



組織現況 2013年10月31日現在



組合員数  
26,055 人

出資金総額  
91,459万円

一人当たりの出資額  
35,102 円

# とやま医療生協 虹のまち

2013年12月号 No.368

〒931-8501 富山市豊田町1-1-8  
☎076-441-8351 FAX 076-432-8031  
ホームページアドレス  
http://www.toyama-hcoop.com/  
E-mail webmaster@toyama-hcoop.com  
毎月1回発行  
定価 1部30円(組合員の購読料は出資金に含まれています)

発行 富山医療生活協同組合

特定健診・がん検診はお済みですか？

富山自治体健診は12月27日まで



## いつでも、どこでも、だれでも 安心の介護保障を

11月11日「介護の日」

協立病院、待ち合い室、アピタ店において、介護相談会・健康チェック相談会を開催。介護保険改善の署名にもとりくみました。



### 「軽度者」への介護切り捨て、負担増

- ・軽度者向け予防サービスのうち、訪問介護と通所介護を市町村事業へ移行
- ・自己負担割合を、高所得者に限って1割から2割引き上げ
- ・特別養護老人ホームへの入所を原則として中重度者(要介護3~5)に限定
- ・介護施設入所者向けの食費などの補助制度で、一定の金融資産がある人(単身1000万円超、夫婦2000万円超)を対象外に
- ・低所得者の保険料軽減割合引き上げ

**安心の制度を**

豊田地域包括支援センター 高野治美

デイサービスに通ったり、ヘルパーサービスを利用することで、自分の力で自宅生活することができていた方も多おられます。サービスが制限されることにより、自宅に閉じこもりがちになり、行き場を失う方が出てくるのではないかと不安があります。いつでも、どこでも、誰でも安心して介護が保障される制度にしていきたいと思います。

### 介護のサービスが受けられなくなる…

先生活が不安…

要支援2のBさん 独居の男性

車の運転をやめてから、銭湯や買い物に行く事ができなくなり、介護保険を申請しました。週2回のヘルパーと週1回のデイサービスを利用中です。「要支援」のサービスが自治体の裁量に任せられた場合、Bさんは今と同じサービスを受けられなくなる可能性があります。近くに援助できる家族もなく、介護保険から外されると、買い物も入浴も困難になります。

### 「要支援」切り捨てに 生活できないの声を

政府が審議会で検討している介護保険制度改革の内容は、「要支援1・2」に対するサービスを介護報酬と国の基準に基づいた全国一律の制度ではなく、「自治体独自の基準と責任」でおこなうよう求める内容となっています。訪問看護やリハビリなどについては引き続き介護保険によるサービスを継続する一方で、訪問介護(ホムヘル)と通所介護(デイサービス)については市町村に移管するとしています。

「要支援」の打ち切りにより、これまで国の責任で実施していた居宅介護予防サービスは市町村の裁量に任せられることになり、「住んでいる地域によってサービスの内容が違う」「これまでと同じサービスが受けられない」などの問題が生じることが危惧されます。

### 内視鏡

あなたは肉を食べなくなっていますか? 野菜と魚中心の食生活がよいと聞いている。

メタボ対策でコレステロール値が上がるから肉を控えるようにしている。

一方、足腰も頭もしっかりとっていて長寿を楽しんでいる人達も周りによく見られるが、その秘訣は肉を食べることにあるという▼筆者も正解はどの辺にあるのかとずっと迷っていたが、その解答がNHKのクローズアップ現代で与えられた▼メタボ対策(特定保健指導、四十歳~七十四歳)では肉を控えるように、一方、介護予防(六十五歳以上)では肉を積極的に取るべきと栄養指導している▼前期高齢者にとっては肉は味方?敵?現場の栄養指導も混乱しているうちに、今や蛋白質不足の低栄養の高齢者が増え続け深刻な問題になっているという▼栄養失調は血液の中のアルブミン値が四を下回り老化を象徴的に示す。筋力が落ち血管がもろくなる。免疫機能、認知機能も低下するばかりである

▼高齢者こそ肉を意識してとろう。筋力維持のため。要介護の発生を防ぐためにも▼この稿を終えた後、筆者も久しぶりに大きめのピフテキを食べに行き幸せな気持ちになる。肉はやはり、元気の源である(Y)

# セラピー犬と触れ合い 笑顔あふれる!



10月20日(水)、通所リハビリ「のびのび」にて地域の組合員さんの紹介で初めてドックセラピーを行いました。ドックセラピーは、犬とのふれあいを楽しむ活動を中心としたレクリエーションで、当日はセラピー犬として訓練されたゴールデンレトリバーとシェパードの大型犬2匹とマルチーズの小型犬1匹がきてくれました。

利用者の皆さんは、頭をなでたり、エサをあげたり、抱っこしたりと、犬とのふれあいを楽しめました。「かわいいの〜」、「おとなしくて本当にいい子だ」といった声や、ふだんとは違ったとても素敵な笑顔が見られ、癒されたひと時を過ごしました。

水橋診療所通所リハビリのびのび主任 高地淳子



# 存命の喜び

私事ですが、六十五歳になりまして、高齢者のお仲間入りです。そろそろ終活に取り組みなければと思っています。そして、その一環として死を受け入れる準備もしていかなければと思っています。

よく、「死ぬほどの苦しみ」といいますが、死ぬ時はそれほど苦しくないようなのです。心肺停止して救急処置をし、蘇生された人達の臨死体験などを読んでみると、三途の川を渡るときは恍惚として多幸感にみちていくそうです。

凄く苦しそうな形相だった方に「苦しんでましたが、大丈夫ですか?」とお聞きしたら「すっかりくつろいで、いい気分でした」とお答えされたとか、虹色の光につつまれていたとか、お花畑にいたとか、とても平安な解放された精神状態になるようです。

それはエンドルフィンという物質の働きによるものだそうです。エンドルフィンには麻薬のような物質で、肉体的苦痛を和らげ、多幸感をもたらします。死期が近づくと、脳内から大量のエンドルフィンが放出され、私たちは幸せにみちた気持ちで旅立っていきけるようです。神様はいい仕組みを作った下さったものです。

人、死を憎まば、生を愛すべし。  
存命の喜び、  
日々楽しませてもらって、  
いたずらに死をおそれず、  
今、命が在ることを喜んで、  
過ごしていきたいと思います。



富山協立病院  
内科医師  
寺西 高子

# たくさんの方にささえられて ぼぶら開設10年のつどい



十一月十七日(日)、速星公民館において「ぼぶら開設10年のつどい」が開催され、百十名の参加者で大変楽しいつどいとなりました。

このつどいを開催するにあたり今年の五月に組合員とぼぶら職員で実行委員会を立ち上げ、企画運営について準備をしてきました。つどいでは、組合員、職員利用者さんで構成されたおらっちゃん劇団による寸劇「ぼぶらの昨日、今日、あ



▲舞台上で熱演する寸劇の一場

した」の中で、婦中支部の立ち上げ時、ぼぶらの建設運動、現在のぼぶらの様子など様々な場面が紹介されました。また、ぼぶら利用者さんが作詞をしてくださった「ぼぶら音頭」も、組合員、職員がそろいの着物で踊り大変好評でした。これからも様々な取り組みを通じて、地域の皆さん、組合員、職員とともに、あたたくて、安心して利用することができるぼぶらであるようにつとめていきたいと思っております。今後ともよろしくお願いたします。

婦中支部  
支部長 島坂 幸子

## 子育て三情報

病気シリーズ②

富山協立病院小児科 医師 飯村 雄次  
急性中耳炎

〈どんな病気?〉

- ・鼓膜の奥の中耳に細菌が入って炎症がおこる病気です。
- ・かぜが原因でおこることが多く、なかなか熱が下がらない、不機嫌でよく泣く、耳を痛がる、しきりに耳に手をやる、などの場合には中耳炎を疑います。
- ・中耳炎が進行すると鼓膜が破れて「耳だれ」が出ます。痛みはなくなりますが、中耳炎が治ったわけではないので、必ず治療を受けて下さい。

〈治療は?〉

- ・抗生薬を飲む、耳の中を消毒する、ときには鼓膜を切って膿(うみ)を出す。
- ・再発したり、滲出性中耳炎(※)をおこしたりすることもあるので、薬は途中で勝手にやめず、もらった薬は必ず最後まで飲みきりましょう。
- (※) 滲出性中耳炎
- ・鼓膜の奥にしみ出した液がたまりっぱなしになる病気です。
- ・放っておくと難聴になることもあります。
- ・熱や痛みはありませんが、耳の中のつまった感じや、聞こえが悪いなどで気づきます。
- ・治療は、何週間も(ときには何カ月も)続きますが、途中であきらめずに、完全に治るまで通院しましょう。



手洗い・うがいを  
しっかりと!

## 「子育てひろば」

\*毎月第4水曜日14時~16時

お母さんたちの楽しい交流の場

保育士と一緒にあそぼう小児科医師も参加します

日時:12月25日(水)  
14時~16時

\*小児科プレイルームにて、参加費  
無料(材料費は実費)

お申し込み・お問い合わせ 富山協立病院小児科(076-433-1077)



ひとりぼつちの高齢者をなくそう

# 第二回富山県高齢者大会開催

十一月二十三日、県中小企業研修センターで、富山県高齢者連絡会主催の「第二回富山県高齢者大会」が開かれました。医療生協や年金者組合の組合員など百三名が参加し、厳しさが増す高齢期をめぐる情勢や、これからの運動の進め方について学習を行いました。



来年の全国大会につながる大会でした



米谷 寛治さん 篠崎 次男さん 勝田登志子さん

大会では昨年が続いて、日本高齢者運動連絡会顧問の篠崎次男さんから「地域社会から必要とされる運動を」の講演があり、貧困と格差を無くす活動の具体化について問題提起がありました。続いて勝田登志子さん(社会保障審議会介護委員・認知症の人と家族の会副代表)から「介護をめぐる動きを学び考える、介護保険改善について」、米谷寛治さん(年金者組合県本部委員長)から「年金引き下げ反対の闘いについて」の話がありました。また、

フロアー発言として、特定秘密保護法に反対し、高齢者の健康と食事に、反貧困ネットワークの結成についての熱い訴えがあり、二時間半の短い時間で盛沢山のお話しがありました。

篠崎さんは講演の中で「地域で高齢期の要求をまとめ、その解決に取り組む。その事を通して運動の輪を広げる活動が大切」「高齢期運動は、団体の力・知恵・経験の地域社会への開放である」「自分達の団体と仲間内だけの活動からの脱皮をしよう」と強調されました。

地域で数多くの要求運動を広げ、実行委員会をつくり、力を合わせ来年の富山大会を成功させましょう。

富山県高齢者運動連絡会 事務局長 武田正一

## 日本高齢者大会 in 富山にむけて

終わりに、ビデオで今年三重県で開催された第二十七回高齢者大会の模様を見ながら、来年九月十二日十三日富山で開催される「第二十八回日本高齢者大会in富山」を成功させる訴えが、富山県実行委員会、寺務局長から行われました。

## 保健教室 健康づくりの担い手づくり

たくさんさんの組合員さんに医療生協の健康づくりを体験してもらい、班や地域での健康チェックなどで活躍することができると、各地で保健教室を開催しました。



▲真剣にはなしを聞くみなさん



▲参加者でシルバー体操。肩の痛みも和らぎました

黒部医師による「医療生協の健康習慣と生活習慣病」の話や、協立病院リハビリ科職員によるシルバーハビリ体操。健康チェック

健康づくり委員会では、これからも医療生協の健康づくりを体験してもらい、保健教室を開催していきます。

健康づくり委員会

## たすけっとクラブ通信 No.20

### 除雪はタイムリーな対応で!

除雪は高齢者にとって生活に関わる大きな問題です。これから冬になると除雪の依頼をされても協力者探しに時間がかかり早急に対応することができません。

現在、除雪協力者の登録はまだ不足しています。地域のたすけっとコーディネーターが除雪希望者と協力者を把握し、依頼があればすみやかに対応できるように仕組みを整えています。

除雪範囲は、自宅の玄関から生活道路まで、ヘルパーさんを利用している人は、ヘルパーさんの駐車スペース1台分としています。屋根雪の除雪はしていません。

除雪の料金は1時間1,200円となります。

### 「除雪隊」募集!

たすけっとさんの中で除雪に協力して下さる方を「除雪協力隊」として登録させて頂きます。新たに除雪に協力して下さる方を募集しています。ぜひ、ご登録をお願いします。



ご利用、協力者登録のお問い合わせは  
「たすけっとクラブ」 ☎076-441-8354まで

## 地域フラッシュ

▲11月9日 やくし支部  
「レクリエーション」  
22名参加



▲11月9日 中央西支部  
「安野屋校区健康づくり展」  
34名健康チェック



▲11月9日 高岡支部  
成美班「笑いヨガ」  
12名参加



▲11月18日 広田支部  
「レクリエーション」  
17名参加



## 13年度 第六回理事会報告

十月二十五日(金)、協立病院三階会議室において、定数二十七名中二十三名の出席で第六回理事会を開催しました。

### 【主な内容】

- ① 九月の事業概況と経営収支について確認しました。
- ② 医療事業所の患者満足度アンケートの内容について協議しました。
- ③ 福祉運送「とま」とを、ひまわりの介護事業のひとつに位置づけ、事務所はひまわり二階のヘルパーステーションに設置することにしました。
- ④ 虹の出会い月間の成功にむけ、ブロック別支部長会議での意思統一と理事の積極的なかわりが強調されました。

県民の健康

齊藤 Dr の福島支援記

福島では現在でも十五万人以上の方が避難生活を続け、借り上げ住宅や仮設住宅に入居しておられます。公園や広場に作られている仮設住宅は「テント暮らしよりはまし」な状態ですが、トイレの音はもちろん、わずかな生活音まで筒抜けの状態です。外出もできず、周囲を気遣いながらの生活で、高齢者の皆さんのストレスは限界に達しています。昨年九月から今年三月までの震災関連死は宮城県では五十名、岩手県では六十二名ですが、福島県では二百六十二名と未だに改善傾向はみられません。先の見えない原発事故が今も深刻な影響を与えています。

民間健康管理スケジュールがやると作られ、県民や原発作業員の健康調査が始まりました。若年者が成人に達するまで二年ごとの甲状腺検査や妊婦検診、避難住民の心の検診などが行われ、今後「データベースを構築し健康管理を行っていく予定です。しかし十年以降の健康調査については、内容や責任主体について曖昧にされています。原発事故の完全収束までは予断を持たずに健診を継続していく必要があります。

今年二月に郡山で「原発放射線は「正しく恐れる事」が大切ですが「放射線被ばくと発癌、避難生活と家族の崩壊、震災関連死を考えると放射能への過剰な反応は害が多い」と放射線医療の専門家が発言しています。一方で放射線被ばくに安全閾値は無い、福島には住めないと言言する専門家もいます。今福島には



桑野協立病院の玄関に設置されているファスト・トラック・ファイバー(F.T.F)体内、体表面の放射線量を測定

No.7



「シンポ」が行われました。その中で女子高校生が「家族で話し合い」「ここで生活することに決めた。でも不安。友達と冗談で「彼氏は地産地消だね」と話している。」との発言がありました。これは、少し前に日本生態系協会会長が「福島の人は結婚しない方がいい」と発言したことに影響されている発言です。又「医療費無料化は十八歳までだから残りは一年で不安だ」とも発言しています。

百九十万人以上の人々が生活しています。事故直後の正確な被ばく線量は不明のまま、今も被ばく線量は増加し続けています。公表されている放射線量には様々な誤魔化しもあります。一刻も早い廃炉と除染、健康で安全な生活が県民の願いであり、私たち国民の願いです。(つづく)



クロスワードパズル 十月号の解答ハガキより 大事なこと

砺波市小島 薮 ミチ子 高齢者大会「ひとりぼちの高齢者をなくそう」のテーマ。とても大事なことでと思います。いろいろ考えねばならないと思えます。

早めに接種 富山市上富居 新谷三栄子 虹のまちにインフルエンザ予防接種が始まるかと載っていましたので、さっそく受けに行きました。毎年、協立病院さんをお願いしています。はやめはやめに接種した方がいいと思います。みなさんも受けに行ってください。

病院フェスタに参加 富山市水橋町崎 深井 繁子 病院フェスタ2013に参加。シルバリーハビリ体操をすると、数年前の生活に支障がないようです。効果のある体操も教わったので、毎日実行しようと思えました。健康チェックや他のコーナーも回り有意義にすごしました。職員の皆様、ありがとうございました。

無料法律相談のご案内 春山然浩弁護士(富山中央法律事務所) 時間は午後2時~4時 1月16日(木) 2月13日(木) 3月13日(木) 予約してください 場所 富山協立病院地域連携室 〇お申込・地域連携室 076-444-5708

転居先を必ず連絡して下さい。住所・電話番号の変更や家族の変更がありましたら、生協まで連絡下さい。

- 11 愛媛県にあたる旧名
12 を借しんで働く
14 年齢、経歴などが同じような人
8 瓢箪から〇〇
9 今年とれたコメ
11 愛媛県にあたる旧名
12 を借しんで働く
14 年齢、経歴などが同じような人

おめでとーございます 加藤由美子(射水市足洗新町) 寺田 裕子(富山市磯部町) 温井 淑子(富山市 森) 志甫 禮子(富山市四方江代町) 林 恒輝(富山市水橋館町) 富山医療生協

【十月号の当選者5名】 富山医療生協 富山市豊田町一八

★よこのカギ★ 2 部屋のーを和風に 5 牛肉を煮る鍋料理といえは 7 ガソリンにーして火災が起きる 8 瓢箪から〇〇 9 今年とれたコメ 11 愛媛県にあたる旧名 12 を借しんで働く 14 年齢、経歴などが同じような人

【あて先】〒931-1850 富山医療生協

★よこのカギ★ 2 部屋のーを和風に 5 牛肉を煮る鍋料理といえは 7 ガソリンにーして火災が起きる 8 瓢箪から〇〇 9 今年とれたコメ 11 愛媛県にあたる旧名 12 を借しんで働く 14 年齢、経歴などが同じような人

【あて先】〒931-1850 富山医療生協

【問題】カギを解き、二重ワクに入る文字を並べ替えてできる言葉は何? ★あてのカギ★ 1 「冷」速に共通の部首 2 距離を十分にあけて 運転 3 有明の〇〇。荒城の〇〇 4 地獄のー大王。ー帳 6 銀貨より上 8 硬貨。ーロッカー 10 をかけて手術 11 経度の対 13 負けるが〇〇

【応募方法】パズルの解答住所氏名年齢と、虹のまちの紙面や医療生協へのご意見・ご要望などがありましたら併せて明記の上ハガキ、又は富山医療生協ホームページ(二面右上に記載)の「お問合せ」メールにてご応募下さい。 尚、虹のまちに掲載させていただきます。 【あて先】〒931-1850 富山医療生協

