

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

2022年6月10日 第119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
メール：edogawa_kenkou_tomonokai@nankatu.or.jp
郵便振替口座番号：00170-8-393711

新緑の臨海公園で 2回目 樹木・植物観察会

前日の雨も上がり、気持ちの良い青空のもと31名の皆さんが臨海公園に集まりました。5月18日、昨年9月に続き2回目の樹木・植物観察会です。案内人の小池哲男さんから、

「今日は新緑あふれる公園を散歩しながら、初夏の植生を観察します。このようなとりくみは平和であればこそできるものです。この機会に植物の役割を見直しましょう。また気候危機と

樹木の関係についても考えましょう」の言葉。

猪瀬悠紀子会長から、「講師の小池さんのお話を聴いて楽しみながら、気をつけて歩きましょう」の挨拶がありました。

しっかりと準備体操をして、開園35年のうっそうと茂った樹木の中へ、さあ出発です。

*ハルジオンとヒメシヨオン。茎の中が空洞なのは？葉が茎を巻いているのは？草木染にも使

*ユズリハ。春に古い葉が落ちて新しい葉と入れ替わる。葉は互生して枝先にらせん状につく。河井醉茗の詩を思い出す人も。(ゆずり葉)

*カラタネオガタマ。通称「バナナの木」、中国原産。

*クワノキ。子供の頃桑の実を食べた経験を語り合い盛り上がりました。

*クヌギ。里山に多く、薪や炭に利用。丸いどんぐり。

樹々それぞれの葉がいろいろな形をして光合成に励んでいることに感動しました。たくさんの樹木や草花に出会い楽しく学びました。

最後に小池さんから、「この木何の木？気になったら葉っぱや実をちよつといただいて、図鑑などで調べる、というのも別の楽しみがありますよ。歩いてみたらいかがですか」の提案。

黒木事務局長からは「ほとんどの方は初参加でした。友の会もコロナの中やりくりしながら身近なところで健康づくりをしていきます。なお、秩父里森の会会長の小林忠明さんもご参加いただきました」との報告がありました。

(小林)



秋の観察と異なり、春の植物観察は植物の葉の表と裏を観る。光合成の様子を観察しようとの説明を聞く参加者



わかるのは？

*シャリンバイ。甘い香りの花。たくさん見かけました。「これだけは覚えたいわ」と言う人も。

*ゲッケイジュ。雌雄異株だが日本に雌株は少ない。強い香り。

国のお金は軍事でなく 社会保障にまわせの声を広げよう

〜江戸川健康友の会活動報告〜

〈活動をめぐる情勢〉

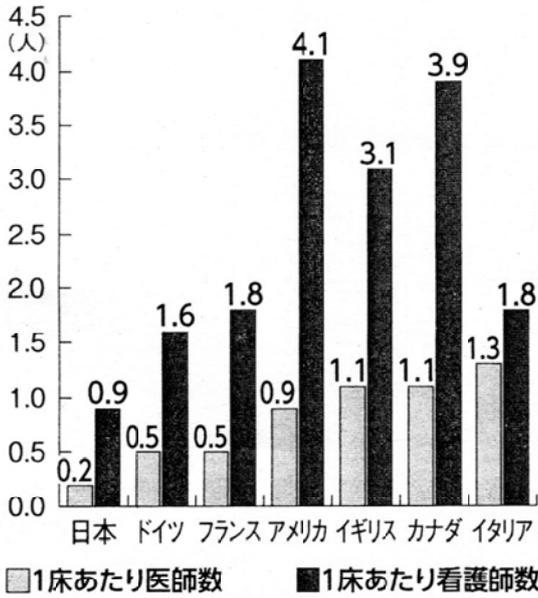
2020年から発生した新型コロナウイルスのパンデミックは私たちの暮らしに深刻な影響を及ぼしました。「医療崩壊」などが取りざたされ、いのちと健康が脅かされる事態が広がりました。この感染症で明らかになったのは、病床や集会保障費の抑制策や公衆衛生

中治療室の不足、感染症治療の中心を担っている公立・公的病院の重要性と医師・看護師・介護職員の人員不足、保健所の不足問題などでした。

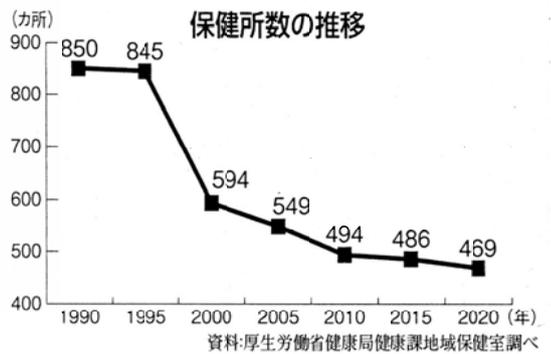
こころした問題の背景には、90年代の後半から続い

てきた医療・介護など、社会保障費の抑制策や公衆衛生

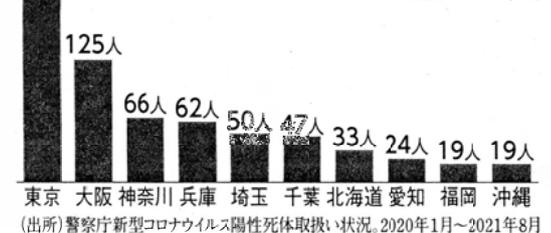
医療提供体制の国別比較



注:フランス、アメリカの臨床看護職員数は、実際に臨床にあたる職員にくわえ、研究機関などで勤務する職員を含む。
資料:「OECD Health Statistics 2020」、「OECD Stat.」より



自宅療養中の死亡および死後の検査で コロナ陽性が判明した死者 全国817人



生対策の縮減があります。日本では、約874万人が感染し、約3万人を超え死者が出ました。江戸川区内の感染者は10人に1人以上となっています。

政府・厚労省がおしすすめた公立病院の統廃合や病床削減は、入院のためのベット不足により自宅に「留め置き」状態となり、多くの高齢者が亡くなっています。日本の医師数や看護師は世界各国と比べても、人口当りで少ない実態があります。

2013年約135万床あった病床を2025年には115万床とし、約20万床の削減をすすめるようとしています。

一方政府は、2014年に成立した「医療介護総合確保法」や2020年の「共生社会実現のために」とした社会福祉法の一部改正などで公的責任を後退させ「自立、自助」などを基本とした地域づくりをすすめる、社会保障制度を悪くしました。

介護保険の面でも、要支援者対象の訪問介護、通所介護を保険から外し、自治体の事業（介護予防・日常生活支援総合事業）に移行し、さらに要介護1・2認定者にまで広げようとしています。また都立病院の公社会化など、医療の介護制度の改悪がさらに押しすすめられようとしています。

国のお金は軍事でなく、私たちの命やくらしを守る社会保障費にまわせと声を広げるときです。

次のページは一年間の活動報告です。

この一年間の主な活動



臨海公園での樹木観察会

この一年間、健康を守る活動、社会保障を守り充実させる活動、平和と憲法を守る活動など、診療所職員と共に連携しつつ、仲間を増やして友の会を大きくするための活動にとりくんできました。

▼健康を守る活動では、コロナ禍で家にとじこもりがちな会員の孤立や持病の悪化を防ぐなど、気になる人への声かけ相談やお話相手、くらしの困りごと支援にとりくみました。また身近な場所で健康づくりを

しようとして臨海公園で「植物観察会」や新川千本桜ウォーキングなども行いました。

▼社会保障を守る活動では、労働組合や民医連、医療連や保団連など福祉団体を中心とした共同組織の呼びかけに促されて①75才以上の医療費窓口負担2倍化反対②安全・安心の医療・介護の実現と国民のいのちと健康を守る請願署名などにとりくみました。

▼平和と憲法を守る活動では、「ロシアは侵略をやめ、ウクライナから直ちに撤退を」のプラカードを掲げて、駅頭でのスタンディング行動を行いました。区内の労働組合、平和団体の人びとと一緒にウクライナ危機を利用した憲法改悪の策動や軍備拡大「敵基地攻撃能力の保有」に反対し、憲法を生かすべくとらしと福祉



ウクライナへの侵略に抗議

の充実を、と行動しました。



一之江センターもやっと再開！

▼サークル活動は、コロナ禍にあっても、休止と再開を繰り返しながら、手芸、着物リメイク、小物作り、うたう会などが開催されています。会員の交流の場として、楽しみと生きがいづくり、仲間増やしのみんなの居場所となっています。

▼江戸川大気汚染をなくす

会といっしょに、ぜん息患者や肺気腫の人びとに医療費や生活保障を求める医療費の助成制度創立に向けた活動に参加しています。区



着物リメイクは緊急事態宣言中以外、人数制限の協力をいただき、ずっと開催



手芸サークルも様子を見ながら再開予定

内では「きれいな空気と青空を」の合言葉でみどりを増やすための沿道緑化、自転車専用レーンの設置を求めて区の土木部などへ要望活動を行なってきました。

▼2018年からNPO法人を立ち上げて、認知症や介護予防中心の通所デイサービス（サロンさわやか喫茶）にとりくんでいます。対象は要支援1・2認定者で、介護保険を利用した区の委託事業です。



フラワー公園でサロンさわやか喫茶のレクリエーション。気分転換になりました。

核兵器をつかうな

ロシアはただちに撤退を

2022年 国民平和行進スタート

2022年原水爆禁止国民平和行進の東京〜広島コースの出発集会が5月6日、夢の島第五福竜丸展示館前広場でひらかれ、江戸川原水協のみなさんと共に友の会からも参加。被爆者の方をふくめ、約300人が行進に参加しました。

原水爆禁止世界大会の高草木博共同代表は「65回目の国民平和行進がロシアのウクライナ侵略の中で開始された。日本にとっても、世界にとっても、重要な行進になる」とのべ「核兵器をつかうな、なくせ。ストップ戦争、ロシアは直ちに撤退せよ！非核と9条守れ、



2022年平和行進は広島に向けてスタート

も、重要な行進になる」とのべ「核兵器をつかうな、なくせ。ストップ戦争、ロシアは直ちに撤退せよ！非核と9条守れ、

日本は核兵器禁止条約に参加せよの声を全国と世界に響かせよう」と呼びかけました。(黒木)

改憲より暮らし守れ

5・3憲法集会 ひらかれる

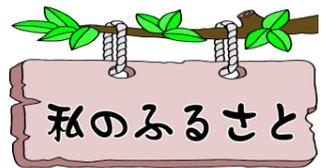


抜けるような五月晴れのなか開催された野外集会 久しぶりに現地開催に参加し元気もらいました

日本国憲法の施行から75年を迎えた5月3日、「平和といのちと人権を！改憲発議許さない！守ろうくらし2022憲法大集会」が東京臨海防災公園で開催されました。コロナ禍の中、この2年は集会の規模を縮小して行なわれたので、3年ぶりの大規模な集会になり、開場には1万5000人が集まりました。

開会時間が近づくとメインステージ前を中心に参加者で埋め尽くされ、会場全体に参加団体ののぼりが立ち並び、友の会は旗とともに17名の会員が参加しました。市民連合からの連帯のあいさつをした上智大学の中野晃一さんは「朝日新聞が行なった世論調査で、憲法改正を真っ先にとりかかろうという人は非常に少ない。くらしや命を守れという人の方がはるかに多かったことを、もう一度確認しておくべきです。そして、憲法を守れ、だけでなくその先にある『憲法に根差

したくらしをみんなに』ということ強く訴えていかなければいけません。今、安全保障は抑止一辺倒です。抑止は安全供与とセットでなければいけません。9条を守って、安全供与を行なうて初めて安全保障政策として成立するんだということも合わせて訴えていきましょう」と話しました。集会は「守ろう・平和・いのち」のプラカードを掲げてアピールを行ない、終了後パレードを行ないました。(森岡)



江戸川区

中央 金谷 昇一

生まれたのは明治座の近くの浜町、最初に引越したのが江戸川区役所の近く、その次に平井でした。小学校を卒業するまではバスや総武線で中央

区に引越して、上陸の時は昔の写真にあるように平井駅の改札口まで水が溢れる状況でした。

「玄米パンのほやほや」の独特の掛け声、「金魚えく金魚」「あさり〜しじみ」季節ごとに売りに来る独特の売り声も昔の思い出です。

水に縁がある江戸川区

「私のふるさととは、緑の山々や清流にかこまれた〇〇です。」

こういう文脈で始まるふるさとを書きたかったのですが、「わたし、生まれも育ちも東京、小学三年からは、江戸川区在住です」

区まで通学していました。最初に引越した区役所の周りには、蓮の田んぼがあり、いかだを作った竹竿で押して遊びました。また金魚の養殖地もあ

り、「水に縁がある江戸川区」でした。

水に縁といえば、台風や大雨が降ると道路が水で溢れて膝まで水浸しになりました。最悪の台風

伝いに父親の自転車で葛西方面に行き、途中で餌のゴカイを買って土手からハゼを釣りました。その時売りに来る「玄米パン」を買ってもらったのも楽しみの一つでした。

「玄米パンのほやほや」の独特の掛け声、「金魚えく金魚」「あさり〜しじみ」季節ごとに売りに来る独特の売り声も昔の思い出です。

中学は小松川一中、高校は葛西工業高校でした。高校の通学には、「亀戸ー今井」のトロリーバスを利用していました。

憲法集会に参加して

西葛西 佐々木恵子

3年ぶりの大集会を歓迎するような青空の下、大勢の仲間が集まりました。でも、翌日我が家で取っている朝刊を見ると第一面は、この集会の様子ではありません。確か今まで何年間は第一面だったような気がします。

あちこちで起こっている争いごとや大きな事故の多さに、我が国だけでなく世界の危機を思えばかりです。

私たちが、友の会の旗を掲げて参加できるのも、75年前に制定された憲法がしっかりと動いてくれているからですね。今の日本には不満や不安はありますが、自分の思いや考えを言える国です。しっかりとこの憲法を守らなくてはならないと確認し、豊洲駅近くで友の会の仲間と別れました。



手芸サークル

季節の小物づくりなど

- 毎週(水) 13時~16時
- 葛西みなみ診療所5F
- 参加費1回につき200円。他作品の実費が必要です。

一之江センター

みんなの居場所 <小物作り他>

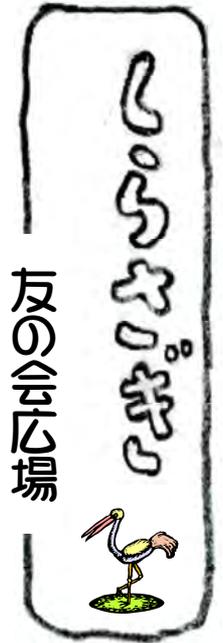
- 毎週(火・木) 10時~15時
- <トークと歌う会>
- 毎月 第2(土) 14時~15時40分
- 場所：一之江内科4F

着物リメイクの会

捨てがたい着物をリメイクで甦らせよう

- 毎週(金) 10時~13時
- 葛西みなみ診療所5F
- 飲み物は各自持参
- 14人程度(予約制)

- 休止中のサークル
- 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
 - 健康体操
 - うたごえ喫茶
 - カラオケサークル



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

▼俳句

三郷市 石塚ふさ子
紫の小蝶舞い飛ぶ白さつき
親友が逝きし夜桜涙雨

北葛西 石甲斐初魚

紫陽花を五色咲かせて花の市
睡蓮花咲いて萎んで長き日を
推敲を済ませて午後のティータイム

▼川柳

江戸川 小林 功
ウクライナ女性のアピールうた声で
「フミオ」と呼ばれ勝手に約束軍備増
復帰五十年県民の願いどこへやら
物価上げて年金下げて怒り上げ



▼短歌

ゴミ出ししふと見上げる電柱に様子うかがうクラス構えり
夜の汽車の連結音に目覚めれば薄明かりの窓に日本海見ゆ
寒き朝ツバメは古巣に戻り来ぬウクライナの映像視たるその日に

中央 二瓶 誠一

三郷市 石塚ふさ子

エッセイ

趣味が覚悟の助け

東葛西 目澤 史子

4月の初めに夫を亡くしました。様々な公的、私的な死後の届けや整理に忙しく動き回りました。夫の思い出に涙する間もありませんでした。一段落すると、ポッカリと穴が空いたような寂しい生活が広がりました。

として広がってしまいました。そして出来た句です。

夏来る夫の影なし畑焚す

史風

この句について、年金者組合の俳句サークルの指導者 中嶋鬼谷氏に特選をいただきました。少し元気が出ました。俳句をやっている良かったと思えました。

俳句と習字が趣味です。改めて、俳句を創作する作業に集中できるようにしました。ところが、夫も俳句が趣味でしたから、花のこと空のこと風のこと、人々の営みのこと、作句するたびに夫だったらこんなふうな時こうだったと思えばかなり浮かんで、涙ぐんだりしてしまいます。前に進みません。

習字も五月課題になかなか手が出ず、やっと取りかかりました。書き出したら、何と今までにあまり感じられなかったほど集中できるのです。字の型を一画一画、太さ方向、カーブなど最新の注意を込めて書けます。その間は、思い出も悲しみも入る隙間はありませんでした。

そんな中、1年の半分を山梨で畑づくりをしていた夫のことを想い、畑を手放すのは申し訳ない気がして、畑に立ちました。夏草の生い始めた畑が森閑



役立つ健康メモ 86 薬の話No55 薬が足りない？

最近、薬局や診療所などで薬をもらう際に、「お渡しする薬の名前が変わりました」「在庫がないため調剤に数日かかります」などと言われることが増えていませんか？

製薬会社の不祥事も含めて最近マスコミでも報道されるようになったため、ご存じの方も多いかもかもしれませんが、国内で多くの薬の供給が不安定な状態に陥っています。かなり深刻な状況で、世界保健機関（WHO）が指定する「必須医薬品モデルリスト（EML）」に掲載されている医薬品の一部も供給が滞り始めています。EMLの医薬品は「各国の医療システムにおいて常に利用可能でなければならない」と定義されており、日本においてWHOが求める水準に達していない状況が生まれてしまっているのです。

医薬品混入事件をきっかけに

今回の騒動のきっかけは、2020年12月に発覚した「小林化工」による医薬品混入事件でした。これは抗真菌薬に睡眠薬が混入したことで、2件の死亡事例を含む約240件の健康被害を出す大事件となりました。

また同時期に、後発医薬品（ジェネリック）業界大手の「日医工」でも問題が発覚。品質試験で不適合となった錠剤を砕いて再び加工したり、出荷前の一部の試験を行わないなどの不正が明らかになりました。

これらの事件をきっかけに、他の製薬メーカーでも

製造方法や管理の不備が発覚し、次々と業務停止命令や製品の自主回収が行われました。その結果、市場の医薬品在庫は枯渇し、調剤薬局や医療機関が薬を入手しづらい状況が続いています。

背景に社会保障費抑制政策

今回の事態には、単なる製薬会社の不祥事にとどまらない社会的な背景があります。

医薬品は社会的に見ると、人の疾病の診断、治療もしくは予防に使用される側面と、製薬企業が経済活動を行うための「商品」としての側面の2つがあります。

政府の社会保障費抑制政策による薬の公定価格（薬価）引き下げは、後発医薬品会社の利益を圧縮します。それが過当競争や行き過ぎたコストカットを招き、製造過程の検査・点検の省略や杜撰な品質管理につながりました。治療に必要な不可欠な薬剤の供給維持のために公費を使用してこなかったことが、事態を引き起こした要因の1つです。

一方で新薬は高い薬価が維持され、採算がとれない医薬品は製造を止めやすいような法改正もされています。それによって一部の製薬会社は巨大な利益をあげています。大企業の利益を優先し、国民のいのちと暮らしを軽視する日本の政治・経済構造が今回の医薬品の供給不足問題の根本にあります。

また原薬を海外へ依存する危うさも、コロナ禍の輸入困難で浮き彫りになりました。企業の経済性の追求と目先の営利最優先の姿勢が、薬の安定供給を妨げているのです。
「いつでも元気」誌より転載

編集後記 断捨離、というほどまだ覚悟が出来ていませんが先日、趣味で集めているレコード盤のほんの一部を初めて売りに出しました。最近ニユース等でよく報道されていますが、世間では若者中心にレコードが大人気。この機会に実家に置きっぱなしになっていたレコードも、もう聴くこともないだろうというものだけでも処分してしまおうと考えた訳です。そこでまずレコード裁判の開廷です。検察官と弁護人の一人二役で、取っておくべきか、おかざるべきかのや

りとりを経て、そして最後に三役目の裁判長になって判決を下します。そんな「処分してよし」という判決が出たレコードを両手に持てるだけ持って、といっても意外に重くて両手に60枚ほどでもう限界。これを近所の中古レコード屋さんへ持ち込み、査定してもらいます。その一枚一枚に思いもブレスされて寂しいのですが、処分といっても捨てるわけではなく、後世に残すのだという気持ちで割り切り、次の裁判の準備を始めています。今日この頃です。
(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 8:45～ 11:30	田村所長 (内科)	田村所長 (内科)	佐藤武文 (内科・ 神経内科)	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 14:00～ 16:00	田村所長 (内科)	外来休診 田村所長 (訪問診療)	青山麻織 (糖尿病・ 予約制) 佐野裕之 (訪問診療)	田村所長 (内科) 訪問診療 根岸美帆	外来休診 田村所長 (訪問診療)	休診
夜間 17:30～ 19:30	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

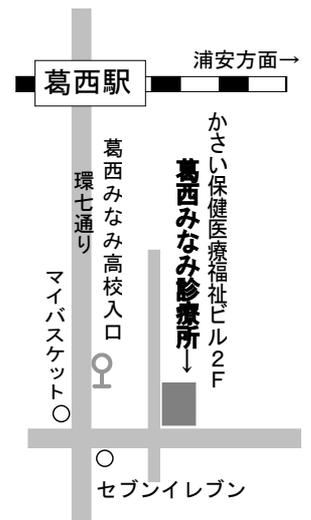


※午前の受付時間は水・土のみ 9:00～12:30です

葛西みなみ診療所・診療案内

江戸川区南葛西2-12-1 かせ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	石田香苗	松村所長	石田香苗 注② 診療受付 10:00～ 12:30	古寺紘人	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	古寺紘人	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



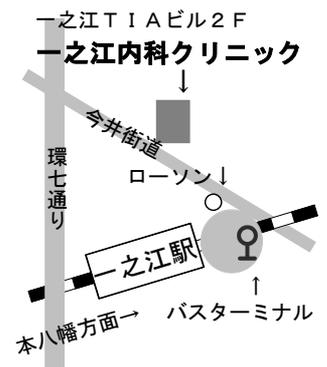
注① 月・火・木の午後は予約外来となっていますが、ご予約のない方も受診いただけます。(予約優先)

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	松村浩生	杉本英樹
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