

- 組合員数 ……23,465人
- 出資金… 1,218,516,673円
- 一人平均 ……51,929円  
出 資 額

2026年1月31日現在



昔の駅舎 (写真提供: 湯浅町教育委員会)

## 湯浅駅旧駅舎(有田郡湯浅町)

1927年(昭和2年)建設の木造駅舎で、長年にわたり湯浅町の玄関口として利用されてきた湯浅駅旧駅舎。2019年に新駅舎へ機能が移った後も、その歴史的価値から保存・再活用が進められました。整備改修後は、飲食・物販施設が入り、湯浅町の醤油文化や地元食材を発信する拠点として2023年に再生しています。昭和レトロな雰囲気を残しながら、観光と地域交流の場として新たな賑わいを生み出しています。

(写真・文/中嶋 一雄)

### 和歌山中央医療生協事業所のご案内

- 和歌山生協病院 ……(073)471-7711
- 和歌山生協病院附属診療所 ……(073)471-8171
- 生協芦原診療所 ……(073)423-4349
- 河西診療所 ……(073)451-6177
- おおみや診療所 ……(0736)61-6151
- 生協中之島
  - デイサービス ……(073)422-2003
  - 複合型サービス ……(073)423-3500
  - ケアプランセンター生協中之島 ……(073)422-3476
- 在宅介護支援センター和歌山生協病院(ケアマネ) ……(073)474-2711
- 放課後等デイサービス生協レインボー ……(073)494-5704
- サテライト型小規模介護老人保健施設松寿苑 (073)431-8311
- サービス付き高齢者向け住宅 生協ありもと (073)494-5700
- サービス付き高齢者向け住宅 生協にじ ……(073)476-4477
- 地域支えあいセンター 虹 ……(073)435-6611
- 訪問看護ステーション 生協みなみ ……(073)435-5661
- 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 生協みなみ (073)435-5661
- ヘルパーステーション 協同 ……(073)471-7728
- 海南・海草総合介護支援センター げんき
  - デイサービスげんき ……(073)487-3388
  - ケアプランセンターげんき ……(073)487-0022
  - 定期巡回・随時対応型訪問介護看護げんき (073)487-3377

介護のご相談は、それぞれの事業所か、在宅介護支援センター和歌山生協病院 073-474-2711 までお願いします。

地域医療をまもる請願署名

みなさんのご協力で

(2026年2月9日現在)

和歌山では12,997筆の  
署名が集まりました!!



日本の医療機関の深刻な経営危機についてニュース等で見たこともある方もいらっしゃると思います。現在地域の医療機関の経営状況・人材確保は困難を極めています。過去にないほど多くの医療機関の倒産が発生し、「ある日突然地域から病院がなくなる」危機が現実化しています。四病院団体協議会の2024年度調査（最終報告）によると、医業収支が赤字である病院の割合は74.6%に達し、前年度の70.8%から更に悪化しました。帝国データバンクによると2025年上半期の医療機関の倒産は35件となり、過去最多のペースで推移しています。物価や人件費などの高騰による収益悪化や経営者の高齢化、建物の老朽化などを背景に事業継続を断念する事業者が相次ぎ、2025年は病院の倒産件数がはじめて70件に達する可能性があります。

2025年7月、「安心して住み続けられるまちづくり」に欠かすことのできない「地域医療まもれ」の声を、地域住民とともに全国各地で大きく巻き起こすことを目的に、「緊急行動」を提起し取り組んできました。和歌山でも、医療生協の組合員さん、病院や診療所の患者さんやご家族の方々、看護や福祉サービスを利用される方々に声をかけ、ご協力いただきました。また、県内の病院や医療団体、労働組合や民主団体からもたくさんの署名を届けていただきました。その結果、当初の目標8,710筆を大きく上回る12,997筆が和歌山県全体で集まり、全国では1,000,000筆の目標に対して825,914筆の到達となっています（2月9日現在）。

2025年11月25日には衆議院第2議員会館内会議室で、第219回臨時国会への地域医療を守る請願署名提出集会・国会議員要請行動を行っています。この日は和歌山からの代表派遣もあわせて全国から66名が参加し、署名提出第一弾として22万筆を提出しました。集会に駆け付け紹介議員となってくれた国会議員のみなさんからは「今や多数の国会議員が医療の危機を認識しており、地域医療をまもる動きにつながりつつある。この署名の果たす役割も大きい。」とお話をいただきました。

地域医療を守りたいという大きな願いが政治を動かし、政府も医療・介護への補助や、診療報酬や介護報酬の引き上げを決定しました。草の根で広がった私たちのこの運動が大きな成果につながりました。集めた署名は通常国会で提出する予定となっています。



「地域医療の崩壊をなんとしてもくい止め、  
病院をなくさないプロジェクト」

# 2025年度シニア講座 終了 のべ164名受講



## とても勉強になった

2025年度シニア講座は10月～12月の第1・3火曜日に6回の講座を開催し、12月16日 古田医師の講座で終了しました。今回は、中央コミセン、南コミセン、サテライトありもとと3箇所にて会場が分散されたこともあり、申し込み人数は84名、のべ164名の受講となりました。

どの講座も好評で、たくさんのご意見、ご感想をいただきました。特に古田医師の「高血圧治療の重要性」、介護問題、フレイル予防は毎年人気です。

また、今回は尼崎医療生協から来ていただいた富澤洪基歯科医師の「歯科酷書からみえる格差と貧困・そして今後の課題」の講座では、ショッキングな画像とたくさんのデータをもとに、口腔ケアと健康は密接な関係があることが分かりやすく説明され、受講者からは、とても勉強になったと好評でした。



## 和歌山中央医療生協の職場紹介⑥ 薬剤課

### 心に残る薬剤師を目指します

私たち薬剤課は、「お薬の専門家として、安全・安心の医療を提供し、患者さまやスタッフから信頼され、心に残る薬剤師を目指します。」を理念に、治療やケアに携わるチーム医療の一員として薬剤師7名、調剤助手2名で業務を行っています。

積極的に取り組んでいる業務として、入院前の処方内容を確認し、ポリファーマシー（複数の薬剤を服用することによって、有害な影響が生じる状態）になっていないか、薬の服用方法が煩雑になっていないかなど検討し、よりよい薬物療法が提供できるよう医薬品の調整を行っています。退院時はお薬手帳情報を発行、かかりつけ薬局や転院先へ薬剤サマリーの発行と入院中の投薬の経過を伝えることで、入院前から退院後を含めた関りを意識して取り組んでいます。



# 出会い ふれあい 支え合い ひろば



くすみ支部注連縄づくり教室



誰もが健康で居心地よくくらしらせるまちづくり活動



中地区新年会



宮北支部新年会

## 東中地区



有本支部新年会



四ヶ郷支部新年会



河北東支部新年会



河北支部新年会

## 河西地区



河西地区まんさくの会総会



河西地区新春のつどい



広瀬支部親睦会



安原支部忘年会



広瀬支部サロンなごみ クリスマス会

## 南地区



南支部ほっとサロン新年会



南支部会議&ぜんざい

## 那賀地区



那賀地区新春のつどい

今年度の年末年始は、例年以上に多彩な催しが開催されました。各地区の活動をほんの一部ですが写真で紹介いたします。

医療生協の地域活動に、楽しさとともに「やりがい」や「生きがい」を求めて参加してくれる方が近年少しずつ増えてきています。

2026年は、世代や組合員の枠を越えた多様な参加と協同で、「地域にひらかれた医療生協」をさらに推し進めていきます。組合員のみならず、仲間づくりと助け合いの輪を明るく楽しく広げていきましょう！



海南・海草支部ごくろうさん会

## 海南・海草地区



救命救急センター勤務が10年、

軽症から重症まで幅広く

妻の実家がある和歌山市に10年前から移り住んでいます。以前は大阪府内の救命救急センターに従事していましたが、和歌山移住を機に2次救急へ診療の場を移しました。疾病や外傷を問わず、軽症から重症まで幅広く対応できることが特徴です。

求められる

高齢者救急

救急車による搬送件数は年々増加し、6割以上を高齢者が占めています。特定の臓器に着目する治療ではなく、日常的によくある病気や幅広い健康問題に



北山 淳一 医師

2023年1月、発災から10日も経過していない頃に、災害派遣医療チーム(DMAT)として能登半島地震に派遣されました。断水や停電が続く中、近

来るべき

災害に備えて



関する知識を持つて行う診療が、高齢者救急では多く求められます。一方で、適切な医療を受けていても高齢者は若年者よりも急変する可能性が高いことを忘れてはいけません。そのため救急処置を終えた後も、患者さんの生活状態を熟慮して安全を第一に考えた選択をするように心がけています。

隣自治体だけでは介護が困難となった高齢者施設の入所者を、石川県内外へ搬送する調整活動を行いました。南海トラフ地震が発生すれば、紀伊半島でも同様の事態が起こるとされており、災害に直接関与していない医療施設やスタッフにとっても平時から取り組むべき課題です。重症度に応じた患者への対応・治療という点では日常の救急医療と類似しています。災害現場での経験を生かした診療を行っていく中で、災害医療の原則や方法論を展開していく所存です。



～組合員さんと一緒にすすめる医師養成～

組合員さんの手作り料理でランチ会



1月22日(木)医学生センターにて組合員参加型ランチ会を開催しました。この日の参加者は学生3名、組合員2名、職員3名の計8名で普段から医学生センターに出入りしている学生

さんが友達を連れて来てくれました。組合員さん、職員にとって新たな出会いとなり用意して下さったハヤシライス美味しく頂きました。

参加した学生さんからは、「普段の食事でなかなかバランスを意識することが難しいので組合員さんの手作りの料理は本当に嬉しい。いつも美味しく頂いています。」との感想



がありました。今後も組合員さんの思いのこもった手作り料理で日々、勉強、部活、その他の活動でがんばっている学生さんを応援したいと思います。

# 読者のひろば

## 初めての応募 仲間入りよろしく

パズルや数独が大好きなので、いつも健くらパズルもひとりでのたのしんでました。仲間に入れてもらうのも、いいかなって思い、今回、初めて応募しました。宜しくお願いします。

和歌山市 (ペンネーム)  
テレサ



## 表紙見て 今年は熊野古道へ

表紙(1月号)の熊野本宮大社の写真を見て、2026年は熊野古道を歩くことを目標にしたいです。

岩出市 (ペンネーム)  
わくわく



## 霜焼け対策に 運動もしなきゃ

毎年のように冬は霜焼けに悩まされています。今年もかゆみがひどかったのですが、両手足をぬるま湯に浸けてゆっくり温めたり、漢方を飲んだりすると少し改善しました。血行を良くするために、適度な運動も続けたいです。

海南市 (ペンネーム)  
こまっちゃん



## 地元歴史の 掲載に興味

和歌山は歴史に彩られた町。いつも地元の歴史のことを多く掲載してくれているので、興味を持って読むことができます。

和歌山市 (ペンネーム)  
かめきちこい

## 入浴剤に はまっています

いろんな入浴剤を試して湯船に浸かる事にはまっています。効能や香りなど、その日の気分に合わせてられるところが良いです。夜、ぐっすり睡眠れますし、朝もスッキリと目が覚めます。

和歌山市 (ペンネーム)  
えりりん



## 読者の広場に 励まされて

日々寒いと、つい何をしてもおっくうになりがちですが、「読者のひろば」の方々の言葉に、うなずいたり、励まされたりして、健康に気をつけようと、心を新たにしております!!いつも、ありがとうございます。

和歌山市  
宇治田 尚子さん

## 診療案内

### 和歌山生協病院

受付/午前 全予約制 午後 全予約制  
発熱外来の受付/午前9:00～11:30  
小児科診察/午前8:00～11:00  
午後 予約制  
夜診4:00～6:30

### 和歌山生協病院附属診療所

受付/午前8:00～11:30 午後1:00～3:00 夜診5:00～7:00  
診療開始/午前9:00～ 夜診5:00～  
整形外科の診察開始/午前9:00～ 午後1:00～  
皮膚科の受付/午前8:00～11:00

### 生協芦原診療所

受付/午前8:30～12:00  
夜診4:30～7:00  
診療開始/午前9:00～  
夜診5:00～

### 河西診療所

受付/午前8:30～12:00  
夜診4:30～7:00  
(予約制)  
診療開始/午前9:00～  
夜診5:00～

### おおみや診療所

受付/午前8:30～12:00  
夜診4:30～7:00  
診療開始/午前9:00～  
夜診5:00～

月	和歌山生協病院		和歌山生協病院附属診療所							生協芦原診療所		河西診療所		おおみや診療所		月			
	午前	午後	小児科			午前	午後	夜診	午前	午後	夜診	午前	夜診	午前	夜診		午前	夜診	
	予約診		午前	午後	夜診	新患	予約診	外科	整形 外科	皮膚科	内科 特診	内科	午前	夜診	午前	夜診			
		土生 (第4)	佐藤	アレルギー 特診 (予約制)	佐藤	細部 出口	小西 藏本 福島	田端	平井 午前のみ	第1・2・3・5 稲田 (第4) 堀畑	三谷 松岡	小西 喘息	山本		木津	木津 第1・3 のみ	奥村		
火	畑		佐藤			小西 細部 平本	古田	三谷	上垣内	久保 午後のみ	坂口 土生 膠原病 アレルギー		山本		木津 検査 (第2・4)		奥村	奥村	火
水	畑		佐藤	子育て・ 発達外来 (予約制)	細部	小西 細部 石倉	内田	出口	田端			松岡 小西	山本	山本	木津		奥村		水
木			佐藤			小西 細部 小形	土生 (第1・3) 古田		上垣内		辻岡 (第2・4) 古田		山本		内田		奥村		木
金		畑	佐藤	予防 接種 (予約制)	佐藤	内田 細川	古田	坂口	小西 藏本	田端		特診 (予約制) 土生 交代診療	山本		木津	木津 第2・4 のみ	奥村	奥村	金
土			不定期			交代診療									第1・3 のみ		奥村		土

医師の都合により、診療体制が変わることがあります。詳しくは病院、各診療所へお問い合わせください。  
発熱のある方は、受診前にもって、各診療所へご連絡ください。  
時間外の小児科の急患の方は、お電話にてご相談ください。

# 健くらパズル 懸賞付 No.241

1	2	3		4
5				6
		7		
8	9			10
11			12	
	13			

- 13 商売繁盛・招福・家内安全・必勝などの意味を持つ「馬」の字を使った縁起の良い置物、飾り駒。山形県天童市の工芸品で有名
- 12 特撮怪獣映画のゴジラのライバルの宇宙怪獣キング○○○
- 11 物事の悪い結果を引き起こす原因や理由。「雨が降らない○○○だ」
- 10 地球上の地点の位置を表す座標の一つ。赤道を0度とする。
- 9 催しや組織の維持費や経費として支払うお金
- 8 争いの当事者が譲歩しあつて争いをやめる約束をすること
- 7 望み通りにならず気を落とすさま
- 6 ある言語や人、分野などで使われる言葉の総体
- 5 魚の体側にある赤黒い筋肉部分
- 4 「今晩、テレビの放映があるわ。犯人は誰かな」
- 3 扇状の波が重なり合う幾何学模様(○○○○波)は( )
- 2 英語の後ろ、後部。「車の○○○ワイパー」
- 1 能楽や講談で使われる音を出すための扇子

- 1 偶然ばったり出会う、出合い頭に物がぶつかること
- 2 英語の後ろ、後部。「車の○○○ワイパー」
- 3 扇状の波が重なり合う幾何学模様(○○○○波)は( )
- 4 「今晩、テレビの放映があるわ。犯人は誰かな」
- 5 魚の体側にある赤黒い筋肉部分
- 6 ある言語や人、分野などで使われる言葉の総体
- 7 望み通りにならず気を落とすさま
- 8 争いの当事者が譲歩しあつて争いをやめる約束をすること
- 9 催しや組織の維持費や経費として支払うお金
- 10 地球上の地点の位置を表す座標の一つ。赤道を0度とする。
- 11 物事の悪い結果を引き起こす原因や理由。「雨が降らない○○○だ」
- 12 特撮怪獣映画のゴジラのライバルの宇宙怪獣キング○○○
- 13 商売繁盛・招福・家内安全・必勝などの意味を持つ「馬」の字を使った縁起の良い置物、飾り駒。山形県天童市の工芸品で有名

## 〈解き方〉

ピンク色のマスの5文字をうまく並べると言葉ができます。それが答えです。  
ヒント 食べ放題だといいな

## 「ヨ」のキー

## タテのキー

## 〈応募方法〉

できた言葉と住所・氏名・年齢・電話番号等をご記入のうえ、ハガキ、またはメール・ホームページの投稿フォームを活用してご応募ください。正解の方のうち、抽選で5名の方にクオカードをお送りします。

また、紙面へのご意見、身の回りのできごと、短文芸などを書いてお寄せください。掲載させていただきます。には、編集委員会より粗品をお送りします。ご意見等掲載に際し匿名をご希望される方はその旨をお書き添えください。

● 〆切 / 3月末必着  
● 発表 / 本紙3054号(2026年7月号)  
● 宛先 / 8ページに掲載

は	か	や	つ	く
い	か	や	き	つ
そ	ん	き	せ	き
	で	り	ば	り
い	ん		く	い
が	ち	や	が	ち

解答/No.239「せいでんき」

- 239の正解は「せいでんき」でした。応募総数74通のうち正解は74通でした。抽選で次の5名にクオカードをお送りします。
- 田辺市 古田 正信さん  
和歌山市 東 穂積さん  
和歌山市 金野 則男さん  
和歌山市 新谷 慶子さん  
和歌山市 西 光司さん

## 〈当選者発表〉

健くらパズル No.239の正解は「せいでんき」でした。応募総数74通のうち正解は74通でした。抽選で次の5名にクオカードをお送りします。



## 和歌山市内 三十三ヶ寺めぐり22 第23番 補陀落山 観音寺

和歌山市西國三十三ヶ所観音霊場の23番目は、補陀落山観音寺です。

元は海士郡西ノ庄にありましたが、享保5年(1720年)に真空上人がこの地に移し、再び開基しました。当時の境内には鐘楼、金毘羅堂、稻荷社、六地藏が並び、中でも金毘羅堂は「こんぴらはん」の呼び名で親しまれていました。

しかし、昭和20年の戦災で全焼。金毘羅堂は無くなりましたが、金毘羅信仰は途絶えることなく、今も金毘羅画像の大掛軸を前に信徒さんたちによる法要が行われています。

ご本尊は、聖徳太子作と伝えられていたものですが戦火で焼失。現在の本尊は、かつては和歌山市楠見の楠見寺にあった阿弥陀如来像で、秀吉による紀州攻めの焼き討ちを免れようと船所の急勸寺の隠居所に移し、その後楠見寺が廃寺となったため、観音寺に安置されたものです。



江戸時代には紀州徳川家の庇護と奥女中の信仰を集め、境内には大名家の産婆さんのお墓も残っており、寺の長い歴史を感じさせてくれます。

※この紹介内容は、第三版和歌山西國三十三ヶ所観音霊場ガイドブック(2010年10月発行)をもとにしています。



## 2026年度総代選挙公告

第70回通常総代会開催に向け、総代候補者の立候補を受け付けます。

期間は2026年3月2日～3月23日までです。

医療生協本部事務局および生協病院、各診療所・事業所の担当者までお申し出ください。

詳しくは、ホームページか病院、各診療所・事業所の公告掲示をご覧ください。

和歌山中央医療生活協同組合 総代選挙管理委員会

# ボランティア紹介

2025年12月20日(土)、第10回目となる「フードバンク&くらしのなんでも相談会」を開催しました。支援物資は合計201セット(当日174、後日27)を配布し、生活相談も数件ありました。

米価をはじめとする物価高騰の影響で支援物資の確保がこれまで以上に難しい状況でしたが、多くの組合員さんや地域の皆様のご協力で十分なカンパが集まり開催することができました。また、当日の運営にもボランティアとして40名以上の

## 第10回フードバンク &くらしのなんでも相談会 40名以上の ボランティアで201

セット配布  
方々が参加してくれ、寄せられた支援を必要としている方々にしっかり届けることができました。たくさんのご支援・ご協力ありがとうございました。

今後も「誰もが健康で居心地よくくらするまちづくり」に向けて、継続してフードバンクなど助け合い活動を進めてまいります。



## 健康づくり委員会「ステップアップ! すこしお」2022～2025

### 高血圧治療ガイドラインが改定されました～改善行動につなげよう～

第6回シニア講座のテーマは「高血圧治療の重要性」、講師は古田光明理事長でした。

日本では高血圧の方が推定4,300万人にのぼり、国民の3人に1人以上が当てはまるほど身近な病気です。高血圧が原因で亡くなる方は年間約17万人と推定されています。また、毎年約27万人の方が脳卒中を発症し総患者数は188万人にのぼります。60歳以上は要注意! 要介護度4・5の方に占める脳卒中の頻度は25%以上で最も高くなっています。血圧をしっかり下げることが脳卒中や心筋梗塞、心不全死亡を予防します。

高血圧治療ガイドライン2025では、降圧目標が年齢・合併症を問わず原則統一されました。診察室血圧は130/80mmHg未満を基本目標とし、家庭血圧は125/75mmHg未満を目標に治療

します。背景として日本人の血圧管理状況が十分とは言えず、血圧コントロール率の改善が急務となっていました。そのため、家庭での血圧測定、日常生活での改善行動、迅速な対応などに重点が置かれています。

講座でも塩分摂取は1日6g以下、カリウムを多く含む食品(生野菜・海藻等)の摂取、週150分の有酸素運動(1日当たり約20分歩く等)、飲酒は、(日本酒1合/ビール中1本)以内を目安になど生活習慣の改善策がいくつか紹介されました。食品に含まれる塩分量を知っておくことも重要です。一例として味噌汁1.8g、干物2g、うどんやラーメンは1食で5g、お店で食べる各種ランチセットも5～6gと1食で1日分になります。



## スペアリブゆず茶煮



### ★つくった人からひと言

ゆず茶がなければマーマレードジャムでも代用可! 簡単にできて柔らかいので子どもでも食べやすいですよ!



※料理とレシピは、和歌山生協病院食養課。

### 材料(2人分)

- スペアリブ……………400g
  - 粗びき黒コショウ……………少々
- A {
- 酒…………… 3/4カップ(150ml)
  - しょうゆ…………… 3/4カップ(150ml)
  - ゆず茶…………… 1カップ(200ml)
  - 茹でたブロッコリー…………… 50g

### 〈作り方〉

- ①スペアリブに切り込みを入れ、黒コショウをすり込む。
- ②混ぜ合わせた調味料Aにスペアリブを20～30分漬け込む。
- ③圧力鍋に②を入れ、蒸気が出たら弱火で10分加圧する。  
火を止め、圧がしっかり抜けるまで時間をおく。
- ④器に盛り煮汁をまわしかける。お好みで茹でたブロッコリー等をそえる。



エネルギー / 484 kcal たんぱく質 / 17.3g 塩分 / 2.7g

消費税を引き下げるにおいて、それに替わる財源として、莫大な利益を確保している大企業や富裕層には、応分の負担を求め余地があると考えます。消費税の負担が国民の暮らしに大きくのしかかる中で、「誰がどの程度の負担能力を持っているのか」という公平性が問題であると感じます。消費税減税による国の財源については、逆進性の強い消費税に頼り続けるのではなく、法人税や富裕層への課税バランスを見直すことが必要と考えます。

長きにわたり政権を握る大企業、富裕層を中心に政治をすすめてきた結果、現在に至る格差社会を生み出しました。私たち自身が税のあり方を考え、草の根から声を上げていくことが求められていると総選挙を通じて思いました。(K・A)

衆議院議員総選挙がおこなわれ、各党とも軒並み消費税減税を掲げ論戦を繰り広げました。消費税が導入されたのは1989年。高齢化の進行と社会保障費の増大を背景に、広く薄く負担する安定財源として税率3%で始まりました。それから5%8%、2019年に10%と段階的に引き上げられてきました。

一方で法人税は、国際競争力の確保を理由に、長年にわたって引き下げられ、大企業を中心に内部留保は過去最高水準に達しているとも言われています。また富裕層でも金融資産や不動産資産を保有する人は、株式配当や譲渡益などの金融所得が一般労働所得より低い税率で優遇されています。

編集後記

〒640-8390 和歌山市有本一三八―四  
和歌山中央医療生協  
「健康とくらし」  
編集委員会

QRコード

※パズルの答え、ご意見・ご連絡は左記まで。または、QRコードで。