

2026

1・2
No.285

平和こそ、健康こそ、組合員の声こそが、

たから

一人は万人のために、万人は一人のために。

組合員数 15,274人
出資金 310,005千円
組合員1人平均 20,296円
(2025年11月30日現在)

【発行】
宝塚医療生活協同組合
宝塚市御所の前町15-21
TEL0797-69-6121
FAX0797-69-6223
✉iseikyo@takarazuka-mcoop.net
http://www.takarazuka-mcoop.net/



わータイ漁だ！ 撮影：熊崎俊三郎

理事長
茅野涼一

新年のあいさつ

あけましておめでとうございます。
組合員の皆様におかれましては、健や
かな新年を迎えたこと、お慶びを
申し上げます。

私たちは昨年の総代会で、宝塚医療生
協の「理念」と「中長期経営計画」を決
定しました。これまでの理念は、上部組
織「日本医療福祉生活協同組合連合会」
の理念と「全日本民主医療機関連合会」
の綱領を指針に活動してきました。今後
は自前の「理念」で活動します。理念の
作成には、職員や支部運営委員会等でご
意見をいただき、法人内の議論をつけて
決めたものです。私たちにぴったりの理
念ができたと自負しています。皆さんい
かがでしようか。

また「中長期経営計画」は5年～10年
先の医療生協の姿を想定し、その時に何
が必要かを考えて準備しています。

しかし医療体制が安定せず、患者減少
や、診療体制の整備、大口出資者の法定
脱退の影響などで厳しい経営状態となっ
ております。今秋から、法人を上げて經
営改善に向けて奮闘していきます。皆様の
ご協力をお願いします。

今年も、組合員の皆様と、そのご家族
に幸多い年でありますように祈念して、
新年のあいさつといたします。今年もど
うぞよろしくお願い致します。

2026年元旦

楽しい投稿が盛りだくさん♪

デイサービスひだまり

インスタグラムを定期的に投稿
中です♪QRコードからアクセスしてフォロー&いいね！よろしくお願いします(^^)



DEISABISUHIDAMARI

良元診療所
通所リハビリ・訪問リハビリ
高松診療所
ケアサポート
訪問看護ステーションひだまり
ヘルパーステーションひだまり
デイサービスひだまり
デイサービスあつたかハウス今津
ケアサポート今津

組合員センターさがん
あつたか庵（組合員センター）
良元センター「CoCoLo」

宝塚市大成町10-45	☎0797-71-7288
宝塚市大成町10-45	☎0797-71-8540
宝塚市高松町5-10	☎0797-72-2585
宝塚市高松町5-10	☎0797-76-4536
宝塚市高松町5-10	☎0797-77-3115
宝塚市高松町5-10	☎0797-77-3245
宝塚市高松町5-10	☎0797-76-4770
西宮市今津山中町3-23	☎0798-34-6221
西宮市今津山中町5-29	☎0798-37-1612
宝塚市清荒神3丁目2-10	☎0797-84-1521
西宮市今津山中町5-29	☎0798-36-5520
宝塚市大成町1-20	

2025年度
生協強化月間みんなで体操に
チャレンジ！

デイサービスひだまり

健康チャレンジの取り組みとして、「ラジオ体操」をチャレンジ宣言に掲げ、取り組みました！テンポを落として職員がカウントをしながら、ゆっくりと身体を動かしていただけるよう配慮しました。中にはご自身から立ち上がり参加して下さる方々もあり「ジャンプができなくなってるなあ」「汗かくなあ」と言いながら楽しく体操に励みました。

リズム体操を
きっかけに

訪問看護ステーションひだまり

「増資を頑張るぞ！」を掲げ、全利用者様へチラシ配布と説明をしました。大幅な伸びはありませんでしたが、活動内容をしっかりと伝えられて良かったです。

また班会として取り入れていたリズム体操を元気支部のお茶会でも実施。皆様笑顔で取り組んでおり、今後は百歳体操の日にも取り入れてくれるとのことです。班会での活発な様子にも触れる事ができました♪

訪問行動で
ニーズを知る

高松診療所・高松支部

コロナ禍以後、中々再開できなかつた組合員さん宅の訪問行動を、一緒に取り組みました。玄関先に出てきてくられる方も多く、様々な意見や指摘をいただきました。直接対話することで、普段、診療所では話せないような本音が聞け、改善のきっかけとなりました。

楽しい活動で
仲間が増えました

北支部

10月30日に有馬富士公園でバーベキュー大会を開催。総勢24名の参加で、新鮮な地元産のお野菜とお肉、採れたてのジャンボしいたけを堪能。しいたけ満載の炊き込みご飯も最高でした！また、2名の新しい仲間を迎えました。

北支部ではこのほかにも、フォトクラブ班が毎年「オール宝塚写真展」を開催しており、楽しい活動で仲間を増やしています。

カルテを見直し
加入のおすすめ

良元診療所

カルテの組合員情報をイチから見直し、加入や増資の声かけをコツコツと続けています。時間も手間もかかりますが、多くの患者様にご理解をいただいたおかげで、仲間増やしは既に今年度の目標を達成することができました。また職員さんにとっても医療生協を意識するきっかけとなつてあります。

逆境をバネにして
頑張っています

東支部

東公民館が施設改修で休館となったため、大わらわで代替場所を確保しました。

サロン『すいらく』は、開催日が水曜から土曜に代わり、場所もピピア売布になりましたが、初日は19人が集まり楽しい時間を過ごしました。

また、その他の5つの班会も順調にスタート！東公民館が再開した時には今まで以上の組合員が集まってくれるように頑張っています。



PFAS 本当に大丈夫？

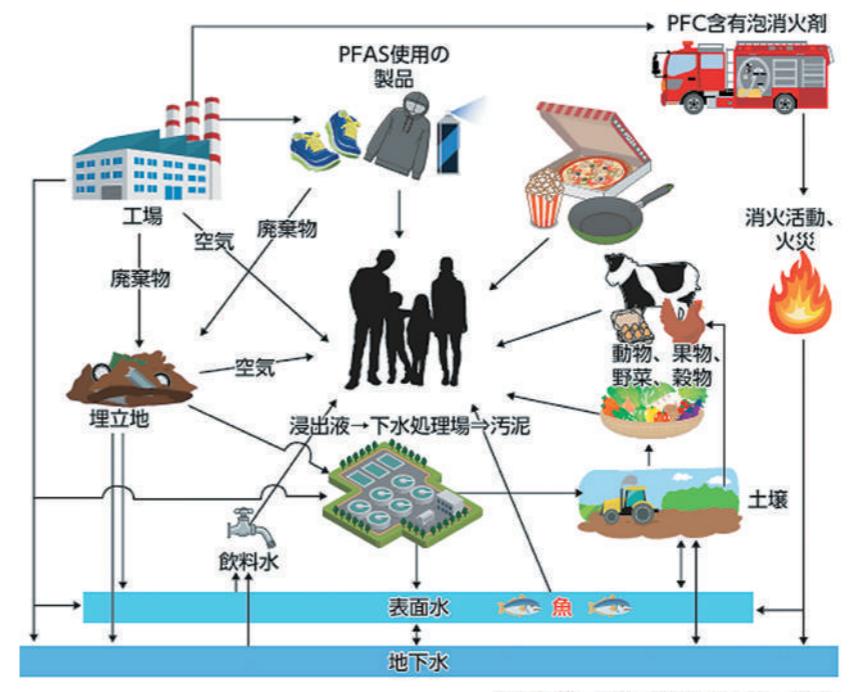


図の出典：「近年の化学物質による水源の汚染」2024年1月12日 国立保健医療科学院 生活環境研究部 小坂浩司

PFOSは2010年以降、PFOAは2021年以降⇒製造・輸入禁止

PFASは人工的に作られた有機フッ素化合物の総称で、代表的なものにPFOS（ピーフォス）、PFOA（ピーフォア）があります。PFASを使った製品は水や油をはじき、分解しにくいという性質があるため、1940年頃から防水スプレー、レインコートなどさまざまなお用品に幅広く活用されました。

PFASって、何？



米国科学・工学・医学アカデミー参考

宝塚市では、PFOSとPFOAが指摘されるようになり、製造・輸入が禁止されています。

PFASは分解しにくい性質があるため「永遠の化学物質」と呼ばれます。自然環境の中に長く残留します。そして、土壤に入つていくと地下水に浸透し、水道水にまで汚染を広げていくと言われています。

宝塚市の現状は？

本当に大丈夫？

しかし、2000年頃から有害性が指摘されています。PFASは分解しにくい性質があるため「永遠の化学物質」と呼ばれます。自然環境の中に長く残留します。そして、土壤に入つていくと地下水に浸透し、水道水にまで汚染を広げていくと言われています。

宝塚市水道水におけるPFOS及びPFOA検査結果 (単位: ng/L)

採水（検査日）	小浜浄水系
2020年6月2日	54
2021年9月1日	44
2022年10月5日	48
2023年11月24日	41
2024年6月3日	34
2025年6月30日	30

※暫定目標値は50ng/L

宝塚市自治体キャラバン

暮らしや医療介護、保育や福祉に関する要望を訴えるため、宝塚市と懇談をおこないます。ぜひご参加ください。

日時：1月28日(水) 9時～
(事前打ち合わせ後、10時から懇談予定)
場所：宝塚市役所4階 市議会議員室前
事前申込は不要です

協働し、PFAS採血検査の実施やカバン活動に取り組み、PFASフリーライフを継続します。
(中田幹二)

も～し～も～し 署名、一家全員で書かせていただきました。頑張ってください

も～し～も～し

新しい年を迎ました。今年こそ節生した生活を送るぞ



午年だからこそ、前へ

人の繋がりを広め、
挑戦を恐れず飛躍の年に



デイサービス
ひだまり



ケアサポート今津



訪問看護ひだまり



良元診療所



良元診療所
通所リハビリ



デイサービス
あつたかハウス今津



本部事務局



ヘルパーステーション
ひだまり

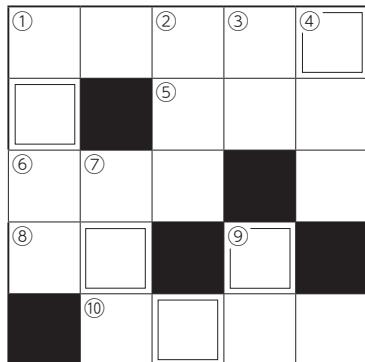


ケアサポート

□の中のことばを組み合わせて、
文字のことばを作つてください。
(ヒント) 春の七草



5



No.284の解答は
「クリスマス」でした。



クリ	ス	タ	ル
マ	ント	ハ	レ
ニ	ゴ	バ	ケツ
ス	マ	ケ	ト
マ	ス	イ	ス
ス	イ	ス	ト

☆正解者の中から抽選の結果、左記の
方に図書カードを進呈します（敬称
略）。今回の応募数は68人でした。

高井文博
吉本洋子
牧口未雄
三輪可奈子
足立ゆう子
他1名

パズル解答についてのお願い

必ず①郵便番号、②ご住所、③お名
前（ふりがな）、希望される方は④ペ
ンネーム、⑤解答を記載して、⑥ご意
見等があればひとこと添えて、ハガ
キ、FAX、メールでご応募ください。
い。間違いを防ぐため当選者発表は実
名とさせていただきます。予めご了承
ください。

〒665-0041 宝塚市御所の前町15-21

宝塚医療生協「パズル係」あて。

〆切は1月31日（必着）。正解者の方
に抽選で図書カードを差し上げます。

- ①1月20日から2月18日までの星座
- ②印刷したペンで書く時に使う
- ③長い年月が過ぎ去つたまゝと前
- ④夙（なき）の対義語
- ⑤かわいらしくてたまらない
- ⑥（よこのかぎ）
- ⑦その家の血筋
- ⑧太陽・月・地球以外の天体
- ⑨岩の小さいもの
- ⑩かわいらしくてたまらない

- ①ミンガの幼虫
- ②電柱に取りつけ電線を支える機器
- ③面・綿・免・麺。同じ読みができる
- ④最も古くから栽培された果樹で石榴
- と書く
- ⑤岩の小さいもの
- ⑥（よこのかぎ）
- ⑦その家の血筋
- ⑧太陽・月・地球以外の天体
- ⑨岩の小さいもの
- ⑩かわいらしくてたまらない



kouhou@
takarazukamcoop.net

OTC類似薬と市販品の価格差の例

フェキソフェナジン (錠剤・60mg・14日分) 花粉症薬	OTC類似薬	87.4～ 241.1円	最大 約24倍
	市販薬	743～ 2075円	
ロキソプロフェン ナトリウム水和物 (錠剤・60mg・4日分) 解熱鎮痛剤	OTC類似薬	36.4円	最大 約21倍
	市販薬	299～ 768円	
ロキソプロフェン ナトリウム水和物 (テープ・50mg・14枚) 湿布薬	OTC類似薬	53.3～ 54.2円	最大 約37倍
	市販薬	525～ 1958円	

※厚生労働省の資料より作成。OTC類似薬は3割負担のケースで、受診時に医師、薬剤師の技術料が別途かかる。市販薬の価格はメーカー希望小売価格などを記載

政府は処方箋医薬品のうち、成分や
効能が似通つた市販医薬品（OTC類似
薬）の一部を2026年度から公的
医療保険の適用から外すことを検討し
ています。患者団体だけではなく、日本

OTC類似薬の 保険適用除外を 世論でSTOP!!



OTC乱用や副作用のリスクも

OTC類似薬といえども、副作用の
リスクはあります。風邪だろうと自己
判断で薬を買って済ませていたら、気
付いた時には肺炎で入院というリスク
もあります。

若者のオーバードーズも身近な問題
になつてきています。薬剤師が介入し
づらくなることで健康被害がすすむ危
険もあります。

**OTC類似薬が心配で
受診控えから重症化リスク**

OTC類似薬が保険から外され
ば、医師が診療しても処方できませ
ん。胃の痛みを訴えて受診しても、OT
C類似薬に該当する薬が処方できな
いのでドラッグストアで買ってくださ
いとなります。

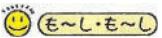
医療の公平性が失われないよう世論
の力でこの動きを阻止しましよう！
(ファーマメイドたからづか)

医師会や薬剤師会も猛反対・問題点に
ついて考えてみましょう。

患者負担が大幅増です

OTC類似薬への保険適用を外すこ
とで、胃薬は60倍もの負担に。病気の
人に更に負担を求めるのではなく、必
要な医療は保険診療で^{まかね}賄つべきです。

森本愛



血と肉となる！「人生訓」的な話が聞きたい。毎月掲載希望します