

# 謹賀新年

# 健友

第138号 2023年1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/)

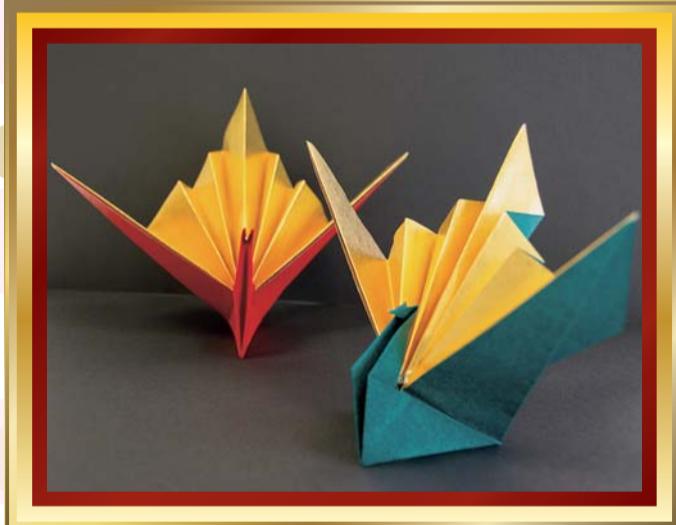
# 友の会と職員の力あわせる年に

9月に行われた作品展より

来場者みんなで描いた「琉球舞踊」



えこぬま健康友の会  
「熊手」 佐々木 紀久子



やまと健康友の会  
「折り紙」 目崎 貴美子



共立健康友の会  
「鳥獣戯画」 山本 光子

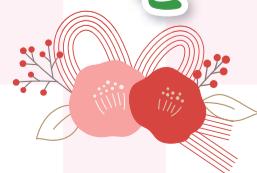
謹んで初春のお喜びを  
申し上げます

中野・杉並健康友の会 会長 植木 紘二

干支の兔は、優しいイメージと「飛躍」の意味もあるそうです。今年は、中野・杉並健康友の会が健友会とともに「飛躍」発展できる年になればと願っています。

友の会が協力団体とすすめている高齢難聴者の「補聴器購入費助成」について、酒井中野区長と岸本杉並新區長が「実施の方向で検討」と表明し、実現性が見えてきました。私たちが最初に提出した署名は中野と杉並両区議会で否決されましたが、あきらめずに新たな署名を積み上げる中で、住民の要望に応える答弁になつたと思います。助成の具体化はこれからですので、引き続き3000筆を目指します。草の根の地道な運動で区政を動かすことができるという確信を得ました。

また、国際法を無視したロシアによるウクライナ侵略をきっかけに、岸田内閣は憲法を無視して、軍事費の2倍化と国民負担増をすすめる極めて危険な動きをしています。今こそ憲法9条の立場を貫く社会のために、力を合わせる年にと思いを新たにしています。



## 民主主義と運動の力で

社会医療法人社団健友会 理事長 伊藤浩一

昨年は、過去の責任の問い合わせを考えさせられることになりました。気候危機については、「損失と被害」が争点になり、基金創設は合意したと報道されました。権威ある科学雑誌『ネイチャー』は、これまで帝国主義、植民地主義、性差別、人種主義といった差別を助長する科学的遺産の形成に手を貸した歴史を認め、その歴史から学ぶという社説を昨年9月に掲載しました。旧植民地系の英國首相誕生の文化的な背景には、富豪だけではないそうした潮流があると感じました。

翻つて本邦では、スポーツ興行、原発、デジタル社会、更には軍事といった領域しか投資するフロンティアがなく、しかも汚職つき、負担は後の世代任せという様相で、歴史から学ぶ姿勢を捨て去っていくようです。

今年も新型コロナの流行下で新年を迎えることになります。生活困窮や孤立が更に深まることが予想されますが、昨年私達が選んだ中野、杉並の区長は民主主義を大事にし、個々の多様性と包摂を尊重する姿勢があると思います。

友の会のみなさんとともに民主主義と運動の力で住みやすい街にしていきたいと思います。



## 職員と友の会はコインの裏表

中野・杉並健康友の会 副会長 鈴木加代子

新しい年を迎えました。

コロナ禍も4年目になります。感染防止のため、役員会、サークル活動、旅行など中止が続き、院所も利用できず集まりにくい、活動ができない、会議も慣れなリモートで討論も思うように進みませんでした。そうした時、



鈴木加代子さん(左)と飯島登さん(右・97歳)

中野・杉並健康友の会はコロナ禍にあっても「役員会を続ける」「活動を続ける」「組織を消さない」を大事にして、こうと話し合いました。

職員と友の会の共同組織は、「共同の営み」として交流することにより、職員はまち(地域)を知り、友の会は職員の頑張りや医療、介護の実態を知り、理解することが大切です。以前、友の会会長を務めた飯島登さんは口ぐせで、「職員と友の会は車の両輪であり、コインの裏表。職員と一体となって考える関係です」と力説していました。大変な時だからこそ職員と友の会が力をあわせることが求められます。

今年はウサギ年。コロナに負けず、サークル・健康ウォークなど楽しいこともやりつつ、健康チェックや居場所づくりにゆっくり飛び跳ねましょう。



映画会を楽しむ  
やまと健康友の会

友の会では毎月役員会を開催。参加者の中には特別役員がいます。ラブラドールの「リバー」。白熱した議論の中、リバーはおとなしく机の下で様子を見ています。役員会が終わると尻尾をフリフリ!

アイドル的存在です。(中西)

11月25日、14人の参加者で「ゆっくりお散歩会」を開催。「ちひろ美術館」でちひろの世界を堪能した後はお楽しみの食事会。自分紹介や趣味の話など話が尽きませんでした。この日初参加の方に入会していただきました。(遊佐)



桃井健康友の会  
久しぶりの食事会

11月29日に副会長の勝又よし子さんのお101歳を祝う桜山健康友の会

11月25日、14人の参加者で「ゆっくりお散歩会」を開催。「ちひろ美術館」でちひろの世界を堪能した後はお楽しみの食事会。自分紹介や趣味の話など話が尽きませんでした。この日初参加の方に入会していただきました。(遊佐)

晴天に恵まれた11月18日、秋本番の昭和記念公園へ。公園入口で待ち合わせした初参加者と合流し、13人で入園。日本庭園を経て中央広場で昼食、一休みしました。メタセコイアの黄金色に染まる大木の前でパチリ。

(鈴木)

えこ・ぬま健康友の会  
「息子」を上映。好きになった女性がろう者であります。教えられた永瀬正敏演じる若者が「ええではないか!」と叫ぶ場面が見る者の心を揺さぶりました。

(石田)



勝又さんの101歳を祝う  
桜山健康友の会

10月29日に副会長の勝又よし子さんのお101歳を祝う桜山健康友の会

11月は山田洋次監督の『息子』を上映。好きになった女性がろう者であります。教えられた永瀬正敏演じる若者が「ええではないか!」と叫ぶ場面が見る者の心を揺さぶりました。





金曜日は訪問リハビリ

それに緊急通報システムを申し込んで、部屋にはセンサー、移動用のペンドント、玄関の鍵も管理されています。週4日は介護サービスが入るし、ない日は妹と娘が安否確認の電話をくれることになっています。これで「おひとりさま」の生活は大丈夫でしょうか?

私は手が不自由なため、障害者の家事援助を受けていましたが、65歳からは介護保険に移行されま

9月の認定調査が心配です。

3年ごとの介護保険制度の見直しで、給付か

ります。身体は年ごとに弱くなっているのにサービスの低下は本当に困ります。

「おひとりさま  
大丈夫?」

年寄りの一人暮らしを心配してくれる人もいますが、家は病院診療所に近いし、友の会もある。

それに緊急通報システムを申し込んで、部屋にはセンサー、移動用のペンドント、玄関の鍵も管理されています。週4日は介護サービスが入るし、ない日は妹と娘が安否確認の電話をくれることになっています。これで「おひとりさま」の生活は大丈夫でしょうか?

私は手が不自由なため、障害者の家事援助を受けっていましたが、65歳からは介護保険に移行されま

9月の認定調査が心配です。

3年ごとの介護保険制度の見直しで、給付か

ります。身体は年ごとに弱くなっているのにサービスの低下は本当に困ります。

## シリーズ 住みなれた自宅で 介護サービスを利用して

共立健康友の会 武藤康子

した。介護認定調査は下肢と認知症のことだけで、手については聞かれません。サービス時間や制限は厳しくなりましたが、家事援助は続けてお願いしています。

サービス低下は困る!

年寄りの一人暮らしを心配してくれる人もいますが、家は病院診療所に近いし、友の会もある。

それに緊急通報システムを申し込んで、部屋にはセンサー、移動用のペンドント、玄関の鍵も管理されています。週4日は介護サービスが入るし、ない日は妹と娘が安否確認の電話をくれることになっています。これで「おひとりさま」の生活は大丈夫でしょうか?

私は手が不自由なため、障害者の家事援助を受けていましたが、65歳からは介護保険に移行されま

9月の認定調査が心配です。

3年ごとの介護保険制度の見直しで、給付か

ります。身体は年ごとに弱くなっているのにサービスの低下は本当に困ります。

## 看護・介護の現場から

(73)

# ご存じですか? 介護保険2割化について

上高田訪問看護ステーション 所長 中根 綾



989年に帰国しました。  
共立病院に籍を置いて、日

7年間の留学を終えて1

989年に帰国しました。

本当に困ります。



西荻窪診療所 所長 澤田 玲 医師

本の医師国家試験を目指しました。医師免許取得後、

試験を目指しました。

来年の介護保険改定に向けて、利用者負担を原則2割に変更しようという議論がされていることをご存知でしょうか。現在、介護保険利用者の

う方が地域には多い状況です。障害を抱えたご主人が頑張るのか、共倒れになるのでは

ないかと、とても心配です。しかし、原則2割化が検討されていることを「知らない」とい

う方で障害を削つて障害を抱えたご主人が頑張るのか、共倒れになるのでは

ないかと、とても心配です。しかし、原則2割化が検討されていることを「知らない」とい

う方が地域には多い状況です。障害を抱えたご主人が頑張るのか、共倒れになるのでは

## 2024年介護保険改定の主なポイント

|                |                                   |
|----------------|-----------------------------------|
| 利用者負担          | 1割廃止、原則2割負担へ                      |
| ケアマネジメントの利用者負担 | 無料から有料へ                           |
| 区分支給限度額の在り方    | 様々な加算を限度額外から限度額内へ                 |
| 軽度者へのサービス      | 要介護1・2の訪問介護・通所介護を区市町村による「総合事業」へ移行 |

## すなつぶ & すなつぶ 病院・診療所・友の会



少しずつ再開を

天沼健康友の会



屋上の雪吊り



(若月)

ちひろ美術館を訪ねて  
西荻健康友の会

ました。また、有志の皆さんとの合唱もあり、楽しく交流しました。勝又さんこれからもお元気で! (谷中)

10月26日に、杉並三友の会で  
「ちひろ美術館へ行こう」の企画  
がありました。天沼診療所に張り



今年も共立病院の屋上庭園に雪吊りを作りました。土台や吊りのロープがねじれないよう1本1本結び付けるのは大変でしたが、楽しんで作りました。患者さんや職員さんの目の保養になり、また話題になったらと思い、日々庭園の世話を励んでいます。(山口)

出した案内ポスターを見て、友の会へ入会し参加された方がいます。少しずつ、活動を再開していきました。

## 杉並三友の会合同ウォーキング

西荻健康友の会 関 雅之

10月26日、西荻健康友の会が呼びかけ、杉並の三つの友の会で、いわさきちひろ美術館に行ってきました。西荻7人、桃井2人、天沼2人と渡辺看護部長の参加で、合計13人でした。1時間半ほどかけてそれでも急いで見学するほどの見ごたえのある展示でした。参加した方から「いつも見ても素晴らしい絵がいっぱいあってとてもよかったです」。天気もよく、いいウォーキングになりました。



# ひろば

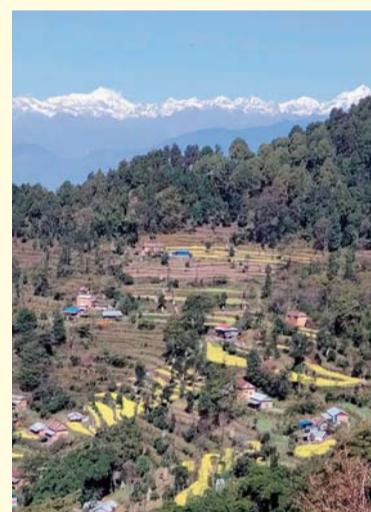


## なんでも相談会報告会

健友会 松本明彦

12月9日に3年ぶりに中野駅前なんでも相談会の報告会を開催しました。会場、WEB合わせて40人以上が参加。健友会を中心に、普段相談に乗ってくれている谷川医師、中野すずらん法律事務所、つくろい東京ファンド、浦野区議、いさ区議などが参加。コロナ禍の相談会活動を振り返り、交流しました。

## 3回目のネパール訪問の旅



11月中旬、1週間ほどネパールを訪問しました。ネパールはアジアの中でも最貧国、前回の2019年以来3年ぶりです。

旅の目的は、経済的な理由から修学の機会を危惧されている子どもたちを里子とし、その子たちに会うためと、この子たちの通う学校で日本の運動会をして交流するためです。

子どもたちの住む標高2000メートルのチョ

ーバス村に向かう途中で見た段々畑とヒマラヤの山々。11月というのに菜の花が真っ盛り。ところどころに桜も咲いていました。緯度が低いせいか昼間は日本より暑いくらいです。

運動会で一番盛り上がったのが綱引きでした。



やまと健康友の会 石田千恵子

1～10年生（ネパールは、初等教育8年・義務教育、中等教育4年）までを紅白に分け、赤と白の鉢巻きをつけて対戦です。靴をはいている子もいましたが、サンダル履きの子も。



パタンという世界遺産の街角で健康チェックをする医療関係者を目撃。血圧を測ったり、指先から少量の採血をしたりしていました。



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を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    | ----- | 03-3372-4438    |
|          | 医科    | -----           |
|          | 歯科    | -----           |
|          |       | 03-3373-2741    |

### 編集部から

「中野駅前なんでも相談会」は13年目になりました。場所や時間を工夫しながら、冬の夜も台風の日も続けてきましたが、緊急事態宣言で初めて中止に。そこから開催と中止を繰り返しながらも、現在は毎月第四木曜日17時半から、健友会の若手職員が中心となり、様々な職種が業務終了後にボランティアとして取り組んでいます。毎年開催してきた報告会もコロナのため3年ぶり。すずらん法律事務所の弁護士が「路上に出ないとわからないことがある」と相談会に参加する思いを語ってくれました。微力ではありますが、地域の皆様の困りごとを受け止められる場所としてこれからも続けていきたいと思います。（大野）

## 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
- なごみ薬局 杉並区天沼 3-28-8 5347-0671