

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

今こそ憲法9条を活かす時！

ロシアによるウクライナ侵攻を口実に「軍事費増額」を無責任に主張する現政権では「平和」は守られません。憲法9条を生かした平和外交を求め、わたしたち十勝勤医協では「憲法改悪をゆるさない全国署名」に取り組んでいます。署名は十勝勤医協の事業所に設置しています。ぜひご協力をお願いいたします。



6月13日から1週間取り組まれた「憲法をまもれスタンディングアピール」

ア職員に積極的に訴えて1日で20筆の成果。「朝から元気に出勤する職員の顔を見るのも意義がある」との感想も。署名をしてくれる職員も「こんな初めて！」と言いつつ、初めは「これって何？」と疑問ながらも、徐々に「これっていいな」と思えるようになってきました。ある職員は「子どもたちのためにも大事です」と、家族分も含めてここにようく応じてくれました。この4日間の取り組みで160筆の成果、この期間に署名に応じたくれた職員は全職員78名中、57名となりました。署名できなかつたのは時差出勤や交代勤務上、会えなかつたり、勤務開始ギリギリに出勤する人々たちです。ここまで来たら全員に対面して訴えようと、残りの職員には職場長が署名をもってまわり、全職員から署名が集まりました。

憲法の大切さ、直接、対面で訴えよう！
ケアセンター白樺では日中の勤務者が全員集まる月曜日の全体朝会で憲法署名の意義を確認、しかしこれまでは交代勤務者の署名集約がいつもうまくいかないという問題がありました。「いつそのこと直接訴えられないか」と、朝の出勤時にひとり一人対面をお願いしようと思いついた。さらに翌週

の全体朝会で、「明日から毎朝署名をもって職員玄関で待つてます」と憲法署名推進週間を予告して5月17日、20日の4日間、職場長5名が参加して「待ち伏せ作戦」が実行されました。参加した介護士長からは「顔をみて反応を見るのも楽しい」と他の職員より早く出勤しているデイケ



院長も駆けつけて

帯広病院でも交代勤務者の署名集約に悩んでいたところ、ケアセンター白樺の取り組みを知り「これは！」と思い、5月24日からの3日間、出勤前に署名活動を実施しました。病棟の朝回診を終えてから瀬川院長も駆けつけ、管理部の3名で出勤してくる職員1人ひとりに署名をお願いしたところ、期間中この日1日で33名の職員から51筆が集まりました。

全職員が署名に協力

帯広病院とケアセンター白樺のこの取り組みは、在宅事業所にも広がり、十勝勤医協の職員200名全員からの署名協力が得られています。

憲法アニメも上映中

帯広病院の待合室では患者さん向けに「憲法アニメ」を上映中です。職員による署名協力への訴えも開始していますので、お立ち寄りの際はぜひご協力をお願いいたします。



聴診器

全日本民医連第45回定期総会方針の学習月間が始まった。総会の冒頭で増田剛会長は、民医連はコロナ禍の2年間、「まず診る、援助する、何とかする」を貫いた、と語った。これまで

体験したことのない大きな困難に見舞われたとき、民医連は何をすべきなのかを端的に表現すると「まず診る、援助する、何とかする」に行きつく▼私はこのフレーズが大好きだ。そこで、今年度の十勝勤医協看護部は「断らない、受け皿を作る、何とかする」のスタンスを貫こうと目標に掲げることにした▼コロナ禍の2年間、何よりもまず生命を守ることを使命としている私たちは、会いたい人にも会えず、行きたいところにも行かず、ひたすらこの使命を果たすことにまい進してきた▼そしてこれからは、コロナ対策と同時に、患者さんに必要な対応に知恵を絞りながら何とかする。まずは受け入れる。それからその方に適切な療養の場所やスタイルを一緒に選択し、居場所となる受け皿を作る。制度の壁や経済的困窮やジェンダーや年齢や認知症やペット飼育問題やごみ屋敷問題を地域と連携し、その方が暮らしやすいように何とかする▼しかし、目標に掲げるのは簡単、文書を壁に貼るだけにならないように、このスタンスを貫いていきたい。

シリーズ

憲法があぶない

コロナに乗じて改憲を狙い、今度はロシア侵攻を口実にやっつきになっている政権。北朝鮮のミサイル実験と軍事力強化にうってつけの話題で溢れています。この世間の話題を憲法改悪派のものにせず、労働組合の平和活動に活かすよう問われているような気がします。

現憲法は労働者の団結し行動する権利を保障しています。自民党の改憲草案では、労働組合についてこそ触れていないものの、法改正で労働者性を排除し、事業者と個人事業者の契約関係に置き換え、労働組合の存在を脅かそうとしています。

労働者の環境は厳しい状況に置かれています。コロナ禍で非正規労働者、とくに女性と若者がその犠牲を負わされています。格差は拡大しています。改めて現憲法によって国民は人権も労働も平和も守られていることを組合員に伝えていかなくてはなりません。もし守られていないように感じるのであれば、それを行って行っている政権の悪であり、選挙で変えていくしかないのです。

いま医療介護の現場は過酷な状況です。もともと人手不足の現場がコロナ対応により忙しさは限界を超えています。組合員からも切実な声が寄せられています。看護介護に従事する人の使命感だけでは乗り越えられません。一方、政

権は公的病院の統廃合計画を撤回せず、病床削減を続け、看護師は増えず、介護の給与は上がりません。軍事費は上がり続けています。なぜ人の命を奪う戦争のできる国にしようとするのでしょうか、命を尊しとする仕事を蔑ろにする政権に未来はありません。

平和だからこそ徴兵もなく好きな仕事を安心して働くことができるのです。平和に対する思いは労使に違いはありません。一丸となって日本国憲法の改悪反対を、武力のいっさいを持たず、医療介護を大切にすると日本にしろと声を上げていきます。

【十勝勤医労 執行委員長 吉野和孝】

第44回通常社員総会

5月21日(土)に十勝勤医協第44回通常社員総会がとち館で開催されました。新型コロナウイルス感染症が収まらない状況の為、3密を避ける会場設営や参加者への検温など、徹底した感染対策のもとで必要最低限の決議を短時間で行いました。

深町理事長の挨拶では、新型コロナウイルス感染症の影響による貧困と格差のさらなる悪化が懸念され、地域の実態を把握して地域住民の命と健康を守る取り組みや、7月に予定されている参議院選挙で改憲勢力を減らしていく取り組みをすすめていくことが呼びかけられました。その後、2021年度の活動総括と2022年度の活

動方針を採択し、新たな役員を選出しました。

閉会挨拶では、長年理事を務められた野坂勲氏から役員退任の挨拶がされ、民医連運動の発展と平和を求める世界中の人々との連帯が広がることを祈願されました。

【総会事務局次長 山本圭介】



【ケアセンター白樺 山田 円】

5月24日、ケアセンター白樺3階療養棟にて「誕生日会」を兼ねたマジックショーが開催されました。コロナ禍で沈みがちな気持ちを一気に晴らすような楽しい取り組みになりました。スペシャルゲストとして浅沼施設長がハーモニカを演奏、利用者さんの知っている懐かしい曲を披露し、利用者さんから「ハーモニカ最高！」の声があがりました。マジックショーでは職員がイリュージョンを披露。仮装も好評で、職員も利用者さんみんなが笑顔になる1日となりました。

ケアセンター
白樺3階しらかば
療養棟

「みんな笑顔に」 大爆笑のマジックショー

ケアセンター
白樺2階さくら
療養棟

園芸、はじめました。

ケアセンター白樺2階療養棟では、今年5月から2階のベランダを使って園芸療法を行っています。植物を育て、観賞、収穫等を行う園芸療法には様々な効果が期待できます。一つ目はADLの改善、回復、運動機能の維持等の身体的な効果です。二つ目は植物を育てる喜びや癒しの効果による精神的なストレスの軽減です。その他、思考力や想像力の向上、記憶力の改善等あらゆる効果が期待できます。

園芸療法を始めたきっかけは、利用者様への職員の思いからです。コロナ禍で外出する事が難しくなってしまうと、少しでも外の空気を吸ってもらいたい、植物を身近に感じ

て喜んでもらいたいという沢山の声から始まりました。始めるには準備が必要です。まずは利用者様が気持ちよくベランダに出られるように、職員で協力し合い大掃除をしました。そして土、プランター、苗等を運んだらいいよいよ利用者様と一緒に植える作業です。トマトやいちご、パングリー等の色々な種類の苗と、朝顔、ホウセンカ、えんどう豆は種から育てます。昔農家をしていた方や、園芸が好きな方が「ここはこうしたら良いよ」「これくらい間隔あけて」とアドバイスをして下さり、賑やかに作業を行いました。

今後は10月頃まで水やり、間引き、草取り、収穫の作業を利用者様と共に行っていきます。天気の良い



日は植物を観賞しながら外気浴も楽しめます。「ベランダでお茶会もできるね」と楽しみが増えました。利用者様の満開の笑顔が沢山見られることを職員一同とても楽しみにしています。

【ケアセンター白樺 福原ゆかり】

感染症を予防しよう

十勝勤医協帯広病院 薬剤師 前田安里沙

基本的な感染対策 ～予防がやっぱり大切「手洗い・ワクチン」～

はじめに、感染症とは病原体(=病気を起こす小さな生物)が体に侵入し、症状が出る病気のことをいいます。コロナ禍の現在において感染予防対策が当たり前になっているとは思いますが、慣れからの気の緩みが起こることもあります。新型コロナウイルスや細菌などの病原体によって感染症を引き起こさないために、基本的な感染対策について復習していきましょう。

手 洗 い

私たちが感染する病原体の多くは、まず手に付着します。その手で鼻や口・目などに触れると、その病原体が体内に侵入し、感染します。また、病原体の付いた手で様々なものに触れ、周りの人がそれに触れることで、感染が広がっていきます。一人ひとりの手洗いで自分が感染するのを防ぐだけでなく、周りの人への感染拡大を防ぐこともできます。より良い手洗いを行うためには、汚れが残りやすい「指の先や



爪まわり・指と指の間・親指の付け根・手首」を意識して洗うようにしましょう。手洗いは、日々の生活の中でできる、とても有効な感染対策です。

手 指 消 毒

手洗いをするのが難しい場面や目に見える汚れがないときにはアルコール(エタノール)による手指消毒でも手洗いと同じ効果が得られます。手指消毒剤を選ぶ際にはエタノールの濃度に注意し、ラベルに記載されているエタノールの濃度が70%以上のものを選ぶようにしましょう。(70%以上のエタノールが入手困難な場合には、60%台でも有効性があります)

ワ ク チ ン

ワクチン接種によって病原体に対する免疫を得る事ができ、その病原体が体に侵入しても、感染症にならない、または症状が軽く済むようになります。自分や家族のワクチン接種歴を母子手帳などでもう一度確認しましょう。ワクチン接種歴がわからない方もお気軽にご相談ください。また、小児期のワクチン接種が十分ではない場合、大人になっても、足りない分を補うことも大切です。帯広病院で受けられるワクチンもありますのでお気軽にご相談ください(料金は変更になることがあります。インフルエンザ、一部の肺炎球菌ワクチンは公費助成が受けられる場合があります)

日々手洗い・手指消毒を心がけ、必要なワクチンはきちんと接種し、予防できる感染症にかからないように努めましょう。予防できる感染症は、予防するのが一番です。

水戸颯斗さんが入職して3ヶ月。そろそろ疲労が出始める頃ですが、体調管理もでき、1日も休むことなく出勤できています。

4月下旬より、患者さんを1〜2名受け持ち、バイタル測定や全身観察、看護技術を習得しています。初めは、忙しい中でやる事が多く、どのように行動したらよいのか焦ってしまうこともありましたが、それが今では、優先順位を考えながら1日のスケジュールを立てて行動し、少しずつスムーズに行うことができるようになっていきました。

5月は点滴ルートの入れ換えや吸引の場面が多く、血管選びの難しさや、吸引は気管に中々入らず落ち込む場面もありました。しかし、プリセプターはじめ先輩看護師に「初めからできる人はいないから大丈夫だよ」「経験だから何回でもやっ

奮闘記②

フレッシュ看護師さん！ 新人看護師の成長をシリーズで紹介します！



てみよう」と励まされ、前向きにチャレンジしています。現在は感覚が掴め、吸引の他に陰部洗浄や採血も独り立ちしました。

これからも、新しい看護技術に挑戦していくことになりませんが、一つ一つ水上さんのペースで身につけてくれたらと思います。また、来月も成長していく姿が楽しみです。

【病棟看護主任 高橋李奈】

予防疾患名	ワクチン名	1回あたりの料金	投与回数
麻疹	ミールビック(MR)	8,000円	4週間以上間隔を空けて2回
風疹			
水痘・帯状疱疹	乾燥弱毒生水痘ワクチン	7,000円	水痘：2回 帯状疱疹：1回
	シングリックス筋注用	19,500円	2か月間隔で2回
おたふくかぜ	乾燥弱毒生おたふくワクチン	5,300円	4週間以上間隔を空けて2回
破傷風	破傷風トキソイドキット	3,600円	3回
B型肝炎	ビームゲン	5,000円	3回
インフルエンザ	インフルエンザHAワクチン	成人：2,500円	1回
肺炎球菌	ニューモバックス(23価)	5,500円	5年ごとに1回
	プレベナー(13価)	8,400円	1回

友の会連絡会コーナー 〇二五・二・四二四四

生き生き広場

白樺友の会

私の「老々介護」回顧記⑩

2019年8月、私は母の介護に限界を感じ始めていた。これ以上、この生活を続けていたら、私は、私自身をコントロールすることが出来なくなる日が来ると思っていた。何とかしなくては、と思っていた矢先、「レスパイト入院」という方法があることを知った。『レスパイト』とは、「一時休止」「休

息」「息抜き」という意味で、「レスパイト入院」とは、在宅介護が困難になった家族のために、一時的に要介護者に入院してもらい、その間、家族介護者が休息、休養をする方法なのだという。私は、迷うことなく、この方法に託すことを決め、手続きを進めることにした。母をどうやって説得するのか？気が重い…。母は娘の私が次に何を言い出すか気が気ではな

いようだ…。私は、「毎週、看護師さんに来てもらい、血圧とか色々計って、異常がないかどうか診てもらっているけど、そろそろ病院に行かなくてはならないの。知っているでしょ。…」と、窺う。母は「嫌だ。…」行きたくない。…」と、すかさず一言。そこで、訪問看護に来ている看護師さんに、協力していただいた。『A子さん(母の名)』。B先生(医師の名)が、A子さんに会いたいって言っていました。こうやって、訪問看護を続けるには、B先生に体を診てもらわな

くてはならないの…。だから、娘さんと一緒に一度病院に行つて欲しいんですけれど…。』と、看護師さん。『行きたくないけれど、行かなくてはダメ。』と、トーンダウン。流石に看護師さんに言われると、『イヤ。』と言えない母。『どこが悪いところがあれば早めに治してもらって…。そのためにも一度先生に診てもらえば安心できるから。』と、私もダメ押し…。こうして、何とか母を説得して病院に連れて行くことになり、ひとまず安堵。

そして、いよいよ「レスパイト入院」の日が決まった。勿論、母には、「入院」することを一切話していない。母もまさか「入院」するなんて、夢にも思っていない。母は、自分が再び自宅に戻れないことを疑う由もなく、車に乗った。病院では、早速医師の診察後「入院」の手続きが行われた。医師から「入院」という言葉を聞き、母は取り乱した。

「私、どこか悪いの…入院するほどそんなに悪いの…何で入院なんて…。」どこも悪くないのに…看護師さん。『どうして?』と、必死に訴えていた。さらに、母は、哀願するような目で、私にも聞いた。私は、母に、「レスパイト入院」と言っても理解できないことは分かっていたので、応えようがなく「検査入院だつて。』と、その場を取り繕ったのだが、母は納得しなかった。母の病室は、ナースステーションのすぐ傍だった。母は、現実を受け止めることが出来ないまま、しばらく興奮状態が続いていた。私は、そんな母の姿を見ているのが辛く、いたたまれなくてその場から逃げないように自宅に戻った。帰宅後、私は、体中の力が抜けて、ポツカリ穴が空いた感覚になった。何も手に付かず、足が地に着いていない状態だった。『これで良かった。』良かったんだ。』。これしか方法がなかったんだ。』と、何度も自分に言い聞かせた。その夜、私は中々寝つかなかった。つづく

白樺友の会 匿名希望

読者の声

友の会ニュースのデイケア行事、レッツ富士山ハイキング!の記事、とても楽しそうですね。記事を読んで私も富士山に登った気持ちになりました。義母は1日おきに「デイケア」を「お仕事」と言っているみたいです。楽しい「デイケア」をありがとうございます。

帯広市 山本美千子

「私の老々介護」回顧記、ずっと読んでいます。3月から定期通院になりました。その都度、院内の薬剤師さんに丁寧に対応していただき感謝です。4.5月号の薬剤師の仕事に興味深く読みました。

帯広市 小林由紀子

「頭の体操」は当たる当たらずは越えて私には楽しいレクリエーションです。切れる事なく続けてください。

幕別町 渡辺 良一

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。出題者は中橋由美子さん(帯広市)です。【ヒント】早期発見、早期治療が大切です。

強 □ 強 □ 平 □ 横 □ 水 □ 定 □ 安 □ 決 □ 療 □ 察 □ 胃 □ 往 □ 受 □ 脚 □ 壯 □ 強 □ 胃 □ 往 □ 受 □

【答え】□□□□

【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
十勝勤医協会館内
友の会ニュース編集部
○メール
soshiki@tokachi-kin-
ikyو. 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460号(9月号)紙上です。

【第456号の当選者】

答えは「花見弁当」でした。

応募総数83通、正解者83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)

森川 陽一 大西 忠民
鈴木 裕美 平山 里美
金田 英男 帯広市
永井由貴子(音更町)
上口 澄子(幕別町)
本間 悦子(芽室町)
成田富士男(中札内村)
西岡 秀樹(大樹町)

各友の会連絡先

- 【音更東】守屋 敏紀 〇五五・二二・〇八四
- 【音更西】尾崎 忠顕 〇五五・二二・六六三
- 【音更南】野口 清子 〇五五・二二・七二二
- 【音更北】中嶋 晴子 〇五五・四二・二九九
- 【士幌】和田 鶴三 〇一六・四七・四四三
- 【上士幌】山本 政俊 〇一六・四二・一〇八九
- 【新得】土山 武志 〇一六・四四・四七一
- 【清水】田中 けい子 〇一六・六三・一〇五六
- 【鹿追】武田 耕次 〇一六・六六・二一七
- 【芽室】梅津 美政 〇一五・六二・二八五
- 【中札内】西村 和正 〇一五・六七・二七四
- 【更別】大津寿美香 〇八〇・八四・八三七
- 【大樹】有岡千恵子 〇一五・八七・五二八
- 【広尾】前崎 茂 〇一五・八二・四三〇
- 【幕別】小林 正明 〇一五・五四・二二一
- 【札内東】鈴木志摩子 〇一五・五六・六七七
- 【札内西】岡崎 節子 〇一五・五六・四四三
- 【忠類】増田 武夫 〇一五・八八・二六〇
- 【豊頃】岩井 明 〇一五・七四・二六三
- 【池田】岩本 正雄 〇一五・七二・五七五
- 【本別】広川 雪子 〇一六・二二・三六七
- 【足寄】田利美智子 〇一六・二五・四〇〇
- 【陸別】黒沼 明美 〇一六・二七・二六七
- 【東】山口久美子 〇一五・七六・七六二
- 【柏】加藤 昌明 〇一五・五〇・八四
- 【光南】村上やよい 〇一五・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 〇一三・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・二四・二四
- 【新緑】齋藤 光枝 〇九〇・七五・〇五五
- 【柏林台】横塚恵利子 〇四一・七七・九〇
- 【緑西】村上久美子 〇三八・一〇・七五
- 【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