

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

TPP参加で “国民皆保険制度” 崩壊!!

安倍内閣が環太平洋連携協定（TPP）の交渉参加を決めたことに、医療関係者からは国民皆保険制度の崩壊につながることに強い懸念と不安の声が上がっています。あらゆる商品やサービスの取引が対象になるTPPでは、この「国民皆保険」の根幹を揺るがす交渉がおこなわれる危険があります。

今は所得に関係なく受診が可能

その一つが、混合診療の解禁です。日本の医療制度は「混合診療」を、一部の先進医療などを除いて認めていません。すべての国民が何らかの公的医療保険に加入する「国民皆保険」のもとで、必

お金のない人は最新医療から排除

しかし、最新の医療技術などが多く、まだ保険診療が認められない自由診療は百万円単位の高額な医療費も全額患者負担です。そして、いったん「混合診療」に組み込まれた新しい医療技術は、保険財政を圧迫するという懸念も相まって、保険

混合診療解禁が



命の格差に

とても心配です。小泉政権から顕著になった医療費抑制政策は民主党に代わって歯止めがかかったかと思われましたが、医療を「経済の成長産業」にするという「市場原理主義」的な考えは変わっていません。



帯広市医師会会長 堀 整形外科 堀 修司 氏

「混合診療全面解禁」

「混合診療全面解禁」は「国民皆保険制度」を打ち壊します。富裕層だけが高度医療を受けられ、貧困層が泣きを見ます。平等性が失われ、経済的な格差が命の格差につながります。



日本医師会も断固反対!

TPP交渉参加によって、混合診療「解禁」の危険が強まるなか、日本医師会も「国民皆保険」を守れと声をあげています。「混合診療」をはじめとする医療の営利化を許さず、公的医療保険の充実によって日本の医療を立て直す国民的共通が今、求められています。

【本部組織部 鈴木 亮祐】

一緒にいたらきませんか? ご紹介いただけませんか?

正職員 (パート職員可)

看護師募集

十勝勤医協帯広病院 師長室 真田
 電話 0155-21-4111
 E-mail: kango-bu@tokachi-ikyo.or.jp

聴診器

待ちに待った春の訪れは、小麦畑からはじまる。真っ白なキヤンバスに絵筆が躍り、まず点々と蒼、すぐ線となり、期待に胸躍る春は嬉しいときです▼でも、この国の総理の采配には戦慄を覚える。「脱デフレ」目指して、お金をいくらでも出す。物価上昇率2%目指して▼

▼振り返って見ると、無条件降伏が決定した直後に、日本政府があわてて支弁した臨時軍事予算の規模である。会計年度がまだ三分の一しか過ぎていなかっただけで、戦時契約の残金や軍人に対する退職一時払い交付金を、残りの年度予算全体を使い切ってしまうほどの気前良さで支払い、八月十五日から月末までの半間に日銀券流通高を一举に40%も急上昇させた無責任さは、強く責められるべきである。都留重人自伝より。「さらに年末までの四ヶ月で、お札の流通高は三倍に膨れ上がってしまった! 敗戦のどさくさに乗じて、代行人たちはお札を刷りに刷って、そのほとんどをたがいに分け合ったのです。」井上ひさし作より▼TPP然り、原発然り、アベノミックスでは生命も生活も守れません。この夏の選挙で大きな変化を作りましょう。

(梅)

シリーズ

憲法があぶない



十勝・帯広「9条の会」連絡会事務局
尾崎 忠顕氏

政府の行為によって再び戦争の惨禍が起こることのないように決意してできた日本国憲法。国民が平和のうちに生存できる権利を保障した日本国憲法。この憲法を改悪する動きが加速しようとしています。昨年12月の総選挙で、日本国憲法を変

自民党の憲法改正案に「国防軍」を創設

えようとす改憲派と云われる国会議員が3分の2を占めるようになりました。自民党の「憲法改正草案」には「国防軍」が創設され、天皇の元首化を明記しています。憲法第9条（戦争の放棄）を否定し、集団的自衛権の行使を求め、動きの根本にあるのは、日米軍事同盟を強化し、日本を「海外で戦争する国」にする動きです。天皇中心主義の根本には、侵略戦争を正当化し、古い価値観を復活させる歴史の逆流です。どんな世

論調査でも、過半数の国民が「九条改正に反対」と答えています。国民の中では、「歴史を逆流させ、日本を海外で戦争をする国」に憲法を変えるという改憲派は少数です。「九条の会」をはじめ、「憲法改悪を阻止する行動」が全国の地域・職場に広がりにあります。憲法改悪のねらいを「学習する」「広める」「運動にする」取り組みを十勝の地域・職場から早急に広げていこうではありませんか。

十勝勤医協 新入職員の紹介



帯広病院
北嶋 幸恵
看護師



帯広病院
丸本 里夢
保健師



ケアセンター白樺
田中 貴大
介護福祉士



ケアセンター白樺
鳴海 桃子
介護福祉士



ケアセンター白樺
花岡 奨
介護福祉士

ケアセンター白樺には、在宅復帰を目指して身体機能の回復や自宅の整備、利用するサービスを整えるなどの支援をする役割があります。利用者様が、体力を取り戻し住み慣れたご自宅へ戻られる生き生きとしたお姿を見送るのは、私たち職員のやりがいにつながります。もう一つ、利用者様を見送るターミナルケアがあります。利用者様は、長い療養生活の中で心身の機能が衰え、ターミナル期を迎えます。ご家族に十分な説明をし、「なじみの職員がいるこの施設で最期まで療養を続けたい」と望まれるのは、不自然

ではありません。面会に来るご家族の様子をお伝えし、思い出話ではありませぬ。医療・介護の現場から シリーズ④

入れなければ髪を洗ったり足を洗ったり、いつものおりのケアを苦痛のないように、心を込めて行います。ご家族と共に穏やかなお看取りができ、「皆さんに見送ってもらえて良かった。」と言っていただけ。これは、人生の締めくくりに一部分にそばにいられた大変光栄で貴重な経験となっております。【看護師長 野口 寿恵】

高校生一日看護体験

今年も高校生の「一日看護体験」の受け入れを行いました。看護師をめざす新高校生3年生27名が、白衣にナースキャップを身につけ、血圧測定の方法を学んだり、患者さんの足浴を行ったり、病院内の見学を体験しました。ほぼ全員が看護大学、看護学校への進学を決意しており、参加への意気込みとやる気は満々。現場は年度末でバタバタでしたが、高校生のキラキラした眼差しに刺激

されて、担当の職員も思わず力が入りました。十勝勤医協の看護体験の特徴は看護だけではなく、多職種が関わって受け入れられていることです。医療は様々な職種がチームを組んで行われていること、お互いに支え合いながら業務が行われていることを、高校生なりに気づき学んでいるようです。



「将来、こんな病院で働きたい」と感じてもらえるように、今後もつながり強めていきます。【看護師長 渡辺 景子】

在宅生活を 続けていくために



ケアセンター白樺
作業療法士 田中 恵子

今回は肩こり解消ストレッチを紹介し
ます。簡単なストレッチなので行ってみ
て下さい。このストレッチをきっかけに
体を動かす習慣になればいいなと思っ
ています。

肩こり解消ストレッチ

ストレッチとは、筋肉の緊張を
解くための効果的な伸びのことで
す。「肩が疲れたかな」「こったか
な」と感じたら、気軽に肩こりス
トレッチをしてみましょう。毎日
の日課として、仕事の休憩時間や
家事の合間に取り入れれば、肩こ
りの解消・予防だけでなく、リフ
レッシュにも役立ちます。無理せ
ずに、気持ちのいい程度に行いま
しょう。

◎肩こりストレッチのポイント

- ・力をこめて無理に行わない
- ・動きに反動をつけて行わない
- ・息を止めず、自然な呼吸を続
けながら行う
- ・体を温めてから行う
- ・ストレッチされている筋肉が
伸びていることを意識する

*どのストレッチも、筋肉を
伸ばせるところまで伸ばし
ていきます。深く呼吸をし
ながら、20~30秒間、姿勢
を保つようにしましょう。

【ストレッチ】

肩こりについて、詳しく説明したプリントがあります。興味のある方はご連絡下さい。



←後頭部に手をのせ、押しな
がら、頭部を前に倒す



←顎の下を指先で押し、頭部
を後ろに倒す



←左手で左頬を押し、首を右
に回します。右側も右手で同
様に行います



←右頭部に左手をかけ、左手
で頭部を左側に倒します。右
側も右手で同様に行います



←両手を合わせて上へ押し上
げるように伸びます



←片手を肩の位置まで上げ、
肘を曲げます。反対の手で肘
を体側に引っ張ります。反対
側も行います



←両手を上げ、片方の肘を曲
げ、反対の手で肘を反対側へ
引っ張ります。手を組みかえ
て反対側も同様に行います



←両手を組んで手のひらを外
側に向け、水平に前へ押しな
がら背中を丸めます



←両手を後ろに組み、肘を曲
げずにそのまま上へと上げて
いきます



「事故処理は
まったく進ん
でいない」と
指摘した上で、
汚染処理の実
態や東京電力
の様々な事故
隠しについて
解説されまし

白樺医院では毎月第2
木曜日に待合室を使って
無料健康相談を開催して
います。

3月14日は年度最後の
相談会。講師は小倉浩夫
先生にお願いし、「あら
ためて原発の危険性につ

白樺医院

福島原発から2年

あらためて危険性を学ぶ



また、胃の
病気になる要
因であること
が多いピロリ
菌について説
明を行い、検
査方法やピロ

帯広病院

無料低額診療事業

胃の病気について学習

3月27日、無料低額診
療の相談会が3人の参加
で行われました。

まず、内田真紀子看護
師長より、主な胃の病気
(がん以外)について説

り菌の除菌方法について
お話ししました。
最後に胃は食べ物をつ
くわえ、消化しやすいよ
うにしているため、よく
噛んで食べることが大切
であることや、胃はとて
もデリケートでタバコ、
アルコール、ストレスは
大敵となるので注意する
こと、毎年、胃の検査を
受けることが大切である
ことが話されました。
参加者からはお話の合
間にも質問が飛び交うな
どとても興味を持って
いただける内容の相談会と
なりました。

【事務 福田 源生】

た。また、話は幌延深地
層研究センターの危険性
や活断層、大間原発の話
にまで及び、参加者一同、
納得の1時間でした。
次回の無料健康相談は
5月9日、午後3時から
予定しています。
どうぞ気軽にお越し
ください。

【事務次長 小田原 剛】

無料健康相談の お知らせ

日時：5月9日(木) 午後3時~
場所：白樺医院(帯広白樺16条西2丁目)
内容：検査のはなし
講師：白樺医院検査主任 栗山秀樹

連絡先 (0155) 38-3500

友の会連絡会「ナー」 生き生き広場

放射線の健康への 影響をしっかりと学ぶ

忠類友の会

3月26日、柳町医院から
澤谷宏治放射線技師、



浅沼双枝看護師長、山本圭介事務長の3人に来て
いただいた、健康相談会
を開きました。
毎年この時期に開催し
ていますが、8人が参加
し、「放射線について」学
びました。

日常の生活やお医者さ
んの診察を受ける中で、
放射線を浴びる機会が意
外と多いものだと思われ
ましたが、放射線を使
った診断技術の進歩に
救われている事も教えら
れました。
一方で東京電力福島第

一原発事故によって、莫
大な放射線物質が福島県
を中心に放出されました
が、長期にわたる放射能
の健康への影響も明らか
りと監視することの大切
さも学びました。

血圧測定、尿検査も実
施して、家庭での正しい
血圧測定の仕方などで意
見が交わされ、意義ある
時間となりました。

また、リングプル、ウ
エスも届けられました。
【忠類友の会 増田 武夫】

消化器の病気をテーマ がんについて学習

西南友の会

3月13日、帯広病院大



会議室で大久保彩織先生
を講師に健康相談会を行
い、地域から7人が参加
しました。22ページにわ
たる資料を用いて分かり
やすくお話し下さいました。

戦後日本人の死因のト
ップは結核でした。その
後、脳卒中、がん、心臓
病が三大死因と言われる

頭の体操

電香 □ 視路

芝桃 □ 秋餅

寸祝 □ 出途

次の□に二字熟語がで
きるように漢字を入れて
ください。□に入った漢
字を組み合わせると答え
になります。

出題者は霜村英靖さん
(帯広市)です。

【ヒント】

日本列島の南端から気
温の上昇と共に北上し、
5月初めには北海道に到
達します。

【答え】

□□□(漢字で記入し
てください)

【宛先】

○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
○電子メール

soshiki@tokachi-kin-
kyo.or.jp

【賞品】

抽選で10人の方に、千
円分の図書カードをお送
りします。

【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。

【締め切り】

5月20日(当日消印有
効)。発表は第350号(7
月号)紙上です。

【第346号の当選者】

答えは「雛人形」でした。
応募総数107通、正解
者107通の中から抽選
により、次の10人の方が
当選しました。(敬称略)
荒木守・宇佐美昭彦・児
玉紀代子・高橋美也子・
林恵美子・前田武儀(以
上帯広市)・高岡章吾(以
上音更町)・才野治子(幕
別町)・塚田和子(浦幌町)・
岡田実(中札内村)

※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

友家は異変続き
エゴに心がけ

加藤 昌江さん(帯広市)

いつも友の会ニュース
を見ています。最近の気
象は「今までにはなかつ
た」とか「何十年ぶり
…」とか、よく耳にする
ようになった気がします。
どうすることもできない
ので、「エゴ」を心がけ、
また自分を守るしかない
ですね。

時代を経て、現在ではが
んが死因のトップで、な
かでも大腸がんは最も増
加の著しいがんの一つで
日本では、毎年4万人も
の人が亡くなっているそ
うです。
大腸がんのがん死亡順
位は、男性は肺、胃、肝
について4位、女性では
全てのがん中一位のこ
とです。次に、大腸がん
の多い部位、便潜血検査、
正しい排便の仕方、精密
検査、大腸がんの治療法
などについて学習させて

いただきました。
がんは早期発見、早期
治療がいかに大切かとい
うことを改めて自覚させ
られました。参加者から
サプリメントの効果や持
病などについての質問や
相談があり、和気あいあ
いの中に相談会を終えま
した。
ご多忙の中、講師を務
めて頂いた大久保先生、
お疲れのなかご協力頂い
た内田師長さん、平野さ
んありがとうございました。
【西南友の会 田所 豊之】

【原稿・TPPなど
辛いニュースばかり
中野 久子さん(鹿追町)

友の会ニュース楽しく
読ませて頂いています。
昨今は、雪の災害、原発
そして国民をハラハラさ
せているTPP、辛いニ
ュースばかり…。友の会
ニュースは、心温かく、
気持ちが和んできます。
ありがとうございます。
心の体操と頭の体操、嬉
しいです。
【一度目の春が来る
進まない復興に憤り
平山 雅子さん(幕別町)】
やっと春めいて参りま
した。北国の一足も二足
も遅い春にも心が浮きま
す。三陸の被災地を想い
つつ春を待っています。
二度目の春が来るのに、
まだまだ進まない復興に
お国の方は、何を考えて
いるのでしょうか。

各友の会連絡先

- 【音更東】菅原 一晴 一五五-一三〇-九七〇
- 【音更西】増田 浩毅 一五五-三〇〇-八八六〇
- 【音更南】坂本 恵子 一五五-三〇〇-八八六〇
- 【音更北】中嶋 晴子 一五五-三〇〇-八八六〇
- 【士幌】和田 鶴三 一五五-四一七-四四三三
- 【上士幌】山本 政俊 一五五-四一七-四四三三
- 【新得】土山 武志 一五五-四一七-四四三三
- 【清水】妻島 靖子 一五五-六三三-二五七八
- 【鹿追】武田 耕次 一五五-六三三-二五七八
- 【芽室】米倉 興幸 一五五-六六六-二一七六
- 【中札内】西村 和正 一五五-六六六-二一七六
- 【更別】小刀 博 一五五-六七七-二七七四
- 【大樹】有岡 千恵子 一五五-八七五-二二八
- 【広尾】前崎 茂 一五五-八七五-二二八
- 【幕別】小林 正明 一五五-八二二-四三三〇
- 【札内東】鈴木 志摩子 一五五-五五八-六五七七
- 【札内西】成沢 せい子 一五五-五五八-六五七七
- 【忠類】増田 武夫 一五五-五五八-六五七七
- 【豊頃】岩井 明 一五五-五七四-二六三三
- 【池田】吉田 清治 一五五-五七四-二六三三
- 【本別】加藤 孝一 一五五-五七四-二六三三
- 【足寄】田利 美智子 一五五-二二二-四八二二
- 【陸別】飯取 貢 一五五-二二二-四八二二
- 【東】加藤 みち 一五五-二二二-四八二二
- 【柏】加藤 昌明 一五五-二二二-四八二二
- 【光南】村上 やよい 一五五-二二二-四八二二
- 【鉄南】牧野 美智子 一五五-二二二-四八二二
- 【中】田村 力 一五五-二二二-四八二二
- 【啓北】内田 豊 一五五-二二二-四八二二
- 【栄】岡山 啓子 一五五-二二二-四八二二
- 【開】岡本 頭 一五五-二二二-四八二二
- 【西帯広】清水 美喜子 一五五-二二二-四八二二
- 【西】田所 豊之 一五五-二二二-四八二二
- 【緑ヶ丘】片石 祐一 一五五-二二二-四八二二
- 【白樺】高宮 裕 一五五-二二二-四八二二
- 【新緑】千田 濱子 一五五-二二二-四八二二
- 【柏林台】横塚 恵利子 一五五-二二二-四八二二
- 【緑西】村上 久美子 一五五-二二二-四八二二
- 【稲田北】平 麗子 一五五-二二二-四八二二
- 【稲田南】藤田 功 一五五-二二二-四八二二
- 【大空】畑中 庸助 一五五-二二二-四八二二
- 【川西】伊沢 佐恵子 一五五-二二二-四八二二