

奄美医療生協NEWS

お元気ですか

発行者
奄美医療生活協同組合
鹿児島県奄美市名瀬長浜町8-7
電話0997-52-0585
FAX 0997-52-8881

強化月間の取り組みについて

【北大島区】

- 奄美中央病院は10月26日に職員9名で春日地区、住用地区の高齢組合員宅の訪問に取り組み、「高齢者の住まいづくりアンケート」や意見など24名の組合員さんと対話ができました。
- 中央奄美支部では10月26日に「お元気ですか」の佐大熊地区の組合員さんへの一斉配布行動として、約150戸の組合員宅に「お元気ですか」を配布しました。配布中に加入1件と増資2万3千円、また2名の方が即手配りを引き受けて下さる等、嬉しい成果がありました。



【南大島区】

- 10月30日(日) 東方支部グラウンドゴルフ交流会が組合員43名、職員4名の参加で開催されました。
- 加入・増資のご協力を訴え、加入1件、増資2件の成果もありました。

【徳之島区】

- 9月26日に在宅事業所では天城支部の白間理事、徳之島診療所では伊仙支部の窪田理事に参加していただき、「スタート集会」を行いました。
- 10月19日には「健康づくり教室」を開催。徳之島診療所の管理栄養士と理学療法士による、栄養教室とリハビリ教室を行い、合計5名の参加がありました。



奄美医療生協で10月17日から11月18日に介護ウェブの取り組みがありました。毎年、介護保険制度の学習や困難事例調査、介護職員の処遇改善に向けた活動をしています。

高齢化などにより介護が必要な方々が増加している中、介護にまつわる課題は多様化していると感じます。介護保険制度は2000年に始まり、20年あまり続いてますが、給与や年金から天引きされる介護保険料は始まった当初に比べて約2倍になり、今後は「介護保険の対象を『40歳未満に拡大』するのはどうか」という議論も出ているそうです。利用料の負担も引き上げられ、介護職員の処遇も厳しいままです。

今後、政府は軍事費を倍増させる計画があるようですが、防衛費を倍増するなら5兆円超が必要とのこと。その財源があるならば、医療、社会保障の充実にあてるべきだと私は思います。

介護ウェブは終わりましたが、引き続き社会情勢に目を向け、多くの方々に介護を身近なものとしてとらえていただけるように、職員一同がんばりたいと思います。

- 2面
・組合員活動報告
- 3面
・くらしに役立つ制度のはなし
・平和・社保の取り組み
- 4面
・私の作品展
・「平和写真コンテスト」作品募集中
- 5面
・認知症の方との接し方
- 6面
・ゆいちゃんがいく
・読者だより
・お元気ですかクイズ
・理事会だより

組合員活動紹介

北大島区 保健学校



10月22日(土)に北大島区保健学校が開催されました(参加9名)。平元校長先生の開校挨拶を皮切りに9:00からスタートし、16:30までの長丁場となりましたが、参加組合員さんも最後まで楽しみながらも真剣に受講されていました。今回も例年通りの構成内容で、血圧測定と心肺蘇生法・尿検査方法・フレイル予防・すこしお生活・8つの生活習慣病と2つの健康指標・認知症サポーター養成講座の7講座でした。今年は認知症サポーター養成講座が特徴的で、“劇団在宅あまみ”による寸劇やYouTubeの視聴を取入れるなど、楽しく分かりやすく学べる工夫を凝らした講座となりました。その他の講座もとても分かりやすい内容でまとまっており、参加組合員からも、「1日の講義は長いなあと思っていたが、健康づくりに大切なことを楽しく学べて充実した1日だった」「校長先生のお話で引き込まれた」「初めて自分の脈の音を聞いた」「食生活で気を付けるべき点が分かりやすかった」「フレイル予防体操を自宅でも続けていく」「認知症の方との接し方がよく分かった」「生活習慣の大切さを改めて実感した」などの感想が寄せられ、各担当講師の創意工夫のおかげで、充実した保健学校となりました。



南大島区 保健学校

10月8日(土)生協会館「せとうち」において南大島区保健学校が開催されました。参加者は7名(午前のみ2名)が血圧、心肺蘇生法や尿の検査、フレイル予防についてなど生活習慣の予防や健康づくり活動につながる知識を、実技を交えながら学びました。「認知症サポーター養成講座」では2人1組になって「徘徊中の高齢者への声かけ」として寸劇を行い、オレンジリングが手渡されました。参加者からは「初めての参加だったが、大変役にたった。生活習慣を見直して頑張っていきたい」などの感想が寄せられました。



受講された方々が保健委員として、地域の健康づくり活動の担い手として活躍されることを期待します。1日の講義、お疲れ様でした!!



くらしに役立つ制度のはなし

■障害年金制度について③



奄美中央病院
社会福祉士

柳 佑多郎

(前回のあらすじ)

病気を原因に働くことに支障が生じたAさん。病院の相談員から障害年金を受給できる基準について説明を受けました。※下記図参照。

- 3級** 働くことに支障がある、できる仕事に限られる。
- 2級** 日常生活にサポートが必要になることがある。(活動範囲がほぼ家の中)
- 1級** 日常生活に常にサポートが必要。
(活動範囲が寝室。入院中であれば病室のみ)

Aさんは、障害年金の説明をうけ、年金事務所に行き障害年金の相談を行いました。障害年金受給に向け**4つの条件**を満たしていたので、障害年金取得に向け診断書を病院に記載してもらうことになりました。

この4つの条件とは、**①初めて受診した日(「初診日」といいます)の証明があること②「初診日」に年金に加入していること③「初診日」前に保険料を収めていること(初診日のある月の前々月までの公的年金の加入期間の2/3以上の期間について、納付または免除されていることが原則です)④「認定日」に、年金法による障害状態である、ことが必要になります。**



最初の病院にかかったのが10年以上前です。
その後、病院を転々として現在4件目の病院に通院しているのですが、初診日の証明ってできるの？

最初に診察を受けた病院と現在、通っている病院が違うため、今通っている病院では「初診日」の証明ができない場合もあります。しかし、今通っている病院で「初診日」の証明ができないからといって障害年金受給を諦めてはいけません。

最初に診察を受けた病院に初診日の記録が残っていないか？確認しましょう。また、初診の病院で証明が取れなくても2番目以降に受診した病院等の5年以上前のカルテに、初診の時期や受診した病院について本人が話した記録が残っていたら証明として認められます。

Aさんの場合は、1番最初にかかった病院で「初診日の証明」が取れたため、障害年金の請求が可能となりました。

次回に続く

平和・社保の取り組み ~皆様のご協力に感謝申し上げます~

【署名活動】

- ・憲法改悪を許さない全国署名 3,332筆 / 4,070筆
- ・生存権裁判の公正な審理を求める要請書 1,645筆 / 2,125筆 (送付済み・終了)
- ・誰もが平等に、安心して暮らせる鹿児島づくりに関する陳情書 310筆 / 390筆
- ・大阪のカジノ誘致計画を認可しないように求める要望書 329筆 / 399筆 (終了)
- ・介護保険制度の改善を求める請願署名 120筆 / 2,110筆
- ・18歳までの医療費を無料に 2,440筆目標

【スタンディング行動】

- ・北大島区、南大島区では10/19(木)、徳之島以南南区では10/29(水)に開催し全体で39名の参加でした。(2017年からスタートし合計60回開催。延べ1,858名参加。)
- 改憲反対や日本の核兵器禁止条約批准、ウクライナの平和などを求めるアピールを行いました。

私の作品展

今回、組合員さんの
手作り作品を紹介致します。
ご協力有難うございました!!



時田 輝子
(コスモスとガーベラ)



重山 こずえ
(紬アクセサリー)



碓元 玲子
(クリスマスリースと陶器)

2022年度 お元気ですか 「平和写真コンテスト」 作品募集中

11月号へのたくさんのご投稿ありがとうございました。奄美医療生協ではあらゆる戦争に反対し、平和への想いを次世代へ継承するために「平和写真コンテスト」を開催しています。写真の内容は、個人的に「平和だな～」と感じた風景や人物、その他なんでも自由です。組合員さんであれば誰でも応募できます。今年の12月末までにご投稿いただいた作品から投票で優秀作品を選定予定ですので、みなさん奮ってご投稿ください！

【応募方法】

お名前(ふりがな)・年齢・住所・電話番号・作品名(写真の題名)・ひとこと(任意)をご記入の上、メールもしくはLINEにて画像データを添付してお送りください。

【応募先】 mail : yuimajin3@gmail.com

LINE : 奄美医療生協地域支援部
公式アカウント

【お問合せ】 奄美医療生協本部 地域支援部
TEL 0997-52-5750



川 遊 び



川 鍋



仲 良 し



「八月踊り練習」名音小学校で運動会の踊り練習！
【名音八月踊り保存会】

認知症の方との接し方



認知症

●まずは信頼関係を築く

認知症を患うと、以前よりも物事を上手く行うことが難しくなってしまいます。認知症の初期では、その事を本人は理解できています。

「以前の様に上手くできない」と感じていますが、「それを言い出すのは恥ずかしい」「年だからしょうがない」「周りに迷惑をかけてしまう」「認知症になってしまうことが怖い」などの感情を抱えています。

心のどこかで「助けて欲しい」と思う気持ちもありながら、たとえ家族であっても、やはり自分の弱みを他人に見せるのは、恥ずかしいものがあります。

そんなジレンマの中で、家族など身近の人に失敗などを怒られることが続けば、不安感や恐怖感などから強いストレスがかかり、精神的に不安定な状態に陥りやすくなります。

本人が安心して落ち着ける場、雰囲気作りを行い、ストレスをかけないよう心がけるだけで、認知症症状や問題行動などを和らげることができます。

認知症の方は、自分を理解して接してくれる人を頼りにしています。「この人に全て任せておけば私は安心だ」「あの人の傍に居れば認知症は怖くない」と安心感と信頼感を築けば、結果として認知症の進行を遅らせ、不穏や暴言などの様々な症状も軽減できると言われています。

●本人の自尊心や感情を傷つけない

認知症は「そのエピソード自体が記憶ない」というもの忘れのため、「記憶にないことは知らない、自分がやったんじゃない」と考えます。私たちも、身に覚えのないことを注意されても、「記憶にない事（自分はやってない事）をいくら言われても、知らないものは知らない！」と腹を立てますよね。

本人が知らない・違うと言ったら、事実と異なっても本人の中では嘘や作り話をしているわけではないので、深く追求しないようにしましょう。



●よい感情を残すようにする



認知症が進行してくると物事の実事関係は忘れてしまいますが、その時感じた感情は心に長く残っています。「失敗した事柄」は忘れてしまい「怒鳴られた・怒られた」という感情だけが残ります。「あの人は怖い人・すぐ怒る人、だから嫌い」などという感情だけが残ってしまい、お互いに信頼関係を築くことが難しくなってしまいます。

また理解してもらおうとあれこれ説明するよりも、やんわりと優しく接することが良いです。いつも笑顔で接していれば、相手も笑顔で安心できるでしょう。また言葉でのコミュニケーションが難しくなっても、笑顔で接することが重要です。

●本人のペースに合わせる

思考力や動作が遅くなるため、一度に処理できる仕事量が減ってしまい、何をするにも時間がかかってしまいます。

ですが何も出来ないわけではないため、急かしたりイライラせずに、本人のペースに合わせてみましょう。



●まとめ

認知症になると、人によっては「自分が壊れていくようだ」と感じる人が居ると言われています。そのような時、本人が感じる自分が自分で無くなっていく感覚・認知症に対する恐怖は、想像を絶するものがあるのではないのでしょうか。


家族や周囲の人にとって大切なことは「忘れてしまうのは、病気である」ということを理解して、本人の気持ちに寄り添った対応を心がけることが必要です。

ゆいちゃんがいっく No.28 Toshi

全世代型社会保障を考える①
全世代型社会保障とは
 政府は全ての世代が安心できる社会保障制度を構築するとし、改革方針を閣議決定し、健康保険法の等の一部改悪が国会で強行採決された。

● **改革の中心は**
 少子化対策

● 現役世代の負担上昇を抑えるための高齢者医療の見直しとしてすべての世代が公平に支え合う改革を前進させるとした。




政府の改革のメニューー
医療

● 75歳以上の一部負担金を原則1割から2割へ

● 75歳以上の一部負担3割の対象者現行年収383万以上を引き下げ増やす

● 「かかりつけ医」以外の受診について追加負担を導入

ハゲー
 年寄りいじめじゃがいままで一生懸命働いてきたのに



医療つづき


● 湿布や花粉症薬など保険給付から外す

● 預貯金が一定程度ある高齢者について、入院時の食事代室料全額自己負担

● 制度を維持するための経済社会の支え手を増やす

改革の矛盾点を考えてみよう
 コロナ禍の前でも非正規労働者は全労働者の4割も占める年取200万未満が3割も!

● ささえるどころか、貧富の格差が! 安心して働ける仕組みを変えんばや




以前1億総活躍掲げ70歳までの就業延長をいっていたが
 働ける人はいいが、年金の受給期間が縮められ給付を減らすことも検討されている

● 多くの高齢者が年金だけでは暮らせないから働いているのに

● わんきや年寄りの暮らしや、労働者の苦しみがわからん人間が検討してもいい仕組みはでけらん


● 次号へつづく



読者だより

- 紙面が増え、読みごたえがあります。『わたしのたからもの』の紹介は、その人の人生を共に歩いた証ですね。今後が楽しみです。(大和村 N.E さん)
- 『組合員活動紹介』のコーナーで、写真で知人の顔を見つけると嬉しくなり、こちらも元気になります。(瀬戸内町 K.H さん)
- 10月号の尿検査の記事がとても参考になりました。何気なく受けていた検査ですが、尿コップの豆知識は「なるほど～」と納得。これからも、同様な豆知識の記事をお願いします。(奄美市名瀬 M.T さん)
- 社会福祉士(柳さん)の記事が、毎回色々な事を知れて、とても役に立っています。(奄美市名瀬 S.A さん)

“お元気ですか”クイズ
 紙面のどこかに答えがあるよ～\(^o^)/



- ①強化月間中に、中央奄美支部がお元気ですかを一斉配布したのは、奄美市名瀬〇〇〇町。
- ②10月中に、北大島区・南大島区でそれぞれ開校したのは、〇〇学校。
- ③障害年金受給の条件の1つに、『〇〇〇』の証明があること。
- ④家族や周囲の人は「認知症は〇〇である」と理解して対応することが大切。
- ⑤11/11の介護の日前後で、介護問題について考える取り組みは、『介護〇〇〇〇』。

※当選者はお元気ですか 2022年12月号でお知らせいたします。
 ※ご記入いただいた個人情報、本アンケートに関わる目的のみ使用し、他の目的には使用いたしません。
 ※いただいた感想を掲載する事があります。予めご了承ください。

下記の宛先に、クイズのこたえを書いてご応募ください。


【応募方法】
 ①クイズの答え ②お元気ですかの感想、ご意見近況など ③郵便番号・住所 ④氏名、をハガキまたはメールに記載の上お送りください。正解者の中から抽選で5名の方に図書カードをプレゼントします。

【宛て先】 〒894-0036 奄美市名瀬長浜町8-7 生協会館2階 奄美医療生協 お元気ですかクイズ係

【メール】 yuimaaajin@gmail.com

●締め切りは 2022年12月31日(当日消印有効)

【10月号当選者】 秋葉幸代さん / 大崎一恵さん / 政 もとみさん / 西 繁夫さん / 平瀬夕工さんの5名でした。ご当選おめでとうございます。



理事会だより

第5回法人理事会が開催され、次の事項が議決されました。

- 1、通知事項
 - ①組織・社保活動報告
 - ②2022年8月経営報告
- 2、報告承認事項
 - ①第45期第4回理事会議事録の承認、第5～7回常務理事会報告
- 3、協議議決事項
 - ①残高通知の発生とその後の対応について
 - ②第45期下期理事監事研修会について
 - ③地域支援部職員配置の見直しについて
 - ④徳之島診療所事業計画について
 - ⑤規則改定について(育児介護休業規則)
- 4、その他の事項
 - ①2022年度10月～12月日程