

# 健友

募集

医師  
看護師  
ヘルパー

健友会 電話 03-3387-3051

## あのころと似た空気

戦争が始まると、情報は隠され、統制され、一般市民の耳には入らなくなりました。戦争を食い止めるには、過去の過ちから学びがありません。102歳(青柳あきさん)、85歳(金子三三さん)、84歳(西岡幸子さん)にそれぞれの戦争体験を聞きました。(編集部)

### 本心を言えば非国民

身体検査で外され兵隊になれない夫のため、肩身の狭い思いをしていた女性。近所の人が出征する際は、「いざ征け、つわもの日本男児」と歌をうたい、万歳万歳と送り出していました。

### 遅く育てるための学童疎開

小学校2年生の女の子は、「お父様、手柄をたてましたか。キンシクンショウ(金鶏勲章)もらいましたか」と戦地に手

紙を書きました。

「戦争に行かないで」と言えば非国民となる時代。息子や夫を送り出した女性たちの本心は「満足な体で生きて帰ってほしい」。そんな言葉を何度も耳にしたそうです。

### 「女子勤労挺身隊」

7歳の息子は、学校で準備した福島県郡山に学童疎開。親元から離された生活が1年

6ヵ月続きました。

終戦になり、「迎えに来て」という手紙が親元へ何度も届きます。母親はやっとの思いで切符を手に入れ、2歳の娘を背負い、汽車を乗り換え乗り換えし、郡山へ。待ちわびていた息子は、母の顔を見るなり大声で泣きました。

### 死体の山を一体一体探す

空襲の回数は日増しに多くなり、日常のようになりませんでした。「空襲警報発令！」のサイレンが鳴り終わる前に、「ゴーツ」という爆音とともに米軍機が私

ちに向かって急降下。アメリカ兵の顔がはっきり見えました。

### 友達の国と戦争するのイヤ

西荻在宅ケアセンターの職員から、こんなメールが届きました。小学校3年生の息子が、あのころと似た空気を感ぜませんか。「悲惨な戦争を体験したからこそ、戦争は嫌！」と女性3人は語ります。



7月26日、戦争をする国を許さない「中野共同行動」主催の集会でパレードに参加した新婦人中野支部のみなさん。母親の強い思いが込められています



「中野共同行動」に家族で参加。9歳の息子と父親



青柳あきさん、当時を語る

争が過去のことも遠いものでもなくなってきた今、どんな社会に生きたいのか、私たちの一人ひとりの社会の向かい方が問われているのではないのでしょうか。



「中野共同行動」で「ゴメンだ!! 戦争」と杉山公園から中野サンプラザ前までパレード



「日本が戦争する国に変わる」前日の6月30日、首相官邸前でプラカードを掲げる

## わたし

ジャングルの模した沖繩・東村の基地、フェンス越しに見学者を威嚇するキャンシューワブの米軍、学校や病院と隣り合っただけに見えるが、いほど広大な嘉手納飛行場。底まで透き通る青い辺野古の海や沖繩協同病院近くの橋から見た夕陽とともに心に残る▼4年前、沖繩辺野古支援、県知事選挙の支援に参加した。辺野古の座り込みを続けるおじいおばあさんの頑張り、チラシの配布で丘の上の家に何うと、どこから来たの? 頑張ってるねと励まされる。チラシの配布でも対話ができ、選挙中でも訪問して対話ができる。沖繩の選挙は楽しかった▼11月16日投票で今度の県知事選挙が闘われる。オスプレイ配備撤回、普天間基地閉鎖撤去を求めた昨年1月の建白書を実現するために、島ぐるみで候補者が選考されようとしている▼秘密保護法の制定、集団的自衛権の行使容認など、戦争をする国づくりをすすめるようとしている安倍内閣には、この県知事選挙で審判をくだすことが痛打となる。支援、連帯の輪を大きく広げたい。(高)



# いまだ苦しむ人が… 関東水俣病検診を実施

## 健友会から医師や看護師も

熊本県水俣市で、チッソ工場が水俣湾に排出した有機水銀によって起きた被害「水俣病」。1956年に公式認定されました。

第2次訴訟」が新たに提起され、東京でも、この8月に18人の原告団を組織し東京提訴を行いました。

### 新たに被害を訴える人が急増

公式認定から58年になる今年の5月と7月に代々木病院で水俣病検診が行われ、健友会からも医師や看護師などが参加しました。

### 記憶のもつれをひも解く

今回の検診は、原告になるため診断書作成の目的で行われたものです。問診は、病状や病歴だけでなく、水俣に住んでいた時期に食べた魚の種類や、商人から買っていた魚の名前を聞くなど驚くほど詳細に。何十年も前の記憶をたどり、もつれをひも解くよう進められました。

### 私、間違っていないんですね

2次訴訟の情報ばかりで、水俣の同級生に水俣の様子を聞いてみると、「訴訟なんて、税金を使い何とされているのか」と言われた。「私は訴訟していいのだろうか」と苦しむ受診者もいます。スタッフの「情報が入らず苦しむ人のためにも声を上げてくださ



水俣で獲れる魚の写真をしながら「どの魚を食べていましたか」と問診が進められる

水俣病を巡っては、政府が昨年7月末に「被害者救済特措法」の申請打ち切りを強行。申請し非該当と救済を拒まれた被害者と、未申請者を中心に、原因企業のチッソと国に国家賠償などを求める「ノーモア・ミナマタ

診察では、片足立ちや歩行でもあまりにもふらつきがひどいことに驚き、自分のことなのに「どうして？」を繰り返す66歳の女性は18歳で水俣から東京へ。「関東ではほとんど情報が入らなかつた。手のシビレは30代からあった。こむら返りや耳鳴りは年のせいと思っていた。今回は兄の勧めで」と話されました。

「薬害」「大気汚染」「放射性物質の拡散」など、人間の産業活動で排出される有害物質によって引き起こされる病気が多発。他人事ではありませ

### 産業活動で引き起こされる病気

水俣病だけではありません。私たちが全力で応援します」という励ましに、「私、間違っていない



王子生協病院の今泉医師（中央）による診察



廊下に引かれたライン上を歩くだけなのに看護師の補助が必要

「葉書」「大気汚染」「放射性物質の拡散」など、人間の産業活動で排出される有害物質によって引き起こされる病気が多発。他人事ではありませ

## どっちなる？ 医療、介護の現場

医療編

医療法人社団健友会 専務 飛岡 史朗

- 中身は 医療の切り捨て
- 入院・医療難民が 続出

「医療介護総合確保推進法」が6月の国会で成立しました。中身は医療介護の切り捨てを推進する法律です。集团的自衛権行使容認の閣議決定の陰に隠れてしまいました。大変なことが決められました。

医療にかかわる主な内容は、

- ① 入院の平均在院日数の短縮（病床機能報告制度創設）
- ② 外国人医師、歯科医師による診療の緩和・拡大
- ③ 看護師に医行為を委ねる研修制度の導入
- ④ 医療事故調査制度の創設

一方で、医療事故調査制度では事故を医師個人の責任とし、その結果、医師の医行為を萎縮させかねない危険性を持つなどの重大な問題を持っています。

### 高齢化に 向き合おうとせよ

高齢化が進む中で、医療の抱える問題にまともに向き合おうとせず、公的医療費削減と医療の市場化を至上命題にする安倍政権の狙いがはつきりしています。実施を阻止させるため、各診療所に置いてある署名にご協力ください。



## あなつぷ & あなつぷ 病院・診療所・友の会

### 7月の散歩は大人気の高尾山へ ぬましん健康友の会



7月16日、思いがけず山ゆりが満開で、久しぶりに夏山の雰囲気を満喫。参加者10人で、行きは「女坂」コースを通ってきました。「男坂」コースは今年天候異常がこんな所まで表れていて、土砂が流れ出ていました。（鈴木）

### 交流が深まった懇親会 城西診療所健康友の会



7月22日、中根先生の挨拶、熊野さんの乾杯で始まりました。福島出身の方が「高校時代から原発に反対していた」と言うこと、御前崎の方が「浜岡原発だつて、ムシ口旗で反対したんだよ」と発言。今の政治状況を何とかしたいという思いにあふれました。（田中）

### 在宅患者さんのバス旅行 川島診療所

7月16日、患者さん14人と職員・友の会合わせて33人が参加。箱根「芦ノ湖」湖上を渡る風の心地よかったこと。ホテルの食事も美味。ボランティアさん・職員頑

### 映画会は月2回のペースで やまと健康友の会



張つての温泉入浴は最高でした。（永江）

### おさんの笑顔が戻った 桜山健康友の会



歳で末期がんの息子を離婚した両親が見送る話です。懇談では、もっぱら終末期の痛み治療の話に。臨終間際の苦しみを解放させる鎮静剤があると知って安心したとの声もありました。（池田）

### 食事会の人気者、下町育ちの江戸っ子で陽気なおしゃべりでみんなを笑わせていたOさん。姿を見せなくなつてかれこれ2年。みんな、とても心配していました。7

食事会の人気者、下町育ちの江戸っ子で陽気なおしゃべりでみんなを笑わせていたOさん。姿を見せなくなつてかれこれ2年。みんな、とても心配していました。7



# 一枚の写真

編集部撮影

## 暮らしの救急診療

写真は掲示板にポスターを貼っている場面。「なんでも相談」は暮らしを救う診療。城西診療所の大事な仕事です。

### 6年半、1回も休まずに

2007年、城西診療所の診療が午前中だけになった時、「地域の人たちとのつながりを失う」と心配した診療所と友の会が始めたのが月に1回の「なんでも相談会」。

### 1枚のチラシを握りこめて

命に関わる深刻な相談も。チラシを握りしめた男性の足はヘルニアでパンパンに腫れています。健康保険証はなく、我慢して我慢して、我慢しきれなくなり相談に。相談会のアドバイスで生活保護の手続きをし、入院手術の日程も決まり一安心したのです



が、自宅で一人ぼっちで亡くなっているのが発見されました。体を壊し、生活も苦しく、頼れる人もなく…。この相談活動で、生活保護を受給し、暮らしに希望を持った人も少なくありません。

### 隣近所を思いやる心も

最近の相談は、認知症への不安、親の介護のため職に就けない、派遣の仕事で体調不良など、世相を反映しています。

さらに、「隣の家の雨漏りを何とかしてあげたい」「掃除を頼まれているが、他にも助けが必要、介護保険を受けられないか」など、近所の人を気遣う「思いやり相談」も増えています。これは、地域の中で活動する役員さんや診療所の姿が見えるからこそ、安心して相談を持ち込めるのだと思われまます。「なんでも相談」が地域の人たちの心をつなげ、その輪が少しずつ広がっていく。やめるわけにはいきません。

(編集部 田中)

## ハナカメラ。楽に検査して、胃がんの予防と早期発見を

西荻窪診療所 師長 窪田典子

澤田先生が当診療所の所長に就任し、ハナカメラ(\*)を導入しました。所長の思いに看護師は研修を積み準備

### 手順をやさしく丁寧に説明

まず胃の中をきれいにする薬を服用します。次に鼻の麻酔の効果を持続させるため、血管収縮剤を点鼻。その後、麻酔のゼリーを左右両方に入れますが、少し鼻の奥がツンとした感じがあるかも見ることができ、あっという間に終わった」との感想でした。

「鼻から挿入なので、先生と会話しながらモニターで自分の胃の中を見ることができ、あっという間に終わった」との感想でした。

鼻に入れ、左右どちらにするかを決めます。また、この時点で口からのカメラに切り替える場合もあります。



体を下にして横向きになってもらい、麻酔のゼリーをカメラに塗りながらゆっく

### さあ検査開始です

「ハナカメラ」は診療所の通称。正式には経鼻胃内視鏡検査。

【問い合わせ】西荻窪診療所 電話03-3333-5434

とならずに胃の中に入り、楽に検査して胃がんの予防と早期発見を。年に一度は胃カメラ検査を受けましょう。

## 看護・介護の現場から 36

### 温泉に入れたよ!!

川島診療所 師長 藤原 千鶴子

川島診療所では、日頃、遠出をしたくても困難な在宅の患者さんを対象に日帰り「在宅旅行」に取り組みしています。5回目となる今年の旅行は7月16日に箱根へ。参加は患者さん14人と、

温泉までの階段では、リフトが止まってしまい、旅館の方とスタッフで、車いすごと患者さん

お土産は名物のかまぼこ。どっさり買い込み、試食も美味でした。全員、体調

ご家族1人、職員・友の会18人で合計33人。リフトバスで、患者さん一人ひとりに介助者がつき行動を共にしました。

初めて参加のAさん。バスの中では、自己紹介とともに二宮金次郎の歌を歌い始めました。在宅生活では見られない楽しそうな表情に驚き、在宅旅行の醍醐味を感じました。職員もいつも以上のいい笑顔でした。



◆患者さん14人全員入浴は全員入浴です。もちろん介助つきで。衣服を脱がせる人、短パン姿で頭や体を洗う人、女子風呂の最後は水着を着た渡邊事務長が浴槽で介助です。介助者はみな汗だくです。それでも、温泉に入るのは何年ぶりか思い出し、旅の楽しみを嬉しくなりました。

◆職員もいい笑顔

を壊すこともなく実施できたのは幸いでした。この旅行は、診療所職員だけでなく、友の会をはじめ多くの方の支援、連携があってこそできることなのだ痛感しています。

## あなつぷ & あなつぷ 病院・診療所・友の会



ある日、診療所の駐車場にカメラが迷い込んできました。貼紙を作って引き取り手を探したので

### 迷いこんできたカメラ

西荻窪診療所 (木村)



8月8日、健康講座「おいしく減塩するためのまず一歩」を開催。15人が参加しました。

### 健康講座「おいしく減塩」

天診健康友の会



6月26日、「福島農家支援野菜販売」を行いました。これは福島原発の事故以後、四重苦に遭っている福島農家を支援し、福島を忘れない継続的な取り組みです。この日は、民医連、共同組織を研究するアメリカ・ワシントン大学医療人類学専攻の大学院生ヘイムス・アロンさんが、役員と一緒に売り子として参加し、売り上げに貢献しました。

### アメリカの大学院生も参加

中野共立健康友の会 (松本)



### どうする介護？ 連続講座

桃井健康友の会 (犬山)

6月は「医療・介護総合推進法で何がかかわるのか」、7月は「初めての介護保険入門」と題し、あんさんふる荻窪で開催。参加者は「自分たちも、そろそろ必要になってきている。これからどう変わろうとしているのか、どう利用すればいいのか、知らない」と本気です。診療所の協力で4回講座です。





健康談 第6回



中野共立病院 医師 関川 三郎

# 恐竜が暴れていたのは 痛風発作?

## 高尿酸血症と痛風

### 風がふいても痛い

痛風は太古の昔、ティラノザウルスを含む肉食の恐竜にも存在し、恐竜が暴れていたのは痛風発作も原因だったといわれています。また、アレキサンダー大王、ニュートン、レオナルド・ダ・ヴィンチなどの偉人にも多く、帝王病ともぜいたく病とも呼ばれていました。



昨年の中野共立健康まつりで娘さんと

### 生活習慣に要注意

風が吹いても痛いということから、その名前が付いたそうです。その原因の尿酸値に関しては、十数年前までは抗酸化物質でアンチ

高尿酸血症の原因は古くから、プリン体の多い食事が原因といわれ、日本では戦前には患者がほとんどいなかったとのことからも、食事が主たる原因

### 実はわたしも...

エイジングによいのはとか、少なくとも生体にとって害がないものではないが、最近になり、やはり有害なものとの考えが主流のようです。具体的には高血圧や心血管疾患の増加、そして慢性腎臓病の原因となっていることがわかってきました。

このように、尿酸値に関しては最近になってはっきりしてきたことや、何十年かぶりに新薬も出てきており、今後の発展に期待したいものです。

実は何をかくそう私も高尿酸血症患者の一人です。日常気をつけていることは、水分摂取やブラックコーヒーを飲むようにしています。また、赤ワインは尿酸値を上昇させないといわれており、アルコールは赤ワインを飲むように心がけています。その他にもプリン体を含む食事は是非控えた方がいいですが、これはなかなか難しいです。

### 戦争は言語も奪う

西教在宅ケアセンター 窪田 麻美

祖母はいつも、「まま、喰ってらるか? シェンコあるがぁ?」と、飯と金、命の心配をしたものである。言葉は愛である。私には秋田弁の祖母の言葉ほど愛なものはない。

戦後沖縄では「琉球語廃止命令」が発令。その

禁止ぶりは学校でも徹底された。いたずらな小学生は友達を、わっ!!と大声で驚かせては「はっせ、しかんださ!!」と思わず口を滑らせるのを新たな遊びにした。友達は教師に叱責され罰として「私はルール違反者。琉球語を使いました」と書かれた、胸と背中いっぱい大きな板を1日中ぶらさげて過ごす。沖縄のおばあちは言う。「うちなあぐちん、ま



健康友の会 FAX 3387-5888

### 読者のひろば投稿のお願い

日々の出来事や思い、紙面の感想など、短信でお送りください。

### 石巻へ 支援ボランティアに

被災直後からの、中野区の来住区議と浦野区議を中心とする支援は今回で9回目。13人が参加しました。仮設団地への支援が無くなる中、物資や演劇での笑顔の届けは大変喜ばれます。石巻市の復興住宅は4000軒の予定。現在

入居できたのは150世帯の労働者の姿が...。多くの人は、「抽選で行き先は決まっているが、住む家ができていない。とても不安」と話します。二人の区議は、「被災地のみなさんが自立される日まで支援を継続します」と語りかけました。



劇団「じゃけん」の公演に笑顔で拍手



遠くより波うつ朝にほろほろと 風なきに散る木犀の花

金子 三三

中野共立健康友の会

終戦の時、福島旧制女学校5年生だった三三さんの作。書道の先生がほめて、高村光太郎(詩人・彫刻家)に送ってくださったところ、「赤い丸」がついて戻ってきたそうです。光太郎の目を通った貴重な作品。(金子さんは一面にも登場)



2014年原水爆禁止世界大会(広島)に健友会、東医研の代表として参加したメンバー。みなさんの平和の思いを繋いだ折鶴を届けてきました。ご支援ありがとうございました。



かわしん健康友の会 杉尾 輝利/作

### 第19回 健康友の会

## 芸能まつりのご案内

2014年 11月19日(水) 開演12時~終了16時30分

なかの芸能劇場 (JR中野駅北口5分)

◆踊り・コーラス・民謡・楽器演奏・手話ダンス・フラダンス・寸劇など

\*職員のみなさんの出演にご期待を!

★出演申込み切 10月10日(金)

入場無料です!  
お友達を誘って気軽に  
来てくださいね!!



## 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
- 桃園薬局 中野区中野 3-3-2 3384-5527
- 西荻みなみ薬局 杉並区西荻南 1-14-19 3335-7200
- やまと花公園薬局 中野区大和町 1-57-4 3336-3775
- なごみ薬局 杉並区天沼 3-28-8 5347-0671