

# 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170号 2023. 11. 15



撮影 高田 文夫

## 「秋深まる」

昨日の夜はエアコンをかけないと寝られなかったのに。今朝は足が冷たくて目が覚めた。

カレンダーが9月から10月に変わったとたんに気温のスイッチが入れ替わった。まさに激変で体がついていかない。

テレビのニュースで北海道の旭岳のロープウェイでは雪山と紅葉が同時に観られて人気になっていると放送されていた。その山頂駅では木に霧氷が咲いていてもう冬の景色がテレビに映っていた。秋は何処へ行ったのかと思う。

山ぶどうの実が黒く色づく頃になると、僕たち子どもは、群れて公民館の柿の木に登って、小さなころ柿という甘柿を齧った。

誰からともなく「アケビがあらんでいるで」と話が出て、ポケットに柿を突っ込んでアケビの山へと走っていった。アケビは種ばかりでほとんど食べるところなど無い。実を口の中に放り込み甘い香りと汁をすすり、口の中に残った沢山の黒い小さな種は山へ吹きました。

お不動さんの裏山を登ったところに大きなしば栗の木があり、皆で栗拾いをした。そのまま鬼皮を歯で剥き、爪で渋皮を掻き取って食べた。舌が栗の渋で痺れたが気にはならなかった。

60年前、どれだけ山に入っても鹿も猪も猿も熊もいなかった。代わりに山の中を子どもが群れて走り回っていた。

子どもの遊ぶ声が山から風に乗って来る。そして、秋が深まっていった。

遠き日の子ども等の声山葡萄

なお規

# 健康保険証をなくさないで！

## マイナンバーカードのこと

政府は2023年6月に、現行の健康保険証を2024年秋に廃止し、マイナンバーカードに一本化する法案を可決成立させました。現在、健康保険証廃止についての情勢は、刻々と変化しています。

マイナンバーカードをめぐっては、登録ミスや情報漏洩、また病院受診の際に、「資格無効」と表示されるようなトラブルが続いています。これらだけでなく、多くの方が不安に思っています。そのうえ、健康保険証とマイナンバーカードが一本化されればどうなるでしょうか。

マイナンバーカードを持たない人は公的保険診療から遠ざけられる結果となりかねず、国民皆保険制度の下で守られている国民のいのちと健康が脅かされることになりません。

今年6月にJNNが行った世論調査で、マイナンバーカードの活用に不安を感じている方は72%もいます。

誰もが安心して医療機関を受診できるよう、現行の健康保険証を残すようにの声を上げ続けましょう。

### トラブル

情報漏洩の危険はもちろん、医療機関でのシステム障害も起こり得ます。カードを紛失したり、病院の窓口で資格確認ができなかったりして、医療費を全額負担させられた例もあります。

### 無保険者を作り出す危険性

カードを申請し、管理し、利用する。慣れてしまえば皆できる？障がい者や高齢者等、申請できない方たちがいるのです。その方たちは制度が使えず、無保険状態になりかねません。

## 今からでも止められる！

健康保険証廃止を中止・撤回することは、国の責任でできることです。新聞各社も社説で一致して「保険証廃止は反対」です。2024年秋に実施させない声を上げましょう！

## 兵庫県保険医協会但馬支部・市民学習会 保険証廃止とマイナ保険証義務化の問題点

日時 12月2日(土) 16時～17時  
会場 豊岡市民プラザ・市民活動室 C、D (JR豊岡駅前・アイティ7F)  
講師 兵庫県保険医協会理事長 西山裕康先生  
参加費 無料

政府は、来年秋に健康保険証を廃止する方針で、今年4月からほぼすべての医療機関で、マイナ保険証に対応するためオンライン資格確認システムが導入されました。政府は同システムを利用し、「医療デジタルトランスフォーメーション(DX)」を推進しています。今回は、協会理事長の西山先生に、医療DXとマイナンバーカード、マイナ保険証の関連や危険性についてお話しいたします。ふるってご参加ください。

### 【来場申し込み】

兵庫県保険医協会但馬支部・事務局 吉永  
TEL:078-393-1809/FAX:078-393-1820 e-mail:ysng@doc-net.or.jp

### 【Zoom申し込み】

URLまたはQRコードから前日までにご登録ください。 <https://onl.la/WZReqZZ>



# 委員会だより

## 楽しく活動 元気に仲間増やし

組合員活動委員会委員長 藤原敏憲

組合員活動委員会は毎月委員会を持ち、各支部の活動報告、委員会としての活動計画などを相談しながら、和気あいあいの雰囲気ですすんでいます。

医療生協は、子どもから高齢者までのすべての人が安心できるふるさと・地域を作り上げることを目的として作られました。

そして、いまでは四千六百人を超す仲間が医療生協に参加しています。

しかし今、深刻な問題も出ています。

どう組合員を増やしていくか、組合員の高齢化、役員の編成が難しい、若い組合員とどう交流していくのかなどです。

そこで、委員会ではこれらの問題を少しでも解決するため、九月二十五日から十一月三十日までの間取り組む「生協強化月間」のスタートとして、工夫しながら取り組んでいる支部の活動報告を聞く「強化月間スタート交流会」を行いました。

以下報告内容をお知らせし

ます。

● いろんな取り組みをする中で、まだ組合員になつていない人も誘って参加してもらい、組合員に加入してもらった。

● 「支部だより」を発行して、組合員にアンケートを行い、要望をまとめ行政へ要請した。

● 生協に加入したらこんなメリットもあるなどの訴えをしてきた。

● できるだけ「ろっぽう通信」を手配りして、組合員に声掛けをしている。

● 活動する仲間が固定化しないように、気軽に参加できる高齢者のおしゃべり会などを行っている。

このように支部も苦労しながら取り組み、成果が少しでも現れることが励みになっていくこともわかってきました。

じつとしては、仲間も増えない、しんどいだけでなく、楽しみながらいろんな取り組みをすることも大事なことと感じました。

委員会では、「クラウン

### ひょうごまるごと健康チャレンジ2023

結果報告は12月10日必着です。お忘れなく！



ド・ゴルフ大会」「健康まつり」「バスツアー」などを計画しています。組合員の要望に沿ったものになかなかできなく、苦勞しながら取り組んでいます。医療生協を後退させることなく、さらに大きな組織とするために、すべての組合員の皆様の力をお貸しく下さい。

## 「なんなつと」通信

お世話になっているろっぽう診療所・なんなつと

中家 和美

我家は診療所に常時お世話になっていきます。その上「なんなつと」の存在は生活の中で欠かせなく安心・安全の拠点ともいえます。

春と秋には庭の草取り、植木の伐採、つれあい亡き後の蔵書の整理・処分等々、とても親切によくしていただきま

した。お願いの電話をする直ぐに来て対応していただき

ます。庭の草取りは特に美しい仕上がりでびっくりします。来てくださる方に腰が痛

くなりませんかとお尋ねしても、大丈夫です、草取りは好きなんですと、「ニコニコとおっしゃいます。

80歳を過ぎ、気力・体力が減退した一人暮らしにとって、

本当に有り難いことで感謝しています。これからも不用品の処分などよろしくお願いいたします。ありがとうございました。

### なんなつと事務局より

なんなつとの活動でありたいお便りをいただいているのですが、現在支援者が不足しており、ご依頼される支援ができずお断りさせていただくことがあります。

特に草取り、剪定、お掃除の支援ができずご迷惑をおかけしております。

我こそは！と思われる方をお待ちしております。よろしくお願いたします。

一緒に「助け合い活動」に参加しませんか？  
お問い合わせは「なんなつと事務局」0796-24-7015 まで！



# 支部リレートーク

朝来支部支部長 足立 重明

組合員ではないけれど、『あさご文化作品展』や『平和行進』で協力していただいた方、また、私たちが企画した「お楽しみ会」や「学習会」に参加していただいた方には、礼状と共に活動紹介や組合加入の資料を添えて届けてきました。以下の朝来支部活動紹介は、その文書の一部に少し手を加えたものです。

私たちが、『全日本年金者組合伯馬支部』朝来班と『だじま医療生活協同組合』朝来支部は、二カ月ごとに合同の運営委員会を持ち、それぞれ力を出し合い様々な活動に取り組んでいます。

年に3回のお楽しみ会や『あつたかカフェ』(今年は、6月に福岡町の沙羅の寺『應聖寺』を訪ねました。9月にはBBQ会を山東アウトドアビレッジで、10月は『語らう会』を行いました。)そして、新年会(今年は中止しました)や学習会(2月に『介護保険改悪ストップ』学習会を行いました。)、『あさご文化作品展』(今回で6回目ですが、39名55作品の出展でした。)などを企画し実施してきました。

昨年、組合員の助け合い活動を組織しようと協議を重ねて、4月から『なんなつと朝来』という、組合員限定ではありませんが、「生活の困りごと」の相談に乗り、有償ボランティア活動も開始しています。

また、組合員からアンケート形式で朝来市政に対する様々な要望を聞き、要望書にまとめて朝来市に提出し、その回答を求めてきました。そして、市長出席のもとに朝来市との話し合いを行い、要望を実現してきました。今年も、9月19日に朝来市にA4サイズで15頁にまとめた『要望書』を提出しました。市の回答書が届けば検討会を持ち、12月には市長交渉をする予定です。

この要望書作りは、私たちの活動の重要な柱として位置付けています。

昨年度は、補聴器購入の公的補助や高校生までの医療費無償化、高齢者のインフルエンザ予防接種の無料化継続など、この間要望してきたことが、いくつか実現できました。

また、長年に渡り要望し続けた『高齢者や障がい者が利用しやすい新たな移動手段の創設』についても動き始めました。この件で8月には市の担当責任者と会って話し合いを持ち、私たちの要望を直接伝えました。秋の自治協ごと

の『まちづくりフォーラム』で、市の案が説明されることになっていきます。

このような活動内容を組合員の皆さんにお知らせするため、月刊『あさご通信』を発行してきました。10月号で67号となりました。

『だじま医療生協』がスタートして20年以上たつて、やっと『南但にも訪問介護・看護ステーションの建設を!』という願いの実現が課題となった今、この朝来の地でどうしても組合員を増やしていきたいと思ひ、支部は微力ながら活動に懸命に取り組んでいます。どうかお力をお貸しください。

## ろっぽうクイズ

第22回健康まつりの来場者は約何人でしょう?

- ◎ 500人
- ◎ 1000人
- ◎ 5000人

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感想を添えて「だじま医療生協クイズ係」までご応募ください。川柳や俳句、短歌も募集中。

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12月15日です

### 「意見・感想より」

●また今年もインフルエンザ予防接種の案内が届きました。

●毎年の恒例行事になっております。こまめに連絡が届くので、忘れることがなく助かっております。

●いつもろっぽう通信ありがとうございます。地域での取り組みや活動等、楽しく拝見しております。169号巻頭の「八月・誓い」は、戦争を知らない世代の私には、考えさせられるものでした。

●前回の答えは「◎10月22日」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呈します。

- ◎ GGの星さん (豊岡市)
- ◎ ささ身雪さん (新温泉町)
- ◎ 八鹿九鹿さん (養父市)

### 宛先

〒668-0851  
豊岡市今森465-1  
だ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

### ろっぽう診療所 診療時間

診療体制	月	火	水	木	金	土
午前診療 9時~12時	○	○	○	○	○	○
午後診療 2時~4時	往診・予防接種等					
夜間診療 4時~6時	△	△	○	△	○	△

受付時間 午前診療 受付 8:30~12:00  
夜間診療 受付 3:30~6:00  
日曜・祝日休診

### ろっぽう診療所

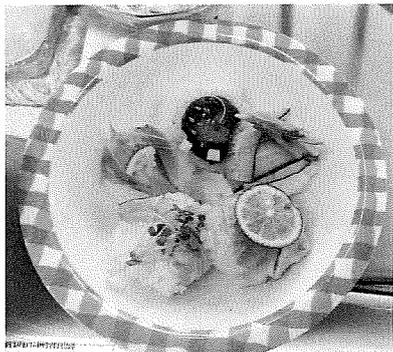
〒668-0851 豊岡市今森465-1 ☎24-7007  
☎24-7010

### 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  
☎24-6154  
訪問看護ステーションえがお ☎24-6144  
☎24-6154  
ヘルパーステーションえがお ☎24-4731  
☎24-4733  
訪問入浴サービスえがお ☎34-9110  
☎24-4733

### 急募

診療所看護師(非常勤)  
診療所診療放射線技師(非常勤)  
訪問看護師(常勤・非常勤)  
ヘルパー(登録型・非常勤)  
訪問入浴看護師(非常勤)  
訪問入浴介助員(非常勤)  
担当:松本・瀬渡まで  
**(TEL 0796-24-7035)**



9月11日(月)ろっぽう通信「わたしのおすすめレシピ」でおなじみの岸本美津子さんを講師に、新田地区コミュニティセンターで行いました。てまり寿司、じゃぶ煮、おからサラダ、台湾風豆花の4品を3つの班で手際よく作りま



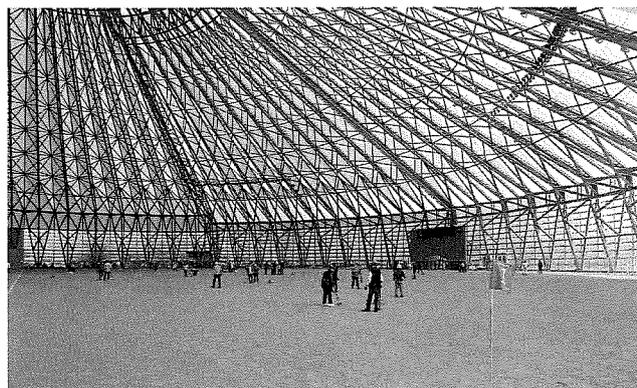
「元気に過ごせる献立」調理実習

健康推進委員会

# 虹のひろば

## まちかど健康チェック

9月12日(火)コープデイズ豊岡店のコープふれあい広場で、久しぶりに健康チェックを行いました。血圧・体脂肪・握力測定、食事指導、病氣相談など、分担してスムーズに行うことができました。10分以上病氣相談をされた方もあり、満足して頂けました。今回の開催を通して、健康推進委員同士の交流もできました。



グラウンド・ゴルフ大会

## グラウンド・ゴルフ大会

10月19日に但馬ドームで行い、70人が参加しました。「久しぶりのドーム大会で、1ゲーム目は感覚がつかめなかった。2ゲーム目からはバッチリだった！」という方もおられました。2011年11月28日に始まった大会は、次回で30回目となります。次回大会は来年5月頃を予定しています。たくさんのご参加をお待ちしています。



健康チェック

### わたしのおすすめレシピ ⑩

おさかな料理に挑戦!

### アクアパッツァ (4人分)

栄養士 岸本 美津子



#### 材料(4人分)

- |                |                |
|----------------|----------------|
| 魚切り身……………4切れ   | にんにく……………1かけ   |
| アサリ……………1パック   | オリーブ油……………大さじ1 |
| 玉ねぎ……………1個     | 酒……………大さじ2     |
| しめじ……………1/2パック | 塩コショウ……………少々   |
| トマト……………1個     | ハーブ、パセリ等…適量    |
| パプリカ……………1個    |                |

#### 作り方

- ① 魚切り身に塩を少々かけておく。アサリは殻をこすり、よく洗う。
- ② 玉ねぎ・パプリカは細切りに、トマトは8等分に切る。
- ③ フライパンにオリーブ油を熱し、にんにくを軽く炒める。香りがたったら魚の皮目を下にして焼く。
- ④ 焼き色がついたら魚を返し、アサリと②の野菜、酒を加え蓋をして蒸し煮にする。
- ⑤ 塩コショウで味を整え、ハーブを添える。

\*ホットプレートで調理するととても簡単!!

魚を尾頭付きにすると、おもてなし料理にもピッタリですよ。

# 第22回健康まつり開催

## 4年ぶりのまつりに500人が来場

10月22日(日)秋晴れに恵まれた健康まつり。五荘小学校金管バンドの演奏で始まりま



みなさんは、兵庫県吹奏楽コンクールで2021年から3年連続金賞に輝き、兵庫県代表に選ばれるなど、各地で活躍されています。  
元気の演奏とパフォーマンスに、会場からは大きな拍手が送られました。

「ノスタルジック カインド オブ ミュージック グループ」の皆さんによる演奏。演奏に合わせた、たじま医療生協出石支部のカラオケ班の皆さんに、日頃の練習の成果を披露して頂きました。  
「バンドの演奏に合わせて、いつもより熱が入った歌になった」と、大満足のカラオケ班の皆さんでした。



「琉球國祭り太鼓」の皆さんによるエイサー。琉球國祭り太鼓の皆さんは2006年6月11日の、たじま医療生協「10周年記念健康まつり」にも出演して頂き、17年ぶりの出演。  
「前にも来ました」というメンバーもおられました。



軽快なリズムや有名な島唄に合わせてのエイサーに、会場は沖縄の雰囲気になりました。  
元気いっぱいエイサーに会場は大いに盛り上がり、最後は来場者も一体になって踊りました。



琉球國祭り太鼓のみなさん

たじま医療生協の11支部すべて、支部以外にも職員等8つの出店があり、来場者はおいしい食べ物やフリーマーケット等を楽しみました。

最後の抽選会は豪華賞品!? が当たるということで、当選番号を読み上げる度に歓声が起きました。

コロナで4年ぶりの健康まつりは、ここ10年で最も多い500人の来場で大成功でした。