

一条通病院	旭川市東光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)	24-22233



2018年1月1日  
**第501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-kinikyoo.or.jp  
 発行者 八重樫典生

# 新しい時代を切りひらく **2018賀正** 力強い一年に



昨年12月、雪舞う中での9条改憲反対アピール行動

## 無差別平等の地域包括ケアを担う医療機関を目指して

道北勤医協 理事長 鈴木 和仁



友の会の皆様、新年あけましておめでとございます。今年も、皆様と共に、道北の医療を共に支えたいと思います。

友の会の皆様、新年あけましておめでとございます。今年も、皆様と共に、道北の医療を共に支えたいと思います。

今年も、皆様と共に、道北の医療を共に支えたいと思います。

今年も、皆様と共に、道北の医療を共に支えたいと思います。

今年も、皆様と共に、道北の医療を共に支えたいと思います。

今年も、皆様と共に、道北の医療を共に支えたいと思います。

今年も、皆様と共に、道北の医療を共に支えたいと思います。

今年も、皆様と共に、道北の医療を共に支えたいと思います。

か、選択することが求められています。一条通病院は151床の中小病院ですが、すでに地域包括ケア時代に向けた病床の転換を進めており、高齢者の急性期病床37床、地域包括ケアの担い手となる地域包括ケア病床54床、脳血管疾患や整形外科術後のリハビリを中心とした回復期リハビリ病床60床となりました。今後ますます、地域の急性期病院や慢性期病院、さらに在宅医療を担う開業の先生方、介護施設との連携を強め、無差別平等の地域包括ケアを担う病院になれますよう、職員一同、努力して参ります。

本年もどうぞよろしくお問い合わせ先：道北勤医協本部

### 友の会協力資金 新規募集のお知らせ

無差別平等の医療介護活動のために お力をお貸しください

- ◎借入期間：5年間
- ◎金利：年0.5%
- ◎借入額：一千万円～三千万円まで
- ◎募集期間：2018年1月～2018年12月
- ◎2億円を目標とし、目標に達した時点で募集終了となります。(お問い合わせ先：道北勤医協本部)



# 2018 新春座談会

## 青年職員が語る

# 安心して住み続けられる まちづくりへの思い

司会：糸田

新年明けましておめでとうございませう。

本日は青年職員のみなさんにお集まりいただきました。昨年の地域訪問行動でのアンケート調査で直接お聞きした友の会員の皆さんの声を基に、「安心して住み続けられるまちづくり」と民医連の関わりについて交流したいと思います。

熊田

宗谷医院に勤務してい



熊田医師

5年目の医師、熊田肇

一条通病院4病棟で勤務し、民医連歴は6年になる川西志佳です。

富永

民医連入職4年目、事



### 2018新春座談会

- 熊田肇 (医師、宗谷医院)
- 川西志佳 (看護師、一条通病院4病棟)
- 富永基聖 (事務、一条通病院医局課)
- 司会進行 糸田英基 (常任理事、一条通病院リハビリ部部长)

参加者

熊田 宗谷医院は患者さんが多いのが特徴です。午前外来には一日80〜100人ぐらいの来院があり、それを2人の医師で診ていて午後3時くらいに終了します。その後訪問診療に出ますが、旭川と遠い訪問範囲が広いので片道30〜40分かかります。

富永 訪問診療から午後4時半ごろ帰ってきて薬の処方をしてカルテを書き始めるのは午後5時を過ぎた頃からです。宗谷医院にはあとも

川西 私は昨年の訪問行動に参加し、直接地域の声を聞いてきました。生活実態アンケート結果からは、旭川市内でも生活の格差があるというのがわかりました。

熊田 一人くらいベテランの医師がいるとよいと思います。3時頃までの外来は医療者側も大変ですが、患者さんの待ち時間も大変だと思います。また、旭川と違い医療設備も揃っているわけではなく、先日は放射線治療を検討しましたが稚内にはないので苦慮しました。



川西看護師

川西 地域の中で同じ不安を持つている方がたくさんいるということを実感しました。

富永 僕も訪問行動で友の会の方と旭川のある地域を周りました。

熊田 最初にうかがったのは若い世代も多い立派な住宅が立ち並ぶ地域でしたが、そこでは困っていることを聞いても「ない」と言われ、経済的にも困っていない様子でした。その後、友の会の方に「気になる場所がある」と案内されたのは、道路一本挟んだ先の地域でした。

糸田 今までのお話をふまえて、自分が民医連職員としてどう関わることが「安心して住み続けられるまちづくり」につながると思いますか。

川西 看護現場で言えば、業務の関わりでなかなか訪問行動には出られないので、普段の業務の中で病者さん、ご家族の退院に向けての支援をすれば、地域づくりにつながっていくと思います。個々人の生命と健康を守る健康権を学んだ職員も増えてきているのでそれを病棟全体のものにして、生活密着を強みとして看護を展開していければと思います。

富永 昨年の訪問行動のように、患者さんが病院に来るのを待っているだけではではなく、自分たちが地域に出て情報発信と収



富永事務

糸田 「安心して住み続けられるまちづくり」に向けた活動は、民医連の職員としてまだまだできることがある、それをどう形にしていこうかというところが大事だと思いますので、そういう機会を増やし、地域に出て、友の会の方々と一緒に進めていきたいと思います。

川西 勤医協に普段かかっていない地域の方でも、困った時は助けを求められるような場所になればいいですね。

糸田常任理事



看護師としての夢に向かつて



一条通病院3病棟看護師 河野 茜

昨年忙しいながらも充実していたと感じています。患者さんやご家族との関わりに特にやりがいを感じ、いただいた嬉

しい言葉は日々の励みになっていきます。入職3年目となり、指導者研修にも行かせていただきました。大先輩に囲まれながら、指導者としての心得や教育法を学ぶことができました。実地指導者や災害看護、認定看護師など、目指したいことは多々あります。

民医連の理念を学び実践に生かす

民医連の介護支援専門員としてご本人、ご家族が抱える困難を解消、緩和できる様に日々励んでいます。

認知症により状況判断が難しく、自ら支援を不要とするケースを事業所で担当し、地域の方々と課題解決に向けて取り組



ケアプランセンター介護支援専門員 岸 宗孝

む事もあります。これからは「地域共生社会」に向けて生活に困難を抱える方々を区別せ

市民と共同の輪を広げよう

北海道民主医療機関連合会会長 塚 慎

各地で活躍されている職員の方、友の会員の皆さん、新年おめでとうございます。

2017年は安倍政権のまさに憲法無視の国会運営により全く議論のないままに国会解散、総選



正に違憲状態です。軍事大国化を目指す現政権にこのまま暴走を許し、憲法9条に憲を許すような事態になれば、ますます軍事産業に私た

地域笑顔を作る活動をしたい

一条通病院リハビリ理学療法士 黒田あつむ

私は自身まだまだ勉強中の身ですが、先輩方に教えていただいた優しさや熱意、そして看護を後輩に伝えていけるよう、チームの一員として病棟を支えていけるよう、これからも精進していきたいです。そしていつか目指す夢を叶え、仲間や病院に貢献できるように看護士になりたいです。

新春トーク 若手職員の夢を語る

民医連の活動を自分の言葉で伝えたい

医学生担当専任事務 伊藤 理沙

私は将来医師を目指す医学生と日常的に関わる仕事をしています。この仕事に就いてから一年半が経ち、民医連や日本の社会問題について学ぶ機会を沢山頂きました。その中で、改めて民医連が人々の健

康を守る為に日々患者さん、利用者さんへ真摯に向き合い、時として健康を阻害し得る国の政策に対し疑問を呈し、国民の権利を守る運動を進めるなど誇りを持つ素敵な組織だということを感じました。その気持ちをもち続けながら道北勤医協や友の



今年も職場に留まらず、地域包括ケアシステム作りに向け、視野を広げ地域の笑顔をつくる活動をしていきたいと思



会の方々が日頃行っている活動をしっかりと自分の言葉で伝えられるよう勉強しながら成長していきたいです。

「創る・繋がる・助け合う」を推進

道北勤医協友の会連合会 会長 上ヶ嶋 哲雄

各地で友の会を支えていただいている会員の皆さん、医療・介護の活動に頑張っている職員の皆さん、新年あけましておめでとうございます。

「格差と貧困」に苦しめ



私たちが友の会は、「会員の健康を創り、地域で繋がり、無差別・平等の理念で助け合う」ことを目指して運動を続けてきました。8年にわたり実践して

られている人々の実態が明らかになり、大規模な差別と分断が行われました。同時にそれに抗して、一人一人の人間の尊厳と価値を結ぶ運動が大きく広がりました。

きた「無料低額診療事業と助け合い募金運動」は大きく広がり、多くの

方の命と健康を救いました。これまでのご支援とご協力で心より感謝いたします。

今年度も私たち友の会は職員の方々と協力共同して「友の会活動の一步前進と要求実現」のために力を尽くしたいと思

ます。本年もよろしくお願ひいたします。

民医連と友の会をつなぐ月刊誌

「いつでも元気」購読しませんか

購読ご希望の方は、各院所受付職員または、友の会事務局(電話33-0854)までお申し出下さい。

Advertisement for the magazine 'Itsumo de Genki' (いつでも元気). It includes the magazine title, issue information (January 2018, 380 yen), a list of contributors (Shota Kashi, Akihiro Kuroda, etc.), and a photo of a woman playing a guitar.

団結一層強め、声を挙げよう

道北勤医協労働組合執行委員長 中村 亮

2018年を迎えまして、今年もどうぞよろしくお願ひします。昨年の総選挙では「安倍政権NO! 憲法守れ!」の一点で野党共闘の取り組みが大きく前進したものとりました。

力を中心として、市民運動から政治を変えていく取り組みを更に充実させていくことが重要です。目まぐるしく変化する医療・介護情勢に対応するため、業務もよりいっそう複雑化していく中ですが、大変な時だからこそ役割を十分に発揮して、「見える労働組合活動」を実践していきたいと思

しかし、安定多数を維持した与党により、憲法を改正する国民投票へ持ち込もうとの考えは明白です。平和を願う私たちの要求は国民の大多数が支持しているということに確信を持ち、引き続き

団結をよりいっそう強め、戦争法の廃止、憲法を生かした医療・介護・社会保障、そして人間らしく生き、働き続けられる賃金・労働条件の実現に向けて、共に声を挙げてい



いきます。







# シリーズ みんなの医療講座



くさん周囲にまき散らされます。「禁煙の場所では電子タバコも禁止」が常識です。

といった有害物質もたくさん含まれています。タバコの量から考えると、アイコスにかえてもがんの危険はせいぜい半分しか減らないことにな

このごろ、自分とまわりの人の健康を心配して、紙巻きタバコから電子タバコ(加熱式タバコ)にかえる方が増えています。

## 加熱式タバコ(電子タバコ)の話

旭川北医院院長 松崎 道幸  
日本禁煙学会理事

ります。

### 体に害があります

加熱式タバコから発生した「煙」には血管を収縮させ、心臓病や脳卒中をもたらしニコチンが紙巻きタバコと同じくらい、発がん物質のかたまりであるタールが5割くらい多いレベルで含まれています。また、アクリロイン、ベンズアルデヒド

### 周囲の空気を汚します

アイコスを吸っている人のそばにいますと、4割近くの人、のどの痛みや気分不良を訴えています。家の中でアイコスを吸われると、悪臭がひどいと訴える声も多く聞かれます。

### 子どもと女性の喫煙を増やします

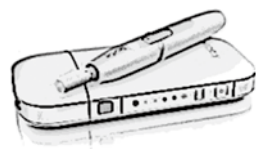
加熱式タバコでも、発がん物質、有害物質がた

### 禁煙を邪魔します

禁煙外来(チャンピックスという飲み薬)、自分の力で頑張る、加熱式タバコに変えるという禁煙法の成功率を調べたところ、一番成績の良かったのは禁煙外来で治療を受けることでした。驚くことに加熱式タバコを使うと、自分の力だけで禁煙しようと頑張った人よりも禁煙に失敗するものが分りました。加熱式タバコは禁煙の邪魔をしていたのです。

### 加熱式タバコを使っておられる方におねがいします

なるべく早く加熱式タバコをやめられるよう頑張ってください。ニコチン依存が続いているため、紙巻きタバコに戻る場所では紙巻きタバコを吸うという「二刀流」になってしまう方も少なくありません。



## 相談室の窓

75歳男性のAさんは、糖尿病による高血糖状態で入院となり、肺炎も併発し入院が長期化しました。入院前の生活は持病がある妻との二人暮らしで、預貯金もなく少ない年金でのぎりぎりの生活でした。

### 経済的事由が与える退院後の生活への不安

Aさんからは医療費の心配があると相談があり、無料低額診療事業を案内しましたが、妻から「大丈夫。何とかありますから」と返答がありました。

強くなり、夫婦の医療費や今後の生活など相談を受ける機会が増加しました。これを機に再度、無料低額診療事業を案内すると申請を進めることとなり、医療費の心配は軽減されました。しかしその一方で、入院が長く引き退院の目的がたたくなくなったことから妻の不安が

その後Aさんは、約5か月の入院期間を経て施設に入居され、生活保護申請も受理されました。直接報告しに来院された妻がとても安堵の表情を浮かべていたことにホッとしました。

## きらり☆ナース

### 在宅でその人らしく過ごせる支援を

訪問看護ステーション 東光ぬくもりポート 須藤 奈々



笑顔が素敵な須藤看護師

での生活など、様々な形で在宅医療に関わり、その生活されている姿から元気をもらっています。

勤医協に入職して13年経ちます。小学生3人の子育てをしながら何とか今に至ります。

昨年3月に東光ぬくもりポートへ異動し、8ヶ月が経ちました。保育園で顔なじみだったママさんたちも多く、心強い職場環境です。

業務では周りに助けられながらの毎日です。車を運転し、西神楽から永山の奥の方までの患者さん宅に行っています。初めは道に迷いましたが、少しずつ慣れてきました。病棟での経験とはまた違い、迎え入れてもらう立場なので緊張感もあり、楽しみでもありません。



### 友の会無料法律相談のお知らせ

1月24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が、秘密は厳守いたします)。連絡先33・0854 (友の会連合会)





21人が集まり交流。大腸がん検診の意義も学ぶ

神楽友の会配布人交流会



配布世話人さんと輪になり楽しく脳トレ運動

永山南友の会配布人交流会



# 友の会 だより

各地からのトピックス

## 2018友の会「新年会」のご案内

- ▶ 一条通病院  
1月20日(出) 12時30分から  
東部住民センター
- ▶ 旭川医院  
1月21日(日) 12時から  
神楽岡地区センター
- ▶ ながやま医院  
1月21日(日) 10時から  
永山三区会館
- ▶ 北医院  
1月27日(出) 1時30分から  
北星地区センター

楽しい企画が盛りだくさんの新年会にぜひお越しください。

※詳細は各地域の折り込み案内をご覧ください。



今年3月で10周年。毎月の運動教室

東光友の会エクササイズ



リハビリ技士と笑顔あふれる健康体操

和寒友の会健康交流会



## 「道北の医療」 宅配しています

### 草の根運動が生きがい

新旭川友の会 三国徳子さん

新旭川友の会 三国徳子さん

私の活動は2002年の新旭川友の会発足以来、『道北の医療』の配布をはじめとする諸活動に参加しています。以前『道北の医療』の読者のひろばに「三国さんの投稿が掲載された時、それを讀んだ稚内の元職場の方から連絡がきたので、その時に『道北の医療』の各地域への広がりを実感し、より友の会活動が身近に感じられたそうです。

「私が活動を進められたのは、友人や仕事でのお客など財産ともいえるつながりがあったからこそ」と三国さんが語る言葉には、多くの結びつきが対話となり運動を進めてこられたことへの感謝の思いが見えました。

冬を迎えパークゴルフも終わりました。プール歩行で足を鍛え、健診等も受け、健康維持を心がけ元気で楽しい老後暮らしをしたいものです。

**健康で明るい年を**

深井市 鈴木恵美子さん

家の周りの除雪で身体が痛くなったり、冷えたりしますが、健康に気を

### 元気で老後を

旭市 大石 信子さん

白い季節が始まりました。北国の厳しい半年、戦いのない事を信じて暮らしましょう。

### 戦いのない事を信じて

穂市 中村 昌子さん



### 読者のみなさまへ



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

また、今年6月の郵便料金改定に伴い、ハガキ料金が52円から62円になっています。古いハガキをご利用される場合は、注意願います(編集部)。

使い、明るい年を迎えたいです。

### 高齢者の1票生かそう

旭市 島倉 紀尋さん

現代の高齢化社会、数

多くの高齢者の票が投票につながっていない気がします。まだまだ現役で政治を考えられる高齢者の1票が生きる選挙にしたいものです。

## 新春 絵手紙コーナー



旭川市 堀本秋子さんの作品



旭川市 梶山セツ子さんの作品

## 新年お年玉クイズ

(正解者20人に図書カードプレゼント)

①	②	③	④	⑤
⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
⑪	⑫			

黄金に輝くおせち料理の定番

- ヨコのかぎ
- 「樫」の読み方。
- 他人の得意なことをやってみよう。
- 奪う。
- 〇〇もち。〇〇もぎ。
- 四字熟語「〇〇雑言」。
- 俳句の切れ字の一つ。
- 〇〇〇〇草。〇〇〇〇線。
- 日本の三大幽霊「番町血屋敷の〇〇〇さん」。
- 足柄山の〇〇太郎。
- 名字で「鈴木」より多いのは？
- 縁も〇〇〇もない。
- 〇〇〇の素人。
- 流行性角結膜炎。
- おとう、おじん、〇〇〇。
- 春菊、小松菜、ほうれん草……と言えば冬の〇〇〇〇。
- 歴史上の戦いの呼び方。「乱」「変」「陣」「〇〇」。
- 住むところを定めず、さまよい歩くこと。
- 恵み。情け。
- 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。

### クロスワードパズル11月号解答

ウ	ケ	ニ	イ	ル
ソ	シ	ツ	サ	
エ	ロ	マ	ン	ハ
ギ	ワ	タ	メ	
	ダ	イ	ガ	ク
オ	チ		シ	ツ

◆しめ切りは1月末日。「ご意見」「ご要望」「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10号 道北協本部 社保組織部。  
11月号の答えは「ダイエット」。応募総数は157通(ハガキ78通・メール32通・応募用紙47通)でした。20人の方が当選しました。

◆当選者◆(敬称略)  
石黒玲子、岡村孝子、久保日出志、後藤幸恵、澤崎陽子、須藤公一、中井由美、萩澤安子、本郷実、松本知昭、三柄整次郎、森定守、山谷京子(以上旭川市)、佐々木彦四郎(東川町)、中鉢寿美(東神楽町)、加藤正子、沢木陽子、船木英世、前田信明、家山菜穂恵(以上稚内市)