

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)

2008年1月 第101号

本年もよろしくお祈り
します。
安心して暮らせるように、
一緒に力を合わせま
しょう。

医療と健康の ひろば

2008年 今を生きる 支える医療・ 介護のネットワーク

障害があっても
愉しんで生きる

福留 均さん
(練馬区在住 47歳)

重度脳性マヒの福留均さんは一人暮らしです。会話はトーキングエイド(文字を入力すると音声に変換する機械)です。ヘルパーの支援と練馬訪問看護ステーションの訪問と練馬第一診療所の往診で生活しています。障害者としての苦労があるはずなのに、その明るさからは感じられませんが、「両親は他界していますが、自立・前向きな生き方は、厳しさと深い愛情を受けてきたからでしょう。」



自力でベットから降りてピースする福留さん

最近「マリ子と子犬の物語」を観たそうです。ベッドからの起き上がり、降りること、立ち上がったて歩くなど健常者にはなげない動作が、均さんにはとても大変です。それでも筋力維持のためのリハビリは欠かせません。



な障害者 おごるな健常者」の本として出しました。四季折々の賛歌の詩、恋愛の詩、映画を見ての感想、哲学的なエッセーなど収録されており、そのみずみずしさに驚かされます。障害者からの鋭い目と柔軟さを持ち、お

在宅でおだやかな生活

大澤 三郎さん
(練馬区在住 84歳)

大澤さんは、息子さんと妻の幸子さんと三人暮らしです。この日、訪問する「昨日お風呂(訪問入浴)に入れてもらった。とても気持ちよかったようで、ここにこしていたのよ。夜中には一度も起きず、ぐっすり。お陰で私もゆっくりと眠ることができた」と嬉しそうに話してくれました。自宅に戻ってからは、訪問する練馬第一診療所の訪問診療と練馬訪問看護ステーションの訪問看護を受けています。奥さんとも一緒に大喜び。三郎さんはほとんど自分から声を発することはありません。肩や腕は一週間に一度の訪問がある手の指の開いた



「昔は気が短かったけど…」と穏やかに話す赤石沢さん

志村さつき苑の通所リハビリを利用するようになって、一年八ヶ月に経ちます。二年位前、娘から「やべり方がおかしい、それつがまわっていいよ」といわれ、自覚症状はなかったものの、小豆沢病院へ受診。脳梗塞と診断されたのですが、小豆沢病院の

リハビリで改善したよ!
赤石沢 利夫さん
(71歳板橋区志村在住)

健康診断位しか病院には行きませんでした。入院して五ヶ月間すると、薬ではこれ以上治らない、リハビリが必要といわれ、志村さつき苑に来ました。リハビリで改善するとい

わたり、初めは半見ただけで、早



腕のリハビリをする大澤三郎さん

「介護している方が本人の悩みには想いを止め、訪問時は明るくしようと心がけています」と看護師の宮島さんは語っています。

「この部分は新春インタビューの記事ですが、『印刷物限定での掲載』という条件のためWeb上では掲載できません。ご了解ください。」

 **第3回練馬健康まつり**
「地域でつくる健康の輪、
2008年3月23日(日)
午前10時～

会場 練馬第一診療所、駐車場とえがお1階
記念講演 吉田万三さん
(前東京都知事候補、東京民医連副会長、歯科医師)



◆健康相談コーナー、喫茶コーナー・舞台では沖縄舞踊、コーラスなどの出しもの盛りだくさん。

前回の健康まつり



主催 練馬健康まつり実行委員会
練馬第一診療所内03 (3933) 8957

新年のご挨拶

地域のみなさまとともに医療・福祉の充実させるために

(医財)健康文化会 理事長 石川 徹



あけましておめでと
うございます。旧年中
は小豆沢病院をはじめ、健康文化会の各事
業所がそれぞれの友の
会の方々はじめ地域の
皆様が大変お世話にな
りました。新年にあたり
あらためてお礼を申
上げます。

この間「構造改革」
の名のもとおしすすめ
られてきた公的医療費
の抑制政策により、と
うとう日本の医療費は
先進国OECDの中で
最低になってしまいま
した。医師や看護師の
不足も深刻で、地域で
はまさしく「医療崩壊」
といった状態が起きて
います。一方で患者さ
んにとっては自己負担
の増加や国民健康保険
の保険証取り上げなど
により、年々、病気に
なっても医療機関にか
かれないといった深刻
な事態が進行していま
す。さらにこの四月か
らは七十五歳以上の方
を対象にした「後期高
齢医療制度」の導入が
予定されています。し
かし、現在、進行してい
る事態はその願いにた
くお願いたします。

今年もどうぞよろし
くお願いたします。

えるものではありませ
ん。高齢者や弱者に冷
たい「弱肉強食」の世界
です。今年はこのいつ
た流れをなんとかして
も転換して「長生きし
てよかつた」と言える一
年にしていかなければ
ならないと思います。

私達、健康文化会は
その名称を憲法二十五
条「すべて国民は健康
で文化的な最低限度の
生活を営む権利を有す
る」からいただき、五
十年以上にわたって地
域で医療・看護・介護
・福祉の活動を続けて
きました。これからも
この立場を堅持して地
域の皆様方とともに医
療・福祉の充実として
「住み続けられるまち
づくり」のために奮闘
していきます。

誰でも安心して医療・介護が受けられるように

(株)ユニオン企画 代表取締役 西 姫子



新年明けましておめ
とようございます。
今年で私どもの薬局
は開局以来二十四年目
を迎えることができま
した。これもひとえに

地域の皆様方、患者様
方の温かいご支援があ
ったからこそと感謝申
し上げます。

今、政府は国民医療
費の削減を推し進め、
今年も二千二百億円も
の削減をはかるという
方針です。すでに低医
療費政策のしわ寄せが
医師、看護師不足とい
う重大事態まで引きお
うるものではありませ
ん。高齢者や弱者に冷
たい「弱肉強食」の世界
です。今年はこのいつ
た流れをなんとかして
も転換して「長生きし
てよかつた」と言える一
年にしていかなければ
ならないと思います。

私達、健康文化会は
その名称を憲法二十五
条「すべて国民は健康
で文化的な最低限度の
生活を営む権利を有す
る」からいただき、五
十年以上にわたって地
域で医療・看護・介護
・福祉の活動を続けて
きました。これからも
この立場を堅持して地
域の皆様方とともに医
療・福祉の充実として
「住み続けられるまち
づくり」のために奮闘
していきます。

今年もどうぞよろし
くお願いたします。

薬局の待合室がきれいになりました

みどり薬局事務長 栗原 邦枝



床と壁もきれいになり明るく

明けましておめで
とようございます。
昨年は「満足度ア
ンケート」(六月実
施)に寄せられたみ
なさまのご意見をも
とに薬局内の改装を
おこないました。お
気づきの方もいらっ
しゃると思います
が、壁紙・床材の張り
替えをおこない、ト
イレも手洗い・手乾
機(ハンドドライ
ヤー)、便座洗浄剤
(ピュアレット)を備
えつけました。また
お客様方からのご要
望のあった絵本も置
くようにしました。
さらに受けつけ機も
開局以来使っていた

ものに更新し、待ち
時間表示もできるよ
うになりました。し
かし、まだ狭さの解
消やプライバシーが
守れる窓口の設備な
ど解決すべき課題は
たくさんあります。
特に「プライバシー」
の問題は患者さまか
らも複数ご指摘があ
り、わたしたちも重
視していきたいと考
えています。今、この
ところすぐにできそ
うもありません。お
くすりをお渡しする
際の声の大きさ・話
し方に注意してい
くことを職員一同心
がけて行くつもりで
すが、お気づきの点
があればいつでもご
見をお寄せください。
わたくしどもの薬局
をご利用くださる皆
様がお待ちごの間ひ
とときを気持ちよく
すごせるように今後
も改善努力をしてい
きます。
今年もよろしくお
願いたします。



待ち時間も表示され

診療室ではきけない お医者さんのお話

桐ヶ丘健康友の会 石塚 有宏

二〇〇七年十一月の
二十七日午後、桐ヶ丘
団地診療所の「岩間先
生とお話をする会」を
桐ヶ丘E1集会所で開
きました。少し寒かつ
たけれど、四十名ほど
の参加でした。

まず、先生の専門の
花粉症と高脂血症をテ
ーマにビデオを見なが
らお話しをききまし
た。ちょっと難しい医
学の専門のことにも触
れましが、そこは先
生の人柄、静かな口調
で順々と説明され、参
加した皆さんはうなず
きながら聞き入ってい
ました。

「自分の病気のこと
は、ただ先生任せでな
く、まず自分が少しで
も知っておかなけれ
ば」と痛感しました。
これを機会に、この
よつな「医師と患者」
の言葉のやり取りによ
る親密なコミュニケー
ションができれば身近
な「かかりつけ」の診
療所にもっと心安く、
親しみをもち通院で
きると思います。

安心してかかれる地
域医療を守るために
も、皆さんの希望や意
見を取り入れて、これ
からも続けていくこと
を約束して、思いのほ
かの成果が得られま
した。



岩間先生のていねいな話にみな真剣

第一回高島平健康まつり 大成功

高島平健康友の会 吉田トシ子

二〇〇七年十一月二十三日、高島平健康友の会結成二十周年記念式典と第一回健康まつりを開催しました。式典では、発足当初から

友の会創立20周年も祝い



式典では歌も披露され

「二〇〇七年十一月二十三日、高島平健康友の会結成二十周年記念式典と第一回健康まつりを開催しました。式典では、発足当初から健康友の会から参加し、役員として活躍してきた五名を表彰し、記念品を贈呈しました。地域の方や小豆沢病院健康友の会と各診療所の健康友の会から参加し、

「二〇〇七年十一月二十三日、高島平健康友の会結成二十周年記念式典と第一回健康まつりを開催しました。式典の後、第一回高島平健康まつりが開催され、焼きそばやトン汁、おしるこ、コーヒールなどの模擬店では、売る人、買う人で賑わい、売れ行きは上々で

楽しかった長野 不動温泉旅行

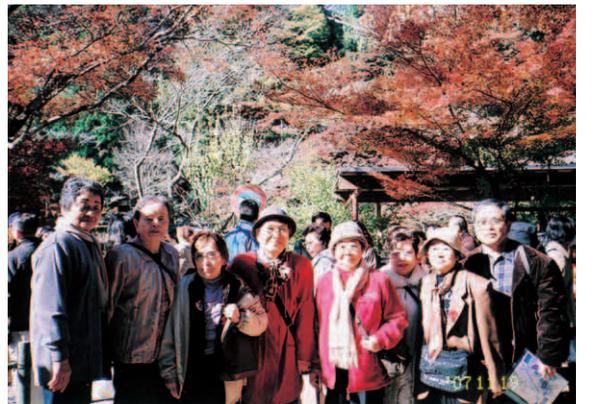
坂下診療所健康友の会

高木夏子・房子

11/19~21

天候にも恵まれ、閑静な山道を走る頃、左に雪景色の富士山。何かよいことありそうだし、圏央道から八王子JCTは初めて通るので、ど

二日目は香嵐渓・待月橋や足屋敷もゆっくりと二人で散策し、郵便局へ？朝は遅めに宿へ到着。我が娘には最高の旅行。三日目は、



鮮やかな紅葉を背にハイパチリ

出発してすぐに漬物屋さんのドさんのいったとおりパイキングしながら買物。妻籠宿も以前来ていたの

八年間続けているお食事会

下赤塚診療所健康友の会



ごちそうを前に記念撮影

「一ヶ月に一度開催し、八年間続いています。寒い日の今日は、参加する人が少なくなくてよ」と残念。本日は握り寿司、味噌汁、果物、和菓子もつくなど、豪華メニューです。

「そばうち体験」

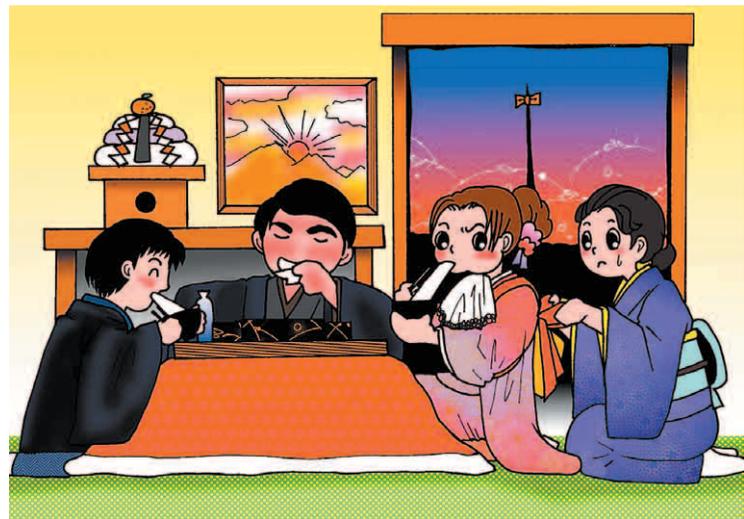
小豆沢病院健康友の会 大和・富士見班 鈴木 綾子

「そばうち体験」初めてのそば打ち体験・試食会には十六名が参加しました。四人が、刷新計画で打ち切られました。それでも継続しての要望が強く、参加費を千円(元氣誌代三百八十円含



「そばうちはやさしく、やさしくネ」

ながら試食。中には短かったり、不揃いだったものにも大満足。年越しそばを作りたい。またやって」と嬉しい感想が寄せられた班会でした。



☆クイズまちがいが探し 上の絵と下の絵で間違っている所が十ヶ所あります。 ・解答、氏名、年齢、住所、電話番号を記入の上、「ひろばクイズ娘」宛まで。 ・正解者には図書カードをお送りいたします。

ひろばクイズ



シクラメン 練馬区平和台二丁目在住 村松絹枝さん

絵手紙紹介



ねずみ作品二点 練馬区平和台二丁目在住 関勝子さん