

「愛国心」を子どもに強制する教育基本法の改悪は日本の未来にとっても重大。改悪反対の声を大きくしましょう。

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)
 2006年5月 第84号

改悪ねらう

「医療制度」に反対する運動を強めよう

職員と友の会が合同で 桐ヶ丘・赤羽地域へ 配布行動

一〇一五筆が返送

三月二十二日、桐ヶ丘団地や赤羽団地へ「医療改悪反対」と看護師増やせの二種類の署名用紙を、桐ヶ丘友の会から十二名、診療所の職員はじめ七名で総勢二十四名で約五千通を配布しました。

「まだまだ、地域の方々に今度の高齢者と弱者切捨ての医療改悪の内容が知らされていない。混合診療で皆保険制度が壊されれば、民主的医療機関の存亡にもつながることも伝えながら、国民の世論で改悪をやめさせよう！」と平本事務長が行った配布行動の意義を語り、団地の中には「九十三歳の一人暮らしです。頑張ってほしい」と手紙が添えられ、世論の広がりをうかがわせます。四月二十六日には、高島平団地、光が丘団地、練馬の都営アパートへの配布行動を四十名で行ないました。



配布行動の前に念入りに打ち合わせ



続々と届いた署名

二 百人 元気に なった!

練馬第一診療所 健康友の会 幹事 松下 達子

好天に恵まれた中、練馬健康まつりを開催しました。練馬第一診療所を主会場にした健康友の会・吉田会長から「悪政に立ち向かう力もまつり」とまつりの意義が語られました。メインステージでは、プロの方のマリンバ演奏はすばらしく、圧巻でした。また、大正琴やオカリナの演奏、紙芝居、日本舞踊なども披露され、盛んに拍手が送られていました。育児や医療相談のコーナーでは、保育園の元園長さん、薬剤師、看護師、歯科衛生士など、それぞれの専門家のアドバイスが得られ好評でした。



介護について講演する石川徹先生



うなずきながら聞く参加者

小豆沢病院健康友の会 4つの班が学習会



「介護にもお金がかかるのに、これ以上あげられるのは大変」

自民党・公明党の与党が進めようとしている「医療改悪の内容について」の学習を行いました。志村班は二月十五日にビデオと西坂事務長と医療事務の広瀬さんを講師に開催し、八名参加。「今でも介護でお金がかかるのに、上げられたらこまる」「今は元気だけれども、いつ病気になるかわからない。医療費が高くなるのは不安」などの意見が相次ぎました。大和富士見班は、二月十七日に十名、赤羽台班では、十三名参加で新年会を兼ね、ビデオを見ながら学習。前野班は三月十日に十三名の参加で学習を行いました。参加者は一同に「改悪されると大変」「みんな反対している」ということになりました。



血圧測定のコナール「今日の血圧はどうか？」

防」と題し、健康文化会・石川徹理事長の記念講演が行われました。笑いの中にも身近で役立つ内容が満載で、待合室はかつて無い百人を越す人がひしひしと押し寄せました。八十代後半のTさんは、目を輝かせながら「一年をとって死ぬことばかり考えていたが、石川先生のお話を聞いて、また生きていこうと元気がなった」と語りました。この方は最近、シルバーカーから杖に替えたそうです。



喫茶室では話はずんずん。ペンゴ大会で盛り上がり、矢田所長の、今後も健康まつりを続けていきたいと思います」との力強い挨拶で締めくくられました。

第5回 あずさわ健康まつり
 ☆みんなでつくろう健康と優しいまち

2006年5月21日(日曜日) 小雨決行
 時間:午前10時から午後2時半 会場:小豆沢病院 入場無料

★中央ステージ企画
 10:00 開会セレモニー
 10:50 講演:「心と体がよくなる体操で介護予防パート2」
 講師:野口孝子さん(「ナチュラル体操」主宰) 他

♪「健康川柳」表彰式
 小豆沢病院健康友の会「あずさわ健康まつり」実行委員会 主催

★お楽しみプレゼント★
 健康文化会 03-5998-7689(直通)
 小豆沢病院健康友の会 03-5996-9411(病棟代)

医療のはなし 8

認知症について(3)

小豆沢病院 院長 内科医師 井上 修一



前回に引き続き、お話しします。

治せる認知症についてここでは四つの病気についてお話しします。

①慢性硬膜下血腫

これは頭蓋骨の内側にある三枚の膜のうち硬膜とくも膜の間に血液がたまる病気です。

硬膜の下に、血が固まっています。急に頭をぶつけて起こる場合もありますが、慢性というように、少しずつ血の塊ができてある程度以上に大きくなるといういろいろな症状がでてきます。どういふことで起こるかという点、転倒などで頭を打っているときに起こります。転んで頭を打った人がしばらくして変だという時はこれを疑ったほうがいいです。また、アルコールを飲み、千鳥足で転んだ時など起こります。主な症状として、頭痛、吐き気、手足のマヒ、意識障害、

②脳腫瘍について

悪性のものは治ることはなかなかいえないが、良性のものもあります。脳腫瘍が良性ならば、腫瘍を取ったり、放射線を当てたりすると症状は良くなります。高齢の方の場合、脳腫瘍があつてアルツハイマー病のような症状が出る場合がありますので、注意が必要です。

③正常圧水頭症

脳は、髄液という液体で浸されていますがその髄液をためておく場所が脳の中心部の脳室です。正常圧水頭症とは、脳室に髄液がたまりすぎて脳室が広がる病気です。ふらふら

と不安定な姿勢で歩いたり、集中力や注意力の低下など認知症のような症状がでてきます。これもCTを撮ればわかります。しかしこの病気は、早期に治療しないと元に戻らないといわれていますので、疑ったら早く調べることが大切です。

④甲状腺機能低下症

甲状腺ホルモンの減少により、新陳代謝が低下する病気です。新陳代謝が悪いために疲れやすくなったり、汗をかきにくくなったり、脚や顔にむくみが出てくる。忘れっぽいとかぼんやりするような認知症のような症状が出てくる場合があります。

これらの病気は「治せる認知症」です。疑ったら早く調べましょう。

出血性脳卒中

脳の血管が破れ、出血することによって起こります。脳内出血とくも膜下とあります。

くも膜下出血はそれだけで認知症にはなりません。再発しやすいので命にかかわることもあります。

虚血性脳卒中

脳の血管が詰まって脳細胞に必要な血液がいかなくなることで起こります。

完全に詰まった状態を脳梗塞といい、一時

的(数時間とか一日など)に詰まった後再開通するものを一過性脳虚血発作といいます。繰り返して起こる場合は脳梗塞を起こしそうですと警告しているのので、きちんと治療することが必要です。

(続く)

桐ヶ丘団地診療所の移転問題とその後

桐ヶ丘健康友の会 幹事 石塚 有宏

桐ヶ丘団地の第一期 念願の移転に関して改造工事が終わって、友の会として新たな桐ヶ丘団地診療所 対策委員を決めて協力のゆくえはいまだはっきりしていません。

一月に東京都の都市整備局再編整備課長、北區まちづくり推進課長にそれぞれ要請し、さらに都市整備局都営住宅経営部に行き、都が委託して、品川区港南四丁目目で現在進行している民間「ディベロップ」による事業の状況を参考のためにいろいろと聞いてきました。要請書の署名は、友の会のみならず、北支部の協力を得て、現在四千五百筆ほど集まりました。なお、桐ヶ丘連合自治会の町会長会議にも出席させていただき、診療所の患者さんで、五百メートル以内から通院している方は八十五・五パーセント、六十五歳以上の方が、五十七・八パーセントという現状を説明し、桐ヶ丘団地診療所は、高齢者に欠かすことのできない施設であることを話しながら、署名の協力を要請しました。



ジャン・ユンカーマン監督

『映画日本国憲法』

映画紹介 日本国憲法を変える動きが強くある中、この動きを世界的な視野で見つめなおす映画としてつくられている。憲法の制定の経緯と意義を世界的な巨人たちが語った貴重なインタビュー集。ジャン・ユンカーマン監督紹介 一九五二年アメリカ生まれ。9・11のテロ後、「チヨムスキー9・11」(二〇〇二年)は世界十数カ国に翻訳され各国で公開された。主な作品は「老人と海」「夢想庭との語り」など。現在も日米両国を中心に活動を続ける。

前売り参加券1000円 (当日券1200円)

2006年6月9日(金) 板橋文化会館小ホール 18:20~ 映画の上映 19:50~ ジャン・ユンカーマン監督講演 主催「映画日本国憲法」上映とジャン・ユンカーマン監督の講演会実行委員会 問い合わせ先 03(5994)0271 健康文化会組織部(ませき) 各診療所でも参加券を取り扱っています。

実行委員長の

田中生さん(25歳)に聞く



田中生さん

田中生さんは、病体生理研究所のエントリ課で医療機関から集配した血液などの仕分けを行なう業務に就いています。

「昨年末に企画した『高遠菜穂子講演会』のポスターを同僚が作るのを見て、がんばっているなと思いました。昨年の十月に入職したばかりなのに、実行委員長を引き受けちゃって、「と謙虚ですが、きまらざらと輝くその目はまっすぐ。」「平和の大切さを考える機会にしたい。せっかくのチャンスですから、みんなでやります。市民連の若い仲間たちとも大いに交流したい」と全て前向きな田中生さんに脱帽です。

友の会5月~6月 行事予定

小豆沢病院健康友の会	5/21(日) 第5回あずさ健康まつり
	6/11(日) 総会
桐ヶ丘健康友の会	5/13(土) お化粧講習会
	5/20(土)~21(日) 水上へ一泊旅行
練馬第一診療所健康友の会	5/10(水) 在宅患者さんの青葉を見る会(ボランティア)
坂下診療所健康友の会	5/31(水) バザー
下赤塚診療所健康友の会	5/21(日) 総会
練馬第二診療所健康友の会	5/27(土) 総会

上記以外に定例の班会や各種サークルなど開催しています。各友の会までお問い合わせください。

お知らせ 志村薬局移転 ユニオン企画ビル完成



薬局、医療介護の事業所テナントの「ユニオン企画ビル」

厳しい冬も過ぎ、新芽の息吹が感じられる季節となりました。ユニオン企画ビルへの志村薬局の移転が滞りなく終了し、三月二十七日より新店舗にて営業を開始しました。これもひとえに皆様方のお陰と感謝申し上げます。

この間のビル建築工事に伴い、何かと近所の皆様には、ご迷惑をおかけしましたことをお詫び申し上げます。

皆様のご協力によって志村薬局も生まれ変わり、以前に比べて待合室も広くなり、受付

のカウンターの間仕切りを設置し、気軽に相談できるよ

うに工夫しました。なお、同ビル

の三階には、福祉用具貸与事業所である「あずさわ福祉本舗」が入居して

います。二階には、ケアマネ業務を運営するNPO法人の事業所が入居の予定

です。医療と介護の両面にわたって、皆様の要望に応えられる事業所を擁する建物として、ご利用いただければ幸いです。

これから患者様、利用者様へのサービスをより向上させるよう、職員一同努力してまいります。

今後とも志村薬局の



新しい志村薬局
木の温かさを取り入れて待合室もゆったり

お引き立てをよろしく
お願いいたします。

(株)ユニオン企画
代表取締役 西 姫子
志村薬局職員一同

志村薬局の住所
板橋区坂下1-12-21 ユニオン企画ビル
電話03 (3966) 0680

薬局 だより

みどり薬局
薬剤師 篠崎 祥子

中高年の女性で四十パーセント以上の方が「尿もれ」を経験しているといわれています。

尿もれには、くしゃみや運動などでおなかにかかっていた時にもれる「腹圧性尿失禁」、急に尿意がおきてもれる「切迫性尿失禁」、両方を併せ持つ「混合型尿失禁」があります。最も多い「腹圧性尿失禁」は「骨盤底筋」という膀胱や尿道、子宮

などを下側から支えている筋肉の緩みによって起こります。筋肉が緩んでしまう要因としては、妊娠・出産、加齢、肥満、便秘などが挙げられます。

治療が必要かどうかは一概には決められませんが、尿もれによって生活に支障をきたしたり、活動を制限されるなど、困っている場合には治療が勧められます。

治療としては、お薬や骨盤底筋体操、手術などの方法があります。また、毎日を快適に過ごせるパットやショーツを薬局でも用意しています。

ぜひ、お気軽にご相談ください。尿もれ自体が命にかかわることはありませんが、常に心配が

ぜひ悩まないで！女性の尿もれ

尿もれは多くの女性の共通の悩みです。一人で悩まずに、まずは泌尿器科か内科、または婦人科で相談してみればいかがでしょうか。

『元気でできること』 葬儀を考える

桐ヶ丘健康友の会 幹事 石塚 有宏



それぞれいろいろ工夫しながら、生活している私たちでもどうしてできないのは、自らの会は学習会を開きました。

地元の信頼を得ている葬儀社(全国奉仕会)の専務の井上さんと地域に根ざしながら、葬儀を自分のものとして前向きに考え、大切な命を育んできたように、その終わりもその人らしい別れと、きち

山梨桃のお花見 55名で

坂下診療所健康友の会 高木 夏子・房子



四月九日(土)、待ちに待ったバスでの花見。バスに乗るのを楽しみにしていたが、残念ながら二号車に乗(本当は娘はバスに乗

するあまり物事に消極的になることで、QOL(生活の質)を低下させがちです。誰にでも起こりうることで、理解して、適切に対処し、QOLの低下を防ぐことが大切です。

機嫌になり、楽しいドライブになりました。このところ体調のすぐれなかった娘も前日までどうか？早く元気にならないとバスで

行けないよと励まされてウンウン。ワイナリーにも行きました。飲めない人はどうするのかと思っていたら、フルーツポンチを食べられてご機嫌。河口湖での昼食のほうとうもまた「うまい、うまい」と親がびっくりするほどでまさか全部食べるとは...

ひろばクイズ

- 横を埋めて色枠内をたてに読むと解答になります。
- 解答、氏名、年齢、住所、電話番号を記入し『ひろばクイズ娘』宛まで。
- 締め切りは6月10日。
- ハガキの余白に感想やいいこと何でも書いてお送りください。

う	ベ	か		
て	つ	ん		
		つ		
ら				
		び		げ
	も			
		い		

- 【ヒント】
- ①村上春樹の小説の題名。
 - ②これは、昨年からは廃止となり、私たちに大打撃。
 - ③母の日に感謝をこめて...
 - ④“五月雨の 降り残してや 光堂”
 - ⑤びかびかの一年生、重そうだね。
 - ⑥パーティーではこれで大盛り上がり。
 - ⑦リス科、ムササビと同じと飛ぶ。体長は13cm、10メートル飛ぶことも。
 - ⑧6月9日よりワールドカップが開催される。

『あなたの戦争体験』を募集します

戦争を知らない世代が、今の日本の約8割と増えています。第2次世界大戦で肉親を失なったり、ご自身が戦場で辛い経験をした方は大勢います。風化させてはいけない...、次世代が引き継いでいかなければならないと思っています。

体験を聞かせていただける方はご連絡ください。編集担当が自宅に伺い、「医療と健康のひろば」に掲載させていただきます。

連絡先 ☎直通03 (5994) 0271 ひろば編集担当 三枝

健康文化会

2006年度 新入職員です



新しく十七名が入職しました。入職の動機・決意を寄せてもらいました。よろしくお祈いします。

小豆沢病院

保健師 喜屋武仁美



はじめまして。沖縄県から来ました喜屋武仁美です。健康文化会の理念にとても感銘を受けたので小豆沢病院への入職を決めました。ウチナータイム(マイペース)なので皆様にいろいろご迷惑をおかけすると思いますが、よろしくお祈いします。

看護師 加藤あゆみ



小学生からの夢であった看護師になれた喜びを忘れずに、これからたくさんの方々と出会いの中でいろいろなことを学び吸収していきたいと思っております。

看護師 松本千尋



私は、いろいろなことに好奇心旺盛で、思い立ったらすぐ行動に移ります。おつちよこちよいなので、時に失敗もありますが、失敗をバネに頑張りたいと思っております。

看護師 飯塚理夏



私が小豆沢病院に入職したのは、見学した時、看護師が病棟の患者さんにとても優しく接していたことや病棟の雰囲気よかったです。これから頑張ります。

看護師 新磯美咲



晴れて念願の看護師になることができました。私は、健康文化会の理念に共感し、入職を決めました。早く一人前になれるよう精一杯努力しますので、よろしくお祈いします。

薬剤師 藤木彬代



患者様一人ひとりのお話をしっかりと聞けるような薬剤師になりたいと思っております。笑顔で頑張りますので、よろしくお祈いします。

薬剤師 武久美子



患者さんが安心して、信頼できる薬剤師になれるように頑張りたいと思っております。これからもよろしくお祈いします。

理学療法士 有馬由濃果



実習中のリハビリ室の和やかな雰囲気に魅かれて入職しました。身体、精神面の管理に気をつけて頑張りたいと思っております。よろしくお祈いします。

作業療法士 杉浦弥生



某英会話学校を長年勤めてから、方向転換をしてリハビリの世界に足を踏み入れました。若い頃と違って体も頭もスロウですが、皆さんについていけるよう頑張ります。

ケアマネージャー 細島深雪



に行かせて頂いてます。たくさんの方々の出会い、それぞれの職場の雰囲気に触れることができました。これからケアマネ業務が始まりますが、研修中の経験がプラスとなるよう努力し、仕事に励みたいと思っております。よろしくお祈いします。

小豆沢歯科

歯科技工士 牧野知子



二年間のパートの経験を生かしながら、前に進むだけでなく、後ろを振り返って反省し改め、向上していきたいと思っております。

看護師 伊藤恵美



ボランティアや看護体験で小豆沢病院がよい病院だと思い、奨学生になり、働きたいと思えました。明るく笑顔をモットーにして頑張りたいと思っております。よろしくお祈いします。

看護師 高島平診療所 東海林広美



一年半の奨学生の中には、小豆沢病院の患者様や職員の方には大変お世話になりました。今後は、看護師として地域に貢献できるように日々精進して参りたいと思っております。

練馬第一診療所 準看護師 菊地敏幸



パート勤務や奨学生活動を通して小豆沢病院の良いところをたくさん見させてくださいましたので就職を決意しました。よろしくお祈いします。

志村さつき苑

介護福祉士 沢川幸治



て、最後までやり遂げるこの大切さを学びました。また、集団生活から周囲との信頼関係の大切さとコミュニケーションの必要性と方法を養いました。これから社会人として、経験と努力を自信に持ち、おこなうことな頑張ります。

介護福祉士 中島明良



入職の動機は、志村さつき苑を見学した時、職員の方々が利用者さんに暖かく接する雰囲気が良かったからです。よろしくお祈いします。

介護福祉士 牛込早季



いつも笑顔でいることを心がけ、利用者様が元気になるような挨拶をしたいと思っております。誰からも信頼されるような介護福祉士を目指して頑張ります。