

一条通病院	旭川市豊岡1条1丁目	34-2111
旭川医院	旭川市神楽3条4丁目	61-1117
旭川北医院	旭川市大町2条14丁目	53-2111
宗谷医院	稚内市末広3丁目(稚)	24-1117
ながやま医院	旭川市永山5条11丁目	46-2211
一条クリニック	旭川市東光1条1丁目	34-1136
かたくりの郷(老健)	旭川市神楽3条4丁目	63-1165
東光ぬくもりポート	旭川市東光1条1丁目	34-2917
一条ケアセンター	旭川市東光1条1丁目	31-1152
宗谷さわやかポート	稚内市末広3丁目(稚)	24-2223

道北の医療

2015年2月1日
第466号
 発行所
道北勤労者医療協会
 〒078-8341 旭川市東光1条1丁目
 TEL 0166-33-1117
 FAX 0166-32-6925
 Eメール tomonokai@dohoku-kinkyu.or.jp
 発行者 八重樫典生

人手不足と事業経営の危機が、もっと深刻に 「介護保険制度を考える」シンポジウム 1/17 このままでは介護の切り捨て

医療・介護を自治体と国民の自己責任に押し付けるな

1月17日「介護保険制度を考える」シンポジウムが、旭川市障害者福祉センターおびつたで約100人の市民が参加し開催されました。

記念講演で山平久雄さん(元全日本民医連介護福祉部・現老人保健施設かたくりの郷職員)は、「介護報酬の2・27%マ

イナス改定が発表され、この状態では人手不足と事業経営の危機が深刻になる」と警告しました。

「政府・厚労省は、効率的で質の高い医療供給体制構築の名目で、各医療機関は病床を高度急性期・急性期・回復期・慢性期に機能分化させ、道の



会場いっぱいになった市民の皆さん



講師の山平久雄さん

地域医療構想で病床削減を図る。その一方で①地域支援事業の充実②要支援1・2の訪問介護、通

介護現場はもう限界！ 各シンポジストから発言

記念講演を受けて6人のシンポジストの皆さんがそれぞれの立場から発言しました。

大森真美子さん、下間はるみさんはヘルパー連絡会の立場で発言。「今回改定されると、現場にヘルパーに代わってボランティアが導入されるとプライバシーになる恐れがある。アンケート調査で74%の利用者さんから不安の声が上がっている」と指摘。

デイサービスを運営している三本雅行さんは、「改正されると益々小さな



シンポジストとして発言する真下紀子さん

旭川市福祉保険部担当部長の野崎幸宏さんは、「第6期旭川市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画(素案)の膨大な資料について簡潔に報告し、旭川市の介護保険制度改正ポイントについて

所介護を地域支援事業・総合事業に移行③特養入所者は、原則要介護3以上とし、1・2を対象外とする(※保険者の判断で入所可能)などとしています」。

「政府・厚労省のめざす地域包括ケアは、国の責任で社会保障を充実させるところか、『自助・自立』を国民に押し付け、地域包括ケアの推進主体に保険者(市町村)を位置付けるなど、医療や介護を自治体と国民の『自己責任』に変質させようとしています」と話します。

今後予定されている入院ベッドの削減・入院日数の短縮で医療からの追い出し、要支援者の訪問介護、デイサービスを縮小・打ち切り、一定所得者の利用料の値上げ、施設の費用負担軽減制度の縮小など、介護の切り捨てについて説明がありました。



6人のシンポジストの皆さん

真下紀子さんは、道議の立場から北海道全体の介護サービスの状況を解説。「介護を受ける人も、支える人もだれもが安心できる公的介護制度への改善を進める事が大切で」と訴えました。

参加者からは、「家族崩壊の時代に、ますます自助・互助も出来ない時代になっていく。要支援がなくなると介護度が上がり、逆に財政が圧迫されてくのではないか」旭川はグループホームの数が少ないのでは、「事業所の介護報酬加算について聞きたい」など活発な質疑がありました。

介護を保障することができず、「ともに医療・介護改善のために頑張りましょう」と訴えました。

旭川市福祉保険部担当部長の野崎幸宏さんは、「第6期旭川市高齢者保健福祉計画(素案)の膨大な資料について簡潔に報告し、旭川市の介護保険制度改正ポイントについて

追求していきましょう。高齢者や弱い者いじめの消費税増税ではなく、大企業や裕福層に応分の負担を求め、国庫負担を

道北勤労者医療協会の院所施設では、介護保険に関する相談を受けています。道北勤労者医療協会の院所施設では、医療機関だけでなく、老人保健施設、訪問看護、訪問診療、短期入所、デイサービス、ケアマネージャーなど、医療や介護サービスを総合的に提供できる体制にあります。お気軽に各窓口までお問合せ下さい。

介護保険に関する相談をお受けします

要と強調しました。

各種健診受けましたか？

健康管理は健診から

【特定健診】メタボリック症候群に着目し、内臓脂肪の蓄積を把握し、生活習慣病の予防を図ることを目的に実施しています。

健診受診には、「受診券」が必要です。旭川市では、国民健康保険の方々には、「受診券」が郵送配布されています。また、協会けんぽの家族の方は、けんぽ北海道支部から自宅に「受診券」が届いています。届いていない方は協会けんぽにお問合せ下さい。道北勤医協の病院、診療所で特定健診の受診が可能です。

「受診券」がそのままになっていませんか？旭

【大腸がん検診】大腸がん早期発見のために「大腸がん検診」をお勧めします。現在大腸がんは日本で増えているがんです。40才以上の旭川市民が年1回受けられます。申込みますと病院、診療所から便採取用容器が渡されます。2回の便を採取し提出してもらいます。結果は郵送でお知らせします。

【肝炎ウイルス検診】旭川市から、対象者には無料受診券が送られてい



一条クリニック待合室

ます。40才以上で5才刻みの年齢の方です。B型及びC型の肝炎ウイルスに感染しているか血液検査で判定します。

各種健診については病院・診療所や健康管理室(033-3306)にお問い合わせ下さい。

【開催日時】
◎2月27日(金)ソフト食を作ってみよう(調理実習)
◎3月27日(金)ソフト食の学習と調理実習

・いずれも一条クリニック多目的室で13時から14時まで。参加費は無料です。お問合せは一条通病院長養科(代表34-2111)



自然エネルギーセンターの
大友詔雄さん

「未来のエネルギーを考えると」実行委員会(守屋敬義実行委員長)が主催し、「未来のエネルギーを考える」シンポジウムが12月19日、原発に変わる再生可能エネルギーの活用の方について、市民60人が参加し行われまし。

このシンポジウムには、自然エネルギーセンター(株)代表の大友詔雄さん、道北勤医協北医院院長の松崎道幸さん、道議会議員の真下紀子さんの3人がシンポジストとして、それぞれの立場から発言しました。

大友さんは「未来のエネルギーは自然エネルギーしか無い！」と題し、道内で積極的に木質バイオマスボイラを活用した音威子府村の取り組みや、ドイツのバイオガス発電・風力発電・太陽光発電の普及状況など、詳細な事例を上げ解説、日本はこれから「自然エネルギー社会」を進めていく

ことが重要と訴えました。松崎道幸さんは医師の立場から、福島第一原発の放射線被ばくで病気になるリスクを一概低く見積もっていることなどを例に、日本政府の福島第一原発事故対応の誤りを指摘、科学的に解説しました。

道議の真下紀子さんは、現在停止中の泊原発に触れ、「年間800億円の維持管理費と冷却費用が使われている。高い維持管理費と冷却コス



3人のシンポジストが質疑に答える

ト、不備な避難計画問題。原発マネーに依存する立地市町村問題が山積している。原発依存から再生可能エネルギーへ転換してこそ地方の未来が開かれる」と訴えました。

道北勤医協 新一条通病院建設ニュース No. 14



3階部分の鉄骨が立ち上がる
(1月21日宮下通側から撮影)

地元の友の会として さらに期待大きく

豊岡西友の会 東 博さん

多くの地域住民のみなさんがこの40年間、一条通病院を頼りに生活してきました。新病院建設が敷地内に決定し、これからも地域の医療要求に伝えていけることを大変嬉しく思っています。

地域の皆さんは親切な病院というので、多くの方が友の会に入会されました。

私たちが友の会は、周辺地域の会員さんのお宅を回り、友の会健診や検診結果のお返し活動など、会員さんの健康管理に努力してきました。

しかし近年は、医療懇談会やお返し活動が少なくなってきたように感じています。これからは病院と友の会が協力しながら、健康や介護のことなど気軽に話し合える活動を積極的に行うことが大きな力になると思っています。

1月には電子カルテが導入され、ますます便利でかかりやすくなるかと期待しています。

「核兵器全面禁止の アピール署名」にご協力を

被ばくから70年。「核兵器のない世界」を実現す

り投函をお願いいたします

のため、同封の署名用紙にご協力下さい。(お手数ですが、52円切手を貼

核兵器全面禁止のアピール

1945年8月、広島と長崎に落とされた原爆は一瞬のうちに二つの街を壊滅に突き、21万の人々の命を奪いました。いまなお20万を超える被爆者が苦しんでいます。この悲劇をいかなる地にも繰り返してはなりません。

いま核兵器の廃絶を求め、政府は世界に呼びかけています。多くの国で市民が行動し、政府がその実現を支持しています。ヒロシマ・ナガサキをくり返させないことも種々な保証は核兵器を全面的に禁止し、廃絶することです。

2010年5月の核不拡散条約(NPT)再検討会議では、核保有国を含む188の国々が「核兵器のない世界の平和と安全を達成する」ことを決めました。いま、それを実行に移すときです。

私たちはすべての国の政府に、すみやかに核兵器禁止条約の交渉を開始するよう求めます。

名前	住所	署名

ご記入いただいたお名前や住所などの個人情報は、この署名運動以外には使用いたしません。

旭川・上川社保協定期総 会・記念講演のお知らせ

講演 眞下 紀子さん
(北海道議会議員)

日時：3月13日(金)
午後6時～8時
場所：道北勤医協一条
クリニック3階会議室
問合せ：01166-34-3445

シリーズ みんなの医療講座

はじめに



骨粗鬆症は「骨の強度が低下し、骨折しやすくなった状態」と現在では定義されています。平成23年改訂のガイドラインでは、交通事故や転落事故等の大きな事故による怪我でなく、背骨や大腿骨の付け根に骨折を生じた場合、そのみで骨粗鬆症と診断し、治療を開始すべきとされています。

マーカー検査で骨の新陳代謝が把握可能に

骨粗鬆症は骨を溶かすはたらき（骨吸収）と骨をつくるはたらき（骨形成）のバランスが乱れて骨吸収に傾いて起こりますが、これらはそれぞれ「骨吸収マーカー」、骨形成マーカー」として血液または尿の検査で、骨密度測定検査より早期に、

鋭敏に骨の新陳代謝の状態を把握できるようになりました。

骨密度と骨質

糖尿病の方は骨密度がさほど悪くなくても骨折を起こしやすく、「骨質」が悪くなっていることがわかっていきます。

建物の梁（はり）にあたる「骨梁（こつりょう）」が量的に減るのが骨密度低下、質的にジャングルジムの鉄棒が錆び

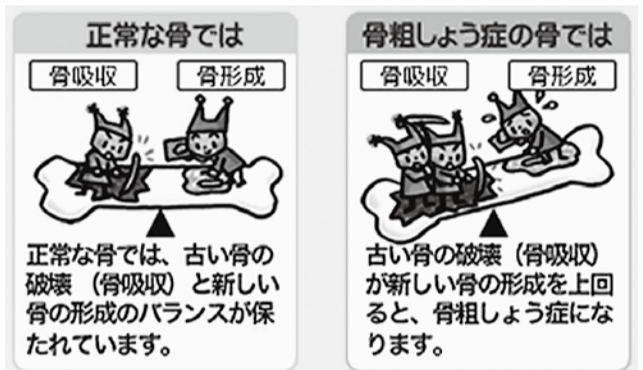
骨粗鬆症診療がさらに進歩中

一条通病院整形外科医長 芳賀 千明

てボロボロになったような状態が骨質の悪化と考えてください。

同様のことは慢性腎臓病（七〇歳以上の女性の半数が該当）や動脈硬化・高血圧・脂質異常症・慢性閉塞性肺疾患といった生活習慣病でも確認されており、また関節リウマチ等の病気や副腎皮質ステロイドといったお薬によっても起こります。

特に腎臓は骨の新陳代謝



謝の調節に密接に関わっている臓器であり、慢性腎臓病ではその調節に関わっているホルモンが複雑に変化しています。

骨粗鬆症の危険因子と早期診断

これまで骨粗鬆症の原因として更年期以後の女性ホルモン減少による骨吸収促進がまず挙げられ、そのため65歳以上の女性は全て骨密度測定検査を受けていただくことが勧められています。

その他、65歳未満の女性や男性においても、危険因子として①カルシウム摂取不足、②運動不足、③背骨や股関節部以外の骨質短縮（背骨の骨折が疑われます）、④喫煙・日本酒にして1日200ml以上の飲酒等が挙げられており、該当された方

では骨密度測定やレントゲン検査を積極的に受けていただくべきと考えています。

進化する治療

治療には骨の吸収を抑えるお薬が以前より用いられてきましたが、より強力なものも次々と開発されてきています。

さらに近年では骨の形成を促進する強力なお薬も使えるようになりまし。これらのお薬をマーカー検査で骨の新陳代謝の状況とそ

果を得ることが可能になっています。

また、ビタミンD（キノコ類）・ビタミンK（納豆）については骨質改善の効果が認められており、特にビタミンDには転倒予防の効果もあることや不足すると骨吸収を抑えるお薬の効果が十分となることが明らかになっており、カルシウムとともに不足している場合には補充を行います。

さらに慢性腎臓病ではホルモン状況についても十分に検討しながら治療が行われます。

進化を続ける骨粗鬆症の治療。骨折の予防とそれによる寝たきりの予防のため、是非今のうちから御相談ください。

相談室の窓

60代男性、妻と2人暮らし。慢性腎不全のため週3回の透析通院をしています。数年前の頸髄損傷で麻痺が残りました。歩行器の使用が、歩行器の使用で歩くことはできていました。

自宅生活できるような用途に応じた福祉用具を

要支援2の認定を受け地域包括支援センター職員との協力で、室内移動用リフト、車椅子、歩行器等をレンタルして生活していました。

ことになりました。退院し自宅での生活を再開しましたが、入院期間中に足の筋力が著しく低下してしまい、歩くことができなくなりました。介護保険の見直しを行い、要介護相当と推定されることから当事業所に紹介があり、担当させていただくこととなりました。

住宅は1階が駐車場で、2、3階が生活空間となっています。2階までの階段が20段ほどあります。

介助者も身体的な負担が強く、本人は恐怖感を抱きながら昇り降りしている状況でした。

そこで、介助者が操作をして使用する「階段昇降機」を提案しました。

自宅です。安心して生活できるような用途に応じて様々な福祉用具の提案を行っていますので、お気軽に相談してください。

宗谷医院居宅介護支援事業所 ケアマネジャー 松尾 亮

きらり☆ナース 経験は無駄になりません

3病棟 坂本 明美



道北勤医協に就職して20年以上たちます。辞めてはまた勤医協に就職することを繰り返して（悪い意味ではなく）「こんな人いないよ」と言われた事を覚えています。

ようやく勤医協に腰を落ち着け、3回目の歓迎会をしていただいたから10年が経ちました。新人の時は外科病棟で育てていただき、その後はかたくりの郷や4病棟で働き、現在は3病棟に勤務しています。

話はずしですが、私の大好きな韓国俳優ヒョビン（ヒョビン）の映画「王の涙」イ・サン（イ・サン）の決断が2月以降に旭川で公開されます。とってもいい映画です。お勧めです。

友の会無料法律相談のお知らせ

2月25日(水)、午後2時から「あかつき法律事務所」の畑地雅之弁護士がご相談をお受けします。

※予約制です（担当者が事前に相談内容をお聞きします。秘密は厳守いたします）。連絡先0166-33-0854（友の会連合会）



友の会 だより

各地からのトピックス

認知症講座に
34人が参加

東光友の会

12月11日「認知症を学び地域で支え合おう」と、認知症サポーター養成講座を受けました。東光・



講師の話に耳を傾けて（東光）

17人が参加し
総会を開催

永山東友の会

12月16日、鷹栖町・伝承館にて永山東友の会総会を開催し17人が参加しました。

総会では活動の振り返りや予算、役員体制などについて参加者全員で確認、総会後には美味しい



美味しい料理囲み総会(永山東)

旭川病院患者会と
健康教室が忘年会

旭川病院の患者会「わかば会」と健康教室の参加者20人が12月26日に忘年会を行いました。

一条通病院の湊谷種子管理栄養士の指導で健康メニューの食事を作り、1年間を振り返りながら美味しく食べました。「新年も健康に」、「身体を動かそう」と抱負を語り合いました。



新しい年も健康に（旭川病院）

「道北の医療」 宅配しています

忙しい毎日、
でも充実しています

深川友の会 今井正昭さん



今井さんは、幌加内にある北大の森林を守る仕事を長年していました。退職後の2001年に

深川市納内に転居。その頃から「道北の医療」を配布していただいています。道北勤医協との関わりは、「35年前から病気で色々お世話になって以

来、通院治療を続けています」とのことです。「春から秋にかけて近所にある30坪ほどの畑を借り野菜を育てています。収穫時期には、食べ切れないほどできた野菜を、ご近所へおす分けし喜ばれています。また故郷の幌加内の山へ出かけ、春にはギョウジャニンニク、秋にはキノコ採りに行きます」と笑顔で話してくれました。

今井さんは、3つのカラオケサークルに参加し、仲間と歌を楽しんでいます。サークルでは年に一度、介護施設や知的障害施設へ訪問する活動を行ない、施設の皆さんに喜ばれています。「毎日毎日忙しいですが充実していますよ。同郷の小中学校時代の同窓会で交流を深め、みなさんとは長くお付き合いをしています」と元気に話されます。

「笑いヨガ」で 会場は大爆笑に

旭川病院
新年会

旭川病院地域の新年会には100人が参加。萩原信宏院長の乾杯の挨拶のあと、毎年好評の「ハワイアンダンス」、参加者全員の「笑いヨガ」で会場は大爆笑に。ビンゴ大会も盛り上がり楽しい1日になりました。



会場いっぱい集まった新年会

1/25 新年にふさわしく 獅子舞おどり

ながやま医院
新年会



美味しい料理を食べ交流

永山3区会館で「ながやまブロック友の会新年会」が開催され、友の会の皆さん60人が集まりました。職員の企画は和太鼓と獅子舞おどりで会場は笑いに包まれました。また、ほたる保育園による「ようかい体操」も大好評でした。



読者 ひろば

旭川市 平林真理子さん

健康は大事です
やっぱり健康は大事です。昨年、私は腸炎になり主治医の先生から大腸検査を受けるように言われました。受けたところ、ポリープが見つかり、その場で摘出し、ラッキーにも癌をまぬがれることができました。あらためて健康の大事さを痛感しました。

配布がんばります

旭川市 中坂 静子さん

1月号、少し難しかったパズル。でも解けました。絵手紙もたくさんあつて、とても上手でした。感心しました。「道北の医療」の新聞が最優秀賞

新病院に期待しています

旭川市 片岡美恵さん

今年の秋に完成の予定の一条通病院に期待しています。年齢を重ねると、親身に接してくれる医療スタッフの皆さまが頼りです。新病院に、早く受診できることを願っています。

ヨコのかぎ

- ① 今年 は 西南西。○○○
- ④ 石狩○○。噴火○○。
- ⑤ 数字を○○○する。
- ⑦ 吠。なんと読む？
- ⑨ 平たいうどん。○○麵。
- ⑩ 島根県や鳥取県の地域。
- ⑪ 月○○の風になつて
- ⑫ 濃い桃色の花が咲く。梅の種類。

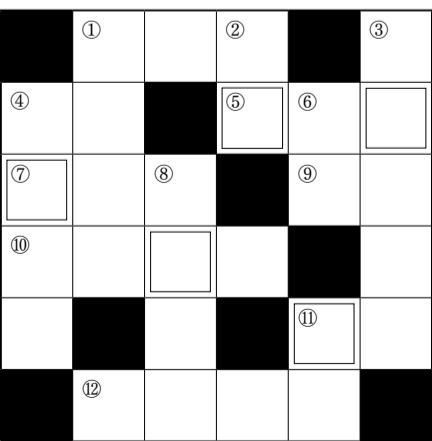
タテのかぎ

- ① みんな健康で○○○○な家族。
- ② おもてじゃない方。
- ③ 暦の上では、春近し。
- ④ 氷の上で、釣つてますね。
- ⑥ ○○○。経○○。
- ⑧ 何度も読み返して…。
- ⑪ 卒業○○。新入○○。
- ⑫ 応募方法

2重マスの字をくみあわせて、あることば（ヒント参照）をつくってください。

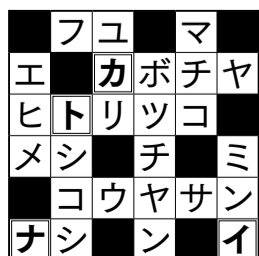
答えは、ハガキか、各院所にある「応募用紙」に、お名前、住所を記入のうえ応募ください。Eメールでも応募できます (tomonokai@dohok-u-kinkyo.or.jp)。

クロスワードパズル 310



北海道のまめまき
ヒント

クロスワードパズル12月号解答



◆しめ切りは2月末日。「ご意見」「要望」「近況」などもお待ちしています。「読者のひろば」に掲載させていただいた方に、図書カードをお送りします。
●あて先●
郵便番号078-8341 旭川市東光1条1丁目1番12号 道北勤医協 本部 社保組織部。
12月号の答えは「トナカイ」。応募総数は158通（ハガキ91通・メール32通・応募用紙35通）でした。10人の方が当選しました。
●当選者●（敬称略）
浅香雅弘、五十嵐久美子、梅原真理子、尾崎真奈美、斉藤恵子（以上旭川市）、川端洋（枝幸町）鳥越充（鷹栖町）鈴木恵美子（深川市）嶋崎慶子、深貝秀人（稚内市）