

生協組合員が楽しくつどえる支部の活動計画を策定

区	総会開催支部	開催日	組合員	職員
北大島	上方支部	4月21日(木)	5	2
	龍郷支部	4月23日(土)	5	2
	四谷支部	4月27日(水)	7	2
南大島	山郷支部	4月26日(火)	9	3
	西方支部	5月6日(金)	6	3
	東方支部	5月10日(火)	6	3

2022年度支部総会がスタートしました。これまで北大島区で3支部、南大島区で3支部がコロナ感染症対応のため規模を縮小して開催されました。支部総会では、各支部の2021年度のまとめと決算、2022年度活動方針と予算、支部運営委員体制が決定されました。北大島区6支部、徳之島以南区4支部も順次開催を計画しています。(次号で紹介いたします。)



お元気ですか

班づくり・班会開催月間(6月～7月)が始まります！

2022年度班づくり・班会開催月間が始まります。新型コロナウイルス感染症の終息見通しは立ちませんが、感染予防対策を徹底しながら組合員活動を広げる取り組みをすすめましょう。

1、インターネットを積極的に活用して、地域の組合員さんと職員組合員の交流企画の開催や合同の班づくりに取り組みます。

2、新たなつながりづくりのために、機関紙「お元気ですか」の手配り協力者を大幅に増やします。地域の訪問計画を立て健康チェックや医療懇談会などを計画します。

3、各地区生協会館や組合員の家を活用して、地域組合員さんが定期的に集まり交流できる場づくりに地域組合員さんと職員組合員が協同して取り組みます。

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

第45期 通常総代会のお知らせ

とき：6月22日(水) 午後1時～3時30分

ところ：奄美観光ホテル あまかん ※詳細は、招集状をご確認ください

＜通常総代会は新型コロナウイルス感染症対策として以下に取り組みます＞

消毒…会場ホールへ手指消毒液を設置します。若しくは来場時の手洗いを徹底します。

換気…会場およびホールは常に換気を徹底します。

席座…総代テーブル席は2人掛けとします。会場での参加者の席の間隔は両手をひろげ、あたらない幅を確保します。

2面 組合員活動報告、3面 障害者手帳について、平和社保の取り組み
4面 介護保険 5面 読者だより、地区別総代会議、理事会だより、クイズ
6面 助け合いの会、親子健康チャレンジ、平和写真コンテスト案内



▼人はどんなことに幸せを感じるのだろうか。▼スイスの心理学者カール・ユングが、「幸福」の条件として次の5つをあげている。▼

①健康であること、②ほどよい程度のお金があること、③美しいことを感じる能力があること、④人と仲良くしていきける能力があること、⑤朝起きた時、やらなければならぬ仕事があること

▼感じ方は人それぞれ違うでしょうが、どれをとっても大切な条件だと思えます。

▼①の健康は勿論、②のお金は有り余るほどではなく、③は多忙な日々で失いがちな美しいものを美しいと感じる心を、④の人と仲良く出来る能力は、高齢者の社会的孤立問題などにも重なります。

⑤のやるべき仕事については、ボランティア活動なども含めて考えることが出来るはずですが。組合員の「助け合いの会」など、自己犠牲ではなく誰かの役に立っているのを感じ、そして自分の価値を実感する良い機会にもなります。▼幸せは「自分だけ」と言うことではありません。

山郷支部 盛茂樹

組合員活動紹介



山郷支部

「潮干狩りを楽しみました!」

4月の運営委員会で、支部の交流企画として潮干狩りを計画することが決まりました。4月20日(水)、阿木名海岸沿いの「ゆれどろ」に地域組合員10名が集まりました。

始めに、体温測定、血圧測定を実施。簡単な準備運動を行った後、貝掘りが出来る地点まで伊須湾沿いを皆で歩きました。外は快晴で気持ち良かったです。

お弁当を食べたり、ちよつとしたレクレーションをしたりしながら、潮が引くのを待ち、潮が引いてから皆で一斉に貝を探し始めました。想像以上に多くの貝

を見つけることが出来、「今日の夕ご飯の分は取れたね。」と皆で笑いました。

今後このような楽しい企画をたくさん計画し、支部活動をもっと地域の方に拡げていきたいと思っ

山郷支部

盛茂樹



笠利支部 「お出かけ昼食会」

笠利支部では、2021年度企画の活動が、コロナ感染拡大の影響もあり出来ていませんでした。

2022年度はコロナを吹き飛ばす弾みにしたいと、3月13日(日)支部活動に日頃協力されている総代さんと交流を兼ね11名の参加で山羊島ホテルでの昼食会を行いました。

参加された方からは「こんな楽しい昼食は久しぶり」「美味しいね」と話も弾み、満面の笑顔も溢れて楽しい一時を過ごせました。

笠利支部 泉すや子

天城支部 「脳いきいき班会」

4月20日(水)、天城支部の「脳いきいき班」会を行いました。この班は、2021年7月から天城町の生協会館で開始された「健康づくり教室」の一つとして、医療福祉生協連のプログラムに則り、7回の班会を行う目的で誕生しました。

しかし、コロナ禍で班会が度々中断。7回のプログラムを終えるのに、約10ヶ月かかりました。

班会はいつもの流れで、健康チェックからスタート。5か条の振り返り、リラククス体操、音読、そして、脳いきいきゲームを行い、2種類のテストを行って終了しました。

また、この日は同じメンバーで「笑いヨガ教室」も実施し、楽しい時間を過ごしました。

2022年度も、元氣よく楽しく、「健康づくり教室」に取り組んで行きたいと思

地域支援部

石井 仁久



■ 障害者手帳について

3月某日、足に痺れが出たAさん。その後、病院受診。脳梗塞と診断され、歩くのが難しくなっていました。



Aさん

入院費も高いし、今後どうしたらいいのだろうか？

Aさんは、退院後も病院受診が必要な状態になっており、高い病院代に悩んでいました。Aさんは、医療費のことを病院の相談員に相談しました。病院の相談員より、障害者手帳を取得した場合、医療費を減らせるかもしれない、とのアドバイスを受けました。そこでAさんは、診断書を病院に書いてもらい、診断書と印鑑、たて4cm、よこ3cmの写真、マイナンバー書類を奄美市役所福祉政策課に提出し、障害者手帳の申請をしました。



障害者手帳を取得すると、医療費はどうなるの??

障害者手帳を取得した場合、2級、1級の認定がおりると重度心身障害者医療費助成制度が利用できます。重度心身障害者医療費助成制度とは、医療費を窓口で払った後に、一旦支払った医療費の戻りがある制度です。

Aさんは、障害者手帳2級を取得したため、重度心身障害者医療費助成制度を利用することになりました。



奄美中央病院には相談員がいます。気になることがあればご相談ください。

奄美中央病院 社会福祉士 柳 佑多郎

平和・社保の取り組み

▼皆さんは憲法改正についてどう思いますか。自民党政権は改憲を推し進めようとしています。ロシアのウクライナ侵攻を機に、自国を守るためには軍事力を持つべきだという9条改憲論に流れがちですが、日本を守ることに改憲することとは、そもそも論点がずれています。プーチン大統領の独裁政権をみて、民意に関係なく政府が暴走してしまうことにブレーキをかけられる9条は必要だと思いませんか。ロシア兵の命もウクライナ兵の命も自衛隊の命も民間人の命も、権力の犠牲になっていい命などないはずですよ。▼奄美医療生協では憲法改悪を許さない全国署名に取り組んでいます。ご賛同いただける方は是非ご協力ください。

地域支援部 萩原大吾

助け合いの会活動交流会で学習した内容が大変好評でした。みなさんにも紹介します。

介護保険で

できること



身体介護

食事や入浴、排せつなど、
利用者の身体に直接触れる介助サービスです

身体介護のサービスを受けられる方

本人が食事や入浴などの生活動作ができず、介助を必要とする場合に、世帯や家族の状況に関わらず、利用できます。



外出の介助について

	日常生活に必要な買い物、役所や銀行での手続き、通所介護施設・介護保険施設の見学などのための外出は利用できます。(車面は介護タクシーなど)
	冠婚葬祭、お墓参り、外食、理美容、趣味嗜好(習い事、旅行、ギャンブルなど) などのための外出は、利用できません。

生活援助

利用者本人が主に利用する居室の清掃、本人の衣類の洗濯・本人のための調理など、日常生活の援助を行います

生活援助のサービスを受けられる方

本人が一人暮らしで身体状況により自分では家事が困難な場合や、同居する家族などが障害や疾病など、または同様のやむを得ない事情により、家事が困難な場合に、利用できます。



介護保険で

できないこと

1. 利用者本人以外のための行為
2. ホームヘルパーが行わなくても日常生活に支障がないと判断される行為
3. 日常的に行われる家事の範囲を超える行為



※換気扇や照明器具、エアコン、ペラソダなどの掃除も、日常の家事の範囲を超える行為です。

	利用者本人が居室にいない時に、サービスを利用することはできません。
--	-----------------------------------

	医療行為について ホームヘルパーによる医療行為は認められていません。本人や家族ができる行為でも、ホームヘルパーは基本的にはできません。ただし、平成24年4月より、一定の要件を満たしているホームヘルパーによる、たんの吸引、経管栄養の処置が認められるようになりました。(医師の指示に基づく)
--	--

	院内介助について 病院内は医療保険の対象となるため、原則として介護保険は使えません。
--	---

2022年度活動をより豊かな取り組みに！ ～第45期地区別総代会議～

地区別総代会議は、6月22日開催予定の第45期通常総代会へ提案する議案（2021年度事業活動のまとめと決算、2022年度活動方針と予算）を総代さんへ事前に提案し、意見交換を図る中で議案をより豊かなものへするために開催されています。

今年は時間を短縮し、116名の総代（全135名）・地域理事13名・職員14名が参加しました。

祐名専務より議案が提案された後、中央病院、南診・老健、徳診の事業活動報告、各区組織活動が報告され、意見交換を行いました。徳之島以南区では経営改善へ組合員と共同の取組みなどの意見が出されました。

●開催状況

- 北大島区 4月20日（水）14:00～15:30
交流センターホール 58名（総代46、役職員12）
- 南大島区 4月21日（木）14:00～15:30
きゅら島交流館 24名（総代17、役職員7）
- 徳之島以南区 4月22日（金）14:00～15:30
天城組合員の家 34名（総代26、役職員8）

読者だより

- ・3月に65歳になり、夫婦二人とも年金生活に入ったので、いつかその御主人達とも新班を結成したいと思う。 **笠利町 M.S さん**
- ・福島原発関連を読んで胸を痛めることは、最近の独裁的権力者の残酷な人権無視の行為。その人の気まぐれで押された核のボタンが、我らの地球を世界を一瞬にして壊滅してしまう。そんなことをさせてはならない。回避する方法は何かと思うこの頃です。 **大和村 A.S さん**
- ・医療費控除について、特に領収書の扱い方について焦点をあてて書かれていたのはためになりました。ありがとうございます。 **瀬戸内町 K.Y さん**
- ・「お元気ですか」読んだら楽しくなりました。いろんな事が勉強になります。これからもよろしくネ。 **徳之島町 I.Y さん**



理事会だより

第44期第11回理事会が開催された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
- ② 事業所活動報告

3月経営報告

2、報告承認事項

- ① 第10回理事会議事録の確認、常務理事会報告

3、協議議決事項

- ① 班づくり班会開催月間方針最終案について
- ② 教育学習月間方針案
- ③ 第45期上期理事監事研修会について

③ 第45期通常総代会・第1号議案及び2号議案

の審議及び確認、各種表彰、役員推薦委員会答申について

④ 役員報酬検討委員会の委員の選任及び諮問事項について

4、その他の事項

- ① 2022年度5月から7月日程について

懸賞付き！ “お元気ですか” クイズ

〇〇に当てはまる文字は？ 紙面のどこかに答えがあるよ～\ (^o^)/

- Q1. 幸福の条件の4番目人と仲良くしていける「〇〇」
- Q2. 天城支部で行われている班会「脳〇〇〇〇班会」
- Q3. 障害者手帳を取得すると一旦支払った〇〇〇の戻りがある。
- Q4. 介護保険では身体介護と〇〇援助が利用できます。
- Q5. 今年度初めて開催の「平和〇〇コンテスト」

《応募方法》

ハガキにクイズの答えと応募者の郵便番号・住所・氏名、「お元気ですか」の感想・ご意見・近況などを必ず記入の上、右記の《宛て先》に郵送してください。

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いたします。

※ご記入いただいた個人情報は、本アンケートに係る目的にのみ使用し、他の目的には使用いたしません。

※当選者はお元気ですか 2022年8月号でお知らせいたします。

《宛て先》

〒894-0036
奄美市名瀬長浜町 8-7
生協会館 2階
奄美医療生活協同組合
お元気ですかクイズ係

- 締め切り：
2022年6月30日
(当日消印有効)

4月号当選者〈おめでとうございます〉川崎雪子さん / 武田玲子さん / 村田昭一さん / 江崎信子さん / 迫田康二さん

法人事務局
☎ 0997-52-5750




山田さん
おでんわまっています！

助け台いの会
事務局案内

北大島区事務局
☎ 0997-52-5750



萩原さん 石井さん 川口さん 田中さん
ごまりごとなら私たちに！

南大島区事務局
☎ 0997-72-0107



福田さん 敷原さん
ごまりごとなら私たちに！

徳之島区事務局
☎ 0997-83-2131



助け台いの会へ
ごまりごと
ちよこした
伊さん 傅さん

第1回お元気ですか平和写真コンテスト 作品募集

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」を開催します。テーマは「平和」。個人の主観で構いません。「平和だな～」と感じた風景、人物、その他もろもろの瞬間をデジタル写真で撮影してください。

組合員さんであれば、誰でもいつでも応募できます。8月・11月・2月号の「お元気ですか」で発表します。年度末に投票で優秀作品を選定する予定です。ご応募お待ちしております。

【応募方法】

メールに、氏名(ふりがな)・年齢・性別・住所・作品名(写真の題名)・ひとこと(任意)を記入の上、スマートフォンの写メやデジカメなどで撮ったデジタルデータを添付して送信してください。

【応募先】

奄美医療生協本部 e-mail : hagihara@amami-hca.or.jp

【お問合せ】

奄美医療生協本部 地域支援部 ☎ 0997-52-5750

お元気ですか 配布協力員募集!

「お元気ですか」の手配りを協力していただける組合員さんを募集しています！お住まいの地域で「お元気ですか」を配布していただませんか？ ご協力いただける方は、
奄美医療生協・本部 地域支援部

☎ 0997-52-5750 までご連絡ください



奄美医療生活協同組合 **ご家族の健康づくりを応援!**

2022 親子 Parent and child health challenge けんこうチャレンジ

親子けんこうチャレンジのとりくみかた

対象(子ども) 小学生低学年までの方ならどなたでも参加できます。

がんばり期間 7月～8月のうち30日間

提出しめくり 9月30日(金曜日)

奄美医療生協では、お父さんが健康な生活習慣を身につけ、元気ですこやかに成長できるように！との願いから「親子けんこうチャレンジ」を実施いたします。

30日続けてがんばったら参加賞がもらえるよ!



ほく・わたしのけんこうチャレンジ

がんばりきかん ()月()日-()月()日

たとえば

- はみがき
- しっかりあそび
- はやね はやおき
- おてつだい

スタート

そのちようし～!

ゴール

がんばれー!

もつこしたよ!



お問い合わせ先

奄美医療生協・本部 (地域支援部) ☎ 0997-52-5750
 南大島診療所(福田) ☎ 0997-72-0107
 徳之島診療所(伊) ☎ 0997-83-2131