

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

今こそ正念場 憲法を守り、 活かす取り組みを進めよう！



あじさい薬局では

民医連十勝ブロック（十勝勤医協、ファーマケア十勝）で取り組んでいる「民医連方針を学ぶ春夏推進月間」で、あじさい薬局では憲法学習にとことんこだわり学習を積み重ねてきました。

「春夏推進月間」がスタートした5～7月の3か月間、毎月「憲法学習週間」を設定して学習に取り組みました。憲法学習週間では朝会后に10分程度、全日本民医連のホームページにアップされている

る憲法学習動画を中心に視聴学習を行いました。その結果、あじさい薬局では推進月間に憲法学習を計15回おこない、述べ参加人数は104名となりました。また、普段は変則勤務のため、朝会に参加していないパート職員2名にも、参議院選挙直前の7月7日(木)には、

朝会から参加していただき、これで職員全員が憲法学習に参加することができました。

憲法を守りたい

この憲法学習を通して職員からは、「9条を変えることなく平和を守っていかないとけないと思った」、「私たちもしっかり学ばないと今の政府の思うように誘導されてしまう危うさを感じた」、「改憲により軍事費の強化、軍事費の増強になると、教育、社会福祉、医療などへの予算が削られることは明らかで、そうなるとうますます子どもを産み育てにくい社会になってしまふと思った」、「改憲をしなくても法律の見直しで対応できることがよくわかった」などの感想が出されました。

そして、あじさい薬局では「憲法学習で学んだことを外にも発信しよう！行動に移そう！」ということになり、職員全員がそれぞれ自由に「戦争反対！」を訴えるポスターを作成して、患者さんの目に触れやすいあじさい薬局正面のショーウィンドーに掲示しアピールしています。



聴診器

▼コロナ禍で帯広病院が直面したこと▼一つは、コロナワクチン。一般診療の合間に、優先的に呼びびいて、他の診療も注射も、他の接種会場に比べれば待ち時間が長くなってしまう。「まだですか。他の会場はもうと早い。やり方が良くない。」など、ご意見を頂くものの、帯広病院の診療システムでは今のところ精一杯の方法で、「お待たせしています。申し訳ありません。」とお詫びしながら注射している。患者様の期待に応えられない方が多いのだからと手を出すが、地域のワクチン接種推進にわずかも貢献したいと思い、続けている▼二つ目は、感染拡大に伴い、クラスターにならないように、家族の発熱・感染、保育園等での濃厚接触により子どもを預けられなくなるなど、連日複数名の職員が出動できなくなる。休む職員も心を傷めている。それでも、診療縮小にはならないので、一人の職員がいくつかの業務を掛け持ちして対応にあたる。それが、問診、診察、検査、注射・点滴、採血、予約のあちこちでお待たせしてしまう。決してのんびりしているわけではない、むしろいつも以上に急いでいる、そして間違いないように気も張っている。患者様から、どうしてこんなに待つのかを訊ねられ、正直に事情をご説明した。それは大変です。ありがとうございます。と温かい言葉をくださった。救われた気がした。患者様の言葉は、いつでも働くわたしたちの励みになっている。その声に応えたいと努力する▼今年は行動制限のない夏。まだしばらくはこんな状況が続くのだろう。これもチャンスだと思おう。改善策を考えて考えて考え抜いて、少しでもご期待に応えられる帯広病院にしたい。

帯広病院

事務が先頭を切ろう！ 憲法署名

「春夏の月間」の取り組みの中で帯広病院では、改憲反対の取り組みを、少しずつですが知恵を集め、工夫して進めてきました。第1弾「待合い署名コーナー復活」、第2弾「職員玄関待ち伏せ作戦」に続き、6月4日(土)から第3弾「待合いで署名訴え、憲法アニメ放映」を開始しました。コロナ発生以来、待合いのレイアウトも感染対策仕様となり、たまたかの取り組みが展開しづらい待合いとなっていました。何とか患者さんに「憲法守ろう」を訴えられないかと、第4診察室前で憲法アニメを放映しながら、署名の協力を訴えることにしました。

「初日は事務が先陣を切ろう!!」と医事課事務係長の池田さんがまず前日に散髪。さっぱりしてから気合を入れて臨みました。

訴えを終えた池田さんからのメッセージです。「ロシアのウクライナ侵略により、改めて戦争の悲惨さと憲法9条の大切さを痛感させられました。民医連で働く私たちには、現状に抗議の意思を示す方法がたくさんあります。力を合わせて抗議の意思を示し続けましょう。」



署名訴え

居宅白樺

介護サービスを利用しよう

居宅支援事業所白樺では6月から待合室での介護相談とサービスの紹介活動を進めています。常勤のケアマネが交代で担当し、6月24日から7月1日まで白樺病院で6日間、7月4日から8日までの5日間は帯広病院で行い、合わせて延べ約70人の方と対話しました。

この取り組みは、地域の方々が介護サービスを利用開始する上での心理的負担などのハードルを下げて、呼びかける対象者のすそ野を広げることを目的にしています。一方で、医療機関としては、通院患者さんへの在宅療養環境の提供、介護要求へのスムーズな対応ができます。医療と介護の連携が大きく進むことが期待されます。

明を聞いてくれる方や、最後に拍手をしてくださった方もいました。これまで数名の方の新規相談を受けました。Aさんは「亡くなった夫が短時間デイを利用していたのでよく知っていた。利用を迷っていたけど、お話を聞いて良いきっかけになりました。看護師さんも背中を押してくれました」とお話しされました。この取り組みが軌道に乗れば、今まで気づかなかった地域の介護ニーズが明らかにになります。今後も、病院・診療所と連携しながらニーズの掘り起こしに取り組んでいきます。



介護相談

シリーズ

憲法があぶない

私が高校を卒業し、郵便局に就職して最初の仕事が局長さんから渡された宣誓書に署名をしたことだった。そこで署名をするとき誓約書を読むと「日本国憲法を遵守し、並びに法令及び上司の職務上の命令に従い…」と書かれていました。学校で憲法のこととは学習していたが、あらためて憲法を守りますと署名したことで仕事をするうえで憲法を守ることの重要性を心に誓いました。

その後郵便局を辞めて町議会議員に立候補をするたびに誓約書に署名をしてきた。

郵便局の仕事も郵便法は憲法にもとづいて「あまねく公平」にと定められているし、町議会議員になっても教育の問題をとりあげるとき教育基本法も「日本国憲法の精神に基づいて」となっている。

介護のこともでも私が子どものころ父の兄の嫁さんは、同居していた義母が脳梗塞で倒れ、10年以上に渡って介護をしていた。それをみていた私の母は、長男の嫁さんになつたら大変だとよく言っていた。介護保険ができたのも介護をする人との不公平をなくすために重要なことだと感じている。

また、60年前の小学校のころは教科書も有料で買えない人は兄や姉からのおさがりだった。私もとなりの先輩から何年か教科書をいただいた。そのような経験から議会活動をする基本は憲法14条に定めた通り、法のもとでの平等に従って住民の意見を取り上げて行くようにしています。



看護体験

ふれあい看護体験

「あきらめない看護」の実践

看護協会主催の「ふれあい看護体験」が5月9日～13日の5日間、帯広病院で行われました。将来の進路を看護系、医療系にいかたいと考えている緑陽高校3年生21名が体験に参加しました。感染対策のため病棟ではできませんでしたが帯広病院大会議室を使い、バイタル測定やPPE着脱、血管探し、点滴滴下合わせなどの体験を行いました。

という嬉しい感想が多数寄せられました。今後もコロナ禍ではありますが、未来の看護師さんの誕生に向けて看護体験を継続していきます。

【大樹友の会 志民和義】



薬のシックデイ・ルールを確認しよう

十勝勤医協帯広病院 薬剤主任 山口 章江

薬のシックデイ・ルール(病気の日の対処法)を確認しよう

病院から処方されている薬は用法を守って正しく飲むことが基本ですが、風邪などの体調不良時には薬を休む必要がある場合があります。あることをご存じでしょうか？今回は、シックデイ（病気の日）と薬のシックデイ・ルール（病気の日の対処法）についてご紹介します。これを機に、ご自分の薬のシックデイ・ルールについて医師に確認してみましょう。

■シックデイ（病気の日）とシックデイ・ルール（病気の日の対処法）

発熱などの体調不良で食べられない、下痢・嘔吐をしているなどのいつもと違う体調の場合をシックデイ（病気の日）といいます。

毎日服用している薬の中には、シックデイに休んだ方がよい薬と、継続しなければならない薬があります。その他、安静にする、水分をとる、食べやすいものを少しでも食べるなどのシックデイの療養の仕方を含めてシックデイ・ルール（病気の日の対処法）といいます。

■薬のシックデイ・ルール

糖尿病で薬を使用している方

糖尿病の方が風邪や下痢、発熱、腹痛、食欲不振などのほか、けがや骨折などの状態になると、血糖値が乱れやすくなり、命にかかわる合併症が起こることがあります。糖尿病の飲み薬は、食事が1日以上食べられない場合は休薬してください。インスリン注射を使用している方は、インスリンを中止してはいけません。インスリンを中止してはいけません。インスリンを調節します。

高血圧症、慢性腎臓病などで降圧薬を使用している方

降圧薬や利尿剤を服用している方が、発汗、下痢などで脱水になったとき、あるいは何らかの理由で十分な塩分・水分が摂れなくなったとき、血圧が下がり過ぎてしまうことがあります。血圧が下がりすぎると、腎臓へ行く血流量が不足し、急に腎機能が低下してしまうこともあります。あらかじめ医師に、血圧がいくつまで下がったら降圧薬を休止するべきか確認し、ご家庭でも血圧を測定しましょう。

関節リウマチ・膠原病の方

関節リウマチや膠原病で、メトトレキサート錠や生物学的製剤（注射剤）などの免疫抑制剤を使用している場合は、風邪症状や発熱などの感染症症状があるときには薬の使用を休止してください。ただし、ステロイド薬（プレドニン、メドロールなど）は休止してはいけません。

■シックデイ・ルールを事前に確認

シックデイの場合に薬を休むべきかどうかは、患者さんそれぞれの病態によっても変わる場合がありますので、事前にシックデイ・ルールを医師と確認しておきましょう。また、シックデイの際に薬を休むべきか判断に迷う場合は病院に電話にてご相談ください。薬が分包されていてどの薬を休止するべきかわからない場合は、調剤元の薬局へもご相談ください。

体調不良が続く場合は、何よりも早目の受診をお勧めします。



水戸さんにとって7月は、初めての休日勤務、準夜勤、深夜勤を経験する月となりました。初めての夜勤は休息のとり方に慣れず、寝不足になってしまいました。夜間帯の病棟の様子や看護体制を知ることが出来、新鮮だったと感じています。

注射・処置業務に入る機会が増え、受け持ち以外の患者様との関わりも増えていきます。受け持ちの患者人数も少しずつ増やしていますが、1日の行動計画を立て調整しながら、しっかりと看護チームの一員として頑張ってくれています。また、まだ覚えることも多く、迷うこともジレンマを抱えることもある中で、苦手な事にもチャレンジして進んでいます。温かく見守りながら一緒に考え、悩み、成長していきたいと日々頑張る姿から、私も頑張ろうと背中を押してもらっている気持ちです。

【帯広病院病棟看護師 曾我部良美】

奮闘記④

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ていきます！

友の会連絡会コーナー 〇二五五・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

老健ケアセンター白樺に、幸いにも入居できたものの、次の療養先（居場所）を探さなければならなかった。探すといっても、施設の種類や、入居の条件など何を基準にして選択すればいいのか、詳しい情報を持っていなかった私は、現実を目の前にして戸惑った。自分の身に起こらないと真剣

に考えていなかったことを悔やんだ。

当時、市内には1,000近くの特養（特別養護老人ホーム）の待機者がいるということが報じられていた。1,000人も……、待っているなんて、信じられなかった。ケアセンター白樺には、100名近くの入居者がいる。その人たちも同じように次の居場所を待っている……。この先、何年かかるのだろうか……。これ

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。出題者はペンネーム・ノリリンさん（帯広市）です。

【ヒント】 四字熟語です。

参 盟 図 衆 氷 然 評 義 知 念 外 望 久 来

が、高齢者政策の現実なのだ。先進国と言われ、世界第3位の経済大国の、貧しい介護制度の現場、大きな力とシステムが、個人の思いや願いとかけ離れていく……。

知人からは、市内にある3〜4ヶ所の特養施設を申し込んでおいた方がいいと勧められた。でも、私は、どこでもいいから母を入居させるという気持ちにはなれなかった。一口に「高齢者施設」と言っても様々で、民間の「介護付き老人ホーム」は月20万円以上することが分かった。とても、そんなお金は出せない。

【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】

○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-
ikyo.or.jp

9月上旬、私はいろいろ迷った結果、ある「認知症対応型グループホーム」を申し込むことにした。「グループホーム」は友の会活動や、社協のボランティアの経験から、ある程度の知識を得ていた。空きはいつになるかは分からないと言われたが、とりあえず老健側にその旨を伝えた。

一方、母はというと、洗濯物を届けに行く度に、相変わらず「迎えに来たのか」「いつ帰れるのか」と言って私をうかがう。もう、慣れてきた頃だと思ふのだが帰宅願望だけは強い。担当の介護士さ

【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】

9月20日（当日消印有効）。発表は第462号（11月号）紙上です。

【第458回の当選者】

答えは「健康診断」でした。応募総数79通、正解者79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）

鈴木 裕美 大原 星栄
五十嵐英実 藤原加代子
相澤 治夫（帯広市）
飯山 和代（音更町）
佐藤 明子（士幌町）
山本けい子（陸別町）
西内 邦夫（芽室町）
上口 義文（幕別町）

んたちにも「帰りたい、どうして帰れないの」と訴えているようだった。私は、「リハビリをして、足がちゃんと治ったら帰れるから……」と同じ言葉を繰り返す以外になかった。すでに入居条件の3ヶ月が過ぎていた。グループホームからも連絡がない。

その年の暮れ、新型コロナウイルスが中国で発見され、瞬く間に全世界に広がっていった。世界中で感染拡大がジワジワと広がりを見せていた。死者も出始めていた。1月末、老健から、母が転倒し右腕を怪我し、K病院に救急搬送されたとの連絡を受けた。2月中旬

「要介護2」から「要介護3」に上がった。食堂への往復も介護士さんの支えがなければ転倒しかねない様子だった。そんな中、2月末日、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、「面会禁止」となった。老健内での緊張感が伝わってくる。今まで自由に会えていたのに突然のことで動揺した。今後は事務職員の方を通して、洗濯物の交換をすることになったのだ。これから、直接顔を見ることができない。一抹の不安がよぎった。

この時はまさか1年以上も「面会禁止」になるとは夢にも思っていなか

った。3月中旬、下旬と2回続けて転倒の連絡が入った。私はいつしか「電話恐怖症（?）」になっていた。四六時中電話のベルに敏感になった。電話が鳴ると老健からではないか……、母の身に何かあったのではないか、と思うようになっていた。

つづく

【白樺友の会 匿名希望】

読者の声

憲法改悪は許さない!!
ウクライナ問題、中国、北朝鮮脅威はあるものの、力対力ではなく和平で！
9条を守れ！

帯広市 相澤治夫さん

ケアセンター白樺の「マジックショー」やハーモニカ演奏楽しそうですね！
誕生会がより一層楽しかったことでしょう。歌を歌ったり聴いたりすることは本当にうれしい事ですね。

帯広市 岡部あきさん

東京の方では電力不足とか。政府の情報操作はないのか？数字をごまかしたり、書き換えなどを平気でやってしまう政府や、嘘をつく電力会社の言うことを信じられません。原発推進の口実になっていると疑っています。
音更町 小川修平さん

各友の会連絡先

- 【音更東】 守屋 敏紀 〇五五・三二二・〇八四
- 【音更西】 尾崎 忠顕 〇一五・三二二・六〇六
- 【音更南】 野口 清子 〇一五・三二二・七二二
- 【音更北】 中嶋 晴子 〇一五・四二二・二九九
- 【士幌】 和田 鶴三 〇一五・四二二・四三三
- 【上士幌】 山本 政俊 〇一五・四二二・三〇八
- 【新得】 土山 武志 〇一五・六四一・四七一
- 【清水】 田中けい子 〇一五・六六三・三〇五
- 【鹿追】 武田 耕次 〇一五・六六六・二一七
- 【芽室】 梅津 美政 〇一五・六二二・二五九
- 【中札内】 西村 和正 〇一五・六七二・二七四
- 【更別】 大津寿美香 〇八〇・八四一・八三七
- 【大樹】 有岡千恵子 〇一五・八七二・五二八
- 【尾】 前崎 茂 〇一五・八二二・四三〇
- 【幕別】 小林 正明 〇一五・五四一・五二二
- 【札内東】 鈴木志摩子 〇一五・五六一・六七七
- 【札内西】 岡崎 節子 〇一五・五六一・四四三
- 【忠類】 増田 武夫 〇一五・五八八・二六〇
- 【豊頃】 岩井 明 〇一五・七四一・二六三
- 【池田】 岩本 正雄 〇一五・七二二・五七五
- 【本別】 広川 雪子 〇一五・六二二・三三七
- 【足寄】 田利美智子 〇一五・六二二・四〇〇
- 【陸別】 黒沼 明美 〇一五・六七二・二六七
- 【東】 山口久美子 〇二五・七六七・七六二
- 【柏】 加藤 昌明 〇二二・一五〇・八四
- 【光南】 村上やよい 〇二五・一五五・八八
- 【鉄南】 牧野美智子 〇四七・一八九・六五
- 【中央】 田村力オリ 〇二二・二二六・〇七
- 【栄】 佐藤 久輝 〇三三・一六三・九九
- 【開西】 岡本 顕 〇九〇・八四六・一五二
- 【西帯広】 野坂 潤子 〇三七・二二七・二九
- 【西南】 麻生 恵子 〇二二・一六二・一三
- 【緑ヶ丘】 堀田 省悟 〇五八・二六五・〇
- 【白樺】 武井 純子 〇三六・二二四・二四
- 【新緑】 瘧師 光枝 〇九〇・七五〇・五五一
- 【柏林台】 横塚恵利子 〇四一・七五七・九〇
- 【緑西】 村上久美子 〇三三・一六八・五二
- 【稲田北】 平 麗子 〇四八・〇七一・一五
- 【稲田南】 藤田 功 〇四八・一六九・五一
- 【川西】 原 正子 〇五九・二四四・二
- 【大正】 岡山 幹男 〇六四・一五九・五三