



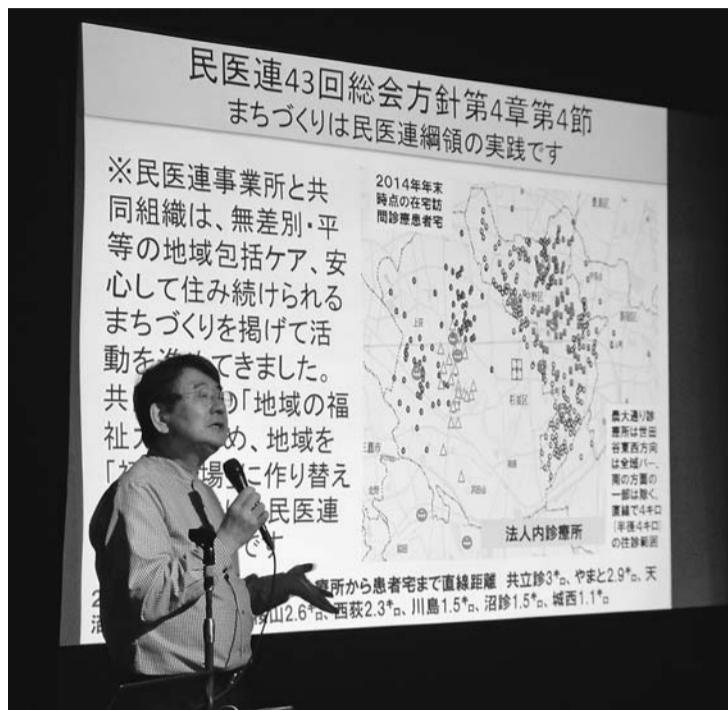
健友会 電話 03-3387-3051

# 医師 看護師 ヘルパー

# 健友

第114号 2018年7月号

発行 社会医療法人社団健友会  
中野・杉並健康友の会  
〒164-0001 中野区中野 5-44-3  
TEL 03-3387-3051 FAX 03-3388-1381  
編集 「健友」編集委員会  
ホームページアドレス [www.kenyu-kai.or.jp/](http://www.kenyu-kai.or.jp/)



は全国平均27・  
3%に対し東  
京35・8%、  
大阪34・0%  
(2015年国  
勢調査)と増加  
ちなみに新宿  
区の単身世帯  
は現在62・  
渋谷区62・  
豊島区60・  
中野区60・  
杉並区59・  
になつていま  
す。  
2015年  
3月新宿区单  
身世帯意識調  
査によれば、

が、厚生省のすすめる地域包括ケアは、まず自分のこと)は自分で「自助・互助」が先で、「公助」はあとを強調しています。これでは「在宅で365日・24時間安心」の地域包括ケアにはなりません。さらに「我が家事」「丸ごと」の地域共生社会は、地域住民や地

365日・24時間安心の  
地域包括ケアをめざして

心の  
として  
践とその背景となつた  
査結果、③私たちの目  
す地域包括ケア、を手  
書にまとめました。  
おりしも民医連第43

調査 指引 回  
ただき、広く活用して、  
ただきたいと思います。  
【関連記事として「多様  
な居場所づくりをサポー  
ト」を2面に掲載】

い、納得出来ない。検察も政権に忖度？と憮然▼したり顔で、ほくそ笑む総理の尊大な態度が心に浮かぶ。問題

中野健友会が考える地域包括ケアです

私たちのイメージ(案)

まちづくり・(社会)変革

個人尊厳

個人自律

社会参加

幹=医療看護・介護・予防・リハビリ  
生活支援・住まい

土台= 健康権・生存権 権利としての社会保障

無差別平等

手引書P.63

中野健友会が考える地域包括ケアのイメージ図

べつでごまかし、はぐらかす。一年余り国政を揺るがした森友問題の疑惑は、まだ消えていない▼いま、幕引きを許すことは出来ない。嘘とごまかしの政治に怒り心頭。それでも、政治不信になつてはいけない。声をあげて政治を変えよう！（き）

近所の公園で体操する人、ウォーキングする人、街頭で立ち話する人なども年々高齢化。でも、皆さんお元気で“ご隠居”的イメージなし！こうした日頃健康な高齢者も、体調に不安を感じたり、相談したりしたい事があるはず。健友会は、気軽に駆け込める「学校の保健室」のような役目を努めたいと考えています

これら単身世帯の不安は「健康や病気のこと（75・8%）」「寝たきりや身体が不自由になり、介護が必要な状態になること（63・6%）」の順であり、病気になった時、解説策に関連して、高齢者に住みやすい「すまい」の必要性を訴える内容にもなっていました。これらの結果から、高齢者に住みやすい環境を整備するためには、高齢者の立場から問題を捉え、実現可能な解決策を示すことが重要である。

わたし  
だらの加計学  
園がウソ情報  
を提供。公  
文書の改ざん  
総理のお友





(東医研)は、民医連に加盟する薬局法人です。中野に5つ(青葉・ちひろ・わかば・すみれ・桃園)、杉並に2つ(西荻みなみ・なごみ)の薬局を展開しています。残念ながら約20年間続いたやまと花公園薬局は拡幅道路工事計画により、3月を以て閉局いたしました。地域の皆様には最後までご協力・励ましを頂きました。職員一同、心より感謝申し上げます。

東医研は今年で設立35周年、患者様に有効で安全な薬物療法を実践しよう、そのため何をすべきかを問い合わせ努力してきました。その姿勢が今も私たちの原動力となっています。

薬局は医療提供施設ですが、ドアを開けたらすぐに薬剤師がいる道案内として、お気軽にご相談ください。

3月を以て閉局いたしました。地域の皆様には最後までご協力・励ましを頂きました。職員一同、心より感謝申し上げます。

東京医療問題研究所に加盟する薬局法人です。中野に5つ(青葉・ちひろ・わかば・すみれ・桃園)、杉並に2つ(西荻みなみ・なごみ)の薬局を展開しています。残念ながら約20年間続いたやまと花公園薬局は拡幅道路工事計画により、3月を以て閉局いたしました。地域の皆様には最後までご協力・励ましを頂きました。職員一同、心より感謝申し上げます。

(株)東京医療問題研究所 橋本由美子

## 顔が見える薬剤師へ

新シリーズ

## 薬局紹介①

### 看護・介護の現場から

59

## 高齢者にやさしい透析室のとりくみ

桃井診療所 看護師長 宮澤和美

送迎をしていますが、利用率は80%を超えていました。52名の管理患者のうち車いすの利用者が8名、杖歩行者が約15名います。歩行が自立していても転倒骨折後や、筋力の低下により状況が悪化してしまった方もいます。

認知症患者も年々増加していく、様々な介助を必要としています。安全に安心して透析治療を受けさせていただくために、2名のヘルパーを導入し、移動、トイレ介助、ベッド周りの整備などを行っています。

近年、透析患者の高齢化が進み、80歳以上で透析導入となり通院されている方も珍しくありません。

週3回透析のために通院することほども大変

かかりつけの薬局活動を実践していきたいと

思います。

薬局は医療提供施設

ですが、ドアを開けた

らすぐに薬剤師がいま

る道案内として、お気

軽にご相談ください。



送迎車を利用して透析に

## 話すこと大好き!

天沼健康友の会会長 犬山 征一さん 74歳(杉並区天沼)

天沼健康友の会のことは「誰かと一日一回以上、会話を楽しむことそのもの

自分から話をしましょう!」というものです。会長自ら常日頃やっていふことそのもの

で育ち、兄弟も多く、子どもの時から身体を動かし遊ぶことが大好きで今に続いている。

以前、みんなに推された。今は天沼の会長をやりながら楽しげな毎日のサークル活動に週4日顔を出しています。

（麻雀、囲碁、将棋、

卓球などなど）。そのほか2か所の老人介護施設でおしゃべりと囲碁のボランティア活動に取り組んでいます。

原因不明の“難病”で目が不自由になり、外で歩くには白杖が必要です。それだけに周りの人にはやさしい。そのやさしさがすんなり人々に伝わります。

健常者にもマネできない活動ぶりに驚かされます。いつまでも生き生きと活躍されるよ

う願うばかりです。

数ある医療職の中で、

憲法25条の2「国はすべての生活部面について、社会福祉、社会保

障及び公衆衛生の向上

す。ですが、ドアを開けた

らすぐに薬剤師がいま

る道案内として、お気

軽にご相談ください。



## 話すこと大好き!

天沼健康友の会会長 犬山 征一さん 74歳(杉並区天沼)

天沼健康友の会のことは「誰かと一日一回以上、会話を楽しむことそのもの

自分から話をしましょ

う!」というものです。会長自ら常日頃やっていふことそのもの

で育ち、兄弟も多く、子どもの時から身体を動かし遊ぶことが大好きで今に続いている。

以前、みんなに推さ

れた。今は天沼の会長を

やりながら樂しさいつ

ぱいのサークル活動に

週4日顔を出しています。

（麻雀、囲碁、将棋、

卓球などなど）。そのほか2か所の老人介護施設でおしゃべりと囲碁のボランティア活動に取り組んでいます。

原因不明の“難病”で目が不自由になり、外で歩くには白杖が必要です。それだけに周りの人にはやさしい。そのやさしさがすんなり人々に伝わります。

健常者にもマネでき

ない活動ぶりに驚かさ

れます。いつまでも生

き生きと活躍されるよ

う願うばかりです。

（編集部 青山）

次太夫堀公園、民家園を散歩!

えこ・ぬま健康友の会

誰かと1日1回以上  
話をしましょう!!

天沼健康友の会

5月16日(水)

題記をス

ローガン

とした友

の会総会

を開催し

37人が参

加しまし

た。樂し

い生きが

い活動を

確認した

た。

田植用に早苗が用意してありました。私たちも昔の思い出にひたり、楽しい散歩になりました。（鈴木）

（犬山）

後、虚無僧尺八、ミニコンサート

を楽しみました。

（天沼）

今は午後からの時間

も努めています。

また、透析患者の送迎

が行っています。

介護度の高い患者も受け入れることができます。

介護保険の利用者が多

いため、ケアマネジャー

や関連事業所と密に連絡

を取り、サービス担当者

会議に積極的に参加して

ます。

介護保険の利用者が多

いため、ケアマネジャー

や関連事業所と密に連絡

を取り、サービス担当者

会議に積極的に参加して

ます。

今は午後からの時間

も努めています。

また、透析患者の送迎

が行っています。

介護度の高い患者も受け

入れることができます。

介護保険の利用者が多

いため、ケアマネジャー

や関連事業所と密に連絡

を取り、サービス担当者

会議に積極的に参加して

ます。

介護保険の利用者が多



大きな声で練習

※「朗読サークル」は、毎月、第2と第4金曜日、午後一時半から、共立診療所4階で開催。日頃の練習の成果を、秋の「友の会・芸能まつり」で発表する予定です。  
(編集部 木村)

一体どんなことをするのか？興味津々で「朗読サークル」の会場へ。始めに軽い体操。体をほぐした後、参加者は二組に分れて向き合い发声練習。立って、座ったままで、人で、二人で、全員で、大きな声を出します。

「アエイウエオアオ、力ケキクケコカコ」

「問われて名乗るも、おこがましいが、盗みはすれど非道はせず、六十余州に隠れもねえ日本駄衛門！」

随所で、福澤富夫先生の声が飛びます。「本気でやること、一生懸命やること、一生

を出すこと、何回も何回もやること。そうすれば普段出ない声が出てきます。物語も情景も自分のものになります」

「友よ、ローマ市民よ」を何回も繰返した後、再び全員で声を出します。一語一語はっきりと。

「何でもいいからさ、本気でやつてさらん。本気でやれば楽しいから。疲れな

中野共立健康友の会

## 声を磨き心も磨く 「朗読サークル」

シリーズ

3

5・3憲法集会

## 毎日歯を磨くように 日常を変える努力を

中杉健康友の会は今年も貸し切りバスを用意して、5・3憲法集会に参加しました。体調、体力など自力での参加が困難な方もいましたので、便宜を図っていました。

全国から東京臨海防災公園に続々と詰めかけた参加者は、6万人に達しました。だだっ広い草地の会場に座り込んだ参加者が、ステージからのスピーチにしっかりと耳を傾けているのがわかりました。

和光大学の竹信三恵子さんは、「戦前、日本は国家予算の7~8割を軍事費に使っていました。このあたりを大転換させるためにつくられたのが現行憲法であ

り、9条です。この憲法がなくなれば軍事費は野放団に拡大し、医療、介護、教育を守ることはできません」と述べました。

それほど、2018年

度予算案を調べてみると、一般会計97兆7128億円

に対し、北朝鮮の脅威に備えるとして、軍事費は前年

度比660億円増の約5兆

2000億円にも達してい

ました。

(編集部 石田)



6万人が参加した5・3憲法集会



桃園健康友の会  
田中芳樹  
バラ



新井薬師の桜の木

## ひろば

健友会

## 平和自転車ツアーア

健友会専務理事 菅井 一郎

志で「ピースサイクル2018 in 千葉」を5月19日～20日に行いました。直前まで雨の予報であわや中止かと思いつきや、当日は晴天、気温も暑からず寒からず、湿度も低く、まさに絶好のコンディションに恵まれました。

メッセージカードを自転車に付け、伴走車にも横断幕を張り、途中参加や伴走車も含め総勢7名（男性6名・女性1名）で途中で千葉健康病院にも立ち寄り、片道80kmを快調に走破しました。お馴染みの「平和Tシャツ」も今回は往路は「青色」、復路は「ピンク色」と色を変えてのミニアックな工夫も行いアピールしました。「ピンクTシャツ」は相当目立ち、沿道の子どもたちや他のサイクリストからも声が掛かりました。過去のピースサイクルでは、2015年に「戦争する国づくり反対」アピール行動として代々木・東京健生・王子・柳原リハ・柳原・みさと健和・みさと協立・東葛・小豆沢の各病院を、2016年には「横

田基地へのオスプレイ配備反対アピール行動」として

大泉生協・新旧立川相互・昭島相互の病院を訪問させていただいています。残るは大田病院。2019年の企画を乞うご期待！

平和Tシャツ隊の毎週金曜日の国会周辺脱原発行動も、6月中旬には300回をむかえます。平和は貴重なものですが、珍しい絶滅危惧種にしないために、これからも国会周辺以外の地域でも「ピースサイクル」の姿を見せていただきたい、とあらためて感じた楽しい企画でした。

田基地へのオスプレイ配備反対アピール行動」として大泉生協・新旧立川相互・昭島相互の病院を訪問させていただいています。残るは大田病院。2019年の企画を乞うご期待！

平和Tシャツ隊の毎週金曜日の国会周辺脱原発行動も、6月中旬には300回をむかえます。平和は貴重なものですが、珍しい絶滅危惧種にしないために、これからも国会周辺以外の地域でも「ピースサイクル」の姿を見せていただきたい、とあらためて感じた楽しい企画でした。

田基地へのオスプレイ配備反対アピール行動」として大泉生協・新旧立川相互・昭島相互の病院を訪問させていただいて