

2022年8月末現在  
組合員 4,346人  
出資金 1億7,069万円  
7～8月の動き  
組合員 新規加入17人  
脱退11人



西濃医療生活協同組合

医療生協



第130号

2022年9月10日発行

(奇数月発行)

〒503-0982 大垣市久徳町153-1

TEL 0584-92-3268

ホームページ seinou.coop

編集 機関紙編集委員会



### 介護支援センター不破事業所併設 組合員より処『ふわのさと』 オープニングマルシェ開催

7月31日、しずさと介護支援センター不破事業所に併設した組合員より処「ふわのさと」でオープニングマルシェを開催しました。コロナ感染第7波により、当初計画していた「相談コーナー」と「キッズコーナー」は残念ながら中止し、小規模開催となりました。

不破支部運営委員が早朝から設営準備に取り組み、健康委員会の協力による健康チェックコーナーと、地元の組合員さんが育てた新鮮野菜や手作り小物の販売を行いました。コープぎふやあゆみの家などにもご協力いただき、それぞれの商品をお売しました。60人を超える参加があり、売り切れる商品もありました。

大変暑い日で、汗だくになりながらも全員が元気に終えることができて何よりでした。今回は初めての試みでバタバタしてしまいました。が、手順や流れが分かったのでコロナが収束したらまたぜひマルシェを行いたいと思います。

現在、憲法カフェを計画していますが、組合員の拠りどころとして、今後も班会やたまり場として大いに利用していきたいと考えています。

### せいらゆう

新型コロナウイルス第7波がおさまりを見せません。西濃医療生協でも複数の職員や家族が感染して自宅待機となるなどの状況が複数発生しています。幸いにも他の職員や患者さんなどへの拡大は現時点では発生しておらず、「感染しても拡大させない」対応ができています。しかし、今回のオミクロン変異株は、心当たりがないまま感染・発症する方が多く、行動制限のない状況と合わせ、これまで以上に感染が拡大しています▼発熱したり、喉の痛みを感じるなど、自身の感染を疑う場合はどうすれば良いのでしょうか。まずは、自分自身は感染していると考え、周りの人との不要な接触を避けましょう。その後早期に症状が治まったとしても、1週間程度は経過を見ることが大切です。ご自分の体調に注意し、息が苦しい、水分がとれないなどの場合は緊急性が高いと考えられますので、すぐに医療機関に連絡して受診し

ましょう▼検査や受診は、発熱外来のある医療機関で行ってください。しずさと診療所では検査を行いませんので、岐阜県のホームページなどであらかじめ受診できる医療機関を確認しておくことが良いでしょう。受診をする際にはかならず医療機関に電話で連絡をし、時間や通院方法などを確認するようにしてください。高齢者、持病のある方などは早めに関心を持ってください▼感染が分かった場合は、発症2日前から感染性がある(人につす)ことがわかっていますので、ご自身の行動を遡って、接触のあった方には事情を伝え、体調観察や感染対策をとるよう必ずお願いしてください。受診方法が分からないなどの場合は西濃保健所、しずさと診療所に相談をお願いします▼治療は、基本的には対症療法(咳止め薬や熱冷まし等)となります。「かせ」と同様、休養と栄養が最も重要です。毎ってはいけません、治る病気ですので、焦らず冷静に対応してください。

専務理事 中村英洋



## 今年度第1回支部長・担当理事会議を開催 まぢびんぐんと支部活動について協議

7月30日(土)に、西部研修センターにて支部長・担当理事会議を開催しました。11支部から支部長と支部担当理事、組織委員と理事長、専務理事をおわせ22人が参加しました。

理事長あいさつ後、中村専務理事より6月に開催した通常総代会方針の要点が報告され、2

022年度活動のポイントを確認し合いました。

続いて松岡組合員活動部長より、重点となる3つの柱①健康で平和に暮らせるまぢびんぐんと、②最後まで自分らしさを実現できる医療・介護活動、③組織の拡大強化とともに学び・育ち合うひとづくり、にそって各支部が組合員活動の拠点づくりをすすめ地域に根を張った活動、まぢびんぐんの全国の実践学習をすすめること、中長期計画の討議に積極的に参加し組合員および地域の要求に応える事業展開を生協らしい運動で実践すること、担い手ふやし・仲間ふやしで組合員活動の拡充をはかることを強調した報告がありました。

現在、健康づくり班会・サロンは30あり、毎月200人が参加されます。新しい班づくりを含め、より多くの組合内外の方々への参加を呼びかけ、地域まるごと健康づくりを広めていくこと、第2次中长期計画の後半5年間にむけた課題などを話し合いました。

## 毎年秋は全国一斉「生協強化期間」です 4500人組合員めざして 仲間ふやし紹介活動にご協力を

私たち西濃医療生協では、コロナ禍のもとで、中断・再開を繰り返しながらも、支部や班活動を進めてきています。

「人と人とのつながりが、いかに生きる支えになっていることかを痛感しています」という声が寄せられています。



### つながりづくりで仲間ふやし

感染状況をふまえたつながり方を考え、ひとりぼっちを防ぎ、健康づくりを進める活動、困りごと相談活動を進める医療生協を多くの人々に知ってもらい、仲間を増やしていく「生協強化期間」にしていきたいと考えています。そのために医療生協未加入の友人・知人をご紹介ください。

### 4,500人組合員をめざして

現在、西濃医療生協は4,345人の組合員ですが、今年度4,500人組合員をめざしています。健康づくり班会、たすけあい活動などへの参加で、健康で長生きの願いをともに実現する活動をすすめましょう。

### NPO西濃たすけあい通常総会を開催

#### 2021年度活動・決算と

#### 2022年度方針・予算を承認

昨年6月に設立した「特定非営利活動法人(NPO)西濃たすけあい」の第1回通常総会を7月31日、しずさと診療所において開催し、20人が参加しました。

21年度の活動報告では、日常生活支援の月平均利用が15件、福祉有償運送では毎月30人の方が利用、送迎回数は月186回のぼっていると報告がありました。22年度の方針では、担い手ふやしと活動エリアの拡大をセットで進めることや自治体との関係づくり、地域福祉拡充をめざす方針を確認し合いました。

財政状況は、収入226万円(利用料171万円と入会金・寄付金55万円)に対し、支出226万円(活動手当115万円、車両その他経費110万円)でした。

### 担い手・会員を募集

生活支援(家内清掃・院内付添・草取りなどの暮らし困りごと)と福祉有償運送の担い手を募集中。入会金千円で会費なしの正会員・賛助会員募集中。寄付金も募っています。ぜひご協力をお願いします。

### 【お問い合わせ・利用連絡先】

0800・3645・3268(山口)

※受付は平日午前中です。

※休日は土・日・祝日・お盆・年末年始



## よく使われる漢方薬のご紹介⑩

ジュウゼンダイホトウ

## 十全大補湯

へろへろの疲れに効果

十全大補湯は、病気を長く患ったり、ストレスの多い状態が続いたりして、体力がへろへろに疲れた場合に使います。四君子湯（シクンシトウ）と四物湯（シモツトウ）を合わせた八珍湯（ハッチントウ）にさらに桂皮（ケイヒ）と黄耆（オウギ）を加えた10味の処方です。1107年に編纂された『和剂局方』にみられます。この頃になると、長期服用の漢方が多くなり、成分も多くなる傾向となります。

四君子湯は気（気＝エネルギー）を補う処方です。人参（ニンジン：ウコギ科、ウドやタラノキと同じ属で、スーパーで買う人参とは全く別物）が中心となり、同じく白朮（ビャクジュツ：キク科の植物）が共に働きます。気を補う補気剤としてはすでに紹介しました六君子湯、補中益気湯がこれに含まれます。また、四物湯は「血」が不足している状態を改善します。これは、貧血だけを意味するのでは無く、血行障害なども含めて全身に栄養が回らないような状態を意味し、めまい、しびれやけいれん、肌のカサカサ、抜け毛なども引き起こす状態です。この方剤の中心は、当帰（トウキ：セリ科）です。血行を良くし、抗炎症作用も有します。さらにこれに地黄（ジオウ：ゴマノハグサ科）が共に働きます。地黄は「血」を補い、強壮、皮膚や髪の毛、涙や唾液などの粘膜を潤す作用があります。さ

しずさと診療所医師

粕谷志郎

(月曜と水曜の午前診療を担当)



らに、桂皮（クスノキ科、シナモンと同じで、健胃、発汗、解熱作用）と、黄耆（マメ科、強壯作用、免疫力増強作用、利尿作用など）が加わった十全大補湯は、これでもかとはばかりに加えられた最強の薬草スープと言えます。補中益気湯では不十分の場合は、気を支える血も補うことの出来る十全大補湯がお勧めです。

台湾では十全大補湯と名をつけた薬膳料理があると聞きます。レシピは漢方薬と全く同じで、10種類の生薬を袋に入れた物があり、これと一緒に鶏肉や豚肉を煮こむものです。本当に元気が出そうな料理です。

医食同源の考え方のもと、足りないものを補う処方ですので、気軽にご相談いただければよいかと思います。

食前か空腹時に1日3包服用します。3か月とか、それ以上の期間となります。ただし、原因不明の疲労には何らかの疾患が隠れている場合もあり、諸検査が必要となる場合もあります。



当帰（シシウド）

## 感染しても広げない行動を

今は、誰もが気づかないうちに感染する状況ですので、感染を拡げないことを徹底して生活してください。例えば、すぐに熱が下がった、翌日には症状が治まったからといって、いつもの生活にすぐにもどるのは感染を拡げる恐れがあり、避けるべきです。また、会食や親族の集まりなど、日頃会う機会の少ない方々との接触があった後も、その場での感染の可能性を考え、1週間程度は不要な接触を避けるなどの対応が望まれます。

オミクロン株については、潜伏期間（感染から発症までの期間）が5・5日で90%以上のデータがあります。感染性期間（人にくっつく可能性のある期間）は発症日前の2日間と発症後の10日間とされています。

感染者は発症（推定）日から10日間の療養期間、濃厚接触者は最終接触日を0日として5日間の隔離期間となります。検査の精度も100%ではありませんし、感染していても検体の取り方や時期によっては陰性と判定されることがありますので、基本的な感染対策を徹底することが重要です。

引き続き基本的な感染対策、マスクの着用、長時間・大声で・換気の悪い場所での活動等は避け、感染しても拡げない対応を継続していきましょう。

専務理事 中村英洋

うらつてく班

輪中館・輪中生活館に学ぶ

私たち「うらつてく班」は、6月29日、大垣市輪中館と輪中生活館を訪れました。この日は、雲一つなく本当に暑い日でした。

館内を巡りながら、大垣ボランティアの会の松井さんに詳しい説明を聞きました。

まず、輪中館では、輪中の成り立ちや輪中での生活についてのお話でした。大垣市が「水の都」と呼ばれるほどに水が豊かなのは濃尾平野の持つその地形によるものであること、また、その



一方で水との闘いも忘れてはならない事実であることを学びました。特に印象に残ったのは、多くの人が治水に尽力したにもかかわらず、その功を認められることなく死んでいったことです。洪水の被害が大きかったこの西濃一帯が今日の発展を見ることができるようになったのも、我が身を呈して治水に力を尽くしてくださった人々のおかげであることを決して忘れてはいけないと思いました。

次に、少し離れたところに位置する輪中生活館へ行き、スタッフの方の説明を聞きました。旧和田邸がそのまま残されており、輪中館で学んだ輪中の生活の様子を実感することができました。輪中地域の典型的な地主建築の民家で、住居式水屋、土蔵式水屋、暴風水林などの洪水に備える色々な工夫を学びながら、このお屋敷に住んでいた人々の様子を思い浮かべました。屋内には懐かしい道具があり、昔の生活に話が盛り上がりました。

今回、輪中館と輪中生活館を見学し、輪中や治水の歴史、そしてその地域に住んでいた人々の生活に触れることができました。その中で、水とともに生きる人々の強い覚悟と共存への思いを窺い知ることができました。この日は暑い一日でしたが、コップ1杯の水が格別においしい「お水」となりました。

M・K

大垣中央支部

「大垣ひまわり畑」を満喫

月1回開催のたまり場「カフェ」



ウクライナのヒマワリ畑に思いを馳せて

んき」の会で、8月11日は大垣市平町で見頃を迎えているひまわり畑を見に行く計画をし、参加者10人でお出かけしました。祭日でもあり家族連れで賑わっていました。広報によると、地元住民が地域活性化を目的に3・2畝の休耕田を整備して14万本のひまわりを栽培、とのことでした。

真夏の青空のもとで見たひまわりは生き生きとしていて感動的でした。暑い日でしたが、不思議にも暑さを感じさせない力をひまわりは持っていました。畑のすぐ側を新幹線が走り抜ける絶好の撮影ポイントでもあるため、カメラを構える人たちも大勢でびっくりしました。車を出してくださった方に感謝しながら、たまり場に戻り、差し入れの冷たいコーヒートジュースで喉を潤しました。

日比野規子

【組合員活動部より】

西濃医療生協では「健康で長生き」の願いを実現しようと仲間といっしょに活動し、その一部を本紙で紹介しています。11支部・30班は、毎月、健康サロンやスクエアステップ、ウォーキング、高齢者にやさしいヨガ教室など行っています。

興味・関心のある方は、お気軽に組

合員活動部へお問い合わせください。

担当・松岡 090-1989-425461

【機関紙編集委員会より】

『げんき』をいつもお読みいただきありがとうございます。医療や介護、身近にあったことなど、機関紙『げんき』への投稿をお待ちしています。

投稿は、郵送、メール、FAXでお送りください。



赤坂支部

ヨガ班会で「米寿」を祝う

赤坂支部ができて11年。支部としての初めての取り組みが、独居の方に声かけをしてきた脳いきいき班会でした。

70代〜80代の7人の参加と、運営委員4人が加わり11人でスタートしました。初対面の方も数人あり初めはぎこちなかったものの、2人の脳いきいき班会インストラクターの上手なリードにより回を重ねる毎に和やかで楽しい班会となりました。

脳いきいき班会は月1回、7か月コースになっていますが、班会最後の日に「このま



まお別れするのは淋しいね」との声があり、次回はご苦労さん会、その後は2か月に1回お出かけをしてランチ会を計画しました。

「家では1人で食べる食事も、みんなでおしゃべりをしながら食べるのは楽しい！」と大変好評でした。この脳いきいき班会がきっかけとなり、その後健康サロン、ヨガ班会へと発展していきました。

脳いきいき班会の中から現在まで、いろいろな行事に参加をしてこられた小山さんが、7月14日にめでたく米寿を迎えられました。コロナ禍の中、食事会というわけにもいかず、ヨガ班会を終えてからサプライズでささやかなながら花束を贈り参加者で祝いしました。

何ごとにも興味を持ち、前向きに生きておられる大先輩方を見習いながら、これからもみんな楽しく活動できたらと思っています。

玉井千登枝

「健康サロン」介護の世話にならないために」

7月21日(木)に健康サロンを開催しました。今回は5



年前と同じテーマで講師も診療所リハビリ専門スタッフ堀井理学療法士に依頼して行いました。

17人の参加者の中には5年前にも参加された人が多数おられ、皆さんお元気で、講師より「立派」とお褒めの言葉をもらいました。

講座の内容はフレイルを知り、予防していくために運動機能を衰えさせず、血管の病気に気をつけること、認知症予防などを学びました。また、健康長寿のための3つの柱は「栄養」「身体活動」「社会参加」です。介護の世話にな

らないために、ごんごん友人を誘って遊びに行ったり、地域の活動や班会などに参加しましょうと呼びかけがあり、笑顔と元気な声が出る講座でした。

2年以上にわたるコロナ禍の中で地域の活動がなくなり、外出や人との交流が制限され、

不破支部・健康講座

ミツロウを使ったハンドクリームづくりに参加

8月11日垂井町の府中地区まちづくりセンターで行われた健康講座に参加しました。

ミツロウを使った保湿クリーム作りとハーブの足湯体験は、講師の戸倉泰子さんの丁寧な説明で、参加者11名はしっかり学びました。

保湿クリーム作りは材料や製作過程を見聞するだけで、



社会活動が減少しています。そんな中で私たちの支部は健康サロンや班会を開催して皆さんに参加してもらえよう努めていきます。今回は他支部からも参加があり、ありがとうございました。

宇津時雄

完成品をいただき、もらっていいのかなと申し訳なく思いました。

足湯体験は準備されたお湯と、カモミール、レモンバーム、ミントなどのハーブを各自持参のバケツに入れくるぶしまで浸かりながら、折り紙でYシャツ型ポプリ入れ作りに挑戦しました。

いろいろな体験してもゆっくり過ごせたのは、講師の先生と運営委員の皆さんの準備・計画のお陰でした。終了前の感想交流会から、次回(来年)はハーブ料理になるそうです。私は料理に興味があるから次も参加しようかな。秋に向かうこのごろ、ミツロウの保湿クリームが出番を待っています。ありがとうございました。藤墳憲一

## 神戸支部 「平和を考える集い」親子で語る満蒙開拓」

「平和を考える集い」を8月9日、神戸町ふれあいセンターで行いました。31名の参加で有意義な時を過ごすことができました。おりしも8月9日は長崎に原爆が落とされた日です。参加者で黙とうをして平和への誓いをしました。参加者の柴田秀子さんが感想を書いてくださいましたので紹介します。

8月9日ふれあいセンターにて「親子で語る満蒙開拓」という題で北村栄美さんと息子さんがお話しくださいました。

北村さんからプロジェクターを通して色々な説明をしていただき、息子さんはギターを抱えて弾き語り、戦争の悲劇を私は

70歳にして初めて直接聞きました。

栄美さんは、昭和16年に7歳で家族と満州に渡り、自分たちで原野を開拓しましたが、終戦間際に徴兵されないはずだった男子が「根こそぎ動員」され、父親にも召集令状が届きました。昭和20年8月9日ソ連軍の侵攻が始まり、15日の終戦も2日後にやっと知らされました。徒歩で逃げ、冬を越し翌年10月、母と幼いきょうだいたちを残して、

兄と12歳の北村さんの二人だけで引き揚げ船に乗り、故郷の長野県に引き揚げてきたという事実は想像もできないことでした。

今、ロシアが侵攻しているウクライナをテレビで見ている惨いと思っています。北村さんには体験されてきた悲惨な事実をさらに多くの方に伝えてほしいと思います。執りました。

柴田秀子



## 空襲体験を語りつぐ大垣の会 34年目の「空襲体験・戦争体験を語りつぐつどい」

空襲体験を語りつぐ大垣の会は、毎年、「空襲体験・戦争体験を語りつぐつどい」を開催しています。今年で34年目になります。とはいえ、ここ2年ほど、コロナ禍で中断していました。

7月24日(日)、3年ぶりに「つどい」を開きました。今年は規模を縮小して、1時間半の会とし、発言も数人の方からとしました。

この会に参加される体験者の方は、それぞれに厳しい戦中戦後を過ごしてこられました。家族を亡くされた方、家を焼かれた方、外地の戦場、命からがらの引き揚げ、そのいずれもが、言葉に表せない悲惨な体験です。戦後70数年を経た今だからようやく思い出して語る事ができる、そういう体験でもあります。その体験や思いを誰かに聞いてもらいたい、共有したい、との願いも、戦後の「経済

発展で忙しい」中、落ち着いて振り返る、語れる、ということもできず、老齢期になった今、やっと語れるという方もいらっしゃいます。

今年の会では、戦争末期の地震が話題の一つになりました。映画館での地震、勤労動員先での地震、それぞれの場所それぞれ同じ地震を体験されています。

この地震は、1944年12月の昼間に起きた「昭和東南海地震」。年明けにも深夜に「三河地震」が起きています。当時は報道官制下で新聞やラジオで知ることはありませんでした。戦争は、あらゆる情報・報道が国民から遮断されていました。

この会は、それぞれが体験を語り、それを聞く、というとりくみを通じて、それぞれが生きてきた歴史を語るものでもあり、若い世代も含めて、一端でも共感



でき、少しでも世代をつなぐ、というものでもあるように思います。

コロナ禍が少しでも収まって、これまでのように、参加者全員から発言していただけのようになればと、来年に向けて期待をしています。

空襲体験を語りつぐ大垣の会  
事務局長 高木正一



### 西濃医療生協で、一緒に働く仲間をご紹介しますだけませんか？

#### ◎医師

在宅医療に関心のある方

#### ◎常勤薬剤師・非常勤薬剤師

夜診療の勤務ができる方

#### ◎常勤訪問看護師

#### ◎非常勤作業療法士

#### ◎常勤介護支援専門員 (ケアマネジャー)

詳細は、西濃医療生協 中村まで

電話 0584-92-3268



初めて見た「原爆展」！  
2022平和を語り継ぐ夏  
「原爆と人間展」に2000人  
7月30・31日にスイトピアセンター3階で開催。2日間で2000人を超える参加がありました。  
31日の「子どもとおとなの平和広場」には70人以上が参加。今年は市内の全小学生に配布し宣伝に力をいれました。多くの親子連れが初めて「原爆展」に来場

- 寄せられた感想より  
○ まだ核兵器がたくさんあることに気が付きました (小3)
  - 地獄のようでした (小4)
  - 自分のおじいさんも戦争経験者なので、もっと詳しくくきいてみたい (中学)
  - 学校では包み隠されるような写真や絵が見れて、怖くてツバを呑み込めなかった (中学)
  - 言葉にならない叫びを受け止めた (30代)
  - 来年も来たい。大切なことを教えて下さり感謝 (40代)
  - 唯一の被爆国日本の立場がなさない (60代)
  - 私の名前は平和憲法の「憲
- の字を付けたと母から聞いている (70代)
  - ソ連をけん制するためにアメリカが原爆を使用したとの話を初めて知った (80代)
  - 65枚のアンケートには思いがぎっしり書かれていました。
- 西濃ピースフェスティバル (岐朋会・原爆展との共催は2015年より) は、今年で29回目を迎えました。実行委員会のメンバーは「大変なことは多々あったけど、発信し続けてよかった」と心から思っています。
- 来年も！再来年も！7月最後の土日、スイトピアセンター3階で開催します。  
小林敬子

#### 新入職員紹介

しずさと介護支援センター

居宅介護支援専門員 (ケアマネジャー)



鴨 伸典 (かもの しんすけ)

7月よりしずさと介護支援センターに入職しました鴨伸典です。美濃加茂の加茂ではなく、鳥類の鴨です。よく珍しい苗字とお言葉を頂きます。

利用者一人ひとりに寄り添った支援に努めてまいります。よろしくお願いたします。

### ウォーキングの会

日にち 9月19日(月・敬老の日) 雨天中止  
場所 西野水道と古保利古墳群 (滋賀県)  
史跡「西野水道」は177年前(江戸時代末期)に琵琶湖に向けて手掘りで造られた排水用の岩穴で滋賀県指定文化財。「古保利古墳群」は132基から構成される大規模古墳群

集合場所・時間 しずさと診療所 7時30分  
持物 弁当、水筒、雨具、登山靴  
会費 200円+交通費600円  
問合せ先 杉野茂樹 0584-34-1817  
梅村民雄 090-4232-9057

<10月の予定> 10月17日(月) 平尾ダム湖と美濃国分寺八十八か所。青墓の美濃国分寺より出発し平尾ダム湖から美濃国分寺八十八か所巡り

### 山楽会

日にち 9月12日(月) 雨天中止  
場所 金糞岳 (滋賀/岐阜県境・標高1,317m)  
下界との温度差を実感しつつ、伊吹山や奥美濃の山々の眺望に期待

健脚度 中級の上  
歩行時間 4時間 登山口(標高1,000m)までは車  
集合場所・時間 しずさと診療所 7時30分  
持物 弁当、お茶(500ml×2本)  
雨具、杖など  
会費 200円+交通費700円  
問合せ先 梅村民雄 090-4232-9057  
杉野茂樹 0584-34-1817

<10月の予定> 10月10日(月) 山本山～西野水道まで縦走。健脚度は初級の中。歩行時間3時間

※日程は変更する場合があります。詳細は、問合せ先までお問合せください。

**赤坂支部 健康サロンのご案内**

介護の世話にならないために-2回目-  
～口腔・栄養について～

講師 言語聴覚士 櫛田 衣通子 さん  
しずさと診療所リハビリテーション科

日時 9月15日(木) 10時～11時30分

場所 岐阜大学旧早野邸セミナーハウス  
大垣市昼飯町1777 TEL 0584-71-0151

問合せ先 宇津 91-2379 大谷 91-6049  
高瀬 71-4409

コロナ感染が身近なところまで発生しています。  
体調の悪い方は参加を控えてください。

**健康委員会 みんなでノルディックウォーキング**

日時 10月10日(月・祝) 10時～11時30分

場所 曾根公園集合 大島堤防を歩きます

講師 柳 幸治 さん

全日本ノルディックウォーク連盟  
指導部講師 ウォーキングライフマイスター

持ち物 タオル、マスク、飲み物、  
ノルディックウォークのポール

※詳しくは、折り込みチラシをご覧ください。

問合せ・申込み

西濃医療生協・健康委員会

TEL 0584-92-3268 FAX 0584-93-1169

または 090-4860-4505 (齋藤)

**グラウンドゴルフで楽しく健康づくり**

実施日 9月14日(水) 21日(水) 29日(木)

10月3日(月) 13日(木) 20日(木) 26日(水)

11月1日(火) 7日(月)

時間 12時半から

場所 三城公園 ソフトボール場

問合せ・申込先 河村秀一 090-5450-3227

**診療所・介護事業所の草取りボラ  
に皆さまのご協力をお願いします**

日時 10月23日(日) 8時～

※雨天の場合10月30日(日)

集合場所 しずさと診療所

問合せ先 正岡礼子 0584-27-5957

**無料****なんでも  
生活相談**

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: 10月13日(木) 11月10日(木)

場所: しずさと診療所内

○相談時間: 午後2時～3時

1件あたり30分

○事前申込みが必要です。

本部電話 0584-92-3268

**しずさと診療所 診療案内**

内科・外科・整形外科・リハビリテーション科

		月	火	水	木	金	土
8～9時	検査	柄澤	柄澤	—	柄澤	柄澤	—
9～12時	第一診察室	柄澤	柄澤	柄澤	柄澤	阿川	※2
	第二診察室	岡野	岡野	岡野※	岡野	岡野	—
	第三診察室	粕谷	—	粕谷	—	※1	—
14～17時	訪問診療	柄澤 岡野	柄澤 岡野	柄澤 岡野	柄澤 岡野	柄澤 岡野	
17～19時	第一診察室	岡野		泉		柄澤	

**※1 金曜日の第3診察室**

柄澤医師が検査(胃カメラ・エコー)を行います。

**※2 土曜日の診察**

第2・4は岡野医師が担当します。

第1・5は柄澤医師が担当します。

第3は松井医師が担当します。

**※水曜日午前の第2診察室**

岡野医師が循環器専門外来を担当します。

**<医療・介護のお問い合わせは>****▼しずさと診療所**

診療 電話 0584-93-1170 FAX 0584-93-1169

リハビリ 電話 0584-93-1179 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 大垣市松町706

**▼介護センターしずさと**

電話 0584-91-3912 FAX 0584-93-1151

〒503-0981 大垣市松町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

**▼しずさと介護支援センター不破事業所**

電話 0584-71-7311

〒503-2100 不破郡垂井町地蔵1-105



後期高齢者医療の窓口負担増 (昨年の通常国会で「強行」採決)

# 10月1日から「2割負担」に

単身世帯で年収200万円以上・複数世帯で年収320万円以上の世帯が対象

昨年の通常国会で強行採決された75歳以上の医療費窓口負担2倍化が2022年10月1日から実施されることになりました。

2割負担になる対象は以下の年収の世帯とされています。

【1人世帯の方】 年金収入＋その他合計所得が200万円以上 (かつ課税所得が28万円以上)

【複数世帯の方】 年金収入＋その他合計所得が320万円以上

今回の負担増の対象は、後期高齢者医療加入者の約2割と言われています。年収383万円以上になると「現役並み所得」とされ3割負担になります (該当約7%)。今後も年金削減が続くなかで厳しい暮らしを強いられ、医療費・介護の負担も増え続けていくなかで、私たち医療生協などは、実施中止を求める署名に取り組んできましたが、強行実施されることになりました。

後期高齢者医療制度に加入の方 10月1日以降の負担割合がどうなるか

## 9月に交付される「被保険者証」で確認を

2割になる方には「配慮」措置 (通院医療費に適用。入院医療費は対象外)

## 10月以降3年間は、1割負担を超える額を月3,000円までに

複数の医療機関を受診している場合、合算して3,000円になったかどうかは、それぞれの医療機関で把握できないため、後日、高額療養費として払い戻しするというルールになっています。

- 同一医療機関では、月ごとに1割負担を超える額は3,000円が上限になります。
- 複数の医療機関を受診している場合は、それぞれの医療機関で3,000円までの負担をすることになります。⇒月単位で合算して3,000円を超える額は事前登録された口座に自動的に払い戻しされます。

※手続きはお住まいの役場で行うことになります。登録口座がない方には、役場から申請書が郵送されます (今回登録しない場合は、払い戻しが生じた際に申請書類が送付されます)。

今回、後期高齢者医療の2割負担導入にあたって、政府は「現役世代の負担を抑え、国民皆保険を未来につなぐ」などと喧伝していますが、公費抑制のために国の負担割合を低下させたことには目をつぶり、高齢世代と現役世代を対立させることは本末転倒です。

財務相の諮問機関・財政制度等審議会が5月にまとめた建議 (意見書) では、介護保険の負担増と給付抑制として、①利用料の原則2割負担への引き上げ ②ケアプラン有料化 ③要介護1、2の訪問介護・通所介護の保険給付外しが提案され、政府は来年の通常国会への提出を目論んでいます。

年金削減、消費税10%、物価高の一方で、医療・介護などの負担増が今後も続いていきます。後期高齢者医療も「原則2割負担」が検討され続けています。暮らしの実態を出し合い、声をあげて、安心して住み続けられる社会をつくっていきましょう。

医療・介護、暮らしでお困りのことはご相談ください。

西濃医療生活協同組合・本部 電話0584-92-3268