

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

増税で暮らししどどうなる



ついに4月から消費税が8%に増税されます。消費税は1989年に税率3%で始まり、1997年には5%へ、今回は17年ぶりの増税となります。今回の増税は、社会保障の充実と安定化のためと繰り返して説明されてきました。

今度の国の2014年度予算案には、税率8%の消費税収入が盛り込まれています。税収では約5兆円の増収となります。この増税に当たって、政府の答弁は「増税された全額を社会保障財源に充てる」というものでした。しかし、予算案

で明らかになっっているのは5兆円のうち、社会保障費に充てるのは3・7兆円。1・3兆円は国の借金でまかなってきた社会保障以外の財源を消費税に置き換えるいうものです。

社会保障費に充てるという3・7兆円の内訳は、消費税の増税に伴う経費増分0・23兆円、年金の国庫負担の置き換え分が2・95兆円で、社会保障の充実に回るのはわずかに0・5兆円です。消費税の増税分を年金・医療・介護・少子化対策などの社会福祉の充実に充てるというの説明は、完全に崩れています。

2015年10月からは、税率10%が予定されています。安易な増税と負担増を許さないためにも、4月から私たちの暮らしがどうなっていくのか、問題の検証が求められています。



3月11日に東日本大震災から丸3年を迎えたにもかかわらず、被災地からは復興が遅々として進んでいない現実が届けられる。今ではメディアで取り上げられる機会も少なくなり、大震災が忘れ去られる懸念もある。

もちろん被災地の人たちが苦しみを忘れることはないが、遠く離れた人々の関心は薄れていくのも現実だ。被災地以外で進む「風化」や「忘却」が被災地の人たちを不安にさせ苦しめる。

そして政府や電力各社は、原発事故で苦しむ多くの人たちのことをまるで忘れたかのように原発の再稼働を急いでいる。人間は忘れてはならないことでも忘れることができる動物だと言うが、原発事故のことは絶対に忘れられない事実だ。(河)

高血圧で認知症に?!

OB会で健康講演会

王子製紙労組OB会は、かつての鶴崎バルブで働いていた皆さんを中心に組織されています。そのOB会総会で健康講演会が企画され、約150名の皆さんに、大分協和病院の則行副院長が生活習慣病と認知症の関係について講演を行いました。講演は認知症に関する問題を参加者に回答して

もらい、正解に説明を加える方法で、ユーモラスにポイントを説明していきます。認知症は、年齢と遺伝が最大要因だが、高血圧、糖尿病などの生活習慣病では2〜3倍、魚や肉を食べないなど偏食の人は5〜6倍の発病率という説明には会場から驚きの声も。日頃から「大分県を日



本で一番寝たきりの少ない県に」と診療に取り組み副院長のお話しは、とても好感を頂いたようでした。(本部・中村)

太陽光発電設置へ

太陽光や地熱、風力などの再生可能エネルギーの活用は、東日本大震災に伴う東京電力福島第一原子力発電所の事故以降に、全国的に急速に広がりを見せ、とくに太陽光発電は、各地で大規模な発電施設も目にするようになってきました。勤労者医療生協は、先



の理事会で、佐伯診療所の屋上に太陽光発電設備を設置することを決定しました。地球環境に優し

い発電効果や災害時の非常電源としても活用が期待できることから設置を決定したものです。まもなく設置工事が行われ、5月初旬には発電が開始される見込みです。

オーダーリングシステム導入

医療分野でのIT(情報技術)化は、レセプトコンピュータの導入に

始まり、オーダーリングシステム、電子カルテの導入へと急速に広がりを見せています。勤労者医療生協の病院と診療所では、レセプトコンピュータは早くから導入していましたが、理事会で大分協和病院にオーダーリングシステムを導入することが決まり

ました。これまで病院ではCTやレントゲン画像デジタル化などが進んでいて、今回の導入では、医療過誤の防止や医療サービス提供の短縮化などが期待されています。現在、さまざまな準備が進められており、本格稼働は6月初めの予定です。

焦らず、自分に冷静になろう

臨床心理士 吉里恒昭

禅の世界で言われる「繫驢桔(けるけつ)」という言葉をご存知でしょうか。桔は杭(くい)のことです。縄で杭に繋がれている驢馬(ろば)が自由になりたくて逃げ回るが、もがけばもがくほど縄が絡まって身動きがとれなくなってしまう。そのような状態のことを指す言葉です。

不安や恐怖心で苦しんでいる時は、この驢馬の状態と似ており、その不安や恐怖から逃れようと頑張りすぎたが故に悪循環になることがあります。合気道でも似たようなことが言われています。両手を捕まえられた時、力でもって解こうと必死になってもうまくいかないが、逆に自分の両手の力を抜くと冷静になれば、例えば足を動かすなどの冷静な対処ができることもあるようです。

仏教では、思うがままにならないことを「明(あき)らめる」ことで道が明らかになると言われます。不眠で悩んでいたが、眠れなくてもいいやと開き直って眠れるようになる人も多くいます。

溺れる不安から必死に泳いでもううまくいかないが、力を抜いたら浮いて泳げるようになることを経験したことがある人もいるでしょう。人事を尽くしたら、あとは天命に任せる余裕を持ちたいものです。



一度、遊就館を訪ねてみたい

専務理事 河津 曉 爾

昨年末に安倍首相が突如行った靖国神社への参拝は、中国・韓国の反発はおろか、同盟国であるアメリカ政府からも「失望」との厳しい批判を浴びた。靖国神社参拝の問題は、近隣諸国だけでなくアメリカをも交えた外交問題の一つとなっている。国内でも靖国神社参拝を巡っては賛否を交えた議論が途絶えることがない。

ところで、私たちは靖国神社の歴史や背景をどのくらい理解しているのだろうか。私はこれまでに、靖国神社を一度も訪れたことがない。機会がなかったこともあるが、行ってみようとか行かなければという気持ちにならなかったからだ。

だから靖国神社の理解は①明治維新後に新政府軍と幕府勢力が戦った戊

辰戦争の犠牲者を祀るために建てられ、その後は日中戦争や太平洋戦争で犠牲になった軍人達が祀られている。②政府の関与や政治指導者の参拝などは、憲法が定める「政教分離」の原則に反する。そして③先の大戦を主導し、東京裁判で重要戦争犯罪人とされた東条英機元首相らA級戦犯が合祀されていて、中国や韓国をはじめ近隣諸国の反発がある。従って、首相などは参拝はするべきでない。という程度だ。

しかし、昨年末に首相の靖国参拝直後の朝日新聞の世論調査では、参拝に賛成41%、反対46%と拮抗し、Yahooのネット世論調査では妥当76%、妥当でない24%という驚くべき数値が出ていた。首相の「戦場に倒れた方たちに敬意と感謝

の念を捧げ、不戦の誓いを堅持するための参拝」という言葉を単純に受け入れれば、「何が悪い」となり、このような結果になるのだろうか。

先日、ジャーナリストの江川紹子氏が発表している自身のブログに『国内問題としての首相の靖国参拝を考える』という文章を見つけた。江川氏は安倍首相の靖国参拝について改めて考えてみたいと靖国神社を訪れている。その中で靖国神社の本質は、靖国神社の意義や価値観を示す神社内の付属施設「遊就館」に見ることができると言っている。そこには数々の展示物があり、パンフレットには『先の「大東亜戦争」は、日本民族の息の根を止めようとするアメリカに対する自存自衛の戦いであり、日本の戦いは、白人の植民地支配を受けていたアジアの国々に勇気と希望を与えた』と記され、靖国神社で

は、先の大戦は今なお聖戦扱いで、まるで時間が止まったように戦前の価値観が支配していた。と書いています。

このことから見れば、首相の靖国参拝は、どんなに説明しても、日本の過去の侵略戦争を肯定し、靖国の本質を表している「遊就館」の立場に

佐伯中の島通信

『佐伯の春、先ず城山に來たり…』佐伯で教師をしていたことのある文豪国木田独歩が佐伯を詠んだ詩の一節です。

城山(144m)は佐伯市街地のすぐ近くにあり、明治時代に教師として赴任していた国木田独歩がよく散歩して登ったと言われおり、佐伯市民に愛されている山です。

佐伯では桜の名所のひとつで、毎年、城山の周辺で「さいき春まつり」が行われます。今年は4月5〜6日に開催されま

自らを置くことを意味しているのではないか。このような靖国神社の持つ現実を抜きに、この問題は語れないと思っただ。いつか遊就館を訪ね、自らの目や耳で靖国神社の本質を確かめて見たいと思っっている。

※この文章は、労務医連機関誌2月号に掲載したものに加筆しています。

す。皆さんのお出でをお待ちしています。さて私事ですが、季節が春から次が変わろうとする頃に第3子を出産予定で間もなく産休に入ります。

(佐伯・石田)



腰痛と運動の関係

大分協和病院に腰痛で来院されている約半数の患者さんは、すでに数件の病院や診療所を受診しています。その中でも、検査や画像診断で異常がない場合に運動不足と指摘されて、腹筋や背筋、歩行訓練を自主的に行っている方が多くいます。腰痛が悪化する方は決

して少なくありません。また、普段から運動をおこなっているスポーツ愛好家の方が、腰痛を発生すると痛みが出ているのは、運動が足りないと思われ、更に運動量を増やす傾向にあります。しかし、多くの場合は腰痛がある状態で運動すると悪化します。

運動をして改善する方がいますが、これは症状が軽いか仮に運動をしなくてもただ安静にしていくだけで治るものもあります。痛みがとんでも強い人は運動はできません。腰が痛いときはまずその原因を治療して安静にすることが必要です。安静を指示しますとずっと寝ていた方が良いのかどうか聞かれます。これは原因となつていて、部分に負担をかけない、あるいは痛みで動作をできないだけではないことが大切

健康診断料金の改定について

2014年4月の消費税率改定、及び診療報酬（保険点数）改定に伴い、大分協和病院・佐伯診療所におきましても、健康診断料を改定させていただくことになりました。

新料金は4月1日実施分から適用させていただきます。各院所をご利用の皆さまには、ご理解・ご了承のほどよろしくお願いいたします。主な健診料金につきましては、次の通りです。その他の健診料金等につきましては、各院所にお問い合わせ下さい。

大分協和病院 097-568-2333
佐伯診療所 0972-23-2212

健診内容	新料金(税込)	
	組合員	組合員外
一般健診(Ⅲ) (血液検査を含む一般的な健診)	6,700円	7,100円
成人病健診(Ⅰ)	16,300円	
(組合員対象) シルバー健診 ファミリー健診	初回：6,500円 2回目以降 10,800円	



読者の お便り

- 読者の感想が寄せられています。その一部をご紹介します。
- 職場のいじめにNO!をパワハラのない職場をめざしたいです。
 - 脳卒中・認知症のことわかりやすくて助かりました。
 - 副院長の「今年の健診目標」は、参考になりました。
 - 昨年末からの様々な法律改正のこと、健康で安心して生活していけるか心配です。
 - ダイエットと食事のコーナー勉強になりました。料理方法の違いがわかりました。
 - 適度な運動は、車に頼らずに自転車移動を心がけたいです。
 - 4月からの消費税増税、医療費負担の増など厳しい世の中になります。憲法に基づく社会保障の実現を政府に望みます。
 - 無理を続けて頑張った先には病が待っている。とても印象に残りました。
 - 正月から食べすぎで、「ダイエットと食事」勉強して筋トレ中です。
 - お元気ですかの健康へのヒント色々役立てています。
 - 寝たきりの原因、第2位が認知症とは驚きです。
 - 今年のパスハイクはどこへ行くのかなー。楽しみです。
- ※行き先は、まだ決まっていますが、9月以降に案内します。

Q1. 県内ゆるキャラクイズ

次のヒントから、県内の「ゆるキャラ」の愛称を答え下さい。

- A = ①九重町 ②ミヤマキリシマ ③にしだあつこ
B = ①宇佐市 ②からあげ ③性別は男の子
C = ①大分市 ②サル山 ③宣伝部長

Q2. 郷土の道の駅クイズ

県内で人気の道の駅名を答え下さい。

- A = ①国道500号 ②そば打ち体験 ③中津市
B = ①国道387号 ②わさびアイス ③日田市

お楽しみクイズ

です。ので、ずつと寝ておく必要はありません。痛みを我慢して腹筋や背筋運動、ウォーキング、水泳（水中歩行）を行おうと一時的に痛みが楽

になることがあります。が、長期的にはかえって痛みが増し、少しずつ悪化することがありますので注意しましょう。（リハビリ科・後藤）

「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名に図書カードを進呈します。（送り先）
〒870-1133 大分市宮崎953-1
「勤労者医療生協」宛
（締切り）4月17日
↑1月号の答え
Q1 A 山口俊 B 清武弘嗣
C 内川聖一
Q2 A 鯛生金山 B いかまえ
C いんない
Q3 C E
↑1月号当選者
岡崎 善夫 宇佐市
平野 真澄 宇佐市
後藤 善夫 宇佐市
須原 玲子 佐伯市
河野 美子 佐伯市
中野 昭彦 佐伯市
三村 容里 大分市
足立 真里 大分市
福好 健造 大分市
容里 真里 大分市
大藤 博和 大分市
近藤 朋子 大分市
大藤 茂美 大分市
毛波 文江 大分市
渡辺 天分 大分市
真藤 志恵 佐伯市
岩崎 好保 佐伯市
高川 美美 佐伯市
高村 百田 佐伯市
長峰 智恵 佐伯市
長峰 智恵 佐伯市