

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5月 第94号

一斉地方選挙が終わりました。暮らしを良くしたいと願って投票した結果は如何だったでしょうか。さあ次は参議院議員の選挙です!!

# 医療と健康のひろば



4/12全国から1700人が廃案求めて国会前ですわりこみ

## 自民・公明の与党の暴挙で改憲手続き法案を衆議院で強行採決!

徹底審議・廃案を求める取り組みを

四月十二日、衆議院憲法調査特別委員会で審議が不十分なまま「改憲手続き法案」を野党の反対を押し切って強行採決し、翌日の本会議で可決しました。NHKが行なった世論調査でも法案への賛成はわずかに二九パーセントで、マスコミの多くも成立を急ぐべきでないとしています。世論を無視し採決を強行しアメリカと一緒に戦争のできる憲法改悪へ踏み出したのです。その中身はほとんどの国民に知らされていません。

問題点として  
①最低投票率を定めていないことです。投票率によっては、有権者の一割台、二割台の賛成で、憲法が変えられ

てしまうことになりかねません。  
②公務員と教員(全国で約五百万人)の活動が制限され、違反すると行政処分の対象となってしまう。  
③有料の意見広告をみるとあるところが圧倒的に有利となり、世論の誘導へとつながります。

### 第2回 練馬健康まつり

実行委員 松田 節子

3・18



当日は、朝から飾りつけをなしました。強風で飾った先から飛んだりはずれたり。模擬店では焼きそばやトン汁を作るための火がすぐ消えてしま



喫茶コーナーでは、ケーキ、やきそばトン汁などメニューが豊富で大盛況でした。アト

場には早変わりした待合室で、実行委員長の吉田友の会会長の挨拶から始まり、たくさんの方の余興が行なわれました。小さい子どもから大人まで楽しめました。午後から、友の会保健学

校企画にもなっている記念講演「歯のはなし」を小豆沢歯科所長・矢野先生がお話ししました。わかりやすくユーモアを交えての話に参加者は真剣に聞き入っていました。口の中を清潔に保つために最低朝晩は磨く、それが誤嚥性肺炎の予防につながる。残存している歯の数が多い人ほど長生きしている。最近歯科を受診する人が減っているが政府の様々な改悪で経済的に大変な人が増えているものが見られるなどでした。「歯がこんなに健康に大切だとは知らなかった。」今日に来てよかった。」など感想が寄せられました。締めは「ピングゲーム」で心は一つに盛り上がった健康まつりでした。

三月二十二日東京地方裁判所で原爆症認定裁判の判決が出ました。この裁判は、疾病が原爆に起因するかどうかが争われている裁判で、五年間に渡り闘われてきました。現在、原爆症に認定されている人は被爆者二十五万の中でたった二千人で(〇・八パーセント)申請をしてもほとんどが却下されました。これを違法だと訴えたのが、原爆

## 原爆症認定裁判

### 30名のうち21名に勝利判決



「生きていくうちに判決を聞かされたかった」と妻の登美子さん

症認定訴訟です。熊本や名古屋でも既に判決が出ています。東京では第一原告三十名、第二原告二十八名で、今回は第一原告の判決で二十一名を原爆症と認定した判決でした。すでに十一名が亡くなっています。十五歳の時、長崎で被爆した吉田忠さんは原告の一人で、小豆沢病院・坂下診療所の患者さんで六回の手術を受け肝臓がんを抱えての闘いでした。吉田さんには勝利の判決が出ました。が、残念ながら昨年(二〇〇六年)四月に力尽きてお亡くなりになっていきます。同じ被爆者として、共に

### 第6回あずさわ健康まつり

みんなが健康 楽しいまちづくり

日時 5月27日(日) 午前10時~午後2時 小雨決行

会場 小豆沢病院 入場無料

中央ステージでは 吹奏楽、介護予防の体操、寸劇(職員出演)、福引など。駐車場や病院待合室ではミニ大工コーナー、昔遊びコーナー、血圧測定や健康相談会、平和パネル展、子どもの人気スタンプラリー、模擬店多数。

子どもの絵「家族と健康」募集中!!



問い合わせ 健康友の会事務所03-3968-7689(直通) 小豆沢病院総務課03-3966-8411(病院代表)







# みごとな秩父清雲寺の紅しだれ桜

坂下診療所健康友の会



みごとな桜に観光客が多勢

四月八日(日)友の会恒例のお花見は秩父清雲寺のしだれ桜、長

静の宝登山の桜を見に行きました。昨夜の大雨がうそのようなく、ばらしいお花見日和で

から満開の桜を見ながら清雲寺へ到着しました。樹齢六百年というエドヒガンザクラや紅しだれ桜も三十本ほどありみごとに満開でした。この桜を見ただけで満足という声もありました。長瀬の花のトンネル、宝登山の桜と満喫しました。帰りは多少渋滞でしたが、思いがけないSL列車の出現に歓声が上がりました。

この日は、東京都知事選挙の投票日。「みなさんは投票は済みましたか」というガイドさんの言葉が印象的でした。

最初に血圧測定を行い、ネームプレート、てぬぐい、手袋、あめを各自もらって準備OKです。

ウォーキングを始めると、小豆沢病院・小川聡子先生より「有酸素運動とスポーツについて」のお話を聞き、全員で学習、念入りに準備体操を行ない、三つの班に分かれて出発です。五ヶコースで小豆沢病院から小豆沢体育館を横切り北

ム以上」です。高コレステロール血症と診断された人には「LDLコレステロール100ミリグラム未満」となるようにお話しするようになるでしょう。

この変更を機に、薬を服用したほうがよい人の基準も変わりそうです。さて、あなたの検査値はいかがでしょうか? (終わり)

## 春を満喫第二回 健康ウォーキング

小豆沢病院健康友の会 運営委員

堀村 和子

4/11

区諏訪神社を通り、赤羽自然観察公園を抜け病院に戻るコースでした。今年の秋も行ないましたが、新芽が出てはというこの数日の寒さに大きくなった蕾をいまかいまか待ちわびています。スィー

トピー、紫大根の花で道端は賑やかです。風もなく丁度良い日和でした。ウォーキングの終わりごろ小雨が降り始めましたが、全員が完歩しました。参加者は二十三名で「楽しかった。今度はいつにするの、どこにするの」など積極的な感想が寄せられ、皆満足した顔でした。今後も無理をしないで続けたいと思います。次回をお楽しみにしてください。

●ヒントにそって埋めてください。色枠内が解答です。  
●解答、住所、名前、年齢、電話番号を記入しひろば「クイズ娘」宛  
●意見も寄せてください。  
●締め切り六月十一日  
《ヒント》  
①ふだんの苦勞に感謝  
②新しいランドセルを背負って。  
③理路整然とした言い分に

④日本の食糧は40パーセントを切っている。  
⑤徳川8代将軍・吉宗が経済社会に対応した改革  
⑥日本三景の一つ。  
⑦木材を乾留してつくる液体。工業燃料。有害。  
⑧庭園などにあります。  
ひろば92号の解答は「卒業式」でした。次の方々に図書カードをお送りします。  
板橋区 高橋厚子さん  
板橋区 北原照夫さん  
板橋区 山口文子さん  
北区 藤田越子さん  
練馬区 向井幸子さん

## 薬局 だより

小豆沢病院 薬剤師 齋藤 文子

診断基準値、変更へ  
高脂血症の改善はまず、薬より生活習慣改善から。①食べ過ぎ

②アルコールのとり過ぎ  
③運動不足などが最も大きい原因です。しっかりと対策を立て「血液ドロドロ」を防ぎましょう。

ところで、血液中の

### 高脂血症の話(後編)

が、今年二月の日本動脈硬化学会で基準の見方のみなおしが提案されました。

「高脂血症」とは、「コレステロール」や「中性脂肪」などの脂質が血液中に増えすぎて、血液が流れにくくなつた状態を指し、狭心症

提案では、高脂血症の診断に「誤解の元」となる総コレステロールを基準から外し、「悪玉」とされるLDLを評価の中心にすえま

LDLコレステロールは血液中で「リポたんぱく」という粒になり、この時コレステロールの含有量が多い粒をLDL、少ない粒をHDLと

ハガキで一言  
ひろばを愛読しています。今後ともよろしくお願ひします。(S・Aさん)

●三十八年前にヘルニアの手術を小豆沢病院で受けました。日常生活は何とか送ることができず、冬になると少しずつ大変なつていきます。度重なる医療の改善で生活が困難になってきていま

●検査のため小豆沢病院に入院しました。以前から「看護師さんが親切」ということは聞いていましたが、自分が入院して実感しました。本当にご苦労様です。感謝いたしております。この場を借りて

## 血液ドロドロ あなたは高脂血症?

あなたが高脂血症かどうか? (終わり)

●毎日のように、自殺や殺人が報道されています。人の心のサバクをつくづく感じます。(M・Sさん)

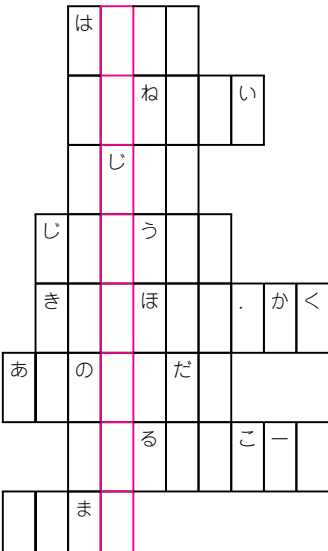
●健康だけがとりえでしたが、加齢と共にあちこち故障が出てきています。福祉の後退がとても不安です。(A・Tさん)

●一月号の「絵手紙紹介」の上手な絵にびっくりしました。冷たい世の中ですが、こんな絵を見ると心が和みます。(T・Tさん)

●今年の桜は早く咲いたり遅くなったり予報も迷い気味でした。選挙の一票は迷ってなんかいられない。生活と平和を守る政党に必ず入れます。(Y・Hさん)



緑をながめて元気にウォーキング



バランスよい食事と適度な運動を



健康文化会・ユニオン企画(株)



2007年度

新入職員紹介

春風と共に十五名が入職しました。よろしくお願ひします。自分の職種を選んだ動機や抱負を寄せてもらいました。

高島平診療所

看護師

松澤 理恵



私と健康文化会の出会いは、高校三年の時に、小豆沢病院で一日看護体験が、看護師を目指すきっかけになりました。

小豆沢病院

医師

砂田恒一郎



私が医師という職業を選んだ理由は社会に貢献できる職業だと考えたのと人と深く関わる仕事だと思っただけです。特に小豆沢病院を選んだのは、地域医療に興味があり、差額ベッド代を取らないなど民医連の理念に共感したからです。

医師

大久保隆史



大学卒業後、企業の人事部に五年間勤めていました。その時、企業内でメンタル面でのケアが必要な人が意外

看護師

久保木博子



私は、一年間看護師として別の病院のNICUで働いてきました。私情により病院を移ることにし、小豆沢病院を見学・体験に参加しました。

保健師

兼城 隆行



今年、沖縄の看護大

保健師

小坂 友美



看護師という資格が無くてできなかったことができるように

看護師

角崎 千尋



中学生の時に読んで本に感銘し、看護師を

作業療法士

倉持 瑞世



私は十年近く医療と

理学療法士

笠原 慧



はじめまして。長野

ケアマネージャー

佐藤 孝子



六年前はベテランとして東京の真中の都会のビルで働く日々でした。親友の「ヘルパー二級の資格保持っていた方が良い」と勧められ、通信コース

事務

藤田なつこ



高校、大学とも福祉学科で学んできたので、視野の狭さがたまに傷の私です。戦争を

理学療法士

池田 崇



今年の三月から入職している池田と申します。神奈川県座間市から現在も通勤している頑張り屋です。呑むのが好きなので皆様誘ってください。

志村さつき苑

介護福祉士

小林 実穂



初めて老人ホームにボランティアに行った時、スタッフがなんて

介護福祉士

阿部めぐみ



介護福祉士の阿部めぐみです。志村さつき

ユニオン企画(株)みどり薬局

薬剤師

丸山 友子



薬剤師国家試験に合格という目標を達成した今、社会人として資格を必要とする仕事の意義や社会へ貢献をす