

生命とくらし、平和を守るために

# 飯伊民医連だより

No. 222

(健和会だより通算)  
改題 第75号

2019年1月号

隔月刊

発行 飯伊民医連

(長野県民主医療機関連合会飯伊地域連絡会)

〒395-0801 長野県飯田市鼎中平 1905-5

電話 0265(52)5490 fax 0265(52)5491

編集 機関紙編集委員会

発行責任者 林 憲治 編集委員長 水野耕介

役立っ情報をご提供します。ぜひ綴って  
ご利用ください。掲載にふさわしい情報や  
アイデアも気軽に寄せてください。

## 2019年 新春



かやの木診療所の仲間たちと朝の光を浴びて

## 名護に住む君へ 新年おめでとう！

同じ年に名護で生まれ、小、中、高校と同じ学校で遊び学んだ我々も、もう70を過ぎる年になりました。米軍基地を抱える沖縄は、これまで様々な経験を我々に与えてくれました。

ことある毎に、我々は名護人（ナグンチュ）同士として意見を交わし、考え方を確かめ合ってきました。君は名護に住み、名護の人々と共に日常生活を送っています。

私は長野県飯田市に住み、かやの木診療所で、地域の人々の健康を支えるべく診療所職員と共に毎日働いていますが、君の気持ちを忘れたことはありません。

米軍基地の存在で起きる問題は尽きることはなく、ほとんど日常的と言えるほどです。

名護と飯田に住む我々の沖縄の問題が一番良い方法で解決されることを、新しい年のはじめに祈念致します。

かやの木診療所 所長 中村 清（内科医）

2019年、今年は「憲法と平和、民主主義」が極めて大きな危険に曝される年になりそうです。「9条改憲」の「国民投票」実施が計画されているからです。

このような情勢の下、地域・住民から頼りにされる病院や診療所、各種介護事業所など、医療・看護・介護・福祉・保育を日々実践する事業所として、地域での事業所運営やHPHでの戦略・持続的な組織運営・人材育成の活性化、健康づくり、地域づくり、まちづくり、健康目標、憲法と平和、民主主義を守る活動等、2019年度の様々な展開や対策・手法・連携・マネージメントなど、各法人・事業所に求められる課題や思いを、年頭所感に込めていただきました。



すべての子どもに必要な医療・教育・福祉の支援を  
健和会病院 院長 和田 浩（小児科）



昨年11月「第4回 貧困と子どもの健康研究会（名古屋）」で、スウェーデンのアネリ・イヴァルソン教授が、「スウェーデンでは『すべての子ども』に対しその子に必要な医療・教育・福祉を与える」と話されました。小学校では3割の子が何らかの支援を受けるそうです。貧困か富裕かに関係なく、その子が必要としているものを提供する。そうした社会にしていく必要があると痛感しました。



訪問診療を担当する立場から

健和会飯田中央診療所 所長 熊谷 嘉隆



明けましておめでとうございませう。昨年、牛山先生に理事長をバトンタッチしてから半年が経ちました。法人のトップ管理者としての立場とは違った視点で、日常の医療の現場を再認識する半年でした。地域社会が一層超高齢化する環境の変化の中で、医療のケアが、地域住民のみなさんにより身近であることと、医療法人の経営の両立のために、これから私たちに求められる診療スタイルの変化は何なのか？ 特に訪問診療を担当する立場から日々自問する毎日です。今年もよろしくお願いたします。

## WHOが進めるHPH（健康増進活動拠点病院）に加盟

社会医療法人健和会 理事長 牛山 雅夫



日本国内に限っても、暮らす地域によって「健康寿命」で2年もの差があり、糖尿病の合併症が非正規雇用では5割増しになるなど、「健康格差」がますます広がっています。当院では、健康格差をもたらす要因（SDH）に診療場面で気づき、その要因に対応する取り組みを始めました。「健康権」が守られるように、診療場面・社会保障活動の両面から取り組みます。

（飯伊民医連 運営委員長）

## 新しい静養棟でさらに質の高いケア実践をめざして

養護老人ホーム ハートヒル川路 施設長 伊坪 陽子



入居者様の重度化に伴い、何年も行政に働きかけて実現した静養棟改修工事が終了し、職員の夢と希望が詰まった場所で、新たな介護展開が始まります。より生活の質が高められるよう、職員一丸となり取り組みます。小学校が隣接しており、敷地内に放課後の居場所として「児童クラブ」があり、日々子どもたちから元気をたくさんもらっています。また、まちづくり委員会と連携して防災訓練を行ない、防災食の備蓄、避難所としての役割も担っています。今後も地域のニーズに応えられる施設をめざします。



# 憲法と平和、民主主義を守り発展させるために

## 法人・事業所の管理者が新年に向けて語る

地域のみなさんの身近な「かかりつけ薬局」として

かなえひまわり薬局 薬局長 吉川 美香

謹んで新春のお慶びを申し上げます。



みなさん、最近「かかりつけ薬局」や「かかりつけ薬剤師」についてよく耳にすることはありませんか。患者さんが飲んでいるお薬の「副作用・効果・重複投薬・相互作用」などの継続的な把握、24時間対応、在宅での服薬指導、医療機関や他職種との連携が求められている内容です。

私たちは、地域のみなさんの「かかりつけ薬局」として身近に寄り添い、健康をしっかりとサポートできる薬局をめざしています。そして、みなさんを選ばれる薬局の実現にはもっと底力が必要です。そこで、地域のみなさまにお願いです。お知り合いの薬剤師や薬学生を是非ご紹介ください。（一般社団法人飯田ひまわり企画 代表理事）

### 幸せな暮らしは平和の中に

特別養護老人ホームゆい 施設長 飯島 すづ江



私たちの幸せな暮らしは、「平和」の中にもあります。人々の生活を預かる仕事をしている我々には、平和を願い、守っていく義務さえあると考えます。

ゆいの里には、職員有志による「ゆいの里9条の会」があります。今年も会員も増やしながら、憲法9条を守る活動を大いに進め、みんなの幸せな暮らしを守っていききたいと思っています。



入所・利用者の思いや希望を実現できる社会に  
特別養護老人ホーム林の杜 施設長 松下 渡



地域のみなさんが、住みなれた土地でその人らしく暮らし、その方の思いや希望を普通に実現できるような社会をめざしてまいります。「手をつなぐ杜の会」のみなさんをはじめ、地域の各事業所、行政と連携を取りながら、全職員で奮闘し、信頼関係を築いていきます。

職員「杜の会」加入率毎年100%を達成し、職員一同地域と組織に貢献できるよう関心を持ち続け、求められている役割をさらに果たせるよう努力してまいります。今年もよろしくお願いたします。

### 引き続き「家庭的な雰囲気」大切に

NPO法人ひだまり 理事長 米澤 はるみ



新春を迎え、改めまして日頃より私たちの運動を支えてきていただいているみなさまに、この場を借りてお礼を申し上げます。

NPO法人ひだまりも17年を経過しました。民家改修で実践するグループホームに不安を感じながらの始まりでしたが、共に進めてくれたみなさまと地域のあたたかいご支援の下、現在に至っています。今後も「家庭的な雰囲気」を大事に温かみのある法人で進め、利用者様や地域のみなさまに寄り添いたいと考えています。また、組合員みなさまとのコミュニケーションの「輪」を大切に、さらに広げていきたいと思っています。

映画「ケアニン」

介護の本質を気づかされる

介護って何だろう、なぜ私は介護職をめざしたんだろう。職員がいない、忙しいから利用者に寄り添う時間なんて持てない…。映画「ケアニン」はそんな私たちに、あらためて「介護職としての在り方」を問うてくれた映画です。何気なく介護の仕事に就いた主人公が、認知症の利用者との関わりを通して一人前のケアニン（介護士）に成長していく物語。ケアニンとして仕事に携わる中で、その人の人生を振り返り、その人の思いを叶えようと奮闘する主人公。少しずつ家族との信頼関係を築くことができて、事故



も、事故

が起これば信頼は不信に変わる。くじけちゃうよな。それでも、最後まで寄り添っていく。看取りシーンではみんな号泣……。日々の忙しさに追われ、介護の本質を忘れていた私たちに「気付き」を与えてくれた映画でした。もっともつ

社会医療法人健和会

介護事業部長 吉川 一実

と「利用者に寄り添った介護」がしたい、介護をめざす人たちが増えたらいいなあ……。いろいろな思いが去来する映画鑑賞会でした。

12月7日、この日集まったのは、介護士をはじめ医師や看護師、外部からの参加者も含めて全体で60名となり大成功でした。



「特養あずみの里裁判」集会が11月23日（金）、サンモリッツ安曇野で開催されました。参加目標40人に対し、550名以上が結集。県内だけでなく、北は北海道、南は兵庫県と全国各地から200名以上の参加があり、まさに今全国で注目を浴びている「介護と人権が問われている裁判」であることを実感しました。

木島弁護団長から1時間に渡って裁判の詳細な経過説明があり、その後、介護現場で働く職員による発言を受けました。

参加した石川県の介護事業所長が「有罪になってしまうと、利用者さんの希望に応える介護や、利用者が最期まで人間らしい生活を実現することが現場でできなくなる」と訴えていたのが印象的でした。山口さんが起訴されて、もう4年が経ちます。起訴されたご本人はもちろん、あずみの里職員のみならずをはじめ多くの支援者のみなさんの、無罪を求めずと必死で闘ってきている姿が胸に刺さる集会でした。

負けるわけにはいかない！

「特養あずみの里裁判」集会に参加して

負けるわけにはいきません。3月の結審まで安心することなく、無罪判決を勝ち取るためさらに署名と運動を拡げていきましょう。

健和会病院 事務部副部長 小田 俊政（総務課長）

医師の診療体制を管理

診療秘書室は、「医師業務全般のサポート」を目的に医局内にデスクを構えています。構成員は、診療秘書室員3名、医師担当事務責任者1名の4名です。人数は少ないのですが、それぞれ重要な任務を持って業務に携わっています。

している医師たち全員に、少しでもホッとする時間や空を提供できるよう、「お昼時のあたたかいお味噌汁づくり」も伝統的専任業務として今日まで継承されています。

最重要任務は医師診療体制の管理で、日々病院に受診される患者さんに直接関わる大切な任務です。働く病院職員にとっても根幹的な重要業務でもあり、全ての職種との連携・情報共有を進め、診療

日々患者さんと接する機会には少ない私たちですが、医師の診察がスムーズに展開され、患者さんやご家族のみなさんが「いつでも安心して病院にかかれる診療体制」実現に向けて日夜奮闘しています。

職場紹介 (31)

健和会病院 診療秘書室

また、当病院独特の日報として、日夜激務に当たっ



診療秘書室課長 大槻 友里



# 薬剤師の目⑧ オプジーボの話(その1)

## ノーベル賞でいま話題の癌の薬



オプジーボ® は、今までの抗がん剤治療とは全く違った働きによって、がんを治療する画期的な薬という事で注目されています。

え込んでしまう仕事をしています。オプジーボ®は、そのがん細胞による免疫細胞の働きを抑え込みを解除し、がん細胞を攻撃できるようにする薬です。がんを攻撃するのは自分自身のもつ免疫となりますので、免疫が低下しているような人では効果が弱くなる可能性があります。



健和会病院での使用経験はありませんが、この話題の新しいがん治療薬オプジーボ®について、Q&A形式でお話したいと思います。

(オプジーボ®は商品名で、薬の成分はニボルマブと言いますが、オプジーボ®の方が馴染み深いかと思えますので、以下、オプジーボとさせていただきます)

### Q1..どんな薬?

A 私たちの体内には、免疫細胞によってがん細胞を見つけて攻撃し、排除するという仕組みがありますが、がん細胞はその免疫細胞の攻撃を抑

え込んでしまう仕事をしています。オプジーボ®は、そのがん細胞による免疫細胞の働きを抑え込みを解除し、がん細胞を攻撃できるようにする薬です。がんを攻撃するのは自分自身のもつ免疫となりますので、免疫が低下しているような人では効果が弱くなる可能性があります。

Q2 どんながんに使えます?

A 現時点では、悪性黒色腫、非小細胞肺癌、腎細胞癌、古典的ホジキンリンパ腫、頭頸部癌、胃癌、悪性胸膜中皮腫が保険で認められています。しかし、がんの種類によっては手術で切除できない、転移がある、再発したものといったように条件があり、上記の癌であっても全例に使えない場合があります。

※次回は、効果と副作用についてお話しします。(続く)

健和会病院 薬局

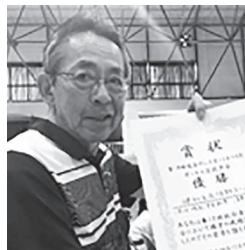
薬剤師 佐藤 勝治

# シリーズ リハビリ 最前線 ④

## 回復期病棟の挑戦 (その1)

松本市で10月8日に開かれた「ボッチャ交流大会」に、回復期で働く医師、リハスタッフと対象者およびその妻で参加した。結果は、「初参加」で『初優勝』。そして、対象者は『選手 MVP』という輝かしい成績を収めることができた。

回復期病棟では、全国的に見て在宅復帰を中心としたリハビリアプローチや支援が行なわれている。しかし、機能改善やADLを再び獲得し在宅復帰したとしても、社会的



な参加や趣味を継続することができず、自宅へ引きこ



もりになってしまいう例も少なくない。また、趣味や新たな活動に関して入院中に行なっていないことを、以前と違う心身機能で退院後に行なうことは、対象者自身にとつて抵抗感も強くて導入が難しく、退院後デイサービス、デイケア以外で障害者が積極的に活動できる「場」が少ないのも現状である。

そこで入院中から様々な経験をさせることが重要であると考え、退院後でも取り組みのものがないかとリハスタッフ中心で模索し、辿り着いたのが「ボッチャ」であった。

ボッチャを導入した理由として、ボッチャはヨーロッパで生まれた重度脳性麻痺者もしくは同程度の四肢重度機能障害者のために考案されたスポーツで、パラリンピックの正式種目でもある。ルールは比較的シンプルであり「ジャックボール(目標球)」と呼ばれる白いボール

に、赤・青それぞれ6球ずつのボールを投げて転がし、他のボールに当てて、いかに近づけるかを競う。障害によりボールを投げるができなくても、勾配具(ランプ)を使い、自分の意思を介助者に伝えることができれば参加できるといふ特徴がある。そのため、障害の程度に限らず健常者、障害者問わず気軽に行なうことができるという多角的な側面を持っているからである。

当日までの経過では、今回セラピストおよび対象者共に初めての経験であったため、通常のリハビリの合間にボッチャをセラピストと対象者で練習を行ない、ルールの確認やどのような戦略が良いのか日々研究を重ねた。さらに、当日試合に参加したりハスタッフの長江は、業務後惜しむことなく自主訓練に励んだ(その数なんと2万球...?)。そして、緊張感漂うなか当日を迎えた。(つづく)

健和会病院回復期リハビリテーション科

土本 将寛 (理学療法士)  
長江 隆弘 (作業療法士)

「地域で役割がある高齢者は長生きしやすい」

「共同組織拡大月間」記念講演（2018年10月27日）では、千葉大学の近藤克則先生をお招きして、テーマ「社会参加で健康なまちづくり」について伺いました。

近藤先生は以前から、日本老年学的評価について研究されており、日本全国に調査フィールドを広げ、地域ごとの健康面での特徴について詳細な調査を年々積み重ねています。2016年には、参加市町村40市町村約20万人から調査回答を得て、その内容を

「社会参加で健康なまちづくり」は共同組織活動の日常そのもの

分析。現状と傾向、「健康なまち」では何が違うのか？を明らかにしてきました。ちなみに、2020年から飯田市もその調査対象に加わることが決定しました。近藤先生のチームでの研究結果では、「歩く人が多いまちには認知症リスク者が少ない」



「ロングピロピロ」を使って大切な口の健康づくり

（久堅健康友の会「小林班」）



「地域で役割がある高齢者は長生きしやすい」「笑わない人で健康感が悪い人は標準に比べて1.5倍」「高齢者の抑うつリスクは運動が盛んな地域に暮らすだけで低下する」「運動グループ参加割合が高いまちで鬱が少ない」「地域組織に参加していない者で認知症発症が多い」などの結果が得ら

れています。

このことから、私たちが住む環境が健康に大きく関わっていることがわかります。歩くことが日常的に必要な

環境か？人や社会とつながる仕組みや環境があるか？いつもみんなで笑顔で話せる場所があるか？これは個人が一人でできることばかりではありませんから、市町村が地域で戦略的に構築しなければならぬことも多くあります。

そして、社会医療法人健和会が共同組織のみなさんと日々実践している「健康づくり」や「まちづくり」の活動は、まさにその一翼を担っているのだという確信が持てました。

笑顔で語り合い、様々な健康活動に積極的に参加する、こういった環境づくりを地域のみなさんと一緒にさらに発展させていけたらと思います。

健和会病院事務長室

筒井 久美子

（看護師・医療コーディネーター）

ダイネーター

苔 博物館

伊那谷の自然の多様性と豊かさ

健和会飯田中央診療所所長 熊谷 嘉隆



往診業務に就いてから、

飯田下伊那の自然の多様さに気づいて驚いています。竜西は朝日が当たる斜面が多く、寒暖の差が大きい地域です。恵那山の方向からの風も強く、乾き気味の気候で、私の趣味の湿度の高い所を好む苔には不向きな環境です。ですから、逆に日当たりの好きなエゾスナゴケやギンゴケ、ホソウリゴケが道路の路肩に目をやれば何処でも見つけられます。南向きの庭を持つ古いお家の庭石には、庭石の半分を覆うように広がったハイゴケを必ずといって良いほど見つけます。

先日も下條村のおおぐて湖に行きましたが、ホソバオキナゴケとミスゴケが繁茂し、素晴らしい光景でした。屋久島や八ヶ岳山麓、十和田湖周辺は日本の苔のメッカですが、伊那谷にも沢山の苔が生きて、苔博物館のようです。

この自然の多様性・豊かさを、歴代の自民党政権下の農産物の自由化で破壊されてきた日本の農業の再生に生かす方法はないかと、夜空の綺麗な星を観ながら夢見ます。

比較的雪も雨も少なく、温暖な気候の地域です。しかし、竜西地域と違い山谷の起伏が多く、その山谷には必ず小さな清流があり、多様な生態環境が山の斜面の至る所にあり



情勢学習会を開催 ～活動参加者から生の話を聞く～

秋の運動はやしの杜推進委員会では、11月8日に情勢学習会を開催。社保活動に参加した4名から各報告を受けました。参加は19名でした。

1. 10・11国民大集会…日比谷音楽堂に全国から3700人参加。「介護職員ふやして！」(写真)など全国の医療・介護の現場から切実な訴えがあった。

報告…熊谷幸一

2. 沖縄知事選支援…沖縄知事選支援活動未経験のはやしの杜で、マイク宣伝など支援活動の実際を知れた。基地負担押付は沖縄県だけの問題ではない。

3. 満蒙開拓から平和を考える…月刊誌「はこべ」



国民集会 介護職員を増やして  
2013年5月号に掲載された満蒙開拓平和記念館の記事を読んだこと

を契機に、満蒙開拓に関心をもち「ピースJap.」ボランティア活動に参加。2016年8～9月の飯田日中協会訪中派遣に参加。満蒙開拓体験談をどのように伝えていくか、聞いた人の責任がある。

報告…松尾達二

4. 福島現地視察…福島県内産米の放射能物質濃度検査。帰還困難区域の浪江町津島地区を走る国道114号は道路のみ除染。横道すべてにバリケード、放射線量が高い。風評被害ではなく実害。国は2年以内に米の検査等を終了させ、オリンピック開催まで原発事故隠蔽を画策。報告…寺沢江理

現場にいる人が声を上げることが大切で、国民大集会や署名はその方法の一つです。現場の声を聞いた責任として、できることは何か考え、仲間を増やしながら具体的に行動していきます。

秋の運動はやしの杜推進委員会事務局 寺沢 江理

いまいきと笑顔で楽しめた秋祭り

平成最後のゆいの里秋祭り。前日の雨で当日のお天気が心配されていましたが、秋祭りにふさわしい秋晴れに恵まれました。

フラダンスや太鼓などのステージプログラムも盛り上がり、多くの笑顔が見られました。また、屋台やゲームコーナーでも多くの企業様による協賛もあり、盛大に開催することができました。



ゆいの会をはじめ、多くのボランティアのみなさま、地域のみなさま、ご協力と、ご協力と、利用者として、ゆいの里秋祭りを作り上げることを目指しています。

お蔭様で、誰もがいきいきと楽しめた秋祭りが実現しとてもうれしく思いました。

ゆいの里 秋祭り実行委員長 瀬古 文美

手軽に簡単らくらくレシピ⑰



検査で「脂肪肝」と指摘されたのに、そのまま放置している方いませんか？ 放っておくと肝臓の機能が悪化し、肝硬変などの深刻な病気に進展することもあります。脂肪肝の原因を一言で言うところ「食べ過ぎ」「飲みすぎ」ですが、全体の摂取カロリーが多くなっても脂肪肝になる場合があります。それは、「遅くて多い夕食」や「夜食」を摂ってしまうことが原因です。

やせているのに脂肪肝と言われた方、こんな生活習慣に心当たりありませんか？「食生活の改善を真面目に行なえば、脂肪肝は2週間で20～30%解消する」そうです。新年を機会に自分の食生活と向き合って、チャレンジしてみるのはいかがでしょうか？

健和会病院 健康管理課 管理栄養士 佐々木 朱美

(飯田下伊那地域糖尿病療養指導士)

遅い夕食の一品に…

ブロッコリーのかに玉風あんかけ

エネルギー量(2人分) 90 Kcal  
蛋白質 9g 塩分 1.5g

●材料(2人分)

- ・ブロッコリー 160g(お好きな量で)
- ・かにかま 4本 ・卵 1個
- ・水 150cc
- ・めんつゆ(2倍濃縮) 大さじ2
- ・水溶性片栗粉 片栗粉小さじ1+水小さじ3



●作り方

- ①ブロッコリーは食べやすく切って下ゆでし、水気を切っておく。(レンジでもOK)
- ②カニカマは長さを半分に切って、手で裂いておく
- ③鍋に水とめんつゆを入れて沸騰させる。一度火を止め、水溶性片栗粉でとろみをつけたら、再度火をつけ再沸騰したら溶き卵を流し入れ、卵が浮いてきたら火を止める。
- ④器にブロッコリーを盛り付け、③を上からかけてでき上がり。お好みで生姜やねぎをのせて。

※野菜は何でも良いです。温めた豆腐にかけてもおおいしですよ。

## 「共同組織活動交流集会」へご参加を

### 平和と民主主義を守る底力をつけよう！

満蒙開拓平和記念館のある阿智村中央公民館・コミュニティ館で

めて、集会開催を準備しています。

3月16日（土）、第22回長野県民医連共同組織活動交流集会が開催されます。飯田下伊那での開催は6年ぶり。

午前は、「戦争は避けられなかったのか〜日本近現代史の学びなおし」と題して、元長野県立歴史館学芸部長青木隆幸さんの記念講演です。午後は、集まった県内の各地域

「共同の力で憲法を生かし、平和、人権、くらしを守ろう」をスローガンに、「二度と戦争をする国にさせない」の共通の思いを込

で取り組んでいる「健康づくり」や「安心して住み続けられるまちづくり」について活動を交流します。

1. 開催日時：2019年3月16日（土）10：00～15：00
2. 開催場所：阿智村中央公民館、阿智村コミュニティ館
3. メインテーマ：「共同の力で憲法をいかし、平和・人権・くらしを守ろう！」
4. 記念講演：「戦争は避けられなかったのか〜日本近現代史の学び直し〜」  
講師：青木 隆幸 氏（元長野県立歴史館 学芸部長）
5. 参加費 1,000円 各共同組織で負担
6. 送迎いたします。問い合わせ先：事務局 ☎ 53-7252

### 健和会病院

### 医療相談窓口の医療コーディネーター

### 中立の立場で問題解決のお手伝い



すか。

医療相談窓口では、患者さんやご家族のみなさまが、安心して安全な医療を受けていただくために、ご意見・ご要望・ご不満などを認定医療メ

ディエター（医療対話仲介者、職員）が傾聴し、あくまで中立的な立場で問題の解決に向けてお手伝いします。

医療相談窓口と聞けば、「医療相談員（医療ソーシャルワーカー・MSW）」とは何が違うの？」と疑問に思う方もおられるでしょう。

医療相談員は、主に病気についての医療制度保障や支援策、医療費、療養生活における経済的保障等の相談に応じ

ています。一方、医療コーディネーターは「医療場面における様々な齟齬（そご）（くい違

みなさん、健和会病院に「医療コーディネーター」がいるのをご存知で

い、話がかみ合わない、行き違い）への対応がその任務です。医療者との間で発生した「わだかまりや疑問、不満」に対して、あくまで中立な立場で双方（患者側・医療者）からお話を伺い、問題解決のお手伝いをいたします。その中で、互いの問題が整理されていくこともあります。

相談できる例として、次の4点があります。

1. 直接には言いにくい苦情や要望を伝えたい
2. 医師に聞きたいことが言

3. 看護師が自分や家族のこ
4. 療養生活についてもっと知りた

い出せない  
とをわかってきてくれているのか不安に思う  
どんなことでも直接お話を伺うことで、本当に伝えたいことを正確に把握してお答えし、伺った内容は、医療の質の向上・サービスの改善に具体的に役立ててまいります。  
活動日時は、月曜〜金曜日の9時〜16時です。  
面談をご希望される際は、遠慮なくお気軽に職員にお申し出ください。

健和会病院 医療コーディネーター  
筒井 久美子

## いよいよ、「水」が危ない！

水道民営化への道を開く「水道法改正案」が、12月5日、第197回国会（臨時会）で衆議院での審議にほとんど時間もかけられることなく成立。ヨーロッパをはじめ世界各国では、水道民営化の失敗を教訓に「再公営化」の動きが強まってきていますが、日本政府が打ち出した民間の資金や能力を活用する「コンセッション方式」導入の動きはまさに時代の流れに逆行するものです。

「コンセッション方式により、民営化された水道事業で水道料金は上昇は不可避」と指摘されています。住民が自治体の動きを厳しくチェックし、公営水道を守っていく手立てが必要です。

飯伊民医連だより 編集委員長 水野 耕介



「お薬手帳」豆知識

「お薬手帳」を活用しましょう！



「お薬手帳」とは、いつでもどこでもどんなお薬を処方してもらったかを記録できる手帳です。かかりつけの医療機関受診や新たな医療機関受診の際、薬局で薬処方時はもちろん、突然の災害に遭遇して避難した緊急時など、「お薬手帳」が手許にありさえすれば、日頃飲んでいるお

薬の情報について対応する医師や薬剤師はより正確に把握できるのです。緊急時に備えて携帯したり、保管場所を決めておくことで、いつでも持ち出せたり、さらにご家族にも知っておいてもらうととても安心です。



とにお薬手帳を分けてしまうと、大切な情報が分散してしまい、適切な薬のチェックができにくいため、1人1冊にまとめておくことが大切です。

外出の際には必ず携行しましょう！

「お薬手帳」があると、医師や薬剤師は、どのような薬をどのくらいの期間使っているのか等一目で判断できます。薬の重複や飲み合わせ、同じ薬による副作用の再発も防止でき、記録があることで

「お薬手帳」は一冊にまとめ病院ごと、あるいは薬局ごと

「お薬手帳」は一冊にまとめ病院ごと、あるいは薬局ごと

かやの木診療所日誌 ②

診察を終え、次回受診時の検査の計画とこれまで同様の薬で治療を続けることを説明し、「ではお気をつけて」と診察室から送り出そうとしたとき、Aさんが「別のことで相談して良いですか？」と話しかけてきました。

いつでも相談にのれる診察室

Aさんは、もうすぐ80歳になる母親と2人暮らしの男性で、最近の母親の様子が気になっていて「認知症の始まりではないかと、心配だというのです。これまで、母親はてきばきと洗濯や掃除などをこなしていたのだが、最近、様子が変わってきたと言うのです。Aさんが仕事に出かける時に、帰りの時間を聞くのはいつものこと

ですが、最近は何度も同じことを繰り返すように聞いてくるのと、説明した帰りの時間を忘れていたことが多くなってきました。認知症の始まりではないかというのです。確かにAさんの心配されているように、症状として認知症が考えられます。



早速、健和会病院に「物忘れ外来」があることを説明し、紹介状を認め、できるだけ早めに一緒に受診するように手続きをしました。ご自身の健康、家族の健康を守るため「いつでも相談にのれる」かやの木診療所診察室です。

かやの木診療所 所長 中村 清 (内科)

伊那谷健康友の会の予定

- ◎バランスボール：ストレッチボールを使った体操も行います
- ◆鼎支部 毎週水曜日 10：00～11：00 かなえの里ホール
- ◆山本支部 1月24日(木) 10：00～11：00 東平防災センター  
2月28日(木) 10：00～11：00 東平防災センター
- ◆高森支部 1月19日(土) 10：00～11：00 福祉センター  
2月16日(土) 10：00～11：00 福祉センター

※どの会場もどなたでも参加できます。

◎青空健康チェック

松尾地区文化祭 2月2日(土) 13：00～15：00 松尾公民館

訂正 杜の会、ゆいの会は年会費が必要となります。

※手をつなぐ杜の会：500円、ゆいの会：1,000円

【お知らせ】2月1日より、「電子カルテ」が新しくなります！

2007年夏に導入した病院電子カルテシステムですが、2019年2月1日より新しいシステムに更新します。

運用開始に当たっては調整や操作等に時間がかかることが予想され、「電子カルテ（診療録）開示」などでご利用いただいている患者様にはご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解とご協力をお願いいたします。

健和会病院 電子カルテ プロジェクトチーム

より安全に薬を処方してもらえ、安心して服用することができます。

「お薬手帳」は、アレルギーや副作用などを記録できるほか、残薬数のメモ、服薬してきて気になったことや体調変化、医師や薬剤師へ相談した内容を記録するなど、多面的に活用できる便利な手帳です。ぜひ、「お薬手帳」をご活用ください。

かなえひまわり薬局 薬剤師 豊竹 弘子

健和会病院 医療講演会

1月19日(土) 14～15時

「けがややけどの手当のお話」

講師：皮膚排泄ケア認定看護師 林 洋子

2月 お休み

〈場所 健和会病院5号棟第6.7会議室〉

ハツとした言葉

「やさしさはエネルギー」という11月号「読者の声」欄の方の言葉にハツとしました。なんて素敵で深い言葉でしょうか。医師もその都度真剣に考えてくださり、お薬もより合ったものを選んでくださいます。有難いことです。

(守屋 真知子)

年配の男性の居場所を求む

認知症で月2度通院している75才の義母がいます。最近、義父も耳が遠く、下の失敗も増え心配になって来ました。年配の男の人が気楽

読者の声

に出かけられるような将棋クラブとか料理クラブとかあるとよいなとも思っています。(A・I)

心温まった表紙

11月号表紙で健和会職員・友の会員交流の記事を拝見し、とても心温まりました。いつもお世話になる時、職員の方の対応がとても良いので、これからもずっとお世話になりたいと思っ

(レゴ2)

人間らしく扱われたい

夫が肺炎になり、入院。その間、夫はトイレに行きたい、オムツを変えてほしい、という言葉を送ったようで、帰宅したとき、もう入院しないと

熊谷ヨシ子さん (ハートヒル川路)

く思っています。(水城)

役立つ簡単楽々レシピ

手軽に簡単楽々レシピ。毎回読んだり、作ったり、ハサミで切り抜いたりして参考に。体にいい、おいしく家族といたでいて、内容もわかりやすく、楽しみにして表に

手のリハビリに最適

水引は色がいろいろあるし、手のリハビリに楽しくできると思っています。水引の会社にいたからよくわかります。

(あゆちゃん)

若い人たちと一緒に

9月の「RUN伴」に主人と共に参加して阿智で歩きまわした。オレンジ色のTシャツを着ると気分も若い人たちと一緒に

(M・S)



飯伊民医連

ヨコのカギ

- 1 衣服等の生地や木材に異物の色素でできる色ムラ。
- 3 おばあちゃんは祖母。おじいちゃんは何？
- 5 実現するだろうと望み待つこと。
- 6 冬はオリオン座が有名。〇〇空。
- 7 英語ではキャンドルと言います。

パズル

- 8 植物などの繊維を絡ませながら薄く平(たいら)に成形したもの。
- 9 出世魚。年取り魚。

タテのカギ

- 1 四つの季節。春夏秋冬。
- 2 木曾郡上松町出身の力士。大関めざせ！

1	2		3	4
				a
5				d
			6	
7			b	
8			g	c

解 答	a	b	c	d	e
-----	---	---	---	---	---

11月号の当選者

たくさんの方に応募いただきました。正解者のなかから抽選で次の方々に図書券をお送りしました。

〈当選者〉 敬称略

- 岩本 一郎 かーじじーじ
- ハルチャ 萱間 満 塚原 幸子

11月号の解答 フユジタク

郵便ハガキに住所、氏名、解答を書いてお送りください。正解者には記念品(図書券)をお届けします。(正解者多数の場合は抽選) 本紙の感想、ご意見を本紙に添えください。本紙に掲載させていただきます。匿名希望者はペンネームをお書きください。

〈宛先〉 〒395-0801 飯田市鼎中平 1905-5 飯伊民医連