

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



健康保険証をなくさないで!!



友の会連絡会
 『秋の大運動スタート集会(8・26)』で講演した
 沢野天氏(北海道社会保障推進協議会事務局長)

2023年6月、現行の健康保険証を2024年秋で廃止し、マイナンバーカードに一体化(マイナ保険証)することなどが含まれた「改正法」が成立しました。そもそもマイナンバーとは住民票を持つ日本国内の全住民に附番される12桁の番号です。マイナンバーカードを進める「デジタル改革」は、行政保有のデータを企業に開放し「儲けのタネ」として企業の利益につなげるための「改革」です。

狙いは何か?

マイナンバー(共通番号制)の狙いは何なのか。一つは社会保障費を抑制するための手段で、例えばある人が医療費を使いすぎたら将来の年金支給額を減らしたり、介護保険の利用限度を減らしたりします。あるいは医療費の限度額を超過したら、その超過分を翌年、翌々年の医療費に付け替え、患者さんの窓口負担を上げるなどの方法を取ります。年金が支給される預金口座も

マイナンバーに紐づけされ、年金支給額を強制的に減額される危険性もあります。もう一つは、ある人の個人情報や過去の行動記録、年齢、職業など個人に紐づく様々なデータをマイナンバーに一本化することです。個人の行動などを警察機構が把握・操作する危険性もあり、監視社会へと導くもので、さらにこの間すでに国会を通過した有事関連法、安保関連法(戦争法)、特定秘密保護法、共謀罪法、重要土地利用規制法などを見れば、戦争国家のための基盤づくりだという認識へとつながっていきます。

トラブル続き

「マイナ保険証」をめぐるさまざまなトラブルが続出しています。マイナ保険証に別人の医療情報が紐づけられていたり、窓口の負担割合が本当は3割なのに2割になっていたり。6歳未満の小児なのに「高所得・現役並み」と後期高齢者医療の表示がされたり、もうめっちゃくちゃです。本人であるという資格確認ができず、医療費10割を支払ったという事例まで出ています。

無保険者をつくる恐れ

今でもなお約77万人がマイナンバーカードで受診できるようにするための紐づけがされていない状態です。今後、介護保険証にまでマイナンバー化の対象を広げる政府方針もあり、「認知症など手続きが困難な高齢者はマイナンバーカードを管理で

きない」「申請できない人が制度から排除され無保険状態に」など不安の声もあがっています。「マイナ保険証なら医療・投薬情報がすぐ分かる」と宣伝されてきましたが、受診情報が閲覧できる状態に反映されるまで、1〜2か月程度かかります。これではリアルタイムで正確なデータに基づいて治療ができるのか疑問です。前回受診時どんな薬が処方されたかをすぐに見るのなら「お薬手帳」の方がはるかに有効です。

保険証を残して!

与党の一部からも現行の健康保険証の廃止時期の先送りを検討する必要があるという認識も示されています。新聞各社も健康保険証廃止の見直し、反対などの論調が目立ってきています。8月7日の段階で、岸田首相は保険証廃止時期の延期を否定できず、あいまいにごまかしています。トラブル続きで政策も混乱している中、患者さんの命と健康を守れない状況が続いている今が、健康保険証廃止の中止の運動を推し進める「押し時」です。秋の大運動を足掛かりに、「保険証を残して」の声を広げていきましょう。

インフルエンザワクチン接種について

今年のインフルエンザワクチン接種は、下記の日程で実施します。予約はお取りしていませんので、直接ご来院ください。なお、料金等の詳細は各事業所までお問い合わせください。

- 帯広病院 10月2日(月)から実施 ☎0155-21-4111
- 白樺医院 11月1日(水)から実施 ☎0155-38-3500

※接種開始日が異なりますのでご注意ください。

聴診器

▼今年に入りあらゆる商品の価格高騰が続く、ここに来てガソリン代、電気料金の値上げが尋常ではない。これから冬に向かう中、灯油代がどの位になるのかを考えると不安になり、もう我慢の限界だ▼私たちが汗水流して収めてきた税金を、国民の暮らしと社会保障の為に使って欲しいと切実に思っているが使い道がおかしすぎる。来年度の防衛予算額が今年度を上回り、7・7兆円。国民の生活が大変な中、今後5年間で軍事費43兆円の方針は変えず、大軍拡路線をひた走る岸田政権。私たちは今、戦争をする国になるのか、憲法を生かし平和で社会保障が充実した国になるのか、大事な岐路に立っている▼「困難があるところに民医連がある。闘いがあるところに民医連がある」これが民医連の70年の歴史だ。「軍事費ふやすな」「戦争は絶対にダメ」「平和への準備をせよ」「いのちを守れ」「社会保障は国の責任で」この声を取り組まれている秋の大運動に結び、たくさんの人びとと繋がり、つないだ手を放さず、諦めることなく挙げ続けよう。そして必ずある選挙で、私たち国民の立場にたった政治が行われるように、この国の政治を変えていこう▼未来は子供たちのためにある。そう思っているからこそ、私たち大人が頑張る時。ラインで送られてくる孫達のかわいい顔を見るといつも元氣と勇気が湧き、「あーこの子らのために、ばーちゃんは頑張るよ!」日常の小さな幸せを守るために、あらゆる戦前とさせないために、これからも地域の友の会の仲間と職員と共に、連帯してたたかいていこう。(A)

シリーズ

憲法があぶない

『9条改憲NO!』の運動をもっと元気に大きくするため、伊藤塾塾長の伊藤先生からメッセージを頂きました！

「伊藤塾」塾長
伊藤 真



命を最も大切な価値とし、命の平等を実現し、一人ひとりの個を尊重して皆が共存できる社会をめざす。そのため前提が平和であり、平和の中で生きる権利こそがあらゆる自由と人権の根底にあるからこそ、戦争が近づくことに

私たちが油断しているうちに、この国のかたちがどんどん変わろうとしているようです。2014年7・1閣議決定、2015年戦争法、2022年安保3文書における反撃能力の保有と、憲法違反が続き、防衛予算をGDP比2%以上に倍増して軍事費が世界第3位の軍事大国になろうとしています。

77年前に憲法ができたときに、過酷な戦争を体験し、もう二度と政府に戦争させないと固く決意した国民の多くはもういません。確かに人の命は有限です。ですが、9条の理念を実現しようとする人々の強い意思、いのちの平等を実現しようと努力する医療従事者の皆様方の思いは世代を超えて受け継がれ、永遠に続きます。

9条はもちろん戦争の加害と被害を避けるために重要な条文ですが、私たちの日々の生活にとっても、自由な社会の下支えとして機能してきました。その9条が危機を迎えているにも関わらず、政治家、マスコミ、そして国民の意識が憲法に向いているとはいえません。こういう状況だからこそ、現在地域医療を支えている医療従事者の皆さまが、草の根の連帯の力を見せていただけるに違いないと確信しています。私も微力ながら自分のフィールドで闘い続けたいと思います。ともに頑張りましょう。

私が医療従事者の方に講演をする際、弁護士と医療従事者との共通点をよくお話ししています。まず人の不幸を飯のタネにする。そのためより高い職業倫理が求められます。次に目の前の個性を持った一人ひとりが大切であること。適切に対処するためには、一人ひとりの個性に向き合わねばなりません。そして何より患者や依頼者を救うには、対処療法だけでなく、問題の原因まで意識を持つ必要があります。一人ひとりの問題の背後にある社会まで変えないと根本的な解決にはつながらないということです。その社会をよりよくする共通の処方箋が憲法なのだと思います。

1868年の明治維新から77年間日本は戦争を続け、1945年敗戦を迎えました。その後、憲法9条を持つ国としての戦後を昨年まで77年間、国家としての戦争をしない国で居続けることができた。今年78年目を迎え、折り返し地点以前に戻り、今を「新たな戦前」にしてしまうのか、重要な岐路に立っています。

9条はもちろん戦争の加害と被害を避けるために重要な条文ですが、私たちの日々の生活にとっても、自由な社会の下支えとして機能してきました。その9条が危機を迎えているにも関わらず、政治家、マスコミ、そして国民の意識が憲法に向いているとはいえません。こういう状況だからこそ、現在地域医療を支えている医療従事者の皆さまが、草の根の連帯の力を見せていただけるに違いないと確信しています。私も微力ながら自分のフィールドで闘い続けたいと思います。ともに頑張りましょう。

8月は『あいうえお作文』に取り組み、「き・ず・な」をテーマとした作文作成を行いました。初めは「できないよ」「思

いっつかないよ」と言いつつもスタッフに援助してもらったり、自宅に宿題として持ち帰るなどそれぞれ考えながら作品を完成させ42の作文提出がありました。心を打つ作品、ユニークな作品、くすつと笑ってしまうなどたくさん作品を壁に掲示したところ、デイケア利用者のみならず施設の職員が作文を見るために足を運んでくれました。

『月刊デイ』にも応募し懸賞を狙っております。また、デイケアの中でも施設長を初め副施設長、事務長、デイ

事業所の取り組み紹介

ケアセンター白樺

あいうえお作文で笑顔いっぱい

今年度、ケアセンター白樺のデイケアでは出来るだけ多くの利用者さまが楽しんでアクティビティに取り組めるよう趣向を凝らしてきました。みんなでクロスワードを解いて懸賞へ応募、大作として2メートル越えの秋の壁画も作成しました。

『月刊デイ』にも応募し懸賞を狙っております。また、デイケアの中でも施設長を初め副施設長、事務長、デイ



ケアに関わるスタッフが皆様の作品にそれぞれに賞をつけ、施設長賞は浅沼先生が直接表彰して笑顔いっぱいの表彰式でした。
【ケアセンター白樺看護主任 武田ゆかり】

どんな困難にも寄り添い、あきらめずに支援します

Aさん(90歳・女性)は、夫(89歳・要介護2)とともに住宅型有料老人ホームに入居していましたが、Aさんの認知症がすすみ高齢の夫が介助する日々が続くようになり、その生活は限界を迎えていました。

そんな7月下旬、道内でも暑い日が続くなか、Aさんは朝動けなくなっている状態で夫に発見され当院へ救急搬送され、即日入院となりました。治療により病状は改善しましたが、ベッド上での生活が続き廃用がすすみ、これまで入居していた施設にはとても戻れる状況ではなくなっていました。

そこで、主治医をはじめ当院スタッフの他、夫・息子さん(道外在住)・ケアマネージャー・ほつとらいんの看護師が集まり、退院後の療養先について検討し

医療・介護の現場から

シリーズ 127

ました。しかし他の施設に行くにしても、キーパーソンとなることが家族の方が近隣に住んでいないという理由で受け入れてもらえない施設がほとんどです。加

えて、施設に入居するための費用が捻出できないという問題もあり、入居後に生活保護を取得し生活保護の方でも入居できる施設を探す必要がありました。

担当病院に入院される方には、在宅での生活が困難な方、経済的な理由で施設への入所ができない方が増えています。国民年金の範囲内で入所できる施設は限られており、金銭的な援助ができないご家族からの相談も増えてきています。地域連携室では、地域からの要望を受け困難な事例であっても活用できる制度がないかを検討し、日々療養先探しに奮闘しています。皆さんの身近にお困りの方がいましたら、ぜひ勤医協にご相談ください。
【帯広病院 野口 貴弘】

活き活き介護活動と 介護の魅力発信

～シリーズ⑦～

デイサービスほのか 所長 小川 美香 介護主任

「人と人は繋がりがり絆が生まれる」

～ 民医連の介護事業者は、人と人の繋がりにこだわる ～



デイサービスほのかは、ゆったりとした時間が流れています。その為、認知症の有無や程度、自立度に応じたプログラムの提供を目指しています。ほのかに通う90歳代の女性4名の声を紹介します。

※写真と記事の利用者さんは関係ありません

Aさん ほのかで畑作業とか、体を動かすことが好きで、やっていると昔、頑張っていた時のことを思い出します。作品作りは時々、想像していた物と違う物ができあがり、もっと、こうすれば良かった”と思う事があるけど、失敗しても、出来上がった時には感動するかな。他の人が作った物を見るのも楽しみ。



Sさん 私は、貼り絵が大好きです。午後のレクはカラオケばかりではなく、皆で集まってゲームをすること

が楽しい。食後の休憩時間にはトランプでババ抜きや、黒髭危機一髪とか、皆で過ごす時間が好きです。



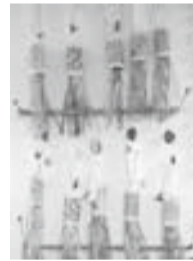
Nさん 「俺の分まで長生きして」と夫は60代で亡くなりました。ほのかに通い体操を頑張つて、長生きすることが目標です。家に一人でいるとボーンとしてしまうので、同世代の人とお喋りすることが楽しいです。



Oさん 目も、耳も悪くなり、病院通いや出来ないことが増えました。若い頃は、自分についてこい！という職業でしたが、買い物に行けるようになりたいので今は、ほのかで行っている授業には、何でもついてい



きます。年よりは、人の好き嫌いを言う事が多いですが、ここはそういうのがなく、皆さんの輪にすっと入れた事が嬉しいです。



行事の紹介
7月には夏祭りを開催し、北海盆唄に合わせ踊りました。七夕の短冊づくりでは、先に作品ができあがった利用者さんに、困っている利用者さんの作品と一緒に作って頂きました。お互いに声をかけ、教えあい、交流が深まり役割を感じて頂けます。色とりどりの短冊飾りができあがり、短冊には願いを書いて皆さんの前で発表して頂きました。

（認知症進行予防のために）
手作業の時間に童謡を流すと皆さん、口ずさみながら作業をされる方もいます。「純烈をお願い」「五木ひろしが好き」というリクエストにも対応します。好きな曲、昔懐かしい童謡を聞き、口ずさむことで認知・口腔機能の維持になります。
13時30分からのレクリエーションは、1週間ごとにメニューを変えています。紅白旗揚げでは、音頭を利

研修医紹介

立花 友香先生



10月から1カ月お世話になります。

勤医協中央病院所属研修医2年目の立花友香と申します。大学の卒業旅行で訪れるくらい十勝が大好きで、今回の研修を希望しました。将来は訪問診療などに携われたいなと思っています。今回の研修では、みなさんと関わりながら十勝地方のことをもっとよく知って、みなさんが健康でいるためのお手伝いが少しでもできたらいいなと思っています。一ヶ月間と短い期間ですが、どうぞよろしくお願いたします。

利用者さんにとって貰う等、利用者さんが主役になれるような場面が、少しでも持てるように工夫しています。作品作りでは、職員が折り紙の色を決めて配布するのではなく、利用者さんに色やデザイン等、自分で考えて貰う等、これからも利用者さんの主体性を引き出しつつ、楽しい時間を提供できるように関わってみたいと思います。

安心感を得ていました。白樺のデイケアを利用して他院受診中の利用者さん宅での会議で、利用者さんが「勤医協の患者さんにしてください」と話されていたのがとても印象的でした。そう言われたときに勤医協の一員であることを誇らしく思いました。この利用者さんに限らず病院、施設それぞれの職員が日頃の関わりの中で患者・利用者さんとの間に強い信頼関係を作られているのだということを感じました。それぞれのスタッフが各職域で使命感をもって日々の業務に向き合う姿にもとてもいい影響を受けました。困難な状況にあってもその患者さんに必要なことを実践されている様子も知ることができ、とても勉強になりました。短い間でしたが大変お世話になりました。益々の発展を祈念しています。

渡邊先生お疲れ様でした！

あつという間の1ヶ月でした。病院内や関連施設での研修を通して、すべての職員が患者さんや利用者さんに対して親身で丁寧に対応している姿はとても素敵で、日々



【研修医 渡邊 由桂】

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

札内西友の会

茶話会&健康相談会

コロナ禍の中で健康相談会をできずにいましたが、8月23日(水)にやっと実現できました。研修医の先生が来て下さるので声をかけたところ、15名の参加となりました。渡邊先生のお話はとても分かりやすく、看護師をされてから医師への道を目指したことに驚きま



したが、その為かとても身近に感じ参加者も楽しく「健康フレイル」について学びました。フレイルの言葉は知っていても、社会的と心理的があるなんて知らなかったです。予防体操はとても楽しく、手と足を使い、頭(脳)で考え運動で刺激を与えることが大事。たった5分で効果がある、又、隣の人と5分間話す、お題を決めてそれも昔の記憶

てん」が冷たく気持ち爽やかにになりました。暑い中相談会にご参加いただきありがとうございます。今回フレイル予防をテーマにお話をさせていただきましたが、「フレイル」という言葉をご存知でしょうか。フレイルとは「虚弱な状態」を意味しますが、予防のための行動を取れば元の健康な状態に戻れる段階を指します。フレイルには身体的な側面に加え、心の状態や認知力が弱っている心理的フレイルや

頭の体操

漢字クイズです。次の文字・部首の中から5つ選んで組合せ、ヒントが示す2文字の漢字熟語を答えてください。

【ヒント】食欲の秋、スポーツの秋ですね。日照時間が短くなり気温が低くなると鮮やかな色彩を見せられます。

火	凡	世	大	ハ
彡	糸	口	イ	力
早	彳	魚	工	才
巾	艹	未	日	山
ム	刀	水	辶	木

【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】

○郵便
〒080-0019
帯広市西9条南11丁目1番地 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】

10月20日(当日消印有効)。発表は第475号(12月号)紙上です。

【第471号の当選者】

答えは「曇中見舞」でした。応募総数98通、正解者97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)

- 池田 依子、清水 滋子
- 中島 剛、道下 正徳
- 仲野喜美恵(帯広市)
- 澤田 紀之(音更町)
- 樋口 捷子(幕別町)
- 浅井 悦子(芽室町)
- 倉科 弘子(新得町)
- 山下 智(大樹町)

社会とのつながりが希薄になる社会的フレイルと違った側面があります。家族以外の人と話をしたり、社会とのつながりを感じながら生活することで心理的フレイルや社会的フレイルを予防できます。私自身も相談会で地域の方々の元気な様子を見て、美味しいところを頂きながら過ごす時間は、病院を離れ、気分転換ができた良い時間でした。日頃の悩みや疑問を聞かせていただき、改めて患者さんへ病気の付き合い方や健康状態の保ち方の説明をどのようにすべきか、考えることができました。貴重な機会をありがとうございました。

【研修医 渡邊 由桂】

【新緑友の会・柏林台友の会 レッツ体操】

今年度2回目の健康相談会を8月31日(木)、柏林台友の会と合同で行いました。白樺医院の待合室を会場に、ケアセンター白樺のりハビリティ技師さんの指導で「肩こり改善エクサ



サイズ、太ももトレーニング、スクワット」など、室内で気楽にできる運動を皆さんと一緒に楽しくすることが出来ました。椅子に座ってできる運動が多かったので、家にいる時にも、少しでも出来れば良いなと思いました。

【新緑友の会 瘡師 光枝】

【読者の声】

8月号3面のデイケアの記事。デイケアという所を訪ねたことのない私ですが、様子が目に浮かぶ内容でした。より魅力的な所にと、プログラムの見直しなど努力されているんですね。ミニ園芸では、利用する方と双方の取り組みなど「なるほどなあ」と読みました。私にはまだ少し先のことかなと思っていました。身近に感じられ、こんな所なら行ってみたいと思いました。

【帯広市 小林由紀子さん】

昨年、喜寿を迎え、今年10月には「喜寿+1」となります。これまでは何とか介護保険のお世話にならずにやってきましたが、「友の会ニュース」を読むたびに、どんな状況でも利用者さんの気持ちに寄り添って介護活動をされている介護福祉士さんのお姿に感奮しています。

- 【各友の会連絡先】
- 【音更東】 守屋 敏紀 〇一五五・三二二・〇八四
 - 【音更西】 神長 基子 〇九〇・六二六・四一四・一八七
 - 【音更南】 野口 清子 〇一五五・三二二・七二二
 - 【音更北】 中嶋 晴子 〇一五五・四二二・二九九
 - 【士 幌】 和田 鶴三 〇一五六・四一七・四四三・五
 - 【上士幌】 山本 政俊 〇一五六・四一三・〇八九
 - 【新得】 土山 武志 〇一五六・六四一・四七一・六
 - 【清水】 田中けい子 〇一五六・六三三・三〇五六
 - 【鹿 追】 武田 耕次 〇一五六・六六一・二七六
 - 【芽 室】 梅津 美政 〇一五五・六二二・二八九
 - 【更 別】 大津寿美香 〇一八〇・八四一・八三八・七
 - 【天 樹】 有岡千恵子 〇一五五・八七二・五二二・八
 - 【広 尾】 前崎 茂 〇一五五・八二二・四三三・〇
 - 【幕 別】 小林 正明 〇一五五・五四〇・五二二・一
 - 【札内東】 鈴木志摩子 〇一五五・五六一・六七五・七
 - 【札内西】 岡崎 節子 〇一五五・五六一・四四三・三
 - 【忠 類】 増田萬里子 〇一五五・八八二・二六〇・七
 - 【豊 頃】 岩井 明 〇一五五・七四一・二六三・四
 - 【池 田】 岩本 正雄 〇一五五・七二二・五七八・五
 - 【本 別】 広川 雪子 〇一五六・二二二・三三六・七
 - 【足 寄】 田利美智子 〇一五六・二二二・四〇〇・〇
 - 【陸 別】 黒沼 明美 〇一五六・二二二・二六六・七
 - 【東 川】 山口久美子 〇二五五・七七六・二
 - 【柏 川】 加藤 昌明 〇二二二・五〇八・四
 - 【光 南】 村上やよい 〇二二二・五五八・八
 - 【鉄 南】 牧野美智子 〇四七二・八九六・五
 - 【中 央】 田村力オリ 〇二二二・二二六・〇七
 - 【栄 川】 佐藤 久輝 〇三二二・六三三・九
 - 【開 西】 岡本 顕 〇〇九〇・六四六・五五二・二
 - 【西 帯広】 野坂 潤子 〇三七二・二七二・九
 - 【西 南】 麻生 恵子 〇二二二・一六二・三
 - 【緑ヶ丘】 堀田 省悟 〇五八二・一六五・〇
 - 【白 樺】 武井 純子 〇三六二・二四二・四
 - 【新 緑】 瘡師 光枝 〇〇九〇・七六五・〇五五・一七
 - 【柏林台】 横塚恵利子 〇四八二・七九〇・〇
 - 【緑 西】 村上久美子 〇三三二・六八五・二
 - 【稲田北】 麗子 〇四八二・〇七一・五
 - 【稲田南】 藤田 功 〇四八二・六九五・一
 - 【川 西】 原 正子 〇五九二・二四四・二
 - 【大 正】 岡山 幹男 〇六四二・五九三・三