

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

第9回友の会世話人交流会

安心して住み続けられる

まちづくりをめざして

一月十九、二十日第九回十勝勤医協友の会世話人活動交流会（高野幸雄実行委員長）が笹井ホテルで開催され、世話人一四一人、職員他五一人が参加しました。全体講演や分科会（六会場）、夕食交流会など企画を通して交流を深めました。

【全体会・講演】

第九回友の会世話人交流会は、「安心して住み続けられるまちづくり」をめざして、学びと交流を目的に開催されました。講演は、医療や介護問題から住まいについて不安が増している現状か

ら「安心して住み続けられる居場所・地域づくりの実践から」と題して、

室田ひろ（株式会社北海道勤労者住宅医療福祉協会 東在宅総合支援センター長）さんから話されました。

（講演要旨は2面）

【分科会・交流会】

分科会は、笹井ホテル・札内スポーツセンター・百年記念ホールま各会場で「介護実践者を囲んで」、「料理教室」などに世話人さんや職員が参加しました。

夕食交流会では、光南

友の会や川西友の会、職員などから歌や踊りなどが披露され、会場は声援や大きな拍手、笑いで大いに盛り上がりました。

第①分科会

『安心して住み続けられる居場所・地域づくりを語る』



小内浩さん（勤医協在宅社長）が学習講演を行い五〇人が参加しまし

に」のメッセージが印象的でした。

第③分科会

『ドクターと気軽にトーク』



た。メモを走らせるなど真剣に聞き入り「経営的に成り立つのか」「行政との関係は」「どの施設体系がベストなのか」など具体的な質問が多く出されました。地域で住宅を含め高齢者が安心して住み続けられる街づくりを考える貴重な学びの場となりました。

第②分科会

『介護実践者を囲んで』



在宅で介護の実践をさ

れている板谷弘さんと岡山啓子さんをお招きし、日々の介護状況や悩み苦しんだ様々なお話を伺いました。「二十四時間三六五時間休みなしの在宅介護は、一人で抱えこむと自分自身が壊れてしまふ、周りの人達に知ってもらうことが大切だし利用できるサービスを使いながら自分自身を大事

ムの決戦で大いに盛り上がりました。

第⑤分科会

『料理教室』



管理栄養士の増川祐子さんを講師に迎え、「安くて美味しいデザート」をテーマに四種類のメニューを調理しました。苺ヨーグルトゼリー、バナナのパバロアなどでした。料理・食べ物好きが集まり、楽しんで食について学ぶこともできました。

第⑥分科会

『ふまねっとで軽運動』



札内友の会の今井孝之さんの指導のもとに、ストレッチからはじまりました。一歩歩きから、少しずつ難しく進みました。手と足が止まったり、笑ったりして和気あいあいに行いました。心地よい汗もかき、楽しかったと言ったことばもありました。

聴診器

「おにぎり おなかいっぱい食べたい。」昨年夏、福岡県で男性が亡くなる直前の日記に叶わぬ願いをつづつてこの世を去った。生活保護を打ち切られ生きる糧を失った餓死だった。帯広病院の中断患者訪問では、「五日間、何も食べていない」という餓死寸前の痛恨の事例を経験した。健康に生きたいというささやかな願いすら満たされない国民生活の実態が広がっている▼「構造改革」の名の下に小泉政権の時代から国民の命と健康をないがしろにし「病気になるたら死ぬ」と言わんばかりの医療政策が急速に進められてきた。医療を打ち切られる患者さん。病院から追いつけられる高齢者。医者にかかりたくても地域に医者がいない…。このままでは、日本の医療崩壊がすすむ▼後期高齢者医療制度を知らせ、中止・撤回を求める私たちの運動は、各地で盛り上がり、怒りの声が地域で巻き起こっている。必要なのは、世界一の医療費抑制政策を止め、国民の命・健康を守るために、国が医療にお金を使うことだ▼いつでも、どこでも、だれもが、安心できる良い医療を。いま、民医連の原点をしっかりと胸に刻み、決してあきらめず、踏ん張ろう。

第4回十勝健康チャレンジに128人が挑戦

昨年9月から10月に実施した第4回健康チャレンジに128人が挑戦しました。

全員のチャレンジ結果を十分に掌握できませんでしたが、健康増進などに対する意識の側面に効果があったようです。

挑戦した2人の方から感想が寄せられましたので、ご紹介します。

大森 晴子さん

今回の健康チャレンジは、健康を維持するために良いきっかけになった。継続できなくてもチャレンジを思い出すことによって「やらなくては」と力が入ります。

川原 一雄さん

就寝前、読書をしています。午後10時前に寝るようにしています。たまに、友だちと飲みに行く時も健康のために遅くならぬよう心がけています。



帯広病院が建つ前のようす(左側は八条コーポ)

シリーズ①
建設運動
帯広病院の前身はベッド数十床の診療所です。今から二三年前に開院しました。今でこそ、三万人もの友の会員に支えられている十勝勤医協ですが、建設事務所が開設され私が

札幌の勤医協中央病院に在籍していた小倉先生や本川婦長が週末休み返上で来てくださり、十勝の全町村を走り回って健康相談会を開きました。相談会に参加した方々が中心になって各地に友の会が結成されました。折しも全国規模の出資詐欺事件が報道され、建

設資金集めには決して良い情勢ではありませんでしたが、わずか半年で二億六千万円もの資金が寄せられ、友の会員は七千人を超えました。無名で何の実績もない十勝勤医協にこれほどの資金が寄せられたのは、「患者の立場にたった病院をつくらう」と一軒一軒地域を回って協力を訴えてくださった、たくさんの方の世話人さんの熱意のたまものでした。



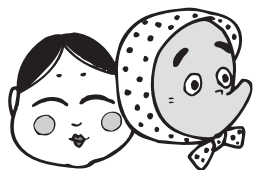
まずはじめにひよつとこ踊りが始まると利用者さんから笑い声や拍手が聞かれとても楽しそうでした。次の皿回しでは、小さい皿や大きい皿を回していつて驚いた様子で見えていました。カラオケでは「岸壁の母」を熱唱され、懐かしい曲に

デイサービスすずらん

拍手や笑いの歓声

ひよつとこ踊りに
では、一月八日にボランティアでひよつとこ踊り
等披露して下さいまし
た。

一緒に口ずさんでいる方も何人かいました。最後の南京玉すだれでは、すだれが神社の鳥居の形など色々と見たことのない芸に目を丸くして見ていました。帰る前には、一人一人と握手をして下さり「是非また来て欲しい」という声も聞かれ心から楽しみ感謝されたひとときとなりました。(すずらん 三浦かおり)



安心して住み続けられる居場所・まちづくりの取り組み

講演要旨

室田ちひろさん

(株式会社北海道勤労者在宅医療福祉協会
東在宅総合支援センター長)



今回は、私の働いている法人である勤医協在宅での住居系サービスの取り組みについてお話しさせていただくことになりました。

心配や介護問題などある中で、住まいについての不安が増しています。黒松内では、医師体制から病床を残すことが難しい状況となり、全職員で入院している方をどう守っていくのか、黒松内という地域でどんな役割を果たしていくのか、といった議論を経て診療所の二階部分を共同住宅に改修し住まいの確保を行いました。札幌東区のハンズでは、看護学校の寮を改

修し地域の中で、安心して生活できる住居を提供しようという取り組みをはじめました。住居系サービスは初めての取り組みなので、試行錯誤、右往左往していた面もありますが、入居されているみなさんの笑顔や言葉に支えられています。どちらも満足状況で、空くのを待っている方もいらつしゃるということです。また経営的側面としても、ヘルパーや訪問看護



などのサービスが効率よく利用していただけるなど、メリットがみられており、今後法人としても住居系サービスを拡大していく方針で検討をしています。

私たちは、介護分野を担当している法人ですが、情勢を学び社会や地域で何が起きているのか、これからどんなことが考えられるのかということを経験を学ばせたい。私たちがの取り組みをお話することで、イメージをもつていただくとありがたいです。よろしくお願いいたします。



のかということから出発して議論をしてきました。私たちの取り組みをお話することで、イメージをもつていただくとありがたいです。よろしくお願いいたします。

ケアセンター白樺

皆で「ヨイショー」と餅つき

2階で餅つきと誕生会
帯広でも厳しい寒さが続いています。しかし、以前から利用者さん皆様に『餅つき』を行うこと
を伝えていた為か、始まる前から施設内は熱気にあふれていました。

餅つき経験のない職員による、作業を皆さんが心配そうに見つめ、ボランティアさんなどの協力で餅つき&誕生会がスタートしました。餅つきは、職員が後方で援助しながら男性利用者や利用者さんのご家族で順番につき、途中で「興奮・感激」

により泣いてしまう利用者さんもありました。一突き「ヨイショー」と掛け声がかかり、参加の皆さんは一体となり大変盛り上がりました。

誕生会では、職員から誕生会十人に一言を沿えて誕生カードを渡すと、涙を流し喜ばれたり、お礼として、歌を披露してくれる利用者さんがいたりするなど拍手であふれていました。

ついた餅を、皆さん「美味しい」と食べられ、職員が心配になるほど次から次へと餅を食べ「何個食べたかわからない位、食べた」と満足されていました。

(ケアセンター白樺 笠野健一郎)

検査の紹介⑨

CT検査

帯広病院 診療放射線技師 鈴木 ちあき



どんな検査？

『CT』とは、Computed Tomographyの略で、コンピューター断層撮影といわれています。

X線を身体の360度方向から当て、コンピューターで処理し、身体を輪切り（横断像）にした画像を得る事が出来ます。輪切りだけではなく様々な方向の断層像や、立体的な画像（3D）も作成できます。

これにより、身体の中の様子をより詳しく検査することが出来ます。

CTは帯広病院、白樺医院、柳町医院にそれぞれ1台ずつ設置されています。

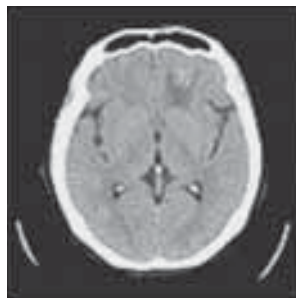
それでは、当院で主に行われている検査についてご説明します。

脳CT

脳梗塞・脳出血・脳腫瘍・脳萎縮などがわかります。

頭痛・四肢の麻痺やしびれ感・めまい・嘔吐・頭部打撲などがあり、前述のような脳の疾患が疑われる場合に、この検査を行います。

脳CT



肺CT

胸部X線写真では、心臓や肝臓・骨などが重なっているため、それらに隠れている肺の部分の小さな病変を観察することは困難です。しかし、CT検査では1cm以下の腫瘍や、タバコが主な原因の肺気腫なども明瞭に映し出すことが可能です。

次に該当する方は病気の早期発見のため、ぜひ一度肺CT検査をおすすめします。

・タバコを吸っている、または長年吸っていた。
・自分は吸わないが、他の人の煙をたくさん吸い込んだ（受動喫煙）。

・家族が肺ガンに罹ったことがある。
・アスベスト吸引歴がある。

肺CT

（丸で囲んでいるのが約1cm大の腫瘍）

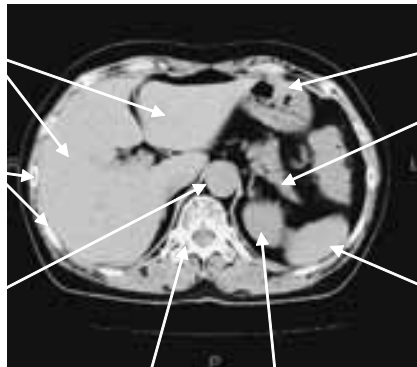


腹部CT

上腹部では肝臓、脾臓、膵臓、胆道、腎臓など、下腹部（骨盤腔）では子宮、卵巣、前立腺、膀胱などを観察することかできます。

また、腫瘍などの状態を知るために、造影剤を使用（静脈注射）して検査を行うことがあります。

正常腹部CT



胃

膵臓

脾臓

腎臓

脊椎

肝臓

肋骨

大動脈

このほかに、耳鼻科においては、頸部（甲状腺・耳下腺など）や、副鼻腔、内耳などの検査も行います。

副鼻腔CT

（右上顎洞に膿がたまっていて「ちくのう症」）



上顎洞の異常

検査中のお願い

①検査時間は5～20分です。

②検査位置がずれないように検査終了まで体を動かさないでいてください。

③頭部や四肢の検査以外では、息を止めていただき検査を行います。

④息を止めている時間は15秒～20秒程度です。

⑤息止めは、何回か繰り返して行います。

⑥息止めの度に、息を吸う量が違ってくると、検査位置がずれたりして検査の精度が悪くなりますので、毎回同じ

様に息を吸って止めます。



検査料金

フィルムの枚数などによって変わりますのでおおよその料金です。

○脳CT

一割負担

一三六〇円

三割負担

四〇九〇円

○肺・腹部CT

一割負担

一四六〇円

三割負担

四三八〇円

○腹部造影CT

一割負担

二七五〇円

三割負担

八二六〇円



病棟クリスマス会

帯広病院

賛美歌、カラオケを楽しむ

十二月二〇日、病棟ホールでクリスマス会を開催しました。

一ヶ月前から、患者さんに協力を得てホールの

飾り付けをしました。患者さんの手作りパッチワークや、折り紙の花飾りで病棟内は素敵なクリスマス会場となりました。

当日はほとんどの患者さんが参加し、サンタの帽子やトナカイの角の飾りをかぶってクリスマスを楽しみました。

また、聖公会の聖歌隊のみなさんが、賛美歌など披露してくださいました。患者さんより、「歌を聞いて、心に響き涙が出そう」などの感想がありました。



最後に木村（医師）サンタが患者さん一人一人にカードを配り、病棟クリスマス会は患者さんのたくさんの笑顔もみられ、大成功で終了しました。（帯広病院 野口 寿恵）

ワンポイント耳鼻咽喉科

頑固な鼻詰まり

ありませんか？

木村 孝 医師



『鼻茸』できてませんか？

『鼻茸』は慢性副鼻腔炎（いわゆる蓄膿）に合併する病状で、鼻ポリープとも呼ばれています。鼻かぜからこじらせて、膿のような黄色の鼻

汁がでて、鼻づまりが長期間治らなくなったら慢性副鼻腔炎と呼びます。その時に鼻の中に、白い水ぶくれのような『鼻茸』ができることがあります。鼻の中の粘膜がきのこ状に水ぶくれを起したものです。癌化することはありませんが、上顎癌の合併症で鼻茸ができることもあります。治療法は、吸入など局所療法、抗生剤・抗アレルギー剤の内服を行い、改善しなければ取り除く摘出術をおこないます。この病気は慢性副鼻腔炎やアレルギー性鼻炎と深い関係のあるものです。そのため、これらが悪化すると鼻茸も再発する可能性があります。何度も鼻茸切除することもあります。鼻の穴から切除可能で、手術も日帰りでも可能なことが多いのでご相談ください。

友の会連絡会コーナー 生き生き広場

新年総会で 元気にスタート

東友の会

一月六日東福祉センタ
ーで東友の会の総会が開



かれ、二〇人が出席しま
した。
午前一〇時より役員が
買い出し、一〇時半頃よ
り次々に集まってきた会
員の手でオードブルの盛
り付けが行われ、一
時より総会が始ま
りました。昨年は会
員も元氣も目標達成、
六月から九月に毎土
曜日に朝に行われた「歩
こう会」や、秋のバ
ス旅行で旭山動物園
に行ったことリンダ
ブルやウエス集め、
高齢者医療改悪反対
の陳情を市議会にし

た事など報告、決算や予
算審議をしました。世話
人会や歩こう会にもつと
多くの方が参加しやすい
ように検討することや、
民謡の会もしたい署名の
訴えなど活発な意見が出
されました。

総会後は楽しい懇親会。
ご馳走にいろいろなお酒、
ゲーム、歌や詩吟、俳句
俳句披露もあり、百人一
首、花札、カルタ等々大
いに盛り上がりました。
(東友の会 山口久美子)



今年度初めての 相談会

川西友の会

平成一九年度の初めか
ら計画していた健康相談
会でしたが、農繁期には
全く無理ということでは
なく無理にやろうという
ではと心配していました。
しかし、今月一五日寒の
さなかでしたが七人の方

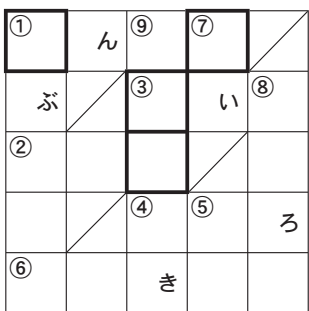


が参加してくださり、会
員さんも一人増えました。
血圧測定、尿検査、体
脂肪測定、血液さらさら
度チェックをはじめ看護
師さんの話にも耳を傾け、
よい勉強になりました。
また、質問コーナーでも
様々な質問と笑いが飛び
交い、和気あいあいのう
ちに終わりました。
後日、川西市街で今回
と同じ内容で予定してい
ますので、多数参加をお
願ひします。
(川西友の会 伊澤佐恵子)

頭の体操

太枠の文字を組み合わせてできた言葉を並び替えて、意味のある言葉を答えてください。

出題者は長尾千恵子さん(音更町)です。



よこ

- ①手厚いもてなし
- ②秋の虫、体が細長く飛ぶ
- ③練習、〇〇〇着
- ④前の反対
- ⑥光の異常屈折で景色が変化して見える

たて

- ①夏の虫、雄の頭に角
- ⑤黒の反対
- ⑦物の〇〇方
- ⑧功績
- ⑨掃除用具のひとつ

【ヒント】

毎日記入しましょう。

答え「〇〇〇〇」

(カタカナで記入してください)

「」の中の文字を全文ハガキに記入して送ってください。

【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】

〒〇八〇一〇〇一九

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@tokachi-kin-ikyoor.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】

二月二〇日(当日消印有効)。発表は第二八七号(四月号)紙上です。

【第二八三号の当選者】

答えは

「後期高齢者医療制度」でした。

応募総数一〇八通、正解者一〇八通の中から抽選により、次の一〇名の方が当選しました。

(敬称略)

伊藤建一・加藤智恵子・萩原節子・藤川勝美・簗島良行(以上帯広市)・鈴木金四郎(清水町)・金森房子(新得町)・伊藤勝子(鹿追町)・吉岡順子(豊頃町)・増川隆子(標茶町)

※頭の体操の問題を募集しています。採用の際には、図書カードを贈呈します。

読者の声

医療と福祉

どうにかして

金谷恵美子さん(札幌市) 後期高齢者医療制度について北海道新聞の記事がありました。読んで理解出来ずにいます。私が担当する利用者の方は、払いたくないと思っても、いくら反対しても年金からきちんと引かれ未納がないようにされると話していました。仕事をしていたら思っている事ですが、介護サービスを受けたいと思っても経済的に余裕がなく利用できる方は沢山いると思います。病院に行きながらも身体の状態

看護師復職支援セミナー

～ご案内～

締切
2月20日(水)

開催日

2008年2月27日(水)

9時30分受付 10時～15時まで。

会場

十勝勤医協本部会館 3階会議室
(帯広市西9条南11丁目1番地)

参加費

無料 人数に限りがありますので早めにお申し込みください。

参加対象

保健師・看護師・准看護師資格取得の方
(現在、働いていない方、今後働きたいと思っている方)

申し込み

十勝勤医協帯広病院

師長室 渡邊まで

TEL (0155)21-4111

E-mail: kango@tokachi-kin-ikyoo.or.jp

セミナーの内容

①最近の医療・看護情勢

②感染予防

③看護技術(注射・採血)

④個別相談

勤医協の 署名運動に感謝

嶋田 禧子さん(帯広市)

後期高齢者医療制度という老人が高齢化するとますます住みにくい世の中にするという事につながります。私は今年三割医療費でしたが、来年からは一割になると喜んでいたので……七四歳まで二割という！そして七五歳以上はまた制度をかえられる。署名運動で一生懸命に取り組んでいる勤医協のみなさんありがとうございます。私も署名しました。

後期高齢者の 法案は撤回を

多胡 一三さん(足寄町)

を話さずにいる方も何人もいます。(病院代業代を気にさせて)医療と福祉……どうにかならないでしょうか。

高齢者いじめ法案はすぐ勝手に決めるけど大事な法案になると何時になったら決まるのか。今の国会は何しているのか解りませんね。後期高齢者医療制度は中止撤回を望みます。

これ以上の 負担は悲しい

藤原エツ子さん(音更町)

日頃政治にうとい私にとって、毎月の友の会ニュースがとても有難く読ませて頂いており、感謝申し上げます。何もかも良きものを削られて、重い負担を強いられるのは悲しい限りです。知恵を出し合って乗り切りたいものです。

— ふるさとの鼓動 北に生きる心むすんで —

民族歌舞団

こぶし座

3月2日(日) 【開場】午後6時

【開演】午後6時30分

帯広市民文化ホール

一般 2,000円 小中高 500円

後援：帯広市教育委員会、十勝毎日新聞社

北海道新聞帯広支社

主催：帯広音楽鑑賞協会

帯広病院

胃カメラ特診のご案内

2月17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