

緊急保護でつないだ命

住民と医療・介護が連携して

道東勤医協
友の会ニュース

発行所
社会医療法人
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
太田美季
毎月1日発行

アパートで一人暮らしのAさんは認知症の症状が進行し、生活に支障をきたすようになっていました。今年2月に市役所から地域包括支援センターに相談があったときには水道は凍結、暖房も使えず、危機的状況だったため、住民と医療・介護が連携し緊急保護に努めました。

厚着と布団で寒さしのいで 認知機能低下で暖房使えず

昨年末にAさんが家から離れた場所まで道に迷っていたところを警察に保護されました。警察から連絡を受けた市役所から釧路市中部南地域包括支援センターに情報提供があり、相談員が何度も訪問しましたが会えませんでした。後日、相談員がポストに置いてきた名刺を見つけたAさんの知人が、包括支援センターに連絡したことでAさんの生活の状況がわかりました。

70代の男性Aさんは身寄りがなく釧路駅近くの繁華街にあるアパートで暮らしています。3年ほど前から認知症の症状が現れたようですが、近所の飲食店で働く人達が、食事を届けたり、金銭の管理を手伝うなどして生活を支えてきました。相談員は、知人を通じてAさんを訪ね、介護保険制度を利用して生活を整えることに同意してもらい、介

護認定を受ける準備を進めていました。

しかし、数日後Aさんを訪ねると応答がなく、知人が預かっている合鍵を借りて家に入ると、外と変わらない室温のなか、厚着をして布団にくるまって寒さをしのいでおり、意識状態も通常の状態ではありませんでした。水道は凍結し、認知症の症状で暖房も操作できないため、緊急の保護が必要と判断した相談員はケアコートひまわりの小竹勇太相談員に受け入れの相談をしました。

Aさんの介護保険の利用手続きは済んでいませんでしたが、ケアコートひまわりでは緊急に受け入れることを決断。しかしベッドを用意できるのが5日後のため、その間の受け入れ先を探しました。すでに午後6時を過ぎていましたが、事情を聞いた釧路管内の特別

養護老人ホームが、その日のうちに受け入れてくれました。

「死ぬ寸前に保護して もらってうれしい」

5日後、ケアコートひまわりにAさんが入所しました。まず入浴してもらう必要がありましたが、身体の状態や病歴も不明です。そのため、他の利用者と一緒に大浴場ではなく、現在使用していないくしろデイサービスセンターの浴室を使うことにしました。

保護されるまで約3年間入浴していなかったというAさん。特養でも入浴はしていましたが、それでも湯船に浸かると皮膚がはがれ落ちるような状態でした。足の爪は変形し血がにじんでいます。Aさんは「とても気持ちいい。死ぬ寸前で保護して

医療費でお困りの方はご相談ください
釧路協立病院・協立すこやかクリニック
無料・低額診療制度
お問い合わせはお近くの職員へ。またはお電話ください。
釧路協立病院 電話(0154)24-6811

を利用
できます



もらってうれしい」と喜んでいました。その後、市内の病院へ入院したのち、再度ケアコートひまわりに戻り、介護保険制度を利用して今後の生活を計画しながらグループホームに入所できるのを待っています。

地域の声なき声を支援に



ケアコートひまわり
相談員

小竹 勇太

命が危険である状況を、中部南包括支援センターを中心に地域住民と医療、介護が共有し、連携することができた事例です。

最初に受け入れてくれた特別養護老人ホーム、急な要請にも関わらず入院の調整をしてくれた病院など、複数の法人の介護と医療が連携してひとつの命が救われたことは、とても重要な取り組みだったと思います。

同時に、これが本来の医療・介護連携であり地域でめざしていかなければいけない課題だと学ぶことができました。

また、このような環境で

生活していたAさん自身は当初「困っていない」と言っていました。認知症の進行もありますが、環境に慣れてしまい困難を自覚できない人が地域にはたくさんいます。支えていた地域の人からは「どこに相談していいかわからなかった」と言う声がありました。困っている自分や周りの人を「助けて」と言える社会に変えていくため、地域に足を踏み出し実態を把握し、声なき声を聞き取り支援に繋げることは道東勤医協が加盟する全日本民医連の運動の本質だと考えています。

正 職 員 募 集

・管理栄養士 ・調理師 ・保健師 ・保育士

【問い合わせ】道東勤医協法人事務局 TEL 0154-25-6479

地域包括支援センターの役割

高齢者が地域で安心して暮らす事ができるよう介護サービスをはじめ、保健・福祉・医療・健康など、様々な相談に応じ、高齢者の生活を支える地域の中枢機関です。
釧路市中部南地域包括支援センターは道東勤医協が釧路市から委託を受け運営しています。

相談の例

- ・介護のことでどこに相談していいかわからない
- ・体力が弱ったり認知症のような症状で生活に支障が出始めた
- ・高齢者が虐待や詐欺などで被害を受けているのを知った
- ・介護が大変で仕事との両立に困っている



署名に取り組んだ協立病院3病棟の職員

2022年10月からの診療報酬改定で、新型コロナウイルス感染症の対応などで一定の役割を担う病院に勤務する看護職員の処遇改善を目的に「看護職員処遇

政府新設「看護職員処遇改善評価料」対象せまく不十分



道東勤労者医療協会
看護副部長

宮本 奈保子

道東勤医協も加盟する全日本民医連では、看護職員の処遇改善を訴える取り組み（ナースアクション）に力を入れています。宮本奈保子看護副部長に話を聞きました。

看護職員の処遇改善を

道東勤医協では、3月初めに釧根管内すべての医療機関、訪問看護ステーション138ヶ所に署名用紙を郵送し、法人内と合わせ3月末までの短期間に1,342筆の署名を集約しています。

90筆以上の署名をいただいた、ある町立病院の看護部長にお話を聞くと、「看護協会も取り組んでおり、大事な活動ですね」と自ら不足分の署名用紙をコピーし院内に配布してくれた様子がわかりました。この間、看護体制が厳しく苦労した

釧根の医療機関に協力訴え 署名1300筆超集まる

そのため、施設間で不公平・不団結が生じ、評価料の算定を断念したり、賃金格差を是正するために新たな経営負担が生じるなどの問題が起っています。

全日本民医連は「全ての看護職員に対する処遇改善の早急な実現を求める請願署名」に取り組んでいます。

な問題があり現場に混乱をもたらしています。評価の対象が、地域でコロナ医療など一定の役割を担う医療機関（救急搬送件数200台／年以上の医療機関及び三次救急を担う医療機関）と、せまく限定されているため、就業中の看護職員約168万人の内、35％程度（約57万人）にすぎません。

は、なく外来、訪問や在宅へと幅広く展開しています。今回の評価料は回復期・慢性期病院や診療所、訪問看護ステーションなどは対象外ですが、外来での発熱患者やワクチン接種の対応、コロナ病棟へ入院できない患者は回復期・慢性期病院や介護施設で、在宅では訪問看護が担うなど、緊密に連携・協力し支え合っているのが現状です。

大腸がん無料検診 誕生月に合わせてお届け

～誕生日を過ぎた方・初めての方はお気軽に連絡を～
前年に大腸がん無料検診を受けていた方を対象として、**誕生月の前月に検査キットを郵送**します。
誕生月を待たずに検診を受けたい場合や、誕生月を過ぎた方、初めての方は、最寄りの院所にお申し出いただくか、道東勤医協本部に電話などでお申し込みください。

お問い合わせは

- 道東勤医協法人事務局 TEL 0154-25-6479
- 釧路協立病院 TEL 0154-24-6811
- すこやかクリニック TEL 0154-24-8405
- 桜ヶ岡医院 TEL 0154-91-7111
- ねむろ医院 TEL 0153-22-2563

医療・介護・くらしの相談会 ●事前予約不要●

～くらしに関する困りごとお聞かせください～
日時/5月24日(水)13:30～15:00
場所/協立病院1階会議室
※協立病院の受付窓口にお声がけください
主催/釧路生活と健康を守る会・釧路協立病院
お問い合わせ先/釧路協立病院・望月
TEL0154-24-6811（協立病院代表番号）

道東勤医協 2023年度 診療案内

釧路協立病院 釧路市治水町3-14 ☎0154-24-6811

道東勤医協理事長・院長 黒川 聡 則 内科医長 細川 桂 輔
副院長 山崎 雅 勇 内科医長 加藤 聡 一郎
副院長・内科科長 石川 晶 内科医長 澁谷 仁 美
内科医師 手塚 拓 馬

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
内 科	午前	○	○	○	○	予約
総合診療科	午後	予約	予約	予約	予約	—
	夜間診	—	○	—	—	—
専門外来	午前	—	—	—	—	乳がん検診
	午後	肝臓	—	呼吸器	—	—

診療時間 月～金曜日 8:45～17:00
火曜日(夜間診療) 16:00～18:30
土曜日(第1・3・5) 8:45～12:30
*第1・3・5土曜日の午前は予約診療のみです
*乳がん検診は、予約枠に限りがあるため予め電話にてご相談下さい。

桜ヶ岡医院 釧路市桜ヶ岡2-26-5 ☎0154-91-7111

院長・家庭医・総合診療医 加藤 萌

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
午前	○	○	○	○	○	予約
午後	予約	—	予約	—	予約	—
夜間診	—	予約	—	—	—	—

診療時間 月～金曜日 9:00～12:00
火曜日(夜間診療・予約のみ) 16:00～18:30
*第1・3・5土曜日の午前は予約診療のみです

協立すこやかクリニック 釧路市治水町6-30 ☎0154-24-8405

院長・内科医 山崎 雅 勇 整形外科科長 樋口 和 東
整形外科科長 吉岡 猛

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
整形外科	午前	○	○	予約	○	予約(労災)
	午後	予約	予約	—	予約	—
専門外来	午前	—	もの忘れ	—	—	—
	午後	—	リウマチ もの忘れ	—	—	—

診療時間 月～金曜日 8:45～17:00
*水曜日の午前、第1・3水曜の午後、第1・3・5土曜日の午前は
労災診療(予約)です

ねむろ医院 根室市曙町3-3 ☎0153-22-2563

院長・内科医 高 大 哲

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
午前	○	○	○	○	○	—
午後	予約	—	訪問診療	予約	予約	—
夜間診	—	○	—	—	—	—

診療時間 月～金曜日 9:00～11:30
火曜日(夜間診療) 16:00～18:30
*月・木・金曜日の午後は予約診療のみです

～各病院・診療所共通～

日曜日と第2・4土曜日および祝日は休診です

憲法施行76年釧路集会

講演 「新しい戦前」の足音の中で忘れてはならないこと～命の尊厳の視点から
講師 山元 研二さん（北海道教育大学釧路校准教授）
日時 5月3日(水・祝) 10:00～11:30 (9:30開場)
会場 コーチャンフォー釧路文化ホール 小ホール
入場料 500円（高校・大学生無料）
主催 5・3釧路集会実行委員会、釧根平和運動フォーラム、いのちとくらしを守る釧路市民会議、釧路九条の会
問合せ TEL：090-9527-6870（岩淵）

メーデー釧路地域集会

集会ではプラカードコンクール、デコレーション・仮装コンクールを開催。
デモ行進ではサウンドパレードを行います。
日時 5月1日(月) 18:00～19:30
○集会：18:00～18:45 ○デモ行進：19:00～
会場 釧路市観光国際交流センター イベント広場
(悪天候の場合はセンター内で開催、パレードは中止)
※広場は駐車禁止です
主催 第94回メーデー釧路地域実行委員会 問合せ TEL：0154-65-8870

補聴器購入に補助を

釧路社保協が署名運動

難聴は認知症の最大要因

70才を超えると約半数の方が難聴になると言われています。超高齢化の日本では、加齢難聴者が約1千万人と推計されていますから、何と国民の10人に1人は難聴者ということになります。

難聴によってコミュニケーションがうまくいかなくなると、家族や社会から孤立し、生活の質や生きる意欲まで低下してしまいます。さらに会話の機会も少なくなると、認知機能低下の可能性が指摘されています。

ある学術論文では、認知症発症リスクの内、一番大きな要因として難聴が挙げられており、とても深刻な問題です。

しかし、難聴者の内、補聴器を使っているのは、日

本補聴器工業会の調査で14%程。大半の方は聞こえないまま放置しています。

欧州では手厚い公費助成

欧米諸国では補聴器の所有率が3割から5割近くと、日本よりかなり普及しています(表1)。ヨーロッパ諸国では医療の一環として手厚い公費助成があり、国家資格の専門職と医師が補聴器を調整するシステムがあります。

一方、日本では両耳で70デシベル(例：掃除機の音)以上しか聴き取れない場合など、高度・重度の難聴者が身体障害者の認定を受けると給付があるだけです。補聴器は小さな精密機械のため非常に高価で(表2)、

少ない年金の高齢者にはなかなか手が出せないのが現実。そこに補聴器の利用が増えない原因があるのは間違いありません。

根室では片耳5万円補助

日本でも欧州のような国の公費助成が望まれますが、この間、自治体による補助制度が全国的に広がっています。道内では、18市町村が補聴器購入の補助を実施。釧路では、根室市・弟子屈町・厚岸町が制度を設けています。

根室では根室市社保協が補助を求めて署名運動を推進しました。昨年度から「生活支援特別給付事業」として、補聴器だけでなく車イス・点滴スタンド・たん吸

釧路市のみなさん、同封の署名にご協力ください

補聴器購入に補助を求める署名運動を進めています。市内のみなさんは、同封の署名にぜひご協力下さい。(記事は「いつでも元気」No.334「難聴と認知症・No.335」難聴と補聴器を参考にしました)

表1 欧米諸国と日本の補聴器所有率

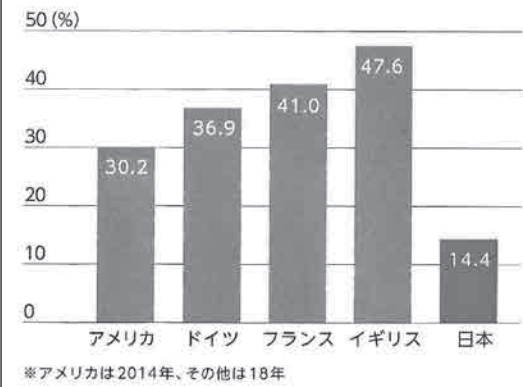


表2 補聴器の値段

表はある補聴器メーカーのもので、値段の一例です。各クラスの●が「耳穴型」、○が「耳かけ型」。他に「ポケット型」もあります。

補聴器ランク	片耳価格	両耳価格
ファーストクラス	●555,000	●1,110,000
	○538,000	○1,076,000
ビジネスクラス	●385,000	●770,000
	○382,000	○764,000
スタンダードクラス	●295,000	●590,000
	○272,000	○544,000
エコノミークラス	●198,000	●396,000
	○182,000	○364,000

釧路社保協総会・学習講演会のご案内

加齢性難聴と補聴器 (仮題)

講師 勤医協札幌病院耳鼻咽喉科
科長 永沼久夫 医師

5月20日(土) 13:30～ 道東勤医協会館

どなたでも無料でご参加いただけます
お問合せ／釧路社保協(田中) 0154-24-6623

補聴器の種類



健康レシピ

第51回

管理栄養士の 今月一品

ニシンの南蛮漬け

(1人分) エネルギー 174kcal たんぱく質 10.0g
脂質 9.8g 塩分 0.6g 食物繊維 1.3g

春が旬のニシンを使った1品です。ニシンは小骨が多いのが難点ですが、今回は骨切りをしていますので安心して食べられます。また、揚げずにフライパンで焼くことでカロリーと油の消費を抑えています。使用する魚・野菜はお好きな食材でOKです。

作り方(調理時間 20分)

- ①ニシンは半身におろす。腹骨を削ぎ落したら、5mm間隔で切り込みを入れ骨切りする。片栗粉をまぶしてフライパンで表面がカリッとするまで焼く。
- ②玉葱はスライサーで細くスライスし、5分程度水にさらす。ザルで水気をよく切り、醤油、酢、砂糖、塩を良く混ぜ合わせ玉葱に10分程度からめておく。
- ③ミニトマトは1/2にカット。パセリはみじん切り。レモンは小さくスライスする。
- ④玉葱がしんなりしたら、ボウルに具材を入れ軽く混ぜ合わせる。
- ⑤皿に綺麗に盛り付けて完成。

材料 2人分

- ニシン.....半身
- 玉葱.....1/2個
- ミニマト.....3個
- レモン.....1/4
- パセリ.....少々
- 片栗粉.....大さじ2
- 植物油(焼き油).....大さじ1
- 醤油.....大さじ1
- 酢.....大さじ2
- 砂糖.....小さじ2
- 塩.....少々

リハビリ技士のワンポイントアドバイス

第80回

運動の注意点

無理しない・準備運動・水分補給など

気温が高くなるこの時期、外で運動をはじめようかなと考えている方も多いと思います。しかし、無理をして運動を行うと筋肉や関節に負担がかかり、怪我や痛みの原因となります。ストレッチなどの準備運動をすることや水分補給の用意、自己流にならないようトレーニングの型を守ることなどを心がけましょう。

はじめやすい運動としてウォーキングをご紹介します。下記の①～③を参考にしてください。

- ①ウォーキングは有酸素運動です。体力や筋力を良くしてくれるだけでなく、血糖値を下げる、脂肪を減らす、血行を良くする、ストレス解消などの効果があり、生活習慣病予防にはとても効果的です。途中で休憩を入れても結構です。
- ②少し息が早くなる程度、楽に会話が出来る程度、やや汗ばみ、爽快感が味わえる程度の運動が効果的です。
- ③体調に合わせて10～30分、できれば1日に2回歩きましょう。

いっぴく いっぽ ワンピース

災害から身を守るために『いつでも元気』交流会



友の会連合会は3月23日の「いつでも元気交流会」で、「自然災害から身を守るために」の学習会を開催。釧路市防災危機管理課から講師を招きました。

北海道東部は30年以内に千島海溝沿いの巨大地震と津波が起きると公表され、最悪の被害は釧路市で死者8万4千人の想定です。講師は「避難場所の確保と早期避難で人的被害は激減す

「ふまねっと」体制新たに 友の会 たんぽぽ支部

4月1日、駒場会館で支部総会と「ふまねっと」を開催し14人が集まりました。高橋綾子事務局長から昨年度の活動や会計報告、今年の方針が話されました。年々減っている「友の会ニュース」手配りへの協力を呼びかけたほか、若草会館での「ふまねっと」開催日時の変更が報告されました。昨年度は外部から講



師を招くこともありましたが、今年度は高橋事務局長が専属で務めます。総会に続いて行われた「ふまねっと」では、初挑戦の方数名も元気よく体を動かしました。少し苦戦する場面もありましたが、周囲からの声掛けもあり次第に上達。「みなさんと一緒に楽しい時間をすごせました」など好評でした。

今年はおもつと交流の場を 友の会 ひまわり支部

4月15日、せい乃寿司でひまわり支部の総会と懇親会を開催し、16人が参加しました。

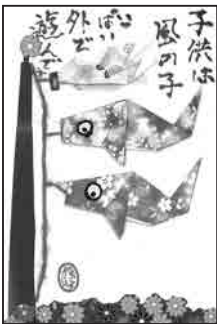
総会では、23年度の役員体制や活動方針が確認されたほか、昨年度1年間でべ416人が参加した陶芸教室が他支部からの参加にも広がっているなど、活発



❖5月友の会支部の行事予定

武佐支部	総会	5/18(木)10:30	平成荘
釧路町支部	総会	5/20(土)13:30	誉会館
標茶支部	総会	5/21(日)10:00	福祉センター
根室支部	総会	5/21(日)10:30	文化会館
白糠支部	医療懇談会・総会	5/27(土)13:00	やまびこ会館
芦野支部	総会	5/27(土)10:00	芦野会館
美原支部	総会	5/28(日)10:00	美原地区会館

釧路市 西田俊子さん



声・いね・VOICE

釧路市 梅津正枝さん
各支部が工夫して色々な取り組みをされているのは良いですね。ポッチャとベタンク、面白そうなので、ぜひやってみたいです。足・腰・頭を使って健康づくり、仲間づくりをするのは大切なことだと思います。

白糠町 砂金郁子さん
あんなにたくさんソーラーパネルが建っているのに、なぜ電気代が上がるのか不思議です。

釧路市 青木智子さん
マスクの着用が個人の判断になり、戸惑いを感じています。安心してマスクなしの生活ができることを、切に願っています。

釧路市 上山みち子さん
桜ヶ岡医院で特定健診を受けましたが、とても親切な対応でした。

江別市 佐竹義和さん
加齢とともにかかりつけ医や薬のお世話になることが増えました。日々の生活習慣や運動の大切さを実感しています。

釧路市 柳原ふじ子さん
待ちに待った桜の季節ですが、何でも値上げで頭が痛いです。

釧路市 平井洋子さん



※掲載の方に図書カード贈呈。

❖定例の健康づくり、文化活動の予定

鉄北支部	ふまねっと	5/18(木)	13:30	第3木曜	共栄ふれあいセンター
愛国支部	ふまねっと	5/ 1(月)・5/21(日)	13:30	第1月曜・第3日曜	愛国会館
たんぽぽ支部	ふまねっと	5/ 6(土)	14:00	第1土曜	駒場会館
		5/12(金)	14:00	第2金曜	若草会館
ひまわり支部	陶芸教室	5/ 3(水)・5/17(水)	18:00	第1・3水曜	生駒支部長宅
		5/ 4(木)・5/18(木)	13:30	第1・3木曜	
		5/ 5(金)・5/19(金)	13:30	第1・3金曜	
		5/ 6(土)・5/20(土)	13:30	第1・3土曜	
鳥取支部	百人一首の会	5/11(木)・5/25(木)	12:45	第2・4木曜	鶴風荘
	ふまねっと	5/15(月)・5/23(火)	13:00	第3月曜・第4火曜	
	健康サロンの重頭(えがが)	5/ 8(月)・5/22(月)	10:00	第2・4月曜	
大楽毛支部	ふまねっと	5/ 8(月)・5/22(月)	13:00	第1・3月曜	大楽毛生活館
	太極拳	5/15(月)・5/29(月)	10:00	第2・4月曜	
芦野支部	芦野けんこう体操クラブ	5/17(水)	10:00	第3水曜	芦野会館
文苑支部	ルディックウォーキング	5/11(木)・5/25(木)	13:30	第2・4木曜	文苑3丁目中央公園
ことぶき団地支部	サロンことぶき団地	5/21(日)	13:00	第3日曜	ことぶき団地集会所
美原支部	美原さんぽ会	5/17(水)	13:00	第3水曜	はんの木公園
ぬさまい支部	春採湖ウォーキング	5/13(土)	10:00	第2土曜	旧柏木小学校裏口集合
ぬさまい支部	パークゴルフ交流会	5/ 9(火)	10:00	第4火曜	太平洋PG場
ぬさまい支部	ふまねっと	5/15(月)	14:00	第3月曜	富士見会館
桜ヶ岡支部	ふまねっと	5/23(火)・5/30(火)	10:00	第4・5火曜	桜ヶ岡中央会館
武佐支部	武佐の森ウォーキング	5/ 5(金)・5/19(金)	10:00	第1・3金曜	武佐の森
興津支部	ふまねっと	5/ 9(火)	10:00	第2火曜	晴海町内会館
白樺支部	ふまねっと	5/13(土)	10:00	第2土曜	桜ヶ岡会館
阿寒支部	ふまねっと	5/12(金)・5/26(金)	13:30	第2・4金曜	阿寒町公民館
釧路町支部	ふまねっと例会	5/ 8(月)	10:30	第2月曜	別保日の出会館
		5/24(水)	13:30	第4水曜	北見団地地区会館
標茶支部	ふまねっと	5/16(火)	10:00	第3火曜	開発センター
別海支部	ふまねっと	5/ 3(水)・5/10(水)	13:00	毎週水曜	川上町会館
		5/17(水)・5/24(水)			
根室支部	健康サカ・イトビカ	5/13(土)・5/27(土)	9:30	第2・4土曜	ねむろ医院
	健康サカ・イトビカ	5/13(土)・5/27(土)	14:00	第2・4土曜	

●詳しくは、道東勤医協法人事務局（0154-25-6479）までお問い合わせください。

おたのしみパズル

ヒント：さわやかな青空
締切り 6月10日。発表は2023年7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 0154-22-0275
E-mail: tomokai-news@dotokin-medwel.or.jp

② ○ン○○
赤いちやんちゃんこでお祝い
③ ○○○ナ
熱帯・亜熱帯地方の草原
④ ツ○○ス○○
代表作は『時をかける少女』
応募のきまり 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・Eメール・二次元コードから。住所・氏名・電話番号の記入をお忘れなく。
賞品 抽選で正解者10人に図書カード。

※絵手紙や本紙への意見・要望、地域の話題などを寄せてください。

【3月号の正解発表】
正解「観覧車(カンランシャ)」
当選者(敬称略) 田崎剛、越川和花、町田知奈子、鈴木妙子、栗原長久、中村英夫、和田陽子、小川むつ子、今井奈子、高崎徹

応募89通 正解75通