

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

2022 秋の大運動が本格的にスタート!!



「コロナ禍だからこそ声をかけ合い、孤立させない、つながりを絶やさない」「安心して住み続けられるまちづくり」を今年度の秋の大運動が本格的にスタートしました。

先陣を切って、8月26日(金)に友の会連絡会のスタート集会が45名の参加で行われました。

十勝管内の新型コロナウイルス感染症の陽性者数が過去最高となる中、感染対策に最大限配慮し、とちちプラザに限られた人数のみの集合とし、各地の友の会役員宅とリモートをつなげた開催となりました。友の会事務局では、気軽にZOOMが活用できるよう、パソコンやスマホの使い方を繰り返し地域の役員さんに伝え、自宅から参加できる人を増やす取り組みを進めてきました。

友の会でスタート集会

した。当日はとちちプラザに17名が集い、28名がZOOMで参加しました。浅沼副会長が司会をつとめ、山本会長からのあいさつ、真田事務局長から大運動の方針が提案されました。限られた時間の中、緑ヶ丘・東・緑西・音更東・池田・上士幌・芽室各友の会役員から、それぞれの近況や活動の予定などの報告があり、大運動の方針と各友の会の計画を確認し合いました。



山本鉄雄 友の会連絡会会長からは、『改憲の策動ストップと医療・介護などいのちと健康を守る取り組みを学習し、すでに結成している友の会「9条の会」を再開し、会員は元より、町内会や老人クラブなどへも訴えを行い、十勝・帯広9条の会の行動に結集し、地域とのつながりを大切にし、コロナ感染に注意しながら友の会活動を前進させましょう。』とコロナ禍に負けない連帯の呼びかけが行われました。

Web (Zoomによる) 健康相談会開催のお知らせ

10月27日(木) 14:00~14:50

テーマ「骨を丈夫にするコツ～骨粗鬆症対策～」

講師 吉野和孝作業療法士

年齢を重ねると心配になる骨の健康についてのお話です。骨がスカスカになる骨粗鬆症の解説と、今すぐできる予防体操をご紹介します。

参加申込方法 (事前申込が必要です)

- ①お名前 ②電話番号 ③メールアドレス ④友の会名 (わからない場合は住所で可) ⑤参加希望日時を明記し下記アドレスへメールにてお申込みください。
soshiki@tokachi-kin-ikyo.or.jp

※Zoomアプリで参加していただきます。ご自身のスマホやPC等でご参加ください。
 ※密を避けるため、個人(家族単位)での参加にご協力ください。
 ※参加申込は相談会開催日の5日前(10月22日)までお願いいたします。
 ※不明な点は十勝勤労者医療協会事務局(☎0155-21-4718)までご連絡ください。
 ※次回は11月24日(木) 14:00を予定しています。テーマ等については次号の友の会ニュースにてお知らせいたします。

聴診器

▼安倍元首相の「国葬」と自民党の統一教会との癒着の問題が国民の大きな関心事になった。最近、親族の葬儀を営む中で宗教に触れ考える時間があった。宗教者の方々は「国葬」と「統一教会」の問題をどう考えているのか、誰か発信していないのかとも思っていた▼「平和をつくり出す宗教者ネットワーク」が安倍元首相の「国葬」を撤回を求める諸宗教者共同声明を出し訴えていた。撤回を求める理由を多くは「国民が望んでいる」として、世論調査では「対が賛成を上回っており、根拠は既に崩れている」と、長期政権の功罪も賛否両論でモリ・カケ・サクらの政治不信を深めた。何よりも殺害の動機がカルト教団の広告塔に対する怨恨であったことが明らかに。以上、生前の政治家としての姿勢が問われ、国葬の強行は日本の歴史に大きな汚点を残すことになる▼葬儀・弔いは宗教的教義に基づく行為であり、国家権力によって制約されるものではない。現憲法は第19条で「思想・良心の自由」が保障され、第20条で「信教の自由」が表明されている。国民の弔意が権力によって強制されること、平等な人間の自由と尊厳に対する冒涇であり、日本の民主主義を根幹から揺るがす危険な判断と言えらる▼岸田首相が国民の納得のいく説明が出来ない中、誰かが賛同できる声明を出さないか▼安倍元首相の名のものと多たか。新自由主義の名のもとで多くの国民に負担を押し付け貧困と格差を拡大、社会保障の改悪、法、共謀罪などの制定、自衛隊、明記を含む憲法改悪の推進など、一切の国民のための政治的な責任が史上最長の史上最大の政治期間が史上最悪の在任期間として刻み込まれた。政治が森加計校舎を「国葬」で安倍自公政権の政治にも、正に安倍を拡張しているため、(K)

帯広病院

「患者さんに寄り添い、事例から学ぶ取り組み」

帯広病院では今年度から医療活動日を再開し、主に患者さんの全身管理のためのカルテチェックと中断対策を行っています。毎週木曜日の休診時間を利用し、13:30～16:30の時間帯で行っています。

外来ゾーンの全職種で行うこととしていますが、どのように進めていけば患者さんにとってより良い関わりが出来るのか、試行錯誤しながら行っています。

通院中断では、糖尿病のコントロール不良患者さんが約1年振りに受診をしてくれ、『前回診察から受診することを躊躇していたが連絡をくれたことで行かなきゃと決意して病院に来られ

た』との声が聞かれたり、『行かなくては』と思っていた、『他院に入院して』など患者さんの状況や思いをつかまえる関わりが出来たり、検査のおすめハガキを送った患者さんが予約を入れてくれるなど、少しずつですが成果が感じられています。友の会の方の



いことも沢山あります。

患者さんの背景や思いも理解しながら、

中断することで

健康が失われる

ことのないよう、

定期通院してい

る患者さんが安

心して受診、療

養出来るような全

身管理を進めてい

たいと思っています。

また、技術系職員での検査後フォロー、薬剤管理など専門性を活かした取り組みの検討や電子カルテ導入も視野に入れて『医活』をすすめていきます。

【帯広病院外来部長 進藤 智美】

ケア自慢

デイケアらしいふ

『無事に再開することができました!!』

この度、新型コロナウイルス感染拡大予防策の強化と徹底のため、保健所指導の元、7月16日から8月16までの1カ月間デイケアを休止させて頂き、利用者さんをはじめ、ご家族には大変なご迷惑をお掛けいたしました。無事に8月17日からデイケアを再開することができ、現在は利用者さんの元気な声がホールいっぱい広がっております。休止中、リハビリが出来なくなり足腰が弱ってしまった方、家に閉じこもり気味で外出する機会が減った方、他者と話す機会が減った方、お風呂に入らず困っていた方など、多くの利用者さんがデイケアの再開を心待ちにされていたというお話を伺い、通所リハビリの大切さを改めて痛感しております。今後も、感染対策を継続しながら、通所リハビリ施設として、利用者さんの機能訓練の場を提供していきたいと思っています。

【ケアセンター白樺デイケア介護主任 村上あゆみ】



シリーズ

憲法があぶない

「同じ過ちを2度と繰り返すな！」
当時は小学1年生で、日本軍は善戦して神風が吹くと信じていましたが、「二セ」の大砲や先輩の竹やり訓練等、心配な状況を感じていました。正門にある「奉安殿」に敬礼することを忘れ、殴られて頭にきた記憶も残っています。

終戦の8月15日にこれまでの「うそ」が全国民に知られることとなりました。しかし、戦後、世の中が平和になったのに、反共のシミが残りの「日本共産党の幹部が網走から出所したので気を付けるよう」知られることもありました。

教育改革はなされたものの、現代史は無視され、古代・中世で終わり、事実を知ることとはなかったのです。最近の9条の改悪・大軍拡・敵地攻撃法等、過去の「戦争前夜」の兆しが見え隠れしてきました。

私たちは、微力ながら憲法を守る為の基でもある9条を守るために、地元の区長さ

んや老人会の役員・介護施設経営者を含めた13人の呼びかけ人で「大樹町9条の会」を結成しました。当面の目標は、呼びかけ人の拡大・署名活動・学習会等の企画です。会の方針として、無党派で、自由な発言が保証され、会員の要望等を大切に、運動し、会員のノルマは課さないことなど確認しました。

多くの党が統一教会系のカルト集団と決別できず、被害者救済の一言もなく、勝共連合に深く関わる姿が国民の前にさらされ、多くの反感を呼び起こしました。

私たちの運動は小さいけれど、世の中に認められる状況も作り出してきました。私たち9条の会も、憲法を守る1点で多くの国民の共感を呼び、今後更に広げに広げる力となるよう努めることで、すばらしい未来の展望が開かれることを信じ、皆様の力を借りて前進することをお約束します。

【大樹友の会・大樹町9条の会呼びかけ人 大原 武】

無料低額診療の学習会レポート

音更西友の会は、9月7日(水)に『無料低額診療に関する学習会』を開催しました。新型コロナウイルスの感染状況を勘案し、町内4友の会の役員のみを対象に呼びかけ、計11人が参加しました。勤医協の野口貴弘相談員から、無料低額診療事業の概要や十勝管内の実施状況、問題点などのお話がありました。音更町では、今年度から当事業の薬代助成がスタートしています。まだまだ無料低額診療そのものが知られていないため、必要な人へ情報が届くよう、日常の友の会活動を通して積極的に知らせていくことの重要性を認識しました。

印象的だったのは、「病院は最後の砦」という野口相談員の言葉です。病院に行



くことをためらうが続け、誰にも相談できず、必要な制度に繋がれなかった人が、救急車で病院に搬送されるケースが後を絶たない中で、無料低額診療に早期にアクセスできるようにすることは、命をつなぐために如何に大切であるか。そして、この事業を入口にして、医療だけではなく、その人の生活支援を総合的に考えて様々な制度につなげている実践など、民医連の姿勢そのものが伝わる学習会でした。

【音更西友の会 神長 基子】



薬の管理について



あじさい薬局 薬剤主任 川島 寿之

医療機関で処方された薬を何種類も飲んでいて、薬を飲み忘れてしまう、自分が何の薬を飲んでいるのかわからないなど管理に困っていないでしょうか。そこで今回は薬をどのように管理したら良いのかについて説明したいと思います。

シートで管理する

薬局から渡された錠剤やカプセルが入ったシートの薬を飲むときに、薬袋（薬の袋）から取り出し、決められた用法用量通りに服用する方法です。最もシンプルな方法で、特に管理するのに工夫の必要がなく、服用している薬を把握しやすいという利点があります。薬の種類が多くなると、自分でシートから必要量の薬を取り出す手間や、薬袋の数も増え管理が大変になりますが、しっかり自己管理できる方や、調節してよい薬を飲む場合に適しています。高齢の方の場合、1錠ずつにシートを切って、シートごと飲んでしまう事例が年に数例発生しているので注意が必要です。

分包して管理をする

薬局で飲むごとに薬を一まとめに袋詰めする方法で、薬の種類が多く、残数にばらつきが出てしまう方や、薬を飲み間違えてしまう方に適した方法です。薬を飲むときに、複数の薬を揃えなければならない大変さがなくなる反面、どれが何の薬なのか把握しにくくなります。分包された薬の一部を止めなければならないときは中止しにくくなるデメリットもあります。分包することや中止となった薬を抜くことは、薬局で行えますので、薬剤師に相

談してみてください。

薬を正しく服用するために

薬は一部を除いて食後に服用する場合がほとんどです。飲み忘れてしまう場合は、食事の前に食卓に薬を置いておくなどして、食後すぐに飲むことで飲み忘れを防ぐことができます。薬を飲んだのに飲んだことを忘れてしまい、もう一度飲んでしまうという方は、分包した薬に日付を入れることや、お薬カレンダーに薬を入れて管理する方法もあります。分包した薬に日付を入れることは薬局でもできるので、薬剤師に相談してください。最近では、服薬時間にアラームで知らせてくれるスマホアプリ（My Therapy など）もありますので、そちらを利用するのも薬を正しく服用するのに役立ちます。

薬の管理で大切なことは、指示されたとおりに薬を服用することです。薬の管理に苦勞されている場合は、上記の事を参考にし、管理方法を考えてみてはいかがでしょうか。薬の残り具合にバラつきが大きくなってしまった場合や、どうしても飲み忘れてしまう場合は、処方時や調剤時に医師や薬剤師に知らせることで、薬の残数を調節することや処方内容を簡素化することも検討ができるのでご相談ください。



水上さんが入職されてから半年が経ち、すっかり病棟の雰囲気や業務にも慣れてきた頃だと思っています。これまで患者さんとの関わりや仕事のことなど様々な場面で悩んだり、葛藤することもあったかと思いますが、それでも前向きに何事にも挑戦する姿をみて、日々の水上さんの成長を感じています。今では一日5〜6人の患者さんを受け持ちながら、それぞれの患者さんの疾患の勉強やアセスメントを通して、その患者さんに合った援助、ケアの提供に繋げることが出来ています。毎日その日の行動計画を立て、時間管理・優先順位を考えながら多重業

務もこなすことが出来、そんな忙しい中でも積極的にコール対応、電話対応もこなしてくれています。夜勤業務にも7月、8月と1クール入り、日勤帯から夜勤帯への引継ぎの中で、夜勤帯で患者さんの安全を守り、対応に困らないよう日勤帯で確認が必要な指示や引継ぎ内容、必要性も少しずつ理解できてきているところだと思っています。

9月に入り、6か月研修も控えているので、これまで関わってきた患者さんからのどのようなことを学び、感じてきたのか、水上さんの言葉で聞けることを楽しみにしています。

【病棟看護師 熊谷 有納】

奮闘記⑤

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・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⑬

2020年季節は春。いつもの年ならば、心新たなスタートを迎える季節なのに、日本中が「新型コロナウイルス」の感染拡大のニュースで溢れていた。得体のしれない「新型コロナウイルス」が、私たちに恐怖となつて襲ってきた。パンデミック、ロックダウン、トリアージ、ステイホーム、クラスターなどと、聞き慣れない言葉に振り回された。保健所は対応に追われ、病院は感染者で溢れ、感染者

数が右肩上がりとなり、亡くなる人が毎日出ていた。医療機関が崩壊すると連日報道され、日本中が、コロナパニックになった。私たちは、マスクと、消毒、そして不要不急の外出と、人との接触を避けることを余儀なくされた…。

そんな中、有名芸能人のコロナ感染死が報道された。遺体は、家族が会うことも許されず、厳重に専用の袋に入れられ、直葬され、お骨となつて家族の元に帰ってきた映像にショックを受けた。もしかしたら母も…。そんな思いがよぎった…。

5月中旬、「面会中止」になつて、3ヶ月近くのあつた。夕飯、何年かぶりで缶ビールを飲んでみた。独りで飲むビールは無味だった。その矢先、電話が鳴った…。

私は、反射的に椅子から立ちあがり、受話器を取り向かつたのだが、この時立ちくらみのような症状に襲われた…。電話の相手は看護師さんだった。「お母さん、意識消失で、帯広病院にいますので直ぐに来て欲しい…」と…。その言葉を聞きながら、私は、看護師さんの声が、だんだん遠くなつていくのを感じた…。どの位の時間が過ぎたのか覚えていないが、受話器から、「〇〇さん(私の名)」と、何度か呼ばれる声で我に返つた

…。私は、朦朧とした頭で、「今、ビールを飲んで酔つてしまったので病院には行けないので…」と答えるのが精いっぱいだった。母の興奮した声が、「受話器」越しに遠く聞こえていた。酔いがさめたころ私は、ビールさえ飲まなければ、母に会えたのに…。3ヶ月近く会えていなかったから折角のチャンスだったのに…。と悔やんだ。

以来、何かあつたら直ぐに駆けつけれる状況に置かなければならないと自分を戒めた。現在も、アルコールは一切口にしていない。夏になつても、感染拡大は収まらない。母にもかれこれ5ヶ月も会えていない…。あの、会いに行く度、「迎えに来たのか」。連れて帰つて…」と言つて哀願して

いた姿を思いだしていた…。そんな母の願いを叶えてやりたいとの思いが日々募つていき、母を、自宅で介護出来ないかと考えるようになった。このまま、コロナで母に会うこともままならず、万が一のことを考えるとやり切れない思いがした。

そして、著名人が、自宅で最期まで「親の介護」をやり遂げた話が、新聞や雑誌、テレビで報じていたことを思いだした。私にも出来るかも知れないと思つた…。8月上旬、「在宅介護」が出来ないかと、「老健」側に伝えた。

早速そのための「話し合い」の場が持たれ、私は、現在の「介護保険制度」の中で、何とか「在宅介護」が出来ないかと気持ちを伝えた。それを受けて、現在の母の様子が介護士さんたちから、歩行や精神状態、食事や入浴、排せつなどについて詳細に説明をして頂いた。特に精神状態は昼間、夜間を問わず、安定していないとの話に、私は自分の甘さを認めざるを得なかった。出席して頂いた看護師、ケアマネジャー、事務職員の方々全員が、口を揃えて、「無理です…共倒れになります。」とキツパリ…。私は、母を自宅で介護することを諦めた…。

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。

出題者は中橋健さん(帯広市)です。

【ヒント】「誇れる十勝」

大□家 小□学 先□者 旧□腹

大□家 小□学 仁□者 女□手

【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-

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463号(12月号)紙上です。

【第456号の当選者】

答えは「花火大会」でした。

応募総数131通、正解者131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)

奈良岡 孝 清水 二郎

野澤 直美 横山 勝子

松井 重義(帯広市)

松田 昌三(音更町)

山内 昌子(更別村)

山下 智(大樹町)

江崎紀美子(中札内村)

平山 雅子(幕別町)

読者の声

【白樺友の会 匿名希望】

十勝も「コロナ感染者増加するばかり。医療機関で働いている方々に本当に感謝。ご苦労様です。」

幕別町 千葉咲子さん

「私の老々介護」いつも見えています。私の母も入院↓老健↓老人ホームと大変で

※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11月1日(火)より行います。予約はお取りしていませんので直接ご来院ください。料金等の詳細は下記事業所までお問い合わせください。帯広病院・・・0155-21-4111 白樺医院・・・0155-38-3500

各友の会連絡先

- 【音更東】守屋 敏紀 一五五・二二・〇八四
- 【音更西】尾崎 忠顕 一五五・二二・六六三
- 【音更南】野口 清子 一五五・三二・七二二
- 【音更北】中嶋 晴子 一五五・四二・二九九
- 【土 幌】和田 鶴三 一五五・四二・七四三
- 【上士幌】山本 政俊 一五五・四二・三〇八
- 【新 得】土山 武志 一五五・六四・四七一
- 【清水】田中けい子 一五五・六六・三〇五
- 【鹿 追】武田 耕次 一五五・六六・二七六
- 【芽 室】梅津 美政 一五五・六二・二八五
- 【中札内】西村 和正 一五五・六七・二七四
- 【更 別】大津寿美香 一五五・八四・八三七
- 【大 樹】有岡千恵子 一五五・八七・五二八
- 【尾 前】前崎 茂 一五五・八二・四三〇
- 【幕 別】小林 正明 一五五・五四・五三一
- 【札内東】鈴木志摩子 一五五・五五・六七七
- 【札内西】岡崎 節子 一五五・五五・四四三
- 【忠 類】増田 武夫 一五五・八八・二六〇
- 【豊 頃】岩井 明 一五五・七四・二六三
- 【池 田】岩本 正雄 一五五・七二・五七五
- 【本 別】広川 雪子 一五五・二二・三三七
- 【足 寄】田利美智子 一五五・二五・四〇〇
- 【陸 別】黒沼 明美 一五五・二七・二六七
- 【東 川】山口久美子 一五五・二七・七六二
- 【柏 川】加藤 昌明 一五五・二五・〇八四
- 【光 南】村上やよい 一五五・五五・五八八
- 【鉄 南】牧野美智子 一五五・四七・八九五
- 【中 央】田村カオリ 一五五・二二・六〇七
- 【栄 一】佐藤 久輝 一五五・三三・六九九
- 【開 西】岡本 顕 一五五・四四・六五二
- 【西帯広】野坂 潤子 一五五・二七・二七九
- 【西 南】麻生 恵子 一五五・二二・六一一
- 【緑ヶ丘】堀田 省悟 一五五・二二・六五〇
- 【白 樺】武井 純子 一五五・二二・四二四
- 【新 緑】瘧師 光枝 一五五・二二・五五五
- 【柏林台】横塚恵利子 一五五・二二・七九〇
- 【緑 西】村上久美子 一五五・二二・六八二
- 【稲田北】平 麗子 一五五・二二・七一五
- 【稲田南】藤田 功 一五五・二二・六九一
- 【川 西】原 正子 一五五・二二・四四二
- 【大 正】岡山 幹男 一五五・二二・五五三