

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

年に一度を習慣に

『大腸がん、自分だけは大丈夫』そんな風に思っていないですか？
コロナ禍で受検を迷っている間も“大腸がん”は進行しています。

大腸がん検診(便潜血検査)を受けましょう!

POINT-01 【早く見つけて、早く治す】

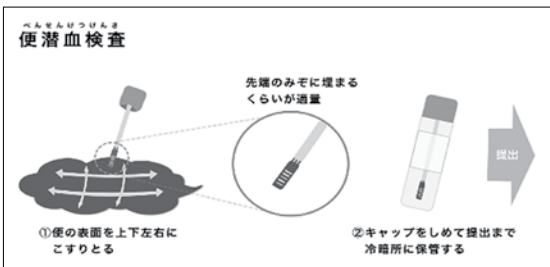
早期に発見して治療すれば、ほぼ治癒が可能な“がん”です。

国立がん研究センターによると、新たにがんと診断される患者数は年々増加、中でも大腸がんと新たに診断される方が年々増加しています。早期に発見できれば、多くの場合負担の少ない内視鏡での手術で治療が可能です。しかし、がんが進行してしまったり、転移した後に発見されると、生存率は大きく下がってしまいます。

POINT-02 【検査は簡単 自宅で採って、送るだけ】

大腸がん検診は、「便検査」です。内視鏡検査ではありませんよ。

最初に行う検査は、自宅で簡単に出来る検便です。トイレで便を2日間採取して、専用封筒に入れてポストに投函するだけ。それで異常が見つかった場合のみ、医療機関



でカメラ(内視鏡)の検査をすることとなります。「去年大丈夫だったから今年はしなくていいでしょ?」という方もおられますが、それは大きな誤りです。“毎年受ける事”が大切です。

POINT-03 【受検方法を確認し、確実に受けましょう】

【期間】 2022年4月1日～2023年3月末

【対象】 40歳以上の友の会 会員(無料)

【方法】 検査キットに2日分採便、専用封筒にて送付 or 帯広病院・白樺医院に直接提出

【検査キットの配布について】

※友の会世話人さんからの配布。お住まいの地域により配布方法(手配り or 郵送)や時期が異なります。重複して検査グッズが届いた場合や、検査グッズが届かない、早めに受検したいという方は、十勝勤医協の病院・診療所、友の会連絡会事務局までお問合せ下さい。
※帯広病院・白樺医院の窓口にて受け取る事も出来ます。



帯広市にお住まいの皆様へ

帯広市の検診として受検したことになります。

そのため、同一期間内で他医療機関や集団検診で帯広市の大腸がん検診をお受けになる事は出来ません。ご注意ください。

お問合せは下記まで

帯広病院 0155-21-4111

白樺医院 0155-38-3500

友の会連絡会 0155-21-4144



新型コロナウイルス感染 院内クラスター終息のご報告

2月15日に発生した新型コロナウイルス感染症による院内クラスターについて、最後に陽性になられた方の発症日である2月26日以降、新たな感染者は確認されませんでした。帯広保健所と協議の結果、3月9日をもちまして院内クラスターが終息した事をご報告いたします。外来診療および新規入院の受け入れについては3月14日から開始しております。

友の会の皆様方にはこころ温まる激励のメッセージをたくさんお寄せいただきました。多大なるご心配とご迷惑をおかけしましたことを深くおわび申し上げます。この間ご指導いただいた帯広保健所の皆様、地域の一次医療を支えてくださった病院・クリニックの先生方、スタッフの皆様方にも深く感謝申し上げます。

今後、さらに気を引き締め、感染対策を講じてまいりますので、何卒よろしくお願い申し上げます。

2022年3月10日

十勝勤医協帯広病院 院長 深町 知博

聴診器

▼2月24日ロシアがウクライナに對して軍事攻撃を開始した。多数のウクライナ人に死傷者や150万の避難民(3月7日現在)が出ています▼民連・友の会は、いのちを守り暮らしを支え、無差別・平等の医療と福祉の実現をめざす団体として、断固抗議し軍事侵攻の即時中止を求めた▼ウクライナの主権を侵害し、国連憲章と国際法に反し、世界の平和と安定の基盤となつてきた国際秩序を破壊する暴挙です。さらに、核兵器大國を誇示し、核兵器による威嚇を禁止した核兵器禁止条約にも違反します▼クラスター爆弾や気化爆弾など無差別に人々を殺傷する非人道的兵器も使用されていると報道されている▼民連綱領は、人類の生命と健康を破壊する一切の戦争政策に反対し、核兵器をなくし、平和と環境を守る事を掲げています。友の会は、「安心して暮らせる街づくり」を掲げ運動しています。いのちを奪い、暮らしを破壊し、核兵器で恫喝するロシアの軍事侵攻は許せません▼また、ウクライナ侵攻を口実とした「核共有」論は非核三原則と憲法9条に反します。核は廃絶以外ありません▼十勝で、日本で、世界で多くの人々と連帯・行動して平和を守りましょう。ロシアはウクライナから撤退せよ。(鉄)

住所変更などの際はぜひご一報ください

日頃から「友の会ニュース」をお読みいただきありがとうございます。

年度末が迫ってまいりました。会員の皆様の転居等に伴い、「友の会ニュース」の配布先が変更になる場合、お多数ですが各友の会事務局もしくは連絡会事務局までご連絡下さい。また、転居され不明となった会員さんの情報についても、同様にお寄せいただけますようお願い申し上げます。

●連絡会事務局 ☎0155-21-4144、☎0155-21-4840
✉soshiki@tokachi-kin-ikyo.or.jp

「友の会ニュース」配布にご協力ください

十勝勤医協が毎月発行する「友の会ニュース」は、十勝管内の約16,000人の友の会の皆さんに、各地域世話人さんから主に手配りで配布されています。しかしながら、世話人さんの高齢化や転居などにより配布者が減少、配布が困難になっている地域もあります。月に1回の配布にご協力頂ける方を募っています。ご連絡は各地域の友の会事務局にて承ります。ご協力をお願い致します。

帯広病院 院長交代のお知らせ

4月1日より帯広病院の院長が交代いたします

新院長 瀬川 高志

尚、前院長の深町知博理事長はこれまで通り帯広病院で診療にあたります。

北海道民医連主催の平和学校 オンラインで開催

北海道民医連第1回平和学校が第3クールにわたって開催され、第1クール(昨年9月)、第2クール(昨年11月)に参加しました。第3クール(今年2月)は帯広病院病棟内で新型コロナウイルス感染症のクラスターが発生し、その対応のためやむを得ず欠席となりました。北海道民医連が主催する平和学校は今回が初めてで、全てオンラインでの参加となりました。

第1クールでは、武本匡弘さん(プロダイバー、環境活動家)から「気候変動も核兵器もない世界へ」、塩川哲男さん(医協札幌西区病院)から「私と平和活動、反核医師の会を中心に」をテーマに講演をいただきました。

第2クールでは、名嘉共道さん(沖縄民医連事務局長)から「沖縄戦と基地問題」、庵逄由香さん(立命館大学教授)から「日本の加害の歴史をどう見るか」をテーマに講演をいただきました。また事前課題であった自分の住む地域での戦争の歴史や戦跡について、グループ内で報告し合い、平和アクションプランを作成しました。

グループ討論が中心でしたが、平和の問題を日頃感じていることや講義で感じたことを共有できてとても有意義でした。紛争が絶えないのはどうしてなのか、お金儲けのためかなど、討議できる機会が民医連にあるということも再確認できました。

今年2月には、平和学校で学んだことを職場で報告する伝達学習を行いました。今後も平和の意義を伝え、今後を担う世代にも気づきを促せるよう、定期的に学習の場を設けていきたいと思いました。平和は私たちの取り組みの大前提です。平和学校では小さなことであってもできることをしていこうと改めて決意でき、励みになりました。

【帯広病院事務 野口貴弘】



第48回全道青年ジャンボリー(オンライン) 縁～今こそ仲間たちと前進、未来へ～

2月19日に3年ぶりとなる全道JBがオンライン形式で開催されました。JBは民医連の青年職員が学習・交流をする場です。例年の様に集合できない状況でも、民医連の青年活動を止めてはいけないという思いで、60名以上が参加しました。学習は人権について、勤医協中央病院のソーシャルワーカー行沢剛さんに講演して頂きました。コロナ禍における生活困窮者の実態やホームレス支援での生の声を教えて頂きました。平等であるはずの健康が、所得や家庭環境の影響を受けてしまうことを班交流で学び、人権を守る最前線にいるのが医療従事者だと感じました。私は集合でのJBしか参加してきておらずオンラインでの開催に楽しむことができるのが不安でしたが、実行委員の工夫で交流企画も盛り上がるのができ大変有意義なものでした。格差や戦争がすでにある状況で、今だからこそ学習し、同じ思いの全道の民医連職員の存在を感じることができて良かったです。

【帯広病院作業療法士 吉野和孝】

Aさんの戦争体験からの学び

ロシアによるウクライナ侵攻の報道に、太平洋戦争で肉親を亡くし、住む場所を追われるなどの経験を持つ、多くの利用者さんが心を痛めています。Aさん(90代女性・独居も、テレビニュースを食い入るように見ながら、涙を流していました)は、

Aさんは、樺太の豊原(現サハリン・ユジノサハリンスク)で生まれ育ちました。終戦後、今のウクライナの人々と同じように住む場所を追われ、北海道に引き上げて来られました。『つい昨日まで普通に暮らしていたのに、あれよ、あれよという間にすべてが変わってしまった』『私たちを逃がすために残ってくれた伯父は行方知れず』

医療・介護 の現場から シリーズ ⑪⑧

「ロシア人は怖かったが、憎くはない。みんな貧乏で、私達より痩せていた。とにかく、誰も何も教えてくれない。噂話を頼りに、逃げ方を考えた」Aさんが泣いている姿を目にするのは初めてです。テレビニュースでは、難民となり幼い子供をかかえたウクライナのお母さんが、憤りながら何かを訴えていました。日本の政治は、高齢者が経験した苦しみから学ぶどころか、改憲論、さらには首相経験者から核保有論が飛び出すなど、再び危うい方向に向かおうとしています。Aさんや他の高齢者との関わりを通じて、過去の歴史と苦い経験から学び、受け継ぐことの大切さを、改めて学ばせていただいています。

【指定居宅介護支援事業所白樺所長 宮田哲郎】

ちょっと
耳より

薬のはなし



あじさい薬局薬局長 岡山 和也

今月からは薬剤師がこのコーナーを担当させていただくことになりました。1年間よろしくお願いいたします。

外来の患者さんにお薬をお渡しする場合、あじさい薬局などの保険薬局で患者さんに薬が渡るまでの流れは次のようになります。

保険薬局で患者さんに薬が渡るまで

①処方監査

処方箋の内容が患者さんにとって適切であるかをチェックします。例えば「過去にその薬で具合が悪くなったことは無いか」「処方箋に書かれている薬の用法、用量は適正か」などです。お薬手帳を確認して他の病院の薬との重複や飲み合わせについてもチェックしています。必要に応じて医師に問い合わせをし、処方内容を変更してもらう事もあります。



②調剤

ここが一番皆さんのイメージに合う部分かと思いますが、処方箋に書かれている内容に従って薬を準備します。錠剤などを取りそろえる他に、散剤を量って分包したり錠剤を一包化したりと患者さんごとの飲み方に合わせた方法で調剤します。



③調剤監査

調剤された薬剤の種類や数は正しいか、医師の処方に疑問点はない

かを別な薬剤師の目でも点検します。調剤した人とは別の人がチェックすることで安全性を更に高めています。



④投薬・服薬説明

患者さんから情報を聞きながらお薬をお渡しします。ここでも患者さんとの話の中から処方された薬が適切なものであるか、副作用がないか等を確認しています。お渡しする際には「飲み方」「副作用」などの注意事項についても説明しています。皆さんからも薬や健康について何でも聞いてください。



⑤薬歴(カルテ)記載

保険薬局の場合は、薬をお渡しした後に患者さんとの話から得られた情報や薬の内容、次回薬を渡すときに確認すべき事項などについて薬局のカルテに記録します。

この様に患者さんに薬を使ってもらうために見えない部分でいろいろな確認・記録を行っています。一定の時間がかかってしまう事へのご理解をお願いします。

困りごととは相談を

あじさい薬局では患者さんが少しでも薬を飲みやすくするための工夫や相談に応じたいと思っています。「昼は外出の機会が多く薬を飲めないことが多い」「錠剤が飲めないのので別の形にならないだろうか」などお困りなことがありましたら薬剤師まで声をかけてください。

市営住宅で独居のAさん、H14年に脳出血を患い現在は要介護3の認定を受け、訪問リハビリの他在宅サービスを利用し生活しています。昨年担当のケアマネジャー(以下CM)に、同じ市営住宅に住むご友人から「ケアセンターは良いところだぞ」とお誘いを受けたと話してくれました。それまでも、通所サービスの利用を勧めていましたが「人が集まる場所は苦手です」と、利用には至っていませんでした。この度、そのご友人と同じ曜日で体験することとなり、週1回の利用を開始、「この食事はまるでホテルに来て食べているようだ」、「みんな親切にしてくれたし今後も利用するわ」とご好評いただいています。いつもCMに、「俺に何かあったら頼むな」と言ってくれる



Aさん。これからも、地域で信頼されるCMとしてその役割を果たしていきたいと思っています。

【指定居宅介護支援事業所白樺事務長 山本圭介】

ケア
白樺

まるでホテルに来てみたいだ!!

ケアセンター白樺の通所リハビリに参加

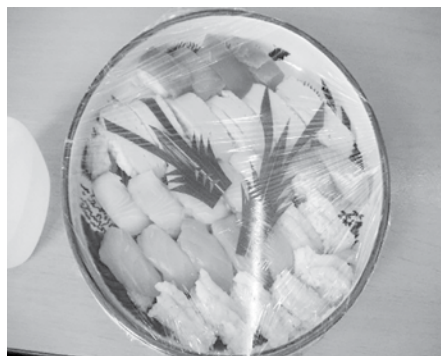


頂きました。生寿司を食べられるように工夫して食べて頂きました。利用者の皆さんからも「美味しい、嬉しい」等、多くの喜ぶ声を聞く事ができま

ケアセンター白樺3階療養棟では、2月22日に寿司バイキングを行いました。マグロ・サーモン・エビ・白身・タマゴ・いなりの6種類を準備し、好きなお寿司を選んで食べて頂きました。また、普段は刻み食で提供している方々へも、その場で細かく刻み、マグロ等をたたきにして提供し、生

した。現在も感染症が流行っている中ではありますが、万全な感染対策の下、夏はスイカ割り、冬はクリスマスなど、様々な行事を行っています。入所者の皆さんも施設生活において、様々な制限が続く中で「ホッと」笑顔とお腹いっぱいになる楽しい時間を過ごしました。

【ケアセンター白樺3階介護福祉士 佐藤夏樹】



ケア
白樺

いっぱい食べて・笑って元気に過ごそう!!

生き生き広場

友の会連絡会コーナー 〇二五・二・四二四四

白樺友の会

私の「老々介護」回顧記⑦

2019年になった。

母97才。要介護2。

暮れからお正月にかけても、母は「デイサービス」に行く事を拒み続けていた。毎週水・土曜日の朝は、母は形相が変わり、言動はエスカレートしていった。「私が邪魔なの：家にいたらダメなの：」「私を追い出そうとしているの：どうして：」を繰り返して、持っている「杖」を

床に叩きつけ、全身で抵抗をした。私は、返す言葉もなく、母に、こんな言葉を言わせている自分が情けなかった。もう、お互い負の感情しか残らない時間は終わりにしたかった。

1月末、デイサービスを止める決心をした。こうして、10ヶ月間のデイサービスは終わった。もう、デイサービスに行かなくてもいいと告げると、母は「良かった：嬉しい。ずっと家に居ていいん

だね：」と嬉しそうな顔を見せた。私は私で、新たな悩みが生じていた。

それは、やはり入浴だった。デイサービスに行っている間は、辛うじて2週に一度位は入浴させてもらっていたものの、デイサービスに行かなくな

ったことで、入浴の機会が閉ざされてしまったのだ。私は困った。何とかして母を入浴させなければと、周囲の人たちに聞いた

り、様々な「認知在宅介護」の本などから、ノウハウを得ようとした。また、インターネットからも情報を得ようとしたのだが、参考にはならなかった。そこ

うしている内に、日にちが過ぎて行く。ある日、インターネット上に「認知症外来専門病院」の相談窓口を見つけ、早速電話をした。簡単に経過と今の状況を説明して、「どうしたら入浴をして

くれるのか。事例があったら：」と、アドバイスを受けようとした。しかし、相手からの返答は、

「3〜4週間位入浴しなくてもそんなに気にすることは無い。世間には3〜4カ月間入浴しない人は沢山いる：」と言われ、

具体的なノウハウを期待していた私は電話しなれば良かったと思った。それでも、このまま何

【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。「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】

〇郵 送

〒080-00019

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-

ikyoo.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】4月20日（当日消印有効）。発表は第457号（6月号）紙上です。

【第453回の当選者】答えは「立春の前日」でした。応募総数169通、正

解者165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）

大河原茂美 鎌田裕子 齊藤正仁 長谷博美

古川孝樹 松田達子 佐々木敏子 （音更町）

須田 治 （幕別町） 伊原 時江 （池田町）

大井 友恵 （足寄町）

もしないでいるわけにはいかなかった。何とか誘うも、「お風呂」と聞いただけで「杖」を床に投げ

つけ「嫌だったら嫌だと言っているでしょ：」を繰り返す母を見て、無力感さえ覚えた。

時間だけが過ぎてゆく。ある日、私はふつと思いついた。そうだ、温泉だ！私は、母が「温泉」

が好きだったのを思い出した。「温泉」なら何とかいけるかも知れないとそう思った。

私は、退職後母を連れて管内の「温泉地巡り」をしたことを思い出して、「温泉」に連れ出すことを考

えた。きつとうまくいく、これで少し望みが見えたと思つたと同時に、どう

やって母を説得するか不安だった。そこで私は、一計を案じて「私、久しぶりに温泉に行ってくる

か、留守番していてくれる：？」と言ってみた。すると母は、突然のこと

に戸惑いながら、「急に今頃なんで温泉に行かなければならないの？一人に

はなりたくない」と困つたような顔をした。私は、「じゃ、一緒に行くかい？」と

と窺う。母は、「うん：っいて行く」と。私は、内心「やった」と思った。

こうして、週一度の「温泉行」が始まった。

【白樺友の会 匿名希望】

つづく

いきいき 友の会

川西友の会総会

無事終了



2月24日（木）、八千代研修センターで、川西の世話人総会が開催されました。

冒頭、連絡会の浅沼副会長より挨拶をいただき、十勝でコロナの感染が拡大している中発生した勤医協帯

広病院でのクラスターについて、経過と最新の状況もお伝えいただきました。コ

ロナ感染については、地域の特養ホームや障害者施設等でも拡大、心配なご家庭

も多く、早い収束が望まれます。また、川西友の会は農家の会員さんが多いため、

3月中旬に地域に点在する農協の支所、コープ店舗、ガソリンスタンド等が大幅に

見直され、廃止される箇所もある事が話題となり、高齢な人々にとってより不便

等、不安な声が寄せられました。

【川西友の会 原 正子】

読者の声

新型コロナウイルスの猛威、この

ニュースが出るころには収まっているでしょうか。現場の皆さまのご苦労を懸念

するばかりです。帯広病院の御苦労にははるか及びませんが、コロナ療養の大変さを体験したので報告させて

いただきます。2月初め、夫が熱を出しました。この時期、発熱はコロナ感染を

想定しなければなりません。家族には介護関係者がいます。即刻自室隔離としまし

た。部屋から出てよいのはトイレのみでマスクと手袋着用厳守。体調確認・配膳

などで部屋に入る私も当然マスクと手袋、連絡は携帯電話です。

抗原検査は擬陽性、主治医に連絡しPCR検査を受けました。結果が出るまでの自室隔離のしんどいこと！

結果は陰性でしたが、2度と体験したくない時間でした。新型コロナの自宅療養、

簡単ではありません！。ワクワクン接種と感染防止の大切さ、あらためて身に染みた二日間でした。

【栄友の会 本川栄子さん】



あなただけの民権を今すぐ行使
いつでも元気
MIN-JEN
2022年4月号 880円 好評発売中
未来を担うみなさんへ
【今月の教室】 認知症はよくありますヨ（中）
どうなっている日本の医療
うちでも元気 体操&脳トレ
まちのチカラ 富山県朝日町
【初めのお弁当】
発行：帯広市民権研究所 〒113-0034 東京駅前区民会館2-4-4 平和と発展センター10階 電話 03-58427565 FAX 03-58427567