



げんき

第88号

西濃医療生協ニュース



2015年8月31日現在

組合員 3782人

出資金 1億5450万円

7～8月の動き

組合員 新規加入22人

退会 8人

本紙をEメールで配信
しています。
ご希望の方は、下記メ
ールアドレスへお申し込
みください。

honbu@

seino-mcoop.jp

発行 2015年9月7日

(奇数月発行)

西濃医療生活協同組合
組合事務所

〒503-0982

大垣市久徳町153-1

TEL 0584-92-3268

FAX 0584-93-1169

編集 ニュース編集委員会

8月30日に今年度第1回支部代表者会議を開催しました。当日は全国で反対の世論が高まっている「安保関連法案」に対する国会前10万人・全国100万人大行動が呼びかけられていた日であり、会議に出席した支部代表者が横断幕をもって大行動に呼応しました。署名ご協力ありがとうございました「げんき」前号に折り込んだ「戦争

法案反対署名」に、180人以上の方から350筆の署名を寄せていただき、国会に提出しました。「戦争ができる国にはしてほしくない」などの意見もあわせてお送りいただきました。政府は強行採決の構えを崩していませんが、9条を守る運動はこれからますます必要になっていきます。皆さんの平和への願いを実現していきましょう。

せいりゅう

九州電力が川内原発を再稼働させました。福島事故以来全国で毎週ずっと反対運動が続けられて来ている中、国民・鹿児島県民の6割も反

対の声がある中で再稼働でした。国も九電も再稼働にあたり一度も説明会を開いていません。九州の地方議会は九電に対し公の場での説明会を求める決議や陳情をしています。公開説明会は開かれず、住民無視を徹底し続けています。川内原発の火山への対応が問題視されています。火山学会が「予知できない」という大規模噴火を九電や政府は「前兆を把握してすぐ止める」として火山学会から批判されています。また「安全神話」。原子力規制委員会は「絶対安全とは申し上げない」、政府は「規制委員会が安全性を確認した原発は再稼働する」、自治体は「政府が安全と認めたと」。 「適合」判定第一号の川内原発は、規制委も

(T・U)

健康委員会主催の アレルギー講座に参加して



の方にお伝えたいことばかりでした。はじめに、アトピー性皮膚炎について説明されました。

症状はからだ中どこにもでる。健康な皮膚のバリア機能がアトピーには壊れていること。そのためにかゆみに敏感になり、カサカサ状態。その原因は多種多様であり、悪化する原因を観察する。(冬は乾燥、春先は花粉症、夏は汗や汚れ・ストレス・ダニやホコリ・食事など)。アトピーは火事と同じで火(炎症)を消すのがステロイドやプロトピック外用薬でそれらの適切な併用使用が求められる。勝手にステロイドを中止すると症状が悪化。

治療法は 外用薬 スキンケア 環境整備のバランスが大切と強調された。

次に食物アレルギーについて 血液検査の値(卵・牛乳・小麦粉・魚卵・ピーナッツ・果物・そば・えびなど)だけでなく、実際に除去・負荷をしてからホモンノかを評価する。

ある食品を除去した結果、湿疹は改善しているか?

改善した期間を一定置いた後、そ

7月19日にみどり病院小児科 日野明日香先生から、「アレルギーは皮膚からはじまる?正しいスキンケアのすすめと最近のアレルギー治療のお話」を聞きました。

若いママさん達の参加を期待していましたが、中高年層だけでした。チラシを見て娘が申込みしたところ、3歳の孫の体調悪く代わりに私が参加しました。5歳の孫は、生後すぐに発疹から始まり、アナフィラキシー?で2回入院の経験をして、夏休み中にアレルギー負荷試験を控えていました。日野先生の説明や資料は多く

の食品を再摂取したらやはり悪くなるのか?

(自然の成長とともに改善されるケースもあり、鶏卵では小学生で1〜2割ある。)

続いて食物アレルギーの治療とアナフィラキシーや負荷試験など専門的な内容をわかりやすく説明された。最後に、「私が診療で目指していること」として

・アトピー性皮膚炎
辛い症状を速やかに改善してお子さんや親のストレスを減らす。

上手な付き合い方を指導し、それぞれの治療のゴールまで見守る。皮膚から始まるあらゆるアレルギーを防ぐ。

・食物アレルギー

正確な診断で安全かつ必要最小限の除去食の指導。成長発達への悪影響を出さない。

成長による改善を考慮して、食べられるものは食べていく。お子さんや家族の食生活を広げていく。

(富田 悦子)

デイサービス・ショートステイ合同で 「介護センター 夏まつり」を開催



8月7日今年も、デイサービス・デイサービスひのき・ショートステイ合同にて、「介護センター 夏祭り」を開催いたしました。今回は、食べ物を中心に出店がたくさん並びました。

締めくくりはご協力いただいた沢山のボランティアさんと「盆おどり」を一緒に踊りました。ご利用者の中には、踊りを踊られる方、見て楽しめる方がおられ、それぞれ楽しまれていました。

多くのボランティアの皆様をはじめ、機材等貸し出しのご協力をいただいた皆様大変ありがとうございました。

健康委員会主催 おやこ料理教室



8月19日大垣市青年の家にて
おやこ料理教室を開催しました。
参加者は、子供12人、大人13名
の25名でした。

メニュー 鶏むね肉のレモン
あんかけ、のりと卵のふわふ
わ汁、ミルクかんきな粉ソー
スかけの3種類で、5班に分か
れての実習となりました。

ミルク寒天は、小分けが難し
そうだったので班全体をまとめ
て1個の鍋に入れ作り、粗熱が
取れてから子供さん達に
25個のカップに分け入れ
てもらいました。牛乳に
きな粉はよく合いおいし
くいただきました。

汁物の塩分濃度も測り、
それぞれのわが家と比較
して「濃いネ」「薄いヨ」

などと言いきり楽しくおいしく食事をすることができました。子供達もほとんどの子が完食してくれました。

子供たちの感想は、年中、小学3年で小学1年生の子が一番多く、「初めて包丁を使った。家でもやりたい」「きゅうりのせん切りをした」「トマトを切った」「かぼちゃをつぶした」「お皿を洗った」など楽しく答えてくれました。

お母さん方も「レモンあんかけは、白身の魚でも応用してみます」「鶏肉揚げは少ない油でもできるので勉強になった」「揚げ物は家で作らなかつたがこれからは作ります」などの感想がありました。

小さな子供と一緒に料理、食事をするといったふれあいがありませんでしたので、私も楽しく過ごさせていただきました。自分達で作り多くの人たちと一緒にとる食事は一段と美味しく感じられます。

これからも多くの方に参加していただき、健康メニューを増やしていただけたらと思います。

(健康委員 栗原みや子)

募集

ホールボランティアさん レクレーションボランティアさん

しずさとデイサービスでは、利用者様により穏やかに過ごして頂く為、ホールボランティアさんに毎日お手伝いを行って頂いております。現在、ご利用者様も大きく増え、スタッフだけでは手の行き届かない部分が出てしまう事があります。そこで、組合員の皆様のお力を貸して頂きたいと思っております。週に1回9:30~11:30の間

で、入浴後のドライヤーやお茶出しなどをお手伝い願えればと思います。

また、レクレーションボランティアさんも併せて募集させていただきます。

将棋や囲碁など、男性向けの個人レクレーションから、歌や踊りなど集団レクレーションまで広く募集いたします。

「しずさとデイサービスで良かった」と思ってもらえる様、職員一同努力して参ります。ぜひ、皆様からのご連絡をお待ちしております。

詳しくは、介護センターしずさと事務 奥田までよろしくお願いたします。

胃癌リスク健診の『ABC健診』とは？

しずさと診療所 所長 柄澤 正人

◎大垣市では「胃癌リスク（危険度）健診＝ABC健診」という健診を開始しました。これは【胃の中に「ヘリコバクター・ピロリ菌（HP菌）」の感染があると胃癌がしやすい】という研究結果をもとに、『胃癌がしやすい胃かどうか（リスク）』を判定する新しい健診です。

◎具体的には、血液検査で「HP菌の感染の有無」と「HP菌の感染によっておこる慢性胃炎の有無（ペプシノーゲン検査）」を組み合わせ、胃癌発生のリスク（危険度）を判定しようというものです。ただしこれは、直接胃癌を見つけようとする健診ではないことを承知してください。

◎日本人の胃癌は、死亡率は減少している（肺癌に次いで2位）ものの、罹患率（発生数）では依然として1位です。特に高齢者の胃癌はむしろ増加傾向です。最近の研究では、胃癌の発生は、ヘリコバクター・ピロリ菌（HP菌）が胃の中に住み着くことが原因だということがはっきりしました。研究では、原因となるHP菌を徹底的に日本人の胃の中から退治できれば、胃癌の発生は、10年以内に現在の10～20%に減少させることができ、将来的には日本から胃癌を「撲滅」できるとする壮大な目標が達成できると考えられています。

判定分類	A	B	C	D
ピロリ菌	—	+	+	—
ペプシノーゲン値	—	—	+	+
胃癌発生の危険度	低い	←————→		高い
年間の胃癌発生の頻度(予測)	ほぼ0 (ほぼ0%)	1000人に1人 (約0.1%)	500人に1人 (約0.2%)	80人に1人 (約1.25%)
ピロリ菌除菌	不要	必要	必要	必要

◎実際の判定は、以下のようです。（「ABC」と言っても実は「D」までであるのです。）

A：ほぼ胃癌の発生の危険はない。（大垣市では、約50%のようです）

B：胃癌の発生の危険はあるが除菌すればかなり低下する

C：胃癌の発生の危険はあるが除菌で一定の低下は期待できる

D：粘膜の萎縮が進んでピロリ菌も住めない環境になっている、これこそ胃癌の発生の危険が高いのできちんと毎年内視鏡の検査をしていくべき

（大垣市では、D判定の人はCに含めます）

◎HP菌は口からの感染です。日本人では、上下水道の完備されていなかった時代に生きた60才以上の人では、80%の方がHP菌に感染しています。大垣市では、まずリスクの高い高齢者から始め、順次若年者にも健診の対象を広げていく予定です。

西濃南部支部 伊吹山観察会



8月5日(水)西濃南部支部恒例の伊吹山自然観察会に娘や小学6年、3年の孫と共に参加しました。他の組合員の皆様方4名、合計9名でした。

良い天気恵まれ出発。途中紫や黄色、赤のお花が咲いておりガイドブックで調べながら頂上をめざしました。孫の方が元気いっぱいで行くのがやっとなりました。

頂上からの眺めはとてすばらしく、涼しい風でいつの間にか汗もひいて、皆がそろった所でお昼にしました。おにぎりの味は特別でした。

午後から伊吹お守り会のボランティアさんに案内してもらい、めずらしい高原植物、毒をもっている有名なトリカブト等詳しく知ることが出来ました。今年はいのしに荒らされてお花が少ないそうです。

とてもすばらしい有意義な1日でした。孫との登山は良い思い出となりました。

日本百名山の伊吹山を改めて認識。毎日下から眺めています。気が持ちが新たになりました。

本当にありがとうございました。
(西濃南部支部 上江絢子)

「小さき声のカノン」を観て

7月20日、「小さき声のカノン」選択する人々」の上映会がありました。

一九八六年のチェルノブイリ原発事故を当時ニュースで知った時「地球への環境破壊!?日本への影響は?」と心配したものです。

広島、長崎の原爆は人類最悪の結果をもたらしている。原爆で亡くなった方のみならず被曝という形で後世に影響し続けている。今もなお苦しんで暮らしているのも

事実。

三・一一の地震での福島原発事故を知った時は「チェルノブイリと同じ!」と不安が広がりました。

今回の「小さき声のカノン」を観て、子供の行く末の不安と苦惱子供を思う親の気持ちははかり知れないものでした。小児甲状腺がんの発症の心配、食物による内部被曝の心配など、福島のお母さん達の現状を知りました。

東電の原発事故への国の対応は、住民を第一に考えていません。子孫への影響がとて心配です。

この原発事故の修復もできないのに、どうして原発を再稼働しようとしているのか。今の国の政策には納得できません。

日本は全国に原子力発電所をいくつも抱えています。福島の状態を見てみると、今の日本の技術に信頼が持てません。再稼働すればいつ事故が近くの原発で起きるかと思うと、心配でたまりません。

映画の中で「なんか捨てられたんだよ、私たちは。勝手に生きればみたくない、勝手に死ねばいい両方」と話されています。悲しい国の対応ですよ。(養老K・S)

投稿

診療所待合室 読み物案内
その3

「普天間問題の今(OKINAWAノート)」

元高校英語教師の古田栄子さんが3年6か月にわたり定期的に書き続けられている通信紙。かつて3年間、フリースクールでの勤務で過ごされた沖縄での生活で得られた体験をもとに、普天間問題を起点として現在国政で注目を浴びている辺野古基地を含めて沖縄の文化・自然・歴史等、幅の広い百五十号にわたる啓発と告発の通信です。

名護市辺野古の闘いの支援として、辺野古基金は全国より現在3億8千万円(海外も含む)が寄せられています。皆さんにお勧めしたいのが、「ふるさと納税・名護市ふるさと街づくり寄付金」もあります。寄付すれば、年度末の確定申告で税額控除されます。辺野古の支援として有効策だと思ってお勧めします。詳しくは直接名護市役所(電話0980(五三)一一二)へお訊ねください。

(馬淵 秀人)

原水爆禁止2015年世界大会in長崎に参加して

今回、私は、8月7日(金)～9日(日)の3日間にわたり長崎で開催された「原水爆禁止2015年世界大会」に参加させていただきました。

1日目の長崎市民会館文化ホール・体育館で行われた開会総会「長崎のつどい」では、戦後70周年の記念すべき年ということもあってか、約7000名もの参加者によって盛大に行われました。世界各国の代表によって「NO MORE HIROSHIMA, NO MORE NAGASAKI」「PEACE from NAGASAKI」など力強い演説が行われ、核兵器の廃絶や脱原発への気持ちが高まりました。

2日目は、被爆者訪問の分科会である「青年のひろば」に参加させていただきました。被爆者の方々が涙ながらに語られる原爆投下時の悲惨な状況や今の気持ち、政府の対応を知ることができる貴重な時間となりました。このような悲惨な事実を戦争を知らない私たち世代が知り、平和に向けて行動を起こすことの大切さを強く感じました。

3日目、平和公園に行き組合員の皆様からお預かりした千羽鶴を届け、平和祈念式典へ参列しました。会場を埋め尽くす大勢の方々と共に、実際に原爆が投下された11時02分に黙



祷をささげました。参加者の中には、多くの外国人もみられ平和に対する想いは国籍に関係ないことを感じることができました。

今回、原水爆禁止世界大会に参加することで、戦争や原爆について学ぶことができる機会となりました。被爆者の方々や被爆2世の方々の「二度と原爆による被害を出さないでください。お願いします。」という強い意志を受け取り、今後の平和活動に更に熱を込めたいと感じました。このような貴重な意味ある大会へ参加させていただきありがとうございました。

(言語聴覚士 多賀文香)



27回目の「空襲体験」 戦争体験を語りつくつどい

あの敗戦から70年目の夏を迎えました。火の雨となつて日本の家を焼き尽くす焼夷弾、破壊のための爆弾。太平洋戦争末期、日本の各地は激しい空襲を受けました。大垣も例外ではなく、6回の空襲を受け、尊い命が失われました。

一九八九年(平成元年)

から続けられている「空襲体験・戦争体験を語りつくつどい」も27年目となります。大垣の一番激しかった空襲は昭和20年7月29日の未明。今年も、その日に一番近い日曜日、7月26日に開かれました。戦争体験者のみならず、若い世代、小学生も含めて60名ほどの参加がありました。

ご家族を失われた方、間一髪で爆撃から逃れることのできた方、どの参加者も、あの悲惨な戦争を繰り返してはならない、と語られます。戦後世代が8割になっている今だからこそ、戦争の事実とその記憶を次世代に語りついでいかねばなりません。命が奪われ身も心も傷つき、築き上げてきた歴史も文化も財産も、全てが破壊されるのが戦争であることを。

(空襲体験を語りつくつどい)
大垣の会 高木正一

第1回支部代表者会議を開催

3つの「つくろうチャレンジ」に取り組もう

8月30日(土)第1回支部代表者会議を行いました。
 総代会で決定された今年度の重点方針として、全国4課題(仲間ふやし・出資金ふやし・班づくり・担い手ふやし)に組合員訪問を加えて、各支部運営委員会での話し合いや実践の状況を交流しました。

また、新しく「3つのつくろうチャレンジ」(つながりマップ・居場所づくり・健康づくり)が提起されました。
 「健康チャレンジ」は、きつぱり禁煙コースや適度な運動コースなどの11の健康づくりコースから地域の皆さんに挑戦するコースを選んでいただき数か月間チャレンジする取り組みです。
 「つながりマップづくり」は、地域の現状を知り、私たちができるこ

と、他の組織や人々と連携し、暮らしを支え合うまちづくりを進めていくという取り組みです。

支部代表者会議では、健康チャレンジについて斉藤理事から、つながりマップについて川村理事から説明があり、質疑応答を行いました。それぞれ推進委員会をつくって具体化していきます。組合員の皆さんからの参加も大歓迎です。詳しくは本部へお問合せください。

医療生協への加入をお知り合いの方に勧めただけませんか。また、本部までご紹介いただませんか。

予告

インフルエンザ予防接種のお知らせ

- 実施期間 10月下旬～12月
- 実施日時の予定
 実施日は以下の日時に検討しております。診療の都合により予約枠日時を変更することもありますのでご了承ください。日程確定後、別途ご案内します。
 月曜日 15～17時 木曜日 16～18時
 土曜日 9～11時と14～16時
 ※11月と12月の日曜日(1回のみ) 9～11時
 日曜日の日程は未定です。

- 予約方法
10月から予約開始です。必ず事前にお電話などにより予約をおとりください。
 ◎予約申込み・お問合せは**平日13時～16時**の時間帯でご協力をお願いします。

- 料金 **今年から料金が変わります。**
 インフルエンザワクチンの購入価格が大幅な値上げになりました。理由は、これまでのワクチンがA型2種類・B型1種類であったものから、今年よりB型が追加され、A・Bともに2種類のワクチンになるためと説明を受けています。

開設以来、消費税増税があっても料金据え置きできましたが、今回、組合員の皆さまにご負担をお願いすることにいたしました。ご理解をお願いいたします。
 13才未満 1,750円→1,800円 ×2回接種
 13才以上 2,000円→2,300円
 ※以上は組合員料金です。
 65才以上 公費制度の窓口負担金も引き上げられることが予想されます(議会で決められます)

西濃医療生協・原水爆禁止大垣市協議会 主催

西濃 平和の夕べ

今年度も「西濃平和の夕べ」で平和活動を交流し、つながりを深め、今後の運動をさらに広げていきたいと考えます。たくさんの方の参加をお待ちしています。

日時： 9月19日(土) 午後6時～
 場所： 介護センターしずさと

- ・「ようこそ先輩」夏の活動(中高生平和活動)
- ・原水爆禁止世界大会(長崎)参加者報告
- ・辺野古移設反対運動など



8月30日開催の今年度第1回支部代表者会議

無料

くらし何でも相談会

多重債務（破産・再生・任意整理）、離婚・親権、遺産相続、交通事故、労働災害、医療事故、消費者被害、損害賠償など。提携弁護士がご相談をお聞きします。

日時：9月17日(木) 午後1～3時
10月15日(木) 午後1～3時

場所：しずさと診療所内

○相談料：無料

○相談時間：30分

○事前申込みが必要です。

本部電話 0584-92-3268

植栽ボランティア係より

暑い夏が一気におわったと思ったら、秋雨前線が停滞し、長雨が続いています。

雑草は元気です。植栽ボランティアでは診療所、介護センター、デイひのきの環境美化の一環として草取りを行っています。皆様のご協力をよろしくお願いします。

■10月度の予定 10月25日(日) 8:00～

■集合場所 しずさと診療所玄関前

ウォーキングの会 9月

朝夕に心地よさを感じる季節となりました。恒例の会は、しずさと診療所を取り巻く静里・綾野輪中堤を曼珠沙華を見ながら10km歩きます。曼珠沙華の花が見頃だと期待しています。小学生以上のお子様づれ大歓迎。

期日 9月21日(月・敬老の日)
雨天なら23日(秋分の日)

集合場所 教育会館 8時30分
しずさと診療所 8時40分

持ち物 弁当 飲み物 雨具など

会費 100円(子供は無料)

問合せ先 馬淵 秀人 0584-91-5687

10月は、17日(月) 関ヶ原の戦跡ウォークを予定しています。

山楽会 9月

期日 9月14日(月) 雨天時16日(水)
場所 国見岳(標高1126m)
登山口 揖斐郡春日村の「国見岳スキー場」(国見峠)
○伊吹山、貝月山、池田山、琵琶湖などを近くに展望できる。
健脚度 中級の上(ただし階段が多い)
集合場所 教育会館 7時30分
しずさと診療所 7時50分
池田中央公民館 8時10分
→春日へ粕川を遊行
登山口：国見峠 9時00分
(大垣帰着 17時頃)
持参する物 弁当・水筒(2リットル程)・雨具
熱中症対策 糖分・梅干しなどの塩分(各自で準備)
参加費 会費 100円+交通費 400円
問合せ先 奥田進 (電話 0584-89-2604)
(携帯 090-7687-0031)

しずさと診療所 診療時間のご案内

診療科目 内科・外科・整形外科・リハビリテーション科

- 水曜日夜の診察で、柄澤医師は慢性疾患特別診察を担当します(予約のみ)。
- 金曜日の午前診察は長谷川医師が診察を担当し、柄澤医師は胃カメラ・エコーを担当します。
- 外来リハビリは月～金の午前中、通所リハビリは月～金の午後に行っています。

※第4土曜日の診察は長谷川医師が担当します。

		月	火	水	木	金	土
8～9時	検査	柄澤	柄澤	柄澤	柄澤	柄澤	柄澤
9～12時	第一診察室	柄澤	柄澤	柄澤	柄澤	長谷川	柄澤※
	第二診察室	長谷川	長谷川	長谷川	柄澤	<検査> 柄澤	
14～17時	訪問診療	-	柄澤 長谷川	柄澤 長谷川	柄澤	柄澤 長谷川	
17～19時	第一診察室	柄澤		長谷川		長谷川	
	第二診察室			柄澤※			

<医療・介護のお問い合わせは>

▼しずさと診療所

電話 0584-93-1170 FAX 0584-93-1169

〒503-0982 大垣市久徳町153-1

▼デイサービスひのき

電話 0584-93-0310 FAX 0584-93-0311

〒503-0981 大垣市桜町706

▼介護センターしずさと

電話 0584-91-3912 FAX 0584-93-1151

〒503-0981 大垣市桜町1452

- ・介護支援センター 0584-93-1171
- ・デイサービスセンター 0584-93-1172
- ・訪問看護ステーション 0584-93-1173
- ・ショートステイ 0584-93-1175