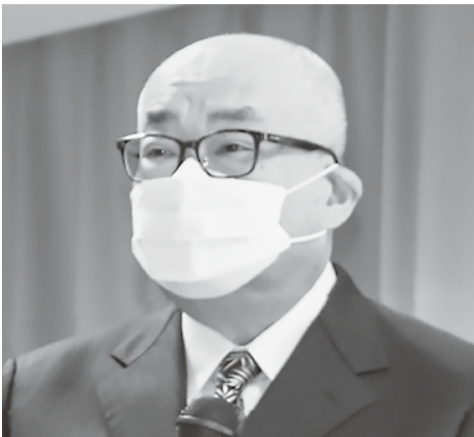


一条通病院	旭川市東光1条1丁目	34-2111
旭川北医院	旭川市神楽3条4丁目	61-1117
旭川北医院	旭川市大町2条14丁目	53-2111
宗谷医院	稚内市末広3丁目(稚)	24-1117
ながやま医院	旭川市永山5条11丁目	46-2211
一条クリニック	旭川市東光1条1丁目	34-1136
かたくりの郷(老健)	旭川市神楽3条4丁目	63-1165
東光ぬくもりポート	旭川市東光1条1丁目	34-2917
宗谷さわかやポート	稚内市末広3丁目(稚)	24-2223

# 道北の医療

2021年8月1日  
**第544号**  
 発行所  
 社会医療法人  
 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  
 発行者 橋本浩徳



議案提案を行う橋本浩徳専務理事

ていくことになる。民間の医療機関の理念を高く掲げ、困難な人々に寄り添う医療と介護の実践、地域医療の一翼を担うという呼びかけ

第1の柱は、一条通病院の医療機能を軸として効率的な医療と介護サービスの一体的な提供を実現する「高齢者医療・介護における複合施設群」構想(仮称)の検討、具

今後は、承認された「新5か年計画」に基づき、学習活動を重点として、理事会を中心とするプロジェクトチームによる検討がスタートします。尚、第64回定時社員総会では、社員の入会規定

間、社員、職員がひとつとなつて新型コロナウイルス感染症との闘いと直面する経営困難の中で奮闘し合った成果を確信にしたいと述べました。また念願であった社会医療法人となることが出来、今後は社会的な使命を果たすとともに、無

における公的責任を放棄する政治姿勢を明らかにしている。私たちは、2020年代前半期、「自己責任論」に基づく「全世代型社会福祉」政策と「日本国憲法に基づく新たな福祉国家の建設」、2つの理念、政策のせめぎ合いの時代を生き抜い

は困難であるとし、旭川市内の4つの診療所すべてを対象として「持続可能な」施設づくりや「往診専門」診療所等の機能転換の議論が提起された。第3の柱は稚内地域における宗谷医院の新たな機能と増改築についての検討です。

提案すべき事項を整理していくことが提案されました。今後は、承認された「新5か年計画」に基づき、学習活動を重点として、理事会を中心とするプロジェクトチームによる検討がスタートします。

## 道北勤医協第64回定時社員総会開催 2021年度運動方針及び、「新5か年計画」を採択

8月26日、道北勤医協第64回定時社員総会が開催され、97名の社員参加の中で、2020年度決算、2021年度運動方針及び、「新5か年計画」が全会一致で採択された。また、新たな常任理事として田中琢一条通病院副院長、高野哲哉本部長が選出された。

橋本浩徳専務理事から、第1号議案、2021年度運動方針案及び、「新5か年計画」の骨子が報告、提案されました。橋本専務理事は、「菅義偉内閣は所信表明演説で、自助・共助・公助として、絆」をスローガンに掲げ、医療や介護事業

2の柱は、地域の人口動向、医療、介護の供給体制の変化、医師をはじめとする職員体制や経営の見通しから、今後すべての診療所がこれまで同様



全員一致で議案を採択

- 第46期役員体制 (再掲)**
- 【理事長】 鈴木 和仁
  - 【副理事長】 宮本 和俊
  - 【専務理事】 橋本 浩徳
  - 【常任理事】 天池 竜彦、糸田 英基、大久保啓介、神長まゆみ、酒元 啓太、佐藤 一人、菅原 保明、高野 哲哉、田中 琢、谷 知己、宮永ゆかり、八重樫雅恵
  - 【理事】 飯田 光、加藤千鶴子、熊田 肇、小泉 洋卓、小西みゆき、佐久間文子、谷 富美恵、仲谷 了、野田 周、前田 冷子、松崎 道幸、百瀬 浩、山本由美子、吉田 忠司
  - 【監事】 齊藤 隆、山平 久雄

昨日、ジェンダーという言葉が浸透している。ジェンダーとは、社会的・文化的・恣意的・願望的に作られた「男性」「女性」の固定概念やイメージ・性役割・性差のこと。実際の性役割・性差ではなく、あってほしい、あると勘違いしている性差のこと。男は「男らしく」女は「女らしく」の固定概念を押しつけて人を評価してはいまいか。弁護士倉重都さんはジェンダーを全ての人の人権と尊厳の問題であると指摘。無意識に浸透させられている行動範囲、価値観、役割分担によって差別が作られていると話す。▼「家族と国家は共謀する」の著者、作家の信田さよ子さんは作られた常識が家族の在り方に深刻な負荷を押しつける。日本は閉塞感が強まると鬱積をより弱い者へ発散する傾向がある。「家族は愛し合うもの」社会の歪みの矛先は女性へ、そして子ども、中でも娘へしわ寄せが及ぶ。信田さんは家族を支配・非支配でない関係につくり変えることが大切と強調する。▼コロナ禍で国中に不安や不満が蔓延する今だからこそ、個人の尊厳を土台にした家族関係のあり方をじっくり考えてみませんか。(広)

第34回

# 道北勤医協看護介護研究交流集会在開催される

## すべての人のいのち・暮らし・人権を守る 「無差別・平等の地域包括ケア」の実践を前進させよう ～コロナ禍の時代を切り開く看護・介護の力～



道民医連第10回看護・介護研究交流集会和道北勤医協第34回看護介護研究交流集会(看介研)が7月11日に開催されました。看護介護研究交流集会は日頃、医療・介護の最前線で奮闘する職員たちの実践・交流を目的に毎年、開催されています。

実行委員長の荒井真巳さんは挨拶で新型コロナウイルスの北海道勤医協でのクラスター発生から多くを学び、道北勤医協でもいち早く発熱外来を実施し、激変する医療機能に対応してきたことを報告。

一方、新型コロナウイルス感染拡大の影響は地域で格差と貧困を拡大し、生活困窮者が増加しています。荒井実行委員長はわたしたちの理念である「無差別・平等の地域包括ケア」を進めるために日々の実践を振り返ることが必要だと語りました。

☆キラッと輝く実践報告から1つの演題を紹介します。回復期リハビリ病棟における歯科衛生士の役割と口腔ケアに対するスタッフの意識変化

(口腔ケアは認知機能の低下や発症・進行に有効です。)

当院の回復期リハビリ病棟に入院されている8割が



65歳以上の高齢者でそのうち6割以上が認知機能障害を抱えています。最近では認知症に対する口腔ケアの役割が重要視されるようになってきました。認知機能の低下や発症・進行の要因として嚥下機能低下や摂食障害に伴う低栄養や微量栄養素の欠乏が影響を及ぼす事から、個々の状況に応じた口腔管理が重要とされています。

さらには近年の統計からは高齢者の3人に1人が転倒を経験され、その要因の一つに歯の喪失や義歯の未使用による噛み合わせの喪失が身体のパランス機能を不安定にし、転倒リスクを高めると言われています。

ここで重要なのは日々の口腔ケアです。回復期リハビリ病棟に歯科衛生士が配属になったことに伴い、専門的な観察やケア、歯科往診がなされ患者さんの口腔環境の改善に結びついています。

私たちは今後も認知症患者さんの口腔ケアの必要性を強く使命感を感じる事ができた交流集会でした。

をスタッフ全員で学習し、共有しながらチームとして専門性を高めて行きたいと報告しました。

☆患者・利用者の尊厳を守る「コロナ禍」の中、これまで経験したことのない困難な状況にあつて看護、介護の現場では様々な知恵や経験を重ねながら患者、利用者



### 相談室の窓

Aさん60代女性、肺癌末期、夫との2人暮らし、子どもは3人もそれぞれ家庭を築いている。余命1年と宣告され、抗がん剤治療を行うも効果なく、奇跡的回復の期待は持ちつつも、最終段階を治療の専念と選択せず、後悔のない人生・充実した1年にするために、家族との思い出つくりと家族に迷惑をかけないために全員に伝えておかなければならないことを整理し、エンドオブライフ・ケア(人生最終段階における支援)におけるディグニティーセラピー(尊厳を保つ治療の方法)を

### 『人生の最終段階を迎えた、その人の尊厳を守るディグニティーセラピー』

の支援を受け、家族の見守る中、眠るように息を引き取りました。

ディグニティーセラピーとは、終末期の方の心理・社会的および実際に存在する苦悩に対処することを目的とした精神療法的アプローチです。

人生の終末期を迎えた方は、ディグニティーセラピーを行い、終末期の方の心理・社会的および実際に存在する苦悩に対処することを目的とした精神療法的アプローチです。

道北勤医協総合医院 精神保健福祉士 石山武浩

かたくりの郷、2階療養棟に勤務する川地 亜寿香さんは旭川出身です。介護福祉士として道北

介護職の魅力とやりがいをお伝えします

### キラッと★介護

心からありがとうを言ってもらえる仕事に誇り



川地さんは介護のイメージは良くないと言われますが実習中の印象は働

川地さんは利用者さんと沢山お話しをするのが癒しの時間だそうです。さらに認知症を患う利用

かたくりの郷 介護福祉士 川地亜寿香

が、自分の歩んできた道を振り返り、大切にできたこと、達成できたこと、家族に憶えておいてほしいことなど9つの質問から語り、一通の手紙を託します。Aさんの家族も悲しさの中で、本人の尊厳を保ちながら穏やかな最期を迎えられたことに、感謝の思いとAさんの存在を心に刻み支えとして生きていきたいと話されました。

最後に、ご自身の人生をエンディングノートやディグニティーセラピーを活用し今から自身の尊厳を守り、生きていて良かったと思える人生の準備をしてみませんか。

シリーズ みんなの医療講座

認知症とは色々な原因で脳の働きが悪くなったりしたために様々な障害が生じ、日常生活に支障がある状態をいいます。厚労省によると2020年の65歳以上の高齢者の認知症有病率は16.7%、約602万人に上っています。また、介護が必要になる原因として最も高いのは認知症であり、これは介護が必要な人の18.7%を占めています。認知症は主にアルツハイマー型、脳血管性認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭葉型認知症、その他に分類され、67%程度をアルツハイマー型が占めています。また、正常と認知症の境目である軽度認知症を Mild Cognitive Impairment (以下・MCI) と呼び、物忘れはあるが日常生活に支障がない状態のことを指します。2012年時点で、このMCIに該当する人は400万人に達していると推計されており、さらにこの中から年間10〜

# 認知症予防について

道北勤医協一条通病院リハビリテーション科作業療法士 長谷川 良太

30%の方が認知症に進行するといわれています。認知症予防の観点においては、このMCIの方の認知機能をどれだけ維持できるかが重要なポイントになります。最近では6月8日に米国食品医薬品局がアルツハイマー病の治療薬としてアデュカヌマブを迅速承認

認したことが話題となっています。アデュカヌマブは脳内のアミロイドβプラークを減少させることでアルツハイマー病の病理に作用する初めての治療薬として期待されていますが、対象者は認知症が軽度であることや発症早期であることが条件であると言われていています。また、現時点ではアルツハイマー病の病理においてアミロイドβプラークがどの程度関係しているのか懐疑的な専門家も多くいるのが現状です。さらに、薬価が高価な事(4週間に1回の投与で1回あたり約47万円、年間で約613万円かかる)、かつ保険適応された場合に国の財政を大きく圧迫する事が分かっています。

認知症を取り巻く先進医療は大きな転換点を迎えていると言えますが、それでも変わらないことは認知症の予防が非常に重要だということです。今回は自宅で出来る認知症の予防体操(以下・コグニサイズ)をいくつかご紹介いたします。コグニサイズとは国立長寿医療研究センターが開発した認知症予防を目的とした英語のCognition (認知) と Exercise (運動) を組み合わせた造語です。Cognition は脳に認知的な負荷がか

かるような認知課題を、Exercise は各種の運動課題を指します。運動は全身を使った強度程度の負荷(軽く息がはずむ程度)がかかるものであり、脈拍数が上昇する程度の負荷であること、運動と同時に実施する認知課題によって、運動の方法や認知課題自体をたまに間違えてしまう程度の負荷がかかっていることがポイントになります。以下の図は国立長寿医療研究センターのコグニサイズのパンフレットより引用した運動です。

コグニサイズの目的は、運動で体の健康を促すと同時に、脳の活動を活発にする機会を増やし、認知症を予防することであり、課題自体が上手くなる事ではありません。むしろ、課題がうまくできるということは、脳への負担が少ないことを意味するので、課題に慣れ始めたら、どんどんと創意工夫によって「課題を考えること」も大事な課題になります。感染対策に留意しながら、ご自宅の環境、一緒にやる仲間と相談して、ぜひ取り組んでみてください。

※参考資料  
厚生労働省健康局、認知症政策の総合的な推進について、2019年  
国立長寿医療研究センター、認知症予防に向けた運動コグニサイズ

### 座ってコグニサイズ(イス座位)

1人でできるコグニサイズ⑥ 椅子に座ってコグニサイズ

数字を数えながら、からだタッチ➕3の倍数でグータッチ

STEP1～STEP10を繰り返し行いましょう!

ポイント  
●慣れてきたら、課題を変えていきましょう。  
「タッチする順番を変える(足首を先に、など)」、「グータッチする数字を変える(5の倍数、7の倍数、など)」、「タッチするからだの部位を変える(肩、頭)」など。

### 立ってコグニサイズ

1人でできるコグニサイズ① コグニステップ 右横・左横にステップ

ステップ運動➕3の倍数で拍手

STEP1～STEP4を繰り返し行いましょう!

ポイント  
●数字は声に出して数えましょう。また、3の倍数の時は声に出さない、とすると認知課題の難易度が上がります。  
●拍手する数を変える(例:5の倍数、7の倍数)、拍手を別の動作に変える(頭を触る、おなかを触る)などとして、アレンジしましょう。

計報



7月9日、道北勤医協友の会連合会会長、田中俊美さんが逝去されました。道北勤医協「友の会」の皆様は謹んでお知らせいたします。

田中俊美さんは長きにわたり、宗谷友の会会長という立場から、稚内地域が抱える医師をはじめとする医療従事者不足など、深刻化する脆弱な医療問題にとりくみ、行政、医療機関、市民が一体となった「オール稚内」の医療運動のリーダーとして奮闘されました。

として、無差別・平等の医療と介護の推進に奮闘されました。

6月には道北勤医協友の会連合会会長に就任、法人の「新5か年計画」の推進に友の会組織のひとりひとりの知恵を集める活動をすすめていたと抱負を語っておられた矢先、突然のお別れとなつてしまいました。誠に残念でなりません。

田中俊美さんは、ある新聞の取材で「みんなであつなれば変化が生まれる。かけはしになつて、それぞれの思いをつなぐ視点が大切です」と話されていました。

私たちは、田中さんの意志を受け継ぎ、言葉のひとつひとつを大切にしながら、困難な人々に寄り添う民医連運動をすすめていきます。ご冥福をお祈りいたします。

友の会無料法律相談のお知らせ

8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。前日までにご予約ください。

(担当者事前にご相談内容をお聞きします)



すが、秘密は厳守いたします。連絡先33-0854(友の会連合会)



我が家の庭にチューリップ

札幌市 柴田 義行さん

我が家の庭にチューリップ、水仙、クロッカス、等咲き出しました。心が和みます。和まないのは感染拡大と菅政権の無為無策ぶり。退陣だ!

友人に教えてあげたい

旭川市 杉山 詩織さん

特集の「無料・低額診療制度」知りませんでした。まだ知らない友人などに教えてあげたいです。貴重な試みと情報ありがとうございます。

「医療講座」記事良かった

旭川市 平 みさ子さん

子ども便秘外来の記事がとても良かったです。孫も便秘で赤ちゃんの頃から大変でした。中学生の今もすつきりではないようです。

なにかいい事ありそう

旭川市 池田 正子さん

私このところ体調を崩し辛い日々です。一昨日、短い距離ですが散歩してみました。雑草の中に一本だけノボリフジの花が凛として咲いていました。まるで私に元気を出しなさいと言っているように...

いい情報ありがとうございます

旭川市 高桑 美恵子さん

紙面の充実を感じています。いい情報ありがとうございます。いつもありがとうございます。

1, 2カ所解けないクイズ今回、解けました。

大きな問題を身近に

旭川市 田中 則幸さん

3月の原発ゼロ講演会。北大の小野先生の講演会に参加しました。大きな問題を身近に感じ驚きでした。

宮本先生に感動!!

旭川市 寺島 洋子さん

紙面イラストを目にし、あつ宮本先生とお名前確認したら紛れもなく宮本先生。勝手に懐かしく思い出しました。どの事例もウルウルでした。

生命よりオリンピック?

旭川市 藤田 修一さん

私達もコロナ禍で我慢が続きます。残念なのは旭川病院でワクチンが打てないこと。国は生命よ

りオリンピック。国民は国策に振り回される。国会も大手術をしなければなるまいと思うのだが?

こども便秘外来に感動

旭川市 本多 滋さん

こども便秘外来の話、感動しました。また安心して旭川にこのような専門外来が出来て困っている人がいたら教えてあげたい。孫も含めて。

毎回感謝

旭川市 山崎 喜代美さん

ハート薬局を利用しています。いつも思うのですが、薬剤師さん、事務の方々。みなさん感じがよく、わからないことを聞いても嫌な顔もなしに丁寧に対応してくれます。毎回感謝。

「道北の医療」宅配しています

シリーズ⑤

やさしく努力家の両親の姿は忘れられない 緑が丘友の会 高橋 紀子さん



今月の「宅配しています」は緑が丘友の会の高橋紀子さんです。紀子さんの出身は福島県須賀川市です。お父様が布教師をされている家庭で育ちました。昭和23

年、祖父から札幌にある西本願寺別院を手伝ってほしいと依頼があり、家族全員で札幌に転居し昭和42年まで住んでいました。その後、旭川の系列寺院へ転勤となり、現在に至ります。紀子さんは20歳の時、理容美容学校に入学します。本当は助産師のお母さんに影響され看護師を目指そうと考えた時期もありましたが理

美容の道を選択しました。学校で学ぶ傍ら市内の美容室で見習いとして働きながらブライダル資格を取得し、結婚式場でその手腕を発揮します。大変でしたが人生の晴れ舞台を演出する仕事に誇りを持っていましたと振り返ります。子ども達も立派に育つてくれました。両親は温厚で優しい両親でした。特にお父さんは夏・冬自転車で檀家周りをしていました。ある時、「バスの中からお父さんが一生懸命自転車をこいで走る

姿を見た時、涙が止まらなかつたんです」と話す目には大粒の涙が...。勤医協との関わりは胃の検査で受診がきっかけでした。その後、緑が丘友の会の旅行や花見にも参加してきました。楽しみは植物のお世話をする事です。お花が大好きで鉢だけで80個はあるそうです。最後に出身が福島なので事故で多くの人が苦勞するのを見て来ました「原発再稼働は断固、反対します」と力強く結ばれました。

クロスワードパズル 388

crossword puzzle grid with numbered squares 1-12.

ヨコのかぎ

- 1 「土竜」の読み方。
2 平和の象徴といえは。
3 入盆の時、外で焚く野火のこと。
4 「○○○」の錬金術師という漫画やアニメがあります。
5 つらい時、または、つらい境遇。
6 7月7日の行事。年一回、天の川ではこの日に牽牛星と○○○○星が逢うそうです。
7 「○○○」橋。晩○○○。
8 豊作○○○○。合格○○○。

タテのかぎ

- 1 一方では非常に役に立つが他方では大きな害を与える例え。○○○の剣。
2 炭酸水にレモン香料と砂糖で風味をつけた日本独特の清涼飲料。
3 生○○。土木・建築工事に従事する人。
4 将来、○○○○車はなくなる?
5 動物が威嚇(いかく)などのためにほえる事。
6 ○○○調査。
7 首長や頭(かしら)のこと。

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

強い上昇気流によって鉛直方向に著しく発達した雲

クロスワードパズル6月号解答

crossword puzzle solution grid.

当選者 20人(敬称略)
浅田政広、今野陽子、寺林美貴子、中村玲子、広瀬雄祐、三浦永久、光富節子、森田純子、山越博道、山下薫(以上、旭川市)、安藤真奈美、太田悦子、柏木美鈴、畠順子、福島亜紀子(以上、稚内市)、犬伏薫(美瑛町)、泉淑江(東川町)、河村陽子(美瑛町)、佐々木康(猿払村)、田中友子(当麻町)