

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

2021秋の大運動

～友の会・職員が
地域の困難に寄り添う～

9月から始まった秋の大運動は、コロナ禍による制限がありながらも地域に踏み出した事により、支援に結びついた事例が報告されています。10月末には総選挙が控えています。いのちが最優先される社会への転換の必要性を地域・職場で訴えましょう。この間の取り組みや成果についてご紹介いたします。

地域の信頼関係を活かして孤立を防ぐ ～地域世話人と職員の連携が実を結んだ事例～

地域訪問中の友の会事務局より、居宅支援事業所白樺に訪問要請がありました。

Aさんは、1か月前より身体機能及び食欲低下の他、生活環境の悪化が進んでいました。要請を受け早速ケアマネージャーが訪問、ショートステイや入院を勧めましたが、本人の意向によりサービス利用となりませんでした。しかし状態は医療介護のサービスが直ちに必要だったため友の会事務局へ相談、日頃からAさんを支援している友の会世話人さんと改めて訪問したところ、世話人さんの説得により、Aさんの介護保険申請およびヘルパーの利用開始に至ることができました。地域が育ててきた信頼関係があったからこそ、支援につなげることができた事例となりました。



がけ調査を開始しています。この取り組みは、医療や健康面だけでなく、介護サービスも含めた生活全般を支え、必要なサービス利用に確実につながっていただけることを目的としています。地域住民・友の会員の健康を守るわたしたちの取り組みを、引き続き進めていきます。

やっぱり大事 合同地域訪問 ～病院ブロックの取り組み～

10月8日(金)、帯広病院周辺地域へ地域世話人さんと合同地域訪問を行いました。友の会から3名、職員2名が参加、2つのグループに分かれ署名や無料低額診療の薬代助成事業の案内などを行いました。今回訪問した西南地域は高齢世帯が多い地域、ある商店の店主は、「細々と商売している。周りでは生活保護を受給している方が多い様子。お客さんが一人も来ない日もあり、近々店じまいも検討している」とのお話を伺いました。地域に足を踏み出さないと見えない、わからないことがたくさんあります。(大運動)期間にこだわらず、地域へ足を運ぶことの大切さを実感しました。



地域住民の生活と健康を守る取り組み ～白樺ブロックの取り組み～



白樺ブロックでは、署名や友の会員を増やすことの他、地域で潜在的に介護サービス利用が必要な方々を探し出す取り組みを進めています。今年4月から7月、対象となる患者さん500名に十勝勤医協のデイケア及びデイサービスの紹介するチラシを送付、さらに健康診断と介護サービス利用を紹介する「白樺医院だより」を発行、白樺地域近隣の友の会役員さんご協力の下約2,200世帯にお便りを届けました。そして9月末より「高齢者実態調査」と題して電話

調査を実施しています。この取り組みは、医療や健康面だけでなく、介護サービスも含めた生活全般を支え、必要なサービス利用に確実につながっていただけることを目的としています。地域住民・友の会員の健康を守るわたしたちの取り組みを、引き続き進めていきます。

第22回友の会世話人交流会“中止”のお知らせ

毎年1月、世話人の皆さんの交流の場として開催してありました「友の会世話人交流会」ですが、新型コロナウイルスの収束が見通せない中、皆さんの安全を第一に考え、2021年度(2022年1月)の開催を中止することと致しました。開催を楽しみにして下さっている皆様には残念なお案内となりますが、ご理解いただけますよう、お願い申し上げます。



聴診器

▼1年半の安倍・菅政権のコロナ対応は、償の無い自粛、GOTキャンペーン、オリンピック開催の強行など、経済を優先させる政策に固執した結果、医療崩壊を招き、感染爆発を食い止めることもできず、多くの人命が失われました。まさに菅政権の大失政です。▼その菅首相が政権を投げ出し、岸田新政権が誕生しました。岸田首相は、自民党総裁選でも憲法9条改定や原発再稼働を公言しています。新内閣の顔ぶれをみると「安倍・菅政治」を継承する政権です。▼コロナ禍は継続しており、今もなおたくさんの命が危険にさらされています。医療・介護従事者は、感染しない、させないリスク、緊張感にさらされながら患者、利用者を守る仕事を日々懸命に続けています。▼31日の総選挙は、「いのちを守る」政治へ変える選挙としなければなりません。民医連は「いのちが最優先される社会への転換を総選挙にあたっての要求」を示しています。①コロナから国民のいのちが守れる国に②安心して医療・介護を受けることができる社会を③医療・介護の提供体制の拡充を④応能負担で公正な税制を⑤憲法を守り平和で安全な社会、というものです。▼コロナ禍を経て、今本当に国民一人ひとりが大切にされる国づくりが求められています。私たちは引き続き、コロナ禍の危機を乗り越えられるよう、患者、利用者、地域を守る活動に全力を挙げながら、日本の社会を良くする政治へ転換するための行動も起こしましょう。(K)

衆議院選挙 候補予定者を訪問

～選挙に行こう、選挙で民意を示そう～



10月1日(金)、自由民主党と立憲民主党の衆議院選挙候補予定者を医科診療所・居宅事業所・薬局の各事務長が訪問し、

① 新型コロナウイルス感染症をめぐる諸要求
② 安心して医療介護を受けることができる社会の実現
③ 憲法を守り平和で安全な社会の実現を柱とした要求書を提出しました。

立憲民主党の石川香織事務所では公設第一秘書と面会、「医療機関や介護事業所の大変な状況を含め要求書の内容はすべて理解できる。国への要求として石川に伝えたい。総選挙では頑張らせていただくので、応援をお願いしたい」と話されていた。総選挙に向け、野党共闘で政治の変化を呼びかけ、いのちが最優先される社会への転換を訴えていきます。

【民医連十勝ブロック社保委員会】

利用者からは、 「ありがたい、助かる」の声

“無料低額診療”くすり代助成事業が開始

10月1日(金)から帯広市で念願の無料低額診療調剤処方費用助成事業が開始されました。9月から帯広病院では無料低額診療(以下無低診)を利用している帯広市在住の利用者さんに、助成事業の手続きに必要な書類を送付するとともに助成事業のご案内をしています。10月2日(土)に早速帯広病院で無低診を利用しているAさんが処方箋とともに帯広市から送られてきた「資格決定通知書」と「助成金申請書」を持ち、あじさい薬局に見えられました。助成金申請書は薬局での提出が必要ですが、1人で記載するのが大変なため、薬局職員と一緒に作成、この日Aさんの薬代の自己負担分約1,000円が免除となりました。Aさんからは、「あちこち病院に通っているのに、医療費がたくさんかかる。この薬代助成が始まって本当に助かりました、ありがたい。」とお話されていました。

ようやく事業が始まりましたが、現在の制度では、1つの疾患への助成期間が原則3ヶ月、最大6ヶ月以内と限定されています。今後は助成期間の撤廃を求める運動が必要となります。



11月11日は、「いい介護の日」

介護・認知症など **なんでも**

無料



電話相談

お気軽にお電話ください！

新型コロナウイルス感染症の拡大で、介護サービスを利用できない、介護負担が増えて大変になった、などの様々な悩みがありませんか？

また、お金の心配なく安心してサービスを受けたいがどうすればよいか悩んでいますか？

一人で悩まず、十勝勤医協の介護事業所で勤務する職員がお電話をお待ちしています。

例えば・・・

- 介護認定って何？
- どんなサービスがあるの？
- 施設にはどうしたら入れるの？
- 車椅子は借りることができる？
- 家でリハビリできないの？
- 家族には負担をかけさせたくない。
- 介助したら腰が痛くなった。...

日時 **11月11日** 10時～16時

電話 **0120-741-165**

メールの場合は、s-shirakaba@tokachi-kin-ikyo.or.jp まで

医療法人十勝勤労者医療協会 在宅介護総合センター白樺

住所 帯広市白樺16条西1丁目3-1 電話 0155-41-1167

『大好きなお父さんと
最期まで一緒にいたい』

新型コロナウイルスにより、病院や施設で高齢者が家族と面会できない状況が1年以上も続いています。「顔を見られるだけでも安心できるのに：」「様子が知りたくても分からない。」そんな中で終末期となった、利用者さんと家族の事例をご報告いたします。

Aさん(98才男性)は入院前までは、元気に食事やトイレに行っていました。ご家族としては、「体調が不安定でほぼ寝たきりで帰ってくる」「車椅子に座らせたことがない」「食事介助が必要」「オムツ交換なんてできるのか」等、初めての介護に戸惑っていました。しかし、「いつも子供達を気に掛け、いざというときは必ず助けてくれた。何でもできるお父さんだった。」「子供達で協力して家に帰してあげよう。」と在宅介護を決心。在宅に向けて十勝勤医協

医療・介護
の現場から
シリーズ ⑪⑥

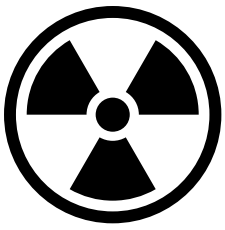
報収集を行い、在宅生活をご本人らしく過ごせるよう関わりを行っていきます。

【居宅介護支援事業所白樺 本田奈美絵】

の主治医、病棟スタッフ、地元の訪問看護の力を借りて、体調の確認や介護方法の指導と、いつでも相談できる体制を作り、看取り方向で帰宅しました。

自宅では、子供さん達に囲まれて少しの食事や会話、日課の新聞を見たり、民謡を聴いたり元氣だった頃の生活を思い出したり約3か月一緒に生活ができました。最期の日も孫やひ孫も集まり、賑やかにお酒を飲むことが好きだった雰囲気の中で亡くなることができたそうです。

今後、ご本人や家族の希望に添って、「自宅で過ごせて良かった。」と思えるよう、事業所と家族の連携、ご本人、ご家族の思いを含めた情



放射線見聞録

帯広病院診療放射線技師 主任 山崎 真嗣

～骨密度検査とは～

骨粗鬆症(こつしょうしょう)の診断や骨折のリスク判定をするのに
行われる検査で、骨を構成するカルシウムなどのミネラル量を測定
することで、骨の強さを測定することができます。

～骨粗鬆症とは～

骨粗鬆症とは、長年の生活習慣などによ
って骨の中にあるカルシウムの量が減り、骨
がスカスカになり折れやすくなっている状態、
または骨折してしまった状態のことをいいます。
骨が弱くなるとポキッと折れてしまうだけで
はなく、骨が潰れてしまう圧迫骨折を引き起
こす可能性も高くなるため、背中が曲がったり、
縮んだりしてしまいます。

特に女性では、骨からカルシウムが溶け出すのを抑制する働きがある
エストロゲンという女性ホルモンの一種が閉経とともに急激に低下
するため、急激に骨密度が低下してしまいます。

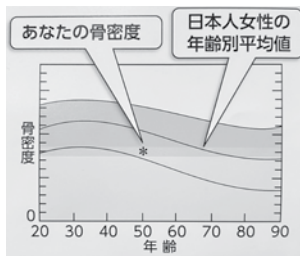


図1) 骨密度測定結果報告書

～骨密度検査はなぜ必要なの?～

骨の強さを測定することができる「骨密度検査」ですが、この検査を
行う目的は何なのでしょう?

- ①骨粗鬆症かどうかの診断のための測定。
- ②定期的に測定を行うことで骨密度の変化を調べる。
- ③骨折のリスクを調べることで、リハビリなどの治療計画や生活習慣
の見直しに役立てる。

●骨密度(BMD: Bone Mineral Density):(g/cm²)

骨密度(BMD)とは、骨の強さを判定する
ための代表的な指標となるもので、骨の1cm²(平
方センチメートル)あたりに含まれるミネラル
の量(g)を表したものとなります。この値が
大きいほど、骨が強いといえます。



図2) 骨密度装置

●若年成人比較(YAM: Young Adult Mean):(%)

もっとも骨量が多いとされる(健康的な)若年齢の骨密度の平均値を
100%とし、この値と自分自身の骨密度が何%なのかを比較した値を
いいます。

この値が80%以上なら**正常**、70%～80%なら**骨量減少**、70%以下なら
骨粗鬆症の疑いといわれています。

●同年齢比較:(%)

骨密度検査測定時の年齢において、同じ年齢の骨密度の平均値を
100%として比較した値をいいます。

●まとめ

今回は骨密度検査についてご紹介させていただきました。
高齢者の骨折しやすい場所として1位が背骨、2位が
股関節といわれており、とくに股関節を折ってしまうと「寝
たきり」になりやすいといわれています。



また、「寝たきり」によって身の回りのことを他人へ任せてしまうこ
とから、認知症がはじまるきっかけになるとも言われています。自分
の骨の強さを知り、骨粗鬆症のリスクや変化を知る事
で生活習慣の見直しや予防に努めることができます。



これからも元気に年を重ねられるように、今できるこ
とから始めてみましょう!

Aさん(80歳・女性)は、公営住宅で
夫と子供と同居しており、入浴・交流
を目的に週2回デイほのかを利用され
ていましたが、利用から半年経過した
あたりから利用料の未納が続きました。
家族に状況を確認すると『体調が悪
化して仕事ができなくなり、収入が減
った。子供たちも障害があったりと仕
事に行けてない。』とのことでした。担
当ケアマネジャーに状況を報告し、減
免手続きを行ってもらいましたが、前
年度の収入額が対象となるため減免対
象外の判定となりました。家族とケア
マネジャーが話し合った結果、週2回
から週1回に減らすことと、未納分は
分割して支払っていくこととなりました。
ほのかでは、その後も生活上の困り
ごとを確認しました。Aさんや夫が受
診を控えていること、定期薬が内服で
きていないことが分かりました。そこ
で無料定額診療や白樺医院の紹介を行

いました。かかりつけだった診療所
では、お金が払えず定期薬の処方
を断っていたようで、診療所から『勤
医協なら、無料定額診療をしている
ので、受診を検討してみてください。』
と紹介を受け、無料定額診療を適用
し定期薬を再開しました。
現在では、白樺医院がかかりつけ
医となり、本人の病態管理のほか、
皮膚疾患などの相談や受診ができる
ようになりました。定期受診ができ
るようになったことで、本人の表情
にも活気が戻り安心していきます。
家族の健康状況や仕事・収入の変
動による医療控え・介護サービス控
えについて振り返る事例でした。今
後も、本人・家族の方とお話を重ね
、困りごとなどを伺いながら、利用者
様と支える家族の方の援助ができれ
ばと思います。

【デイサービスほのか福祉士 西村 正直】

デイほのか 利用料金未納で医療・介護控えをしていた 利用者への支援



敬老会では長
寿のお祝いをし
ました!表彰状
を渡し、職員手
した!

老人保健施設ケアセンター白樺2階
さくらでは、9月22日に猿力二合戦(玉
入れ)と敬老会を行いました!
猿力二合戦では猿チームとカニチーム
の2チームに分かれて戦いました!普段
は大人しい方もとても元気に声を出して、
笑顔で柿を投げ、
楽しそうに過ご
されていた姿が
とても印象的で
した!

作り帽子を被
つていただき記
念写真を撮影し
ました。お祝い
された方もお祝
いする方も温か
い笑顔で記念に
残るお祝いとな
りました!



【介護福祉士 榎本 和輝】

「やっぱり『レク』は楽しいね!!」

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②

「居宅介護支援事業所 白樺」では、ケアマネジャーのAさんに「介護認定」に向けて、行政手続きをしてもらった。提出用の書類は複雑で戸惑ったけれど、親切な説明で私はサインと印を押すだけだったので助かった。

その後、母の身体状況を確認するため、「審査」が面接により行われた。

1か月後の2017年2月末に、「要介護1」が認定された。母95才。

担当のケアマネジャー

Bさんと、今後の「介護計画」の話し合いを持った。私は、母の健康状態を定期的に診てもらい、的確なケアとアドバイスを受ける事で安心を得たかつたし、転倒もこの先避けられず、私一人では対処できないと思った。何かあったら、どこかの誰かと繋がっていることが、

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。出題者は霜村英靖さん（帯広市）です。

桜 □ 眉
若 □ 脈
紅 □ 川
葉 □ 絮

金 □ 網
鮮 □ 介
網 □ □ □

【ヒント】
キュウリ魚科の海水魚。
干して食べると美味しい。
【答 え】
□ □ □
（漢字で）記入ください
【応募方法】
解答とお名前、住所、

この時の私には必要不可欠だった。また、外出もできず娘以外の人とは殆ど話すこともない母に、何とか人と話す機会を作り、会話できる喜びや楽しさを思い出して欲しいと願い、「訪問看護」を利用することを決めた。

早速、医師の診察を受けることになった。C医師が「お母さん生まれた所はどこ？？」と聞くと、「土幌の山のふもと」と母。また、母の両肩を撫でながら、「お母さんいい骨（骨格）しているね」と、和やかな雰囲気の中、緊張していた母は笑顔になった。問題は、母を

でテキパキと血圧、脈、体温などを計り体調のチェック……。その後、座った状態で膝を上げたり、腕を上下させたり、スクワットなどの軽運動を行う。Dさんとおしゃべりする母の顔を久しぶりに見た私は、これが「デイサービス」に繋がる第一歩である事を願った。

以来、週一回のペースで「訪問看護」は続いた。来宅する看護師さんたちも、孫娘のような方から経験豊富な方まで様々で、それが母にとつてはいい刺激になったと思う……。母の興味や関心を誘うような母の若い頃の話を、得意だったことを話題にしてくれた。時には、看護師さんに「この仕事好き？？どんな仕事も好きでないと上達しないよ……」などと言う事も……。何度

読者の声

【白樺友の会 匿名希望】

①医療や福祉のことで困っている人を助ける存在が、十勝勤医協だと思っております。命と暮らしを守るためにこれからも頼りにしています。

金田ツネ子（帯広市）

②（聴診器）より、9月1日は防災の日、色々と物は在庫していますが、きちんと整理されていないので頑張ろうと思いました。

伊藤節子（帯広市）

③一面の「介護保険」の「補足給付」が変わりますの内容、知りませんでした。

加藤美智子（清水町）

④音更町を離れて30年たちました。友の会ニュースをずっと読んでいます。高知医療生協でも参考にさせていただきます！

岡かすみ（高知市）

各友の会連絡先

- 【音更東】守屋 敏紀 〇五五・三二・三〇八四
- 【音更西】尾崎 忠頼 〇五五・三二・六〇六三
- 【音更南】野口 清子 〇五五・三二・七二二二
- 【音更北】中嶋 晴子 〇五五・四二・二一九九
- 【土幌】和田 鶴三 〇五六・四七・四四三三
- 【上土幌】山本 政俊 〇五六・四二・三〇八九
- 【新得】土山 武志 〇五六・四四・四七一六
- 【清水】田中 けい子 〇五六・六三・三〇五六
- 【鹿追】武田 耕次 〇五六・六六・二一七六
- 【芽室】梅津 美政 〇五五・六二・二八五九
- 【中札内】西村 和正 〇五五・六七・二七七四
- 【更別】大津寿美香 〇八〇・八四・八三八七
- 【大樹】有岡千恵子 〇五五・八七・五二二八
- 【広尾】前崎 茂 〇五五・八二・四三三〇
- 【幕別】小林 正明 〇五五・五四・二五三一
- 【札内東】鈴木志摩子 〇五五・五六・四四三二
- 【札内西】岡崎 節子 〇五五・五六・六七五七
- 【忠類】増田 武夫 〇五五・八八・二六〇七
- 【豊頃】岩井 明 〇五五・七四・二六三四
- 【池田】岩本 正雄 〇五五・七二・五七八五
- 【本別】阿保 富男 〇五六・二二・二七五六
- 【足寄】田利美智子 〇五六・二五・四〇〇〇
- 【陸別】黒沼 明美 〇五六・二七・二六六七
- 【東】山口久美子 〇五六・二七・七六六二
- 【柏】加藤 昌明 〇五五・五〇・八四一八
- 【光南】村上やよい 〇五五・五五・八八八八
- 【鉄南】牧野美智子 〇四七・八九・六六五
- 【中央】田村力オリ 〇三三・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・五五一七
- 【柏林台】横塚恵利子 〇四一・七七・九〇
- 【緑西】村上久美子 〇三三・六八・五二
- 【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