

今、自治体は税金をため込んでいます。教育や医療のために使わせる運動の強化を！

# 医療と健康のひろば

発行：東京民主医療機関連合会  
北中ブロック城北地域診療圏協議会  
編集：医療と健康のひろば編集委員会  
〒174 8502 東京都板橋区小豆沢1 6 8  
健康文化会内  
電話03 5994 0271  
ファックス同上(自動切替)  
2007年3月 第92号

## 『高齢者の医療・介護・生活実態調査』から

### 見えてきたもの

#### 政治への怒り、将来の不安……

昨年十月から十一月にかけて、全日本民医連が「高齢者の医療・介護・生活実態調査」を実施しました。この調査は、小泉構造改革が進行される中、その影響が高齢者に強く現われているので、詳しい実態を掴み、改善させる運動へとつなげようというものです。全国で、六十五歳以上二万人を目標に取り組みました。健康文化会・ユニオ

ン企画の職員も百二十名、一人の患者さん宅を訪ねて、全日本民医連から聞こえてきた声の一部を紹介いたします。

- 介護保険料や税金、医療費の負担を安くしてほしい。
- 生活保護や障害の申請など書類だけで見るとでなく、実状をよく聞いてほしい。
- 社会保障全般にわたって安心できるような制度にしてほしい。
- 特養など寝たきりになった時の施設を増やしてほしい。
- 特養の一人の患者さん宅を訪ねてほしい。特養の希望者は三年間待たなければならぬと聞いている。
- 緊急通報システム装置が枕元に無く、不安。
- 長期に娘が入院。大学病院へ転院し、個室に入ったが、病状や経済的に不安がある。
- 我々老人に対して早く死ねというような政治を変えてほしい。もつと老後が安心して暮らせるように。
- 生活費が少なすぎるのでとても困る。何とかしてほしい。
- 独居で腰痛がある。日常は立っていられない。何かあった時が不安。
- 最近手術が必要な状況になり、今後の病気と治療費が心配。
- 透析を受けているが、帰りはタクシースーツを使う。タクシースーツは週に三千九百円かかり、経済的に大変。

#### 調査にとりくんだ職員感想

- 少ない年金で子どもにも頼らず、一生懸命生活する姿に心を打たれた。誰もが我慢せず、生活できる世の中になるといい。
- 都営住宅でエレベーター無しで通所や通院にヘルパーと共に苦労しながら階段の昇降を

している。かなり辛そうだった。エレベーター付きか、一階への転居申請をアドバイスしている。かなり辛そうだった。エレベーター付きか、一階への転居申請をアドバイスしている。かなり辛そうだった。エレベーター付きか、一階への転居申請をアドバイスしている。

#### 第二回医療・介護活動研究会

#### 「未来へ残そう 人権と9条 安心安全の医療と介護を追究しよう」

2/10

東京民医連の北中ブロック(健康文化会・東京保健生協・ほくと医療生協)の三つの法人と薬局法人で運営)主催で、第二回医療・介護活動研究会を豊島区民センター・豊島公会



伊藤 真氏

「未来へ残そう 人権と9条 安心安全の医療と介護を追究しよう」

沢歯科の歯科衛生士・渡邊彩子さんの発表など、四演題が選ばれました。

### 練馬健康まつり

2007年3月18日(日) 午前10時～午後3時 入場無料  
会場 練馬第一診療所(待合室、駐車場)、ねりまヘルパーステーション、平和台薬局

メイン会場 記念講演 マリンノ演奏やけん玉

他の会場 健康チェック(血圧測定、体脂肪測定、貧血チェック)

- 健康相談 歯科、くすり、育児について模擬店など
- 包丁とぎ
- やきそば、喫茶コーナー

主催 練馬健康まつり実行委員会  
連絡先 練馬第一診療所03(3933)89 立川



昨年の健康まつり

# 会報手配り交流会

## 楽しみながら できるように

2/9

小豆沢病院健康友の会

運営委員 堀村 和子



積極的な意見がたくさん出て

名が一一五一通(全体へ誘って成功させている経験、会話の中で、特に高齢者には大変な手配りの時に、班会「ごみ出し」を毎回手配っているという、心温まる話も出ました。「部数が多く、配ることで精一杯。声をかけるゆとりがない」「発行が不定期で、終わった行事の案内など入っている時もある」といいます。

率直な発言も。年々、手配りに参加している人は減っています。高齢化が主な要因ですが、今後は会報で呼びかけるなど工夫しながら手配りする人を増やすこと、配布する地域の整理、無理がない数配布する、手配りする時の声かけなどの改善が必要だと思いました。

一人ひとりの努力と協力が大きな励みになり、友の会の発展につながると思っています。楽しみながら手配りが出来るといいですね。自分の健康の一部として手配りしていきたいと考えます。

# 吉田万三さん(東京民医連副会長)はこんな人

小豆沢歯科 所長 矢野 正明

吉田万三先生とは東京民医連入職以来二十八年のおつきあいで、私が研修医のときから指導を受けてきました。

いつも、おあらかじめ、アバウトというか、細かいことにはこだわらない先生です。また発想が「トクで、いろいろおもしらいことを思いつきます。

昨年は小豆沢歯科の中堅歯科医師の退職があり、困難な時期に東京民医連を通して支援が咲きました。都知事選に立候補が決まっていたから、石原は強いがマスコミが作った虚像だ。キョソウ対マンゾウの戦いだ」とオヤジギャグで対応しています。確固たる方針と柔軟な対応が求められる都知事になって、今の吉田先生のままでいてほしいと思っています。

それでは「マンゾウ」織り込んで

石原なんかにはまけないぞ  
おりんぴくはやめにしてお  
ぞっこんほれこむ人の和で  
うみだせ新生東京を



## 私の戦争体験③

数え切れないのちを奪った戦争は何があってもイヤ！  
サイパンの小学校で教師  
疑わなかった『軍国主義教育』を(前編)

佐藤 幸栄さん(練馬区平和台在住89歳)の話

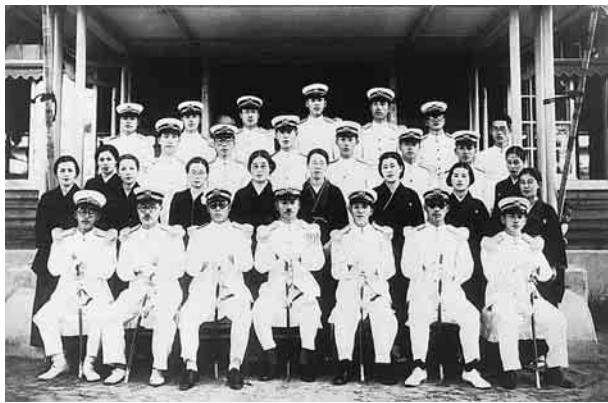
夢を抱いて  
サイパンへ

一九一八年(大正七年)一月二十五日生まれ、福島県双葉郡大熊町(浜通り地方)で四人きょうだいの末っ子でした。

福島女子師範学校を卒業して二年間、女子浪江町で先生を経験。一九三九年(昭和十四年)日本全体が「満州へ、満州へ」という風潮で熊町(浜通り地方)で四人きょうだいの末っ子でした。



遠い日を手繰り寄せる  
佐藤幸栄さん



サイパンの小学校の先生たち(前二列右から二人目佐藤さん)

福島の委託統治地(一九一九年)に於てお(当時、小学校六年、高等小学校二年の制)り、たくさんの沖繩(度)。男性の先生はサンの沖繩(度)。男性の先生はサンの沖繩(度)。男性の先生はサンの沖繩(度)。

大きな製糖会社もありました。サイパン第一小学校に勤務しました。四十人・一クラスが、一学年が三クラスあり、大きな小学校でした(当時、小学校六年、高等小学校二年の制)り、たくさんの沖繩(度)。男性の先生はサンの沖繩(度)。

サイパンを希望し、四月に赴任しました。サイパンを含む南洋群島は、日本の委任統治地(一九一九年)に於てお(当時、小学校六年、高等小学校二年の制)り、たくさんの沖繩(度)。

・五倍ももらえました。サイパンには六年程いました。

帰国して大空襲をくぐりぬけ

戦況が激しくなったので、一九四四年(昭和十九年)四月に帰国することになりました。飛行機と駆逐艦に守られた軍の船に乗り込みました。庭(ムシ口)を敷いた床に、救命道具をつけたままの雑魚寝で、七泊八日です。その頃のサイパン島は、たくさんの潜水艦に取り囲まれ、引き上げ船は空と海から攻撃され、多くの人が亡くなりました。私もよく生きて帰ることができたと思います。

## 友の会3月~4月 行事予定

- 小豆沢病院健康友の会**
    - 3/13(火) いちご狩りと益子方面水戸観梅
    - 4/1(日) お花見予定(場所未定)
  - 桐ヶ丘健康友の会**
    - 3/3(土) ひなまつり
    - 3/6(火) 北区地域振興会主催『認知症について』学習会
    - 3/19(月) 学習会『日常生活の食事について』
    - 講師 原 栄養士
    - 3月 学習会『くすりの飲み方について』日程は未定
    - 講師 金 薬剤師
    - 4/28(土) 友の会総会
  - 練馬第一診療所健康友の会**
    - 3/7(水) 第21回保健学校 第1回「肺ガン、胃ガン、大腸ガンの話」
    - 講師 立川事務長
    - 第2回目は健康まつりの講演
    - 3/18(日) 練馬健康まつり
    - 4月 総会 日程未定
  - 坂下診療所健康友の会**
    - 4/8(日) 日帰りお花見旅行
- 企画については、各友の会にお問い合わせください。その他、定例のサークルを開催しています。

## お知らせ

今月の「医療のななし」は休みにさせていただきます。

(続く)

# 今年も笑顔で新春のつどい

163名参加 2月4日

小豆沢病院健康友の会 此村 末松



鳴子を鳴らしてにぎやかに

乾杯の後、会食しながら歌や踊りを楽しみました。おしゃべり喫茶に参加している方たちのお出し物は『よさこい鳴子体操』。半被姿でこの日のために特訓した成果を披露。心地よい鳴子の音とよさこいの曲につられ、会場でも一緒に身体を動かした。

志村コミュニティホールで開催しました。吉田万三さん(東京民医連副会長)、板橋社会保障推進協議会、板橋生活と自治研究所の代表が来賓として、多数参加しました。小豆沢病院・副看護総師長・日向寺美恵子さんは、看護師を増や



会場はえがおいっぱい

## 鎌倉七福神めぐり

1/21

坂下診療所健康友の会 沖田志津子

一年の計は七福神に入りレインボーブリッジを渡ると景色は一変七福神に行ってきたし、添乗員さんの話を聞きながら、右を見た。バス二台で七時三十分坂下診療所前を出発。曇り空だったので、一日降らないように願いながら、首都高速に



ことしも元気に

袋尊で、何ともいえない笑みをたたえている大きなお腹をなで元気がもらいました。次に鶴岡八幡宮「弁財天」正面の大銀杏は、鎌倉時代からあるという見事

なものでした。宝戒寺毘沙門天「妙法寺寿老人」や寒さの中で咲くロウバイがきれいでした。木覚寺恵比寿と廻り、鎌倉大仏の近くで昼食と買い物。長谷寺大黒天、長谷観音の九・一八メートル高さ

## 初詣の高崎観音と かやぶぎの郷薬師温泉

練馬第二診療所健康友の会 増村 友吉

一月二十八日、定刻行を迎えてくれる。その過ぎることなく出発のやさしさと美しい姿を見た大型バスは、二十九人の乗客と共に一路目的地へと向う。北側の斜面に雪を頂いた山懐にかやぶぎの民家が現れる。長屋門をくぐり、かつての良き時代の古民具にその温もりを感



現れる。長屋門をくぐり、かつての良き時代の古民具にその温もりを感

りました。友の会は、独自の帰り旅行は四月にりぼっちをなくそう。長瀬に決まりました。を掲げています。次回

しながら枕木の道を踏む。旅の楽しみの一つでもある食事は、卿の旬を味わう。ゆつくりと湯殿に身体を温める人、民芸品など匠の技を見る人など、郷を観て遊ぶ。それは、心に旅するものを誘うに足る時間でした。

短い日帰りのバス旅行でしたが、四角い箱物の温泉でなく、切妻屋根、入母屋造りの湯殿は格別のものがありました。それぞれの想いを胸に六時過ぎに無事に練馬まで帰ってきました。



## 薬局 だより

志村薬局

薬剤師 小野 恵美

最近疲れやすい、栄養不足を感じる、やせたい、老化が気になる。そんな時、テレビや雑誌、新聞など、「が気になる人」に、

に効く」などと宣伝されている健康食品やサプリメントを服用してみたいと思つていたり、すでに服用されている方も多くいらつしやるのではないのでしょうか。そして、害が無く健康に効果のあるものとして期待していませんか?

医薬品は、動物実験や人での臨床試験を行なって有効性や安全性を評価した上で販売されます。しかし、健康食品は、食品に分類され医薬品のようにきちんとした成分含量が定められていないので、メーカーによって品質に差があり、一日の使用量もまちまちです。

また、有効性を確かめる人間のデータが極めて少なく、また例えば効果があつたといわれるものも、大勢の人を対象とした臨床試験を行なつてい



不安な点がありましたら、お気軽に薬局に声をかけてください。

## 健康食品を過信しないで

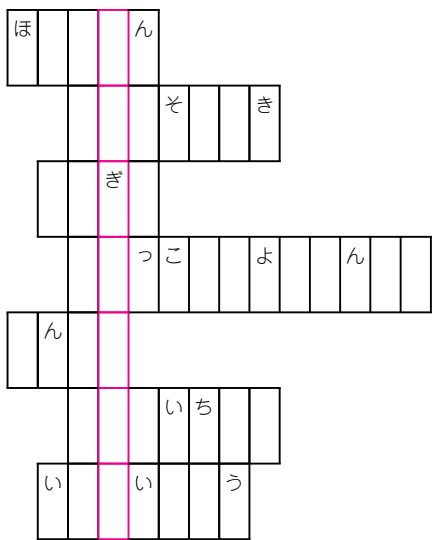
臨床試験を行なつてい

## ひろばクイズ

### クイズの出題

● ヒントにそつて埋めてください。色枠内が解答です。

- 解答、住所、電話番号、氏名、年齢を記入し、「ひろばクイズ娘」宛まで
- 締め切りは四月十日
- 身近な出来事や感じていることなどハガキの余白に書いてください。お待ちしています。



90号クイズまちがい探し解答

- ① 窓に映つた右側の木の枝の形
- ② 窓に映つた左上の木の葉っぱの有無
- ③ 猫のしっぽの形
- ④ 女の子のスカート模様
- ⑤ ティッシュの箱
- ⑥ 女の子の髪止め
- ⑦ 右側ゴミ箱に捨てたティッシュの数

- 次の方々に図書カードをお送りします。
- 板橋区 山本知代子さん
- 板橋区 天笠佳子さん
- 板橋区 橋下早さん
- 練馬区 平原昌江さん
- 練馬区 金子禮子さん
- 練馬区 向井幸子さん

診療体制表(2007年3月)

小豆沢病院 救急指定病院
受付時間 午前8:30~12:00(診療開始9:00)
午後1:00~4:00(診療開始1:30)
夜間4:30~7:00(診療開始5:00)

休診、変更の場合があります。電話又は受付でご確認下さい。

Table with columns for Department (診療科目), Day (月), Fire (火), Water (水), Wood (木), Gold (金), Earth (土). Rows include Internal Medicine (内科), Pediatrics (小児科), Surgery (外科), Orthopedics (整形外科), Dermatology (皮膚科), Ophthalmology (眼科), Urology (泌尿器科), and Otorhinolaryngology (内視鏡).

練馬第一診療所
受付時間 午前8:30~12:30
午後2:30~5:00
夜間5:00~7:00

診療科目
内科
小児科
訪問診療

Table for 練馬第一診療所 showing staff assignments by day and time slot.

練馬第二診療所
受付時間 午前8:45~11:45
午後2:00~4:45
夜間5:00~6:45

診療科目
内科
整形外科
訪問診療

Table for 練馬第二診療所 showing staff assignments by day and time slot.

ユニオン企画
03-3558-1079(本部)

Table for ユニオン企画 showing service hours for various locations like 志村薬局, 平和台薬局, etc.

※志村薬局(水)午後2:00~4:00は休み

小豆沢病院 本蓮沼診療所(訪問診療)
受付時間 午前8:30~12:30
午後2:30~5:00
夜間5:00~7:00

Table for 小豆沢病院 本蓮沼診療所 showing staff assignments by day and time slot.

- List of 小豆沢病院訪問看護ステーション locations and contact information, including 練馬訪問看護ステーション and others.

患者さんと家族のみなさんへ

健康文化会では職員への金品など贈り物は固くおことわりしています。会の発展のためにご協力をいただける方には「友の会」へのご入会や協力基金・無利息債等へのご協力をお願いしております。

坂下診療所

受付時間 午前9:00~12:00
午後2:00~5:00
2:30~5:00
夜間5:00~7:00

診療科目
内科、外科
小児科
訪問診療

Table for 坂下診療所 showing staff assignments by day and time slot.

\*胃レントゲン、超音波検査可能・訪問診療可能

下赤塚診療所

受付時間 午前8:45~12:00
午後1:45~5:00
夜間4:45~7:00

診療科目
内科
訪問診療

Table for 下赤塚診療所 showing staff assignments by day and time slot.

\*前立腺検診、超音波検査可能・訪問診療可能

小豆沢病院附属

高島平診療所

受付時間 午前8:45~12:00
午後1:45~4:30
夜間4:45~7:30

診療科目
内科、小児科
外科、整形外科
訪問診療

Table for 高島平診療所 showing staff assignments by day and time slot.

\*訪問診療、訪問看護、通所リハビリ、介護保険について気軽にご相談ください。

桐ヶ丘団地診療所

受付時間 午前9:00~12:00
午後2:00~4:30
夜間6:00~7:30

診療科目
内科
整形外科
訪問診療

Table for 桐ヶ丘団地診療所 showing staff assignments by day and time slot.

\*超音波検査可能・訪問診療可能
\*1)第4週のみ \*2)肝臓外来・第4週のみ(5週ある場合は第5週)

小豆沢歯科

受付時間 午前9:00~12:00
午後1:30~4:00
夜間4:30~7:00

予約制です。事前にお電話下さい。

Table for 小豆沢歯科 showing staff assignments by day and time slot.

\*歯科の訪問診療を行っています。\*水曜午後は第2・4のみです。\*都合により医師体制が変わる場合があります。

あずさわ福祉本舗

安心して住み続けられるまちづくりを応援します。お気軽にご相談ください。

- 福祉用具レンタルと販売・住宅改修の相談
住所 板橋区坂下1-12-21
ユニオン企画ビル3階

03(5914)3505 ファックス03(5914)3506

