

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



原水爆禁止2007年世界大会 長崎

大切な人を守りたい! 戦争 核兵器 NO

核兵器のない平和で公正な世界を

民医連十勝ブロックの代表として派遣された小田幸治さん(柳町医院勤務)／十勝代表団事務局長)をはじめとする五人(十勝勤医協四人・ファーマケア十勝一人)は、八月七日から九日まで長崎市で開催された原水爆禁止二〇〇七年世界大会や核兵器の代表や全国から六八〇〇人の参加者で会場は埋め尽くされ、ファーマケア十勝から派遣された山根里絵さんは「一刻も世界から核がなくなつてほしい」と訴えます。



「核兵器廃絶を！」参加者の心が1つになった閉会総会（8月9日）

代表派遣者は、出発直前までそれぞれの勤務先で「派遣募金」のお願いや「すみやかな核兵器の廃絶のために」署名の訴えなど行ってきました。また、七月三十一日から八月九日までの一〇日間行われた連日街頭宣伝は、三日に予定していた代表派遣者による行動は雨のため中止になりましたが、八日は反核平和と社保委員五人が行動に参加し、「署名のお願い」やハンドマイクを握り「核兵器も戦争もない平和な世界を実現しよう」など市民に訴えました。

四日に行われた十勝代表団の壮行会には代表派遣五人全員が参加し、小田さんは「全国の人達と交流し平和の思いをしつかりと受け継ぎ伝えられるようにしっかりと学んできます」と元氣よく決意を訴えました。

主な七日から九日までの行動は、原水爆世界大会総会(開会・閉会)のほかに佐世保基地調査、原爆遺構めぐりを始め、原爆資料館などを見学しました。

八月二九日には民医連十勝ブロックの報告会が行われます。報告会には、月刊誌「いつでも元氣8月号」の表紙を飾ったチャールズ・ワイドさん(二七歳)

は三人の参加者の感想



塚越健一郎さん
(ケアセンター白樺)

原爆や戦争の恐ろしさを肌で感じ、原爆で亡くなった二一万人以上の方々の無念と原爆症の方々の苦しみ伝わってきました。今、この時にも核兵器を製造し、いつ使用するか思案している国に対し、私たちができる事は原爆の被害を学び、感じ、周りの人たちに伝える事。そして、反戦・反核運動を積極的に取り組む重要性を学びました。



山根 里絵さん
(ファーマケア十勝)

原爆の悲惨さを伝えてくれる人が年々減少している。私たちにできることは、戦争を知らない世代に語り継ぎ、戦争、核兵器は絶対にNOと訴えていくこと。自分の力では無力ではないし、たくさんの方の小さな力が合わさって大きな力になると思います。平和、大切な人を守りたい、だから一刻も核がなくなること祈りたいです。

聴診器

一斉地方選挙、参議院選挙と一連の戦いが終わりました▼「年金問題」「大増税」「憲法改悪」：沢山のひとと対話をし、現政権に対する怒りと・政治を変えようという思いを共有しました▼中でも多くの人々が「えっ、そんなこと知らなかった」と驚きと怒りをあらわにしたのは、来年四月からスタートする「後期高齢者医療制度」のこと。「七十五歳以上と六十五歳以上の寝たきりの人は、現在加入の健康保険からはずされて、後期高齢者医療保険というのに全員加入させられ、保険料が月額平均7100円も年金から天引きされるんですよ▼しかも一ヶ月に受けられる医療費に上限が設けられ制限されるんですよ」と語ると「いったい誰がそんなこと決めたんですか」「年よりは病院にもかかれなくなるんじゃないですか」などなど怒りが止まりません▼中には「昔の姥捨て山と一緒、年よりは早く死ねという事で許せない!署名でも何でもするから早く持つてきて」「年寄り集めるから、もつと詳しく話しに来て」「などという元氣な高齢者も▼制度実施まであと七ヶ月、保険料の正式決定は十一月末です。一人でも多くのの人に知らせ、署名を集め、病院にかかれないうちから年寄りを生み出さない戦いは待たない。暦はすでに立秋。頑張ろう!

(友)



万が一医療事故が起こったら 謝罪・原因究明・再発防止

十勝勤医協安
全委員会は、七
月一八日全職員
を対象に学習会
を行いました。
勤医協中央病
院医療安全室の
及川明美さんに、
医療事故を未然
に防ぎ患者さん
と職員の安全を
守る取り組みに

ついてお話ししていただき
ました。
中央病院の医療安全に
係る整備の経過や事故を
防ぐための考えかた、職
員研修の内容など多岐に
わたりスライドを使って
説明していただきました。
万が一、医療事故が起
こった場合、患者さんが
一番に求めるものは謝罪・
原因究明・再発防止であ

り、補償はその次。日頃
からの患者さんとの信頼
関係が大切であると学び
ました。
また及川さんは帯広病
院内を点検し改善の必要
な点を指摘してください
ました。
今後一つ一つ改善をす
すめながら、職場に安全
文化をしっかりと根付かせ
ていきます。

十勝勤医協安全委員会 全職員を対象に学習

高校3年生、23人看護体験

ドキ訪問、器笑顔で達成感!!



十勝勤医協では看護師を目指す
学生を応援するために看護体験を
実施しています。今回は、二三人
の高校三年生から申し込みがあり、
ほつとらいん西南で体験を受け入
れました。

緊張しながらも笑顔で接する高校生

憧れの白衣ではなくジ
ヤージとTシャツで、初
めの訪問看護にドキド
キしながら看護師に同行
しましたが、戻ってきた
時の顔はニコニコでした。
利用者さんやご家
族との話がはずん
だり、食事や入浴
のお手伝いができ
たことは良い体験
になったようです。

「家族との関わりも看護師の仕事なんだとわかった」「自宅で看護をすることのできそう」「大変な仕事だけど頑張って看護師になりたい」等の感想と、看護師を目指す意志の堅さを話してくれました。
(帯広病院 野口寿恵)

あらかると

去る8月11日(土)ドリームタウン白樺で行われた第5回盆踊り大会に、新緑、柏林台、白樺の各友の会員が参加しました。

蒸し暑い中踊り続け汗と涙の「受賞」

新緑友の会は、二〇人が浴衣や甚平などに光沢のあるモールを身に付け、存在感のある踊りをアピールしました。
柏林台友の会は、四人の子どもの参加も含め一人の家族的な雰囲気を出していました。
白樺友の会は、男女各一人の子どもと、十四人の大人が、法被や浴衣姿に、オカメ、ヒョットコ、

狐の面をかぶり、「憲法九条を守りましょう」「核兵器のない世界を」などと、自筆のウチワをもつて踊りの輪に加わりました。
折からの蒸し暑さと、疲れから、後半足元がふらつきました(私だけ?)が、三友の会の総勢四十七人の参加者は、一時間を超え、踊りきりました。その熱意が審査員から評価されて、三チームとも見事テナント賞を受賞しました。
三友の会とも、昨年よりは参加者も増えて、それぞれ、内容も志向を凝らした盆踊り大会になりました。

来年はもっとこの輪を大きくして、「団体優勝」を約束しながら、さわやかな汗とともに、帰路に向かいました。
(白樺友の会 武井純子)



老健交流会に管内から150名参加

七月二七日、一八時三〇分より老健交流会があんじゅ音更で開催され、参加させて頂きました。
十勝管内から介護職、看護職、リハビリ技師など総勢約一五〇名が参加されていました。
今回は、北海道産業保健推進センター

の産業保健相談員の井上蓉子氏を迎え、「介護職にあたる人のメンタルヘルス」について講演され、主に介護職にかかるストレスについて先生の体験談、相談依頼等を交えて講演が進んでいきました。講演を終えてメンタルヘルスの重要さを痛感し、自らを振り返る良い機会になったと感じました。
(ケアセンター白樺 仙石ゆみ)

自分だけ大丈夫だと 思っていませんか?

大腸ガン検診

期間 2007年10月～11月
対象 40歳以上の友の会員

無料



自覚症状のない人は、まず「便潜血反応検査」を受けましょう。(二回法)

9月健康相談会予定

日程	曜日	開始時間	テーマ	開催会場
6日	木	14:00	ふまねっと、血液さらさら度チェック	桂近隣センター(札内)
7日	金	18:00	あなたは大丈夫?メタボって?(予定)	緑西コミセン(帯広市)
13日	木	13:30	ふまねっと	御影公民館(清水町)
13日	木	14:00	青空健康チェック	エルムパークゴルフ場(札内)
18日	火	15:30	青空健康チェック(店外)	ダイイチハーモニ店(帯広市)
20日	木	19:00	血液さらさら度チェック	母と子の家(足寄町)
20日	木	19:00	関節痛・腰痛について(予定)	上然別集会場
25日	火	19:00	医者と気軽にトーク(予定)	光南福祉センター(帯広市)

※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。

講演会のご案内

テーマ わが家の介護プラン
(介護保険の上手な利用について)

講師 NPO法人 ひなたぼっこ
代表理事 西浦妙子氏

日時 2007年9月29日(土)
13:30～15:30

場所 帯広市大通南1丁目11番地
きみの家 ふれあいルーム 2F

TEL (0155) 24-2398 吉澤まで



心不全



治療前

治療後

どんな検査？
フィルム部分に胸部を当てて、X線を使って撮影します。その際、息を吸って止めていただきます。息を吸う事により、

肺の容積が大きくなりよく観察することができま
す。また、ネックレス・
湿布・衣服のプリントや
ボタンはそのまま写真に
写ってしまいますので、
はずしたり、脱いでいた
だきます。

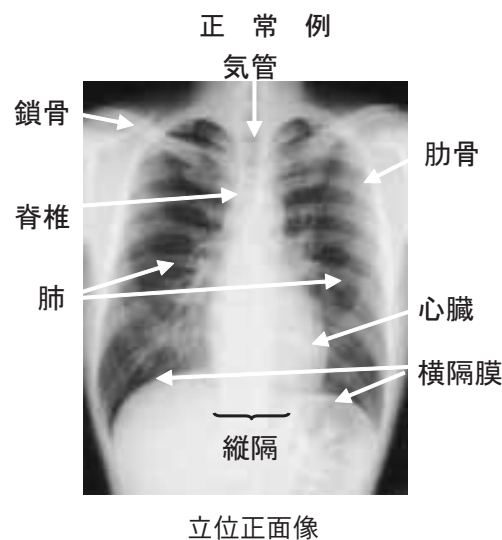
★肺の疾患（肺炎・肺がん・肺結核・慢性閉塞性肺疾患・肺線維症・気胸など）
★縦隔の疾患（心肥大・縦隔腫瘍・胸部大動脈瘤など）
★その他（骨折・骨腫瘍・横隔膜ヘルニアなど）



検査の紹介⑤

胸部エックス線

帯広病院 診療放射線技師 鈴木 ちあき



立位正面像



側面像

何がわかるの？

症状がなくても病気の早期発見のために年に一度は受けられることをおすすめします。
検査を希望される方は医師にご相談下さい。

肺がん



急性肺炎



検査料金

正面・側面の2方向撮影

1 割合負担	1010円
2 割合負担	670円
3 割合負担	340円

《友の会の方へ》

友の会健診（2000円）に含まれています。
帯広病院と白樺医院では、帯広市にお住まいの方は基本健康診査（35才以上）に無料で胸部X線検査を受けることができます。（いずれも正面のみ）



今回は、骨密度測定の前予定です。

原水禁世界大会参加者の感想

平 牧絵さん
(帯広病院)

長崎で直接自分の目で見ることで、戦争の悲惨さや被爆者の平和に対する願いがより一層強く感じられました。その中でも、原爆資料館を訪れ、ガイドしてくれた被爆者の「もう二度と原爆が落とされないよう若い皆さんに平和を守ってほしい」という言葉に自分の平和を守りたいという思いが強くまりました。
この原水禁で反核・平和について学びを深められ良い体験ができました。

高山侑子さん
(帯広病院)

原爆や戦争について様々なことを学ばせていただきました。大会では「二一萬羽おりづるプロジェクト」がありました。命の重さ、原爆の悲惨さを実感するために行われた企画です。たくさんの方の折り鶴が並び、原爆がどれほどのものだったのか実感しました。そのほか原爆資料館などを見学し、原爆が恐怖や悲しみをもたらしたのを実感しました。この世界大会に参加したことを今後に生かしたいと思っています。

小田幸治さん
(柳町医院)

世界大会に参加し、被爆者の体験を聞き、遺構を見てまわり、海外や全国各地の取り組みを学び、二度と核兵器を使用してはいけない、この地球上に核兵器が存在することは許されない、人類は核兵器と共存できない、と強く感じて帰ってきました。「原爆は長崎を最後に…」という思いを強く、核兵器のない世界を実現するために行動する責任を感じてきました。

歯のおはなし その70

「歯周病について」④

歯周病の原因について(2)

十勝勤医協帯広歯科医院
歯科衛生士 山田 春江

前回お話しした歯周病の原因の他の因子についてお話しします。

①タバコを吸う方はタバコ

この煙で常にお口の中が刺激され血流も悪くなり歯周病も進行しやすく歯茎の炎症を起こすと治りにくいです。プラークも付きやすく歯茎も黒ずんできます。

②ホルモンバランスの崩れ（特に女性ホルモン）
歯茎に炎症を起こしやすいです。

③ストレスを感じている方は歯ぎしりや食いしばり

りなどをする事が多く、お口の中のトラブルを起こしやすいといわれています。

④口呼吸の方は、口の中が乾燥しやすく歯茎の炎症を起こしやすいといわれています。

⑤食生活では、やわらかく甘いものばかり食べるとプラークが増殖しやすく偏食傾向のある方は、栄養摂取が不十分で結果、抵抗力も低くなり歯周病も進行しやすくなります。

⑥歯並びの悪い方はお手入れもしにくくプラークもつきやすくなり進行しやすいといわれています。

帯広病院
胃カメラ特診のご案内

11月11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

友の会連絡会コーナー
生き生き広場

「ふまねっと」
汗だくになりながら
笑いながら

札内友の会



八月九日、札内春日近隣センターで「ふまねっと」を使った健康相談会を行いました。友の会連絡会から名和さんが応援にかけつけてくださいました。

札内友の会で購入したふまねっとと友の会連絡会のふまねっとをつないで（一六マス×三）使いました。

初めて見るふまねっと、どうやって使うか参加者は興味津々。講師の今井孝

之さんの説明と指導で早速スタートしました。簡単な足の運びから少しずつレベルがアップすると、足が縛れたり、ねつとを踏んだり、違う升目に入り込んだり…と、汗だくになりながら笑いも絶えない体験でした。

その後は、麦茶や紫蘇ジュースで喉を潤し、世話人さんたちが立てたお茶と和菓子で寛ぎました。

「また誘ってくださいね」と声をかけてくださる方がたくさんいました。スタツフ含めて二三人の参加で盛会のうちに終わりました。

十月初めには、ふまねっととお食事会の集いを計画しています。

（札内友の会 鈴木志摩子）

楽しかった!!
日帰り旅行

緑西友の会

「毎年、楽しみにしている。今年はいつ行くの?」さあ、どこへ行こうか、世話人会議で頭を悩ませます。

安くて、食事が美味しくて、のんびり出来て、しかも送迎付きの温泉を探します。



被爆62年、核廃絶を
願い「点鐘供養」

新緑友の会

（緑西友の会 村上友美子）

来年はどこ…? 毎年、楽しみにしている。今年はいつ行くの?」さあ、どこへ行こうか、世話人会議で頭を悩ませます。

八月六日朝、広島原爆投下時刻、八時十五分、ラジオから流れる平和の鐘に合わせて会員はじめ十八人の参加者が黙とう。

続いて読経の中全員が焼香。核兵器廃絶、被爆者援護への決意を新たにしました。

また、八月十一日のドリームタウン白樺盆踊り大会には「平和踊り」のテーマで出場することを確認しました。

尚、九日長崎の供養参加は十四名でした。

（新緑友の会 渡辺宗雄）

読者の声

「太陽光」検診自分の健康は自分で守る

田口裕子さん（帯広市）

「友の会ニュース」を毎回楽しく読ませていただいております。八月号で「太陽光」検診のお知らせ」を掲載されているのを観て、今年も是非受けようと思っています。昨年はギリギリに提出しましたが、今年は余裕を持ってと思っています。友人も出しがぶっていたのですが、期間延長で受検しパスしたとのこと。今年はたくさんの方々に

も声をかけて「検診」を受けて安心のハガキをもらえるよう、そして自分の健康は自分で守る自覚を持つようにしなければならぬと思いました。どうぞよろしくお願い致します。

何年も年金を支払ったが、とても心配

河田道子さん（清水町）

私は主人が亡くなってしまったので遺族年金を頂いております。毎日テレビのニュースで年金のことを放送していますね。何年も支払いをしてきたのに払ったという記録がないとのこと。これから心配です。六五歳になったら私も遺族年金が減ります。国民年金が加算されます。果たして今と同じくらいもらえるのかな!

地震で被災者の一日も早い心の復興も祈願

佐藤セツさん（帯広市）

新潟の地震、何とも気の毒で言葉ありません。北海道は台風、地震が少なく、本当は喜ぶべきなんでしょうが、テレビ・新聞のニュースを見ているとどうして毎回被害に遭うんだらうと考えてしまいます。住み慣れた土地、家、あきらめられないうでしようが、やはり命を大事に考え、一日も早く元の元気な生活出来ますようにと祈るだけです。北海道にいらつしやいと

各友の会連絡先

- 【友の会連絡協議会】〇一五五二一四一四四
- 【音更】重堂 清子 〇一五五二一四二二四
- 【士幌】和田 鶴三 〇一五五二一四二二四
- 【上士幌】山本 政俊 〇一五五二一四二二四
- 【新得】西田 義雄 〇一五五二一四二二四
- 【清水】妻島 靖子 〇一五五二一四二二四
- 【鹿追】武田 耕次 〇一五五二一四二二四
- 【芽室】米倉 興幸 〇一五五二一四二二四
- 【中札内】西村 和正 〇一五五二一四二二四
- 【更別】小刀 博 〇一五五二一四二二四
- 【大樹】有岡 千恵子 〇一五五二一四二二四
- 【尾手】旗手 恵子 〇一五五二一四二二四
- 【幕別】野原 恵子 〇一五五二一四二二四
- 【札内】高野 幸雄 〇一五五二一四二二四
- 【忠類】増田 武夫 〇一五五二一四二二四
- 【池田】吉田 清治 〇一五五二一四二二四
- 【本別】加藤 孝一 〇一五五二一四二二四
- 【足寄】田利美智子 〇一五五二一四二二四
- 【陸別】鉦取 貢 〇一五五二一四二二四
- 【東】高城 恵子 〇一五五二一四二二四
- 【柏】渡辺 渡 〇一五五二一四二二四
- 【光南】村上 孝一 〇一五五二一四二二四
- 【鉄南】後藤 等 〇一五五二一四二二四
- 【中央】福島 保 〇一五五二一四二二四
- 【啓北】内田 豊 〇一五五二一四二二四
- 【栄】岡山 啓子 〇一五五二一四二二四
- 【開西】岡本 顕 〇一五五二一四二二四
- 【西帯広】清水美喜子 〇一五五二一四二二四
- 【西南】田所 豊之 〇一五五二一四二二四
- 【緑ヶ丘】片石 祐一 〇一五五二一四二二四
- 【白樺】高宮 裕 〇一五五二一四二二四
- 【新緑】渡辺 宗雄 〇一五五二一四二二四
- 【柏林台】横塚 恵利子 〇一五五二一四二二四
- 【緑西】村上久美子 〇一五五二一四二二四
- 【稲田】平 麗子 〇一五五二一四二二四
- 【大空】畑中 庸助 〇一五五二一四二二四
- 【川西】伊沢 恵子 〇一五五二一四二二四