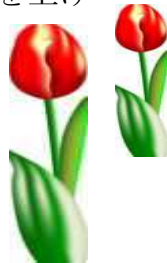


# 山崎たつえ通信

(前市議会議員) 無所属  
第 43 号 (27 年 10 月 20 日)

山崎たつえ 390-0851 松本市島内 6595  
f a x 0263-87-7055 ホームページ  
<http://www.tatsue.jp/> 「日々雑感」

昨年に引きつづき、野菜を出荷した。私が野菜作りを始めたのは「島内は農業立村なので、農業で収入を上げる現実の一端に触れる為」であった。農業で収入を上げる事の難しさを痛感している。今年も庭にチューリップの球根を植えた。春が来るのが楽しみ。畑は野沢菜、ほうれんそう、大根で賑わっている。夏菊の根を植えたままにしてみた。来年、何時、花を見せてくれるだろうか。



市から特定検診の結果がきた。大変、メタボだ。



■ 血圧も最大血圧 107 で心配なし。気になる点は太り過ぎ。俗にいうメタボ。「メタボ」の判定の数値は腹囲と BMI である。BMI 値が高い。勿論腹囲も大きい。特定健診にとって、腹囲は非常に重要であると聞いているが、なぜか、今年は腹囲が計られていないので自測した。(私は管理栄養士なので、以前特定健診の研修を受けている)。

ところで、なぜ、太り過ぎが問題なのか。

議員の一番大切な仕事は行政のチェック。が、そんな議員の姿がすっきりしない。 ついては**民間人**として

**松本市のチェックをする。市政の行き過ぎを是正する為である。**

特定健診では、腹囲、血圧、血糖値等多くの検診をする。それらの値の悪い人は生活習慣病になりやすいからである。

生活習慣病は——**不適切な食事、運動不足、喫煙、飲酒などの生活習慣が原因**と考えられている。生活習慣病には心臓病・高血圧症・糖尿病・癌・脂質異常症などがある。

ところで、**太り過ぎや血圧や血糖値の高い問題は**その人、個人の問題の様に思われるかもしれないが、**実は行政や政治が取り組まなければならない非常に重要な問題である。**

**なぜ行政が取り組まなければならない問題なのか。**——生活習慣病になる人が多く、その医療費が膨大であり、財政を圧迫しているからである。

一例を示す。私は今、血圧の薬を飲んでいる。薬代などに月 2000 円を払う。2 割負担なので、8 割の 8000 円は国や市で払ってくれている。もし、私が、栄養と運動の改善により体重が標準値になれば、医学的に血圧は正常値になる。つまり、月、1 万円、年間 12 万円の医療費は不要になる。

国は、検診をし、早期に発見して、病気が悪化しない内に治療し、医療費を抑制しようとして特定健診を国策として実施している。

「今まで、山崎さんの議会日記で松本市の事が良く判った。今後も出してほしい」との要望が多く寄せられますので発行を続け

山崎は特定健診の結果を受け、メタボ対策に取り組む事とした。しかし、これは**医療費抑制の点から、個人の意思のみに任せておいて良い問題ではない**。松本市として、市民一人一人の生活習慣の改善に取り組まなければならない問題である。市が市民の生活習慣を変えさせる努力をしなければならぬのである。それが、松本市の**する仕事である**。

**再記すると生活習慣の改善が、病気の発生を防ぎ、医療費の抑制となるからである。**

松本市も、菅谷市政になり健康に柱をおき、それなりに生活習慣を変えさせる努力は、させていると思われるが、結果が見えない。生活習慣改善がなされていけば、医療費、国民健康保険料などに現れるはずである。

#### 10年前より悪化している健康政策

国民健康保険税や介護保険料額は医療費が基盤となっているが、10年前の有賀市政時に比較して、菅谷市政になり悪化の一途を辿っている。介護保険料は長野県下で最も高くなった。国民健康保険税は19市の中で現在2番目に高い。なお、良く松本市は医師数が多いからと言われるが、私の調査では、医療費と医師数とは関係がなかった。東京からの移転者が「松本市は健康、健康と宣伝しているので、国民健康保健税が安いと思ったら、ひどく高い」と怒った。健康政策への松本市の**取り組みに問題**があるのではないかと、以前から提言してきた。**宣伝に走り過ぎるのでは？**

#### 太り過ぎへの私の挑戦

私は太り過ぎを是正する事とした。私の肥満是正は社会への貢献である。地元にプー

ルがあるので、水泳を開始した。全く泳げない。始めにクロールを習いたと思った。水の中での息のはき方からスタート。今は足のバタバタの練習。難しい。クロールがダメなら、出来る事で…と考えている。



というのも、不思議であるが、習った事もないのに、自己流で背泳ぎだけは25メートル泳げたのである。昨日も200m泳ぎ続けた。監視員の人に「それにしても、上手だ」とほめられた。太り過ぎでお腹が膨らんでいるので、簡単に浮くのであろうか。運動の他に食事にも気を付ける事にした。特にビールに注意。大好きなコーヒーも砂糖、ミルクを控える事にする。習慣化している暮らしを変える事は大変である。私もいつまで続くか。自分との挑戦である。再記する。

「松本市が健康政策に効果を上げるには、市が市民一人一人の暮らしのあり方を変える政策の展開を目指す事である」と私は思う。



#### 高齢者の介護

知人の叫び「山崎さん助けて。夫に早く死んでもらいたい」

これは、昨日、何年ぶりかに会った知人の言葉である。かつて彼女はボランティア活動をしていたやさしい女性。彼女の言葉に、あきれられる私に彼女は「夫は

介護度 5。脳梗塞で、寝たきり。何も判らない状況。夫の介護費用が毎月、23 万円。夫の年金では間に合わず、私の 5 万円の国民年金を使っている。私が食べられない。」と訴えた。以後、知人の夫を A さんとする。



彼女の「夫に早く死んでもらいたい」の発言を責められるだろうか。誰にでも起こる問題である。

私は「市民は、多額の介護保険料を払っている。それが使えないのか」と思った。市役所に聞いた。市は「(Aさんの場合) 私達が納めている介護保険料から 15 万円、国県市の公費から 15 万円が施設に払われている。しかし、住宅費、食費、日常生活経費等、並びに (Aさんの場合) 介護サービス費用の 2 割を負担頂く。その金額が 23 万円となり、Aさんが施設に直接払う。私は「1ヶ月、Aさんの場合、介護施設での費用は 53 万円必要と言う事ですか」と言った。驚いた。

### 《Aさん》のお世話になっている

#### 介護施設に払われる費用 (1ヶ月当り)

毎月、53 万円。その内訳は

- ・ 国県市などの公費から 15 万円
- ・ 介護保険料から 15 万円
- ・ Aさんの個人負担 23 万円

個人負担は住宅費、食費、日常生活経費等、並びに介護サービス費用の 2 割負担分である。負担率は収入などにより異なる。又、Aさんの場合、介護保険料から 1 万 5 千円位返還される。細部の決まりがあるが紙面の都合で概略を記す)

### 夫の見送り方、終末医療の在り方

賢い A さんの妻は夫の見送り方、終末医療の在り方を真剣に考えている。

自然の姿で見送りたいとの思いもあるらしい。治るわけでもないのに、最近、脳梗塞の薬も止めてもらったと言う。すると、「Aさんの表情がクリアーになった。薬は何の為だったのか」と A さんは自問する。

又、肺炎になった。介護施設から病院への入院、点滴など検討したが、自然にしてもらった。すると自然治癒した。

終末医療の在り方、介護の事など、どうするのが良いか。市は市民に「早く死んでもらいたい」などと思わせる事への対を早急にしなければ…と思う。

市長においては、それこそ、全庁横断で、その事を善処する必要があるのではないかと。尚、27 年 8 月より介護費用の料金システムが大きく変わり、自己負担が増額した。市民は、良く調べておく必要があると思う。

### 「市長はドイツへ健康政策を

宣伝に行く」とか?

ドイツに宣伝に行く前に、悲鳴を上げている市民の声に耳を傾けてあげてほしい。

又、ドイツにもっていく「福祉ひろば、熟年大学、市民歩こう運動」は有賀市政時の実績。そもそも、健康政策を外国に宣伝に行くのはおかしい。素晴らしい政策を実施していたら、宣伝に行かなくとも、視察に来るはずである。私はスウェーデンに 2 回、介護や福祉、環境、男女共同参画などの視



察にいった。あの国は国全体が、それらについて実践していた。その為、世界各地から、視察に訪れていた。外国からの視察団からは視察代金をしっかり頂き、自治体の収入としていた。



への国際線の導入を検討」との記事を見た。良かったと思った。

### ■松本大学教育学部増設

関連メモ——市民タイムス (27.9.16 号) は **宮下正夫議員**(松本職労)が「市長の健康寿命推進都市…の実績について賛辞」したと報道した。私は宮下氏に「**健康政策について実績があるならば数値を示してほしい**」と文書を出した。指定の日が過ぎても何の連絡もない。数値を把握していない為なのか？菅谷市政の健康政策についての私の調査では、有賀市政時に比し悪化の一途を辿っていた(ホームページ山崎たつえ市議日記 41 号参照)。

市長は「**遺憾である**」と発言したとのニュースが流れた。「市長が、事前に知らなかった事は考えられない。そこにどのような事情があるか」を市に質問した。担当課から「事前に話はあったが、正式に市に話があったのは 9 月 3 日だった」と返事が来た。市長は県立大学の 4 年生化の県議会での決定後も「少子化時代なのに」と大反対。そうならば、松本大学について事前に話があった時、なぜ、大反対をしなかったのか。

### ■松本市は陸の孤島？——富山空港に



行った。富山から海外の 4 都市に定期便が出ていた。又、年間の飛行機の利用数が半

端ではない。富山空港からの 26 年度利用者は約 96 万人。それに比し、松本空港の年間利用者は約 8 万人。雲泥の差である。

又、東京都から金沢市まで新幹線が開通した。先日富山空港を使った。成田空港より短時間で着いた。帰りは大糸線で帰った。驚いた。新幹線で大阪からきた団体が糸魚川駅でドット乗り込んできた。白馬村に行くとの事。かつて白馬村へは、松本駅から行った。富山県周りで白馬村に行くようになったのか。松本市は新幹線も通らず、空港も国内線のみ。陸の孤島になってしまう。空港の活性化を急がねばならないのではないか(以上は、9 月末日記)。

10 月 15 日の新聞に「阿部知事、松本空港

### ■新聞は上高地味噌 k k が山形村に移転す

ると報道。松本市の企業が、又、外に出て行ってしまふ。カンロ k k も朝日村に行ってしまった。松本市は健康産業誘致を狙い、新工業団地を用意しているが売れゆき不調。去年は 2000 万円の利子を払っていた。上高地味噌 k k は健康産業。松本に留まって頂けなかったのか。市は企業の活性化に、もっと力をいれてほしい。

写真は 27 年 9 月撮影。旅先で。



**連絡先** 390-0851 松本市島内 6595 山崎たつえ・松本市を良くする会 Fax0263-87-7055  
ご意見など頂ければ幸いです。誤字脱字などありましたらお許し下さい。

発行 27 年 10 月 20 日

山崎たつえの履歴 1940 誕生・蟻ヶ崎高校、県立短大、放送大学卒。新潟大学大学院修士課程修了・長野県職員、高校教師を経て 2007~2015.3 市議会議員 著書・論文多数。—  
ご支援をお願い出来ましたら幸いです。郵便振込 00540-3-80917 山崎たつえ 1000 円(上限)