

2024年度 生協強化月間 9月1日~12月31日

# 協同の力でいのち輝く社会をつくる 健康づくりで笑顔の輪をひろげましょう



いつまでも健康で楽しく過ごすために医療生協ではさまざまなお手伝いをしています。

オーラルフレイル予防(お口の健康)もその一つです。米子医療生協だけでは限られた資源も、同じ思いをもって活動している近隣の生協の力も借りています。(保健大学境港教室では出雲医療生協から講師を招いて「あいうべ体操」やピロピロを使った体験をしました)

生協強化月間は12月31日までです。特にこの期間に仲間増やしと出資金増やしを重点に取り組みます。家族や友人でまだ組合員でない方を紹介ください。組合員になって一度も増資したことがない方ぜひ増資を!

# 医療生協だより

題字 清水旨伸

発行  
米子医療生活協同組合  
機関紙編集委員会  
〒683-0052 米子市博労町3丁目80-1  
TEL.35-5123 FAX.34-1227  
( Medikアコートにじの里おおたか ) TEL.21-5942  
( ヘルパーステーションおおたか ) TEL.21-0041  
( デイサービスおおたか ) TEL.21-0025  
( 医療生協おおたか診療所 ) TEL.27-9190  
( 医療生協米子診療所 ) TEL.34-1201  
( デイサービスたんぼぼ ) TEL.21-3388  
( 医療生協弓ヶ浜診療所 ) TEL.25-6030  
( COOP訪問看護ステーションないうら ) TEL.38-5330  
( COOP医療生協居宅介護支援センター ) TEL.38-5333  
( 訪問リハビリテーションピース ) TEL.21-9090

現勢 2024年8月末日現在  
組合員 6,484人  
出資金総額 174,528千円  
班数 23班  
班会開催 112回

## 特別寄稿

### 『マイナカード義務化』をやめさせましょう

米子診療所 事務長 田中 照久

私たちは、いつでも、どこでも、健康保険証一枚で、医療機関を受診できます。日本では、「国民皆保険」が確立しており、誰もが気軽に医療をうけられる国になっています。そして、その証として、健康保険証が発行されているのです。

それでは、政府が押し進めている「マイナ保険証」とはなんでしょうか。

それは、「マイナンバーカード」に保険情報が紐づけされたカードの事です。紐づけは、自動では行われません。申請し、手続きをしなければいけません。

「健康保険証」は、その保険を使える資格を得た段階で、保険者が、自動的に無料で発行します。期限が来なければ使い続けられるのが「健康保険証」です。

ところが、「マイナ保険証」は、申請しなければ発行してもらえません。しかも、更新が必要が必要です。「マイナンバーカード」のICチップには、電子証明書というものが組み込まれていて、定期的な更新が必要が必要です。さらに、健康保険料を払っていても、「無保険」扱いになってしまう

のです。

それでは、「マイナンバーカード」は必ず持たなければならぬのでしょうか。

「地方公共団体情報システム機構・マイナンバーカード総合サイト」の引用によれば、申請は義務ではありません。つまり、申請しようが、申請しまいが、個人の自由という事です。

なぜ、政府は「マイナ保険証」を推進しているのでしょうか。

それは、政府が国民の個人情報を持ち、国民を支配しやすいようにするためです。例えば、「マイナンバーカード」に銀行口座を紐づけすることで、個人の資産情報を手に入れます。そうすれば、資産があるから健康保険料を増やそうという事も考えられます。健康情報をもとに、医療費削減の策を考える事も可能です。

一二月二日をもって、健康保険証の新規発行が停止されます。

その後は、国保や高齢者医療保険の保険証は、来年七月末までしか使えません。協会

けんぽでは、一二月二日から一年間は移行期間として使用を認められます。期限後は、「マイナ保険証」か「資格確認書」が、健康保険証の代わりとなります。資格確認書は、「マイナ保険証」を持っていない方のための書類です。現行の健康保険証とほぼ同じ内容と形をしたものです。当面の間は、申請無しで自動的に送られてきます。

米子医療生協では、

米子民主商工会と共同で、鳥取県西部の市町村の九月議会に請願(陳情)書を提出し、国に対して反対の意見書を出すように要請しました。

各診療所はじめ米子医療生協では反対の署名も重要な行動として実施中です。

焦って、「マイナンバーカード」を申請したり、「マイナ保険証」の手続きをする必要は、全くありません。健康保険証は、一二月二日を過ぎても、長くて一年程度は使えます。その期限を過ぎても、送られてきた「資格確認書」で、いつでも、どこでも、医療は受けられます。民医連の事業所、米子医療生協の診療所では、今まで通り、健康保険証が使えますので、安心してください。

# レッツトライ 健康体操

COOP 訪問リハビリテーションコース 所長 稲田修敏

皆様こんにちは。小春日和の好季、紅葉の季節を迎えましたね。この時期は空気が澄んでいて気持ちが良い日が多いです。心も体も軽くなりますよ。

今回は「科学」について面白いお話を。以下は日本の物理学者 多田将さんの著書より抜粋しております。

「科学の特徴は、『書き換えられる』ということ。例えば文学作品は、完成した後に世に出るため、書き換えられることがありません。しかし、科学においては、これまで正しいとされていたことが、どんどん書き換わっていくことが、むしろ自然なのです。ですから、この科学の世界では、本当に価値のあることは、知識なり情報なりの「結果」ではなく、それらをいかにして得たのかという「過程」のほうなのです。」

多田将さんの言葉を皆さんはどう解釈されますか？

「科学」は日常生活の中で安全安心に暮らしていくための根幹ともいえる情報です。ここで「科学」に関する昔話を。今まで当たり前と想っていたことが一八〇度変わることもある一例です。

怪我をした場合の対処方法の歴史として「昭和初期～中期…唾をつけておけば治る」「昭和中期～後期…赤チンキつけときなさい」「現在…消毒液をつけるよりも綺麗な水でしっかりと怪我の部分の洗い流しましょう」。こんな感じで家族に言わ

れていましたよ。

唾は唾液腺から出たときは無菌状態ですが、口の中に流れ込んだ瞬間に、肛門よりも多く雑菌が増えると言われていす。それをケガの部分につけるのは……。

私の仕事であるリハビリも、数十年前の昔は、脳出血・脳梗塞や心臓発作など生じた患者に対してしばらくは安静にするような状態でした。しかし、現在のリハビリでは、生命の安全をしっかりと確保した状況であれば、発症した翌日からでも積極的にリハビリを行うようになっていす。

このように「科学」の書き換えによって、いろいろなことがこんなにも変わります。非常に面白いのです。

わたしはこれからも多田さんのお言葉を胸に常に勉強をしていき、仕事にプライベートに取り組んでいこうと思っております。

今日の体操は長時間座る作業が多い方に向けた体操となります。

体操の効果は、身体や精神の疲労抜きが主となります。そのほかには、腰痛や肩こり予防・改善、自律神経促進などのリラクゼーション効果があります。非常に簡単な体操なので、気軽に実施してみてくださいさいね。

## 方法…

1. 写真のように椅子に浅く座ります。

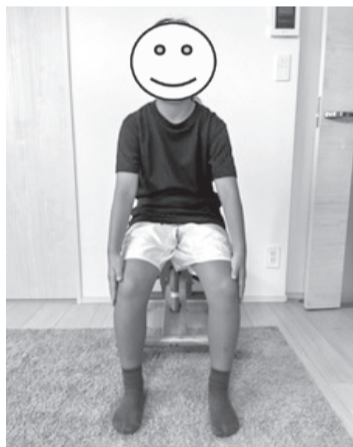
2. 体操の最中はゆつたりとした呼吸を常時心がけましょう。

3. 写真①のように両膝の外側に両手を当てて、両手で挟み込むように押さえつけます。それに反して膝は広げます。一〇～三〇秒したら力を抜きます。

4. 写真②のように両膝の内側にグーにした両手を挟み込みます。両膝を一〇～三〇秒挟み込んだ後に力を抜きます。

5. 最後に座ったまま両手をだらんと体の横に垂らし、綺麗な姿勢で座りなおします。この状態で両膝を「ゆらゆらり」と力を抜いて、広げたり閉じたり一〇～三〇回実施します。

さあ、皆さん。早速、今日この時から「自分らしい健康」に向けて、第一歩を踏み出しましょうっ!!



写真①



写真②

## 未来に繋げる確かな経営活動を

専務理事 加藤 公司

生協法第九条は生協の事業の目的を、次のように規定しています。「組合は、その行う事業によつて、その組合員及び会員に最大限の奉仕をすることを目的とし、営利を目的としてその事業を行つてはならない」と。医療生協では組合員の出資を元手として事業を行います。事業で生み出された利益は、割り戻しや配当あるいは役員報酬として使うことは出来ませんが、組合員の要求に基づいた事業活動に再び使われます。

「経営困難に直面される経営困難に直面した。予防接種・自宅療養者の健康観察などのコロナ対応や訪問看護を中心とした在宅医療活動の拡大など、地域にとってかけがえのない医療生協の医療・介護の事業を守ろうと全ての職員が力を合わせて献身的に奮闘したことで危機を乗り越え、二〇二三年度に続いて今年度も予算目標を上回る良好な経営成績を得ることが出来ていますが、米子医療生協は、今はまだ、二度と経営困難に陥らないための確かな経営活動を構築する途上にあります。様々な経営への負荷が重なり合つて陥つた困難ですが、根本的な原因は日頃の経営活動の不十分さにあつた事を忘れてはなりません。

一方、一般の企業は、消費者の利便・社会貢献というような理念を掲げながらも、本質的には資本家から出資された元手を増やすことを目的として事業を行っています。事業を通じて得た利益は、事業に出資した資本家への配当や企業の役員に報酬として配分されます。つまり、営利を目的としています。

「絶えず風を送り続けなければグライダーの様に急降下してしまう……。「平和」や「民主主義」を語るときによく使われる例えですが、「経営」についても同じことが言えます。日々刻々と変化して厳しさを増す社会情勢の中で無差別平等の医療・介護の事業を守り抜き未来に繋げるためには絶え間ない努力が必要で

医療生協と一般の企業の事業の目的には大きな違いがありますが、それぞれの組織はそれぞれの目的を達成するために事業活動を行っております。事業を継

米子医療生協は二〇二二年度に事業の存続が危ぶま

# 診察室から

## 悪魔の証明

弓ヶ浜診療所 梶野 大

先日、警備員に就職する方が「自分は依存症とか精神疾患ではないことの診断書を書いてくれ」と外来にやってきました。このリクエスト、よくあるんですね。こういう警備関係の方や劇薬を使用する医療関係者、あと猟銃などを使用する人はこういう診断書を役所に提出しないといけない。しかし！これはいわゆる「悪魔の証明」というヤツなのです。「無いこと」の証明！これは非常に難しいので「悪魔の証明」と言われます。

「悪魔の証明」という言葉はラテン語にもあるそうですから昔からあるんですね。え、この問題。一〇〇〇の検査をして異常がなくても一〇〇〇一個めの検査で異常が出るかもしれない。なので「異常が無い」という断言は難しい。かつて「青いバラ」というのは「存在しないもの」の例えでした。でも一つ見つかったら「ある」ということ。今は品種改良で青いバラはあります。ネットを探せば青いバラの写真が出てきます。「ある」ことを証明するのは簡単なんです。それをたった一つでも見つけなければいい。

医師というのはいち「科学者」の分類に入りましてね、科学者は厳密な考え方をしないといけないと訓練を受けるんですね。九九・九%無くて〇・一%の可能性があれば「無い」と断言するのはイヤなんです。

「無い！」ではなくて「無い可能性が非常に高い、ボソボソ」という表現になります。ここが一般人が聞いててスッキリしない。テレビでは、科学者でないコメンテーターとか芸能人が、科学的な知見に関して「ある！」とか「ない！」とか気持ちよく断言しますけど（まあ、断言すると後で訴訟とかになると困る場合は断言がみず張りとどめてますけどね）、こういう方たちは「科学的」ではないのです。でも視聴者にはコッチの方がウケが良いので、朝からテレビではこんな人達ばかり出演させる。テレビに出てくる医師も付度してそれっぽい「科学的ではない」コメントをする人ばかりになる。そして一般の人は「よくわからなくなる」のです。

科学者が「〇〇の可能性はほとんど無いです」とか「極めて小さいです」と言った場合、「そんな〇〇なんて、絶対、絶対、ぜ〜〜〜つたい、無いわ！アホ！」という意味だと思ってください（あ、アホはよけいな）。たまに「癌が無いことを証明してください！」と希望する人がいます。そんなことは気にせずに自分の好きなことして人生を楽しく生きていけば良いです。人は必ず死にますんで。ん？死なない人もどこかにいるかもしれませんね。いないことを証明するのは難しいので。

# きみはみらい

## 医師をめざす学生を応援しましょう

米子医療生協 事務部長 渡邊 友範

昨年一〇月より米子医療生協の事務部長に着任しました渡邊です。事務部長の役割の一つとして、医学生への診療所実習の受け入れの対応や、米子にある鳥取医大連の医系学生サポートセンターにおいて医学生との学習交流などを担っています。

担当者として医学生とじっくりかかわる役割は約一八年ぶりでありまして、懐かしくもありとても新鮮でもあります。親子のような年齢差ですが、純粋で学ぶ意欲に満ちた若者との出会いに、とても刺激を受けながら楽しく活動させていただいております。

先日も夏休みを利用して二名の医学生が弓ヶ浜診療所へ実習に来られました。外来診療の見学や訪問診療・訪問看護同行、昼休憩は職員一同と一緒に食事をしながらしっかりと交流できました。「患者とのコミュニケーションがとても大切であり、それを実践されている先生の姿を見ることができ、とても良かった」、職員皆さんの仲の良さや暖かい人柄に囲まれて楽しく過ごすことができた「などの感想をいただいております。

ここ最近では、地域医療に興味関心を持ち、将来の進路として真剣に考えている医学生が増えています。鳥取大学医

学部にも二〇一〇年に地域医療講座が開設され、活動が広がっています。

米子医療生協の医療・介護活動や組合員活動は、地域医療を豊かに学ぶ機会に満ち溢れています。学生の頃から医療生協活動を体験いただく中で、医療生協を担う医師、また一緒に地域医療を担う仲間を増やしていきたいと考えています。ぜひ夏休みや春休みの期間の班会やレクリエーションなどにお呼びいただき一緒に参加させてください。また、身近なお知り合いに医学生や医師になりたいと考えている高校生がおられましたら、実習や医師体験などへのお誘いや紹介をいただけると有難いです。ご協力よろしくお願ひします。

組合員のみなさんの身近に医療系の学生がおられませんか？  
**将来、医療生協で働く医療系学生をご紹介ください！**

～お問い合わせ・ご紹介先～  
米子医療生協 本部  
TEL 0859-35-5123 (渡邊)

# 2024 生協強化月間は職員が班会などに出かけていきます！

職員が班会に参加します。医療や介護の話、社会保障や平和の話などいっしょに語りましょう。班会がなくても数人の集まりがあれば対応しますので気軽に相談してください。

班会に呼んでください  
3月に結成した「よしことゆかいな仲間班」は脳いきき班会で楽しいゲームで脳トレをしています。

すこしお料理教室  
鳥取県生協からの要望で「すこしお料理教室」を開催しました。栄養士のレシピをみんなで作ってみんなで食べる。



リバイバルダンス(上)とスクエアステップ(下)  
班会でも、気の合う仲間の集いでも気軽にできます。

# 第2回山陰高齢者大会が開催されました。

9月7日(土)～8日(日)  
白兔会館(鳥取市)



## 「憲法九条こそ世界平和の希望だ」

今年で二回目となる「山陰高齢者大会」が開かれました。鳥取県と島根県から七八人が集って、原発問題・平和・就労・年金の各課題について話し合いを深めました。全体会では藤田安一氏(鳥取大学名誉教授)が記念講演を行いました。「戦争違法化の世界の流れと日本国憲法」と題して、戦争も軍隊も否定し、戦争のない世界をめざす日本国憲法は、核戦争と直面する戦争を止める指針として大きな力を発揮しうるものだとして強調しました。

参加者一同の確信となり、今日からの運動を強める決意を固めました。

## 理事会だより

第二回理事会 八月 一七日  
第三回理事会 九月 一四日

四月～七月は経常利益二〇九〇万円の黒字で、予算より一四九六万円増加したものの、前年より一二〇万円の減少となりました。とりわけ、ディスプレイとおたかヘルパーステーションおたかを含むにじの里おたかは六〇〇二万円の事業収益で予算差一〇〇二万円、前年差四二四万円となりました。経常利益でも三〇七万円の実績でした。

三〇室が満室の運営が継続し、さまざまな業務改善も相まって好調をキープしています。

米子医療生協の事業活動と経営の力は、医療と介護、在宅事業の法人内の連携と地域との連携です。今年度もさらに連携を強化していくことが重要です。

仲間増やしでは五九人が新しく加入し、組合員数六四八二人に、出資金は一億七三三三万円の生協に到達しました。班会は二三班が活発に活動しており九六回の班会に五七一人が参加しました。



## 大高おちらと川柳会

八月作品

それらしく装いこんでも歳は歳  
指名され産地野菜嫁に行く  
きびしくも優しく混じえ孫育て  
脳に給油錆が邪魔してせきをする  
気楽です陽気ままに一人もの  
白髪染少しは若く見せたくて  
生かされて居ると感謝で日々暮す  
幼馴染み元氣そうだねご挨拶  
まっすぐに坂を登れば部長席  
人生はのぼり下りの坂だらけ  
顔のシワ苦勞と笑い寄せ集め

高嶋なずな  
仲原 誠子  
川本美津子  
山口 栄子  
花田美和子  
番原 晶子  
原 亨  
黒田紀美江  
野口 世子  
斉藤 将  
高田 振作

## 平和川柳

平和のための戦争展に応募された作品を紹介します。

高田 振作

腹いっぱい飯が食えるで平和です  
この暑さ平和と日本が生まれた日  
戦争の話は爺がかたり継ぐ  
紅葉の手に銃を握らすことはない

## クイズコーナー

来年は終戦から八〇年目の年になります。あの戦争の体験を踏まえて私たちの先達は、世界に誇る平和憲法を制定し今日まで守ってきました。

答え 番号を書いてください。

官製はがきまたは診療所の応募用紙でご応募ください。

次の世代である私たちはしっかりと受け継いで、子や孫の世代に引き継ぐ責任があります。さて、平和憲法と称される現日本国憲法に関するクイズです。

- クイズの答え
- 記事の中で良かったもの
- ご意見・ご感想
- 住所・氏名・年齢
- 電話番号

Q 一月三日は何の日でしょうか?

- ① 日本国憲法が成立した日。
- ② 日本国憲法が公布された日。
- ③ 日本国憲法が施行された日。

正解者の中から抽選で五名様  
に図書カード(五〇〇円)を差  
し上げます。

×切 二月一五日

## 編集後記

ちよつと早いですが、ふりかえると今年度はドラマをたくさん見ました。春にはTBS系列「不適切にもほどがある!」、残念ながら終わってしまったNHKの朝の連ドラ「虎に翼」、年末に向けてワクワクが止まらない大河ドラマ「光る君へ」、夏から秋はフジテレビ系列の「新宿野戦病院」に夢中でした。ほかにたくさん気になるドラマがありましたが、これらの作品は、大げさですが、今年の私の生きがいだったかも。

特に「虎に翼」と「新宿野戦病院」すこい作品でした。

「虎に翼」では、名もなき人があげてきた小さな声を大切に司法の場で戦っている登場人物たちに心動かされました。熱き愛を持って家庭裁判所を設立したメンバーがあんな素敵なたったなんて! キャスティング最高でした。

「新宿野戦病院」は、様々な年齢、職業、人種が雑多に暮らす街・新宿で、あたかも医療生協のように(?)医療の届かない(医療からはねられた)患者を受け入れる「まごころ」という名のクリニックを舞台に繰り広げられる人間模様を描いた作品でしたが、さすがは宮藤官九郎、現在(いま)の日本社会が抱える様々な問題をコミカルにシレッと描いているところ、毎回目が離せませんでした。X(旧ツイッター)というSNSに散らばっては消えていく言葉たちを登場人物のセリフに取り入れることで、昔の様々な意見や考え方に気づかせてくれる、そんな脚本に毎回感心させられました。

さて、あと残すは「光る君へ」の結末はいかに。お茶でも飲みながら誰かとドラマ談義を楽しみたい!(かかと)