

安心して住みつづけられるまちづくりをめざして

友の会だより

2020年10月10日 第102号

発行 江戸川健康友の会
134-0085 江戸川区南葛西2-12-1
電話・5679-7130 FAX・5679-7131
ホームページ：〔江戸川健康友の会で検索〕
郵便振替口座番号：00170-8-393711

都立病院をまもろう

墨東病院の「独法化」反対学習会に参加して

鹿骨 小林 美智子

8月27日、革新懇と社保協の共催で、「都立墨東病院の独立行政法人化阻止」の学習講演会が開催されました。

はじめに八王子合同法律事務所尾林弁護士の講演があり、東京都は、石原都政以来、「福祉は無駄」と、都立病



熱弁をふるう尾林芳匡弁護士

院改革を打ち出し、憲法25条や医療法の趣旨を無視して「慢性的な赤字体質で、年間400億円も一般会計から補填を受けている」から「独法化で経営の効率化を図り」「都の財政負担を軽減する」として都立病院をなくそうと

しています。既に独法化した東京都健康長寿医療センターでは、病床数の削減、高額な差額ベッドの導入、個室入院保証金の徴収など都民に過重な負担を強いるもので、経営は成り立っても、到底都民のための医療が保障されるものでないことが分かりました。

一方、都立病院が担ってきた、災害時医療、周産期、障害者医療、救急救命医療、難病、未熟児母子医療などなど切り捨てられていることや、

病院で働く人の労働条件の悪化などが懸念されます。

一般会計からの補填は赤字解消のためではなく、これらの都立病院が担う医療のための必要な経費であり、都の予算に占める割合もごくわずかです。住民サービスの低下、議会の関与の後退・空洞化も問題です。

そのあと、「墨東病院を直営で継続させる会」事務局長の喜入ヒロミさんから、これまでの取り組みが紹介されました。墨東病院をみんなが安



関心が高く予想以上の参加の学習会となった

心してかかれる病院として存続するため、署名や議会傍聴など運動を強めなければと思いました。

【参考】

※憲法25条（生存権・国の社会的使命）

※医療法1条：「医療を受けるものの利益の保護及び良質かつ適切な医療を効率的に提供する態勢の確保を図り、もって国民の健康保持に寄与する」

※医療法1条の2（1）項

「医療は、生命の尊厳と個人の尊厳の保持を旨とする」

※医療法1条の3 「国及び地方公共団体は、前条に規定する理念に基づき、国民に対し良質かつ適切な医療を効率的に提供する体制を確保するよう努めなければならない」

※医療法第7条第5項

都道府県知事等は営利を目的として病院を開設しようとする者に対しては、病院の開設許可を与えないことができる

子どもたちにより良い 教科書を手渡そう

江戸川の教育を考える区民の会代表 伊藤 辰久

小学校から高校までの教科書は、四年毎に見直されます。今年は、2021年度から中学校で使用される教科書が、各地の教育委員会で採択されました

育鵬社の教科書採択へ圧力強まる

2011年、日本の侵略戦争を正当化し美化する育鵬社の歴史の教科書、子どもを考えを改憲に誘導する、同じく育鵬社の公民の教科書が登場しました。右翼団体や日本会議などにより、全国的にその教科書を採択させようとする動きが強められました。安倍元首相や自民党本部による、強力なてこ入れもされました。こうした中で、各地の

教育委員会で育鵬社の歴史や公民の教科書が採択されたのです。

粘り強い採択反対の動き

こうした動きに反対し、「子どもたちにより良い教科書を手渡そう!」の運動が全国で展開されました。教員・保護者・住民による懇談会、署名活動や地域・駅頭での宣伝活動などが粘り強く取り組まれました

全国各地で不採択

9年間にわたる全国の取り組みの中で、今回、大きな変化が現れました。東京都をはじめ武蔵村山市、藤沢市、横浜市、名古屋市、大阪市など、育鵬社の教科書を採用してきた各地の教

育委員会が、相次いで不採択の決定を出してきたのです。

各地での運動の広がりに加えて、安倍政権による憲法九条改憲反対の全国的な高まり、安倍政権の政治的な行き詰まりを生み出した世論の高まりが、大きな力となったのは確実です。運動の大きな成果です。

江戸川区では採択せず

江戸川区では、この間、「江戸川の教育を考える区民の会」を結成し、学習会や教科書展示会への参観、採択に対する意見の提出等の取り組みを強めてきました。さらに、今年は、「子どもたちにより良い教科書を手渡そう! 江戸川有志の会」を立ち上げ、教育委員会への要請を行うことになりました。

江戸川区の教育委員会は、8月25日、教科書採択のための委員会を開催しま

した。開催に先立ち、「有志の会」は、8月5日、江戸川区教育委員会千葉孝教育長に対して、採択にあ

25日の教育委員会では、教育委員5名の協議の結果、育鵬社の教科書は採択されませんでした。

たつて「生徒を改憲に誘導するような記述のある教科書、戦争を恣意的に美化、あるいは正当化する記述のある教科書を江戸川の子どもたちに手渡すことのないようお願いします」の要請文を提出しました。

「区民の会」は、これから「先生や保護者の声を尊重して欲しい」「子どもたちにより良い教科書を」の声をあげ続けていきます。今後とも区民の皆さんのご協力をよろしくお願いします。

インフルエンザ予防接種 65才以上の方は無料に

江戸川区では新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザの同時流行に備え、**65才以上の方**にインフルエンザ予防接種を積極的に受けましょうと呼びかけています。今年度に限り、対象者の自己負担が無料となります。すでに予防接種予診表が届いていることと思えます「お知らせ」をよく読んで、近くの医療機関で接種してください。**60歳～64歳までの方**で心臓、腎臓、呼吸器機能障害、又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害により身障者手帳1級をお持ちの方は無料となります。保健所に連絡して接種予診票を受け取ってください。

接種期間：2020年10月1日～2021年1月31日まで
問合せ：江戸川保健所・03-5661-2473 健康サービス係



今年も折るコーナーを設けたたくさんの方が折りました

バックのポスター、SDGs（エスディーゼズ）とは、2030年までに貧困をなくそう、飢餓をゼロに、全ての人に健康と福祉を、などの17の目標の達成をめざす運動（ポスターは新婦人江戸川支部制作）

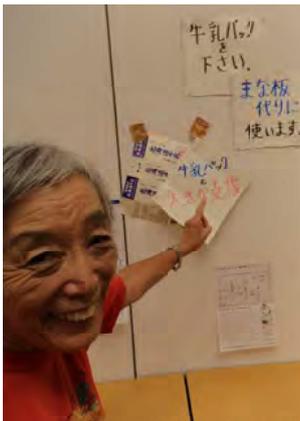
大間原発反対つらぬく「あさこはうす」 牛乳パックで応援しよう

「友の会だより」2018年10月号でご紹介した「あさこはうす」を知っていますか。“この場所と自然を守りたい。”と今も大間原発建設反対で土地を売らないでがんばっている熊谷厚子さんを応援してほしいと、永井菊子さん（東松本・友の会々員）が呼びかけています。

熊谷さんは、原発工事の進行で地下水が涸れたため、生活用水を雨水とペットボトルにたよっています。電気も支援者によって設置した風力と太陽光発電です。

今いちばん困っているのが、牛乳パックとのこと。まな板代わりに、使用後は燃料に使える大変貴重なものといっています。牛乳パックを乾燥させてから現地の熊谷さんに送ってほしいと永井さんは呼びかけています。

支援者の永井菊子さん



送り先：〒039-4602 青森県下北郡大間町宇小奥戸396
あさこはうす 宛
問合せ：永井菊子 03-3656-0807 東松本 2-2-14

戦後75年

薄れゆく記憶 語り継ぐ

第20回戦争展 in 江戸川ひらかれる

戦争の悲惨な実態を多くの人びとに伝え、語り継ぎ、一度と戦争することのない平和な社会に、という思いから、「平和のための戦争展」が2001年夏スタートしました。今年も9月12・13日に開かれました。今年は節目の20回目を迎え、記憶の薄れつつある戦争を語り継ぐこととする多様な催しが企画されました。

た。会場となったタワーホール船堀展示室は広さも十分あり、空調設備が整い換気が良い施設とあって、平和を願う人びと900人以上が来場されました。戦争展の会場には、被爆直後の広島、長崎の生々しい写真や原爆ドームの模型、被爆瓦など原爆に関する展示、戦争中に国民を戦



熱心に展示物を見る来場者

争に駆り立てたプロパガンダのポスターなどが来場者の目を引きました。またイバントステージでは東京大空襲の証言や峠三吉の詩の朗読などがあり、本田宏氏（外科医）による「新型コロナ危機・医療崩壊そのルートと明治維新を斬る」のテーマで特別講演も行なわれました。（黒木）

つながりを大切に

感染対策し一之江センター再開

コロナ禍の影響で、3月から6月までお休みしていた一之江センター。8月の夏休みも明けて、9月から火・水・木、10時から3時まで通常通り開所しています。

もともと「いつ来てもいいし、いつ帰ってもいい。何をしてもいい。自由に参加できるところ」がセンターの売りでしたが、今は3密を避けるための人数制限、室内の清掃、消毒、換気に留意し、来所者の方々



みんなの居場所 笑顔がいっぱい・再開した一之江センター
(初めての方も、櫻井090-4429-7441にお電話を！その日によって対応可能です)

「皆と会って、おしゃべりしたり、笑うことが出来るのがうれしい」「コロナが収束したら、3ヶ月に1回開いていた誕生会、またやりたい！」一之江センターは、一人ひとりのそんな思いをこれからも大事にしていきたいと思っています。
(櫻井和代)



手作り作品
立体刺しゅう(左)とビーズのストラップ

改憲阻止 友の会旗を持って参加

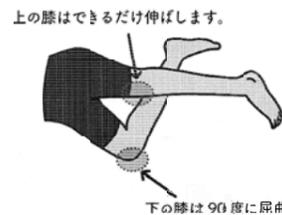
戦争法強行から5年、国会前に3500人が集合しました。友の会も市民と野党の共闘で新しい政権をつくろうとアピールしてきました。(9/19)



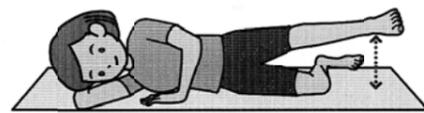
下肢・臀部の筋力・バランス感覚を鍛える

(東京都医師会ロコモ体操より) (今回で終了です)

外側広筋と中でん筋を鍛える体操



上の膝はできるだけ伸ばします。
下の膝は90度に屈曲



体はまっすぐな状態で横になり、下側の膝は90度に屈曲し、上側の膝は伸ばし足関節を屈曲し、水平まで上げ3~5秒保ちます。左右10回ずつ行ないます。

振り子運動



テーブルなどに軽く手をつき、足を20~30cm開く

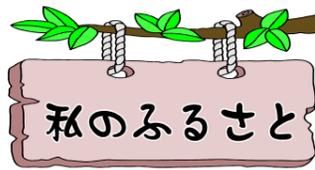


椅子に座るように腰を下げ、3~5秒保ち、また立ち上がり元に戻ります。徐々に深く下げていきます。

〈注意〉
1. 呼吸を止めない
2. 反動をつけない
3. 決して無理に伸ばさない、曲げない

ダイナミックフラミンゴ体操

何かにつかまり、片足で立ちます。徐々に秒数を伸ばし、1分間を目標に楽にできるようになったら、つかまらずにやります。



江東区北砂町

西葛西 鈴木正美

私の誕生地は旧茨城県猿島郡境町で3才位で東京へ。なので茨城の時の記憶は有りません。

父の都合で東京江東区の扇橋の知人の家に数ヶ月間借りをし、後に知人の紹介で江東区北砂町に土地を借りバラック小屋を建てました。近くには丸八通り、稲荷通り、松本通り、砂町銀

座商店街などがあり、丸八通りは当時は道幅は狭く、大島への抜け道で人や車の通行も多かったです。稲荷通りに面した製糖工場の跡地には高い煙突や大きな池もあり、池の近くの道端に

今もむかしも賑わう

砂町銀座商店街

は釣道具店も数店ありました。松本橋通りには火葬所があり、通学していた小学校に近く時々煙突から薄黒い煙が上がっている事もありました。

7月には「七夕祭」が盛大に行なわれ、人出や出店も多数で七夕飾りも綺麗でした。金魚の養殖池もたくさんありました。夏の台風時の大雨で町中水浸しになり、

遊びでは犠牲者が出た事もあります。荒川の堤防は土で出来ていて、よもぎを採って帰る母にはよもぎダンゴなどを作ってもらいました。堤防の下には小さな畑や小沼があり、沼でアメリカザリガニを釣り仲間と茹でて食べ、当時としてはうまかった気がします。

- さわやか喫茶 (食事会)
- 囲碁・将棋クラブ
- カラオケお楽しみ会
- ほっとカフェ
- コカリナサークル
- 健康体操
- うたごえ喫茶
- 手芸サークル
- カラオケサークル

休止中のサークル

着物メイクの会

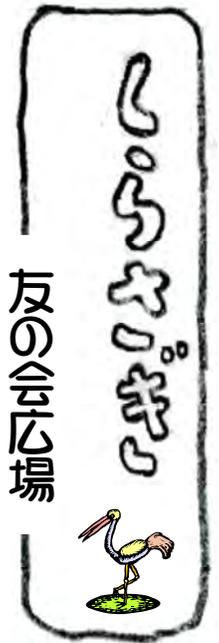
着なくなった着物で洋服や小物づくり

- 毎週(金) 10時~13時
- 葛西みなみ診療所5階ホール
- 飲み物は各自持参
- 10人程度 (予約制)

一之江センター

手芸・小物づくり他
●毎週火・水・木 10時~15時

※参加希望者は、予約して下さい。担当・桜井まで。
< 090-4429-7441 >



友の会広場

俳句

江戸川 長沢 常良

会釈して通る近道法師蟬
 流灯会草のしとねに腰下ろす
 気心の通ふ友みて秋日傘
 神々の皆横顔や晩夏光

川柳

江戸川 小林 功

居並ぶスマホ文庫本読む少女好きになる
 シレットとした一番番歌いま出番
 辞め際に敵基地攻撃最後っ屁

俳句・川柳など作品の寄稿は毎月20日までにFAXなどでお届けいただければ幸いです。友の会だより編集部

三郷市 石塚ふさ子
 熱帯夜秋は名のみ暑さかな
 巣ごもりや親しい友にも会えぬ日々

石甲斐 初魚

会ふときも別れるときもヒロシマ忌
 主目鮫も狼も来て生きんどのみ
 眉あげて花の盛りを謳ふかな

新総理アベを継ぎますおまえもか
 謝罪会見坊主で来る人ゼロですね

南葛西 小宮山 鑑二



短歌

西瑞江 豊田 育子

戦争が無くても銃で人を撃つこんな地球に住みづらくなる
 殺さるる映像いく度怖ろしき異国のことと思ひてもなお
 黒マスク白きネームのメッセージ全米テニスの大阪なおみ
 大胆に社会正義を訴ふるマスクはづせばはじける笑顔

三郷市 石塚ふさ子

母の様に優しく激し我が主治医大和化粧もほんのりと

エッセイ

「えどがわ区政白書」を一緒に作りませんか

東葛西 細川 浩

ひと月くらい前の新聞を見て「つくば市民白書2020」市民の目で見えたつくばの今」を取り寄せました。2000年以来、4回目の版とのこと。実行委員会を2019年4月に発足し、今年6月の発行まで会で検討を重ねました。白書の目的は「暮らしの現状や問題を市民の目線でとらえること」とあります。執筆は43名と2グループで、社会保障、介護、保育、教育などの分野で働いている人たちです。

しようか。良いところもいっぱいあるし、区の職員も学校の先生も頑張っています。しかし、考えなければいけない問題がたくさんあります。ゼロ歳児保育や保育園の待機児問題。学童保育のおやつ問題。学校図書館司書配置の問題。23区で一番高い国保料。羽田空港増便による都心低空飛行の問題など。更に住みよい江戸川区にするため、こころより立ち止まり考えてみませんか。

まずは決算カード（決算状況一覧表）を見てみませんか？ A4一枚で区の情報が詰まっています。人口、職員数、基金の状況、普通会計決算が表現されています。

時あたかも9月は決算議会です。決算カードを前に区政について議論してみませんか。5年後の2025年辺りで「江戸川区政白書」が形になるといいと思います。

江戸川区の現状はいかがで

（年金者組合）江戸川支部事務局長

役立つ健康メモ 80 薬の話No.49

感染予防をうたう健康食品

新型コロナウイルスの感染を防ごうと、「免疫力」を高める食品が注目を集めています。乳酸菌飲料は前年比2倍以上の売上額となり、納豆やキムチなど発酵食品の購入も増えています。

「ビタミンDやCが効く」という情報も広がりました。これに対して国立健康・栄養研究所と消費者庁は、話題の食品・素材について「インフルエンザを含めたウイルス感染症に効くという十分な情報はない」として注意を呼びかけています。

予防効果の根拠は？

毎年冬になると、「インフルエンザの予防効果が報告された」とうたう乳酸菌飲料の宣伝があふれます。しかし、病気の予防・治療をうたうことは医薬品でしか許されないため、製品の説明には“効く”とは書いていません。

特定の菌が免疫細胞を活性化させるという研究報告を、製品説明とは別のサイトで紹介するなど、巧妙に法律



の網をすり抜けています。この宣伝手法は、歩行能力の改善をうたう機能性表示食品などでもよく使われます。



「研究報告があるなら効果があるので」と思われるかもしれませんが、医薬品では考えられないレベルの論文が根拠とされています。日本の食品会社が紹介している研究は動物実験が多く、ヒトの研究では一部の免疫細胞の活性化だけを計測したりプラセボ（偽薬）効果が除かれないなど、十分に効果を証明したとは言えないものです。

乳酸菌、ビフィズス菌などがインフルエンザを含め上気道感染（風邪）を予防するか調べた複数の研究を評価した「コ克蘭レポート」（2015年）では、小児でしか有効性を確認できませんでした。（次号につづく）「いつでも元気」誌より転載

編集後記

根っからの運動嫌いのため、慢性的な運動不足。もちろん自覚しているのですが、せめて歩こうと日頃から意識しています。

歩くといつても山登りやハイキングのような自然に触れ合うような健康的なことではなく、ただ街中の知らない道を地図を見ないで歩くというだけ。出先からふと今日は歩いて帰ってみようかなと思いつ時がある訳です。さすがにこの暑さで昼間の散歩はしばらく休止中▼葛西みなみ診療所から墨田

区の家まで歩いて帰った時もありました。大通りは出来るだけ避けて方角だけを意識しながら裏道をひたすらぶらぶらと歩く。この道に出るのかとか、それってここにあつたのか、とか他愛もないことが楽しいのです。約2時間半、初めての道だといくらでも歩けそうな気分。でもそのうち馴染みのある道になると一気に疲れが…▼暑さもいくらか収まってきたこの数日、そろそろ街中だから散歩の再開が出来そうです。（石川）

どこの処方箋でもお受けいたします

なぎさ薬局

TEL03-5679-7137 / FAX03-5679-7138

なぎさ薬局では、おくすり手帳をお渡ししております。みなさんが飲んだり、使ったりしているお薬の記録を残すためのものです。この手帳があれば、

- ◆医師・薬剤師が、どのような薬をどのくらいの期間使用しているかを知ることができます。
- ◆医師・薬剤師が、同じ薬が重なっていないか、よくない飲み合わせではないかをチェックできます。おくすり手帳は、お薬を有効に、安全に使用していただく手助けになるのです。



新小岩診療所・診療案内

江戸川区松島4-27-2 電話03-3651-2944

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9時～ 12時30分	田村所長 (内科)	田村所長 (内科)	佐藤武文 (内科・神経内科) 青山麻織 (糖尿病・ 予約制)	田村所長 (健康診断)	田村所長 (内科) 恩田圭司 (整形外科)	吉川俊治 第1.3(内科) 江花有亮 第2.4.5(内科)
午後 14時～16時	田村所長 (内科)	外来休診 田村所長 (訪問診療)	外来休診 佐野裕之 (訪問診療)	田村所長 (内科) 訪問診療 鎌田	外来休診 田村所長 (訪問診療)	休診
夜間 18時～20時	休診	田村所長 (内科)	大倉哲朗 (内科外科)	休診	田村所長 (内科)	休診



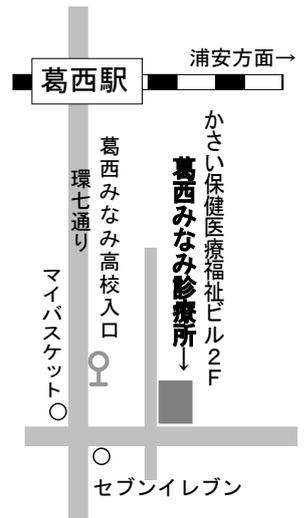
葛西みなみ診療所・診療案内

江戸川区南葛西2-12-1 かさい保健医療福祉ビル2F 電話03-5679-7144

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9時～12時30分	松村所長	財津祐典	松村所長	新田英昭注② 診療受付 10:00～ 12:30 (訪問診療)	関口康宣	第1.3.5 森田 第2.4 工藤恵子
午後 14時～16時30分	注① 予約外来 松村所長	注① 予約外来 松村所長	休診 (訪問診療)	注① 予約外来 松村所長	関口康宣	休診
夜間 18時～19時30分	休診	松村所長	休診	松村所長	休診	休診

注① 月・火・木の午後は予約外来となっておりますが、ご予約のない方も受診いただけます。(予約優先)

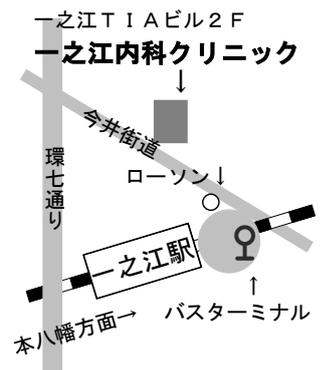
注② 木曜日9:00～10:00は健康診断専用時間です。
内科受診の希望者は10:00～12:30の間にお越しください。



一之江内科クリニック・診療案内

江戸川区一之江3-2-35 一之江TIAビル2F 電話03-3656-6688

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9時～12時	高野所長	高野所長	高野所長	高野所長	松村	瀬底
午後 14時～17時	高野所長	高野所長	外来休診 訪問診療	高野所長	外来休診 訪問診療	休診
夜間 17時～18時30分	休診	高野所長	休診	高野所長	休診	休診



※休診日は日曜・祭日・年末年始