

安心して住みつつけられるまちづくりをめざして

友の会だより

2015年 10月10日 第53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
http://Kenkotomonokai.sakura.ne.jp
郵便振替口座番号：00170-8-393711

民意にそむく

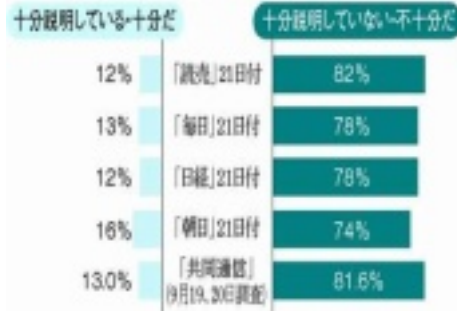
戦争法(安保法制)廃止へ

8月30日戦争法案廃案と安倍政権退陣を求める大集会が開催されました。ときおり大粒の雨も降る国会議事堂周辺では12万人が「戦争法案今すぐ廃案」「憲法守れ」とコールをひびかせました。東京民医連からも各地の健康友の会や職員約1500人以上が行動に参加しました。



8・30 安倍政権退陣！国会10万人大行動
怒りの渦・12万人国会包囲

安保法(戦争法)について政府・与党は…



〔声明〕

憲法違反の戦争法案の強行採決を糾弾し、すみやかな廃止を求める

戦争法(安保法制)が9月19日に安倍自公政権によって強行成立されました。全日本民主医療機関連合会(全日本民医連)は同日ひらかれた理事会において、次のような会長声明を発表しました。

2015年9月19日
全日本民主医療機関連合会 会長 藤末 衛

安倍内閣は本日、午前2時18分、参院本会議で戦争法案を強行採決し、成立させた。全日本民医連は、この暴挙を満身の怒りを込めて糾弾する。

戦争法案は、アメリカとともに、日本がいつでもどこでも、憲法が禁じる集団的自衛権を行使し戦争を行えるものである。違憲の法律は、成立しても違憲であり、未来はない。

安倍政権は、この違憲法案を押し通すため、戦後最大の国会延長を行ったが、平和と民主主義、憲法守れ、安倍政権退陣など一人一人の主権者としての声は、全国で巨大な流れとなり、また、国会内での野党の共闘を作り上げ、ぎりぎりまで安倍政権を追い詰めた。

戦後70年の戦争しない国の歴史を守りぬく国民の歩みは止めることは出来ない。主権者は国民である。国民多数が望まない法律は行使することは出来ない、違憲の法律は司法が裁くこととなる。

平和主義、立憲主義、民主主義を破壊する戦争法は、このまま、存続させられるものではない。

全日本民医連は、平和憲法を守り、戦争しない国の歴史を守り抜き、戦争法のすみやかな廃止、安倍政権の退陣を求めて、ただちに行動することを呼びかける。以上

あらゆる手立てを尽くして

「戦争法」の廃止を

「戦争させない江戸川集会」実行委員会事務局

伊藤 辰久

着々と進む戦争への道

一昨年12月、「特定秘密保護法」の強行成立。昨年7月、憲法違反の「集団的自衛権容認」の閣議決定。そして今年9月、「安保関連法」の強行成立。安倍政権の「戦争のできる国」づくりが、着々と進められる中で、私



7月5日滝野公園から西葛西駅へパレード

「戦争法」反対の切実な声

私たちは、「特定秘密保護法の廃止を求め、さらには「戦争を結成し、さらには「戦争させない江戸川集会実行委員会」を立ち上げ、草の根からその企みを粉碎するための運動を展開してきました。

6の日の区内各駅頭での宣伝活動、3回の「集会&パレード」、署名、区・国会議員要請行動など、どの行動も多くの賛同者を得ながら旺盛に展開されました。

小岩駅では、「自分の息子が自衛隊員。法律が成立すれば、戦場に行かなくてはならなくなる。何とか廃案にしてほしい」と父親が。西



9月6日グリーンパレスでの集会

葛西駅では、「私たちの未来のこと。何かできることを」と青年が。船堀駅では「どの子も戦争に行かせたくない」と母親が、私たちに訴えてきました。

憲法を逸脱する法律

日本は戦後70年間、他国と交戦することもなく、自衛隊は一人も殺さず、一人

も戦死者を出さずに来ました。これは、日本国憲法の平和主義、なかんずく憲



オープニングを飾った制服向上委員会
パワフルで風刺の効いた歌声

法9条によって「戦力の不保持・交戦権の否定」を貫いてきたからです。

国会で強行成立された「安全保障関連法」は、「集団的自衛権」により、日本が直接攻撃されてもいないのに海外で武力攻撃ができるようにする、すなわち理屈はどうあれ「海外で戦争ができる国になる」法律なのです。これは、日本国憲法を大きく逸脱する法律です。

「教子を戦場に送るな」の決意

私は、43年間、教職についておりました。平和と民

主義の未来を担う子どもたちの教育に携わってきた者として、戦争をする人間を育てるようなことに手を貸すようなことが、決してあってはならないと思ってきました。

軍国主義のもとで、教子を戦場に駆り立てざるをえなかった戦前の教師たち。そのことへの慚愧、悔恨から、「教え子を再び戦場に送らない」と決意をした教師たち。その志を引き継ぐ者として、憲法を否定する一連の「安全保障関連法」を絶対に認めるわけにはいきません。あらゆる手だてを尽くして「廃止」の運動を進めることを強く決意しています。

おじいさんと同じ (大きな古時計より)

大きな態度の安倍総理
おじいさんと同じ
.....
原発反対に四苦八苦四苦八苦
.....
株価を上げて円安稼ぎ
みんな知ってる茶番劇
今もまた 許せないその政治
制服向上委員会

怒りの声

まだまだ諦めない 早速駅頭へ

細井弓子（東葛西）

かつてないほどの反対の意思表示を、民意をなぜ無視できるのか。日本人は、喉元過ぎれば、のところがあるから、向こうも高をくくっている。このままで

は民主主義不在の、憲法不在の日本になってしまふ。でも、私たちはまだまだ諦めない。今回ばかりは喰らいついていかないと。闘い訴え続けて、憲法を守り抜きます！さっそく駅頭宣伝に行きます。

若い人達のエネルギー

これからの道のりへ光

斉藤宏子（清新町）

暑い夏でしたが私の心は「戦争法案」で明け暮れました。といつても集会や街

頭に出る体力はなく、参加した人や、報道で知るだけでしたが、60年安保とは比べようのない人たちのエネルギー、特に若い青年・マ女性の参加者の質・量の違いはこれからの長い運動の道のりに光をくれました。「戦争はしない」の誓いを貫きたい。

戦争法に賛成した議員を落選させよう

上山成一（西葛西）

テレビドラマのセリフではないが「私（国民）は貴方（安倍首相）を絶対に許さない」、怒り心頭です。何故か。当時小学生だった我々に、天皇制政府は「打倒鬼畜米英」「アメリカ人をぶち殺せ」など敵愾心を煽り、敗戦になった途端に「これからはアメリカのような民主主義の国」になるのだと説き、今度は国民の声や憲法を一顧だにせず、国民を戦争に駆り立てる戦争法を強行採決したか

らです。次の選挙では自公をはじめ戦争法に賛成した議員を落選させましょう。

オール沖縄のように全野党が廃止で団結を

久高美枝子（南葛西）

小雨降る9月18日（金）

の夜、私は連日行われていた国会前集会の中にいた。



ありったけの怒りをぶつける若者達

国会の中まで聞こえて、野党議員を励まし勇気づけた。国民の6割以上の反対を押し切り問答無用とろくに審議も行わず、どさくさにまぎれて戦後最悪と言われる「戦争法案」が可決された9月18日、日本が米国に隷属した記念日である。

沖縄の翁長県知事は、先日国連人権理事会で沖縄の基地被害や辺野古の新基地建設の現状を語り、「沖縄の人々の自己決定権がないがしろにされている。日本に民主主義はあるのだろうか。」と世界へ訴えた。

戦争する国へと舵を切った安倍内閣の暴走を止めるためには、そして、平和で真の民主主義の社会をつくるには、オール沖縄のように全野党が戦争法案廃止で一致団結すべきであり、またこの悪法を通じた全議員の落選である。早急に民意の反映される選挙制度の改革も必要である。

沖縄と連帯して戦争法案反対



平和への思いを強くしたと感想を述べる石井さん

9月5日、「戦争をさせない江戸川集会」実行委員会主催の学習会が開かれました。琉球新報社の島洋子さんは「オール沖縄は新基地建設反対の一点共闘。『腹六分』で実現した。戦争法反対の一点で共闘できないか?」と問いかけました。

友の会の石井うたさんが「沖縄平和ツアー」の報告を行いました。

「戦争法案絶対反対」「安倍内閣今すぐ退陣」「野党がんばれ」「民主主義ってなんだ」とありったけの声をシュプレヒコールし怒りをぶつけた。そのコールは

原爆症集団訴訟に支援を

「第5福竜丸のつどい」

9月23日は、第5福竜丸の無縁長だった久保山愛吉さんの命日です。この日核兵器のない、核にたよらない平和な社会を願って「第5福竜丸のつどい」が江東区夢の島にある福竜丸展示館でひらかれました。第1部では、展示館そばにある久保山さんの記念碑

第2部では、夢の島公園内にある会場で「ビキニ事件61年、広島・長崎被爆者の時を刻んで被爆者のたたかい」のテーマで東友会（東京の被爆者団体）の山本栄典さんが記念講演を行ないました。



「70年の被爆者のたたかい」をテーマに記念講演をする山本さん

山本さんは、原爆症認定問題で続いてきたノーマア・ヒバクシャ東京訴訟の第一次原告17人に、10月29日東京地裁の判決が出ること、12月16日には、東京の第二次原告6人の裁判が結審し、来春には判決が出される見通しであると語り、原爆症認定集団訴訟への支援を訴えました。

高齢化 将来への不安の声

西葛西・中葛西合同班会

9月24日、西葛西と中葛西地域の会員さんが合同で班会をひらきました。介護が必要にならないように口コモ予防の体操をしたあと、『いつでも元気』誌10月号の「下流老人の衝撃・背景に低年金と孤立」という特集記事をよみ合わせをして懇談しました。先月の国会では「生涯派遣」の労働者派遣法が成立しました。これでは一層不安定雇用者が増え、将来への生活不安がつよめる人が増えると思う。安倍首相は「新三本の矢」などとしてかざり言葉の経済政策を言っています。こんな社会が続けばほとんどの高齢者が下流老人となってしまうなど不安の声が出されました。

2015年度 友の会会費1000円 納入にご協力ください

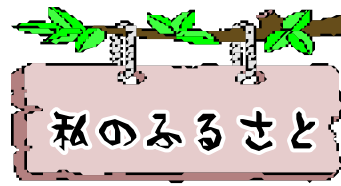
日頃から健康友の会の活動にご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。友の会費は4月から翌月3日までを年会費として、1000円、ご家族会員は1人500円をいただいております。つきましては2015年度分の会費をあなたの近くの世話人が集金に伺いますので、ご協力をお願いします。健康や医療・介護制度を良くして、地域で安心して住みつけられるまちづくりのための活動を支える大切な資金となっております。集金にお伺いできない地域にお住まいの会員の方には郵便振替にて、納入をお願いしております。尚、新小岩診療所、葛西みなみ診療所、一之江内科クリニックの受付窓口でも納入することができます。

友の会一泊旅行が近づく

被災地・福島応援 紅葉・りんご狩りを楽しもう！

期日 10月25日(日)～26日(月)
費用 1人 21000円

参加希望者は早めに友の会事務局まで、申し込んでください。



茨城県つくば市 清新町 飯田陳也

私の故郷は茨城県つくば市の南部に位置する下岩崎である。今住んでいる清新町の家の裏が首都高入口で常磐道に入ると50分で実家につく。だから「遠きにある」との感覚はない。このコラムを書くには相応しくない反省。

氾濫を繰り返す

広大な平野を作った利根川水系

市の北側に独立峰の筑波山を眺め、利根川水系のたくさんの支流が集まるところで、2つの小さな支流に囲まれて半島のように突き出たところを囲むように地名もそれを物語る。ここは作家住井素が「橋のない川」を書いたところ、河童伝説でも知られる、最近では決壊して話題になった常総市の鬼怒川流

「牛久沼」がある、半島が岩崎と言つ地名で、数千年前から目を獲って生活していたと思われる、古墳からは縄文土器が出土する、この辺までが海だったようである。その時の記憶で濁流の中、牛が情けない顔して

域に近く、その隣の海側を流れるもう一つの暴れ川の小貝川が近くを流れ、ここも30年ほど前に決壊して

流されるのを今でも鮮明に思い出す。利根川はかつて坂東太郎と呼ばれ、長い年月をかけて反乱を繰り返して広大な平野を作った。この周辺に住む昔からの知恵で私のばあさんは「低いところに家を立ててはいかん」とよく言った、実家は周辺より5メートルほど高い稲敷台地にあり。

江戸川区に住むようになって今の家を選ぶときこの声ひらめいた。私の故郷は関東平野の真ん中にあります。

カラオケサークル

カラオケ好きな方、一緒に歌いましょう！

毎月 第4水曜日12時～
会場 葛西駅前「歌の広場」
参加費 1000円
(昼食付・ドリンク飲み放題)



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
今月は中止です
参加費：700円
新小岩診療所 3階会議室

カラオケお楽しみ会

楽しく歌いましょう
10月16日(金) 13時～16時
会費：900円
「居酒屋こうし」
申込先：新小岩診療所
.03-3651-2944

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
毎月 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
第1・3木曜日 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

楽しく元気になれるあなたの居場所
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！
第2・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

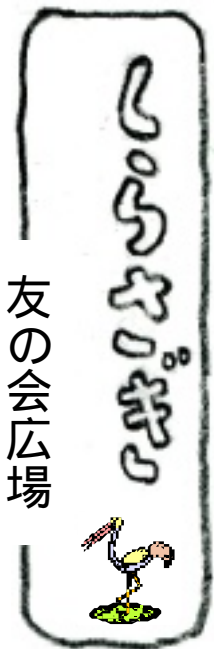
楽しく歌って元気になるう
毎月 第4土曜日 14時～16時
葛西みなみ診療所 5Fホール

手芸サークル

毎月 第1・2・3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。

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
小物作り
月/火/水 10～15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
木犀やパン焼くことも一心に
暖流の流れ冷まじ翡翠飛ぶ
飲み仲間の柩見送り秋寒し

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

川柳

西一之江 永井 嶽
四度の滝水を落として鳥渡る
身に染むや仮設に一人住む媼
玄関で今夜はおでんと言つて出る

東葛西 細川ひろし
大空にもみじもみじの身延山
頭食べほのかな苦味秋刀魚かな
民主主義つて何んだ！これだ！秋の声

清新町 石川 優
採決のビデオ判定やらんのか
マイナンバー宣伝代に四千円
値上げしたその日は買わぬ我が抵抗

三郷市 石塚ふさ子
夏寒に小雨重そな百日紅
日ざしよけつたうゴーヤが食べきれず
轟きひびく雲の上はしる雷榛名山



短歌

西瑞江 豊田 育子
かたわらの子に読みてやる母のあり 平安時代の色紙のうたを
派兵とて解らぬ孫を抱ふるに 安保法案可決されたり
家を造らず文字さえ持たぬアポリジニの 民が編みたる籠の美し

西葛西 穂坂 喜久子
技巧派の満身創痍何のその 四十八手で奥義きわめり
嘉風の相撲で返す技の恩 今花開く親方の愛
見る角度違えば富士も ただの山人を観る目と同じことなり

中央 洞下 靖子
妹の古希を祝いて集いたり 三月十日の話は尽きず
理不尽な不当解雇は許すまじ 夏の日に誓う勝利の日まで
かみあわぬ会話とび交う昼休み デイサーピスは悲喜こもこもに

エッセイ

映画「戦場ぬ止み」を観て 沖繩を思う

東小岩 宮内 清之

映画はいろいろなテーマを私たちに投げかける。

まず、現地で生活し、闘っている人達の生きざま。中でも、代表的なこの映画のヒロインのような「文子」おばあ。沖繩戦時に糸満の壕で手榴弾を投げられ、火炎放射器で焼かれながら生き残り、母と妹を養って生きてきた。その半生を背負って、身体を張って辺野古基地建設反対の闘いをしている姿は、胸を打つ。そして、5人家族の渡具地一家。長男が集会で訴えているところや、その後の言動の二々に驚かされたり、感動したり。双子の妹たちの屈託のない顔も清々しく、言葉もたくましい。沖繩人の魂が脈々と引き継がれている。

第2、住民同士県民同士が、闘いの中で向き合わざるを得ない分断の姿が、現実の厳しさを物語る。埋め立て工事のゲート前や海上で、輸送や工事を阻止しようと身体を張り抗議している人も、一方でそれを力で威圧し、拘束する側の人も同じ県民。同じ沖繩人同士で対立する関係がやりきれない。また、漁師たちに補償金が振り込まれて、妻が「お金のことであれこれ言われ、反対が言えない、心が痛い」と泣いていた。

別の漁師はもらった補償金のことを住民からは「どうせ私たちの税金でしょ」と蔑まれる。これも亀裂を拡げる。

第3、権力の非道さ、これは言うまでもないことだが、機動隊や海上保安庁職員、地元の警備保障会社で雇われた人たちが、否応なく映し出される。彼らの無表情な反応がとにかく異様である。(これは私たちが国会周辺デモでよく見る顔でもあるが)。

第4、「オール沖繩」の素晴らしさ。県知事選挙での翁長知事勝利の時のシーンが、素晴らしい。結果は分かっているても、涙が出そうになる。多くの人たちの闘いの結果が登場した人達の顔に表れる。「文子」おばあ、「これで終わりじゃない、戦争準備を終わらせ、民主主義を掲げなくては、そしてやさしい日本がきてほしい」と言っていた。

最後に、海が美しい。この映画で見る辺野古の海は、また格別にきれいだ。そういうところなんだ辺野古は！この海の底で生息しているサンゴをトンブロックの塊が壊している、それだけに見えていて痛ましく、無性に腹が立った。

取り立てて、教訓的な説明はなくとも、事実を鋭く捉え、温かい視線で住民を見ている監督の姿勢を感じ、見る前の「重さ」も肩の荷が下りた気分です。

役立つ健康メモ 33 薬の話

サプリメントとの 上手な付き合い方

サプリメントは、一般の食生活では不足しがちな栄養素を手軽に補給できるように考えられた食品です。上手に使えば疲労回復などに有効である一方、間違った使い方をすると体調を崩してしまうこともあり、注意が必要です。

Q：どんな時に飲むの？

A：体力がない時、食事が思うようにとれない時、仕事や運動がハードで消耗した時、栄養を補助・補完するために飲みます。サプリメントは薬ではなく、「栄養補助食品」です。体に起こっている病気を治療するためのものではありません。

Q：多く飲むほど身体にいいの？

A：サプリメントはとりすぎることによって身体に悪影響を起こすことがあります。

大豆由来成分のイソフラボン

納豆など大豆食品では見られない影響が、大豆イソフラボンの長期接種、過剰摂取では指摘され

ています。特に、過剰摂取では子宮組織の異常増殖を引き起こす懸念があります。

ビタミン類

脂溶性と言われる油に溶けやすいビタミンA・D・Eは、注意が必要です。

ビタミンAを過剰摂取すれば、下痢や肝機能障害、倦怠感、皮膚障害などに、ビタミンDを過剰摂取すれば、肝機能障害や嘔吐、倦怠感、さらには尿路結石や腎臓障害、高血圧などに結び付きます。場合によっては死に至るおそれもありますので注意が必要です。ビタミンEは、取り過ぎると骨粗しょう症のリスクが高まると言われています。

Q：薬といっしょに飲んでも大丈夫？

A：サプリメントの成分によっては、薬と同時に摂取することにより、薬の吸収を妨げたり、作用を強めたりすることがあります。例えば、「カルシウムと強心薬」は薬の作用を増強させます。「鉄と甲状腺ホルモン薬」は、薬の吸収を妨げます。薬を服用している人は、健康食品・サプリメントを摂取しないことをおすすめします。



編集後記

雨の多い九月でした。野菜の生育に影響し、大きな水害も引き起こされました。半年かけて実った稲や家が泥に埋まり、惨状は目を覆うばかりです。被害に遭われた皆様に心からお見舞い申し上げます。政治の世界にも大雨が降り注ぎました。今月は3ページをつかって怒りの特集です。私たちはこの日を決して忘れないようにしましょう。国会前。土砂降りの雨の中、寒さに震えながら声を上げる青年。年配者が、カッパやホカロンお菓子を差し入れる。赤ちゃんを抱き、幼児の手を引いた若い夫婦。周りの人が道を空け、「大丈夫？」

と声をかける。「具合の悪い人はいませんか」「水はいかがですか」「一口いかが」と、救護班や若者がコップに入った水やお菓子・飴などのサービス。こんな光景は初めてでした。政治を自分ごととして声を上げ始め、続けた若者たち。その中心的なシルズとの奥田愛基さんに、殺害予告の脅迫状が届いたという報道がありました。このような民主主義を圧殺するような卑劣な行為は断じて許せません。よい季節になりました。ちょっと一息入れましょう。さあ、闘いはこれからです。コール「選挙に行こう！」「戦争法に賛成した議員を落選させよう！」（伊藤）

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

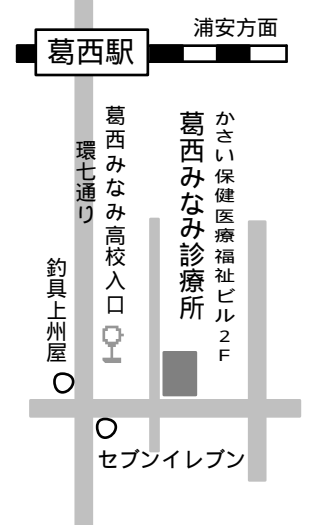
受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9時～ 12時30分	田村倫朗 (内科)	田村倫朗 (内科)	佐藤 望 (内科・神経内科)	田村倫朗 (健康診断)	田村倫朗 (内科) 恩田圭司 (整形外科)	吉川俊治 第1.3(内科) 江花有亮 第2.4.5(内科)
午後 14時～16時	田村倫朗 (内科) 手塚大介 (訪問診療)	外来休診 田村倫朗 (訪問診療)	馬淵 卓 (内科・糖尿病) 守麻里奈 (訪問診療)	田村倫朗 (内科)	外来休診 田村倫朗 (訪問診療)	休診
夜間 18時～20時	休診	田村倫朗 (内科)	大倉哲朗 (内科外科)	休診	田村倫朗 (内科)	休診



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

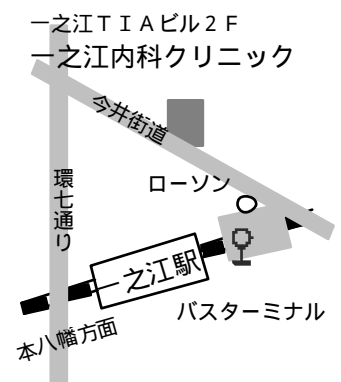
診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9時～12時30分	松村所長	和泉祐一 松村所長	松村所長	畔上卓昭	松田祐子	松村所長
午後	予約外来 松村所長	予約外来 松村所長	休診： 往診など	予約外来 松村所長	松田祐子	
夜間 18時～19時30分		松村所長		松村所長		



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	元田
午後 14時～17時	高野所長	高野所長	訪問診療 高野	高野所長	訪問診療 宮崎	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。