

帯広病院 21-4111
柳町医院 30-3111
白樺医院 38-3500
帯広歯科医院 21-8020
ケアセンター白樺 41-1165

十勝勤医協 友の会ニュース

医療法人 十勝勤労者医療協会
帯広市西9条南11丁目1番地
0155-21-4718
発行責任者 藤田 敏明
URL: <http://www.tokachi-kin-ikyo.or.jp>
E-mail: soshiki@tokachi-kin-ikyo.or.jp



Bさんが寝とまりしていたバス（右側）

2月14日撮影

帯広市の、生活保護世帯はこの八年間に一八〇〇世帯から二五〇〇世帯へと急増しました。また、

教育扶助・就学援助の受給世帯も、受給割合が一・二%から二・二%、国民健康保険加入世帯の平均年

所得は一九六万円から一四五万円に激減しています。帯広・十勝でも「格差社会」が広がっており、影響をもたらされた二人の方の事例を紹介します。

自公政権による「構造改革」路線が生み出した格差の拡大と貧困の増大が一大社会問題になっています。所得の減少、増税と医療・介護などの負担が増え暮らしの不安が広がっています。今年は統一選挙の年。この十勝でも、地方自治体が国の悪政から住民の生活を守る役割を果たしていくことが求められています。

格差社会

脅かされる
命の尊厳

帯広・十勝では

仕事がなく 食事なしの日も 入浴も半年ぶり

帯広市在住のAさん（五〇歳代）は、帯広建設勤労者企業組合で生活保護の申請書を作成していたところを急ぎ取材に応じていただきました。Aさんは中学卒業後、関東地方の自動車関連企業に技術者として約一〇年間働きました。その後、帯広に戻り、その技術を生かして働いていましたが、自動車事故で大腿骨を骨折し、就労困難が理由で会社を解雇されました。現在でも事故の後遺症で、十数年間職に就くことができません。現在に至っています。これまで退職金と貯金を取り崩してなんとか生活が続けることができたが、とうとう残金が一万円になり家賃を払うめどや先の見通しが立たなくなり、生活保護の

申請を決意しました。節約のため食事を摂らないことや入浴が半年振りということもあったそうです。特に一月に入ってから「死にたい」と思うことがより強くなり、「どうしたら安らかに死ねるか」そんなことばかり考えるようになったといいます。そんな時、ふと福祉ガイド（帯広市発行）をみて企業組合を知り相談に訪れたといいます。Aさんは「私のような人は大勢います。どこに相談すればいいのかわからないで悩んでいると思います」と語りました。また、取材に立ち会った企業組合の加瀬谷理事長は、生活保護の相談は、昨年数人だったものが、今年はすでにAさんが八人目で異常な増加ペースに困惑感。「悩んでいる人はすぐ相談してほしい」と呼びかけています。



生活保護の申請に必要な書類に記入するAさん

廃車の生活 友の会のつながりで 救われた

帯広市近郊の町に住む五〇歳代のBさんは、二〇歳前後で結婚し三人の子供に恵まれました。職を転々としながらも子供を育て上げ、今では孫もいるとのこと。数年前、Bさんは東十勝のある集落からさらに五km程、山間に入ったところで昼間は林業、夜間は管理の仕事に携わっていました。〇四年九月から仕事場の敷地内の廃車になったバスの中で寝泊まり生活をするようになり、車内には小さなストーブが一台と調理台があるだけで、孤独のたまたかでもありました。特に厳冬期は、想像を絶する寒さのため寝ることもできない状態が続く、次第に体が衰弱していき、二月のある日、

Bさんの安否が心配になった実兄が、Bさんの住むバスにきたところ、Bさんはほとんど体を動かすことができない精神的にも限界だったといいます。生死の瀬戸際だったBさんのこれからの生活を心配した友の会でもあるBさんの義姉は、共産党議員に相談し、現在は生活保護を受けながら細々と生活しています。Bさんは、膝関節が悪く、血圧が高いため仕事に就いていませんが、「とにかく体を治してお金を堂々と稼ぎ、新しい生活の場で暮らしたい」と夢を語りました。更に「あの時の生活に戻りたくない」とも。

誰にでも起こる可能性が

憲法二五条に保障された生存権を守る運動とこれを知らせる運動を早急に広げ、日本の逆立ちした「政治」を変えていくことが強く求められています。

未来の話、サイボーグがいま現実になってきた▼腕を失った男性が末梢神経に繋がった「人工の腕」を動かす。男性の意志で力を加減でき、卵も掴めるし握手もできる。ロボット工学と神経生理学の成果が融合し、SFの世界、サイボーグが実現した▼二足歩行ロボットはもはや「小走り」まで進歩。一方、脳や神経の情報処理をコンピュータに接続する研究も加速している▼身体が震えが止まらないパーキンソン病は脳のある神経が原因の病気。この神経に信号を送ると正常化することが解った。脳にマインコンを埋め込むと手術直後から自分で歩けてしまう。さらにうつ病、強迫神経症や糖尿病の治療へと応用が広がっている▼この神経工学に米国防総省と軍事産業は最も注目し、巨額の資金を投じて軍事応用へと研究開発が進んでいる。パワースーツ、聴力・視力の強化、攻撃中枢を制御した「作られた兵士」へとある番組で立花隆は「サイボーグ技術が人類を変える」と、光と陰の可能性をレポートした▼科学技術は人類の幸福に寄与することに価値がある。それはすでに核兵器が示した。平和憲法を「世界遺産」ではなく、輝く九条をしかり守りたい。（曾）

聴診器

未来の話、サイボーグがいま現実になってきた▼腕を失った男性が末梢神経に繋がった「人工の腕」を動かす。男性の意志で力を加減でき、卵も掴めるし握手もできる。ロボット工学と神経生理学の成果が融合し、SFの世界、サイボーグが実現した▼二足歩行ロボットはもはや「小走り」まで進歩。一方、脳や神経の情報処理をコンピュータに接続する研究も加速している▼身体が震えが止まらないパーキンソン病は脳のある神経が原因の病気。この神経に信号を送ると正常化することが解った。脳にマインコンを埋め込むと手術直後から自分で歩けてしまう。さらにうつ病、強迫神経症や糖尿病の治療へと応用が広がっている▼この神経工学に米国防総省と軍事産業は最も注目し、巨額の資金を投じて軍事応用へと研究開発が進んでいる。パワースーツ、聴力・視力の強化、攻撃中枢を制御した「作られた兵士」へとある番組で立花隆は「サイボーグ技術が人類を変える」と、光と陰の可能性をレポートした▼科学技術は人類の幸福に寄与することに価値がある。それはすでに核兵器が示した。平和憲法を「世界遺産」ではなく、輝く九条をしかり守りたい。（曾）

鬼は外!!無病息災を願う

デイサービス
すずらん

デイサービスすずらんでは二月一、二日に利用者さんと豆まきを行いました。頭につけている鬼とおたふくのお面はアクティビティの時間を利用して、作ってもらいました。それぞれ好きな色で塗ってもらったので黄色や青色などカラフルな色に仕上がりに、にぎやかな豆まきになりました。また豆の数だけ食べる...という事にはなりませんでしたが、一年の無病息災を祈りみんなで食べました。
(介護福祉士 江口梨絵子)

講習制度ばかりか特例一時金まで奪うとは

今年度で廃止「冬期援護制度」

季節労働者に死ねというのですか!?

今年も、十勝勤医協職員をはじめ各界の方々の協力を得まして、季節労働者の「冬期技能講習」が十勝管内各地で開催さ

れています。今年は、昨年の約七五%程度の約九〇〇名の方が受講しています。これは、夏場の仕事が減って受講資格が得

られない、などの理由があるものと思われま

国は、季節労働者の冬期間の生活を支える「いのち綱」として重要な役割を果たしてきた「冬期技能講習制度」を今回をもって廃止を決定しまし

た。さらに、雇用保険の特例一時金(現在五〇日分平均約二五万円)を廃止・大幅減額をしようとしています。

講習制度ばかりか雇用保険の特例一時金まで廃止されたら、収入を断たれた季節労働者は生きて

いけませんし、地域経済が破壊されます。国の季節労働者支援制度を拡充させること、特例一時金の廃止や改悪をさせないことは、季節労働者だけでなく、地元の中小建設業者や自治体をふくめて「オール北海道」の切実な要望です。「北海道切り捨て」を許さず「安心してくらせる社会」をつくることは、大多数の道民の願いです。

道民ぐるみの反撃で、格差を拡大し、弱い者や地方を切り捨てる政治にストップをかけましょう。今後引き続き十勝勤医協並びに友の会の皆様のご支援・ご協力をお願いいたします。
(帯広建設勤労者企業組合 堀切 忠)

集団申請会が
浦幌・大樹に拡大障害者除
害控

十勝社会保障推進協議会など開催

十勝社会保障推進協議会(十勝社保協・友の会など共同)は、介護保険の障害者控除認定書発行の集団申請会を開催しました。

とかちプラザ(帯広市)で集団申請会が行われた一日、三五人が申請(障害者控除対象者認定申請書)を済ませました。また一四日、パークプラザ(幕別)と札幌福祉センターの二ヶ所で開催され二〇名の町民が参加しました。一九日には浦幌町でも行われました。

集団申請会の今後の日程

(2月20日以降)

- 2月26日(月) 中央公民館(芽室)
- 2月28日(水) とかちプラザ403号
- 3月5日(月) 経済センター(大樹)

※時間はいずれも午後2時~3時

介護保険の認定者に発行される障害者控除認定書は、要支援・要介護のいずれも対象になります。今後予定されている集団申請会の日程は次ぎのとおりです。

募 集
ごいっしょに働きませんか
看 護 師
看護学生には奨学金制度もあります
お知り合いの看護職・看護学生の方をご紹介ください。
【連絡先】
十勝勤医協帯広病院 ☎(0155) 21-4111 真田まで

帯広病院
胃カメラ特診のご案内

3月4日(日)予約制

ご希望の方は帯広病院へお電話下さい。TEL 21-4111

労働者の健康管理について話す平牧絵看護師
(病棟勤務) 1/18とかちプラザ

今年も、十勝勤医協職員をはじめ各界の方々の協力を得まして、季節労働者の「冬期技能講習」が十勝管内各地で開催さ

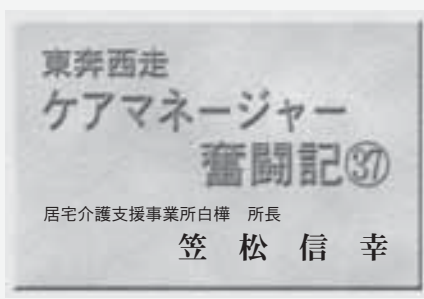
れています。今年は、昨年の約七五%程度の約九〇〇名の方が受講しています。これは、夏場の仕事が減って受講資格が得

られない、などの理由があるものと思われま

国は、季節労働者の冬期間の生活を支える「いのち綱」として重要な役割を果たしてきた「冬期技能講習制度」を今回をもって廃止を決定しまし

た。さらに、雇用保険の特例一時金(現在五〇日分平均約二五万円)を廃止・大幅減額をしようとしています。

講習制度ばかりか雇用保険の特例一時金まで廃止されたら、収入を断たれた季節労働者は生きて

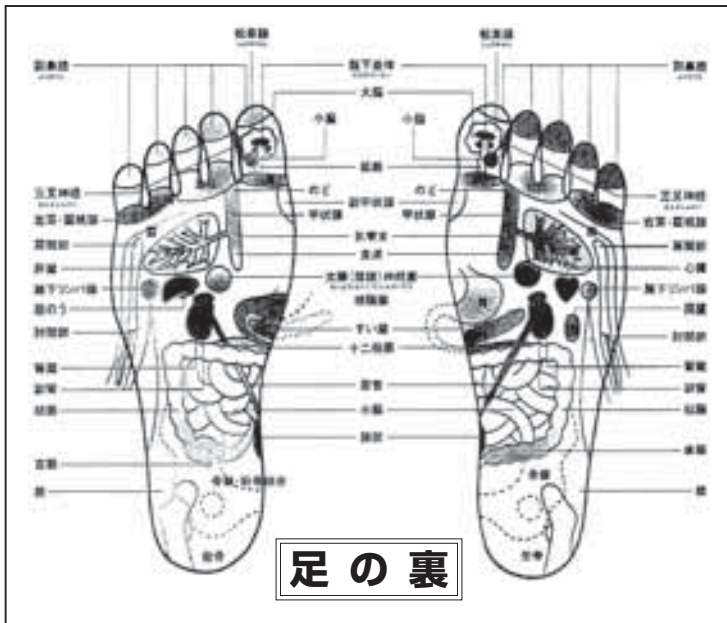


ケアマネジャーの一日は朝の電話で始まりです。
私「ハナさん。市役所から認定通知とどいたかい?」
ハナさん「ああ、昨日来てたよ」
私「介護度、何て書いてあったの?」
ハナさん「ああ、2だったわ」
私「要介護『2』かい?それとも要支援『2』かな?もう一度見て教えてくれませんか?」
ハナさん「うーん、字がちっちゃいから良くわかんないけどさあ。とにかく『2』って書いてあるわ」
ケアマネ事務所では毎

日のように交わされる会話です。
昨年四月の介護保険法改定で認定区分が変わり、要支援に「1」と「2」

2なら月額千円ちよつとでレンタルできますが、要支援2はよほど特殊な理由がないとダメです。ヘルパー派遣も制限されます。要介護タクシーは利用できません。なじみのケアマネとお別れしなくてはならない場合も多い。さて、冒頭のハナさん、お宅に何って介護保険証を見せていたのだら「要介護2」でした。これまでの「要介護1」より「悪化」の判定です。

なのにハナさんは「良かったよー。また、あなたに来てもらえるねえ」と満面の笑みでした。



足 の 裏

鍼灸入門⑪

土屋はりきゅう治療室 院長 土 屋 明 美

「足は第二の心臓なんている。足がポンプで、使うことで血が心臓へ戻る。使わなければうっ滞しやすく冷えや便秘を引き起こし、筋力低下による内臓圧迫や腰痛などケガも起きやすくなる。足の圧迫や、長時間動かさないことでむくみ、場合によってはエコノミークラス症候群なんてなりかねない。：「歩く」ことはこういった意味で「未病を防ぐ」とても良い方法ですが最近のこのツルツル路面では：難しいですね。

ところで実は足裏にもツボがあります。この時期は足裏のお灸を多くします。「年がら年中足が冷える」という方もいますし、実はほてりなにも気づいていない方もいます。(表面はあたたかでも、体の芯は冷えている。体

力のない年輩の方・病弱に多い) ほどよく温かい状態に戻してあげると体調も徐々に戻ります。湧泉(ゆうせん)・失眠(しつみん)・裏内庭(うらないてい)など。体力のない方、お灸も有効ですが足指の爪の生え際の端と指でつまんでぎゅっと庄机しぱつと離す、これを全指やるだけでも効果

があります。足指の爪端には重要な穴が並んでいるからです。また、足裏は体と足のゾーンの関係を示した表があります。押して痛いところは不調な部分として考えます。自分で試してみても、右足と左足では内臓の配置が対称でないのが気をつけて。

不 眠

かかとの真ん中にある「失眠穴」が不眠の特効ツボ。



失眠穴
しつみんけつ

下痢・胃痛

消化器系の不調によく効くツボ、「裏内庭」。お灸も効く。



裏内庭
うらないてい

冷 え

自律神経の働きをととのえ、血行を促進して冷えを改善。

湧泉
ゆうせん



足裏

八風
はっふう



足表

3月健康相談会予定

日程	曜日	開始時間	テ マ	開 催 会 場
8日	木	19:00	血圧と血液さらさら度チェック	啓親福祉センター(帯広市)
9日	金	19:00	血圧と血液さらさら度チェック	忠類コミセン(幕別町)
11日	日	12:00	血液さらさら度チェック	森の里コミセン(帯広市)
19日	月	19:00	更年期障害について	啓親福祉センター(帯広市)
23日	金	19:00	ノロウイルスについて	酔月(本別町)
24日	土	18:30	ストレッチ体操	栄福祉センター(帯広市)
29日	木	14:00	血圧と血液さらさら度チェック	弥生福祉館(芽室町)

※友の会員なら、どの健康相談会にも参加することができます。日程や場所が変更になる場合もありますので、友の会連絡会事務局まで(21-4144)ご確認ください。



みなさんこんにちは、今回は、顎関節症についてお話いたします。さつそく皆さんにお尋ねします。口が開かない、口を動かすと耳の辺りに

「顎関節症について」①

十勝勤医協帯広歯科医院
歯科衛生士 山 田 春 江

最近、若い女性や長時間のデスクワークをしていたり強いストレスを感じている人によく現れ、症状が悪化し口を動かすことも困難になることがあります。これを「開口障害」とよんでいます。症状に気づいたら、あまり痛くならないうちに、歯医者さんへ相談してみてください。

今回は、顎関節症の原因についてお話します。



老人保健施設ケアセンター白樺

ボランティア募集

内容・参加日・時間等につきましては、担当者とご相談のうえ、決めさせていただきます。お気軽にご連絡ください。

◆お問合せ・申込先：老人保健施設ケアセンター白樺 電話：0155-41-1165
担 当：浅沼、大和

あなたと民医連をつなぐ月刊誌

MIN-IREN

好評発売中

いつでも元気 3 月号 380円

巻頭エッセイ/国内の生産者を支えよう

島村 菜津

元気スペシャル 中村梧郎のベトナムレポート

結婚しました ドクさん、トゥエンさん

特集1 友の会ってこんなことができるんだ! 石川県で

- 「元気」還元金などでたすけあい基金
- 元気な高齢者の「ともだち村」

特集2 潰瘍性大腸炎 寺尾 秀一

ノーモア・ミナマタ国際訴訟 自分が水俣病だったなんて...

友の会連絡会コーナー

生き生き広場

ノロウイルスについて学習

幕別友の会

昨年から、ノロウイルスが各地で発症している
と報道されていました
で、一月の健康相談会
はノロウイルスの特徴、対



様々な質問に答える林下亜希看護師

必要な方もおり健康だと思
っていても、定期的に
検査することの大切さを
再確認しました。また体
脂肪検査では、基準より
脂肪率の高い方が多く、
下げるためには食事の改
善や運動が効果的と助言
され、体験している会員
からは、なかなか運動出
来ない時は家庭内で体を
動かす方法や、散歩を続
けることなど話され交流
も深まりました。

総会後は交流やカラオケで大満足

新緑友の会

一月二五日午後六時、
緑ヶ丘福祉センターで、
第一回健康相談会（血圧・
体脂肪）を兼ねた第五回
定期総会と新年交流会が
開催され、友の会員のほ
か、白樺医院の浅沼院長
とケアセンター白樺の看
護師長や職員、さらに高
野友の会連絡会会長や高
宮白樺友の会長など総勢
五〇名をこえる参加者で
した。

総会では、昨年度の活
動と会計決算報告の後、
新年度の活動方針と新役
初めて参加された方、ま

応募方法

解答とお名前、住所、
電話番号をハガキか電子
メールで、左記へお送り
ください。

宛先

〒〇八〇〇〇一九
帯広市西九条南十一丁目
十勝勤医協会館内
友の会ニュース編集部
○電子メール
soshiki@tokachi-kin-
kyoor.jp

賞品

抽選で一〇名の方に、
千円分の図書カードをお
送りします。

賞品

三月二〇日（当日消印



位ということ、私たち
の取り組みが一定の評価
を得ることが出来たこと
を分ち合いました。

また、一月二〇日〜二
一日に行われた「友の会
世話人交流会」に参加し
た五人の方たちから、そ
れぞれ感想が話されまし
た。『安心して住みにつ
けられる街づくり』のテ
マのもとで開催されまし
たが、『安心して住みつ
けられる』は、『平和
であってこそ、成り立つ
ている。今あるこの『平
和』は、戦争の放棄を謳
った『憲法』の第九条と、私
たちの生きる権利を保障
している第二五条がある
から。この憲法を手放す
わけにはいかないなど、
話しあいがされました。
当面の予定としては、
二月一八日（日）の白樺
友の会「新年親睦交流会
&健康ストレッチ体操」
の成功のための取り組み
について話し合わせ、多
くの会員によりかけるこ
とを確認しました。

役員世話人
新年懇親会を開催

白樺友の会

去る一月二八日（日）
に役員世話人の新年懇親
会を行いました。

昨年新体制でスタート
してから初めての「会」
でしたが、参加した十一
人が和気あいあいのうち
に美味しい昼食を食べな
がら交流を深めることが
できました。

主な内容は、昨秋の「大
腸ガン検診の状況と、病
院側からの集約データな
どから、白樺友の会が対
象者の受検比率が、第二

読者の声

家の中で

運動不足を解消
大橋由美子さん（帯広市）
冬はどうしても運動不
足になりがちですよね。
私は、家の中でテレビを
みている時も体操するよ
うにしています。

世話人同士の

つながりが大切
野原 玲子さん（旭川市）

住み慣れた地域で安心
して暮らしたい誰もが思
う事は同じです。友の会
世話人のつながり……と
ても大事な事。友の会ニ
ュースをほほえましく思
いながら読ませていただ
きました。暖かさを感じ
ながら…。

運動不足の

解消にボウリング
山田 公子さん（北広島市）

冬の運動不足解消にと、
昨年ボウリングを始め
ました。高齢の方も大
勢プレイしており、一八
〇くらいのスコアをらく
らく出しているのです。
私どものスコアは、まだ
まだです。シニア料金で
一般より安くプレイでき
ますが、もう少し安くな
ればいいなと願っていま
す。

各友の会連絡先

- 【友の会連絡協議会】
〇一五五二二四一四四
【音更】重堂 清子
〇一五五二二四二二四
【土幌】和田 鶴三
〇一五五二二四四三三
【上士幌】山本 政俊
〇一五五二二四四三三
【新得】西田 義雄
〇一五五二二四四三三
【清水】妻島 靖子
〇一五五二二四四三三
【鹿追】武田 耕次
〇一五五二二四四三三
【芽室】米倉 興幸
〇一五五二二四四三三
【中札内】西村 和正
〇一五五二二四四三三
【更別】小刀 博
〇一五五二二四四三三
【大樹】有岡 繁
〇一五五二二四四三三
【広尾】旗手 恵子
〇一五五二二四四三三
【幕別】野原 恵子
〇一五五二二四四三三
【札内】高野 幸雄
〇一五五二二四四三三
【忠類】増田 武夫
〇一五五二二四四三三
【池田】吉田 清治
〇一五五二二四四三三
【本別】加藤 孝一
〇一五五二二四四三三
【足寄】中川エミ子
〇一五五二二四四三三
【陸別】餌取 貢
〇一五五二二四四三三
【東】高城 恵子
〇一五五二二四四三三
【柏】渡辺 渡
〇一五五二二四四三三
【光南】村上やよい
〇一五五二二四四三三
【鉄南】後藤 等
〇一五五二二四四三三
【中央】福島 保
〇一五五二二四四三三
【啓北】山本千代子
〇一五五二二四四三三
【栄】岡山 啓子
〇一五五二二四四三三
【開西】岡本 顕
〇一五五二二四四三三
【西帯広】清水美喜子
〇一五五二二四四三三
【西南】田所 豊之
〇一五五二二四四三三
【緑ヶ丘】片石 祐一
〇一五五二二四四三三
【白樺】高宮 裕
〇一五五二二四四三三
【新緑】渡辺 宗雄
〇一五五二二四四三三
【柏林台】堀切 忠
〇一五五二二四四三三
【緑西】村上久美子
〇一五五二二四四三三
【稲田】平 麗子
〇一五五二二四四三三
【大空】畑中 庸助
〇一五五二二四四三三
【川西】伊沢佐恵子
〇一五五二二四四三三