

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

帯広病院 診療体制のご案内

2024年4月から新しく2名の医師（非常勤）が診療にあたります。診療体制が一部変更となりますので、お知らせいたします。

	月	火	水	木		金		土
				【第1.3.5】	【第2.4】	【第1.3.5】	【第2.4】	
午前	深町	深町(予約)	深町	深町(予約)	深町(予約)	深町	深町	午前のみ 担当医は 毎週変更 になります
	瀬川高志	瀬川高志	瀬川高志(予約)	瀬川高志	瀬川高志 or 瀬川美樹	瀬川高志(予約)	瀬川高志(予約)	
	瀬川美樹	舘野(予約)	瀬川美樹(予約)	瀬川美樹	舘野(予約)	瀬川美樹	瀬川美樹	
	舘野	石川	石川	舘野(予約)	野本	舘野	野本	
午後	深町	深町	深町	休診	野本(健診)	深町	【第2】 深町 野本	【第2.4】 休診
	小倉	石川	石川			16:00~ 瀬川美樹	【第4】 野本	
夜間				2名 交替制	野本			
					1名交替制			

詳細は診療体制表をご確認いただき、ご不明な点は電話にてお問合せいただくか、来院時に職員にお尋ねください。外来の受付窓口にも診療体制表を準備してありますので、お手に取ってご確認ください。

	受付時間	診療開始
午前	8時~11時30分	9時~
午後	13時~16時30分	14時~
夜間	16時30分~19時	17時~

※健康診断は受付終了30分前までです

医師	曜日	診療時間
石川正樹医師	毎週 火曜日	午前・午後 の外来診療
	水曜日	午前・午後 の外来診療
野本 怜医師	第2・4週の木曜日	午後の外来診療
	金曜日	午後の健康診断・夜間診療

◇田村医師の外来は3月で終了となりました

◇小倉医師の外来は毎週月曜日の午後のみとなります

野本 2名交替制
野本 1名交替制

◇第2・4木曜日の午後は予約で健診や予防接種の受入れを開始します

木曜日の午後は休診ですが、第2・4週は予約制で健康診断、予防接種の受付を行います。これまで午前外来での健康診断や予防接種は、どうしても待ち時間が長くなってしまう状況でした。健診だけ、予防接種だけで来院される方のかかりやすさを考え、第2・4木曜日午後の対応を開始することにしました。予約方法は、電話か来院時に職員にご確認ください。

◇毎週火・水曜日、の外来診療が2名体制になります

混合合う午前中の診療を避け、午後は待ち時間も短く、ゆったりと受診できます。午後の診療を活用してください。また特定健診などの健康診断も午前よりも短時間でスムーズに受検できます。

診療体制は、次の点が変更となります。

十勝勤医協友の会 第33回連絡会総会のお知らせ

とき：5月25日(土) 13時30分~
(受付は13時~)

ところ：とかちプラザ視聴覚室
(帯広市西4条南13丁目1)

※各友の会事務局に代議員数を連絡いたします。

医療法人 十勝勤労者医療協会 第46回通常社員総会のお知らせ

とき：5月18日(土) 14時~
(受付は13時30分~)

ところ：とかち館
(帯広市西7条南6丁目2番地)

※詳細は、追って招請状にてお知らせいたします。

十勝勤医協帯広病院は、4月から新しい体制で診療にあたります。引き続き、定期通院患者さんをはじめ地域のみなさん、初めて来院される方が、安心してかかれる病院をめざして全職員が協力して診療にあたります。引き続き、宜しくお願い致します。

聴診器

▼2024年4月、新入職員を迎え、新年度がスタートした。新卒の職員はコロナ禍に学生生活の大半の時期を過ごしている。人と人とが触れあうことが制限された中で、相手のつらさや痛みに寄り添う難しさは彼らの学びにも影響を与えたことであろう。私たちが異なった時代に生まれ育った彼らが、医療、介護、福祉の実践とともに進めようと決意してくれたことに、心から感謝したい。そして、彼らを丸ごと受け止め、民医連職員として育成する責任を強く感じる。近年、多様性の尊重は重要な社会的課題である。多様性を受け入れて尊重するということは、全ての人に画一的な価値観や考えを押しつけない、属性や特性の違いに優劣をつけない、相違点でその人を判断しないということである。(引用参考文献…心理学における多様性尊重のガイドライン第1版)民医連は全ての人の人権を尊重することを目標としており、私たちの医療・介護・福祉活動においても、さらに職場運営においても非常に重要な課題である。しかし、SDHの学習で学んだように、個人の努力や責任ではのりこえていけない差別的構造は、社会に間違いなく存在している。差別を生み貧困や病を生み出す社会の構造を知り、変革することなしに、多様性の尊重を叫ぶことはできない。まずは職場の中に少数意見を考慮し、話し合うことができる関係を築くことから始めるのがよいのではないかと。先輩や上司とは違った経験、背景をもち、民医連に仲間入りしてくれた新入職員との対話が、組織を活性化し変革する原動力になるかもしれない。(W)

新入職員紹介

今年も新入職員を迎えました。



ふくだ たくや
福田 拓弥
介護福祉士
(ケアセンター白樺)

まだまだわからないことだらけですが、皆さんの力になれるように全力で物事に取り組んでいきたいと思っています。

()内は初年度の配属先



なかむら きみこ
中村 貴美子
看護師
(帯広病院)

看護師の中村です。今回が3回目の入職です。残りの看護師人生を勤医協で全うしたいと思います。



いわや りゅうや
岩谷 龍弥
介護福祉士
(ケアセンター白樺)

利用者様に快適に生活していただけるように頑張ります。よろしくお願ひ致します。



おぐら いくえ
小椋 育愛
看護師
(ケアセンター白樺)

早く新しい環境に慣れ、仕事ができるように努力します。利用者様に寄り添えるよう努めていきたいと思っています。



やまかわ はやし
山川 颯隼
事務
(帯広病院)

自分のペースで環境に慣れていきたいです。事務作業を通じて、地域に貢献できれば幸いです。

いまの福島の現状を視察して

〔地協・事務幹部学校〕

私が所属する民医連の北海道東北ブロックの研修で福島県を訪れる機会がありました。東日本大震災から13年が経過していましたが、未だ復興したとは言えない地域が沢山あることを目の当たりにしました。幹線道路とその周辺以外は除染がされておらず、ほぼ全ての脇道は柵で閉鎖され「帰還困難区域につき立ち入り禁止」の看板が設置されていたり、ニュース等で流れていた被災店舗が13年経った今も被災当時のまま放置されていたり、津波の被害地域が広大な更地のままであったり、東京電力の廃炉資料館を訪れ、事故当時からこれまでの取り組み、これからの計画なども見

学しましたが、これからの復興の道のりの長さを想像すると切なくなっていました。自分自身もこれまで原発で発電された電力を利用して生活してきたという事実もあり、再生可能エネルギーに移行していく中で、一気に電気代が上がったら困ることも事実です。ただ、一度不測の事態・事故が発生した際の広域で長期的な立地地域の住民の方々の辛さや最終的にいくらかかるかわからない膨大な復興コストなどを考えると、果たして今の科学技術で扱えているといえるのか、不安になってしまいます。もちろん、今現在被災地域で懸命に復興に取り組んでいる方々の生業



【白樺医院事務長 浅野健太郎】

に悪影響を及ぼす風評被害になっってしまったとはいけないとも感じつつ、地震が多発する日本で原発を運用するというこの意味を自分なりに改めて考える必要があると感じました。

2023年度看護師卒後研修

〔民医連看護師として成長〕



3月28日に帯広病院会議室にて看護師卒後研修が開催されました。1年目は、「心に残った患者さんとの関わりや看護場面

「看護の対象に家族も含まれることが理解できた」「その方が持つ力を信じて、それを引き出して支えていけるように看護実践したい」「急変時

を通して学んだこと」、2年目は「患者を総合的に把握し、その人らしさを大切に看護を考えたカンファレンスで提案し、チームで実践評価する」というテーマでレポートをまとめました。プリセプター・看護主任に指導を受け、見守られながら、自分が伝えたい看護をまとめました。

の対応を介護士と協力し、とりみださず対応できる看護師になりたい」と学びを発表しました。参加した先輩看護師からは「患者、利用者その人の人生に視点をもち、生活の質と看護を追求することが民医連看護につながる」とアドバイスをいただきました。今年度も自分の課題と向き合い2年目・3年目の看護師としてキャリアを積んでいきます。

これまでの学びを糧に、患者、利用者一人一人に寄り添える看護師集団に育ちたいと思います。【帯広病院看護師長 樋口いづみ】

第2回事例検討会

〔医療介護活動委員会〕

2月29日(木)、帯広病院大会議室にて、第2回事例検討会が開催されました。2023年度は医療介護活動委員会として全4回の開催をめざしていましたが、相次ぐクラスターの発生等により延期せざるを得ない状況が続いています。感染対策のため、ケアセンター白樺会場をズームシstemで中継するなどの対応により何とか開催に漕ぎ着けました。参加者は医師2名を含む27名となりました。

ののち、岡山薬局長(あじさい薬局)と山崎主任(帯広病院・放射線)の司会進行により、①各部門からの報告と情報共有、②家族間の不和、暴力、虐待へり対応について、③行政とのかわりくについて話し合いました。様々な日々の難しい対応が出し合われた一方で、「ご本人に寄り添い、味方になってくれる存在が必要」「ケアセンター白樺のデイケアが本人の居場所になっていた」「苦勞しながらも入院が継続できている。専門職として関わりに確信を」「行政との協働が前進した」等の意見が出されました。今後よりリアルタイムに事例



【居宅白樺所長 宮田 哲郎】

帯広病院の役割

シリーズ②

シリーズ①で瀬川高志院長が担当したプラマリケアについての内容はご理解いただけましたか？簡単に言えば『普段から何でも診てくれ、相談に乗ってくれる身近な医師による医療』。II かりつけ病院となり、病気だけでなく予防医療、介護、生活背景までまるっと共有させてもらい、専門的な部分は病院や多職種で支援させていただきながら、皆さんとともに協働して安心して療養生活が送れるような役割を担わせてもらうことを言います。



今回は病院（十勝勤医協）で行っていることやこれからの展望など、具体的なことを皆さんに知っていただければと思います。紹介をさせていただきます。

(1) 予防医療／健康相談会：外来では、以前より予防医療の一環として、年1回の特定健診、大腸がん検診を受けていただく

ことを推奨させていただいてます。普段通院している病気で検査させていたくない項目を新たな疾病の早期発見や早期対応が可能なので大きな侵襲を防げることを目的としています。友の会の集会に参加させていただき、健康についての相談も行っていきます。コロナ禍真っ最中は開催が難しかったのですが、地域の方が健康に暮らしているように、他職種で参加させてもらい、学習や相談の場を設けてもらっています。(2)

基礎疾患管理：慢性疾患で通院中の患者さんには、基礎疾患管理及び余病の早期発見早期治療目的で、年1回全身精査（採血、エコーや胃力メラ、CT検査など）をお勧めしています。以前も友の会ニュースでお知らせさせていただきましたが、日本人の二人に一人は癌になる時代と言われています。定期的に薬をもらって内服しているから大丈夫”とは言い難いのです。ですから今年度はより一層、療養管理に注力したいと考えています。国も生活習慣病の増加を懸念し、効果的・効率的な疾病管理及び重症化予防の取り組みを行うようにと謳っています。まずは脂質異常症・高血圧症・糖尿病（生活習慣病）患者さんとの情報共有をし、療養計画をともに立て、多職種（外来では主に医師、薬剤師、看護師、管理栄養士など）で連携し、疾患・療

養管理のレベルアップを始めたいと考えています。診察の前後で今までは違った形でお時間をいただくこととなるとは思いますが、生活背景などの立ち入った事情も聞かせていただくこともあると思いますが、療養生活を充実していただくために同心協力致しましょう。(3) 専門的な治療：当院で治療が出来ない疾患や専門医での治療が必要な時は他院とも連携し、然るべき病院に紹介をさせていただきます。専門医以外で対応できる部分は当院で総合的に継続診療させていただきます。(4) 訪問診療：通院したくても何らかの理由で来院できない患者さんには、自宅や施設に医師・看護師で伺わせてもらい診察を行っていただきます。急な体調不良の際や検査が必要な時は来院していただくこともありますが、基本は月1回程度、定期的な診療となります。住み慣れた自宅や施設で最期まで過ごしたい患者さんも多くおられ、病状に合わせた診療頻度となりますがお看取りをさせていただくことも増えてきています。患者さんの希望や思いに寄り添った療養支援をめざし奮闘しています。(5) 入院：集中して治療が必要な時やいつでも医療従事者がいて安心して療養生活を過ごしたい時など、医師の判断のもと入院して療養していただくことが出来

ます。介護する御家族の負担軽減目的や介護保険のショートステイ利用が困難な時などのレスパイト入院としても利用していただけます。(6) リハビリ：該当する疾患であれば医師の判断でリハビリを受けることが可能です。(7) 地域医療連携室：他院や他事業所と連携し、その患者さんが適した医療や介護を受けられるよう調整する役割を担います。主に当院への入院や転院、他院・施設へ転院、転所される際に稼働します。(8) 介護：病院内にも相談員はおりますが、より専門的な視点で対応してもらえ居る住宅支援事業所と連携が可能です。老人保健施設ケアセンター白樺や訪問看護ステーションも併設していますので、医療だけでなく介護についてもサポートが可能です。『いつでも、どこでも、誰もが安心できる医療と介護』をスローガンにかりつけ病院となるよう皆さんとともに協働していきたい、皆さんの療養・人生の伴走者になりたいと考えています。「こんなこと相談できるのかな？」「医療費の相談はできるのかな？」「病院にはかかってないけど相談していいのだろうか？」などと思っても躊躇せず、どんなことでも良いので窓口になりやすい外来の看護師に是非声をかけて相談して下さい。

【看護師長 進藤 智美】

みなさんへ「かかりつけ薬局」について

処方箋はどこの病院で発行されたものでも好きな薬局で薬を受け取る事ができます。そこで特にお住まいの方や、あじさい薬局が通り道に近い方はあじさい薬局に処方箋を出しておけば、後は自宅や好きな場所まで過している間に薬を用意してもらおうことが出来ます。あじさい薬局の場合はLINEのお友達登録をいただければ、処方箋を写真に撮って送った後は、連絡が来たら薬を取りに来ればOKです。これまでに薬局で長時間待つという経験がある方は、ぜひあじさい薬局に相談してください。岡山 和也

処方箋 (処方箋は、どの保険薬局でも有効です。)

保険者番号	
被保険者証・被保険者手帳の記号・番号	
保険医療機関の所在地	北海道帯広市西9条南12丁目4-3
及び名称	十勝勤医協帯広病院
電話番号	0155-21-4111
保険医	瀬川 高志
都道府県番号	01
点数表番号	461
医療機関コード	461
処方せんの使用期間	令和06年03月05日 4日以内に保険薬局に提出すること

※処方せんの有効期限は発行した日を含めて4日間です。有効期限が過ぎてしまった場合、再発行（自費）が必要になりますのでご注意ください。

【あじさい薬局 岡山 和也】

友の会連絡会コーナー 生き生き広場

音更北友の会

元気に楽しく 転倒予防体操

3月16日、音更北友の会は「転倒防止体操」を開催し、11名が参加しました。講師に帯広病院の吉野理学療法士さんに来てもらい、最初にバランスチェック、なぜ転倒するのか、高齢者は足首の

働きが低下し代わりに股関節を使うので転倒しやすいことなど詳しいお話を聞きました。その後、椅子に座って足首などのストレッチや片足立ちバランス、かかと上げバランスなど体験し、元気に楽しい時間を過ごしました。また、吉野理学療法士さんから「転倒しやすい十ヶ条」を教えてくださいましたので、音更北



友の会ニュースで会員さんにも紹介しました。
【音更北友の会 中嶋 晴子】

頭の体操

次の口に漢字を入れて熟語をつくり、①②③④の順番に並べて、答えを完成させてください。
出題者はペンネーム・スノピさん（音更町）です。
【ヒント】 毎年5月10日〜16日までの一週間のこと。

① 恋 → □ → 情
友 → □ → 情
 ↓
 称

② 飛 → □ → 獣
小 → □ → 獣
 ↓
 取

③ 今 → □ → 刊
来 → □ → 刊
 ↓
 末

④ 居 → □ → 接
人 → □ → 接
 ↓
 隔

【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れば、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】

〒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

読者の声

今年元日から地震災害、また、いまだに戦争が行われ、これからどうなっていくのか不安です。一日も早く平和な世界に戻り、安心して暮らせる世の中になってほしいです。令和6年はどんな年になるのでしょうか？

音更町 中山 孝子さん

この3月をもって45年間仕事をしてきた職場を退職しました。これから年金生活になるので心配も多々ありますが、今ま

【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】

5月20日（当日消印有効）。発表は第482号（7月号）紙上です。

【第478号の当選者】

答えは「心機一転」でした。応募総数101通、正解者99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）

- 田所 修一、佐藤 文子
- 広瀬 千裕、小松 一
- PNあずき（帯広市）
- 南 保男（上士幌町）
- 和渕 静枝（音更町）
- 江崎紀美子（中札内村）
- 西沼 幾代（芽室町）
- 松島 己幸（幕別町）

健康相談会のご案内

友の会	テーマ	日時	場所	担当・連絡先
新 緑	レッツ体操（転倒予防）	5月29日 14:30	白樺医院	癒師 光枝 090-7650-5517

友の会行事案内

友の会	内 容	日 時	時 間	場 所	担当・連絡先
西 南	ふまねっと	5/9(木)・5/30(木)	10時30分	中央福祉センター	麻生 恵子 22-1613
西帯広	ふまねっと	5/14、21、28(火)	10時~12時	西福祉センター	野坂 潤子 080-4046-2729
開 西	カラオケ	5/8(木)・5/22(水)	11時~15時	歌屋(ドン・キホーテ内)	岡本 顕 090-6446-5521
	卓 球	毎週月曜日	13時~	コスモス福祉センター	
上士幌	ふまねっと	5/18(土)	9時30分~	西10号会館	石澤 英子 090-5988-6400
	ふまねっと	5/15(水)	10時30分	ふれあいプラザ	
	ふまねっと	5/11(土)	10時30分	7区北地区集会場	
	ふまねっと	5/13(月)	10時30分	11区西地区集会場	
札内西	ふまねっと	5/16(木)	10時30分	南地区集会場	山本 和子 01564-2-3089
	健康広場	5/21(火)	10時~11時	ふれあいプラザ	
札内東	ふまねっと	5/16(木)	14時~	春日近隣センター	札内東と合同(鈴木志摩子 56-6757)
芽 室	笑いヨガ	5/7(火)・5/21(火)	13時30分	芽室中央公民館2階	梅津 美政 62-2859
音更北	ふまねっと	5/11(土)	10時~11時半	音更総合福祉センター	酒井 知子 42-3387
新 緑	ふまねっと	5/23(木)	18時30分~	緑ヶ丘福祉センター	癒師 光枝 090-7650-5517

※日時については変更になる場合がございます。詳しくは担当連絡先までお問い合わせください。
※参加費がかかる場合がございますので、ご了承下さい。

- 【音更東】 守屋 敏紀 一五五三二一三〇八四
【音更西】 神長 基子 〇九〇八九〇六一三三三三
【音更南】 野口 清子 一五五三二一七二二二
【音更北】 中嶋 晴子 一五五三二一七二二二
【上士幌】 山本 政俊 一五六四一七四四三三
【新 得】 土山 武志 一五六四一七四四三三
【清 水】 田中けい子 一五六六三三三〇五六
【鹿 追】 武田 耕次 一五六六三三三〇五六
【芽 室】 梅津 美政 一五六六三三三〇五六
【更 別】 大津寿美香 一五六六三三三〇五六
【天 樹】 有岡千恵子 一五六八二二四三三〇
【廣 尾】 前崎 茂 一五六八二二四三三〇
【幕 別】 小林 正明 一五六八二二四三三〇
【札内東】 鈴木志摩子 一五六八二二四三三〇
【札内西】 岡崎 節子 一五六八二二四三三〇
【忠 類】 増田萬里子 一五六八二二四三三〇
【豊 頃】 岩井 明 一五六八二二四三三〇
【池 田】 岩本 正雄 一五六八二二四三三〇
【本 別】 廣川 雪子 一五六八二二四三三〇
【足 寄】 田利美智子 一五六八二二四三三〇
【陸 別】 黒沼 明美 一五六八二二四三三〇
【東 山】 山口久美子 一五六八二二四三三〇
【柏 加】 加藤 昌明 一五六八二二四三三〇
【光 南】 村上やよい 一五六八二二四三三〇
【鉄 南】 牧野美智子 一五六八二二四三三〇
【中 央】 田村力オリ 一五六八二二四三三〇
【栄 一】 佐藤 久輝 一五六八二二四三三〇
【開 西】 岡本 顕 一五六八二二四三三〇
【西 帯 広】 野坂 潤子 一五六八二二四三三〇
【西 南】 麻生 恵子 一五六八二二四三三〇
【緑ヶ丘】 堀田 省悟 一五六八二二四三三〇
【白 樺】 武井 純子 一五六八二二四三三〇
【新 緑】 癒師 光枝 一五六八二二四三三〇
【柏 林 台】 横塚恵利子 一五六八二二四三三〇
【緑 西】 村上久美子 一五六八二二四三三〇
【稲 田 北】 麗子 一五六八二二四三三〇
【稲 田 南】 藤田 功 一五六八二二四三三〇
【川 西】 原 正子 一五六八二二四三三〇
【大 正】 岡山 幹男 一五六八二二四三三〇

各友の会連絡先