

謹んで初春の
お慶びを申し上げます

診療所だより

第四五二号（1月号）

発行 医) 宏友会
上田診療所
酒田市上野菅根
字上中割73番地
TEL.0234-27-3306
責任者 矢島恭一

本年もよろしくお願いします！

毎日
10分の
ストレッチ
高橋 陽子

痩

鈴木 きみ

(続)
毎日を
丁寧に生きる
筋トレも
継続！
古庄 えり

健康維持して
ダイエット
小松 麻理

筋力アップで
健康に
菅原 恵

何事も
楽しみながら
挑戦！
池田 萌子

「リスタート」
で
がんばります
矢島 恭一

整える
小野寺 亜紀

優しく
強く
村上 恵美子

自分らしく
大井 才代

やさしく
育む
佐藤 真紀

うららかな春
さえる
森屋 恵

体と気を
引きしめる
齋藤 タ子

溜め込まない！
できる！！
堀井 由香

笑顔を
大切に
穏やかに
過ごす
齋藤 梢

新春特別寄稿

上田診療所開設40周年

堀千秋社会福祉相談室 代表 堀

千秋



上田診療所開設40周年を迎えられ、心からお祝い申し上げます。

私は、開業昭和61年10月から法人内異動するまで、11年間を看護師として働き令和5年3月で退職しました。現在は社会福祉士の資格も活かしての活動を細々としています。上田診療所では、今でも継続していることがあります。

①地域医療を継続してきたこと。
②この診療所だよりを開設当初から休むことなく発行してきたこと。

③開業記念日の10月1日に職員全員の集合写真を撮り続けてきたこと。

④昼食は同じ釜の飯を食する事を続けてきたこと。

継続し続けてきての今があると思います。当たり前の事を当たり前として実施することは、職員全員のチーム力だと思います。すごいことだと思います。

この写真は、まさに今から開所式のテープカットをしますと、初代事務長の言葉が聞こえてくるようです。そうです、この瞬間から歩みがスタートしました。古い酒田市の診療所の建物で診療を始め、その後今の建物が建築されました。開業当初は外来だけだったこともあり、先生は口数少なく、患者数も多くはなかった。ので、楽しみと言えば昼食でした。



開所式のテープカットの様子

料理上手なTさんが毎日作ってくれる料理は、丁寧に作られたものばかりで、田舎者の私は手作りのクリームコロッケに感動したものです。

新しくなった診療所は当初16床の有床診療所でした。簡単な手術も行っていました。高年齢者の入院が多くなり、徐々に訪問診療に比重をおくようになり、件数も増えていきました。先生に同行する時は時間に追われますが、看護師だけで訪問するときは本人や家族との会話が弾むものでした。訪問診療は、主人公はその家の人です。病気のことはばかりではなく、何気ない

話からひろがり、よりその人の生活に触れ、生活に合った会話になっていきます。同時に信頼関係が築かれて、本音がこぼれることがあります。そんな時間を大切にしたいと思っています。訪問先への道のりは、病棟の廊下だと思つと、どこまでも苦にせず行けたものでした。人と関わる仕事がいよいよになっていきました。戦後に市川美佐子先生が、雪道を自転車で行って話を聞いたことがありません。本橋はもちろん西荒瀬や白木までも出かけていったと。この市川美佐子先生の時からここでの地域医療は続いていると感じています。

外来の患者数も少しずつ増えて、日に100人以上いくと、医療機関では不似合いな五百円玉を入れた大入り袋を「お疲れ様」として笑って終わったこともありました。

この頃は「米寿つてすごい！」という時代でした。今は100歳が当たり前になり、若い世代からかかりつけ医を持つようになり、開業当初は「おらほの医者きてくれて良かった」と言う会話を聞くことがありましたが、今は自分で医療機関を選んで、どこまでも行くようになりました。嫌だったら



市川先生と美穂子先生



昭和61年10月1日開所式の集合写真

変えれば良いというように。健康や病気に關しての考え方や医学の進歩で、求められる事も変化してきています。死ぬまで元氣でいる事に目標を置くようになり、「自分らしく生きる」ための縁の下力持ちであり、笑顔を支える役割が医療・福祉に關わる人達には求められていると思つています。

この度、突然の記事の依頼を快くお受けいただき、更にこのような素晴らしい地域医療の先導者のお言葉が聞かれ、久しぶりに気が引き締まる思いでした。これからは上田診療所OGとして温かく見守っていただけると幸いです。

(真紀)

私にとっての節目とは

矢島 恭一

昭和生まれの私は、年号が大正から昭和に変わった当時のことを知りません。(当然ですが...) 歴史はそこから激動の時代に入り、世界中で戦争が勃発しました。我が国も時の流れで、国民が戦争に巻き込まれ、昭和に入ってから20年で敗戦を迎え、国土は完膚なきまで打ちのめされました。ここが日本にとって第一の節目であつたと思います。

しかし、そこからめざましい復興をとげ、一時はアメリカに次ぐ経済大国にまで発展しました。戦後生まれの私は、その発展途上のことを証言や残された映像でしか知り得ないのです。はつきり節目として捉えたのは、昭和から平成に変わる瞬間です。

昭和64年(1989年)1月7日朝、当時官房長官だった小渕恵三氏が、「平成」と書いた額を持ち、テレビに映し出された映像を、しっかりと記憶しています。それは私が開業して2年余り経った頃でした。

開業してから四十年になることは、小欄昨年10月号にも書きましたが、その四十年の歴史の中で、私にとっての節目が2つあります。

ひとつめは介護保険制度ができた平成12年(2000年)4月です。

世界に冠たる皆保険制度は、終戦後まもなく発足し、上田診療所もとは、国民保険診療所として開設されました。

その後様々な理由で、医療保険の財政が危うくなり、国は財源を医療費と介護費用を分けるという巧みな制度設計で切り抜けようとした。

私は、この介護保険制度の詳細も分からない平成8年に、介護老人保健施設を開設しました。開業の目標であった在宅医療をやるには、家族だけでは到底支えきれないと気づいたからです。



介護保険制度が実際に始まった頃は、多職種の連携が必要であること、そのためには「顔の見える」関係の構築が大切であるとの思いから、研究会を立ち上げたり、講演に赴いたりしてきました。

しかし今や介護保険制度も危機に陥りつつあります。高齢人口の増加に伴う介護報酬の増大、介護に携わる人材の不足、これらは制度開始当初から分かっていたことだろうと言いたい

のですが、もつと深刻なのが、介護サービスの受ける人からの負担金を増やすという問題です。

介護保険発足当初は、1割負担だったのが、今や2割負担の人、3割負担の人が混在するようになり、さらに介護保険料が年金から徴収されるのです。現に私の周りでは、サービスを受けるのを躊躇する人が年々増えていきます。生きる権利は、平等であるべきなのに、現実はとても生きにくい世の中になってきました。

では私にとってふたつめの節目の話に移ります。

昨年の新年号に、年内に医療法人宏友会から社会福祉法人本橋たちばな会への移譲統合を目指す書いたのですが、結局書類を整えるのに時間を要してしまい、年度内は無理でした。次なる目標は今年の4月統合で動いており、本申請をまもなく行うことになりました。

統合の目的は、医療保険と介護保険の厳しい財政状況の中、何とか生き残らなければならないところにあります。

もうひとつは地域の活性化です。幸い統合法人の中には、保育園事業と学童クラブの運営があります。また酒田市から委託を受けている地域包括支援センター「ほくぶ」は4月に「やわた」と合併しますが、「ほくぶ」もサブセンターとして当地区に残ることになりました。

これだけの機能を最大限發揮すれば、この地域の活性化に繋がるのではないかと思うのです。

まさに私にとっての終活。ワクワクするような年明けを迎えました。

ホットニュース



ベゴニアの親子



突然外来玄関に出現！
誰か名前教えて下さい。



患者さんの手作り馬
今年も登場！

▶今年の旅行
伊勢神宮

▶てね寿司
おいしかったー！

vestagram



看護師長
小松麻理

職員が撮ったお気に入りの紹介します★

12月号の答え ① 6画 ② 6画

富山市在住の故・土田芳男さん（百歳）より届いた絵手紙をご紹介します。



絵
手
紙

今
月
の



答えは来月号です♪

① せきあふら



ふ〇〇〇〇〇

※有名な曲は
「シクラメンのかほり」

② こまもさり



も〇〇〇〇〇

※有名な曲は
「せんせい」

ひらがなを並び替えて説明文に
ちなんだ歌手名を完成させましょう！

脳
トレ

ア
タ
マ
の
体
操



ほ
ほ
え
み

がえし



91才の果樹農家。後継者の息子さんを育成中。「果樹の木はまっすぐ伸びると実りがよい。人間も偉くなくともよい、素直にまっすぐに成長してほしい」と外来診察中に名言を残して行かれました。生き物を育てる極意に感動しました。（真紀）

職員募集のお知らせ

新法人では令和8年度新規採用職員を次の通り募集致します。

看護師（施設で夜勤の出来る方大歓迎）

介護職員、支援相談員、

理学療法士、作業療法士

異業種からの転職、大いに歓迎します。

応募資格 資格取得予定者歓迎

試験日 令和8年1月24日

試験内容 適性検査・小論文・面接

募集人数 いずれも若干名

◆問い合わせ◆

老人保健施設うらら 日下部

0234-28-3131

編集後記

皆様、新年はどのようなお過ごしでしょうか。午年にちなんで皆様も馬のようにならなで、軽快で楽しい1年が過ぎますように。今年もどうぞよろしくお願ひ申しあげます。

（佐藤）

印刷 （株）小松写真印刷