

# けんじと平和

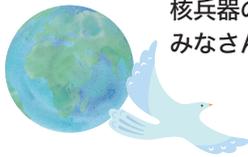
2026 No.406 4



特集

## 気候変動で野菜と米に何が起きている？

医療生協さいたまは、米国・イスラエルによるイランへの攻撃に抗議し、すべての軍事行動の即時停止と、平和的解決に向けた国際社会の努力を強く呼びかけます。核兵器のない平和で安心して暮らせる世界を実現するため、みなさんとともに声をあげていきましょう。



### やたてはし 矢立橋から望む桜並木(草加市)

矢立橋は、松尾芭蕉が『奥の細道』へ旅立った地。橋上からは東京スカイツリーの高さにちなむ634本の松並木を望めます。名物のせんべいを味わいながら草加の歴史が楽しめます。

場所 草加市神明2丁目

交通 東武スカイツリーライン「獨協大学前(草加松原)駅」から徒歩15分

特集

# 気候変動で 野菜と米に何が起きている？

**安全な作物、味を感じて食べてほしい**

**江田** 生産者のみなさんの苦勞に心が痛みます。私たち消費者に協力できることは何でしょうか？

**村山** 生産者が作り続けるためには、消費者が食べ続けることが何より大切だと思っています。このことが地域を支える選択につながります。

**小野塚** 私が農業を始めたきっかけは、野菜が本当に美味しいと思ったから。おいしい野菜には理由があります。例えば、ネギやカブなどは、やわらかいものが多い。ただし、その分、防御力が弱く、病気になる。見映えが悪くなり、一般流通の市場の集荷規格に合わなくなることもあります。



土にこだわって野菜作りをしている沃土会の畑は、土がふわふわの手触りです



生産者 有限会社沃土会 代表取締役 小野塚陽輝さん  
生活クラブ生協埼玉 理事長 村山なみさん  
生活クラブ生協埼玉 副理事長 相澤順子さん  
聞き手 医療生協さいたま 組合員活動委員会委員長 江田直美さん

気候変動の影響で、野菜や米の高騰が続いています。生産現場では、何が起きているのでしょうか。そして、私たちができることは？

安心・安全な食品の共同購入に取り組む、生活クラブ生協埼玉と生産者(沃土会)にお話を伺いました。

**野菜の旬がどんどん短くなっている**

**江田** 昨年の夏は野菜が高くて、手が出せませんでした。

**小野塚** 私たちは深谷市で有機肥料と微生物に着目した土づくりにより、循環型農業を実践しています。気温の変化は肌で感じています。昨年の夏も、うんざりするほどの暑さで、昼以降はとて外で作業ができず、作業は早朝と夕方・夜間のみ。雨が少なくて、秋の収穫は思うようにいきませんでした。



広報委員が野菜を前にさまざまな質問を

そうしたことを知ったうえで食べてくれる消費者がいないと、こういう野菜が作れなくなります。おいしい品種は残していきたい、自分も食べたい。それがおいしい安全な野菜づくりの一番の原動力です。ぜひ野菜の味を感じて食べてほしいです。

**持続可能な生産のあり方を追求**

**村山** 私たちは農業の使用について生産者から相談があれば、その農業について勉強し、使用量などについて話し合っています。

**相澤** 購入してくれる消費者がいるから、生産者も有機肥料を使い、環境に負荷をかけないように作物を作ることができます。

農家からは「みかんは数年後には高級品になり、一部の人がしか食べられなくなるかも」、水産業の現場からは「漁場も水温が上がり、これまでの魚が獲れなくなっている」との声が

にんじんは「発芽すれば成功」と言われるような作物ですが、暑過ぎてお盆までに種まきができず、遅らせて9月になりました。発芽してからも管理に気が抜けず、生育もあまりよくありませんでした。

春菊などの葉物は霜が当たると枯れてしまふのですが、冬の寒さは変わらなため、これまで年に3回収穫できていたのが、最近では2回しかできません。野菜の旬は短くなっています。冬の気温も全体的に上昇しているため虫が冬を越せるようになり、虫の被害が増えています。

ゲリラ豪雨の被害も深刻です。今後、こうした変化に対応して、作る作物を変えていく必要があるのかもしれない、と考えています。

**江田** 気候変動の影響で虫が増え、そのせいでキズものとなってしまった野菜などは、どうしているのですか？

**小野塚** 生活クラブ生協の組合員さんたちは「キュウリに少しキズがあっても大丈夫」と言ってくれます。生活クラブ生協には「地産地消！旬の埼玉野菜セット」という商品があって、たくさんとれた野菜はそこに入れさせてもらっています。どうしても余ってしまったら、畑の土に混ぜて土の養分に使っています。

ただ、作物が作りづらくなっているのは事実で、沃土会ではあらためて土づくりをこれから見直そうと考えています。有機農法の畑の方が、環境変化のダメージは比較的受けづらいついて感じています。夏は、標高の高い土地に作物を植えることも検討しています。

あがっています。まもなく食糧難の時代が来るのでは、と本気で心配しています。そこに立ち向かっていくために、今後も持続可能な生産と消費のあり方を模索していきたいです。  
**江田** 気候変動のなかで生産者のみなさんが大変な苦勞をしながら野菜を作り、試行錯誤して生産していることがよくわかりました。農林水産業は私たちの健康を支える土台です。医療生協がめざす健康づくり・まちづくりと、深くつながっています。野菜を味わいながら食べて、地域の農業を応援していきたいと思っています。

- ※1 稲作でできた稲わらや米を牛・豚・鶏が食べ、その糞で堆肥をつくり、できた堆肥を畑にすきこんで野菜を育てる、環境負荷をおさえた農業の形態。
- ※2 化学合成農業や化学肥料に依存せず、堆肥などの有機物を活用して土壌の力を生かし、環境と調和した生産を行う農法。

## 沃土会

深谷市にある生産者団体。化学肥料に頼らない、微生物と有機質肥料を活用した生産を行っています。



農業体験・交流会を開催！  
見学もできます。

TEL 048-546-1177 <http://yokudokai.com>



## 生活クラブ生協埼玉

国産中心、添加物削減、減農薬、安心食材に取り組む生協です。  
<https://saitama.seikatsuclub.coop>

ホームページ

わたし時間を  
楽しむ

# 日記を手作りのノートで

ペンネーム:かわうそのすけ(40代)

アナログで物を書くことがしくて、昨年から日記を始めました。今までは一度もやったことがなかったのに、始めたら楽しくて続いています。

日記帳は既製品をデコレーションして、自分の好みにカスタマイズしています。それもまた楽しい時間です。



リングを取って、  
バインダー型に  
カスタマイズ

使用しているペン

写真や作品をお寄せください。 本部けんこう文化部 広報室  
TEL 048-296-5612 (直通)  
Eメール kumiaiin@mcp-saitama.or.jp

## 簡単エクササイズ 腰痛予防・改善②

医療生協さいたまのホームページで、過去に掲載したエクササイズを紹介しています。

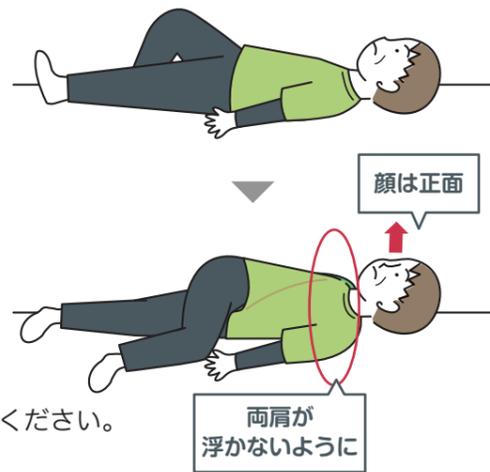
監修/老人保健施設みぬま 理学療法士 緑川 昭司

背骨全体を動かし柔軟性を高めるストレッチです。背骨周囲の柔軟性が向上すると正しい姿勢に近づき、腰への負担が軽減されて、腰痛予防につながります。

### 背中・脇腹を伸ばすストレッチ

- ①仰向けに寝て右膝を立てる。
- ②顔は正面を向いたまま、右足を左に倒すようにしてゆっくり体をねじる。
- ③両肩が床から浮かないようにしながら10秒キープして戻す。
- ④左足も同様にねじって戻す。左右交互に10回行う。

運動中に痛みが生じたり、気分がすぐれない場合は運動を中止してください。腰の痛みが強い方・腰の手術後の方は行わないようにしましょう。



つながる  
笑顔

# 医療生協の活動が 地域を元気に

〈川口市・東川口支部〉

地域の薬局に隣接する「もっこう館」は、築170年を超える古民家・長屋門をリノベーションしたコミュニティスペース。文化遺産として登録できるほどの歴史ある建物ですが、あえて登録は行わず、現在も地域住民が集い、交流できる憩いの場として大切に使われています。



運営委員7人それぞれが、気張らずに自分の好きなことや興味のあることを大切にしながら、幅広い活動を続けています。

### ストレッチ・セラバンド体操

- ・毎週火曜日
- ・10:00 ~
- ・戸塚榎戸公園

20人ほど参加しています



支部活動の大きな柱です。20年続くストレッチとセラバンド体操に、ラジオ体操も取り入れた約1時間のプログラムです。「友だちに誘われて」と参加者が増えています。

### 班活動 読みと朗読

- ・第1木曜日
- ・13:30 ~
- ・東川口駅前行政センター



「朗読をやってみたい」と始めました。朗読の基礎を学び、好きな本や紹介したい文章を読み合い、交流をしています。

### 班活動 編み物教室

- ・第2火曜日
- ・14:00 ~
- ・もっこう館



手を動かしながらおしゃべりを楽しむ、ほっとできる居場所です。

埼玉協同病院・ふれあい生協病院の職員を講師に学習会を開くこともあります。

地域の健康と平和を考え、「どんな内容にするか」「どう呼びかけるか」など、支部が主体となり取り組んでいます。

これからも元氣なコミュニティをつくり、地域の元氣につなげていきたいと思ひます。

### いきいきサロン

- ・第3月曜日
- ・14:00 ~
- ・もっこう館



2019年、認知症予防の「脳いきいき」教室からスタートしました。現在は学習会や折り紙教室、ウォーキングなど多彩な内容で、毎回20人ほど集まります。参加者の「次は何をやろうか」という声をもとに企画しています。

### サロン・ゆらえーる

- ・第4水曜日
- ・9:45 ~
- ・東川口駅前行政センター

地域包括支援センターと一緒に立ち上げて、認知症予防を目的にスタートしました。「よく笑えた日は、よい一日だ」という言葉から名づけ、参加者同士が会話をし、ちょっとしたエクササイズなども取り入れています。

集う場が増えて、  
笑顔が広がります



# けんこうナビ

どのような人がなりやすい？  
この病気は長年、立ち仕事をしている人、肥満体の人、筋力が落ちている高齢者、女性に多くみられます。女性は妊娠すると子宮が大きくなり静脈が圧迫されるため、妊娠・出産経験のある人はなりやすいです。  
静脈瘤が得意やすい体質は遺伝することがありますが、病気そのものが遺伝することはないといわれています。

## どのような人がなりやすい？

足の静脈には皮膚の下を流れる表在静脈という血管があり、ここに血液の逆流を防ぐ弁がついています。この弁が壊れたり、静脈が拡大して弁がゆるむと血液が逆流し、血管が瘤状になります。これが下肢静脈瘤です。ふくらはぎに起こることが多いです。

## どんな病気ですか？



秩父生協病院副院長  
埼玉協同病院  
循環器内科科長  
医師 金子 史

# 下肢静脈瘤

症状と治療について教えてください  
次のような症状があるときは、早めに血管外科、循環器内科、外科などを受診しましょう。

### 【見た目の症状】

- 下肢静脈が瘤状に拡張して、血管が浮き出ている
- 下肢静脈が赤、青、紫色に網目状に薄く浮き上がっている
- 皮膚に赤い湿疹や茶色のシミなど、色素沈着や皮膚炎がある



### 【自覚症状】

- 足がむくんでいる、またはだるい
- 就寝中や起床時に足がつる（こむら返り）
- 皮膚にかゆみがある、または潰瘍ができていたり出血している

症状が軽い場合は、昼間は弾性ストッキングや着圧ソックスを着用し、静脈瘤の悪化を予防します。症状が進行してきた場合は、血管外科で手術を行います。血液の逆流を起している静脈弁の近

## 悪化させないためにはどうしたらよい？

長時間立っていたときは、いすに座ってお尻の高さに足を上げて休息しましょう。軽いジョギングやウォーキング、つま先から太ももに向かってマッサージをするのも効果的です。

### 医療用弾性ストッキング

足首部分の圧力が最も強く、上に行くほど弱まる特殊な編み方で、血液やリンパ液の流れを促進します。下肢静脈瘤による血流悪化を軽減させ、静脈瘤の進行を遅らせる効果があります。



# 戦争は終わっていない

— 沖縄、辺野古支援・連帯行動に参加して —

医療生協さいたま

# NOW

事業や取り組み

本部 経営支援課  
つるが えみ  
鶴我 恵実



本部 介護事業支援課  
おおた としむみ  
太田 利史



ブイで囲まれているところが基地建設予定区域

昨年10月、辺野古支援・連帯行動に参加しました。私たちが最も強く感じたのは「戦争は終わっていない」という現実でした。それは過去の出来事ではなく、今も辺野古の海と人々の暮らしのなかで続いています。辺野古では、新基地建設のための工事が今も続いています。しかしその土地は軟弱地盤で、活断層も確認されており、完成の見通しは立っていません。それにもかかわらず、新基地建設に伴う警備費に1日2,000万円もの大金が私たちの税金から使われているそうです。山は削られ、海に大量の土砂が投入され、かつてジュゴンが暮らしていた海は傷ついていました。現地で見えた美しい海は、同時に取り返しのつかない破壊の途中にある海でもありました。



## 地域全体が基地に依存

ゲート前では、毎日座り込みが行われています。抗議する人々は監視され、静かに排除されていきます。警備、工事に関わるのは同じ沖縄の人たちです。仕事のために関わらざるを得ない構造がつくられ、地域全体が基地に依存させられている現実を感じました。安全保障の名のもとで続くこの工事が、誰かの命や暮らしを本当に守っているのか、疑問が消えません。

## 悲劇の記憶

沖縄戦の学習として、住民が追い詰められ、逃げ場を失い、命を落としていった場所を歩きました。青く美しい海と空の下に重なる悲劇の記憶は、辺野古の現状と重なって見えました。



やまぐすく 山城 海岸。絶望の果てに多くの住民が身を投げた場所

## 考え、話し、学び続ける

私たちの医療・介護の仕事は、命と尊厳を守る営みです。だからこそ、意味のない基地建設で自然と暮らしが壊され続ける辺野古の現実を見過ごすことはできません。埼玉にも戦跡や基地の問題はあります。感じたことを語り合い、署名や運動することは、私たちの仕事の延長にあるものだと思います。一人ひとりが考え、話し、学び続けること。その積み重ねが平和を守り、命を支える土台になるのではないのでしょうか。これからも、この問題を一緒に考え、行動していきたいと思っています。

※全日本民医連は「平和や民主主義、人権を尊重し、一切の戦争政策に反対する」という視点で、2004年からこの行動を始めました。当生協の職員も毎年3回、参加しています。



**がんばりましたおばあさん①**

つちや  
 ふじみ野市・土屋 ヨシ(聞き取り当時74歳)



土屋ヨシさん

1989年、当時74歳だった祖母ヨシさんの体験を、孫の千葉 誠さん(当時中学生)が聞き取った原稿の抜粋です。ヨシさんは2003年に亡くなられました。

**幼い頃から奉公に**

私(土屋ヨシ)は、1915(大正4)年9月12日、埼玉県の花ノ木(現在のふじみ野市)で生まれました。旧姓は富田で、結婚して土屋ヨシになりました。1933(昭和8)年に18歳になるまでは、家が貧乏だったので奉公に出して家庭を助けていたんです。最初に奉公に行ったのは、6歳の時でした。学校は尋常小学校に2年生まで行きましたが、奉公に行き始めたので、途中でやめてしまいました。今では考えられないことですが、昔はこのようなケースがよくありました。場所は上福岡市の方へ行っていたと思います。仕事は、子どものおもちゃや掃除などの雑用をよくやっていました。15歳の時は駒林の方へ、16歳になって3年間は、中福岡の方で仕事をしていました。

**主人が出征、行方不明に**

結婚するまでは、うどん屋のお手伝いをしていました。主人とは、おじさんの紹介で知り合い、1940(昭和15)年に結婚しました。戦争前、主人は、南古谷のカーリットという工場で働いていました。ここは、鉄砲の弾などを作る工場でした。1941(昭和16)年に長男が生まれて、翌年に長女、1944(昭和19)年に次男、1945(昭和20)年に三男が生まれました。次男が生まれた年に、主人が出征しまして、千葉県に2日間程いて、その後、満州へと連れて行かれてしまったのです。それからしばらくして、主人が行方不明になったという知らせがきました。満州へ行った人はソ連に捕まったりして、行方不明の人が多くいたそうです。もちろん、手紙もこなくなりまして。話によると、ソ連に捕まって敵の所へ行く途中で死んでしまったと聞きました。が、今でも、どこで死んでしまったのかは、わかっていません。

(つづく)

※1 主に家計を助けるため、商家や農家に住み込みで働くこと。  
 ※2 旧制の小学校で、満6歳以上の児童に初等教育を施す義務教育の学校。1886(明治19)年に設置され、修業年限は初め4年、1907(明治40)年からは6年。

体験談や聞き書きの投稿をお待ちしています(約800文字)。応募先は11ページをご覧ください。



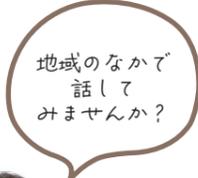
**非核三原則**

非核三原則ってなあに？

非核三原則は核兵器を「持たず」「作らず」「持ち込ませず」という原則で、1967年に当時の佐藤栄作首相が国会で初めて表明しました。当初は政府の政策としての位置づけでしたが、沖縄返還を巡って国民的な非核の世論が高まりました。1971年の衆議院の決議によって、「国是」へと格上げされ、歴代政権が一貫してこれを支持してきました。



※1 国の政治の基本方針。



けんこう文化部 次長  
 くぼた なおき  
 久保田 直生

**法的根拠と「持ち込ませず」の課題**

日本では「持たず」「作らず」の原則は、原子力基本法や核兵器不拡散条約(NPT)によって法的に禁じられています。しかし、「持ち込ませず」の原則は、法律や条約のような法的拘束力はないとされています。そのため非核三原則が唱えられた後も、アメリカ合衆国の原子力潜水艦や原子力空母の日本への寄港は続いてきました。

アメリカ政府は、日本に寄港する原子力推進艦船の安全性を強調していますが、一部の原子力潜水艦が放射能漏れを繰り返していた事実が発覚しています。これらの問題から、「持ち込ませ

※2 日本における原子力利用の基本的な考え方と原則を定めた法律。1955年に制定。  
 ※3 核兵器の拡散を防ぎ、核軍縮と原子力の平和利用を進めることを目的とした国際条約。1970年に発効。

ず」の原則は実質的に機能していないと言えます。しかし、だからと言って変更していいかと言うと別問題です。

**首相の発言と反核平和の意義**

2025年11月の衆議院予算委員会で首相は、非核三原則の「持ち込ませず」について、見直しの可能性を示唆する発言をしました。

日本は世界で唯一の被爆国として、核兵器のない平和な世界を追求する責任があります。非核三原則は、単なる政治的なスローガンではなく、核の悲劇を二度と繰り返さないという、国民の強い願いと決意の象徴です。国際情勢が変化するなかで、安全保障のあり方を議論することは重要ですが、その議論の根底には、日本国憲法の前文や9条が大切にしている「恒久平和」の考え方を常に基本として考えなければなりません。

被爆者の「核兵器は人類と共存できない」という訴えは、核兵器の存在自体が、人類共通の脅威であるという重要なメッセージです。この認識の上に立って、日本は今後も核兵器廃絶に向けた努力を続けていくことが求められています。

**事業所案内** 医療・福祉・介護のご相談は下記までお電話ください

|               |              |              |
|---------------|--------------|--------------|
| 川口市木曽呂 1317   | 埼玉協同病院       | 0570-00-4771 |
| 川口市木曽呂 1302-1 | ふれあい生協病院     | 0570-00-4771 |
| 川口市木曽呂 1347   | 老人保健施設みぬま    | 048-294-9222 |
| 川口市木曽呂 1347   | ケアセンターきょうどう  | 048-296-4973 |
| 川口市西青木 5-1-40 | さいわい診療所      | 048-251-6002 |
| 川口市西青木 5-1-40 | ケアセンターかがやき   | 048-252-1321 |
| 川口市仲町 1-36    | 川口診療所        | 048-252-5512 |
| 川口市仲町 1-36    | ケアセンターすこやか   | 048-299-8000 |
| 草加市草加 1-8-13  | ケアステーションかしの木 | 048-942-7533 |

|                    |              |              |
|--------------------|--------------|--------------|
| 春日部市谷原 2-4-12      | かすかべ生協診療所    | 048-752-6143 |
| 春日部市谷原 2-4-12      | ケアセンターひだまり   | 048-760-2630 |
| さいたま市浦和区北浦和 5-10-7 | 浦和民主診療所      | 048-832-6172 |
| さいたま市浦和区北浦和 3-10-4 | ケアステーションうらしん | 048-711-8755 |
| さいたま市緑区東浦和 6-16-1  | 生協歯科         | 048-810-6100 |
| さいたま市西区指扇 1100-2   | おおみや診療所      | 048-624-0238 |
| さいたま市西区指扇 1070     | おおみやケアセンター   | 048-620-2236 |
| 上尾市弁財 1-6-1        | ケアセンターかまがわ   | 048-778-5030 |
| 所沢市中富 1865         | 埼玉西協同病院      | 0570-010-323 |

|                  |               |              |
|------------------|---------------|--------------|
| 所沢市中富 1617       | 老人保健施設さんとめ    | 04-2942-3202 |
| 所沢市中富 1622       | さんとめホーム       | 04-2941-6358 |
| 所沢市宮本町 2-23-34   | 所沢診療所         | 04-2924-0121 |
| 所沢市宮本町 2-23-34   | ケアセンターとこしん    | 04-2924-1119 |
| 所沢市宮本町 2-23-34   | 介護付有料老人ホーム桂の樹 | 04-2923-3695 |
| ふじみ野市ふじみ野 1-1-15 | 大井協同診療所       | 049-267-1101 |
| ふじみ野市上福岡 3-3-7   | ふじみ野ケアセンター    | 049-267-1104 |
| 川越市砂新田 4-1-4     | ケアセンターたかしな    | 049-291-6001 |
| 朝霞市浜崎 724-2      | あさか虹の歯科       | 048-476-8241 |

|                      |                |              |
|----------------------|----------------|--------------|
| 飯能市双柳 150-23         | ケアセンターはんのう     | 042-983-8622 |
| 熊谷市上之 3854           | 熊谷生協病院         | 048-524-3841 |
| 熊谷市上之 3851-1         | 熊谷生協ケアセンター     | 048-524-0030 |
| 行田市本丸 18-3           | 行田協立診療所        | 048-556-4581 |
| 行田市本丸 18-3           | ケアセンターさきたま     | 048-556-4612 |
| 深谷市東方町 2-15-2 B棟     | 深谷生協訪問看護ステーション | 048-501-8170 |
| 児玉郡上里町七本木 3556-4-102 | 生協介護センターこだま    | 0495-35-3271 |
| 秩父市阿保町 1-11          | 秩父生協病院         | 0494-23-1300 |
| 秩父市阿保町 1-11          | 生協ちちぶケアステーション  | 0494-22-9902 |





塩と上手におつきあい  
すこしお

# 新ごぼうとツナのサラダ

1人分/152kcal 塩分0.7g 調理時間🕒/15分程度

担当/さいわい診療所 管理栄養士 <sup>みやざき</sup>宮崎 ひとみ

## 材料(3人分)

- ・ごぼう……………200g
- ・ツナ油漬け缶……………小1缶(70g)
- A {
  - ・大葉……………4枚
  - ・粒入りマスタード……………小さじ1(5g)
  - ・塩……………小さじ1/4(1.2g)
  - ・黒コショウ……………少々
  - ・オリーブオイル……………大さじ1.5

## <参考>材料の食塩相当量の目安

※製品によって食塩相当量が異なります。

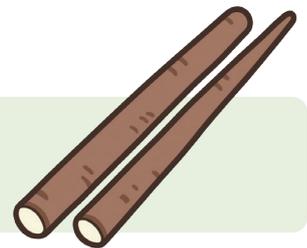
- ・ツナ油漬け缶(70gあたり)……………0.7g
- ・粒入りマスタード(5gあたり)……………0.2g

## 作り方

- ①ごぼうは包丁で軽く皮をこそげて、斜め薄切りにし、水にさらした後、5分ゆでる。ザルにあげ、しっかり水を切って、キッチンペーパーで水気をふく。
- ②ボールにツナ缶を缶汁ごと入れ、Aとよく混ぜ合わせ、最後にごぼうを入れて和える。

## ポイント

作ってすぐよりも、半日から一晩置いた方が、ごぼうと調味料が馴染んでおいしくなります。



## 組織の現況(1月末現在)

|                            |                      |
|----------------------------|----------------------|
| 組合員数……………239,448人          | 当月の加入者数……………782人     |
| 班数……………1,056班              | 出資金総額……………64億4,949万円 |
| 1人当たり平均出資金額……………26,934円    |                      |
| 「けんこうと平和」配付者数……………8,047人   |                      |
| 「けんこうと平和」配付部数……………120,216部 |                      |

5月号特集は子どもと遊びがテーマです。

## 編集雑感

今月は気候変動とくらしを取り上げ、あらためて「食」のありがたさを感じる時間になりました。生産者のみなさんの思いに触れ、野菜のおいしさを大切に味わっていきたくと思います。“すこしお・らくらくCOOKING”を参考に！(広報委員 伊藤)

けんこうと平和

No.406 2026年4月1日号

医療生協さいたま生活協同組合

〒333-0831 埼玉県川口市木曾呂1317

(TEL) 048-294-6111 (FAX) 048-294-1601

https://www.mcp-saitama.or.jp

ホームページ  
はこちら。パッ  
クナンバーも  
見られます▶



声の新聞を  
ご紹介ください

声の新聞制作委員会は視覚などに障がいのある組合員さんへ、音声版「けんこうと平和」(デイジー録音)を届けています。  
[申し込み先]医療生協さいたま本部 広報室 ☎ 048-296-5612 メール:kumiaiin@mcp-saitama.or.jp