

釧路協立病院「在宅療養支援室」 住み慣れた地域ですこやかに

道東勤医協 友の会ニュース

発行所
道東勤労者医療協会
釧路市治水町3番5号
☎(0154)25-6479
発行責任者
吉野和彦
毎月1日発行



自宅での療養で、入院中にくらへ穏やかに過ごされています

昨年11月、釧路協立病院は、地域の医療・介護・福祉事業所との連携を強めるため、「在宅療養支援室」を開設しました。訪問診療の予定の調整や、医療機関からの患者紹介の窓口などの業務を行っています。

安心して住み続けられる地域につながる在宅医療

入院治療を終え自宅に帰ることになったFさんの夫。自宅に帰ることは、

本人の強い希望でした。しかし、退院後の自宅では、Fさんが食事や着替え、排

泄などの介助を担う必要がありました。Fさんは夫の入院している病棟でケアの仕方を習いましたが、退院してからの生活への不安は残りました。

しかし、退院後は毎日看護師が訪問し、一緒に手順を確認しながらケアを行い、わからないことを解消していく中で不安もなくなりました。現在は、医師による訪問診療と週に1〜2回の訪問看護、ヘルパーで療養生活への支援を受けています。

「先生は定期的に診察に来てくれるし、訪問看護師に昼でも夜でも電話でできる。嫌な顔せず何でも教えてくれるので安心できま

地域の医療機関と連携を 強め在宅療養を支えます

在宅療養支援室担当看護長 川嶋真希子

釧路協立病院は、在宅療養となった患者さんが、24時間・365日いつでも病院と連絡が取れ、必要に応じて医師や看護師の訪問を受けることができる「在宅療養支援病院（機能強化型）」の申請を行い受理されました。このような在宅療養支援病院は道内でも8病院、釧路地域では協立病院だけです。

連携と医療と介護の 総合力で

在宅療養支援室を開設して2カ月が経ち、病室ではなく自宅や施設の落ち着いた環境で療養を続けたい、最期の時間を過ごしたいという患者さんの紹介が、地域の医療機関などから数多く寄せられるようになってきました。

協立病院は、市内の病院とも連携して、急性期治療を終えた患者さんを自宅や高齢者施設などでの療養につなげる役割を担うため、診療所で行っていた訪問診

道東勤医協には老健施設や訪問看護ステーション、ヘルパーステーションがあ



ご家族も不安なく過ごせるよう支援しています

す」と話され、御夫婦で自宅での落ち着いた日々を過ごしています。

ります。デイサービスやショートステイも含めて、法人内で医療・介護が連携し、在宅療養を支えることができるのが、他にはない大きな強みとなっています。

国が推進する地域包括ケアシステムは、高齢者を入院や入所から在宅に押し出す仕組みとして強められています。各医療機関の機能分担が求められる中で、協立病院は訪問診療や訪問看護・介護の機能を総合的に活かして、住み慣れた地域やご自宅で安心して健やかに過ごせるように在宅療養を支えていきたいと考えています。

在宅での不安を しっかり支えます

協立病院は在宅療養支援病院として、自宅で療養をする方の緊急入院を受け入れるベッドを常に確保しています。自宅での療養に不

安を抱える患者さんにとって、「いつでも入院できる」ことが大きな安心につながる。無理のない範囲で在宅生活を過ごすことができます。

支援室に紹介される中には、癌の末期で最期を自宅で過ごされたいと希望する方も多くなっています。自宅で看取りとなった方は、8月に協立病院で訪問診療に取り組みようになってからすでに12名となります。地域の医療連携によって、残された時間をどのように過ごすのか、入院中の一時帰宅や在宅での看取りなど、患者さんやご家族の希望に寄りそった支援をもっと強めたいと考えています。

このような事例だけではなく、外来診療では通院が困難な患者さ



ん、介護サービスを利用している方などがケアマネージャーからの紹介で訪問診療を開始したケースもあります。まだまだ地域には支援が必要な方がいらつしやると感じています。職員まで情報をお寄せください。高齢者でも安心して住み続けられる地域づくりにもつながっていきたいと思います。



在宅療養支援室の打ち合わせの様子

一人ぼっちの高齢者なくそう



お獅子が登場した1月のひまわりカフェ。ケアコートひまわりの職員とともに友の会、地域のボランティアさん9人が力を発揮しています

友の会のサークル、地域カフェが拠り所

鈿根管内では高齢化が進み、一人暮らしや高齢者だけの世帯が増えていきます。ご近所づきあいが希薄になり、家に引きこもって孤立している高齢者もいます。

そうした中で、健康づくりや仲間ふやしに取り組み友の会は、各種サークルや行事、お食事会などを通じて顔と顔でつながり、地域の絆を広げています。

元気な人も、運動難しい人も 鳥取支部4つのサークル

鳥取支部は「ふまねつ」と「百人一首の会」「サロン童顔(えがお)」をそれぞれ月2回、「ベコの会」を月1回

開いています。ふまねつとは参加者が増える中、サポーター7人体制で運営しています。百人一首の会も愛好家が増え腕を競っています。ベコの会は、かつて太極拳に取り組んでいたメンバーが月1回集まり、一緒に昼食を食べておしゃべりし、佐藤保雄支部長が準備するクイズやゲームも楽しんでいます。サロン童顔は、ふまねつとの様な運動が難しくなった高齢者でも集まってもらえる場をつくろうと、昨年11月にスタートしました。市の介護予防サポーター養成講座で学んだ丸山義彰副支部長ら3人が、参加者の笑いを誘いながら脳トレゲームや無理のない体操を指導。お茶とお菓子でおしゃべりも楽しむ友の会の地域カフェ型サークルです。

みんなで食べるのが嬉しい

美原支部・陽だまりお食事会

美原支部の「陽だまりお食事会」は、一人ぼつ

ちの高齢者をなくそうと1999年に始まりまし



12月のお食事会でのベタンク。食事と共に歌やゲームも工夫しています

た。参加者は年々増え、12月18日の「年忘れお食事会」には50人が参加。柔軟体操からベタンク、トランプなどのゲームで盛り上がり、手作りランチの後は空クジなしのビンゴ大会に歓声が上がっていました。会費は初回から変えずに300円。足の悪い人や遠くの方は送迎するなど、集まりやすい会とす

気軽に集まれ交流できる場所

ひまわりカフェ・地域カフェすずらん

休止したくしろの病院を地域で活用してもらえ施設にと、昨年12月に始まった「ひまわりカフェ」。一人暮らしの高齢者も多い鉄北地域で、気軽に集まり交流できる居場所づくりをめざしています。

2回目の1月12日は、新年の厄払いにと獅子舞いが披露されました。演じるのは友の会愛国支部の桑原稔副支部長。「お獅子に頭を噛んでもらうと長生きしますよ」と集まった50人余の間を舞い回りました。さらに、2組に分かれて違う歌を交互に歌う「二重合唱」や、武佐支部の南隆

夫支部長の脳トレゲームに参加者は大笑い。最後はひまわりの渡辺明作療法士が指導する健康体操で身体を伸ばしました。ある参加者は「こんなに笑ったのは久しぶり。また次も来ます」と笑顔で話してくれました。

昨年7月から高齢者住宅すずらんが毎月開かれて「地域カフェすずらん」も、地域の高齢者が気軽に集まれるつどいの場として定着してきています。1月17日には「昔なつかしいお正月」をテーマに、福笑いや双六、カルタなど、

看護職

復職応援セミナー

日時 【Aコース】 2月8日(水) 10:00~15:00
【Bコース】 2月4日(土)・2月18日(土) 9:00~12:00
会場 道東勤医協鈿路協立病院

内容 【Aコース】 午前:病棟・訪問看護同行体験 午後:実技体験(注射・感染対策等)・看護の紹介
【Bコース】 午前:病棟・訪問看護同行体験
お問い合わせ・お申込みは 鈿路協立病院看護長室 TEL0154-24-6811
託児も用意しています。お気軽にご相談下さい。

訪問看護ステーション すこやか(鈿路市) エトピリカ(根室市) で働く看護師さん募集

*病院・診療所・介護分野で働く看護師さんも募集しています。
募集内容(正職員・パート) 資格/保健師・看護師
通勤手当、住宅手当、扶養手当等有り、賞与年2回(パート含)、寒冷地手当有り、年次有給休暇、夏期休暇、看護・介護休暇等有り
ご連絡・お問い合わせは、鈿路協立病院看護長室 TEL0154-24-6811



映画「母」
小林多喜二の母の物語
原作/三浦綾子
2月25日(土)より、イオンシネマ鈿路で上映
前売りチケット1,000円
道東勤医協・友の会連合会でも取り扱っています
小林多喜二を語るつどい・くしろ
講演/三浦綾子『母』が現代に語ること
講師/森下辰衛氏
(全国三浦綾子読書会代表・三浦綾子記念文学館特別研究員)
2月19日(日)13:30~15:30
鈿路市生涯学習センターまなぼと705・706
参加費 500円

特集
神社は どうなっている?
氏子離れで衰退 忍び寄る国家神道の影
購読申込み、読者紹介の方へ 二元気タオルを呈します。
●けんこう教室 睡眠時無呼吸症候群
●新はつと介護 食事を楽しむ工夫
●くすりの話 目薬のさし方
●認知症Q&A 認知症の予防法④
●食と健康 生活習慣病予防の食事
お申し込みは☎(0154)24-6623

新年度予算案に盛り込まれた医療・介護の主な負担増

①70才以上の高額療養費(医療費の負担限度額):月額 (入院+外来は医療費100万円の場合)				
年収	対象		現行	2017年8月~ 2018年8月~
770万円以上	46万人	入院+外来(世帯合算)	8万7,430円	→17万~25万円余
		外来特例(個人)	4万4,400円	→5万7,600円 外来特例廃止
370万円~ 770万円未満	118万人	入院+外来(世帯合算)	8万7,430円	据え置き
		外来特例(個人)	4万4,400円	→5万7,600円 外来特例廃止
住民税課税で 370万円未満	1,243万人	入院+外来(世帯合算)	4万4,400円	→5万7,600円
		外来特例(個人)	1万2,000円	→1万4,000円 →1万8,000円
住民税非課税	817万人	入院+外来(世帯合算)	1万5,000円~2万4,600円	据え置き
		外来特例(個人)	8,000円	据え置き

②後期高齢者医療(75才以上)の保険料「軽減特例」の縮小・廃止:年額			
対象	保険料が特例軽減されている329万人	現行	2017年4月~ 2018年4月~
年金だけの収入で年収211万円の場合		4万9,080円	→6万4,800円 →7万5,480円
75才まで家族の扶養、年収170万円の場合		4,560円	→1万3,560円 →2万2,680円

③高額介護サービス費(利用料の自己負担限度額):月額		
対象	利用料が高額な介護サービス利用者	現行
住民税課税で、年収383万円未満		3万7,200円 →4万4,400円

④医療療養病床に入院する高齢患者の居住費(光熱水費)を引き上げる。医療の必要度が比較的低い患者は1日320円から370円。医療必要度が高い患者は新たに200円を徴収し、18年度から370円にする。

●介護の負担増
医療の高額療養費と同様に、介護サービス利用料の月額上限を定める「高額介護サービス費」の上限が4万4千400円

減が2割軽減にされ18年度には廃止されます。家族の扶養だった人は「均等割」が17年度は9割から7割軽減に、18年度から5割軽減になり、大幅な保険料値上げとなります。(表②)療養病床に入院する高齢患者の居住費(光熱水費)負担も引き上げられます。(表④)

軍拡と社会保障費削減
安倍内閣は、12月に新年度の政府予算案を発表しました。目立つのは軍事費が5兆1千億円を超え、過去最高を更新することです。墜落事故を起こしたオスプレイ4機やF35戦闘機の購入などの軍拡予算であり、辺野古新基地建設などの米軍関係予算も過去最高額となっています。

一方で予算削減の標的にされているのが高齢化などで必然的に増える社会保障費です。概算要求で抑えられた自然増分が更に1400億円削られ、4997億円とされました。社会保障費の増加を毎年5千億円程に抑える2015年の「骨太方針」に沿った削減で、その中には高齢者を狙い撃ちにした医療・介護・年金の負担増と給付削減です。

●医療の負担増
医療費自己負担の月上限額を定める「高額療養費制度」の改定で、70歳以上で住民税が課税されている1400万人の限度額が引き上げられます。(表①)後期高齢者医療の「軽減特例」が縮小・廃止され、329万人の保険料が値上げになります。年金だけで年収153万~211万円の人は、「所得割」5割軽減が2割軽減に

引き上げられます。(表③)また、介護保険法改定で18年8月から年収383万円以上の人の介護サービス利用料を3割負担に引き上げようとしています。
●年金額の削減
物価変動により、17年度は年金額が0.1%削られます。18年度からは昨年末に成立した年金カット法で年金が更に抑制されます。

18年度以降の実施項目も明記
介護で検討されていた「要介護2まで保険を外し市町村事業に移す」「生活援助・福祉用具・住宅改修を全額自費にする」などは、反発の高まりの中で今回は見送られました。しかし、政府は18年度以降施行するものとして、▽生活援助中心の訪問介護の人員基準緩和など、▽要介護1-2の市町村事業移行、▽「かかりつけ医」以外を受診した場合、定額負担を徴収、▽「市販品類似薬」は保険給付を削減し等を明記しています。始まった通常国会に注目し、社会保障制度の改悪に反対の声を上げましょう。

新年度の政府予算案

高齢者を狙い撃ち 医療・介護・年金の負担増と給付削減

健康づくり リハビリ技士のワンポイントアドバイス

シリーズ 第11回 言語障害—「失語症」について

音声・言語・聴覚などの障害について指導、援助するのが言語聴覚士です。今回は、言語障害—失語症についてのお話です。

「失語症」

—話す、聞く、読む、書くが困難に

脳卒中などの後遺症で「話すことが出来ない」「ろれつが回らない」など言語障害が起こることはよく知られています。しかし、一口に言語障害と言っても様々であり、脳卒中などにはありません。脳卒中などによる言語障害の代表的なものに「失語症」と「運動性構音障害」があります。今回は、主に失語症についてお伝えします。



失語症の主な症状

- 「話す」**
 - ・言いたいことがあるのにことばが出てこない
 - ・思ったことと違うことばが出てしまう
 - ・言い間違いに気づかない
 - ・回りくどい話し方になる
 - ・同じことばを繰り返す
- 「聞く」**
 - ・耳は聞こえているのにことばの意味が理解できない
 - ・複雑な長い文は理解しにくい
 - ・早口だと理解が追いつかなくなる
- 「読む」**
 - ・文字を読んでも理解することができない
 - ・漢字よりも仮名文字のほうが理解しにくい
- 「書く」**
 - ・文字を思い出せない
 - ・書き誤りがある
- 「数・計算」**
 - ・計算が出来ない



「運動性構音障害」

—話すことのみ障害
脳卒中などの後遺症で発声や発音が上手くできなくなる状態を「運動性構音障害」と言います。ことばを話すのに必要な唇、舌など発声・発語器官の麻痺や運動の調節障害が原因です。運動性構音障害は「話すことのみ」の障害で、「聞く」「読む」「書く」は保たれています。その点が失語症と異なります。

また、失語症は言葉が話す・理解する事が困難であっても、絵や写真、身振りなど非言語的な情報や周りの状況を把握する事は出来ています。その点が認知症と異なります。

今回は、失語症の方とコミュニケーションをとる時のポイントを説明します。



テーブル対抗ゲームに歓声

桜ヶ岡5支部と桜グループの新年交流会例会が1月19日に開かれ、友の会員と職員53人がさくらテイサービスセンターに集いました。

桜ヶ岡5支部の新年交流会は、FMくしろの番組に出演したことを紹介し、「かかりつけ医と言いますが、桜ヶ岡医院では看護師ら職員がかりつけスタッフとなり、みなさんのかかりつけ医院でやりたいと考えています。実際、看護師の手厚い問診で患者さんの情報に



ゲームの景品にキャベツやダイコン、ニンジンなどの野菜が参加者に渡されました

平和を願い餅つき半世紀

矢白別平和餅つき望年会

矢白別の川瀬牧場で平和餅つき・望年会が開催されました。

今回は記念すべき50回目。毎年「憎いやつを突く」と、12月29日に開催しています。

「今年も憎いやつがいっぱいで大変だ！」と平和の願いを込めて、大人も子どもも力いっぱい餅をつきました。

つきたての餅を味わいながらの望年会では、今後数名の方の矢白別への移住の予定があることが発表され、「ゆくゆくは町内会を



川瀬牧場の雪山で第50回の記念撮影

伝わり、見落としのない医療ができています。友の会も今ある体制で今できることを前向きに考え、元気に過ごせる地域をつくりましょう」と挨拶しました。

歓談が続いて恒例の5支部対抗ゲームが行われました。箱に玉が入ると安倍首相の人形が引っぱる掛けの玉入れ「アベは外、福は内」や、夕方のテレビでおなじみの「みなさん、お絵かきですよ」など、工夫を凝らしたゲームに歓声と笑い声が上がっていました。



※石川先生が出演したFMくしろの番組「StreetDJ」は、釧路協立病院ホームページからドクターブログの中で聞くことができます。

声・心・VOICE

弟子屈町 水本和子さん
ロコモチェックは自分は大丈夫と思っていました。アアラアア笑。ゆつくりと鍛えました。

釧路市 脇坂裕子さん
ロコモチェックで、転倒予防の浅野先生のお話の中で、「安静は麻薬です」運動は万能薬です」という言葉が強く印象に残りました。これからは忘れずに、気をつけようと思えました。

釧路市 新堀 正さん
歯舞諸島(志発島)の浜辺

で遊んだ夢をよく見るようになりまし。島へ自由に行けるようになるのは、夢でしょうか。夢と宝くじははずればかりです。

釧路市 福土裕美さん
いつものクイズと違って、まちがい探しもいいですね。西年と七草がゆ、ほのぼのとして、とてもいい絵ですね。やっていて楽しかったです。

根室市 田中麻耶さん
毎回楽しく読ませていただいています。今回は、協立病院の入院患者様と、スタッフの皆様が楽しそうな光景が一面に大きく載っていて、

感激でした。

根室市 齋藤孝夫さん
西年で「ケッコ」な年になればいいのですが、反対に生活が苦しい年になりそうです。

根室市 渡辺信夫さん
今年は年金受給者に政府は受給者いじめのない様祈っています。

北広島市 大沼峰子さん
札幌方面は、12月から50年振りの大雪です。高齢の方々は、除雪・通院等大変です。歩道がうまっている中、散歩で鍛えている方々を見ると、たくましさを感じます。

おたのしみパズル

賞品 正解者のうち抽選で10人の方に図書カード。

締切り 3月10日。発表は4月号の本欄で。

あて先 〒085-0055 釧路市治水町3番5号 道東勤医協本部パズル係/FAX 0154-2210275

① ツ〇ド〇
北極周辺の凍結した荒原地帯

② ミツ〇ル
2016年新語・流行語大賞

③ ヤマ〇デキ
日本ハムファイターズ監督

④ 札幌〇キ〇リ
2月に札幌で開催される大イベント

⑤ 応募のきまり ①～④までの二重丸の文字を並べかえると、ある言葉になります。解答はハガキ・FAXでお送りください。住所、氏名、電話番号を書いてください。

⑥ 12月号の正解発表
正解はインフルエンザでした。次の10の方に図書カードをお送りします。(敬称略) 板倉セツ、梅井ひな子、加藤淳正、唐澤照隆、河内則子、田崎セツ子、田中悟、堀内将子、村上ユキ、森 政徳、応募111通 正解110通

2月友の会支部の行事予定

音別支部	新年会	2/ 4(土)11:00	共栄林業研修センター
文苑支部	冬場の運動不足解消ストレッチ	2/16(木)14:00	文苑会館
桜ヶ岡支部	認知症について	2/18(土)10:00	桜ヶ岡医院
阿寒支部	「釧路市の新しい総合事業」説明会	2/20(月)14:00	阿寒行政センター3F
星が浦支部	ストレッチ	2/21(火)10:00	星が浦会館

定例の健康づくり、文化活動の予定

ひまわり支部	陶芸教室	2/1(火)18:00・2/7(火)18:00 ※第2週は火曜 2/15(水)18:00・2/22(水)18:00	毎週水曜	生駒支部長宅
鳥取支部	丑(べこ)の会	2/26(日)11:00	第4日曜	鳥取地区集会所
	百人一首の会	2/ 9(木)12:45・2/23(木)12:45	第2・4木曜	鶴風荘
	ふまねつと	2/16(木)13:00・2/28(火)13:00	第3木曜・第4火曜	
大楽毛支部	ふまねつと	2/ 6(月)13:00・2/20(月)13:00	第1・3月曜	大楽毛生活館
	太極拳	2/13(月)10:00・2/27(月)10:00	第2・4月曜	
芦野支部	芦野けんこう体操クラブ	2/17(金)10:00	第3金曜	芦野会館
健康サークル	すこやか	2/15(水)14:00	第3水曜	はるか薬局3F
さくらストレッチサークル		2/ 4(土)10:00・2/18(土)10:00	第1・3土曜	さくらテイサービスセンター
桜ヶ岡支部	ふまねつと	2/25(土)10:00	第4土曜	
武佐支部	友の会元気ゲーム・ふまねつと	2/11(土)10:00	第2・5土曜	平成荘
春採支部	ルティックウォーキング	2/11(土)11:00	第2土曜	春採湖周辺
興津支部	ふまねつと	2/14(火)10:00	第2火曜	晴海町内会館
白樺支部	太極拳サークルしらがは	2/ 7(火)10:00・2/21(火)10:00	第1・3・4火曜	コア大空
	ふまねつと	2/28(火)10:00		
阿寒支部	ふまねつと	2/10(金)13:00・2/24(金)13:00	第2・4金曜	白樺ふれあい交流センター
		2/16(木)10:30	第3木曜	まりむ館
釧路町支部	ふまねつと例会	2/13(月)10:30	第2月曜	別保日の出会館
標茶支部	ふまねつと	2/23(木)13:30	第4木曜	北見団地地区会館
		2/21(火)10:00	第3火曜	開発センター
別海支部	ふまねつと	2/ 2(木)13:00・2/ 9(木)13:00	3月まで毎週	川上町会館
		2/16(木)13:00・2/23(木)13:00	木曜に変更	
根室支部	健康サークル・エトピカ	2/11(土) 9:45・2/25(土)10:00	第2・4土曜	ねむろ医院
		2/15(水)13:30	第3水曜	パークタウン明治集会所
	喫茶「ほつと」	2/11(土)10:00	第2土曜	ねむろ医院

地域カフェの予定

ひまわりカフェ	2/ 9(木)13:30	第2木曜	くしろ医院
すずらんカフェ	2/21(火)13:30	第3火曜	高齢者住宅すずらん

●友の会の行事のお問い合わせは、☎(0154)25-6479 道東勤医協本部へ