

らっぽう通信



このQRコードを読み取るとらっぽう通信のページに直接つながります。

【発行】
たじま医療生活協同組合
理事長 藤井 高雄

【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177号 2025. 1. 15



出石神社 撮影 高田 文夫

迎春

診療報酬・介護報酬の 実質減額に怒り

たじま医療生活協同組合

理事長 藤井 高雄

「明けましておめでとうございます」と言いたいのですが、世界各地で戦争が行われている今日、たじま医療生活協同組合は2025年6月に設立30周年を迎えます。

私は2008年3月診療所に一人所長医師として赴任しました。2018年4月に65歳の定年を迎え、非常勤医師、副理事長として勤めていました。経営状態の悪化、職員間の信頼関係の悪化などがあり、解決のため73歳ですが理事長となりました。

現在直面している問題は、医師、看護師、介護士等の職員不足です。募集してもなかなか見つかりません。他の医院も閉院されるところも多くなっています。豊岡地域の他の介護事業所も介護士不足でサービス提供を減らしているところもあります。国は最低賃金時給1500円を目標としていますが、診療報酬も介護報酬も国が定める公定価格です。公定価格を上げないと時給は上げられません。医師、看護師も雇えません。国には早急に対策を打ってほしいものです。

生活協同組合の理念に立ち返り、引き続き改善に努めていきます。

「明けましておめでとう」と言えますように！
防衛予算を医療・福祉・生活に、来年は心から

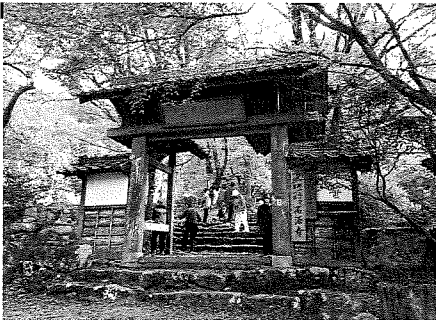
生協強化月間を終えて

9月25日から11月30日までの約2か月間、生協強化月間に取り組みました。

仲間ふやしについては、新田・中筋、神美、美方、出石の4支部が年間目標を達成。法人全体では年間目標の23%まで到達しました。朝来支部が行ったバーベキュー会での加入や、やぶ支部のグラウンド・ゴルフ班（医生協ヤブG・G・C）を通じての加入、出石支部が健康まつり出演者に声をかけての加入もありました。

出資金ふやしについては、組合員向けの増資お願いチラシを9月にろっぽう通信の折り込みで全組合員に配布し、幅広くご協力いただきました。新田・中筋、神美、北西、亀城、日高、朝来、出石支部が年間目標を達成しました。職員の積極的な声かけもあって、出資金ふやしは法人全体で年間目標の82%まで到達しました。12月に入ってから美方支部が年間目標を達成するなど、強化月間が終わってからも増資が続いています。

支部活動、班活動では、きたみ支部がハイキングを、朝



バスツアーで訪れた丹波市の高源寺

来支部「歩こう会」（班）が佐用町に出かけるなど、秋の一日を楽しみました。朝来支部では、「学習会」と「音楽会」を実施、朝来市の各種支援制度を学び、その後歌声とおしゃべりを楽しみました。法人行事としては、健康まつり、グラウンド・ゴルフ大会と、久しぶりにバスツアーを行いました。

課題となっている担い手ふやしは、亀城支部が手配りさんを増やしました。班活動は、班会の回数が昨年よりも増え、活発になっています。

仲間・出資金ふやしの目標達成まであと一息の支部もあります。強化月間は終了しましたが、引き続き目標達成に向けて取り組みましょう。

兵庫民医連 第49回 学術運動交流集会

日時：2025年 2月16日（日）10:00～16:00

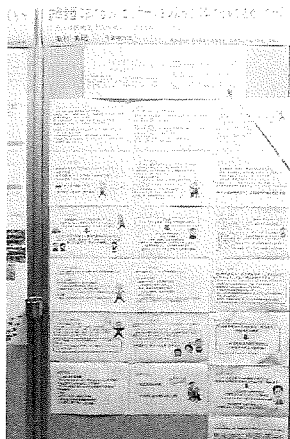
会場：神戸国際会議場 参加費：無料 昼食弁当付

メインテーマ 『医療・介護の連携と共同組織の力で安心・安全のまちづくりを～ケアの倫理を深めてみんなで笑顔になろう～』

記念講演 大阪健康福祉短期大学 川口啓子 名誉教授

「あなたの介護は誰がする？介護と医療の連携が織りなす豊かなケアを」

*当日朝マイクロバスに乗り合わせて行きます。参加希望の方は事務局にお申し込みください。バスの時間等詳細をお伝えします。
申し込み締め切りは1月23日です。



演題発表はポスターセッション方式で行います。ポスターセッションでは、発表する人と見る人の距離が近く、交流もしやすいことが魅力です。

たじま医療生協からは、1演題発表します。たくさんのご参加をお待ちしています。

支部リレートーク 亀城支部 支部長 稲葉 一明

みなさん、こんにちは。豊岡市の亀城支部です。豊岡市街地の中心部に、「神武山」という小さな山があつて、ちよつとした公園になつてい
ます。亀城支部は豊岡の中心部、つまり、その神武山を囲む地域に住む組合員534名(2024年1月末現在)で構成されています。神武山には戦国時代に豊岡城が築城され、その山の形状から「亀城」と呼ばれています。それに因んで支部の名称がつけられたものと思います。豊岡市京町にある市立図書館周辺から神武山公園一帯は、城下町豊岡を感じる事ができるエリアです。ぜひ立ち寄つてみてください。

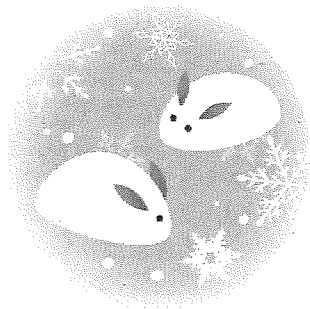
34部(2024年9月現在)で、10名のスタッフで行つて
います。2か月に一度の軽いボランティアで可能なようにスタッフが確保することが課題となっております。おかげさまでこの11月からは新たなメンバーが1名増えましたが、まだまだ募集中です。

親睦行事などについては、新型コロナウイルス感染症対策のためにしばらく中断してしまいましたが、2024年に入つて久しぶりに手配りご苦労さん会として「親睦お食事会」を開催したり、「コウノトリの郷公園」へ「コウノトリの育て見学」と「そばを食べる会」を行つたりしました。また、昨年の秋に久しぶりに開催された健康まつりではフリーマーケットを出店し、農産物や不用品の格安販売を行つて、予想以上の売上金を支部の活動費に回すことができました。売り手にも買い手にも好評だったので、今年の健康まつりでも張り切つて取り組まします。

支部の活動は、「無理をせず、できることをできる範囲で」をモットーに取り組んでいます。支部活動の中心は、ろっぽう通信の配布先仕訳と封入作業、そしてその手配りです。2か月に一度、ろっぽう診療所裏のハウスで作業を行つて、その後で支部運営委員会を開催しています。ろっぽう通信の手配りは5

たしま医療生活協同組合の主たる事業である、医療、福祉、協同施設に係る事業につ

いてですが、亀城支部のエリアは「ろっぽう診療所」や「介護事業所えがわ」にも近く、くらしの助け合いの会「なんなつ」も含めて多くの組合員が利用しています。但馬においては、医療・福祉・介護需要が増大する一方で、公立病院の入院病床が削減され、個人診療所の閉院等が続いています。たしま医療生活協同活動への期待はますます高まっていると思います。滞っている新施設の整備検討も含めて、今後の協同組合の活動が益々進展するよう、亀城支部としても微力ながら取り組んでいきたいと思ひます。



インフルエンザにご注意を！ インフルエンザ・コロナなど 感染症について

ろっぽう診療所 彦坂 陽子

2024年12月中旬 毎日のようにインフルエンザA型に感染された方が受診されています。「コロナ感染の方も、パラパラ見受けられます。」

また、マイコプラズマ感染を疑う方については、肺炎を併発されている方が多く、感染症が蔓延している印象を受けます。例年、インフルエンザは、12月に入つてから、A型から流行し、年末・年明けにかけてB型の感染者を確認します。

全国的に感染者が急増しており、但馬においても、学級閉鎖しているところも出てきています。

風邪の大半(80〜90%)は、ウィルス性といわれ、その中でも、インフルエンザ・ライノウィルス・パラインフルエンザウィルス・RSウィルス・アデノウィルスとウィルスの種類も多種にわたります。現在、当院で取り扱ひのある簡易検査キットは、インフルエンザ・コロナウィルスであり、それ以外の風邪の原因は特定できないのが現状です。また、これらの治療において、基本は対症療法(症状に

対する治療)が優先されます。根本的な治療は抗ウィルス薬になりますが、これだけ使用される国は日本だけと言われていると思います。

一般的には、自己免疫で回復しますが、中には重症化する場合もあります。症状の経過の中で悪化する場合は、医療機関を受診して頂きたいと思ひます。

海外では、熱がでたら、自宅療養が一般的。風邪をひいたら、無理のないようにして頂きたいです。

予防は、ワクチン接種・手洗い・うがい・マスク着用です。ワクチンは、重症化を防ぐ目的で接種をお勧めします。接種がまだの方は、インターネットからご予約ができるようになっていました。

併せて、コロナワクチンの予防接種を、今年1月より開始します。ご希望の方は、お電話で予約を受け付けます。定期受診のある方は、定期受診の時に、受けて頂くように準備していますので、お気軽にお申しつけください。

「他人事ではない、きつとくる介護体験のリアル」 健康推進委員会

11月28日、新田地区コミュニティセンターで、介護学習会を行いました。講師は介護事業所ヘルパーステーションえがおの森田寿美子さんと、14人が参加しました。

介護をする人の立場から、ベッドで寝ている姿勢を変える、起き上がる、座る、車いすへの移乗等について学びました。

ベッドに寝ている、体に麻痺がある人や筋力が低下した人を起こす際には、横向き（側臥位）になって、足を先にベッドから下ろし、麻痺が無い方の腕を支えに起き上がるといった一連の動作を、実際に体験しました。



また、おもりや目隠し等、高齢者疑似体験セットを装着して歩いてみましたが、うまく歩けませんでした。

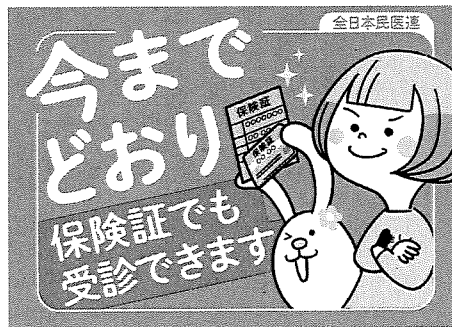
その他、介護用品の紹介があり、介護をする人も受ける人も快適になるようなグッズがあることを知りました。

介護が必要になると、家中での生活が中心になりがちです。外に出て人と話したり、買い物をしたりすることは、認知症の進行を遅らせ、改善するために重要だといわれています。外出の機会を増やすことが、介護をする人にも受ける人にも、気分転換になり、精神的負担を減らすことにつながります。

参加者からは「今は介護をしたことがないけど、近い将来必要になるかも。大変参考になりました」との感想がありました。

マイナ保険証がなくても・・・

全国約7割の医療機関でマイナ保険証、オンライン資格確認に関するトラブルが発生しており、一旦10割負担となったり、受診を諦めたりするケースが出ているといわれています。マイナ保険証の解除申請もできます。詳しくは、加入する健康保険組合や自治体にお問い合わせください。

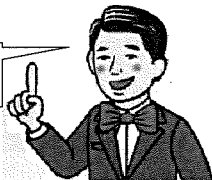


ひょうごまるごと

健康チャレンジ2024

たじま医療生協からもたくさんの参加がありました。ありがとうございました。

賞品が当たりますように！



わたしのおすすめレシピ ⑰ 牛肉と里芋の味噌だれ炒め

根菜でほっこりと

栄養士 岸本 美津子

材料 (4人分)
牛肉 200g
里芋 500g
塩コショウ 少々
いりごま 少々

A { 味噌 大さじ3
みりん 大さじ3
酒 大さじ3
砂糖 大さじ3
しょう油 小さじ3



作り方

- ① 里芋は皮をむいて茹でる (レンジでもOK!)
- ② 味噌だれAを混ぜ合わせる
- ③ フライパンを熱し、塩コショウした牛肉をさっと炒める
- ④ ③の牛肉に①の里芋と②の味噌だれを加える
- ⑤ 火が通り照りが出たら器に盛って、いりごまを振る

「なんなつと」通信

車椅子研修会報告

なんなつとでは、利用者様に安心して支援を受けていただくために、定期的に研修会を開いています。今年で3回目になる車椅子研修を11月5日、ろっぽう診療所の玄関先で実施しました。研修日和の曇り空のもと13名の参加で、昨年に続き、えがおの作業療法士亀村美紀さんの指導を受け、車椅子の基礎知識をわかり、3台の車椅子を使って安全な移動の実習をしました。

今回は車椅子で公道にも移動してみました。道路は水はけのためか端が傾斜していて、車椅子を普通に押すと溝に落ちそうになります。

それを避ける方法として、支援者は溝側をガードするように車椅子の肘掛を持って進

むと、道路側（手押しハンドル）よりも強い力がかかり、まっ直ぐに進むことができませんでした。また、側溝の網に車椅子の車輪が落ちないように斜めに通過するなど、細心の注意が必要で、信号待ちの歩道から横断歩道への小さな段差も、車椅子には大きな障害物だと実感することができました。

車椅子の安全な扱い方は、支援者としてだけでなく自分事として知っておきたい暮らしの中の大切なスキルです。来年も研修会を実施します。興味のある方はぜひご参加ください。

・T

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！



ろっぽうクイズ

日本医療福祉生活協同組合連合会の「すこしおしお」コンテストの最優秀賞賞品は何でしょうか？

- ① フライパン
- ② 揚げパン
- ③ 短パン

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。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2月15日です。

ご意見・ご感想より

- おすすめレシピだのしみにしています。
- 街中で「えがお」さんの車をよく見かけます（マークが目立つので）。お忙しいですが、寒い季節、体に気を付けてがんばってくださいね。いずれお世話になるかもしれません。その時はよろしくお願ひします。
- 塩分を控えた「すこしお生活」を心掛けています。しょう油をなるべくかけず、素材の味を楽しむようにしています。漬物も控えています。奈良漬だけはやめられませぬ。お酒は飲めないのに洋酒入りチョコも好きで、本当下戸なのか自分自身が疑わしい……。

前回の答えは「①フライパン」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。

- おめでとうございます。
- みいさん (豊岡市)
- うぐいすさん (豊岡市)
- 妙見さん (養父市)

急募

診療所看護師(非常勤)
診療所事務員(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：松本まで

(TEL 0796-24-7035)

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
☎ 24-7013
F 24-6154
居宅介護支援事業所えがお
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

ろっぽう診療所 診療時間表

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前診療 8:30~12:00	○	○	○	○	○	○
夜間診療 15:30~18:00	△	△	○	△	第3休診 ○	△

- ・学会等により変更になることがあります。
- ・第3金曜日の夜間診療は休診です。
- ・日曜・祝日休診

虹のひろば

朝来支部

輝きながら歳を重ねたい あさご文化作品展

10月18日から、朝来市山東町ヒメハナ公園「ウツギの館」で、第7回目となる「あさご文化作品展」を開催しました。今回は組合内外から37名53作品を出展していただきました。

11月4日までの開催中に、約200名の来場者がありました。読売新聞で報じられたこともあり、朝来市内だけでなく、養父市や豊岡市、また姫路市からも来られています。

10月23日には「語ろう会」を実施し、19名が参加しました。出展者から作品作りに至った経過や、その作品に込めた思いなどを話していただき、交流を深めました。

2025年は同じ会場で9月4日から21日まで開催します。ぜひご来場ください。



鶴城支部

12月2日に支部レクリエーション「神鍋高原で植村直己冒険館を観て蕎麦を味わう」を行いました。

植村直己冒険館では、紅葉がきれいでした。お昼ごはんは殿さんそばへ。14人の参加でした。

出石支部

アツアツ・ホックリ 芋煮会

冬至の頃には恒例となつた”芋煮会”を今年もやりました。

芋煮鍋の主役は何と言っても里芋！その里芋のブランドと言えばご当地『小野芋』。皆さん持寄りの新鮮野菜も贅沢に加わって具だくさん鍋が大鍋2杯も炊き上がり、新米のおにぎりと手作り漬物も添えてお代わり充分!!。熱々をほお張りながら参加者20名の談笑が広がりました。

満腹満足の後は”カラオケ大会”。カラオケ班メンバーの持ち歌披露と飛び入り即席合唱隊もマイクを握って盛り上がり和気あいあいと楽しい時間を過ごしました。



鶴城支部のみなさん(右)と出石支部の皆さん(左) 両支部では毎年この時期に支部イベントを行っています。



料理研究会(班)

11月30日に行った班会では、好評のそば打ちを行いました。参加者は11人でしたが、そばを注文する方もあり、かなりの量を作りました。

そばの隣では、日本医療福祉生活協同組合連合会が募集している「すこしおしピコンテスト」応募のための料理を作りました。一食分・一汁三菜を、塩分量2g以下で作成して写真撮影。作り方や料理に込めた思いなどを記入し応募。結果発表は3月頃のことでした。

最優秀賞はフライパンのことで、獲得すれば料理研究がますます進みます。入賞したら、改めて紹介します！



「平和のつどい」

12月14日、日高地区「ミニコミュニティセンター」で行われ、大阪府公立中学校教諭の平井美津子さんが「次の戦争を起こさせないために、子どもたちの未来を切り拓く」と題した講演をされました。

当初予定されていた8月31日は台風の影響で延期、その後平井さんが骨折されました。また当日列車が遅れるなど不運が続きましたが、それを思わせないような力強い講演でした。

参加者の感想 安井尚子

この日 wait していた。会場で平井先生を待つ間、不運が重なっても但馬へ向かっておられる最中の先生に、一回目の拍手をされた。

やっと到着され車いすに乗ったまま、早く早く急いでおられる様子に二回目の拍手をした。

急発進の講義は休む間もなく幕進。十分の休憩後も勢いは増すばかり。慰安婦問題を頂点に、「おかしいと思つたら声を上げよう」という強いひびきに二度目の拍手をした。一番長い拍手だった。(資料は家に帰ってゆっくり読みます)