

やましろ健康医療生協ニュース



あさくら診療所開設当時に植えられた
「八朔」が今年もたくさんの実りです。

ニュースの配達、封
筒詰めにご協力く
ださい。
「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)に封筒詰め作業
を行っています。
封筒詰めは午前
9時から10時半頃
までです。また、地
域での配達にもご
協力お願いします。

発行：やましろ健康医療生活協同組合

編集：広報委員会 **No.387**

〒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 5,002人(12月末現在)

2026年2月のご案内

- 法律相談(予約制です)
17日(火) 午後6時～8時
- 絵手紙サークル
19日(木) 午前10時～12時
- 駅頭宣伝 「憲法と平和」近鉄寺田駅
20日(金) 午後5時30分～
- 園芸サークル 診療所中庭
7・21日(土) 午前8時～
- 健康体操教室
21日(土) 午前10時～
事前予約制 申し込みは診療所受付へ
- 野山を歩こう会
21日(土) 稻荷山・西野山～大石神社
- ニュース発送作業 診療所2階
24日(火) 午前9時～1時間半程度

「健康まつり」4月26日(日)開催予定で準備を進めます。

大軍拡・暮らし破壊ストップ！
憲法・平和・暮らしを守る誓い新たに！
山宣墓前祭にご参加ください

第97回山宣墓前祭

・3月5日(木)
・正午～午後1時
・宇治市善法墓地
(山宣祭実行委員会)



山宣ひとり孤壘を
守る
だが私は淋しくない
背後には大衆が
支持しているから

これは山本宣治の墓碑の裏に刻まれている墓碑銘です。山宣が殺される前日、大阪の天王寺公会堂で開催された全国農民組合大会で

の祝辞の最後の部分です。ここまで述べたところで「弁士中止！」となりました。これが刻まれているために、「墓碑ではなく記念碑」とされ官憲によって建立が許されず、台石の上に横倒しのままとなり、セメントで塗りつぶすことでようやく建てることが出来ました。しかしセメントは夜陰にまぎれ誰するとなく彫り取られました。終戦まで何度も何度も命がけで。

卑怯者去らば去れ…

また山宣は祝辞の中で当時の帝国議会の厳しい状況とたたかう決意を次のように述べています。「先鋭化する階級闘争の裡にあつて合法主義者の人々は色々の口実を設けて退却する。水谷君もその一人である。私は『卑怯者去らば去れ、吾等は赤旗守る』と言いたい」と。



倒されたままの墓碑

高市政権が進める大軍拡、暮らし破壊許さず、平和・暮らしを守る政治実現を！

米国のベネズエラ侵略に一言の非難もせず、中国との緊張関係を高めた「台湾発言」の撤回もしないで、米国言いなりに大軍拡、戦争国家づくりを進め、その一方で暮らしの改善や賃上げ対策に何ら具体策を示さないどころか、暮らし破壊、医療・介護をはじめ社会保障改悪を進める高市政権。

平和・暮らしを守る政治実現へ、共同の輪を大きく広げる決意を山宣の墓前で改めて固めあいましょう。

上段の写真は、昨年の墓前祭で「墓前の誓い」を述べる高矢匡祐さん(やましる健康医療生協・歯科技工士)

歯ぎしり・食いしばりから顎を守りましょう
ナイトガードについて
あさくら歯科 歯科技工士 高矢匡祐

ナイトガードは寝ている間に歯にはめて使うマウスピースの一種です。目的は歯ぎしり・食いしばりから歯と顎を守ることです。

寝ている間に無意識に歯ぎしりや、グッと強く食いしばりをしてしまう人が多く、その力は起きている時の何倍もの力にもなります。

ナイトガードはその力をクッションのように受け止めて分散するものです。

「朝起きると顎が疲れて



いる」「寝ている間に歯ぎしりしていると言われたことがある」
「歯が欠ける」などの経験がある方におすすめしたいです。

保険適用なので3割負担で5000円程度で作ることが出来ます。市販のものもありますが合わない物と逆に顎を痛める危険性もあるので注意が必要で、気になる方はご相談ください。

歯科技工士が常駐

あさくら診療所歯科には、歯科技工士が常駐し、入れ歯の調整・詰め物の作成や修理などを実施しています。入れ歯や詰め物は入れておしまいにはせず、患者さん個々の口にあわせて必要な調整を実施しています。気になる方は、歯科職員にご相談ください。

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・医療生活協同組合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、サイネ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。



左のQRコードもしくは
URLからお入りください。
事業所案内・医療生活協同組合
ス・取組案内をご覧ください。

常勤ケアマネジャー募集

その人らしい在宅生活が続けられるように 一緒に働きませんか！

ケアステーションあさくらは、やましろ健康医療生活協同組合の医療・介護事業所や地域の関係機関・地域包括支援センターと連携し、組合員さんが要支援・要介護状態になっても住み慣れた家で安心して生活が送れるようなケアプラン作成を心掛けています。外部研修や学習会へ積極的に参加しケアマネジャーとしてのスキルアップに繋げていきます。地域にしっかり根差したアットホームな職場です。

働き方満足度
最高点保障

勤務地：宇治市大久保町北ノ山104 サンビーム大久保105 ケアステーションあさくら

資格要件：介護支援専門員、居宅ケアマネ経験者歓迎、主任資格お持ちの方大歓迎

勤務日：月曜～金曜 9:00～17:30(休憩1時間)完全週休2日制

休日・休暇：土日祝、年末年始(12/29～1/3)、夏期(3日)、年休の他に有給の忌引・生理等

給与等：職種資格に応じ経験等を考慮した規程による。さらに各種手当を諸規程により

ケアステーションあさくら 担当：柴田いずみ 連絡先：0774-48-3222

パート看護師募集

あさくら診療所は、動脈硬化性疾患を中心に合併症の予防とがんの早期発見に取り組んでいます。あなたも一緒に働きませんか。まずはご連絡をお願いします。

勤務地：宇治市大久保町山ノ内19-1 あさくら診療所

仕事内容：外来看護師一般業務

勤務日：月～金 17:30～20:00 木曜を除く週2回
土 8:30～12:00 月1回

時間給：1,800円～2,210円(経験10年から年数に応じ)

あさくら診療所 担当：福本悦子 連絡先：0774-46-5151

野山を歩こう会 2月例会ご案内

- 行き先：稲荷山・西野山～大石神社
- 日時：2月21日(土)
- 集合 JR 稲荷駅 9時30分
- 持ち物：弁当・雨具・水筒・行動食・ストック
- 雨天等の延期・中止はLINE・TELで連絡。
- 申込 尊田 22-8657 池本 43-2604 まで



10年先・20年先を見据えた医療生協の中長期の計画を一緒に
わたしの一言 常務理事 宮本繁夫

ユニチカ宇治工場での二硫化炭素中毒患者の支援の中で、何でも相談できるみんなの診療所づくりがはじまり、1994年9月にあさくら診療所が、1600人の組合員で誕生しました。

その後、歯科を開設し介護事業にも取り組んできました。毎年の総代会では、組合員さんから、診療所を利用したいが、高齢になり通院が困難になってきた。トイレが開設以来の和式で利用しづらい。出入り口の自動ドアが一枚で、冬場はホールで待っていると開閉のたびに冷気が入ってくるなどのご意見が



改装されたトイレ



玄関も改装しました

出されていきました。

しかし、中々、こうした組合員みなさんの声に応えることができていませんでした。

昨年、診療所開設30周年をむかえ、借地であった診療所の土地購入と施設整備のための増資と寄付をお願いし、多くの組合員みなさまのご協力をいただきました。そして土地を購入でき、トイレ改修や出入り口の2重ドアへの改修をすることも出来ました。ご協力に感謝申し上げます。

通院が困難になってきた組合員さんの送迎も380

人が登録され、ボランティアさんの協力で、180人ほどの方が利用されています。昨年末、5000人を超す組合員になりました。これからの10年先、20年先を見据えた医療生協のあり方、組合員と地域みなさんに、やましろ健康医療生協があつてよかったと思われるような中長期の計画をいっしょに考えていきたいと思っています。「虹の箱」も再開しています。ご利用ください。

法律相談（予約制） （無料・1件30分）

- 2月17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16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：2月21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 建立募金のお願い

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 010400258297

憲法記念碑建立募金とご記入ください。

（同封のチラシをご覧ください）

医療・介護署名の取組へのご協力ありがとうございました

あさくら診療所 看護師長 福本悦子

昨年の秋から取り組みました「医療」「介護」の署名にご協力いただきありがとうございます。ありがとうございました。

診療所の外来の待合での署名もたくさんの方にしていたできました。説明を聞いて「それは大変や」とすぐにペンをとって署名をされる方もいました。

医療生協の事業所のスタッフが、利用者さんに話をするにつら、入院できひんのか？」

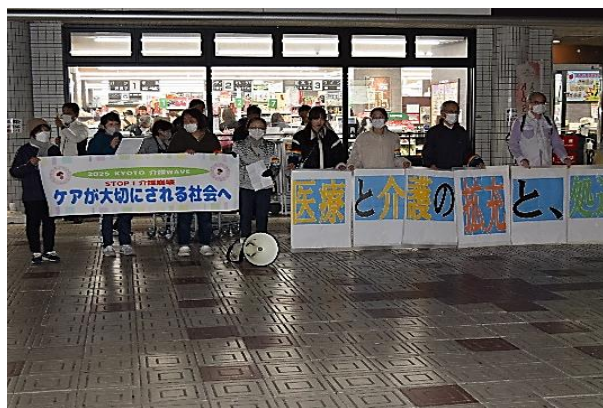


「介護利用料が2割負担になると我慢しないといけない。生活できなくなる。」などの切実な声を聞くことが出来ました。他の介護事業所を訪問して訴えているとの報告もありました。私たちの活動を知ってもらえるきっかけとなりました。

秋の組合員拡大月間ということもあり、班会懇談会に参加する時は、署名を忘れずに行き訴えました。

10月11月の2ヶ月連続で近鉄大久保にて駅頭宣伝を組合員さん職員で行いました。足早にしている方も足を止めて署名に協力して「がんばってください」と応援の言葉に元気をいただきました。

この取組には近隣の4病院への訴えに河本所長・上坂専務と一緒にやってまいりました。ある病院の方から早速署名を届けてくれてます。常日頃から患者さんを通して連携してきたことが実感を結んでいるという実感がありました。



今回多くの署名が集まり目標の500筆をはるかに超えることができた12月のはじめにほっとしていると、別の病院から250筆の署名が届けられました。

その多さに感謝でいっぱいです。どこの医療機関・介護事業所も深刻な問題であることが浮き彫りにされたようです。

今回の署名は「医療 1292筆」「介護 1152筆」集めることができました。この問題は毎年取り組む課題となります。国民みんなが知る活動にしなければなりません。さらなるご協力お願いします。



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。

上のQRLコードを読み取りください。



「虹の箱」は、あさくら診療所内科・歯科・ケアステーションあさくら・さぽーとゆうゆうの各事業所を組合員さんや患者さん利用者が、利用しやすいものにしていくための提案等の意見箱です。

皆様から頂くご意見やご提案を今後の事業活動の改善・施設の充実につなげたいと思っております。



宇治市 大西利明さん

いつも楽しみに拝見しております。よろしく願います。

宇治市 森川和子さん

駅伝大好き人間の私は、一日はニューイヤー駅伝、二日、三日は箱根駅伝をテレビ観戦し、楽しい正月でした。

城陽市 宇野正巳さん

先日、奈良公園を散策しました。中年の外人カップルさんが微笑みながら英語で鹿にせんべいを与えていました。すぐまた鹿が2、3頭寄って来ました。高市首相は就任時外人が鹿を足で蹴っている旨の発言をして批判されました。もし彼女がこの情景を見ればどのように答えるだろうかと、ふと思いました。

精華町 酒井幸男さん

令和7年夏、朝起きたら

高熱が出て、病院で風邪薬はもらいましたが頭痛も咳もくしゃみも出ないの、これが熱中症かと思いましたが、ますます地球環境は温暖化に進み、山野、河川、海洋、大気はあらゆる生命体の存在を脅かしている。国を超えた全人類の課題にしなければならぬ。

久御山町 中村都子さん

昨年は初めての病人生活を送ってしまった。今年とはとにかく自分の健康第一に！体調管理をしつかりとし絶対に無理はしない事。元気でいなければひ孫の守りも読み聞かせも何もできないんだから！！気付くのが遅すぎたひい祖母ちゃんでした。

木津川市 中野やすこさん

皆さま佳きお年をお迎えでしょうか？不安ばかりが募る日々ですが、知事選ですよね。自分の繋がりだけでなく亡夫の知人、親戚にも電話をかけて今日の現状を話合っって「日本の灯台」を再び京都で取り戻すため協力をお願いし

ております。「京都が変われば：：続くことが：：、私も貴方様の府県の応援をさせて頂きます。よろしく願います。」少しずつですが手応が返って来ています。

宇治市 大槻謙治さん

2026年が良い年でありますように。

宇治市 狭間良子さん

デパートでカステラの徳用品を買ったら、コーヒードでどこで買ったのと聞かれてその場所へ案内したら、とっても感謝されて年に何度もないとの事。ちょっぴり良い気分になった日でした。

城陽市 竹村心一さん

朝の6時半。この時季、あたりはまだ薄暗い。そんな中、職場に行き玄関の鍵を開け異常がないか周囲を見回わしてから、職員室に入ってセコムを解除。昨今の世情を思えば不安があったて早く先生方が来ないかと願いつつ掃き掃除、ゴミ箱のゴミ回収、等の作業をする。やっと先生が一人二人と来られて一安心。8時前になって子供達の元気な声

が聞こえてきて私のエンジンもフル回転となる。

宇治市 山根ますおさん

この一年あさくら診療所の皆さん、歯科の皆さん、ケアステーションあさくら、さぼーとゆうゆうゆうの皆さん、又送迎して下さいの皆さん、一年間大変お世話になりました。又新たな一年お世話になります。思えばこの一年物価高に苦しみ、クマもそうだが生き物が生活でけん世の中になっ

てしまった。そんな中でも正月はくる。我が家族では一人4千円の会費制で三女の所でやる。娘、孫10人。買い出しは娘3人がするそう。私は毎年黒豆とカズノコを作ります。孫が言います。ジイちゃんの黒豆は美味しくて、ありがたい事です。

宇治市 石野望さん

アメリカ、トランプ大統領によるベネズエラへの軍事攻撃と無法行動にだちにやめよ、の行動を大きく拡げましょう。

新年早々のベネズエラへの攻撃とマドウロ大統領夫妻「国外連行」などの「無

法行為」、あまりに無茶苦茶な戦争行為に怒りに覚えしました。昨年あたりから「麻薬撲滅」などもっともらしい口実をつけて行動の正当化を図ってきましたが、南米での覇権主義的支配、石油や鉱物資源の獲得にあること明白です。憲法9条「戦争放棄、戦力不保持」を掲げ戦争のない世界を目指して行動を！

宇治市 南川多津夫さん

昨年、政府高官の核保有発言で政府は発言撤回の指示や統投させるかについては、明言を避け高市総理は非核三原則の堅持を明言せず、世界の緊張激化に貢献しています。今こそ、核兵器の開発、保有、使用、威嚇などを全面的に禁止する核兵器禁止条約を署名・批准し、非核三原則の法制化に進むべきです。

核兵器の無い世界を望む一首です。

未来への希望の道は核兵器禁止条約唯一のルート

宇治市 畑中富佐子さん

新しい年が始まった。1年が早すぎて新鮮な気持ちには中々なれないが。まだ、

保育の仕事をしている。
先日中々昼寝が出来ない
子がいて、母親と話をし
たら、その日は久々に寝
た。問題に向き合い、実践
し子どもが変わる。これ
だから保育は止められな
い。今年もまだ、頑張る
か。先日テレビで子ども
は自分を映す鏡。「自分が
変わらない」と。名言で
ある。

宇治市 木下節子さん
母囲み 話つきずに
お正月
七草や 家族みんなの
幸祈る
凍つる朝 白き連山
まぶしくて
初日の出 家族揃いて
合掌す
城陽市 稲富喜美子さん
おめでとうございま
す。本年もよろしく。息子
は丙午年の60歳になりま
した。まだ性別が知らさ
れない時なので姑が息子
が生まれた時はバンザ
イ。男の子だよと大喜び
をして呉れた事を今でも
はつきりと覚えていま
す。

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

日頃からやましろ健康医
療生協の取組のご協力に
感謝し、ニユース配達・発
送作業・ボランティアさ
ん懇親会を計画します。

日時3月7日(土)

午前11時〜13時

あさくら診療所ホール

要予約

お弁当を準備します。

2月27日までに診療所受

付まで申込ください。

絵手紙サークル

2月19日(木)

午前10時から

・申し込み江黒さんまで
(090・2014・
0326)

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。

◆2月20日(金) 午後5時30分〜
近鉄寺田駅 「憲法と平和」
社会保障・平和委員会



健康まつり

4/26(日)開催予定

時間:10時〜15時

参加協力券 300円 診療所窓口にて

【ステージ企画】 うたごえ・和太鼓

・楽器演奏 ・各種模擬店など



昨年の健康まつり



園芸サークルのおたより

次回 2月7・21日(土) 午前8:00〜

診療所 中庭にて実施します。

春にむけ草花が花を咲かせ、皆さんをお待
ちしています。

＊レンガを寄付していただける方を募集
しています。(花壇の周囲に使用予定)

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 2月10日

前回の当選者敬称略

前回の正解は：「左の人のネックレス」「こたつの上のみかん」「ドーナツ」「右の人の髪の毛」「鏡餅の台」「猫の舌」「こたつの布団の柄」の7ヶ所でした。応募数19人・正解は17人でした。抽選の結果、次の方が当選されました。

大槻 謙二 (宇治市)
宇野 正巳 (宇治市)
酒井 幸男 (精華町)
畑中 富佐子 (宇治市)
木村 喜代美 (京田辺市)

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ご協力下さい。2月号の封筒詰め作業日は2月24日(火)午前9時から1時間半程度。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

午前の診察は 9時～12時
夜の診察は 6時～8時
電話 0774-46-5151

★あさくら診療所歯科 医師体制表

診察は予約制です。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	