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

柳町医院は3月31日で閉院します

開院から二十三年間、患者様や地域の皆様に支えられ、いのちの平等を掲げて地域住民の切実な要求に応える医療を実践してきましたが、医師体制確保の困難により、二〇一九年(平成三十一年)三月三十一日をもって閉院いたします。【診療は三月三十日(土)まで。】

閉院後の外来診療につきましては、帯広病院か白樺医院に継続して通院して頂くか、近医への転院を希望される方には責任を持って転院先へ引き継がせて頂きます。

突然の事で患者様・ご家族様にはご迷惑をお掛けし申し訳ございませんが、何卒ご理解賜りますようお願い致します。

【柳町医院院長　浅沼建樹】

医師体制が変わります

柳町医院の閉院に伴い、4月から帯広病院と白樺医院の医師体制が変わります。

白樺医院院長に浅沼建樹医師が就任し外来診療にあたります。ともなって土曜日の診療を開始します。(第一・三・五土曜日)

なお、浅沼医師は帯広病院での外来診療を行いませんのでご了承下さい。

柳町医院で週一日、火曜日に診療していた舘野知己医師は、帯広病院での外来診療にあたります。

なお、月・水・金曜日は一般外来、火・木曜日は予約外来となります。(いずれも午前診療)

また、これまで白樺医院で診療していた小倉浩夫医師は帯広病院の外来診療にあたりますが、診療日は週三単位、月・水曜日の午後診療と火曜日の午前診療のみとなります。

三月三十一日をもって柳町医院は閉院いたしますが、これまで通院して頂いた患者さん・ご家族の皆様には、引き続き帯広病院・白樺医院に通院して頂けると幸いです。何かとご不便をお掛けいたしますがよろしくお願い致します。

【帯広病院】

	月	火	水	木	金	土
舘野医師（午前外来）	一般	予約	一般	予約	一般	

※柳町医院から移る方で舘野医師の診療を希望する方は、最初は一般外来にお越し下さい。

	月	火	水	木	金	土
小倉医師	午後	午前	午後			

【白樺医院】※第2・4土曜日は休診です。

	月	火	水	木	金	土
浅沼医師（午前外来）	○	○	○	○	○	△

※浅沼医師は帯広病院での診療は行いません。

通院が困難な方は無料送迎を！

帯広病院では以前から患者送迎を行っていますが、4月から白樺医院も患者送迎を開始します。当面、今まで柳町医院で患者送迎を利用している方を中心に行いますが、お困りの方は各事業所にご相談下さい。(予約制)

乗り込みやすい福祉車両で送迎

白樺医院は予約制となりますので事前に電話でお申し込み下さい。

問い合わせ先
帯広病院二一一―四一一一
白樺医院三八―三五〇〇

デイサービスすずらんは事業継続！

柳町医院閉院後も併設している通所介護事業所「デイサービスすずらん」は事業を継続します。今後、利用を希望する方は、担当のケアマネジャーまたは居宅支援事業所白樺(四一―一一六七)にご相談下さい。

継続してご利用いただけます

帯広病院・白樺医院で特定健診を！

柳町医院の特定健診受付は二月末で終了いたします。音更町の方も帯広病院または白樺医院で特定健診を受けることができます。まだ受けていない方はぜひ受けましょう。

なお、帯広病院は予約の必要はありませんが、

聴診器

▼「働けど働けどわが暮らし楽にならざりぢっと手を見る」現代の世の中に共感できる啄木の歌▼15年にわたり行われてきた厚労省の統計偽装問題。雇用保険や労災保険などの給付額に関わる勤労統計が、不適切に調査され、のべ2千万人をこえる人に少なく支給されていた。私もその一人。偽装の被害者は過労死や失業で苦しんだりした人たちだ。全国過労死を考える家族の会代表は「一家の大黒柱を突然失った家族が、たたかって得られた補償です。数字をごまかすなんて国民への裏切りであり、国としてあるべき姿ではない。亡くなった人たちが報われない」と憤りを隠せない▼厚労省内部では昨年1月に調査方法の誤りが分かっていたのに、計算方法を変えて誤りを隠蔽。共同通信社の調査によると、政府統計を信用できないと答えた人は78・8％に達している▼政府は「戦後最長の景気回復」と宣伝するが、大企業だけが潤い、家計は苦しい▼年金カット法や「働き方改革」、消費税10％増税などが強行されてきたが、データー偽装による誤った政策判断は断固許されない▼この怒りを主権者である私たちが、今度の連続選挙で、今の政治に審判を下すべきだ。（若）

社会保障改悪を許さない! 統一地方選挙にその思いを託そう!

この間、安倍政権が医療、介護分野で推し進めてきたのは、以下のような社会保障制度を根幹から解体する悪法の数々でした。

＊2012年、「社会保障制度改革推進法」
…社会保障の理念を転換し、国の責任を放棄して社会保障を自己責任と助け合いに変質させた

＊2013年、「社会保障制度改革国民会議最終報告」
…社会保障切り捨ての方向性が明確に示された
「社会保障制度改革プログラム法」
…社会保障制度解体への道が具体的になった

＊2014年、「医療・介護総合確保法」
…団塊の世代が後期高齢者となる2025年に向けて、医療・介護の国の財政支出を抑制、削減する医療提供体制のしくみづくりとなった

＊2015年、「医療保険制度改革関連法」
…医療費抑制の責任を都道府県に課した

＊2017年、「地域包括ケアシステム強化法」
…公的に保障すべき介護など社会保障の支援を「我が事・丸ごと」の地域づくりと称して、地域住民に「丸投げ」

そして、２０１８年度は、２０１２年の社会保障改革推進法から検討・準備されてきた様々な改悪が本格始動しました。国保都道府県単位化で保険料値上げ、滞納者への差し押さえや保険証取り上げが強化されました。医療費適正化計画で「医療費の地域差半減」を目標に、地域医療計画や地域医療構想とリンクして病床削減。そして医療費削減で成果をあげた自治体に予算を重点配分する「保険者努力支援制度」も実施。介護保険では、介護費用の削減を市町村に競わせる仕組みが導入されます。

ここまでしても、安倍政権はまだまだ手を緩めることはしません。２０１９年には消費税を増税し、教育や子育て支援のため「全世代型社会保障」を行うと打ち出しました。しかし、実際に検討しているのは75歳以上の患者負担増や要介護１、２の人への保険給付外しなどです。

今、あらゆる世代で格差と貧困が拡大し、私たち国民のいのちと健康、暮らしを脅かしています。低年金や無年金、医療・介護の保険料高騰や自己負担増などを背景に、高齢者だけでなく若い世代も受診を控えざるを得ないような国民の暮らしが広がっています。

このように、患者、利用者の医療、介護を受ける権利がいっそう奪われている中で、４月に統一地方選挙が取り組まれます。自治体本来の役割である住民の暮らし、いのちを守る役割を行う議会を作ることが求められています。誰もが払える国保料(税)を、介護難民をつくらないなど患者・利用者の声にもとづく要求を届け、医療・介護・社会保障の充実を選挙の大きな争点に押し上げて、大切な自分の一票を投じましょう。

【民医連十勝ブロック反核平和社保闘争委員会事務局長　江口　献】

シリーズ
憲法があぶない

原発再稼働反対の世論を高めよう

泊原発の廃炉をめざす会は、２０１１年11月に北電を相手に泊原発の廃炉を求めて提訴した原告と裁判支援者の集まりで、北海道を中心に国内や海外にも会員がいらっしゃいます。十勝連絡会では、十勝での裁判の支援活動を活発に行っていこうと自主的に作られた会ですが、現在では道内にも同様の連絡会が作られており、十勝では１７０名以上の会員がいます。

私達は、１月から３月の厳冬期を除く時期に、署名活動を主に帯広駅南側で行っており、昨年は泊原発再稼働反対の署名を集めました。１回に10数筆のときもあれば30～40筆と集まる日もありましたが、９カ月で１０００筆以上を集めることが出来ました。１月中に全道の署名を集約し、退任する高橋知事に提出しました。

署名される方の多くは、「うーん」と絞り出すような声で「原発はいらんよねぇ」とおっしゃいます。内心、呆れているという思いがありありです。２０１１年の東電福島原発事故の原因は、未だわからずじまい。津波到達前に、地震の揺れで配管が破断していたというデータも、技術者によって指摘されています。もし、地震が原因なら日本国内のどこにも原発を作れなくなりますから、このリポートは黙殺されたまま。溶けた原発の燃料のありかも、不明のまま。廃炉ロードマップも形だけはありますが、その通りに進む保証は何もありません。使用済み核燃料の処分方法がわからないうちに、原発がどんどん作られてしまいましたが、常識ではこんなことはあり得ないでしょう。「事故が起きたら賠償金は払いきれないから、国が面倒見てください」で、これがＯＫになってしまう。ため息が出て当然です。

財界のトップが、「国民の納得が得られないものを簡単に動かすということにはならない」というようなことを、ようやく言い始めました。世論の３分の２は、再稼働反対。これは一貫しています。財界は、「だから説明を」と言っているのですが、それは無理。私達は少数であっても署名活動などで原発の危険性を訴え、「気にしている人たちはいるぞ」と人々の印象に残るようにしていきたい。そして、みなさんもぜひ周囲の方に、原発事故で東日本が全滅するとまで言われた恐ろしさを伝え、再稼働反対の声を広げてください。

１月22日には泊廃炉訴訟で当会の会員が、かつて電気技師として原発建設にも携わったことがある経験を生かし、法廷で意見陳述をしました。北電は、裁判では安全性の保障はまったくできず逃げ回ってばかり。私たちは、何とか勝利に向けて頑張っていきたいと思います。みなさんのご協力を、お願いします。

【泊原発の廃炉をめざす会十勝連絡会事務局　菅原哲也】

老健　楽しく安心なお餅を提供

お正月に食べるお餅は、高齢の方々には注意が必要な食べ物ですが、ケアセンター白樺では毎年１月の餅つき行事が恒例になっています。食べて頂くお餅は、栄養士が試作を重ねて、餅米と白米をブレンドし、餅の味わいを保ちながら喉つまりしにくい食感に仕上げています。

数名の利用者さんがお餅をつくと、フロア中にお餅の良い香りが広がります。あとは、職員やボランティアさんが一口大に丸めて、栄養科特製の餡とみたらしをかけたら出来上がりです。職員が見守る中で安心して召し上がっていただける自慢のお餅です。

今年、デイケアの新年会では餅つきの前に、獅子舞が登場しました。職員手作りの獅子舞が利用者さんの頭に大きな口を開けて寄ってきます。皆さん歓声を上げて頭を差し出して下さいました。獅子舞の中から年女の職員が出てきて、また歓声があがりました。

「みなさんに幸せが訪れる一年になりますように」そんな思いで、職員も楽しんだ新年会でした。

【ケアセンター白樺副施設長　野口寿恵】

リハビリ技師の部屋

No.11

ケアセンター白樺理学療法士
主任 星山　等

変形性膝関節症に効果のある筋力強化運動

変形した膝関節は筋力のバランスが崩れます。つまり立ち上りや歩行などの動作時に膝関節が安定しません。これが痛みに繋がっていく一因となります。動作安定の為に筋力強化の運動を行っていきましょう。

Ⅰ．脚上げ運動

骨盤前面の筋肉と、太もも表面の筋肉を鍛えます

【運動方法】

①膝を立てて、仰向けに寝ます
②片方の脚を上にあげ、その場所で３秒止めたら元の位置へと戻します
③10回行っていきます。余裕のある方は２セット行います
④逆の足も行っていきましょう

Ⅱ．脚の横あげ運動

おしりの横の筋肉をきたえます

【運動方法】

①下になる足の膝を曲げた状態で、横向きに寝ます
②上の足をあげます
③10回行っていきます。余裕のある方は２セット行います
④逆の足も行っていきましょう

【悪い例】あげている足は体の前方や後方に位置しやすいです。横向きとなった体の中心線に沿うようにあげましょう。

Ⅲ．腰上げ運動

お腹の前後にある筋肉をきたえます

【運動方法】

①膝の間に枕や座布団などを挟んでから、両膝を曲げます
②骨ばんを上げます
③骨ばんをあげた状態で３秒保持します。それを10回行います

Ⅳ．太ももでの挟み運動

ももの内側の筋肉をきたえます

【運動方法】

①両膝を曲げて、仰向けに寝ます
②膝のあいだに、まくらや座布団などを挟みます
③まくらを押しつぶすような方向に、３秒間力を入れます
④10回行っていきましょう。余裕のある方は20回まで行ってみましょう

医療・介護の現場から　シリーズ㊹

自営業を営むＳさん60代男性は病院にかかるのは40年ぶり。何年も健康診断も受けておらず、来院時には重篤な糖尿病、同時に経済的な困難もあり即日「無料低額診療」にて治療を開始、入院となりました。１年程前から脱力感などの体調不良が続き、その影響で仕事も減少、生活困難となり、さらに経済的理由から受診を控えたために重症化していました。「無料低額診療」を利用したＳさんは「医療費がかからなくなって本当に感謝している」「この制度がなかったら毎月通えないし、負担無く入院出来たのでとても助かった」と話されています。

しかしこの「無料低額診療制度」は院内の診察、検査、入院などは無料または減免が可能ですが、外来では処方箋を出しているため、その先の薬局（お薬代）はかかってしまいます。現在の制度上、調剤薬局での無料低額診療は認められていないのです。Ｓさんは「薬代で3，０００円くらいかかるのがとても大きい」と苦悩しています。Ｓさんのこの一言から、帯広病院とあじさい薬局で合同のカンファレンスを開催、対策について話し合い、とにかくＳさんにとって最善の策をとる事を確認しました。また参加者からは「同じ医療なのに薬代の減免が制度にないのはおかしい」「補助を勝ち取る運動が必要ではないか」などの意見が出されました。

【帯広病院事務長　小田原剛】

白樺医院　地域無料健康相談会

２０１９年２月14日（木）15時から白樺医院で、第６回地域無料健康相談が行われました。18名の参加があり、テーマは「小倉ドクターと何でもトーク」ということで、白樺医院院長小倉浩夫先生が講師を務めました。原発の問題から今の政治について、医師不足の現状、老後のことまで多岐にわたる内容で、普段なかなか聞けない話を聞くことができました。

小倉先生が４月から帯広病院に異動となるため、白樺医院での健康相談は今回が最後ということもあり、参加者の方からは質問だけでなく、「先生に大変お世話になった。」「病気だけでなく、その人の生活も大切にして考えてくれる。」「これからも元気でいてください。」などの言葉も聞かれました。

次回の地域無料健康相談は、４月11日（木）白樺医院待合室15時～16時「２０１９年度の医療・介護制度」について行う予定です。

【白樺医院看護師長　佐藤美由紀】

生き生き広場

友の会連絡会コーナー　☎〇一五五－二二－四一四四

冬に流行る胃腸炎について学ぶ

西南友の会

久しぶりに健康相談会を1月25日に開きました。勤医協帯広病院の進藤看護師に12月から3月が発症のピークの「ノロウイルス感染症」についてお話していただきました。分かりやすいお話と丁寧な資料でワクチンも抗ウイルス薬もないノロウイルス感染予防法は一に手洗い、二に手洗いという基本を守ることが何よりも大事だとよくわかりました。事前に血圧測定と尿検査を行いその結果と検査項目を説明してもらい、参加者全員がほぼ許容範囲に収まっていて安心して相談会を終わりました。

【西南友の会　麻生恵子】

読者の声

◆三浦春馬が先生？

百歳近い母の受診のために「勤医協柳町医院」を受診しました。名前が呼ばれ母の手を引いて私も診察室へ入りました。先生は目を細くして笑顔で迎えてくれました。そして、母の痩せた胸と背中を丁寧に触診して、「お母さん、このお年で歩いて来られるなんて、奇跡的ですよ。百歳も大丈夫です」と言われました。母は口元を緩めながら、頭を下げました。その様子を見て先生は、また目を細め柔らかい笑顔で「お母さん、今日のブラウスも素敵ですね」と言われた。診察室を出てから「何十年も前のブラウスだけどね…」と言いながらも満更でもない顔をしていました。母は百歳の誕生日を迎えて半年後、最期の脈も先生に取って頂き旅立ってゆきました。そのお世話になった先生こそ「こんな夜更けにバナナかよ」の〝進行性筋ジストロフィー〟の病気を患う鹿野靖明さんの傍らでボランティアを20年以上も続けてきた舘野知已先生でした。

先日、映画製作の裏話をお聞きすることが出来ました。三浦春馬の田中役が舘野先生だそうで、映画関係者が幾度か自宅を訪ねて来たそうです。そのようなお話も「もう過ぎた事ですから…」と一片の出来事の様に、静かに話されました。映画は、鹿野さん役の大泉洋が役作りの為に10キロ痩せた話題が先行してしまいましたが、「福祉の問題を考える映画」とも、紹介していました。映画館で舘野先生（三浦春馬）にお会いするのを楽しみにしています。

【音更東友の会　菅原紀子】

◆世話人交流会で山本政俊先生の講演を聞いて

私は政治に特別な関心を持っていないが、今回の山本先生の講演を聞き政治の裏のカラクリを見たように感じました。

消えた年金問題、自衛隊の日報隠し、森友学園の土地売却のカラクリ、加計学園の獣医学部新設、辺野古米軍基地移設、米国よりの戦闘機購入、航空母艦改修の言い訳、憲法9条の改案などなど…。どれ一つとっても国民が納得する明解な説明がなされていない。

全てが一部の議員のエゴと利権が絡んでいるように思われる。

国会の中には姿を変えた醜い妖怪が住み着いているのではないか？子どもの頃、嘘は良くないと教えられてきたが、いつからこのような大嘘を平気で言えるようになるのだろうか。なんとなく戦国時代に戻りつつあるのではないか、庶民からは血税を取り、金持ちからは袖の下を貰い、自分の都合の悪い者は切り捨てて山のように感じる。

このような環境の下で、友の会は地域に密着し、生活弱者に寄り添っている。個々の力は微々たるものではあるが、将来に不安のない生活が送れるよう協力していきたい、と私は思う。

【音更南友の会　目黒道広】

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。

出題者は高坂由美子さん（帯広市）です。

額　察
指□期　打□断
決　往
脚　賞
保□康　独□許
強　奇

【ヒント】
毎年受けましょう

【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】
3月20日（当日消印有効）。発表は第420号（5月号）紙上です。

【第416号の当選者】
答えは「永寿嘉福」でした。
応募総数38通、惜しい方はおられましたが、正解者はおられませんでした。回答をお知らせいたします。

楽	永	久
日		遠
会	嘉	酒
名		賞
仁	寿	宴
中		像
栄	福	耳
眼		利

各友の会連絡先

【音更東】菅原　一晴　〇一五五－三二－七〇九五
【音更西】増田　浩毅　〇一五五－三〇－八八六〇
【音更南】坂本　恵子　〇一五五－三二－六二六三
【音更北】中嶋　晴子　〇一五五－四二－二一九九
【士　幌】和田　鶴三　〇一五六四－七－四四三五
【上士幌】山本　政俊　〇一五六四－二－三〇八九
【新　得】土山　武志　〇一五六－六四－四七一六
【清　水】田中けい子　〇一五六－六三－三〇五六
【鹿　追】武田　耕次　〇一五六－六六－二一七六
【芽　室】梅津　美政　〇一五五－六二－二八五九
【中札内】西村　和正　〇一五五－六七－二七七四
【更　別】大津寿美香　〇八〇－六〇八四－八三八七
【大　樹】有岡千恵子　〇一五五八－七－五二二八
【広　尾】前崎　茂　〇一五五八－二－四三四〇
【幕　別】小林　正明　〇一五五－五四－五二三一
【札内東】鈴木志摩子　〇一五五－五六－六七五七
【札内西】岡崎節子　〇一五五－五六－四四三二
【忠　類】増田　武夫　〇一五五八－八－二六〇七
【豊　頃】岩井　明　〇一五－五七四－二六三四
【池　田】吉田　清治　〇一五－五七二－八六一〇
【本　別】阿保　富男　〇一五六－二二－二七五六
【足　寄】田利美智子　〇一五六－二五－四〇〇〇
【陸　別】黒沼　明美　〇一五六－二－七－二六六七
【東　】山口久美子　一五九－七七六二
【柏　】加藤　昌明　一三一－五〇八四
【光　南】村上やよい　一五九－五五八八
【鉄　南】牧野美智子　四七－八九六五
【中　央】田村カオリ　一三三－二六〇七
【栄　】及川　洋子　〇九〇－五二二－三八三二
【開　西】岡本　顕　〇九〇－六四四六－五五二一
【西帯広】野坂　潤子　三七－二七二九
【西　南】麻生　恵子　二二－一六一三
【緑ヶ丘】片石　祐一　三三－一四四三
【白　樺】高宮　裕　三四－一八八二
【新　緑】千田　濱子　二二－四四〇八
【柏林台】横塚恵利子　四一－七七九〇
【緑　西】村上久美子　二三－六八五二
【稲田北】平　麗子　四八－〇七一五
【稲田南】藤田　功　四八－六九五一
【川　西】伊沢佐恵子　六〇－二五〇六
【大　正】岡山　幹男　六四－五九五三