

高額療養費制度の負担上限額 大幅引き上げを含む予算審議始まる

高額療養費制度は、度重なる上限額引き上げにより「使えない制
度」になりつつありま
す。 昨年春にも上限額引
上げを実施する計画で
したが、全国がん患者
団体連合会や難病・疾
病団体協議会など患者
の2段階で改定し、適
切に、負担を一定額以
上を削減する計画で
下にも抑える「命綱」と
もいえる制度です(表
は現行制度)。しかし、
病

高額療養費制度には、多数回該当(※)や世帯
合算など負担軽減する仕組みがあります。
※過去12か月以内に3回以上限度額に達した
ときは4回目から上限額が下がります。

【現行】69歳以下の方

適用区分	ひと月の上限額(世帯ごと)
ア 年収約1,160万円以上	252,600円+ (医療費-842,000) ×1%
イ 年収約770万円 ～約1,160万円	167,400円+ (医療費-558,000) ×1%
ウ 年収約370万円 ～約770万円	80,100円+ (医療費-267,000) ×1%
エ 年収約370万円以下	57,600円
オ 住民税非課税者	35,400円

【現行】70歳以上の方

適用区分	ひと月の上限額(世帯ごと)	外来特例	
現役並み	年収約1,160万円以上	252,600円+ (医療費-842,000) ×1%	-
	年収約770万円 ～約1,160万円	167,400円+ (医療費-558,000) ×1%	-
	年収約370万円 ～約770万円	80,100円+ (医療費-267,000) ×1%	-
一般	年収約156万円 ～約370万円	57,600円	18,000円 (年144,000円)
非課税	Ⅱ 住民税非課税者	24,600円	8,000円
	Ⅰ 住民税非課税者 (年金収入80万円以下など)	15,000円	8,000円

今回、国会に提出された
上限額引き上げの内容

今年8月と来年8月

用区分を細分化し、所
得に応じて70歳未満で
は7〜38%の引き上げ
が予定されています。
年収700万円の場合、
現在の月額約8万円か
ら約11万円に引き上げ
られます。
また、70歳以上、年
収370万円以下の方
に設けられている外来
だけの上限額(外来特
例)についても引き上
げを実施することにな
っています。
昨年、自公維の3党
が合意した「医療費4
兆円削減」により、病
床削減、OTC類似薬
の保険外し、医療費抑
制のための患者負担増
など、受診抑制策が続々
と出てくるなかで、お
金の心配をしないで安
心して医療にかかれる
健康保険制度をめざし
ていきたいと思います。

西濃社保協

西濃圏域2市7町と

国保・介護等で懇談
西濃社会保険推進協
議会(社保協)は、国
保・介護・福祉の改善
をめざして、毎年自治



大垣市との懇談の様子

体訪問を行っています。
今年1〜2月にか
けて、大垣・海津2市
と養老、輪之内、神戸、
安八、池田、大野、垂
井の7町との懇談を行
いました。
今回は、高すぎる国
民健康保険料と介護保
険料の引き下げ、高齢
者福祉の分野で加齢性
難聴者への補聴器購入
補助の実施を中心に懇
談しました。
国保料(税)につい
ては、直近5年以内に引
き下げを実施した自治
体や据え置いている自
治体がある一方で、大
垣市は2年連続引き上

加齢性難聴者への補
聴器購入補助は海津市、
輪之内町、安八町、神
戸町が実施しており、
未実施の市町に検討を
要望しました。
社保協事務局 松岡和彦



医療福祉生協をめぐる情勢の特徴 単身世帯・高齢者単身世帯の増加



**日本医療福祉生活協同組合連合会
中部ブロック方針討論集會に西濃から5人が参加**

2月1日、名古屋駅近くの会場で開催された、7県・9生協から74人が参加、西濃医療生協から木村理事長、中村専務、中尾、長屋、松岡各常務理事の5人が参加しました。

基調報告「全国の医療福祉生協2025年度活動のふりかえりと2026年度の重点課題(案)」を日本医療福祉生協連・片山専務理事が報告。

次に、金沢医療生協「能登支援の取り組みとこれから」と名古屋の北医療生協「金城学院大学生協との協同組合間連携について」の発表があり、小グループに分かれて討議を行いました。

「基調報告」について
医療福祉生協は「誰もが健康で居心地よく暮らせるまちづくりへの挑戦」をメインテーマに、「私たちは何のために存

在するのか」医療生協の原点を再確認し、変化に向き合い、しなやかに対応し、原点を「進化・深化」させよう!との呼びかけがありました。

高齢化が進行する社会のなかで、西濃医療生協も高齢者が多数を占めますが、図のグラフにあるように単身世帯も増加し続けています。ますます人とのつながりが、大事になる地域社会において、班や支部などの活動をもっと広げ、高齢者がいきいきと生活できるように、同時に次の世代につないでいけるよう、多様な参加と協同、健康づくり、助け合いの輪を広げていきたいと思われました。

医療や介護の抑制策が拡大する中で全国の医療生協が経営困難になってきていることから、持続可能な経営づくりの提起もありました。当生協においても事業の質の向上、従事者確保と働き続けたい職場づくり、そして後継者育成など、経営改善が大きな課題になっています。

最後に、平和で人権が大切にされる社会の継続をめざそうとの提起がありました。

松岡



被爆者の願いを継承する県民の会 被爆・戦後80年記念講演会

核抑止力では

平和は守れない

「被爆者の願いを継承する岐阜県民の会」は当生協も加盟する全岐阜県生協連が事務局をつとめる会で、被爆体験の証言、岐朋会支援、核兵器禁止条約の批准を求める署名などの活動を行なっています。

「県民の会」は2024年10月に、日本原水爆被害者団体協議会(日本被団協)のノーベル平和賞受賞から一年になる昨年10月11日に、ぎふ

メディアアコスモス・みんなのホールにおいて、ピースボート共同代表の川崎哲さんを講師に招き、被爆・戦後80年記念講演会を開催しました。

川崎さんは、核兵器廃絶国際キャンペーン(ICAN)の国際運営委員兼会長でもあり「核兵器禁止から廃絶へ」と題して講演されました。

ICANは2007年にオーストラリアで発足後、ジュネーブに国際事務所を設け、110か国650団体に広がる中で、国連での核兵器禁止条約の成立に貢献、2017年、ノーベル平和賞を受賞しました。

2022年に開催された核禁条約締約国会議では、核兵器の非人道性を非難し「核抑止」に基づく安全保障は持続可能ではないと宣言したことを強調されました。

今、核廃絶が進んでいないようにみえますが、世界をみれば「核なし安全保障」の国が多数であること、核の威嚇では戦争を防ぐどころか核武装国による戦争開始を後押ししているとお話し、「抑止力では平和は守れない」ことを改めて痛感しました。

松岡



大垣中央支部

配達(苦労さん会)に22人が参加しました。1月22日、「げんき配達(苦労さん会)」が6年ぶりに木曽路で開催されました。前夜は雪が降りましたが、当日は朝から風もなく好い天気になりました。22名の方が集まりました。昼食を楽しみながら、持ち寄った品物

を景品にして三角クジの福引きがありました。そのあと紙芝居を使った「面白クイズ」で正解者にまた景品がもらえ、盛り上がりしました。「あなたは何が当たったの」と興味をもつて見せ合い笑いに包まれました。明るく楽しいひとときでした。

杉山正明

大垣西支部 健康講座

まぶたのたるみが

気になって



2月25日、健康講座テーマ「眼瞼下垂症について」を組合員活動室で開催しました。まさきクリニック岩本院長に講師をお願いでき、24人の参加でした。イラストを使って、目と眉の間のまぶたを十数ミリ切り取るという術式の説明のあと、術前、術後、1週間後、1か月後の写真をたくさん見せていただきました。

参加者の皆さんが大きくなりたい、「オー」と声が出たりと、納得の健康講座になりました。多くの方がまぶたのたるみを気にされているようで、タイムリーな講座でした。質問タイムでは、岩本先生が気さくにお答えくださいました。薄毛のことや風呂の入り方などテーマと違う話にも。先生曰く「世の中にいらぬもの、ナイロントオル、孫の手、湯たんぼ」だぞとす。

川村一郎

西濃南部支部

恒例のみかん狩り

支部恒例のみかん狩りが11月30日に行われ、参加者は10名でした。



皆さん慣れたもので早くに採り終えてからおにぎりや温かい味噌汁で昼食、コーヒーを飲みながら話も弾みます。風も無く暖かいから少し山に向かって歩きますか?と声掛けしましたが、誰も動こうとせず話が途切れません。この日は別に毎年大垣から6名の方が来て楽しんでくれます。

みなさんは冷え込んでくると美味しさが増してきますが、今年はいつまでも暖かいため、本来の酸味甘味が味わえないです。特に近年は地球温暖化が自然の作物に影響を与えて、今までの形態が崩れつつあります。今日は、良きみかん狩り日和となりました。木村

赤坂支部

健康サロン

1月15日に開催した健康サロンには、14人が参加。川井栄松さん、敬子さんご夫妻によるアコーディオンと三味線の演奏で懐かしい歌を歌い、楽しみました。

敬子さん指導でバタカラ体操をしました。童謡「ちようちよう」の歌詞を「パ・タ・カ・ラ」の言葉に替えて歌うお口の体操です。これは初めての経験でしたが、なかなか軽快でとっても楽しかったです。最後に敬子さんの三味線演奏で民謡を歌い、幸せ気分が残りしました。

玉井千登枝



健康委員会

健康講座「らくらく体操」

1月24日、しずさと診療所リハビリ室で行われた「らくらく体操」に参加しました。前日に雪が降り、足元の悪い中でしたが、29名もの参加者が集まりました。

この寒い中、家に引きこもる毎日を通じていた私にとって、ベストタイミングの講座でした。あまりきつくなく、自分に合った体操を教えただけだころという思いで参加しました。

講師は理学療法士の伊賀並裕規先生です。初めに、痛みについて、そのメカニズムや種類、運動やバランスのとれた栄養摂取の大切さなどを

教えていただきました。

いよいよ次は、「らくらく体操」の実践です。身近にあるタオルを使い、椅子にすわってできる運動でした。タオルの端を両手でしっかりと握り、ピンと張りながら、いろいろな動きを行いました。私は肩こりに悩まされることが多く、肩甲骨周りの筋肉をほぐす運動がとても気持ちよかったです。難しかったのは、タオルを膝のあたりで引っ張り、脚抜きをする運動でした。体が硬い上にお腹の脂肪が邪魔をして、なかなか足が抜けません。これは日頃の運動不足を実感することとなりました。

最後に、全員で足踏み床連打を30秒間行いました。私は皆さんについていくのが精一杯でした。これも持久力のなさを感じた次第です。

この講座で学んだ運動はどれもそれほどきつくない、まさに「らくらく」と言える運動でした。しかもタオルで効果的に体に働いたように思いました。

折しも、健康チャレンジが始まります。今日学んだ運動を健康チャレンジとして、気分を「らくらく」で頑張ってみようと思います。伊賀並先生、そして健康委員の皆さん、ありがとうございました。

宮川恵子



不破支部

お菓子教室に参加して

2月22日、お友だちに誘われて関ヶ原中央公民館で行われた「お菓子教室」肉まん・あんまんに作り、私でも出来るかなと思いつきながら参加しました。

参加者23名は6つのグループに分かれて作業しました。レシピをもらって作り方の説明を受け、まず皮作りから。家でギョウザを作る時にも市販の皮を利用するので、粉からこね、寝かせて一枚ずつ成形するのは大変でした。肉まんの具はギョウザと同じ要領なので安心でした。

お友だちが、上にひだを寄せてじょうずに肉まんらしく仕上げてくださいました。私はあんまんに挑戦しました。丸く薄く伸ばした皮にあんを乗せて包み込み、上を平らに丸めるとあんまんらしくなりました。蒸し器で20分ほど蒸し上げると皮がつややかにふっくらと仕上がりました。

米粉を使った皮はもちもち、中華調味料(味覇)とごま油が入った肉まんは美味でした。

この教室に参加できてとても良かったです。ありがとうございました。

古山淑子



神戸支部・お茶班会

初釜のお茶事

床には「笑」の掛け軸と、めでたい巫女鈴。床柱には白い清純な椿。新しい炉ではフツフツと沸くお釜。

1月18日、お茶班会を開き、お正月らしい清らかな温かいしつらえのお茶室で私たちは初釜のお濃茶をいただきました。

この日は長く体調不良だった若園文字先生に久しぶりにお会いでき、お濃茶席で

の作法や初釜の席でしかお目にかかれない数々のお道具の説明をしていただきました。

みんな緊張しながらも和気あいあいと初めてのお濃茶を楽しましました。金銀釉の於福茶碗でいただいたお茶は苦くても甘く、「笑」あふれる忘れられない「初釜の会」となりました。全員分のお濃茶と薄茶を点てていただいた若園みゆき先生には感謝です。

松岡恵子



健康委員会

健康チャレンジ

生活習慣の改善で健康づくり
ご家族・友人とご一緒に
今からでも取り組みましょう

チャレンジ期間
2026年2月～3月

- *カード提出期限は4月末です。
- *お近くの役員が診療所の受付にカードをご提出ください。またファックスでのご提出も受け付けます。
- *皆さんに参加賞(防災士お勤めのホイッスル)をお渡しします。

お問合せ 本部 電話 0584-92-3268
ファックス 0584-93-1169

赤坂支部 健康サロン

毎日の食事で免疫力を高めよう
日にち 3月19日(木) 10:00～11:30
場所 青墓地区センター 研修室
講師 水野里穂さん
大垣市保健センター 管理栄養士

赤坂支部の班会ご案内

- ウォーキング班会
3月18日(水) 4月15日(水) 時間は9時～
草道島スポーツ公園
- スクエアステップ班会
3月26日(木) 4月23日(木) 時間は10時～
青墓地区センター

健康サロン、班会、どなたでも自由に参加できます。
会場、集合場所にお越しください。

問合せ先 宇津91-2379 玉井91-7422 高瀬71-4409

スクエアステップ班会の様子

12月25日の班会は参加者は15人でした。この日はいつもより早めに終え、久々に茶話会を開きました。美味しいお菓子とコーヒーをいただきながら、一言ずつ話をしてもらい、その後認知症予防には大変良いと言われている「早口ことば」をみんなで一緒に声にするものの、なかなか上手く言えずに大爆笑!あつという間の楽しいひとときでした。(玉井千登枝)

読者の声

通行手形で街歩き



健康まつりの抽選で当たったマスの通行手形を持って、大垣の街歩きをしました。大垣城、守屋多々志美術館を見学して回り、お饅頭2個と昆布巻き、唐揚げをゲットしました。有効期限は3月31日までです。まだ、利用しない方はぜひお出かけください。
山河

読者の声

地産地消のつどいに参加して

2月21日、西濃地域地産地消のつどい&マルシェに参加しました。出店など参加団体は40以上で、会場いっぱいには40以上で、会場いっぱいにはブラスが配置され、野菜、お米などの販売、乳搾りの模擬体験、ミネストローネやこんにゃくの試食、キッチンカーでは焼き鳥、焼きそばなどの販売もあり、楽しさ満載で、医療生協の健康まつりでも参考になると思えました。長屋

軍拡増税反対 消費税減税 インボイス廃止を求める

3.13 重税反対統一行動
西濃集会

とき 3月13日(金) 午後1時～
ところ 大垣公園 城西広場

- 午後1時10分 集会開始
- 午後1時40分 デモ行進

重税反対西濃集会実行委員会
連絡先: 西濃民主商工会
大垣市三本木4-21

2026春休み
おやこで巡る大垣の戦跡

日にち 3月28日(土)
9時30分～12時30分

奥の細道むすびの地記念館2階 多目的室に集合、大垣空襲の概要説明の後、市内の戦跡を巡ります。
★雨天時は会場内でビデオ上映など

参加費 お一人200円(資料代、保険料)
持ち物 筆記用具、飲み物

*小学生以下は保護者同伴でお願いします。
*大人だけ、中高生だけの参加も歓迎です。
申し込み締め切り 3月18日(水)

《申込・問合せ》

西濃教育会館: 山岸: 090-2689-3438
大垣おやこ劇場: 0584-73-8222 (月・水・金) FAX同じ
お申込みには参加者のお名前、年齢、連絡先が必要です。
主催: 西濃ピースフェスティバル実行委員会
後援: 大垣市 大垣市教育委員会

一緒に働く仲間をご紹介いただけませんか？

- ◎医師 在宅医療に関心のある医師
 - ◎理学療法士 作業療法士 言語聴覚士
 - ・いずれも非常勤
 - ◎訪問看護師 常勤・非常勤
- 詳細は本部 中村まで 電話 0584-92-3268

無料

おんこも生活相談

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。

日にち： 4月9日(木) 5月14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 0584-92-3268

新入職員紹介



しずさと訪問看護ステーション
看護師 工藤 栄子

2月に入職しました。趣味はテニスです。体を動かすことが好きでアウトドア派です。総合病院、クリニック、単科の病院と看護師歴約30年の経験がありますが、訪問看護は初めてです。新しいことを学びながら、在宅で過ごされる利用者様がその人らしく療養生活を送れるように看護を提供していきたいと思っています。よろしくお祈いします。

グラウンドゴルフで楽しく健康づくり

日にち

- 3月12日(木) 18日(水) 25日(水) 30日(月)
- 4月7日(火) 15日(水) 21日(火) 30日(木)
- 5月8日(金)

※それぞれ12時半プレー開始

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

ウォーキングの会

日にち 3月16日(月) 雨天 3月23日(月)
行き先 家康の陣跡を巡る中山道歴史探訪(関ヶ原) 山道の松並木を歩き、山内一豊陣跡、徳川家康最初陣地(桃配山)と最後陣地(陣場野)など訪問。昼食後は東首塚、本多忠勝陣地を訪問。

集合場所・時間 しずさと診療所 8:30
持ち物 弁当、水筒、雨具、防寒具、運動靴
会 費 200円+交通費200円

日にち 4月20日(月) 雨天 4月27日(月)
行き先 岐阜のマチュピチュ「天空の茶畑」 揖斐春日地区の「天空の茶畑」を訪問。標高300mほどの山の中腹から眼下一面に広がる茶畑がインカ帝国の遺跡「マチュピチュ」に似ていることで人気。山の中腹でのゼンマイ摘みも楽しみ。

集合場所・時間 しずさと診療所 9:00
持ち物 弁当、水筒、雨具、防寒具、運動靴
会 費 200円+交通費400円

問合せ 杉野茂樹 080-9832-3399
梅村民雄 090-4232-9057

山楽会

日にち 3月9日(月) 雨天中止
行き先 横山城跡(長浜市・標高312m) 浅井氏の支城であったが織田信長軍が奪取、秀吉が小谷城攻めの拠点としていた。下山後、観音寺にてコーヒータム。

歩行時間 約2.5時間
健脚度 初級
集合場所・時間 しずさと診療所 7:45
持ち物 弁当、お茶、登山靴、杖、雨具、防寒具
会 費 200円+交通費300円

日にち 4月13日(月) 雨天中止
行き先 祐向山(いこうやま・標高374m) 本巣市「文殊の森」文殊山、祐向山を周回(上り472m)。

歩行距離・時間 4.7Km 約3.5時間
健脚度 中級程度(階段多い)
集合場所・時間 しずさと診療所 8:00
持ち物 弁当、お茶、登山靴、雨具、杖
会 費 200円+交通費400円

問合せ 梅村民雄 090-4232-9057
杉野茂樹 080-9832-3399

宇留生支部 うるうてくてく(歴史散策)
＜神戸町の歴史と文化を訪ねて＞

場 所 日吉神社、三重塔、瑠璃光寺、尾張藩領取締
 木戸跡など(ボランティアガイドさんが案内します)
 日にち 3月15日(日) 9:15集合
 ※雨天の場合 3月22日(日)
 集合場所 西部研修センター駐車場
 持ち物 飲み物等
 問合先 堀 090-7314-2505 宮川 090-7954-3423

スクエアステップ体験会

日にち 3月24日(火) 10:00～
 場 所 みかげの森「プラザしもたど」
 持ち物 汗拭き用タオル 飲み物(水分補給用)
 対 象 どなたでも(組合員でなくても良い)
 申込先 組合員活動部 松岡 090-1989-4254
 締切日 3月21日(土)
 ※詳しくは本紙折込みチラシをご覧ください。

健康委員会 ノルディックウォーキング

日にち 4月4日(土) 10:00～11:30
 ※雨天の場合 4月5日(日)
 場 所 美濃国分寺(受付は駐車場)
 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
 持ち物 ノルディックウォークポール、タオルなど
 問合先 本部 0584-92-3268
 ※詳しくは本紙折込みチラシをご覧ください。

大垣南支部 憲法カフェ

DVD鑑賞のあと 憲法のこと、平和のことをみんなでおしゃべりしましょう
 日にち 4月16日(木) 10:00～11:30
 場 所 大垣市江東地区センター1階会議室
 問合先 寺倉 090-2680-6482 黒田 090-8555-0817

盆おどり同好会 定例化決まる!

毎月第4火曜日13時30分から組合員活動室で開催
 次回は3月24日(火)です。
 民踊クラブ(加藤さん)に毎回来てもらっています。
 2月は大垣音頭、炭坑節、かわさき、春駒、ブンガチャ節、ダンシングヒーローの6曲。
 夏の本番に向け、猛練習中。
 ～盆おどりの好きな方、どなたでもOK～
 問合先 西支部 川村一郎 090-9178-0913

**診療所・介護事業所の草取りボラに
 皆さまのご協力お願いします**

日にち 3月22日(日) 雨天の場合3月29日(日)
 4月26日(日) 雨天の場合5月3日(月)
 ※集合時間はいずれも午前8時30分
 集合場所 しずさと診療所
 問合先 正岡礼子 27-5957

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1診	柄澤	柄澤	柄澤	柄澤	阿川	※3
	第2診	塩澤	阿川	粕谷	※1	粕谷	—
	第3診	—	—	—	—	※2	—
14-17時	訪問診療	柄澤 塩澤	柄澤	柄澤 粕谷	柄澤	柄澤	
17-19時	第1診	塩澤		泉		柄澤	

※1 木曜日第2診の診察

第1・第3・第5木曜は西尾医師が担当します。
 第2・第4木曜は岡野医師が担当します。

※2 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。

※3 土曜日の診察

第1・第3土曜は柄澤医師が担当します。
 第2土曜は松井医師が担当します。
 第4・第5土曜は小林医師が担当します。

エコー検査・栄養指導のご案内

検査技師による心・頸動脈エコー(毎週水曜日)
 管理栄養士による栄養指導(第2火曜・第4金曜)
 ※診察時にご相談ください。

＜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 0584-93-0345
 〒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