

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



安心して利用できる制度が望まれます
（「デイサービスほのか」にて）

高齢者に必要な介護を!! ～認定基準改悪で軽度判定ふえる～

介護保険制度が始まって一〇年。デイサービスに通う高齢者を送り迎えする車をあちこちで見かけるようになりました。かつては家族まかせだった介護が社会全体で支えるシステムになったからです。自宅でヘルパーや看護師の訪問サービスを利用する人も増えました。ところが、介護保険サービスの利用の入口とも言える要介護認定方式が、今年四月から改悪されたため新たな問題が起きています。

認定を軽くして 二八四億円節約

今年四月、国会で日本共産党の小池晃参院議員が、ある内部文書を取り上げて質問しました。

文書は、厚労省で昨年春に行われた会議の資料で、「認定方式を変更すれば給付費を二八四億円削減できる」と書かれていたのです。

今回の基準変更が、高齢者のためにするのではなく、国が給付費を減らすための手段だったことが暴露された瞬間でした。小池議員は、新認定基準の実行中止を強く求めましたが、舛添厚生労働大臣はあくまでも実施に

こだわりました。

コンピュータ判定で 三割以上が軽く

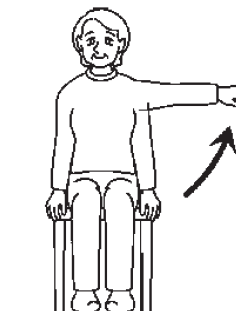
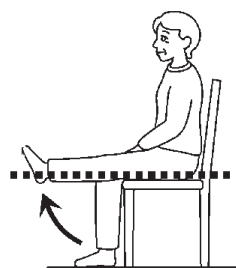
厚労省が期待した通り、新方式で要介護認定を行った結果、コンピュータの一次判定で三割以上の人が以前より低い介護度が出ました。

帯広市でも四、五月、一次判定で三五％が軽度に判定されています。

厚労省は先の国会質問のあと「軽度認定による混乱を防ぐ」として「希望者は前回の介護度で認定する」経過措置（九月まで）をとったため、直接的な影響は避けることができました。もし完全実施されていれば、多くの高齢者が介護度を低く認定され、一カ月に利用できる限度額（下段の表）が制限されるために、これまで使っていた介護サービスが利用できない事態が起きるところでした。

基準「見直し」でも 問題はそのまま

厚労省は、批判が多い新基準を見直した改定基



厚生労働省「認定調査員テキスト」より

準を一〇月から本格実施すると発表しました。しかし、見直しはほんの一部で、経過措置が九月末で廃止されるため、軽度認定が生み出されるしくみはそのままです。

歩くのが不自由でも 「麻痺なし」

従来基準の「麻痺」の項目では、足の筋力が衰え、ちよつとした段差でつまずいたり転んだりする状態は「下肢の麻痺」となり、一次判定に反映されました。

ところが、改定基準では同じ状態が「麻痺」とはならず、イスに座った状態で足を前に九〇度、腕なら横に九〇度あげて静止できれば「麻痺なし」です。（右の図）

必要な介護が 利用できる制度に

高齢者の身体状況や個別の介護内容はコンピュータで単純判定できません。そこで、専門家による認定審査会（二次判定）で最終判定されます。

そのため、審査会に出される「主治医意見書」「訪問調査票」に具体的

	月額利用限度額（円）
要支援1	49,700
要支援2	104,000
要介護1	165,800
要介護2	194,800
要介護3	267,500
要介護4	306,000
要介護5	358,300

利用限度額

介護の相談は、
居宅支援白樺 41-1167、
居宅支援柳町 30-3115に
お気軽にどうぞ

聴診器

人の命は重い。明るく、多くの人に信頼されていた三十三歳の青年が自死した。かわいいい盛りの

1歳の娘と妻を残して。この死に、納得ができない、青年を追いつめた音、更農協に謝罪して欲しい、と青年の父親と妻が裁判をおこし、先日裁判所が和解勧告を出した。農協は遺族に謝罪し、二度とこうした事態が起こらないようにすること、証言した労働者が不利益を被らないことなどが和解文にもりこまれた▼先日行われた「報告会」での弁護士さんの発言に胸が熱くなった。「企業は働く人を決して死なせてはならない。もしそうした事態を起こしてしまった場合は謝罪し、最大限の保障を行う。こうした当たり前のことを裁判でたたかただけだ。」▼どの人もその能力を発揮し、生きいきと暮らすことは、人間の基本的権利だ。働く人々の命が軽くなる政治が広がっている。この裁判を支えた人たちは、この青年の命の尊さを思い、支援を広げ、ご遺族の気持ちに寄り添いながら和解勝利に導いた。▼今、働く人々の命と健康を守る、という民医連の仕事とたたかいが輝く時代。憲法を力に、怒りを行動に。！。

（杉）

原水爆禁止世界大会 in 長崎 「核のない世界を目指して」

帯広病院 須藤ともみ
原水禁に参加し、被爆者の被爆体験のお話を聞き、実際に経験した彼らが辛い過去を私たちにお話してくれる勇気に、とても頭が下がる思いになりました。また、分科会で実際に佐世保市まで行き佐世保基地の見学をしてきました。佐世保港には何十隻とならぶ灰色のイージス艦を目の当たりにし、異様な空間がありました。

一日も早く核兵器廃絶の日を迎え、戦争の無い世界が訪れるために私達もできることから行動し、

八月七、九日に長崎で行われた。原水爆禁止世界大会に十勝勤医協・ファーマケアから三名の代表を派遣しました。多くの募金・署名にご協力いただきましてありがとうございます。三名の方から感想をお聞きしました。

いかなければならないと強く感じました。

ケアセンター白樺 小川美香
大会の中で、被爆者のお話を聞く事ができ、戦争の悲惨な事実を知りました。小学生の時に原爆にあい、そのことで、暴言を言われたり、裸にされみせものにされたり、毎日いじめられたりしたとの事でした。人間不信、自殺、子どもの結婚破談など、原爆は人を一生苦しめているのです。いつも頭の中に平和を考える事、花、草、人のすべてを愛してほしいという願



あじさい薬局 川島寿之
自身の見聞を広げることができました。最も衝撃を受けたのが、被爆者の方のお話でした。一発の原爆で一変させられた人生の悲惨さを学び、原爆被害者を二度と作るべきではない、核廃絶は早急に行われるべきだと強く感じました。



ヘルパーステーション白樺
サービス提供責任者 村上あゆみ

訪問介護（ヘルパー）は高齢者にとつて最も身近な介護サービスです。要介護認定を受けられ、要介護・要支援状態になった方が、自宅での生活が続けられるように利用者さんのご自宅に訪問し、起床・就寝介助や排泄、入浴、食事介助など、利用者さんの身体に直接触れて介護を行う身体介護や調理、洗濯、掃除、買い物などの生活援助を行っています。ヘルパーを利用する際には、その方の状態や必要性について担当ケアマネジャーと話

医療・介護の現場から シリーズ⑧

社士の国家資格を持つっており重度の方の介護にも対応しています。また、年齢層も幅広く、料理が得意なヘルパーも沢山いるため、ヘルパーが作る料理はとてもおいしいと

し合い利用回数やサービス内容を決めさせて頂いています。

ヘルパーステーション白樺は、訪問介護員一七名のうち、六割が介護福祉士

喜ばれます。

利用者さんの中には奥さんや旦那さんを亡くし、一人暮らしをされてる方もいます。「今まで一人になつて寂しかったけど、ヘルパーさんが来てくれるようになって話しもできるし毎回来しみにしているよ」と言ってくくださる方、ヘルパーを利用することで「住み慣れた自宅で生活が続けられる」「ヘルパーさんに手伝ってもらふことで、自分でも家事ができるようになった」「安心して家族が仕事に出掛けられる」などの感謝の言葉も沢山頂いています。

私たちは、今後も利用者さんが住み慣れた自宅で安心して生活が出来るよう、支援させて頂きたいと思っています。

国保料減免集団申請会

保険料が払えない人は病院にだってかかれない。



一九八五年 帯広市は国保税の滞納者に対して保険証の窓口交付を実施し、三〇〇〇〜三五〇〇世帯に保険証が渡されず

大きな社会問題になりました。

当時、十勝勤医協（設立当時）、帯広民商、新婦人などの団体があつま

り「国保問題市民連絡会」（十勝社会保障推進協議会の前身）を結成し、市民に実態を知らせ学習会を行い、市長や市議会へ要請・交渉を行いました。その結果、一九八八年十二月に「保険証の無条件交付」（Ⅱ全世帯に郵送）、一九八九年七月に高額医療費受領委任払い制度の実施（その後全市町村で実施）、一九九二年四月に保険税から保険料へ移行に伴い「減額免除制度」の実施となりました。その後、十勝社会保障推進

協議会では毎年集団減免を実施しています。

今年の申請会に参加した方の申請理由には、「昨年十二月より夫が病氣（癌）となり、退院後、療養に専念していますが、今まで勤めていた会社を辞めざるを得なくなりました。受診時の医療費負担も重くなりました。」「私は前立腺ガンと糖尿病、妻も糖尿病と橋本病で通院しています。昨年（特定疾患の）医療費が自己負担となり、年金も少ないので保険料を軽くして

もらいたい。」というように、病氣によって収入が減少したり、医療費負担が生活を圧迫していることが書かれていました。また、「今年一月から失業のため、生活が困窮し納付が困難です」という方もいて、雇用情勢の悪化による理由もありました。

引き続き「集団減免申請会」に取り組み、制度を知らせ広げていきたいと思っています。

（十勝社会保障推進協議会 事務局長 小田幸治）

年1回は 大腸がん検診を!!

帯広市では、40歳以上の市民の方を対象に大腸ガン検診を通年で実施しています。40歳以上の友の会の方には「無料」で受検できますので、1年に1回は受検しましょう。

詳細は、下記までお問い合わせ下さい。

十勝勤医協帯広病院 電話：0155-21-4111
十勝勤医協白樺医院 電話：0155-38-3500
十勝勤医協友の会連絡会 電話：0155-21-4144

五十肩ってなぜ起こるの？



作業療法士

塚越健一郎

例えば……

- ・高いところに手を伸ばすと肩の付け根が痛い。
- ・服を着るのに腕を伸ばすと痛くなる。などなど。

急に痛くなる肩の痛みは50歳ころになると「五十肩じゃない？」と言われることが多いと思います。

そもそも五十肩って何でしょうか？

五十肩は病名ではありません。50代に多い肩の痛みのことです。五十肩の明確な発生原因ははっきりしていませんが、肩の関節、関節周囲の靱帯・筋・腱・関節包（関節を包む膜）などが、炎症や拘縮（硬くなり動きにくくなること）を起こすからとされています。

五十肩を引き起すといわれる原因例

- ・全身を使う運動をしなくなった。（筋肉が弱くなる）
- ・高いところに手を伸ばす事が多い。（洗濯物を干すときなど）
- ・腕や肩に負担のかかる運動をしすぎる。（パークゴルフ、ゴルフ、テニスのスイング）

痛みの症状別に対処方法を説明します

◎急性期（痛みが強い時）

関節周囲の炎症が強い時です。少しでも肩を動かすと痛みが出てしまいます。このような時は肩にシップを貼るなどで炎症を鎮めます。無理をして動かすことや重い荷物を持つことは避けるようにしましょう。

◎慢性期（強い痛みが治まる時）

この頃になると肩の痛みがやわらぎ、腕が水平になるところまで上げる事ができるようになります。この頃から少しずつ運動を始めていきます。お風呂に入り肩を温めながらゆっくり腕を挙げたり、回したりすると良いでしょう。

今日からできる五十肩体操

日頃から簡単に行える体操を紹介します。（急性期と思われる方はしないでください）



コッドマン体操（アイロン体操）

アイロンやペットボトル（1kg程度）を持って前後（斜めくらいまで）に振ります。

腕の力で振るのではなく、肩の力は抜き腕が振り子になったように振ります。

1日10回から始めて、徐々に回数を増やしていきます。

棒体操（タオル体操）



棒またはタオルを持って上下に動かします。

1日10回から始めて、徐々に回数を増やしていきます。

どの体操も痛みを我慢できる程度まで動かしてください。動かす範囲が少ないと肩の関節内で癒着を起こし、動きにくくなってしまいます。

痛みの感じ方は個人差がありますので、できる範囲で体操を行うようにしてください。

おわりに

五十肩は病名ではなく症状からついた名前です。肩関節周囲の炎症の原因は色々ありますので急性期に挙げたように痛みが強くて腕が挙がらない方は病院受診をお勧めします。

日頃からスポーツやラジオ体操など全身を使う運動をすることが五十肩にならないための予防になると思います。

以上、簡単ですが、ご不明な点などございましたらご連絡ください。

六月、昨年十一月まで調理師の仕事をしていた六十三歳の男性（独居）が柳町医院を受診しました。二回目の受診の際に、「月七万円の年金だけで医療費負担が大変」ということがわかり詳しく話を聞くと、難病に加え脳腫瘍や膀胱ガンを患い、将来を考え足らない生活費を補うために再び調理師の仕事をしようとしていたが、主治医からは「もう仕事はできない」と言われたそうです。何か良い方法がないか相談していると、「せめて国保料と医療費の負担が軽くなれば…」と話しました。

いずれは生活保護を受けることを考えていますが、まだ預金があり何とか生活ができます。しかし、昨年十二月以降は病気によって無職となり、明らかに収入が著しく減っていることから、まずは国民健康保険料の減免手続きをすることにし、同時に「国保法四十四条」適用の申請をすることにしました。

八月六日、音更町に申請書を提出し受理されましたが、適用の可否についてはこれから審査されます。

『国保法四十四条』とは、「特別の理由があり一部負担金を支払うことが困難であると認められたものに対し、一部負担金を減額・免除、徴収を猶予することができる」というものです。しかし、全国的に条例を定めて運用している自治体は少なく、十勝管内でも適用された例は聞いたことがありません。

厚労省は運用基準を示し、来年度から市町村への財政支援を行う方針ですが、低所得者の窓口負担減免制度がつけられることが期待されます。

（柳町医院事務長 小田幸治）

柳町病院

せめて病院代だけでも… 生かそう！「国保法四十四条」



帯広病院

病棟夏まつり

七月二三日（木）の午後二時から、病棟ホールにて夏まつりを行いました。毎年の恒



例となっている流しそうめんの他に、かき氷とたい焼きも振る舞われました。楽しい雰囲気でもみんなで集まって行うせいか、患者さんたちはみんないつも以上の食欲を発揮してくださいます。さらに今年は職員が浴衣を着て雰囲気盛り上げました。華やいだ雰囲気でもいつも以上に楽しく、食欲も刺激されたようでした。水やたい焼きも好評でした。あわせて民謡コンサートも行いました。趣味で民謡をや

っている九二歳の患者さんが披露して下さいました。他に合唱をやっている患者さんご家族も参加していただき、聴くだけでなく全員で合唱も行いました。今回で二回目ですが、前回に引き続き大好評でした。

病院では大きなイベントは夏まつりとクリスマススの年二回しか行うことができませんが、今年はひなまつりにもプチイベントを行いました。今後も入院生活のアクセントになるようなイベントを続けていきたいと思っています。

（帯広病院事務 浅野健太郎）

生き生き広場

友の会連絡会「ナーサー」 ☎0255-221-4244

餌取論医師の故郷で健康相談

陸別友の会

七月一六日、健康相談会が行われました。十勝



参加者と餌取論医師(前列左より3人目)

勤医協からは三人の方が来られ、テーマの「生活習慣病について」、餌取論研修医師に話していただきました。

生活習慣病の要因のひとつにはタバコがあり、「禁煙」についてスライドを見ながら、死亡のリスクが最大で生活習慣病対策は禁煙を最優先すべきという意見があることや、タバコといえば肺がんと思われるが、心疾患や脳卒中その他の原因に

もなること。参加者の質問に答えて、タバコは血圧を上げるので、血圧の薬を飲んでいてタバコを吸うのは二重にもつた悪いことなどが話されました。

その他に、喫煙者のいる家庭などでは家族にも影響があることや長年の喫煙者は「ニコチン依存症」に陥って、なかなか止められない事が多いのでその対処法も教えていただきました。

最後に、参加者の尿検査の結果等を荒木奈緒美看護師から説明を受けて終わりました。

友の会活動を地域に深く広く

札内友の会

六月の青空健康チェックと併せてスタートしたパークゴルフ友の会。二回目の七月二三日は、はらっぱパークゴルフ場(札内橋近く)を会場に開かれました。

パークゴルフを楽しんだ会員一九人、青空健康チェックを受けた人は二十六人と大盛況でした。このあと、二回の実施を予定しています。

例年行われている友の会パークゴルフ交流会は、日程を九月三日に変更し、

【答え】

〇□づくりチャレンジ

【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

〒080-0019

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-

kyo.or.jp

【賞品】

抽選で一〇人の方に、千円分の図書カードをお送りします。

【締め切り】

九月二〇日(当日消印)

【第二〇二回の当選者】

有効。発表は第三〇六号(十一月号)紙上です。

【第二〇二回の当選者】

答えは

「文月」でした。

応募総数一二三通、正

解者一二二通の中から抽

選により、次の一〇人の

方が当選しました。(敬

称略)

高橋誠・中田美恵子・二

瓶弘・森井育子・若松陽

子(以上帯広市)・志賀

善吉・玉木安光(以上音

更町)・渡辺理恵子(幕

別町)・上田治之(芽室町)・

小林敏樹(東川町)

※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。



パークゴルフの合間に血圧を測る女性

焼き肉を食べながら、「秋の大運動月間に入りたいと思います。」

札内友の会は、要求別友の会として、ふまねつとパークゴルフを誕生させました。地域の中に友の会の活動を深く広く根ざして行きたいものです。

(札内友の会 鈴木志摩子)

おとなしく

していたらダメ!

芽室友の会

七月一四日芽室で健康

相談会が行われ六人が参

加しました。「薬の副作

用について」をテーマに

薬剤師の方に来ていただ

き〇×式のクイズをして

説明を受けその後、それ

ぞれの質問に答えてもら

い有意義なものとなりま

した。

話の中では、誤診に悩

まされた事なども出され

て、「おとなしくしてい

るだけではダメ」「自分

らがしつかりしなくては

ならない」と反省も。少

ない人数でしたが、この人数だから話も出しやすかったと喜ばれました。(芽室友の会 瓜田征子)



介護保険料の請求にびっくり

山田公子さん(北広島市) 今年、六五歳になった夫は「これで国が認める由緒正しい高齢者だ」と笑っていますが、先日介護保険料の請求が来て、高額なのにびっくりしました。来年はわたしも介護保険料を支払うようになります。二人合わせた保険料をかんがえろとため息がでます。できるなら保険料は支払うだけにしたいですが、いざ介護をする段階になると十分な介護を受けることがで

一票に住みよい社会を期待

長谷川八重さん(帯広市) 友の会ニュースを楽しみに愛読させて頂いておられます。来る衆議院選挙には、住みよい社会になることを期待し、一票を投じたいと思っています。

これからよろしくお願い致します。

患者さんと家族に

言はれ働きたい

野村昭典さん(稚内市)

ケアマネジャーをして

いて、うれしいことは患

者から感謝されることで

す。先日、勤医協の訪問

診療を受けている方から、

足のむくみをとる薬を飲

んだら、むくみがなくな

り、スムーズに歩けるよ

うになったと言われまし

た。患者と家族に喜ばれ、

働きがいを感しました。

受診しただけで元

気に!

千葉裕子さん(石垣市)

懐かしい十勝健康まつ

りの様子の写真の中に小

倉先生がいらしてとても

懐かしくなりました。お

世話になっていたころダ

イエットの話になり「理

性がないとダイエットは

成功しないよ」という言

葉が今でも心に残ってい

ます。食べたいスイーツ

も『ん!理性で!』と頑

張ってみるも:負けてし

まいます。

いつも穏やかに話して

下さるので受診しただけ

で元気になれそうでした。

いつまでもお元気で...



【ヒント】

今年で六回目、九月から二ヶ月間実施します。

頭の体操

次ぎの分割された漢字の四つの部分を組み合わせ、答えの〇と□の部分に意味のある二つの漢字を入れて完成させてください。

出題者は寺澤英子さん(土幌町)です。

〇の部分

□の部分

人 井 二
バ ー 三 广