

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3月1日  
**第527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

## 冬季高齢者生活実態調査を実施

### 厳寒期の室温13度、高齢者の厳しい生活実態が明らかに



3枚の靴下と3枚のズボン(写真提供=全日本民医連)

国は、高齢者をターゲットに生活、健康を破壊する施策を次々に繰り出し、住み慣れた地域で生活し続けることを困難にしています。北海道民医連では、一人暮らしの高齢者の方の生活実態を明らかにするために毎年1月に「冬季高齢者生活実態調査」を行っています。

道北勤労者医療協会は地域の独居世帯や在宅管理の利用者さんにご協力いただき、みなさんから生活実態をお聞きしました。

#### ●ギリギリの生活、もう限界!

##### Aさん(80代女性)

エレベーターの無いアパートの4階一室に一人で生活されているAさん。訪問時の室温は約20度。収入は年金のみ、他の収入はありません。不足分は貯金を切り崩してしのいでいます。ガスは供給停止。暖房はポータブルストーブのみ。ストーブで煮炊きをしています。暖房時間は一日6時間。電化製品のコンセントはほぼ抜かれており、野菜・果物は窓際で保管していました。

冬期間の外出は必要最小限にして普段は布団に入って過ごしているそうです。玄関には灯油ポリ

#### 「灯油代のため食費や介護サービスを削っていますがもう限界です」

#### 「ご近所どうし支えあいながら頑張っています。」

●**工夫を重ね寒さしのぐ**  
**Bさん(80代女性)**  
 Bさんは家賃3万1千円のアパートで独居、年金と夫の遺族年金合わせて月14万円で生活しています。訪問時消されていたストーブに表示された室温は13度でした。「暖かい日の日は6時間ほ

タンクが8個ほどあり、これで3ヶ月間もたせるとのことです。訪問した職員から自治体で行う福祉灯油制度のお話をする。旭川市でもぜひ実現してほしいと話されました。入浴は娘さんの支援で維持できています。「この冬は何とか一人で暮らそうと思っているけど、もう施設入所を考えないと」「どこに相談していいかわからない」と話されたので病院の相談員につないで行こうと考えています。

ドストーブを消していられる」とBさん。しかし、1階の角部屋で夕方から一気に室温が下がるため、ストーブは夜通し微小でつけているそうです。「そうしないと朝、火が着かない。一台しかないこのストーブが壊れたら大変」と話されます。部屋の至る所に、寒さをしのぐ工夫が見えます。靴下は3枚重ね、その上

●**心臓の病気がありストーブが消せない 調理はカセットコンロで**  
**Cさん(70代女性)**  
 Cさんは一条通病院のすぐそばにあるアパートに住んでいます。心臓の持病があり勤医協から専門科のある医療機関を紹介してもらい通院しています。ちょうどお邪魔したときは朝食と昼食を兼ねた食事中でした。室温は20度でしたが暖房は居間のみで仏間と寝室には暖房がありません。窓と窓の間にビニールを貼るなど工夫しています。ドアを開けると冷気が流れて出て居間の室温を一気に下げるほどです。灯油代についてお聞きすると

●**声なき声を集め、制度改善に繋げる運動を**  
 今回の調査を通して、厳しい冬の寒さと住宅事情の中で生活を続けなければならぬ高齢者のみなさんの実態を知ることができました。社長は保組織部長は「暖かいのは居間だけ。私たちが子どもだった頃と同じ生活の方が多い」と話します。さらに寒さは我慢できないからと食費を削り、介護サービスをやめてしまいう高齢者が多く、外出が減り、ADL(日常生活動作)が低下してしまいがちになります。国はひやみに社会保障費を削るのではなく、国民がいま

なしとのことでした。道内には福祉灯油制度がある自治体があるが旭川市では実施していないとお伝えすると「旭川にもあったら助かりますね」と話されました。

訪問に参加した友の会事務局の斉藤さんは「おそらく普段から色々と節約をして生活されているのだと思います。福祉灯油制度は是非実現させたいですね」と感想を話されました。

はいかず24時間付けっぱなしです。灯油代が高くてお聞きすると、灯油代が切れるため、24時間付けっぱなしです。灯油代が高くてお聞きすると、灯油代が切れるため、24時間付けっぱなしです。

自治体職員からもいまの歪んだ国の社会保障政策や国民に負担を強いる施策に疑問を呈する発言が出されています。特に弱者を守るべき国のセーフティネットが機能しなくなってきたことに危機感を持っているに住民の生活と命を守る視点で様々な分野と協力しながら社会保障制度改善に繋げる運動を進めることがますます重要です。

自治体職員からもいまの歪んだ国の社会保障政策や国民に負担を強いる施策に疑問を呈する発言が出されています。特に弱者を守るべき国のセーフティネットが機能しなくなってきたことに危機感を持っているに住民の生活と命を守る視点で様々な分野と協力しながら社会保障制度改善に繋げる運動を進めることがますます重要です。

自治体職員からもいまの歪んだ国の社会保障政策や国民に負担を強いる施策に疑問を呈する発言が出されています。特に弱者を守るべき国のセーフティネットが機能しなくなってきたことに危機感を持っているに住民の生活と命を守る視点で様々な分野と協力しながら社会保障制度改善に繋げる運動を進めることがますます重要です。



窓からの冷気を防ぐ断熱ボード(写真提供=全日本民医連)

**3月の「ただいま食堂」は**  
**もちつきすよ~!!**  
**ペッタン!ペッタン!おいしいわ!**  
 日にち: 3月29日(日)  
 じかん: 10時から13時まで  
 場所: 一条クリニック2F  
 申し込みは ☎34-2195まで

## \* けんびきょう

福島第一原発事故から9年を迎えるが、事故被害は収束していない。帰還困難区域は7市町村、家に戻ることができない県民は約9・5万人、震災関連死は直接死1605人を上回る2200人以上。孤独死や自殺も含まれる。被災地の生業の回復にはほど遠い状況。こうした現実と東電の被害者切り捨てが追い打ちをかける▼国と東電の責任を巡る集団訴訟は13件で判決が出され、全て東電の責任を認める内容▼原発事故収束作業はマルチダウンした核燃料の取り出しの目途はなく、汚染水を貯めるタンクが満杯となる時期が近づく。廃炉作業に従事する人たちの安全確保や健康管理は不十分なまま▼こうした状況に対し、野党は共同提案として昨年「原発ゼロ基本法案」を提出した。これは原発をゼロにする道筋が示され、地球温暖化対策として石炭、石油、天然ガス等のエネルギーから太陽光、風力、水力、地熱やバイオマスなど再生可能エネルギーに置き換えていくもの▼安倍首相は「世界一安全な原発」と成長戦略の柱に位置付けているが、被災者に真に寄り添う復興支援への転換が求められている。(た)

# 「2年間も家に

# 帰っていないんだ」



困ったことはありませんかと声をかける調査員

## ホームレス実態調査報告

駅構内に4名、道の駅に車上生活者の車を5台確認

降雪が少ないとはいえず、外気温が一気に下がる午前6時、今年も旭川市生活支援課と旭川・上川社保協、東光地域包括、社会福祉士事務所から計6名が参加してホームレス全国実態調査を行いました。調査場所は旭川駅構内とバスターミナル、道の駅あさひかわの3ヶ所。旭川駅では玄関が開く午前5時、外にいたホームレスが一齐に駆け込み、窓際の長いベンチに横になり暖を取りながら

「お金にも困っていない」「体調も悪くない」と答えられます。狭い車内、しかも真冬では精神的にも肉体的にも限界なはず。なぜ車上生活を選んだのか、短時間の会話がその理由を聞くことが出来ませんでした。過去の調査では車上生活をされる理由として「金銭問題」「人間関係」「家庭内暴力」などが主な要因でした。

# これからの北海道の地域医療はどうなるのか

昨年9月26日に報道された公立・公的424病院への「再検証」要請は全国で大きな波紋を呼び道内でも名指しされた病院や当該自治体から納得できないと怒りの声が相次いでいます。なぜ「再検証」を行うのか？そこには厚労省が考える病床の機能分化・効率的縮小再編など医療費抑制の仕掛けがありました。

## □実状を考慮せずに機械的に決定

今回名指しされた424病院は、がんや救急医療など、限られた9つの分野の診療実績データを



西川将人旭川市長へ申し入れと懇談を行いました

元には、地域や病院の個別事情はいっさい考慮せず、機械的にリストアップされています。その基準は「診療実績が特に少い」「似たような機能の病院が車で20分以内の所にある」の2つです。人口10万人未満の地域では「特に少ない」病院が項目によっては9割「車で20分」も地域によっては季節で異なります。その基準そのものも適切とは言えません。

4分の3は200床未満の中小病院で、7割が区域の人口50万未満の地方の病院です。過疎化の進む地域の小さな病院はほとんどが再編対象にされています。

## □地方創生と真逆の「政策誘導」

民間では採算の取れない人口減少が進む地域だからこそ、公的責任で医療を保障することが必要です。医療がなければ人の住めない地域になります。地方切り捨てにつながる地方の中小病院つぶしは許されません。

## □再編対象はほとんどが地方の中小病院

対象にリストアップされた424病院のうち、

# 「無料低額診療制度」をさらに広げよう！

1月に道北勤医協では冬季高齢者生活実態調査に取り組みました。調査をすすめるにつれて厳しい家計で預金を切り崩して生活を続ける高齢者の厳しい実態が明らかになってきました。体調が悪くても我慢して医療機関を受診しない方も数多くいます。その背景には高い窓口負担や薬局でのくすり代負担、他に灯油の高騰、消費税増税などで生活が圧迫されている実態があります。

この運動を通して思うことは医療費を心配せず、安心して受診し早期発見、早期治療につなげたい、そのために無料低額診療を知ってほしいことです。最近では近郊町の自治体病院からもこの

## □社保協で旭川市長への申し入れ

昨年の12月18日に道北勤医協が加盟する旭川・上川社保協は西川将人市長に対し「厚生労働省による地域医療構想推進のための公立・公的病院の再編・統合に抗議し、地域医療の拡充を求める」要請を行いました。要請書を受け取った西川市長は、今回の定例会議でも質問が出されたこと、道や全国の市長会でも問題になっていること。要請の趣旨を十分に理解している。財政的な問題はありますが、市立旭川病院を存続できるよう進めていきたいとの返答がありました。



一条通病院外来風景

## 無料低額診療制度の利用について

以下に該当の方は一条通病院・一条クリニックまでご相談ください。

- ① 就学援助を受けている。(生計をともにしている世帯全員が対象となります)
- ② 病気や障害、リストラや失業などで収入が減った、もしくは収入がなくなった。
- ③ 医療費の支払いで生活が大変だ。(国民年金のみで生活している)
- ④ 保険証がない、もしくは国民健康保険の短期保険証、資格証明書が発行された。

# シリーズ みんなの 医療講座



## 肝臓のお話し

道北勤医協一条通病院  
副院長 田中 琢

肝臓は「沈黙の臓器」と言われています。肝臓には色々な種類がありますが殆どの場合症状が出ることなく進行し、なにかの症状が現れたときには既に病気が相当進行してしまっていることが多いものです。本日は脂肪肝についてお話しますが、健診で脂肪肝と言われた方はかなりいらっしやると思います。

最近の論文では成人検査者の約30%に脂肪肝が見つかるとの記載もあり、実に日本国成人の三人に一人が脂肪肝になっていることになりました。

### アルコール性と非アルコール性

脂肪肝には大きく分けてアルコール性と非アルコール性があります。皆さんもよく御存じの通り、アルコール性脂肪肝は言うまでもなく一定量以上のお酒を召し上げる方に見られ、お酒を減らさないで肝線維症から肝

### 非アルコール性脂肪肝の原因はカロリー、脂肪の摂り過ぎ

非アルコール性の脂肪肝は正確には「非アルコール性脂肪肝疾患 (NAFLD)」と呼ばれ、主にカロリーや脂肪分(菓子類・果物・御飯・パン・麺類・揚げ物・炒め物：等)の摂り過ぎが原因で肝臓に脂肪が蓄積した状態です。これらは更に肝臓の細胞に脂肪が貯まった「非アルコール性脂肪肝 (NAFL)」と肝細胞の炎症や線維化(肝臓が硬くなること)を伴う「非アルコール性脂肪肝炎 (NASH)」に分けられます。

硬変・肝臓癌に進展していくこともあります。一方で殆どお酒を飲まない方の非アルコール性の脂肪肝はこれまであまり重要視されてきませんでしたが、肝硬変や肝臓癌に移行してしまっている例が最近注目されるようになりま

り重要視されてきませんが、肝硬変や肝臓癌に移行してしまっている例が最近注目されるようになりま

た。類かの治療薬も出てきていますが、食事と運動の生活療法が伴わないと治療成果はなかなか上がりません。多くの方は肥満を抱えておられ、体重が減ってくるにつれて検査成績も良くなっていくので減量が一つの治療の目標になります。何となく「お酒なんか飲まないでお菓子しか食べてないのに肝硬変や肝臓癌になるなんて」と思いがちですが、放っておくと命に関わる事態にもなり得る病気ですので、「脂肪肝」と言われた方は他人事と思わずに医療機関を受診するように致しましょう。

### 摂取カロリーに気を付け運動を欠かさずに



### 友の会無料法律相談のお知らせ

3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)

### 相談室の窓

## 「高額療養費制度」を活用し経済負担を軽減

Sさん(79歳)は急性心筋梗塞でA病院に入院していました。治療を終え、入院費用の請求を見たSさんから、「入院費用が高かったため今後の生活費を切り詰める必要はないか。消費税も上がり今後の生活が心配です。」と相談を受けました。入院費は預貯金からなんとか支払うことはできましたが、今後、定期的に外来通院を行わなければならないことから、

医療費の支払いや今後の生活に不安を抱えていたのです。

そこで、「高額療養費制度」があることを説明し、すぐに医療費の払い戻しの手続きを行いました。

この制度は、同月にかかった医療費の自己負担額が高額になった場合、一定の金額を越えた分が後日払い戻される制度で、年齢や世帯所得等により自己負担の限度額は異なります。

Sさんの場合は、外来医療費の自己負担限度額は8000円、入院医療費(食事代等を除く)の自己負担限度額は24600円となる「区分2」に該当しました。約2週間の入院で9万円程入院費用がかかったため、入院費の自己負担限度額の差額分が後日払い戻されることとなりました。

高額の療養費制度による医療費の払い戻しは申請作業が必要のため、意外と知られていない制度でもあります。また、Sさんと同様に自分が制度の対象であることも知らずに、そのまま放置されている例も少なくありません。医療費等についてお困りごとがある際は、ソーシャルワーカーまでお気軽にご相談下さい。

団塊の世代が後期高齢者の75歳になる2025年までに253万人の介護人員が必要になると言われています。

北海道は2025年度の介護職員の必要数を11万7千人と見込んでいます。

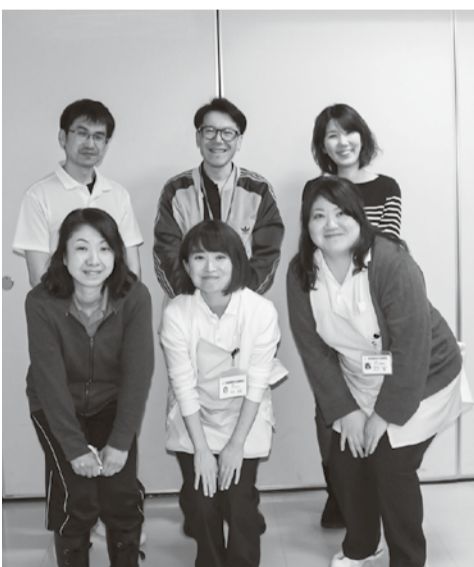
旭川市内でも養成学校自体がなくなり若手の担い手が不足しています。さらに介護職の離職率

は、全産業に比べても高く、募集しても応募がないなど深刻な問題となっています。道北勤医協では潜在介護福祉士やブランクのある方の再就職を随時受け付けています。また2019年度から

介護職の魅力とやりがいをお伝えします

## キラッと★介護

ぜひ一度チャレンジを



ケアワーカー役職者のみなさん  
写真上段中央が野田さん

は高校の卒業者の採用も始めました。無資格の方でもまずは仕事を覚えてもらい介護職員初任者研修の取得を協会で費用負担を行います。さらに介護福祉士の養成学校を目指す方には奨学金制度もあります。教育・研修制度も充実しており、困った時一人で悩まず職場のサポートも受けられます。将来、介護職を目指すと考えている方はぜひお問い合わせください。  
《連絡先》☎31-1179  
道北勤医協介護事業部  
道北勤医協介護事業部  
課長 野田 周



### 老人会で体操と健康チェック

2月5日、美瑛友の会と老人会で健康チェックと体操とふまねつが行われました。今回もリハビリ技士による頭と体の体操と手足を動かすストレッチを実施。ふまねつとも楽しく行い、爽やかな汗を流しました。美瑛友の会の恒例の行事で、2〜3月の間3か所で開催しています。

1月26日北医院と旭川医院で新年会が開催され両院所ともたくさんの参加者で楽しい一時を過ごしました。

## 友の会 だより

新年会で楽しく交流



北医院新年会

楽しいゲームと美味しい料理に61人が参加



旭川医院新年会

87人の参加で会場は大盛況

「道北の医療」シリーズ  
**宅配しています**  
 「これからも友の会にかかわりたい」  
 末広友の会 松浦 克敏さん 恵子さん

幌加内町出身の克敏さんは1962年、日本製紙旭川工場に勤め、職場では組合運動が盛んで青年部には約300人が加入していました。奥さんとは組合活動を通じて知り合います。



当時日本は高度成長期に入る直前で東京オリンピックが開催され国民の生活様相も大きく変化する時代でした。この時期、三池争議が社会問題となります。指名解雇やロックアウト、第二組合の暗躍など全国の労働者たちが次々に分断されて行きました。当時、総評の中でも紙労連は働く者の権利と要求を掲げ、資本金家へ向けた闘いを繰り広げました。ご夫婦もその闘いに参加していきます。お二人は闘いの中で常に自身の根底に民主的労働運動の経験が生かされていたと振り返ります。

道内各地を転動された後、1984年に旭川に戻られます。勤医協とのかわりには末広友の会の稲田孝治さん(故人)との出会いでした。友の会の手伝いを頼まれたのがきっかけです。現在、

熱意を身近に感じ、うれしく感謝しております。国民の声を聞いて  
 旭川市 中村 玲子さん

にぎやかなお正月  
 旭川市 澤野 君枝さん  
 一月一日に子ども、孫が集まり、にぎやかなお正月を過ごしました。健康でいるおかげと感謝ですね。今年一年、災害のない年になりますように祈ります。

地域医療の熱意へ感謝  
 旭川市 早川 京子さん  
 筆はじめてです。地域医療について、諸先生方の

女性の活躍を！  
 和寒町 田中 久男さん  
 友の会だよりも女性の活躍、絵手紙も女性の活躍。いつも元気でですね。でも、まだまだ世間は男性社会。負けるな、女性の皆さん！



旭川市 寺島洋子さん

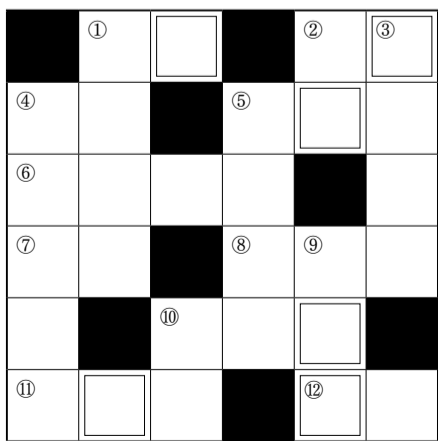
「ふふうがいい」  
 旭川市 寺島洋子さん  
 たか拾っていただき、心からお礼申し上げます。なくした時はショックでした。どこを探しても見つからず、私もいよいよ認知症の入り口かと思いました。本当にありがとうございました。

末広友の会に一本化されましたが新聞をお届けしながらこれからも友の会にかかわりたいと話されます。克敏さんの趣味はゴルフ、奥さんは読書、書道です。克敏さんは「安倍さんにはすぐ退陣してもらいたい。国の重要案件を進めるに値しない人。野党が本当に結束すれば政権をひっくり返すことも可能。本気で連合政権を国民に示すことが重要だ」と力を込めます。最後に「一人から勤医協にも医療の分野で役割を發揮してほしい」と期待を寄せられました。

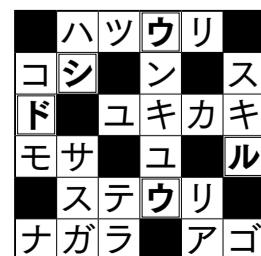
- タテのかぎ
- ①西軍の反対。
  - ②ことわざ。「弘法にも江戸時代の割りかけ箸や引き裂き箸と呼ばれる竹製の物が起源。
  - ③「終日」の読み方。
  - ④期待が外れること。
  - ⑤企業が有期雇用の労働者に契約更新を行わず、契約を終了させること。
  - ⑥語尾につけて強調する言葉。勝ったん。
  - ⑦応募方法
  - ⑧2重マスの字を組み合わせてある言葉(ヒント参照)を作ってください。
  - ⑨為替。
  - ⑩代表的なもののはラッ
  - ⑪算。
  - ⑫代表的名ものはラッ

- ヨコのかぎ
- ①賃貸物件。駅から5分。
  - ②仲たがい。仲が悪い。
  - ③意見が。計算が。
  - ④雨が降らず、地域に起こる長期間の水不足の状態。
  - ⑤十分に用意して敵を待ち受けること。
  - ⑥引く。
  - ⑦明治になり全国の府県になりました。
  - ⑧主要な原料に大豆、緑豆、ブラックマツペがあります。
  - ⑨晴れた朝など気温が氷点下10℃以下の時に発生する。ダイヤモンド。
  - ⑩為替。
  - ⑪算。
  - ⑫代表的名ものはラッ

### クロスワードパズル 371



### クロスワードパズル1月号解答



ハツウリス  
 コシンスキル  
 ドユキカ  
 モサユル  
 ステウリア  
 ナガラアゴ

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人の方に図書カードをお送りします。締め切りは3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.kinkyu.or.jp  
 1月号の答えは「関年(ウルウドシ)」。応募総数は163通(ハガキ74通・メール48通・応募用紙41通)。

当初はディスクやマシュマロ、キャンディなどお返ししていました。