

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

2016年 6月10日 第60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

明日をきめるのは私たち

―安倍政権退陣、戦争法廃止― 5万人で燃えた有明・憲法集会

5月3日晴れ。今年の憲法集会は、「明日を決めるのは私たち 平和といのちと人権」とを掲げて、有明の広大な臨海広域防災公園で開かれた。友の会は東都協議会が用意したバスで29名が参加した。会場はすでに5万人という参加者で埋まっていた。

ゲストの挨拶はみな確信と希望に燃えていた。高校生の白鳥亜美さん「戦争経験者の生の声を聞ける最後の世代である若者が行動を起こすことが大切。」山口次郎教授「戦争できる国の特徴は、政府が国民をだます。個人の多様性や自由が否定される。学問への抑圧がすすむ。この嫌な時代を跳ね返すのは私たちの力だ。野党がまとまり市民がまとまれば勝てる。」辺野古基金の菅原文子さん「現政権に無条件無期限に権力の行使を委託しているわけではない。未来を決めるのは私たちだ。」従軍記者だった101歳のむのたけじさん「戦場の第一線に立てば神経がおかしくなる。憲法9条こそ人類に希望をもたらす。若者や女性たちのエネルギーこそ新しい歴史が動き始めたことだ。」朝倉むつ子教授「若者たちとともに民主主義を育て、立憲主義を回復するために安倍政権を批判し続ける。」



「安倍政権退陣」「憲法守れ」などのプラカードを高く掲げる友の会の仲間たち



豊洲駅方面にパレードする

野党4党首が勢ぞろいして挨拶した。岡田克也代表「憲法違反の法律を廃止に追い込む。野党は力を合わせて参院選を戦い抜く。」志位和夫委員長「戦後かつてない市民運動が発展し、それに押された野党共闘の前進は日本の未来にとって大きな希望。野党と市民の共闘で選挙に勝ち、安倍政権を倒し新しい政治をつくらう。」吉田忠智党首「衆院選でも野党4党で一本化に努力していきたい。参院選を、安倍政治を終わらせる足がかりのたたかいに。」小沢一郎代表「憲法を守り安保法を廃止するには選挙に勝たなければならぬ。4野党と市民が協力して選挙戦を勝ち抜こう。」と熱くうたった。

さらにシルズの奥田愛基さんら10名のリレートークがあり、集会後は台場コースと豊洲コースに分かれてパレード。「安倍政権はただちに退陣」「戦争法はいますぐ廃止」とコールを響かせた。(小林)

ひとりぼっちの高齢者をなくすために

日本高齢者大会に参加しよう

(東京で8月)

日本高齢者大会が8月に東京でひらかれます。30回の節目となる同大会を延べ一万人の参加で成功させようと実行委員会は意気込んでいます。友の会東部ブロックの仲間と共に江戸川友の会でも一人でも多く参加しましょうと会員に呼びかけています。

手をつなぎ人間らしく

生きるために

8月28日(日)は

分科会と学習講座

日本高齢者大会は、孤立

13時から豊島区の大正大

しないでゆとりある高齢期の生活をめざし、認知症になっても住み続けられるまちづくりなどに取り組む運動を交流するために、19

学で「生存権裁判と国際人権条約」「孤立のないまちづくり」など22テーマの分科会。「国民皆保険と国民

87年から毎年一回各県をまわって開催しています。

の未来」「老人福祉法の原点に立ち返り、高齢期福祉のあり方を考える」など24

今年のメインテーマは

テーマの学習講座がひらか

「憲法を生かし、戦争法廃止をいまこそ、人間らしく生きるために手をつなごう」「まちから村からの連帯でひとりぼっちの高齢者をなくそう」です。

れます。(別表参照)東京大空襲・戦災資料センターを訪ねる「東京大空襲」など、5つの移動分科会もひらかれます。落語などの江戸文化を楽しむ夜の企画も

計画されています。

念講演をします。

す。

8月29日(月)は全体会

学習講座・分科会の講師陣は、渡辺治・一橋大学名誉教授、日野秀逸・東北大

東部ブロックの友の会は200人の参加目標

10時から東京国際フォーラムで全体会がひらかれ、

学名誉教授、板垣淑子・N

江戸川友の会では、東部

基調報告のほか、ニュース

HK開発センタープロ

標に添えて30人の会員参加

キャスターの鳥越俊太郎氏

デューサーなど、第一線で

を呼びかけています。尚、

が、「憲法70年、未来への

活躍する魅力ある人たちが

参加費の2500円は友の

メッセージ」をテーマに記

並び期待が高まっています。

会で負担します。

(別表) 講座・分科会の一部(8月28日)

	テーマ	講師
学習講座	平和と立憲主義のために私たちのなすべきこと	渡辺治・一橋大学名誉教授
	老人漂流社会～団塊世代に忍び寄る「老後破産」	板垣淑子・NHK大型企画開発センターチーフプロデューサー
	「遺品整理」から見た現代孤立社会～孤立しないために	吉田太一・(有)キーパーズ代表取締役
	公的年金・これまで・一番の問題・これからどうする	河村健吾・年金コンサルタント
	日本「総下流化」を防ぐために	藤田孝典・NPO法人ほっとプラス代表理事
	「戦争する国」になることの危うさ	谷山博史・日本国際ボランティアセンター代表理事
	スウェーデンは「生活大国」をなぜ、どう達成したか	日野秀逸・東北大学名誉教授
	健康寿命を延ばす生活～食を中心に考える	小西艶子・管理栄養士、東京健生病院事務次長
分科会	高齢者を消費者被害からこうして守る!	釜井英法弁護士・劇団ひびき
	生存権裁判と「国際人権条約」	井上秀夫・金沢大学名誉教授
	子供の貧困にどう関わるか 問題提起 子供食堂を作ろう	村木栄一・まちかど事務室主宰、栗林知絵子・豊島子どもWAKUWAKUネットワーク理事長
	孤立のないまちづくり問題提起	宮城孝・法政大学教授ら
	今風井戸端会議	福井典子・福祉倶楽部主宰
	住民主体の地域包括ケアづくり 問題提起	宮崎牧子・大正大学教授ら
	お葬式とお墓	小嶋弘遵・僧侶、年金者組合

人間らしく生きたい

福祉を受ける権利は平等

― 憲法25条を守る5・12共同集会 ―

「人間らしく生きることをできる社会保障・社会福祉は国の責任で」…。5月12日 日比谷野外音楽堂で「憲法25条を守る5・12共同集会」がひらかれ、3500人が参加しました。

「守れ憲法25条!」「権利の主体者として声をあげよう」とひらかれた共同集会。算削減のもとで苦しみ、改

戦争させない!江戸川総がかり集会・パレード NO WAR! 憲法壊すな! 戦争法の廃止を求めて



「江戸川健康友の会」「九条の会・葛西」「清新町9条の会」などの旗をかかげパレード

善を求めてたたかう人たちが次々と訴えました。特別



思いをプラカードに掲げて

養護老人ホームで働く久保田遼太郎さんは慢性的な人手不足や一人夜勤などの激務が広がる一方、

国の介護報酬の引き下げなどで介護職員の賃金は「不安でいっぱいになる」ほど低いとして、国の責任による処遇改善を訴えました。江戸川友の会も9人が参加、集会後「国の責任で社会保障を拡充しろ」と唱和し、デモ行進しました。(黒木)

西葛西駅に向かつてパレード。「戦争する国絶対反対」「戦争法は今すぐ廃止」「野党は共闘」「戦争したがる総理はいらない」等の元気一杯のコールが響き渡りました。配られたチラシをしっかりと読む人、店から出てきた人、マンシヨンのペランダや車の中から手を振る人。関心の高さが伝わります。

西葛西駅頭での宣伝活動では、民進党の初鹿あきひろ議員・共産党の吉良よし子議員が発言し、「戦争法廃止」「安倍政権退陣」を訴えました。二反割公園での社民党福島瑞穂議員のあいさつもあり、国政レベルの野党共闘の姿が江戸川区でも実現したのです。(伊藤)

5月28日、「戦争させない!江戸川総がかり行動実行委員会」の主催による初めての集会・行動が行われました。4月16日の予定が、熊本地震の影響で延期されたものです。

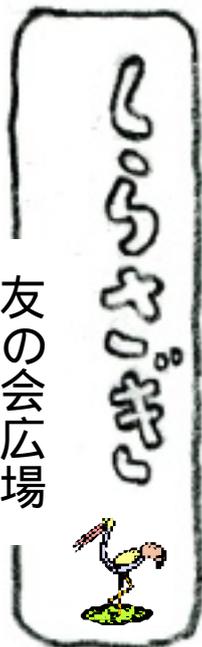
加速度的に進んでいます。江戸川区でも、様々な団体がこれまでのでかまりや確執を捨てて、「戦争反対」「9条まもれ」の共闘が実現したので

全国に「戦争法廃止」「野党は共闘」の運動と世論が広がっています。2000万統一署名の取り組みや、参議院選挙での野党統一候補擁立が

ブレ企画の歌と演奏に続いて、「二反割公園」での集会。様々な団体・政党・個人およそ300人が参加し、各界からの発言、アピール採択などがありました。



北篠崎 洞井外美枝



友の会広場

俳句

江戸川 長沢 常良
雨太し芍薬大きく崩れけり
命綱つけた鷺職や夏に入る
襟足を上げて少女の薄衣

川柳

清新町 石川 優
表には出せぬしょうちのおもてなし
自腹でも旅行するかねこの都知事
燃費ねえ良すぎるのよと我が細君

西一之江 永井 嶽
夏めきて根に手応への庭の草
麦秋や鎮守の杜はすがし風
除草して白の揺り椅子置き直す

三郷市 石塚ふさ子
春嵐し白いこぶしの乱れ舞
阿武隈の空につらなる鯉のぼり

短歌

一日に一枚ゆかた縫い上げて母は暮らしき父は病みあて
利根川を流れ流され江戸川に浅間噴火のなきがら着くと
珊瑚礁沈むは船か黒々と錆びし鉄塊は戦艦らしき

送別の歌声響く高らかに三年生の涙が見える
送別の笛の伴奏の合間からブラ・バンの音抜きん出て鳴る
柔らかく力強く指導棒をコーラス高まり曲想は舞う

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



西瑞江 豊田 育子

東葛西 新 真

エッセイ

楽しみな「友の会だより」

北小岩 佐野 欽桶

私は健康友の会に入会して6年ほどになります。毎号「友の会だより」を楽しみにしています。「私のふるさと」と「役立つ健康メモ」は、学ぶことが多く楽しく読ませていただいています。「私のふるさと」は全国各地の出身者が特産物や観光名所の紹介のほか、子どもの頃に育った環境が時代と共に大きく変わった様子などがよくわかります。

山や川でのあそび、お祭りなどはどこも同じようにふるさとが思い出されます。私はこうしたふるさと情報を自分の心の中にいれたい気持ちです。

「役立つ健康メモ」では大根、小松菜、人参など自然のものからいただくことの大切さを学んでいます。サプリメントを長期に服用すると体内で障害を起す危険性があることを知りました。

これからは新しい医療や介護情報など、問題点をうきぼりにする記事を期待しています。

絵手紙



松島 高田 和子



松島 小山 光子

役立つ健康メモ 40 薬の話

漢方薬について (中)

Q: 漢方薬の効果は人によって違うそうですが?

A: 漢方薬は体質や症状にあっていれば、速効性あるものは服用後 10 分～30 分ぐらいで効果が現れます。慢性の症状に使うものでは、2～4 週間ぐらいで症状が改善され、体に変化が出てくるものもあります。

しかし、患者さんによっては十分な効果がみられないものもあります。そのため医師は、患者さんが漢方の服用後に「どのような体調の変化がおきているか」「副作用などはないか」を確認しながら、その人にあったものを処方します。医師が患者さんの体や症状に合った漢方薬を正しく選択できるよう、診察では自覚症状を詳しく説明しましょう。

漢方薬は一般的には副作用は少ないと言われていますが、体質に合わなければ食欲低下、発熱、じんましん、むくみ、動悸、不眠

などの副作用が起こります。また、まれに間質性肺炎など、重篤な副作用を起こすこともあります。「おかしいな」と思ったら、すぐに医師や薬剤師に相談してください。

Q: 漢方薬はどのように使いわけのですか?

A: 漢方薬の最大の特徴は、自分自身の体が本来のバランスを取り戻すお手伝いをしてくれることだと思います。「足りないものは補い、過剰にあるものは取り除く」「冷えていれば温め、のぼせていれば、冷ます」本来の体のあるべき状態にあった漢方薬を選ぶことが大切です。

「風をひいたらいつでも葛根湯」「肥満があるから誰でも防風通聖散」とう、症状のみで判断して服用するのはよくありません。医師、薬剤師に相談して漢方薬を服用するようにしましょう。



民医連機関誌「いつでも元気」より抜粋

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。



編集後記

新緑の美しさがまばゆい。いのちの輝きを感じるこの季節にさまざまな事件・出来事が続いた。沖縄県の米軍元海兵隊員による女性殺害事件。被害者の恐怖・無念さは察するに余りある。安倍首相は「辺野古移設が唯一の解決策」を繰り返して、日米同盟を「希望の同盟」とまで美化。在沖繩基地の75%は海兵隊基地だそう

で、沖縄県議会が「海兵隊撤退を求め」決議を挙げたのは当然である。舛添都知事の政治資金収支疑惑が連日報道されている。庶民の税金を使い公用車で別荘通い・家族旅行・飲食などの公私混同ぶりに、世論調査で77%の人が辞任すべきと答えたのも当然だろう。世界サミットで、世界経済が危機だと安倍さん一人ま

（伊藤）

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) 福島 琢 (訪問診療)	外来休診 田村倫朗 (訪問診療)	大内修司 (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



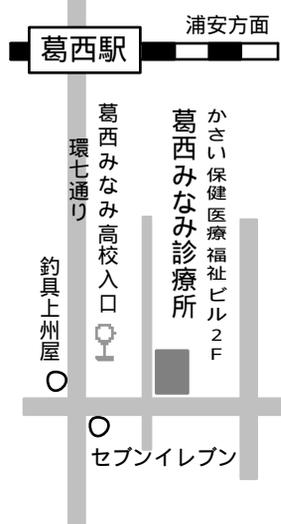
葛西みなみ診療所・診療案内

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	和泉祐一	松村所長	注 診療受付 10:30～ 12:30 福山朋房	関口康宣	第1.3.5 松村所長 第2.4 工藤恵子
午後 14時～16時30分	注 予約外来 松村所長	注 予約外来 松村所長	休診 (訪問診療)	注 予約外来 松村所長	当面休診	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 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)

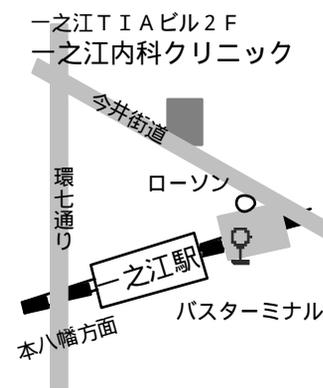
注 木曜日9:00～10:30は健康診断専用時間です。
内科受診の希望者は10:30～12:30の間にお越しください。



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	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 小川	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。