かがやき

発行
くるめ医療生協
久留米市南
2-5-12
TEL0942-21-8300

組合員数
4,269世帯

平均出資額
26,764円
（5月末日現在）
年12回発行

7/10選挙に行こう　参議院選挙

あなたの1票が
とても大切です

いのちと暮らしを守る政治へ

9条
武力で
平和はつくれない！
世界の国々との約束

戦争の放棄と戦力及び交戦権の否認
第九条
日本国民は、正義と秩序を基調とする国際平和を誠実に希求し、国権の発動たる戦争と、武力による威嚇又は武力の行使は、国際紛争を解決する手段としては、永久にこれを放棄する。
2　前項の目的を達するため、陸海空軍その他の戦力は、これを保持しない。国の交戦権は、これを認めない。

コロナ禍による医療や社会保障のあり方、暮らしを直撃する物価高騰や税負担、ロシアによるウクライナ侵略や核問題、気候変動や食料自給率など、気になることがいっぱいではありませんか？

くるめ医療生協の理念では、**健康をつくる・平和をつくる・いのちかがやく社会をつくる**ことをめざしています。医療や介護に携わっている、くるめ医療生協の仲間たちは、個人の尊厳が守られ、誰もが自分らしく健康に生きていける社会を願っています。私たちは、いのちを奪う一切の戦争政策に反対します。

まもなく、参議院選挙が行われます。選挙は現在の政治に対して、国民の意思を直接表明できる貴重な場です。私たちひとりひとりの1票がとても大切です。

7月10日の投票日には必ず投票に行きましょう。

憲法9条を生かし平和な社会に

ロシア・プーチン政権によるウクライナ侵略から4か月を超え、病院や学校への攻撃や民間人の虐殺など、その非人道性は目を覆うばかりであり、国連憲章に反するロシアの暴挙は糾弾されるべきです。軍事対軍事では平和を守れないことが、日増しに明白になっています。戦争は最大の人権侵害です。

日本は戦前の侵略戦争を反省し、憲法9条で戦争を放棄し、戦力も持たず、交戦権も認めず、紛争は平和外交で解決することを決意しました。しかしいま、ロシアによる侵略戦争に乗じて、「敵基地攻撃能力」の保有やアメリカと一体となった軍事力強化、核の共有、そして9条改憲など、戦争する国づくりへと進んでいます。攻められたら攻め返す、軍事に軍事の対抗では、わたしたち国民のいのちを守り、平和を実現することはできません。ウクライナの惨状がそのことを示しています。

日本政府がとるべき道は、軍事力に頼らず、戦争を起こさず、国連憲章に基づき、憲法9条を生かした平和外交の姿勢を鮮明にし、唯一の戦争被爆国としての役割を果たし、世界の平和に貢献することです。

コロナで私たちの生活はどうなった？

国民生活では、新型コロナウイルス感染症の感染拡大から2年が経過しましたが、「自助」が強要される中で、格差と貧困が一層拡大し、個人の尊厳が侵害される事態が多数発生しています。公衆衛生や医療提供体制のもろさや社会的弱者への支援の貧弱さが浮き彫りになり、自己責任ではいのちと健康、暮らしが守れないことが、誰の目にも明らかになりました。にもかかわらず、社会保障やくらしをさらに切り捨てる政治がいまなおすすめられています。

この間の医療・介護情勢

昨年6月、75歳以上の医療費窓口負担に2割負担を導入する医療制度改革関連法案が、自民党、公明党、日本維新の会、国民民主党の賛成多数で可決、成立しました。くるめ医療生協ではこの間、この75歳以上の医療費窓口負担2割化中止を求める署名に取り組んできましたが、今年の10月から実施される予定です。この法律が実施されると年

（2面につづく）

戦争反対！
いのち・暮らし・憲法を守る！
＝6.12福岡県下一斉スタンディング＝

6月12日（日）西鉄久留米駅西口にて

かすり

昨年の年末29日夕食時、妻が私の言動がおかしいと救急車を呼んだ。私は拒否していたが車内で意識を失い、取り戻したのは翌々日の午後だった。病院で二度、酷い発作があり、症候性てんかんと診断された。高齢者の死亡率50％弱と退院後、ネットで知った。▼原因は脳梗塞や脳出血などで脳に極小の傷ができているためで、私は59年も昔になるが脳腫瘍で手術を受けていた。10日間の入院になった。▼25年前になるが、久留米に来て妻が不在の時、11時過ぎだったと思うが、右胸に少しの痛みと圧迫感があり、自転車で聖マリア病院に駆けつけたところ、急性心筋梗塞で即入院になった。なんで自転車で来たのかと怒られもした。▼同じ病院で二度命拾いをしたことになったが、妻の即断やそれとなく読んだ本からの知識が助けになったと思う。▼様子を見てからでは遅れたわけで、幸運だった。

南エリア（S・T）

（1面のつづき）

収200万円以上の後期高齢者370万人（後期高齢者医療制度加入者の約20％）の窓口負担が2倍になります。

介護保険は施行から21年が経過しました。介護保険は「介護の社会化」の期待を背負いながら、応益負担の導入や給付の上限設定など、利用者や高齢者にとって構造的欠陥といえる仕組みが最初から組み込まれていました。施行後は給付抑制や負担増をはかる制度見直しがくり返されて、この欠陥がさらに拡大してきました。その結果、利用者・家族の中に深刻な介護困難・生活困難がひろがっています。「人権としての介護保障」の実現をめざし、利用料や認定制度の廃止など、制度の抜本改革をはかることが必要です。

いのちと暮らしを守る政治へ

憲法を守り、生かして、国民のいのちと暮らしを守る政治へ転換させましょう。私たちひとりひとりの1票がとても大切です。

7月10日の投票日には必ず投票に行きましょう。

日本国憲法前文（全日本民医連憲法学習資料より）

私たちの願いは、憲法生かした社会

くるめ医療生協では、あらためて憲法を学ぶ取り組みをすすめています。組合員さんや職員から届いた声をご紹介します。

13条
誰もが幸せを求めて生きられる社会に

個人の尊重と公共の福祉
第十三条
すべて国民は、個人として尊重される。
生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しない限り、立法その他の国政の上で、最大の尊重を必要とする。

25条
いのちが守られ、人間らしく豊かに暮らす権利

生存権及び国民生活の社会的進歩向上に努める国の義務
第二十五条
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。
2　国は、すべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。

現に世界で戦争がおこっている今だからこそ、戦争放棄を定めた日本国憲法の重要性を感じる。しかし政治家たちは憲法を変えようと企んでいる。絶対に許してはならない。戦争をせずに健康で文化的な最低限度の生活を送れるよう、憲法が活かされた政治に変えていかなければならない。

また、リーフを読んで世界中で戦争放棄や戦力不保持を宣言している国が27ヵ国あることを学びました。世界中の大きな流れにして行きたいです。（N・T）

日本国憲法はまだ道半ばなのではないかと思います。現状に合わないから憲法を変えるのではなく、憲法の理想に向けて現状を変えていくことこそ必要だと思います。（K・A）

憲法９条が日本の戦後の平和を守ってきたのだと思います。自民党は本当に戦争をしたがっているのでしょうか。各政党の意見を聞き、選挙に行きたいと思います。（H・F）

自衛隊員の青年が、「憲法９条があるから戦争ではなく、災害救助や困っている人を助けたくて自衛隊に入った」と言っていた。私も、平和に貢献できる自衛隊であってほしい。災害救助隊とかに変えてほしいと思う。（Y・T）

リーフを読んで、あらためて憲法の大切さがわかりました。祖父は戦争体験者で、戦争は人が人でなくなるものとよく言っていました。祖父をはじめ、たくさんの戦争体験した方は戦争はやってはいけないと言います。私も体験談を聞くたびにそう思います。戦争反対、人が人らしく生きるために行動したいと思います。（K・S）

軍事力強化、９条改憲の声が聞こえてきますが、「力と力」に頼ればウクライナとロシアのような戦争になりうるのではないでしょうか。平和のため、国民や他国の人々を守るため軍隊を持たない、核を持たない国を増やしていくことが大事だと思う。そのための外交を政府に求めたい。故中村哲さんの「敵を作らず、平和な信頼関係を築くことが一番の安全保障だと肌身に感じる」という言葉を実践してほしい。（I・R）

広島、長崎の原爆投下後、一度の戦争もせず戦後復興を成し遂げた日本。日本国民の様々な思いが憲法９条を作り、今日までその約束が守られてきたのであろう。決して武力で解決するような手段は使ってはならないと思う。（H・T）

13条の幸福追求権は、現在の社会においてとても大事で、身近なものだと感じました。自分が決めた幸福を追い求め、自分の生き方を自分で自由に決めることができる。女性の社会参画やＬＧＢＴＱの権利など、憲法は決して古いものではなく、今こそ生かすものだと思う。（I・Y）

平和とは、を考えていると、今、ロシアによるウクライナ侵攻のことで胸が痛みます。日本はそんなことはないと安心している自分がいます。しかし、今、いつ、どんなことが起こるか分かりません。間違った道を行かないよう、一人ひとりが正しい行動をとらないといけないと思います。（S・K）

核を持っている方が強いと思っている人がいるが、私は核を持たない方が本当の強さだと思う。アメリカは銃社会だが、乱射事件や銃による被害が多発している。銃や核は持っている方が怖い。（K・M）

大切な１票を投じよう

組合員さんの声

「機関紙かがやき」を読んで…

＊「かがやき」は話題が身近なものが多く、楽しみに毎号読ませていただいています。（Eさん）

＊「さあ、みんなでレッツ体操」の言葉（説明）とひとかた（人形）が親しみやすくて、さあ！頑張ろう！と思えた。靴のはき方、なるほど！（Mさん）

＊早いもので数日で“古希”をむかえます。気持ちだけは若いつもりですが、身体はあちらこちらが、故障、手入れしながら頑張って、楽しく生活していきたいと思います。（Fさん）

＊（加入して）機関紙をいただいたのが初めてなので、これから読んでいきたいと思います。（Sさん）

無料法律相談会

毎月第1水曜日に開催している無料法律相談会は現在、コロナ感染拡大防止のため休止しています。ご相談がある場合は、久留米第一法律事務所をご紹介いたしますので、お気軽にお問い合わせください。（TEL0942-21-8300）

3年ぶりにオンラインで開催！

九州沖縄ブロック組合員活動交流研修会

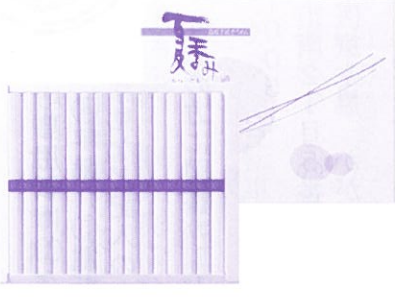
財政活動にご協力をお願いします。

3年ぶりに九州沖縄ブロック組合員活動交流研修会が開催されます。鹿児島医療生協を中心に準備をすすめており、従来のように開催地に集まる形式ではなくすべてオンライン（Web会議形式）によって行われます。

開催日：7月27日（水）10時～15時（予定）

参加形態：組合員ルームなど複数の会場でご一緒に視聴を検討中。

財政グッズの販売：現在の販売商品は以下のとおりです。ぜひお買い求めください。



島原手延べそうめん夏季み	￥2700
炊き込みご飯の素	￥350
かさこしい（万能だし）	￥350

わたしの趣味・楽しみ

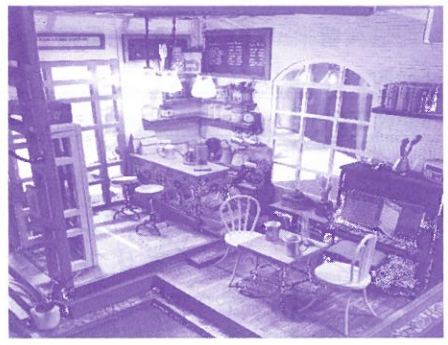
～ミニチュアハウスづくり～

ミニチュアハウスづくりは、部屋を好きな壁紙にしたり、お気に入りのイラストを額に入れて壁に飾ったり、かすみ草のドライフラワーを飾ったりと自分の好みの部屋にカスタマイズできるのでワクワクします。

細かい作業ですが、作成中はいろいろなことは頭の中から消え、パーツを組み合わせてできた、かわいい小物たちを前に時間のたつのも忘れるほどです。

今は憧れの本に囲まれた部屋を作成中です。LED ライトの配線もし、趣のある部屋ができる予定です。

（ヘルパーステーション
職員　東　富美子）



↑　ミニチュアサイズの本に囲まれた部屋と350ml 缶

←ミニチュアサイズの本と実際の大きさの１００円玉

※みなさんの趣味や楽しみもぜひお寄せください。

（編集部☎0942-21-8300）

減塩でもおいしい野菜のレシピ

すりおろしトマトのミネストローネ

◆材料（2人分）

トマト…2個（300g）
キャベツ…60g
玉ねぎ…240g
ベーコン…1/2枚
水…1カップ
ⓐ
顆粒ブイヨン・塩…各小さじ1/2
砂糖…小さじ1
こしょう…少量

◆作り方

①トマトはへたを除いてすりおろす。

②キャベツ、玉ねぎ、ベーコンは5mm角程度に刻む。

③なべに水と①を入れて煮立て、②を加えてやわらかくなるまで煮る。ⓐを加えてひと煮する。

協力：「別冊栄養と料理」
日本医療福祉生協連
女子栄養大学出版部

事業所だより　くるめ医療生協　訪問看護ステーション

訪問看護の利用者さんには、独居の方、また、家族と同居されている方等、生活環境は様々です。私たち訪問看護師は、利用者さんのケアだけでなく、ご家族の健康状態や介護負担状況も気がけながら、日々携わっています。

今回、高齢で夫婦二人暮らしのA様（奥様）に関わる事になりました。奥様はほとんど寝たきり状態です。

ご主人も病気治療中ですが、家事全般をご主人が担当され、奥様の介護もされています。ご主人は、元来、頑張り屋さんで、「出来ることは自分でしたい。」と言われていました。薬の副作用で、今まで乗れていた自転車も乗れなくなり、副作用がひどい時は、奥様のお世話どころではない状況になる事もあります。

前もって、ご主人には介護申請の話をしていましたが、「まだ、大丈夫。まだ、自分で出来ることはします」と言われていました。ご主人の意向を尊重しつつ、訪問の度に、ご主人の治療状況や、家事負担等、ご主人の様子も把握していきました。また、ケアマネと連携し、いつでも支援できる体制を整えておく事にしました。

ご主人より「介護申請をお願いしようか」との意向があり、次回の受診時、主治医に相談予定となっています。申請して認定が下りるまでには時間がかかります。その間にも、体調や状況は変わっていきます。

くるめ医療生協には、助け合い活動という制度（自費サービス）があります。組合員さんならどなたでも利用できることをお伝えしたところ、「いつ、手助けが必要になるか分からないので」と、組合員に加入していただきました。介護が必要とまでいかなくても、少しの手助けがあれば、日常の生活が送れる方がいます。その手助けをお願いできる助け合い活動は、とても有難いものだと感じます。

在宅生活が安心して過ごされる様に、状況をみながら必要なサービスを提案し支援していきます。

くるめ医療生協
訪問看護ステーション
池上　綾
0942（21）8188

クリニック南町からのお知らせ

コロナ感染拡大防止対策に、ご協力をお願いします。

・定期薬（いつも服用しているお薬）を希望される場合

午前中9：00～11：30、午後3：00～5：00までに受付をお願いします。

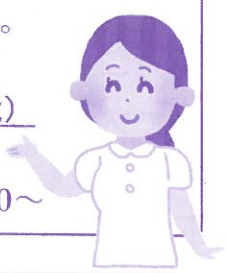
どうしても難しい場合はご相談ください。

・臨時受診の場合

（発熱や風邪症状などのいつもと違う症状）

まずは早めに電話連絡をお願いします。

診療時間：午前中11：30～、午後5：00～



☆2022年5月から診療体制が変わりました。

（変更点）水曜日午後

武内所長医師→→→水田医師（久留米大学）

診療・事業所案内

■生協クリニック南町　☎ 0942-21-8155

久留米市南2丁目5-12　FAX 0942-22-3212

【バスの案内】

「西鉄久留米バスセンター」行き先番号　6・32・51・55に乗車

「西町」で降車してください

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	武内	武内	武内	武内	武内	第3土曜日：武内 上記以外：担当の医師
13:00～15:00	昼休み／訪問診療					（休診）
15:00～18:00	武内	武内	水田（久留米大学）	（休診）	久留米大学医師	

※漢方・禁煙外来を実施しています。

※訪問診療を行っています。

※胃カメラ、腹部エコー、ミニドック（要予約）

・7/2（土）・7/16（土）

久留米市南2丁目5-12　FAX 0942-22-3239

☆本部・組織　☎ 0942-21-8300

☆訪問看護ステーション　☎ 0942-21-8188

■虹のセンター

久留米市東合川7丁目1-28　FAX 0942-23-7716

☆デイサービス虹の樹　☎ 0942-23-7700

☆ヘルパーステーション　☎ 0942-23-7720

かがやきクイズ

読めばわかる

本紙のどこかに答えがあるよ

①1面から…参議院選挙の投票日はいつ？

②2面から…生存権といわれるのは、憲法第何条？

③3面から…趣味のミニチュアハウスでは、今は憧れの○に囲まれた部屋を作成中。○とは？

④4面から…事業所だよりで紹介されている、くるめ医療生協の○○○○活動という制度。少しの手助けをお願いできます。○に入る制度とは？

《応募方法》

ハガキまたは事業所設置の応募用紙に①クイズの答え②郵便番号・住所　③氏名　④年齢　⑤電話番号　⑥機関紙「かがやき」の感想・ご意見など記入の上、郵送または応募箱にてご応募ください。

正解者の中から抽選で3名の方に図書カードをプレゼントいたします。

《宛て先》　〒830-0051

久留米市南2丁目5番12号

くるめ医療生協　かがやきクイズ係

★締め切りは2022年7月末日（当日消印有効）

※記入いただいた個人情報は、本アンケートに関わる目的にのみ使用し、他には使用いたしません。

※当選者は機関紙かがやき2022年9月号でお知らせします。

※いただいた感想を掲載することがあります。ご了承ください。

※掲載時にペンネームを希望される方は、あわせて記入ください。

《5月号の答えと当選者》

答え＝①お誘いは周りの人への一声から、②すね、③ほうれん草、④鯉のぼり

当選者＝柴田陽子さん（南）、藤鬼タエ子さん（原古賀町）、ペンネーム・Emiさん（高良内町）

編集後記

人生最高の体重を更新してから、もうすぐ1年。その間に食事内容の見直しや運動に取り組んだ結果、順調に体重が減ってきた。約7kgと私にとってはかなりの減少だったが、職場の誰も気付いてくれなかった。「冬場で着こんでいるから。薄着の季節になったらきっと気付いてくれるかな」と。先日、やっと「痩せたんじゃない？」と。やったー。うれしい。改めて食事と運動の大切さを知った。リバウンドしない様に維持するぞ！　㊝