

三つの輪

神戸医療生活協同組合

ISO9001認証取得

発行 道上 哲也 編集 きかん紙委員会

〒653-0036 神戸市長田区腕塚町2丁目2-10

本部 ☎078(641)1651

神戸医療生協 検索

転居などで住所が変わるときは
必ず、医療生協本部までお知らせください。

主な記事

みんなイキイキ活動中
…………… 2面

生協強化月間に
とりくみます…………… 4面

いのちの章典学習会を
開催しました…………… 5面



核兵器のない
平和な世界を
めざして…

8月7日～9日の間、原水爆禁止世界大会（長崎）に、
神戸医療生協を代表して参加しました。

5面にも掲載しています

組合員数 5万7,761人 出資金総額 20億2,697万9,600円
1人あたり出資金額 3万5,093円 支部数 54支部 班数 567班 7月31日現在

健康・暮らしに関するお困りごとは神戸医療生協にご相談ください

神戸協同病院	☎078(641)6211	いたやどクリニック	☎078(611)3681	番町診療所	☎078(577)1281
ひまわり診療所	☎078(941)5725	ほのぼのの郷	☎078(949)2345	協同歯科	☎078(913)1155
いたやど歯科	☎078(612)3160	生協なでして歯科	☎078(978)6480	訪問看護STつばさ	☎078(646)2371

きかん紙三つの輪は地域の組合員さんによる手配りで2ヵ月に1回配布しています。
配布のお手伝いをしていただける方は健康まちづくり部 ☎078(641)4322まで、ご連絡ください。

2023年
9・10月号

No.393

みんなイキイキ活動中

班活動について詳しくは、健康まちづくり部 (078-641-4322) お問い合わせください。

須磨ブロック



ひまわりをつくりました

毎月第3木曜日13時から約2時間、いたやどクリニック3階で折り紙をしています。コロナの影響で活動を控えていましたが、今年4月から再開しました。1辺15センチ角の色紙から可愛らしいランドセル、ひまわり、カニ、傘、おひなさま、カブト、サンタクロース、動く鶴などが生まれます。紙を折る指の先から脳へ刺激があり、免疫力を沢山蓄えています。指導は寺崎艶子さん。毎回私達が折りやすいように準備され、完成を楽しみに頑張っております。

離宮支部

わんぱう折り紙班

番町診療所の3階でおしゃべりダンス班を開いて9年。アラビア風、ベリーダンス風、和風も取り入れたディスコダンスです。医療生協のロコモインストラクター講座を受講、簡単な反射神経の訓練や転倒防止、バランスを整える動きをダンスに取り入れています。他団体のイベントに招かれてステージダンスを披露するうち、友人知人を誘ってくれる人、出資金協力にと子どもや孫も加入してくれる人の輪が広がっています。おしゃべりとダンスでストレス発散！兵庫区のカモメ会館でもやっています。一度のぞいてくださいね。



楽しいですよ！

たかくら支部

おしゃべりダンス班

兵庫南支部

岬班



ポッチャをしました

2022年2月にフレイル予防班会から誕生した岬班です。会場は地域福祉センターを利用し、コロナウイルス対策をしながらのスタートでした。各自が健康チェックを終え近況報告をします。前半はタオル体操で体をほぐし、後半は投げ方にも頭を使うポッチャをしてフレイル予防を実践しています。

たかくら支部

クローバー手芸班



種類はさまざま

たかくら台支部発足以来の班です。ていねいに教えてくださる先生役がいて、何でも要望に応じてくれます。古布を利用してリュックサック、ポシェット、バスト、帽子と今までたくさん作品が出来上がっています。今は8人でわいわいがやがや楽しくやっています。

カンガルのポケット

116



税をどこからどこへ

小児科医 木村 彰宏

税金の3割は消費税

「少子化対策を手厚くしたら、税金がまた上がるんじゃないの」。新聞を読む看護師さんのため息が聞こえます。「異次元の少子化対策」や「国防費」。威勢の良い掛け声ばかりが先行し、財源の話となると論議が進みません。向こうに見え隠れするのは、消費税増税の影です。

日本の2022年度の税収は71兆円、歳出は108兆円にも膨らみ、赤字国債に頼る構造が続きます。一般の家計簿ならとくに破綻しているのではと心配です。「次世代に借金を残したくない。もっと節約し、つましやかに暮らさなくては」と決意される方もありでしょう。税収のうち23兆円、32.4%を占める消費税の凍結なんてできっこありません。財務省によると、消費税は高齢化社会の財源を確保するために、あらゆる世代が広く公平に費用を分かち合う目的で創設されたと言われます。しかしその実態は、所得税や法人税などの直接税の比率を上げ、酒税や消費税などの間接税比率を高めてほしいという財界の強い要望がありました。消費税が10%にまで引き上げられた一方で、法人税率は43.3%から23.2%に引き下げられ、税収に占める法人税割合は、消費税導入前の1985年の31%から、2022年には19.7%へと激減しました。

税金だけではない

消費税のほかにも、わたしたちの

家計を苦しめているものに社会保険料の値上げがあります。年金や健康保険、介護保険が給料から差し引かれます。租税負担28.6%に社会保険負担18.8%を加えた国民負担率は47%を超え、これに消費税が加わるわけですから、生きていくために最低限必要な物も買えなくなり、消費が低迷すると、物が売れなくなり、価格破壊競争が強まると雇い主は、働く人の給料を下げ、非正規職員に置き換えようと考えます。その結果、ますます使えるお金が少なくなり、消費が冷え込んでいくという負のスパイラルに陥ります。「低賃金・低物価・低金利・低成長」という「日本病」(永濱利廣さん)の完成です。最近ではウクライナ戦争やコロナ禍の影響を受け、エネルギーや食料品などの多くを輸入に頼るこの国の構造から値上げが相次ぎ、「低賃金・高物価・低金利・低成長」という悪性の「新型日本病」に陥っています。

「新型日本病」への処方箋

「新型日本病」への処方箋はあるのでしょうか。藤井先生は消費税凍結に答えを求められます。毎日のお買い物に10%オフになれば、購買意欲



民医連医療・医師後継者づくりのとりくみ

ど兵庫民医連の各地の事業所で実習を実施し、6/19(月)には神戸協同病院にも来てくれました。当日は訪問看護同行や心電図学習会への参加、長田地域フィールドワーク、病棟見学など行いました。神戸協同病院で実習するのは3回目ですが、「阪神淡路大震災による影響など初めて知った。背景を知ると別の街のように感じた」と感想を話してくれ、病院がある地域のこともよく知ってもらえたようでした。将来は内科や総合診療に関心があつて、来年度初期研修医として迎える予定です。皆さんよろしくお願います。



新長田ウォールギャラリーにて

(医学生対策担当 橋本 史帆)

が高まり、「人々が活発にお金を使えば、あらゆる商売がもうかり、労働者の賃金も上がっていく。そうすれば人々の消費や投資が拡大するという好循環が展開し、経済も成長していく」。財源はどうするのかという問いに藤井先生は、国債の発行を提案されます。日銀に買い取らせた国債を元手に、自給率を高めるために農業や漁業への補助金を外国レベルまでに引き上げる。交通事業者や物流事業者、教育、研究、医療などの分野にもしっかりと投資を行っていく。人々が豊かになれば税収も増え、国の借金を返すこともできるようになる。

雇用が安定し、賃金が上がれば「今日より明日の生活は、もっとよくなるかも」と思う若者が増え、好きな人と一緒に暮らすことも夢ではなくなり、生まれてくる子どもには児童手当が支給され、教育費や給食費、医療費などが無料化されると、自分にあつた場所で教育を受け、社会に貢献しようとする子どもたちが増えるかもしれません。

カンガルーの少子化シリーズも、今回が最終回。お読みいただき、ありがとうございます。



原水爆禁止世界大会(長崎)に参加しました。

カンパのご協力 ありがとうございます

医療生協で集められたカンパで原水爆禁止世界大会が実現しています。今年も支部・事業所から338,906円をお寄せいただきました。



全国から寄せられた千羽鶴

「原爆、核は人間らしく生きることも許されない、二度と戦争は許さない」

4歳の時、長崎の空から爆音と光が、家族は全員無事だったが母は死体の片づけ、うじ虫を取りのぞき突き刺さったガラスを抜き取る毎日。父は異臭のする遺体を収容する毎日。

(組合員 梶昌子)

8月8日(火)分科会 被爆者から体験を聞きました

台風が接近し、行事が相次いで縮小される中でしたが、組合員4名、職員4名の計8名が参加し、平和について考えました。

8月7日(月)世界大会総会

高校生から海外の方までたくさんの方の代表者のあいさつは、核兵器の禁止、核兵器のない世界の実現、「核の脅威、戦争への恐怖」をあらためて思いました。

(組合員 浦川修子)

みんなで考える「いのちの章典」

事例① 自己決定に関する権利

わたしは82歳でひとり暮らし、息子や娘は県外でそれぞれ家庭をもって暮らしている。脳梗塞にかかって左の手足が全然動かない。それに右側がよく見えないうの。リハビリをしているけど、お医者様はもうこれ以上はよくならないと言うんだけど、わたしはいや。長年おとうさんと住んだ、思い出いっぱい自分の家に帰るの。

事例② 自己情報コントロールに関する権利

私は北村たえ(仮名)です。でも戸籍上の名前は北村たくやといいます。小学生くらいから男の子どうして遊ぶのが嫌でした。長い髪に憧れ、こっそり化粧や口紅をするととききました。自分は変態だ、誰にも相談できず苦しかった。先日、ひどい蕁麻疹がでて病院にかかったんです。待合室で「北村たくやさん」って呼ばれて、私は女性の格好をしていたので周りの人の目が気になって立ち上がれなかった。とうとう診察をせずに帰ってしまいました。私は木村たえって問診票に書きました。そもそも病院が大きな声で自分の名前を呼ぶのってどうなの？プライバシーの侵害じゃないかしら。

1980年代に入り、新自由主義の下、市場経済が最優先され、病気は自分の生活の原因があって、本人に責任があるから病気になるのだという「疾病や健康の自己責任論」が強調される中、医療費や病床の大幅に削減や、高齢者医療の有料化が進められました。私たち組合員が主体となってつくられた「医療生協」では、患者の権利をまもり、患者だけでなく家族や医療従事者とも

具体例を紹介しますので、一緒に考えてみましょう。

- ① 自己決定に関する権利
- ② 自己情報コントロールに関する権利
- ③ 安全・安心な医療・介護に関する権利
- ④ アクセスに関する権利

いのち、くらし、健康をはぐくむための 4つの権利と責任

に支えあうという考えから、1991年に「患者の権利章典」が宣言されました。これは日本で最も早く出された患者の権利についての宣言です。2013年には患者だけでなく地域の人々の生活にも一層になって支えあう視点から「いのちの章典」を策定しました。

いのちの章典とは？

「いのちの章典」は、憲法をもとに人権が尊重される社会と社会保障の充実をめざす、私たちの権利と責任を明らかにしたものです。

いのちの章典ができるまで

「いのちの章典」学習会開催

日本医療福祉生活協同組合連合会会長理事 高橋淳氏を講師に「いのちの章典」をはなし「こむ」学習会を開催しました。講師の事例を受けて職員、地域組合員が互いに意見を交換し学びを深めました。

7月30日170名の参加

誰もが健康で安心して くらせるまちづくりへの挑戦

—秋の生協強化月間にとりくみます—

2023年
9月25日(月)～
11月30日(木)

今年の生協強化月間中の目標は、**■ 仲間ふやし2,264人 ■ 出資金増資2億円**です。

「生協強化月間」とは

1948年10月1日に「消費生活協同組合法」が施行されたのを記念に、全国の生協で「生協を強化すること」に集中してとりくむ期間として実施される運動の事をさします。生協強化月間中には医療生協に新しく加入していただく仲間ふやし、病院・診療所など事業所で必要な機器の購入に

あてる出資金の増資を呼びかけています。特に今年の出資金の目標は、昨年より大きな目標になっています。医療生協の活動に参加していただける方、出資金に協力していただける方を大きく増やし、いのちとくらしを守る「健康づくり」「助け合い」「世直し」の輪をひろげていきましょう。

※組合員のみなさまには毎年9月中に出資金の預かり状況をお知らせする残高通知書をお送りしています。

ひょうご
まるごと
健康チャレンジ
2023

毎日続けるのって難しい?そんなあなたにピッタリ!

健康チャレンジ!

～30回とりくんで健康習慣を身につけましょう～

コロナ禍による長い自粛生活により健康の悩みを抱える方が多いと思います。そんな今こそ「ひょうごまるごと健康チャレンジ」を活用して健康づくりをしましょう。

参加方法

- 1 ひょうごまるごと健康チャレンジシートは、**神戸医療生協の病院や診療所、地域の集まり**で受け取れます。また**コープこうべのお店**でも受け取ることができます。
- 2 チャレンジシートに記載されているコースを参考に、チャレンジする項目を決めて30回とりくみます(毎日じゃなくても大丈夫!)
- 3 30回達成できたらシートについている「はがき」が「web」で結果を報告します。

兵庫県生協連

**30回とりくんで報告すると
抽選で300名様に
2,000円分の
QUOカード
が当たります。**

チャレンジ期間: ~2023年11月30日(木)
(結果報告締め切り: 12月10日(日))

なかなか健康づくりの一步を踏み出すことができない方は一度挑戦してください。

問い合わせ: 健康まちづくり部 **078(641)4322**

助けあいの輪 ととと

有償・無償を問わず生活の困りごとを組合員同士の助け合いで支えあい安心して暮らせるまちを創るのが私たち医療生協の助け合い活動です。その活動を推進するのが助け合い委員会です。

7月25日に委員会主催ボランティア研修として、認知症サポーター養成講座を開き21名が熱心に学びました。

無償ボランティアの広がりは委員会把握しきれないのが現状ですが、有償ボランティア「とんとん」は毎月支部からの報告をもとに月報を作成しその広がりを把握しています。

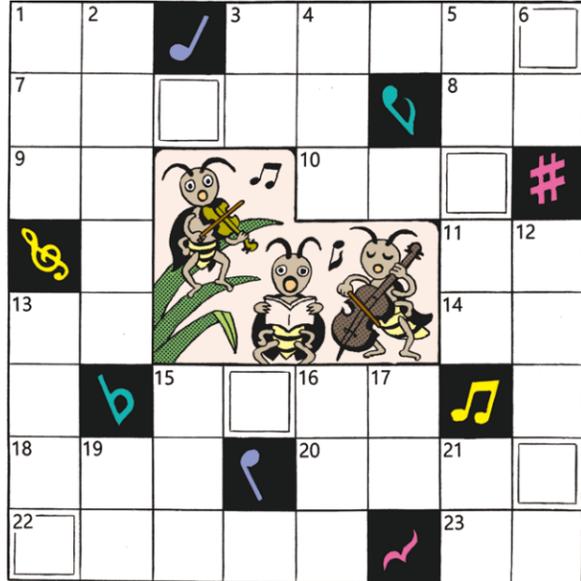
今年6月、支援を受けた組合員は60名、延べ212回。支援した組合員は40名、延べ260回。前年比110%。確実に輪が広がっています。

1時間500円という有償ボランティアは、いままで組合員活動と縁がなかった組合員でも比較的気軽に相談をすることのできる仕組みだと考えます。これからも、組合員・職員一緒になって助け合いの輪を広げる活動を目指します。

(助け合い委員会 川端典子)

クロスワードパズル

イラストをヒントにして、二重ワクの6文字をうまく並べてできる言葉は？



No.392(7・8月号)の答え ナツヤマトザン(夏山登山)

応募方法

- はがき郵送またはメールでも受付をしています ●メ切 9月30日(土)着
- 【はがき応募の場合】
- 宛先 神戸医療生協本部編集部 (住所は表紙参照)
- ハガキに「解答・住所・氏名・年齢」を記入の上、余白にご意見、通信などもあわせてお寄せください。
- 【メール応募の場合 (QRコードからも読み込めます)】
- 宛先 kikanshi.3tunowa@kobe-iseikyo.or.jp
- 件名に「クロスワードパズル応募」と入力し、本文に「解答・住所・氏名・年齢」を入れてください。ご意見や通信などもあわせてお寄せください。



ここから読み込めます

- 前号クロスワードパズルの応募総数は139通 (うちメールは69通) でした。パズルの正解者の中から次の10人の方に1,000円分の図書カードを郵送させていただきます。
- 浅田啓夫 / 井上久美 / 奥田克子 / 竹田和世 / 寺島博子 / 新山敏彦 / 藤木淳子 / 正木康子 / 松浦知子 / 渡辺節子 (敬称略)

法律相談 (無料/要予約)	神戸協同病院 ☎641-6211/18:00~	9/22金 10/20金	いたやどクリニック ☎611-3681/18:00~	9/28木 10/26木	協同歯科 ☎913-1155/18:00~	9/12火 10/10火
---------------	-------------------------	--------------	----------------------------	--------------	-----------------------	--------------

健康づくりイベント

問合せ 本部 健康推進課 ☎078-641-4322 E-mail: helth@kobe-iseikyo.or.jp

ウォーキング	9/15 金	布引の滝ウォーキング	集合時間: 10:00 集合場所: 地下鉄新神戸駅 南口改札前 参加費: 無料 持ち物: 水分補給ができるもの 新神戸駅から布引の滝を見に行き、三ノ宮に行くコースです。滑らない靴でご参加ください。
	10/22 日	WHOウォーキング	受付: 9:30 受付: 10:00 集合場所: 明石公園 東芝生広場 2kmコースと4kmコースに分かれて歩きます。明石公園で健康づくりを楽しみませんか!



参加は予約制とします。参加ご希望の方はお電話ください。ウォーキング当日の朝7時の時点で降水確率60%以上の場合は中止します。

ウォーキングボランティアを募集します。内容はウォーキングコースの下見、当日の参加者の誘導などです。ご自身の健康のためにもご興味のある方はご連絡ください。

伝言板

- ◆7月10日の平和行進、兵庫区役所から鉄人28号まで参加することが出来ました。久しぶりに変わらぬ思いで友に会えたことも嬉しく、お互い近況報告を道中。色々思いは巡り、この行進に参加できていた幸せを実感。久しぶりの外出に沢山の刺激を頂きました。(兵庫区 70代 手島 千恵)
- ◆最近のテレビ・新聞の報道でローマ字・カタカナ表現が多いのにまいてます。岸田首相が「GX」…と、さもクリーンなエネルギー革命をやっていくんだと言っているのも意味不明でした。Vol.47の「原発ゼロの社会へ」の記事ですこしわかりました。CO₂減らすのに再生エネルギーかと思いきや原発活用なんですね。私たちにもっと丁寧にわかりやすく知らせてほしいものです。(加古川市 70代 畷本 敬子)
- ◆かつて「一億総中流」が「中流より下の生活をしている」63%の数字にショックすら感じました。当たり前前の社会がなぜできないのだろう…カンガルーさんの思いに共感!(長田区 80代 山本 雅夫)
- ◆カンガルーのポケット欄、楽しみに拝読しています。先日、きたすま歯科病院により、いたやど歯科を初受診、真新し

- い施設で気持ち良く、定診をしていただき、口中也、気持ちも爽やかになりました。(須磨区 70代 中西 陽子)
- ◆ここ数年どんどん給料が減り、仕事はハードになり、物価の上昇はとどまるところを知らず。年齢によるものか病院にお世話になる機会が増えて、10年もたてばどうなるのかと不安な日々が続きますね。(垂水区 50代 田辺 優子)
- ◆私も高齢者。訪問看護ステーションの機能強化がこれからもっと必要になってきます。人生の最後を迎える人のために強化してほしい。(西区 80代 田中 一也)
- ※誤字・脱字など、内容が変わらない程度に編集をさせていただく場合があります。
- ※伝言板のみのご投稿もお気軽にお寄せください。



藤田幸子(須磨区)



高塚かつ枝(明石市)

わたしのイチオシ!

「短歌」
幼漏 螢
のれ 舞
歡 い
喜 ず
る 暗
声 闇
を 潜 の
め 中
て

6月3日雨上がりの翌日、おたのしみ班会ではたる狩りに行きました。

竜巻支部 宮田 隆子さん

川柳・おすすめしたい本・お庭のお花の写真など、テーマは自由です。「わが家のアイドル」も募集しています。

わが家のアイドル募集しています!!

①氏名(ふりがな)
②性別

③生年月日(年齢)
④保護者(投稿者)名

⑤電話番号

番号を明記のうえ、⑥写真とともに送りください(写真はお返しいたします)。

送り先 (郵送またはメールでお寄せください)

郵送 ☎: 神戸医療生協本部編集部 (住所は表紙参照)

メール ✉: kikanshi.3tunowa@kobe-iseikyo.or.jp

ご応募お待ちしております

お詫び

前号の三つの輪において誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

2面 理事紹介 (正) 木村 通宏

7面 クロスワードパズル 1のタテのカギ (正) 一昨年

原発ゼロの社会へ Vol.48

動きだした老朽原発

関西電力が、国内最古の原発である高浜原発1号機を再稼働しました。運転開始から48年経過しており、2011年から12年間運転停止をしている原発です。これまで決めていた「原則40年、最長60年」ルールが変更となり、国内で初めての60年超運転になる可能性があります。

9月には運転開始から47年になる高浜2号機も再稼働の予定です。老朽化した原発は、中性子による劣化が起こり、高浜原発1号機では原子炉圧力容器が99℃を下回ると破損が起きる状態とされています。原発の安全設計でもある「止める、冷やす、閉じ込める」対応とも矛盾しており、事故時の保障はありません。また、原発を動かせば必ず発生する使用済み核燃料の保管についても、関西電力と中国電力は、山口県上関町で中間貯蔵施設の建設を検討していると報道されました。地元の同意などを無視した動きであるとともに、将来の世代にリスクと負担を押し付ける原発は、きっぱりとやめるべきではないでしょうか。

あなたのまちの
支部長紹介



西区みきブロック
みき支部
安達 彰子さん



みき支部の地域は広いのですが、主に40年前に開発された緑が丘、自由が丘地域と、農村地域の別所地区を中心に活動しています。支部長の安達さんは、長い間支部長をされた小巻さんから引継がれて3年目になります。ノルディックウォーキング3班、脳いきいき4班、他に1班と月1回の街かど健康チェック、運営委員会と忙しい日々を先頭に立って引つ張って頂いています。脳いきいき班では、脳トレクイズや色いろ工夫して新しい事を考えて、人に優しく気配りの出来る支部長さんです。支部ニュース発行、公開講座など、どうすれば医療生協を地域の皆さんに知ってもらえるか、常に考え行動しているみき支部です。多くの団体の活動もされている忙しい支部長を中心に、今後も班長さんや担い手さんに助けをもらいながら、楽しい支部活動が出来るよう頑張ります。

(支部運営委員一同)

神戸協同病院

地域包括ケア病棟のご紹介

8月1日より、神戸協同病院の3階が地域包括ケア病床に変わりました

地域包括ケア病棟ってなあに？

地域包括ケア病棟は、急性期での治療により病状が一定落ち着いてきた患者様や、自宅や施設からご入院された患者様に対して、安心してご自宅等に帰っていただくために、治療の継続と退院支援を行う病棟です。

入院できる期間は？

基本的に、自宅（またはそれに準ずる施設）への退院をめざす患者様が入院の対象で、退院の準備が整った次第退院となります（入院期間は最大60日）。

どのような退院支援をしているの？

主に入院生活を通じて、集団体操やレクリエーションのほか、入浴・食事・排泄など日常生活の動作にリハビリの視点を取り入れ、介護事業所などとも連携しながらご自宅などへの復帰をめざし支援を行います。

病棟を最大限稼働させるために、看護師や看護補助者の募集を行っています。お知り合いの方などご紹介ください。詳しくはホームページもご覧ください。



kobekyodokango.com



理学療法士とのレクリエーション



お風呂をリニューアルしました

少子高齢化やはたらく人の雇用延長などすむ中で、介護が社会問題と言われる状況が広がっています。在宅でも安心してくらし続けるために、ご自宅で介護をされているご家族様が一時的に介護をすることが難しくなった場合や、ご本人様が体調面で治療が必要になった場合など、短期的な入院も受け入れていきます（レスパイト入院ともいい、2週間までが目安です）。リハビリスタッフと生活リズムを整える目的や退院先調整のための入院なども相談対応可能です。ご利用の場合は、かかりつけ医より診療情報提供書が必要などありますので、まずは地域の担当者等にご相談ください。

5階	緩和ケア	19床
4階	急性期一般	50床
3階	地域包括ケア	48床
2階	回復期リハビリ	48床