

# ろっぼうの通信

【発行】

たじま医療生活協同組合

理事長 前田 貞夫

【連絡先】

〒668-0851

兵庫県豊岡市今森465番地の1  
ろっぼう診療所 ☎ 24-7007

ホームページ

<http://www.interq.or.jp/w/r/>

第99号 2012.1.15

## 迎春

### 自己責任よりも人の絆

理事長 前田 貞夫

2012年の新年を迎えました。

昨年は東日本大震災と原発事故で、天災の恐ろしさや安全神話に侵された人災の恐ろしさを感じ知らされました。

そして、マニフェストも吹っ飛び、反省を知らない民主党・野田内閣は、社会保障制度の改善をやりながら消費税を2倍にするという税と社会保障の大改悪を進めようとしています。

医療の分野では、70〜74才の患者負担を1割から2割にする等の患者負担の引き上げと、止めどない保険料アップで患者に痛みを感じさせて医療費を抑えようというのです。

私たちが東日本大震災で学んだことは、「自己責任よりも人の絆」「人は寄り添って生きていくこと」の大切さです。たじま医療生活協同組合の想いと同じです。

人の絆の結晶である組合員も3千人の峰を超えました。支部活動では、グラウンドゴルフに50以上参加したり、山登り等生き生きと活動しています。創立20周年の2015年には組合員4千人の目標をめざしてがんばりましょう。

### 新年を迎えて

ろっぽう診療所長 藤井高雄

新年を迎え、皆さんのご協力と、ご支援に感謝いたします。診療報酬改定を控え、政府は医療介護の報酬をどう節減するか、大企業の減税を続け、医療介護のためと称して消費税率アップを方針としています。

医師確保も引き続き困難で、但馬地域の医療も破綻する危険が続いています。公立病院を支え、地域医療を守っていくことが重要になっています。

たじま医療生協・ろっぽう診療所でできる事は、皆の声をあげる運動を続けること、地域住民の健康・福祉・くらしを守る活動にあると思います。

たじま医療生協は今後ボランティアも含め、多彩な人材を必要としています。ご支援・ご協力のほどよろしくお願いします。

たじま医療生協は今後ボランティアも含め、多彩な人材を必要としています。ご支援・ご協力のほどよろしくお願いします。

たじま医療生協は今後ボランティアも含め、多彩な人材を必要としています。ご支援・ご協力のほどよろしくお願いします。

### 国際協同組合年の今年、協同・助け合いの社会をめざして

専務理事 西垣 栄

去る12月13日と14日の2日間、大阪で標記の会議が、医療・介護報酬の同時改訂を踏まえた今後の事業戦略構築のヒントを探ることを目的に開催されました。

講演では報酬改定にあたって少子・高齢化をにらんだ医療と介護の役割分担と連携について、また在宅診療や訪問看護の役割評価について作業が進んでいることなどを学びました。

詳細がわかるのは2月ごろで、患者・利用者の負担増にみならず職員の間にも、経営を守る内容になるか微妙な段階です。たじま医療生協の事業展開について考える機会となりました。

3月に発生した東日本大震災の支援活動では、組合員のきずな、生協間のきずなが広がり生協の役割が大きくなりました。発揮したことが報告されました。

2012年は国連が定めた「国際協同組合年」です。医療福祉生協連の理念を学びひろめ、地域に協同の「わ」をさらに広げる年にしましょう。

野田首相は、「どの政権でも避けて通れない」というだけども、まともな説明のないままに増税計画を発表しました。新聞各紙も大いに持ち上げる論調です。

医療削減への手ごたえ 病院関係者、医師が要求する診療報酬は、5回連続引き下げとなりました。

今年の診療診療報酬は0.04%のプラス改定といいますが、後発薬品の値段の引き下げを計算に入れると実質マイナス改定になります。

再診療の減額は、診療所・病院の経営を困難にしています。

高齢者のねらい打ち 70歳〜74歳の患者負担2割に倍増する計画は「2013年度にはやる」と厚生労働相はいつています。

政府は、お金のかかる入院や介護施設への入所を減らし「在宅への移行」を進める方針です。年金では、支給開始年齢の引き上げ、年金支給額の切り下げ

も大改善がたくらまれています。子育て保育でも 保育では、「子ども・子育て新システム」の名で、保育への公的責任を捨てる動きが大問題になっています。

本心に財源がないのか 大企業・大資産家への減税をやめれば1.7兆円の税収になります。

次期戦闘機としてアメリカから買うF35戦闘機は1機で99億円です。それを42機購入するといっています。総額4200億円。米軍への思いやり予算は1年間に2570億円です。

政党的税金の分け取りといわれる政党助成金は毎年320億円。(共産党以外)

大企業の内部留保(使い道のないお金)は260兆円。こうしたムタをやめ、所得に合った税制に変えれば、社会保障に当てのお金は十分です。

所得の低い世帯ほど負担が重くなる消費税は絶対に許すわけにはいきません。(森)

### 消費税増税・福祉切り捨て 暮らし・福祉・医療破綻の暴走



民医連新聞より

### 虹の声 利用者の声・要望が 寄せられました

【要望】 「薬の待ち時間が長くて待ち遠しい。」(12月8日付)

【回答】 お薬で長い時間お待ちいただくことがあり申し訳ありません。定期にきている人には、薬の内容がわかるためあらかじめ準備するなどの待ち時間短縮のための努力をしています。また、さらに改善できるよう受付から診察、診察から会計までの時間を調査します。その結果を見て対応策を考えたいと思います。

【要望】 「本やおもちゃのかたづけができてないので、おもちゃ箱を置いて下さい。『おかたづけしてね!』の表示を大きくしたらどうですか。」(12月17日付)

【回答】 かたづけやすいおもちゃ箱に変更します。「もとのところにもどしてね」など見やすい表示をします。また、おもちゃの性質や数などについても検討します。



# 私のまちの健康づくり 2011年健康づくりチャレンジに参加して

新田・中筋支部 宮脇 あい子

私達、新田・中筋支部は3ヶ月間のチャレンジに13名が挑戦しました。  
課題の内容、目標が難しくとまどい、62〜81才では無理だろうなと思っていましたがお盆までに何回か集まって自分なりの簡単な日常生活の中で続けられる事、今している事を続行し話し合い、少しずつ皆さんも心を開いてくださってチャレンジしようと前向きな姿勢になりました。

## 第37回兵庫県民医連学術運動交流集会

メインテーマ 「つながる・よいそう・ささえあう」

～民医連の医療・介護を実践の中で学び、安全安心の地域づくりを発信～

＜とき＞ 2012年 2月26日(日)

＜ところ＞ 神戸国際会議場

(ろっぽう診療所 7時出発でマイクロバスに乗り合わせて行きます。みなさんのご参加をお待ちしています)

今年の学術運動交流集会是、たしまから4人・4演題を予定しております。

発表者・演題

○ろっぽう診療所 藤井所長

「在宅医療4年間のまごめ」

○ろっぽう診療所 彦坂師長

「予防接種の取り組み」

増加している件数の分析」

○訪問入浴サービス 岡野所長

「奮闘した6年間を振り返る」

○訪問入浴サービス」

○組織部 和田事務次長

「3千人組合員以後の展望と活動」

いずれの発表も、この間のた

ま医療生協の各部門の取り組みの成果を振り返り、今後の進むべき方向を発表するものです。



昨年の発表の様子

昨年、訪問看護ステーションの看護師の小西さんが座長賞を獲得し、全日本の学術運動交流会でも発表することができました。今年も多数の参加をお願いいたします。

### 生活習慣

- 間食をしないように心がける(ストレスがたまらない程度)
- たばこの量をへらす
- 禁酒する口をつくる
- 体重をへらすように心がける

### 運動

- ウォーキング20分以上を週3回
- 畑仕事
- 自己流のストレッチ
- プール
- 自転車での行動を増やす



ふり返ってみると目標をもつことの大切さ、それによって継続するという事、大人でも「すごいネ」と誉められた時の嬉しさを体感しました。3ヶ月間は大変でしたが取り組んだ事によってできた輪に感謝し、今年のもっと大きな友(輪)という大輪の花を咲かせたいと思います。

### シニア

## 健康アドバイス⑩ 塩分を減らそう

日本人の食卓には、味噌汁や漬物など食塩を多く含む食品が多くあるため、ついつい食塩を摂りすぎてしまいがちです。塩分を摂り過ぎると、

- ▼のどが渇く
- ▼足などがむくむ
- ▼血圧が上がる

などの症状が出やすくなります。健康な成人の場合の1日の食塩摂取量は、男性：10g未満・女性：8g未満が理想です。※基礎疾患のある方は、主治医の指示に従ってください。



## 塩分を減らすポイント

- 1, 味覚は慣れますので、少しずつ段階的に食塩量を減らしていくのがポイントです。
  - 2, 醤油やソースは料理にかけず、小皿にとって少しだけつけて食べましょう。
  - 3, 唐辛子やコショウなどの香料は、味覚を敏感にするので減塩の味方です。
  - 4, 食べる量が多ければ塩分量も増えます。食べすぎないことも減塩のポイントです。
  - 5, 少量の油を使うことで、口の中に塩味が長くとどまります。
- 食塩摂取量を目安として、1日の摂取量を調節することは大切ですが、運動や仕事で大量に汗をかくと、汗とともに塩分が失われます。正常な体内機能を維持するためには、塩分を意識して補給することが大切な場合もあります。

ろっぽう診療所 看護師

野竿 裕美

