

|            |             |         |
|------------|-------------|---------|
| 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

2021年3月1日  
**第539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メール tomonokai@dohoku-kinikyoo.or.jp  
 発行者 橋本浩徳

どんな人にも平等に訪れる「死」という現実。しかしその旅立ち方には人それぞれの形がありました。「道北の医療」3月号では訪問看護ステーション東光ぬくもりポートで関わった事例を通して「在宅看取り」について考えていきたいと思います。

## 訪問看護とはどんなサービス

在宅や施設で残された余生を家族とともに安らかに過ごすにはかかりつけ医や訪問看護ステーションの支援が必要です。看護師がお宅に訪問して、その方の病気や障害に応じた看護を行います。主治医の指示を受け、在宅で可能な医療処置も行います。自宅や施設で最期を迎えたいという希望に沿った看護も行います。

## 施設で「看取り介護」を選択されたご家族がいます。

80代男性の〇氏は妻と



二人暮らし、アルツハイマー認知症と誤嚥性肺炎で入院後、自宅での点滴治療目的で訪問診療開始となりました。体調がよい時は散歩やカラオケを歌いますが、次第に徘徊行動が頻回になって来ました。訪問看護師が施設入所を提案するも妻は「助けはもらえない。まだできます」と拒みます。しかし、徐々に認知症が進行し日常生活が困難になって来ます。夜中に妻を起こし、夕食を作れと激怒したり、ガスやストーブの点火や消火を繰り返すなど目が離せない行動が続きました。さらに訪問看護師が体に触れることも困難になりました。

## シリーズ「もう一つの医療」ご本人やご家族の意思決定を受け止め支えた実践から

# 家族に囲まれ自宅や施設で看取られたい

### 訪問看護の内容

|                  |
|------------------|
| ① 症状や健康状態の管理と看護  |
| ② 療養生活の相談・支援     |
| ③ 医療処置・治療上の看護    |
| ④ リハビリテーション      |
| ⑤ ご家族の相談と支援      |
| ⑥ 療養環境の調整と支援     |
| ⑦ 地域の社会資源の活用     |
| ⑧ 看取り・終末期の支援     |
| ⑨ 認知症・精神障害・小児の看護 |
| ⑩ 各サービス提供所との連絡   |

在宅生活が限界を迎えました。主治医の判断で急遽、〇氏は施設入所となりました。娘さんは「母は立派な人。母の人生をこれで終わらせたくない」。〇氏は入所後も認知症が進行、食事摂取不可能となりました。

訪問看護も再開、施設で看取りの決断をします。2週間後施設の厚い介護、ご家族の見守りの中で旅立たれました。自宅を弔問した際には「施設の人に良くしてもらい穏やかに暮らせました。ここで最期を迎えられて良かった。訪問看護師さん、支えてくれたみなさんに感謝しています」と話されました。



### 誰に相談したら利用できますか

|                |                                                                                                                               |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| お近くの訪問看護ステーション | <ul style="list-style-type: none"> <li>・地域包括支援センターに相談</li> <li>・市区町村役場の介護保険(医療)窓口相談</li> <li>・保健所・保険センターの保健師に連絡・相談</li> </ul> |
| 主治医            | <ul style="list-style-type: none"> <li>・病院の地域連携室・医療相談室等に相談</li> <li>・地域の社会福祉協議会に相談</li> </ul>                                 |
| ケアマネージャー       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・地域の民生委員に相談</li> <li>・民間の訪問看護サービス会社に連絡</li> </ul>                                      |

## 自宅や施設での看取りを希望される方々へ

ご自分の意思を早い段階からご家族や信頼のおける方に伝えておく事が大切です。さらにご家族の思いを

相談ご希望の方は下記までお問い合わせください。

|            |              |
|------------|--------------|
| 訪問看護ステーション | 旭川市東光1条1丁目   |
| 東光ぬくもりポート  | 0166-34-2917 |

命には限りがあります。あなたの大切な人生です。意思決定することが大切ですが、迷うこともあり、すぐには決められないこともあります。目の前の事に目を背けたい時もあります。最後に訪問看護ステーション東光ぬくもりポート片岡千晶所長はあなたの人生を聴かせてください。人となり、ありのままのあなたを支えます。

訪問看護師はあなたやご家族に寄り添う看護を目標し住み慣れた場所での療養、お看取りの支援が出来ます。ぜひ、訪問看護師にご相談くださいと結びました。

## 命には限りがあります。あなたの大切な人生です

連日のように政治家の不祥事がテレビで報道される。マスクや野党の追及に平気で嘘をつく政治家や官僚の姿に失望を通り越して国の存亡への危機感すら感じる▼東京工業大学教授の中島岳志さんはコロナ危機のもと、自民党が国民の命を守れない、守れないという事が、誰の目にも明らかになったと話す。さらに菅義偉首相の言う事を国民はまともに聞かなくなっているとも▼中島みゆきさんの曲に「宙船」(そらふね)という詩がある。その一説に「お前が消えて喜ぶ者にお前のオールを任せるな」。国民の苦しみを理解しようとしないう指導者たちはこの国のオールを任せてはならない▼先日、「暮らしの保健室」に70代の女性から電話があった。「コロナ、コロナで友達とも会えず、気持ちが落ち込み死にたい」という相談。しっかり話を聞き、未来の夢を語り合い、その女性は少し元気を取り戻してくれた▼人類はこれまで多くの感染症と戦い乗り越えてきた。その原動力は人間同士の絆だと思ふ。人を思いやり、慈しむ。人はひとと繋がることで困難を乗り越える力が増す。乗り越えられない困難はない。(広)



北海道民医連「冬季高齢者生活実態調査」すすむ(中間報告)

道北勤医協各事業所でのアンケート調査にご協力下さい

節約生活と冬期間の除雪問題が浮き彫りに

年金・生活保護、医療や介護などの改善や非正規雇用の拡大が進む中で、貧困の拡大が低所得者や高齢者のいのちとくらしを直撃しています。

北海道民医連は、ひとり暮らし・老老世帯の冬の生活実態を明らかにし、命を守るため各種制度の改善をもとめ、毎年高齢者の生活実態調査を行っています。

コロナの影響は甚大

新型コロナウイルスによる影響は、解雇や失業、収入の大幅な減少をもたらして、低所得者層を一層困難な状況に追い込んでいます。

このため、生活保護や低所得者の中で灯油を買いえない、暖房を我慢する、食費を削るなどの事態が広がっています。

家庭内感染を心配

今回の調査で特徴的な



調査目的

Table with 4 rows and 2 columns: ①生活保護を利用している高齢者の冬の生活実態を把握する。 ②生活保護を利用していないが低所得の高齢者の生活実態を把握する。 ③自治体制度を調べ、アンケートで制度の認知度を把握する。福祉灯油の必要性を明らかにする。 ④患者・介護制度利用者の実態を把握する。アンケートで得た困難事例を職員で学び国や自治体に対する今後の改善運動につなげる。

「生活の変化」に対する質問では「ほぼ変わらぬ」と答えた方が約8割でした。しかし、調査員の感想では暖房費を節約したり、着る物、食べ物を節約していると回答されています。

「暮らしの保健室」には様々な相談が寄せられています。最近ではコロナで友達にも会えずストレスで鬱状態に・・・「死にたい」と70歳の女性から電話がありました。

「ただいま食堂」ではコロナ禍の中、子ども、高齢者のみなさんとの絆を絶やさないために月1回の活動を続けています。

今後の目標はコロナが落ち着いた時点で以前のような活動を再開させることです。今はそれに向けた準備を進めています。

のみなさままで活動にご賛同いただける方がおられましたら募金に協力ください。どうぞよろしくお願ひ致します。

答した方が多く、告知されています。ある調査員はご本人が気づいていないだけで生活実態は厳しさを増しているように感じると話します。

「特に困っていない」と答えています。公営住宅で除雪の必要がない所もありですが戸建てに住む一人暮らしの高齢者の方の除雪問題は深刻です。



旭川道の駅での調査風景 (写真中央が山本医師)

2021年度の旭川市生活支援課と旭川・上川社保協合同によるホームレス実態調査が行われました。

2021年ホームレス実態調査が行われる

見えなくなった路上生活者の行方は...

初期研修中の山本博紀医師が参加しました。外がまだ薄暗い中、JR旭川駅構内を見て回り...



道の駅に張り出されている「いのちの相談所」ポスター

友の会無料法律相談のお知らせ 3月16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。

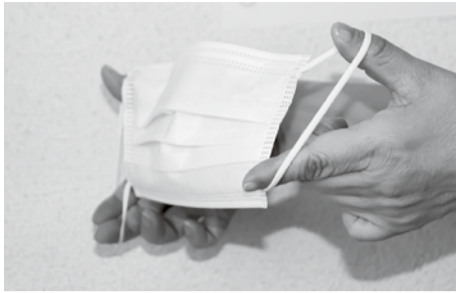


友の会と民医連をつなぐ月刊誌 読んでみませんか

Advertisement for 'いっでも元気' (I'm always energetic) magazine, featuring a photo of a child and text about mental health support.

# シリーズ みんなの医療講座

※図1



○マスクの折り目が下に向くように装着してください。

新型コロナウイルス感染症予防に効果的と言われているマスクの着用ですが、油断してマスクを付け忘れたり、顎にかけたままだったり、みなさんはいかですか？道北の医療3月号「みんなの医療講座」では新たにマスクの着用時の注意点を道北勤医協感染対策委員長佐藤一人院長に振り返っていただきました。その効果を最大限発揮するためにも今一度のチェックをお願いいたします。

このようなマスクの付け方をしている方はいませんか？

(※図3参照)

※図3



○鼻がかくれている状態

○あごが覆われていない状態

○あごに引っかかっている状態

## もう一度マスクの正しい使い方について

道北勤医協 佐藤 一人  
一条通り病院院長

※不織布マスクの正しい使い方を確かめましょう。  
新型コロナウイルスは、咳やくしゃみによる飛沫感染と手などを介して体にウイルスを取り込んでしまう接触感染があります。このうち飛沫感染については、専門機関の研究で「マスクを着用することで吸い込む飛沫の量を七〜八割を抑えられる」ことがわかっています。しかしそのマスクも正しく着用しなければ効果はありません。

**マスクの表と裏**  
不織布マスクはヒダの違いにより二種類に分けられます。ひとつめはマスクの真ん中のヒダが一番高くなっている「山折り」と、ヒダの方向が一定方向の「段々折り」。  
注意が必要なのは「段々折り」で、ウィルスや花粉がヒダに溜らないよう、ヒダを下向きにしましょう。  
もしかしてと 思ったら  
新型コロナウイルスは症状が出る2日前から感染するといわれています。そのため普段から手洗いやマスクの着用が、ご自身や大切な方を守ることにつながります。不自由ながらも乗り切りたいですね。

※図2



(※図2参照)

こうすること  
でウィルスやゴミがマスクのヒダの間にたまりません。  
重要なポイント  
①前後に手洗い  
②触るのは紐だけ  
③マスクと顔は触らない

介護職の魅力とやりがいをお伝えします

## キラッと★介護

地域のニーズに応じて行く「かたくりの郷」でありたい



新型コロナウイルス感染症に翻弄された1年を振り返り、介護事業部課長の野田周さんに話を聞きました。昨年4月に緊急事態宣言が発令され、「老人保健施設かたくりの郷」(以下、かたくりの郷)では通所介護事業を続けていくべきなのか制限すべきかの選択を迫られました。検討を重ねた結果、利用者さんの生活に直結している通所介護を止め、運営を続行しました。しかし感染を恐れた利用者さんの約2割が減少しました。夏には感染者数の減少に伴い利用者数が回復しかけたのも束の間、2回目の緊急事態宣言で利用者数が再び減少しました。経営には大きな打撃となりました。一方、介護職員の高齢化も進んでおり、若手を採用しないと事業が継続できないという問題にも直面しています。今後若手の育成を継続して行く方針です。介護報酬の引き下げは今年も検討されています。コ

野田 周  
道北勤医協介護事業部課長  
老人保健施設かたくりの郷

## 相談室の窓

糖尿病で定期通院しているAさんは血糖の数値が悪化して当院に入院することとなりました。Aさんは配偶者が亡くなり、独り暮らしになってから、認知機能の低下があり、薬の飲み忘れなどがありました。入院して治療を受けることと数値が落ち着き、退院できるまで体調が回復しますが、糖尿病があるため、退院後も食事の管理や薬を忘れずに飲むことが必要になります。薬の管理については、

近所に家族が住んでいたため、毎日訪問して飲み忘れがないように確認することとなり、食事については、本人の元々の生活習慣を大きく変えることが難しくなったため、介護保険サービスの訪問看護を導入することにしました。訪問看護では本人の体調管理、家族と本人への栄養指導、通院している医療機関との連携などを行います。本人自身は認知症であることの自覚はなく、なぜ食事や薬の管理が難しいのか、認知機能の低下から病

状と生活の管理が難しくなってしまうこともありません。患者本人は自覚がないことが多く、家族だけで支援することが難しい場合は、介護保険などのサービスも利用しながら本人の生活を支えていきます。  
住み慣れた家で自分らしい生活が続けられるように、医療と介護が連携して、本人と家族を支援していくことが大切だと感じる事例でした。  
道北勤医協 一条通病院  
医療福祉課  
医療ソーシャルワーカー  
高木 翔太

### 稚内市民からコロナ禍で 頑張る医療従事者に 激励のメッセージ届く

ラシに「コロナ禍で奮闘する医療従事者に激励のメッセージを送ろう」と呼びかけました。市民からはたくさんの方のメッセージが寄せられました。友の会のみなさんから頂いたメッセージは、職員の目に届くよう食堂や待合室に掲載されています。

宗谷病院の土田あずさ看護師は「毎日が緊張の連続ですが、こうして友の会員さんからのあたたかいメッセージに職員一同、とても励まされています。本当にありがとうございます」と笑顔で話しました。



メッセージがうれしいと土田看護師

年末、「地域医療を考える稚内市民会議」の「医療と健康のまちづくり」は新聞では新聞チ



稚内市役所に掲げられた垂れ幕

#### お詫びと訂正

「道北の医療」2月号3面に掲載いたしました、みんなの医療講座「少しの工夫で栄養アップ」で記載しました資料はすべて、低栄養予防のお助けブック(制作 女子栄養大学出版部、協力 株式会社明治)の転用でした。掲載にあたり、説明が不十分でありましたことをお詫び申し上げ、訂正いたします。

(編集部)

### 「道北の医療」 宅配しています

社会保障で高齢者と現役世代の対立を煽る表現やめてほしい。  
東川友の会 小林 敏樹さん

シリーズ④

今月の「宅配しています」は東川友の会の小林敏樹さんです。小林さんは帯広市出身、お父さんを早くに亡くし、お母さんが魚の行商をしながら6人兄弟を



育て上げました。小さい頃は自分の通う学校にリヤカーで魚を売りにくる母親が恥ずかしくいやでした。でも自分たちのために懸命に働く母の姿に子どもたちはみんな支えようと決め、一生懸命、家計をささえました。

学校を卒業した敏樹さんは帯広の開発局に就職し、パイロットファームの用地買収を担当しま

す。一方、当時は組合青年運動が盛んで安保闘争など国民の暮らしと平和を守る運動にも加わりました。

1985年の十勝勤医協の創設にはカンパ等で支援しました。転勤先に勤医協病院があると必ず利用しています。働く人の病院だから応援しようとの思いからだそうです。

開発局を42年間勤めた後、定年退職し、東川町へ移住しました。空気と水がきれいでおいしいと笑顔で話されます。

今年から東川友の会の会長を引き受けることに

なりました。現在は奥さんと二人暮らし、趣味はスポーツ。テニポン、卓球が好きでテニポン協会の会長もされています。

最後に政府に対して軍事費に予算を問わず社会保障費に使ってほしい。高齢者と現役世代の対立を煽る表現には怒りを感じると話します。

勤医協への期待は今後も働く人の命を守る立場で力を発揮してほしい。「無料低額診療事業の運動も一緒に前進させていきたい」と締めくくられました。

勤医協には鈴木先生にお世話になった祖母から今年はお世話になります。コロナが早く収まることを願うばかりです。

旭川市 田中 紀代美さん

仕事されている方は一日マスク着け過ぎされて、息苦しいですね。ウイルスが消滅する日が早

旭川市 三原 祐子さん

安心できる未来はきっと来る、2月号みんなの医療講座に励まされました。よく寝て、栄養を、よく笑い、笑うとウイルスに強くなる。

聞いてはいましたがなるほどと納得。3密回避と換気、初心に帰

旭川市 塚崎 早苗さん



寒風にコロナ 杉山勝雄さん(美瑛町)

コロナで生活困難者に食料や灯油が届く制度を

旭川市 山崎 幸子さん

相談室の窓「コロナ禍で在宅取りを」読み、あつよかつたと思うと同時に届けることができる制度を作つてはどうでしょうか。

孫と5代でお世話になります。

旭川市 寺島 洋子さん

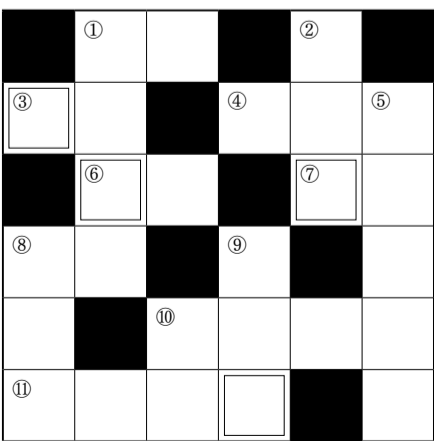
パズル難しいけど面白い

旭川市 辻 洋子さん

「道北の医療」などが届くと猛烈に吠える愛犬花子。急いで取りにいきました。

旭川市 塚崎 早苗さん

### クロスワードパズル 383



親元を離れ新しい人生にチャレンジ!

#### ヨコのかぎ

- 僧侶が身に着ける衣装の一つ。
- 「乃」の読み方。
- 寿司や天ぷらによく用いられる高級食材です。
- ちのみご。赤ん坊。
- 〇〇む。怠けるや油断すること。
- 誘惑に〇〇に〇〇。
- 日本海流のこと。
- 伝統ある日本文化の中で日本人独特の趣ある感性や美意識のこと。

#### タテのかぎ

- 土中で冬ごもりをしていた虫たちが、春の訪れを感じ、穴から出てくるころ。
- 愛知県にある企業城下町として有名。〇〇〇市。
- 将棋のタイトル戦の一つ。
- 四字熟語。(〇〇〇〇)休憩
- 弱火よりもさらに弱い最小の火加減。
- 〇〇枯れ。植物が生氣を失い枯れること。

応募方法 2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。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、

#### クロスワードパズル1月号解答



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 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) tomokai@dohoku-kiniko.or.jp 1月号の答えは「かんのいり」。応募総数は163通(ハガキ121通・メール39通・応募用紙3通)

当選者 20人(敬称略) 荒川恭子、浦島美鈴、坂井勝、武田勝紀、中村千尋、竹中道子、林紀美子、松本健一、山崎幸子、山田真美(以上、旭川市) 伊藤幸治、葛西亜紀子、戸松美子、畠山綾子(以上、稚内市) 上野真知子(浜頓別町)、後藤邦子(士別市)、佐藤勝行(剣淵町) 佐藤幸雄(中富良野町) 松崎茂(東川町) 山崎万誉(札幌市)