

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

新連載 「患者協働」で築く安心・安全な医療

第1回 医療はチームで作られる ～患者協働ってなに？～

みなさんは病院の診察室で医師の前に座ったとき、「治療は医者さん任せ」と感じたことはありませんか？しかし実は、医療は患者さん・ご家族・医療スタッフが力を合わせて作り上げるチームワークです。最近この考え方を「患者協働（ペイシエントエンゲージメント）」と呼び、世界中で注目されています。「患者協働」とは、患者さんが自分の体調や病気の

治療について積極的に知り、伝え、選択し、医療者と対話しながら安全で質の高い医療を実現することを指します。医療現場では多忙なスタッフが常に患者さん一人ひとりの変化を見守るのは容易ではありません。そこで患者さん自身が「少し息が苦しい」「薬の形や色が以前と違う」など小さな異変を早めに伝えてくれると、重大な合併症や投薬ミスを防ぐことができます。

◆患者さんが今日からできる三つのポイント

1 質問リストを作る
 医師の診察前に気になっている症状や今日聞きたいことを書き出し、忘れず質問しましょう。要点が整理され、対話が深まります。また、医師と話した内容もメモしておけば、自宅に帰ってから見直して便利です。

2 お薬手帳を活用する
 病院の処方薬も市販薬もサプリもまとめてお薬手帳に記録し、受診時に提示しましょう。薬の重複や飲み合わせの危険を減らせます。

3 体の変化をメモする
 体重・血圧・痛みの強さ・熱など日々の変化を簡単にメモし、診察時に見せましょう。ノートやメモ帳など、どんなものに記録をしても構いませんが、血圧手帳や心不全手帳、糖尿病手帳を活用すると便利です。病状の早期発見につながります。

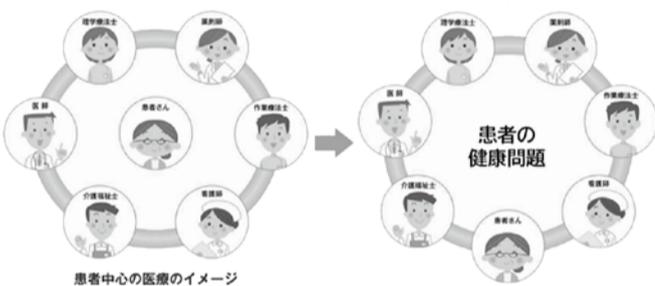
◆家族もチームメンバー

高齢の患者さんでは、家族の支援が欠かせません。付き添いの家族が医師の説明をメモする、薬の管理を一緒にやる、入院中に面会して様子を観察する……そんな小さな行動が患者さんに安心感を与え、医療者にも貴重な情報をもたらします。

◆国際的な追い風も

世界保健機関（WHO）は2021年に「患者安全世界行動計画」を採択し、「患者と家族を医療安全のパートナーに」という原則を掲げました。医療の質と安全は医療者だけの努力では守れず、患者と家族の経験や気づきを取り入れてこそ真の安全が実現する——これは世界共通のメッセージです。

病院の職員に遠慮せず質問し、疑問を伝え、変化に



▲患者・家族・医療者が協力しあう「患者協働」のイメージ

十勝勤医協帯広病院からのお知らせ

① ワクチンで感染症を予防しよう

2025年度より65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳以上（101歳以上の方は、令和7年度に限り全員が対象）になる方と60歳以上65歳未満で指定の基礎疾患がある方に带状疱疹ワクチン（VZV）の接種が開始となります。帯広病院では、予約不要で带状疱疹ワクチンの接種が可能です。ぜひ接種をご検討ください。また、他のワクチンについても左表を確認して下さい。

予防疾患名	ワクチン名	料金	在庫
インフルエンザ	インフルエンザHAワクチン	定期接種：1100円	10～2月
		任意接種：3000円	
新型コロナウイルス	コミュニティ筋注	定期接種：3300円	10～3月
		*変更の可能性あり 任意接種：ご相談ください	
肺炎球菌	ニューモバックス (23価)	定期接種：2900円 任意接種：5500円	常備
	プレバナー (20価)	任意接種：8400円	
带状疱疹	乾燥弱毒生水痘ワクチン	定期接種：4000円 任意接種：7000円	常備
	シングリックス筋注	定期接種：11000円 任意接種：19500円	
麻疹・風疹	ミールビック (MR)	8000円	非常備
おたふくかぜ	乾燥弱毒生おたふくワクチン	5300円	
破傷風	沈降破傷風トキソイドキット	3600円	
B型肝炎	ビームゲン ヘプタバックス	5000円 5400円	
日本脳炎	エンセバック ジェービックV	6400円	

*接種対象者や接種回数についてはお問い合わせください。
 *表にはないワクチンについても接種希望の場合はご相談ください。

② 健康診断と内科診療の同日実施終了のお知らせ

内科診療（保険適用）と健康診断（保険適用外）が混在すると、検査項目の確認・診察・カルテ処理・会計が複雑になり、待ち時間の増加につながっていました。この課題を解消するため、定期通院時に健康診断を同時に受けることが可能ですが、6月からは同日に実施できなくなります。※すでにご予約済みの方は、従来通りの対応となります。また、以下の時間帯は比較的空いていますのでおすすめです。

● 午後の診療時間
 ・ 金曜日の午前・午後、第1・3・5土曜日の午前8時～11時、「午後」13時～16時
 ※健康診の受付時間は、「午前」8時～11時、「午後」13時～16時
 ※木曜の午後は休診ですが、健康診のみ予約制で実施しています。

★無料送迎も受け付けます。ぜひご相談下さい！★
 ご不明や点やご予約・お問い合わせは、【十勝勤医協帯広病院 ☎0155-21-4111】までご連絡ください。

聴診器

▼日本の80歳以上人口は1235万人で、今後20年間に増える人口は1420万人に達する。2025年には高齢者が総人口の28%に達する。高齢化が進む中、医療者だけでなく、患者さんやご家族の役割も変わってきている。医療は「患者さん・ご家族・医療スタッフ」が力を合わせて作り上げるチームワークで成り立つ。最近この考え方を「患者協働（ペイシエントエンゲージメント）」と呼び、世界中で注目されています。「患者協働」とは、患者さんが自分の体調や病気の治療について積極的に知り、伝え、選択し、医療者と対話しながら安全で質の高い医療を実現することを指します。医療現場では多忙なスタッフが常に患者さん一人ひとりの変化を見守るのは容易ではありません。そこで患者さん自身が「少し息が苦しい」「薬の形や色が以前と違う」など小さな異変を早めに伝えてくれると、重大な合併症や投薬ミスを防ぐことができます。

◆患者さんが今日からできる三つのポイント
 1 質問リストを作る
 医師の診察前に気になっている症状や今日聞きたいことを書き出し、忘れず質問しましょう。要点が整理され、対話が深まります。また、医師と話した内容もメモしておけば、自宅に帰ってから見直して便利です。

◆家族もチームメンバー
 高齢の患者さんでは、家族の支援が欠かせません。付き添いの家族が医師の説明をメモする、薬の管理を一緒にやる、入院中に面会して様子を観察する……そんな小さな行動が患者さんに安心感を与え、医療者にも貴重な情報をもたらします。

◆国際的な追い風も
 世界保健機関（WHO）は2021年に「患者安全世界行動計画」を採択し、「患者と家族を医療安全のパートナーに」という原則を掲げました。医療の質と安全は医療者だけの努力では守れず、患者と家族の経験や気づきを取り入れてこそ真の安全が実現する——これは世界共通のメッセージです。

病院の職員に遠慮せず質問し、疑問を伝え、変化に

つくる会、みんな

十勝に「憲法九条の碑」を！

シリーズ①

NHK朝ドラ「あんぱん」。蘭子と豪は思いあっているのに、内気で口下手でその思いをなかなか伝えることができない。ようやく双方の気持ちを確認しあえた翌日、豪は戦地に赴いていった。戦争とは別れだ。それが永遠になることもある。こんな日常を80年前の若者はいつたいどれだけ体験したのだろうか。

「戦後80年」5月3日憲法記念日、幕別町在住の萩原恵子さんのお話を聞いた。萩原さんは、本別空襲(犠牲者40名)を描いた紙芝居「ゆう子の鈴」の作者。戦後2年間だけ使用された社会科教科書(副読本の「あたらしい憲法の話」(文部省)で学んだ体験を持つ。

日本国憲法が公布され「もう戦争はしないんだ」と知らされた時は、嬉しくてうれしくて、みんなが校庭に出て万歳をしたと証言してくれた。そして、萩原さんの最後のお話が参加者の胸を深く衝いた。「ヴェトナム旅行に行った時に、ガイドさんから戦争でヴェトナムは日本に米を奪われ200万人が餓死したと聞き、私たちが200万人の命を奪ったのかと思った」(このことはヴェトナムの教科書に記述されている)

戦争とは奪うことだ。命を奪い、土地を奪い、食料を奪い、資源を奪う。これからの未来世代に、もう絶対に誰にもそんな体験をさせたくはない。「あんぱん」は何度も問いかける。「何のために生まれて

何のために生きるのか」と。

「戦後80年」世界各国が多く戦死者を出す中で、自衛隊員は1人の戦死者も出していない。それを生み出したのは、憲法9条であり、それと結びついた国民の運動の力による。加藤紘一元自民党幹事長も「憲法9条がなかったら、日本はおそらく朝鮮戦争で1万人、ヴェトナム戦争で1万人、アメリカの指揮のもとに戦って犠牲者を出したでしょう」(『サンデー毎日』2005年4月17日号)と認めている。

今、政権は「台湾有事」を叫び「戦争する国づくり」にまっしぐら。医療・介護のお金を削り、軍備拡大へ。私はこの道を断固拒否する。その証としてどうしても十勝に憲法九



【室蘭の憲法九条の碑】(写真左 山本さん、右 つくる会運営委員 守屋さん)

条の碑をつくりたいのです。2回の準備会議を経て、5月3日に「十勝に憲法九条の碑をつくる会」がスタートしました。14名の運営委員(男性7名、女性7名)のメンバーは賛同しますと連絡をくださった方々で、友の会が母体と

「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(本誌4面下部に掲載)にて承ります。ご協力をお願い致します。

Aさんは、2014年10月の当時95歳のときから「デイサービスほのか」を利用していたが、今年で11年目。娘さんが不在になるときは、ケアセンター白樺の泊りのサービスや勤医協帯広病院のレスパイト入院を利用していました。

医療・介護の現場から シリーズ 136

「95歳からデイほのかへ10年間」



【Aさんの祭壇の前で】(写真左 菊地さん、中央 娘さん、右 山田主任)

「95歳からデイほのかへ10年間」 孫さんたちと知床までドライブに行ったときの話や、「私が子供の頃、寒い冬に父が私の冷たい手を握ってポケットに入れて歩いてくれたことを思い出しました」などたくさんお話しをしていただきました。Aさんのお人柄と家族との思い出を聞いて、私たちは胸がいっぱいになって帰ってきました。Aさんのご冥福を心よりお祈りいたします。

【指定居宅介護支援事業所 白樺 坪内 佐恵子】

帯広病院の役割

とぎとぎ入院、ほぼ在宅

地域包括ケア病棟でのリハビリ部門の役割

作業療法士 吉野和孝

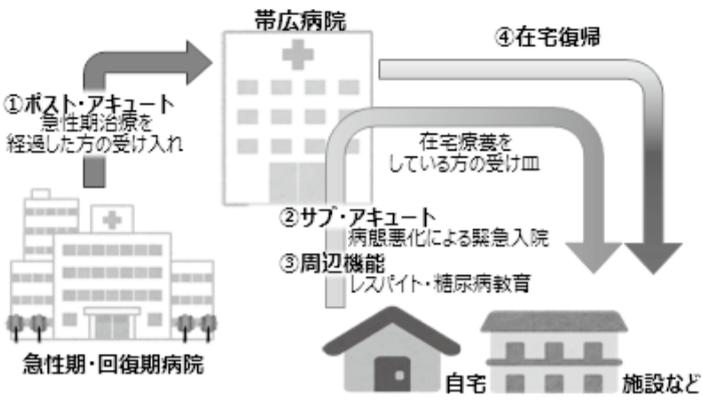


シリーズ⑭

当院では、2025年2月からすべての病
床が、地域包括ケア病棟となっています。本
稿では、病棟機能とリハビリ部門の役割を、
事例を通してご紹介します。

地域包括ケア病棟とは

急性期の治療を終えた患者さんや、何らか
の理由で一時的な入院を余儀なくされた患者
さんや、直ぐに在宅や施設へ移行するには不
安のある患者さんに対して、在宅復帰に向け
て支援したり準備したりする病棟です。入院
期限が40〜60日となっているのが特徴です。



① **ポスト・アキュート**
急性期治療を
経過した方の受け入れ

② **サブ・アキュート**
病態悪化による緊急入院

③ **周辺機能**
レスパイト・糖尿病教育

④ **在宅復帰**
在宅療養を
している方の受け皿

急性期・回復期病院

自宅

施設など

在宅医療の患者さんが状態悪化した際に受
け入れる機能で、地域で暮らす方のための入
院ベッドです。高度急性期・専門医療機関で
の対応までは必要がないと考えられる方が対
象です。

居宅施設で暮らすBさんは月1回往診を利用。
歩行器歩行自立でしたが転倒し、圧迫骨
折の診断、コルセット処方され施設にもどる
も起きるのも困難にて当院に入院。痛みが落
ち着いてきたところでリハビリを開始し、再
び歩行器歩行自立となって施設に戻った。数
か月後、熱発し、食事が食べられなくなったた
め当院に入院。肺炎と診断され治療後、体力

② **サブ・アキュート**

③ **周辺機能**

の低下ありリハビリを開始。歩行器歩行自立
に加えて体力も向上して施設に退院となった。

③ **周辺機能**

一時的に在宅介護が困難な場合に受け入れ
るレスパイト入院や、糖尿病患者さんに病気
への理解や自身の生活習慣や健康管理を把握
してもらったための教育入院の機能です。地域
包括ケア病棟は、回復期病院とは違い、病名
に関係なく医師の判断で入院ができるため、
こういった入院も可能となります。

糖尿病教育のため入院したCさん。血糖コ
ントロールしながら、各職種から病気や生活
習慣について学習を受ける。リハビリからも
運動の必要性について講義し、実際に運動指
導を行う。自転車運動や筋トレを入院中に行
い、運動習慣が身につけて自宅に帰った。

地域包括ケア病棟の理念は、「とぎとぎ入院、
ほぼ在宅」と言われています。役割の②、③
のように、患者さんには基本的に「ご自宅等住
み慣れた環境で過ごしていただき、必要に応
じて入院し、十分な支援のもとですみやかに
在宅・生活復帰していただくことです。

外来や往診を利用していただいている患者さんでも、
「最近なんだか体力が落ちてきた」「よく転
ぶな」など体調の変化がありましたら、お気
軽に入院をご相談ください。

帯広病院

外来看護師向け

リウマチ勉強会を開催しました

4月10日(木)、帯広病院
の外来看護師を対象とし
たリウマチの勉強会を開
催し17名の職員が参加し
ました。講師は深町知博
先生です。今回の勉強会
は、リウマチ患者さんと
関わる際に、よりの確な
情報を得て診療につなげ
ることを目的としていま
す。

多くのことを学ぶことが
できました。自己負担が
高額になることも多く、
患者さんの経済的負担に
も配慮が必要であること
も改めて認識しました。

参加した看護師からは、
「副作用をチェックする
ために必要な検査や注意
すべき症状がよく分かっ
た」「リウマチだけでなく、
全身状態も診るので、カ
ルテを確認するときの視
点が整理できた」「必要
な検査について患者さん
に提案しやすくなりそう」
といった声が寄せられま
した。

今後も、日々の看護に
活かせる学びの場を大切
にしていきたいと思いま
す。

リウマチの診察では、
関節を一つひとつ丁寧に
診る必要があり、時間が
かかることもあります。
そのため、事前の情報収
集がとて大切で、看護
師が患者さんと先生の
橋渡しとなることで、よ
りスムーズで質の高い診
療につながる——そんな
思いで企画されました。

勉強会ではまず、関節
リウマチとはどのような
病気か説明がありました。

続いて、治療のポ
イントや薬剤療法
について学びまし
た。当院で使用し
ているリウマチ治
療薬の一覧をもと
に、それぞれ専門
の薬がどのように
病態に作用するの
か、なぜ内服薬で
はなく注射剤なの
か、薬の選択や
治療評価、安全管
理の考え方など、

【外来看護師長

樋口 いづみ】



友の会連絡会コーナー 生き生き広場

読者の声

健康で長生きできればいいですが、病気がつき

になっても介護が必要になっても安心して暮らしていけるようにと願います。

帯広市 村川みはるさん

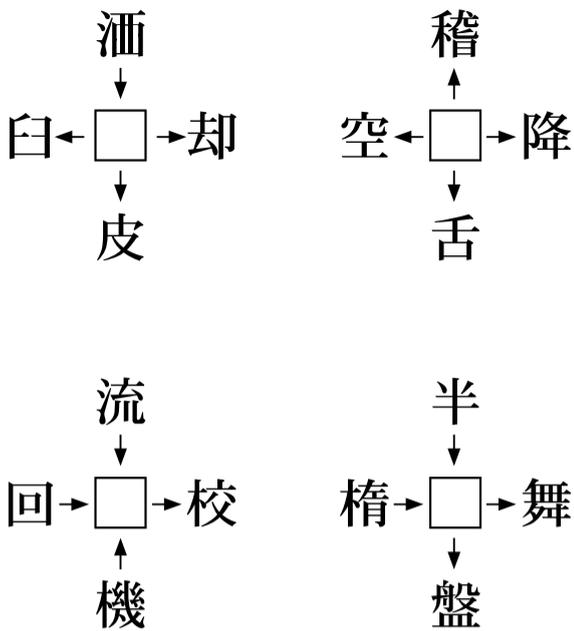
あいながらの生活を送っている人もたくさんいます。そういう人にとって、高額医療費の問題をはじめ、介護報酬の引き下げによる地域包括ケアシステムの崩壊など不安な材料だらけです。病氣

高額療養費の上限を引き上げるといって、着想自体に反国民的な思想を感じます。今号の解決策に軍事費の削減や大企業優遇措置の廃止を求め、財政的な提案をするのは大

頭の体操

次の口に漢字を入れて二字熟語をつくり、口の漢字を並べ替え○の中に入れて、四文字熟語を完成させてください。

出題者はペンネーム あこちゃんです。
【ヒント】 物事をこのように処理できたらいいなあ…。



いに支持されて良いはず。値上げ反対だけでなく、ならどうするという案を示すのが責任ある意見表明だと思えます。

音更町 小川 修平さん

4月、孫娘が神奈川の大学へ進学してちよつぴり淋しくなりました。4年間何とか無事に送ってほしいと願う私です。春、私も元気を出してサークル活動にいそしみたいと思います。でも高齢なのでほどほどにですネ!

北広島市 坂本ミサ子さん

納得のいかない米価ですが、店にお米がならんでるのはホッとします。戦後、お米の無い時代をすごしました。このくり返しはいけません。八九才になりました。お世話になりました。感謝。

帯広市 平井 宏子さん

雪も消え春到来!桜の開花待ち遠しいです。「友の会ニュース」毎回楽しみに待っています。今回のテーマ「投葉の疑問・質問」思い当たる事が多々あり今迄、見過ごして来

【答 え】○○○○

(漢字で記入ください)

【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-ikyo.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】

2025年6月20日(当日消印有効)。発表は第495号(8月号)紙上です。

【第491号の当選者】

答えは「米価高騰」でした。応募総数79通、正解者77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)

- 石田 幸子 瓜生まゆみ
- 岡本 文子 喜多 知子
- 長谷川八重(帯広市)
- 加藤多美子(音更町)
- 佐藤 博(池田町)
- 清野 涼子(新得町)
- 堀内 純子(幕別町)
- 室本 敏行(士幌町)

友の会行事案内 ※日程が変更になる場合があります。詳細は担当までお問い合わせください。

友の会	内 容	日 時	時 間	場 所	担当・連絡先
西 南	ふまねっと	6/12(木)・6/26(木)	10時30分	中央福祉センター	麻生 恵子 22-1613
西 帯	ふまねっと	6/10、17、24(火)	10時~12時	西福祉センター	野坂 潤子 080-4046-2729
開 西	卓球	毎週月曜日	13時~	コスモス福祉センター	岡本 顕 090-6446-5521
	ふまねっと	6/7(土)、6/21(土)	9時30分~	西10号会館	石澤 英子 090-5988-6400
	カラオケ	6/13(金)	11時~	ドン・キホーテうたや	岡本 顕 090-6446-5521
上士幌	ふまねっと	6/11(水)	10時30分	ふれあいプラザ	山本 和子 01564-2-3089
	ふまねっと	6/14(土)	10時30分	7区北地区集会場	
	ふまねっと	6/9(月)	10時30分	11区西地区集会場	
	ふまねっと	6/19(木)	10時30分	南地区集会場	
	ふまねっと火曜日コース	6/10(火)	10時30分	ふれあいプラザ	
	健康広場	6/17(火)	10時~11時	ふれあいプラザ	
札内西	ふまねっと	6/19(木)	14時~	春日近隣センター	札内東と合同 56-6757
札内東	ふまねっと	6/19(木)	14時~	春日近隣センター	鈴木志摩子 56-6757
	パークゴルフ	6/12(木)	14時~	PGエルムコース	
芽 室	笑いヨガ	6/3(火)、6/17(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	6/14(土)	10時~11時半	音更総合福祉センター	酒井 知子 42-3387
緑 西	朝ウォーキング	毎週水・金曜日	6時~	19条4丁目マックスバリュー向かい集合	村上久美子 33-6852
音更東	25夏ノルディックウォーキング	6/14(土)	10時~	道の駅北ドッグラン西側駐車場	守屋 敏紀 090-1383-0402 申込は6/10まで(雨天中止)
新 緑	ふまねっと	6/26(木)	13時~	緑ヶ丘福祉センター	齋藤 光枝 090-7650-5517

た自分に気付かせてくれた記事でも有りました。これを機会に身体の事でもあり関心を持つて行こうと思っています。

帯広市 長谷川八重さん

いつも医療・介護の現場からを拝読して、自分達の事かと人事とは思えず、身体の動く限り夫と2人で頑張ろうと思つていきます。

音更町 植村 キクさん

いつも友の会ニュースをありがとうございます。

大腸がんグッズを会員に配布しています。491号で検診の推移を見ると減少している。今年も手渡しで呼びかけたいと思います。

帯広市 和田 哲男さん

楽しく読ませていただいています。帯広病院の役割の中に患者協働ツールが役に立ちました。薬をもらう時に、5つの質問を念頭に確認したいと思えます。

芽室町 西沼 幾代さん

各友の会連絡先

- 【音更東】 守屋 敏紀 一五五-三二一-三〇八四
- 【音更西】 神長 基子 〇九〇-八九〇-六二一-三三三三
- 【音更南】 野口 清子 一五五-三二一-七二二二
- 【音更北】 中嶋 晴子 一五五-四二二-二一九九
- 【士幌】 和田 鶴子 一五六-四一七-四四三三
- 【上士幌】 山本 政俊 一五六-四一三-〇〇八九
- 【新得】 土山 武志 一五六-六四一-四七一六
- 【清水】 田中けい子 一五六-六三三-三〇五六
- 【鹿追】 武田 耕次 一五六-六六一-二二七六
- 【芽室】 梅津 美政 一五六-六二二-二八五九
- 【更別】 大津寿美香 〇八〇-八四一-八三八七
- 【天樹】 有岡千恵子 一五五-八七二-五二二八
- 【尾前】 前崎 茂 一五五-八二二-四三三〇
- 【幕別】 小林 正明 一五五-五四一-五二二一
- 【札内東】 鈴木志摩子 一五五-五六一-六七五七
- 【札内西】 岡崎 節子 一五五-五六一-四四三二
- 【忠類】 増田萬里子 一五五-八八一-二六〇七
- 【豊頃】 岩井 明 一五五-七四一-二六三四
- 【池田】 岩本 正雄 一五五-七二二-五七八五
- 【本別】 広川 雪子 一五五-二二二-三三六七
- 【足寄】 田利美智子 一五六-二二二-三三六七
- 【陸別】 黒沼 明美 一五六-二二二-四〇〇〇
- 【東】 山口久美子 一五六-二二二-二六六七
- 【柏】 加藤 昌明 一五五-七二二-二六六七
- 【光南】 村上 隆久 一五五-五五八-八
- 【鉄南】 牧野美智子 一五五-五五八-八
- 【中央】 吉沢 澄子 一五五-二二二-三九九
- 【栄】 佐藤 久輝 一五五-二二二-三九九
- 【開西】 岡本 顕 一五五-二二二-三九九
- 【西帯広】 野坂 潤子 一五五-二二二-三九九
- 【西南】 麻生 恵子 一五五-二二二-三九九
- 【緑ヶ丘】 堀田 省悟 一五五-二二二-三九九
- 【白樺】 武井 純子 一五五-二二二-三九九
- 【新緑】 齋藤 光枝 一五五-二二二-三九九
- 【柏林台】 横塚恵利子 一五五-二二二-三九九
- 【緑西】 村上久美子 一五五-二二二-三九九
- 【稲田北】 藤田 麗子 一五五-二二二-三九九
- 【稲田南】 藤田 功 一五五-二二二-三九九
- 【川西】 原 正子 一五五-二二二-三九九
- 【大正】 岡山 幹男 一五五-二二二-三九九