

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12月 第100号

『医療と健康のひろば』は100号を迎えました。これからも医療や介護、暮らしをめぐる情報などをわかりやすく伝える機関紙づくりをめざします。

# 医療と健康のひろば

## みんなで反対の声をあげ中止させよう

### 来年4月から始まる

### 「後期高齢者医療制度」



安心してかけられる医療制度に(本文とは直接関係ありません)

対象はどんな人?

現在、扶養家族にな

っている人も含め、全

ての七十五歳以上の

とあわせると一百万を

超えることになりま

す。東京は年間十

千九百円にきめられ

保険料はいくら?

これは

都道府県

によって

異なりま

す。厚生

労働の試

算では、

全国平均

で月額六

千二百円

(年間七

万四千

円)で介

護保険料

は、一年

支払えない場

合は「資格証明書」が

発行され、一年半では

限も検討されています。

他の年齢の人にはど

んな負担があるの?

詳細はまだ出されて

いませんが、「定額制

包括払い」が検討され

ています。一ヶ月の限

度額が決まれば、診療

回数や薬の内容が制限

される可能性もありま

す。さらに「かかりつけ

医」を登録し、受診の制

限も検討されています。

他の年齢の人にはど

んな負担があるの?

詳細は

まだ出されて

いませんが、「定額制

包括払い」が検討され

ています。一ヶ月の限

度額が決まれば、診療

回数や薬の内容が制限

される可能性もありま

す。さらに「かかりつけ

医」を登録し、受診の制

限も検討されています。

他の年齢の人にはど

んな負担があるの?

詳細は

まだ出されて

いませんが、「定額制

包括払い」が検討され

ています。一ヶ月の限

度額が決まれば、診療

回数や薬の内容が制限

される可能性もありま

す。さらに「かかりつけ

医」を登録し、受診の制

限も検討されています。

他の年齢の人にはど

んな負担があるの?

詳細は

まだ出されて

いませんが、「定額制

包括払い」が検討され

ています。一ヶ月の限

度額が決まれば、診療

回数や薬の内容が制限

される可能性もありま

### 台風一過青空の下 八百人が集まって

#### 第25回桐ヶ丘健康まつり

10/28

桐ヶ丘健康友の会  
石塚 有宏

前夜からの気詰まりな台風が去って、一面の青空の下、延べ八百人の方々が集まって、旧桐ヶ丘北小学校で『第二十五回桐ヶ丘健康まつり』が開かれまし

た。趣向を凝らしたいろいろな模擬店が立

ち並び、「医療相談コーナー」には、診療所の看護師さんや職員が総出で対応、署名コーナーにも熱い関心が寄せられました。

第一部の式典は、友の会・岩井会長や大坂所長の挨拶に続いて、来賓の健康文化会から手近な病院の例をあげて、「いま医療が危ない

現状のさなか、患者や高齢の方が安心して住んでいけるよう、地域医療を守っていきま

す」と話され、皆さんうなづいたり安堵したり。米寿の方々のお祝いも続いて行ないまし

た。今年はおそい秋とはいえ、すでに

に周りの銀杏にはまばらな黄色が

脇行く人々の視線を引

輪ができ、満場の熱気を誘いフィナーレを飾りました。メインイベントの抽選会では

さらにあちこちに興奮を呼び、楽しい祭りが終わりました。

今年はおそい秋とはいえ、すでに

に周りの銀杏にはまばらな黄色が

脇行く人々の視線を引

いていま

いていま



会場全体で楽しむ



東京土建板橋支部のみこしでパレード

終日行動し、の

### 切実な要求掲げ 板橋怒りの総行動

十一月五日、板橋大橋区は国保証の取り上運動実行委員会主催の「怒りの総行動」が行われました。朝九時三十分の「後期高齢者医療制度」の中止撤回を、板

橋区は国保証の取り上

げをやめる」などの諸

要求をかかげ、終日行

動しました。

朝九時三十分の「後

期高齢者医療制度」の

中止撤回を、板

べ六百人が参加しまし

た。

午後に行われた区と

の懇談会には、八十名

が集まり、区の担当者

からの説明を受けまし

たが、国や広域連合が

決めたことをそのまま

板橋区で行うことのみ

が強調され、区として

の独自の施策などは、

何も決まっていな

いこととあつて会場から

紙芝居

### 「後期高齢者医療制度」第2弾

大変わかりやすいと好評です。

友の会の班会やその他の会合でもどどん見えて学習しましょう。中止・撤回を求める署名も周りの人に訴えましょう。

紙芝居についてのお問い合わせは各事業所または友の会まで。

高齢者を医療から遠ざける「後期高齢者医療制度」は凍結ではなく、あくまで中止・撤回させましょう!!

- 新たな後期高齢者医療制度は、中止・撤回すること。
- 70～74歳の窓口負担の2割への引上げを凍結ではなく中止すること。
- 医療にかかるときの手厚い入院給付を、国民・高齢者が安心して医療を受けられるようにすること。
- 消費税は引き上げないこと。

### 小豆沢病院

## 十一月から「電子カルテ」に!



入院患者さんの横で記録を入力

約二年間の準備を経て十一月から始動し、一ヶ月がたちました。電子カルテの導入の目的は、①医療の安全性を高めること。患者

さんにはわかりやすい説明と同意(インフォームドコンセント)の医療を向上させること②たくさんの職種が関わる診療情報の共有をすすめることなどです。導入後は、入院患者さんに対する病状や手術前の説明の際に画像やグラフィ化したデータで、よりわかりやすい説明ができるようになりました。また、電子カルテでは、指示と実施・点検が明確になり、注射に関するインシデントがほとんどなくなりました。

外来では、患者さんにとって来院時のシステムが今までと変わってしまったことで、戸惑われることがあったり、長い時間お待ちさせることもあったかと思いますが、改善をすすめていますのでご理解とご協力をお願いします。

不明な点やご意見を寄せていただき、一緒に小豆沢病院を利用

10・31

## 坂下診療所健康友の会バザー

会 長 長 崎 友 泉



掘り出し物はあるかな

穏やかな天気にも恵まれ、早朝からはりきって準備に取りました。お客様も品物を並べると古いが出てきました。作者の名前の入った箱入りでした。「これは鑑定したら値打ちのあるものかもしれない」と言っている人もいました。衣類コーナーでは、脱いだり着たりでワイワイと賑やか



署名も集める

にあつという間の四時あります。買った物が終わった人から、後期高齢者医療制度中止・撤回を求め署名を集めました。友の会では、春と秋の年二回バザーを行なっています。皆様のご協力で売上金は会の活動に使わせて頂いています。

# 散歩道

## ちょっと遠出を

## 初冬の武蔵野散策と「こもれびの足湯」へ寄ってみませんか?

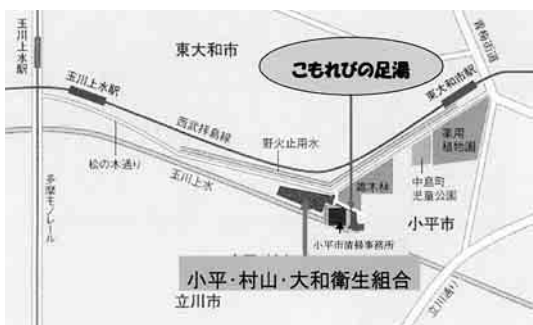
駅。巣鴨駅でJR山手線に乗り高田馬場駅へ。そこから西武新宿線急行で東大和駅へ。所要時間は本蓮沼駅から一時間位(乗り換え時間も含む)。東大和駅前降り立つと右前方には「東京都薬用植物園」があり、無料で入園できます。園内には一六〇〇種類もの薬草が植えられているので、都会ではめったに見られない山野草もあり、故郷の匂いにしばし浸りました。マスコミを賑わす大麻



今日は西武新宿線上で遠出しました。出発は、都営三田線の本蓮沼

近くには自然がいっぱい。広い畑になつていて、

### こもれびの足湯 案内図



住所：小平市中島町3番5号  
アクセス：西武拝島線 東大和市駅、玉川上水駅 多摩都市モノレール 玉川上水駅から徒歩約10分

多種類の薬草が植えられています。日本古来から使われているというおなじみの「せんぶり」「ヨモギ」など、また、漢方、医薬品にあり、一つひとつに効能が紹介され、丁寧に読んでみると日が暮れてしまします。この園には一六〇〇種類もの薬草が植えられているので、都会ではめったに見られない山野草もあり、故郷の匂いにしばし浸りました。マスコミを賑わす大麻

利用できます。無料で

あること、武蔵野の自然を見ながら足湯につかるのは初冬の寒さの中でも温まります。お休みは、木曜日です。近くには野火止用水路など、散歩コースもありますので健脚の方はそちらの方もいいですね。

## 「健康文化会協力基金(無利息)および協力借入基金(有利息)」にご協力ください。

要項	目標額
一口	一億五千万円
一口	五千万円
一人限度額	五百万円

健康文化会は、地域の人の「いつでも安心して医療を受けられる」を願い、育てられ、発展してまいりました。今年度は、小豆沢病院に最新式マルチスライスCTや透視装置、電子カルテを導入し、かかりやすい医療・介護事業をめざして、職員一人一人が奮闘しているところとです。

また現在、小豆沢歯科の新築移転と健康文化会協力基金募集要項

目標額 五千万円  
一人限度口数 一口  
健康文化会協賛部 直通電話 〇三(三九六八) 七八六六

連絡先 板橋区小豆沢 健康文化会協賛部 直通電話 〇三(三九六八) 七八六六

## ひろばクイズ

☆クイズ まちがい探し

上の絵と下の絵で違いを探してください。娘、宛まで。締切りは二〇〇八年一月十五日。最近のできごと、言いたいこと何でもいいです。はがきの余白に書いて送ってください。



練馬第一診療所健康友の会

班会を地域ごとに開催

『友の会拡大強化月間』で班活動を強化しています。幹事を中心にしながら、氷川台地域で新しく班を結成。さらに二つの班が班会を再開しました。

氷川台班

七名で新しく結成しました。後期高齢者医療制度について学習、看護師病気についての話や、健診結果の見方、の話がありました。



氷川台班

平和台二丁目班

家族の介護についての質問も出て、お互い交流ができた班会でした。久しぶりの班会でした。世代交代や地域の



平和台2丁目班

関わりも変化しました。チラシを手渡ししながら「今困っていること、お身体は大丈夫ですか？」など話しながらお誘いし、十六名が参加。会場は都営団地の集会所。診療所から関口事務長と看護師の林さんと長谷川さん。体脂肪測定では「いやだわ、いやだわ」といながら全員が測定し、結果に一喜一憂。目の前の肉まん・あんまんが怖くなり、手が出ません。



平和台3丁目班

後期高齢者医療制度の学習をして中身がわかると出るのほため息ばかり。年金は減らさずか？」など話しながらお誘いし、十六名が参加。会場は都営団地の集会所。診療所から関口事務長と看護師の林さんと長谷川さん。体脂肪測定では「いやだわ、いやだわ」といながら全員が測定し、結果に一喜一憂。目の前の肉まん・あんまんが怖くなり、手が出ません。

平和台三丁目班

七名参加で高齢者医療制度を学習。負担増で病院にも行けず、生活面を削らなければならぬ、高齢者は益々暮らしていくに切実さを感じました。

賑やかだった第23回総会(10/23)

坂下診療所健康友の会 副会長 新井 久子

さわやかな気候の中、蓮根地域センターで百三名の参加で開催しました。一年間の活動決算、来年度の方針案、予算案を報告し、幹事

十二名が選ばれました。再選の泉会長は、「幹事も高齢化してきています。いろいろな事に取り組みたくても難しい。皆さんの協力がどうしても必要です」と訴えました。九十歳の小松幹事が退任



入ってよかった友の会 悲しみから立ち直るきっかけに 遠藤笑子さん(小豆沢在住74歳)

遠藤笑子さんは今年二月ご主人の浩さんに病気で先立たれ、現在は一人暮らしです。ヘルニアの手術後、杖を使っての歩行となり、買い物や通院や身の回りなど、いつも浩さんが支えてきました。「くやしいうい想いが強いので、なんでもっと早くに病気で先立たれ、現在の一人暮らしに、他の病気で定期的に通院していたのに、ぼつかりと穴

薬局

だより

平和台薬局 薬剤師 齊藤恵美子

冬になると、あちらこちらでマスクをしている人をよく見かけるようになっています。

風邪をひいている場合はもちろん、風邪予防のためにマスクをしていない方も多いのではないのでしょうか？ マスクの効果について 風邪をひいている時



にマスクをすると、①気道や鼻の粘膜の乾燥を防ぐ ②まわりにバイ菌をまき散らさない ③二次感染の予防になります。

風邪の原因は主にウイルスです。風邪のウイルスは湿気に弱く、マスクをすることによって、気道や鼻の粘膜が潤っていると、ウイ

マスクをすれば大丈夫？

風邪予防とマスクの選び方

防ぎ、まわりに風邪をうつす危険が減ります。マスクをすればいいの？

どんな高性能のマスクでも、百パーセント風邪のウイルスの侵入を防ぐことはありませ

を防止することはできません。細菌やウイルスにもよりますが、マスクの隙間よりもずっと小さいため、簡単に侵入してしまいます。したがって、マスクをし

並んでおり、どれにしようか迷ったことはありませんか？大きくわけると、一般的なガーゼタイプ、高価な高性能タイプ、衛生的な使い捨てタイプなどあります。それぞれ特徴があります。それぞれ特徴があります。それぞれ特徴があります。

風邪をひいたときは、まわりの人に迷惑をかけないために、マスクを着用しましょう。また、マスクをして



踊りの輪をみんなで

伊豆下田温泉の旅(11/6-7)

小豆沢病院健康友の会 小田 恵美子

恒例の秋の一泊旅行は、三十九名の参加でした。毎年天気に恵ま

恒例の秋の一泊旅行は、三十九名の参加でした。毎年天気に恵まれていたのに今回の天気予報は「雨」、車いす参加の方もいらつし

踊り、練馬支部の華やかなフラダンス、大正琴、また全体参加のストレッチ体操は、サークルがかし班でした。

明をたくさんしてくれました。皆さんの趣味の広さを改めて感じた旅行でもありました。

「友の会が企画する旅行だから行けるの」と感謝され、車いすを押す手も心も軽やかに

