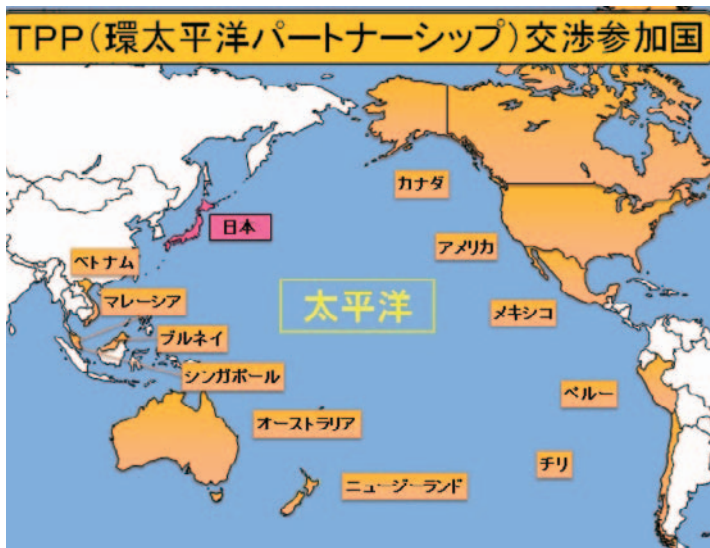


お元気ですか

発行者
大分県勤労者医療生活協同組合
大分市大字宮崎953-1
電話 097-568-2299

TPPと国民皆保険制度



政府が突如参加を表明し、7月にも正式に交渉参加が予定されるTPP

く、今の段階で国民にはわからないことが多いのが現実です。

(環太平洋経済連携協定)については、産業の各分野で賛否が分かれていますが、医療でも多くの影響があると言われています。医療に及ぼす影響は、問題など、詳しい説明や議論はな

その中で、TPP参加で国民皆保険制度が「崩壊」という意見があります。日本の『国民皆保険制度』は、健康保険証を持つていけば、基本的にいつでも、どこでも、誰でも、適切な医療を受けられる制度で、世界に誇れる日本の財産です。昨年、民主・自民・公明の3党合意で「社会保障制度改革推進法」が成立しましたが、その中には、小泉内閣の医療制度改革で決定された「国民皆保険制度を堅持する」という表現はなくなり、「原則として全ての国民

が(公的な保険制度に)加入する仕組みを維持する」に変わっていると指摘する専門家がいます。推進法に書かれた内容は、あたかも国民皆保険制度を維持するという意味のようですが、アメリカのように、経済的に豊か、中流か、貧しいか、で受けられる医療が変わるのではないかという指摘です。日本では基本的な医療に関しては、貧富の別なく受けられることが公平だと考えられています。アメリカでは所得水準によって受けられる医療が変わることが公平だという考えなのです。TPP参加でアメリカが日本の医療に市場原理の導入を求めてくること懸念されています。基本的な医療は平等にという日本の理念が守られるのか。国民に大きな課題が突きつけられています。

待合室
今年4月に水俣市の女性(故人)を水俣病と認定するよう命じた最高裁判決があった。この女性は、1974年の申請から3年後に検査も十分受けられないまま死亡。熊本県は1995年にメチル水銀の曝露歴は認めながら公的資料がないという理由で申請を棄却。次男が行政訴訟を起し福岡高裁、最高裁ともに認定を命じ、県が認定した。
水俣病の公式認定から57年、女性の場合、認定申請から39年目のことだ。判決がなければ、行政は認定することはなかった。これまで環境省や県は、認定を求める人々の前に立ちはだかり、患者を切り捨ててきた。潜在患者は20万人といわれる中、認定患者は僅か3千人足らず。人のいのちを最優先しない行政の体質がそこにある。(河)

災害に備える

東日本大震災以降、災害対策が見直されるなかで様々な「防災グッズ」が注目を集めています。病院に災害時の患者搬送のための「レスキューボード」を購入しました。材質は強化段ボールで、水濡れに強く、折りたたみ、場所もとりません。

医療機関は消防法で年2回の火災避難訓練が義務づけられています。3月の訓練で、人工呼吸器の装着を想定した模擬

患者をレスキューボードで搬送する訓練を行いました。



では患者をベッドからボードに移動させる事の難しさや搬送チームの編成、手順、使い方、避難誘導方法などの課題も明らかになり、緊急時に便利なグッズも、その特性を熟知しておくことや、ハード、ソフト両面の備えの重要性を実感しました。(本部・武石)

佐伯で津波避難訓練を実施

最大死者数32万人とも

いわれる南海トラフ巨大地震では、巨大津波が大分県、宮崎県を中心に襲うと予測されています。海から2km程度の佐伯診療所は、3月13日に津波

避難訓練を行いました。

2回目の今回は、長島町の「やまばと公園(海拔8・8m)」が避難場所。診療所より約1km。今回は患者さん5名も参加しました。四国沖が震源の

安全衛生センター、NPO法人へ

勤労者医療生協とともに労働安全衛生等に取り組んでいる社団法人「大分県勤労者安全衛生センター」は、4月24日に、特定非営利活動法人(NPO法人)の設立総会を行いました。これは公益法人改革法により、現在の社団法人の維持が困難になったため、多くの出席の中で設立に関する議案が全て可決されました。

場合、津波の第一波は約20分後に2〜3mの高さで来襲すると考えられています。いかに早く避難できるかが課題です。普段通る道でも徒歩では随分遠くに感じました。今回は、患者さんの参加で緊張感の中、いくつかの課題も明らかになりました。(佐伯・石田)

これを受けて県に認証申請を行いました。法人格は変わりますが、公益



雨でも大にぎわいの花見会

4月2日、晴天に恵まれたお花見日和...となるはずだったのですが、当日はまさかの大雨。昨年到现在、この日を楽しみにしている、在宅で頑張る梅田さんをここで、



事業を行う安全センターの活動が変わるものではなく、連合大分をはじめとする参加団体とともに活動を続けていきます。いきません。

熟慮の末、自宅でお花見会を決行！梅田さんのお母さんに天ぷらやおにぎりなどご馳走を作っていただき、花は造花のサクラをベッドの脇に飾って準備完了。仕事の合間に駆けつけた日頃の支援スタッフも加わって、総勢10名のお花見会は大盛況でした。(リハ・後藤)

『よく眠るために』

佐伯診療所 所長 久米 行則

成人の約2割が睡眠によつて十分な休養が取れていない状態（最近1ヶ月間に週3回以上寝つきが悪い、夜中に目が覚める）であることが統計上明らかとなつていま

睡眠障害への対策について記すことにします。

不規則な勤務や長時間労働は、睡眠にしわ寄せをきたし、十分な休養がとれず、労働者の心とからだに悪影響をあたえることが心配されます。

日本人の場合、睡眠障害に寝酒で対応する事が多くその結果、長期的には更に睡眠障害を悪化させ、アルコールへの依存や気分の落ち込みなどをきたすことがあります。

うつ病や睡眠時無呼吸症候群、ムズムズ足症候群などの病気の一部としての睡眠障害もあります。ここでは過労状態やストレス過重のもとでの

睡眠障害への対策について、まずなんといつても、長時間労働や過密労働からくる過労をさけること。パワハラを含む職場環境を改善し、ストレスを低減することが重要です。労働者の水平的団結で職場の民主化と人間らしい労働へ転換することは、労働者の健康を取りもどす柱の一つではないでしょうか。

は、更に労働組合と個人の労働者に圧力を加えるといった悪循環が……。原因への対策と平行して自衛的対策です。睡眠が不十分であるとき、日中の眠気や作業効率の低下がある場合、どうすればよいか。（アルコールに頼つてはいけません。一見、寝つきが良くなった感じがしてもアルコールの代謝産物が睡眠の質を悪くしています。）まず、朝きまつた時間に朝日を十分浴びて目を覚ませることが重要です。日中の覚醒度をあげるべく明るさと体の運動をめざすべきです。（労働者の感性や皮膚や筋肉などは、何のために存在しているのでしょうか。）

仮眠をとるとしても12時から15時の間で、20ないし30分にとどめるようにしましょう。日暮れ時から寝るまでの時間は、徐々にクールダウンして睡眠への準備です。コンピュータの画面をみたり、興奮させるようなテレビ番組をみれば視覚、聴覚を通じ覚醒度があり、睡眠準備を妨げます。テレビを見ながらいつの間にか寝るのは睡眠の質の悪化を招いています。コーヒーや緑茶などカ

佐伯中の島通信

行楽シーズン到来です。佐伯では、4月6・7日に「さいき春祭り」が行われ、一大イベントで、市内大手町の佐伯文化会館下お祭り広場を中心に開かれました。ここは市内でも有数の桜の名所で、城山の下にある山際通りは毎年ソメイヨシノが満開になるとすごくきれいな桜並木があり、国土交通省の日本の道100選にも選定されています。

大手門跡から養賢寺までの約700mの「歴史と文学の道」には茶室「汲

フェインの多い飲み物は、健やかな睡眠には逆行します。眠れなくても決まった時間には起床します。不調が続くときは、かかりつけ医に相談することが必要です。よく眠れて、明日の活力が回復しますように。

心亭」や明治の文学者、国木田独歩が過ごした坂本邸（国木田独歩館）、佐伯城山三の丸櫓門などがあります。桜は終わりましたが、城下町佐伯の歴史と文学に酔いしれながら散策を楽しめます。

（佐伯…石田）



特定健診について

2008年4月から実施された特定健診は、正式には「特定健康診査・特定保健指導」といいます。40歳〜74歳までの公的医療保険加入者全員を健診対象とした保健制度で、一般には「メタボ健診」といわれており、健診の項目は厚生労働省令によって規定され、だいた

ぶ定着してきたようです。受診率や保健指導実施率の目標到達度によって、後期高齢者医療制度への財政負担が保険組合や自治体に対して最大10%内で増減されることになっていきます。また、実施者（保険者）によって実施内容に差が出ているのも事実です。市町村（国民健康保険）によっては、「集団検診」だけを実施している自治体や病院などでも受診できる

「個別健診」を行っている自治体もあります。さらに被用者保険でも加入している保険によって自己負担の有無などさまざまとなっています。それでも国が保険者に40歳以上の被保険者（家族）に対して健康診断を必ず実施するように制度化してきたことは、大きな意味があることです。とくにこれまで見落とされがちであったサラリーマンの家族についても保険者が健康に対する注意を払う必要があることを社会的に義務づけたことは大切なことです。

制度発足当初は、受診対象年齢、とくに40歳以上が老廃物を尿へ排出する能力（低いほど腎臓の働

きが悪い）を併記することになりました。当医療生協の病院、診療所でも「特定健診」を受診できます。受診を希望される場合は、健診の内容や自己負担などについて事前説明を行っていますので、電話での問い合わせ・予約をお願いしています。（本部・中村）



上からでは遅すぎないのか。メタボリックシンドロームに片寄りすぎている。肥満チェックの腹囲測定の数値の問題。などが指摘されていましたが、5年を経て、健診結果の扱いも見直しが行われ、健診結果が役立つように改善されてきています。今年4月からの健診結果のお知らせでは、血糖検査HbA1cの値を国際標準の「NGSP値」で統一表記することになり、腎機能検査に「eGFR」という腎臓が老廃物を尿へ排出する能力（低いほど腎臓の働

きが悪い）を併記することになりました。当医療生協の病院、診療所でも「特定健診」を受診できます。受診を希望される場合は、健診の内容や自己負担などについて事前説明を行っていますので、電話での問い合わせ・予約をお願いしています。（本部・中村）

きが悪い）を併記することになりました。当医療生協の病院、診療所でも「特定健診」を受診できます。受診を希望される場合は、健診の内容や自己負担などについて事前説明を行っていますので、電話での問い合わせ・予約をお願いしています。（本部・中村）

きが悪い）を併記することになりました。当医療生協の病院、診療所でも「特定健診」を受診できます。受診を希望される場合は、健診の内容や自己負担などについて事前説明を行っていますので、電話での問い合わせ・予約をお願いしています。（本部・中村）

大分県勤労者医療生活協同組合第三十二回通常総代会開催
大分県勤労者医療生活協同組合の第三十二回通常総代会を左記の通り開催します。
【日時】二〇一三年六月二十九日(土) 十四時〇〇分
【場所】「全労済ソレイユ」7F
【主議案】第一号議案 二〇一二年度事業報告及び決算報告の件
第二号議案 監査報告の件
第三号議案 二〇一二年度剰余金処分件
第四号議案 二〇一三年度事業方針(案)及び収支予算(案)の件
第五号議案 定款変更の件
第六号議案 役員報酬決定の件
第七号議案 役員補充の件
大分県勤労者医療生活協同組合 理事長 山本 真

お楽しみクイズ
【応募の仕方】
ハガキに答え・住所・氏名と「お元気ですか」の感想などをお寄せ下さい。抽選で10名の方に図書カードを進呈します。
（送り先）
〒870-1133 大分市宮崎953-1
（締切り）6月17日
「勤労者医療生活協」宛
Q1①どぶく祭り
Q2①滝廉太郎 ②ひょうたん祭り
Q3①高野聖 ②前野良辰
（3月号当選者）
本川 和彦(大分市) 松尾 信二(佐伯市)
通山 美千子(大分市) 柴田 一子(佐伯市)
須原 好美(大分市) 成松 智子(佐伯市)
三野 雅彦(大分市) 柴田 智子(佐伯市)
後藤 幸司(大分市) 九岡 節子(日田市)

Q1 お祭りクイズ
次のヒントから、郷土の有名な祭りの名前を答えて下さい。
A=①物々交換 ②5月18日～ ③坂ノ市
B=①若宮八幡 ②宝来船 ③昭和の町
Q2 郷土の名湯クイズ
次の言葉から郷土の名湯を答えて下さい。
A=①岩風呂 ②芹川 ③直入町
B=①胃腸病 ②冷鉱泉 ③廻廻野

読者のお便り
3月号へのお便りがたくさん寄せられましたので、一部をご紹介します。
○健康診断を何年も受けていません。今年は佐伯診療所に行きます。
○フレンドクターの事が興政便りに載っていました。大分協和病院にもいらっしゃるのを知りました。早速、祖母を受診させます。
○家庭血圧の基準を初めて知りました。勉強になります。
○被災地の復興は、たやすいことではないですね。時間も費用もエネルギーも大変だと思います。今、自分にできる事は、被災地の方への思いを持ち続けること。そして、自分たちの防災意識をしっかりと意識していくことにあると思います。
○「ホントはこわい」高血圧。私はどうとう降圧剤を飲み始め、塩分摂りすぎ注意と毎日の血圧記録を行います。
○「実学、確かに大切ですね。私たちの子どもの頃は、外で遊んで危険なことや、やってはいけないことを学んでいったように思います。
○主人も血圧が高めで、毎日測っています。やっぱりこわいものですね。
○「もって実学を教えよう」は、正にその通りですね。どれだけ実学を学べるか、体験を通して生きる知恵を学ぶことが必要ですね。
○大分協和病院の外壁の補修工事が完了されたとのこと。私もバスで病院の前を通るとき「きれいになった」と気付いていました。明るく感じになっていいですね。
○毎年、受診している市の特定健診。ここ何年が中性脂肪の数値が高いので気になってます。病院で再検査して薬などいただけるのでしょうか。又、改善する方法は。
※来院して診察を受けて下さい。必要があれば医師が指示を出します。
○高血圧から脳内出血を発症し、現在も半身麻痺の身障者です。健康者の方こそ、定期健診を進めます。
○東日本大震災から2年。遠く離れた九州の私からは、あつという間の2年。でも被災地の方々は、まだ2年なのだ、忘れるなど言いたいだらう。政府、マスコミは過去のこと、解決済みしようとしている。「忘れるな! 3.11」改めて思う。