

帯広病院 21-4111

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

健康診断は受診すること、それがゴールという訳ではありません。はつきりとした自覚がないまま進行することの多い「生活習慣病」を予防するため、また、病気と向き合い日常生活や健康状態を改めて考える機会です。

再検査・精密検査も必ず受けましょう

十勝勤医協では、友の会みなさんが健康に過ごしていただけるよう、病気の早期発見・早期治療の観点から、健康診断の取り組みに力を入れています。特定健診や帯広市が健診料を補助する日帰り人間ドック、肝炎・前立腺がん・骨粗しょう症健診、大腸がん健診等のオプション健診、協会



健康診断を受けて頂いた「その後」も大切です。せっかく受診した健康診断の結果を無駄にしないためにも、自分の身体の状態を把握するチャンスととらえ、もし異常があった場合には、再検査や精密検査を受けてください。検査を受けて何も異常がなければ安心できますし、早期発見できれば早期治療に繋がります。

	帯広市	音更町	幕別町	本別町	各保険組合
帯広病院	○	○	○	○	○
白樺医院	○	○	○		○

※特定健診は予約不要です。受付時間内に各自治体・保険組合から郵送されてきた受診券をお持ち下さい。



十勝勤医協の特定健診は心電図検査が標準で行われています。また友の会員の場合は胸部レントゲンが無料になります。音更町の方でこれまで柳町医院に通院されていた皆さまもぜひ帯広病院又は白樺医院にお越しください。地域のみなさんに支えられて歩んできた十勝勤医協です。友の会のみなさんの健康な日常を守る一助となるようにこれからも努力していきます。

特定健診は「勤医協」でお得に。 受診券をもって病院にお越しください！

△対象▽

○帯広市・音更町・幕別町・本別町にお住まいの40才以上の国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者

○各社会保険の40才以上の扶養家族の方

○各保険組合が発行する受診券をお持ちの方
みなさんもご自分のため、ご家族のためにぜひ健康診断を受けることをお勧めします。

大腸がん検診も

40歳以上の友の会員は無料で受けることが出来ます。(帯広市の国保の方は市の制度を利用して無料になります)。友の会員の皆さまには検査キットが各地で手配りされるか、または郵送されます。便をとって送るだけの簡単な検査です。ぜひご利用ください。



あなたと民医連をつなぐ月刊誌
いつでも元気
MIN-IREN

2019 5月号 380円

好評発売中

巻頭エッセイ／榮門琴音さん

けんこう教室 健康寿命を延ばすには

特集 子育て世代実情調査

ふるさとを返せ 福島

新連載 安心の種をまく

ピリ辛歳時記

発行＝鶴岡健康医療研究所 〒113-0034 東京都文京区湯島2-4-4 平和と労働センター8階 電話 03(5842)5656(代表) FAX 03(5842)5657

聴診器

▼この記事が出る頃は、この十勝でも市町村議会選挙が終わっている頃だが、今回は我がふるさと大阪の知事・市長ダブル選挙の結果から一言。なぜ維新の会がここまで人気なのか▼私は大阪で生まれ育ったいわゆる「大阪人」だが、最近までこの大阪の状況をまったく理解できていなかった。最近思うのは、これはやっぱり「地域政党」だからだろう▼大阪人は他県の人には良く分からない反東京感情が根強くあり、「大阪限定」「大阪ファースト」を全面に出されたら弱い。大阪の友人に聞いたところ、会社の同僚への「なぜ維新に入れるのか」の問いに対して「大阪人だから」という答えが返ってきたという。ここまで来ると大阪人だからタイガースファンだろうという言説に等しい▼いやちよっと待てよ。大阪だけの問題ではない。東京都議会では「都民ファーストの会」が第一党、国は違うがアメリカのトランプ大統領も「アメリカファースト」を掲げて大統領の座に就いた。今の日本も同様ではないのか▼国家主義とも言える安倍政権…。度重なる国民負担増、経済や外交での失策、改選・隠微、利益誘導。ここまでひどい政治は過去に例がない。それでも安倍内閣の支持率は下がらない。「日本人だから」でいいの。

シリーズ

憲法があぶない

今、沖縄の辺野古で進められている米軍基地建設のための海岸の埋め立て工事を、どれだけのひとが知っているのだろうか。沖縄県の名護市辺野古海岸、その場所をあなたは正確に指させますか。辺野古が抱える大浦湾、そこが豊かな生物多様性の宝庫であることを知っていましたか。大浦湾には広々とサンゴ礁が広がり、様々の魚類が群れ泳ぎ、ジュゴンが生息していることでも有名なことを知っていましたか。そして安倍政権が、何が何でも大浦湾を埋め立て、米軍基地を建設しようと工事を強行していること、それに対して沖縄のひとたちが断固反対して、多くの人たちが工事現場前で座り込みをし、海上からはカヌーで抗議運動に参加しているのをあなたは知っていますよね。

さて、埋め立て工事は前知事翁長さんが沖縄県として辺野古埋め立て承認を撤回しましたので、国側として工事を担当している防衛省は、「行政不服審査法」という国民が行政を訴える方法を使って、同じ行政側の国交省を訴えるというインチキ極まりない手で、辺野古の埋め立て工事の撤回停止を申し立てた。そして、それが国交省に認められたというのを根拠に辺野古の埋め立てを継続しています。



難しい工事になる見込みがはつきりしてきた状況で、沖縄県の県民投票で71%に上る埋め立て反対の民意を示している下で、埋め立て強行に突き進む政府は、亡国の途を突き進んでいると思えない。

【芽室友の会 栗田郁夫】

ケアセンター白樺では、昨年12月から、「短時間通所リハビリ」を開設しています。利用されている方々から、「からだに楽になった」「前より肩が上がるようになった」「階段の昇り降りが楽になった」など、喜びの声が寄せられています。この「短時間通所リハビリ」を利用できる方は、帯広市内で介護保険の要支援・要介護の認定を受けており、歩行が概ね自立している

医療・介護の現場からシリーズ⁹⁶

楽しくリハビリからだ健康に



ケアセンター白樺
短時間通所リハビリ
お問い合わせ電話番号
41・1165

方です。
月金の午前・午後
理学療法士または作業療法士の指導で、トレーニングマシンやゴムバンドを使用した運動プログラムなどを90分行います。
お問い合わせはケアセンター白樺の相談員まで。

十勝勤労協友の会連絡協議会 第28回 総会のお知らせ

と き：5月26日(日) 13時30分～
ところ：とちプラザ
(帯広市西4条南13丁目1)
※各友の会事務局に代議員数を連絡致します。

医療法人 十勝勤労者医療協会 第41回 通常社員総会のお知らせ

と き：5月18日(土) 14時00分～
ところ：農協連ビル
(帯広市西3条南7丁目14)
※詳細については、追って招請状にてお知らせ致します。

新入職員の紹介

帯広病院

看護師

長谷川 涼香



帯広高等看護学院から来ました。患者さんが大切にしてくれたものを一緒に大切にできる看護師になれるように頑張ります。

ケアセンター白樺

理学療法士

萩原 来武



社会人を経て念願叶い理学療法士になる事ができました。地元帯広の地域の皆様へ少しでも貢献できる様に精一杯頑張っていきます。

ケアセンター白樺

理学療法士

濱野 彩夏



地域の皆さんとの関わりを大切に、信頼される理学療法士を目指して頑張りますのでこれからよろしくお願いします。

ケアセンター白樺

介護福祉士

市川 晴香



5年ぶりに戻ってきました。以前も老健だったので、その経験も活かしながら元気に介護福祉士として成長していきたいと思っています。

ケアセンター白樺

介護福祉士

丹羽 真里



介護福祉士の丹羽真里と申します。デイケアで働くのは初めてですが、利用者様がまた来たいと思って下さる様、頑張ります！よろしくお願いします。

今日から
使える
ためになる！

知ってトクトク 制度と情勢

ここではわかりづらい医療や介護の制度のコト、社会情勢のコトなど知っていると誰かに伝えたいような情報を、事務職員が全12回発信していくコーナーです。

第2回 無料低額診療制度について

正式には「生計困難者のために無料又は低額な料金で診療を行う事業」といいます。十勝勤医協では「いのちの平等」を具現化するため差額ベッド料を頂かない取り組みの他、「無料・低額診療事業」を積極的にすすめています。この制度は、第2種社会福祉事業として、無保険の人や本来医療費が全額自己負担となる国保資格証明書の方などに無料で診療を行うほか、世帯収入によって医療費の自己負担分を全額免除か、一部を免除するものです。

今、経済的な理由で必要な治療を始められない方、また治療を中断してしまう方が増加しています。生活保護基準に満たない年金額で生活している患者さんは少なくありません。基準に該当すれば窓口負担が全額免除または減額になりますので、お気軽にご相談ください。

* どんな時に利用できますか？

- 医療費の支払いをすると生活に困難を生じる方
- 就学援助を受けている世帯の方
- 病気や障害などで収入がなくなって困っている方
- リストラや失業のため収入がなくなって困っている方
- 国民健康保険の短期証明証、資格証明書が発行され困っている方
- 保険証をお持ちでない方

* 減免基準は？

無料低額診療は「無料診療」と「低額診療」に分けられます。

①無料診療について

無保険で生活困窮の状態にある場合、外国人、社会的援護を要する人、ホームレスの人々、住所喪失不安定就労者(ネットカフェ難民等)、人身取引被害者またはDV被害者。

→ただし、無料診療を受けることができるのは、健康保険への加入・介護保険の認定または生活保護の開始までの期間(1ヶ月)となります。

②低額診療

・全額免除規定

1ヶ月の収入が生活保護基準の概ね120%以下の場合、医療費自己負担の全額を免除する。

・一部免除規定

1ヶ月の収入が生活保護基準の概ね140%以下の場合、医療費の1割を免除する。

免除期間は6ヶ月です。但し経済状況が悪化または変化のない場合は更新することができます。

第30回 十勝健康まつり



2019年**6月16日**(日) 午前10時～午後1時
ドリームタウン白樺 十勝勤医協ケアセンター白樺横
帯広市白樺16条西2丁目

◇ステージ企画 ◇無料健康相談(10:30~12:00)

◇血圧・体脂肪率測定等の健康チェック

◇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

●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

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

【白樺医院事務 澤谷 優】

4月11日(木)15時から「2019年度の医療・介護制度」のテーマで地域無料健康相談を実施しました。澤谷優事務員が講師で、4名の患者さんが集まりました。国保制度改定の問題点や生活保護層の増加の背景、帯広市での介護保険制度の状況、介護に困ったときの対応方法などについて話しました。民生委員をやっていた方は説明に深く傾きながら聞いてくれました。最近の物売り(詐欺)の危険なことなどが話題となりました。中には無料低額診療を受けたいという相談がありました。



白樺
医院

恒例の地域無料健康相談を開催

友の会連絡会「ナー」 ☎〇二五五・三二一・四二四四

生き生き広場

本別友の会 会長交代となります

本別友の会

皆様には、ご健勝にてお過ごしのことと心からお喜び申し上げます。永年本別友の会の会長として活躍されておりました加藤孝一様が永眠されました。心からご冥福をお祈り申し上げます。その後空席になっておりまして会長を、会員さんからの推薦を受け、重責とありますが引き受けること

となりました。町内会員の皆様、そして十勝管内の友の会の皆様、どうぞよろしくお願い致します。厳冬の地十勝にも、ようやく春の暖かさを感じるこの頃となりました。5月上旬には、本別公園の数万本の蝦夷紫躑躅が咲き乱れます。どうぞ足を運んでみてはいかがでしょうか。

皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げ挨拶に代えさせていただきます。

【本別友の会 阿保富男】

「お茶の間サロン」 を開きました

白樺友の会



3月14日(木)は、とても嬉しいことがありました。それは、ずいっと作りたいと思っていた「サロン」を立ち上げることが出来たからです。これは、3名の会員さんが呼びかけ人となり実現しました。地域の友の会会員さんたち30名に案内をしたところ、60代から80代の会員さん9名が集まって下さいました。会場の個人宅の居間には、椅子が足りなくなる程に…。思わず「嬉しい」と私…。

最初にご自己紹介を兼ねて参加の思い等を話して頂きましたが、実は、皆さん顔馴染みの方達なのです。いち町内会の婦人部の方達で、町内の諸行事等で顔を合わせている周知の中なのです。そんな中での初めて開く「友の会」としての「サロン」…。

どのように進めて行けば良いのだろうと思っていました。地域の友の会会員さんたち30名に案内をしたところ、60代から80代の会員さん9名が集まって下さいました。会場の個人宅の居間には、椅子が足りなくなる程に…。思わず「嬉しい」と私…。

「子どもたちがいても遠く離れているに何かあったら心配…」近所に誰か一人でも万が一の時に駆け付けてくれる人がいると安心なだけ…。等という話に、皆さん思いを同じにしたのでは無いでしょうか。顔馴染みの方達の「サロン」となりましたが、グッと距離感が縮まったような親しみを覚えました。「次回、今日来れなかった人も誘ってくる…」との声に「サロン」を開設して良かったと思えました。「友の会」が出来た事は、唯一、繋がる事だと思えます。誰かと繋がっているだけで「安心」。そんな思いで始めたサロン…。これからも、地域の高齢者が歩いて気軽に参加できるお茶の間サロンを継続して行ければと思います。

【白樺友の会 武井純子】

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。

出題者は霜村英靖さん(帯広市)です。

時 □ 約 正 □ 前
季 □ 初 後
正 □ 作
先 □ 文 □ 点
両 □ 俳

【ヒント】

武者人形を飾り、男の子の成長と幸せを祝います

【答え】

□□の□□

(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】

○郵送

〒080-0001

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

○メール

soshiki@tokachi-kin-kyo.or.jp

【賞品】

抽選で10人の方に、千

読者の声

◆私も館野先生のファンです。

エピソードは何もないのですが、最初に診てもらった時から、直ぐにファンになりました。柳町医院に行つたのですが、名前を覚えていなかったの、違う先生の時はガッカリでした。(他の先生、御免なさい！)

ここ何年か先生に当た



【白樺友の会 武井純子】

ることが無く、「何処かへ行つてしまったのかな」と思っていた所、新聞で先生の記事を見て「なるほど、だから優しいんだ！」と思いました。そして続けて友の会ニュースでの先生の記事、先生のファンは多いのだろうな、と思いました。(柳町医院が閉院するので)頑張つて帯広病院に行こうかと思つています。館野先生、元気でいて下さいね。

【気持ちの若い、オバサンより】

各友の会連絡先

- 【音更東】菅原 一晴 〇一五五・三二一・四二四四
- 【音更西】増田 浩毅 〇一五五・三二一・四二四四
- 【音更南】坂本 恵子 〇一五五・三二一・四二四四
- 【音更北】中嶋 晴子 〇一五五・四二二・一九九
- 【土幌】和田 鶴三 〇一五五・四二二・一九九
- 【上士幌】山本 政俊 〇一五五・四二二・一九九
- 【新得】土山 武志 〇一五五・四二二・一九九
- 【清水】田中 けい子 〇一五五・六三三・〇五五
- 【鹿追】武田 耕次 〇一五五・六三三・〇五五
- 【芽室】梅津 美政 〇一五五・六三三・〇五五
- 【中札内】西村 和正 〇一五五・六三三・〇五五
- 【更別】大津寿美香 〇一五五・六三三・〇五五
- 【大樹】有岡千恵子 〇一五五・八七五・二二八
- 【尾】前崎 茂 〇一五五・八七五・二二八
- 【幕別】小林 正明 〇一五五・八七五・二二八
- 【札内東】鈴木志摩子 〇一五五・八七五・二二八
- 【札内西】岡崎節子 〇一五五・八七五・二二八
- 【忠類】増田 武夫 〇一五五・八七五・二二八
- 【豊頃】岩井 明 〇一五五・八七五・二二八
- 【池田】吉田 清治 〇一五五・八七五・二二八
- 【本別】阿保 富男 〇一五五・八七五・二二八
- 【足寄】田利美智子 〇一五五・八七五・二二八
- 【陸別】黒沼 明美 〇一五五・八七五・二二八
- 【東】山口久美子 〇一五五・八七五・二二八
- 【柏】加藤 昌明 〇一五五・八七五・二二八
- 【光南】村上やよい 〇一五五・八七五・二二八
- 【鉄南】牧野美智子 〇一五五・八七五・二二八
- 【中央】田村力オリ 〇一五五・八七五・二二八
- 【栄】及川 洋子 〇一五五・八七五・二二八
- 【開西】岡本 顕 〇一五五・八七五・二二八
- 【西帯広】野坂 潤子 〇一五五・八七五・二二八
- 【西南】麻生 恵子 〇一五五・八七五・二二八
- 【緑ヶ丘】片石 祐一 〇一五五・八七五・二二八
- 【白樺】高宮 裕 〇一五五・八七五・二二八
- 【新緑】千田 演子 〇一五五・八七五・二二八
- 【柏林台】横塚恵利子 〇一五五・八七五・二二八
- 【緑西】村上久美子 〇一五五・八七五・二二八
- 【稲田北】平 麗子 〇一五五・八七五・二二八
- 【稲田南】藤田 功 〇一五五・八七五・二二八
- 【川西】伊沢佐恵子 〇一五五・八七五・二二八
- 【大正】岡山 幹男 〇一五五・八七五・二二八