

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 今野 光昭
URL: <http://www.tokachi-kin-ikyo.or.jp>
E-mail: soshiki@tokachi-kin-ikyo.or.jp

08年4月 後期高齢者医療制度 導入撤回を!



快く署名を記入して頂いた近所の方(本部・歯科医院訪問)



待合室に設置した署名コーナー(帯広病院)

後期高齢者医療制度とは

後期高齢者医療制度は、
○六年の医療改悪法によ
って導入が決められまし
た。現行の制度との大き
な違いは、すべての後期
高齢者が保険料の負担を
強いられ、多くの人が年
金からの天引きで保険料
を徴収されることになり
ます。今後、保険料は、
都道府県ごとに決められ、
全国平均で月額六千円に
なると政府は試算してい
ます。介護保険料と合わ
せると、月額約1万円も
の金額が年金から「天引
き」されることになりま
す。

75歳以上

新たな保険に強制加入

○八年四月から七十五歳以上(後期高齢者)の高齢者を対象とする独立した医療制度がスタートします。現在、加入している国民健康保険や政管健保などから、七十五歳以上のすべての人が強制的に独立保険に加入させられることとなります。また、これまで家族の扶養に入っていた人も新たに保険料を徴収されることとなります。

十勝勤医協・ファーマケア十勝では

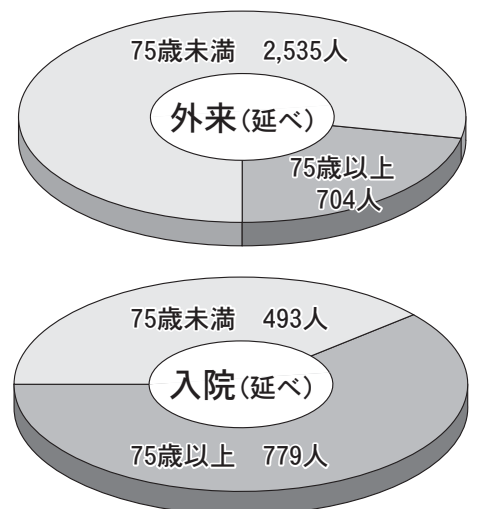
十勝勤医協は、六月から七月の二ヶ月間を「医療制度改悪・新たな負担増から、高齢者・住民のいのちと人権を守る取り組み」を行っています。全職員が「学び・対話し・地域にでかけよう」を重点に置いて、友の会連絡会とも共同で取り組んでいます。帯広病院では、外来待合室で外来看護師や検査・放射線技師などが交替で署名の訴えを行っています。また、本部・歯科医

これまで七十五歳以上の高齢者は、保険料を滞納しても、保険証を取り上げてはならないとされてきました。今回の制度改悪により滞納者は保険証を取り上げられ、短期保険証・資格証明書を発行されることになりました。また、後期高齢者の増加に応じて自動的に保険料が引き上がる仕組みもつくられています。



輪番で職員が訴え(帯広病院)

外来と入院の年齢別構成 (今年4月)
帯広病院調べ



院では、地域訪問の取り組みとして、周辺の個人宅や商店、企業などへの署名行動を毎週水曜日にを行っています。友の会連絡会では先月二六日の総会での特別提起で各友の会会員数の一割を署名目標とし、早急に目標をやり遂げることが提案され承認されました。一三日現在、八友の会から一五九筆の署名が寄せられています。私達は、高齢者に多くの負担を押しつける後期高齢者医療制度の導入を撤回するよう国に求めていきます。そのために、署名活動を中心にこの二ヶ月間を重点的に取り組みます。

聴診器

庶民の常識とは？消費税は納めるもの。しかし輸出大企業には還付される。トヨタ自動車二千三百億円、日産自動車千二百億円など輸出上位十社で九千億円も還付する。税金は納めるもの。しかし三菱UFJは八千八百億円、みずほ六千二百億円、三井住友四千四百億円。純利益益だが法人税負担は「0(ゼロ)円」。

▼一方庶民には六月から大増税、住民税は二倍に。この増税の言い出しつべは公明党、「1000年安心の年金」の財源に定率減税廃止と。民主党も年金財源に消費税増税と不安がいっぱい。

▼「生き抜き」とは？「もうこれ以上払えない」との悲鳴の声。「何とかしなければ」と思うが、その方法は？「悩んでいるより憲法を読んでみたら」と。憲法十一條(基本的人権)、十三條(個人の幸福)、二五條(生存権)と「生き抜き権利」を定めている。むずかしい税法や各種法令には、必ず「生き抜き権利」を保障した条文がある。▼要求あるものが、行政に「憲法〇〇条の権利はどこで保障されているのですか」と質問すると意外と要求が実現できる。これも憲法之力。

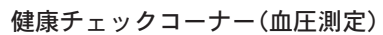
▼庶民大増税・改憲を許さない運動と要求実現の運動の統一して。生き抜くために。

(の)

十勝健康まつり

第16回十勝勤医協友の会連絡協議会総会開かれる

憲法、平和と人権を守り安心して暮らすことができるまちづくりを目指そう!!



友の会連絡協議会 新役員名簿						
●会 長		大津寿美香	更 別	後藤 等	鉄 南	
高野 幸雄	札 内	有岡千恵子	大 樹	常山 正		
●副会長		西浦 妙子		福島 保	中 央	
輔田 等	土 幌	前崎 茂	広 尾	内田 豊	啓 北	
梅津 美政	芽 室	沢田 誠一		青木 昭彦		
村上 隆久	光 南	成沢せい子	札 内	佐藤 久輝	栄	
●事務局長		鈴木志摩子		及川 洋子		
石沢 英子	開 西	田口 敬司	幕 別	野坂 潤子	西帯広	
●事務局次長		川田ユキ子		岡本 顕	開 西	
名和千枝子	緑 西	岩井 明	豊 頃	鈴木 幸子		
藤田 一彦	職 員	島田 辰彦	浦 幌	田所 豊之	西 南	
●幹 事		差間 正樹		片石 祐一	緑ヶ丘	
重堂 清子	音 更	吉田 清治	池 田	中村 悦雄		
重堂 登		吉田 昌子		武井 純子	白 樺	
和田 鶴三	土 幌	加藤 孝一	本 別	清水 妙子		
清水 秀雄		広川 雪子		渡辺 宗雄	新 緑	
山本 政俊	上土幌	田利美智子	足 寄	千田 濱子		
山本 和子		萩原 博佳	陸 別	横塚恵利子	柏林台	
西田 義雄	新 得	室崎和佳子		島宮 勝江		
青柳 茂行	清 水	小野寺政則	東	村上久美子	緑 西	
妻鳥 靖子		高城 恵子		梶原 芳香		
田中 圭子		加藤 みち		平 麗子	稲 田	
米倉 興幸	芽 室	村上やよい	光 南	伊澤佐恵子	川 西	
梅津 伸子		守屋裕美子		竹田 和夫		
西村 和正	中札内	※網目が、補充・交替役員です				

※網目が、補充・交替役員です。

友の会)、丸山敬三さん(白樺友の会)、大橋秀一さん(白樺友の会)、堀切忠さん(柏林台友の会)の六人です。

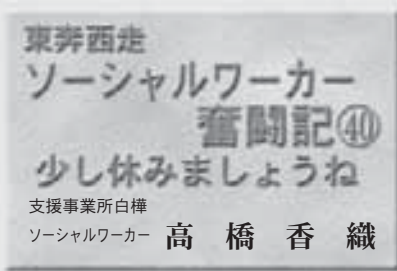
新任された役員は、梅津伸子さん(芽室友の会)、岩井明さん(豊頃友の会)、田利美智子さん(足寄友の会)、萩原博佳さん(足寄友の会)、加藤みちさん(東友の会)、武井純子さん(白樺友の会)、清水妙子さん(白樺友の会)、鳥宮勝江さん(柏林台友の会)の八人です。

- 2006年度秋の大運動の取り組みについて／芽室友の会 米倉興宰代議員
- 点から線、そして面への活動を／白樺友の会 清水妙子代議員
- やっと開けた世話人総会／川西友の会 伊澤佐恵子代議員
- 宅配増の取り組みについて／栄友の会 及川洋子代議員
- 秋の大運動「月間」の取り組みについて／緑ヶ丘友の会 片石祐一代議員
- 足寄友の会の現状とこれから／足寄友の会 田利美智子代議員
- 「班」から「分割」へ／音更友の会 重堂清子代議員

「少し休みましょうね」料理が上手で、明るくておしゃべりが好きだった七十四歳のTさん(女性)。認知症状が出始めたのは一年前のことでした。散歩へ行つては、近所の家の庭に、石やゴミを投げこんでいたようで、隣人の苦情から発覚しました。病院を受診すると、「アルツハイマー型認知症」との診断。「脳が次第に萎縮していき、知能・身体全体の機能が衰える病気。原因は未だわからず、治療法がない病気です」。

Tさんの夫は本を読みあさり治療法がないかと探り、少しでも良くなるようにと計算ドリルや塗り絵をさせたり、昔の写真をみせたり、できるだ

入院。病院で紹介されケアマネージャーとの関係が始まりました。「一年間よくされてきましたね。少し休む時間もつくりましょうね」と



け以前の奥さんにもど
つてほしいと一年間試
行錯誤を繰り返しまし
たが回復はみられませ
んでした。

今年の一月、肺炎で

ご主人に話すと、ほっとされたのか、涙ぐまれました。

介護の現場だけではなく、勉強に、仕事にみなさんががんばりすぎでいませんか？がんびりすぎると、ひとつのことしか見えなくなります。少し休んでゆつくりまわりを見渡して下さい。手伝ってくれる人や、良いアイデアが生まれてくると思います。Tさんは、デイサービスやショートステイサービスを利用しながら、息子さんの協力のもとで、生活することになりました。少しでもTさんの笑顔とご主人の笑顔がみられればいいなと思っています。

ご主人に話すと、ほっとされたのか、涙ぐまれました。

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、担当者でご相談のうえ、決めていきたいと思ひます。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

健診結果説明会のお知らせ

帯広市の基本健康診査、友の会健診を受けた方を対象
に医師が健診結果の見方など説明します。

日 時：6月28日（木）14：30～

場 所：十勝勤医協帯広病院（大会議室）

問い合わせ 0155-21-4111

十勝勤医協帯広病院 三浦まで

お 願 い

ご自宅など不用になったクレヨン、色えんぴつなどがありましたら、お譲りください。

ケアセンター白樺 担当：浅沼
電話 (0155)41-1165

以下の症状のある方は検査されることをおすすめします

*胸痛 *動悸
*運動時呼吸困難
*めまい など
成人病健診の項目にも含まれています。

以下の症状のある方は検査されることをおすすめします

どんな検査？

四肢・胸部に電極をつけて、心筋の動きに伴って生じる電気的変化を図形として記録します。この検査は痛みもなく、短時間で済み、すぐに結果を知ることができます。

心電図

検査の紹介③

心電図・心エコー

帯広病院 検査技師 佐川文子



心電図 正常波形
[照林社 心電図マニュアルより]



心電計



心電図検査

検査料金	検査時間
1 割負担	記録時間は約15秒〜1分程度
2 割負担	
3 割負担	
150円	
300円	
450円	

検査時間

記録時間は約15秒〜1分程度

検査時間

★心筋梗塞 ★狭心症
★心室肥大
★心房細動・房室ブロックなどの不整脈 など

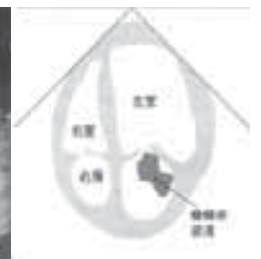
何がわかるの？



プローブ
これを当てて観察します。



心エコー検査



僧帽弁逆流

[日本医師会編 心エコーのABCより]

心エコー

どんな検査？

超音波を当てて心臓の状態（壁の動き、弁の動き、血流の状態、心臓の大きさなど）を調べます。この検査は痛みもなく、すぐに結果を知ることができます。

以下の方は検査されることをおすすめします

*心電図に異常があり、精密検査を勧められた
*心雑音があるといわれた
*下肢にむくみがある

何がわかるの？

★弁膜症 ★心肥大
★心筋梗塞 ★心筋炎
★先天性異常 など

検査時間

約30〜40分程度

検査料金

検査料金	検査時間
1 割負担	約30〜40分程度
2 割負担	
3 割負担	
980円	
1960円	
2940円	

心エコー検査は予約が必要です。

来院時もしくは電話でお申し込み下さい。

第4回 十勝健康チャレンジ

2ヶ月取り組む健康づくりコースです。
仲間どうし、家族そろって挑戦してください。

1コース ラジオ体操コース

とにかく毎日体操します。

2コース No! 間食・夜食コース

3時のおやつはもちろん、夜食もしません。

3コース 午前0時前に就寝コース

十分な睡眠は快適な日々には欠かせません。

4コース 毎日7000歩コース

毎日楽しく歩きます。

5コース おまかせコース

自分でチャレンジ内容を決めてチャレンジ。
例) 〇kg減量する

チャレンジ期間

2007年9月1日（土）～10月31日（水）

応募しめきり

2007年8月20日（月）まで
尚、申し込み方法などの詳細につきましては、次号（8月号）でお知らせします。

チャレンジ期間
9月～10月
応募しめきり
8/20(月)



歯槽膿漏の説明
歯は土の中にある根と土に根を差す。土が動いて根が揺れると歯は揺れていきます。

歯槽膿漏とは、歯の根の周囲に膿が溜まる病気です。歯の根の周囲に膿が溜まるのは、歯の根の周囲の骨が壊れるからです。歯の根の周囲の骨が壊れると、歯は揺れていきます。

歯のおはなし その68
「歯槽膿漏について」②
十勝勤医協帯広歯科医院
歯科衛生士 山田春江

「歯槽膿漏について」②

十勝勤医協帯広歯科医院
歯科衛生士 山田春江

歯周病（歯槽膿漏）怖い。ここでは、歯槽膿漏とい言葉の由来をお話します。

高年と健康をつなぐ月刊誌

MIN-IREN

いつでも元気 7月号 380円

巻頭エッセイ/この国の民であることが恥ずかしい 渡辺一校

元気スペシャル 看護改善大運動

集めに集めて署名100万筆突破!

特集1 広がる“憲法を守れ”の声
参議院選挙で政治に丸ごと審判を 小池晃に聞く

特集2 うつ病は治る病気です
働き過ぎははやらない 辻 武史

いまこの人に 佐々木公一さん(60歳) 難病患者、大学院へ

発行=徳島健康研究刊 〒113-0034 東京都文京区湯島2-4-4 平和と発展センター8階 電話 03(5842)5656(代) FAX 03(5842)5657

友の会連絡会コーナー 生き生き広場

野草園をウォーキング 五感で満喫

柏友の会

四季折々の姿を表す帯
広野草園に魅せられて、
柏友の会は三度目の企画
をしました。



春には春の顔、夏には
夏の顔がある野草園を五
感でしっかりと満喫しま
した。今回はオオバナノ
エンレイソウと二輪草の
白い花の群生の中を散策
できました。鳥の囀り、
若葉風、そして森林浴。

頭の体操

次ぎの①から⑤までの
○の中に漢字を入れてく
ださい。○を上から読む
と意味のある言葉になリ
ます。完成させてくださ
い。

出題者は長尾千恵子さ
ん(音更町)です。

【ヒント】

今年の七月にあります。

【答 え】

〇〇〇〇〇〇
(漢 字)

- ①全員〇加
- ②国会〇事堂
- ③十勝勤医協帯広病〇
- ④当〇確定
- ⑤一〇手

案内人なしで案内版を頼
りに気ままに足を運びま
した。白一色の花と青葉・
若葉に包まれた散策は幸
せそのものです。橋の上
から川面を眺め、せせら
ぎに時が止まった様です。

在来のエゾタンポポの
駆除に汗を流しているボ
ランティアさん「ごくろ
う様」。市街地の中のオ
アシスであり、憩いの場
でありますようお願いな
がら小一時間健康ウォー
クを持ちました。

(柏友の会 田口裕子)

期限切れの薬の 扱いは?

陸別友の会

陸別友の会では、六月
二日(土)に「薬の話」
というテーマで健康相談
会が行われました。今ま



では体のことでの相談会
がほとんどでしたので、
今回はぜひ薬のことで、
という希望が多かったた
めです。毎日薬を飲んで
いる人も、そうでない人
も、皆真剣に話を聞いて
いました。

カプセルの成分は石油
系物質だからカプセルを
はずして飲んでいたとい
うMさんに対して、カプ
セルの成分はほとんどが
ゼラチンであること、カ

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

〇郵送
〒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

〇電子メール

soshiki@okachi-kan-

ikyoo.or.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。

締め切り

七月二〇日(当日消印)

読者の声

プセルに入れるにはそれ
相当の理由がある(効き
目をゆっくりにするとか
胃を守るなど)ので、カ
プセルのまま飲んでほし
い、ということが薬剤師
さんから話されました。
その他、期限切れの薬に
ついての扱いはどうする
のか、薬の副作用によつ
ておこる恐ろしい病気の
ことなど、たくさんの話
題が出されて、とても有
意義な健康相談会となり
ました。尿検査もしてい
た、だき、ほとんどの人が
安心して家路についたよ
うです。

(陸別友の会 室崎和佳子)

歯の定期検診の 大切さを実感

山田公子さん(北広島市)

先日歯茎がはれ、歯科
医を訪ねたところ「歯周
病」とのことでした。単
に歯茎だけの病気だと思
っていたら、歯を支えて
いる骨を溶かしてしまう
ことがあるといわれ、恐
ろしくなりました。レン
トゲン写真を見せてもら
いましたら、少し骨が減
っていました。きちんと
歯磨きをしていても歯石
はたまるとですね。歯の
健康診断も定期的に受け
ようと思いました。

原水爆禁止世界大会(長崎) 代表5人の派遣決定!

8月6日から長崎市で原水爆禁止世界大会が開催されます。
民医連十勝ブロックの代表者5人を紹介します。



ファーマケア十勝
山根 里絵



ケアセンター白樺
塚越健一郎



帯広病院
平 牧絵



帯広病院
高山 侑子



柳町医院
小田 幸治

勤医協はまるで 我が家のように

福田敏子さん(音更町)

中指を痛めて帯広市内
の病院に入院してようや
く字も書けるようになり
ました。そして又、十勝
勤医協に戻ってきました
のでよろしくお願い致し
ます。久しぶりに来院し
てみると我が家の様な感
じです。これからもよろ
しく願っています。

私も減量 頑張ってみよう

田口裕子さん(帯広市)

読者の声、山田公子さ
んの努力に頭が下がります。
毎日カロリー計算し

ながらの食事と運動でつ
いに、みごとに二〇歳台
に落としたとは。自分の
健康は自分の維持するこ
とを証明してくれました。
私ならできないナーなん
て思っています。二〇歳
台とはいいません。せめ
て三〇歳台まで落とそう
かと考えています。

元気が一番!

金岡ゆき子さん(池田町)

去年、ながいき検診で
病気がみつかり長い長い
病院生活を送りました。
通院はしていますが、元
気になり野菜畑、花畑作
りと動きまわっています。
元気が一番ですネ!

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
〇一五五四四二二四
【士幌】和田 鶴三
〇一五六四四七四四三
【上士幌】山本 政俊
〇一五六四二二三八九
【新得】西田 義雄
〇一五六四四一五八二
【清水】妻島 靖子
〇一五六六三二二五七
【鹿追】武田 耕次
〇一五六六六二二七六
【芽室】米倉 興幸
〇一五五八二二三五八
【中札内】西村 和正
〇一五五八二二二七四
【更別】小刀 裕博
〇一五五八二二二六五
【大樹】有岡 繁
〇一五五八二二二二八
【広尾】旗手 恵子
〇一五五八二二二五〇
【幕別】野原 恵子
〇一五五八二二二七五
【札内】高野 幸雄
〇一五五八二二二五七
【忠類】増田 武夫
〇一五五八二二二六〇
【池田】吉田 清治
〇一五五八二二二八一
【本別】加藤 孝一
〇一五五八二二二八二
【足寄】中川エミ子
〇一五五八二二二八四
【陸別】餌取 貢
〇一五五八二二二八五
【東】高城 恵子
〇一五五八二二二八六
【柏】渡辺 渡
〇一五五八二二二八七
【光南】村上やよい
〇一五五八二二二八八
【鉄南】後藤 等
〇一五五八二二二八九
【中央】福島 保
〇一五五八二二二九〇
【啓北】山本千代子
〇一五五八二二二九一
【栄】岡山 啓子
〇一五五八二二二九二
【開西】岡本 顕
〇一五五八二二二九三
【西帯広】清水美喜子
〇一五五八二二二九四
【西南】田所 豊之
〇一五五八二二二九五
【緑ヶ丘】片石 祐一
〇一五五八二二二九六
【白樺】高宮 裕
〇一五五八二二二九七
【新緑】渡辺 宗雄
〇一五五八二二二九八
【柏林台】堀切 忠
〇一五五八二二二九九
【緑西】村上久美子
〇一五五八二二三〇〇
【稲田】平 麗子
〇一五五八二二三〇一
【天竺】中 庸助
〇一五五八二二三〇二
【川西】伊沢佐恵子
〇一五五八二二三〇三