「健友」お問い合わせ（送付先の住所変更など）
健友会 法人本部 ☎03-3386-3687
募集中　医師・看護師・ヘルパー
健友会・総務部　03-3387-3051

健友（けんゆう）

第158号　2026年５月
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
H　P　https://www.kenyu-kai.or.jp/

地域運動の継承から実践へ

杉並の原水爆禁止署名運動に学ぶ

企画展「原水爆禁止署名運動への道」が杉並区立郷土博物館で開催されました（２月７日～４月19日）。なぜ、杉並から署名運動が？　当時を振り返りつつ、会場へ足を運んだ職員の感想や思いを紹介します。

関係者の写真や自筆原稿のほか、街頭で使用されたメガホンやタスキも展示

杉並区立郷土博物館　〒168-0061 東京都杉並区大宮1-20-8（本館）

動画サイトYouTubeの杉並区公式チャンネルでは原水爆禁止署名運動の始まりを紹介する動画を公開しています。

魚の購入不安から

米国は1954年３月１日にビキニ環礁で水爆実験を行い、マグロ漁船第五福竜丸などの乗組員が被爆しました。水揚げされた「被爆マグロ」は廃棄処分され、魚の購入不安と抗議が全国に広がりました。

「水爆問題を取り上げてください。店を閉めなければなりません」

同年４月に杉並区立公民館で開催された婦人参政権講演会で、魚商の菅原トミ子さんが客席から声を上げました。

「全人類の問題」

講師で国際法学者の安井郁館長は、「魚屋さんだけの問題ではない。全人類の問題です」と答えました。

安井館長を中心に水爆禁止署名運動杉並協議会が翌月に発足。公民館で学ぶ婦人団体や魚商、労働組合などのつながりが運動を広げました。

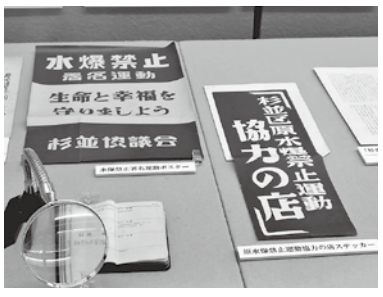
安井館長によるアピール文は共感を呼び、各地の運動の統一を促しました。原水爆禁止世界大会などの国際的な核兵器反対運動に発展し、今日も受け継がれています。

座談会　健友会らしい平和の取り組みを

女性が世界を動かした

徳重　第五福竜丸は静岡の漁船なのに、なぜ杉並から署名が広まったのか、気になっていました。図書館併設の公民館を作り、館長に安井郁を任命した高木敏雄区長を初めて知りました。

山田　杉並区から広がったのは驚きでしたね。地域学習を重視する安井館長の足跡が原稿や写真の展示でわかりました。当時の社会情勢を背景に、誰もが集まれる公民館を介して安井館長と地域の人々がつながった。主婦たちの読書サークル「杉の子」会や杉並婦人団体協議会など、女性の活躍も印象的です。女性が世界を動かしたのだ、と。



第三次世界大戦と子ども

長井　娘と一緒に見ました。娘は先日、米国のイラン攻撃によるホルムズ海峡封鎖の影響で好きなお菓子が製造中止になり、驚いていました。戦争を身近な問題として理解し、自分にも関係があるとわかったようです。

義村　子どもたちは今、第三次世界大戦と言われる中で成長しています。我が家でも、戦場へ行くかもしれないよ、と息子と話しています。

徳重　自分や子どもが戦場へ行くと思ってない人が多いのでは。戦争に関わらない、永世中立国のスイスに行きたいなぁ。

山田　スイスは兵役義務がありますよ。

徳重　そうだった！

救助に迷彩柄は不要

山田　日本の自衛隊は災害救助のイメージが強く、「戦闘」がリアルではないのでしょう。勧誘の戸別訪問も活発です。

長井　不況が続き、防衛大学校や自衛隊も進路の選択肢として当たり前になる時代。地元のお祭りに迷彩柄の自衛隊車両や制服の試着がありました。そもそも、迷彩柄は敵から身を守るため。災害救助に不要ですよね。

徳重　被災した人を助ける善い印象があるのでしょうけど、住民に説明せず、熊本市内に長射程ミサイルを配備したり。

山田　軍事費が増える一方、教育費や社会保障費が減っています。

地域学習を重視した運動を

山田　医療機関が直面している経営危機の抜本的な解決には、診療報酬の改定も必要です。医療は誰もがかかるからこそ、地域の人と一緒に問題に取り組みたい。でも、どうやってつながるか…。

徳重　医療を求めた地域運動は民医連の原点。

義村　保育所問題では、子どもを抱えて母親たちが訴えたように、自身に直結した問題で、「ヤバい」と思わないと立ち上がらないのでは。

山田　やはり、安井館長が重視した地域学習が必要。魚商が声を上げたのは、生活の中で地域に根差した学びがあったからだと思います。

義村　例えば、有機フッ素化合物PFASの問題。誰もが毎日使う水道水も汚染され、水俣病と似た公害の面もあり、基地問題も関係しています。医療機関の強みを生かした学習会や検査ができるのでは。まずは自分たちがチームで学ぶ。私たちも地域運動を実践して平和を守りたいですね。

座談会出席者
徳重節子　看護師長
長井ちひろ　事務
義村典子　看護師長
山田悠希　看護師
聞き手
石田千恵子　編集委員
（写真右から・敬称略）

もっと　杉並の原水爆禁止署名運動を知りたい

「新装版　原水禁署名運動の誕生　東京・杉並の住民パワーと水脈」（丸浜江里子著、有志舎、2017年）

当時の政治情勢や地域社会など、運動の背景と集う人々を詳細に記した一冊。西荻窪診療所も登場します。

わたし

民医連の看護や基本的な考えを示したブックレット「民医連のめざす看護とその基本となるもの～民医連の看護の継承と発展のために～」があります▼民医連の看護70年の歴史を踏まえ、「日本国憲法と民医連綱領が基本にあり、全ての人が人間らしく、その人らしく生きていくことをあらゆる場面で援助する無差別・平等の看護である」と示されています▼この基本的な考えを日々の看護現場や実践で改めて意識し、患者さんや地域の方たちと向き合いたいと思い、師長会議で具体的な事例の検討を始めました▼さすが、師長さんたちです。「患者さんやご家族が何を求めているかを知ることが第一」「求められている丁寧な対応はまず、お話を聴くことから」――このような発言が自然に出されました▼最近は「戦争」という言葉を耳にしない日がありません。師長さんたちの頼もしさに勇気づけられ、少し明るい未来もあると思える、春の新しいスタートになりました。（わ）

ご存知ですか？ OTC類似薬 窓口負担引き上げ新制度問題

（株）東京医療問題研究所　社長　柏原　健

お薬の負担額が、今後大きく変わろうとしています。現在、政府が検討を進めているのは、ドラッグストアで購入できる市販薬（OTC医薬品）と成分が似ている処方薬、いわゆる「OTC類似薬」の窓口負担を引き上げる新制度です。

セルフメディケーションを後押し

背景にあるのは、年間約48兆円にまで膨れ上がった日本の医療費です。少子高齢化が進む中、限られた医療財源をがん治療や難病などの「高度な医療」に集中させる必要があるため、「軽い症状であれば、まずは自分で市販薬を購入する（セルフメディケーション）」という流れを国が後押ししているのです。

「選定療養」の仕組みを導入

当初は「保険適用から完全に外す（全額自己負担にする）」という案でしたが、難病や慢性疾患の患者さんの負担が重くなりすぎるという反対意見を受け、現在は「保険適用は維持したまま、差額分を上乗せする」という仕組みを検討しています。

これは「選定療養」と呼ばれ、通常の3割負担に加え、薬剤費の一部を「特別な負担」として支払うものです。この仕組みが導入されると、実質的な自己負担率は現在の3割から約5割に上昇する見込みです。

花粉症も風邪も

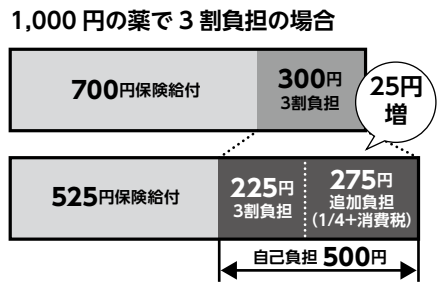
対象には、花粉症などの抗アレルギー薬・風邪薬・胃薬・湿布薬・保湿剤といった、市販品が存在する幅広い薬剤が検討されています。政府は2027年3月までの実施を目指しています。

一方で、負担が増えるからと受診を控えてしまい重症化する危険性、自己判断での市販薬使用や他の薬との相互作用による健康被害などが懸念されています。われわれ薬剤師も積極的に対応していきますが、全てのリスクを回避するのは困難です。

慎重な議論が必要

私たちは、医療制度の転換期に立たされています。だからこそ、患者さんやご家族、医療機関に多くの不利益や不合理が生じるこの制度については、拙速な判断や実施を避け、より慎重な議論を進めていくことが必要です。

皆様も、今回の話について疑問や不安などがあれば、お気軽に薬局で薬剤師にご相談ください。

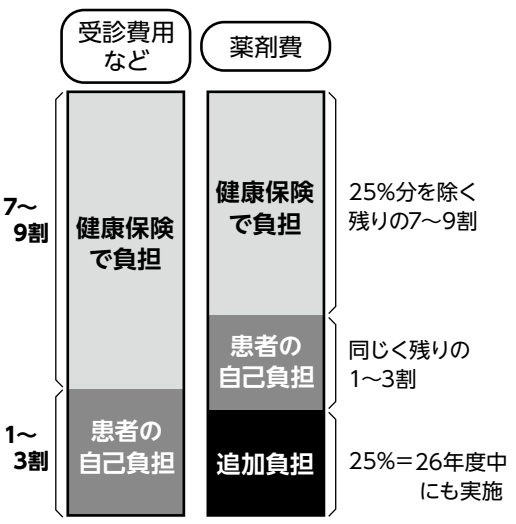


この薬、保険から外れるかも

アレルギー（花粉症、じんましん、アトピー等） アレジオン錠 クラリチン錠 アレグラ錠 タリオン錠 フルナーゼ点鼻薬	**かゆみ・湿疹・皮膚炎・保湿** ヒルドイドクリーム リドメックスコーワ軟膏 リンデロンVG軟膏
解熱・消炎・鎮痛・湿布 ロキソニン錠 イブプロフェン フェルビナクテープ カロナール	**咳・痰・呼吸器** ムコダイン錠 メジコン
慢性胃炎・胃潰瘍 ガナトン錠 ガスターD錠	**感染症** オキナゾール膣錠 ゾビラックス軟膏 ラミシールクリーム
便秘 マグミット錠	**目のかゆみ・充血** リザベン点眼液

全国保険医団体連合会HPより

OTC類似薬の自己負担追加イメージ



グラフ2点とも東京保険医協会HPより

ウチの所長さん

❸西荻窪診療所
泉水信一郎（せんすい） 所長

高校生の頃、偶然手にした『死をどう生きたか』（日野原重明、中央公論社）の「ときに癒し、しばし和らげ、つねに慰む」という一文に触れ、医師を目指すようになりました。医療は治すものと思っていたので、興味を覚えました。「常に慰む」を言い換えると、患者さんを常に支える伴走者。家庭医になった現在につながります。

その人らしく過ごす

学生時代は小児科医に憧れ、絵本の読み聞かせボランティアにも。ある時、小児がんの患者さんがサマーキャンプにどうしても行きたいと希望しました。夏を越せるかも危うかったのですが、帰る頃には、車椅子を降りられるほど回復し、最終的に退院できました。病室から出て、子どもらしく無邪気に過ごす様子を見て思ったのは、大人も同じだということ。その人がその人らしく過ごせるよう、どう支えるか。家庭医の道を歩み始めました。

家族の関係修復も

家庭医は家族や地域など、患者さんの環境も診ます。長く診ている患者さんとは、人生相談になることもしばしばあります。ある患者さんは、気ままな独り暮らしでした。余命を知ると、故郷に帰りたいと希望を変更されました。ケアマネジャーと連携し、連絡の途絶えていた家族との間に入って関係修復を支援。故郷で最期を迎えられました。

平和を創るのは教育のみ

子育てを機に、モンテッソーリ教育の教師資格を取りました。「平和な社会」を創るのは、次世代を担う子どもたちの心に平和の種をまく「教育」のみという思想は親としても考えさせられます。

すなつぷ＆すなつぷ　病院・診療所・友の会

ミモザイエロー
えこ・ぬま健康友の会

診療所の往診車がブルーからミモザイエローに変わりました。二人の運転手さんが交代で月～金曜日、江古田や沼袋地域はもちろん、近隣地域へとフル回転です。街で目に留まりましたら、よろしくお願いします。（粉川）

診療所でお花見会
天沼健康友の会

お花見会を4月1日に開き、10人が参加しました。妙正寺公園の満開の桜の下、という訳にはいかず、小雨交じりの曇天。診療所で桜名所の映像を見ながら、手作りのちらし寿司や珈琲羊羹に舌鼓を打ち、桜の歌も歌って、楽しいひとときになりました。（田代）

秩父へバスツアー
かわしま健康友の会

約7年ぶりのバスツアーを3月30日に開催し、埼玉県・秩父へ。醤油搾り体験にお昼は蕎麦。午後は日本酒の蔵元で試飲と買い物。清雲寺では満開のしだれ桜。作って、食べて、飲んで、買って、見ての最高の一日でした。（窪田）

麻雀サークル始めました
西荻健康友の会

麻雀サークルを3月28日より始めました。おしゃべりをしながら8人が楽しみました。3人が友の会に入会。手を使い、人と話す、脳トレ効果抜群の麻雀は大人気！毎月第4土曜日に行います。（渡邉）

「戦争はダメ」
桜山健康友の会

「中野平和のための写真展」（なかのZERO）へ。日本と中国の従軍写真家の作品でした。平和を考える高校生のグループも協力

連載8

認知症多職種チーム

新しい関係を創造する場所に

中野共立診療所　外来看護師長　笹本澄子

2月のオレンジカフェで「認知症と共に生きる」というテーマでお話しました。そこで考えたかったのは、当事者と支援者どちらかが我慢するのではないケアについてです。「やさしくしましょう」「予防しましょう」と言うほど、当事者も支援者も窮屈になっていく。そこから自由になる方法を地域の方と一緒に考えてみたいと思いました。

支援が管理に転じる矛盾

例えば「バリアフリーというバリア」という問題提起があります。ある視覚障害者が「点字ブロックがあると便利だけれど、お前はここを歩けと命じられている感じがする。たまには外れて歩きたい」と話します。支援はいつも管理に転じる矛盾を孕んでいます。

「当事者研究」から

当事者が管理されずに支援者と共同することは可能でしょうか？　社会福祉法人浦河べてるの家（北海道）の「当事者研究」という実践を紹介しました。精神障害や生きづらさを抱える当事者が、自らの困りごとを仲間と研究するのが「当事者研究」。「症状」をむやみになくそうとせず、研究テーマにすることで、人とつながる糸口として活かす実践です。

母親を傷つけた青年が、罪を自覚できず「あれは僕がやったことではない」「天井に山姥がいる」と言っていました。支援者は「山姥ってどんな方ですか？」と、山姥の世界におじゃまして、山姥のことを語り合ってみる。山姥との戦いがなぜ起きて、どうしたら終わるかを一緒に本気で研究します。

最初は「十数名の軍団をつくって自分を襲ってくる」「戦いは5歳の時から始まっていた」などと話していた青年が、「山姥に結婚を申し込まれて断った」「お母さんのことは自分に責任があったかもしれない」と変わっていく。医療的発想では「山姥」を妄想としてなくそうとしますが、当事者研究では「山姥との戦い」という青年自身の苦労を問題にします。そうすると、支援者と当事者は、一緒に考える「共同研究者」になれるのです。

手探りで対話

容易に分かり合えない当事者と支援者が、寄り添う（どちらかに合わせる）のではなく、手探りで対話して、時々どこかで偶然出会う、そんなプロセスを支える場所をつくれないでしょうか。オレンジカフェが新しい関係を創造する場所になればと思っています。

【参考文献】
「〈対談〉欲望・身体・美―問いとしての障害」（キム・ウォニョン、伊藤亜紗、「世界」2024年2月号、岩波書店）
「向谷地さん、幻覚妄想ってどうやって聞いたらいいんですか？」（向谷地生良、医学書院）

どなたでも参加できます
オレンジカフェきょうりつ

認知症の当事者の方はもちろん、ご家族や介護をしている方、認知症に関心のある方、どなたでも参加できます。気軽にお立ち寄りください。

※参加の際はマスクの着用をお願いします

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）
問い合わせ：
健友会事務局
03-3386-9139

人　「民主主義の広場」で

桃井健康友の会　会長　茂木皓三（こうぞう）さん

児童館の廃止問題がきっかけで、杉並区政に関する住民運動に2013年から取り組んでいます。岸本聡子区長が誕生すると、児童館は廃止から新設に転じました。運動の成果を感じています。

当初は「田中区政に反対する会」でしたが、現在は「岸本区政とともに歩む会」。毎月第二水曜日の昼、区役所前に立っています。市民や職員と一緒に進めた区政の成果を知らない人もいますし、都道の拡幅延伸などの問題もありますから、「民主主義の広場」と銘打って対話と訴えを継続しています。

本好きが高じて、出版社に就職し、印刷部門で働きました。金属活字を1頁にまとめる植字作業です。漢字に詳しくなりましたね。労働運動がさかんな時代で、労組役員も務め、倒産危機にも直面しました。人とつながる事の大切さや協同の精神が養われたと思います。

入社2年目のことです。職場の先輩が北朝鮮帰還事業で帰国する前に、自宅へ招いてくれました。在日朝鮮人部落にある、家とは言えない貧しいバラックです。日本の戦争責任を突き付けられた思いがしました。こうした体験や戦争経験者との関りで、反戦や平和の認識が生まれたと思います。

杉並区役所前で仲間と

すなつぷ＆すなつぷ　病院・診療所・友の会

し、300人超が来場。「戦争はダメだ」という想いが多数寄せられました。（杉本）

にぎやかに楽しく
やまと健康友の会

新春のつどいを2月25日に開催し、36人が参加しました。今回も地域で活動する「大和朗読の会」のみなさんが出演。手づくりの大型紙芝居「花さき山」の絵と朗読の世界を楽しみました。最後は恒例の大ビンゴ大会で思い思いの商品をゲットです。（石田）

いつもと違う地域でも
ももぞの健康友の会

健康チェックを3月11日に行いました。今回は、いつもとは違う地域でもチラシを配布しました。6人が参加者（うち友の会会員は2人）。1人が友の会に入会されました。（中西）

活躍に期待
中野共立健康友の会

診療所では4月1～3日、法人の新入職員の入職式と研修、歓迎会がありました。地域の歴史や法人の方針などを学びつつ、ゲームを使った交流も。新入職員の活躍にご期待ください。（渡辺）

節分のお茶会
桃井健康友の会

会員で薫風流家元の小林さんのお茶室で節分のお茶会を2月2日に催し、13人が参加しました。立春を前にした暖かな一日、節分にちなんだお道具で、お菓子とお茶を味わいました。福が舞い込みますように。（遊佐）

生きる希望と勇気を人々の心に

追悼　中野・杉並健康友の会会長　植木紘二さん

植木紘二さんが倒れたのは2月8日、衆議院選挙の投票日の夜でした。この日は冷たい雪が降り、帰宅直後に体調が急変。3日後に帰らぬ人となりました。あまりにもあっけない最期を哀しみ、通夜、告別式には多くの人がお別れに参列しました。

植木紘二さんを偲ぶ

中野生活と健康を守る会
会長代行　小林千枝子

「中野生活と健康を守る会」の会長を植木さんが引き受けてから、守る会は大きく変わりました。

会費を800円から500円に引き下げ、生活保護の方は月額200円にしたことで、厳しい生活を強いられている方の入会が増えました。「守る新聞」が300円から400円に値上がりした時は、新聞をとっている会員の会費を100円引き下げて減紙を防ぎました。

当時、班会を毎月開いていたのは1班だけでした。今は中野の南側に新しい4班が生まれ、休んでいた班も動きだして、これからというときに突然の別れが来ました。

植木さんの穏やかで優しい言葉は、人の心を開き、諦めていた人は生きる勇気をもらって元気になりました。

とても真似のできることではありませんが、3人の副会長と力を合わせて守る会を続けていきます。

思いをひきついで

中野・杉並健康友の会
副会長　鈴木加代子

植木紘二さん、会長になって8年、いつも健康・命・暮らし・平和活動の中心にいた植木さん。

突然の訃報を受け、誰もが驚き、悲しみにうちひしがれました。でも、本当にショックだったのは植木さん自身ではなかったかと、今でも思っています。間近だった幹事会の合宿、総会準備、平和バスツアー等々をけん引していた植木さん。本当に悔しく無念だったと思います。

困っている人がいれば駆け付け、正義感あふれ、友の会の拡大と発展のために努力、行動される姿は忘れられません。

仲間増やしの目標を職員とともに力をあわせやり抜くこと、みんなでがんばります。

健友会と友の会をつなぐ

社会医療法人社団健友会
専務理事　菅井一郎

新型コロナウイルス感染症が猛威を振るい始めた2020年初頭、健友会は未曽有の収入減に直面し、困り果てていました。公的補助の開始前に植木さんの提案で、友の会のみなさまから多額の資金を寄せて頂いたことは、物心両面で私たちの大きな支えになりました。

人と人との繋がりを大切にと植木さんを先頭に実施した認知症の学習会はその後、中野区と杉並区での補聴器購入費助成に実を結びました。

イスラエルによるガザ攻撃にあたって、法人・友の会・労組の共同アピールの一節「―私たちは『戦争』につながるすべてを拒否します。―声を上げましょう。今を『あらたな戦前』としないために」を胸に刻み、仲間と社会変革の実現を信じ、行動を受け継いでまいります。

全日本民医連　第47回定期総会が開かれました

民医連（全日本民主医療機関連合会）の第47回定期総会が岩手県盛岡市で2月26～28日に開かれました。健友会・東医研からは4人の代議員が参加。「地域医療崩壊を食い止める緊急行動」の署名が8万筆を達成したことなど、第46期の活動を振り返りました。2026年度から2年間の運動方針を討論、採択しました。

第47期　活動の重点

①国連憲章・国際法に則った平和構築に向けて、憲法を生かし、地域で対話をひろめ、戦争させないための具体的行動に臨むこと

②医療・介護の公共性と非営利性を重視し、他の個人・団体との大同団結で、人権としての社会保障を守り、象徴たる国民皆保険制度を堅持すること

③地域の実状と住民の要求に応え得る事業体系を構築し、連携を深化させ、地域社会と事業所経営を守り抜くこと

④自己責任論を乗り越え、ケアとケア労働の価値にふさわしい水準で、ケア労働者の処遇改善を実現し、看護・介護従事者の確保で前進すること

特別決議を採択

総会では特別決議「平和で人権が守られるケアに満ちた社会の実現に向け、地域での対話と協同をひろげ憲法を守り生かそう」が採択されました。

特別決議は、第46期で取り組まれた「地域医療崩壊を食い止める緊急行動」の奮闘や地域との協同のひろがりを評価。地域住民の切実な要求と運動の結びつきが、社会を変える力になると強調しました。大軍拡・社会保障費削減に対抗し、「いのちとケアに予算を回せ」「ミサイルよりケアを」の声をあげ、平和を希求する新たな歩みを呼びかけています。

健友会　無料低額診療事業

医療費のお支払いで お困りの方はご相談ください

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。収入状況等確認・申請による審査があります。

実施事業所

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

中野共立病院リハビリテーション科

セラピスト募集中

様々な新しい技法や機械も取り入れリハビリの質向上をめざし、回復期から生活期、在宅まで診れるセラピスト集団をめざす職場です。一緒に成長しませんか。

理学療法士（新卒）	1人
作業療法士（新卒・経験者）	2人
言語聴覚士（新卒・経験者）	1人

お問い合わせ　中野共立病院　事務長・塚本　03-3386-3166

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

植木紘二さんが亡くなって早くも３カ月。中野・杉並健康友の会の総会の準備を進めていた最中でした。議案書の作成はじめ、どれだけ植木さんに寄りかかっていたのかを思い知る３カ月でもありました。残された四役と幹事で力を合わせ、総会を乗り切りました。総会では、３面の「人」欄に掲載の茂木晧三さんを新会長に選出。取材は立候補決意前のものです。仕事を分け合って、「健康友の会」にふさわしい活動をつくっていきたいと思っています。