

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

2014年 11月10日 第44号

発行 江戸川健康友の会
江戸川区南葛西2-12-1
電話・5679-7130 FAX・5679-7131
http://Kenkotomonokai.sakura.ne.jp
郵便振替口座番号：00170-8-393711

いのちまもる・憲法いかす

10・23 国民集会

保団連、全日本民医連、日本医労連など11団体主催

雨の中 3200人
“いのち・憲法まもれ”
集まる。江戸川健康友の会から
も12人が参加、定刻前に到着。集会資料の他に、ビニール

雨も上がり、厚労省のビルに向かってコール。国会に向けてコールしながらデモ行進。宣伝カーのコールが途絶えても、「安倍は辞める」と絶妙なタイミングでコールする人もいて、元氣いっぱい行進した。

集会アピールより

安全・安心の医療・介護は国民の願いであり、憲法に保障された権利です。

しかし今、「税と社会保障の一体改革」に基づいて、生活保護の改悪や年金の引き下げ、消費税8%への増税など、国民生活の困難に拍車がかかり、非正規雇用の拡大でいっそう貧困と格差が拡大しています。 中略

私たちは、国に求めます。

憲法をいかし、いのちと人権が大切にされる社会保障の充実をいのちの差別は許さない！ 医療・介護の営利化反対！

医療介護総合法の具体化阻止、国保の広域化反対、

混合診療拡大反対

医療・介護からの国民締め出し反対！ 入院給食の負担増反対
医師、看護師、介護職員等の大幅増員・処遇改善

ザ・ニューズペーパー」。安倍政権の女性閣僚2人が辞職した直後であり、さまざまな分野で国民の願いと政治が対立している現在、軽妙な風刺とアクシヨんで爆笑を誘い会場の雰囲気盛り上げてくれる。

主催者あいさつ、呼び掛け人

の訴えは福祉医療制度の改悪の実態を鋭く指摘。「医療や介護に不安を抱える国民がたくさんいる国に未来はない」「長生きして良かったと言えてこそ、素晴らしい国」「安倍はノーサンキュー」「いのち・人権が大切にされる社会をめざそう」



雨も上がり、デモ出発前にスローガンタオルを掲げる友の会の仲間

インフルエンザ予防接種

友の会割引券をご利用下さい

今年もインフルエンザの予防接種を受けて、元氣な冬をすごしましょう。友の会と連携する三つの診療所で利用できます。3240円のところ10%割引で2916円で受けることができます。

地域に必要とされる友の会へ 「仲間づくり」月間を成功させよう

江戸川友の会は、今年も「仲間づくり」月間を設けて、50人以上の会員を増やすという目標を決めて活動を進めていきます。「仲間づくり」月間は、10月から始まっており、12月いっぱい取り組まれます。「いつでも元氣」誌の読者を増やして、総会で決めた1500人の友の会組織づくりをめざしています。

会員を増やす活動は、東京各地の健康友の会や医療生協の組合員と共に、それぞれの目標達成に向けてがんばることにしています。江戸川健康友の会では、「地域に必要とされる友の会」をめざし、憲法9条の改悪や社会保障の改悪を許さず、地域の中に、「いのちとくらし人権を守るネットワーク」を広げる「月間」にしようという活動に取り組んでいます。

居場所作りで食事会など 多彩なサークル活動の報告

月間目標達成に向けて集会

10月9日東京グランドホテルにてスタート集会が136名参加で開かれました。

きる範囲内での高齢者への医療、介護、生活支援、介護予防等を総合して一体的に提供されるシステム）と、ヘルスプロモーション（人びとが自らの健康とその決定要因をコントロールし、改善

根岸京田氏（東京民医連副会長）による記念講演では、「これから重要になってくるのが地域包括ケアシステム（中学校区程度、30分間で移動で

る。「健康の前提となる基礎的な条件として平和、住居、教育、食糧、収入、安定した環境そして持続可能な資源、社会的公正と公平である。一人だけ、個人の努力だけでは健康になれない、地域の実情に応じてその人に合ったケアをする必要がある。そこで今、健康友の会が取り組んでいるさまざまな活動に大いに期待している」と話されました。

四つの友の会から、多彩なサークル活動を展開している。居場所やサロンをつくり食事会やマージャンなどの楽しく過ごせる場づくりに苦勞している。宣伝ビラをまきポスターを張って宣伝し、地域に根をはって常に新しい仲間をふやす努力をしているなど、取組みの報告がありました。

（猪瀬悠紀子）



松島 小山光子



松島 五十川富子

友の会クリスマス うたごえ喫茶

みんなで歌えば生き生き元気！ケーキとワイン片手に思いっきり大きな声で歌いましょう。参加希望者は友の会事務所まで。

12月24日（水）14時～17時
参加費 1人500円

酒類などの飲みものについては希望者
に実費にてご用意
させていただきます。



第3回環境ウォッチングに 28名が参加



沿道の緑地帯は、大気汚染の低減効果のはたらき
が大きいと説明する大越稔秋さん

江戸川健康友の会と大気汚染をなくす会が共催して、区内環境ウォッチングを実施しました。

「大気汚染も交通事故もない緑とうるおいのまちづくり」をめざした3回目のウォッチングは、10月12日に葛西みなみ診療所前からスタートし、環七通り、篠崎街道、千葉街道を

経由し、船堀街道では、徒歩で「グリーンロード」を見学しました。その後葛西臨海公園に行きオリピックの力又一競技場予定地を見学しました。貴重な緑が失われる可能性のある場所です。

ウォッチング終了後、都の職員も参加して、懇談会が行なわれ、「成長した街路樹が

伐採され、若木に植え替えられている」「常緑樹、落葉樹で植樹費用に差があるのか」などの質問に対し、都の緑化計画係長は「40年代に植えた木が台風などで被害を受けているので、伐採し植え替えている。常緑樹・落葉樹の植樹費用にあまり差はない」などと応えました。

道・都道と連続したものにすることが重要。引き続き国や都に対し、情報発信や要望をしていく。駐輪場整備で国の補助を受けてきた。今後国による財政支援確保を検討。

江戸川区は他区に比し、緑化や自転車道への取り組みは良い方だそうですが、今後とも具体的な点検・要望が有効かつ必要と思われました。(太田美音)

道路緑化と自転車ネットワーク整備を 大気汚染をなくす会 友の会が対区交渉

10月15日、「江戸川区大気汚染をなくす会」と「東京公害患者と家族の会江戸川支部」が道路緑化と自転車走行空間・ネットワーク整備を要請し、江戸川区土木部と交渉しました。友の会からも2名参加しました。

区側は「水とみどりの課」及び「計画調整課」の課長・係長ら5名が出席し、事前に提出の要請書の項目に回答、その後質疑応答。

私たちは10月12日の「環境ウォッチング」での見聞内容にも触れながら、空気浄化・災害時延焼防止効果を高めるために、緑化は常緑樹を基本にすること、自転車ネットワーク整備については、江戸川区が都や国をリードするくらいの意気込みを示して



資料を示し区側に要望する
会の代表

ほしい、また、自転車走行者や歩行者のマナーなど、ソフト面でも取り組みを強めてと強く要請しました。

江戸川区の回答(要旨)は以下のとおりです。

区内の街路樹は3万5千本。うち、常緑樹は46%で23区内でも比率が高い。街路樹の機能は大気浄化・防火・防音のほか、安らぎや季節感の意義も高く、日照確保も沿道住宅の理解を得る条件のひとつ。これらを勘案し適切に樹種の選定を行っていく。国

道、都道緑化についても要望を関係機関に伝える。

区道の自転車走行環境整備について、全体の計画は作っていないが、各路線の交通状況等を調査検討し、警察とも協議の上、順次整備を進めている。

これまでは駅周辺等交通事故の危険性の高いエリアを拠点として重点的に進めてきたが、今後、拠点間がネットワークで結ばれるよう進めていきたい。自転車ネットワーク整備に当たっては、国

サツマイモごはんを食べながら

平井地域班会ひらく

10月22日9名の参加 ご飯、オレンジこんで健康食事班会を行な にごくせりー、ジャガ イモ団子の吸い物(長崎の郷土料理)で大家

今回は平井の駅から 3分の鍵本さん宅をお 借りしての班会です。 献立は秋刀魚中心 に、隣の八百屋やスー パーで買いい物をして10 時から準備をしまし た。秋刀魚の梅干煮、 ほうれん草の胡麻和 え、こんにやくサラ



たくさんのご馳走が並びました

皆さんの鍵本さんが作っ てくださいました。 食事をしながら自己 紹介を行いました。今 年の春に亡くなった鍵 本さんの奥さんの話や ご自身のこと。小松川 地域の六価クロムの日 本化学工場の話や平 井の地域の変遷、塵 肺裁判の支援活動を している宮崎さんの お話も聞きました。 友の会の活動を通し て、地域の方々のつ ながりを広げてい きましようと話し合 いました。

医師・看護師・介護士を増やせ

浅草・雷門で宣伝と署名行動

10月4日、医療崩壊・介護崩壊にストップをかけ、患者・利用者が安心して医療・介護サービスを受けられるように、「医師・看護師・介護士を増やせ」の浅草・雷門前大宣伝行動が行われました。この宣伝行動



署名を呼びかける友の会会員

には、足立区や葛飾区、江戸川区などの病院や福祉施設で働く看護師・介護士など151人が参加し、署名は、460名分集まりました。江戸川健康友の会からも8人が参加しました。6月に成立した「地域医療・介護総合推進法」の実施によって、医療難民が生まれ、患者・利用者だけでなく、医療・介護施設の事業者や働く人々にも深刻な影響が危惧されています。医療・介護現場で働く看護師さんらが、宣伝カーの上から、「慢性的な人手不足や夜勤の連続で、患者・利用者の立場に立った十分なサービスができない」と訴えました。

マンモグラフィで乳がん健診



受付で「今年も受けにきました」

今年も乳がんの早期発見を訴える「ピンクリボン運動」月間の10月13日に乳がん・子宮ガン健診を葛西みなみ診療所5Fホールで実施し、区内各地から31名の方が受診しました。

女性の約20人に1人がかかる乳がんの発症は40

~50代でピークを迎えます。厚労省は40才以上に隔年で視触診とマンモグラフィの受診を勧めています。

区内での死亡者数は約4500人で、うち約1500人が癌で亡くなっています。健診率は低く約10%程度となっています。江戸川健康友の会では、芝健診センターと連携して今後も婦人科などの健診活動にとりくむことにしています。



東京・浅草

南葛西 石野喜美子

私の生まれは浅草。それとつても環境の良い？、山谷と吉原との間。 さきの戦争で、3月10日に強制疎開を経験しました。私自身は、昔の生家の記憶はありませんが、疎開の経験は幼児期の記憶の中にしっかりと残っています。田舎がない我が家は、知人の紹介で長野・川中島に疎開をし、そこで父を亡くしました。自分の身長位ある麦畑の中の農道をよく歩きました。でも、病弱でひ弱だった私は、一人家の

中でカタカナの本を読んでいた 記憶もあります。

小学校入学時、家も土地もなかったけれど浅草に戻りました。学校は、「故徳川無声」も学んだ超古い学校で、将来遊女になるために売られてきた子どもたち、そこのお嬢さんたちも一緒でした。

山谷と吉原の間

私を育ててくれた浅草の人情

吉原は、私たち子どもは昼しか歩かせませんでした。夕方になるとお店の前に濃い化粧をした女性たちが立ち並びます。客引きです。 中学校は山谷のご真ん中で、麻薬ヒロポンをうつ姿を学校の中から見っていました。昼間はよいのですが、夕方になると路上

んべい布団(一枚)しました。 そのような環境の中、中学の先生たちは、私たちがどういふふう生きていくべきか、日常的に教えてくださいました。中学は楽しかった。先生から、「君たちをメーデーに連れて行きたかった」と言われたり、男の子と手を繋ぐことがなかった時代

にフォークダンスを昼休みに全員で強制的に踊らされたり、山登りを教えてくれたりしました。狭い我が家は、主がいなくとも先生や友がたむろできるところでした。学べた。先生も燃えた。たくさんの良い思い出があり、3年間で5回モクラス替えがあったこともあり、卒業以来同期会が続いています。 浅草には、今も昔も一年中いろいろな行事があります。羽子板市、植木市、三社祭、ほおづき市、おとり様、地域のまつりなど。我が家は決して裕福ではなく、縁日に行ってもほとんど何も買ってもらえなかつたけれど、いつも人がいっぱいいました。銭湯に行くのと知っている人の背中を全員流すのが私の仕事。私の故郷は疎開先の長野の風景と、育ててくれた浅草の人情です。



南葛西 玉城千恵子

2014年度会費1000円 納入にご協力下さい 日頃から健康友の会の活動にご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。 友の会費は毎年4月から翌年3月までを年会費として、1000円、ご家族会員は1人500円をいただいております。友の会の活動を支える大切な資金となっております。 年末に向けて2014年度分の会費集金にあなたのお近くの役員がお伺いします。ご協力をお願いします。集金にお伺いできない地域にお住まいの会員の方には郵便振替にて、納入をお願いしております。 なお、新小岩診療所、葛西みなみ診療所、一之江内科クリニックの受付窓口でも取りあつかっています。

小物作りサークル

季節に合わせた小物を作りましょう 毎月 第2月曜日 14時~16時 今月は11月17日 新小岩診療所 3階会議室 (松島4-27-2 3651-2944)

カラオケお楽しみ会

楽しく歌いましょう 11月21日(金) 14時~16時 会費900円 カラオケ美来にて 申込先: 新小岩診療所

着物リメイクの会

着なくなった着物で洋服や小物づくり 毎週 金曜日 10時~15時 葛西みなみ診療所 5階ホール 参加無料・お昼持参。

囲碁・将棋クラブ

毎週 金曜日 14時~16時 新小岩診療所 3F会議室 参加無料です。 みなさんの参加をお待ちしております。

ユカリナ サークル アミティエ

木の音色を奏でませんか 毎月 第1・3(木) 10時~12時 葛西みなみ診療所 5Fホール 入会、見学いつでもどうぞ。直接会場へ。

さわやか喫茶

楽しく元気になる あなたの居場所 毎週 月曜日 (祝祭日は休み) 食事代コーヒー付 600円 葛西みなみ診療所 5階ホール

健康体操教室

楽しく体を動かそう! 毎月 第2土曜日 第4土曜日 10時30分~12時 葛西みなみ診療所 5階ホール 参加費:200円

健康づくりウォーキング

毎月 第3土曜日 葛西駅 地下鉄博物館前集合 9時30分集合出発 コースは、参加者の希望で決めています。雨天中止。直接集合場所へ。

うたごえ喫茶

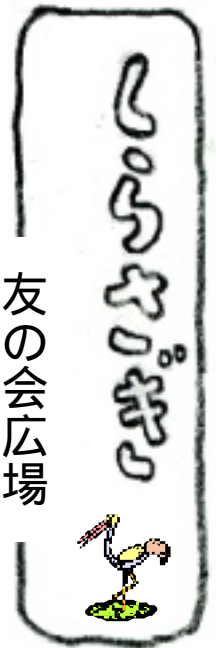
楽しく歌って元気になる 11月は中止です 12月24日(水) クリスマスうたごえ喫茶・14時~16時 会費・500円 葛西みなみ診療所 5Fホール

手芸サークル

毎週 水曜日 13時~16時 葛西みなみ診療所 5階ホール 参加無料ですが、作品づくりの実費をいただきます。直接会場へ。

一之江センター

毎週火・水・木10時~15時 みなさんの来所をお待ちしています。 一之江ハーモラス 第2(土)14~16時 帽子づくり 第2・4(水)11~15時 男の時間 第1・3(水)11~15時 場所:一之江内科4階



友の会広場

俳句

江戸川 長沢 常良
 蒲の穂や笠雲に雨兆すなり
 新盆や仕事だけして逝つた奴
 颱風や提灯飛びし生姜市

西一之江 永井 嶽
 描かねば消されそうなり紅葉山
 足裏の風紋くずす浜の秋
 天と地の死角に咲きぬ野菊かな

三郷市 石塚ふさ子
 一人寝の雨戸をたたく秋嵐
 銀色に光るすすき穂丸い月

短歌

新宿の高層ビルの見えてくる二十一世紀の墓標のごとく
 ふで跡は心そのままに現はると父言ひし声なお耳にあり
 亡き父の詩吟教本開きみる松陰の詩に朱線引かれて

散歩する一七〇余の階段と紅葉着て帰る一万歩の歩影
 亡命の郭沫若(かく・まつじやく)の旧宅で秋の風聴くその時代の風に
 学連のデモと雨傘と機動隊あゝ香港と十万人の民と

無表情正攻法で星重ね国籍問わぬ未完の大器(逸の城)
 青色のノーベル受賞の知らせ聞く世界の発展日本の誇り
 “山男”(の歌)深く捉えず歌歌い現の世界悲しみ深し

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

東葛西 細川 浩

稲妻や勇氣のマララ平和賞
 秋晴れや「わっしょい」の叫びハモっている
 今年米値崩れの中送り出す

川柳

清新町 石川 優
 給料に8%付けて欲し
 物配る政治活動父譲り
 その魅力理性狂わす五割引き

南葛西 小宮山鑑二
 秋深し隣りは大臣止めた女性
 一つでも勝つてくれると泣くドーム
 雑音やあゝ松島や松島や

西瑞江 豊田 育子

東葛西 新 真

西葛西 穂坂 喜久子

エッセイ

ふる里をたのむて

中葛西 村上 静夫

私のふる里は、福島県安達郡東和町。今は二本松と合併し、二本松市となっている。東和町は、いま原発事故で避難指定区域に指定されている。
 東和町では、44年前より7月の第一日曜日、ロードレース大会が行われてきたが、3年前の震災で2年間中止となった。今年は、7月6日に第54回のマラソン大会が開催されることになり、東和町出身で首都圏に在住している人たちが、ロードレース応援バスツアーを企画し、37名が参加した。私も久しぶりの帰郷である。
 7月5日、東京駅からバスで出発する。参加した人たちの中で、10人がマラソン大会に出る。中にはホルルマラソンで走った人もいた。バスは東京を出て4時間で二本松市に着く。二本松は、丹羽10万石の城下町で、戊辰戦争の激しい戦いで落城する。二本松少年隊の戦死の悲話がある。
 東和町は、城下町より阿武隈川に沿って30分走る。途中に安達ヶ原の鬼婆伝説の里塚がある。
 3時前、バスは当日大会会場となる若宮地区に着く。私の生家はこの近くで、今は甥が跡を継いでいる。前回帰郷した時は家の周りには野菜がいろいろと植えられていたが、今は雑草ばかり。甥の話では、この辺は放射線量が高いので野菜を植えても食べることができないので、買って食べているとか。
 7月6日、少し気温が高いけれど快晴で、会場に行くと大勢のランナーがゼッケンを着けて準備運動をしていた。9時、町中総出の大会が始まる。初めは親子競走。小学校の部、中学校の部、一般の競技の5キロ、10キロ、ハーフの部と進む。一般の部の半数は、町以外の人たち。午前中の大勢の人たちは何処に行ったのか、祭りの後の寂しさ。地元の町の人たちが黙々と後片付けをしていた。
 その7月6日は、私の77才の誕生日記念日。今回の帰郷で、原発事故が私のふる里にいろいろな影響を及ぼしていることを知った。原発事故を起せば大変なことになる。今後、福島原発が安全に処理できることを祈る。

役立つ健康メモ24

医療ソーシャルワーカー

足立区地域包括支援センター千寿の郷

社会福祉士 鍋谷 哲彦

お金がないので治療代を払えない、どうしよう…。病気で体が不自由になってしまった。これからの生活はどうなるのだろう…。

親の介護が大変だ。この先もひとりで続けていけるだろうか…。

こんな悩みや心配を抱えながら、病気のために病院を訪れる患者さんやご家族は、少なくありません。その時に、医師や看護師などとチームを組んで、患者さんやご家族をサポートするのが、医療ソーシャルワーカーです。社会福祉を専門にして、その技術を用いて悩みや心配の軽減・解決を目指します。患者さんやご家族に対するチームとしてのサポートを、社会福祉の面から強化することが、病院における医療ソーシャルワーカーの役割と言えるでしょう。医療ソーシャルワーカーは、いまでは全国の多くの病

院にいます。

それでは、そもそも、病院といういわば医療の世界に医療ソーシャルワーカーの出番があるのはどうしてでしょう。その背景に、少し触れたいと思います。病気を解決できて問題が何も残らなければ、それに越したことはないですし、もちろん医療ソーシャルワーカーの出番はありません。しかし実情は、病気とともに、冒頭に示したような悩みや心配を何らかの形で抱えてしまうのが圧倒的に多いのです。話が少しかたくなりますが、医療技術の進歩、疾病構造の変化、医療制度の変更、社会経済の変動などによって、昨今、生活を取り巻く環境は複雑になっています。これからはますますそうなるでしょう。ここに、医療の世界に医療ソーシャルワーカーの出番があるのです。

悩みや心配はありますか？ 医療ソーシャルワーカーに気軽に相談してみてください。



編集後記

今年は8月の末にもう扇風機を使わなくなりました。残暑もなく9月も涼しく、夏の日光不足により、野菜が高騰しました。レタスやキュウリ、トマトが2倍の値段になり、気持ちまで寒々しくなりました。そんな中、いなかで取れたトマトを昼食時に、着物リメイクのみなさんに出したところ、「完熟でおいしいね」と喜んでもらえて、ほんとにうれしかったです。

す。弟自慢のトマトで、ほかの作物は不作の中、なぜかトマトは3年間よくできています。最近やつと野菜の値段も落ち着きました。が、メーカーが生活必需品や食品をリニューアルし、値段を上げる傾向にあり、買い物時の負担を実感しています。低所得者層を直撃する消費税、10%なんて絶対反対です。今年も「いのちまもる・憲法いかす国民集会10・23」がひらかれました。みんなで声を出していきましよう(森岡)

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、

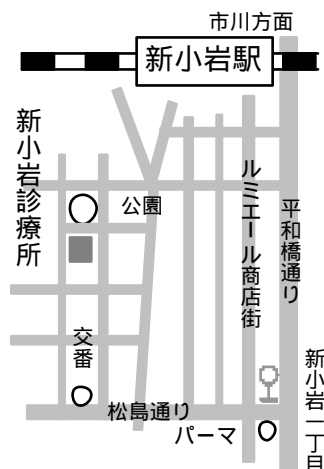
医師・薬剤師が、どのような薬をどのくらいの期間使用しているかを知ることができます。医師・薬剤師が、同じ薬が重なっていないか、よくない飲み合わせではないかをチェックできます。おくすり手帳は、お薬を有効に、安全に使用していただく手助けになるのです。



新小岩診療所・診療案内

江戸川区松島4-27-2 電話03-3651-2944

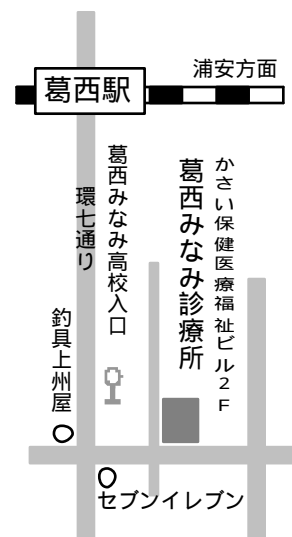
受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9時～ 12時30分	田村倫朗 (内科)	田村倫朗 (内科)	佐藤 望 (内科・神経内科)	田村倫朗 (健康診断)	田村倫朗 (内科) 恩田圭司 (整形外科)	吉川俊治 第1.3(内科) 江花有亮 第2.4.5(内科)
午後 14時～16時	田村倫朗 (内科) 住野陽平 (訪問診療)	中村美穂 (内科) 田村倫朗 (訪問診療)	馬淵 卓 (内科・糖尿病) 守麻里奈 (訪問診療)	田村倫朗 (内科)	外来休診 田村倫朗 (訪問診療)	休診
夜間 18時～20時	休診	田村倫朗 (内科)	大倉哲朗 (内科外科)	休診	田村倫朗 (内科)	休診



葛西みなみ診療所・診療案内

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

内科	診療時間	月	火	水	木	金	土
	午前 9時～12時30分	松村所長	和泉	松村所長	畔上	松村所長	松村(第1.3.5) 三輪(第2.4)
	午後	予約外来 松村所長	予約外来 松村所長	休診: 往診など	予約外来 松村所長	休診: 往診など	
夜間 18時～19時30分		松村所長		松村所長			

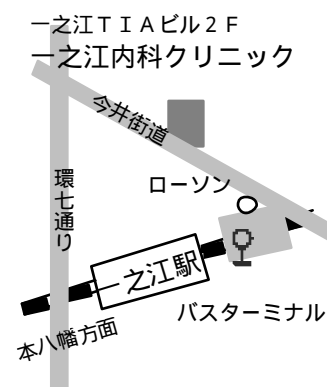


小児科	診療時間	月	火	水	木	金	土
	午前 9時～12時30分	荻原	荻原	折茂	折茂	折茂	林
	午後2時～ (曜日により診 療時間がこと なります)	2時～3時 健診・予防接種 3時～5時 一般診療 荻原	2時～3時 健診・予防接種 3時～4時30分 一般診療 荻原		2時～3時 健診・予防接種 3時～4時30分 一般診療 折茂	2時～3時 健診・予防接種 3時～5時30分 一般診療 折茂	

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	高野所長	元田
午後 14時～17時	高野所長	高野所長	休診 往診(高野)	高野所長	休診 往診(大倉)	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
夏休み(8月で一ヶ月前から掲示)です。