

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

2017年 4月10日 第68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

## 福島第一原発事故から6年

# 原発ゼロの未来へ

全国規模で大集会ひらかれる

東日本大震災・東電福島第一原発事故から6年が経過しましたが、事故収束の見通しは全く立っていません。現在も8万人を超える福島県民が避難生活を強いられるなかで「原発事故は終わった」かのように、避難指示の解除や住宅支援の打ち切り、営業損害賠償の打ち切りなど、福島を切り捨てる施策が行われています。「原発ゼロ」を望む国民の声と行動を無視し、再稼働や輸出を進める安倍政権の暴走をストップさせようと各地で集会やパレードが行われました。

### 福島から原発ゼロの未来へ

あと1週間で原発事故から6年を迎える3月4日、日比谷野外音楽堂で「原発をなくす全国連絡会」による「原発ゼロの未来へ・福島とともに3・4全国大集会」がひらかれました。福島から250人が参加したのをはじめ、全国から3500人がつどいました。集会後に銀座をパレードし、「原発なくせ」「再稼働反対」とアピールしました。

福島・榎葉町から参加した早川千枝子さんは、避難者へのいじめや差別・偏見による



3・4 日比谷野外音楽堂

ひきこもりや自殺が少なくない中で「ふるさとと一家だんらんを奪われて、こんな思いをだれにもさせたくない、原発ゼロへみんなで頑張ろう」と訴えました。江戸川友の会も東都協議会のなかま30人と共に参加しました。

### 福島・祈りを超えて

6年目を迎えた3月11日、首都圏反原発連合主催で国会正門前と首相官邸前で「福島・祈りを超えて」と題して抗議行動が行われました。

原発再稼働と一体で福島の切り捨てを進める安倍政権に



3・20 さよなら原発集会パレード

対して、8千人の参加者は「原発いらない」「福島まもれ」「安倍政権を倒そう」と声をあげました。

いのちを守れ、  
マクシマを忘れない

「3・20いのちを守れ、マクシマを忘れない」：さよなら原発集会」が3月20日、代々木公園でひらかれました。1万1千人が参加し、「東京電力は責任を果たせ」「再稼働反対」とアピールしました。この集会にも、江戸川健康友の会は連絡会のなかまといっしょに参加しました。(黒木)

憲法施行70年平和といのちと人権を

## 5・3 憲法集会

有明・東京防災公園

いいね! 日本国憲法

2017・5・3(水祝) 憲法記念日

13:00~・スピーチ

・立憲野党あいさつ

14:30~パレード

ドキュメンタリー映画

「ザ・思いやり」を見て

3月5日、江戸川母親連絡会主催、九条の会・葛西の協賛でこの映画が上映された。参加者100名ものじや。

映画は、一人のアメリカ人が米軍への「オモイヤリヨサン」の疑問に挑むドキュメンタリーです。「GRAM基地増強費用は日本負担」の記事に、これは調べてみよう！と。

日本では4万4千人の



満員の参加者で鑑賞

アメリカ兵の駐屯に、基地内にある住宅・学校（1校20億〜30億円）やプール、ボーリング場にテニスコート、ゴルフ場、マクドナルドまで作った。また、原子力空母停泊場（100億円）、暴行事件の賠償金まで日本負担。1978年に始まった思いやり予算は、2015年度防衛省予算では4千667億円だが、他省庁の予算や借料

など合わせると8千911億円にもなっていると、いつかは本心に驚いた。沖縄・横須賀・厚木基地でのインタビュでも、知らないところに、日本の税金が使われているのだと改めて怒りがこみ上げてきた。

GRAMの青年の訴え「祖母も母も生まれて育った土地、自分も遊んだ大切な丘を追い出され、重い。思いやり予算は米軍でなく被災地へ。」

第2弾が作成予定とのこと、応援していきなさい。

（東葛西 佐藤ケイ子）



トヨタ総行動

内部留保を活かして 公害患者への医療費助成を

決起集会後、トヨタ本社に向けパレードしました

「トヨタは内部留保を活かし、地域経済を守れ」「排ガス公害の責任を取って医療費助成制度の財源を拠出せよ」：

トヨタ自動車に社会的責任を求める「第38回トヨタ総行動」が3月20日、愛知・豊田市の山ノ手公園で行われ、500人の声が響きわたりました。

トヨタ総行動には、健康

友の会も加入している「東京公害患者と家族の会」もバスで日帰り参加しました。

公害患者会の代表は決起集会で「国は1988年、大気汚染公害は終わった、として公害健康被害補償の指定地域解除（新規認定打ち切り）しました。しかし、自動車排ガスによる被害は終わることなく、今なお患者は増え続けています。ぜん息・慢性気管支炎・肺気腫に苦しむ、未だに救済を受けてない患者のためには大気汚染医療費助成制度をつくってほしい」と訴えました。トヨタは今年度の賃上げ1300円と回答し、非正規職員は一日1500円の引き上げのみです。

トヨタは3月期の決算で1兆8500億円と巨大な利益をあげています。集会で、はすべての労働災害をなくすこと、内部留保の活用で公害患者を救済する新たな医療費救済制度創設を求めるとの決議を採択しました。

（黒木）

医師・看護師・介護士増やせ！ 雷門の宣伝行動に参加しよう

「地域医療・介護総合推進法」が4月1日から実施されました。医師・看護師・介護士の人材不足がますます深刻になっています。誰もが安全、安心のサービスが受けられるよう署名や宣伝行動にとりくみましょう。

●いつ 2017年 5月13日(土) 14:30～15:30

●場所 浅草 雷門前

※友の会のみなさんの参加を呼びかけます。（友の会事務局）

## 医療・介護制度改悪の 中止を求める署名をひろげよう

江戸川健康友の会は、今  
ひらかれている国会に向け  
て衆参両院議長あてに提出  
する請願署名にとりくんで  
います。

請願の趣旨は「憲法で保  
障された社会保障は国の責  
任で実施すべきです。国の  
責任でいつでも、どこで  
も、誰もがお金の心配なく  
必要な医療や介護、社会保  
障を受けられるようにして  
ください」として、次の四

項目を要望する内容となっ  
ています。

①保険料や自己負担を増や  
す計画をやめて国庫負担を  
増やし、医療・介護の保険  
料と自己負担を引き下げて  
ください。

②公的保険の給付やサービ  
スを削減せず、すべての人  
に安全・安心の医療・介護  
を保障してください。

③どこでも必要な医療や介  
護・福祉が受けられるよう



南葛西の会員さんは  
個別訪問して署名活動



寒さに負けず、一筆一筆を積み重ねて

に、入院・入所を制限せ  
ず、病院や介護・福祉施設  
を確保してください。

④医師・看護師・介護職員  
を増やして、医療・介護現  
場の労働条件の改善を図っ  
てください。

「被爆者は核兵器廃絶を心から求めます」

## 「ヒバクシヤ国際署名」にようこそ

3月27日から核兵器を禁  
止する条約制定へ向けた交  
渉会議が、ニューヨークの  
国連本部でスタートしまし  
た。江戸川原水協は、この

条約交渉開始の動きに呼応  
して、3月22日に船堀駅頭  
で署名活動を行いました。  
江戸川健康友の会からも7  
人が参加し、合計12名で署  
名を訴えました。

広島・長崎の被爆者は  
「後世の人々が生き地獄を体  
験しないように、生きてい  
る間に何としても核兵器の  
ない世界を」と昨年4月か  
ら「ヒバクシヤ国際署名」  
を始めました。

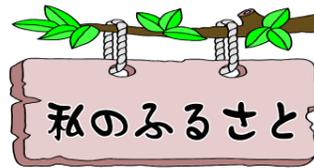
江戸川原水協の丸さんは  
「みなさんの署名が核兵器の  
ない世界の実現につながり  
ます。どうぞ足を止めて署

られています。ご家族をは  
じめ、友人、知人に署名へ  
の協力を呼びかけて、友の  
会宛にお送りくださるよう  
お願いします。

名にご協力ください」と訴  
えていました。

「安倍首相は口では平和を  
守るとかいうけど、核兵器  
禁止国連会議には出ないん  
でしょ。卑怯ですよ。主人  
の分も書いていいです  
か?」と二人分署名する人  
や「核兵器は絶対無くした  
いです」と署名に応じる人  
など、36筆が集まりました。

アメリカの「核の傘」の  
下で安全が守られていると  
考えている日本政府を動か  
せるのは、わたしたち一人  
ひとりです。「核兵器はいら  
ない」という意思を署名で  
表しましょう。友の会では  
600筆が集まっています。



**新潟県**

南葛西 西村智美

私は新潟県東北の田舎で生まれ育ちました。周りは田んぼ、近くには里山があり、海にも4kmと近く、高台からは粟島や佐渡も見えました。村には小学校、郵便局、町医者、農協、駐在所もありました。小学校に通う道には月に何度か「市」が立ち、近くの村々から人が集まり賑わっていました。当時、家々からはラジオの音が聞こえ玄関は開

いていて奥の方まで見通せました。季節を問わず近所の子と里山に行くのが遊びであり楽しみでした。秋には木の実がたくさんなり、きのこ取りや栗拾いを楽しみ生栗もよく食べました。水が温む頃になると、川で「つぶ」を摂りました。たくさん捕れて味噌汁にしてもらって食べました。

家業が農家で父母だけでは大変だったようで、住み込みの「姉ちゃん」がおり、休みの日には親戚の家に連れて行ってもらったことを覚えています。私たちの手伝いは玄関掃

き、履き物並べ、雑巾がけ等が日課で嫌でもやることになっていました。子供心に父は怖い存在でした。暗い土蔵に2回も入れられた事があり、大人になってから理由を聞いてみたことがありましたが、父も忘れてしまったのか、今だ解らずじま

**思い出す 父の優しさありがたさ**

- ほっとカフェ**  
ちょっといっぴく 気軽にどうぞ  
●毎月第2・3木曜日  
●飲み物・クッキー など100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  
●4月21日(金) 13時~16時  
●会費：900円  
●「居酒屋こうし」  
●申込み：  
Tel. 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  
昼食・裁縫道具 持参ください。
- 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。
- コカリナサークル 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 5階ホール  
●入会、見学いつでも。直接会場へ。  
●会費 1回500円
- 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  
●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**  
いつまでも自分の足で歩くために  
●毎週 火曜日 13時30分~15時  
●葛西みなみ診療所 5階ホール
- 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 9:30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 5階ホール
- 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の実費が必要です。
- 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 13時~  
●会場 葛西駅前「歌広場」  
●参加費 1000円
- 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 火/水/木 10~15時  
●男の時間(木彫り) 第1・3(水)11~15時  
●場所:一之江内科4階

**みんなで考え 楽しみながら作品づくり 手芸サークル**



着物のはぎれでひごい、まごい作り

思えば早3年が経ちました、あっという間ですね。

何の取り決めも無く、作りたい物を皆様と一緒に考えながら、楽しく作品作りをしています。

年代は、60代、70代、80代と高齢ではありますが、バイタリティのある人々の集まりです。

80代の方が、Aラインの革(スエード)コートを捨てるのが勿体ないのでリュックサックを作りたいと相談され、いいのではないかということになり、早速Aラインを利用して素敵なおリュックが出来上がりました。残りの材料でポシェットも作りしました。

あなたも手芸サークルで、自宅に眠っている思い出の着物や帯、洋服など捨てられない物に作品に変えませんか。楽しいですよ。(正木千恵)

**3人でも楽しかった 健康づくりウォーキング**



江戸川の土手、草があって歩きやすかったです。みなさんも参加しませんか

3月18日第3土曜日。快晴。10分待つて3人(佐藤さん、寺沢さん、小林)で出発。この日のコースは東葛西の街中を歩いて江戸川の土手へ、最後は南葛西の公園でした。ぽかぽか陽気のウォーキング日和、

江戸川の土手に出ると川風を受けて3人の話はずみずみ。なぎさ公園からフラワーガーデンまで春浅い緑を浴びて終点。ウォーキングの歴史やこれからのについても話し合ったりして、少人数でも楽しい街歩きでした。(小林功)

**緊張! でも合奏はたのしい コカリナサークル「アミティエ」**



3月5日の発表会

コカリナサークルは毎月第1、3木曜日に練習しています。3月5日には、南葛西の団地内で大人の学芸会「色・いろ・オ・祭」(サークル発表会)がひらかれ、アミティエは9人で演奏しました。

いま、4月15日の東京コカリナフェスティバルへの出演に向けて「青い空は」などの曲を練習しています。

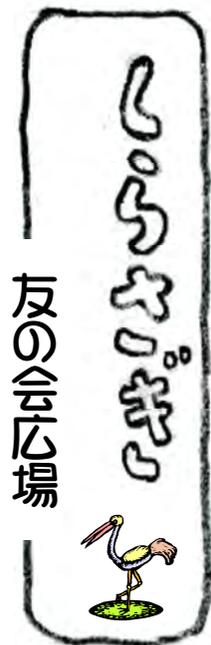
音譜をよめない、楽器はじめてだけど、コカリナに興味のある方、ぜひおいでください。ゆっくりと個人レッスンします。あなたの入会を歓迎します。

(日本コカリナ協会公認講師 小倉伸子)



松島 高田 和子

絵手紙



# 友の会広場



## 俳句

江戸川 長沢 常良

かたくりの花あり幼稚園の庭  
あれやこれ駅弁えらび春の旅  
白山の裾まで晴れて代田掻

## 川柳

清新町 石川 優

アベ友と読み替えなけりや無い話  
記録無い防衛省も言つてたな  
「一変」は監視してなきや分らない  
法相の後ろ見い見いする答弁  
しんがりはトリの川柳文芸欄

## 短歌

三郷市 石塚 ふさ子

初孫に送る雛菓子春の風  
老いし我差出す息子の手は温かく  
霜にたえそつと芽吹くや芝桜



南葛西 小宮山 鑑二

軍備には制限無いよ入って下さい  
黙祷と申し訳ない絶えぬ国  
三月のこの寒さ何政治です

西瑞江 豊田 育子

音楽劇山田洋次の「マリウス」に今井翼の肉体踊る  
港町マルセーユ人は喧嘩好き恋さへ夢さへ壊れてしまふ  
フランスにかかる戯曲がありしとはまるで落語の人情話  
舞台跳ねて日比谷の暮色を歩みたり生きるってまんざら悪くないか

東葛西 新 真

東西線まだ17年の妙典駅 初下車権現道・旧江戸川  
閻魔像力の限り我らを迎える 踏み台の足の血管の脈絡  
日蓮宗の多くは仏語の清し訓話 寺・神社・稲荷の「心は仏心なり」  
徳川の掬ぐりしキラシタン灯籠 大学生の調査にも揺るがず

## エッセイ

### スズガモに魅せられて

日本野鳥の会東京 幹事

飯田 陳也

私はそこに沢山いる鳥が、その環境を表現する鳥として大切だと思つた。

戦後の復興期、干潟を埋め工場を誘致して国を挙げて生産をあげる産業育成策で、空気が汚れ川や海水が汚染しスモッグの発生や背骨の曲がった魚が出現した。危機感を持った漁師や釣り人、野鳥の会などが生活を奪うな、ハゼの釣れる海を埋めるな、野鳥の住処を埋めるなと声をあげた。9割ほど埋め立てが進んだ東京湾の埋め立てにブレーキがかかった。

そして当時の革新都政はこれ



らの声を尊重し、「生き物豊かな公園」を目指して都と江戸川区による葛西沖再開発事業が進んだ。「今よみがえる葛西沖」東京都建設局発行より)

2020年のオリンピックが東京に決まった時、野鳥の会はこれらの経過を踏まえ、臨海公園の3分の1の緑地を壊しての会場づくりは見過ぎせない、都自身が造った生き物の聖地を自ら壊すのは自己矛盾であり、オリンピックの理念にも反すると主張し、11回の交渉を経て要望通り会場が公園の外に移った。

今、この環境を積極的に将来に渡り保全を進めるため、ラムサール条約に登録しようとして1年ほど前に準備会を立ち上げ、基金の助成を受けて年末12月18日には法政大学で200名を集めてのシンポジウムを成功させた。マスコミも注目し始めた1月5日のNHKひるまえホットが葛西の野鳥の豊かさを取り上げ、何紙かが取材進行中。これからは地元同意が大切、特に漁協の賛意が欠かせない。18年のCOP13での登録を目指します、皆さんご支援を宜しくお願い。

## 役立つ健康メモ 48 薬の話⑩

# プラシーボ効果とは

Q プラシーボ効果とはなんですか？

A プラシーボ効果（プラセボ効果）とは、本来は薬としての効果を持たない物質によって、得られる効果のことです。デンプンなどを使い、薬のように見せた物を偽薬、またはプラシーボと言います。プラシーボ効果は無視できないもので、プラシーボ効果のみを目的とした偽薬を販売している会社もあるくらいです。

プラシーボ効果は特に痛み、不眠、下痢に影響を及ぼし、ある実験では偽薬を飲ませた人の30%に鎮痛効果があったとの報告があります。また、体の細かい生理現象や臨床検査値にまでも影響を与えることがあります。しかし、偽薬によって副作用（有害な作用）が出ることもあります。

Q 医療現場で活かされている事はあるのですか？

A 薬の開発に活用されます。開発された新薬が認可されるまでには、治験（臨床試験）をクリアしな

ければなりません。治験では偽薬を飲んだグループと、新薬を飲んだグループで有効性や安全性を比較します。偽薬に比べて副作用が少なく、はっきりと上回る効果が確認されて、初めて新薬は薬として認められるのです。

最近でも偽薬より優位性を示すことができず、再評価の段階で販売中止になった薬がありました。

プラシーボ効果は薬を飲む人の心理状態に大きく影響します。医師の説明を理解し信頼して薬を飲めば、薬の効果にプラシーボ効果が加わり、より高い効果が得られることがあります。また、医師の薬に対する態度や、患者さんに抱く感情もプラシーボ効果に関連すると言われています。

専門知識に裏づけされ、自信をもって処方された薬はよく効きます。また、医師と患者の信頼関係が良ければプラスに、悪ければマイナスに働きます。良いプラシーボ効果を生むために、患者さんと良い信頼関係を築くように意識している医師も多くいると思います。



機関誌「いつでも元気」より転載

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

東日本大震災から6年経ちました。福島県富岡町の「夜の森公園」の桜ももうすぐ咲くことでしょうか。3月末で「避難指示」の解除される市町村がある一方、まだ続くまぢ。解除されても避難計画のない所も。また、帰っても生業や生活が成り立つかどうかの問題も残ります。最近、私たちがよく歌う『ふるさと』の歌。復興支援の気持ちを込めて歌うことが多いと思いますが、地元の人達は「あまり歌って欲しくない」という気持ちがあることを知り

驚くと共に、深い悲しみを感じました。忘れず、寄り添い続けたいと思います▼国連本部で、「核兵器禁止条約の制定に向けた交渉会議」が開かれます。唯一の被爆国でありながら、昨年10月に条約に反対した日本ですが、交渉にも不参加を決め内外の批判を浴びています。『被爆者署名』などで、「核兵器ノー」の声を広げていきましょう▼「西の森友、東の豊洲」が大問題に。国会、都議会、百条委などで、しっかりと真相を究明して、なれ合い政治を正して欲しいものです。

(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) 佐野裕之 (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



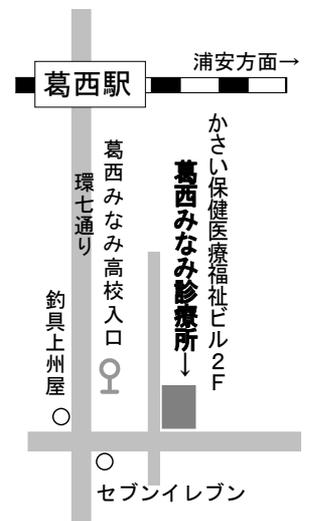
### 葛西みなみ診療所・診療案内

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② 診療受付 10:30～ 12:30 新田英昭	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	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)

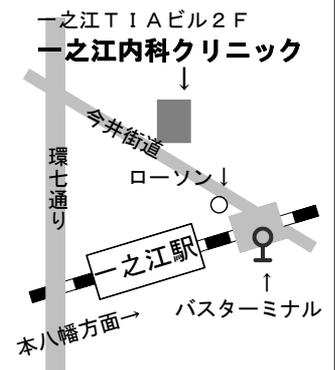
注② 木曜日9:00～10:30は健康診断専用時間です。  
内科受診の希望者は10:30～12:30の間にお越しください。



### 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 藤井	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。