

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

十勝勤医協 夏の大会

総会決定全面実践を

十勝勤医協では、「総会決定全面実践のための夏の大会」が六、七月の二ヶ月間で行われています。

三つの重点課題

「夏の大会」の重点課題では、①「学習月間」の取り組みとして、全役職者（医師含む）が総会方針を讀了し、DVD学習会へ全職員が参加します、②全事業所で地域訪問を具体化し、困難な事例をつかみ地域の実態の共有化と告発運動を行います、③地域別社員会議に多くの職員が参加し、友の会との共同の取り組みを強化します、の三

一日五〇〇円生活

Aさん（七〇歳代女性）

を提起しています。帯広病院では、重点課題②を実践するために、困難事例や教訓的な事例があった時には、全体朝会や全職員会議などで報告し、職員みんなで取り組む問題として共有しています。この間の事例報告の中で、お金がないために受診を我慢している事例がありましたので、紹介します。



困難を抱えた患者さん宅を訪問する松本美由紀看護師（左）

は、息子さんと三人暮らしです。夫は介護認定を受けていて、週三回デイサービスに通っています。「Aさんは生活が苦しく、お金もないためなかなか受診ができない」との情報を受け、帯広病院から、Aさんに連絡をとりました。Aさんは年金暮らしですが、夫婦二人で約一三万円です。息子さんは、一昨年にリストラされ、現在も無職の状態です。三人で暮らしていくためには、一日五〇〇円程度しか使えません。「一〇日前から一〇円しかない状態で、冷凍しているものを少しずつ食べている。そのため、自分の受診を控えるしかない」とのことでした。Aさんに、生活保護の取得について勧めましたが、「生命保険に加入していたり、息子との関係もあるので、すぐには決められない、少し考えさせてほしい」とのことでした。受診につ



困難を抱えた患者さん宅を訪問する田中里美看護師

いては近日中に来院される予定です。翌日が年金支給日でした。

困難に寄り添う

地域の方が生活で困っていると情報が入った時にすぐにつながることで、以前訪問をすることで、以前から通院していた患者さんでも初めてわかることがたくさんあります。また、患者さんの生活の場を知り、悩みや不安を理解することは、その問題を告発して、世論に訴える運動に変えていくための出発点でもあります。地域の実態を知り、困難に寄り添い、そして事例から告発と運動につながるように、これから事例から学び行動する取り組みを大切にしていきたいです。



地域別世話人会議に参加する村上あゆみ主任（左）

聴診器

▼全日本民医連の新しい綱領と方針を学ぶ取り組みが進んでいる。患者さん、地域住民の苦しみや要求から出発し、築いてきた民医連の実践の数々を誇らしく感じる。そして私達の日々の実践もその例外ではないとも。

▼外来にいられていない患者さんに何度も何度も連絡をとり一年ぶりの受診に繋がった事例、気になる患者訪問で生活を知り、すぐ使える制度を導入した事例、初めての看取りに不安を覚える介護施設と家族を支援した訪問看護の実践……。目の前にいる患者さんの苦しみをどうにかしたい、何かできることがないかと悩み、話し合うことから私達の実践は始まっている。そこにはゴッドハンドを持つ医師も、最新の医療機器も特殊な技術も存在はしないが、人間と人間との対峙が生まれている。▼ナチスの強制収容所での体験を綴った「夜と霧」の著者、フランクルは、自殺願望の患者を説得し思いとどまらせた体験を通じて「医師の人間性は患者の人間性を呼び覚ます」と述べた。人間的な触れ合いと交流こそが人間を変容させると。医療介護の実践と運動の積み重ねが、人を、地域を変えていく基盤となっていくのだらう。



新得友の会からのお出迎え

第10回 反核平和自転車リレー

戦争・核兵器のない世界へ!!

沿線の12友の会から60名の方がお出迎え

六月二十六日(土)～二七日(日)の日程で第一〇回十勝反核平和自転車リレーが行われました。今回は一日目に南富良野～芽室町の川北温泉までを走り、二日目には川北温泉から帯広病院までをリレーするといった日程で行いました。帯広市内では日頃お世話になってる各友の会の方に元気な姿を見せようと市内を一回りしました。初日は朝九時半頃道の駅「南ふらの」を出発。六月では異例の猛暑日となる炎天下の中、狩勝峠越えを敢行しました。リタイアが出るのではないかと心配されましたが、若い力で何とか峠を越えることが出来ました。お昼には新

得と清水の友の会に食事をふるまってくれた。暑中での準備は大変だったと思いますが、お陰で元気を回復することが出来ました。その後も各友の会の冷たいおしぼりや飲み物に励まされながら川北温泉に到着することができました。川北温泉では平和に関するクイズの答え合わせを行い、学びを深めました。二日目も暑い一日となりましたが、こども市内の各友の会に迎えていただき、元気づけられながら帯広病院までをリレーしました。今回も大きな事故なく終了



【反核平和自転車リレー】
実行委員長 岡山 和也

原水爆禁止世界大会(広島)

2010年8月4日～8月7日

2人の代表派遣 決定!

ケアセンター白樺
介護福祉士
後藤志穂美

肌で感じ、多くのことを学んで、学んだことを多くの人に伝えていければと思っています。頑張ります。

帯広病院
事務職
澁谷 理恵

「核兵器の恐ろしさ」や「核兵器のない平和な世界を願うことの大切さ」を、肌で感じ、学んで来たいと思います。

協力資金 ～利率変更のお知らせ～

2010年10月1日より、現在1.0%の借入金利率を下記のように変更致します。

借入期間3年 単利0.5%

【お問い合わせ先】 医療法人十勝勤労者医療協会本部
(☎0155-21-4718)

北海道
勤医協中央病院の新築移転
資金で協力ください

中央病院は1975年に北海道民医連のセンター病院として全道各地の多くの方々のご支援のもと開院し、救急医療、専門医療をはじめ、臨床研修病院として地域医療の向上を目指してきました。

このたび中央病院は、施設の老朽化とがん治療の充実、より良質で安全な医療の提供のため、新築移転することとなりました。

2013年5月開院にむけて、皆様からの協力資金・協同基金へのご協力をお願い致します。

尚、北海道民医連を通じて北海道民のみなさんに紹介することになっています。

【借入期間5年の協力資金】

- 利率(単利) 1～3年目は年1%
4～5年目は年2%(通算利率1.4%)

- 借入金額 1万円以上

【借入限度額】

- 1人あたり300万円で1世帯1000万円までです。

【借入募集期間】

- 2010年12月31日まで

※目標額(8億円)に達した場合は、期間内でも募集を終了致します。

【お問い合わせ先】 社団法人北海道勤労者医療協会

札幌市白石区菊水3条3丁目1-33井上ビル (代表) ☎011-811-5370
(経理直通) ☎011-823-9774

医療・介護の現場から
シリーズ⑰

先日、居宅介護支援事業所白樺のケアマネージャーと市内A病院へ事前訪問に行きました。
Bさんは今年五月に糖尿病と腎不全が悪化し人工透析を始めるため、現在A病院に入院中です。
娘さんと二人暮らしではありますが、別世帯で生活保護を受けながら生活しています。糖尿病の悪化のため視力低下が進み、入院前にできた身の周りのことも介助が必要になってしまったそうです。
娘さんは毎日昼から夜十一時頃まで働いているため、退院後のBさんの夕

ヘルパーステーション白樺
主任 村上あゆみ

食準備や薬の確認などをとても心配され、ヘルパーの利用を希望されました。
本来なら、夕食前にもインシュリン注射が必要であると主治医より言われたそうですが、ご本人

は目が不自由のためできず、ヘルパーも医療行為になるため注射ができないことからインシュリンについては主治医に相談して別の方法をとることになりました。

私達、訪問介護のヘルパーは医療行為について厳しく制限されています。例えば爪切りに関しては、『爪そのものに異常がなく、爪の周囲の皮膚にも化膿や炎症がなく、かつ、糖尿病などの疾患に伴う専門的な管理が必要ではない場合は行える』となつています。Bさんのように困っている利用者さんを目の前に援助が出来ない。そんな思いに日々葛藤と介護保険制度そのものに疑問と怒りを感じながら仕事をしています。
Bさんの退院が決まりしだい、毎日援助に入る予定です。Bさんが安心して住み慣れたご自宅で生活できるようにも介護保険制度が利用しやすくなるよう、運動を行って行きたいと強く感じた事例でした。



知っておきたい 薬の豆知識

夏のトラブル・虫刺され

あじさい薬局本店 薬剤師 深町 真理

▶ 慌てないための虫刺され対処法



夏はキャンプや山登りに川遊びなどアウトドアでの楽しみがいっぱいですね。でも、楽しみと背中合わせに危険もいっぱい。そのひとつが「虫刺され」。なかには命にかかわるものもあるので、注意が必要です。

▶ 予防の基本は肌を露出しないこと



ちょっとくらい刺されても仕方がない…なんて、甘く考えていてはダメ。かゆいといついつい掻いてしまい、そこから細菌が入って化膿してしまうこともあるのです。備えあれば憂いなしと思って、予防にこしたことはありません。

〈長袖・長ズボン〉

肌の露出が多ければ、それだけ刺される確率も高くなります。夏はつい露出の多い服を着がちですが、野外に出るときはできるだけ長袖・長ズボンを着用しましょう。これだけでも、かなり効果があります。



〈帽子・手袋〉

帽子や手袋も虫除けには効果的。さらに、顔の前に垂らす網が付いているタイプのものなら顔の虫除けもできます。

〈虫除けのスプレーやティッシュ〉

外に出る前に防虫剤を肌の露出部分にかけておくと、ブヨや蚊を避けられます。ただし、スプレータイプは顔に直接かけると目や口に入ってしまうので一度手のひらに

かけてから顔に塗るようにしましょう。また、虫除けティッシュもあり、こちらの方が顔や幼い子どもには使いやすいかもしれません。なお、虫除け剤の代表であるディートには小児に対する使用上の注意として、顔には使用しないこと、生後6ヶ月未満の乳児には使用しないこと、2歳未満の小児では1日1～3回の使用にとどめることなどがありますので、必要に応じて適切に使ってください。

▶ もし、虫に刺されてしまったら…



〈ダニ〉

ダニの中でも野山にいるマダニは、人に食いつくとなかなか離れず、発見が遅れると頭部が体内に残って化膿してしまうことがあります。食いついているのを発見したら無理矢理取らず、ピンセットや毛抜きで咬器が残らないように取り除くこと。

〈毛虫〉

毒のある毛虫にさわってしまったら、すぐにテープなどで毒針毛を取り除き、よく泡立てた石けんと流水で洗い流すこと。マイマイガの幼虫はこれにあたります。

〈ハチ〉

最も怖いのは、アナフィラキシーと呼ばれるショック症状です。ハチ毒に過敏に反応してしまうアレルギーを持った人の場合、くしゃみやジンマシンなどの症状がでますが、ときに呼吸困難や血圧低下をおこし、危険な状態になることがあります。アナフィラキシーショックは極めて短時間で起こるので、少しでも様子がおかしいと感じたら、救急車を呼ぶなど速やかな対処が必要です。

▶ 虫さされの治療



虫さされの治療は、軽症であれば市販のかゆみ止めの塗り薬でもよいですが、赤みやかゆみが強い場合はステロイドの塗り薬が必要です。症状が強い場合は飲み薬も必要になるので、早めに受診するのがよいでしょう。

せっかくの楽しい時間が、台無しにならないように、注意と準備を怠らず、短い夏の日を思い切り満喫しましょうね。

柳町医院
あらゆる活動を
共同組織とともに

柳町医院ブロックでは、音更町四つ友の会と土幌・上土幌友の会、デイサービスすずらん、ボランティアさんの代表に参加していただき、二ヶ月ごとに院所利用委員会を開催しています。

院所利用委員会では、院所から決算や活動の報告、友の会活動の報告の他、院所への要望や意見、改善すべき点や課題など率直に出し合い、よりよい院所・施設になるような意見交換と、あらゆる活動を共同

組織とともに〃を实践するための議論を重ねています。

この間の取り組みでは、長らく休止していたスーパードでの健康チェックを、院所利用委員会でのご意見をもとに検討して四月より再開しました。地域訪問では困難を抱える地域に友の会と一緒に訪問したり、施設周辺花壇などでの雑草取りやマイマイガの駆除など環境整備を行ったり、民医連綱領の学習会を合同で開催するなど、協



友の会員と職員合同で民医連綱領学習会

【柳町医院 事務長 山本 圭介】

力共同の取り組みがすすみました。

今後も、院所利用委員会に継続した議論を行い、地域に開かれた院所・施設を目指し、友の会に依拠して民医連運動を共同組織とともにすすめていきたいと思っています。

ケアセンター白樺
夏は最高「流しそうめん」

ケアセンター白樺では、夏らしい行事企画として、流しそうめんをおこないました。二階療養棟では、六月一日、三階療養棟では、六月一七日、通所デイケアでは七月二二日にたくさんの方のボランティアさんの協力もあり、楽しく行うことができました。普段そうめんが苦手な利用者さん、食が細くあまり食べない利用者さん、この日は、いつもよりたくさん、おいしく食べることができました。なかでも、いちごやトマト

のデザート流しも大変人気でした。

後日の感想でも、「暑い日にもおいしくたべられる」、「ぜひまたやってほしい」、「つゆのだしがきいて大変おいしかった」などの声もよせられ、職員も非常に励みになっています。

今後も、二階療養棟では、焼き肉バイキングを予定しています。ケアセンター白樺では今後も楽しい行事食を行っていきたいと思います。

【ケアセンター白樺 管理栄養士 関口 里沙】



流しそうめんを楽しむ利用者

ケアセンター白樺では引き続きボランティアさんを募集しています。ボランティア活動に興味のある方は、気軽にケアセンター白樺（☎四一―一六五）まで、ご連絡ください。

【ケアセンター白樺 事務課長 高田 弘之】

友の会連絡会「ナー」 ☎〇二五・二一・四二四四

ボウリングで楽しみながら健康づくり

栄友の会

友の会世話人会議の中で、楽しみながら健康づく



ストライクを目指して投球

くりができたらいいいね、という話になり、「今私は、ボウリングにはまってるの。一度行ける人でやってみましょうか」と昨年七月、栄ボウリング同好会を始めました。楽しくて毎日行きたい、集まった人たちだけで何人でもできるからと、毎月第一木曜日に決めて今も続いています。

七〇歳過ぎて初めてボウリングをした方も、マイシューズを買って毎月参加しています。スコアは度外視してワイワイ楽しんで

しんでいます。

ボウリングのお好きな方は、第一木曜日一六時三〇分からスガイディノス三階でお待ちしています。栄友の会以外の方も大歓迎です。また、ふまねつとも第三水曜日一三時三〇分から栄福祉センターで定期的に行っていますので、どうぞご参加ください。

(栄友の会 及川 洋子)

手軽に楽しく歩こう会実行中

音更西友の会

音更西友の会では、暖かくなったら、戸外で手軽に誰でも参加できることをやりたいと、「国見山」

【ヒント】

国技が泣いています。

【答え】

□□□□ (漢字で記入してください)

【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】

○郵送
〒〇八〇〇〇一九
帯広市西九条南十一丁目
十勝勤医協会館内
友の会二ユース編集部
○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。



見晴らしの良い国見山頂上にて

の春(五月)、夏(八月)、秋(一〇月)を歩く案を中心に、五月から一〇月まで毎月一回、第三火曜日に「歩く」計画を事務局員の尾崎忠顕さんがつくることになり、エコロジーパーク(六月)、十勝が丘展望台(七月)、十勝種畜牧場(九月)などに決まりました。

【締め切り】

八月二〇日(当日消印有効)。発表は第三一七号(一〇月号)紙上です。

【第三二二回の当選者】

答えは「参議院選挙」でした。

応募総数九二通、正解者九二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)

五十嵐とよ子・大山公子・小林スミ・小松一・前田龍男(以上帯広市)・高野梅雄(音更町)・須田公子(幕別町)・千田良子(上士幌町)・大井友恵(足寄町)・長瀬順子(豊頃町)

※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。

この計画は毎回音更全友の会の事務局の方に案内し参加を呼びかけることにしました。

五月、六月と他の友の会の方々の参加もあり、花々をはじめ植物の説明を受けたり、北海道では珍しい「日本タンポポ」がひっそりと自生しているのを見つけ、楽しいひとときでした。

(音更西友の会 増田 浩毅)

十勝勤医協の活動が全国に広がる

札内友の会

札内友の会では、ふまねつとサークルに続いてPG(パークゴルフ)サークルが昨年誕生し、楽しみながら体力作りと交流を深めてきました。

今年度は青空健康チェックと併せて五回実施することになっています。二ヶ所のPG場を交互に利用して参加しやすい方法を考えています。

九月二日には、恒例のPG焼肉交流会も予定しています。



PG会場で恒例の健康チェック

ています。初回も二回目も雨天でしたが、束の間の晴れ間に愛好者が集いました。友の会会員以外の方々にも青空健康チェックを呼びかけて血圧・体脂肪を測定してもらっています。遠くは鹿児島からの受検者もいて、十勝勤医協の活動が全国に広がる機会に出会うこともあります。PG発祥の地・幕別町らしい活動にしたいものです。

(札内友の会 鈴木志摩子)

読者の声

世話人になり気持ちの張りを感ずる

渡辺啓子さん(清水町)

私は、毎月十勝勤医協の送迎車のお世話になりながら、リウマチの治療を受けています。おかげさまで、痛かった毎日から解放されてきました。

「少し体重を落としたり方がいい」と先生もおっしゃるので、友の会の世話人になることにしました。隣近所の私の出来る範囲ですが、毎月、まちがいなく届けるという責任も感じています。気持ちの張りを感ずっている、この頃です。

介護施設の増設を心から望む

野村昭典さん(旭川市)

七月号で特別養護老人ホームへの入所を申し込んでも入れずに入所の順番を待つ待機者問題を取り上げていました。都市部を中心に有料老人ホームや高齢者共同住宅が増えています。料金が低いので、利用できない人が少なくありません。老いを控え、安心して暮らせる介護施設の増設を望みます。

同窓会で「元氣だね」に有り難さ

山田公子さん(北広島市)

先日高校時代のミニ同窓会の集まりが二年振りにありましたが、病気の話でもちきりになり、六五歳という年を感じさせられました。

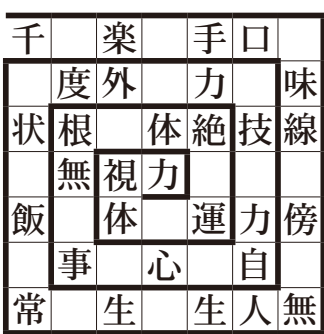
「いつまでも若くて変わらないわね」という言葉より「元氣だね」という言葉がありがたく聞こえる同窓会でした。

太陽がん検診を夫婦で受け感謝

平井宏子さん(帯広市)

大腸がん検診では、夫婦で何度かお世話になり安心していきます。結果はおそろおそろですが、安心感を与えてくださることに感謝しています。

頭の体操



リスト

秋、茶、実、
態、博、慢、誕
日、路、視、問
動、粒、配、三
若、題、演、絶
命、勝、能、賭

→ リストの漢字を白マスに入れて、「漢字しりとり」を完成させてください。(漢字三文字、四文字の場合もあります)

「千」から右まわりでスタートし、中心の「力」に向かいます。リストに

残った四つの漢字でできる熟語が答えとなります。

リストに残った五つの漢字でできる名称が答えとなります。

出題者は霜村英靖さん(帯広市)です。