予定)

お楽しみ 健康クイズ

応募のきまり

●ハガキにまちがい7ヶ所を書いて、住所、氏名、電話番号を記入の上、送付して下さい。FAX、持参でも結構です。

●正解者のうち抽選で5人の方にクオカードを進呈します。当選者のお名前はニュースで紹介します。

●締切り 1月10日

前回の当選者敬称略

前回の正解は：「ツリーの上の星」「ツリーのハートの飾り」「左の子のポケット」「手前の子の帽子」「ツリーの靴の向き」「プレゼントの柄」「短冊の文字」の7ヶ所でした。応募数29人・正解は28人でした。抽選の結果、次の方が当選されました。

石野 望 (宇治市)
齊藤 ひろ子 (宇治市)
松田 守 (宇治市)
堀田 捷利 (宇治市)
田中 正浩 (宇治市)

クイズの答えといっしょにいただいたお便りは「声」欄で紹介させていただきます。ご了承ください。



絵や線の濃淡は含みません



「ニュースの封筒詰め」に協力下さい。2月号の封筒詰め作業日は1月26日(月)午前9時から1時間程度。診療所2階会議室。広報委員会

あさくら診療所は月・水・木の午前診療は予約制です。急患の場合はご連絡ください。
土曜日は、1・3週のみ。

	月	火	水	木	金	土
午前	河本 内 西田 内 消化器	河本 内	河本 内 京大病院 内 循環器	河本 内 平松 内	河本 内	河本 (1・3)
午後	往診	往診	往診	予約外来 神経内科(2)	往診	
夜	河本 内	上赤 内	富岡 内	休診	河本 内	

★あさくら診療所 医師体制表

午前の診療は 9時～12時
夜の診療は 6時～8時
電話 0774-46-5151

★あさくら診療所歯科 医師体制表

診療は予約制です。時間はお問い合わせ下さい。急患の場合はご連絡下さい。
電話 0774-41-3335

予約外来・検査(医科)

胃カメラ 第1・3土曜午前
腹部エコー 第1・3・5火曜午前
をはじめ 第2・第4 木曜午前
各種エコー 第1土曜午前
栄養指導 第1・2・4・5金曜夜
第3土曜午前
各種予防接種は随時実施 要予約

	月	火	水	木	金	土
午前	中村 赤毛	中村 赤毛	中村 赤毛	中村 赤毛	中村 赤毛	休診
午後	赤毛	中村	赤毛	休診	中村	
往診	中村	赤毛	中村		赤毛	
夜	中村	休診	中村 赤毛	休診	赤毛	

ホームページを更新しました。 <https://yamashiro-kis.org>