

一条通病院	旭川市東光1条1丁目	34-2111
旭川病院	旭川市神楽3条4丁目	61-1117
旭川北病院	旭川市大町2条14丁目	53-2111
宗谷病院	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

2018年10月1日
第510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-kinikyoo.or.jp
 発行者 八重樫典生

～地域に広がる不安～ 患者・利用者に寄り添って

北海道胆振東部地震被害

大規模停電に

全事業所で迅速に対応

9月6日午前3時8分頃に北海道胆振東部地震が発生しました。震災により亡くなられた方とご家族、被災された皆様にご心よりお悔やみとお見舞いを申し上げます。一日も早い復興を願います。この地震により全道的な停電となり、道北勤労者医療協会の病院、診療所、事業所等も停電の影響で運営に支障が生じましたが、職員が団結して患者さん、利用者さんの安全を第一に速やかな対応を取りました。道北勤労者医療協会の災害発生時からの状況と対応を報告します。

脅かされた命と安全

旭川、稚内で緊急患者訪問

一条通病院・クリニック

停電後、役員が緊急集合し対応を協議。一条通病院は自家発電に切り替わり院内照明や医療機器等は作動維持。しかし電子カルテシステムがダウン。在宅酸素療法の患者さん宅に酸素ボンベをもって緊急訪問実施。同日午前5時頃に病院、クリニック共に通電し電子カルテシステムも復旧。通常診療と救急患者受け入れを行いました。入院患者さんの食事を調理配送している札幌の配食センターが稼働できなくなったため、栄養科で食材を集め調理し提供しました。

【在宅酸素療法の患者訪問を行った職員談話】

職員が二人一組となり、携帯用の酸素ボンベをもって急いで訪問しま

した。訪問した患者さんは停電で酸素供給機器が止まっていて、携帯用の酸素ボンベに切り換えて吸入を行っており大変不安な様子でした。携帯用の酸素ボンベの残数も少なくなっており、停電が長引くと危険な状況でした。

【入院給食対応を行った栄養科の職員談話】

札幌の配食センターが業務停止し、9月6日の夕食から9日の朝食まで保管していた配送品と備蓄食品や買い出しで食材を準備し、すべて栄養科厨房で調理して提供しました。患者さんからは牛乳がないことなどのご指摘を受けましたが、災害の影響を説明してご理解いただきました。

旭川病院

停電は6日朝までに復

旧し、通常診療を行いました。友の会役員さんに連絡し、地域での情報収集を行いました。

旭川北病院・ながやま医院

停電により9月6日は外来休診とし、緊急を要する患者さんは一条通病院に送迎し受診していただきました。予約患者さんや気になる患者さんへの安否確認訪問、連絡を行いました。7日には通電し診療再開しました。デイサービスは6、7日を休止とし、8日から再開しました。

宗谷病院

停電により9月6日から外来休診、デイサービス休止としました。職員で手分けして在宅、居宅の管理患者やデイ利用者、65歳以上独居の患者さん等400件の緊急訪

問を行いました。10日から外来診療、デイサービスともに再開しました。

介護事業部・東光包括

停電は6日朝までに復旧し、一条ケアセンターデイサービスは通常営業しました。訪問看護も

もりポートは在宅患者訪問を実施。ケアプランセンターは利用者の安否確認を行いました。東光地域包括支援センターは事業所のある東部住民センターが避難所となり、職員が対応にあたりました。

苦小牧、札幌へ

震災支援に看護師派遣

震源地に近い勤労者小牧病院では通電した9月8日まで電子カルテ、医療機器、エレベーター、センサーなど使えない状況の中、医療活動を継続しました。職員にも震源地の厚真町在住の方がおり、自宅が半壊した方もいました。

また、札幌市でも清田区や東区をはじめ大きな被害が広がり、数日間公共交通機関が動かず、自宅待機を余儀なくされました。

職員もいました。道北勤労者医療協会は道央圏の被害の甚大さ、被災の長期化も考慮し、9月11日から順次、3人の看護師を苦小牧、札幌の民医連病院に緊急派遣することを決めました。

勤労者小牧病院に派遣された一条通病院3病棟の鈴木ひろみ看護師は、派遣初日から「なんでもやる」姿勢で苦小牧病院のスタッフを励ました。



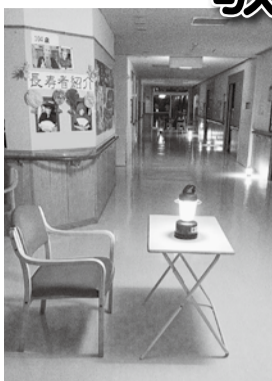
患者さんに安否確認の電話かけを行う鈴木看護師(9/11)



1990年代から日本をはじめ世界を覆う「新自由主義的政策」が多くの国の人々を苦しめている。この思想の本質は3点「儲ければ後は野となれ山となれ」「ほんの一部の層への富の集中」「極めつけはその層への批判をかわすために多くの人々の中に対立と分断、敵対と憎悪を持ちこむ」▼日本においても格差と貧困、孤独と孤立を蔓延させ人間関係の劣化を誘う。特に高齢者の生活状況は深刻であるが若者たちにも「つながり孤独」がある。地下鉄に乗ると実に多くの人が下を見てスマホに向かう。いつでもだれとでもつながれる裏で深い孤独を感じているという。遠くの人とつながるよりも、身の回りや地域で顔の見えるつながりが大切だ▼私たち民医連は「無差別平等の医療と介護」の実践を通じてその理念をより豊かに現在に引き継いでいる。そして現在WHOは「健康の社会的決定要因(SDH)」を発表し健康を阻害する様々な社会的因子に警鐘を鳴らす▼月間が始まっている「つくる・つながる・助け合う」運動をより充実発展させるために民医連の視点で地域に出かけ新しい友を迎えよう(K)

停電による混乱乗りこえ 敬老会ひらく

老人保健施設かたくりの郷



暗い廊下に置かれた机上のランタン

入所者の安全を第一に 職員が団結して対応

かたくりの郷は地震の影響で全館停電となりました。水道は使用できたものの、照明、エレベーター、電話等が使用できなくなりました。介護の経過を記録するパソコン、ナースコールや入所者の動きが分かるセンサーマット等療養の安全に係る見守り機器が

電気復旧で敬老会を開催 入所者さんに笑顔広がる

停電から4日後の9日には、年に一度の敬老会が開催されました。一時は中止が検討されましたが、9月6日23時には施設に通電し、現場の混乱も一定落ち着いたため開催を決めました。実行委員長は市川繭子

蓄していたランタンを用意して夜に備えました。入所者の食事はやむを得ず、レトルト粥等の非常食を提供しました。食事の搬送や入所者の移送も階段を利用し、多くの職員の手で行いました。



三味線の音色を楽しむ入所者

介護福祉士は「停電後、多くの職員に援助に入ってもらったおかげで準備を進められ、開催することができました」と感謝の思いを語ります。会場のホールは多くの人で埋まり、最長寿者の紹介、三味線の演奏等の

余興が行われました。天ぷらや刺身等、栄養科職員が腕を振った豪華な食事も提供されました。「普段起きていない方がはつきり目を開けてみていました。食の細かい方も喜んで食事が進みました」と実行副委員長の山田聡子介護福祉士は充実の表情をみせました。

活動の経験を交流

第1回友の会代表者会議

秋の友の会強化拡大月間スタートが目前に迫った8月30日、今年度第1回目の道北勤医協友の会代表者会議が開催されました。道北各地域の友の会から32人が参加し、諸活動の経験を交流しました。会議には永山南、神楽岡の新役員が参加し、大きな拍手で迎えられました。

大腸がん検診普及 院所と共同の取り組み

緑が丘友の会からは、11月に地域の職員さんへの大腸がん検診キット全戸配布を行うことが報告されました。8月に全戸配布を行った豊岡西友の会は、「異常がなくて安心した」

「配布してもらって助かった」との会員さんからの感謝の声を紹介しました。さらに、昨年全戸配布を行った東光友の会や、役員が近所の会員さんに配布を行っている末広友の会からもその経験が報告されました。また、北星友の会からは、院所や行政と協力して行い、徐々に広がり

友の会と民医連をつなぐ月刊誌

「いつでも元気」読んでみませんか

医療・福祉の話題はもちろん、お料理や旅、海外の情報から有名人まで、内容は盛りだくさん！まずは手にとって、ページをめくってみましょう～！見本誌は各院所待合に置いてあります。

購読ご希望は、お知り合いの友の会役員さんや各院所窓口などにお声がけください。1冊380円です。



災害時の経験報告、新役員への抱負表明

忠和友の会からは、7月に起こった豪雨による忠和地域の冠水被害時に炊き出しを行った経験と

現在の復興状況が報告されました。神楽岡友の会の新会長となった佐々木輝明さんからは、「楽しい活動をすすめるながら、現在の会員900人台から1000人突破を目標としたい」との抱負が話されました。

友の会 スポットライト

ながやま地域での活動を 全国に報告

9月9、10日の二日間、全国の共同組織の活動経験を交流する「全日本民医連共同組織活動交流集会」が神奈川県横浜市で開催されました。

その中で永山南友の会事務局長の田中洋子さんが「地域祭り」、「会員拡大と役員づくり」、「平和運動」など、院所や地域住民、諸団体と協力して行った活動経験を報告しました。

以下、田中さんの報告（抜粋）です。
2004年5月に長年待ち望んでいた「ながやま医療」が開院しました。

2年前の11月から院所での風除室行動を始め、毎月1回続けています。診療を終えてホッとして、用意したお茶を飲んで、アメをなめながらゆっくりお話をしたいられる方もいます。署名をしながらか、色々な思いを話され、会話が弾み、同情したり、大丈夫と励ましたり、笑ったり、私

地域に頼られる 友の会活動をめざして

この7月には、ながやま医療、友の会、地域の新婦人大雪班が共催する平和運動の取り組みとして院所を会場に、「原爆写真展」「平和のつどい」を開催しました。平和のつどいでは3人の友の会員から戦争体験のお話をして頂きました。初めての試みで心配でしたが、34人の参加者から「よかった」「勉強になった」との声が出され、帰りのお見送りをしながらホッとしました。

ちにとっても大変意味のあるものになっています。また、この行動でお茶を飲んでいかれた男性が友の会の旅行に参加し、その時に思い切って「役員になってほしい」とお願いしたところ、了承してくれました。待望の男性が役員となり、大変嬉しい成果です。

このような共同の取り組みは、職員も友の会も地域の仲間も元気になります。地域の人たちとも顔見知りになり、会釈や声かけも気軽にできるようになってきています。これからは友の会として民医連の理念を深め、地域の人々に寄り添う活動に努めていきたいと思っています。



全国の仲間を前に報告する田中さん

シリーズ みんなの医療講座

紫外線と肌の老化

肌の老化の原因の7割は「紫外線」といって驚かれるでしょうか？

もちろん年齢とともに肌は老化しますが、日に当たりやすい顔や手などの老化には紫外線が大きく影響しています。日の当たりにくい二の腕の内側や太ももと比べてみると違いは一目瞭然で、紫外線対策をしっかりと行うことが肌の老化を抑えるためには有効です。

紫外線とは

紫外線は太陽光に含まれ地表に届きます。晴れの日はもちろん、曇り空であっても紫外線の量は



快晴時の8〜9割ほどもあると言われています。地表に届く紫外線は2種類あり、①皮膚の深いところに届きシワやタルミの原因になる「A波」と、②皮膚に炎症を起し日焼けの原因となる「B波」があります。

A波とB波

「B波」は5月頃より

紫外線との付き合い方

一条通病院 副院長 佐藤 一人

す。

またどちらの紫外線も繰り返し浴びることで皮膚がんのリスクを高めるため、やはり紫外線対策は大切です。

紫外線対策

それでは有効な紫外線対策にはどのようなものがあるのでしょうか。

- ① 太陽からの直接光
- ② 空気の粒にあたって散らばる散乱光
- ③ 建物や地面などからはね返る反射光

これら3方向からの紫外線対策が肝心です。「直接光」は上から降りそそぐため、帽子や日傘などで防ぐことができますが、それでは「散乱光」や「反射光」を防ぎきれません。あらゆる角度からあたる紫外線には帽子や手袋など身に付ける対策とともに日焼け止めクリーム（以下、日焼け止め）等が有効です。目から入る紫外線にはサングラスが有効で、紫外線カットグラスで色の薄いものがより有効です。

急速に増え7月にピークを迎えます。そのため春先からの対策が必要です。こちらは太陽光が強くなるのに合わせて増えるので対策がしやすいといえます。それに比べ「A波」は少々やかましいです。天気や季節に関係なく一年中地表に届きます。そのため曇りや雨の日であっても対策が必要となりま

相談室の窓

ケアマネジャーや介護職員などが、利用者からハラスメントの被害を受ける事が少なからずあります。その場合、上司が「職員が力不足なので被害を受ける」と考えてしま

い被害者も同様の思いに陥ると、事態はより深刻になってしまいます。被害者が泣き寝入りすることになりかねません。しかし、ハラスメントは加害者が誰であろうと被害者に対する権利侵害

であり、「力不足」で済ますのは間違いです。事業主には、労働者に快適な労働環境を提供する義務があり、被害者だけではなく事業所の問題として取り扱う必要があります。

できるという内容が規定されています。ハラスメントはまさに信頼関係を損壊する行為であり、契約解除は事業所の選択肢の一つです。もちろん、ハラスメントがアルコール依存や物

う被害を防ぐかの事業所としての対策が欠かせません。ハラスメントにより、被害者は心に大きな傷を負います。職員に「自分が未熟だから被害を受けた」との思いをさせないために、毅然とした対応が求められます。

ハラスメントについて

介護保険では利用者がケアマネジャーやサービス提供事業所と交わす契約書には、利用者が双方の信頼関係を損壊する行為を行い、改善の見込みがない場合、サービス事業所の側から契約を解除

盗られ妄想によることも考えられ、事業所も慎重な判断が必要です。また、契約解除後の利用者の生活も検討しなければなりません。そして、何よりも被害が発生した後の対応だけではなく、ど

職員が良好な関係でいてこそ、質の高いケアが提供できるのです。医療ソーシャルワーカー 杉原 和人 ※ハラスメントとは、他者に対する肉体的、精神的苦痛や困惑、不快感を与えること。

PA&SPF

日焼け止めには「PA+」や「SPF30」などの記号があります。

「PA」は曇りでも届くA波を防ぎ、「+」が多くなるほど防御力が強いことを示しています。

「SPF」は皮膚の炎症を起すB波を防ぎ、後の数字が大きいほど防御力が強いといえます。

ただ防御力の強いものは肌への負担も大きくなるので、表を参考に適正な値の日焼け止めを選んでみてください。

また日焼け止めは汗などでとれていきます。高い数値に安心せず、2〜3時間程度で塗りなおすといわれています。

1日15分の日光浴

紫外線の怖い部分ばかりお伝えしてきましたが、もちろん太陽光は人間にとって、とても大切なものでもあります。

太陽の光を浴びると作られるセロトニンという物質は、気分を安定させ体内時計を整える働きがあります。

またビタミンDが増えることで免疫力がアップし、骨を丈夫にする助けをします。

これらに必要な日光浴は1日15分。過度の紫外線を避けつつ、日光浴を実践してみませんか。

介護の魅力とやりがいをお伝えします キラッと★介護 若者と笑顔で介護の仕事がしたい



午前入浴介助では、スタッフ同士で声を掛け合い、安全な入浴介助に努めています。利用者さんからは「お風呂気持ち良かったよ」と笑顔が返ってきます。午後はリハビリ技士と連携してマシントレーニングや個別運動援助を行い、利用者さんが在宅生活を一日でも長く続けられるように、日常生活動作の改善を目指しています。

通所利用中に利用者さんが体調を崩された場合

等、ご家族やケアマネジャーさんに連絡し、情報共有しながら利用者さんの支援を進めています。その中で、利用者さんが少しでも不安を解消できたり、困ったことがあったら何でも話していただいたり、笑顔を取り戻された時に「ああ良かったな」とやりがいを実感します。高齢者と接することが好きで選んだ介護の道。これからはどんどん若い人たちが道北勤医協に就職し、共に笑顔で奮闘し、キラッと輝き続けていければと思っています。

かたくりの郷 主任介護福祉士 小原 和也

友の会だより

各地での取り組み

旭川医院地域の4つの友の会

みんなが集い、交流

全員参加することができました。

オケ大会で盛り上がり、皆さんで楽しみました。(旭川医院 八代慎也)

最初に温泉を堪能して

から、神居友の会大西教

文会長の挨拶で研修スタ

ート。旭川医院の八代慎

也事務長による旭川医院

診療活動報告・2017

年度大腸がん検診推進の

取り組み報告がありまし

た。交流会では山田美幸

看護師長の乾杯を皮切り

に、美味しい食事とカラ



参加者全員で記念の1枚

「ヒロシマ・ナガサキを 繰り返してはいけない」

原水爆禁止世界大会参加報告

山本幸子さん(忠和友の会事務局長)

友の会代表者会議、旭川医院地域友の会研修交流会での報告された内容を抜粋してご紹介します。

道北代表団は11人、北海道代表団では145人が参加しました。

開会式・総会では、ボストンからの発言者は「一人に対する脅威は全体に対する脅威です。圧倒的に平和を願っている人たちが多いのに、核兵器を持つ国は脅かし続けている」等、世界の人たちの思いをじかに聞くことができました。

また、全国の隅々からの平和行進に参加した人たちやたくさんの方、子どもたちや女性の団体

も笑顔で登壇し総会を終えました。

次の日は第3分科会「9条改憲ストップ、核兵器禁止廃絶」に参加し、東京慈恵医科大学の憲法学者、小沢隆一先生から安倍政権の憲法9条改憲案の矛盾などについての講演を聞きました。

講演後、全国での活動交流報告があり、その中で岩手県農業組合の報告が印象に残りました。「岩手県は保守の地盤だった。いまTPPは強行され、農民は地殻変



参加者全員で記念の1枚

動を起こしている。農民は小作の時代から作物を作り、平和を願い働いてきた歴史がある。国民1億2千万人が国会議員707人の内の3分の2の勢力に負けるわけにはいかない」と語り、野党共闘の話も力強く話されました。

最後に小沢隆一先生は「2019年は選挙の年。今年9月の首相再選はあっても朝鮮問題の失敗や国内問題等でのいい材料はない。平和勢力のチャンスは続くのでがんばりましょう」とまとめました。

初めての参加でしたが、世界中の人たちの平和を愛し、「ヒロシマ・ナガサキを繰り返してはいけない」の思いにふれるたくさんの方の経験をさせていただきました。

初めて参加でしたが、世界中の人たちの平和を愛し、「ヒロシマ・ナガサキを繰り返してはいけない」の思いにふれるたくさんの方の経験をさせていただきました。

初めて参加でしたが、世界中の人たちの平和を愛し、「ヒロシマ・ナガサキを繰り返してはいけない」の思いにふれるたくさんの方の経験をさせていただきました。

初めて参加でしたが、世界中の人たちの平和を愛し、「ヒロシマ・ナガサキを繰り返してはいけない」の思いにふれるたくさんの方の経験をさせていただきました。

初めて参加でしたが、世界中の人たちの平和を愛し、「ヒロシマ・ナガサキを繰り返してはいけない」の思いにふれるたくさんの方の経験をさせていただきました。

初めて参加でしたが、世界中の人たちの平和を愛し、「ヒロシマ・ナガサキを繰り返してはいけない」の思いにふれるたくさんの方の経験をさせていただきました。

初めて参加でしたが、世界中の人たちの平和を愛し、「ヒロシマ・ナガサキを繰り返してはいけない」の思いにふれるたくさんの方の経験をさせていただきました。



季節替わりの体調注意

旭川市 木田 陽子さん

暑い暑いと思っていた

夏も、お盆が過ぎるとあ

つという間に秋風。大雪

山には初雪の便り。体調

を整えて過ごしたいもの

ですね。

農家の笑顔を願う

東神楽町 山本 京子さん

猛暑、台風、豪雨と自

然の脅威をまざまざと感

読者のみなさまへ

本紙記事の感想やご意見みなさまの日常の出来事、絵手紙などのご投稿をお待ち

じさせられた夏が過ぎ、収穫の秋です。農家にとつては忙しくも笑顔になれればよいのですが。

夏祭り参加ぜひ来年も

旭川市 和八 光子さん

今年の夏は町内会の夏祭りに向け、太鼓と盆踊りの練習を毎日猛暑の中頑張りました。楽しかったので、来年もまた身体を鍛えて参加したいと思っています。

気づき怒れ有権者

旭川市 藤田 修一さん

国民に丁寧な説明なく、総理には付度する、なんでもありの政治ですね。国民一人ひとりがこのままでいいのだから、気づくべき有権者、怒れ有権者!



「道北の医療」 宅配しています

配布活動を 支えていきたい

永山南友の会 高橋 友治さん



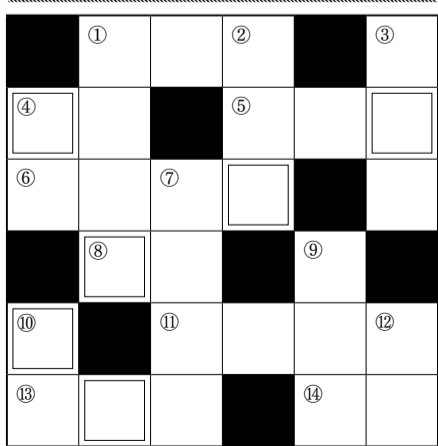
シリーズ⑫ 稚内で生まれ育ち、地元企業に就職。その後定年まで働き、3年前に旭川に転居し、娘さん一家と同居しています。趣味は音楽、特にグループサウンズが好きで、ベンチャーズや加山雄三などのコンサートに足を運びます。自らもカラオ

ケで歌い、そのおかげで旭川転居後も友人がすぐに行きました。また、旅行も楽しんでおり、特に近所に住むお兄さんと一緒に住んだ船旅は台湾、石垣島、沖縄と1週間かけて周り、最高の気分だったそうです。ながやま医院の風除室で友の会役員さんに声をかけられ、お茶を飲みながらお話ししたことがきっかけで「道北の医療」の配布をすることになりま

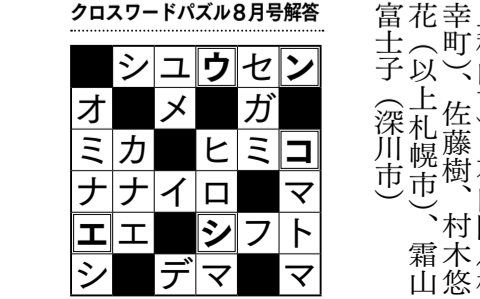
した。永山南友の会の総会を兼ねた旅行にも参加し、その時に「役員になってほしい」と声がかかり「何かの役に立てれば」と快く応じました。すでに「道北の医療」の配布で大活躍の高橋さん。「友の会の柴田誠吾会長と一緒に道北の医療の配布をした際に、高齢なのに歩く速度も速く、お元気に活動する姿に驚きました。私も道北の医療の配布活動を支えていければ」と、エピソードと今後の活動への思いを語りました。

タテのかぎ? ① 停電で真っ暗。○○○ ○○アウト。 ② ○○○が高い。 ③ 集団で熊、鹿などの大型動物の狩りをする人々。 ④ ○○○を持って余す。 ⑤ ○○○○豆。 ⑥ 寝起きの髪がはねてます。 ⑦ 地下水を得るために地中に掘られた穴。 ⑧ 「おか」とも言います。 ⑨ 応募方法 ⑩ 2重マスの字を組み合わせて、ある言葉(ヒント参照)を作ってください。ご応募は、ハガキ、各院所にある「応募用紙」、Eメールで、答え、氏名、郵便番号、住所を記入しお送りください。抽選で20人の方に図書

クロスワードパズル 354



カードをお送りします。 ◆締め切りは10月末日。 〓あて先〓 〒078-8341 旭川市東光1条1丁目1番13号 道北勤医協本部 社保組織部 (Eメールアドレス) tomonokai@dohoku-kinikyoo.or.jp 8月号の答えは「こうしえん(甲子園)」。応募総数は148通(ハガキ75通・メール32通・応募用紙41通)。20人の方が当選です。 〓当選者〓 当選者(敬称略) 井本かほる、片桐牧子、国澤裕美子、桑野恵理、紺野美香、鈴木忠、林富久、真壁洋子、松本美恵子、森田忠夫(以上旭川市)、鳥越充(鷹栖町)、柏木美鈴、小林純子、近藤道子、椎由美、福田弘子(以上稚内市)、石田隆(枝幸町)、佐藤樹、村木悠花(以上札幌市)、霜山富士子(深川市)



クロスワードパズル8月号解答

シユウセ ン オミカ ヒミコ ナイロ シフ ト エエ シ

2020年からスポーツの日に変わります