

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

2019年3月10日 第87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  
ホームページ：〔江戸川健康友の会で検索〕  
郵便振替口座番号：00170-8-393711

**スズガモ** 葛西海浜公園では、冬になると2万羽以上のスズガモが観察されており、カンムリカイツブリも全世界に生息する数(推定生息数3万7500羽)の1%以上が観察されています。多くの渡り鳥が飛来するほか、準絶滅危惧種のトビハゼなどの様々な生き物が生息しています。広さは367ヘクタールもあり、東京ドーム78個分になります。

(写真提供・日本野鳥の会・東京)



## カヌー競技場を変更させ 葛西沖をラムサールに登録

日本野鳥の会・東京 飯田 陳也

葛西に住むようになって40年が過ぎ、人生で一番長く住むところとなった。このころから趣味を山歩きから、鳥を見ることに重点を移し、日本野鳥の会東京に在籍した。

石原知事が10年前に手を挙げたオリンピックは、リオデジャネイロに決まり難を逃れたが、その中には臨海公園の3分の1の緑をなくすカヌー競技場が含まれていた。4年後は本腰を入れて開催を呼び込むだろうと考え、全国の野鳥の会に呼びかけ、都自身が作った生き物の豊かな臨海公園をつぶさず、隣の都用地を使って実施するように訴えかけ、11回の交渉を経て、水道局の土地に変更させることができた。一部変更ではなく丸ごと変更できた貴重な経験である。

これを機に、自然を守るには前から準備していた「ラムサール条約への登録」が必要と考え、「葛西三枚洲の登録を呼びかける」シンポジウムを2016年6月19日に開催した。12月18日には都民向けの「東京湾の再生と葛西三枚洲」

の講演会を、政法大学の新校舎を借りて開催。200名ほどの参加者を得て成功させ、自然保護助成基金の助成を受けて、2年間の取り組みをアピールすることができた。

2018年10月21、26日、ドバイで行われた第13回ラムサール締約国会議で、日本における52番目の登録地として宮城県の南三陸町とともに、ラムサール条約の登録認定を受けることができた。

昨年暮れには、記念碑ができあがり、都主催の登録記念式典が開催されました。西なぎさに行かれたときは、東側のテントの先の記念碑をぜひご覧下さい。

### ラムサール条約って何？

ラムサール条約は、1972年2月2日にイランのラムサールで採択された湿地に関する国際条約です。正式名称は、「特に水鳥の生息地として国際的に重要な湿地に関する条約」といいますが、採択地にちなみ、一般的に「ラムサール条約」と呼ばれています。日本で登録されている湿地は釧路湿原や尾瀬など52カ所。近隣では谷津干潟(千葉・習志野市)が登録されています。

# 消費税10% 止めさせよう

## 私たちの暮らしに深刻な影響

政府は、10月から消費税率を10%に引き上げようとしています。実質賃金は伸びず、家計消費は低迷し、深刻な消費不況が続いています。格差と貧困は拡大する一方です。このまま税率引き上げが実施されれば、地域経済をさらに疲弊させ、中小企業や小規模事業者の営業をおびやかす、雇用不安を招くなど、わたしたちの暮らしへの影響は計り知れません。「軽減」と宣伝されている複数税率による混乱も心配されています。「いま、消費税を上げる時なのか」といった声が広がっています。

### 消費税10%のダメージ度は！

消費税率を10%に引き上げれば、私たちの家計は大変なダメージを受けます。日本銀行の黒田東彦総裁は、「10%に上げて景気に大きな影響はない」と話していますが、とんでもありません。

前回、2014年4月の消費税5%から8%への3%アップよりも今回の2%アップのほうが、格段にインパクトが強いのです。理由は簡単です。10%という“分かりやすさ”です。たとえば、1万8900円の品物で、8%の消費税はいくらか、すぐには計算できません。でも10%ならすぐにできます。自分が「消費税をこんなに払っているんだ」と、みんながすぐに気がつきます。そして、負担の重さを実感し、ものを買わなくなります。

食料品などを8%にすえおく「軽減税率」も、実はトクするのはお金持ちです。1パック500円の豚肉を買っても「軽減は10円」ですが、5万円のステーキ肉を買えば「軽減は1000円」です。お得感がまるで違います。

### 社会保障制度が 経済成長を支える基盤に

“社会保障の充実のため”と消費税が導入され、税率が引き上げられてきました。消費税が導入された1989年以後、社会保障は改悪の連続です。右側の図のように、社会保険料などの国民負担がふくらみ続け、社会保障の給付は切り下げられてきました。

消費税導入される以前、被用者本人の医療費の窓口負担は1割でした。それが1997年に2割、03年に3割に。今では高齢者も1～3割の負担に。

世界有数の少子高齢化社会の日本。社会保障費が年々ふくらむのは避けられませんが、社会保障制度が経済成長を支える基盤となり、消費や投資の活性化にもつながります。戦争で滅んだ国はありますが、社会保障を充実させて滅んだ国はないようです。

### 消費税10%の中止を求める 請願署名を広げよう

江戸川健康友の会は、「10%消費税ストップネットワーク」の呼びかけに応じて「10月からの消費税10%引き上げの中止」を求める衆・参両院議長宛の請願署名に取り組んでいます。署名用紙を会報といっしょにお届けします。暮らしを破壊する消費税増税中止の声を広げましょう。

書いていただいた署名は、区内三カ所の民医連診療所の窓口まで届けてください。他地域の方は、郵送で（切手カンパ）友の会事務局まで送ってください。

### 消費税導入してどうなった社会保障

		1988年度 (消費税導入以前)	2018年度
医療	被雇用者本人の窓口負担	1割	3割
	70歳以上の窓口負担(外来)	定額 (1カ月800円)	70～74歳2割、 75歳以上1割、 現役並み所得3割
	国民健康保険料(1人平均、年)	56,372円	11万円 (2015年度)
年金	老齢年金の支給開始年齢	60歳	65歳
	国民年金保険料(月額)	7,700円	16,340円
	老齢基礎年金給付満額(年)	627,200円	779,300円
介護・福祉	介護保険料(65歳以上、月額)	介護保険制度なく措置制度	5,869円 (全国平均)
	障害者福祉の自己負担	応能負担(9割は無料)	課税世帯は上限月額負担
	公営保育所数	13,657カ所 (1988年10月)	8,854カ所 (2015年10月)

(しんぶん赤旗から)

# いま、介護の未来のために 特養あずみの里、業務上過失致死事件

民医連の看護職員が不当に起訴された「特養あずみの里刑事裁判」は、3月25日に判決が下ります。

「特養あずみの里裁判」は、2013年12月、特養ホーム「あずみの里」（長野県・安曇野市）に入所していた女性が、おやつを食べた直後に意識を失い、1ヶ月後に亡くなった「事件」。検察は現場で別の入所者の食事介助をしていた看護師を業務上過失致死罪で起訴しました。

検察は、当初「注意義務を怠ったこと」を訴因にしました。しかし、途中で「ドーナツを配ったこと」を追加、さらに終盤になって「注意義務の発生は、ドーナツを配り終えてから」などと注意義務の発生

時期を拡大する訴因変更を行うなど、何が何でも有罪にしようとしています。

介護施設でのおやつ時の異変について、職員が業務上過失致死で起訴された例は初めて。万が一にも有罪になれば介護現場は萎縮し、高齢者に対する人間らしい介護が崩壊します。

12月17日にひらかれた22回目の最終弁論で弁護団は、あずみの里での介護職員と看護職員の業務違いと分担を詳細に述べ、食事やおやつ時の介助は、介護職員が中心になっておこなっている、手の空いた看護職員は、積極的に補助として入っていることを、証拠採用された「現場再現DVD」を文字化した資料を元に述べました。また、発生

当初、「窒息ではないか」との推測が独り歩きし、これをもとに看護師長や救急隊、搬送先医師の対応がなされたが、死亡後の検査によって、死因は窒息ではないことが証言などによって明らかになっています。

あずみの里は、地域の広範な人々と無罪を勝ち取る会をつくり、裁判傍聴や署名集めなどで、被告を全面支援しています。署名は、これまでに40万7810筆が集まっています。（黒木）

## 支援先：

### あずみの里刑事裁判・無罪を勝ち取る会

〒399-8204

長野県安曇野市豊科高家582-11

共立福祉会 気付 電話 0263-71-2300

## なぜ夜間中学が必要か

### “こんばんは” 上映会

3月27日(水) 13:30~16:00

場所：葛西みなみ診療所5Fホール

主催：江戸川健康友の会

参加費：無料

夜間中学といえば山田洋次監督の「学校」、森康行監督のドキュメンタリー「こんばんは」でおなじみですが、今回その「こんばんはⅡ」が完成し、上映運動が始まっています。なぜ学ぶのか、なぜ夜間中学が必要なのかを考えさせられます。

「学ぶことは生きのびることです」という大竹しのぶさんのナレーションで始まる映画。夜間中学で学んだ人たちが逆境の中から立ちあがって

く姿が語られます。

文科省は法律に基づき「全都道府県に最低1校の夜間中学の開設を」と呼びかけています。4月開校は松戸・川口の2校。さらに北海道、茨城でも開校が予定されています。全国では8都府県に33校、東京には小松川2中はじめ8校あります。



2003年/日本/16mm/カラー/92分

文化庁芸術文化振興基金 記録映画長編部門 助成

# 2019年友の会新春のつどい 芸達者の演芸を楽しむ

1月20日恒例の新春のつどいを53人の参加で開催しました。猪瀬会長の開会のあいさつではじまり、南葛勤医協、久手堅副看護部長より、4年連続で黒字を維持、安定した医療・生活支援運営をしているとの報告がありました。続いて区内の民主団体や労働組合の代表からお祝いとお励みのごあいさつをいただきました。



山口幸子さんのトーク手品

持、安定した医療・生活支援運営をしているとの報告がありました。続いて区内の民主団体や労働組合の代表からお祝いとお励みのごあいさつをいただきました。

消費税の引き上げ・憲法改悪・庶民生活を苦しめている安倍政権の数々に反対するお話がありました。  
また、江戸川原水協の丸宗市会長から、「今年の平和行進は北海道の礼文島を起点に、東京・広島への通行進に参加する」との決意表明があり、参加者みんな元気をもらいました。友の会も長い道のり元気にそして無事に進んでいくよう応援したいと思います。  
乾杯の後は4組の楽しい演芸披露に進みました。西葛西の山口幸子さん初演芸は「あべこべ晋三」と政治風刺を織り交ぜながら、絶妙な手さばきの手品を楽しむことができました。

今回は色々な行事と重なり例年より参加者が少なく残念でしたが、参加者全員で明るく楽しく親睦を深めました。  
(矢野)

## 区の熟年文化祭 で入賞

友の会・手芸作品

昨年につづいて今年も2月13・14日に開催された「熟年文化祭」に一之江センターと葛西地域の手芸サークルの会員が作品を出展しました。入賞した作品とお名前をご紹介します。

**金賞**・谷口和子（タペストリー）  
**伊藤初子**（キルトバッグ）  
**銀賞**・羽田ヤチエ（バッグ）  
**銅賞**・伊藤照子（着物リメイク）  
富塚治江（着物リメイク）  
望月静江（キルトバッグ）  
文化祭には入賞者を含め27人の会員が手芸部門に出展しました。



作品と入賞を喜ぶ受賞者

## 新春 歩こう会

# 三々五々 自分のペースで土手歩き

今年は柴又界隈を訪ねました。小岩駅北口から約1時間30分、江戸川土手を歩いて柴又まで行くコース。曇り日で寒かったけれど、42名の参加者はみな元気でした。88歳のSさんはサロンのスタッフ佐々木恵子さんと一緒に30分ほど歩きました。

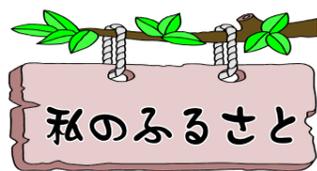
友の会の幟旗を先頭に三々五々自分のペースで土手に行くので話しも弾みます。



寅さん記念館の上の公園で記念撮影

河川敷でスポーツを楽しんでいる光景や矢切の渡しなどを見ながら、寅さん記念館の上の公園へと歩きました。趣のある「山本亭」の外庭を抜けて帝釈天へ。参道の雰囲気を楽しみながら終着の柴又駅へ。寅さん像とさくらの像に、健康と幸福を願って足などさすりました。

打ち上げには14人参加で盛り上がり、寒いので熱燗がおいしいと、ひれ酒で乾杯！楽しい歩こう会でした。  
(小林)



## 私のふるさと 神奈川県

新小岩診療所所長  
田村 倫朗

ちました。この文章を書くにあたり調べてみましたが、豊臣秀吉が北条氏を小田原攻めしたときに下田城攻防戦があったこと、幕末に日露和親条約締結のために下田へ来航していた露使プチャーチン

と同じ日本史を繰り返し学びました。小学校のときから地元の歴史を教えるべきではないのかなあ。小学校のころはよく近くの鍋田浜海岸へ泳ぎに行きました。診療所に展示していた「9月のジオラマ」は

## 幕末の表舞台にもなった下田

「♪♪米使ヘリーの来航に、鎖国の扉開かれて♪♪」(下田小学校校歌1番より抜粋)  
私が5歳から15歳まで過ごした街、伊豆半島の先端の手にある下田。幕末に日米和親条約が結ばれると箱館とともに開港。吉田松陰が渡航に失敗したり、ハリスが駐屯したりしたこと

で歴史の表舞台に短期間立ちました。小学校・中学校・高校乗船のディアナ号が安政東海地震のため大破し、日露協力で新船を建造して帰国したことなど、自分のふるさとをほとんど知らなかったことに驚きました。小学校・中学校・高校

この海岸をモチーフとしたものです。でも海の近くに住んでいるからといって水泳が得意だったわけではなく、小学校6年生のころは50メートルがやっとでした。都会からやってきたと思わ

れる小学生高学年くらいの集団が沖の方まで遠泳しているのをうらやましく眺めていたのを覚えています。先日日帰りで帰省しました。下田の鄙びた街並みはほとんど変わっていませんが、人通りはまばらです。最盛期に3万2千あった人口は、今では2万2千にまで減ってしまいました。寂しい感じがします。  
「♪♪揺りと♪♪るけ潮騒、波濤越えしは黒船♪♪」(下田市立下田中学校校歌4番より抜粋) 下田は幕末以外にも自慢できることがある。それは、いいのになあ。

### ほっとカフェ

- 毎月第2・3木曜日 14時～16時
- 3月21日はお休み
- 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
- 毎月 第3金曜日 13時～16時
- 会費：900円
- 「居酒屋好土」
- 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
- 昼食・裁縫道具持参
- ▼参加無料

### 囲碁・将棋クラブ

- 毎週 金曜日 13時～17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。

### コカサ 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 9時半～11時
- 葛西みなみ診療所 5階ホール
- 入会見学いつでも。

### さわやか喫茶

- 予約不要どなたでも
- 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
- 第1・3火曜日 13時30分～15時
- 葛西みなみ診療所 5階ホール

### 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

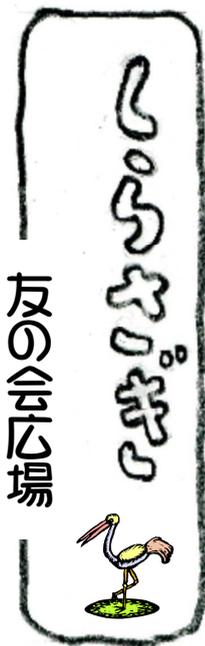
- 第1・2・3・5水曜日 13時～16時
- 葛西みなみ診療所 5階ホール
- 参加費1回につき200円。他作品の実費が必要です。

### 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



友の会広場

俳句

江戸川 長沢 常良

一文字瓦の上に太郎月

石一つ櫛の芽一つ禅の寺

如月やいぶりがつこの食べ応へ

節分の豆の多さよ年のかず

川柳

南葛西 小宮山 鑑二

中学生自殺するなよ俺代わる

拉致問題米に頼るな自ら北へ行け

猫の目が驚いてます空模様

短歌

西瑞江 豊田 育子

お金をば「おあし」と呼びし日の遙か電子マネーに祈る賽銭

人麻呂の刑死仮説を投げしひと梅原猛けふ薨りぬ

潔く生くる姿の有り様を顔真卿の書跡は語れり

中央 二瓶 誠一

年の瀬にひっそり千両の實の光る子らも巢立ちて主なき庭に

今日もまた友への思い募りたり認知薄れて独り施設に

改憲を許さぬ仲間とパレードに辺野古にスクラム友を思いつ

瑞江 今井 雄二

最年少の記録づくめの棋士なればメディアも逃がさず新人王戦

落下物明日は我が身と恐る蠅本土への真の復帰はいつぞ

年金生活節制しつつ凍ゆ夜はエアコン温度を一度上げたり

エッセイ

榎葉町で再開店した

「やぶそば」を訪ねて

中央 二瓶 誠一

3・11大地震・原発災害から8年が経ちました。私は「消費税をなくす東京の会」のメンバーに誘われて、昨年12月17日に福島県榎葉町を訪ねました。

榎葉町は原発事故で全町避難を強いられた町です。避難解除が出されたのは15年9月でした。その町に7年9ヶ月ぶりに「そば店」を再開店した山内さんにお祝いをと5人で訪ねたのです。

山内さんは15歳から約20年間、東京での修行を終え独立、故郷に戻り「やぶそば」を営業し順調な日々の中が大災害に巻き込まれたのです。山内さんが避難したのは葛飾区水元でした。

私は3・11の3年後の2月に被災地の富岡町へのツアーに参加したことがありました。その

バスに山内さんは水元の方々と一緒に参加されていました。16号線を走るバスの中から、山内さんの「あれが私の店です」の声に車窓を見ると（当時はバスを降りて歩くことはできない）綺麗なままの店が建っているではありませんか。地元で評判だった店を残し、山内さんの家族は避難をして行ったのです。

「そば処手打ちやぶそば」の新しい看板、店内の木の香に私たちは、山内さんの「あきらめない」心と家族の苦労をお聞きし、胸が一杯になりました。山内さんも私たちと会えて嬉しいと声を詰まらせ話されました。

「やぶそば」の営業再開は地元のみなさんからも「楽しみます」と言はれていて、私たちも、「本当に良かった。来て良かった」と思いました。

安倍政権の原発輸出は総崩れしているなか、国内原発の再稼働と増設に躍起です。福島原発の大災害を顧みない政権は一刻も早く倒さねばと心から思った榎葉町への旅でした。

## 役立つ健康メモ 67 薬の話No.35 のどスプレー (下)

冬場になると、コマーシャルで目にする機会が増える「のどスプレー」。さまざまな種類がありますが、どのような薬なのか、使い方や気をつける点についてお話しします。

### ●トローチと併用してもいいですか？

喉に痛みがある場合、のどスプレーとトローチを併用する方もいらっしゃるでしょう。

トローチにも種類がいくつかあります。どれも口の中の細菌や真菌を減らす成分が入っていますが、ただし、ウイルスには効果がありません。

ヨウ素が入っているのどスプレーとトローチを併用しても、体に問題はありません。しかし、殺菌効果を比較するとトローチの効果はかなり弱いので、のどスプレーだけで十分です。

また、炎症を抑えるのどスプレーのなかには、

トローチに使われている成分と同じ成分のものがああります。これらは併用しても意味がありませんので、購入の際には、注意が必要です。分からないときは、薬剤師や登録販売者に相談しましょう。



### ●取り扱いには注意を

ヨウ素系のどスプレーや医療用うがい薬に含まれているヨウ素は、強力な成分です。たとえば濃度100%のヨウ素が皮膚に付くと傷つき、目に入ると失明する恐れがあります。取り扱いには注意し、皮膚に付いたり目に入った時はすぐに洗い流しましょう。

風邪の予防には「医療用うがい薬よりも、緑茶や水道水によるうがいの方が効果が高い」という調査もあります。風邪の予防には、緑茶や水道水でのうがいと手洗いを基本にしましょう。

「いつでも元気」より転載

**編集後記** 今年の冬は気温の差が激しい日があったりして、体調を崩された方も多かったようです。3月になるとさくらの開花予想も出はじめます。今年3月下旬ころだそうで楽しみですね▼沖縄では新基地建設のための辺野古埋め立てについて県民投票がこなわれ「埋め立て反対」の投票数が7割超多数をしめたと報道されてきました。基地をなくして平和な、静かな日常を願うのがあたりまえな気持ちですよね▼先日の

ニュースで安倍首相は「自衛官募集6割以上の自治体が協力しない現状に残念」と言っていました。えっと思ったのですが、後日の新聞報道で、9割以上の自治体が住民台帳閲覧やなんらかの方法で協力していることがわかったと伝えられました。そういえば昨年夏ころ、新小岩の駅前で自衛官募集のうちわを配っていたのを思い出しました。嘘と方便で言いくるめ、9条を改憲しようとしているまったくこれこそ残念です(猪瀬)

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

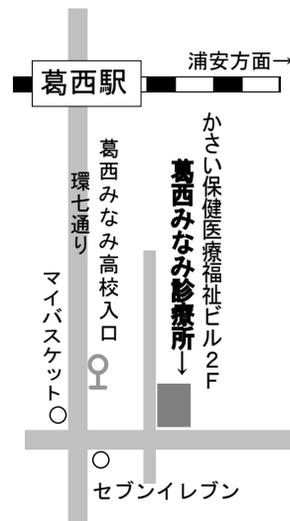
受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9時～ 12時30分	田村所長 (内科)	田村所長 (内科)	佐藤武文 (内科・神経内科)	田村所長 (健康診断)	田村所長 (内科) 恩田圭司 (整形外科)	吉川俊治 第1.3(内科) 江花有亮 第2.4.5(内科)
午後 14時～16時	田村所長 (内科)	外来休診 田村所長 (訪問診療)	馬淵 卓 (内科・糖尿病) 佐野裕之 (訪問診療)	田村所長 (内科)	外来休診 田村所長 (訪問診療)	休診
夜間 18時～20時	休診	田村所長 (内科)	大倉哲朗 (内科外科)	休診	田村所長 (内科)	休診



### 葛西みなみ診療所・診療案内

江戸川区南葛西2-12-1 かい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	新田英昭注② 診療受付 10:00～ 12:30 (訪問診療)	関口康宣	第1.3.5 安藤浩 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	関口康宣 (訪問診療)	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



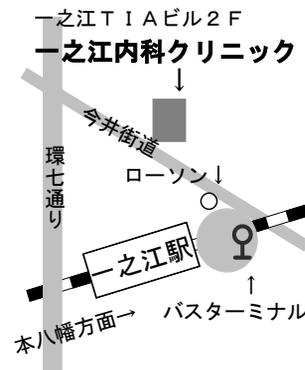
注① 月・火・木の午後は予約外来となっていますが、ご予約のない方も受診いただけます。(予約優先)

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	瀬底
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  
夏休み(8月で一ヶ月前から掲示)です。