

2022年
10月号
No.514

生命の炎いのち

東京ふれあい医療生協
LINE公式アカウント
登録をお願いします!
http://www.fureaico-op.info
生協の現況(2022年8月末日現在)
組合員数=16,365名 出資金総額=473,911千円
●発行所:東京ふれあい医療生活協同組合
〒114-0004 東京都北区堀船3-27-12
電話 (03) 3911-3630
●編 集:『生命の炎』編集委員会 ●発行人:百瀬 文也

梶原診療所訪問診療室の コロナ禍の取り組み

地域のいのちと健康をまもる訪問診療室の取り組み

〈新型コロナウイルス感染第7波における現状と取り組みについて〉

訪問診療室での自宅療養支援

梶原診療所訪問診療室では登録患者で感染が疑われる方への自宅療養支援を行っております。特に1年前の第5波以降、自宅療養者への訪問薬剤や東京都の在宅酸素濃縮器確保事業が整い、在宅医療でできることが調整しやすくなったことで、療養環境が改善されてきました。第6波のころには、在宅で投与できる治療薬も認可され、梶原診療所も登録申請を済ませ、入院できない高リスクの患者さんや入院待機者へ処方しています。

第7波の感染拡大

7月初旬からの急激な感染拡大を実感したのは第一土曜日のことでした。体制は医師1名。朝から発熱者の連絡が入り、午前中に通常の訪問診療を行ったあと、午後に発熱者の往診を行ったところ、夕方までに4名の陽性を確認しました。急ぎ必要な方へ同意書を取り薬剤の手配、自宅療養ガイドブックと貸し出し用のパルスオキシメーターを届けて療養指導、保健所への発生届を入力、血中酸素飽和濃度が低下している患者さんへは在宅酸素の手配をします。また関係各所へ連絡し介護サービス等の調整をお願いします。翌日以降、状態確認の電話連絡をし、状態によっては往診を行います。これらを医師、看護スタッフ、事務が協力して取り組んでいます。

検査とワクチン

早期での治療開始にはできるだけ早い検査が必要ですが、今では抗原検査、外部委託のPCR検査のほか、迅速PCR検査機器が宮の前診療所とファミリークリニックに導入されるようになりました。これにより、早期に診断し対応できるようになり治療や感染対策に効果を上げています。また、第7波で感じていることは、ワクチンの効果と感染力ですが、ワクチンを接種されている方は感染しても重症化するリスクが低いと感じます。ワクチンの効果は予防だけではなく。

最後に

発熱者の往診には感染防御のフル装備で臨みますがすべてを使い捨てにするため、フェイスシールドを身近な材料で手作りしていました。第7波では組合員の皆さんが協力して作っていただきました。助かったことはもちろん、皆さんに応援して頂いているという思いが私たちの励みになっています。この場をお借りして感謝申し上げます。これからも地域の皆さんのお役に立てるように頑張ってまいります。

梶原診療所訪問診療室師長 松尾 倫子

かあさんの茶の間でのフェイスシールドづくり

新型コロナウイルス第7波の感染で、国中が感染予防で慌ただしい時期の7月のある日「かあさんの茶の間」に「おやつ!」と思う手仕事をすることになりました。それは医療従事者の方々が応急で使用するフェイスシールドを作成することでした。内容を伺いつつの工程にして作成することにしました。

①市販のクリアファイルを使いそれを切る②端を加工する③ゴムを切る④隙間テープを切る⑤ゴムの両端をホチキス止める⑥セロテープで巻き止める⑦隙間テープを貼る の段取りで始めました。

「茶の間」利用者の皆さんは手先が器用な方なので、始めるといっても早く理解され仕事が早いのです。さながら、ながら仕事の達人たちのようです。楽しいおしゃべりをしながらあっという間に74枚を作り上げました。92歳の利用者の女性が「今日は楽しかったです」と楽しそうに話された笑

顔がなんとも印象的でした。皆さんと一緒に事を成し遂げることは楽しいことでした。サロン「かあさんの茶の間」は今年10周年を迎えました。もう10年経過したのですかと思う次第です。このような時に診療所の一助になれたことはうれしく思っております。

さらに努力してまいります。お手伝いできることがございましたら「かあさんの茶の間」をぜひご利用いただけるようお願い申し上げます。

かあさんの茶の間スタッフ一同



訪問診療室の様子



自動車でご自宅に訪問



梶原診療所

*自宅療養支援は訪問診療の登録患者へのみ実施しています。



フェイスシールド作り

聴診器

9月、静岡県内の幼稚園で3歳の女の子が通園バス車内に取り残され、17℃になるという事件が起きた。30度を超える真夏日に5時間わたって車内に置き去りにされ、熱射病で亡くなった。見かけたときの子どもの体温は40度を超えていた。服は半身が脱がれており、水筒の中身は空だったようだ。大人に言われるまで席を立たない。ように言われていたのだらう。その約束をまもり、一人づつ中我慢に我慢をしてくる。怒り、悲しみを胸が張り裂けそうになる。またご両親、ご家族の皆さんの悲しみは察するに余りある。

医療・介護は人のいのちに関わる事業である。そのような事業に関わることができていることを、誇らしく思う。それとともにあらためて緊張感を持ち、強い倫理観の基に取組まなければならぬと強く感じた。報道では幼稚園の不誠実な運営、対応が指摘されている。今回の幼稚園では普段から同様のミスが相次いでいたようだ。そのような体質の組織となっていたともいえる。少しでもミスをなくす。ミスが起きたら、運用を見直す。私たちは大切な基本をしっかりと行っている。組織でありたい。

最後に心からご冥福をお祈りいたします。(もも)

梶原診療所
利用委員会
掲示板
虹の声

声 午後1時30分からの診察予約だったが、午前中歯科受診があり、自宅に帰宅するのには足も悪く、遠いので12時に診療所に到着し待つことにした。職員から午後の診療まで玄関開けのめり出るように言われた。仕方なくタクシーで一旦帰宅し、予約時間にタクシーで再来院した。事情を考慮して待合室で待たせてくれたのもよかったのでは。

診療所より 不快な思いをさせて申し訳ありません。コロナ防止のために待合室にいる時間はできるだけ短くするために心がけているため、事情を丁寧にお伺いする中で、このような対応をしてしまったようです。事情があつて早く来られた方には配慮が必要で、近の方には説明して予約時間まで、一旦帰宅していただくようお願いし、遠方の人には適切な場所で診療所までついでいただくように職員に徹底しました。

声 待合室で診察を待っている時、電動車いすの方が車いすが大きくて1階の多目的トイレが使いづらく困っているのを受付に話していたので2階のリハビリ室前のトイレのほうが広いことを教えてあげた。職員は1階より2階のトイレが広いことを知らなかったようです。

診療所より 1階と2階の多目的トイレの広さは、1階が185×167cm、入口92cm、2階が190×175cm、入口92cm、2階の方が一回り大きく設計されています。職員にも周知徹底しました。1階が使いづらい方は2階をご利用ください。

健康づくり委員会

掲 示 板

みんなで健康づくり! 2022毎日なんでも運動チャレンジ 開催のお知らせ

健康チャレンジとは、日本医療福祉生活協同組合連合会が推進する「8つの生活習慣と2つの健康指標」を日常に定着させるためのものです。

「8つの生活習慣と2つの健康指標」

<8つの生活習慣>

- ①生活のリズムを整え快適な睡眠をとる
- ②心身の過労を避け、十分な休養をとる
- ③禁煙に取り組む
- ④不適切な飲酒をしない
- ⑤適度な運動を定期的ににつづける
- ⑥低塩分、低脂肪のバランスのよい食事をとる
- ⑦間食をせず、朝食をとる規則正しい食生活
- ⑧1日1回以上汚れを落としきる歯磨き

<2つの健康指標>

- ①適正体重、適正範囲を維持する
- ②適正な血圧を目指す

11月より、2022毎日なんでも運動チャレンジを開催いたします。今年は、ウォーキングに限らず自分に合った運動を継続的にを行い、運動不足の解消に役立て、健康習慣を身に付けていく企画となっております。水泳、グランドゴルフ、卓球、健康体操、ウォーキング等何でも構いません。10月より申し込みを開始いたします。又期間中には組織部事務所にて随時、体脂肪チェックを行っておりますので成果の確認をしながら一緒に頑張りましょう。

■申し込み:10月～ ■実施期間:11月～1月

※参加される方には、実施カレンダーを郵送又は手渡しにて配布いたします。

連絡先 東京ふれあい医療生協 組織部(一石健司)
北区堀船3-27-12(組織部事務所)
☎03-3911-2005
[mail] ichiishi@fureaico-op.com

ご意見・ご質問・紹介したい記事などございましたらお気軽にお寄せください。

宛先 東京ふれあい医療生活協同組合 機関紙編集委員会
〒114-0004 北区堀船3-27-12
TEL 03-3911-2005 FAX 03-5944-6015

ワード等で作成したデータをメールで送っていただいても構いません。その際は右記メールアドレスまでお送りください。

MAIL soshiki@fureaico-op.com

切 前月の第1月曜日まで。

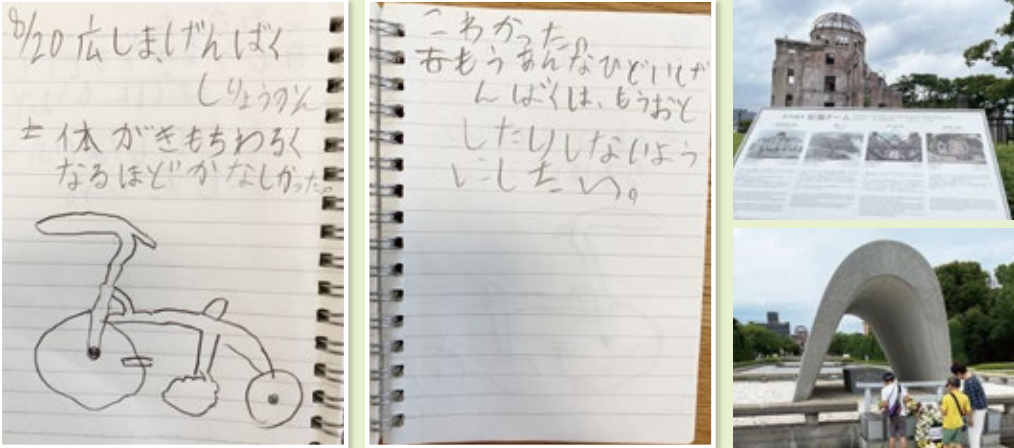
(1月号に掲載したい場合、11月の第1月曜日までに原稿を送ってください。)

※必ず原稿を送る方の名前、住所、連絡の取りやすい電話番号を記載してください。



平和特集 番外編

8月号にお届けしました平和特集ですが、広島原爆資料館へ見学に行かれたお子さんの声が届きましたので、番外編としてご紹介します。



ささえあいの「わ」を広げよう! 2022年度 オールふれあい仲間づくり月間方針

「おもいをかたちに、あなたが主役のまちづくり」

2015年度より10月から11月の2カ月間を「生協強化月間」と位置づけ、様々な活動を行ってきましたが、新型コロナウイルスの感染拡大の影響で、活動の自粛・制限を余儀なくされています。しかしながら、地域では外出を控え孤立化する高齢者や日々の暮らしに困窮するひとたちなどが見受けられ、これまで以上に地域における人とのつながりや支え合いの取り組みが必要となっております。このことに対応した取り組みを改めて検討し、この強化月間を機に身近で頼れる生協とは何かを考え、生協の組織づくりをみんなの力で築いていきましょう。

期 間	10月～12月
内 容	外来拡大 拡大訪問行動 梶原deふれあい健康マルシェ 日帰りバス旅行 子育て教室 未来につなぐ座談会 その他学習会等 ※上記イベントや学習会の詳細はポスター・チラシ等にてお知らせいたします。
お問い合わせ	TEL 3911-2005 (組織部)

2022年度 理事会 から

1. 経営状況	2022年 7月	事 業 収 益 経 常 剰 余	1億3095万円 1302万円
	累計	事 業 収 益 経 常 剰 余	4億8552万円 2573万円

2. 生協ビルについて

生協ビルの一部解体については完了しました。この間、リフォーム会社・解体会社からの指摘から一時的な利用は可能なものの、やはり長期的な継続利用は不可能な状況であることがわかりました。近隣へのリスクも踏まえ早急な建て替えを行う方針を理事会で決定いたしました。今後建物の設計等を含め組合員・職員とともに検討を行っていきます。

知って得する 紙上「健康づくり講座」第 17 講

～塩分のはなし～

皆さんは1日でどのくらいの塩分を摂っているのでしょうか？ 今回は塩分のことを2回シリーズでお話します。

日本人の塩分摂取量

日本人の塩分摂取量は段々と減っていますが、それでも世界で塩分を多く摂る国として知られています。

令和元年の調査で成人男性は10.9g、成人女性は9.3gの塩分を摂っているとわかりました。

1日の塩分摂取の目標量

健康な方が栄養を摂る目安量や目標量は5年ごとに見直されて決められます。塩分は目標量として摂取量が決められています。

「日本人の食事摂取基準(2020年度版)」で塩分は成人男性が7.5g未満、成人女性は6.5g未満が目標量です。2015年度版では成人男性は8.0g未満、成人女性は7.0g未満でしたので、それぞれ



0.5g減った目標量になりました。

令和元年の日本人が摂取している塩分量と比較しても大分少ない目標量です。高血圧や腎臓病など塩分制限が必要な場合の目標量はさらに少なく1日で6.0g未満です。

調味料だけではなく、食品自体の塩分を含めて6.0g未満にしなければなりません。もちろん健康な方の目安量も食品と調味料の塩分を合わせての目標量です。

1日の食事を想定して塩分を計算しました

日本人の一般的な食事を想定して1日の食事でのどのくらいの塩分を摂取することになるのかを計算してみました。

この食事で1日に摂取する塩分量は**14.1g**です。大分、塩分を摂っていることがわかりますね。

考えてみましょう!

上記で紹介した献立は塩分がだいぶ多いです。塩分が少しでも減らせるように、この材料よりこっちのほうが良いんじゃない?とか、調味料を別のものにしたほうが良いんじゃない?など考えてみてください。

今回の続編で塩分が目標量になるように修正した献立を紹介したいと思います。

第 17 講

梶原診療所管理栄養士
高橋 知子



【朝食】塩分合計 …4.5g				
献立名	食品	量(g)	塩分量(g)	
ご飯 塩分:0.0g 味噌汁 塩分合計:1.8g	米飯	160.0	0.0	
	顆粒だし	1.0	0.4	
	塩蔵わかめ	8.0	0.1	
鰯の開き 塩分合計:2.1g	長ネギ	10.0	0.0	
	味噌	10.0	1.3	
	鰯の開き100g	70.0	1.2	可食部
	大根おろし	50.0	0.0	
	しょうゆ (小さじ1杯)	6.0	0.9	
漬物	たくあん (5mm厚3枚)	18.0	0.6	

【昼食】塩分合計 …5.9g			
献立名	食品	量(g)	塩分量(g)
ラーメン 塩分合計:5.9g	インスタントラーメン (麺+やくみ)	92.0	1.5
	スープ	8.0	4.3
	豚肉	50.0	0.1
	もやし	50.0	0.0
	キャベツ	50.0	0.0
	にんじん	10.0	0.0
	にら	20.0	0.0

【夕食】塩分合計 …3.7g			
献立名	食品	量(g)	塩分量(g)
カレーライス 塩分合計:3.1g	米飯	160.0	0.0
	カレー	180.0	2.3
	福神漬け	15.0	0.8
野菜サラダ 塩分合計:0.6g	カット野菜ミックス	80.0	0.0
	トマト	20.0	0.0
	ゆで卵1/2個	25.0	0.1
	ドレッシング (大さじ1杯)	15.0	0.5

第24回 おじゃましまーす

今回は、地域の方々から感謝の言葉が聞こえてくる梶原診療所の訪問診療室をお伺いしました。

Qーまず、初歩的な質問ですが「往診と「訪問診療の違いはあるのでしょうか？」

Aー「訪問診療は定期的に月2回ご自宅に伺うものです。皆さんが知っている具合の悪い時に連絡をいただき診察に伺うのがいわゆる「往診」です。

ー昔から知っているスタイルが往診なんですね。

Qースタッフの人数は何人いるんでしょうか？

Aー医師は13〜15名、看護師は7名、アシスタント1名、事務3名、ソーシャルワーカー1名の構成です。

Qー訪問診療室では「ホワイトボードにカラフルなシールが貼られているのが目につきましたが、患者さんのスケジュールでしょうか。登録している患者さんは何人くらいですか？

Aーシールは、地域別に医師の専門分野、患者さんの希望などを含め、親身に手助けできるよう考えた訪問スケジュールをスタッフ全員がひと目でわかるよう貼っています。290名くらいの方のものです。



ホワイトボードについて説明を受ける様子

Qー励みになることを教えてください。

Aー「ご家族から「『最期まで家で看られてよかった』との感謝の言葉をいただいたときですね。」

Qー地域の皆さんに伝えたいことは？

Aー「『家へ最期までを安心して送りたい』というところ。最近では「口から食べること」に着目し、チームでえん下評価や訓練なども行っています。人生最期の時間をより良く過ごせるようスタッフ一丸となって取り組んでいます。」

Qー大きな荷物を持って車に乗り込むところを見かけますが、Aーポータブルレントゲン、心電図、エコーなど、現場で患者さんの急変にすぐ対応できるようないろいろなものを持っています。

Qーどのようなようにしたら訪問診療を受けられるのですか？

Aー入り口は多方面にわたります。外来や生協内部からの紹介、本人からの通院困難の申し出、ケアマネやヘルパー等他事業所・病院の医療連携室からの紹介などがあります。



訪問診療室のスタッフ

50周年企画 50年を振り返りそして未来へ

2020年に東京ふれあい医療生協が誕生してから50年が経ちました。「コロナ禍で2年遅れとなりましたが改めて生協が歩んできた50年を振り返ることができればと思います。」

宮の前診療所長 土屋 悟史



第2診療所(宮の前)建設

1988年梶原診療所の3階化を果たし、診療所外来は患者さんで混雑を極め、待ち時間が大きな課題となっていました。90年第20回通常総代会で第2診療所建設を含む「新3カ年計画」が提案され、91年第21回総代会で決定後、タイミングよく宮ノ前電停前の好物件を組合員南恭子さん(故人)から紹介され、具体化が急速に進みました。同年11月に臨時総代会で「東京ふれあい医療生活協同組合」に生協名変更とともに「梶原診療所の拡充計画(骨子案)」「宮の前診療所建設計画方針」が決定され翌92年6月にオープン。所要資金1・4億円の4000万円は出資拡大で賄うことが決まり「虹の総訪問活動」を取り組むことになり宮の前地域では南恭子さんと植田美栄子さん(故人)のお二人を宮の前診療所建設推進委員会の代表として新規組合員拡

大500名・出資金拡大1500万円を目標に取り組み、梶原と合わせて組合員558名拡大、出資金4620万円拡大、班づくり3班に成功しました。

初年度は計画を上回る患者増で医療収入は9600万を確保できましたが、医薬品、事務用品の初期投資や家賃が負担となり3900万円の赤字スタートでした。医師会加入を阻む動きもあり通院患者の自治体健診を受けてもらえず忸怩たる思いもしました。

また、財務計画の甘さから短期借り入れなどしのぐ局面もあり生協全体の経営に爪痕を残すことになり本部機能強化の必要性を痛感。医療活動の柱は高齢化社会を見据え、慢性疾患対応、在宅療養支援、健康診断の充実を掲げました。2年目以降は黒字経営となり、3周年記念行事を荒川区医師会会長を招いてサンパール荒川で成功させ組合員の皆さんと喜びを分かち合いました。

宮の前地域の生協活動(福寿会・保健大学)

健康班会、町会・老人会の講演、青空健康チェック、東京土建江南分会住宅デザインでの健康チェックな

Photo Gallery



1991年 地域班会



1991年 臨時総代会



1996年 青空健康チェック



1996年 健康まつり 福寿会



2000年 宮の前保健大学卒業式



2010年 福寿会バザー

事業所からみなさんへ ふれあい訪問看護ステーション

皆さん こんにちはは ふれあい訪問看護ステーションです。

ふれあい訪問看護ステーションでは、主治医の指示に基づき看護師・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士がご自宅を訪問し、看護ケアや医療処置・予防を含めた効果的リハビリなどを提供することによって、病気や障害をお持ちの方が自宅で安心して療養生活を送れるよう支援しています。

また、当事業所では、都道府県・市町村行政の事業の一部として、新型コロナウイルスに感染された方の自宅療養を支援する取り組みを行っています。通常の介護保険・医療保険を利用した訪問看護とは別に、行政からの依頼を受

け、新型コロナウイルス感染症の方の健康観察のため、ご自宅に電話をかけて症状の観察を行ったり、必要に応じてご自宅の様子を見ていきます。また、すでに訪問看護をご利用の利用者が新型コロナウイルスに感染した場合でも、医療や看護が中断されないよう必要に応じて自宅に伺い看護ケアを提供しています。

私たちは、地域の皆さんが、安心してこの地域に住み続けられるよう、健康相談を含めた医療看護相談も受け付けています。平日月曜から金曜日の9時から17時の間、お気軽に当事業所にお電話ください。皆さんが健康で安心して過ごせるようお手伝いさせていただきます。