

# 健康と生活

2018年  
2月号

## (私たちの願い)

一人ひとりが人間として尊重される社会をめざし、様々な人々と手をつなぎあい、保健・医療・介護の事業と運動をおこして、健康で明るい地域をつくることです。

健康生協ホームページ  
URL <http://www2.tcn.ne.jp/~hcoopt/>  
健康づくり事業部フェイスブック  
<https://www.facebook.com/kenkouseikyou/>

2017年12月末日現在  
◆組合員数 44,856人  
◇出資金 1,170,495,249円

発行所 徳島健康生活協同組合徳島市下助任町4丁目9番地  
発行責任者 吉野才治 電話088-654-8363  
毎月1回1日発行

## 2017年度生協強化月間振り返り

## 夢はもう目前



フロア活動



山川支部 新班（いきいき班）



阿南診まつり



大麻文化展 健康チェック



矢三・島田支部 元気教室



南部支部 はるちゃん班の調理実習

今年度の強化月間は、健康づくり、まちづくりを広げようと、全支部で仲間増やし、出資金増やしに取り組み、目標達成に向けて大きな広がりをつくることができました。また、班会開催、訪問活動、フロア活動、支部のレクリエーションなど新病院建設に向けての諸企画が多彩に行われました。

# おしゃべり薬剤師さん!!

～[グルコサミン][ヒアルロン酸]飲んでどうなの?～

とくしま健康サポート 柳本 崇臣

現在、さまざまなサプリメントが出回っていますが、販売企業の情報には注意が必要です。

よく話題にあがる【グルコサミン】[ヒアルロン酸]の効果を、中立の立場である国立健康・栄養研究所の「健康食品の安全性・有効性情報」で確認してみると(2017年12月時点での情報ですが)、関節の動きをなめらかにする、関節の痛みを改善するなどといわれている【グルコサミン】は「関節の痛みや関節炎に対する効果が検討されているが、有効性があるとする結果と有効性がないとする結果の両方が存在している。重篤で慢性的な骨関節炎の痛み緩和には効果がないことが示唆されている」とあります。



## 歯科衛生士全国交流集会に参加して

健生歯科なると 小林美智子

2017年12月2日(土)～3日(日)、兵庫県神戸市で開催された歯科衛生士全国交流集会に参加しました。初の全国規模での開催でしたが、107事業所から195名もの歯科衛生士が集結し、総勢212名という大規模集会となりました。今号では1日目の内容を紹介します。

歯科医療従事者ならではの気つきに沿って環境改善された実際の事例にははつとさせられました。その後の分散会では参加者ひとりひとりが各事業所での取り組みを発表し、質疑応答を経て意見交換も積極的に行われました。次号では2日目の内容について紹介します。

## 抗生素質について

# 薬の話

そよかぜ薬局 今津 鮎美

感染症にかかる場合に投与されることが多い薬に抗生素質があります。そよかぜ薬局では「抗生素質は飲みきってください」とお伝えしています。飲みきらないと症状がぶり返してしまうことがあります。本来その菌に効果のある抗生素質に対して抵抗力を持った菌を生むことがあります。そのため、また、肌の水分保持に役立ち乾燥を緩和する機能があるといわれている【ヒアルロン酸】は「有

からです。抗生素質によって効き方も違い、菌の種類や症状によっては有効な日数も違ってくるため、用量を守って飲みましょう。薬が合わなくて起こるアレルギー症状が出た場合はすぐに中止して、病院へ行きましょう。また、飲み始めてから下痢などの気にならぬ体調変化があった場合は、薬剤師にご相談ください。

応神支部は、現在90代2名、80代1名、70代3名、60代2名の合計8名の運営委員で活動しています。応神支部の歴史は古く今は支部の組合員の高齢化もあり活動できることが限られてきていましたが、毎月、運営委員会・機関紙の折込・班会を頑張っています。

折り込みは、折り込む枚数が多いと、「私が重ねるから折り込んで」など役割を分担したり、「脳トレになるね」と和気あいあいと折り込みを行っています。月に1度ですが、集まって話して笑ってと楽しい時間を過ごしています。

本当は遠くまでお出かけしたりしたいのですが、お家でお弁当を食べたりするなど安全面を考え室内でできることをしています。

新病院への期待が大きい支部もあります。毎回、運営委員は緑色のかばんと、"One For All All For One"のTシャツを着て集まっています。

支部のみなさん、機関紙の配布

## うちらんべいとな支部じよ♥

### 〈応神支部〉

を快く引き受けたり、手配り部数を増やしたり毎月手配りの協力ありがとうございます。

### 支部運営委員



### 〈大麻支部〉

大麻支部は、大麻比古神社や一番札所靈山寺がある地域から姫田地域までの支部です。

2015年5月から居着いている絶滅危惧種で国の天然記念物に指定されている「ウノトリが巣を作つてから一躍有名になつた地域でもあります。

支部が1993年に結成され24年になりますが、私は支部長に途中からなりました。理事さん2名、運営委員さん4名で月1回運営委員会を開催しています。組合員数は1098人で班数は4班運営しております。(1)うのとり班・ウォーキング班・ひまわり班・ほたる班)ヨガ、体操、脳トレ、カラス、ぬり絵、トランプとそれぞれが楽しくやつてきております。

また、ドイツ館のドイツスマツリ・草の実学園まつり・堀江公民館まつり・堀江文化展では、青空健康チェックとして、体脂肪・握力・血圧測定を行つております。この4ヶ所の青空健康チェックは、毎年恒例の行事として定着しております。



けして組合員宅へ配達しております。組合員訪問も計画して新病院建設に向けて夢を語り、增资・組合員拡大に頑張っています。

### 支部長 川崎ユリ子



# だまつてはいられない!

(19)

「あなたのお父さん」の窓口負担  
は、本当に「あなたのお父さん」  
なのかな?

かつて世界でも絶賛された  
国民皆保険

日本は50年前に、「いつでも、  
どこでも、だれでも」が安心し  
て医療を受けられるように、健  
康保険の制度を作りました。戦  
後の経済復興の途上に、一家の大  
黒柱となるお父さん（サラリーマン）は病院などの窓口負担（患者負担）は原則「なし」とし、  
そのサラリーマン家族や自営業者世帯は窓口負担「あり」としてスタートしました。これを「国民皆保険」とい

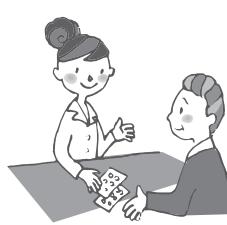


## 「窓口負担」の常識・非常識

そのおかげで  
保険証1枚で全  
国どこでも病気  
のときに受診でき  
るようになり、  
ます。



(健康づくり事業部 松田 大亮)  
先進国に学ぶべきです。



早期発見・早期治療や食事・栄養改善がなされ、国民の健康度が急速に拡がりました。

ところが、時代は変わり、今では状況が当初から一転しました。サラリーマンも含め、窓口負担がどんどん増やされて3割負担、70歳以上の高齢者は、かつては無料であった窓口負担が1割、まもなく2割、やがては3割と青天井に狙われています。

保険証をもっていても、受診できない人が続出するという悲しい現実が、いま全国に広がっています。

この先進国の中の日本の「異常」が解決されない限り、悲劇は続きます。全日本医連では、経済的な理由から窓口負担が払えずに入院機関での受診が遅れ、死亡した人が2016年に28都道府県で58人に上ったと発表しました。ですがこれは、ほんの氷山の一角です。

そうしないと満足な治療が受けられなくするという、まさに本末転倒な状況を虎視眈々とねらっているのが、医療業界の大企業です。

病気であれば、財布を気にせず病院を受診できる。こんな、ささやかな、あたりまえの願いを実現するために、日本は、アメリカ一辺倒の「コピーではなく、もっと他の社会保障のすすんだ

利く医療の範囲を狭めて保険から外し、10割負担の医療の範囲を広げようとしています。

私たちは、病院に受診する場合に、窓口負担を支払うことがあります

窓口で負担を支払うことがありまえの環境が、実は民間医療保険「商品」の成長を下支えしています。保険料や税金を納めているのに、受診の時に窓口負担を支払い、それでも足りなくてさらに民間医療保険に加入させる。

## 日本の皆保険は どうへ向かうのか

