

つくる健康



京都医療生協

第205号 2022年(令和4年)10月15日
発行所/京都医療生活協同組合
京都市中京区聚楽廻東町2番地
視力センタービル地階
☎075(822)2286 FAX075(822)6133
発行責任者/宮本和明

発足して32年。ニュースを毎月発行、361号に…(スゴイ)。元気の泉として…。

百まで生きよう会

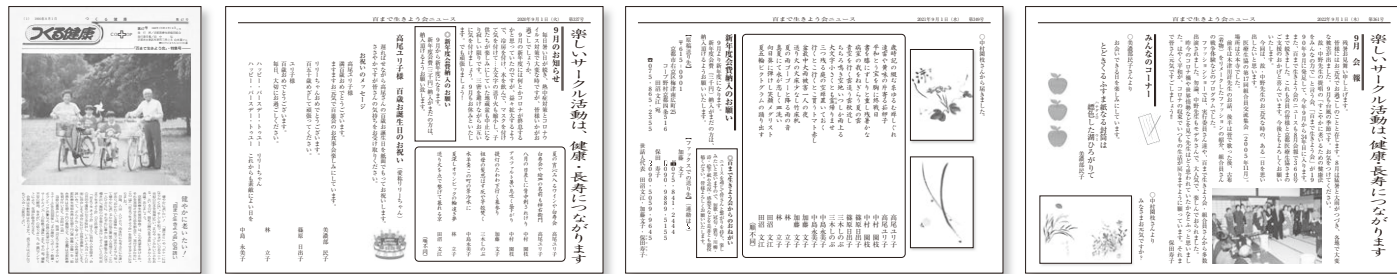
1990年9月に、中野信夫先生(当時医療生協理事長)の提唱で発足した「百まで生きよう会」。30数年たった今年も会員の減少やコロナ禍という困難な状況にめげず、毎月ニュースを発行して活動

(左から)百まで生きよう会発足時に特集した「つくる健康」。会員の高尾ユリ子さんの百歳をお祝いした「ニュース」。会員の絵と短歌の作品が紙面を飾る「ニュース」。最新361号の「ニュース」

を続けています。俳句や短歌、書、絵など会員の作品の投稿で会員の元気が伝わってきます。この9月で361号にもなっています。世話人の一人、保田寿子さんは

「思い出はたくさんあります。当時は山内貞信さんがいたからよく続きました。サークルもあって毎月集まっていたのですよ。いまは、田沼文江さんと加藤文子さんを中

心にして会員みんなが頑張っているからです」と継続していることを喜んでいました。——会への入会希望の方は医療生協事務室まで連絡ください。



Q ムータンって?

A コンタクトレンズの自宅配送です

ムータンは、使い捨てコンタクトレンズを自宅に届ける送料無料で宅配サービスです。メルスプラン会員限定です。

①3カ月ごとの定期配送②自宅ポストまでの届け③発送のタイミングをメールでお知らせ④眼科医による処方、で安心です。

写真でみる 医療生協 ナカノ眼科

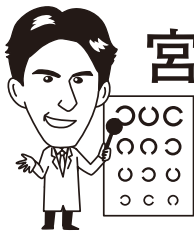
2010年11月16日に開かれた第21回組合員交流集会での写真です。「笑顔、笑顔、笑顔」から元気をもらいました。



京大眼科に 寄付

中野信夫
顕彰事業

医療生協は京大眼科にこどもも寄付をしました。創設者の中野信夫顕彰事業の1つ。寄付は眼科学教室の運営活動や眼科学の研究などに活かされます。中野信夫顕彰事業は他にも京都ライトハウス、京都の戦争展実行委員会に寄付をしました。



宮本理事長の目も / ⑤ 飛蚊症～眼の中に浮かぶゴミ

雲一つない快晴のときに、太陽は避けて、青い空を見上げてみてください。視野に、何かゴミのようなものが浮かんでいるように見えたりしませんでしょうか。ひよっとすると、今まで気が付かなかったものが見えるかもしれません。視野に浮かぶゴミ…、それは糸くずのようだったり、はっきりとした黒い点だったり、はたまたアメーバのような複雑な形やタバコの煙状のものだったり(図)。その自覚症状は、「飛蚊症」といいます。文字通り、視野にあたか

も蚊が飛んでいるように見える症状です。

眼の中は空洞ではなく、透明なゲル状の硝子体という物質で満たされています。この硝子体の内部に何らかの原因で濁りが生じると、その影が眼の底の網膜というフィルムに映り、視野の中で黒い像のように見えます。これが飛蚊症のメカニズムです。

原因はいくつかありますが、大半は加齢に伴う硝子体成分の変化で生じるしわのような濁りで、放置しても問題のない飛蚊症です。濁りは消えることはなく最初はうっとうしく感じますが、徐々に慣れて気にならなくなっていくこ

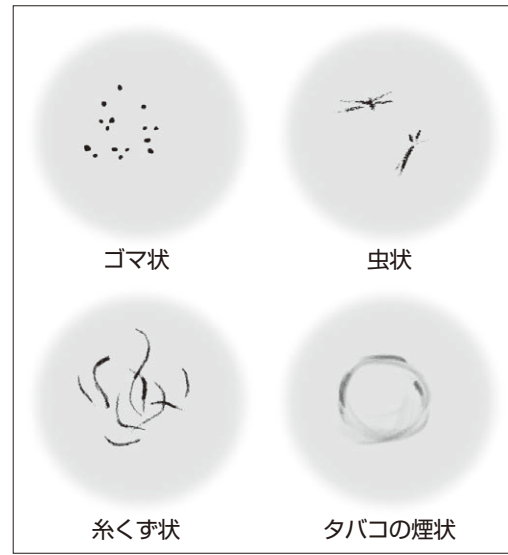
とが多いです。

注意しないといけない原因は、眼の病気によるもので、網膜裂孔、網膜剥離、硝子体出血(糖尿病・高血圧・外傷などによる)、ぶどう膜炎(細菌・ウイルス・免疫疾患などによる)などが飛蚊症を引き起こします。

いずれにせよ、原因を特定するには、眼科で医師の診察を受ける必要があります。特に網膜剥離は、早急な治療が必要ですので、次のような症状がみられるようでしたら、ぜひ眼科を受診してください。①飛蚊症

による影の数や範囲が急に増えた、②突然、稲妻のような光が見えた後に飛蚊症が出た、③急に視力が低下した、④視野の一部が欠けて見えなくなってきた。

(宮本和明)



飛蚊症の症状

鴨川の流れを見ると方丈記の「ゆく川の流れば絶えずして、しかも水の水にあらず。淀みに浮かぶうたかたは、かつ消えかつ結びて、久しくとどまるためしなし。」が浮かんでくる。世の中に存在する人と家の関係もこのようなもので、都の豪邸も時代の流れと共に減んで細分化される。朝日会館移転実行委員会の一員として5か所の賃貸物件を見学したが多くは上場大企業の所有であった。資産インフレで中央区の路線価は、この10年間で2倍以上に上昇した。相続税が課せられると大規模商業地を個人で持つことはできない。相続人が遺産分割して不動産を売却してしまうと子孫が住み続けるのも難しい。観光ホテルや民泊の乱立も響いて、京都市の人口統計では毎年1万人以上減少している。異次元の金融緩和、低金利政策の反作用で円独歩安となり海外非居住者による不動産投機も住めない街に追い打ちをかける。その持主と建物とが、常に変転する有様は、朝顔の花と露との関係に似ているのかもしれない。(大槻靖)



充実するナカノ眼科の視能訓練士体制



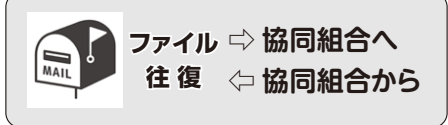
ノンコンタクトトノメーター。開眼しながらの測定でもモニターが見やすいなどの機能を搭載している

患者さんの視力向上のサポートや視力検査などを行う国家資格の視能訓練士（Certified Orthoptist 略称 CO）。ナカノ眼科では4診療所で8人が従事しています。視野、屈折、色覚、光覚、眼圧、眼位、眼球などの検査も医師の指示のもとに行っています。

検査で使っているのは、眼圧を測るノンコンタクトトノメーター、

屈折度などを測るオートレフラクトメーターなどの医療機器。いずれもメーカーは(株)ニデック。

視能訓練士のAさんは「患者さんは緊張されています。優しい声かけや表情で接するよう心掛け、コミュニケーションがとれるようにしています。リラックスしてもらうとより正確に検査ができますので」と検査への構えを話します。



■ お便りコーナー



(総代Aさんからいただきました)

■ 上木さんから貴重な意見

医療生協の総代会で毎年、議長に選任されている上木紀介さんにお会いしました。お褒めの本の紹介や医療生協へのアドバイスを受けました。それは今後の活動内容、組合員の増やし方、組合員交流集会の持ち方など積極的なご意見でした。少しでも、可能なら全部、活動に活かしたい…。そして引き続いて支援をいただきたいと思いました。上木さん、有難うございました。(清水)

■ シンガー内田さんのライブ鑑賞

京都生まれで京都在住の内田あやさんのワンマンライブ「新しい始まり!」が8月20日、京都市国際交流会館でありました(写真/撮影は清水)。医療生協総代の秋津千雀子さんの紹介で行きました。実は内田さんはナカノ眼科を利用いただいている方、と知ってびっくり。「Nice Old Country Song」「一輪の花」「さよなら」「Life」など10曲余りを堪能しました。(清水)



■ 職員大喜び。替え白衣増える

須賀修司常任理事が「職員の薄いピンク色の白衣はいくらで購入しているの？高いと違う？」と問題提起。別業者からカタログや見積りを取り寄せることに…。結果は現状のままでしたが、ところが職員は大喜び。替え白衣をもう1枚増やすことになったからです。「クリーニングしてクリーニングして何十年も着ているんですよ。アイロン折り目が擦り減って…」と須賀常任理事に感謝していました。

■ 駅前診療所の柱広告が話題

ニュースサイト『Sirabee』に「京都で見かけたこの柱、お気づきだろうか」というキャッチコピーで次のような文章が…。《投稿には「アルファベット一個で充分なの？カッコ良過ぎる」とだけ書かれており、添えられた写真を見ると、建物内のテナント店舗の名前が表記された柱の様子が確認できる。「ナカノ眼科」「京都コンタクトレンズ」(中略)といった具合に。初めてこの場所を訪れた人でも一目で分かるような記載がされていたのだが(中略)ある店舗は、ただ「M字のロゴマーク」のみを掲出していたのだ》…ちなみに情報提供は本院のTMさん。



烏丸通地下通の駿河屋ビル入り口の柱に張られた看板

朝日会館診療所の移転先がホテルオークラ京都地下2階に確定したことから、職員向けの見学が7月30日、8月6日、13日、20日にあり15人が参加。清水泰治専務やホテルオークラ京都の方から、診療所にあたる部屋や職員用の食堂や休憩室の案内を受けました。

業務改善委員会(須賀修司委員長)は7月29日、第3回委員会を開きました。会議ではこれまでの議論を再確認した後、各院所のマネージャーから隔週週休二日制の現状や完全週休二日制についての意見を聞きました。「有給休暇を消化できる職員とできない職員が出ている。完全週休二日制では人が足りない」「完全週休二日制のほうがシフトを組みやすい。残業が減らせる」などの発言。各院所の違いも浮き彫りになりました。

マネージャーの意見を聞きました



第35回日本高齢者大会が11月23日24日両日、京都で開催されます。23日は講座や分科会が教育文化センターなどで、24日は山極壽一前京都大学総長の「多様性と共生が活かされる社会づくり」と題する記念講演がロームシアターで、というプログラムです。医療生協は毎年、大会に代表者を派遣しています。参加希望の組合員さんは事務所までご連絡ください。

山極京大前総長が記念講演 京都での日本高齢者大会に参加を

医療生協の人

中野眼科労働組合 組合長

くにえだ みちこ 國枝 美知子さん

一人旅で47都道府県を踏破

本院の副主任の仕事と中野眼科労働組合の組合長の活動。対立するようにみえる2つの立場でがんばっている國枝美知子さん(仮名)。矛盾は感じないだろうか、葛藤は起こらないだろうか。

メーデーなど労働組合活動がコロナ禍で減ったとはいえ、職員の労働条件改善の要求活動は続く。「考え方の多様化もありますが、改善を求める人数にかかわらず、出来るだけ要望を取り上げていきたい。それが労働組合の役割ですし組合長はそのまとめ役です」と控えめだがはっきりと語る。

「昔は4診療所の全職員が集まって顔を合わす場があった。最近は難しい。ときどきは食事しておしゃべりもしたいですね。新しい職員の顔と名前も覚えたいです」みんなと一緒に働きたい。み



んなと仲良くしたい。そんな気持ちが溢れ出ている。

2つの立場を咀嚼しているからか、対立している意識もない。顔に苦悩も出ない。そんな自分に何点付ける? 「うう〜ん…」

そうはいつてもストレス溜まりませんか。「一人旅が好きで47都道府県全部行きました。旅先の自然や文化に触れ、グルメを堪能。最高の非日常です。自然に囲まれているあいだはすべてを忘れられます(笑)」…なるほど。

松尾芭蕉の「おくのほそ道」。私にとって、夏になるとなぜか思い浮かぶ本の一冊です。大好きな東北の夏が、収録された俳句からスケールいっぱい湧き出し、わくわくさせてくれるからでしょう。

俳聖芭蕉が弟子曾良と江戸深



下川 裕治著

『「おくのほそ道」をたどる旅 一路線バスと徒歩で行く1612キロ』

人が足跡を訪ね、解説書なども残しています。

本書はいわば令和版探訪記。今風にグーグルを練り、歩くのは旧道を中心に一日数時間。もっぱら路線バスで。何度かに分けての道行ですが、著者は次第に芭蕉の路に心穏やかに同化

川を陸奥へと出立したのは元禄2年弥生27日(1689年5月16日)。白河の関を経て松島、平泉から越後、北陸へ。死をも覚悟の140日を超える旅。「おくのほそ道」はこの旅行記で、芭蕉の最高傑作を収めた古典文学の代表作の一つです。古来多くの

していきます。私もかつて部分的に芭蕉路を訪ねました。特に夏。立石寺から出羽三山へ。真夏の雲が沸き立つ芭蕉の月山の句を思いながら。「おくのほそ道」はいつも旅心を誘います。平凡社新書。

(松本忠之)