



雨錫寺阿彌陀堂

この地方特有の貴重なものである。しかし残念ながら後継者不足で以後は「花園の御田舞」だけがおこなわれると云われています。

杉野原の御田舞(有田川町)

重要無形民俗文化財

御田舞は、古くは当川といわれた有田川沿いの9ヶ村に伝来した田楽から変化した農耕予祝行事であり、「杉野原の御田舞」は、中世からの舞殿がここに残っている雨錫寺阿彌陀堂で、隔年に公開される。春田打ちから初摺りまでの20数通りの稲作の生産過程を、舅が婿に教えるとして演じたものである。冒頭には、屈強な男達が禪姿で肩を組み、太鼓を打ち、唄囃子に合わせ揉み合い押し合いて舞う、勇壮な「裸苗押し」が展開される。また、日本全国に伝承されている御田舞のほとんどが田植で終わるといわれ、収穫までの全生産過程を演じる例はめずらしく、かつらぎ町の「花園の御田舞」とともに

写真と文 / 甲佐 洋三さん(那賀地区・岩出)

和歌山中央医療生協事業所のご案内

- 和歌山生協病院 ……(073)471-7711
- 在宅介護支援センター和歌山生協病院 (073)474-2711
- ヘルパーステーション・協同 ……(073)471-7728
- 和歌山生協病院附属診療所 ……(073)471-8171
- 生協こども診療所 ……(073)476-4455
- 生協こども診療所 診療予約電話自動受付 (073)471-0099
- 生協中之島
- 複合型サービス ……(073)422-3476
- デイサービス ……(073)422-2003
- 訪問看護ステーション・レインボー (073)422-2225
- 生協芦原診療所 ……(073)423-4349
- 訪問看護ステーション・生協みなみ (073)435-5661
- 河西診療所 ……(073)451-6177
- おおみや診療所 ……(0736)61-6151
- 総合介護支援センター デイサービスげんき (073)487-3388

2016年診療報酬改定で 私たちの医療はこう変わる

深刻な医療崩壊を招く可能性

和歌山生協病院事務長 森岡 佳昭

今回の改定では、急性期の病床を削減し、「在宅へ」という流れがさらに強まりました。入院施設の機能分化や、在宅へのシフトを促す内容となっています。

重症者向けの病棟については、「医療・看護必要度」（入院している患者さんに医療や看護がどれだけの必要を示す指数）の基準が大幅に上げられ、全身麻酔などでの手術が必要・救急車で搬送された方など、より重症の患者さんをより多く入院させないと、手厚い看護体制（7対1看護体制）を継続出来ないようになります。少なくとも病院で、いままでのように手厚い看護体制を継続することが困難になる可能性があります。

一方、受け止める役割を担う「在宅医療」の部分では、定期的な訪問診療を行っている方に算定



する「在宅時医学総合管理料」が患者さんの重症度や、施設など集合住宅に入居されている方の場合、患者さんの入居人数により評価が変わるなど、より複雑な制度になり、かえって在宅医療への移行が遅れる可能性があります。自己負担の費用も変わる場合もあることから、様々な対応が必要となります。

また、薬剤に関する改定では、6種類以上の内服薬を処方されている方の服薬を2種類減らしたときに「薬剤総合評価調整管理料」を算定できるようになるなど、内服薬を減らす誘導をしている内容であり、今後処方数が制限され、必要な薬剤が処方できなくなる可能性も否めません。また、湿布薬についても1回70枚に制限が設けられることになり、いずれ保険給付外になる恐れもあります。

入院給食費もいままでは1食につき2600円でしたが、4月から3600円、2017年4月から4600円になり、患者さんの負担が大幅に引き上げられます。

「地域包括ケアシステムの推進」が重点課題とされている今回



の改定、より早く病院から在宅へという流れだけが先行し、薬剤の処方制限の件を見ても、「医療費の削減」だけが目立ちます。

このままでは、未だ医療を必要とする患者さんが体制の整っていない在宅へ押し出され、深刻な医療崩壊を招く可能性があります。「健康で文化的な最低限度の生活」社会保障の充実が国の責務であり、組合員、患者さんからも大きく声を上げ、国民総がかりで改善の運動を進めて行きます。同時に和歌山中央医療生協と事業所は、他の医療機関や介護施設と協力しながら地域医療を守り、無差別平等の地域包括ケアと誰もが安心して住み続けられるまちづくりを進めていきます。

地域の核になって、くらしや環境の改善に役立つように

中之島

「地域を元気にするセンター」の取り組み

いよいよ中之島に「地域ささえあいセンター」工事着工の運びとなります。

しかし、ハード面（建物）は出来てもソフト面（内容）はまだまだ、と言う現状です。

それは私達が提案させて頂く内容を検討してもらうだけではなく、組合員さんや地域の方々にも「ささえあいセンター」を今後どの様な施設にし、どう活用したいのか、出来る限り一緒に考えていきたいと思っているからです。

「下流老人」「子どもの貧困」等、次々と福祉切捨ての政府のせいで新しい言葉が出てきている。今、「ささえあいセンター」の役割はいろいろあるはずです。

*ひとり住まいなのでちょっと立ち寄っておしゃべりできるスペースがあったら。

*家でひとり静かに趣味に没頭しているのが好きだけど出来上がった物を欲しい人に安価で提供したり無料で差し上げたのでどこかで飾ってもらえたら。

*うちはシングル家庭、又両親揃っているけれども朝早くから夜遅くまで仕事なのでいつも家は子どもだけ、食事子どもだけで食べているが楽しく温かい食事をさせてあげられたら。

*日中、小さい子どもと2人で過ごしているけれど、どの様に接してあげたらいいかわからないので誰かに相談したいけどどこに行けばいいの

フクシマを 忘れない!



原発ゼロへ和歌山アクション2016

「いのちの章典」を広げる取り組み 支部や班で、 健康づくりを

3月1日、新大阪で「医療福祉生協のいのちの章典」実践交流集会在開かれ、西日本40医療生協から265名（和歌山4名）が参加し、「いのちの章典」をどのように実践しているのか報告を聞きながら交流しました。

「医療福祉生協のいのちの章典」とは、『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あきらかにしたもの』と明記されています。そして権利と責任には『自己決定に関する権利』『自己情報コントロールに関する権利』『安全・安心な医療・介護に関する権利』『アクセスに関する権利』『参加と共同』があります。

文字で見ると難しく、実践できているのが不安になりますが、例えば『自己決定に関する権利』では医療や介護について知り、学習し自己決定することはもちろんのこと、主体的に健康づくりに取り組むことも含まれ、日常の班活動やヘルスアップチャレンジが実践例となります。『アクセスに関する権利』では医療や介護保険制度の改善を求める運動や、つながりマップ作りと活用等があります。

「いのちの章典」を活かし実践することで、医療生協の目指すものの実現が近づくことを改めて学ぶことができました。私たちの取り組みと「いのちの章典」を結びつける実践ガイドラインも発行されています。支部や班、職場で「いのちの章典」を学び、具体化する取り組みをすすめてみましょう。

総代会のご案内

和歌山中央医療生活協同組合第60回通常総代会を下記の日程で開催します。

日時：2016年6月25日(土)

午前10時開始

午後3時終了予定

場所：和歌山市北コミュニティーセンター

2階多目的ホール

(和歌山市直川326-7)

事故から5年、今も避難生活を強いられる人々がたくさんいます

3月13日(日) 和歌山城西の丸広場で、脱原発をアピールする原発ゼロ和歌山集会がおこなわれました。集会には、全体で約600名、医療生協から職員・組合員あわせて約40名が参加。午前10時から午後3時まで、全体アピール、アピールパレード、ステージ企画などがおこなわれました。フクシマ原発事故から5年が過ぎ、人々の記憶から忘れ去られようとしている中、いまなお、福島では10万人近くの人が避難生活を強いられ、放射能汚染によって故郷を奪われたままです。福島県浪江町で牧場を営んでいる吉澤さんは、依然つづく被ばく地の状況を『生き

地獄』のような状況と訴えました。「ひとたび原発事故が起これば、もうどうしようもない。浪江は元には戻らない。さよなら浪江町」と原発への怒りと悲しみを強く訴え、残りの人生をかけて、もう事故の悲劇を繰り返さぬよう全国各地で訴え続けていくとアピールされました。和歌山には原発はありません。しかし決して他人事ではなく、近隣で原発事故が起これば、同じような悲劇に見舞われることは間違いないです。原発は人類とは共存できません。原発再稼働の動きに対し、真つ向から反対し、原発を日本から、または世界から無くし、再生可能エネルギーに転

換していくことが必要と感じます。故郷を守るため。ごもたちの未来のために。



- かしら?
- *まだまだ体は元気で軽い仕事なら出来るけど何か自分に出来る事はないか?
- *「認知症」や「寝たきり」に出来るだけならない様に「予防体操」や「講習」など受けたい。
- *料理のレシピを考えたり作ったりするのが好きだけど教えたり食べてくれる相手がいない。
- *足が痛いので買い物に行くのが面倒。誰か代わりに買い物して来てくれないかな?
- 等々、地域の人々の要求や悩みは様々、それら全てをセンター事業としていく事は無理ですが、「地域ささえあいセンター」が核となり、地域の方々のくらしや環境が少しでも良くなっていくよう、お手伝いできれば……と思っています。
- それにはやはり私達のちからだけでは到底無理です。みんなの「ささえあい」が必要です。
- もちろん行政に働きかけていく事も忘れてはいけません。
- ぜひともみなさん、お互いの知恵、ちからを出しあって素敵な地域社会を創っていきませんか? 生まれたばかりの「地域ささえあいセンター」、一歩一歩着実に大きく成長できる様みんなで育んでいきましょ。

出会い ふれあい 支え合い ひろば

有本支部 お花見の会



4月3日(土)、有本支部の「お花見の会」が催されました。組合員、職員合わせて、57人が参加しました。

海南・海草支部

手作り料理で「げんき昼食会」

3月6日に海南・海草支部主催の「第29回げんき昼食会」が開催されました。

この日の献立は、全てボランティアの手作りで、ちらし寿司と新玉葱のかき揚げ、ネギぬた(酢味噌和え)、それに貝たぐさんのすまし汁。おやつは本格コーヒーと手作りいちご大福が出ました。参加費は300円。

午前は脳活トレーニング、午後には笑いヨガを実施。初めての笑いヨガ体験は皆さんに大好評でした。昼食会は2ヶ月に1度開催、これまで5年続けてきました。毎回45人前後が出席、ボランティアを含め60人以上が参加しています。

食事のみならず、多彩な交流企画も参加者を

楽しませて

います。

5年間のあゆみについて、企画

運営担当のひとり山田順子さんによるとー



企画委員会を立ち上げ、他支部の食事を見学するなどして参考にしたので、スムーズにスタート

出来ました。他支部の先例が大いに活かされました。食事作りやボ

ランティア確保などの面では特に

困難は無かったです。また、食材の一部を組合員さんが差し入れて

くれたりして大変助かっています。

嬉しいことに参加者が多いので、スペース確保に苦労することもあり

ります。

毎回大盛況の昼食会は、次回で30回の節目を迎えます。これから

も内容を充実させつつ続けていきます。

初めての「笑いヨガ」は、

みなさんに喜んでもらいました

シースお薬のはなし 2 薬の副作用 その1

ほのほの薬局薬剤師 藤井 ますみ

みなさんがお薬を服用する上で、最も気になるのが、副作用の事でしょう。薬局の窓口でも、「ずっと飲んでいても大丈夫なの？」という質問も時々あります。

結論からいって、副作用が全くないという薬はひとつもありません。「副作用」というのは「主作用」に対する対義語で、そのお薬を効かせたい目的を「主作用」というのに対して、付随する別の作用を「副作用」といっています。

たとえば、リン酸コデインという薬があります。ひどい咳の時に用いますが、便秘になるという副作用があります。ところが、この薬は、ひどい下痢のときに下痢止めとして使うことがあります。このときには、便を止める作用が副作用ではなく、主作用として使われるのです。

しかし、ふつうは副作用とは「好ましくない作用」のことをいいます。副作用が出るかどうかは、個人個人の体質にゆだねられます。

もっとも怖いのは、アナフィラキシーショックという、発疹や痒みをとめない、ひどい場合は呼吸困難になり、命の危険にみまわれるものです。これはアレルギー反応によるものですから、全く個人の体質によるものです。抗生物質などで起こることが多いですが、他にもいろいろな薬で起こります。



薬の副作用は、このように、身体が薬に対してアレルギー反応を起こすことで起こるものが多いです。急激に起こる肝機能障害もアレルギー反応です。今までにいろいろなお薬でアレルギー反応を起こしたことがある人は、今後特に新しい薬を服用するときには注意が必要です。

これに対して、「痛み止めで胃が荒れる」などは、誰にでも起こる可能性がります。これは、薬の作用機序(薬の作用のメカニズム)の中で、胃に対する影響があるからです。このように、予め起こるかもしれないと予測される副作用はそれぞれの薬にあります。(確率は低いものが大部分を占めます)

但し、副作用が怖いからといって、必要な薬を自分で中断するのは危険な場合もありますから、医師や薬剤師から副作用の可能性とその対処についての説明をつけておきましょう。

今回はもう少し具体的な副作用事例をのせていきます。



今月号より、「認知症」について、シリーズで掲載します。

第1回 認知症とは？

和歌山生協病院 医師 松岡ちあき

「認知症」とは症状を指す言葉で、成人して一旦機能を獲得した後に、「脳」に器質的な障害があり、認知機能が低下している「感情・意欲・行動に変化があり、日常生活に支障がある」状態を指します。具体的には記憶障害、見当識障害、理解・判断力の低下、遂行能力の低下、言語・計算などが障害される「中核症状」と、それらによって引き起こされる不安、抑うつ、妄想、幻覚、徘徊、暴力、食行動異常、睡眠障害などの「周辺症状」があります。意識障害やせん妄状態、うつ病などは認知症に似た症状がでることがあり、鑑別が必要です。治療のできる認知症もあるので、「何かいつもと違うな」と感じたら、早期診断・早期治療がおすすめです。アルツハイマー型認知症などは経過としては5年、10年かけてゆっくりと進みます。初期のうち適切に対応することで、症状の進行を抑える、または進行を緩徐にすることが出来ます。

認知症の検査・診断

認知症の診断には、記憶力の検査、注意力の検査、血液検査、脳CT、MRIなどを行います。和歌山県立医科大学附属病院では認知症疾患医療センターが開設されており、PET、SPECT、心筋血流シンチなどの、より専門的な検査・診断を受けることが出来ます。

認知症が進行すると自立した生活が送れなくなり、介護が必要になることが多いです。これは本人・家族だけでは抱えきれ



ないこともあります。介護が必要になったら社会的介護サービスを積極的に利用する、専門職・経験者との交流を行うなど、孤独に抱え込まない工夫が必要です。

認知症になる前に

認知症が進行すると、残念ながら死亡率が高くなっていきます。危険認知力が低下する、食事がとれなくなり栄養状態が低下する、寝たきりになる、嚥下障害を合併して肺炎を起こしやすくなるなど、同年代平均よりも3倍も高くなっているとの報告もあります。重度の認知症に進行する前に、本人・家族・友人などの間で、どの様に生き最期の時を迎えたいか、高度医療措置などはどこまで希望するのかなども含め、どの様に生きていくのかを考え、相談し、形にして残しておくことが大切です。



～組合員さんと一緒にすすめる医師養成～

たくさんの出会い～組合員と学生の春～

今年の春も組合員さんと学生さんたちのたくさんの出会いがありました。

理系学部に通うAくんは、医師になりたいという思いが高まり、生協病院を訪ねてきました。その思いに組合員が

応えてくれ、医師を目指すAくんに期待を語ってくれました。

春と言えば入試です。これまでは職員が医学部受験生と対話を行ってきましたが、今年からは組合員さんも参加し、受験生と交流しました。医学部へ合格した学生とこれからの交流が楽しみです。

ランチタイムミーティングも継続して取り組んでいます。勉強に忙しい学生ですが、「大学では病気のこと、患者さんのことは学ぶ機会があるけど、地域の人々の生の声を聞く機会はない。ランチタイムミーティングはそういう声が聞けるととても貴重な場です。」と、組合員さんと交流できることをとても楽しみにしてくれています。

これからも組合員さんと学生さんの素敵な出会いをつくっていきましょう。



読者のひろば

海南げんき 昼食会に感謝

2か月に1回の昼食会旬の食材を使つての料理みなさんその日を楽しみにしています。私も友だちと二人で、ささやかなお手伝いと思つて、自家製の野菜を届けます。それが元気の生きがいです。がんばります。

海南市 久保田鈴子

辞書を手元に

「ランゲルハンス島」と言う言葉を初めて知りました。辞書を手元に置く七十路も、また、楽しいものですね。行く道に

人呼ばくしぐさ 雪柳

和歌山市 松村眞佐子

ウォーキング 始めました

母と二人で、近所のウォーキングを始めました。車で通り過ぎるだけでは気付かない、小さな変化を見つけ合つて楽しんでます。特

に、季節を感じる草花を見つけると、それにちなんだ話を母がしてくれます。

紀美野町 奥澤えり

昔を思い出して

先日、つくしを摘んでいる女性を見かけました。私も子どもの頃、母に連れられ、つくし・イタドリ・セリなどの野草を摘みに行きました。その時のことを思い出して懐かしかったです。

和歌山市 山田エイ子

戦争NO! 9条守れ

3月9日、おみや診療所の前で、朝8時から戦争法廃止を・戦争NO! 9条守れ!のプラカードや横断幕を持って、スタンディングをしました。所長、職員理事、組合員と一緒に、9条守ろう平和大好きの思いをこめて行ないました。昨年からは続く、「9の日宣伝行動」に楽しく参加できて良かったです。

岩出市 山林恵美子

シリーズ・お薬のはなし、楽しみ

シリーズお薬のはなし、ためになります。食前、食後、食間と一番大事な事なので、いろんな薬における心配事は、薬剤師さんに聞けば良いのです。

和歌山市 中原美智子

今回も、 うれしいレシピ

ためしてクッキングは、いつも楽しみにしています。今回は、新玉ねぎを使ったスープで、簡単でおいしく作れました。今回の丸ごとスープなら、簡単にしかも丸ごとなので、たくさん量をいただける、嬉しいレシピでした。

和歌山市 浦光世

川柳

人生は 何時の時代も
今が盛り!

和歌山市 匿名希望

診療案内

和歌山生協病院

受付/午前 全予約制
午後 全予約制

和歌山生協病院附属診療所

受付/午前8:00~11:30 夜診4:30~7:00
診療開始時間/午前9:00~ 夜診5:00~

生協子ども診療所

受付/午前8:30~11:30 夜診4:00~7:00
診療開始時間/午前9:00~ 夜診4:30~

生協芦原診療所

受付/午前8:30~12:00 夜診4:30~7:00
診療開始時間/午前9:00~ 夜診5:00~

河西診療所

受付/午前8:30~12:00 夜診4:30~7:00
(予約制)
診療開始時間/午前9:00~ 夜診5:00~

おみや診療所

受付/午前8:30~12:00 夜診4:30~7:00
診療開始時間/午前9:00~ 夜診5:00~

	午前		午後		夜診	
	午前	午後	午後	夜診	午後	夜診
月	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診	予約診
火	古田	古田	古田	古田	古田	古田
水	古田	古田	古田	古田	古田	古田
木	古田	古田	古田	古田	古田	古田
金	古田	古田	古田	古田	古田	古田
土	古田	古田	古田	古田	古田	古田

午前				午後		夜診	
内科		外科		内科		内科	
診療	小西	三谷	坂口	田端	松岡	小西	端息
診療	小西	畑	本田	上垣内	三谷	三谷	糖尿病
診療	小西	内田	畑	三谷	田端	松岡	本田
診療	小西	土生	畑	上垣内	土生	土生	土生
診療	内田	本田	村井	小西	田端	畑	古田
交代診療				交代診療		交代診療	

午前診	午後診	夜診
佐藤	佐藤	佐藤
佐藤	特診	佐藤
佐藤	予防接種	佐藤
佐藤	予防接種	佐藤
交代診療	交代診療	交代診療

午前	夜診
山本	山本
山本	山本
松岡	山本
山本	山本
交代診療	交代診療

午前	夜診
木津	木津
木津	木津
木津	坂口
内田	内田
木津	木津
交代診療	交代診療

午前	夜診
奥村	奥村
奥村	奥村
奥村	奥村
奥村	奥村
奥村	奥村
奥村	奥村

※5月より一部診療体制が変更される可能性があります。事前にお問い合わせください。



モットーは、 孤独な高齢者をつくらない ・健康で長生き

花水木班を紹介します。

岡崎支部のモットーは、「孤独な高齢者をつくらない」「健康で長生きをすること」です。そのために、仲間と集まって、おしゃべりやストレッチ体操、カラオケ、歌声サークルなどを行っています。シニア体操では、「三百六十五のマーチ」や「きよしのズンドコ節」に合わせてやるので、気分が解放されて明るくなります。毎週木曜日、午後1時より開催で、約20名前後の人々が参加しています。さらに、年間2回を目途に、まちかど健康チェックでは、血圧、骨密度測定などを行いますので、ご近所の方、いつでもご参加を。大歓迎いたします。

カレーポトフ

★つくった人からひと言

残ったスープに、ご飯、チーズを入れリゾットにも。材料は、冷蔵庫にあるもので(何でも)O.Kです。ウィンナーや鶏肉でもおいしいです。



〈一人分〉	エネルギー	274kcal
	蛋白	7.3g
	脂	15.3g
	食物繊維	5.1g
	食塩	1.5g

材料(1人分)

小カブ	70g	油	3g
じゃがいも	80g	水	250cc
人参	20g	調味料	
たまねぎ	50g	固形コンソメ	2g
白菜	100g	カレー粉	小さじ1g
ベーコン	30g		

〈作り方〉

- ①小カブを洗い、皮をむき、4つに割る。(あれば葉も3cm大に切りそろえる)
- ②じゃがいもは、洗って皮をむき半分に割る。
- ③たまねぎは、皮をむき、クシ形に切る。
- ④人参は、洗って皮をむき、5mmの厚さに切る。
- ⑤白菜とベーコンはひと口大に切りそろえる。
- ⑥鍋に油をひき、ベーコンとその他の材料を加え炒める。
- ⑦更に、水とコンソメを加え、フタをして中火で20分ぐらい煮込み、やわらかく火が通れば、カレー粉を加えて香りづけする。

※料理とレシピは、和歌山生協病院食養課。

ためして
クッキング 117



編集後記

縁があつて、再び、「健康とくらし」の編集に関わらせていただくことになった。前に関わっていたのが、かなり以前のことなので、どのように作っていたのか、「忘却の彼方」である。一から出直すつもりで、組合員さんに読まれる、機関紙づくりに努めていこうと思う。

4月から診療報酬が改訂された。医療機関にも患者さんにも厳しい内容となっている。患者さんの側に立った、ていねいな医療を行っても、報酬としてなかなか評価されない。患者さんも、自分が希望する医療を受けようと思っても、診療報酬の壁が立ちふさがり、希望する医療が受けられない状況がどんどん広がってきている。もともと消費税は、社会保障に使うと言って、値上げされたのではなかったのか。医療や介護の制度がどんどん悪くなっていくのは、約束違反ではないだろうか。来年の4月にも、また消費税を値上げするという。嘘で固めた理由を持ち出して、消費税ばかり値上げされるのは、ご免ご免したい。(YK)

〒640-8390
和歌山市有本一三八―四
和歌山中央医療生協
「健康とくらし」
編集委員会

※パズルの答え、
ご意見・ご連絡は左記まで。