

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

お身体の状態やお好みに合わせた 通所事業の提供を行っています。

ケアセンター白樺（デイケアらいふ）

○通所リハビリ

提供時間…6時間30分

※リハビリ＋昼食＋入浴

デイケアらいふは、多くの人たちと楽しい時間が過ごせます！提供時間は9時30分から15時30分まで。利用者様の状況に合わせたリハビリを計画し、個別リハビリ・パワーリハビリ・集団リハビリ等を実施しています。



○短時間通所リハビリ

提供時間…1時間30分

※リハビリ特化（昼食・入浴なし）

短時間通所リハビリは、午前90分または午後90分の提供時間で、少数で入浴・食事なしのリハビリ特化型デイケアです。主にマシントレーニング、ストレッチ体操などを行います。



在宅介護総合センター白樺

○デイサービスほのか

提供時間…6時間10分

※入浴・昼食・レク・家族負担軽減

デイサービスほのかは、利用者おひとりおひとりのペースに合わせた日課・アクティビティ・レク・体操などに取り組んでいます。



要支援・要介護認定を受けている帯広市在住の方が対象となります。無料での体験利用も可能です。お問い合わせ・ご相談をお待ちしています。

通所リハビリ・短時間リハビリへのお問い合わせはこちらまで ⇒ ☎ 41-1165

デイサービスほのかへのお問い合わせはこちらまで ⇒ ☎ 41-4165

※要支援・要介護認定のご相談は【指定居宅介護支援事業所白樺】…… ☎ 41-1167

聴診器

▼沖縄県は5月15日で本土復帰から47年を迎えた。リゾート産業が大きく成長するなど、自立型経済構築のため成果が出ている一方、

県民所得は全国の7割程度にとどまり、子どもの貧困など新たな社会問題も顕在化していると指摘されている▼日本全体の約7割の米軍専用施設が集中し、県民は基地があるが故の事件・事故の恐怖にさらされる一方で、政府は県民の民意を無視し、埋め立て土砂を海に投入するなど米軍新基地建设を推し進め、豊かな自然と民主主義・地方自治を破壊する道理なき行為を続けている▼オスプレイなど米軍ヘリの緊急着陸や戦闘機の海上での墜落も後を絶たない。しかし、これは沖縄だけの問題ではない。胆振東部地震によつて中止されたオスプレイ飛行訓練が、帯広駐屯地を補給拠点に再度計画されている▼駐屯地周辺には住宅地・学校・病院・介護施設も多い。なにより、騒音や振動による子どもたちへの影響が懸念される。次の参院選できちんと民意を示したい。

シリーズ

憲法があぶない

私をはじめ「みんな
で憲法を読む会」に参加
したのは、35年前のこと
で旧市民会館の3階で開
かれた時です。小学1年
生になったばかりの二女
と一緒にしました。

憲法の条文103条を、
一人ひとり順に読んでい
きました。その当時、9
条や25条などの主要な条
文は知っていました。10
3条すべてを耳で聞
き、目で読むことでしっ
かりと内容を受け止める
事ができたと深く感動し
たことを覚えています。

民連の各代表より決意表
明が示されました。メッ
セージ紹介の後メーデー
宣言では、アベノミクス
の道に労働者の未来が見
通せない事、8時間働い
て普通に暮らせる賃金と
労働条件の確立に力を合
わせる事、戦争する国づ
くりを押し進める安倍政
治に断固NOを突き付け
る事、貧困と格差、差別
とハラスメントの撤廃を
求め続ける事等が宣言さ
れ満場一致で採択されま
した。集会後のデモ行進
では、シュプレヒコール
で市民へのアピールを行
いました。

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

十勝動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)

◇頸動エコー検査

※当日9時30分より整理券を配布いたします。お受け
いただける人数に限りがございます。予めご了承下
さい。

◇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・OC
TV・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
十勝動医協会館内
十勝健康まつり
実行委員会

電話: 0155-21-4718

FAX: 0155-21-4840



5月1日
(水)全国各地
でメーデー集
会が開かれま
した。十勝・
帯広では、夢
の北広場で帯
労連加盟の各
団体をはじめ
さまざまな関
係団体が参加
し行われまし
た。

オープニン
グセレモニー
から開会宣言、
実行委員長あ
いさつが行わ
れ、日本共産
党十勝地区委
員会、帯広民
主商工会、農



「核兵器の全面
禁止を求めて共に
歩こう広島・長崎
へ」を合言葉に、
5月6日、全国の
地点から平和大行
進がスタートしま
した。

集会では、実行
委員会代表挨拶を
皮切りに、今年の
通し行進者丸宗市
さんより決意表明
があり、十勝網の
先頭に、参加者が列を作
って行進、「核兵器をなく
そう」、「日本政府は核兵
器禁止条約に署名・批准
せよ」、「非核の願いと憲
法9条が輝く日本を」な
どを訴えるピースウォー
クを元氣に行いました。

【本部組織係長 池田大輔】

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。

国保料の軽減・減免制度について

「放置しないで！国保料」

保険料が高すぎて滞納する世帯が後を絶たない「国民健康保険」。帯広市の加入世帯は約2万5千世帯です。年間所得が200万円以下の世帯は約90%、何らかの減免を受けているのは全世帯の68%にもなります。加入世帯の負担は限界に来ており、国民皆保険制度を支える医療のセイフティネットであるはずの国保とはもはや名ばかりです。その原因は国が国庫負担を大幅に下げたことによります。社会保障制度として、国保制度を急いで改善する必要があります。

さて、国保料の軽減制度にはいくつか種類がありますが大きく2つに分けられます。一つは法定減免で、あらかじめ所得が基準以下の世帯に対して軽減されるしくみです。所得が基準額以下の場合、その所得によって軽減割合が変わります。法定減免は申告していなと適用されていない場合がありますので念のため国保課に確認されることをお勧めいたします。

もう一つは申請減免です。こちらは文字通り申請し、認められないと減免になりません。

①失業した人の軽減制度…会社が倒産、解雇されたりなどして失業した人が国保に加入した場合の軽減制度があります。職業安定所で雇用保険の手続きをして国保課へ届け出ます。

②所得が少ない世帯の減免制度…所得が少ないなど特別な事情で保険料が払えないときは減免の対象になる場合があります。

その他、失業や病気で著しく収入が減少した場合、長期入院で多額の医療費がかかった場合、火災や地震などで資産に重大な損害を受けた場合なども減免の対象となります。

「払えない」と思ってもそのまま放置しないで分納でも良いので払える分だけ払っていく事が大事です。払う意思があり、少しずつでも払っていれば資格が無くなることはありません。

十勝社会保障推進協議会では毎年6月に集団減免申請と相談会を開催しています(帯広市対象)。心配事がありましたら下記にお電話ください。

☎0155-21-4111(十勝勤医協帯広病院)



白樺

ケアセンター白樺 緊急ショートステイ受け入れにつけて

認知症高齢者の増加や独居・老々世帯の増加により緊急ショートステイの依頼が増えていきます。認知症の方は環境の変化に敏感であり、精神的に混乱し、そのストレスから体調不良を起こしやすくなります。夜間不眠・居間違いによるトラブル・帰宅要求などもあります。また、緊急の利用なのでその方の情報が十分に得られず『自分らしく生活できるような環境を整えることが難しいと言えます。その中で利用者さんが何を不安に思っているのか？どうすればそれを解消できるのか？現場職員は考えを巡らせ、利用者さんに寄り添う介護を日々奮闘しています。課題は沢山ありますが今後も利用者さん・ご家族が安心できる介護を目指して実践していきます。

【ケアセンター白樺 2階療養棟 介護主任 植原麻美】

植原麻美



ほのか

餃子ピザと畑開き

平成31年4月13日月曜日に、『餃子ピザづくり』を行いました。餃子の皮をピザ生地に見立て、チーズ・ツナ・コーンをトッピング、トマトケチャップで味付けしました。男性の利用者さんもトッピングのお手伝いを頂きました。焼きあがった『餃子ピザ』はおかわりが出るほど大好評でした。5月2日には夏に向けて『畑開き』を行い、利用者さんに昔の苦勞をお話し頂きながら作業をしました。今年もジャガイモやミニトマトなどを育て、利用者の皆様に収穫を楽しんで頂きたいと思います。

【デイサービスほのか介護主任 西村正直】

西村正直



友の会連絡会「ナー」 ☎〇二五五・二二・四二四四

生き生き広場

札内西友の会

総会の報告

札内西友の会

2019年4月24日（水）の10時半から総会を行いました。9時半から友の会ニュースの仕分けを8名の世話人で行った後10時半より、世話人14名・会計監査1名・真田若子連絡会事務局長にご参加いただきました。

開会に先立ち、成沢せい子会長が挨拶を行い、続けて連絡会を代表して

真田氏より挨拶を頂きました。真田氏は、「医療・介護制度が改善されること、国民健康保険料を値上げしようとしていること、消費税増税はさらに生活が苦しくなるだけであること」等をお話下さり、参加した世話人も頷いていました。

総会では、昨年の活動を振り返り会員同士の交流の場となりましたが、世話人と会員を増やさないが高齢になり亡くなっていく方が増えてきた実

情が報告され、問題意識を共有しました。無料で受けられる町の特定健診を知らせる事、会員さんに友の会ニュース配布や封筒詰め等の作業に協力をお願いしてみる事など、目標も確認しました。

世話人で今回の地方選挙で当選した中橋とも子さん、荒貴賀さんも参加いただいたので、両名にも一言ご挨拶を頂きました。

【札内西友の会事務局 岡崎節子】

「札内東友の会」総会を終えて

札内東友の会

今年の総会は、予定より二週間遅れで開催しました。準備も十分できない総会となりましたが、連絡会から山本会長にご参加いただき、各地の友の会の様子を話していただきました。高齢化が急速に進むなかで、友の会が果たす役割の重要性が痛い程わかります。

今までの行事の見直しや次世代に引き継ぐための準備も手がけて行くことにしました。新しい世話人さんが二人とずつとりします。

【締め切り】

6月20日（当日消印有効）。発表は第423号（8月号）紙上です。

【第419号の当選者】

答えは「連続選挙」でした。答えとお名前、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-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

欠員だった会計を若い世話人さんが引き受けてくれるなど元気の出る総会となりました。

お弁当を食べながら世話人になりたての新任議員さんの挨拶に大きな拍手が送られました。交流会では「名前ビンゴ」に盛り上がりました。景品はまもなくパン屋をオープンするIさんの手作りクッキーとあつて、最後まで歓声が絶えませんでした。

総会後「いつでも元気」一部増えました。

【札内東友の会 鈴木志摩子】

と長年懸案事項であった役員改正について提案がされ、全会一致で議案が採択されました。新体制のもと今年一年も地域に根ざし、お互いに励まし合いながら楽しく活動をして行こうと確認し合うことができました。議事終了後、美味しいお弁当を食べながら交流会。普段なかなか会うことが出来ないということもあり、お互いの健康を喜びあい近況報告など会話が弾みました。恒例のビンゴゲームで盛り上がり大きな笑い声が溢れ、会は無事終了しました。来賓の皆様も最後までご参加頂き有り難うございました。

今夏は大事な参院選挙があります。安心して住み続けられる街づくりの活動をすすめるながら、是非とも今の政治に審判を下し政治を変えていきたいと思っています。変えるのは私達！

総会を無事終えることが出来ました。

新緑友の会

先日4月25日、第17回新緑友の会総会・交流会が行われました。

会員さん、世話人さん27名と、来賓として白樺医院から浅沼先生、三浦事務局長、友の会から眞田事務局長、帯広市議の大平亮介さんの4名の方々が参加して下さい総勢31名でした。

昨年一年間の活動報告で、友の会員拡大目標達成したことや白樺医院の職員との地域訪問の実施、白樺ドリームタウン盆踊り大会優勝などがあり振り返る事が出来ました。次に今年度の事業計画案



【新緑友の会 浅沼双枝】

各友の会連絡先

- 【音更東】菅原 一晴 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【音更西】増田 浩毅 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【音更南】坂本 恵子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【音更北】中嶋 晴子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【土幌】和田 鶴三 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【上士幌】山本 政俊 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【新得】土山 武志 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【清水】田中 けい子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【鹿追】武田 耕次 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【芽室】梅津 美政 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【中札内】西村 和正 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【更別】大津寿美香 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【大樹】有岡千恵子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【尾】前崎 茂 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【幕別】小林 正明 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【札内東】鈴木志摩子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【札内西】岡崎節子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【忠類】増田 武夫 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【豊頃】岩井 明 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【池田】吉田 清治 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【本別】阿保 富男 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【足寄】田利美智子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【陸別】黒沼 明美 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【東】山口久美子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【柏】加藤 昌明 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【光南】村上やよい ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【鉄南】牧野美智子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【中央】田村力オリ ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【栄】及川 洋子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【開西】岡本 顕 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【西帯広】野坂 潤子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【西南】麻生 恵子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【緑ヶ丘】片石 祐一 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【白樺】高宮 裕 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【新緑】徳師 光枝 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【柏林台】横塚恵利子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【緑西】村上久美子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【稲田北】平 麗子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【稲田南】藤田 功 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【川西】伊沢佐恵子 ☎〇二五五・二二・四二四四
- 【大正】岡山 幹男 ☎〇二五五・二二・四二四四