

らぼり通信

【発行】
たじま医療生活協同組合
理事長 安木 洪

【連絡先】
〒668-0851
兵庫県豊岡市今森465番地の1
事務局 ☎24-7035
ホームページ
<http://tajima-coop.com/index.html>

第157号 2021.9.15



村岡区祖岡 撮影 池田 芳久

「盂蘭盆会」

八月に入ると、墓掃除が始まる。暑い日中を避け腰に蚊取り線香をぶら下げて、朝早くから墓へと続く山際の道の草を刈る。そして、墓地の草も綺麗に取り墓石を磨く。誰が眠る墓石なのか判らぬご先祖様の墓石もある。その一つ一つに、竹で作った線香立を置き、花立を地面に突き立て墓掃除を終える。

八月十日前後に、棚経のお寺さんを、仏壇の掃除をし、花を替え団子を供え、仏壇を盆用の飾りにして迎える。初盆の仏のある時は、盆提灯等も飾られて賑やかな仏壇となる。

八月十三日は花の準備をする。午後から墓に花を立てに行く。夕方、暗くなり始めると墓の灯籠にろうそくの灯を入れる。家に帰り、仏壇にろうそくを灯し、線香を立て経を読む。盆が始まる。盆の間は夕方に墓の灯籠に火を灯し、朝夕と仏壇に経を読む家を出て暮らしている子ども達の顔も揃い、賑やかな夕飯が始まる。戸が開け放たれ夜の涼しい風が吹き抜ける。盆踊りが始まったのか歌声やざわめきが聞こえてくる。

八月十四日早朝、家族揃って団子に茄子や胡瓜を刻んだお供えとそれを乗せる芋の葉、手桶に水を汲み線香を持って墓参りに行く。何組もの墓参りの家族と出会い、そのたびに「ええ盆になりました」と挨拶を交す。

十六日夕方暗くなると、一束の藁とお供えを持って河原に行く。藁に火をつけ、お供えを川に流す。盆が終わった。何世代も私たちは、家族で集まり同じことを繰り返して先祖を迎え先祖を送ってきた。

時が流れ、墓は先祖代々の墓にまとめられ、山を下りて行く。そして、盆の行事も一つ二つと消えていく。しかし、誰もが命のバトンを次へと繋ぐ走者であることに変わりはない。語り継ぐ事が無くなることはない。

ろっぽう診療所 所長就任にあたり

和田 陽介



組合員のみなさまへ所長就任にあたり、ご挨拶申し上げます。

私は平成17、19年にろっぽう診療所で勤務させていただきました。そこで初めて障害のある方々の診療や在宅医療に触れ、リハビリテーションの重要性を認識しました。兵庫県内や静岡県の病院でリハビリテーションや内科診療の研究を積み、リハビリテーション医学会専門医、指導医の資格を取得しました。平成26年から丹波篠山市の兵庫医科大学ささやま医療センターでリハビリテーション科医長、総合診療科部長、居宅サービスセンター長を歴任しました。この度は縁あって再びろっぽう診療所で勤務させていただきますことになりました。私の

医師人生に重要な契機を与えてくれたこの地に恩返しができることを嬉しく思っています。生活習慣病の診療の質を高めるとともに、CT検査などを活用して病気の診断の質も高めていきます。あわせて、「歩きにくい」、「食事が飲み込みにくい(嚥下障害)」といった障害で困っておられる方々の相談にも乗ることができるようになっていきます。

具体的には、自宅での運動をお伝えすることや手足のつっぱりや痛みに対する薬による治療、訪問看護や訪問リハビリとの連携の強化を図ります。また、健診や予防接種はこれまでどおり継続していきます。もちろん、感染対策はしっかり行い、安心して受診していただける診療所を作っていくきたいと思います。

組合員のみなさまと力を合わせて、よりよい診療所を作っていくきたいと考えています。今後ともよろしくお願いいたします。

所長退任のごあいさつ

ろっぽう診療所所長 合田 泰幸



交代させていただくことになりました。この間約一年半に渡り、医師や診療所の職員をはじめ、多くの方々のあたためて感謝申し上げます。

私は、昨年4月20日より、前任の千葉医師を引き継ぎ、所長としてろっぽう診療所に勤務させていただきました。この度、本年10月より新所長に和田医師が赴任されることになりましたので、所長を

強い印象として残っております。また、在宅医療に関わることで、地域の方々の生活や、医療・介護の状況など、多くのことを学ぶことができました。そして、豊岡病院をはじめ、他の医療機関や開業医の先生方との、地域医療をめぐる協力関係の大切さも学びましたし、介護施設との連携の重要性も痛感しました。今後、所長業務としては終了しますが、一定の外來業務を継続することになっておりますので、今後共よろしくお願ひ申し上げます。

たじま医療生活協同組合 建設推進委員募集

後期基本計画に基づき、組合員や職員の皆さんの声を十分に反映させながら診療所、介護事業所、組合員の集いの場などの施設整備について検討するため、建設推進委員15名のうち、3名を組合員から募集します。

- 1 募集人員 3名
- 2 応募資格 たじま医療生活協同組合員
- 3 任期 委嘱日(10月)から2023年3月31日まで
- 4 報酬 なし(※交通費別途支給)
- 5 申込方法 電話、郵送、FAX
- 6 申込期限 10月5日(火)
- 7 申込・問合せ

組合本部事務局 電話24-7035(担当/松本)

豊岡市役所出前講座のご案内

日時：9月30日(木) 14:00
場所：但馬文教府 体育館(上履き必要)
内容：「あなたの体力年齢はいくつ？」

自分の体力年齢を知って、健康づくりに生かそう！
申し込み・お問い合わせは事務局まで。

ご存知ですか？ 介護保険における自己負担軽減制度について

8月1日利用分から、高額介護サービス費と、介護保険施設における食費の負担限度額が変更になっています。介護サービス費や介護保険施設における食費・居住費は、市区町村の高年介護課へ申請することで負担額をおさえることができる場合があります。

○高額介護サービス費について

介護サービスを利用した際は、所得や要介護の区分等に応じた利用料を負担することになりますが、申請により1か月に支払った利用者負担額が、負担限度額を超えた場合に、超過分が「高額介護サービス費」として払い戻される制度です。8月1日から、高所得者の負担限度額が引き上げられました。

区 分	負担限度額
年収約 1,160 万円以上 (新設)	140,100 円
年収約 770 万円以上 1,160 万円未満 (新設)	93,000 円
年収約 770 万円未満の市町村民税課税世帯 (変更なし)	44,400 円
世帯全員が市町村民税非課税 (変更なし)	24,600 円
生活保護を受給している方等 (変更なし)	15,000 円

●高額介護サービス費の対象となる費用

1. 居宅介護（居宅支援）サービス費に係る利用者負担
2. 特例居宅介護（特例居宅支援）サービス費に係る利用者負担
3. 施設介護サービス費（特例施設サービス費を含む）に係る利用者負担（居住費・食費を除く）

●高額介護サービス費の対象とならない費用

1. 福祉用具の購入費
2. 住宅改修費の利用者負担額
3. 施設での介護保険給付以外のサービスの利用者負担
その他、支給限度額を超えたサービス費用については、全額利用者負担

○介護保険負担限度額認定について

低所得者の方が、介護保険施設（介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院）やショートステイを利用した場合、負担限度額認定申請をすることで食費・居住費について、自己負担を軽減することができます。今回、居住費と、生活保護受給者等第1段階の方の限度額の変更はありません。

- 1) 対象：世帯全員（別世帯の配偶者を含みます）が市町村民税非課税
- 2) 認定要件（預貯金額）：改正前は、単身1,000万円・夫婦2,000万円以下

区 分	預貯金額	
	単身	夫婦
生活保護受給者等（第1段階）	1,000 万円	2,000 万円
年金収入等 80 万円以下（第2段階）	650 万円	1,650 万円
年金収入等 80 万円超 120 万円以下（第3段階①）	550 万円	1,550 万円
年金収入等 120 万円超（第3段階②）	500 万円	1,500 万円



※年金収入等：

公的年金収入金額(非課税年金を含みます)+その他の合計所得金額

- 3) 介護保険施設入所者・ショートステイ利用者の食費(日額)の負担限度額

区 分	施設入所者		ショートステイ利用者	
	7月まで	改正後	7月まで	改正後
生活保護受給者等(第1段階)	300 円	300 円	300 円	300 円
年金収入等 80 万円以下 (第2段階)	390 円	390 円	390 円	600 円
年金収入等 80 万円超 120 万円以下 (第3段階①)	650 円	650 円	650 円	1,000 円
年金収入等 120 万円超 (第3段階②)	650 円	1,360 円	650 円	1,300 円
補足給付の対象でない方	負担額は施設の利用者の契約による			

介護のことでお困りの方は、居宅介護支援事業所えがおにご相談ください。

電話 0796-24-7013

認知症ほっせう⑤ そんな病気？

前田 恵利

認知症と一言でいっても種類があります。「アルツハイマー型」「レビー小体型」「前頭側頭型」など、時間をかけて脳の神経が変性して起こるものと、「血管性」です。

先の3種類は、脳にタンパクがたまって神経細胞が変性・消失することによって起こります。症状、脳の萎縮する部位、タンパクの種類によって、診断名が違います。変性が起こるメカニズムは少しずつ異なり、細かくは不明です。10年〜30年かけて徐々に進行するといわれています。

3種類の認知症は、脳のどの部分が病気になる、萎縮したかによって早い段階で起こる症状は異なります。また薬による治療も違ってきます。図は影響を受ける脳の働きを一部紹介しています。

★ ☆
脳の側頭葉内側「海馬」の萎縮から始まる認知症が、「アルツハイマー型」です。「海馬」の役割である、今あこつた数秒から数分の記憶を脳に定着させることが苦手になり

ます。

レビー小体型は、レビー小体によって神経細胞の変性が起こり、視覚に関連する後頭葉の血流低下が6割の人に現れます。初期の記憶障害は少なく、幻視など視覚の異常、睡眠障害などが人によって起こります。また急な低血圧など、パーキンソン病のような症状が起こることもあります。

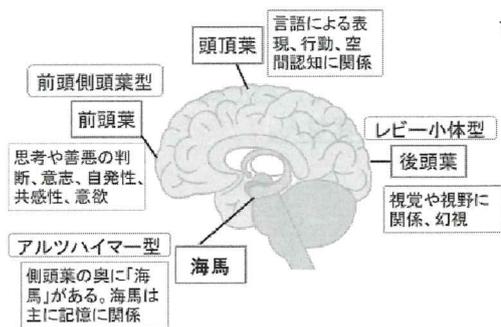
前頭葉や側頭葉が萎縮する認知症が「前頭側頭型」です。前向きな気持ちや、人の表情を読む力などが下がることがあります。

★ ☆
その他にもタンパクの違いによって種類の違う認知症があります。

「血管性認知症」は、脳の虚血など、脳のある部分の血流が悪くなった後遺症として起こります。イライラなど感情の不安定や、無気力になることもあります。自尊心や前向きな気持ちが失われたわけではありません。脳の血管障害の再発予防によって安定し、

リハビリによって生活への適応が期待できます。またアルツハイマー型と脳血管性など、2つの種類が混合することもあります。

★ ☆
認知症によりさまざまなおとが起ることは、ある部分の病気になった症状によるものです。スーパーでの買い物の手順を間違えたり、怒りっぽくなっても、その人の尊厳が損なわれるわけではありません。本人や家族が「困っていること」があれば、受診の時に相談しましょう。次回は「症状はさまざま」



ろっぽうクイズ

次のうち、認知症の種類ではないものはどれでしょう？

- ① アルツハイマー型
- ② レビー小体型
- ③ 前方後円型

はがき、FAX、メールにて、クイズの答えと、医療生協に対するご意見やご感想を添えて「たじま医療生協クイズ係」までご応募ください。

正解者の中から抽選で3名様に、図書カードをプレゼントします。ご住所、お名前をお忘れなく。当選者は次号のろっぽう通信で発表します。そのさいペンネームでの記載をご希望の方は併せてご記入ください。締め切りは10月15日です。

ご意見・ご感想より

●ろっぽう通信で「ひょうごまるごと健康チャレンジ」があること知り、事務局に電話して早速パンフレットを取り寄せた。ベジファースト（食事はまず野菜から食べる）にチャレンジ。健康になって、賞品が当たればサイコー！

●シリーズ但馬の城で竹田城が取り上げられていて、久々に登ってみた。昔映画の撮影で、城の建物が再現されていた時は、備中松山城のように天守閣が残っていたればよかったのにも思っていたが、無くて十分素晴らしい。無いがゆえにロマンを感じる。

●前回の答えは「③」ロナ禍でした。正解者の中から抽選の結果、次の方に図書カードを進呈します。

- おめでとつございませう。
- Y・Kさん (豊岡市)
- 窓際常時さん (豊岡市)
- 天も地もさん (朝来市)

お詫び

156号の総代会の記事で、「提案されたすべての議案は全会一致で承認された。」ことをお伝えしてありませんでした。

宛先

〒668-0851
豊岡市今森465-1
たじま医療生協クイズ係
FAX 0796-24-7010
メールアドレス
info@tajima-coop.com

シリーズ 但馬の城 竹田城②

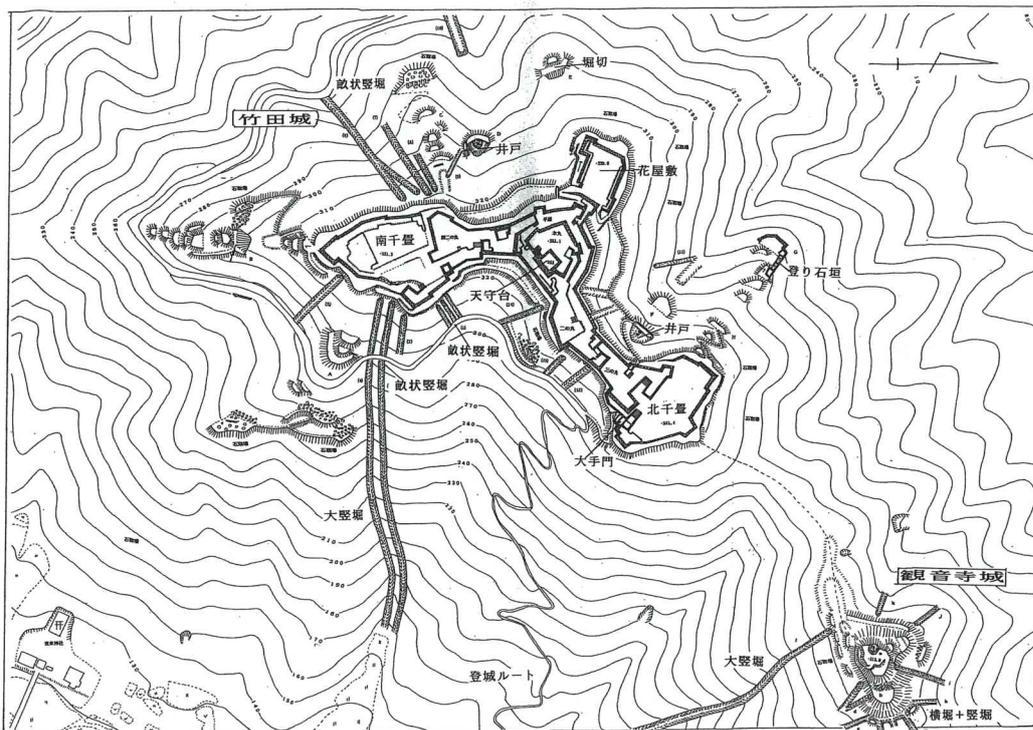
第10回 西尾孝昌

(前回のつづき)

竹田城は総石垣の「竹田城」と石垣のない「観音寺城」の2つからなる。竹田城は竹田町の西側、標高353mの山上にある総石垣の山城である。天守台(東西12.7m×南北10.6m)をもつ本丸は帯曲輪で囲まれ、北東側に二の丸・三の丸・北千畳、南側に南二の丸・南千畳、西側に花屋敷を配置している。総石垣の下斜面には太田垣時代の遺構(曲輪・畝状堅堀)が広がっている。観音寺城は一部に石垣があるが、ほとんどは太田垣時代の遺構(曲輪・畝状堅堀)である。

竹田城の石垣ラインは檜台や折りによる横矢掛かりが発達しており、石垣の算木積・シノギ積はほぼ完成形に近く、反りを持ち、鏡石や立石を多用している。各曲輪にはそれぞれ2つの虎口(大手・搦手)が構築されており、防御性が高い。即ち、本丸の北東には三の丸と北千畳を設けて食い違い虎口と内枳形・外枳形虎口を構築し、南には東二の丸・南千畳を設けて食い違い虎口・外枳形虎口を構築している。本丸の西には、長方形の曲輪に2つの虎口(内枳形・坂虎口)と石塁をもつ花屋敷を設けている。また、城端部の北千畳・南千畳・花屋敷の曲輪が同レベル(標高331m)であることも規格性の高さを窺わせる。瓦は軒丸瓦(コビキB)・軒平瓦・菊紋指差瓦・鳥衾瓦・鯨瓦などがあるが、その中に高麗瓦が1点存在する。なお山上と居館を一体化させるための大堅堀は、登り石垣を伴わないものの、南千畳の東斜面(長さ250m)と観音寺城の南斜面に構築されており、北千畳の西尾根には小規模な登り石垣(井戸を守るものか)も見られる。

竹田城の石積技法
 ・枳形虎口の多用・
 登り石垣と大堅堀虎口・高麗瓦などの特徴から、竹田城は文禄慶長期の倭城と酷似している。平面構成からすると倭城よりさらに進んだ縄張りであり、慶長3~5年の築城も指摘されている。竹田城は赤松氏の個人の築城ではなく、織豊政権が大坂城を守る日本海側の支城として築城し、山陰道・播但道の押さえとしたものとされている。



但馬竹田城縄張り図

ろっぽう診療所 診療時間

診療体制	月	火	水	木	金	土
午前 9時~12時	○	○	○	○	○	○
午後	~往診・予防接種~					
夜間 16時~18時	△	△	○	△	○	△

受付時間 午前診療 受付 8:30~12:00
 午後診療 受付 15:30~18:00
 日曜・祝日休診

ろっぽう診療所

〒668-0851 豊岡市今森465-1 ☎24-7007
 F 24-7010

介護事業所 えがお

〒668-0852 豊岡市江本396-1 101号・102号
 居宅介護支援事業所えがお ☎24-7013
 F 24-6154
 訪問看護ステーションえがお ☎24-6144
 F 24-6154
 ヘルパーステーションえがお ☎24-4731
 F 24-4733
 訪問入浴サービスえがお ☎34-9110
 F 24-4733

急募

診療所看護師(非常勤)
 介護支援専門員(非常勤)
 訪問看護師(常勤・非常勤)
 訪問理学療法士(常勤・非常勤)
 訪問作業療法士(常勤・非常勤)
 ヘルパー(登録型)
 訪問入浴看護師(非常勤)
 訪問入浴介護職員(非常勤)
 担当:松本・瀬渡まで
(TEL 0796-24-7035)

虹のひろば



鶴城支部 夏休み折り紙教室

7月30日、三汗地区コミュニティセンターで夏休み折り紙教室を行い、大人12人子ども14人集まりました。まずみんなで変型の飛び折鶴に挑戦した後、分かれて紙飛行機、紙鉄砲、紙相撲、コマ、朝顔等作りました。会場に飾られた会員さんより提供していただいた色々な折り紙は、子どもたちの楽しいお土産になりました。あっといふ間の2時間でした。

「コロナが早く落ち着き、また楽しい企画ができることを願っています。」

今年も「健康まつり」を中止します

新型「コロナウイルス」収束の見通しが立ちません。そのため、今年も「健康まつり」は中止することにいたしました。

大変残念ですが、今は一日も早い収束を願い、感染しないように気を付けて過ごしましょう。



参加希望の方は、各支部健康推進委員または事務局にお問い合わせください。

『なんなつと』と私

西垣 栄

私と「なんなつと」の関わりは会発足の約2年前に「ボランティア準備委員会」ができた時からです。その一員として月1回の検討会やアンケートの実施・学習会・他生協の見学会などを重ね、多くの方の協力を得て2016年に「なんなつと」が発足しました。この年の秋に退職し、支援員としての活動を始めました。

それから約5年、私たち「なんなつと」のちよつとしたお手伝いで、利用者さんが住み慣れた所で暮らし続けるお役に立っていることを実感し、うれしく思っています。

現在見守り訪問をしている90代の女性は「まだ若いね」「私は70代が一番楽しかったよ」とその都度お話しされます。私も自分を振り返って「楽しかったよ。」と言える人生を送りたいなと刺激を受けています。

「なんなつと」の活動は私の退職後の生活に外出の機会とリズムを与えてくれます。健康を維持しながらもう少し頑張っていきたいと考えています。

理事のつばやき

宮本 徹

タイトルを「理事のつばやき」とでも変更しよう。退職後の今の生活は「バせる」ものは何もなく、「バズる」こともない。職場では「サブスク」とか「ネットフリ」などと聞けばネタフリをしながらも、JKたちDKたちに向かって偉そうに高説を垂れる。もう「口ウカ」で走れないだけでなく、耳も目も困ったものだ。声が小さい生徒の返答には「先生は耳が遠いので、悪いけどもう一回言ってくれろ？」と耳に手を当てる。

閑話休題。24歳から高校の教壇に立つてきました。(2年回り道したのは「2浪」です。今ではあまり聞かない言葉ですが。)高校卒業後、2年間大阪で、4年間名古屋で、そして4年間たつの市で暮らした後、実家に戻り、それから日高町に在住しています。たじま医療生協には1992年の12月(出資通帳に記載の日付)に出資金を出して組合員になりました。当時はまだ「設立準備会」でした。早いものであれから30年になるう

に「という話があるまで「たじま医療生協」との付き合いはほとんどなく、ろっぽう診療所にインフルエンザのワクチン接種に行ったことがあるという程度でした。

「理事」とか「理事会」という言葉で連想するのはテレビの学園ドラマぐらいです。理事会の言いなりにしか動かない学園長(校長)、副園長(教頭)と、「子どもたちのための教育を」と奮闘する(たいてい)若い職員たちが対峙してドラマになります。

さて、学園とは違いますが果たして「たじま医療生協」の理事たちは・・・。私には会計事務の知識や能力が皆無に近いので、毎月理事会で提案される「経営報告」の数字に苦労していますが、医療生協設立の趣旨に立ち戻りながら、できることをやらせていただこうと理事を受けた次第です。(「はやく」のもまた楽しからずや。)

