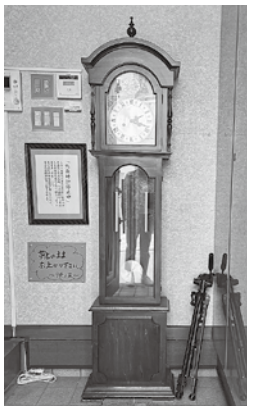


# 平和を考える杉並と中野のいま



9条の家 「戦争ほうき=(放棄)」を持つ金野さん(左)と辻さん

9条の家  
はもともと、  
金野さんが  
姉から引き



停止中の「9条時計」

「9条の家の役割は、9条を蘇生すること。安保法制で仮死状態ですから」と説明します。

丸ノ内線新高円寺駅近くの住宅地に「9条の家」があります。昨年10月末にオープンしました。玄関に上がるとすぐ目に入るのが大きな振り子時計。安全保障関連法が成立した2015年9月19日2時19分で止まったままの「9条時計」です。館長の金野奉晴さんは「9条の家の役割は、9条を蘇生すること。安保法制で仮死状態ですから」と説明します。

今年の8月15日で戦後80年を迎えます。戦争の記憶の風化が危ぶまれ、世界では今も戦争や紛争が続いています。杉並と中野の市民による平和を考える2つの場所を紹介します。(編集部 石田・粉川・遊佐)

## 杉並・9条の家

人と触れ合いながら

9条の家 杉並区梅里 2-28-20

開館時間 12:00~17:00

休館日 毎週水曜日

名誉館長 伊藤千尋 (ジャーナリスト)

応援する会会長 黒沼ユリ子 (バイオリニスト)

辻さんは「記念碑も大切ですが、9条の家は人が集うのがいい。9条や平和を語り合う仲間が周りにいなくて、抱え込んでいる人もいますから。ここで人と触れ合いながら、一緒に9条を広めていきたいですね」と話します。

カフェも大変です。と副館長の辻美智子さん。1階のブックカフェ「エクスぺリアムス(武装解除)」は、憲法や平和、戦争などの本が並び、こだわりのコーヒーや紅茶を楽しめます。



2階にはネット配信のスタジオも

防災公園機能を持つ「平和の森公園」。かつてここには治安維持法で捕まった思想家を収監する豊多摩監獄がありました。戦後、中野刑務所に改めた後、1983年に閉鎖しましたが、日本建築学会などの要望を受けて、表門は残されました。地元では「平和の門」と呼ばれています。門は大正時代を代表する建築家、後藤慶二の唯一現存する作品です。赤レンガを厚く積み上げた構造は、耐震性能と美しさで高く評価されています。ところが、敷地に小学

校の校舎新築計画が持ち上がると、門は再び取り壊しの危機に直面しました。建築愛好家らによる「中野たてもの応援団」のメンバーが中心になって、「平和の門を考える会」を2014年に発足。門についてみんなで緩やかに考えようと、門の写生会や講座を開催したり、区への要請や提案に取り組みできました。



平和の門(旧豊多摩監獄表門) 写真提供: 平和の門を考える会(2点とも)

豊多摩監獄に収監された思想家たち  
河上肇 大杉栄 荒畑寒村 壺井繁治 土方与志 小林多喜二 戸田城聖 など

中野・平和の門  
門の「語る力」



門の内部の様子 (21年11月、公開見学会)

「人間は弱い生き物です。想像力だけで戦争のあった近代や歴史を語るのには限界があります。きっと、門を初めて見た人は『これは何?』と思うでしょう。そして、建築や治安維持法、平和、歴史など、門に関することを知り、思いを巡らせる。モノにはこうした「語る力」があるのではないでしょうか」

さんは、モノを残すことが大切だと強調します。「人間は弱い生き物です。想像力だけで戦争のあった近代や歴史を語るのには限界があります。きっと、門を初めて見た人は『これは何?』と思うでしょう。そして、建築や治安維持法、平和、歴史など、門に関することを知り、思いを巡らせる。モノにはこうした「語る力」があるのではないでしょうか」

平和の門 中野区新井 3-37

(旧中野刑務所正門/旧豊多摩監獄表門)

※現在、移築修復工事中

参照: 中野区ウェブサイト (旧中野刑務所正門について)

平和の門を考える会

代表 前野まさる (東京藝術大学名誉教授)

「無知・無謀・無責任」と言われるトランプ関税。対等の立場を忘れ、トランプ支持者と同じ赤い帽子を被った交渉団長の赤澤亮正(りやうせい)経済再生相は見るに耐えません。何を守るかより、何を譲るかに腐心し、朝貢外交と揶揄されています。▼同時に米国は軍事費をGDP比5%に引上げるよう求めています。第二次安倍政権による集団的自衛権の行使容認以降、戦争する国づくりが急激に進み、軍事費は既に5年間で43兆円超です▼日本が成長できない国になって30年、財政のゆとりはありません。物価高の今こそ、社会保障費や教育費に使うべきです▼ところが自公・維は、医療費の4兆円削減方針に合意。削減のために安楽死制度の導入を野党の一部がつぶやく一幕さえありました▼政治の主たる仕事は国民の命と暮らしを守ること。戦争という人命損壊の政治を絶対に許してはなりません▼世界で戦争が絶えない今こそ、9条を掲げ、外交努力による紛争解決に向け、行動すべき時です。(も)

わたし  
「無知・無謀・無責任」と言われるトランプ関税。対等の立場を忘れ、トランプ支持者と同じ赤い帽子を被った交渉団長の赤澤亮正(りやうせい)経済再生相は見るに耐えません。何を守るかより、何を譲るかに腐心し、朝貢外交と揶揄されています。▼同時に米国は軍事費をGDP比5%に引上げるよう求めています。第二次安倍政権による集団的自衛権の行使容認以降、戦争する国づくりが急激に進み、軍事費は既に5年間で43兆円超です▼日本が成長できない国になって30年、財政のゆとりはありません。物価高の今こそ、社会保障費や教育費に使うべきです▼ところが自公・維は、医療費の4兆円削減方針に合意。削減のために安楽死制度の導入を野党の一部がつぶやく一幕さえありました▼政治の主たる仕事は国民の命と暮らしを守ること。戦争という人命損壊の政治を絶対に許してはなりません▼世界で戦争が絶えない今こそ、9条を掲げ、外交努力による紛争解決に向け、行動すべき時です。(も)

## 病体生理研究所

# PFA<sub>5</sub>血中濃度検査

「新たな公害」と言われる有機フッ素化合物PFA<sub>5</sub>の汚染。水や食べ物、環境から人の体に入ったPFA<sub>5</sub>は血液中の濃度で測定します。検査を担う病体生理研究所環境発がん研究センター（民医連加盟）をたずねました。

### クリーンな分析室で

全国でPFA<sub>5</sub>による水の汚染が報道される中、民医連は健康被害の実態を明らかにするため、PFA<sub>5</sub>の血中濃度の検査を検討しました。病体生理研究所所長の五十嵐清子さんは2023年5月、検査体制を持つ京都大学の研究室を見学。帰京するとすぐ、メーカーに見積もりを依頼したそうです。

### 7種類のPFA<sub>5</sub>を測定

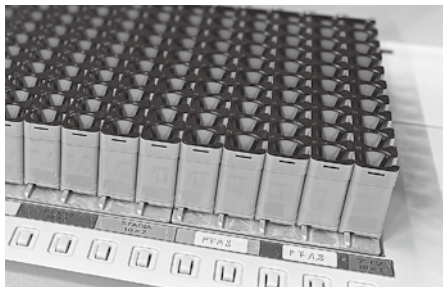
「検査装置を買うだけの単純な話ではありません。コンタミネーション

研究所に運ばれた血液

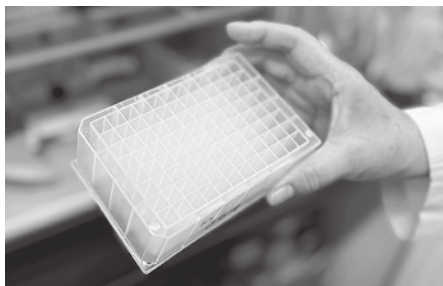


左奥から冷凍庫、前処理装置、測定機器が並ぶ。五十嵐さん(左)と環境発がん研究センター事務局の中川博之さん

健康診断などの検体と同じ処理をした後、分析室へ移されます



作業に合わせた箱や検査備品も必要



検体は、一般の検体と同様の処理をした後、PFA<sub>5</sub>分析室へ移します。PFA<sub>5</sub>抽出のための自動前処理装置を経て、専用の測定装置で7種類のPFA<sub>5</sub>を抽出し、それぞれの濃度と合計値を報告します。

### 住民の力になりたい

研究所は昨秋、岡山県吉備中央町の検査を受注しました。同町では放置された産業廃棄物からのPFA<sub>5</sub>汚染が問題になっています。

五十嵐さんは「入札案件は高い精度が求められる上、実施期間も短く、ハードルが高い。でも、この町の住民から相談を受けていたこともあり、力になりたかったのです」と振り返ります。

検査は希望者が対象。期間は2回延長され、約800件を受け付けました。「検査で数値を知った人の影響で、後から希望

### 検査で疾病予防を

研究所では学習会の講師や原稿の執筆などを通して、PFA<sub>5</sub>汚染の周知にも取り組んでいます。五十嵐さんは「検査をして何になるのという人もいますが、血中濃度を

知り、一部のPFA<sub>5</sub>には除去効果のある浄水器を使って、数値が下がった人もいます。PFA<sub>5</sub>が影響する疾病の予防につながります。汚染リスクを知ってほしいですね」と語りました。

### PFA<sub>5</sub>相談外来はじめます

中野共立診療所では7月よりPFA<sub>5</sub>相談外来を開始予定です。詳細はお問い合わせください。代表：03(3386)7311

## 私の憲法集会

新日本婦人の会 中野支部 金子恵美子

5月3日、晴れたる青空の下、有明防災公園で、2025憲法大集会が行われました。

「未来は変えられる！戦争ではなく平和な暮らし！」

この呼びかけにどう行動したら…。昨年、日本原水爆被害者団体協議会（被団協）のみなさんが、ノーベル平和賞を受賞。しかし、唯一被爆国の日本は、核兵器禁止条約の批准を無視し続けています。なんとかしたい！そんな思いで「日本政府に核兵器禁止条約の署名・批准を求める署名」を会場で集めることにしました。

11時に会場に着いたものの、一人ではなかなか踏み出せず、「治安維持法犠牲者に国家賠償法の制定を求める署名」をお願いしている人と一緒に

訴えました。会場内は署名禁止のため、入口まで戻りました。来場者もチラシを配る人も多く、思うように署名を集めることはできませんでしたが、署名を通じて、いろいろな方と対話をできたのが収穫でした。

集会のメインスピーチでは、被団協代表委員の田中熙巳さんが最後、「私は93歳。私たちの思い、みなさん引き継いでください」という訴えに、「まかせて！」との思いで拍手を送りました。

地域のみなさんと合流し、「軍拡でなく、いのちくらし」「LOVE憲法」のプラカードを掲げてアピールしました。集会後のデモ行進は最後尾。初めて出会うみなさんと一緒にシュプレヒコールを上げながら、豊洲まで歩きました。



### 新所長就任

ももその健康友の会

4月1日より新所長に梶尾裕医師が就任しました。5月の友の会役員会では梶尾所長から、「引き続き友の会と診療所が力を合わせて頑張っていきましょう！」と挨拶いただきました。（中西）



### 「体が軽くなった」

天沼健康友の会

昨年12月、試験的に4人で開始した「ころばん体操」。現在は10人以上が、体操とおしゃべりを楽しみに集まっています。体を動かすことの継続は大切です。最近では「体が軽くなった」という嬉しい声も。（犬山）



### 土建まつりで健康相談

えこ・ぬま健康友の会

6月1日に開かれた中野土建えこた分会のまつりに診療所と友の会が、健康相談コーナーで参加。約40人が握力測定などを受けました。友人どうしで結果を見せ合いながら、わいわい。「楽しむこと

が長生きの秘訣」と看護師の言葉に、「そうね」とみなさん納得でした。（粉川）



### 恒例のお花見会

かわしま健康友の会

春の恒例イベント、お花見会を開きました。昨年の寂しい桜とは打って変わって、ほどほどの五分咲きで天気も快晴。総勢15人の参加者で、世話人の川口さんの手料理と冷たいビールに大満足な一同でした。（窪田）



### ころばん体操でのはず健康寿命

やまと健康友の会

「健康寿命をのばす」。これは誰もが願う目標です。ころばん体操にはほとんど休まず参加しているみなさんは年齢に反して、元気で体の可動域が広く、歩行もスムーズです。「継続は力」をまさに体現

連載 4

認知症多職種チーム

# 2024年度 オレンジカフェの振り返り

中野共立病院 居宅介護支援事業所 窪田麻美

128人が参加

「認知症にやさしいまちづくり」を目指し、地域の誰もが気軽に集い、仲間づくりや情報交換などで楽しく過ごすオレンジカフェきょうりつ。今年で7年目に入りました。

当初は、参加者ゼロの日もありましたが、徐々に知っていただき、前年度は延べ128人の参加がありました。

「物忘れが進行し、こもりが続いているケースは少なくありません。健康不安のある人が家にこもり続けているケースは少なくありません。健康不安のある人が家にこもり続けているケースは少なくありません。健康不安のある人が家にこもり続けているケースは少なくありません。」

心、頭、体をほぐす

季節にまつわるお話を交えて思い出のエピソードを話す自己紹介、ストレッツなど、カフェは、心、頭、体全体をほぐすひとときでもあります。医療

機関の強みを生かし、認知症認定看護師やセラピスト、ケアマネジャーなどによるミニ講座も好評でした。

ギター伴奏つきの歌は「生演奏なんて珍しい」「本物の音色が素敵」「生演奏で歌うのは気持ちがいい」と人気です。専属ギタリストがお休みの時は、ピンチヒッターが登場。見事な伴奏を務めてもらいました。これもビッグニュースのひとつでしょう。

孤独・孤立を減らせるように

今年度のプログラムでは頭を使う連想ゲーム、心の栄養の懐かしい歌のレパートリー増、イスに座ってできる筋力低下対策の軽運動などを企画しています。専属ギタリストも猛稽古中です！ご期待ください！！

もっとたくさんの方に来ていただこうと、7月

## オレンジカフェきょうりつ

- ▶日 時 毎月第2水曜 14:00~15:00
- ▶場 所 中野共立診療所4階多目的室
- ▶参加費 100円 (お茶代)
- ▶問合せ 健友会事務局 03 (3386) 9139

※参加の際はマスクのご着用をお願いします

から会場が広くなります。中野共立診療所の4階の大きな部屋(多目的室)に移ります。

これからもみなさまと一緒に、地域の元気な拠点を目指し、孤独や孤立を減らせるよう、努力していきたいと襟を正しております。

一歩を踏み出す応援  
新型コロナウイルス感染症の流行はまだ続いて

参加者増は私たちの働きかけを勇気づけ、自信につながりました。定期開催の周知、日頃

# 人 ピアノ伴奏の世界で

桃井健康友の会

武藤 栄子さん

「うたう会」でピアノ伴奏をするようになってもうすぐ3年になります。参加者のリクエストで次から次へと歌い、即興で伴奏をつ

けることもあります。『ピアノの音を楽しみに毎回参加する人もいる』『入退院を繰り返しているけど歌が大好きなんです』と聞いた時は感激でした。とても嬉しかったです。リクエストする時の大きなしかりした声、

歌詞を見ながら歌う姿に、私も気持ちよく演奏しています。リクエストが出ない時、会長さんが選んだ歌のエピソードのお話があるのも楽しみです。

話をもとにした感動的な合唱曲です。平和な世界を願う熱い思いの合唱団に共鳴して伴奏をしています。これからもソロの伴奏とはちがった、合わせる喜びを感じながら伴奏を続けていきたいと思っています。

## リニューアルしました 介護・訪問看護のウェブサイト

健友会の介護・訪問看護の事業を紹介するウェブサイトが新しくなりました。認知症多職種チームのページもあります。



ぜひご利用ください。



アドレス [https://www.kenyu-kai.or.jp/kaigo\\_homonkango/](https://www.kenyu-kai.or.jp/kaigo_homonkango/)

母がピアノを弾いたので、子どもの頃から音楽の世界に馴染んでいました。師事した先生の熱心な教えで多くの作品や弾き方を学び、今の伴奏にとても役立っていると思います。学生時代からおつき

メンバームも親子3世代にわたります。戦時中に軍の殺害命令から2頭の象の命を守り抜いた人々の実



うたう会で

## つながる & つながる 病院・診療所・友の会

しているみなさんです。(松林)



菖蒲田と緑を歩く

中野共立健康友の会

6月の健康ウォークは、35人が参加。代々木駅から北参道を歩いて明治神宮御苑へ。クスなど照葉樹のお陰で、暑い中も涼しく歩きました。睡蓮や花菖蒲を楽しみ、代々木公園で昼食。たくさんの方を分けてくれた木々、いつまでも残してほしいです。(木村)



楽しく茶話会

桜山健康友の会



午後のひととき、気軽にしゃべりをする「遊和で茶話会」を開きました。今回で3回目。大阪万博のユスリカ対策の話や、「勝又よし子さん104歳を祝う会」に酒井中野区長も参加し

たことなど。楽しく交流できました。(杉本)

旧古河庭園でバラを観賞

桃井健康友の会

6月5日、武蔵野台地にたたずむ旧古河庭園を訪ねました。初夏の樹木の緑と、洋風庭園のバラが目につく。石造りの洋館内の喫茶室で優雅なひと時を満喫した後は、ランチを楽しみました。(遊佐)



要支援対象のプログラム

西荻健康友の会

通所リハビリでは水曜日に要支援対象の運動特化プログラムを新たにスタートしました。負荷量の多い全身運動を短時間で行います。一緒に元気な身体づくりを目指しましょう！(鈴木)



# 仲間増やしで地域医療を共に守る

## 中野・杉並健康友の会総会

中野・杉並健康友の会は4月16日、阿佐ヶ谷地域区民センター(杉並区)で総会を開催し、9つの友の会が集まりました。1年間の活動報告を行い、今年度の活動目標と役員を決めました。

### 住民の要望で運動を

活動目標の提案では、創設当時の映像を見ながら、健友会と友の会の歴史を振

複数年にわたって取り組んできた補聴器購入助成制度が中野・杉並の両区で実現し、杉並では予算の増額

り返りました。75年前、戦後の苦しい生活の中で住民の要望から始まった中野・杉並の医療活動の歴史を受け継ぎ、健友会と共同して地域医療を守っていきます。

### みんなで「仲間増やし」

会員の減が増に転じるよう、「仲間増やし」に取り組んでいます。

### 活動目標

- ・友の会まつり
- ・研修会
- ・健康づくり
- ・仲間増やし
- ・活動交流集会
- ・自治体へのとりくみの重視
- ・平和のとりくみ
- ・ボランティア活動、まちの保健がかり
- ・「健友」編集委員会
- ・新たな担い手づくりの組織化



### 発言から

#### 西荻健康友の会

#### 担い手づくり

新しい世話人が1人加わり、いろいろなアイデアが出てきました。1人でも変わるのだ、と実感。年寄りばかりのところには若い人

### 活動再開

#### 天沼健康友の会

活動できない状況が続いていましたが、ころばん体操を月1回開催できるようになり、参加者を募集しています。「毎週やってほしい」の要望が強く、回数を増やす努力をしています。

#### 桃井健康友の会

#### 診療所との結びつきを

「うたう会」の参加者が友だちを誘い、会員を増やしてきました。コロナ禍で



「みんなで歌いましょう」では会員と職員の合奏も



今年も新入職員の紹介がありました



中野共立病院の山本英司院長が挨拶

## おつかれさまでした 話ができる 共感する医師に

城西診療所の所長を33年間務めた中根あつ子医師が3月末で退職されました。最後の診察の後、お話を聴きました。(敬称略)



中根あつ子医師  
(前城西診療所所長)

励みでした。父も医師でしたが、昔はみんな貧しく、診療料代わりに大根や芋を持ってくる人も。医師とはそういうものだと思っていましたね。

小学生の時、父に突然、「人間を殺せと言われたら、自分が死ぬ方がマシだ」と言われました。軍医時代に何かあったのでしょうか。患者の命を救うのが医師の仕事。敵も味方も関係ありません。父は戦争をよくわかっていただけたのだと思います。

——今日は次々に患者さんや友の会の会員さんが挨拶に来ていますね。  
中根 患者さんとはすっかり友だち。人生について学ぶこともありましたが、診療所を悪く言う人がいると、反論してくれたことも。診療所はみなさんに守られてきました。

患者さんは医師の言葉が変わりますし、環境や背景を知ること大切。だからこそ、話ができる、共感する医師でありたい。笑わせたり、気持ちを軽くすることも大事。冗談の一つもなければ、来たくなくなっちゃうでしょ。

——今後のご予定は？  
中根 まずは、立派な患者になることです。

※プライマリ・ケア…身近で何でも相談にのってくれる総合的な医療

(編集部 石田・粉川)

健友会の事業所では無料低額診療事業をしています

## 医療費のお支払でお困りの方はご相談ください

無料低額診療事業とは…経済的理由により必要な医療が受けられない方々に、安心して治療を受けていただくための事業です。

利用するためには…収入状況等確認・申請による審査のうえ、適用となれば医療費の保険診療分が無料または低額になります。

〈対象となる方〉経済的な理由で治療費の支払いが困難な方

### 実施事業所

|          |                 |
|----------|-----------------|
| 中野共立病院   | 03-3386-3166(代) |
| 中野共立病院附属 |                 |
| 中野共立診療所  | 03-3386-7311(代) |
| 川島診療所    | 医科 03-3372-4438 |
|          | 歯科 03-3373-2741 |

## 薬剤師募集中！

薬剤師さんをご紹介ください。

薬剤師も地域へ、在宅医療を旺盛に展開

株式会社 東京医療問題研究所 本社事務局電話 3389-6911

〒164-0001 中野区中野 5-47-10

ホームページ <http://www.toiken.co.jp>

|          |                |           |
|----------|----------------|-----------|
| ●青葉調剤薬局  | 中野区中野 5-47-10  | 3389-7110 |
| ●ちひろ薬局   | 中野区沼袋 2-30-7   | 3387-3426 |
| ●わかば薬局   | 中野区弥生町 3-27-11 | 3372-5664 |
| ●すみれ薬局   | 中野区東中野 3-17-17 | 3362-2510 |
| ●西荻みなみ薬局 | 杉並区西荻南 1-14-19 | 3335-7200 |
| ●なごみ薬局   | 杉並区天沼 3-28-8   | 5347-0671 |

### 編集部から

一昨年、新聞記

事の「生活保護『1日1000円』の見出しが目にとまりました。群馬県桐生市が生活保護に関する違法・不適切行為を行っていたのです。怒りを覚えました。

『桐生市事件 生活保護が歪められた街で』(地平社)が出版されました。被保護世帯数を下げるための水際作戦、マスコミや議会の責任が書かれています。著者の一人、小林美穂子さんはつくりい東京ファンドのメンバーで、沼袋を拠点に生活困窮者の支援をしています。

誰もが憲法で保障された「健康で文化的な生活」ができる社会であってほしいと願います。