

われわれの病院・診療所は  
働くひとびとの医療機関である



船橋二和病院ホームページアドレス  
http://www.futawa-hp.jp



船橋二和病院  
船橋二和病院健康友の会  
〒274-0805  
千葉県船橋市二和東5-1-1  
TEL 047(448)7111(病院)  
TEL 047(449)4417(健康友の会)  
発行責任者 野田尚史  
月一回発行 1部50円

(表1)

	国民健康 保険	協会 けんぽ	組合健保	共済健保
加入者一人当たり 平均所得	86万円	151万円	218万円	242万円
加入者一人当たり 平均所得	8.7万円	11.4万円	12.7万円	14.2万円
保険料負担割合	10.2%	7.5%	5.8%	5.9%

国民健康保険は国民の医療を受ける権利を公的責任で「保険証の無条件交付」「保険証1枚でいつでもどこでも誰でもが必要な医療を受けられる」「全国一律の公的給付」を国が保障するために整備されてきました。

その国民の健康を守り、保障する制度が逆に国民を苦しめている実態があります。国保加入者は年金生活者や非正規雇用の方が多く、加入世帯の所得平均は

138・8万円(2016年時点・厚労省国民健康課調査資料参照)ですが、所得に占める保険料の負担割合(表1)は、協会けんぽや組合健保よりも高く(事業主負担がない為)また、世帯の人数が多いほど保険料(均等割)が高くなる仕組みとなっています。その為赤ちゃんとまで国保料は発生します。

# 国の責任を放棄し、国民の命と健康を脅かす政策にNO!

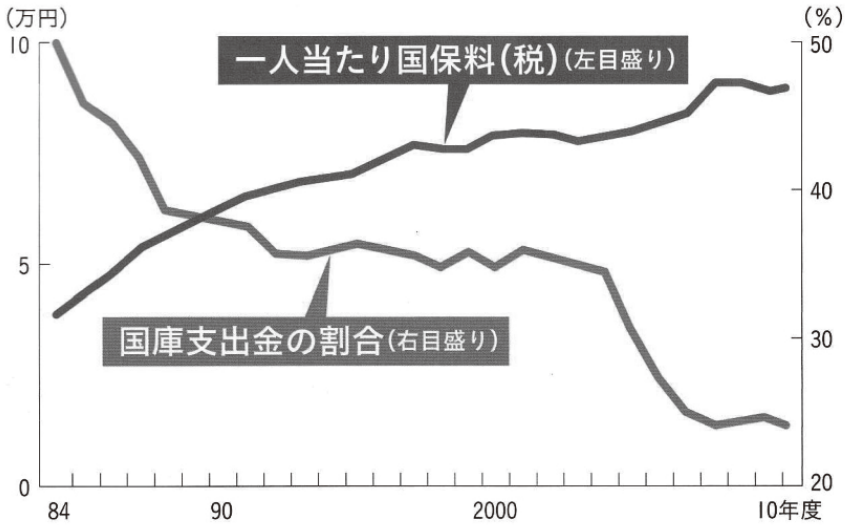
## 国民の命・健康よりも兵器の爆買いや大企業優先

負担能力をはるかに超える国保料に耐えられず、国保料の滞納や受診抑制が進み、重症化や手遅れ事例など報告されています。一人当たりの国保料が増加する反面、国庫負担率はこの30年余りで約半分まで引き

下げられてきている経過があります(図1)。「社会保障のため」として消費税10%の増税を強行した安倍内閣は、『全世代型社会保障』のもとで世代間対立を煽り、更なる給付削減と負担増を狙っています。その一つに「行財政改革プラン」があります。少子高齢化を理由に「市民サービス維持のための財源が不足する」として、保育料や下水道料金、国民健康保険料などありとあらゆる分野で市民・国民に負担増を求め、給付を削減させる狙いがあります。国の責任を放棄し、自己責任を国民に押し付けながら社会保障を改善する動きの一環です。

図1

年間国保保険料(税)と国庫負担割合の推移



※1 保険料は、『国民健康保険の実態』各年度版から  
※2 「国庫支出金の割合」は、市町村国保の収入に占める国庫支出金の割合。『国民健康保険事業年報』各年度版から

米国兵器を爆買いなどで膨れ上がる軍事費や国民無視の辺野古新基地建設などの大型開発、後援会の「飲めや歌え」の大宴会など政治の私物化に国民の血税が

## ふたわ診療所 月曜日夜間外来の廃止について

日頃より船橋二和病院・ふたわ診療所をご愛顧賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、このたび、誠に勝手ながら、2020年5月より(5月11日月曜日より)ふたわ診療所月曜日の夜間外来を廃止します。

地域の皆様および関係者の皆様、ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

## 国民の命と健康を脅かす「行財政改革プラン」の中止を

不公平税制と税金の使い方一刻も早くただし、消費税に頼らない社会保障政策を行い、国民の命と健康を第一に守るべきです。そして、国民が安心して暮らせる社会をつくる政治に変えていかなければなりません。

船橋市でも2月3日、市国民健康保険運営協議会で均等割保険料を2020年度から年3千円を値上げすることを発表しました。4人家族であれば世帯で年間1万2千円の負担増となります。この背景には国が推

樹木の芽の膨らみが春を告げています。友の会は、昨年5月の第39回総会方針で決めた内容を総仕上げする、実らせる時期です。地域で力を合わせ取り組みが進んでいます。▼めぐりめぐる私たちの活動と季節。活動の進展は私たちの努力でどうにかなりそうですが、いま、「地球と人類が危険」と言われている地球規模の「気候変動」をめぐっては非常事態になっているとのこと▼去年の台風15号、19号、豪雨災害の大規模化、猛暑によるコメ生産打撃、海水温上昇による不漁など気候変動による災害がもたらされています▼地球規模では、欧州での熱波、オーストラリアで続いた森林火災、北極、南極での氷融解、オホーツク海での流水の減少など地球温暖化、気候変動が地球と人類の危機を訴えています▼ドイツのシンクタンク「ジャーマンウォッチ」は地球温暖化の影響が言われる豪雨など気象災害の影響が大きかった国のランキングを発表。2018年は、日本がワースト一位とのこと▼昨年12月に開催されたCOP25(国連気候変動枠組み条約第25回締約国会議)は、「世界の平均気温上昇を産業革命前に比べて今世紀中に1.5度以内に抑える」(パリ協定)運用ルールの決定を先送りしてしまいました▼いまこそ、日本から世界に率先、連帯して、「石炭火力発電所増設・輸出中止」など気候変動の抑制をめざす緊急の取り組みを発展させることがもたらわれています



# いき友の会活動

## 美味しい食事・「糖尿だよおっかささん」 「笑いヨガ」で大盛り上がり 新年会

二和地区



「まねき猫」で行いました。90才以上の夫婦を始め17名の参加でした。美味しい食事に満足し、個人のカラオケが出て、踊りなど、「糖尿だよおっかささん」、「誘惑の春」など替え歌を笑いながら大合唱して、「笑いヨガ」で更に盛り上がり、それはにぎやかさんに楽しい時間が持てました。皆さん、また、やりましょう。小林 のり子

# 私のアイドル



病院医事課の飯田卓也さん、診療所医事課の沙織さんの長女穂香（ほのか）ちゃん（1才5ヶ月）クレヨン遊びがマイブーム。大人さながら椅子に座り机でお絵かき。たまに投げたり口に運んだり...

1月18日（土）雪の降る中、役員さん、手配り者さん、「いつでも元気」読者の皆さん、新年会を鎌ヶ谷大仏駅近くの「カラオケ店

## 初詣検見川神社 & 「桂林餃子」ランチ

法典地区



冬晴れの1月31日（金）千葉真唯一の八方除けの神社で初詣。

社で、すべての災難を取り除く利益があるとされる千葉市花見川区の検見川神社で初詣。閑静な街並みの小高い所にある神社です。可愛いおみくじを買われた方もおりました。今年の運勢は？ お腹も丁度すいてきて待望のランチタイムです。昨年訪れた中華料理の「桂林餃子」で腹一杯食しました。エー！、1000円で

## 初場所で賑わう 両国「江戸博物館」へ

芝区 西地



1月21日（火）参加者6名で出掛けました。集合場所の両国駅では初場所へ向かう力士達に会い、見上げる大きさを実感しました。博物館は入るとすぐに橋を渡り、江戸の町に入ります。それぞれが関心のあるコーナーに分かれました。江戸城の大きさは、やっぱり」と納得。大名屋敷の立派さには改めて驚かされました。江戸の町は人が多く賑やかで、芸能をはじめ庶民の文化が花開いていま

## お茶も立てていただいた 吹き矢とおしるこ班会

西区 鎌地



全員で一時間ほど吹き矢を楽しんだ後は毎年恒例のおしるこをいただきました。又、お茶を教えておられる山根さんが全員にお茶を立ててくださるというサプライズがありました。途中から雨もあがり、暖かい陽ざしになり幸先のよいスタートの一日でした。小川 富恵

## お琴・尺八で楽しく交流を 深めた新年交流会

御滝地区

1月24日（金）桜ヶ丘自治会館で13人が集い、例年の新年交流会。新年の挨拶と乾杯に続きオシャレなお弁当を食べながらの交流。にぎやかに食

## 手づくり料理で楽しんだ 新年会

谷区 八木



新年会を1月15日（水）に健康管理センターで行いました。職員8名を含む32名が参加。地区役員会さんの手作りのお料理をおいしく頂きました。ふれあいクリニックの保健師・看護師の方々、八木が谷在宅介護支援センターから参加の方、神子そよ子市議、関根和子前市議それぞれの方からお話があり、会員の自己紹介は大変内容の濃いものになりました。このような集まりの中で自分の思いを話、少しでも心が和むひとときになれば

と思いましたが、最後にビンゴゲームで締めくくりました。東 幸子

## 「ういろう売り」口上・漢字クイズを楽しんだ ふれあい手配り者・新年交流会

三咲区 大穴



初顔合わせの人もいたり、各々始めにいただいたテーマを中心に自己紹介したり、こん談した後、職員の方の田勢さんのギター。大村さんの「ういろう売り」の口上を皆さんで一部分を大きな声で発声し滑口の練習。役員さんから漢字の読み当てクイズが出され、楽しいひと時をすごしました。上野 純果

## 「パ・タ・カラ」 誤嚥防止と健康体操

東区 鎌地



止と健康体操」が行われました。年を重ねることに食物を飲み込む動作が上手に出来なくなり喉がつかまって窒息するといったリスクがある。そこでダイケアの飯野さんの指導で、楽しみながら全身と口腔を鍛えましょうと腹式呼吸の練習をしたり、発声訓練「パ・タ・カラ」を大きな声で言う。これらが誤嚥防止にとてもよいと教えていただきました。後半は健康体操で医療ト

1月27日（月）鎌ヶ谷コーポラスの集会所で「誤嚥防

並木 美代子



健康講座

花粉症のおはなし

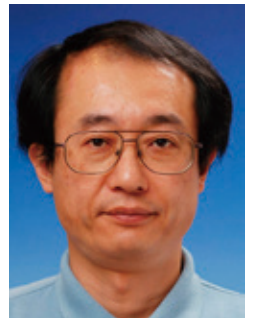


今年もまたスギ花粉症の季節がやってきます。国民病とも言われる花粉症ですから、毎年春になると憂うつになる方も多いと思います。かく言う私も高校生の頃から花粉症と付き合っていますので、かれこれ40年近い付き合いになります。

花粉症に関しては、花粉を吸い込まないこと（花粉が多い日の外出は避ける、マスクをする、部屋の窓を開けない）、身体に付けないこと（外出から帰ったら玄関で頭と衣服を払う、顔を洗うなど）の注意が必要です。薬物療法としては、抗ヒスタミン剤の内服（最近のものは眠気が少なくなっていますが、人によっては眠気が出る場合もあります）、抗アレルギー剤やステロイド剤の点鼻、点眼薬などがあります。

新しい治療として、スギ花粉による舌下免疫療法があります。これは以前、減感作療法と言われていたものですが、スギの花粉から抽出したエキスを毎日口の中に入れ、舌下で2分間ためておいてそのあと飲み込むと言うものです。治療期間は3年～5年と長く、症状がなくても毎日続ける必要がありますが、治療がとても良く効く場合には花粉症が治ってしまう場合もあります。ただ、全員に良く効くと言うわけではなく、効果としては、良く効くが3割、まあ効くが4割、効かないが3割くらいです。エキスを口に含んだ時にイガイガピリピリなど違和感を感じる場合もありますが、多くは副作用もありません（重篤なアナフィラキシーなどは非常に稀です）

スギ花粉エキスのシダトレンを処方するには講習を受けて資格を受けた医師が処方することが必要です。この治療を希望する人は一度主治医に相談してみてください。



小児科 佐藤 隆史

千葉民医連入職4・5年目研修

1月31日（金）船橋二和病院健康管理センターでは、千葉民医連の院所に入職してから4・5年目の職員を対象に制度研修が行われました。

午前中に行われた南浜診療所、船橋二和病院の成り立ちの歴史、午後の各地域に出かけてのフィールドワークから、その一部を紹介します。

1. 船橋二和病院の成り立ちと健康友の会



相談活動のまとめを発表する職員

一和病院開院時には、周りの医療機関は船橋中央病院しかなく、地域ではなんでも診てくれる病院が求められていました。そこで、千葉民医連は南浜病院の職員と健康友の会の方々を中心に、現在の船橋二和病院

2. 各地区でのフィールドワーク  
午後は二和、八木が谷、大穴・三咲、丸山、西・高・芝、御滝、鎌ヶ谷東の地区で新聞配達、集金、懇談会、手作り教室、高齢者訪問交流会と事例検討何でも相談に数名ずつ分かれて実地体験し、体験した仲間と共にグループ

4・5年目研修運営委員 太田雅石  
の地に300床の病院建設のための資金集めや友の会会員を組織しました。以来38年間医療・介護の専門職として発展し、友の会は社協・自治会・地域包括支援センターなど、行政や地域組織などと協力し活動を拡げてきました。



千葉民医連 医療・介護系 奨学生募集

これからの地域医療・介護・福祉を担う学生さんを応援します！

将来千葉民医連の病院・診療所・薬局・訪問看護ステーション、介護福祉施設等で働きたいと考える、医療系・介護系学生を支援する、奨学金制度です。

- 医学 月額8万円（上限） ■薬学 月額5万円（上限）
■看護 月額5万円（上限） ■リハビリ 月額5万円（上限）
■介護 月額3万円（上限）（その他、貸付もあります）

\*お申込み・ご相談、資料請求等は随時対応致します。

【申込み・問い合わせ先】

千葉県民主医療機関連合会（千葉民医連）
〒260-0013 千葉市中央区中央 4-8-201
TEL 043-224-7497
chiba-ishibu@min-iren-c.or.jp

返済免除制度有

認知症のひとに やさしい地域づくりについて学びました！

～千葉民医連看護奨学生の活動～

毎月第3土曜日の看護奨学生ミーティングでは様々な学校に通う学生同士の交流や諸連絡の他、学習会を行っています。1月は「認知症のひとにやさしい地域」を指して、二和・八木が谷地域包括支援センターの岩井しおみ保健師を講師に招き、学習会を行いました。

地域社会を構成する人々を対象とした看護の活動領域である公衆衛生看護、地域包括支援センターの主な役割、地域の貴重な社会資源である健康友の会のかかわり等、民医連の果たす役割

割に触れながら学生にわかりやすく説明してもらいました。また、11月に開催した「船橋市認知症高齢者徘徊模擬訓練」の様子を視聴しました。二和公民館、三咲小学校体育館が会場でしたので参加された方もいらっしやると思います。インターネットで「日テレNEWS24徘徊模擬」で検索しますと職員と地域の方々が出ていますので是非ご覧ください。奨学生ミーティングの学習会では必ずグループワークも行います。「認知症疑いの高齢者の方を、街（会社、商店、病院、薬局など）で支えるイベ

船橋二和病院 副総経理 坂本 直子



# 9条改憲 NO!

## 改憲発議に反対する 全国緊急署名にご協力を

2019年7月の参議院選挙で、安倍晋三首相の改憲に賛成する勢力が3分の2を割りました。有権者は安倍首相に憲法96条の規定による改憲発議が可能な勢力を与えませんでした。

にもかかわらず、安倍首相は民意が「改憲について議論すべき」という意思を表明したなど、世論に反する強弁をしています。そして、自らの総裁任期の2021年までの改憲をめざして、野党の分断をはかり、改憲勢力の再編を狙っています。

安倍首相が改憲に固執するのは、日本の軍事大国化をさらにすすめ、「戦争する国」に変えようとの狙いからです。もし、9条をはじめとする安倍改憲が実現すれば、日本は米国とともに世界各地での戦争や紛争に介入・参加していくことになるでしょう。

事態は緊急です。私たちは国会が改憲の発議を許さず、すべての市民の平和と人権、生活向上のため「改憲発議に反対する全国緊急署名」にご協力をお願いいたします。

●今回「緊急署名」をふれあい新聞に同封いたしましたので、ご賛同署名用紙は、お近くの役員さん、外来友の会コーナーや友の会事務所にお持ちいただけたら幸いです。



### 医療・介護の改憲シリーズ 25

第400号  
シリーズ24の続き

## 介護離職

### — 私の未来は誰が支えてくれるの —

私も絶対最期まで自宅で暮らしたい・・・

元気でいるうちに、困った時の相談機関を把握しておく、元気でいるうちに自分の人生の先の事を考えておく。必要なことと分かっているにもかかわらず向き合うことを先延ばししてしまいます・・・そんな時、情報を提供し、一緒に考えてつらい思いに寄り添うのが私たち在宅介護支援センターです。そんな仕事の中、事務所に1本の電話がかかってきました。

☆Aさん 80代 女性 独居 介護保険サービス（デイサービス 週3回・訪問介護 週2回利用）

「今まで要介護1だったのに、更新の結果、支援1、と手紙がきたけど、デイサービスやヘルパーさんはどうなるの？頑張ってるリハビリして元気になったのに利用回数を減らさなきゃいけないの？」切実な声です。支援1で利用できる回数は、デイサービス・訪問介護ともに 週1回が限度です。制度を利用していたからこそ現在の生活を続けることができるのです。

Aさんは最後に、自分に言い聞かせるようにつぶやきました。「皆にお世話になって元気になったのだから、この結果は仕方がないわ。でもデイサービスやヘルパーさんの回数が減ることは悲しい・・・」この「悲しい」の言葉の裏にどれだけの納得いかない思いがあふれている事でしょう。サービスは継続して利用してこそ結果が出て、それを維持することができるのです。

国は、「持続可能な制度」のためには弱者を切り捨てることを考えているのでしょうか。元気な高齢者を増やす近道は、必要な時に、必要なだけサービスを継続して利用できることだと思います。Aさんには、介護度の見直しの申請を出すことを提案し、進めています。それでもAさんは「結果が出たばかりで申し訳ないから、しばらくは支援1でいいわ。」と言っていました。

私たちの役割はこういう声にこそ寄り添うことだと感じます。『聞こえない、ささやき』をキャッチして、国に返していかなければならない使命を背負って・・・

八木が谷在宅介護支援センター 泉水玲子  
連絡先 ☎047-448-6300

◎ご購読申し込みはもよりの地区役員  
友の会事務局 ☎047-(449)4417  
外来案内コーナー(総合案内となり)まで

あなたと民医連をつなぐ月刊誌

**いつでも元気** 2020 3月号 380円

好評発売中

けんこう教室 花粉症

災害公営住宅はいま 宮城

原発を止めた裁判官

宿題外来 東京

まじのチカラ 愛知県南知多町

食と健康 高たんぱくのススメ

### 3月の予定

- 友の会デー・バザー、何でも相談  
3月19日(木) 午前10時～12時 ▶診療所正面玄関前
- みんなで考えよう時事と歴史の会  
3月12日(木) 午前10時～12時 ▶健康管理センター3階会議室
- 歴史勉強会  
3月26日(木) 午前10時～12時 ▶健康管理センター3階会議室

## 船橋二和病院

### 産婦人科



## 小児科医師との連携

- 母子同床
  - 自然分娩
  - 母乳育児支援
  - 家族立会出産
- ☎047-448-7111

### 年会費納入のお願い

前年の2月にご入会いただいた方は、年会費納入の時期です。また、それ以前にご入会の方で、年会費をお支払いいただけていない方も、年会費の納入をお願いいたします。ふたわ診療所友の会コーナー(月金/10時～12時)・友の会事務所(月金/10時～16時)で受付いたします。お問い合わせは友の会事務所まで。納入の際は会員証をお持ちください。また、お近くの友の会役員が、お訪ねする場合がありますので、よろしくご協力ください。

友の会事務所 ☎047-(449)4417