

帯広病院 21-4111
柳町医院 30-3111
白樺医院 38-3500
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

後期高齢者医療制度は廃止へ！

「民医連アンケート調査」保険料下がった7%

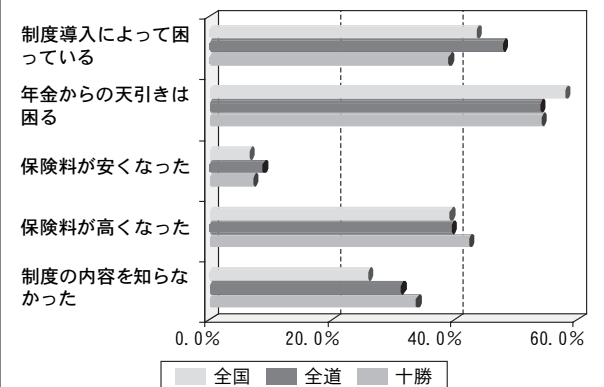
厚労省調査と大きく乖離



帯広病院の待合いで署名の訴えをする加藤さん

民医連アンケート調査結果

6月5日、全日本民医連は「後期高齢者医療制度実施直後アンケート」の第一次報告をまとめ発表しました。全国37都道府県、4645件（そのうち北海道は867件、十勝は270件）を集計したものです。全国・全道・十勝とも同じような結果です。



私たちは、後期高齢者医療制度がはじまり、その影響を把握するために「アンケート調査」を実施しました。

年金からの保険料天引きが行われた四月一五日から五月末までに、病院や診療所などに通院する患者さん・利用者さんなど二七〇名に聞き取りを行いました。「以前よりも保険料が上がった」と答えた人は約四割の一〇六名、「年金からの保険料天引きは困るのでやめてほ

しい」は約六割の一五七名のぼり、「今までも切り詰めて生活してきたが、これ以上の負担は限界」「高齢者いじめはやめてほしい。長生きが悪いことみたいだ」など、悲痛な声が多く聞かれました。

政府・厚生労働省は、新たに保険料の徴収対象となったサラリーマンの扶養家族約二〇〇万人を除き、約七割ほどが、後期高齢者医療制度への移行に伴い保険料が下がったという調査結果を発表しました。私たちが一人ひとりに聞き取りした調査結果では、明確に保険料が下がったと回答したのは、わずかに七割の一八名しかなく、一割にも達していません。この政府が発表したモデル



「後期高齢者医療制度」は七五歳以上を年齢で差別し、保険料は有無を問わず年金から天引き、

試算と、私たちが行った調査の結果は大きく乖離しています。

四月一日に後期高齢者医療制度が実施されてから、そのひどい内容が明らかにになるにつれ、国民の怒りや不満が噴出し、制度の中止・撤回を求める運動が全国各地に広がっています。政府・厚生労働省は、この怒りを抑えようと、あれこれと見直しを行ったり、恣意的な調査結果を発表するなどして

ました。衆議院では国民の声に謙虚に耳を傾け、この法案を真摯に審議し早期に成立させることを強く期待します。

「後期高齢者医療制度」は医療費を抑制することを目指す、年齢で区別し家族を分断し、負担もさることながら、予防・治療・リハビリ・終末期のすべてで後期高齢者を差別するものであり、人間の尊厳を奪う制度です。制度の実施と同時に、病院にかかったときの値段を決める「診療報酬」が改定され、包括定額制の「後期高齢者診療料（月六千円）」が導入されました。このほかにも多数の差別医療が盛り込まれ、簡潔に言うならば、後期高齢者は「なるべく入院させず、入院したら早め

に退院を」、「薬をできるだけ少なく重ならないように」、「慢性疾患は包括医療で医療費がからならないように」、「死ぬときはできるだけ在宅で」、「生きているうちに死に方を決めておくこと」というものです。

全国の六割を超える医師会も「中止・撤回」、もしくは見直しを求めている。後期高齢者医療制度の撤廃は、まさに国民多数の声であると言えます。

私たちは、あくまで「後期高齢者医療制度の廃止法案」の成立の実現に向け、地域の皆さんに国民的共同を呼びかけ、廃止に追い込むために全力をあげる決意です。

この制度は当初、大半の人が保険料は安くなる」と政府は明言していたが、低所得の人の保険料が高くなったりと弱者を大事にしない制度です。私も国民健康保険よりも六割も保険料が高くなりまし

た。保険料を払えない人からは保険証を取り上げることができるようになりました。保険証を取り上げることは「いのち」を取り上げることと同じであり、生存権の侵害です。とても腹が立つこの制度は絶対に廃止するしかない！

後期高齢者医療制度への国民の怒りをなんとか交わそうと必死の自公政権だが、一方で「海外派兵恒久法案」という危ない法案の成立をねらっている。依然として続くイラクへの自衛隊派兵を正当化するために、今イラクで米兵がやっていることを自衛隊ができるようにする内容が盛り込まれているという。▲そういうえばマイケル・ムーア監督の映画「シッコ」に、ガンを患い医療費のために破産した夫婦が登場する胸の痛くなる場面があるが、この娘の夫は父親との別れを悲しむ子どもを残し、イラクに出稼ぎに行っていた。▲「高齢化」をもっともらしい理由に社会保障費が国の財政を追い詰めている、という「宣伝」がふりまかれ、医療や福祉も「自己責任」で、と自公政権は医療改悪や消費税増税しか計算にない。▲ガソリンや食料品の値上げ、異常に高い教育費で、これ以上どう節約すればいいのか……と庶民は深刻だが、軍事費や大企業の大もうけに政府が手をつける気配はない。▲私たちの武器は一票。先途の『シッコ』では「投票にいくことと政治家が何をしたかをみつけること」が政治を変えていくと訴えている。軍事費こそ削って、福祉・教育に、と力をあわせよう。

「後期高齢者医療制度」は七五歳以上を年齢で差別し、保険料は有無を問わず年金から天引き、



保険料の強制的な年金天引きなどが不当として不服審査請求を行った白樺友の会の丸山敬三さん

全道から怒りの声!! 六三九人が不服審査請求

受けられる医療は主治医を一人にきめ、定額制にする。また、終末期は延命治療の確認をするなど、年寄りには「早く死ぬ」といわんばかりの「現代版・うば捨て山」制度です。（反対の世論をうけて政府はすでに部分的な修正を行っているが……）

七五歳という年齢は、戦前・戦後の幾多の苦難を乗り越え、今日まで社会や国に貢献してきた大切な人々です。このような人々を大切に出来ない社会や国は滅びてしまいます。

この制度は当初、大半の人が保険料は安くなる」と政府は明言していたが、低所得の人の保険料が高くなったりと弱者を大事にしない制度です。私も国民健康保険よりも六割も保険料が高くなりまし

た。保険料を払えない人からは保険証を取り上げることができるようになりました。保険証を取り上げることは「いのち」を取り上げることと同じであり、生存権の侵害です。とても腹が立つこの制度は絶対に廃止するしかない！

(杉)

第19回 十勝健康まつり 3000人をこえる来場



無料健康相談やステージ企画、 講演などでにぎわう

講演などでにぎわう

第一九回十勝健康まつり（実行委員会主催）が今月一五日、ドリームタウン白樺（白樺一六西二）駐車場で開催され、三千人を超える人達が訪れました。ステージでは高柳新氏（非営利・協同研究所のちとくらし副理事長）が「廃止しかない！後期高齢者医療制度」と題し

て講演（講演要旨参照）、そのほか帯広大谷高等学校吹奏楽部、津軽三味線の演奏や子供たちによる一輪車の披露などステージアトラクションが会場を盛り上げました。

の計測などメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の健康チェックが行われました。会場では二六店舗の模擬店が連ね、古着や古本などのリサイクル品や野菜、冷たい飲み物、焼き鳥などの販売が行われ、まつりの雰囲気を感じることができました。



三味線集団Muじょんによる演奏



御影太極拳同好会による演技



「廃止しかない！後期高齢者医療制度」講演する高柳 新氏

【講演要旨】

日本に新しい風を



高柳 新氏

沖縄に「ぬちど宝」という言葉があります。「いのちこそ宝」という意味です。人間にとって最も価値あるものは「いのち」だということ。政治・

経済・文化の諸活動は「いのち」を守るための手段であって、それ自身を目的にすることはまちがいです。金がないので年寄りの命は政策的に犠牲にするというのが「後期高齢者医療制度」です。こうした制度を生む政治には二つの背景があります。

争い、戦争に反対（憲法九条を守る）ことと若者を中心とした雇用問題、日本の農業を守ることと一体のことです。力をつけている日本がアメリカに追いついて軍事大国化をめざしていること。政治・

薬剤師募集

十勝勤医協と一緒に働いてくださる
薬剤師さんをご紹介ください。



医療法人 十勝勤労者医療協会
〒080-0019 帯広市西9条南12丁目1 TEL 0155-21-4111
担当：十勝勤医協帯広病院 片桐



健康チェックコーナー（血圧測定）



ラワン路を販売する模擬店

シリーズ⑥

病院22年の歩みを振り返る CT導入

〇八年二月設置

帯広病院放射線技師長
山本 鉄雄

診療所から病院化への医療構想の中でCTの新規導入は必然の要件でした。CTは初めてでした。

当時のCT装置は現在主流の一秒間に何枚も撮影できるヘリカルCTではなく、四・五秒間で一枚撮影するシングルCTでした。CTを販売していた四社の撮影した写真を比較し、この会社は胸部が良く撮れている、この会社は腹部は良く撮れているが胸部は「」などと検討しました。最終的に、勤医協中央病院で導

入していたドイツ・シーメンス社のCTと決めました。管内でシーメンス社のCTは初めてでした。CTの心臓部であるコンピュータは大型で空調設備が必要で、増築された病院一階部分の半分以上を放射線科が占めてしまい、一人しかない技師にとって「ローラースケートが必要だね」と揶揄されるほどの広いスペースと検査件数でした。栄養科から差し入れのおにぎりをもらい、昼休みもCTを動かしていたこ



当時の様子(左 山本鉄雄技師長)

ケアセンター白樺

10周年記念行事 地域に開かれた施設へ

六月一日、ケアセンター白樺開設一〇周年記念行事が行われました。

ケアセンター白樺の一階デイホールで地域友の



会役員、ボランティアの皆さん、職員が集まり総勢八〇名の沢山の方々に参加されました。

余興では「ギーベルカルテット」の皆さんによる素晴らしいハーモニカ演奏、『ハイビスカス帯広』の皆さんによる素敵なフラダンスにすっかり気持ちが癒されました。開設当時二〇歳の新人職員、当時の介護主任二名が中心となって作成した「ケアセンター白樺一〇年のあゆみ」が上映がされ開設当初の様子や現友の会会長も映っていた体験入所

の様子など懐かしい映像に会場は大盛り上がりでした。職員と友の会の方からのテーブルスピーチでは、開設当時の地域友の会活動の様子やケアセンター白樺への期待が込められていました。友の会、ボランティアの皆さんにお礼の気持ちを込めて職員から「おしりかじり虫」を披露しました。いつもお世話になつて

（ケアセンター白樺
看護師長 林下 亜希）

不養生医者の養生奮闘記

～減量作戦 計画進行～

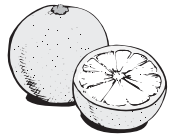
帯広病院 院長 深 町 知 博



減量体験の実感

前回御紹介したりセツトダイエットを始めて一週間で、まず二、三kgの減量に成功しました。前回、このダイエット法については、おおまかに御紹介しましたが、実際に実行される方は、本をよく読んでから取り組んで下さい。また、何らかの慢性疾患をお持ちの方は、必ず、かかりつけ医に許可をもらってから始めて下さい。ダイエットを始めて、最初の一週間は、このダイエット方法を忠実に実行したので、一番大変だったのは妻だった

と思います。朝は、グレイプフルーツを半分(＋α)ですから、グレイプフルーツさえ買っておけば良かったのですが、昼と夜が肉か魚料理一品＋野菜なので、その料理を、リセットダイエットのレシピ集を参考に作るのが大変そうでした。(平日の昼と当直の夜は弁当にしてくれました。当時も言ったけど、再度「ありがとうー」) ダイエット開始一週間終了後のビール一杯が待ちどうしかったことと、一週間ぶりで朝食に白米を食べたときに、昼頃まで体が熱かったこと、昼近くまで腹持ちしていたことを、約二年半たちましたが、今でも覚えています。一週間ぶりの炭水化物摂取だったわけですが、主食としての米(炭水化物)の役割とパワー(?)が実感できました。はじめの一週間は、朝食は八時前くらいにグレイプフルーツを半分＋αのみの摂取だったもので、外来が始まって午前10時前にはすでに空腹の状態でした。お腹がすいて、イライラして患者さんに迷惑をかけるのではないかと、実はひそかに心配していたのですが、意外に冷静で、「ただお腹がすいたなあ」と思いながら診療していました。

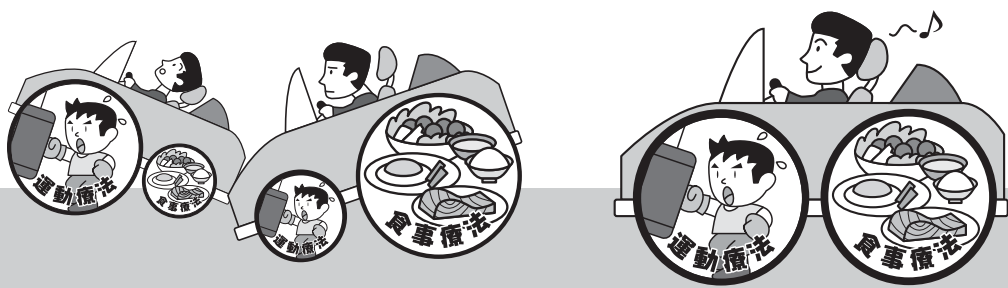


減量にあたっては運動(療法)は必須 ～まず、「ボクササイズ」から始めてみました～

ここで、減量(ダイエット)にあたり、大変大事な点を加えておきます。減量作戦の中心は、勿論、食事療法ですが、同時に、太らない体質づくり(運動療法)をすすめることが、減量に成功して、その体重(体格)をその後も維持する上で、大変重要で(必須と言つてよいでしょう)。私はもともとスポーツは好きなので(特に球技系)、それをやることは、苦にならないのですが、仕事についてから、運動の必要性(ストレス解消および減量、体力維持・向上など)を痛感していました。どうしても続けることができないでいました。働き始めてからは、自分ひとりでできる運動として、水泳を選びました。会員制のスポーツクラブに入会し、折をみて泳ぎに行っていたのですが、途中から、ひどいときは、半年近く行かなく(行けなく)なり、その間、会費だけ払い続けるという、ひと泳ぎ〇万円という、とんでもない(情けない?)状況に陥り、そのスポーツクラブは退会しました。以前から、ダイエット開始時には、運動も是非、同時に始めようと思っていたので、それなりにリサーチしていましたが、その当時、前々から気に

なっていたのが、「ボクササイズ」でした。地元雑誌などで、時々宣伝されていたが、ボクシングジムの暗く、そして、何となくこわい印象から、なかなかアプローチできないでいたのです。三年前の九月の下旬からダイエットをはじめ、たしか一〇月一日に、このボクササイズをやっているジムを思い切って見学に行きました。下は小学生から上は六〇歳代の方、そして、女性もトレーニングに来ていて、指導にあたってくれる会長さんも非常に気さくな方で、そのサポートをされている奥様も、バンテージの巻き方など親切に教えて下さり、思っていたイメージと、いい意味でかなり違っていて、さっそく入会することにしたのでした。ボクササイズの基本は、ボクシングの試合と同様、三分間運動して、一分間休みながら、用意されたトレーニングメニューをこなしていくというものです。トレーニングから始まり、シャドウボクシング(型を何通りか覚えなければいけません)、会長とのミット打ち(これが一番つらい)、サンドバック叩き(ストレス解消になります)、自転車こぎなどフルメニュー

で一五ラウンドくらいあります。最初の頃は、たしか五ラウンド(運動時間正味一五分)が精一杯だったように記憶しています。当初、月に数回を目標に通い、毎回ボクササイズ終了後には、〇・五～一kg体重が減っていました。このボクササイズを続けることで、翌年、六月には、約二〇年ぶりにグラウンドでサッカーができるくらいの体力になっていました。



柳町医院

独居訪問

～身近な存在でありたい～

柳町医院では昨年七月より、高齢で独居の方と夫婦のみで生活されている方を対象に訪問活動を開始しました。現在までに二五名の方の訪問を終えましたが、訪問した方達の生活状況は厳しく、月の収入が一〇万円未満の方は約三割を占め、健康状態については四割近くの方が良くないと答えました。八十代のA



活です。『自分自身もいつどうなるかわからない』という不安を抱えながらも前向きに頑張るAさんに、ねぎらいの言葉を掛けると、張りつめた糸が切れたかの

ように『自分を守るのは自分しかない。誰も助けてはくれないから』と涙ぐむ姿には言葉が詰まりました。妻の年金は四万五千円(二ヶ月分)、そこから介護保険料の一萬一千円と後期高齢者医療保険料の七千円が引かれると、二万七千円しか支給されません。他にも、高齢者夫婦世帯の場合などは、どちらか一方が倒れたら自宅での生活が成り立たなくなるといような家庭もあり、今後訪問活動を続けていく必要性を痛感しています。これからも、私達は患者さんの悩みや不安に対して、いつでも相談にのれる身近な存在でありたいと思います。

(柳町医院 看護師長 二瓶 弘美)

帯広病院

イトーヨーカドー健康チェック

イトーヨーカドーさんの一階催事場スペース(もしくは中央エスカレーター前)にて、一三時半～一四時半の間、健康チェックコーナーを設置しています。帯広病院から看護師・技術・事務の各一名ずつスタッフが参加し、

「普段体脂肪を気にしたことなかった」と言っている方、血圧・体脂肪測定を行っています。結果については看護師から説明と簡単なアドバイスを行い、メタボリックシンドロームについての簡単な解説を入れた結果表をお返ししています。平日の日中ですので、お客さんの通りはあまり多くないのですが、呼び込みの成果もあってか、この日は合計一七名のお客さんが参加されました。「普段体脂肪を気にしたことなかった」と言っている方、血圧・体脂肪測定を行っています。結果については看護師から説明と簡単なアドバイスを行い、メタボリックシンドロームについての簡単な解説を入れた結果表をお返ししています。平日の日中ですので、お客さんの通りはあまり多くないのですが、呼び込みの成果もあってか、この日は合計一七名のお客さんが参加されました。

(帯広病院 事務 澤谷 優)



第17回 十勝勤医協友の会連絡協議会 総会開催



第十七回「友の会連絡協議会総会」は、去る五月三十一日（土）開催されました。

総会には各友の会から代議員一四一人とオプザーバー一人、職員一三人が参加し、提案された全議案が満場一致で採択されました。

議案の討議は、内容のある発言が相次ぎ総会の成功に結びつきました。

以下、発言の特徴的なことを紹介します。

【上士幌 山本 和子さん】
楽しかったグループでの健康チャレンジ、人生の目標を一〇三歳にして、健康チャレンジをさらにすすめていきたい。

【柏林台 鳥宮 勝江さん】
「楽しい事しないの？」から始まった友の会活動。「自分の出来る事は自分で！」その思いをみんなで共有していきたい。



発言をする山本和子さん

【東 山口久美子さん】
六月から九月まで毎週土曜日朝七時から歩こう会、九四歳の方も楽しみにしています。

【豊頃 岩井 明さん】
「ニュースの中に豊頃の名前がないね」「私達の地域でも相談会をやってほしい」の声、会員に友の会の姿が見える活動をしていきたい。

【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】

○郵送

〒〇八〇一〇〇一九

帯広市西九条南十一丁目
十勝勤医協友の会館内
友の会ニュース編集部
○電子メール

soshiki@tokachi-kin-
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（当日消印有効）。発表は第二九二号（九月号）紙上です。

【第二八八号の当選者】

答えは「春一番」でした。

応募総数一一八通、正解者一一八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）

佐藤八重子・細野ヨシ子・大塚節子・河原崎郁子・水上千代子・五十嵐とよ子（以上帯広市）志賀喜吉（音更町）西田幸雄（幕別町）上平俊彦（池田町）山口美代子（芽室町）

※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。

友の会連絡会「一ナニ」 生き生き広場

楽しく健康づくり

過去最多の参加者

開西友の会

新緑友の会

開西友の会の卓球教室も今年で四年目を迎えます。

現在、八名で毎週月曜日午後一時～五時にコスモス福祉センターで、楽しく健康づくりに汗しています。年に一度の旅行会も楽しみの一つです。

高齢者に冷たいご時世、なにより健康が一番の財産です。



五月二九日、緑ヶ丘福祉センターで、過去最多の四一名（初参加九名）という参加で「健康相談会」を行いました。

今回は「血液サラサラ度測定」を中心として尿検査に血圧・体脂肪測定と盛りだくさんのため、五名の職員の方々にお世話になりました。

職員の方々は、

（開西友の会 岡本 顕）

読者の声

高齢者を大事にする
社会を願って

所 美恵子さん（帯広市）

私は子供と高齢者を大事にする社会を願っています。

高齢な両親はどうにか二人で生活していますが、後期高齢者医療制度を理解できないまま年金から天引きされています。ひどいと思います。

廃止の署名も一一〇筆という成果で、終始楽しい雰囲気の中、有意義な健康相談会となりました。

（新緑友の会 渡辺 宗雄）

楽しい友の会活動

緑西友の会

五月二四日（土）一時から明和福祉センターで第五回緑西友の会総会と懇親会が行われました。

参加者は三七名で顔見知りのかたも多く和やかにすすみました。今年度も会員を二〇名、いつでも元気を二部増やす、多様な健康相談会を開く、日帰り旅行など会員の親睦を深める活動を行うことが拍手で承認されました。懇親会では、毎年好評のお弁当と山菜料理の差し

強制加入なんて！

嶋田 禮子さん（帯広市）

三寒四温で気温の差が著しく変化して体調をくずしている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

後期高齢者医療制度の廃止運動をいくらしても強制加入されてしまい残念です。

私はまだですが、介護保険は年金から引かれまです。だからといって介護保険は病気になるまでもすぐ支給されるわけではなく困った世の中です。

入れを食べた後、歌に合わせてからだを動かしたり、各チーム対抗のイメージゲーム、そしてビンゴゲームで楽しく終わりました。初参加の方から「楽しかったので、また参加します」と感想が寄せられました。これから楽しい友の会活動をめざして、みんなで力を合わせましょう。

（緑西友の会 村上久美子）



頭の体操

次の□に漢字一字を入れ、二字の熟語をつくり、□の漢字を並び替えて、○の中に文字を並び替えて入れてください。意味のある言葉を答えてください。

出題者は二瓶 弘さん（帯広市）です。

紅□干 風□季
白□霧
金□香
問□例 直□路
午□点

答え「〇〇〇〇」（漢字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。