

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

With コロナ時代に 新たな面会のあり方を ～ ケアセンター白樺の取り組み ～



ピースサインで窓越しに家族写真を撮影

面会制限が続いたこの一年、お会いできない利用者さんにご家族の橋渡しができるよう、写真やお手紙をお渡しするなどの工夫をしてきましたが、やっぱり顔を合わせるのが一番だと、感染予防と両立した窓越し面会を6月中旬から開始しました。ご家族は外から会うので、ペットを連れて見えられたり、表情やしぐさなど全身が見えるのが窓越しのメリットです。

入所中のTさんは暫くぶりの面会です。奥さんがデイケアに通われていますが、同じ建物にいても会うことは叶わずにいました。「今度会えることになったんです。ありがとうございます。」と、奥さんは数日前から楽しみにされていました。

Aさんは当日「会いたいな、元気かな」と、やや緊張と期待が入り混じる表情で会場に向かいましたが、窓越しにご家族が見えた瞬間に“笑顔”に。右手を高く上げ「入って来い」と呼びます。そして電話

でご家族と話され、いつもより口数が増え近くで手を取り話したい様子でした。ご家族からは、「もう少し辛抱して、元気に会えるようにしっかり食べて運動しよう」と励まされ、聞き入れたTさんの姿が切なくも印象的でした。VサインやOKサインで元気をアピールしたAさんと最後に窓越しの家族写真を撮影、また会える日を楽しみに手を振ってご家族を見送り「会えてよかった、安心した」と安堵の表情で療養棟に戻りました。

面会では嬉しさで笑顔になる方が大半ですが、なかには「家に帰りたい」と懇願し涙を流す利用者さんもいます。やっとお顔を見られた安心と、後ろ髪を引かれる思い、自宅に外出もできないもどかしさ、一年分の様々な気持ちが涙とともに込み上げる面会もあります。利用者さんを感染症から守るための面会制限ですが、ご家族と会えない寂しさは計り知れません。ご家族の大切な時間を少しでも取り戻せるように、利用者さんに心地良い療養生活を過ごして頂けるように、引き続き取り組んでいきたいと思ひます。



【ケアセンター白樺介護士長 本田 雅和】

会話は窓越しに電話で

だ。の危機は乗り越えていけるはずだ。(W)

聴診器

▼現在、北海道は緊急事態宣言の真ただ中にある。十勝では一時、新規感染者が道の警戒レベル5相当まで増加し、誰もが不安を抱きながら生活している▼医療従事者である筆者は、高齢の父親の元を訪れる際は一緒に食事せず、マスクを外さないことにしている。一人暮らしになつた父に、十勝の風景を見せてあげたい、あの店の蕎麦も味わってもらいたい。それが叶わない現状に、苛立ちや悲しさの気持ちが湧いてくる。終わりが見えない自粛生活に、多くの方が同じようにストレスを抱えていることだろう▼先日、コロナ禍でのメンタルヘルスについて学習する機会があり、とても印象深い学びがあったので紹介させていたきたい▼それは「首尾一貫感覚(sense of coherence、以下soc)」と云うもので、イスラエルの健康社会学者Antonovskyによつて提唱された、ストレスに柔軟に対応できる能力を指す▼socは、自分の置かれている状況を予測・理解できる「把握可視感」と、何とかやっていくという「処理可能感」、日々の営みにやりがいや生きがいを感じる。コロナ禍で心身の健康を守るためには、socを高めることが鍵となる▼「自分では、大丈夫だ」と思えるためには、「あなたは大切な人だ」という周囲からのメッセージを受け取ることが不可欠だという。家族や仲間「あなたは大切な人」と伝えていこうか? 「あなたは大切な人」というメッセージを受け取っているだろうか? ▼たとえ触れ合えなくてもお互いにメッセージが伝わり合えば、この危機は乗り越えていけるはずだ。

憲法があぶない

日本国憲法をつらぬく三大原理のひとつ基本的な人権から…

▼コロナ禍で昨年全国民に対し10万円の定額給付金が多く国民に支給されました。

しかし、世帯主が「申請しない」と決めた家庭では、家族が申請したいと相談しても受理されていません。結果的には支給されませんでした。また「ひとり一人の通帳に振り込んで欲しい」と申請しても世帯主の通帳に合算され振り込まれていません。

憲法の前文で「主権が国民に存する」、憲法11条で、「国民は、すべての基本的人権の享有を妨げられない」と戦前の家父長制度を否定しました。しかしこのコロナ危機でさえ、戦前への帰りの動きが見え、人権を否定する事例が続いています。

▼コロナ危機…いま必要なことは憲法の視点から

いま世界中の国々がコロナ対策（患者への治療、PCR検査、ワクチン接種、感染防止策など…）に全力あげています。日本と比べて優れた対応を目にしたとき歴史の違いを感じます。イギリスの憲法の土台となったマグナ・カルタ（大憲章）、アメリカの独立、そしてフランス革命、民主主義、国民主人公への長い道のりです。この歴史・到達点を日本の中で貫いているのが日本国憲法です。いろいろな矛盾、制度の欠陥が噴出していますが、憲法の改悪を許さないことと憲法前文・各条文の精神を暮らしの中に活かすことが大切だと思います。憲法12条「国民の不断の努力により保持しなければならない」と。

【西帯広友の会 野坂 勲】

反核平和・社保闘争委員会の取り組み

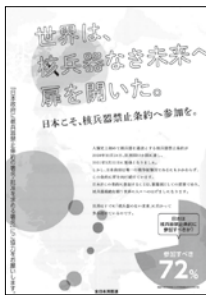
民医連十勝ブロックでは、反核平和・社保闘争委員会を中心に、社会保障を守る取り組みと平和を守る取り組みをすすめています。全世代型社会保障改革阻止の取り組みをすすめてきましたが、自民・公明両党などの賛成多数で可決・成立しました。主に75歳以上の医療費窓口負担に初めて2割負担を導入する法律です。2割負担になる年収は、単身世帯200万円以上、夫婦世帯300万円以上で、全国で約370万人が対象となります。現在の窓口負担は原則1割負担（現役並み所得は3割です）。今でも通院頻度の高い高齢者にとって窓口負担は重くのしかかっています。2倍化されれば大打撃は必至です。しかし、負担増の実施は早くも2022年10月以降と

なります。今後の運動により制度の発動そのものを中止させることも可能であり、秋の総選挙で政権を実現させれば制度廃止の展望も出てきます。

平和を守る取り組みでは、核兵器廃絶、土地利用規制法案反対を求める署名運動などをすすめてきました。今後は原水禁世界大会に向けた取り組みを予定しています。

秋までの総選挙に向けて、貧困と格差をなくし社会保障を守る政治、憲法を守り生かす政治に変えていく運動を職員・友の会とともにすすめていきたいと思っています。

【反核平和・社保闘争委員会 事務局長 山本 圭介】



コロナ禍でも、利用者さんと家族に寄り添うケアを!

ケアセンター白樺では、昨年からコロナウイルス感染症対策を行っている状況で原則面会禁止の対応を継続しています。そのような状況ではありますが、今回3階療養棟では入所しているターミナル期のAさんの外出援助を行いました。

コロナ禍のため、マスク着用、手指消毒等の感染症対策を徹底した上での外出となりましたが、夫と娘さんが待つ自宅へ帰られたAさんは、施設にいる時よりもずっと表情豊かに過ごされ、ご家族との関わりの中で多くの笑顔が見られました。昼食にはご家族が用意したAさんの大好きなマグロのたたきと卵ソースを食べ、食事の後はボディクリームを使用した足のマッサージを行うと、リラクセスされている様子が見られました。また、施設で撮ったAさんの写真をアルバムにしてプレゼントすると、ご家族は嬉しそうに何度もアルバムを開いていました。久しぶりに家族水入りの時間を過ごす事ができ、ご家族にも大変喜ばれました。

コロナ禍による面会制限のため、利用者さんの精神的ストレスももちろんですが、本人たちの様子を知らないご家族にとってもストレスや不安が大きいのと思います。今後も職員が、利用者さんとご家族の架け橋となり、不安を安心に変えられるような関わりや情報の発信など、日常の介護活動を通じた「二つの柱」の実践を行っていききたいと思います。

【ケアセンター白樺介護福祉士 加藤 啓介】



療養中のお写真をご家族にプレゼント



足のマッサージを行う加藤啓介介護士

読者の声

放射線見聞録を見て、新型コロナウイルス感染を疑う患者さんとの関わりに、長い間医療関係者の方々のご苦労、本当に頭が下がります。頑張ってください。

（帯広市 池田依子）

「帯広野草園」には、春告げ草がいつぱいです。

北海道の春告鳥も、暖かい陽気がやってくると一緒に現れますね。この間行ってきた「帯広野草園」には、春を告げるたくさんの野草が咲き誇っています。今は、ニリンソウとシラネアオイとオオバナノエンレイソウが見ごろです。

（帯広市 堀田省悟）

いつも、各友の会で身近でためになる

事を発案・実行していて感心します。私もコロナ予防して、少しでも参加しようと思っています。

（帯広市 渡辺節子）

毎月、読ませていただいています。国会の放送など見ることがないけど、知らない間に決まってしまう議決などあり勉強になっています。これからもよろしく願います。

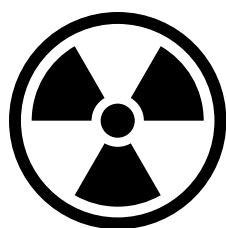
（帯広市 大塚敬子）

大変な時で買い物に出ても不安で気が落ち着きません。早く以前のようになる事を祈っています。頑張ります。

（帯広市 養島良行）

オリンピック開催に疑問を持っています。友の会ニュース、楽しく読ませて戴いています。

（芽室町 休場美子）



放射線見聞録

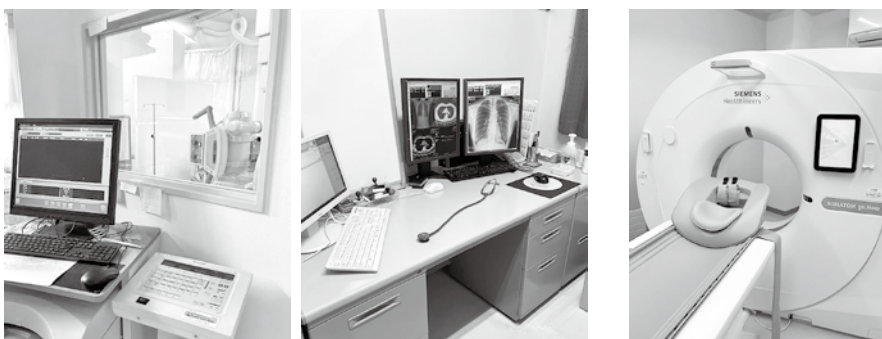
白樺医院 診療放射線技師 鈴木 ちあき

2019年3月に新しくなったレントゲン機器についてご紹介!

今回は白樺医院からCT(コンピューター断層撮影)検査についてのお話です。

一般撮影はX線画像がフィルムからディスプレイ(高精細モニター)になり、帯広病院の画像もオンラインですぐに閲覧可能となり、診察室での画像診断の運用がとてよくなりました。

同時に更新されたX線CTは、マルチスライスCTといって従来の装置が1回転で1断面しか撮影できなかったものが、16断面撮影することができます。これによって1度の撮影(息止め)で広範囲かつ細かい断面でみるができるようになり、短時間の検査で精度が向上しました。被曝線量も低くおさえられます。



<CT検査で分かる病気>

脳…脳出血・くも膜下出血・脳梗塞・腫瘍など

肺…肺炎、肺がん、肺結核、気管支拡張症、気胸、胸部大動脈瘤、肺気腫など

腹…肝臓・胆嚢・脾臓・腎臓・脾臓などを調べます。臓器に発症するがん・胆石、尿路結石・腸閉塞・腹部大動脈瘤など

<検査時の注意>

撮影部位に金属製のものがある場合、画像に影響が出てしまいますのではずしていただいています。体の中のはずせない金属はそのまま付けた状態で検査をします。

脳CT…メガネ・ピアス・イヤリング・補聴器など

肺CT…金属のついた下着・ネックレス・ライターなど

ペースメーカーおよびICD(植込み型除細動器)は、機種を確認しますのでペースメーカー手帳をお持ちください。ICDを埋め込んでいる方はCT検査を受けられない場合がありますので、必ず医師または看護師・診療放射線技師にお知らせください。

腹部CT…腰用コルセット・使い捨てカイロ・ズボンのベルト・携帯電話・財布など

食事については腹部と造影検査時は制限があります。

<料金>

保険1割負担目安 1,500円(造影はプラス約1,000円)

3割負担目安 4,500円(造影はプラス約3,000円)

肺がんCT検診(オプション検査) 10,000円

<検査時間>

2～5分。造影CTは血管に針を入れる手技も含めて15～20分。

検査について、ご質問などありましたらお気軽に放射線技師におたずねください。



「ふれあい看護体験」

新型コロナウイルスの感染対策として、例年のように直接入院患者さんと触れ合ったり病棟見学をさせてあげることができず、準備段階では担当者も頭を悩ませました。『今の状況で出来る事』アイデアを出し合い、リモートで会場とつないで生中継で病棟内の案内をしたり、看護師が練習台になって聴診器でお腹や肺の音を聞いてもらったりしました。進路に迷う大切な時期ですから、ベテラン看護師も答えに詰まるような難しい質問もたくさん受けました。私たちも新鮮な気持ちで思い出す良い刺激となりました。

仲間と和気あいあいと働いている様子を、すぐそばでリアルに見てもらうことができなかったが、少しでも楽しんで学んでもらえたなら嬉しいです。みんな白衣がよく似合っていましたよ。また何かの機会にぜひ体験に来てほしいです。

【病棟看護師 辻 美幸】



5月18日、十勝勤医協看介研運営委員会による、「プレ学会inとかち」が開催されました。感染拡大防止のため、集合とWebを併用し看護師、介護福祉士あわせて24名が参加しました。

ひとりの患者さんをめぐり病棟や外来や通所リハビリ、訪問看護で関わり、最後は病棟でお看取りした事例や、終末期の利用者さんへのかわり、認知症による意思決定の困難もありつつ日々の観察で変化をつかみ最善を推し量る取り組み、ACP(アドバンス・ケア・プランニング)は特別なことでなく普段からの利用者との関りの中にもある事への気づきが伝わってくる報告等、十勝勤医協らしい看護・介護活動が8演題、生き生きと語られました。わたしたちの日々の実践はすでに「連携」を土台にすすめられており、事業所をまたがり、地域でも繋がっている事が再確認できる集会となりました。



法人内と地域で繋がる看護・介護

友の会連絡会コーナー 生き生き広場

新型コロナウイルスの感染が広がり、取り組みが制限される中、各友の会では、工夫を凝らした独自ニュースで、情勢や各々の取り組みを会員さんに紹介しています。

今月も各地で発行されたニュースの一部をご紹介します。



音更東友の会では、6

月1日付 独自ニュースで各種健康診断の受検をお知らせしています。(特定健診等の)健康診断と大腸がん検診については、受検の必要性和検査の受け方・費用等についてわかりやすくお知らせ、会員のいのちを守る取り組みを行っています。

【音更東友の会 会長 菅原一晴】

頭の体操

次の□に漢字を入れて熟語をつくり、□の漢字を並べ替え□の中に入れて、答えを完成させてください。出題者は霜村英靖さん(帯広市)です。

祝 □ 陰 草
夕 □ 記 真 □ 至
常

写 □ 理 実
迫 □ 実

【ヒント】
最高気温が三十度をこえます。
【答え】
□ □ □ □
(漢字で記入ください)

音更北友の会

音更北友の会では「コロナ禍の受診」と題して、全日本民医連副会長の根岸京田医師の記事(いつでも元氣6月号掲載)を取り上げています。その中で、「コロナ禍が人々の心身に与えている影響」「感染の不安から外出や受診を控えている状況」「病院や診療所の感染対策」「ワクチン接種」等を紹介、新型コロナウイルスも抑える「梅干し」特集や、いつが社会に



【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。

「友の会ニュース」へのご感想、ご意見などを添えて頂けましたら、可能な限り紙面でご紹介いたします。(匿名希望の方はペンネーム可)

【宛先】

○郵送
〒080-0019
帯広市西9条南11丁目
十勝協同医療会館内
友の会ニュース編集部
○メール
soshiki@tokachi-kin-ikyoku.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】

7月20日(当日消印有効)。発表は第448号(9月号)紙上です。

【第444号の当選者】

答えは「春告鳥」でした。応募総数95通、正解者93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)

- 井口とみ子 川瀬千鶴子
- 広瀬千裕 荻原節子
- 道下正徳 (帯広市)
- 堀内 隆 (音更町)
- 齊藤かよ子 清水町
- 河合恵子 (池田町)
- 新田 洋 (本別町)
- 三宅義美 (足寄町)

関節のストレッチ
& トレーニング
を紹介しています。また、7月から始まる補聴器購入に対する助成について、対象年齢や助成の上限額、相談窓口のご案内もしています。



【白樺友の会】

毎月、学びが深まる独自ニュースを発行している白樺友の会。今月の学び(ニュース)は、コロナ禍でほとんど報道されていない、にもかかわらず、私たち一人一人に関わってくる重要な事柄「デジタル改革関連法とマイナンバー制度」を取り上げ

白樺友の会

ています。その中で、デジタル庁の役割とカギとなるマイナンバーについて詳しく解説。行政手続きの簡素化や運転免許証・保険証の役割が備わるとも言われ、とても便利そうなマイナンバーカード。しかし、見方を変えれば、すべての個人情報情報を国に掌握・管理されてしまうのではないかと心配に陥ってしまう点について、韓国の現状も取り上げ紹介しています。

マイナンバー



【白樺友の会事務局 武井純子】

【2021年度地域別世話人会議、6月末より順次開催します！】
昨年は中止としましたが、今年度は参加人数を制限した上でWEBを活用し行います。
コロナ禍での友の会活動について、積極的に討議し今後の活動に活かしましょう。
各会場での感染対策の徹底をお願いいたします。

あなたと民医連をつなぐ月刊誌

いつでも元氣
MIN-IREN

2021 7月号 380円

好評発売中

コロナ禍のもとでの支えあい(上)

けんこう教室 嚥下障害

うちでも元氣 体操&脳トレ

いのちと人権を守る選択を

まちのチカラ 三重県紀北町

食と健康 スパイスカレーを作ろう

発行=保健医療研究所 〒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 FAX 03(5842)5657



各友の会連絡先

- 【音更東】守屋 敏紀 〇五五・二二・一〇八四
- 【音更西】増田 浩毅 〇五五・三〇・一八八六〇
- 【音更南】野口 清子 〇五五・三二・二二二
- 【音更北】中嶋 晴子 〇五五・四二・二一九九
- 【土幌】和田 鶴二 〇五五・四七・四四三三
- 【上士幌】山本 政俊 〇五五・四二・三〇八九
- 【新得】土山 武志 〇五五・六四・四七一六
- 【清水】田中 けい子 〇五五・六三・三〇五六
- 【鹿追】武田 耕次 〇五五・六六・二一七六
- 【芽室】梅津 美政 〇五五・六二・二八五九
- 【中札内】西村 和正 〇五五・六七・二七七四
- 【更別】大津寿美香 〇八〇・八四・八三八七
- 【大樹】有岡千恵子 〇五五・八七・五二二八
- 【広尾】前崎 茂 〇五五・八二・四三三〇
- 【幕別】小林 正明 〇五五・五四・四二二一
- 【札内東】鈴木志摩子 〇五五・五六・六七五七
- 【札内西】岡崎節子 〇五五・五六・四四三二
- 【忠類】増田 武夫 〇五五・八八・二六〇七
- 【豊頃】岩井 明 〇五五・七四・二六三四
- 【池田】岩本 正雄 〇五五・七二・五七八五
- 【本別】阿保 富男 〇五五・六二・二七五六
- 【足寄】田利美智子 〇五五・六二・二七五六
- 【陸別】黒沼 明美 〇五五・六二・二七五六
- 【東】山口久美子 〇五五・七二・五七八五
- 【柏】加藤 昌明 〇三三・五〇・八四
- 【光南】村上やよい 〇二五・五五・八八
- 【鉄南】牧野美智子 〇四七・八九・六五
- 【中央】田村力オリ 〇三三・二六・〇七
- 【栄】佐藤 久輝 〇三三・六三・九九
- 【開西】岡本 顕 〇九〇・六四・六五五二
- 【西帯広】野坂 潤子 〇三七・二七・二九
- 【西南】麻生 恵子 〇二二・一六・一三
- 【緑ヶ丘】堀田 省悟 〇五八・一六・五〇
- 【白樺】武井 純子 〇三六・二二・四二
- 【新緑】齋藤 光枝 〇九〇・七五・五五一七
- 【柏林台】横塚恵利子 〇四一・七七・九〇
- 【緑西】村上久美子 〇三三・六八・五二
- 【稲田北】平 麗子 〇四八・〇七・一五
- 【稲田南】藤田 功 〇四八・六九・五一
- 【川西】原 正子 〇五九・二四・四二
- 【大正】岡山 幹男 〇六四・五九・五三