

憲法第25条

生存権、国の生存権保障義務

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。

再生紙を使用しています。

ひろげよう健康の輪、住み続けられる街を

# 目黒医療生協

2009年1月15日

発行責任者 川尻克彦

編集責任者 組織委員会

発行所 目黒医療生活協同組合

東京都目黒区上目黒4-4-21

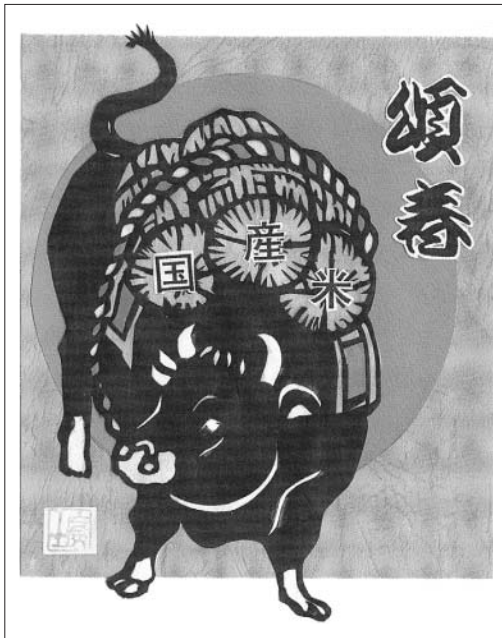
TEL 3716-2258



みんな笑顔で（昨年秋の組合員バス旅行）



400人が集まった11月の健康まつり



きりえ 佐藤廣士

## 今年も元気に健康づくり 平和づくりに

目黒医療生活協同組合理事長

川尻克彦



新年おめでとうござい  
ます。組合員のみな  
さまには今年もいろい  
ろとお世話になります。

がんばって世の中を変えよう  
という昨年の言葉「変」

昨年から続くかつて  
ない経済危機・不況は  
私たち庶民の生活に大

が、目黒医療生協をよ  
ろしくお願ひします。  
寒い日が続きますが、  
体調管理に気をつけお  
元気で過ごしてください。  
また、病氣療養中  
の方の一日も早い快  
癒を願っています。

組合員さんが主人公の医療生協  
運動、事業所利用も広げて

労働組合をつくり、会  
社に不当解雇の撤回・  
雇用延長を約束させま  
した。また、後期高齢  
者医療制度廃止の運動  
は大きく広がり、12月

きな影響を与えていま  
す。加えて社会保障の  
削減は私たちのいのち  
と生活に直接影響を与  
えるものです。今年に  
解散総選挙がある年で  
す。政治を「変える」  
声を今こそ大きくして  
いきましょう。

医療生協の主人公は  
一人ひとりの組合員さ  
んです。また、健康で  
いづまでも地域で暮ら  
したいという要求を現  
在できる組織こそ医療  
生協です。組合員さん  
の得意技を發揮し、健  
康づくり・平和づくり  
という医療生協運動を  
広げに広げて、安心し  
て住み続けられる地域  
をつくっていきましょう。

最後にみなさまの今  
年1年の健康とご多幸  
をお祈りいたします。  
ともががんばりましょ  
う。

14日の雨の中の集会は  
マスクでも大きくと  
り上げられました。健  
康診断の制度改悪に際  
しても区民の要求で、  
目黒をはじめ多くの  
区が従来の制度の延長  
を行っています。今年  
4月には介護保険制度  
の改定が行われます。  
ここにも、私たちの現  
場の声を上げていきま  
しょう。

### 新春のつどいご案内

#### 北部支部

(上目黒診療所を中心にした地域)

1月24日(土)

午後1時から

上目黒診療所2階

会費 1000円

#### 南部支部

(西小山診療所を中心にした地域)

2月14日(土)

12時30分から

西小山診療所2階

会費 1000円



新年には初笑いとい  
うことで寄席に出かけ  
られた方もいらっしゃる  
と思います。落語は  
季節感があるものが多  
く、新春の話としては  
「初天神」子どもに  
せがまれて天神様に初  
詣、店で食べ物を買わ  
ないという約束も機知  
に富んだ子どもに泣か  
れてしがらみ給やお菓  
子を買ってはめになる。  
「数入り」奉公  
に出た一人息子が帰っ  
てくるのを待ちにす  
る親の気持ちがあかし  
く、帰ってきたらあつ  
ちうちと連れて行こう  
と四国の金比羅さまま  
で出かける。大晦日の  
話では、夫婦の絆を描  
いた「芝浜」や借金取  
りをしているような方法  
で帰ってしまう「掛方  
歳」など。思いっき  
り笑うことはNK細胞  
という細胞を増やし、  
これががんをやっつ  
けるという科学的な根  
拠もあります。不況や  
雇用危機、社会保障の  
後退など怒りがわくこ  
とが多い昨今ですが、  
日常のひとの付き合い  
や、またテレビや書物  
でも大いに笑ってこ  
やかにこの1年を過ご  
しましょう。



恒例のもちつき・もち配布は行列でもできました



子どもたちもたくさん参加しました(ヨーヨーすくい)



東京土建のみなさんの鉢カバーづくり・花販売



西小山職員からのおいしいポテト

# 写真で振り返る 11・9健康まつり 400人の参加で にぎわう会場



恒例の江戸趣味小玩具は大橋の水島さん



3階はバザー会場、終日にぎわいました



血圧・骨密度・体脂肪はどうでしたか? 健康チェックにも行列ができました



やきそば、産直野菜、ポップコーンなども盛況でした



1階待合室を舞台に楽しい歌声がひびきました



2階はゆっくり食べながら懇談できました

## 確定申告の季節 医療費控除を活用しましょう 介護保険利用料も多くの場合対象に

ご自分やご自分と生計を一緒にする配偶者その他の親族のために支払った医療費が一定額以上ある場合、以下の算式で所得税の医療費控除が受けられます。

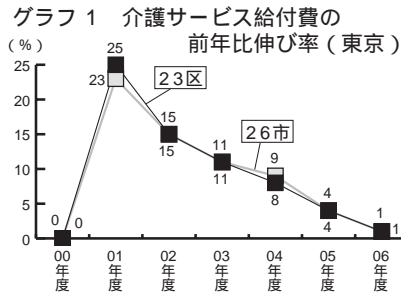
(2008年中に支払った医療費の総額 - 保険金などで補填される金額)  
- 10万円(所得の合計額が200万円未満の方は所得合計額の5%)  
= 医療費控除額(最高200万円)

医療費控除の対象となる医療費  
医師、歯科医師による治療費(健康診断費用、美容整形手術は対象外)  
医薬品の購入費(疾

病の予防や健康増進のためのものは対象外)  
急患やけがなどで病院に運ばれる費用  
マッサージ指圧師、はり師、きゅう師などによる施術費(治療に直接関係ないものは対象外)  
通院費(自家用車で通院したときのガソリン代、駐車場料金は対象外)  
医師等の送迎費  
入院時の部屋代・食事代(自己都合の部屋交換、売店で購入した食物は対象外)  
6カ月以上療養中の方のおむつ代で医師の証明書があるもの  
妊娠と診断されてからの定期健診・検査、通院の費用  
出産(入院するときのタクシー代(出産

のため家に戻る交通費は対象外)  
介護保険関係の介護予防も含む施設入所の介護保険1割負担分と食費、居住費(ただし特別養護老人ホームは支払った額の半額)  
訪問看護、通所リハビリ、訪問リハビリ、居宅療養管理指導(定期的な訪問診療)の支払い  
A  
右記Aと併用して利用する介護サービス費、訪問介護(ヘルパー派遣ただし生活援助を除く)、通所介護(デイサービス)、訪問入浴シートのステイグループホーム入所、福祉用具貸与は対象外

# 4月は介護保険改定の時期 介護保険料を上げなくても財源はあります



「構造改革」が介護サービスを切り下げた

東京医国連ではこのほど介護保険の利用がどのようになっているか調査しました。介護サービス利用の前年比伸び率はグラフ1にあるように2002年度前年比15%だったのに対し、2006年度には前年比1%となりました。

介護サービスの量が伸びないのでしょうか。第1には厚生労働省の構造改革にもついていた「介護給付適正化」政策にあります。「認定調査状況チェック」「ケアプランの点検」などで介護サービスに制限をかけるようなさまざまな混乱が引き起こされています。例えば同居家族がいる場合の生活援助サービスが制限される動きがあります。日中独居の方でも朝や夜遅くには家族がいて食事もつくれると判断されるので、厚生労働省ではこうした場合の過度なサービス制限は行わないようにという通達を出しました。が、市区町村のところではまだま

だ対応が異なる状況です。第2の要因は、2006年度に新設された「介護予防」制度です。介護認定の推移を見ると要介護1・2の利用者を要支援にランク下げを行う役割を果たして、その方にとって必要な介護サービスをとり上げるようになっていきます。2005年には全国で133万人いた要介護1の方が介護予防制度導入後の2007年には88万人に減り、逆に要支援は67万人から105万人に増えました。

介護保険財政、東京23区で27億円、目黒区でも12億円残っている

前述のように介護サービスが切り下げられた結果、介護保険財政が残っていることが判明してきました。2006年度の東京23区

表1 2006年度の介護サービス給付費予算執行率

自治体名	当初予算	決算	執行率	差額
目黒区	127	115	90.7	12
品川区	151	137	90.7	14
大田区	281	278	98.8	3
世田谷区	352	344	97.7	8
23区合計	3,790	3,513	92.7	276
23区平均	165	153	92.7	12

(単位: 億円)

算に対して、決算は115億円、執行率は90.7%です。これは基金に積み立てられています。また、東京23区・26市の介護保険財政は2006年度は216億円の赤字となっていました。

12月13日の上目黒診療所食事で、高齢者を中心に被害が増えている振り込み詐欺について勉強しました。はじめに実際に振り込み詐欺の被害にありそつになった組合員

## お食事会で振り込み詐欺にあわないための学習

皆さんの話を聞きまし、医療費の還付金があるところ、携帯電話を持って、銀行のATMに行き、操作を行ったそつです。その後おかしな感じが、早速警察へ連絡、警察

から銀行へ手配したところ送金途中というところ、無事お金は返ってきました。被害にあつた前、自分が引いた、まさか自分が引かかるとは思ってもなかつたと話していま

そのあと、デイ職員の介護士鈴木さんからあらためて手口や被害にあわない方法について話がありました。参加者からも10人以上から電話がかかってきた経験がある手を上げられ、お互い話を話し合いました。

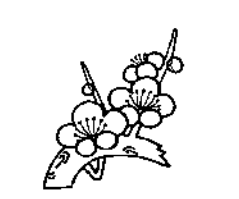
表2 第1～第3期の介護保険料

(単位: 円、前期比は%)

自治体名	第1期	第2期	前期増	前期比	第3期	前期増	前期比
目黒区	3,297	3,520	223	106.8	4,220	700	119.9
品川区	3,300	3,300	0	100.0	3,900	600	118.2
大田区	3,067	3,200	133	104.3	3,900	700	121.9
世田谷区	2,967	3,117	150	105.1	3,983	866	127.8
23区平均	3,033	3,304	270	109.0	4,157	853	126.0

後期高齢者医療制度の開始や国保料・健康保険料の引き上げなど、社会保障の国民の負担はますます増えるばかりです。今こそ必要なサービスを受けられ、安心して自宅や地域で生活できる

国民が納得する介護保険に、後期高齢者医療制度の開始や国保料・健康保険料の引き上げなど、社会保障の国民の負担はますます増えるばかりです。今こそ必要なサービスを受けられ、安心して自宅や地域で生活できる



### 健康チエック 健康相談活動

昨春秋は区内の消費者団体・住民団体等の健康チエック活動を旺盛にとりくみ、特に目黒区消費生活センターでは骨密度測定を2日間とりくみ合計275人の方が受けられました。

目黒医療生協のボランティア活動の一環として、高齢者・障害者のお宅などに出向いてさまざまなお手伝いをする「べんり君」活動を行っています。

11月には、自宅を改装するために、たんすなどの家具を粗大ゴミ

### がんばりました 健康チエック 健康相談活動

（銀行の窓口のように）受診があと何人かわかるかという思いです。ありがとうございます。銀行のような受付番機をすぐに導入したいです。ヒトを見る目は、

入ることはできませんが、混み合うときは事務職員や看護師が適宜順番をお知らせするように努力します。また、随時わかるような工夫も考えたいと思います。

（上目黒4・中村さんより）

骨密度測定275人  
介護保険説明のポスター展示に177人  
11月2日 目黒区民のついで40人  
11月13日 健康チエック（中央町さくらプラザ）  
10月18日 新日本婦人の会ついで  
12月6日 油面住区住民会議（同住区センター）

### べんり君活動奮闘中

目黒医療生協のボランティア活動の一環として、高齢者・障害者のお宅などに出向いてさまざまなお手伝いをする「べんり君」活動を行っています。

11月には、自宅を改装するために、たんすなどの家具を粗大ゴミに出すために2階から降ろす作業を行いました。また12月には伸びた樹木の伐採を行いました。

電球の取り替えや、すま張り替え、掃除など簡単な作業はほとんど行いますので、医療生協本部または各事業所へお問い合わせください。



# 下町めぐりの旅

## 中央区 佃島

佃島は目黒から意外に近く、車で30分ほど地下鉄なら大江戸線または有楽町線の月島から歩いてすぐです。東側から入る佃小橋という赤い欄干の橋を渡ればもともと佃島で、堀には小船がもやもやとあつてなんとなく風情があります。小橋を渡ったところがメイストリートですが、道が広くなっていて昔ながらの格子づくりの

木造2階建ての民家が並んでいます。左側には東京では珍しい漆塗りの店があつて、小さなたんのすの塗り直しをしていました。通りの右側は酒屋と駄菓子屋があり、いつも自転車の少年たちがたむろしています。

突き当たりはもう隅田川の堤防で左右に3軒ほどの佃煮屋さんがあります。「天安(写真)は昔ながらの古い



店構えて、店をハツクに写真撮る人もいます。そもそも佃島は徳川家康が、大阪にいる時いろいろ世話になつたからと摂津の佃村住民を江戸に招いたのがはじまり。東京湾河口周辺の漁獲の権利が与えられ、保存食用に東京湾でとれた魚介類にしよゆ・砂糖・みりんを味付けをしたも

のをつくり、佃煮として有名になりました。堤防の下には小さな園地があつて、劇団新派の芝居「佃の渡し」の碑(川口松太郎書)や「佃島渡船」という将棋の駒の形の碑もあります。

佃島は今では東京駅八重洲口から伸びる佃大橋を渡ればすぐですが、1964年(東京オリピックの年)8月までは佃の渡しという渡し舟が、対岸の中央区明石町から出ていました。かの池波正太郎氏もわざわざ乗り

にくたそです。ぐるりと右方向に回っていくと、住吉神社の大きな緑青の鳥居下からも風情のある家が続き、その間に小さな路地やまた使われて

いる井戸もあります。住吉神社は佃の住民がふるさと摂津の住吉神社をここにもつてこようと勧進してつづ

たものです。3年に1度の大祭では八角の神社みこしが出て大いにぎわい、その模様は昨年のNHKの朝の連続ドラマ「瞳」でも紹介されました。

# 楽しいクロスワードパズル

【解き方】一重ワクに入る6文字をAからFの順に並べてできる言葉は何でしょう。(ヒント=食べると胃腸が喜びます)

あて先は〒153-0051目黒区上目黒4-4-21 目黒医療生協パズル係まで。氏名・住所を記入の上、余白にご意見・通信・新聞の感想等を添えてください。ファックス可03-5725-0372、抽選で500円の図書券を進呈します。

### タテのカギ

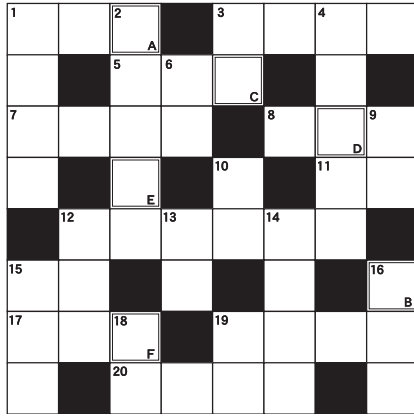
大根の別称。清白と書きます。アメリカとカナダの国境を流れる大瀑布。よい種打ちが付くこと。や貴様が付くことを「が付く」。パリの南西にある都市。壮麗な宮殿と庭園は世界遺産です。1 2 3 4 古名、根白草。白い茎と若葉は香りがよくお浸しなどにして食べます。

腹立たしさに心がいらいらすることを「を煮やす」。起居、動作の正しい仕方。「礼儀」。大晦日に食べます。責任者が第一線で指示すること。

### ヨコのカギ

キク科の植物。歯が仏像の円座に見えるため。ノザという名がつけました。ペンペン草。早春若芽を食用。利尿解熱。止血作用あり。長編小説「レミゼラブル」の著者のピクトル。一人一首の12番。天つ風雲の。い路吹き閉じよ乙女の姿し

ばしごめむ。オートミールのこと。「負つた子に教えられて」を渡す。たまご。豆。平家物語の序文に出てくる植物。「花の色、盛者必衰の理を表す」笑むとは声を立



「指揮をとる」

「指揮をとる」

「指揮をとる」

## 目黒医療生協の事業所を利用しましょう!

### 西小山診療所

目黒区目黒本町6-6-8  
3715-9141

	月	火	水	木	金	土
午前	竹村	竹村	横江	竹村	木下	天野
午後	/	往診	川尻	竹村	/	柴田
夜間	吉村	/	有岡	/	吉村	/
	天野			中澤		

\*火曜午後の川尻先生は第1・3火曜のみです。

受付時間 午前 9:00 ~ 12:00  
午後 2:00 ~ 4:30  
夜間 6:00 ~ 7:30

整形外科 月・金曜夜 土曜午後  
胃カメラ 第1・3火曜 午後  
腹部エコー 月火木・午前  
火木・午後  
胃・腸レントゲン 第2・4木曜 午前  
心エコー 水曜・午前  
土曜・午後

### 上目黒診療所

目黒区上目黒4-4-21  
3715-2271

	月	火	水	木	金	土
午前	川尻	川尻	有明	木下	川尻	竹村
午後	/	/	中西	往診	岩淵	/
夜間	西	/	/	/	岩淵	/
	大沢				妻鳥	

受付時間 午前 9:00 ~ 12:00  
午後 2:00 ~ 4:30  
夜間 6:00 ~ 7:30

整形外科 月曜夜・金曜夜  
胃カメラ・腹部エコー 第1・3水曜 午前  
第1・3金曜 午前  
胃・腸レントゲン 水曜 午後  
皮膚科 月曜 夜  
心エコー

かみよん訪問看護ステーション  
《訪問看護とケアプラン作成》  
(上目黒診療所内) 5725-0370

平和通り訪問看護ステーション  
《訪問看護とケアプラン作成》  
目黒区目黒本町4-8-8 3715-2563

ヘルパーステーション目黒医療生協北部  
《訪問介護》  
目黒区上目黒4-21-9 5725-3458

ヘルパーステーション目黒医療生協  
《訪問介護》  
(西小山診療所内) 5768-1344

上目黒診療所デイサービス  
《通所介護 月曜~金曜》  
(上目黒診療所内) 3715-2271

西小山診療所デイサービス  
《通所介護 月曜~土曜》  
(西小山診療所内) 3715-9141

ヘルプケア目黒医療生協  
《ケアプラン作成》  
(西小山診療所内) 3715-9141

加入・増資・転居・脱退等のお問い合わせは、目黒医療生協本部(上目黒診療所3階) TEL 3716-2258 FAX 5725-0372)または各事業所へお問い合わせください。