

# 中新井・並木・支部ニュース

医療生協さいたま

◇中新井地域（中新井1・2・3・4・5丁目・中新井）

・中新井地域連絡先：伊藤

☎FAX 2942-0851

◇並木地域（並木2・3・7・8丁目）

・並木地域連絡先：桜井

2024年9月号

No112 運営委員会編集

☎FAX 2995-1903

## 身体を楽しく動かし、認知症予防に、参加を

高齢にともなって、筋力が落ち、歩行スピードが落ちたりしてきます。ちょっとしたことで脚の骨折をする方が、増えてきます。骨折は、寝たきりのリスクを増大させて認知症などにつながってきます。身体を楽しく動かし、筋力を保ち続けていくために、気軽にご参加ください。

申込は要りません。どなたでも参加できます。

◎ いつ 9月26日(木) 14時~16時 ◎ 参加費 無料

◎ どこで 埼玉西協同病院 3階 会議室 ○ 講師 埼玉西協同病院理学療法士 福田優太

◎ 持ち物等 ・動きやすい服装と靴 ・タオル ・飲み物

○ 問い合わせは ・中新井地域 担当 伊藤 電話 080-4095-6639  
・並木地域 担当 桜井 電話 090-6957-5087

9月・地元ウォーキング

ヒガンバナの花を

## 東川のヒガンバナからカルチャパークへ

7・8月ウォーキングは、熱中症予防のため、お休みにしました。

9月ウォーキングは、のんびり歩き、東川のヒガンバナとカルチャパーク歩いてきます。筋肉を減らさないため、毎月地元のウォーキングで所沢の町歩きを楽しんでいます。どなたでも参加でき、申込は要りません。お友だちを誘って気軽にご参加ください。

◎ いつ 2024年9月18日(水) 雨天中止 ※ 途中で猛暑の場合は、引き返します。  
◎ 集合場所 航空公園駅・改札入口前  
◎ 集合時間 午前 10 時

◎ コース ・歩行距離約6km ・約3時間 (距離は短く、楽しみながら歩くことに)

○ 航空公園駅……東川……カルチャパーク……聖地霊園……航空公園駅

◎ 主な持ち物 ・昼弁当 ・水筒 ・雨具類 ・歩きやすい服装 ・交通費 ・健康保険証

◎ お問い合わせは 桜井へ ☎ 2995-1903 (当日携帯 090-6957-5087)

**今までどおり**

**保険証で受診できます**

**現行の健康保険証を残そう 9月30日(月)航空公園駅で宣伝行動**

政府は現行の健康保険証を12月2日に原則廃止することを、国会での議論もせずに関議決定により決定しました。現行の健康保険証の廃止は、任意であるはずのマイナンバーカードの取得を事実上、強制するものです。

マイナ保険証の利用率は、わずか7%です。トラブルだらけの現状をふまえれば、全ての人にとって安心して医療を受ける権利を侵害するものです。

現行の健康保険証の廃止をストップさせるため、全県で一斉宣伝行動をします。

○ 9月30日(月)航空公園駅東口16時から宣伝行動します。宣伝行動に参加をお願いします。

## **STOP！ 介護保険が崩壊**

**介護する人・受ける人がともに大切にされる介護保険制度へ**

介護保険制度は施行24年が経過しました。しかし、利用料、食事・居住費など重い費用負担のため必要なサービスを利用できない事態が広がり続けています。

介護職員と全産業平均約7万円との賃金格差を埋めるには程遠い内容であり、介護事業所の経営に困難をもたらしている物価上昇分をカバーすることもできない不十分な改定です。さらに、訪問介護の報酬が引き下げられたことで、地域で最も身近な小規模の訪問介護が廃業に追い込まれている事態が生じています。介護現場の人手不足は深刻です。このままでは介護の担い手がなくなり、介護保険制度そのものが崩壊しかねません。

介護保険制度の抜本改善、介護従事者の処遇改善を求める請願署名は、埼玉西協同病院内に置きますので、来院のときになどのご協力をお願いします。

## **埼玉西協同病院内・ゆるっと市**

埼玉西協同病院内・地域コミュニティルームゆるっとでは、地元野菜等の販売をしています。気軽にお立ち寄りください。

- 日 時 9月11日(水)10時30分～12時30分 毎月第2水曜日開催
- 場 所 埼玉西協同病院内・地域コミュニティルームゆるっと
- 持ち物 エコバッグをお持ちください。
- お問い合わせ 埼玉西協同病院 担当上村 電話 070-2154-7354

## **フードドライブ・食品の寄付のご協力を**

ご家庭で余分になった食品を寄付していただく活動です。寄付していただいた食品は、食べ物を必要としている方や、子ども食堂で利用します。病院へ来院のときなどには、ご協力をお願いします。