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
白樺在宅総合センター　41−1167

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

つながりあう支援 ～熊本へ！

4月14日・16日、熊本県は2度の大地震に襲われました。全国各地の民医連事業所からの支援が始まっています。十勝にも、全日本民医連および北海道民医連より、支援活動の要請があり職員を派遣、熊本市内のくわみず病院・たくまの里（老人保健施設）・八王寺の杜（小規模多機能施設）等で支援を行いました。帰任した職員の声の一部をご紹介します。

十勝から3名の職員が熊本支援へ

私たち支援者は患者さんや利用者さん、地域の方達の支援はもちろんですが熊本民医連の被災した仲間の心身、暮らしをしっかりと支えまとまった休息が取れるような長期的な支援が重要。これからの被災者支援は生活の再建支援、精神的支援中心に…

◇江口　献（あじさい薬局事務長）
支援期間（5月7日㈯～10日㈫）
《民医連の仲間たちの結束力をあらためて実感》

たくさんの被災者のお話を聞いて、今は今後の住む場所が大きな問題であることが良く分かりました。そんな中でも、被災者の皆さんは、明るく良くお話ししてくださり、やっぱり最後は人と人とのつながりが一番なんだと実感しました。そして被災者の背中をさする看護師さんの小さな手から、困難に寄り添う民医連綱領の実践を学ぶことができました。

また、県が指定している拠点避難所の1つ、熊本総合体育館には、４００名の被災者が避難生活を送っていました。被災者の方々とお話をして感じたことですが、まず生活環境の悪さを感じました。また、食事はカップラーメンやコンビニに売っているような保存のきくパンの配給が多く、糖尿病の患者さんもいたため、今後、病状悪化していかないか心配になりました。通院が必要な高齢の被災者も多く、またきちんと服薬できていない高齢者もいて、薬の管理方法や内服指導などができる薬剤師の訪問も必要だと思いました。

今までは、集団的な支援が主な対応だったと感じますが、今後は長期間の避難生活を見据えた個別の支援が課題になってくるのではないかと思いました。

◇林下　亜希（帯広病院病棟師長）
支援期間（4月25日㈪～28日㈭）
《なんとしても、患者・利用者・熊本民医連職員、被災職員の命と健康を守る》

今回支援に参加させてもらい全国の民医連職員の熱意、団結力、意識の高さを実感しました。また全国の仲間との交流やつながりも出来、支援後も帰任報告をし合いＳＮＳで繋がり自分達の支援を共有したり次の支援者につなげるための課題など出し合っています。職種を超えた頼もしい仲間が出来、とても貴重な経験となりました。熊本地震対策本部ニュースにもありましたが被災者でありながら地域、患者・利用者のため、みんなのために自分のことを後回しにして働くことのストレスは計り知れない。まだ余震も続く中でいつまた大きな地震がくるか、残してきた家族は大丈夫かなど不安を抱えながらの勤務は心身共に過酷です。

◇佐藤美由紀（ケアセンター白樺看護師長）
支援期間（5月7日㈯～10日㈫）
《民医連の団結力を痛感》

私は、小規模多機能施設八王寺の杜に支援にはいりました。施設はまだ建って1年しか経っていないとのことでしたが、壁のあちらこちらにひび割れがあったり、トイレのドアが歪みカギがかからなくなったりしていましたが、14日の前震、16日の本震以降もサービスはなんとか稼働できたそうです。

私は、鹿児島民医連のケアマネージャーの方と2人で、支援に入り、主に利用者さんと話しをしたり、リハビリ体操やレクリエーションを行ったり、排泄介助や施設の掃除などを行いました。

地震直後は、電気、ガス、水道などのライフラインが使えず、1週間は混乱していたが、民医連の仲間が支援に来てくれたので本当に助かったと所長さんが話していました。

今回2日間という短い間で、役に立てたのだろうか、支援になったのか不安でしたが、職員の方や利用者の方が温かく迎えてくれ、「遠くから来てくれてありがとう」と言ってもらい、少しでも力になれたのではないかと思いました。

まだまだ地震の被害は大きく、3週間を過ぎて少し落ち着きを取り戻しつつありますが、住むところがなく、避難所生活の方にとっては、これからますます大変になっていくと思います。職員の精神的なサポートも必要だと思います。今回支援に参加した経験を、多くの人に伝え、引き続き熊本を支援していけるよう、私なりに頑張って行きたいと思います。

病院

胃カメラ休日特診のご案内

予約枠には限りがございます。ご希望の方は

十勝勤労者医療協会 第38回 通常社員総会開催

4月30日㈯、十勝勤医協第38回通常社員総会がとかち館で行われ、地域社員・職員社員など75名が参加し、地域の取り組みや医療・介護などの職場で奮闘した職員の活動などを振り返り、2016年度の活動方針を決定しました。

討論では地域の会・職員合わせて18人から発言がありました。地域社員からは、会員・世話人の健康を守る健診や検査について、地域の独居高齢者等への声掛け活動、無差別平等の地域包括ケアをめざす団体の活動報告や、地域訪問やふまねっと等を通した仲間づくりと地域づくり、原発ゼロの社会をめざす決意が述べられました。

職員からは、各事業所の特徴的な医療・介護活動の報告があり、在宅生活を支えるサービス事業所間の連携や、在宅支援強化の老健を目指す取り組み、青年分野の取り組み等様々な実践についての発言がありました。今こそ、いのちを守ることを使命とする医療・介護の団体として「日本を戦争する国」にさせないたたかいを、大きく広げていくことが求められます。憲法・人権を守り抜く十勝勤医協の役割、存在意義を発揮し、職員、地域、共同組織が力を合わせ、民医連の事業と運動を継続、発展させていくことを確認しました。

今総会では、新役員が選出され、新たなスタートを切る総会となりました。

【本部事務局　池田　大輔】

シリーズ

憲法があぶない

帯広平和委員会事務局長
藤岡　博史

日本国憲法が危ない！　戦争法を廃止に！

昨年は戦後70年、被爆70年の年でした。第2次世界大戦の痛苦の経験から、私たちは現憲法を手にしました。第9条は、戦力の不保持や国の交戦権を否定しています。国際紛争は話し合いで解決するとしています。戦後70年日本の軍隊が外国人を誰一人殺さず、誰一人も戦死者を出すことがありませんでした。

ところが、安倍政権は一昨年7月憲法の解釈を変更して、集団的自衛権を行使出来ることを閣議決定しました。それまでの政府の考えを180度変更するものです。昨年5月には11本からなる安保法制＝戦争法を国会に提出し、多くの国民が反対する中、9月に採決を強行しました。1954年に自衛隊が発足した後も、自衛隊の主な任務は専守防衛でした。ところが今後は、日本が他国から攻められていないにも拘わらず、アメリカが関係する海外での戦争に自衛隊が参加し、戦闘地域に入り武器を使用する、武力行使をすることが可能になります。

戦争法案が国会で審議されている間に、全国で激しい反対運動が展開されました。それまで政治には直接参加して来なかった若者たちやママの会の人たち、大学生や高校生、学者の皆さんまでが、街頭に立ち反対のリレートークやコールを繰り広げました。

戦争法案は昨年9月19日に強行採決され、今年3月に施行されましたが、戦争法案反対の中心となって活動してきた幅広い共闘組織「戦争させない・9条壊すな！総がかり行動実行委員会」は、直後から戦争法廃止の活動を繰り広げ続け、11月からは戦争法廃止の統一署名に取り組みました。5月3日には全国で1300万筆が集約され、引き続き2000万筆目指し取り組まれています。

憲法の平和主義や民主主義、立憲主義を壊す憲法違反の戦争法を廃止するために、多くの人たちと力を合わせ奮闘することが求められていると思います。

平和行進

『核兵器の全面禁止を求めてともに歩こう広島・長崎へ』を合言葉に、今年も5月6日、全国の基点から原水爆禁止国民平和大行進がスタートしました。道東の根室から出発した通し行進者が、12日に帯広に到着、歓迎集会が市内の中央公園南側で約70名の参加で開催されました。歓迎集会では、実行委員長の代表挨拶を皮切りに、今年の通し行進者の松永洋子さんの挨拶、十勝網の目平和行進の報告、加盟団体や昨年の世界大会参加者からの歓迎の挨拶、「集会決議」の提案と承認などが行われました。集会後はやや風の強い中、通し行進者を先頭にして、参加者が列を作って市内を元気に行進、『なくそう核兵器』『やめさせよう戦争』『非核の願いと憲法9条の輝く日本を』などを訴える、ピースウォークを行いました。

【柳町医院　栗山　英樹】

医療・介護の現場から　シリーズ⑦①

Aさん（50代男性）は、若い頃から糖尿病を発症して治療。仕事の関係で不規則な食生活が続き、糖尿病が悪化、入院治療が必要になるも、お金の関係もあり、必要な治療が受けられませんでした。さらに糖尿病が悪化し、入院・インシュリンの導入を勧められるも、失業を契機に完全に治療を中断してしまいました。

それでも何とか低料金で検査を受けようと、自治体の特定健診を受けましたが、結果が非常に悪く、自治体の保健師さんからの紹介で無料低額診療を利用することとなりました。

現在は、時給の安い日中のアルバイトをしていますが、時給の高い夜間の仕事をすれば、収入は上がりますが、無料低額診療は受けられず、治療も続けられないと、強く訴えます。

Bさん（40代男性）は、夜中午前3時まで業務がある不規則勤務。肺に感染症がみつかり、入院治療をすすめられるが、仕事を休むと職を失うと入院を拒否。なんとか通院で療養し、回復に向かっていますが、今後悪化しないか、不安の中で治療しています。

安倍内閣は、規制緩和の名の下に、大幅な労働規制緩和をすすめようとしています。「お金の切れ目が、命の切れ目」にならないよう、患者さんや、利用者さんとともに、この悪政を必ずストップさせなければとあらためて感じました。

【白樺医院　事務長　高田　弘之】

【おくすりの話】

居宅訪問（訪問薬剤師）について

薬剤師がご自宅へお伺いします！

阿部　浩文

通院が困難で自宅などで療養されている方を、医師や歯科医師の指示の下、薬剤師が訪問し、お薬の効果や服用方法、保管などについて説明します。また、お困りのことがあれば、かかりつけ医師や歯科医師と相談しながら、お薬が飲みやすくなるようにお手伝いします。

（医療・介護保険制度を利用して、薬剤師の訪問サービスが受けられます。～介護保険の利用限度額には含まれません。）

薬のことで困っていませんか？薬に対する不安、疑問に薬剤師がご自宅へお伺いし、悩みにおこたえし、説明します。

- ●薬の効果や飲み方、使い方について説明します。
- ●薬が飲みやすくなるように工夫します。
- ●薬の保管方法を説明します。
- ●飲み忘れや飲み間違いがないかチェックします。
- ●薬と薬、食べ物や飲み物との、飲み合わせをチェックします。
- ●残った薬の管理や廃棄する薬の相談を受けます。
- ●介護用品や衛生用品、福祉機器について相談を受けます。
- ●副作用が起きてないかチェックします。

薬で体調に変化がおこることがあります。年齢のせい、病気のせいと思いこまずに、薬剤師に相談してください。体調をお伺いして薬の影響をチェックし、医師・歯科医師と相談して治療に反映します。

薬剤師の訪問サービスは保険制度の中で病院または診療所の薬剤師では月２回、薬局の薬剤師では月４回まで認められています。

薬剤師が患者さんの自宅を訪問するには、まず第一にかかりつけ医師・歯科医師の同意が必ず必要です。次にかかりつけ医師・歯科医師が処方箋を基に、薬剤師による居宅訪問を指示します。そして、薬剤師が本人や家族、あるいは施設に入所している場合には施設のスタッフと訪問日時を打ち合わせします。その後、処方箋に基づいて調剤した薬を届けるという流れです。訪問後は報告書や次回への計画書をかかりつけ医師・歯科医師、さらに医療関係機関に提出しています。

薬剤師は、患者さんへの薬物治療が適切に行われるように、医師や看護師をはじめ医療・介護の専門職とチームを組んで訪問医療に取り組んでいます。

柳町医院

今年もやります「健診結果説明会」

柳町医院では、定期的に健診結果説明をおこなっています。健診結果説明会とは、自分が受けた健康診断の結果について、診察室ではなかなか聞けないようなことも含めて、多種多様な質問などを聞ける時間です。第5木曜日がある月の第5木曜日の午後2時からおこなっています。

毎回、メタボリックシンドロームのことや健康のために日頃気をつけた方がいいこと、健康診断の採血データの詳しい中身など、浅沼院長が分かりやすく説明してくれます。健診内容に関することでなくても構いません。生活相談や各種検査のことについての質問も受け付けています。毎回10名前後の方が参加しています。たくさんの質問が出され、参加者の方々は「勉強になった」「よく分かった」と感じて、お帰りになられます。個別相談も看護師等で対応できます。今年も行いますので、ぜひ皆さんいらしてください。

【柳町医院事務長　三浦　紀秋】

＜今年度の日程＞

２０１６年	6月３０日
	9月２９日
	１２月２９日
２０１７年	3月３０日

いずれも木曜日午後２時から。

ケアセンター白樺

ふれあい看護体験を実施

5月12日は「看護の日」だということを存じですか？十勝勤医協では、看護協会からの依頼を受けて、この看護週間に帯広病院とケアセンター白樺で「ふれあい看護体験」を実施しています。

施設では憧れの白衣を着て頂けないのが残念ですが、生徒さんは笑顔いっぱいで足浴に挑戦してくれました。利用者さんは生徒さんと初対面で緊張していましたが、生徒さんが慎重に丁寧に足を洗ってくれるので、気持ちが良くなって表情がどんどん柔らかくなっていきました。「人に洗ってもらうのは嬉しいよ。気持ちいいですよ。こんなに綺麗になった。どうもありがとう。」と話してくれました。

利用者さんの緊張が和らいだのは、生徒さんの手から真心が伝わった証しです。そんな素晴らしい看護を体験できた生徒さんの笑顔を見ると、「看護師の仕事っていいな！やっぱりこの仕事が好きだな。」と、忙しさでかき消されていた気持ちがよみがえりました。

看護師を目指す高校生から、看護の魅力を教わった看護体験でした。

【ケアセンター白樺副施設長　野口　寿恵】

友の会連絡会コーナー　☎0155-22-4144

生き生き広場

札内東友の会 総会終る

札内東友の会

4月14日㈭、夕食交流も兼ねて、世話人総会を開催しました。連絡会から真田事務局長、老健白樺の山本さん、帯広病院から小田さんの3人が来賓として来て下さり、仕事で遅れた世話人さんを含めて18人で行いました。

一声かけ運動に力を入れて来た私たちにとって、お正月明けに会員さんが孤独死をされたことは、大変辛く悲しい出来ごとでした。世話人、会員だけでは限界もありますが、それぞれが地域であらゆるつながりを生かし、安心して生きて行ける社会をつくるために、一層の努力をして行こうと意志確認をしました。幕別町の特定健診が勤医協病院でも受けられる事を知らせ、5月末には例年より早く「大腸ガン検診グッズ」を持って、地域に飛び出して行こうと思っています。

世話人さんの高齢化も進むなかで、楽しい行事を沢山取り入れて、友の会ならではの仲間づくりをしていきたいと計画しています。

総会のあと、おいしいお弁当を用意して、和やかに懇親会を行いました。掘り出し物が当たるビンゴゲームで盛り上がりました。

【札内東友の会　鈴木志摩子】

札内西友の会総会で「9条の会」発足

札内西友の会

4月27日㈬10時半からあかしや近隣センターで総会をしました。当日は9時半からニュースの仕分け作業を6名の世話人でした後、総会準備をしました。連絡会から真田事務局長、帯広病院の小田原事務長、ケアセンター白樺の山本さんがさんかされました。

総会では昨年の活動報告、健康を守る活動で集団検診が好評で、今年はオプションに頸動脈エコーと骨粗鬆症をセットで取り組んだところ、例年より受診者が増えました。

今年は平和を守る活動をより広めたいと、西友の会で「9条の会」を発足して、憲法の事を考える、色々な情報を会員までお知らせできることになりました。また、真田事務局長からは「学習パンフレットの共同組織とともに」と医療改悪について説明してもらいました。小田原事務長には、今年度から幕別町の特定健診（40歳以上無料）が帯広病院で受けられるようになり、友の会健診の検査項目が多い事が解りました。介護の相談などケアセンター白樺の山本さんから気軽に相談下さいと話されました。

その後、食事をしながら楽しく交流して、総会が終わりました。

【札内西友の会事務局　岡崎　節子】

新緑友の会 総会を終えて

新緑友の会

平成27年度新緑友の会14回総会を行いました。毎年3月頃開いていましたが、年々世話人・会員さんも年齢が上がり、冬場は足元が危ないので、雪の解けた春先に行うことが決まりました。

前任の渡辺さんは人付き合いが良く沢山の人が参加してくれ、参加する人も慣れたもので、我が家のお漬物を食べて頂戴とばかり美味しい漬物の差し入れがあり、それも楽しみの一つでした。会員さんの中では、家族で参加という人やふまねっと・カラオケなどに参加している人も出てきてくれ、今年は30人近くで総会を開くことができました。

来賓は、白樺医院事務長高田さん・連絡会の真田さん・ケアセンターの山本さん・市議の杉野さんの計4人が来てくださり、世の中の情勢や高齢者の置かれた立場と、有意義なお話をして下さいました。

議事に移り、活動報告・二十八年度の活動方針・会計報告・新年度役員選出と一通りを終え、皆でお弁当を頂き、「沢山ある苗字」で「変わりビンゴ」で楽しみました。

さて活動方針ですが、①ニュース宅配時に高齢者の日常変化に気を付け、声掛けなどを行います。②「健康相談会」③九条の勉強会、等沢山の約束を宣言しました。実行できるでしょうか。世話人の平均年齢は75歳位です。新緑友の会世話人の心意気を見せたいものです。

【新緑友の会　千田　濱子】

頭の体操

次の□の中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。

出題者は中橋健さん（帯広市）です。

休　技
常□絡　愛□語
関　憂
併　話
乗□唱　難□衆
待　市

【ヒント】
政治の話題のひとつ。これにもとづくものをつくるという。

【答　え】
□□□□
（漢字でご記入ください）

【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9条南11丁目
十勝勤医協会館内
友の会ニュース編集部
〇メール
soshiki@tokachi-kin-ikyo.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。

【締め切り】
6月20日（当日消印有効）。発表は第387号（8月号）紙上です。

【第383号の当選者】
答えは**「本末転倒」**でした。
応募総数113通、正解者111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）

大山　公子　坪内　滉世（音更町）
林　知子　村田　幸子（幕別町）
宮田依久子（帯広市）
高岡　章吾　野澤美津枝（新得町）
元木　和子
清野　涼子（新得町）
河合　惠子（池田町）

◇ステージ企画
◇無料健康相談（10：30～12：00）
◇尿検査・血圧・体脂肪率測定
◇パネル展示
◇各友の会支部や職員による物品販売など
◇抽選会

お問合せ
住所：080-0019
帯広市西9条南11丁目1番地
十勝勤医協会館内
十勝健康まつり実行委員会
電話：0155-21-4718
FAX：0155-21-4840

●主催／十勝健康まつり実行委員会
●後援／帯広市・北海道十勝総合振興局・十勝町村会・北海道赤十字血液センター帯広出張所・十勝毎日新聞社・北海道新聞社帯広支社・OCTV・FM-JAGA・FM-WING