

苦小牧健康友の会 友の会だより

発行所
苦小牧健康友の会
所在地
苦小牧市見山町
1丁目8-23
電話 72-3291

発行責任者
竹田 登紀子

勤医協苦小牧病院 40周年記念講演会開催

2021年11月12日（金）14時、コロナ禍ではありますが感染対策を行い、院内4か所・院外12か所を結び、リモート参加を含め58名の方に参加いただき、40周年を記念し高畑名誉院長による記念講演会を開催しました。



が来院され、入院の看護師が薬局の応援に入り、かかりつけの医師の応援が、来られた方々から、様々な形でその1日を乗り越え、記憶が一年前か



勤医協苦小牧病院 40周年を記念して

勤医協苦小牧病院 名誉院長 高畑 直司

「右のぼつには夢があり、左のぼつにはチューイングガム」という歌があります。私はチューイングガムの代わり、「マイウエイ」という歌を背中に背負って苦小牧に来ました。

80年代の勤医協の新しい計画の最初の仕事として苦小牧の病院建設が決まり1981年4月16日に開院しました。初日は105名の患者さん

そのような活動の中で500人の協力会員、1億円の資金を集めることができました。なぜ新病院建設に苦小牧と、苦小牧には大きな労働運動（王子争議）の歴史があるのです。苦小牧は王子の城下町と言われ、た街でしたが、あるとき労働協約をめぐる労使がぶつかり、145日にわたってストライキ闘

争をつづけた長期にわたる支援が、全道全国からの資金カンパを受けながらのたかい北海道勤医協は争議中、毎週一回医療班を派遣し闘争を支援した経緯があります。闘っている組合員や家族が、病院にかかれないう困っているという状況にこたえてのものでした。

勤医協の医療にふれた人たちは「苦小牧にも勤医協のような民主的な医療機関がほしいものだ」という声が強くありました。そのような歴史を背負った人たちが社員として病院建設の大きな力となり、友の会）が苦小牧病院をここのまで発展させた力だと思っています。

※この文章は、高畑直司名誉院長がお話した講演内容の一部を抜粋し掲載いたしました。

花のイラスト

「住み慣れた家で暮らしたい」を支えて5年目

『有償ボランティアみやま』は、苦小牧市の指定を受け「生活支援サービス事業」として、2016年4月に開設し5年目となります。介護保険制度ができ20年が経ちました。有償ボランティアでは、介護保険の適用外でも、必要なサービスを提供することができます。今では利用者が、年間1000件以上になっています。介護保険制度が始まり20年、地域包括ケアのもとでさらに介護の軽度者が介護保険から外され、市町村が運営する総合事業に移行されようとしており、サービスの低下が懸念されます。

Aさんは、7月より要支援2から要介護1に変更になった、80代で一人暮らし。5月中旬、「新型コロナウイルス」の付き添い「クチン接種の付き添い」をしてほしいと依頼があり、無事2回接種を終わりました。Aさんは、時々物忘れがあり、息子さんが電話でタクシーを予約し病院受診をしていました。7月には、皮膚科受診依頼があり同じボランティアが同行、3回目の訪問時、「何しに来たのか？」「ここはどこなの？」などの言葉があり、声掛けでやっと水分摂取する状況でした。

8月の通院依頼は違うボランティアが同行したが、慣れたのか以前のような言葉は聞かれませんでした。この日は2科受診のため時間がかかり、Aさんの疲れた様子が見られ、売店でパン等を購入し食べてもらいました。診察内容や体調等を息子さんに報告し通院介助を終了しました。

今後とも友の会の皆さんと連携し、制度改悪に立ち向かっていき「介護保険制度の抜本的転換を求める請願署名」にご協力をお願いいたします。

有償ボランティアみやま
お申込みお問合せ連絡先
電話 73-0555



利用者が住み慣れた家で安心して生活できるよう、支援

また、看護師、介護職、有償ボランティアが不足しています。無資格者でも大歓迎、短時間でも可能です。

皆さんの周りで、介護について困っている方がいれば、是非紹介してください。支援内容は、清拭、おむつ交換、食事介助など身体介助、買い物、通院同行など外出援助。家事援助や生活援助と幅広く、料金は1時間あたり800円～1400円です。



信頼関係ができたので、依頼があればAさんと息子さんが地域で安心できるように支援していきたいケースです。

シリーズ26 宅配者紹介



ときわ澄川ブロック 工藤 美恵 さん

私は、2017年から宅配に参加し、自宅周辺を29部歩いて配布しています。最近では歩くことが少なくなりましたが、月に一度ですが宅配は体力づくりにも役立っています。病院には健診に行く程度です。昔、義母が入院した

時に、とても親切にしていたので、今も感謝しています。私は友の会サークル「あかい実」に参加しています。コロナウィルス感染症が、発生する前は、院内コンサートがあります。患者さんや職員さん達との交流があり、とても楽しいひと時を

過ごしてきました。みなさんも「あかい実」に参加してみませんか。一日も早くコロナが終息し、楽しく普通に合唱できる日が来ることを願っています。



ハクチョウやガンは家族が集まり渡りますが、カモ類は子がある程度育つと、親が子供より先に南に向けて飛び立ち、子供達はその後自力で渡るそうです。カモ類は28種ほど日本にいますが、質から大きく分けて淡水ガモ（水面採餌ガモ）と潜水ガモ（潜水採餌ガモ）

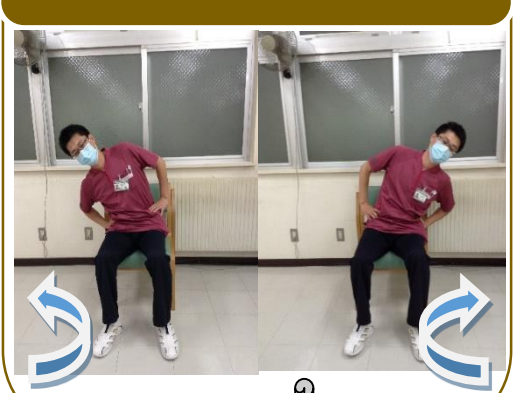
コロナを乗り切る 健康講座 Vol.9

コロナ禍での生活不活発病に気を付けよう！

作業療法士 高木

シリーズで紹介している「動かない」状態が続くことにより、心身の機能が低下して「動けなくなる」生活不活発病のリスクを抑えるために、家でテレビを見ながら・家事をしながらなど、どこでも簡単に出来る“ながら体操”第5弾をご紹介します！

今回は寒くなって縮こまっている身体を伸ばしてスッキリしましょう！体操の紹介となります！ぜひ毎日続けて生活不活発病を予防していきましょう！

①身体をかがめる、背伸びをする
(各10秒ずつ×2セット)②身体の横(脇腹)を伸ばす
(左右10秒ずつ×2セット)

☆ポイント☆
出来る限り目一杯伸ばしてみてください



マガモ

マガモは当地に年中いますが、多くは冬鳥・旅鳥です。雌は年中地味な同じ羽色ですが、雄は秋、より派手な生殖羽になります。1〜3月には同じ種類の集団見合いで、選ぶのは雌、つがいになると常に一緒、他の雄が来ると追い払う。春には連れ立ってシベリアへ、つがいでも作り、雌は抱卵、子育ては雌のみ。ふ化後、雄は巣を離れ、つがいを解消し雄だけの群れ、繁殖期が終わると雄は地味な羽色になる。

シリーズ

苦小牧の自然

谷口勇五郎

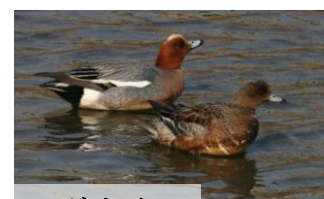
⑫ 鴨
(カモ)

金太郎の池では氷が張る前はマガモやカモメが見られます。バイパス橋下の苦小牧川（水を溜めて居る）に9月頃からぼちぼち、様々なカモがやって来ます。川幅が割合狭いので簡易の双眼鏡や肉眼でもある程度見ることが出来ます。又、その時季、漁港では異なる種類のカモが来ています。

後者は水にすつかり潜って餌（貝・甲殻類・魚・水草など）を採ります。キンクロハジロ・ホオジロガモ・シノリガモ・クロガモなどがいます。



オナガガモ



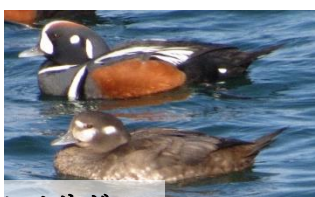
ヒドリガモ



キンクロハジロ



ホオジロガモ



シノリガモ



クロガモ♀



クロガモ♂

マガモは池・湖沼、オナガガモ・ヒドリガモ・キンクロハジロは湖沼・河川、ホオジロガモは海岸・港湾・河川、シノリガモ・クロガモは海岸・港湾にいます。

に分かれます。前者は水に潜りこむことができません。立ち上りして餌（主に植物食・昆虫も）を採ります。マガモ・オナガガモ・ヒドリガモなどです。