

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)	24-2223

道北の医療

2019年12月1日
第524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-kinkyu.or.jp
 発行者 八重樫典生

困難に寄りそい 友の会員で良かったと思える運動を 平和で安心して住み続けられる地域づくりをめざして

第28回道北勤医協友の会 研修交流会開かれる

10月26日、旭川市ときわ市民ホールにて第28回道北勤医協友の会研修交流会が開催され、友の会員、職員合わせて91人が参加しました。



ときわ市民ホールで行われた第28回友の会研修交流会

今年の研修交流集会は西日本・東日本を中心とした台風19号の甚大な被害が広がる中で開催されました。開会挨拶の中で友の会連合会上ヶ嶋哲雄会長から「つくる・つなげる・助け合う」を合言葉に災害をはじめ、地域の様々な困難に寄り添う友の会活動がますます重要となること話されました。また協会を代表して菅原保明常任理事が挨拶し、日頃の地域活動および院所を支える様々な取り組みへの感謝

のべられました。今年の記念講演は勤医協芦別平和診療所の堀毛清史所長より「今、いのち輝く・新しい福祉の街づくり」と題して講演が行われました。

「いのち輝く新しい福祉の街づくり」



堀毛清史 芦別平和診療所所長

様々な困難が山積しています。

高齢化による人口減少(2025問題)で、このままだと全国896市町村(北海道は8割)が消滅すると言われていま

す。いま日本では高齢者世帯の約7割を独居・高齢夫婦世帯が占め、認知症高齢者が増加し年間死亡者数も2025年には160万人になると言われています。在宅や施設で亡くなる方も増加します。さらに人口減少が進み、低経済成長時代が到来すると、社会のあり方そのものが大きな転換点を迎えていくことになり

ます。地域をどう維持するか、新しい街づくりと地域包括ケア

人口減少、超高齢化、産業の衰退が進む町で生命と暮らしを守る生活パトロール隊など住民主体の新しい動きが始まっています。一人暮らしの人を孤立させない地域の連携が重要です。「安心して暮らして安心して死を迎えられる」ことができれば、地域づくりのために医療機関、介護事業所、地域、自治体が一緒になって「健康権」を守る立場で住民の生命と暮らしを守る連合体づくりが急務です。そのための3つのキーワード①地域包括ケアの実践は在宅から、②住民の願いを集め、自治体病院を支える、③地域医療を創り出す。これらの視点と運動が人口の流出を防ぎ、安心して住み続けられる街づくりにつながります。



上川・旭川退職教職員会 神長健さん

「私の生きてきた歴史の上に立ち未来を語る」

「無差別・平等の地域包括ケア」とは、社会の中で生活している人々の背景をつかむことが重要と話されました。

かない内に「国家統制」が進んでいます。国民は注意を怠ってはいけません。「子どもの人権と私たちの暮らし」を守り、行動を起こして、歴史の後戻りをやめさせましようとするべく取り組みました。

寒波で冬到来の北海道。受験生たちは来春に向け、最後の追い込み時期。良い桜の便りが訪れてほしいものです。桜では、「桜を見る会」をめぐり国会が騒然。文科大臣はじめ多くの自民党議員が選挙区から支持者を招いたそうです。そのトップが安倍首相。山口県から八五〇人を招き、開場の三〇分前に手荷物検査も受けずに新宿御苑に入り、安倍夫妻と記念撮影。その前日は、後援会主催の「前夜祭」。ホテルで会費五千元で行ったと言います。しかしニューオータニでは、宴会は最低で一万千円とい

ます。▼支持者に阿る政治を進める安倍政権。他方では、国民に負担を押しつける政治を進めています。消費税増税もその一つですが、医療・介護の改悪も大好きです。公立・公的病院の再編プランは、地域医療の縮小・廃止を進める狙い。25年に向け二次医療圏のベッドを減らす計画もあり、高齢者の医療・介護の負担引き上げも計画にあります。介護保険のケアプラン有料化、要介護1、2の保険外し(総合事業移行)など。▼もう「トランプと大企業大好き」政治をやめさせなくては、と強く思う年末です。(し)

「医療と健康のまちづくり」をすすめてみましょう

第24回道北勤医協宗谷友の会総会学習会

11月2日、道北勤医協宗谷友の会は稚内市総合文化センターに於いて第24回宗谷友の会総会・学習交流会を開催しました。総会では飯田光事務局長より1年間の活動の振り返りと次年度の活動方針「みんなでがんばること」が提案されました。5年目を迎えた市民ぐるみの「医療と健康の

まちづくり運動」では、うれしく貴重な変化が生まれ市民に運動への確信が広がったこと、さらに「医療崩壊ストップ！地域医療を守る」署名対話運動では、宗谷病院と宗谷友の会のがんばりによって、市議会で「意見書」が採択され、市民の願いが道議会に届けられたことが報告されました。



講演される本田宏先生

続いて2020年度の活動方針では、「厚労省の病院の再編・統合に反対し、地域医療の充実を求める請願」の取り組みが提案され全体で確認されました。

続く医療講演会では、医師でNPO法人医療制度研究会副理事長を務める本田宏先生をお招きし、「病院がなくなる！どう守る地域医療」と題し、講演会が開かれ、110人の市民が集まり

医療問題について学びました。本田先生からは、日本の医師不足、保険料について各国との違いをグラフから説明。世界の先進国では医療や年金など社会保障は充実しているが、日本の医療費は自己負担が多いと指摘。また、日本の病院は、薬剤や医療機器が高額で経営が赤字になっている。国は税金・保険料・医療費の自己負担を増加している一方、製薬会社・医療機器メーカーが大儲けをしていると語りました。参加した市民からは「国やマスコミからの情報を鵜呑みにせず、情報を読み解く大切さを学びました。」などの感想が寄せられました。



たくさんの市民が参加した医療講演会

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。

2019年12月号 380円 好評発売中

冬の下の病
被災地はいま 台風19号
ロイは東京をめぐり 中村精郎
「全世代型社会保障」そのココロは？
新年のチカラ 北海道白老町
絵と書 子どもと作るクリスマススイーツ

一条通病院回復期リハビリ病棟に 歯科衛生士さんが加わりました！

11月より回復期リハビリ病棟に新たな仲間が加わりました。

旭川歯科衛生士会からご紹介いただいた経験豊かな歯科衛生士さんお二人です。「口」というのは命を紡ぐための大切な器官です。

- ①口腔ケアをしっかりとすることで、肺炎予防になり、また脳血管疾患の再発予防になる。
- ②義歯などの調整や接着をよくすることで、食欲が増進し誤嚥の再発を防ぐことができます。
- ③しっかりと噛み合わせができることが、認知症の予防・改善につながる。



左から田元千湖さん、土橋幸子さん

が期待できます。当面は、看護師と一緒に食後の口腔ケアを行いながら、現在入院されている患者さんへ

歯科衛生士さんたちが口内環境をスクリーニングするなど、プロの目で様々なアドバイスをしています。回復期リハビリ病棟は、医師、看護師、リハビリ技士、介護福祉士、ソーシャルワーカー、管理栄養士などのチームが一丸となって、リハビリ期の患者さんへ医療やケアを提供していきます。そこに新たに歯科衛生士が参加することで、より一層質の高いリハビリ医療を進めていきます。

道北勤医協での地域医療研修修了

研修に満足。旭川は食べ物も美味しい

千葉県柏市出身、2017年順天堂大学医学部を卒業された後、総合診療医と救急の研修を目的に研修先を探していたところ北海道勤医協を

知り研修に入りました。旭川は1ヶ月の研修でしたが宗谷病院と一条クリニック・一条通病院で一般外来と病棟、救急外来を中心に研修しました。宗谷では慢性疾患管理を学び、訪問診療に同行し、旭川では訪問リハビリやケアプラン作成も経験しました。将来はSDHの視点を生かした医師になりたいと思っ

たいと思っています。道北での研修は大満足でした。患者さん・地域の皆さん、指導医の先生方に感謝申し上げます。ありがとうございました。最後に研修医の先生方へ。旭川は食べ物美味しい所です。皆さん、ぜひ一度お越し下さい。



小泉景星医師

道北での研修は大満足でした。患者さん・地域の皆さん、指導医の先生方に感謝申し上げます。ありがとうございました。最後に研修医の先生方へ。旭川は食べ物美味しい所です。皆さん、ぜひ一度お越し下さい。

勤医協中央病院 研修医 小泉 景星

第12回「キラッと輝いたからもの」のお知らせ

日時 12月13日(金) 18:00~
場所 一条クリニック 3階



道北勤医協では、看護・介護現場の取り組みを交流することを目的に「キラッと輝いたからもの」の交流集会を開催します。今回も各院所、職場の取り組みの発表を予定しています。[お問い合わせ]社保組織部まで

シリーズ みんなの医療講座



胃は萎んだままだと、粘膜に隠れた病変を描出

ポイント1 発泡剤

胃は萎んだままだと、粘膜に隠れた病変を描出

「胃の検査」といえば、「苦しい」「まずい」「オエッ」というイメージを持つ方がほとんどだと思います。「胃カメラが得意」「バリウムが好物」という方にはまずお目にかかることはありません。年に1度、検査の度に憂鬱になる方もいらっしゃるのでは無いでしょうか？そこで苦手な検査を少しでも快適(?)に受けてもらうために、今回は「胃バリウム」検査を受けるにあたっていくつかのポイントをご紹介します。

胃バリウム検査を受ける方へ

一条通病院放射線科 技師長 中村 亮

ポイント2 体位変換

めなくなってしまういます。コツとしては舌の奥の方に全ての発泡剤をまとめて置き、一気に飲み込んだ方が上手く飲み込むことができます。その後、検査終了までひたすらゲップを我慢するのです。が、せっかく上手く飲み込めてもゲップをしてしまえば、胃のしぼみ具合により発泡剤を追加して飲んでもらうこともあるので要注意です。ゲップを我慢するコツとしては、ツバを飲み込むこと、そして顔を若干下向きにすることです。

めなくなってしまういます。コツとしては舌の奥の方に全ての発泡剤をまとめて置き、一気に飲み込んだ方が上手く飲み込むことができます。その後、検査終了までひたすらゲップを我慢するのです。

発泡剤を乗り越えたら次はバリウムです。バリウムは凸凹した壁にペンキを隙間なく塗装するように、胃の内壁全体にまんべんなく塗り付けて粘膜の状態を写す目的があります。そのためドロドロして飲みにくい特徴があります。最近では味も改良されて飲みやすくなっているものの基本的には美味いものではありませんので、発泡剤のときのようにちびちび舌先で味わったりすると、それ以上奥に入っていくにくくなります。対策を強いて挙げるならば、腹を括ってサウナ後のビールのようにゴクゴクと飲む方が味もほとんどわからず飲み込む回数が減って効果的です。

することができません。読んで字の如く、口に入ると泡が発生する顆粒の薬で、胃を空気でパンッと膨らませ、胃のひだを伸ばして病変を発見しやすくするためのものです。口に入れた後、舌先で味わうようにしてしまおうと発泡剤がすぐにシュワシュワと気体になってしまえば上手に飲み込



(胃の造影写真)

我慢するのです。が、せっかく上手く飲み込めてもゲップをしてしまえば、胃のしぼみ具合により発泡剤を追加して飲んでもらうこともあるので要注意です。ゲップを我慢するコツとしては、ツバを飲み込むこと、そして顔を若干下向きにすることです。

せっかく頑張つて飲んだバリウムが、目的臓器である胃をスルーしてすぐに十二指腸に流れてしまつては意味がありません。バリウムが胃内に留まっている間に、胃液を洗い流し、凹凸のある粘膜全体にバリウムをまんべんなく乗せることによつて、はじめて胃全体の観察が可能となります。ですからバリウムを飲んで直後の「右回り3回転(ローリング)」には非常に重要な役割があります。以降、「右回りうつつ伏せに」「いったん左向きから右向きに」などなど、次から次へと指示が飛んできますが、これはバリウムの胃内での動きを考慮したものとなつていきますので、出来るだけスムーズで正確な体位変換が重要となります。落ち着いて安全に検査を受けることができるように、私たち検査をする側も細心の注意を払つておりますが、不安な点や気になる点があればお気軽にお声かけ下さい。

相談室の窓

Aさんは80代で妻と二人暮らし。脳梗塞を発生して来ましたが、Aさんは神居古潭の奥地の自宅で生活を続けて来られました。リハビリにより日常生活は概ね問題なく過ごされ退院の準備を進めることになりましたが、脳梗塞発症による記憶障害や見当識障害(時間や場所、職員の名前が一致しないなど)などの高次脳機能障害が残りました。また、もともと農家を営まれ畑仕事がライフワークでした。入院中も運動量の多いAさんは休憩を取らずに作業に夢中になってしまふ為、脱水や血圧の上昇による再梗塞の予防が重要です。息子さんは市内に住んで訪問看護の導入を検討し

過疎地域の生活を支えるには

対応できず担当ケアマネジャーにも相談しましたが対応可能な医療機関はなく、息子さんの送迎で通院することになりました。他には健康管理の為、訪問看護の導入を検討しています。Aさんのような課題に対して住民・行政・包括支援センター・サービス事業所とも連携しながら安心して住み慣れた地域で生活できるように、支援の検討ができればと思います。

「楽しみ」を見つけて貰えるような援助をしていきたいと思ひます。楽しいスタッフがたくさんいますので、ぜひ見学に来て下さい。

一条通病院医療福祉課 宮澤 俊

介護職の魅力とやりがいをお伝えします

キラッと★介護

楽しみを感じてもらえるような関わりを



利用者さんと楽しい時間を

旭川北病院デイサービスセンターでは、80代から90代の高齢の方が多く利用されています。日々のプログラムは運動や機能訓練が中心ですが、麻雀や脳トレなども行っています。お昼休みには利用者さん同士でオ

友の会無料法律相談のお知らせ

12月17日(火)、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)

旭川北病院デイサービスセンター 介護福祉士 市川 圭織



永山南友の会総会

永山南友の会



豊岡西友の会配布世話人交流会

豊岡西友の会

友の会 だより

秋の取り組み続々



近文友の会総会・温泉交流会

近文友の会

総会、交流会など 秋・仲間増やしの季節



神楽友の会配布世話人交流会

神楽友の会



緑が丘友の会医療講演会

緑が丘友の会



配布世話人交流会

いつも配布協力ありがとうございます

豊岡東友の会



配布世話人交流会



「道北の医療」 宅配しています

シリーズ 15

地域とのつながりが
楽しい。

春光友の会 川村和恵さん

生まれは留萌。子どものころは父親の仕事の関係で転勤生活が多かった思い出があります。20代後半で結婚して旭川に来てからは子育てに追われる毎日でした。ちょうどその時、地域で友の会の活動をされていた役員さんから声をかけられて勤医協との関わりが始まりました。当時、市内の医療機関の中では医師、看護師さんの対応が素晴らしく、患者として勤医協をとて身近に感じていました。

北医院ブロックの友の会は単位どうしが協力して20年以上前から

生まれば留萌。子どものころは父親の仕事の関係で転勤生活が多かった思い出があります。20代後半で結婚して旭川に来てからは子育てに追われる毎日でした。ちょうどその時、地域で友の会の活動をされていた役員さんから声をかけられて勤医協との関わりが始まりました。当時、市内の医療機関の中では医師、看護師さんの対応が素晴らしく、患者として勤医協をとて身近に感じていました。

北医院ブロックの友の会は単位どうしが協力して20年以上前から

送迎に感謝
旭市 福沢 教さん
送迎していただくことにより、毎月受診することが出来、日々安心して過ごしています。本当にありがとうございます。

お身体に気をつけて
稚内市 船木 英世さん
若くして脳梗塞に。今は仕事ができるようになり、働いています。皆様もお身体に気をつけて下さい。

安倍政治を許さない！
深川市 手島 克さん
消費税10%に引き上げ強行。今度は医療費の窓口負担を現在の1割から2割に引き上げるといいますので大変です。安倍政治を許さない！



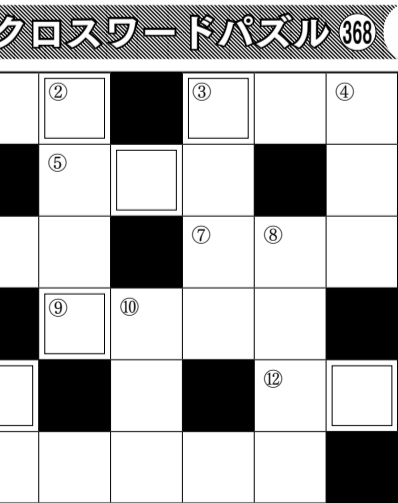
へ。本みりんは10%のみりん風調味料は8%、レストランで食べると10%で持ち帰りは8%、映画館でポップコーンを食べながら見ると8%。何故なら映画館は飲食店ではないから等々。さらさら安い増税です。さらに一つ一つは少額でも積み重なると家計のやりくりは大変。

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お願いします。掲載させていただきます方には図書カードをお送りします(編集部)

タテのかぎ
① 世間や社会。
② 強引に押さえつけること。
③ かちどき。
④ 「五月蠅い」の読み方。
⑤ チェコの首都は？
⑥ 漁具のひとつ。

ヨコのかぎ
① 〇〇曲折。
② 新年を祝うこと。
③ 〇〇〇〇を書く。
④ 「マグリ」を英語で言おうと。
⑤ 記憶や印象が月日ともに薄れていくこと。
⑥ タイム〇〇〇〇。〇〇〇ホテル。
⑦ 〇〇〇〇加減。
⑧ お正月を迎える準備として歳末に行う。

クロスワードパズル 368



クロスワードパズル10月号解答
オコブシ
ブサホウ
リアンキ
アクリン
クビシヨウ

タテのかぎ
① 世間や社会。
② 強引に押さえつけること。
③ かちどき。
④ 「五月蠅い」の読み方。
⑤ チェコの首都は？
⑥ 漁具のひとつ。

ヨコのかぎ
① 〇〇曲折。
② 新年を祝うこと。
③ 〇〇〇〇を書く。
④ 「マグリ」を英語で言おうと。
⑤ 記憶や印象が月日ともに薄れていくこと。
⑥ タイム〇〇〇〇。〇〇〇ホテル。
⑦ 〇〇〇〇加減。
⑧ お正月を迎える準備として歳末に行う。

過ぎゆく年と新しい年の幕開けの時。
コメント

大場寿美子、大森由隆、川田潤二、北林登紀子、高橋喜美子、常本君江、長澤繁子、早川雄造、林清、森田すみ子(以上旭川市)、小林敏樹(東川町)、田中久男(和寒町)、丸山ひろみ(美瑛町)、東利美子、梅津秀樹、加賀一枝、佐野久志、庭田俊寛(以上稚内市)、船木イネ(猿払村)、岩瀬扶(深川市)