

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

第21回十勝健康まつり 天候にも恵まれ2200人が参加



メインステージを務める「こぶし座」

第二回十勝健康まつり（実行委員会主催）が六月二〇日、ドリームタウン白樺（白樺一六西二）で開催されました。内科の医師などによる無料健康相談、ステージ企画、健康チェックなど二千二百人を超える人たちににぎわいました。

今年で二一回目を迎えた十勝健康まつりは天候が心配されましたが、天候にも恵まれ、家族連れをはじめ地域の住民などが訪れました。一〇時の開会式に合わせ、帯広大谷高校吹奏楽部のトランペットを合図に、帯広市保健福祉部長の佐藤好則氏より挨拶を頂きました。

その後、ステージでは、函館を拠点に民族芸能の創造と普及を目的に活動する「こぶし座」、「帯広北高等学校チアリーディング部」による演技、「合唱団エルデ」などのみなさんが会場を盛り上げました。

また、帯広市内の医師の協力を頂き小児科、整形外科、眼科医、泌尿器科医などによる無料健康相談や体脂肪測定、尿検査、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、



医療相談を行う小倉浩夫医師

長蛇の列ができました。会場では、禁煙や検査、健康や病気の予防などをテーマにしたパネルの展示、木工品や手芸品、ソフトドリンク販売なども行われました。

抽選会では、ドリームタウン白樺内の店舗から協賛して頂いた商品券やお米券など、司会者から当選番号を発表することに歓声が起こり、まつりの雰囲気をもっと盛り上げました。



帯広北高等学校チアリーディング部による演技



子ども達による一輪車の演技



帯広大谷高等学校吹奏楽部による演奏



調剤体験を行う参加者

聴診器

▼千歳マラソンに参加してきた。きっかけはとかち健康チャレンジで1万歩挑戦。スローステップ、スロージョギング、そしてフルマラソン完走にこぎ着けた。▼体重も10キロ以上の減量に成功。健康チャレンジに感謝。いい趣味を見つけた。▼反核・平和自転車リレーが10回目を迎えた。青年職員の成長と同時に、共同組織の皆さんから多くのことを学んでいる。▼平和マラソンをインターネッットで調べた。「広島平和マラソン」と「na ha マラソン」が、毎年「平和を祈念し開催」とあった。十勝平和マラソンがあってもいいと思う。

▼昨年、自公政権を退陣させ、鳩山政権が誕生し、後期高齢者医療制度、普天間基地問題の解決など、国民要求の大幅な改善が期待された。▼全ての施策でゆきづまり「国民は聞く耳を持たなかった」と退陣の弁。追い込んだのは国民の良識。菅新政権は「鳩山内閣の政策を引き継ぐ」と明言。ついでに「政治とカネ」を隠し有権者を欺く体質も。▼参議院選挙の投票日が近づいている。社会保障や、国民要求が改善されるように、新「民医連綱領」を学び、実現めざし全力でラストスパート！

（鉄）

第19回 十勝勤医協友の会連絡協議会総会

総会議案が満場一致で採択

第一九回友の会連絡協議会総会が五月二十九日、帯広市内で開催されました。総会には、各友の会から代議員九二人とオブザーバー五人、職員二〇人が参加し、提案された全議案が満場一致で採択されました。

討論では、安心カードの大切さや活用の仕方、近隣友の会と合同で健康づくりを始めたこと、活動が困難な中でも会員の健康を守り、新年会を開催するなど組織活動の重要性など九人の代議員から発言がありました。尚、発言要旨は次のとおりです。

幕別 野原 恵子さん
「後期高齢者医療制度」の廃止に向け、老人会への署名依頼に取り組んだ。四年前、農村部では消極的だったところもあったが、今回はちがった。町内の医院では医師が診察をしながら署名をまわしてくれるなど好意的だった。

音更東 菅原 一晴さん
安心カードは大変重要だと思っている。この間、四回改訂した。柳町の団地では孤独死が続き、友の会と高齢者が結びつくことが大切だと感じた。安心カードは約二〇人に手渡しした。

栄友の会 及川 洋子さん
地域に住む友の会員の健康づくりに役立つように「ふまねつ」とボウリングを定期的に行っている。「ふまねつ」は自前で行っており、毎回一〇〜二〇人参加している。

満場一致で採択



陸別 小野寺政則さん
一昨年から友の会員さんが健診を受ける時に補助を出している。友の会員さんにチラシを渡し、早期発見・早期治療に役立てればという思いから始めた。今年も取り組んでいきます。

白樺 武井純子さん
地域では独居高齢者や持病を抱えて暮らしている人が多く、人ごとでないと思った。このことから高齢者とながらなればと思い、安心カードを作った。今、友の会の出番だと思っている。

鉄南 牧野美智子さん
今年一月に世代交替し、事務局長を引き受けた。世話人会や役員会を開催するための体制を強化した。総会案内を八三〇通出して一三人が参加してくれた。健康相談会の実施や独自ニュースを発行することができた。これからも地域で頑張っていきます。

音更西 増田 浩毅さん
気軽に参加しませんかというチラシを配布し、五月に新緑の国見山を歩いた。他に十勝が丘展望台やエコロジックパーク(音更町)でも楽しく健康づくりに取り組みます。

西帯広 佐々木義則さん
六年前に開西から独立。現在、一八人の世話人で友の会ニュースを宅配している。この間、二つの行事を行った。これからも、行事を通じて世話人さんや宅配をして頂ける方をもっと増やしていきたい。

北海道・水俣病集団検診の実施について

北海道民主医療機関連合会は6月11日、道内在住者を対象にした水俣病の集団検診を7月4日に実施すると発表しました。潜在的な水俣病患者の救済をめざして近畿や関東地方では集団検診を継続的に行っていますが、北海道で実施するのは今回が初めて。

熊本、鹿児島両県のいずれかの出身で、こむらがえりなど筋肉の収縮やけいれん、手や足のしびれ、全身の感覚障害や運動失調、視野狭窄などの症状がある人が対象。検診は午前9時から札幌市西区の勤医協西区病院で実施します。事前予約が必要で、検診料は7千円。北海道民医連の医師のほか、熊本民医連・水俣協立クリニックの高岡滋医師が診察します。

ノーモア・ミナマタ東京訴訟弁護団も来札し、相談に応じます。診察がなく、相談のみの場合は無料。

道民医連の佐藤秀明事務局長は「熊本や東京でおこなわれた集団検診には北海道からの受診者もいます。両県から道内に移住して来た方々の中には多数の潜在的な患者がいるとみられ、救済に向けた手助けをしたい」としています。申し込みは北海道民医連、電話011(758)4596。



地域の活動を発言する牧野さん

大樹 西浦 妙子さん
町内で介護事業を行っている。利用者の状態が変わらないのに介護度が軽い方向に判定されることがある。国から交付金をもらうことができるが、交付されないと思うところがあるようだ。過疎化する地域での高齢者や介護の状況は厳しいものがある。

医局九条の会主催 平和学習会

反核平和自転車リレーを一周間後に控えた六月十八日(金)に、医局九条の会が主催となり平和学習会を開催しました。五月にNPT再検討会議にあつたのニューヨーク要請行動に参加された南十勝原水協の佐藤耕平氏をお招きし、要請行動や現地の様子、今後の平和運動についてお話しいただきました。

五年ごとに開催されているNPT再検討会議ですが、二〇〇五年の会議は当時のアメリカ大統領がブッシュ氏で、二〇〇一年九月一日のニューヨーク同時テロを受け、イラク戦争やアフガニスタン攻撃を行い「核軍縮の議論を拒否」したため失敗に終わっていました。

今回の会議は、現在のアメリカ大統領のオバマ氏が「核兵器廃絶の演説」をチェコ・プラハで行ったこともあり、核兵器廃絶に向けた世界規模での大きな一歩となるのか、重要な会議となりました。

会議の最終文書では、核保有国に対し核兵器廃絶への「い

つその取り組み」と「具体的な進展」を求めることが採択されたほか、「本会議は、核兵器のない世界の達成に関する諸政府や市民社会からの新しい提案およびイニシアチブに注目する」とされ、これまでの核兵器廃絶運動と世界の世論がとても大きな役割を果たしました。

今後、我々が持つ素晴らしい「憲法九条」をひかり輝かせる運動をつづけ、核兵器をなくし、平和と環境をまもる運動をすすめていきたいと思っています。

十勝反核平和自転車リレー事務局 山本 圭介



参加報告を行う佐藤耕平氏



この願い国政に届け！

参議院選挙

投票日は7月11日(予)



選挙学習資料

北海道勤医協北区ぽぷらクリニック、北区ひまわり薬局、北在宅、ショートステイ希望のさとの皆さんに、自分の願いを書いてもらいました。「いっぱい言いたい事がありすぎて、何を書いたらいいの?」「新聞に載るの?ちょっと恥ずかしいな」と賑やかに話しながら書いた「願い」の数々=5月6日、北区ぽぷら会館

参議院選挙が間近に迫りました。「政権交代しても変化が実感できない」「生活は少しも良くならない」とモヤモヤした気分の人は、まずは紙面を読んでみて下さい。胸のつかえが取れてスッキリした気分が湧くかもしれません。分けて頂戴すること請け合います。

みんなで力をあわせて
自民党の政治を終わらせたか
ら、今度は政治の中身を変え
る番よね。友の会もがんば
るわよ!

僕の願いも
みなさんと同じ。
待っていても何も変わらな
いから、一人ひとりが声をあ
げなくちゃ!



勤医協在宅菊水ひまわりデイサービス
介護福祉士 高野 敏充さん



道南勤医協友の会連絡会事務局長
船木 幸子さん

希望☆対談

を守る国会へ

普天間基地

政治の力



政権交代したけど、
どうなってるの。

船木 民主党は選挙前、
私たちに期待を持たせるよ
うな公約をいっぱい並べ
たのにねえ。いざ政権をと
ったら、さっぱりだもんね
え。鳩山さんや小沢一

鳩山政権にはガツカリ

んの「カネ」の問題とか
普天間基地の移設のことも
そうだけど、なんといつて

も「後期高齢者医療制度」
の廃止を先送りしたのは

ガツカリしたし腹が立ちま
したね。友の会の中にも、
「鳩山さんって、何さ。さ

っぱり約束守らないんでし
よ」って怒ってる人がた
くさんいますよ。

高野 わたしは、今年小
学校に入った子どもがいて
るので、子ども手当には期待

してました。でも満額支給
にはならないみたいだし、
「事業仕分け」とかも見ま

したけど、強圧的だし、パ
フォーマンスにしか見えま

せんでした。この人たちは
ほんとに国民のことを考え
ているんだろうかと。

船木 民主党への期待が
大きかっただけに、ふがい

ない鳩山さんの姿を見て
「やっぱり政治なんて変わ

りつこない」と国民があき
れそうです。



安心して子どもを産み 育てられる社会に

すこやか訪問看護ステ
ーションで働く看護師の飯田
忍さん(37)は、小学生、
4歳、1歳の3人の子とも
のお母さん。職場から20分
離れた鶴居村で暮らしてい



「保育料を安くしてほしい」と飯田さん＝鶴居村の自宅前で

らめてしまうんじゃないか
と心配ですよね。

高野 政権交代で先行き
に希望がもてるようになって

たかというところ、全然そうじ
やないですもんね。職場の

仲間も「暮らしの厳しさは
変わらない」と言っている

です。介護保険制度も明るい
兆しは見えませんが、介護は

すごくやりのある仕事
ですが、待遇は最低です。

「やってごらん」と若い人
に勧められないのはとても

切ないですね。国鉄闘争や
B型肝炎訴訟などでも、署

名などで応援は出来るけれ
ど、カンパは100円、2

ます。通勤は車で30分。
1歳の子は病院の保育所

に預け、4歳の子は釧路市
内の未認可保育園に預けて

います。保育料は2人合わ
せて7万円。来年は10万円

以上になります。

「保育所をもっと増やし
て、保育料も安くしてほし

いです」
小学生の放課後も気にな

ります。村には地域の子育
てサポートしかありません

でした。1時間500円。
学校が休みの日は費用もか

さみました。

「住民運動で今年から学
童保育所ができました。鶴

居村は毎日、昼食

待機者がいます。

特別養護老人ホーム
待機者は全国で42万人。

札幌市厚別区の特養か
りふ・あつべつ(定員80

00円しか出せないのがと
ても悲しいです。

船木 私たちの周りには
年金が4万円とか5万円の

人が多くて、施設にも入れ
ません。黙って家に引きこ

もって、誰にも見取られず
に亡くなる方もいます。こ

んな社会はヘンですよ。

高野 自宅で転倒して動
けなくなり、医療費が払え

ないので病院にも行かずに
デイを休んで様子を見てい

た高齢者がいました。生活
保護基準をわずかに上回る

低所得者も生活は厳しく、
介護サービス利用はほとん

とに制限されています。

「子ども手当は月3万9
千円で、これまでは児童手

当が月2万円支給されてい
たので1万9千円のプラス

です。でも扶養控除の廃止
で増税になると、家計は却

って厳しくなります。どこ
に住んでいても安心して子

どもを産み育てられるよう
に、保育所増設や保育料の

軽減、授業料以外の教育費
の軽減、医療費の無料化を

すぐにでも実現してほしい
ですね」

義母を世話しようと話
し合っていました。4

年前に夫が急死し、自宅
へ引き取るのは断念

し、老健入所後、特別養
護老人ホームを申し込

みました。老健の入所期
間が長くなり、有料老人

ホームを探しましたが、
金額的に無理でした。

山村さんは毎日、昼食

基地のない沖縄を子どもたちに

美しいサンゴの海・辺
野古に米軍基地を建設し

ようとした自公政権。「右
往左往」しながら、結局

同じ道を歩もうとしてい
る鳩山連立政権。どちら

も沖縄県民の「基地のな
い沖縄を返して」という

願いを実現することはで
きません。

◇

「県内にお願ひしたい」
という首相の言葉を聞いて

涙がこぼれました。県
内移設は認められない。

これが県民の総意です。
戦後65年、1冊の本がで

二小学校教諭

消費増税、仕方がない？

Q 社会保障をよくする
ためなら、消費増税もし
かたないのでは？

A 消費増税は、もともと
「高齢化社会に備えるた
め」という理由で1989

年に導入されました。し
かしそれ以来、お年寄りの医
療費は上がり続け、年金は
減り、2000年からは介
護保険制度が、昨年から
後期高齢者医療制度まで始
まっています。

日本の税率、低くない？

Q ヨーロッパ諸国の消
費税率は10%以上が普通
です。日本の税率は低すぎ
るのでは？

A 確かにEU諸国の税
率は2ケタですが、食料品
など生活必需品は非課税や
軽減税率で実施されていま
す。イギリスでは有効な内
需拡大策として消費税率を
2.5%引き下げ、他の国
でも税率の引き下げが議論
されています。

そもそもスウェーデンの
社会保障財源の約4割は事
業主負担で、日本の2倍で
す。「高福祉・高負担」とい
われるスウェーデンでは企
業もしっかり責任を果たし
ています。庶民に増税を押
しつけ、大企業には減税す
る日本とは大違いです。

平和と暮らし

働きたくても仕事がない…



高橋良二さん(46) 〓仮名〓
昨年まで配送会社でトラック運転をしていたが、会社が規模を縮小す

るというので、年末に解雇されました。その後3カ月で40社ほど面接を受け、全て不採用でした。年齢がネックだということです。

「これから先もずっと仕事が見つからないというところでしようか？今は生活保護で暮らしていますが、とても老後のことなど考えられません。アパートの部屋にいるときはカーテンを

医療費いつまで払えるか…

島操さん(59) 〓仮名〓
は高血圧、糖尿病、脳梗塞後遺症などで、内科、脳外科、整形外科、眼科に通院治療しています。先月の医療費は合わせて1万5千円でした。夫は失業中で収入は島さんのパート収入月5万円だけです。夫の退職金で住宅を購入したため家賃



はかかりませんが、残り少ない蓄えを切り崩して高い医療費や生活費を工面しています。

「医療費が本当に高い。蓄えがなくなったら病院にいかれなくなります。夫の仕事は見つからないし、パート勤務も不況で突然休みになったり、時間制限されることもあります。これから何年暮らしていけるか…と不安げに話します。」

国民を大切に政治に

船木 社会保障を良くしようという、共産党以外の政党や財界は「財源がない」「消費税増税しかない」と言います。年金も賃金も下がり、ただでさえ生活が苦しいのに消費税が上がったら生活は破綻しますよ。

高野 マスコミも消費税増税を煽り、僕も「仕方がないのかな」と思ったこともあります。実際、北欧は税率が高いです。それが暮らしの豊かさにつながるというのですが、日本では消費税増税と法人税減税がセットになっていて、結局取られっぱなしになる。



マスコミ報道で僕もだまされかけた

船木 大企業や大金持ち減税をやめれば財源はあるというじゃないですか。「貧乏は自己責任だ」とか言っていて、いだけ儲けている大企業が、もっと税金をまかせようとしているのは余りにも強欲ですよ。

高野 僕はまた30年以上も働かなくてはなりません。自分たちも子どもも元気に生きていけるような社会にしたいですね。格差社会と言われますが、教育に



大儲けしている大企業が法人税をまけるなんて、おまじに強欲だよな

公約違反どころかペテン



訴える尾張さん

後期高齢者医療制度に怒る 尾張 正さん(79)

後期高齢者医療制度への怒りが政権交代の要因にもなりました。ところが鳩山政権は「制度廃止の先伸ばし」を早々と決めました。長妻厚労大臣は「いい点は新制度に反映する」と言います。「いい点」とは75歳以上の高齢者を別枠にすることなのでしょうが、みんなが怒っているのは、まさにその点です。

前の老人保健法にはまだ

しも「敬老」精神がありました。しかし、この制度は「医療費がかかる高齢者は早く死になさい」といわんばかりです。しかも65歳以上はすべて国保に一本化しようとしている。国保には事業主負担がありませんから財界は大喜びです。国の負担は消費税で賄う算段です。公約違反どころかペテンです。

窓口負担もとても高いです。妻が抗がん剤治療をしています。1回4万3000円もかかりました。高齢者医療は無料にして、安心して病院にかかる社会にしたいです。

思うんです。貧しい家庭に生まれても、それは子どもの自己責任なんかじゃありません。教育の機会均等はぜひとも実現してほしい。

船木 沖縄の米軍基地問題も、すぐ身近な問題になりましたよね。9万人も集まった沖縄県民大会からは、「もう我慢は限界」という沖縄の人たちの思いを痛いほど感じました。在日米軍基地の移転・再編に3兆円もの税金を出そうとしています。鳩山さん、いったいどっちを向いて政治をしているんですか」と言いたい。そのお金を福祉や医

療に回してほしいですよ。

高野 なぜ米軍が沖縄に居座り続けているのかも疑問です。在日米軍って、他人の家に居座るならず者みたいですよ。それにお金まで差し出す日本政府って、卑屈だと思いませんか。

船木 選挙の時はどの政党もきれいなことばかり並べます。だまされないでしっかり選択することが大事ですね。私は憲法9条や25条を大切にしている政党に頑張ってください。

高野 同感です。「自分さえ良ければ」という基準では選びたくないですね。

社会保障の財源、あるの？

Q 社会保障をよくするための財源はあるのでしょうか？

A 法人税、所得税の税率を1989年の消費税率導入前まで戻せば6・2兆円、優遇税制を正せば14・1兆円、合計20・3兆円の財源が生まれます。さらに、5兆円の軍事費をはじめ、くらしに役立たない支出を削れば、消費税に頼らなくても社会保障をよくすることは十分可能です。

国会議員、多すぎない？

Q 国会議員は減らした方がいいと思いますが。

A 「国会議員が多すぎる」と感じるのは「カネ」にまつわる不正が後を絶たず、役に立たない議員が多すぎるからです。「政治とカネ」の関係を断ち切るには、直ちに企業・団体献金を禁止することです。政党では日本共産党しか主張していませんが、多くの国民が実現を望んでいます。

「役に立たない議員が多い」というのは、「国民の思いを反映する国会になっていない」ということです。

昨年の総選挙で民主党が大勝しましたが、42%の得票で64%の議席を獲得して

「議員定数削減で国の支出を減らすべき」という意見もあります。民主党が主張する「80議席削減」では約54億円の支出減ですが、憲法違反の政党助成金は年間320億円にものぼり、こちらを廃止する方がより支出削減に貢献できます。

公務員を減らすべきでは？

Q 「みんなの党」などは「公務員改革」を言っています。公務員はもっと減らした方がいいのでは？

A 高級官僚の天下りが問題になっています。自民党政権が生み出した天下りをなくすることはぜひとも必要なことです。

しかし、その問題と「公務員を減らす」ことは別です。もともと日本の公務員はヨーロッパなどと比べると際だって少ないのが特徴です。30人学級の日も早い実現が待たれており、教員はもっと必要です。

消防署ではこの市町村も財政難から定員を埋められずにいます。生活保護を担当するケースワーカーも1人で100人以上を担当しており、とても目が行き届きません。

「くらしの安心」が壊されている今こそ、公務員を増やして公共サービスを拡充することが必要です。

1票の力で国を変えよう

不正を許さず闘いつづけ



JRの不当差別と闘いつづけて勝利し、晴れやかな笑顔の小野さん

全動労争議団小樽支部

小野 広さん

23年前の国鉄分割・民営化で1047名が不当にJ

R不採用となつて以来、一刻も早く職場に戻すよう、

粘り強く裁判をしてきました。今年4月9日、ついに政府から和解案が示され、我々は受け入れました。

これほど時間がかかるとは思わず、がむしやりに闘つて体調を壊したこともありましたが、23年は長い歳月です。解決に向けて尽力してくれた皆さんの支えがなかったら、挫折していたかもしれません。再雇用の話し合いはこれからですが、最後まで諦めずに闘つていく覚悟です。

いま、JRは利益優先の危険な過密ダイヤを組んでいます。福知山線の痛ましい事故は、現場の労働者の声が経営者に届かなかったのが原因です。異を唱える者の排除は、決して良い結果を生みません。不正に対し諦めずに闘う力が、社会を変えるのだと思います。

生存権裁判原告

成田 純子さん

昨年、生活保護母子加算が復活されました。生活が苦しくなるのに何もしないでいることは、政府の政策に「YES」と言っているのと同じなんだと、裁判を通じて身をもって感じました。

今度は私が支えたい

伝をしてくれて、心で、娘が進学を諦め強かったです。その力が復活に結びついたのだと思います。昨年、生活保護母子加算が復活されました。生活が苦しくなるのに何もしないでいることは、政府の政策に「YES」と言っているのと同じなんだと、裁判を通じて身をもって感じました。



札幌原爆症認定訴訟原告団長

安井 晃一さん

行動すれば変えられる

私は原爆症認定集団訴訟で10年間たたかってきました。当初、認定は難しいだろうと言われましたが、昨年認定を勝ち取ることができました。裁判の内容には大いに不満が残る、悔しさ

み出していききたい。行動すれば変えることができるのです。今の生活に不満がない人は少数でしょう。『どうせ変わらない』と思つていたのでは、何も変えられません。投票権を行使して変えてください。選挙権を行使しなければ国民としてモノを言える立場に立てません。

もし、誰に投票していいかわからないのなら、不満や要求を投票用紙に書いても良い。無効票が多ければマスコミは注目し、政治を変える力につながるでしょう。

選挙は国民の意思を明らかにするチャンス



北海道民医連会長

浅沼 建樹

昨年の総選挙で国民は「国民いじめの政治はもうゴメン」と自公政権を退場させ、「政権交代」を実現しました。今年度の参議院選挙は「政治の中身を変える」「選挙にしましよう。国鉄分割・民営化から23年間のたたかいは経て勝利をかちとつた全動労争議団のみなさん、戦後65年間、原爆症に苦しめられ、いのちを削りながら核兵器廃絶と国家補償を求めてたたかい続けている被爆者のみなさん、子どもたちの幸せをりませんか。私たち有権者が持つこの力を大切に使用して、「いのちとくらし、平和を守る政治」を実現しようではありませんか。



知っておきたい 薬の豆知識

『お薬手帳』をお持ちですか？

あじさい薬局本店 薬局長 岡山 和也



『お薬手帳』を活用しましょう！

「お薬手帳」は、あなたが今まで服用したり、使ったりしたお薬の名前や飲む量、そして過去に経験した副作用などを継続的に記録するための手帳です。

診療のとき、薬をもらうときは必ずお薬手帳を見せてください。

- 医師や薬剤師は手帳を見て
- どのような薬をどのくらいの期間使っているか。
 - 同じ薬が重なっていないか。
 - 飲み合わせの悪いものはないか…

などをチェックしています。

「お薬手帳」はあなたのかかりつけ薬局でもらうことができます。使い方がよくわからない時には遠慮なく薬剤師に相談しましょう。

『お薬手帳』メリットって何？

1. 副作用予防

同じ薬で起きるアレルギーは1度目より2度目が強く出ると言われています。副作用の出た薬の名前を記録しておいて、医療機関にかかる時には必ず伝えるようにしましょう。

2. 飲み合わせチェック

形や名前が違ってても、同じ効果の薬はたくさんあります。お薬同士が、相手の薬の効き方を変えたりします。貼り薬や目薬でもあります。専門家による、飲み合わせチェックを受けましょう。

3. 急に具合が悪くなったとき

薬の名前は全国共通。救急外来や旅行先で医療機関にかかったとき、飲んでいる薬を医師に見せることができます。

4. 災害時

阪神淡路大震災の時には、この記録が大変役に立ちました。保険証と一緒にいつも持ち出せるようにしておく、災害時手帳に記録されている薬の情報を元に、必要な薬を正確に処方してもらうことができます。『お薬手帳』は、処方せんの内容・医療機関名・処方日などについては、薬局で記載します。

しかし、『お薬手帳』をもっと有効に活用していただくためには、薬剤師が記載するだけでなく、患者さんご自身に書き込んでいただくことにより様々な情報が共有でき、治療や副作用防止に大変役立ちます。自分流に工夫しながら使い方は、自由です！

お薬についてわからないこと、困っていること、お医者さんや歯医者さんに聞いておきたいことなど何でも記入しましょう。

最後にお願ひがあります。お薬手帳は使っている薬が全てわかるように、いくつかの薬局から薬をもらっている場合も一冊にまとめてください。病院ごとに別々の手帳を持っていると必要なチェックができなくなります。そして病院にかかるとき以外にも常に携帯しておくとな急な事故や災害のときにも心強い味方になってくれますよ。

ご存知ですか？

医薬品副作用被害救済制度

医師や薬剤師が十分な注意を払って正しく使用していたとしても、副作用の発生を完全に防ぐことは大変難しい事です。医薬品副作用被害救済制度は、医薬品を適正に使用したにもかかわらず発生した副作用による健康被害に対して被害者の迅速な救済を図ることを目的とし、公的制度として設けられたものです。

対象になる健康被害の程度は副作用による入院もしくは死亡とされていますので身近にお心当たりの方がいらっしゃいましたら、ぜひ医師や薬剤師までお知らせ下さい。

また、薬局で購入した大衆薬による副作用の場合にも適応になる場合がありますので、そういった場合にもご連絡下さい。

なお、抗癌剤による治療や救命のためやむを得ず通常の使用量を超えて医薬品を使用したことによる健康被害等の場合には適応にならない場合もあります。



ほのかに畑が出来ました。

白樺デイサービスセンター「ほのか」には、毎日15名ほどの利用者さんが来てくれています。体操やゲームはもちろんです。がダイイチに買い物に行ったり、どらやきやクレープなどのおやつを作ったり、皆さんが楽しめるよう日々工夫しています。最近では、中庭に小さいながらも畑と花壇を作りました。

畑は去年から要望があり、ついに今年作ることができました。ジャガイモ、枝豆、カボチャ、大根など何を作るか悩みましたが、初めての畑作りということもありミニトマトと赤カブを作る事にしました。土おこしから花植え、苗植えを利用者さん達と一緒にこないました。花は利用者さん達が寄付してくれた物で色とりどりの素敵な花壇になりました。苗の育て方も経験豊かな皆さんに教えてもらいながら、順調に大きくなっています。利用者さんだけではなく調理場の調理員さんから



職員も協力して花壇整備

気になる患者さん訪問

当院で肺癌が見つかり、現在B病院で抗がん剤治療を受けているAさんのお宅へ訪問に行ってきました。

癌と診断されるまで時間がかり不安が高まる中、大病院では「Aさんやつぱりあつたわ」と簡単に言われ、ショックを受けた事や、入院中にも医療スタッフの配慮のない言葉に奥様が傷ついた事などを話してくれました。

奥様も当院の患者さんであり、浅沼院長に

不安な気持ちを告げた時に、「あきらめないで、希望を持って」、「病気になるっても病人にならないこと」と、言葉をもらい、励まされたそうです。Aさんは、治療によりかなり体力を消耗し、現在家での生活は、入浴など奥様の介助が必要な状態です。

私たちは、Aさん夫婦が在宅生活を困難なく続けられるように、介護保険などの在宅サービスについて話をしました。奥様の不安、

心配の支えになればと訪問看護も説明しました。今後Aさんは、当院に戻ってきたいと言ってくれています。私達は、大病院にはない良さで、癌と共に生きる患者さん・ご家族に笑顔が出るように最期まで寄り添い支えてゆきたいと思っています。

【帯広病院

看護師 田中 里美】



訪問へ向かう田中看護師と池田事務員

