

日本国憲法第25条 (生存権、国の社会的使命)
すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。
国はすべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。



神戸市東灘区住吉本町2丁目19-3 TEL(078)851-9381 FAX(078)821-7270 Email info@kobegojo.sakura.ne.jp URL www.k-kyowakai.or.jp



田中町で初めての医療懇談会を開催

うはら支部 宮本琴子

5月23日午後から田中町2丁目... 医療懇談会を開催... 田中町で初めての医療懇談会を開催...



真保さんは、バランスの取れた規則正しい食生活が必要... 食生活の重要性について...

今回の医療懇談会を契機に、次回もこの地域で医療懇談会を11月18日に予定しています。

恒例のバス旅行。今年は姫路に行きます。「好古園」散策、赤穂での塩づくり体験、美味しい昼食をしながら皆さまと楽しい秋の一日を過ごしたいと思います。

10月4日、運営委員を中心に7人で特別養護老人ホーム「こまどりの郷」と小規模多機能「いろどりの家・大池」を見学してきました。

特養こまどりの郷見学してきました

六丁支部 高西裕子

10月4日、運営委員を中心に7人で特別養護老人ホーム「こまどりの郷」と小規模多機能「いろどりの家・大池」を見学してきました。

弱者は死ぬというのか

これから社会保障はどうなっていくのか、多くの国民が不安を抱えています。社会保障の切り捨ては、特に弱者ほど大きな打撃を受けます。

これをおこないました。昨年の介護保険制度の見直しでは、施設入所の低所得者への「補足給付」さえ切り捨てる改悪をおこなってきました。

2012年に誕生した安倍政権は、これまで社会保障費の実質削減(対人口増加による自然増を抑制)、70〜74歳の医療費窓口の負担の引き上げ、介護保険「要支援」者の在宅・通所サービスの保険給付外し、介護報酬の削減など

をとおこないました。昨年の介護保険制度の見直しでは、施設入所の低所得者への「補足給付」さえ切り捨てる改悪をおこなってきました。その安倍政権が、これから着手する医療・介護・年金などの分野での改革は改悪の一例が左の表です。

ますます肥えたる巨大資本

それまでして社会保障費を削り、消費税の増収で捻出したお金は、大企業への減税に使われました。安倍政権発足時に37%だった法人税の実効税率が、2016年には30%弱まで下がりました。その結果、大企業はこの期間に内部留保を約36兆円も積み増し、今年1〜3月期には265兆円にも達しています。

介護職員急募!

昨年、北区西大池に開設した小規模多機能「いろどりの家・大池」で介護職員を急募しています。詳細は「いろどりの家・大池」までお問い合わせください。

TEL 078-224-5005

国保署名運動にご協力ください

私たちの命をくらし、社会保障の未来は、私たちの運動にかかっています。再来年、国民健康保険の運営が都道府県単位へと変更されると、保険料が大幅に値上げされる恐れも出てきました。

社会保障破壊のシナリオ

- 入院一般病床の水光熱費分を患者負担に
かかりつけ医以外を受診した際の追加負担
市販品と変わらない医薬品の保険はずし
75歳以上の窓口負担が2割に(現行の2倍)
高額介護サービス費の負担上限引き上げ
軽度者の生活援助、福祉用具、住宅改修を原則自己負担に
まず65〜74歳の利用料負担を原則2割に(現行の2倍)。その後75歳以上も2割に
所得が一定以上の人の年金一部支給停止
年金支給開始年齢をさらに引き上げ
公的年金等控除を含めた年金課税の見直し

「民医連新聞」第1629号より

神戸市長 前 国民健康保険料を引下げ、独自の軽減制度を継続してください
【詳細事項】
高すぎる国民健康保険料を引下げ、65歳以上の高齢者が負担し続けることが困難な状況に陥りかねない。
神戸市の国民健康保険料は3年連続して増額され、負担が重くなる。
神戸市の国民健康保険料は3年連続して増額され、負担が重くなる。
神戸市の国民健康保険料は3年連続して増額され、負担が重くなる。

署名運動を展開
署名運動を展開
署名運動を展開
署名運動を展開

今号の主な記事

- 今年もインフルエンザ予防接種に組合員助成...3
いつまで続ける?原子力発電...3
高江ヘリパッド抗議行動...4
花隈駅のバリアフリー化実現...4
ロコモ予防ワンポイントレッスン...5
わが家でグルメ「レンコンご飯」...8

わが家でグルメ 気分
レンコンご飯 秋からレンコンが美味しくなりますね!
【材料(4人前)】
米...2カップ
水+煮汁...480ml
レンコン...150g
うすあげ...1枚
みりん...大さじ1
醤油...大さじ1
みつば...1束
【作り方】
1. レンコンは薄い銀杏切りし、うすあげ縦三等分して千切り。
2. 鍋に①を煮立て、1を入れ、レンコンが柔らかくなるまで煮る。ザルにいれ煮汁を取っておく。
3. 炊飯器に米を入れ、煮汁と水を足して分量の水加減にし、みりん、醤油をプラスして炊く。
4. 炊きあがったら煮たレンコンとうすあげを乗せ蒸らす。
5. みつばの小口切りをちらす。

組織強化月間

互助組合をもっと大きく！

あなたの力を貸してください

東神戸医療互助組合（以下「互助組合」）のごこと、みなさん知っていますか？この健康ニュースがお宅に届いている方は、みなさん組合員です。互助組合は東神戸病院など神戸健康共和国（病院1、診療所4、訪問看護ステーション3、介護事業所など6、計14事業所を運営）に出資し、活動を応援している共同組織です。共和国の事業所は「い

のちの平等」を掲げて実践しています。

例えば病院では、個室に入るための差額ベッド料を頂いていません（個室は医療的に必要な時に使ってくださいます）。また「医療費が不安で、受診できない人をなくしたい」という思いから、病院・診療所では、無料低額診療事業もおこなっています（詳しくは東神戸病院・各診療所まで）。

さらに神戸健康共和国の職員は、地域訪問にも行きます（写真）。病院や診療所に閉じこもっているだけでは、地域で困っている人を見つけれないし、地域を知らない患者さんの困っていることについて、親身になって相談にものれないからです。

この神戸健康共和国の事業の礎をつくり、新しい事業展開を支えているのが、互助組



地域訪問行動

今年もインフルエンザ予防接種に組合員助成

インフルエンザの予防接種が始まりました。東神戸病院や共和国の診療所で、インフルエン

福島第一原発の事故から何の教訓も取り入れないで、国民の半数以上の反対の声を無視、九州「川内原発」を始め三基の原発が再稼働されています。

9月14日には、福井県にある日本原子力研究開発機構の高速増殖炉「もんじゅ」の廃炉を政府として検討に入ると報道されました。これまで建設や維持に1兆円を超える国費を使い、事故・トラブル続きでまともに稼働していませんでした。

現在、すでに使用済み核燃料プルトニウム約48トンを保有しています。「核燃料サイクル」は、原発の使用済み燃料を再処理してプルトニウムとウランを取り出して再び利用する仕組みでしたが、完全に計画は破たんしています。さらに政府は「もんじゅ」存廃を巡り経産省と文科省

合の出資金です。ぜひ、積み立て出資などでもご協力ください。

その他にも、互助組合では「安心して住み続けられるまちづくり」の一環で「一人ぼっちの組合員をなくそう」と、地域での「たまり場づくり」や「班会」「脳いきいきクラブ」など組合員さんが集まれる場所づくりをしています。ぜひ、お友だちを誘ってご参加ください。「秋の組織強化月間（9月～11月）」のいま、大いに互助組合の仲間をふやしましょう。

全国共同組織 交流集会の報告

組織委員長 田中 偉夫

9月4・5日、全国共同組織交流集会が石川県加賀市で開催され、東神戸医療互助組合から10人（右下の写真）が参加しました。加賀市文化会館では、まず全日本民医連副会長柳沢先生が「いのちに寄り添う民医連と共同組織」と題して記念講演。無差別平等の理念と医療実践がよくわかり



ました。その後のリレートークでは沖縄の発言が印象的でした。沖縄の基地建設を許さない熱いたたかきを感じるとともに、沖縄の歴史を学び、沖縄の問題を私たちの問題として理解を深めることが大切だと思いました。

翌日の分科会では、私の支部でも大いに課題となっていた「共同組織を強く大きくするとりくみ」に参加。8つの組織から発言があり、事業所のない地域支部の報告もありましたが、班活動を活発におこない、おしゃべり、歌う、食べる、笑つことを大切にしているとのこと。工夫をこらして仲間ふやしをしていることなど、大いに参考になりました。

世の中まぢが「ぐんぐん」

いつまで続ける？ 原子力発電

御影支部 青木 公一

薬物のうち、濃度が高い廃棄物処理基準の原案を了承。放射性物質の影響が減少する10年後まで、地下70より深い場所に埋設する事が柱です。埋設から3～400年は放射性物質の漏えい監視を事業者が要求。地下天然資源がある地域は埋設地から除外すること。この記

ユニティセンターが病院・診療所窓口にて、専用の申請書に必要事項を記入し、5000円の領収書を添えてお持ちください。対象期間は2017年1月31日（火）までです。

の主導権争いも見られるなかで、原発の再稼働をめぐろんであり、まさしく「トイシなきマシジョン」そのものになっています。

今年9月2日の『神戸新聞』に「廃炉廃棄物10万年埋設」の見出しで原子力規制委員会の発表が小さな記事になっていました。原発の廃炉で出る放射性廃

なに考えとん！「世の中まぢがとる」言葉そのもの。エジソンが白熱電球や電力供給を事業化してから、まだ150年も経っていません。それなのに、400年後まで東京電力という会社が存続すると思

評もせず、政府機関発表のまま報道するほつもつかしている。世界では、原発から撤退して電力供給を考える時が来ているのに、日本の方向性はまったく間違っていると思います。早く、すべての原発を廃炉に向けて方向転換することを希望します。



薬剤師のたまご ご紹介くださ～い



東神戸薬局では、将来民医連で共に働く薬剤師の卵を求めています。

この度、兵庫民医連薬学奨学金制度ができました。この奨学金を利用すると、面談や楽しい企画に参加して、民医連の職員や共同組織・他職種・医療系学生との交流ができます。

勉強に役立つ、講演会や学習会や被災地支援

のボランティアに参加することもできますよ。

薬学生や薬学部を目指す高校生がお知り合いにいましたらご紹介お願いします。ちょっとでも興味がある方は、薬局にお問い合わせください。見学も随時受け入れております。

患者さんの助けになりたい、共に成長したいと思う方の応募をお待ちしております。

東京都の豊洲新市場が、いま大問題になっています▼豊洲は東京ガスの工場跡地で、発がん性物質のベンゼンや猛毒のシアン化合物など、数々の汚染物質があり、土壌や地下水を汚染していました。その対策として敷地全体に汚染水を抑えることを専門家会議が提言し、豊洲は安全だと言っていたのです▼ところが建物の下には盛土はされず、地下水から建物を守る遮水壁で囲うこともされていなかったのです▼歴代都知事や都幹部の汚染対策と、食の安全・安心を軽視する姿勢の表われでありその責任は重大です。ウンをつき続けたことに都民をはじめ国民に怒りの声が広がります。真相究明が求められています。化学物質は体内に入ると排泄されず蓄積され、長い年月をかけて体を蝕んでいくのです▼食の安全を脅かすことのないように、徹底的に調査して、移転中止を含め検討してほしい。今後の推移を注視したいと思えます。

(S.O)





気持ちよくサロンを利用してもらうように、毎朝のように入手入れしなさい。



**野の花サロンの庭**  
ほくら支部  
寺谷 正則さん

### 認知症サポーター養成講座

神戸健康共和会の認知症サポーター養成講座を始めました。内容は——①認知症とは、②認知症のケアと介護、③認知症の予防、④社会制度、⑤認知症サポーターとは。第1回目の10月15日には45人が受講し、修了証とオレンジリングを受け取りました。出前講座もおこないますので、互助組合事務局までご相談ください。

沖縄本島北部にある、北部訓練場内に建設中の高江ヘリパッドの建設阻止抗議運動に参加しました。北部訓練場とは国頭村(くがみそ)と東村(ひがしそ)に位置する面積約78平方キロの県内最大の米軍基地で、1998年に「シングル戦闘訓練センター」と改名され、文字通りジャン

### 普天間・辺野古だけじゃない！ 沖縄の基地問題



### 抗議行動報告

## 高江ヘリパッド

グールでの実戦を想定した訓練が行われる場所です。現在パナマの施設が閉鎖となったため世界唯一となっております。1996年に日米両政府で合意された内容に、北部訓練場の一部返還の条件のひとつとして高江地区へのヘリパッド建

設があげられていました。普天間基地の返還問題と同様、老朽化した基地は返してやるから、最新鋭の施設を日本の予算で作れというわけでは。建設阻止運動は2007年から「ヘリパッドいらぬ住民の会」中心に始まり、10年近くの運動になります。なぜ反対しているのかというところはWWFジャパンから声明がだされたり、UN(国際自然保護連合)の二度にわたって貴重な野生生物の生息地保全勧告がだされたことにもあるように、自然破壊につながることで、もう一つはこの森の水資源は沖縄本島の生活用水の60%をまかなう水がめであり、それが汚染されてしまうためです。



「沖縄県の基地負担軽減」が言われ久しくなるが、いっこうに軽減されることなく逆に負担が増えていることへの県民の怒



### ロコモ予防ワンポイントレッスン

シリーズ2

#### 壁立て伏せ ⑨

転倒した時とつさに手をついて身体を守れるようにしましょう

- ①壁から40cmほど離れて立ち、両足は20~30cmに広げる。
- ②両手を肩幅より少し広めに広げて、壁に手をつく。
- ③4秒ほど掛けて肘をゆっくりと曲げて、壁に顔を近づけていく。その後ゆっくりとまた4秒ほど掛けて肘を伸ばす。
- ④これを10回繰り返す。



※余裕のある方は壁から40cmよりも長く離れて同様に行ってみてください。

### 秋のウォーキングイベント

京都・嵐山、嵯峨野歴史と文学散歩から

日時：11月25日(金) 午前9:00~午後5:00  
参加費：200円(資料代・保険代込)  
当日、集合場所にて集めます。交通費は自己負担、昼食・飲料は各自持参。  
定員：30人(定員になり次第メ切)  
集合：午前9:00、阪急『西宮北口』駅上りホーム前から2両目付近  
申込先：互助組合事務局(担当：藤本) TEL 078-851-9381 FAX 078-821-7270  
主催：互助組合・保健委員会

### クリスマスディナー料理教室のお知らせ

日時：12月10日(土) 午前10:00~正午12:00  
場所：東灘区民センター 調理実習室  
参加費：700円(エプロン・三角巾持参)  
当日、受付でお支払いください。  
定員：36人(定員になり次第メ切)  
講師：東神戸病院管理栄養士  
申込先：互助組合事務局(担当：藤本) TEL 078-851-9381 FAX 078-821-7270  
主催：互助組合・保健委員会



本紙前号でご案内した互助組合主催の沖縄ツアーは、参

### 沖縄ツアー 不成立のお詫び

加申込が最少催行人数に達しなかったため、やむなく中止といたしました。期待されていたみなさん、申し訳ありませんでした。またの機会をご期待ください。



花隈駅での現地調査の様子

花隈駅での現地調査の様子。加申込が最少催行人数に達しなかったため、やむなく中止といたしました。期待されていたみなさん、申し訳ありませんでした。またの機会をご期待ください。

### 阪神西元町駅のエレベータ設置も 阪神電鉄が前向きに検討を約束

中央区革新懇(区内の互助組合の支部、柳診・東診・生診も加入)は2014年8月、阪急春日野駅、花隈駅、阪神西元町駅、加納町3丁目の交差点にエレベーターを付けるよう「中央区におけるバリアフ

### 阪急花隈駅 バリアフリー化実現

りがあるのだと感じました。沖縄にいなくてもできることはあります。その一つとして現地の状況を紙面で報告し

ました。みなさまにも広めていただきましたと思います。(東神戸病院事務次長・藤堂圭次)



いつも1つか2つわからな  
いの、今回はすべに見つ  
りました。

田中 映子 (北区)

今年もヘルスアップチャレ  
ンジ頑張ります。

稲葉 健 (北区)

敬老の日の朝、東京から6  
歳と3歳の孫が「おばあちゃ  
ん、おめでとう」の電話が！  
いつものまにか祝つ側から祝つ  
てもう1歳になってしまいま  
した。

筒井民代 (西区)

今夏こそエアコンを付けよ  
うと思っていましたが、突然  
の立ち退きの話が…。猛暑・  
酷暑をアナログでなんとかや  
り過ごしました。

野中理恵 (北区)

わが家でグルメの「9条工  
ビチリ」参考にになります。楽  
しみにつくってみます。

西垣恵子 (東灘区)

前号のまちがいさがしの高  
齢のご婦人の笑顔すてきで  
す。作家さんによるしく。前  
原さんの「9条工ビチリ」お  
いしそいで。いちど挑戦して  
みます。

藤枝正子 (東灘区)

毎号挑戦するのですが、6  
つまでは見つかっても、あと  
1つが見つからず、いつも断  
念！今回は3日間、1人つづ  
じつくり見比べて、やっと見  
つかりました。すぐ見つける  
人もおられるのに……。

片岡圭子 (東灘区)

7月末に豊岡から転居。毎  
日が日曜日！これからクイズ  
にもチャレンジして、脳ト  
し、体操もがんばっています  
よ。

村井民子 (明石市)

ヘルスアップチャレンジ、  
家にてチャレンジできそう  
なので、ごもつれしいで

植木孝子 (東灘区)

健康ニュースをみて、互助  
組合に集つみなさまのようす  
がよくわかり、私も元気をも  
らっています。「HPH」の

### 『七五三』

2つの絵に7か所ちがうところが  
あります。どこでしょうか？(印刷  
のよこれやかすれを除く)

絵に7か所の○印を入れ、ハガキ  
に貼ってご応募ください。住所・氏  
名を忘れずに。

■宛先 〒658-0051  
神戸市東灘区住吉本町2-19-3  
東神戸医療互助組合事務局 宛

■しめきり  
12月10日到着分まで  
※正解者の中から抽選で10人の方に  
500円の図書カードを進呈(1月  
下旬発送予定)。

★365号では166通の応募があり、  
150通の正解でした。  
★365号の答え——①お母さんの袖  
②贈り物のリボン ③花束 ④お  
じいさんの髭 ⑤杖 ⑥おばあさん  
の髪 ⑦猫の尻尾

■当選者 (365号)  
畑野 昭治さん (東灘区)  
穴田 智子さん (加古川市)  
奥田 高子さん (東灘区)  
福井 義博さん (灘区)  
福田加代子さん (東灘区)  
釜 菊代さん (北区)  
勢力恵津子さん (兵庫区)  
奥藤 勲さん (東灘区)  
前田 洋子さん (東灘区)  
平田 治代さん (長田区)

意味も少し理解できました。  
どんどん変化していく医療と  
政治の関連。信頼できる医療  
をめざして日々努力されてい  
るようす常を感じています。

平田治代 (長田区)

役に立つ記事が多く、毎  
回、楽しみに読んでいます。  
口コミ予防は特に有意義で  
す。

釘宮延恵 (垂水区)

## 制度をもっと活用して いじくと命をまもろう

兵庫県社会保障推進協議会  
から「くらしと命を守るハン  
ドブック」が発行されまし  
た。

社会保障切り捨てが  
続くなか、今ある制度  
をもっと活用し  
て生活を守りながら、  
さらに制度改善の運動  
を強めることを呼びか  
けています。



いのちのハンドブック

社会保障制度のことに詳し  
くない人にもわかるように、  
「収入と所得・課税所得の違  
いをご存知ですか」と、基本

的な知識から教えてくれま  
す。そして、一例をあげると  
「世帯分離」したら非課税世  
帯となり、健康保険料や介護  
保険料がかなり減額される場  
合など、さまざまな減免制度  
活用の例が紹介されていま  
す。ぜひ一家に一冊、このハ  
ンドブックを常備して、くらし  
と命を守りましょう。

組合員の方には、1冊10  
0円+送料でおわけします。  
必要な方はご連絡ください  
(電話078-851-93  
81)。

### 互助組合のサークル紹介

兵庫支部

カラオケ同好会



仲間の輪が広がり  
組合員が相次ぎ入会

運営委員の中に「カラオケ  
大好き」井川夫妻がいます。  
これまでもあちこちのお店を  
訪問して歌い続け、すぐに友  
だちをつくります。その後、  
間をあげずに入会を呼びかけ  
ます。  
昨年7月の運営委員会のと

き、組合員の懇親とつながり  
をつくるためにカラオケ同好  
会を発足させることを確認。  
数回ごとにお店を変えます。  
組合員以外の人も仲良しに  
なり、ごく自然に入会案内チ  
ラシを渡します。ほぼ100  
%加入間違いなし。この1年  
で16人を迎えています。  
いろんな集いにも声かけ喜  
ばれています。10月7日のカ  
ラオケ会でも3人が入会。趣  
味を活かし、互助組合運動は  
楽しいと、笑い声が途絶えま  
せん。

### 転居の際はご連絡ください

毎号、かなりの数が「宛先不  
明」となっています。転居され  
る際は互助組合事務局(☎078-  
851-9381)にご連絡ください。  
とくに、以前の住所から転送さ  
れる郵便でニュースを受け取っ  
ていらっしゃる方は、至急、ご  
一報ください。ご協力よろしく  
お願いいたします。

### いつもご苦労様です

健康ニュース  
配達協力者ご紹介

『健康ニュース』  
は多くの組合員のボ  
ランティアによっ  
て、みなさんのお手  
元に届けられていま  
す。現在、配達協力  
者は325人。お世話  
になります。

葦合南支部  
神田 文子さん



配達地域  
吾妻通5・6丁目

灘西支部  
木野 恵市さん



配達地域  
岸地通・大内通など

### 2016年10月1日の 東神戸医療互助組合

- 組合員数 (転居先不明を除く)  
19,937世帯
- 出資金  
1,160,147,080円

- 各支部の連絡先一覧
- 芦屋支部 TEL(0797)31-7454 (芦屋民商内)
- ほくら支部 TEL(078)851-9381
- うはら支部 TEL(078)851-9381
- 住吉北支部 TEL(078)851-9381
- 住吉南支部 TEL(078)851-9381
- 六甲アイランド支部 TEL(078)851-9381

- 御影支部 TEL(078)851-9381
- 灘東支部 TEL(078)801-5503 (大石川診療所内)
- 灘西支部 TEL(078)801-5503 (大石川診療所内)
- 葦合北支部 TEL(078)231-2335 (柳筋診療所内)
- 葦合南支部 TEL(078)231-9031 (東神戸診療所内)

- 生田支部 TEL(078)351-0251 (生田診療所内)
- 兵庫支部 TEL(078)575-4413 (支部長個人宅)
- 北支部 TEL(078)594-7611 (訪看 までしこ内)
- 北神支部 TEL(078)202-2820 (支部長個人宅)