

東信医療生活協同組合 機関紙



発行 / 東信医療生活協同組合 〒386-0042 上田市上塩尻393-1 TEL 0268-28-1085 FAX 0268-28-6085
http://www.toshin-iryuu.com E-mail sosiki@dolphin.ocn.ne.jp
組合員活動部 TEL 0268-23-8001 FAX 0268-23-8095

〔事業所〕
上田生協診療所
川西生協診療所
さかき生協診療所
上田生協訪問看護ステーション
ヘルパーステーション“にじ”
居宅介護支援事業所
元気倶楽部まゆ(デイサービス)
老人保健施設 なないろ
デイケア絹の里
組合員現勢 (2023年4月28日現在)
■組合員 15,674人
■出資金 520,449千円
加入時1口 1,000円 何口でも可
■一人平均 33,204円

シリーズ③ 東信医療生協の事業所のめざしているもの

川西生協診療所

川西生協診療所デイケア

目標 利用者様おひとりおひとりの在宅生活を支えるとともに、職員・組合員だけでなく、地域の諸団体の方々と協力をを行い、住み慣れた地域で暮らし続けられる地域づくりを合わせで行なっていきます。

川西生協診療所のデイケアでは、利用者様が楽しく活き活きと生活ができるように、リハビリやレクリエーションだけでなく、季節の行事なども取り入れ、元気に楽しく過ごしてもらおう工夫を行なっています。

4月に機械浴槽も新しくなり、利用者様が安心して過ごせる場所としてさらに充実することができました。是非、大勢の皆様にご利用してもらえたらと思います。また、ご自宅に帰ってからの生活も充実できるように、「夕食のお弁当手配」や「ご自宅で洗濯ができるように、洗濯支援リハビリ」をスタートしていきたいと思っております。

「今日一日が楽しかった、充実していた」「昨日よりも体が元気」と言ってもらえるデイケア運営と、自宅に帰ってから利用者様が安心して過ごせるような地域づくりを行えるデイケアを目指していきたいと思っております。
川西生協診療所デイケアのご利用をお待ちしております。

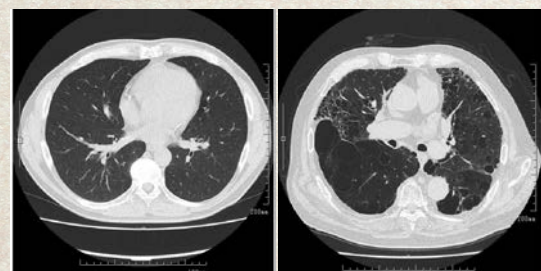


デイケア主任 宮原 加代

ドックオプション胸部CT健診の紹介

上田生協診療所所長 松澤 伸洋

現在の川西生協診療所で行われている健診のうち、胸部CT健診は、肺・呼吸器疾患を広く調べる事ができます。通常の胸部X線写真よりも詳細な画像により、肺癌・慢性閉塞性肺疾患・間質性肺炎など肺の変化を生じる疾患をより明確に映し出すことができます。また、現呼吸機能検査(いわゆる肺活量)と一緒に行うことで現在の肺のリアルな状態を知ることができます。



正常な肺の状態 慢性肺気腫が進んだ状態

例えば、胸部CTでは、肺の変化(構造の変化)を色分けして表示することで、実際に変化を生じている肺の姿を視覚的にわかりやすく表します。そして正常肺と気腫性変化の部分の面積比から体積比を推測し、実際の肺の変化した部分を推測します。
喫煙歴のある方は、胸部CT健診と呼吸機能検査を行い、自分の呼吸器機能を把握していただくことをお勧めします。

※オプション健診のため申し込みは人間ドックの予約時をお願いします。

胸部CT健診 9900円(税込み)
呼吸器機能検査 2200円(税込み)

後期高齢者医療費窓口負担2倍化 アンケート調査で、厳しい生活実態が明らかに！

はじめに

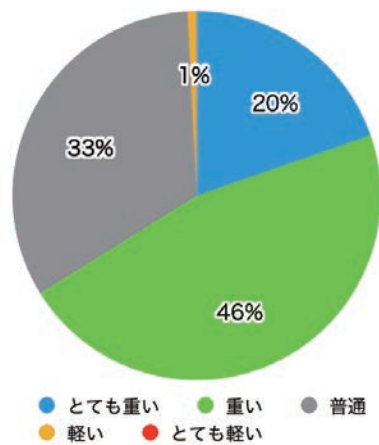
昨年10月より75歳以上の後期高齢者保険証の方の医療費窓口負担が1割から2割へ2倍化されるといふ制度改悪が行われました。対象者は収入が単身世帯で200万円以上、複数世帯で320万円以上の方が対象となりました。国は団塊の世代が後期高齢者となり、医療費が増大し、そのおよそ4割は現役世代の負担になつており、今ある制度を未来に繋げるためには後期高齢者の負担増が必須とされています。しかし、実際は窓口負担を上げて、現役1人あたり年間350円の負担軽減にしかありません。後期高齢者は受診を躊躇し健康を悪化させることに繋がるおそれがある等が指摘されています。

2023年1月～3月末の期間 外来窓口でアンケート調査を実施

上田生協診療所ではこの制度改悪による医療費負担の実情や受診抑制等の受療権への影響を調べるため、窓口アンケートを実施しました。

アンケート記入は診療所に来院された方で後期高齢者保険証を持つ全ての方にお願いし、期間内に419人にご協力を得ました。

【図1】 2割になってからの負担感



2022年10月から1割から2割になった方は129人(31%)でした。全体の2割の方が負担増になるという国の試算より多くなっています。

「医療費が2割になってからの負担感について」の質問に、とても重いのが98人(20%)の回答があり、多くの方が重く感じています。【図1】

「医療費が増えた事で当てはまることは何か」の質問への回答については、①今まで通り受診するが圧倒的に多いものの、②受診をためらうようになった、③受診回数・薬を減らすそれぞれ20人を超えています。食費を削って受診する。これ以上切り詰められない、という生活の厳しさが分かる回答もありました。

今回の制度には、医療費増加分が上限3000円までという配慮措置

があり、それを超えた差額は登録された口座に払い戻すことになっていますが、①手続きをしていない、②手続きの仕方が分からない、と回答された方が非常に多い状況です。【図2】

自由記述から

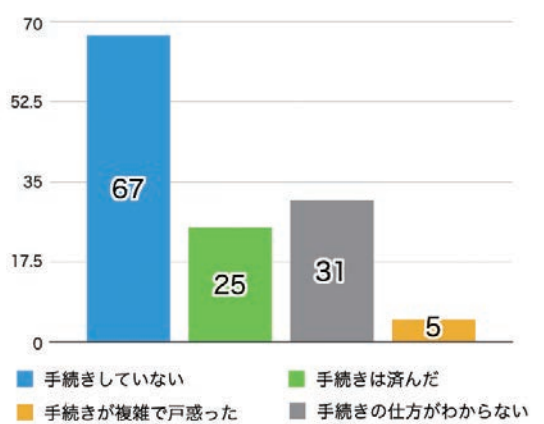
「軍事費よりも福祉に力を入れてほしい」「配慮措置で返金されました。この事務手数料も税金でしょ？」窓口負担をせめて元に戻してほしい」「自分だけでなく家族の負担額が2割となり戸惑っているが、基礎疾患があるから薬はやめられない」など切実な思いが書かれていました。

アンケート調査から見えるもの

負担額が増えた方は、医療を継続的に受けるためになんらかの費用を工面し医療費を捻出しようとする実態が見えてきました。受診回数を減らす方も少なくありません。医療費負担の増加で受診控えに繋がる方は本来1人でもいることが問題だと思えます。

配慮措置というものは本来は対象者が制度を知らなかったり、任意で

【図2】 高額療養費の手続きについて



あったりしてはならず、全ての人が平等に受けられるものになければなりません。また、サポートが必要である方は保障されるべきです。なお、配慮措置が終わり完全2割化になる時は、さらに厳しさが増すことが明らかです。

まとめ

アンケートの記述から、窓口負担2倍化対象の後期高齢者は諸物価の高騰、年金の引き下げもあり生活が厳しく、政府の説明が実態とかけ離れていることを示しています。このような実態を発信し、現状の窓口負担2倍化の即刻廃止を求めていくことが必要と考えます。

今回のアンケート結果は一診療所の外来で集められた声であり、氷山の一角です。

経済的理由で医療にアクセス出来ない・諦めている方への働きかけが必要です。地域の皆様がいつでも安心して医療を受けられるように今後も制度を学び発信したいと思います。

上田生協診療所
医事課主任 今井 正弥

東信医療生協 第41回 通常総代会議案

2022年度総括と2023年度方針（概要）

第1号議案

2022年度 事業報告及び決算関係書類報告承認の件

私たちは、この間すめられた新自由主義による貧困格差の拡大と岸田政権の大軍拡路線に反対します。そして、憲法を守って、安心して医療や介護を受けられる社会保障の実現や、平和の中に生き続ける権利を求める運動をより一層強めていきます。

1. 2022年度の事業活動について

(1) 医療・介護事業の活動のまとめについて

新型コロナウイルスの第7波、変異株による第8派の急速な感染拡大は、患者、利用者だけでなく医療従事者とその家族へも広がり、医療と介護の崩壊を招きました。入院が必要な患者が自宅療養や高齢者施設内に留め置きされるなど、助けられるのちも助けられない状況が拡大しました。医療、介護事業所では休業やギリギリの職員体制での事業継続などの努力がありました。特に高齢者の死亡率は高く、県内では高齢者と基礎疾患を持つ患者を中心に884人（4月25日現在）の死亡が確認され

る深刻な事態を招いています。

診療所では、発熱外来や在宅患者を含めたワクチン接種に取り組みました。感染重症患者の入院先が見つからず長野市や松本市の病院に依頼する、また入院できない在宅患者を頻回に訪問していのちを守る努力をすすめました。介護事業所でもコロナ感染で退所できない利用者、逆に入所できず在宅介護で生活を支えるなど、医療、介護とも感染対策をすすめながらの厳しい取り組みがありました。

① 医療事業について

① 医療事業について
[外来] 断らない、かかりやすい外来の追求と合併症を起こさない医療をめざした慢性疾患管理活動のさらなる取り組みをすすめました。無料低額診療事業は市の福祉課や社協に紹介をお願いしました。利用者は21人が5人、22年度が1人、全員が10割減免の対応でした。院外処方による薬局での薬剤費の自己負担は課題です。
[在宅] 他の医療機関や介護事業所との連携をすすめる、「断らない」在宅医療をすすめました。入院できないコロナ患者を在宅で支える、最期を自宅というターミナル患者を積極的

に受け、患者とその家族を支えました。反面夜間や休日等の緊急対応も増え、常勤医師の過重労働にもつながりました。

[健診] 繰り返し返されたコロナ感染拡大で健診受診の自粛がありました。感染対策を徹底して健診、ドックの受け入れをすすめました。予約が少ない年度初めの時期に東信医療生協の職員健診を集中させ、受診者数の拡大を行いました。健診受診者で要精密検査や要治療者へのハガキ出しや電話によるフォローを行いました。

② 介護事業について

② 介護事業について
利用者のコロナ感染やクラスター発生での休業、職員の陽性や「濃厚接触」による欠勤で利用キャンセルをお願いするなど、感染拡大の影響を受けました。その中でも法人内医療事業と協力し、「認知症を知る研修」など職員研修を行い、住み慣れた地域で安心して在宅生活が送られるよう総合的な介護の提供に努めました。訪問系では、療養上の不安に 대응するケアや終末期ケア、小児や難病にも対応した訪問看護や訪問リハビリの提供を行い、ヘルパーステーションにじでは、職員体制不足でも個々の生活に添った在宅介護をすすめました。居宅介護支援事業所でも、終末期の方、利用者やその家族に寄り添ったケアプランの作成をすすめました。

通所系では、利用者の日常生活の維持向上、生活の質の向上、介護負担の軽減となるサービスの提供を通じて在宅生活を支える活動を行い、老健なないろは入所、短期入所を通じて「在宅支援施設」の役割を果たす奮闘をしました。

(2) 職員の育成と確保、経営管理について

岸田政権の戦争する国づくりがすすめられる中、憲法をまもる運動が大きな課題となりました。感染を考慮したWebや動画による学習会の企画、職員の昼休みなどを使った学習会の開催など、平和と憲法、人権を守る職員育成をすすめました。22年3月から始まった憲法をまもるスタンディング宣伝は34回取り組まれ、理事や職員、その他の団体含め延29人が参加しました。

経営管理については、毎週の部長会議、毎月の師長事務長会議、理事会で検討を行いました。また四半期のまとめと課題の会議や県民医連の経営検討会にも参加し、課題を明確にした取り組みを行いました。

(3) 医師確保の課題について

全国的に深刻な医師不足の中で、常勤医3人体制、長野中央病院や松本協立病院、佐久総合病院からの医師支援、非常勤医師による診療体制を維持しました。しかし医師の高齢化や「断らない」在宅医療のなかで常

2022年度 決算

(単位:千円)

科目	決算	予算	予算差	予算比	21年決算	前年差	前年比
【事業収益】	966,277	958,876	7,400	100.8%	960,140	6,137	100.6%
【医業収益】	551,519	545,344	6,175	101.1%	548,150	3,369	100.6%
【介護収益】	412,714	412,242	472	100.1%	409,999	2,715	100.7%
【事業費用】	934,352	932,496	1,855	100.2%	913,577	20,775	102.3%
(人件費)	599,956	597,806	2,150	100.4%	603,138	-3,182	99.5%
(材料費)	43,507	42,286	1,221	102.9%	39,886	3,621	109.1%
(委託費)	91,892	90,412	1,481	101.6%	88,458	3,435	103.9%
(経費)	111,736	109,138	2,598	102.4%	103,771	7,965	107.7%
(減価償却費)	51,474	52,944	-1,470	97.2%	41,146	10,327	125.1%
(リース料)	14,718	17,710	-2,992	83.1%	16,831	-2,114	87.4%
(消費税)	21,069	22,201	-1,132	94.9%	20,346	723	103.6%
【事業剰余金】	31,925	26,380	5,545	121.0%	46,563	-14,638	68.6%
(事業外収益)	15,401	327	15,074	4709.7%	3,797	11,604	405.6%
(事業外費用)	7,000	6,043	956	115.8%	6,474	525	108.1%
【経常剰余金】	40,326	20,663	19,662	195.2%	43,886	-3,560	91.9%
(特別利益)	697		697		233	464	299.2%
(特別損失)	0				2,566	-2,566	0.0%
法人税、住民税等	777		777		777		100.0%
【当期純利益】	40,246	20,663	19,583	194.8%	40,776	-530	98.7%

勤医への負担が大きくなりました。医師確保は引き続き大きな課題です。

2. 2022年度決算について

決算結果は、事業利益3,192万円、予算比で555万円上回ることでできました。出資金1,100万円

が寄付金に変更され、事業外収益として計上されたため経常利益は4,033万円、予算比で1,966万円上回りました。税引き後の当期純利益は4,025万円でした。経営再建後3年連続で予算を超える経常利益を出すことができ、累積赤字を2億7,481万円から2億3,456万円に減らすことができました。

資金は主に経常利益と出資金で管理しています。22年度は特別投資5,190万円(電子カルテ、マンモグラフィの更新など)を見込み、4,056万円の資金の減少を計画しました。経常利益での予算超過分は資金増になりましたが、出資金は自由脱退やみなし脱退などが多く2,639万円減少しました。内1,100万円は寄付金となったため、資金への影響はマ

イナス1,539万円です。計画外の投資や補助金などの資金の増減もありましたが、22年度末の資金は期首から4,698万円減少し、計画より642万円多く資金が流出しました。結果年度末資金は福祉医療機構の融資8,000万円を除いて1億617万円、月商倍率1.3倍(当初計画1.4倍)となりました。計画以上の資金流出という厳しい結果でした。

3. 2022年度組合員活動について

コロナ禍で組合員活動もかなり自粛された1年でした。経営再建3年目の事業所利用促進、担い手づくりに取り組みました。安心のネットワークを広げる活動では「お助け丸クラブ」の助け合い活動が大きな役割を果たしました。

(1) 事業所利用促進について

① 上田生協診療所の組合員健診やドック、無料低額診療事業などをすすめました。

② 各診療所で「診療所だより」の発行、川西生協診療所では「おしゃべりサロン」を開催し、事業所利用促進に努めました。

③ 健診、人間ドック、インフルエンザ等組合員の特典で受診のお誘いをしながら強化月間や年度末の呼びかけに取り組みました。

④ 8年目となる誕生月特典付ハガキを8,263人に郵送して354人(4%)が利用、機関紙配布者健診特典は974人に配布して38人(肺CT11人、内臓脂肪CT27人)、4%が利用しました。

⑤ 運転免許を返上された方も多く、送迎がなくてはならない存在です。コロナ禍で在宅療養者も増え送迎数は減少しているものの、利用者には大変喜ばれています。

(2) 支部活動と組織づくりについて

① 組合員ふやしは500人目標に対して308人(目標比62%)、脱退者は516人で組合員数は208人減りました。亡くなった方の法定脱退が多く、事業所を利用しない自由脱退者も多くなりました。

出資金は2,000万円目標に対して1,400.8万(目標70%)の到達でした。純増目標1,000万円に対しては△2,639.1万円の純減でした。内1,100万円は寄付になりました。組合員出資件数目標1,500件に対しては783件(目標比52%)でした。

② 生協マルシェはさかき生協診療所で10月に取り組み、上田生協診療所では12月のクリスマス寒波の最中に年末助け合いと併せて取り組まれ、約20人が来院しました。

③ 強化月間は3診療所でスタート集会を行い49人が参加しました。月

間は感染対策用の訪問用フェイスシールド、除菌シートを支部に配布して取り組まれました。地域行動は18支部で45回取り組み、対話数は697件でした。職員参加は11月の第8波の感染拡大で地域行動に参加できず、参加率は12%でした。

④ 亡くなられた組合員のお悔やみハガキを出し、支部と連携した取り組みで名義変更につなげることができました。

(3) 健康づくりについて

① 班会開催381回(目標比76%)、班会開催班64班(目標比62%)、新班開催3班(目標比12%)、指標班42班(目標比84%)でした。

② 6回目となった信州まるごと健康チャレンジは、パンフレットを各支部で分担し、2,500枚配布しました。東信医療生協の参加者は693人(昨年より198人減)でした。班長会の延期で、班会や運営委員を通じたパンフレット配布ができず、機関紙配布者に依頼した支部もあり、ハガキ回収数が減ったところもありました。キックオフ学習会(web)に13人が参加し、3月の結果報告の学習会(web)は12人が参加しました。

③ 健康づくり塾は10人が受講して7人が修了しました。三林医師のアーユルヴェーダー第2弾の公開講座はとても好評で、一般の方からも参加の問い合わせが相次ぎ、開催の

工夫が必要です。

④ ウオーキング企画は7月の塩田のあじさい小道ウオーキングに7人、3月上田城周遊ウオーキングに15人が参加しました。

⑤ 班長会はコロナ感染のため9月に3回に分けて開催し31人が参加しました。健康チャレンジハガキ回収を依頼するとともに、各班の現状を知ることができました。

(4) 担い手づくりについて

① 通信教育受講者は23人、うち組合員は6人、職員は17人でした。

② 支部運営委員は189人。支部長が選出できない、運営委員が高齢化するなかで若い人の参加が課題です。

③ 新たな機関紙配布者を支部で72人、職員で19人増やすことができました。高齢、病気等様々な理由で配布ができなくなった方が45人いました。手配り配布率は87%です。

(5) ボランティア活動について

① ボランティア学習会を11月30日に開催し11人が参加しました。東信医療生協のボランティアの歴史の学習と折り紙で作品を作りたいとの希望で作業療法士から折り紙を教わりました。

② 送迎ボランティア交流会は3月22日開催し20人の参加でした。

③ ボランティア活動を広く知ってもらうために「千曲川のにじ」へ記事

を掲載しました。

(6) 機関紙について

① 東信医療生協の様々な活動や健康増進につながる記事を掲載した機関紙「千曲川のにじ」を年6回(奇数月)発行しました。

② 読みやすい記事とその質を落とさないために校正や編集に力をそそぎました。

(7) お助け丸クラブについて

① コロナ禍で地域包括センターからの新規依頼も少なく、現在利用者中の方とリピーター利用が主でした。支援者交流会は7月と10月に行い26人が参加しました。

② ガソリン代高騰で支援者の負担になっていった移動費を改善しました。12月より5円値上げして20円/kmとしました。利用者の生活を守る為に、生協在宅スタッフと共に行政に働きかけ、支援会議を開いて生活改善の努力をしました。

4. 平和と社会保障の改善をめざす取り組みについて

さまざまな学習会や行動に、理事や社保委員を中心に実参加やオンラインで参加をしました。

(1) 日本国憲法を活かす取り組みについて

毎週火曜日の「改憲を許さない」スタンディング宣伝を継続し、理事や

社保委員、職員が改憲反対やウクライナ支援を訴えました。「憲法改悪を許さない全国署名」と「大軍拡、大増税を許さない全国署名」に取り組み、それぞれ千曲川のにじに署名用紙を折り込むなど、合わせて2,881筆集まりました。

(2) 社会保障改悪を許さないたたかい

10月に松本で開催された長野県高齢者大会に、理事、社保委員が参加し地域の諸団体と連携を図りました。また75才以上の医療費窓口負担2倍化に対して医事課を中心に理事が協力して来院者のアンケート調査に取り組みました。その結果を長野県民医連主催の学術運動交流集会で報告し、記者会見が開かれるなど反対活動をすすめました。

(3) 反核平和活動について

平和行進に理事、職員が延10名参加し、核兵器禁止と条約批准を訴えました。原水禁世界大会にはWebで多くの理事、社保委員、職員が参加しました。また高校生企画に近隣の高校生に参加して貰おうと学校門前のピラマキを計画しましたが、コロナ禍でできず各学校教育に直接ピラを届け、主旨説明を行いました。結局参加者はいませんでした。結果世代への取り組みの一步となりました。

(4) 被災地支援と原発廃止をめざす運動について

職員を対象に「3・11を忘れない」物資販売に取り組みました。原発再稼働反対、原発廃止をめざす署名活動に取り組みました。

(5) 市民運動と連帯した取り組みについて

「平和のための戦争展」in上田が9月17日から開催され、理事2名が実行委員として参加しました。千曲川のにじ配布者全員にチラシを配布し参加を呼びかけました。

第3号議案

2023年度

事業計画及び予算決定の件

1. 2023年度の事業活動について

(1) 医療・介護事業について

① 医療事業について
【外来】 上田生協診療所の病院並みの医療機器を十分に活用し、診療所間の連携で慢性疾患管理の充実をすすめ、地域でのかかりやすい医療を追求します。

【在宅】 地域から信頼を得てきた断らない医療をまもり、住み慣れた地域での在宅療養を支えます。また、複数の医師によるチーム体制の構築をめざします。

【健診】 地域の健康づくりのために、全身の健康状態をチェックし、病気の早期発見・早期治療につなげます。

② 介護事業について
住み慣れた地域で安心して生活が送れるように、法人内外の事業所と

の連携や職員研修をすすめる、介護サービスの提供に努めます。訪問看護での多様な活動を広く知らせ、またヘルパーステーションはヘルパーの増員に努め、居宅介護支援事業所とともに在宅療養生活を支えます。通所系事業所では、川西生協診療所の通所リハビリの機械浴槽を更新し、併せて各事業所の今後の在り方について検討を進めます。また老人保健施設では、相談業務の充実を図り、入所サービスを活用しながら満足度の高い、「在宅支援施設」、「かかりつけ施設」として地域の介護の一翼を担っていきます。

(2) 職員の育成と確保、経営管理について

人権を守り、平和を守る職員育成をすすめます。経営管理の力を高めるため、民医連の統一会計基準や予算管理の学習をすすめます。事業継続できるよう世代交代をめざした職員採用をすすめます。理事会は、これ

らを援助するために医療福祉生協の事業の在り方や生協法などを学びます。

(3) 医師確保の課題について

長野県民医連の医師対策や医師養成に協力し、高校生からの医師体験や医療実習などを通して将来の後継者対策をすすめます。また地域連携などを含めて医師支援が継続的に受けられるようにします。事業に合わせた医師採用をめざします。

2. 2023年度予算について

2023年度の経常利益目標は826万円とします。常勤医師過重労働改善のため経常利益目標を下げました。人件費を含めた事業費用増を収益増で賄う事が非常に厳しくなっています。

2023年度 予算

(単位:千円)

科目	23年予算	22年決算	22年決算差	決算比
【事業収益】	959,844	966,277	-6,433	99.3%
【医業収益】	539,143	551,519	-12,376	97.8%
【介護収益】	418,733	412,714	6,019	101.5%
【事業費用】	946,671	934,352	12,319	101.3%
(人件費)	605,904	599,956	5,948	101.0%
(材料費)	43,564	43,507	57	100.1%
(委託費)	93,545	91,892	1,653	101.8%
(経費)	108,675	111,736	-3,061	97.3%
(減価償却費)	58,407	51,474	6,933	113.5%
(リース料)	14,307	14,718	-410	97.2%
(消費税)	22,269	21,069	1,200	105.7%
【事業剰余金】	13,173	31,925	-18,752	41.3%
(事業外収益)	750	15,401	-14,651	4.9%
(事業外費用)	5,664	7,000	-1,336	80.9%
【経常剰余金】	8,259	40,326	-32,067	20.5%
(特別利益)	0	697	-697	0.0%
(特別損失)	0	0	-0	0.0%
法人税、住民税等	0	777	-777	0.0%
【当期純利益】	8,259	40,246	-31,987	20.5%

3. 2023年度組合員活動方針について

中心テーマは「誰もが健康で居心地がよくくらせるまちづくりへの挑戦」とします。

であり、中長期資金計画に基づいた資金管理をめざします。経常利益による資金確保、出資金による資金確保、それぞれ目標達成に向けた取り組みをすすめます。同時に3カ年計画に沿った事業内容の見直しや人件費管理を含めた費用の削減など、支構造の改善をすすめます。

(1) 支部活動を豊かに、安心のネットワークを広げます。

① 地域を知るためのお元気ですか訪問、班会お誘い訪問に取り組みます。

② 全支部でリーフレットを活用し、私たちの活動を「見せる化」します。

③ 地域に開かれた班会をठीいどころ(居場所づくり)に繋げます。

④ 安心と安全のまちづくりめざし、お助け丸の活動に取り組みます。

(2) 一人ひとりの「健康観」を大切に、フレイル予防・オールフレイル予防に取り組みます。

① 健康づくりチャレンジは県生協連主催にて県全体で取組まれます。

より多くの組合員が参加できる様工夫した取組をすすめます。

② 健康づくり塾の開催や班長会での取組をすすめます。

③ 健康寿命延伸のためフレイル予防・オールフレイル予防の他、すこしお生活にも取組まれます。

④ 病気の早期発見、早期治療のため人間ドック、健診の受診者を増やします。

(3) 総合力と連携でつながりをつくり、コロナ禍での地域貢献や支援、協力を広げます。

① SDGsの学習会を進め、支部活動と結びつけ活動します。

② 上田生協診療所の無料低額診療

事業の学習をおこない、地域に知らせます。

③ 支援物資の配布など「助け合い」活動を夏季、年末に取り組みます。

④ 「診療所だより」「なんでも相談会」など健康と生活に役立つ情報の発信をします。

⑤ 事業所(職員)と各支部が協力しながら事業所利用をすすめる、諸課題を進めます。

⑥ 行政や地域包括センターなど他団体と学習会を開催し、まちづくりをすすめます。

⑦ ボランティア学習会や交流会の開催、通信教育の受講などをすすめる、担い手を増やします。

⑧ 防衛費調達のための福祉切り捨てをやめさせ、社会保障の充実を求める取組を強めます。

⑨ 機関紙配布者の手配り者や支部運営委員を増やし、担い手づくりに取組まれます。

⑩ 生協の宣伝と組合員同士の交流のため、健康まつり、生協マルシェの開催を検討します。

⑪ 高齢組合員の外出支援の在り方について検討します。

(4) 2023年度の数値目標について
2023年度 数値目標達成に向けて、強化月間を中心に組織を上げて取組まれます。

組合員総数 16000人

新班づくり 25班
出資金総額 53000万円

開催班数 100班
対話数 3000人

指標班 50班
組合員ふやし 500人

班会開催総数 500回
出資金ふやし 2000万円

班会実参加者数 600人
出資件数(組合員のみ)1500件

純増出資金額 1000万円
支部運営委員会 27支部

(運営委員会開催ができる支部体制づくり)

支部運営委員を1名以上、機関紙配布者を1人以上増やします。

機関紙配布部数は1人10部以下をめぐします。

4. 平和と社会保障をめざす取組について

(1) 日本国憲法を活かす取組について

● 日本国憲法9条改悪を阻止する活動及び憲法を守る運動に取組まれます。併せて岸田内閣による大軍拡、増税をやめさせる取組をすすめます。

● 毎週火曜日のスタンディング宣言を継続します。

(2) 医療や介護など社会保障の改悪を許さない取組について

● 75才以上の医療費窓口負担2倍をやめさせる取組をすすめます。

● 国民健康保険や介護保険料の国民負担を軽減し、だれもが安心して医療・介護・福祉サービスを受けられるよう取組を強化します。

● マイナンバーカードの強制と健康保険証廃止に反対します。また健康保険証使用による窓口負担額増に反対します。マイナンバーカードによるさまざまな個人情報へのひも付けに反対します。

(3) 核兵器禁止条約批准を政府に求め、反核平和行進に取り組みます。

(4) 多発する災害被災地支援に取り組みます。

(5) 福島の復興支援に取り組みます。国がすすめる原発再稼働、新たな原発開発や建設に反対します。

併せて、再生可能エネルギーへの転換を求めていきます。

(6) 民主団体や市民運動と連帯した取組をすすめます。

● 消費税5%への減税を求めます。

● ジェンダー平等、差別のない人権尊重の社会に向けて取組まれます。

● 市民団体が主催する各種大会に参加します。

※2号議案 第9次3カ年計画(案) については212号(2023年3月)に記載してあります。

新しく着任された医師

國府田 りえ (くにづた りえ)



初めまして。4月から第3土曜日に診療させていただきます。

千曲市出身で、上田高校卒業後に上京し、15年間、都内の民医連の病院で働いていました。東京は高齢者人口も多く、狭小住宅、独居、貧困、ホームレスといった都市部ならではの問題があり、多職種と連携して問題解決にあたっていました。

私自身は、患者さんの臓器別でなく全身を診る、疾病だけでなく生活や労働なども含めて診るように心がけています。どうぞ、よろしくお願いたします。



宮下 尚輝 (みやした なおき)

佐久総合病院の総合診療科に所属しています。趣味はカフェ巡りで、家でも毎日コーヒーを淹れています。上田にもお気に入りのカフェがあり、皆さんと情報交換できたら嬉しいです。

総合診療科に進んでからは佐久地域以外で診療を行うのは初めてになります。この地域にお住まいの皆さまにとって必要な医療・ケアをお届けできるようにいたします。健康や暮らしのことで何か気になることがあれば、何でもお訊ねください。どうぞよろしくお願いたします。

上田城 周遊ウオーキング行なわれる



3月22日、健康づくり委員会主催の上田城周遊ウオーキングが行なわれ、15人が参加しました。シダレザクラが2分咲き、ウメやロトウザクラは満開でした。天気も最高によく、花見をしながらのウオーキングとなりました。

組合員活動部 清水 竹子

5・6月 ふれあいサロンにじ企画

コロナウイルスの感染状況によっては急な変更もあります。確認する場合は組合員活動部へ電話してください。TEL0268-23-8001

場所は、すべて「組合員ルーム」です

★せいきようシネマ

5月25日(木) 13:30～ 「有頂天ホテル」

2006年日本映画。大晦日に起こるホテルマンとそこに泊まる数多くの訳アリ客たちとのトラブル劇。年が明けるその瞬間まで宿泊支配人(役所広司)の心労は止まない。稀に見る豪華キャスト陣と演劇舞台作家三谷幸喜がメガホンをとったリアルタイムストーリー。

★健康マーじゃん 毎週水曜日 9時～

★スクエアステップ 毎月第2木曜日 10時～

★折り紙づくり 6月6日(火) 13時30分～

★ラベンダースティック 7月10日頃

年度初めの診療所大掃除と花壇整備



4月8日(土)、さかき生協診療所で診療所大掃除と花壇整備を行いました。お天気も良く、坂城北支部の組合員さん7人と職員2人が参加。朝9時から2時間ほどの作業で汗をかき、診療所の窓はピカピカとなり玄関前が花で彩られました。

さかき生協診療所事務長 斉藤 茂彦

フレイル予防交流会を開催します

日時 6月14日(水) 10時～

場所 組合員ルーム

その他 どなたも参加できます。

多くの皆さんの参加をお待ちしています。

主催 健康づくり委員会

川柳

虹の文芸

竹の子 (川辺支部)

病む人に笑顔万葉より

今年またやる気いっぱい腕が鳴る

悩む日々思わぬ出会いひかり射す

踏まれても芽を出す背中子は見てる

亭主より医者に命を預けます

この先の命の保障ドックから

詐欺の余波留守電無くば休まらぬ



木彫り 中村みち子 (信州鎌倉支部)

第 98 回

さわやかパズル

クロスワードを解いて二重枠に入る文字を並び替えると一つの言葉になります。その言葉が答えです。

ヒント

夏目漱石の小説・ひなげし

タテのカギ

① 話す言葉の終わりの部分 ↓ 語頭。

② 一国の統治権が及ぶ地域。領土。「○○計画」

③ 先祖代々の墓や位牌をおき、葬式など仏事を営む寺。

④ 水利・灌漑・船舶の航行などのため的人工の水路。「パナマ○○」

⑤ 馬の装具。鞍・鐙(あぶみ)・手綱(たすな)などの総称。

⑥ 縁起・前兆。「○○をかつぐ」

⑦ 歌をうたう声。「○○○喫茶」

⑧ 古代インドの文語。サンスクリット語。舍利(しゃり)檀那(だんな)卒塔婆(そとば)など仏教用語として用いられる。「梵語」と書く。

⑨ 螺旋(らせん)の形で巻き込んでいく水や空気の流れ。「○○潮(しお)」

ヨコのカギ

① キク科の一年草。根菜として栽培。「牛蒡」と書く。

② 昔から伝えられてきた事柄や物語。「○○成語」

③ 順番を表したり、他のものと識別するために付ける数字や符号。「電話○○○○」

④ 厚手の板に三つの穴をあけ、下に歯を付け鼻緒(はなお)をすげた履物。

①	③	④		10	⑧
11				⑦	
②		12		⑥	
			⑤		⑨
13					14

⑦ 雨の降った後。雨上がり。「○○の筈(たけのこ)」

⑩ 父または母の母 ↓ 祖父。

⑪ 容姿美しい男性。好男子。

⑫ 栗の実などを包むとげの密生した外皮。「毬」・「椽」と書く。

⑬ 物を作ったり何かを行ったりする時に用いる種々の器具。「大工○○○」

⑭ 画像。家屋・土地などの平面図。「地獄○○○」

★ 答えはハガキで。

正解者の中から抽選で5名のみなさんに図書券を贈呈します。住所、氏名、答え、よろしければ「千曲川のじ」の感想、医療生協へのご意見などを添えて、左記へお送りください。なお、当選者氏名発表は、図書券の発送をもってかえさせていただきます。

〒386-10042

上田市上塩尻393-1

東信医療生協「さわやかパズル」係

★ 締切は、6月14日(水)。

※ 前回の答えは、「やくらまつり」でした。

読者の声

● マスクは自己責任ということですがマスクのことが話題にならない日が早く来ると良いと思います。(上田市)

● 今おばあちゃんがなないろでお世話になっていきます。ありがとうございます。(上田市)

● マイナ保険証について、本当にその通りだと思えました。機器導入に診療所が負担しなければならぬことも初めて知りましたが、個人のクリニックなどは大変だろうなと思いました。(上田市)

● 地球温暖化が不安

3月25日に上田生協診療所へ会議できました。ふと見上げると桜(ソメイヨシノ)がもう開花しています。40年ほど前にはメーデーの帰りに「花見小屋」で桜を楽しみました。それを思うと温暖化が進んでいることに不安を感じます。化石燃料で発電を続ける日本、再生エネルギーで温暖化にストップをかけましょう。(青木村)

● 「千曲川のじ」いつも楽しみにしています。212号の1面の記事に思わず涙が出ました。私も毎月往診していただき、本当に助かっています。地域で大切な医療生協、大変な中、本当にありがとうございます。(坂城町)

集記 編後

今年4年ぶりに人数制限のない総代会になります。東信医療生協の発展のため積極的な参加をお願いします。

次号発行は7月12日(水)です。

生協診療所 診療担当表 2023年5月1日～

□上田生協診療所 ☎ 23-0199 FAX 23-0449

健診ドックの予約は… フリーダイヤル 0800-800-1599 (10:00～17:00)

内容	月	火	水	木	金	土	
午前 8:50～12:00 (受付 11:30 まで)	ドック・健診	松澤	大橋	矢部 / 松澤	矢部	小林(哲)	第2 矢部
	胃カメラ	吉野	吉野	吉野	小林(寛)	吉野	第2 矢部 (10:00～)
	一般外来	松澤 (10:00～)	渡辺	三林	矢部 (10:00～)	小林(哲)(10:00～)	第1 松澤 中山
		三林	弾塚	若林	松澤	宮下	第2 松澤
						近藤 (3週)	第3 吉澤 小林(哲) 國府田
乳腺外来					渡辺	第4 松澤	
						第5 松澤または矢部	
午後 14:00～16:40 (受付 16:30まで)	一般外来	松澤 (1,3,5週)	渡辺		小林(寛)(3週休診)	宮下	休 診
						渡辺	
						吉野 (2,4週)	
乳腺外来			矢部	矢部	近藤 (1週)		
夜間 16:40～18:30 (受付 18:00まで)	一般外来			松澤		吉野 (2,4週)	
						松澤 (1,3週)	
午前	訪問診療		松澤 (10:00～)	松澤 (1,3,5週)		松澤	
午後		三林	松澤	矢部 (2,4週)	松澤	小林(哲)	

□川西生協診療所

☎ 31-1411 FAX 31-1416 有線 2166

内容	月	火	水	木	金	土
午前 8:50～12:00 (受付 11:30まで)	一般外来	休 診	休 診	休 診	吉野	休 診
午後 14:00～15:40 (受付 15:30まで)	一般外来	/			松澤 (2,4週)	休 診
	訪問診療	吉野	吉野	吉野	吉野 (1,3,5週)	

□さかき生協診療所

☎ 82-0101 FAX 82-0102

内容	月	火	水	木	金	土
午前 8:40～12:00 (受付 11:30まで)	一般外来	休 診	矢部	矢部 (3週) 松澤 (2,4週)	休 診	矢部
午後 15:00～18:00 (受付 17:30まで)	一般外来	/			矢部	休 診
	訪問診療	松澤 (2,4週)		休 診	休 診	

お知らせ ●上田生協診療所 火曜日の健康診断・人間ドック担当医は大橋俊夫医師へ変更となります(5/9～)。

●2023年度新型コロナワクチン接種について 上田生協診療所で個別接種をおこないます。

日時 6/3(土)午後、6/17(土)午後 **対象者** 65才以上の方、基礎疾患を有する方(12才～65才)

ワクチン モデルナ

予約方法 診療所では予約はおとりできません。上田市のホームページから予約をお願いします。

接種券について 5回目を接種していない方は上田市から接種券が送付されませんので、ご自身で上田市に接種券発行希望の申請をおこなってください。