

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

2018年4月1日  
**第504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-Mail tomonokai@dohoku-kinikyoku.or.jp  
 発行者 八重樫典生

## 安倍改憲ストップ!

# 「二度と戦争はしない」9条の思いを守ろう

## 改憲発議させないために 署名集め民意を示そう

憲法改憲の動きを加速させている安倍政権・自民党に対し、9条改憲を許すなど全国で取り組まれているのが今回の「安倍9条改憲NO! 憲法を生かす全国統一署名」(3000万人署名)の運動です。憲法記念日に署名提出を目指す中、最後のひと踏ん張りです。署名を集め、多くの国民の声で安倍政権・自民党の国会への改憲発議を止めましょう。

なぜ3000万人  
なのかな

前回の総選挙の投票総数は5500万票台であり、その過半数が3000万人です。現在、国会での改憲推進派勢力は改憲発議に必要な3分の2を上回っています。しかし、改憲を許さない世論と運動が多数派になり、国民投票をしても成立することのできない状況を作ることが発議を抑制させることにつながります。

国民投票は民意が  
反映されない

憲法改正の承認は憲法96条に、国民投票で過半数の賛成が必要と定められています。

しかし第一次安倍政権時代に憲法改正を進めるために制定された国民投票法において、憲法96条という過半数は有効投票数の過半数とされてしまいました。最低投票率の定めがないため、投票率



一条通病院前でのアピール行動(3/9)

がどれだけ低くてもその有効投票数の過半数とされるため憲法改正のハードルが下がるとともに、民意が反映されない危険性のある国民投票になるのです。

憲法に自衛隊を明記  
よむとどうなる

憲法9条に自衛隊を明記すれば、「後から作

った法律は前の法律に優先」という法律の原則によって9条2項「戦力の不保持」は空文化され、無制限な海外での武力行使に道が開かれます。

自民党改憲草案での9条2項を削除して戦力としての国防軍を憲法に位置づける案と、9条の2を追加し自衛隊を承認する案の2つが検討されていますが(3月末現在)、

いずれにせよ海外で戦争できる国づくりに進む方向には変わりありません。

9条改憲で国民生活への影響は

9条改憲は軍備拡大に憲法上の根拠を与えることになりません。

安倍政権は9条改憲を前提とした海外で戦争する国づくりへの布石ともいえるべく、2018年度の予算で過去最高の軍事予算を組みました。

一方で、社会保障の予算が大幅に削減されており医療、介護、年金、公的扶助等に影響が出ています。9条改憲はさらにもその広がりを招くことにつながります。

7000筆の  
署名到達

マスコミの世論調査でも改憲を急ぐ声は少なく、国民間での十分な議論が必要です。安倍首相が自らの思惑で改憲を推進することは許されるものではありません。

道北の医療に同封した署名用紙が道北各地から次々と返送されています。3月20日現在で7000筆の署名到達となっています。友の会員の皆さまのご協力に大変感謝いたします。さらに多くの声を伝えるべく、署名を広げていただけるようご協力をお願いいたします。

### 安倍・自民がねらう 改憲スケジュール

国会発議  
開催中の通常国会中(6/20まで)、もしくは秋の臨時国会

国民投票運動期間  
発議後60~180日

国民投票  
来年3月までを目途に

### 社員総会告示

道北勤労者医療協会  
第58回通常社員総会

日時:2018年5月26日(土)  
午後1時30分開会  
(12時30分より受付開始)

場所:旭川市大雪クリスタルホール  
(旭川市神楽3条7丁目)

議題:

- ・第43期事業報告・決算の件
- ・第44期事業方針・予算の件
- ・役員選出の件
- ・その他

### 雪解けの4月、 いよいよ野球シーズン

だ。我が道北勤労者医療協会の野球部は20代から60代後半の選手までが所属し、地元朝野球リーグに加盟し活動している。リーグには年配者のチームもあり、野球を通じて面識ができた世代を超えて交流させていた。こうしたスポーツを通じて地域交流は人脈作りを生きている。今回の安倍9条改憲NO署名運動「道北の医療」に返信用封筒付きで署名を入れて会員さんにお配りし、企業や老人クラブ等にも協力をお願いした結果、毎日多くの署名が届き、その返送数は1200通を超えた。中には戦争で大陸から引き揚げて来られた経験のある方から、「このままです。戦争は子ども孫もひ孫もいなくなる。今で幸せです」と切々と平和への思いが綴られた署名用紙が同封されていたこともあった。憲法9条は、原爆まで落とされた日本が「二度と戦争はしません」と世界に誓った大切な思いが込められたものではないか。時の首相の思いひとつで変えたり、無くしてはいけなないものだ。いまこそ声を挙げる時。様々な人脈を駆使して署名を広げよう(ひ)



# ともに地域の命守ろう

## 医師をめぐる奨学生募集

道北勤医協の加盟する北海道民医連では、将来北海道民医連とともに北海道の地域医療を担うことを希望される奨学生を募集しています。

### 月額12万円の奨学金、生活面などの支援も

医師をめぐる奨学生さんへ、奨学金制度は月額12万円です。いままで多くの医学生の方々が、



ますので、親元を離れての生活も安心です。

### 魅力ある奨学生生活

旭川では北海道民医連旭川事務所の担当職員が、旭川医科大学の奨学生の学習や生活などを支援しています。その中でも毎月1回行われる昼食会は、医学生担当職員の手により作られた。昼食が好評です。その他、奨学生や医学生が定期的に集まる学習交流会や、長期休みなどに病院実習や地域に出かけて直



医学生の昼食を作る職員

### ぜひ学生への紹介を

医学部進学を希望している高校生・予備校生さん、既に医学部で学んでいる医学生さんなど、医師をめざしている学生さんへぜひご紹介下さい。

一条通病院医局課まで (電話34・2111)

### 差額ベッド料とは

入院して治療を受ける際に、入院費を心配される患者さんやご家族もいらっしゃると思います。健康保険での自己負担割合ごとの医療費の他に、保険適応外の費用が発生する場合があり、その中に「差額ベッド料」があります。

### 差額ベッド料の仕組み

差額ベッド料は必ず発生するものではありません。負担となり、患者さんにとっては大きな負担になります。

## 差額ベッド料を頂かない 民医連医療

差額ベッド料は国で定めた一定の療養環境（主として一定の広さ、個々のプライバシーが守られる、4床以下等）を有する特別療養環境室と呼ばれる病室に入院した場合にかかる費用です。

「患者さん（ご家族）が希望し、料金の発生に同意」した場合のみ料金が発生します。

### 差額ベッド料の問題点

しかしそうはいっても、お世話になる病院に同意を求められた場合、心情的に拒否しづらい事もあると思います。

「病院との関係が悪くなり治療に影響が出るのでは」と不安に思うこともあると思います。このような状況では安心して療養が継続できません。

道北勤医協の加盟する民医連は「お金のあるなしで命に格差があってはならない」との立場から、差額ベッド料を頂かない方針をとっています。もちろん一条通病院でも差額ベッド料金は頂いておらず、個室は患者さんの病状によって活用しています。

患者さんが本当に安心して療養するためには、医療費の心配なく受けられる医療と社会保障制度の充実が求められます。

旭川市内の医療機関 差額ベッド料金例	
1日当たりの料金	
大規模病院 300床以上	3,000~8,500円
中規模病院 200床程度	2,500~20,000円
全国平均 (厚生労働省発表 平成28年7月1日現在)	7,797円

## 宗谷病院に新医師着任

### 副院長として佐藤克哉医師

4月1日付で熊田肇医師に代わり、佐藤克哉医師が副院長として着任しました。医師4年目の佐藤医師は後期研修を宗谷病院で行い、坂牧勉院長とともに宗谷での地域医療を担いながら、医師としての研鑽を積みま



### 《佐藤克哉医師 略歴》

2015年3月 札幌医科大学卒業  
2015年4月～2017年3月 勤医協中央病院(初期研修)  
2017年4月～2017年9月 勤医協札幌病院  
2017年10月～ 勤医協中央病院  
※2017年4月より、GPM E C (北海道民医連 総合診療・家庭医療・医学教育センター) 所属

## 原発はいらない

### 3.11福島の写真展開催



閲覧後、署名に応じる来場者

東日本大震災による福島第一原発事故が起ってから7年。いまだ7万人超の被災者が避難生活を続けられています。ふるさとを奪われ、生活を奪われた人々の苦しみはまだまだ癒えるものではありません。

この大きな被害を風化させたい。けないと全国各地で被災日の3月11日に合わせた取り組みが行われました。旭川市では道北勤医協の加盟する原発ゼロをめざす旭川連絡会が「ふくしま3・11忘れない あさひかわACTION 2018」福島からの怒り「写真展」を開催しました。福島第一原発から約18kmの南相馬市出身の福島県在住の写真家、渡部幸一氏が原発事故後か

ら福島の様子を撮り続けた写真30点を展示。それは放射能被害による影響で生活や家族を奪われた方々の思い、国や東電に対する怒りや現地の様子が伝わるものでした。当日は120人の方が来場。「貴重なものを見せてもらった」、「原発から自然エネルギーに転換していく必要性を改めて感じた」などの感想を話し、エネルギー政策の転換を国に求める署名に次々と協力していただきました。

### 診療体制変更のご案内

一条クリニックでは5月9日(水)から、**毎週水曜日の午後診療を休診**

とさせていただきます。水曜日の午後以外は、今まで通り診療いたします。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。



# シリーズ みんなの医療講座

## 【癌による死亡数第2位】

大腸がんは長さ約2メートルの大腸(盲腸・結腸・直腸)に発生する癌です。日本人はS状結腸と直腸に多いとわれています。癌が大腸表面に発生したあとと進行すると大腸深く侵入し、リンパ節や肝臓・肺など他臓器に転移します。

厚生労働省の調べによると、2014年の大腸がん患者は26万1千人、3年前より3万人増加し、内訳は男性15万人、女性が11万人。女性の癌死亡率1位です。癌による死亡数でも胃癌を抜

食の欧米化	日本人はこれまで主にコメ・野菜中心に野菜生活でしたが、食の欧米化により肉や加工肉の過剰摂取になっています。
肥満	特に男性において肥満による危険が指摘されています。
運動不足	適度な運動が大腸がんの危険軽減に有効とされています。
たばこ	たばこに含まれる発がん物質の影響が指摘されています。
過度の飲酒	過度の飲酒は危険因子の一つとされています。
体質	ポリープが繰り返してきやすい方、ポリープの大きさが大きい方は危険度が高い。また潰瘍性大腸炎やクローン病など、腸疾患を長く患う場合も危険度が高まります。
遺伝	家族に大腸がんを患った方がいる場合は危険度が高まります

## 大腸がんについて

一条通病院 検査技師 田中 重行

いて、第2位になりました。男性の11人に1人、女性の17人に1人が大腸がんになるといわれています。全癌患者数は162万人で大腸がん患者は16%を占めます。

### 【大腸がんになりやすいとされるもの】

大腸がんのはっきりとした原因は解明されていません(表1参照)。初期の症状としては○便に血が付着する ○下血、下痢と便秘の繰り返し

### お勧めします

## 大腸がん検診

- 便が細い
- 便が残る感じ
- おなかが張る
- その他腹痛、貧血、原因不明の体重減少などがあります。

癌は放置するとどんどん進行してしまいますが、早期に見れば怖くない病気でもあります。そのためには、毎年大腸がん検診を受診されることをお勧めします

腸に癌ができるとその部分が弱くなり、便が通過するときに血液が付着します。便に目に見えない血液が混じっているかどうかを検査するのが便潜血検査です(下図参照)。

ご自宅で専用容器に2日間、便を少量とっていただいで病院に提出するだけです。結果は3日程でわかります。この検査で陽性と判定されたら大腸内視鏡検査などでより詳しい検査をしていきます。但し、癌以外の出血(痔、胃潰瘍、十二指腸潰瘍など)でも陽性となる場合があります。

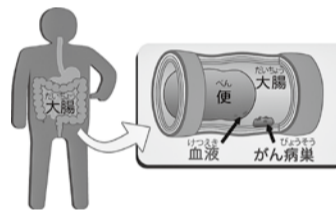


図1 腸内で便に血が混ざる仕組み

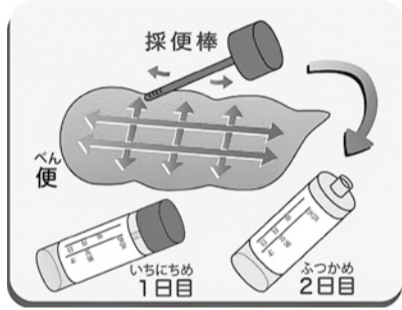


図2 便採取の方法

### 大腸がん検診料金(旭川市)

対象年齢は40歳以上

- 国保の方 300円
- 国保以外の方 600円
- 70歳以上は無料
- 友の会員のの方は料金助成があります

※旭川市以外の市町村は対象年齢や料金が異なりますので後所にお問い合わせ下さい。

## 相談室の窓

回復期リハビリテーション病棟では病気やケガの発症後、早期から日常生活動作の向上や社会復帰を目的として、集中的にリハビリを行います。

### 回復期リハビリテーション

## 病棟から自宅へ

脳梗塞等の脳血管疾患や大腿骨骨折等の整形疾患などの患者さんが主な入院対象で、疾患別に入院期限が決まっています。

より右側不全麻痺、構音障害が残っており、入院当初は車椅子で介助が必要で言葉も聞き取りづらさがありました。

て、自宅内では独歩可能、身の回りのことや家事もできる状態まで回復し、Aさん自身も気にしていた言葉も問題なくやりとりできるまで回復しました。また、退院に向けてリハビリ技士と自宅訪問

ハビリ目的で当院に転院してきました。入院前は一人暮らしをしていたため、「身の回りのことと家事ができるようになって自宅に戻りたい」と入院時に話がありました。

理学療法士、身の回りの動作に作業療法士、言葉の部分に言語聴覚士、退院後の生活のための社会資源の活用等にソーシャルワーカーが関わりました。約3ヶ月半の療養を経

を行い、生活環境を確認。介護保険を利用して手すりの設置等の住宅改修を行いました。さらに、自宅での生活を支えるヘルパー等のサービスも導入し、Aさんは笑顔で自宅へ帰られました。

病棟の機能分化により、病棟ごとに入院の対応者は異なります。療養に困り際にはまずご相談ください。

一条通病院 医療ソーシャルワーカー 成田 恵梨香

## きらり☆ナース 患者さんの思いに寄り添う看護師めざして

宗谷医院 佐藤 健太



勤医協に入職して1年が経とうとしています。自分は看護師5年目で宗谷医院に入職し、初めて外来看護に携わる事になりました。これまで働いてみて、忙しさとともに充実感を感じています。

判断が求められる部署だと思えました。糖尿病の療養指導が必要な患者さんとの関わりでは、病識もなく自己中断してしまうかもしれない患者さんに対して療養指導を

たうえで訪問看護師と一緒に訪問し、情報収集や薬のセットなど、在宅看護全般を実践しています。

これからも研修や外来の中で学んだことを生かして、患者さんの思いを理解し、尊重できる看護師になりたいと思います。

問診をとり、その場での

外来は病棟とは違い、

師としてのやりがいを感じ

いつでも元気

2018 4月号 380円 好評発売中

巻頭エッセイ/稲葉剛さん(つくりい東京フンド代表理事)

特集 私たちの診療所

守りたい9条 道東勤医協会の会 鳥取支部

ひんご教室 眼瞼けいれん

昔ばなし 苦勞話 自慢話 新連載

イタリア街歩き 新連載

発行一帯保健医療研究所 〒113-0034 東京都文京区湯島2-4-4 平和と労働センター2階 電話 03(5842)5656(代表) FAX 03(5842)5657

### いつでも元気!読んでみませんか

「いつでも元気」は民医連発行の月刊誌です。医療・福祉の話題、お料理や旅など内容は盛りだくさん!病院、診療所に見本がおいでありますのでご覧ください。購読は1部380円。ご希望の方は職員、または友の会役員さんにお申し出ください。





参加者全員で乾杯(千代田)

**千代田と緑が丘では  
配布世話人さんの会**

千代田友の会は3月16日、配布世話人ご苦労さん会を開催し28人が集まりました。高島信行会長が代表して、日頃の配布活動に対する感謝の気持ちを伝え、食事をしながら懇親を深めました。

**二つの友の会  
豊岡西・和寒  
で総会**

**友の会  
だより**

各地での取り組み



議案を説明する平みさ子事務局

豊岡西友の会は2月24日、35人が出席し総会を開催しました。平みさ子事務局局長から提案された議案は、満場一致で承認されました。その後、一条通病院リハビリ技士を講師に、認知症予防につながる健康体操教室が開かれました。



配布世話人を慰労(緑が丘)

緑が丘友の会は3月17日、配布世話人交流会を開催し18人が集まりました。大友直弘会長は「緑が丘は60代、80代までの37人が配布されています。配布世話人も高齢化していますが、配布していただくことを楽しんで交流できればと思います」と挨拶しました。



みんな笑顔で体操(和寒)

和寒友の会は3月17日、38人が出席し総会を開催しました。午前は議事で活動について全体確認後、健康チェックと体操で参加者の健康維持と予防を図りました。昼食をはさみ、午後からはゲームで交流しました。



毎年恒例の富良野友の会健診(3/14)



美瑛町上宇莫別での健康体操講座(3/13)



**署名を友人に広めた**

旭川市 三国 徳子さん

先月号の「安倍9条改憲NO!」署名を広げる取り組みの中で、旭川北医院の松崎院長の200人呼びかけにはとても心が打たれ、私も遠くにいる友人に署名用紙を送ることにしました。

**有酸素運動やってみた**

旭川市 西田 智信さん

先月号の医療講座「お家で出来る有酸素運動」の記事が目につき、早速やってみました。外は道が悪く、やや運動不足だったので大変良かったので

**「道北の医療」  
宅配しています**

歩いて配布で健康維持

忠和友の会 梅木 静子さん

忠和地域で配布活動を行っている梅木さん。配布を始めたきっかけは、受診の際に旭川北医院の医師に運動を勧められてい



旭川市 中坂静子さん

す。ゆっくり30回ほど続けましたが歩くよりきつい運動だと感じました。

**楽しい紙面を期待**

旭川市 松藤 美子さん

先月号のクロスワードパズル面白かったです。「甌(こしき)」の読み方は難しいですね。これからも工夫された楽しい紙面を期待します。

**読者のみなさまへ**

本紙記事のご感想やご意見、みなさまの日常の出来事、絵手紙などのご投稿をお待ちしています。クロスワードパズルの「応募と一緒にお願いします」



旭川市 関暁子さん

面を宜しくお願ひします。院所の健康教室に4年

旭川市 谷口 弘子さん

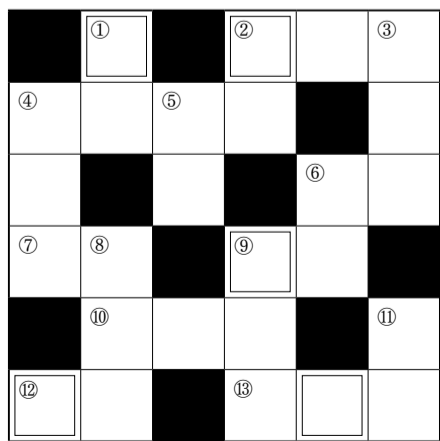
旭川北医院の健康教室に参加させていただき、4年が過ぎました。腰の痛みも消え、嬉しく思っています。よき指導者と看護師さんに見守られ、感謝しております。



れ、現在は配布時間も短縮することができ、運動を兼ねた歩きながらの手配りを続けています。普段はお仕事をしながら、合間を見て古くからの友人と食事やワインドショッピングに出かけて楽しむ生活です。札幌まで足を延ばすこともありますが。

開始当初は慣れない配布に苦労し、家を探すのに1時間かかることもあったのですが徐々に慣れた。また、趣味の編み物は、身内から欲しがられるほどの腕前で、セーター類が得意だそうです。

**クロスワードパズル 348**



**ヨコのかぎ**

- 時計。○○○電
- カーリング女子は母で○○○タイム。
- 肉眼で見ることができ
- 迂○○。○○○覧。
- トルネード投法で一世を風靡したプロ野球投手は？
- 錫と鉛の合金。○○○見参。○○○冠。
- 足取り。○○○。

**タテのかぎ**

- ホンカワウソやトキは絶滅○○種です。
- 内臓に猛毒があり、膨らむ魚。
- 演歌でよく聞く、声を震わせるテクニク。
- 薄皮の中にあんを詰め、和菓子の一つ。
- あやふや。「曖昧○○」。
- ネギを背負って来る鳥は？
- 命令や規則に背くこと。
- 屋外で楽しむ茶会。
- 寿司に添える甘酢しょうが。

**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。

**クロスワードパズル2月号解答**

ユ	キ	ド	ケ	ウ
ド	テ	ク	ヨ	ル
マ	ラ	ク	ヨ	ウ
ゴ	ム	カ	マ	ク
コ	シ	キ	ク	ダ

Eメールでも応募できます (tomonokai@dobokunkitkyo.or.jp)。  
抽選で20人の方に図書カードを送ります。  
◆しめ切りは4月末日。  
●あて先  
郵便番号078-8341 旭川市東光1条1丁目1番10号 道北勤医協 本部 社保組織部。  
2月号の答えは「ゆきだるま」。応募総数は158通(ハガキ85通・メール27通・応募用紙46通)。20人の方が当選しました。

●当選者(敬称略)  
当選者(敬称略) 井上恵美子、笠井裕子、久保良治、佐久間善昭、中村正次、晴枝公子、古川恵子、松本いく子(以上旭川市)、棟方妙子(富良野市)、青木美暖(当麻町)、南貴子(東川町)、伊藤幸治、蛭名いつみ、寺本京子、西村初枝、山口孝子、山本恵(以上稚内市)、菅野馨(枝幸町)、岩西英子(天塩町)、佐藤楓(札幌市)

雪解けに淡い緑が顔を出す