

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

2020年9月1日  
**第533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-kinikyo.or.jp  
 発行者 橋本浩徳

市内介護事業所の職員が集まる合同カンファレンス



「社会保障、とくに生活困窮となっている方の支援活動をライフワークとしていきたいです」と語る上村和清医師。東京都出身でこどもの頃から身近で、ホームレスの人々の姿を目にしてきました。現在、後期研修で最北の稚内市にある道北勤医協宗谷病院で研修中です。

**医師を目指そうと  
したきっかけ**  
 中央大学文学部で心理学を専攻し、卒業4年間ほどサラリーマン経験があります。その後フリーターを経験して資格を取ることを決意。一念発起して福井大学医学部に入学しました。お父さんが消化器外科医でその影響もありました。

# 研修医が最北の地で見たものは— 上村 和清 医師

**社会的活動は自分のライフワーク**  
 貧困問題では日本の政策に失望しています。子供たちが生活困窮で餓死していくのは見過ごすことはできません。目をそらすことのできない現実。そこに何があるのか自分の目で確かめたいと思っています。  
 日本は一度失敗した人がやり直す準備が無い社会だと思っています。常にルールに乗っているのが当たり前、そこから外れる人の救済はありません。「政治を変えないと変わらない」という人もいますが、自分は目の前で救いをもとめている人に直接関わりたいと考え

**なぜ民医連を研修先に選択したのか**  
 新宿に住んでいて子どもころから見ていたホームレスの人々。「なぜこんなに多くの人たちがホームレスに」。大学時代、湯浅誠さんらのホームレス支援の活動を知り強い影響を受け、支援活動に参加しました。後にその活動経験が生かせる研修先をさがしていたら民医連にたどり着きました。  
 東京民医連、東葛病院で研修を始めてからも「墨田川医療相談会」に参加しホームレス支援を続けています。

**子ども食堂から見える日本の貧困**  
 千葉県流山市で子ども食堂「おひさま食堂」を始めました。たくさんのごどもたちがやってきます。  
 立ち上げのきっかけは研修に追われる日々の中で自分自身が地域と関わっていないと感じたことでした。自分に何かできることはないか模索していたとき「こどもの貧困に對し、いまずぐできることをしよう」。全国的にも子ども食堂が目立ち始めました。早速、病院長に相談し、病院の保



道北勤医協宗谷病院

**稚内に研修にくるきっかけは**  
 研修先のプログラムの中に僻地研修があり、周りの勧めもあり宗谷病院を選択しました。  
 この研修は総合診療科の第一世代で家庭医としてやっていく基礎固めを目的としています。

育室を借りてスタートしました。しかし始めてみると本当に貧困家庭のごどもたちはなかなか食堂には来られないことがわかってきました。「なんとかしたい」だれでも気軽に立ち寄れる居場所づくりが今後、ますます必要になると力を込めます。

**今年\*の夏休み**  
 今年\*の夏休みは半分になった小学生。短い休みを終え、図画や工作を抱えて元気に登校してきます。春の運動会や遠足は中止、秋は修学旅行や学芸会は行われる予定ですが、子ども達も「コロナ」と隣り合わせの二期です。▼感染対策が効果を見せたのは5月下旬。しかし7月には東京歌舞伎町、大阪ミナミなど各地の繁華街で感染急拡大。家庭内でも感染が広まりました。▼各地の病院や保健所がコロナと向き合う中、安倍内閣は「GOTOキャンペーン」を打ち出しました。7月15日からの1週間で感染者3825人、キャンペーン実施の22日からの1週間で5698人、29日からの1週間で9135人と急増。この中のキャンペーンは中止すべきです。▼他方、PCR検査は30都道府県で検査能力不足。49日間「記者会見」を避けていた安倍総理は広島で「感染者は増えているが、医療提供体制は逼迫していない」と会見。しかし日本のPCR検査数は世界150番目。全国の医療従事者は疲弊し、病院経営も赤字状態。この現状を見て見ぬふりの安倍政治にノーを突きつける大事な秋にしましょう。(し)

2面へつづく

# 医師として人間として憲法25条を後退させない

## 一面からのしき

### 稚内の印象は…

当初、想像していた僻地感はありませんでした。それほど不便な地域でもありません。むしろ住みやすい地域だと感じています。

診療を通して見えてきた稚内の印象は、朝がすぐく早い人が多いことです。仕事の関係だと思いません。深夜、早朝からの仕事健康に与える影響

が大きい街だと思っています。

そして医師に対しての信頼が厚い地域だと感じます。逆に医師が間違ったらその信頼があだになる危険性も併せ持っています。医師としての責任の重さを強く感じます。

札幌などの都心部からの距離の遠さに驚きました。こんなに北海道が大きいとは知りませんでした。来てみないとわからないことを身体で感じまし

### 稚内の医療について

市立稚内病院は自分が現在所属している東葛病院とほぼ同程度、科も同じくらいですが3次救急に頼る場合の移送距離が東葛のほうが圧倒的に近いことがわかりました。

こちらは3次に行き着くまでに2時間以上かかってしまいます。ドクターヘリを利用するにも救急車で隣の豊富町まで走らないと使えません。市立稚内病院にはヘリポートがないのです。そこからも医療環境の厳しさが伺い知れます。

### 宗谷友の会 飯田事務局長

よくぞ日本一、医者が少ない地域に来てくれたことに感謝しています。稚内にまだまだいてほしいのですが研修が終了して東葛病院に戻られても住民のために頑張ってください。

子ども食堂やホームレス支援を実践されている先生と聞きました。稚内でも「子どもの貧困問題プロジェクト」の活動を進めています。先生と実践

### 患者さんの声

**声1** はじめてお会いした時からとてもまじめな先生と感じています。よく千葉から最北の地へ来てくれたと感心しています。また丁寧な診療に感激しました。是非、また宗谷に来てほしいと思える先生でした。研修頑張ってください。

**声2** 健診でお世話になりました。結果もあまり良くなかったのですが、生活状態や仕事のことまで心配してくれたことに感謝しています。今後は先生の言われたように食生活に気をつけて行きたいと思います。

### 医療連携が進んで

内容を交流することを楽しみにしています。

毎週火曜日の夕方から市立稚内病院の院長室でカンファレンスが行われています。参加者は12、13人、院長を中心に医師、薬剤師などが参加し入院患者さんの症例検討や治療方針、退院検討などが進められています。宗谷

副院長、上村医師が参加し積極的に交流する姿に「オール稚内」が実践されています。

上村医師は最後に「医師としての仕事はもちろん、生活困窮者の方の支援活動もライフワークとして続けて行くつもりです。いま、高齢者や子どもたちが居場所を失っています。食事も満足に摂れずに餓死していくこと

### 〈熊田肇院長からのメッセージ〉

#### 充実した研修となるようサポートします。

稚内市は日本で特に厳しい医師不足の地域でもあり、日本の地域医療が抱える様々な問題が凝縮して横たわっています。道北勤医協宗谷病院では宗谷管内唯一の在宅療養支援診療所として地域医療の充実を目指しています。上村先生の研修が実り多きものになるようスタッフ全員で支えて行きたいと思えます。

もたがいます。医師として、人間としてなができるのか憲法25条の理念を後退させない運動をSNSや様々な活動を通して発信していきたいと考えています。と結びました。

## 事務職員募集!!

**業務内容:** 窓口・受付業務、患者さん対応、保険請求業務、診療報酬に関わる入力業務、書類作成 など

**勤務場所:** 一条通病院を含む当協会の事業所

**給与:** 当協会規定に準ずる

**待遇:** 各社会保険完備、交通費規定支給、有休、共済等あり

ワードやエクセルなどのパソコン操作が出来る方、病院での勤務経験のある方大歓迎です。

ご紹介、お問い合わせについては下記にご連絡ください。



担当：道北勤医協 本部総務部 大久保

**電話：0166-33-1117**



熱いエールを交わす熊田院長と上村医師

### 緊急署名ハガキ記入についてのお願い

安倍9条改憲阻止の緊急署名ハガキにご協力いただきありがとうございます。現在、数多くの方から署名ハガキが返送されてきています。

今後、署名ハガキの返送を予定されている方は以下の点についてご協力をお願いいたします。

- 氏名の「ク」について 署名欄を拝見すると氏名の「ク」が多数あり、これは全て無効となります。また鉛筆書きも無効です。必ずボールペンを使用してください。
- 住所の「ク」について 住所の「ク」は大丈夫です。ただし「ク」の後に(同上)と記入してください。

みなさまからお寄せいただいた署名が無効になることは大変残念なことです。みなさまの想いが無効にならないよう右記の注意事項を今一度ご確認ください。略字や特殊文字は無効となる場合があります。ご注意ください。

### お詫びと訂正

道北の医療7月号クロスワードパズルにおいてあてはめられない文字が「一字」ありました。お詫びし、訂正いたします。

正しい答えは「スポーツの日」ですが「一文字」を入れた答えも正解とさせていただきます。

# シリーズ みんなの 医療講座

痛みはつらいから

方よいという方も多  
と思いが、痛みはケ  
ガや病気を知らせてく  
る、生物の生存にとつ  
て欠かせないものです。  
ところが、検査しても異常  
が認められないなど原因  
不明で長く続くつらい痛  
み(慢性疼痛)に、お悩  
みの方は松平2011に  
よれば全住民の22・9%  
にのぼるとされています。  
整形外科の立場では重  
度の変形性膝関節症や腰  
部脊柱管狭窄症など原因  
が明らかな場合は手術で  
改善できますので、あま  
り問題ありません。しか  
しながら原因不明の場合  
は手術しても改善せず、  
治療困難でした。

## ○疼痛抑制系

痛みの程度や内容につ

それは近年脳科学  
(神経生理学)と臨床心  
理学の進歩によりその原  
因が徐々に明らかとなっ  
てきており、治療も可能  
であることがわかってき  
ました。

## 治りにくい痛みを 改善するには

一条通病院  
リハビリ科 科長 芳賀 千明

いては最終的には脳の感  
覚を認識する部分が反応  
することで認識されてい  
ます。そして皮膚や臓器  
で神経が痛み刺激を感じ  
て、その刺激が末梢神  
経→脊髄神経→脳と伝え  
られるのですが、その途  
中の神経の中継地点で刺  
激が分かれ、その一方が  
脊髄神経内を逆戻りして  
末梢神経と脊髄神経の中

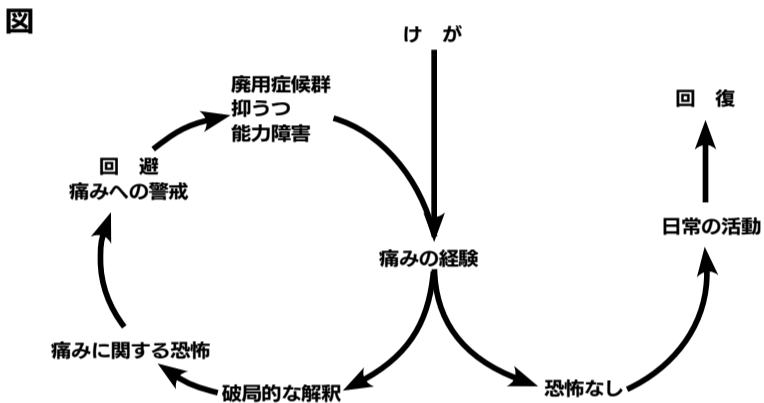
## ○心理社会的要因

みを感じず、後で痛みで  
動けなくなったりするこ  
とがあるのはこのためと  
考えられています。  
これらの仕組みがうま  
く機能しないと異常に強  
い痛みや、風が吹いても  
痛いなどの異常な痛み方  
になったりします(神経  
障害性疼痛)。

通常の痛み止めのお薬  
が効かない場合、以上の  
神経系の異常や心理社会  
的要因が関与している可  
能性があります。下行性  
疼痛抑制系・内因性疼痛  
抑制系の機能障害による  
痛みについてはそれぞれ  
有効なお薬があり、改善  
は十分に期待できます。  
しかしながら、心理社  
会的要因が関与している  
場合は通常はカウンセリング  
が必要で、迷路を  
抜け出し、回復に向うた  
めに、ご自身の考え方の  
良くない癖をみつめ、生  
活の質を改善するために  
行動することが痛みの改  
善につながることがわか  
っています。

## ○治療の新たな展開

一方でうつや不安状態  
では下行性疼痛抑制系の  
働きが低下し、痛みを感  
じやすくなります。  
さらには個人の気質  
で抱え込んだストレスを  
うまく対処できないため  
に痛みをはじめ様々な身  
体症状を生じている場合  
があります。中でもいつ  
も痛みのこ  
とばかり考  
えてしま  
う、良くな  
らないので  
はないかと  
不安や恐怖  
に思う、痛  
みに対して  
は自分は何  
もできない  
と考える、  
などの傾向  
の方は、痛  
みの迷路に  
迷い込んで  
いると考え  
られます  
(図左側)。



## 相談室の窓

令和2年4月20日「新  
型コロナウイルス感染症  
緊急経済対策」が閣議決  
定され、特別定  
額給付金事業が  
実施されました。  
各市町村で  
は、5月末から  
世帯主に給付  
金の申請書を郵  
送、必要事項を記入し添  
付書類と一緒に郵送する  
と、一人につき10万円が  
支給されます。

その中、一人暮らしの高  
齢者から「書類を紛失  
し、必要事項を記入し添  
付書類と一緒に郵送する  
と、一人につき10万円が  
支給されます。」

## 『新型コロナに便乗した 詐欺にご注意を...』

し手続きができない。』  
『身体が調子が悪く、添  
付書類のコピーに出掛け  
られない。』等の相談が  
あり支援しています。相  
談できる方は支援に繋が  
りませんが、一人暮らしの  
認知症高齢者で家族が遠  
方にいる場合、相談でき  
ず詐欺に合うかもしれま  
せん。地域の見守りや声  
掛けがとても重要です。

ナ補助金が60万支給され  
る。キャッシュカードと  
印鑑証明を用意して下さ  
い。』『市役所職員が給付  
金の申請書類を持って伺  
います。』等の詐欺電話  
が、総務省や警視庁等は、  
新型コロナに便乗した  
『振り込め詐欺』『個人  
情報の搾取』への注意喚  
起を行っています。実際  
に『80歳以上の方はコロ  
ナ補助金が60万支給され  
る。キャッシュカードと  
印鑑証明を用意して下さ  
い。』『市役所職員が給付  
金の申請書類を持って伺  
います。』等の詐欺電話

ださい。

道北勤医協  
ソーシャルワーカー

赤間 由佳理

が増えているようです。  
市役所職員が自宅を訪問  
し、大切な通帳やキャッ  
カードを預かり、暗証番  
号を聞くことは絶対に  
ありません。地域の高  
齢者で自宅に見知  
らぬ人が出入り  
して困っていた  
り、怪しい電話  
がきたら、すぐ  
に最寄りの警察  
署に電話してく

老人保健施設「かたくりの郷」3階療養棟に勤務する中川 旭さんは旭川生まれの旭川育ちです。学生時代はラクビー部で活躍されていました。就職するにあたり看護の道に進む予定でした

が高校時代、ボランティアで行っていた療育園で人と関われる所で仕事をしたいと介護の道を選びました。専門学校時代は実習で忙しく余裕がありませんでしたが、その中で「頼まれたことだけではなく、利用者の立場に立って何が必要か考えるのが仕事」だと学びました。それが今になっても生きていくと感じていま

す。ある実習先では利用者者さんとのトラブルを経て相手のことを理解する重要性も学びました。現在、「かたくりの郷」3階療養棟では一人暮らしの高齢者が多いのが特徴です。ご本人は自宅に帰りたいのにご家族が不安になる家庭が多いです。かたくりの郷ではリハビリ科があるので退所までの心の準備期間を作

ることができる。ご家族に後悔してほしくない「かたくりの郷」ならではの思いがあります。これから介護の道を目指す人へのメッセージは「自分を必要としてくれる人がいて、それに応えられる満足感を得られる職業だと思えます。ぜひこの道に進んでほしい」と介護の道をめざす人にエールを送ります。

安曇野事件では無罪判決が出て本当に良かったです。これからも気を引き締めて頑張っていきたいです。と結びました。

介護職の魅力とやりがいをお伝えします

## キラッと★介護

人から必要とされる喜びを感じてほしい



親子の絆を深めてもらうお手伝い

かたくりの郷3階療養棟  
介護福祉士 中川

旭

友の会 スポットライト

朝日・中央友の会総会開催

連日の猛暑が続く7月26日、旭川市中央公民館において朝日・中央友の会総会が開催されました。

新型コロナウイルス感染拡大で各友の会の活動自粛後、久しぶりの総会となりました。当日は、マスク着用、手指消毒、検温、密集を避けるなど新型コロナウイルス感染症対策を徹底しながら17人が参加しました。

医療講演とふまねっとで楽しく交流

豊富に使用した内容は参加した会員さんから「とてもわかりやすい」「今日からすぐに実践できる内容」と大変好評でした。コロナ禍の中、みなさん真剣に聞いておられるのが印象的でした。また質問も沢山出され新型コロナウイルスへの関心の高さが伺えました。



西村涼医師の医療懇話会



自分の時間が増えました

深川市 岩瀬 扶さん

コロナでオリンピックをはじめ全国的にイベントが延期または中止です。淋しい夏です。でも自分の時間が増えました。したくでもできなかった物置の片づけ整理します。思い出と一緒に。

来年の健康まつり楽しみに

旭川市 馬場 純子さん

今年はコロナでなくん

やっと夏が来た

旭川市 澤野 君枝さん

やっと夏が来た様です。梅を干しました。旭川は災害もコロナも無いので助かりますね。皆様、お体御慈愛ください。

母が心配

札幌市 船末 友子さん

みなさま、お体大丈夫ですか？私も実家に行けず母が心配です。

いちごが豊作

青森県 井村 蓉子さん

毎日、ジャム作りで大忙しです。うれしいくら

孫たちと楽しい日々が

札幌市 柳 郁子さん

幼稚園や小学校が休みだったので孫たちと楽しい日々を過ごしています。しかし5月からは気が抜けて淋しいことといったら。一人で楽しむこと探しています。

農作物が心配

旭川市 神田 進さん

今年は雨が多く寒いので。農作物が心配です。みなさまお体大切にお過ごしください。

お体大切に

札幌市 松浦 英子さん

医療に関わるみなさま、お体大切に気を付けてください。お祈りしています。

友の会の方々ありがとうございます

旭川市 荒川 佳博さん

いつも配布していただき友の会の方々、ありがとうございます。道北の医療楽しみに読ませてもらっています。



「道北の医療」宅配しています

シリーズ④

ながやま医院の診療拡大嬉しかった。永山東友の会 宮向 茂夫さん



宮向茂夫さんは剣淵町出身。ご両親と一緒に35歳まで剣淵で農業をされてきました。しかし、病気がちのご両親の通院は困難が多くご自身も持病を抱えていたため、思い切って農家を廃業し医療機関の多い旭川市へ転居しました。旭川では主に建設業関連の仕事をごなさし朝早くから夜遅くまで建設資材の運搬に汗を流しました。しばらくして永山に勤医協の診療所が出来ること聞きました。開

院の1年前から友の会に入会し、建設運動に関わりました。ながやま医院が開院して嬉しかったんです。自分の診療所が出来た様な気分でした。お花見や健康まつりも楽しかった。しかし、昨年には医師体制の困難から診療縮小となり、地域の患者さんに申し訳ない気持ちになりました。でも今年、診療体制が拡大し本当に安心しました。地域の患

者さんも喜んでくれていました。宮向さんは旅行とカラオケが趣味です。特に旅行は大好きだそうです。また健康ランドで疲れをとるのも楽しみです。勤医協への願いは困った人の立場に立って無料低額診療を進めてほしい。これもが最後にたどり着く医療機関、それが勤医協であってほしい。職員のみなさんとまた楽しく交流できるのを楽しみにしていますと結ばれました。

者さんに申し訳ない気持ちになりました。でも今年、診療体制が拡大し本当に安心しました。地域の患

者さんも喜んでくれていました。宮向さんは旅行とカラオケが趣味です。特に旅行は大好きだそうです。また健康ランドで疲れをとるのも楽しみです。勤医協への願いは困った人の立場に立って無料低額診療を進めてほしい。これもが最後にたどり着く医療機関、それが勤医協であってほしい。職員のみなさんとまた楽しく交流できるのを楽しみにしていますと結ばれました。

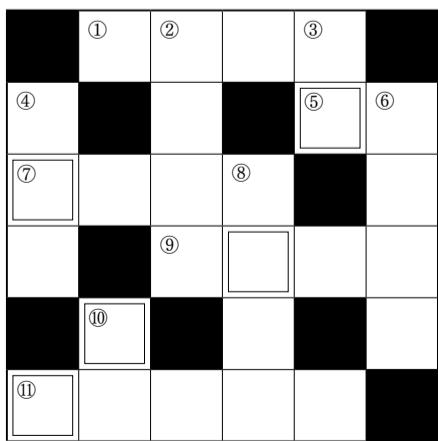
- ① グレープフルーツのよな苦みもありません。
② 北海道新幹線のトンネル工事では有害重金属が検出された。
③ 羊羹。
④ 秋。
⑤ 羊羹。
⑥ 羊羹。
⑦ 羊羹。
⑧ 羊羹。
⑨ 羊羹。
⑩ 羊羹。
⑪ 羊羹。

タテのかぎ?
① ポールを使ったスポーツで日常よく見られる外傷。
② 羊羹。
③ 羊羹。
④ 羊羹。
⑤ 羊羹。
⑥ 羊羹。
⑦ 羊羹。
⑧ 羊羹。
⑨ 羊羹。
⑩ 羊羹。
⑪ 羊羹。

クロスワードパズル7月号解答
シロアリ オス
マンガ チェス
ヒラカソ
アポリス ユバ

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人の方に図書カードをお送りします。
締切は9月末日。
あて先
〒078-8341
旭川市東光1条1丁目1番16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
7月号の答えは「スポーツの日(スポーツノヒ)」。応募総数は73通(ハガキ37通・メール36通・応募用紙0通)。

クロスワードパズル377



もぎたて新鮮、甘酸っぱい。
ヒント