

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
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
宗谷さわやかポート	稚内市末広3丁目 (稚)	24-2223
旭川きた介護センター	旭川市大町2条14丁目	53-2111

道北の医療

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

その人らしい療養と生活に寄り添う

道北勤医協が展開する介護事業

道北勤医協では長年、高齢者問題に向き合い、在宅医療や訪問看護、訪問リハビリを展開するとともに老人保健施設をはじめ通所介護事業なども行っています。
「道北の医療」8月号では道北勤医協が展開する介護事業所を紹介します。



老人保健施設 かたくりの郷



安心して豊かな老後を送りたいと願う多くの方たちの思いを大切に、地域に根ざし、その人らしさを尊重する、無差別平等の介護・福祉を実践しています。

●通所・デイケア
要介護状態となってもご自宅で自立した生活が維持できるように、送迎により

在宅での安心をサポートします



筋力トレーニングマシン

昼間だけ施設で、医療、看護、食事、入浴、リハビリなどのサービスをご利用いただけます。

●入所
症状が安定していて、毎日の生活に介護を要する方に入所していただき、食事・入浴・排泄の介助はもとより、リハビリ、レクリエーションなども含めた総合的な生活支援を行って、家庭生活への復帰を目指します。

ながやま医院デイサービスセンター 旭川きた介護センター



ながやま医院デイサービスセンター



旭川きた介護センター

●ながやま医院
デイサービスセンター
広くゆったりとした空間で理学療法士による身体・動作評価。看護師による身体観察と皮膚状況

チェック・楽しいレクリエーション、美味しい手づくり昼食、ゆったり入浴など多彩なメニューをご用意しています。

●きた介護センター
理学療法士の下で筋力マシーンを使用した機能訓練や楽しいレクリエーション、ゆったり入浴などのサービスを提供しています。

訪問看護ステーション 東光ぬくもりポート 東光ぬくもりポートサブステーション かぐら



東光ぬくもりポートのスタッフ

訪問看護は看護師がお宅に訪問して、その方の病気や障害

在宅での医療を支援します



訪問リハビリの様子

に応じた看護を行います。訪問する看護師はあなたやご家族に寄り添うことをめざし、住み慣れた場所での療養、お看取りの支援ができます。つらい時、困った時、どうぞあなたの声を聞かせてください。

宗谷医院デイサービスセンター



アットホームなデイサービス

送迎、入浴、手作りの昼食、創作活動、多彩なレクリエーションなど利用者のみなさまが楽しく元気な時間を過ごせるよう、スタッフ全員で対応させていただきます。アットホームな雰囲気でお迎えます。

★お問い合わせ先★

- 老人保健施設かたくりの郷 0166-63-1165
- ながやま医院デイサービスセンター 0166-46-2255
- きた介護センター 0166-59-1165
- 訪問看護ステーション東光ぬくもりポート 0166-34-2917
- 宗谷医院デイサービスセンター 0162-23-3766



道北の医療7月号の1面企画で若い職員と競争体験者との対談が実現した。一時間という短

時間、思いは若者たちに伝わったのか▼語り部の神長健さんは「戦時教育」「戦時報道」の恐ろしさを語る。参加者の目は真剣だ。戦争を自身の日常に引き寄せ想像している。ある参加者は「戦争が身近にあると実感した」と感想を話す▼道新6月30日「各自核論」で琉球大学の山本章子氏が「国策は住民を守らない」の中で安全保障政策は国境を守るが、そこで暮らす住民を守らない。国策は地方を踏み台にするが地方を平和にしないと述べている▼島本慈子著「戦争で死ぬ、ということ」との一節に「戦争は言論統制を生み、死が抽象化されてしまう」とも。見失っていけないものは戦争の本質である「大量殺人」の実態と悲しみや憎しみなど普遍的な人間の感情。国家にとって個人の死は「尊い犠牲」ではない▼国家は国民を守らない。ならば国民を守る政治家を増やそう。戦争に前のめりな政治家を国会に送ってはならない。平和を望む沢山のひと々と連帯して声を上げ続けよう。平和は努力なしに決して実現しない。(廣)

何かが地域でいま

起こっているのか！ 道北勤医協 一条クリニック 医事係長 小山内麻記子

無料低額診療を多くの方に広めたい！



今月号では道北勤医協で無料低額診療の相談窓口を担当している一条クリニック医事課の小山内

係長に話を聞きました。

道北勤医協では一条通

病院と一条クリニックで「無料低額診療」を行っています。現在、困難を抱えた沢山の患者さんがこの制度を利用されています。年齢構成は70歳以上の方が比較的多いのが特徴です。また、糖尿病などの基礎疾患を持つ方も多いです。どなたもギリギリまで病気を我慢し、当院にたどり着く時点で病状が進行しているケースが目立ちます。

私たちが病院、クリニックの職員は、日常診療の中で患者さんの僅かな変化に気づけるよう心がけています。

ある事例では仕事を退職した73歳男性が20年程前に手術した副腎の手術後から続く体調不良と加齢により、就労が困難となり当院の無料低額診療を利用。奥さんと息子さんの3人暮らし。息子さんは引きこもり状態が続いています。年間の世帯収入も80万円を切っており、3人家族で生活が成り立つのか不思議でなりません。生活保護の申請も提案しましたが、持家

日常診療の中から「気になる患者さん情報」を共有する

と車を手放したくないこと等から申請には至っていません。地域にはこのような事例が数多く存在します。無料低額診療制度はさまざまな理由で生活保護を選択しない方たちにとって命と暮らしを守る制度です。

無料低額診療事業を知ってほしい

わたしたちは一人でも多くの方にこの制度を知っていただくことが必要だと考えています。そのためにもこれからも地域に足を運び、この制度をお知らせする努力を続けていきます。

就学援助を受けられている世帯も対象です

この制度は「就学援助」を受けられている世帯のご家族も対象です。お子さんだけでなく、同一世帯のご家族全員が対象となりますのでお気軽にご相談ください。

一条通病院に池田政彦医師着任

7月1日より、一条通

病院回復期リハビリテーション病棟に池田政彦医師が着任しました。

池田医師は奈良県出身、旭川医科大学を90年に卒業されました。前職は豊岡中央病院。専門は脳神経外科です。(日本脳神経外科専門医、回復期リハビリテーション病



棟専従医)

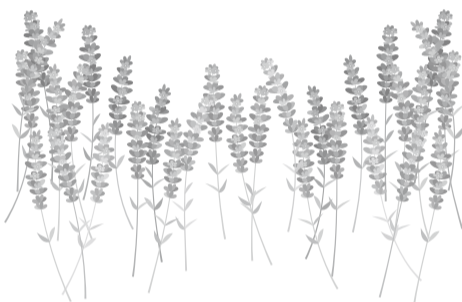
当院で勤務するきっかけは「無差別、平等の医療・介護」の理念と生活困窮者の方への「無料低額診療」の実践に共感したことを話されました。

池田医師はこれまで33年間、手術直後の超急性期から在宅までのリハビリテーションに関わってきました。その実践の中で最も治療効果上がるのが回復期リハビリだと話します。そこに力を入れて行きたいと強調します。そして患者さん、家

族のみなさんと良くなったいく喜びを分かち合いたいと話してくれました。ご家族は4人、ご長女は社会人となり現在は高校生のご長男と奥様の3人暮らし、趣味は日曜大工、キャンプ、バイク、スノーボードだそうです。

池田医師からのメッセージ

地域のみなさんと様々なことに関わっていきたいと思っています。どうぞよろしくお願ひします。



第35回 看護・介護研究交流集会開催

いのち、くらし、人権を守る看護・介護の実践 With コロナ時代の地域包括ケアの発展をめざして

道北勤医協第35回看護介護研究交流集会が7月9日(日)に開催されました。

実行委員長の鶴巻裕子

在宅医療部部長は開会に

あたり、3年間の新型コロナ

感染症との戦いを振り返り、これからのコロナ

ナから高齢者を守る対策

を続けながら看護・介護活動を更に発展させる取

り組みが求められている

ことを述べました。

また、ロシアのウクラ

イナ侵攻にも触れ「いのちと平和」憲法9条・25

条を守る活動を進め、いのちとくらしを支え、人

権を守る「無差別・平等の地域包括ケア」の実践を訴えました。

全ては「命の平等」

発表される演題はどれも「命は平等」の理念のもと、患者さんに寄り添う看護・介護職員たちの姿を伝えていました。どうしたら不安や苦痛を和らげられるのか、喜んで

混雑時は3時間前後の待ち時間となるクリニック。待ち時間改善と外来看護の質を上げるために患者アンケートを実施し、「患者の本音」と「看護師の意識」について調査を実施し、分析と対策を行いました。結果、看護師にも意識の変化が見られ外来看護の質の向上につながりました。そしてなにより、いつ自分の順番が来るのかという不安解消など患者さんの待ち時間の否定的感情を軽減する効果が表れてきています。

具体的な工夫としては患者さんへの「目配り」「声かけ」や「配慮」を意識的に行うことです。その結果、患者さんの「待つこと」に対する認知が少しづつ、変化してきました。これからは患者さんの要望に沿った対応を意識的に実行するため患者さんの声をお聞きし、問題点があれば全国の経験に学び、出来る対策を積極的に進めていきます。

「あきらめない看護」の中に看護の奥深さが...

記念講演では、川崎協同病院外科部部長の和田浄史医師がお話されました。和田医師は自身の経験を通して「あきらめない看護」を追求している民医連の看護師の姿に「看護の奥深さを見た」と話されました。

さらに、川崎市に多くいるホームレスの人々との関わりでも、病気の治療だけではなく患者の心を支える看護師たちの実践への感動が語られました。

最後に和田医師は時が流れ人がどんなに入れ替

わっても民医連看護のDNA「3つの視点」①患者の立場に立つ②患者の要求から出発する③患者とともにたたかう。」と「民医連綱領」、そのことは絶対変わらない。その視点が受け継がれているから民医連看護はこれからも続いて行くのです。と語りました。

参加した訪問看護ステーション「東光ぬくもりポート」の片岡千晶所長は講演の感想として「看護師の力や役割を医師が信じてくれていて、有り難くとても嬉しかったです。そしてなにより、私たちが民医連にいる意味を改めて教えてくれたことに感謝します」と話しました。

道北からは12演題

なお、当日は北海道民医連第11回看護・介護研究交流集会も開催され全道から306名が参加しました。道北勤医協からも12演題が参加し、全道の参加者と交流しました。



クリニック会場



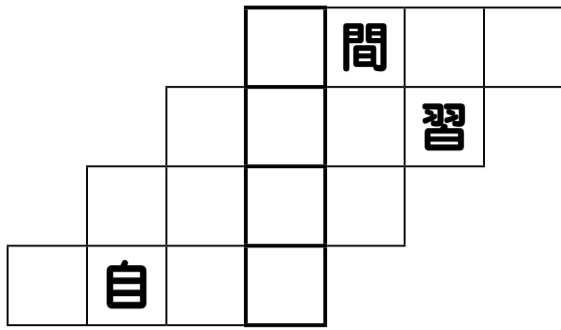
演題発表する参加者



感想を話す片岡千晶所長(手前)

問2 熟語互い違いパズル

リストの漢字を□に入れて、横方向に4つの四字熟語ができるようにしてください。リストの漢字は一度しか使えません。すでに入っている漢字がヒントです。最後に太枠に入った漢字を上から順に並べてできる言葉を答えてください。



リスト 演 軽 □ 行 車 人 島 動 日 本 夜 予 列

問1 ○と□に入る文字

○は全て同じ文字、□にも全て同じ文字が入ります。入る文字を教えてください。

ア○ガ□ チ○ス□
ジ○セ□ マ○ナ□

答え ○ □

問4 プラマイパズル

いずれも結果が10になる式です。□には+か-のどちらかが入ります。式を成立させてください。

- ① 9 □ 2 □ 8 □ 5 = 10
② 3 □ 4 □ 6 □ 9 = 10
③ 4 □ 8 □ 5 □ 7 = 10
④ 9 □ 6 □ 7 □ 2 = 10
⑤ 6 □ 3 □ 7 □ 8 = 10

レッツ 脳トレ

問3 使わない記号探し

右の各式を成立させると、+-×÷の中で使わない記号はどれでしょうか？ ただし、各式で同じ記号は使えません。

- ① 1 □ 4 □ 2 = 8 □ 5
② 1 □ 7 □ 6 = 8 □ 4
③ 2 □ 7 □ 8 = 5 □ 1



いま日本は難しい地点に立っています。日本の安全を巡って世論が二分されているからです。東シナ海情勢を見ても、もはや専守防衛だけでは日本は守れないという世論が強くなってきています。中学生の時、父親と平和について話したことがありました。もし、戦争になったら自分は徴兵さ

シリーズ⑤ 『わたしと憲法』 自分の頭で考え、自分の言葉で伝え行動しよう

社会問題となっている空き家問題ですが、法律上の「空き家」の定義は別荘のように管理されている建物から、所有者不在で管理が不十分となり周辺住民や地域に悪影響を及ぼしている建物まであります。管理が行き届いていない空き家は「特定空き家」とされ、固定資産税の減免が受けられなくなり、6倍の税金がかかるようになります。行政は、特定空き家の所有者に対して適切な管

空き家問題について

理を行うよう助言や指導を行います。従わない場合は催告を行うなど必要な行政手続きを実施し、それでも応じない場合は税金を使って空き家を解体し、解体費用を所有者に請求する「行政代執行」という手続きを取ることになります。ただし、費用を確実に回収できるものではないことに対して税金を使う形になるため、行政も気軽に代執行を行うことができません。所有者の善意にゆ

ねざるを得ないジレンマがあります。旭川市社会福祉協議会が事務局となっている「住まいサポートあさひかわ」では、空き家問題を解決するための方法のひとつとして、居住可能な空き家を「セーフティネット住宅」として活用しています。セーフティネット住宅とは高齢者や障がい者、生活困窮者など、民間の賃貸住宅への入居に結びつきづらい方々の入居を拒まない住

宅のことで、登録することによって家賃収入や家屋の修繕費の補助を受けられることができるなどのメリットが所有者に発生します。旭川市では法律や不動産の専門職と協定を結び空き家問題に向けた取り組みを進めています。問題解決には行政だけでなく地域住民の力も不可欠です。わたしたちは地域や行政と連携しながら、空き家問題解決に向けて取り組んでいます。道北勤医協 ソーシャルワーカー 千葉裕之

れるかもしれないと本気で心配したものです。父親はその時から日本の未来を予想していたのかもかもしれません。一方、憲法は外国から押しつけられ、日本人が作ったものではないという人たちがいます。しかし、誰が作ったにしてもそれが日本の最高法規としてこれまで存在してきたことは事実です。憲法は権力の暴走を縛る強い力を持っています。そして「平和主義」、「基本的人権の尊重」、「国民主権」の3原則は戦後

の日本が進むべき正しい道を示してくれました。いまロシアとウクライナの戦争が長期化し、泥沼化する様相を呈しています。戦争は一度始まったら止める事は困難となります。そして多くの人々が犠牲になります。戦争は最大の人権侵害です。いま、日本が進むべき道は「平和主義で行くと腹をくぐること」ではないでしょうか。どうしたら戦争を無くすことができるのか、その可能性の一つとして憲法9条の理念を世界に浸透させることが大切です。日本こそ、そのために力を発揮すべきだと思います。わたしたちは戦争の本

友の会無料法律相談のお知らせ
8月22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。
連絡先 33-0854(友の会連合会)

脳トレ

① $01=8+4-3+9$ ② $01=2+4-9+6$
 ③ $01=7-5+8+4$ ④ $(1+5=8-4 \times 2) \div 3$
 ⑤ $01=6+9-3+2$ ⑥ $(4 \div 8=6-7+1) \times 2$
 ⑦ $01=9-2+8-5$ ⑧ $(5-8=2 \div 4+7+1) \times 1$

問1 ○=カ、□=キ
 問2 夜行列車 (アカイ、シカセ、チカス、ワカチ)

問3
 車 種 目 種
 目 別 本 日
 目 別 本 日
 目 別 本 日
 目 別 本 日

問4
 夜 間 行 車
 夜 間 行 車
 夜 間 行 車
 夜 間 行 車

から1:整うレシピ

材料(一人分)

スパゲティ.....75g
 オリーブ油.....4g
 トマト.....100g
 大葉.....3g
 しらす干し.....3g

ガーリックパウダー.....0.5g
 オリーブ油.....4g
 レモン汁.....5g
 コンソメ.....3g

エネルギー 394kcal
 蛋白質 11.5g
 塩分 1.5g

①スパゲティを茹で、流水で冷やしオリーブオイルを絡めておく。
 ②トマトはさいの目、大葉は千切り。
 ③Aの調味料を合せ、トマト、大葉、しらすを加える。
 ④混ぜ合せた中にスパゲティを加え絡め、味を整える。

※「夏のトマトは医者いらず」と言われる程、血圧を下げる効果や錆びない体作りに必要な栄養が豊富!



「道北の医療」
宅配しています

美瑛友の会とともに
 地域のお手伝いを

美瑛友の会 牧野 和恵さん



20歳の頃、中富良野で農業をされていたご主人

「宅配しています」今月号に登場していただくのは美瑛友の会員の牧野和恵さんです。

和恵さんは、上富良野町出身で畑作とラベンダーを栽培するご両親のもと4人兄弟の長女として

育ちました。当時は車もなく農作業も機械化されておらず、その苦労は想像を絶するものでした。でも楽しい思い出でも沢山ありましたと振り返ります。17歳の時、旭川の親戚が営む旅館の仕事を経験しました。その数年間の経験が後の自身の成長に繋がったと語ります。

今、和恵さんは町内の介護施設で清掃の仕事をされています。介護の現場はとてもハードで人手も足りていません。中には重労働だと思われる高齢者の方もいて、現場では過酷な労働が常態化しています。超高齢化の日本で高齢者が安心して暮

と結婚され、その後、美瑛町に移住されました。和恵さんは子どもたちを保育園に預けアルバイトをしながら家計を支えました。また友達も多くでき、同世代のお母さんたちにもいろいろお助けしてもらいました。その仲間たちがいまでも繋がっていますと語ります。

らしていくために国は、介護現場で働く人たちの報酬を引き上げるべきです。このままでは介護現場で働く人がいなくなります。と熱く語ります。

和恵さんの趣味はカラオケです。週に2回、10人くらいの仲間がいます。楽しいです。と笑顔で話してくれました。

最後に勤医協への要望として送迎バスをこれからも続けてほしい。高齢者が増える中、交通の確保が重要になるからです。「これからも美瑛友の会とともに地域のためにお手伝いしていきたいです」と述べられました。

◆締め切りは8月末日。あて先 旭川市東光1条1丁目4番20号 道北勤医協本部 地域健康部 (Eメールアドレス) tomonokai@dohoku-kinikyoo.or.jp

6月号の答えはジューン通(ハガキ45通・メール50通・応募用紙5通)

外に出て認知症予防

旭川市 小山 光子さん

年齢的に身体の痛みもありですが、草花もきれいに咲き、よい季節になり、少しの時間でも外に

出て認知症予防しています。実家の墓じまいを済ませ、長女として一安心。お寺の納骨、離檀手続き、役所へ出す書類の多さ等、次世代に負担をかけられません。

久しぶりの運動会

東旭川 森 牧恵さん

先日、久しぶりに運

動会が開催されました。子どもたちの頑張りを近くで観て元気をもらいました。久しぶりにお会いした地域の方も沢山で楽しかったです。

実家の墓じまい

東旭川 片岡 貴美恵さん

クロスワード大好き

旭川市 澤崎多起江さん

クロスワード大好きです。道北の医療のクロスワードは少し難しいので主人と協力しながら挑戦しています。楽しみにしています。

感染予防をしっかりと

旭川市 早川 雄造さん

コロナが5類になり、新規感染者がどれだけ増えたのか分からず不安になります。これまで通り感染予防の対策はきちんと続けていくしかありません。

防衛費削減を望む

札幌市 柳 郁子さん

相変わらず出生率は低下するばかり、昨年は過去最低となった。政府は少子化対策として3兆円を予算しているが財源の目途はたたない。社会保障費などからとらず、防衛費を削減するよう望む。

読者ひろば

旭川市 荒川 恭子さん

コロナ禍で健診を控えていた知人が早期癌の診断。緊急性を有する人から行うので順番待ちとのこと。検診は大事だな!

マイナカード信頼できず

網走市 須藤 俊子さん

マイナンバーカード信頼できません。いやです。年をとって保険証はかかせない大切なものです。

絵手紙

旭川市 高橋善美子さん

旭川市 須藤 俊子さん

タテのかぎ

① 軽率なミス。
 ② 取り立てて責める。問いたです。なじる。問める。
 ③ 変わらないこと。
 ④ 屋外に建てられた物を納めておく小屋。
 ⑤ 木。
 ⑥ 行い。ふるまい。
 ⑦ 本性をかくしておとしそうに見せる事。○を被る。
 ⑧ 風を受けて走る船

ヨコのかぎ

① 軽率なミス。
 ② 取り立てて責める。問いたです。なじる。問める。
 ③ 変わらないこと。
 ④ 屋外に建てられた物を納めておく小屋。
 ⑤ 木。
 ⑥ 行い。ふるまい。
 ⑦ 本性をかくしておとしそうに見せる事。○を被る。
 ⑧ 風を受けて走る船

タテのかぎ

① 家ごとの系譜。
 ② 「蜻蛉」の読み方。
 ③ 熱い。
 ④ 片田舎。へんびな土地。
 ⑤ 野球場でおなじみのピールの。
 ⑥ 利害や損得を見積もること。
 ⑦ なごり。台風の。
 ⑧ 重ねて注意する。を押す。

ヨコのかぎ

① 家ごとの系譜。
 ② 「蜻蛉」の読み方。
 ③ 熱い。
 ④ 片田舎。へんびな土地。
 ⑤ 野球場でおなじみのピールの。
 ⑥ 利害や損得を見積もること。
 ⑦ なごり。台風の。
 ⑧ 重ねて注意する。を押す。

クロスワードパズル6月号解答

ギ	シ	ガイ
ブ	リ	ダー
ラ	ン	ベガ
ス	バ	バラ
ド	ウ	ジユ
タル	ル	モイ

当選者 20人(敬称略)

上野峰子、大島敬一、大町邦子、小田律子、笠松調開代、狩野晃一、久保出さよ、佐藤玲子、田代真生、林富久、松浦寛乃、松尾カヲリ、山内静子(以上、旭川市)岡本康比呂、坂上有紀美、奈良胡麦、元安奈都子(以上、稚内市)大崎純子(江部乙町)齋藤清子(名寄市)佐藤勝行(剣淵町)

人の方に図書カードを送ります。
 ◆締め切りは8月末日。
 あて先 旭川市東光1条1丁目4番20号 道北勤医協本部 地域健康部 (Eメールアドレス) tomonokai@dohoku-kinikyoo.or.jp

クロスワードパズル412

	①	②		③	
④		⑤	⑥		
⑦			⑧		⑨
			⑩		
⑪	⑫				⑬
	⑭				

長崎を代表する名物料理の一つ