

**医療法人財団 健和会**

みさと健和病院 Tel.048-955-7171  
 みさと健和クリニック Tel.048-955-8551  
 まちかどひろばクリニック Tel.048-954-9629  
 みさとホームケア診療所 Tel.048-948-0051  
 みさと健和歯科 Tel.048-956-6996  
 みさと健和団地診療所 Tel.048-959-5011

# 健康のひろば

発行所  
 〒341-0035 三郷市鷹野4-494-1  
 「健康のひろば」編集委員会  
 Tel. 048-955-7872  
 Fax. 048-955-7897  
 E-mail tomonokai-m@kenwa.or.jp  
 http://misato.kenwa.or.jp  
 (毎月25日発行 定価1部30円)

**第39回**  
**4月19日**

## みんなで楽しんだ 心あたたまる文化まつり

市原 睦夫 実行委員長



第39回友の会文化まつりは408名の参加者がつどいました。天候にも恵まれ、無事に終えることができました。

とができ、参加していただいた皆様誠にありがとうございました。

そして前日の体育館の展示会場の準備など、労苦をいとわず参加していただいた実行委員の皆さんに改めて感謝いたします。当日のホール舞台では楽鼓連の皆さんの勇壮な太鼓で幕が開き、友の

会の各支部・ブロックでの日頃の練習の成果が思う存分発揮され、コーラスやカラオケ、日本舞踊、フラダンスなど、すべて

の方の演技が生き生きと素晴らしく表現されていと思います。初参加の津軽三味線やクラシックからジャズ、ポピュラーまで組み込んだピアノ演奏に、アンコールの拍手が沸き起こりました。



お子さんから大ベテランまで生き生きと表現しました

また、体育館の作品展示会も力作ぞろいが目白押しでした。デイサービスなごみや馬渡さん家の利用者さんの作品も展示され、車椅子で参加された方もいました。「まつり」最後の大抽選会は会場いっぱいの人で埋め尽くされ、当選番号が読み上げられるたび、大歓声が響き渡りました。参加された皆さんには楽しい一日を過ごしていただけたのではないかと思います。また来年元気に再会いたしましょう。



フラワーアレンジを実演(展示会場)

### 5・3 憲法集会

## 戦争はイヤ! 若者の声が映す、9条のいま

南葛勤医協・健愛クリニック 鈴木 篤 医師

参院選大敗の立て直しの役者として高市政権を誕生させた自民党は、高市の右翼的持論を徹底して隠して、国会論戦も飛ばして選挙に突入させ、立憲の弱腰から生じた「中道」誕生の隙をついて、自民単独で衆院3分の2を超える大勝を掠め取りました。更に、改憲政党・維新を取り込んだ体制を敷き、戦争のできる国作りに駒を動かして始めているのが、今の局面です。中国脅威論を吹聴して、安保3文書の前倒しで防衛費倍増の予算を通した高市総理は、殺傷兵器輸出までも解禁して防衛



未来は若者たちの手に(5・3憲法集会)

産業を固め、自民党大会では「時は来た」と檄を飛ばし、この1年で憲法改正の発議に持ち込もうと構えています。しかし、世界での戦禍が伝えられる今日、「戦争はイヤだ」という若者たちは、ペンライトをかざし思い思いのスタイルで国会周辺を取りまき、反戦を訴える声は全国に急速に広がっています。ペルシャ湾への自衛隊派遣を拒否できるのも憲法九条のためであり、改めて憲法の価値が認識されてきているのも、今日の情勢です。

### コラム 鼓動

自民党大会の中で、国歌斉唱が行われた。その

の役を任されたのは、自衛隊の制服(演奏服装)を身にまとった現役の女性陸上自衛隊員である。この行動に直後から報道等で自衛隊法に抵触するのではないかと疑問の声が噴出した▼自衛隊法61条には「隊員は、政治的目的のために、利益を求め、又はこれらの行為に関与し、あるいは選挙権の行使を除くほか、政治的行為をしてはならない」との規定があるが、政府関係者は「公人ではなく私人の行為」と問題が個人の責任に転嫁されかねない説明を繰り返した。たまたま特定の政党の大会に参加して国歌を斉唱するということが「趣味や余暇の延長」とするのは無理筋だろう。衆院選での勝利に慢心し、独善的な空気が蔓延しているのであれば、この機に改めるべきではないだろうか。

(編集委員・堀 竜輔)

健和会の医療と介護の事業を支える協同基金にご協力をお願いいたします。  
 《お問い合わせ》  
 健和友の会事務局  
 TEL 048-955-7872

4/8 民医連・国会議員要請行動して

# 初めての参加で感じた 現場の声は政治を動かす力

みさと健和病院医局事務室 伊藤 友梨



「医療機関の維持存続への支援を  
求める署名」84万筆を提出

4月8日、国会議員要請行動に参加し「医療機関の維持存続への支援」を求める署名の提出と要請を行いました。全国から約84万筆の署名が寄せられ、課題への関心の高さと切実さを実感しました。署名に込められた思いを受け、現場の実情や課題を伝え、支援の必要性を訴えました。

当日は全国の民医連から160人以上が参加しました。各地での署名の

取り組みが共有され、多くの人の声を集める重要性を改めて感じました。議員訪問ではグループで5件を回り、多くは秘書の方の対応となりましたが、議員本人にお会いすることもできました。初めての参加で緊張もありましたが、医療機関の厳しい状況を、直接伝えることができ、貴重な経験となりました。

今回の取り組みを通して、現場の声を社会の課題として示し、制度の見直しや支援につなげていくことが、政治や社会を動かす力になると実感しました。地域住民が安心して医療を受け続けられる環境と、職員が安心して働くことができる環境を守るため、今後もこうした取り組みに関わっていきたくと考えています。



国会議員に署名を手渡す

## 診療科と医師の紹介

整形外科専攻医 宮崎 光 医師



初めまして、今年度みさと健和病院へ赴任いた

しました整形外科レジデント3年目の宮崎光と申します。整形外科として3年目を迎え、外来診療及び入院管理を通じて骨折を中心とした外傷の症例に対応してまいりました。

上級医の指導のもと、基本的な手技の習得と診療の質向上に努めるとともに、多職種との連携を重視しチーム医療の実践に取り組みでいきたいと考えております。また患者様の病態だけでなく生活背景にも配慮した診療を心がけ、丁寧で的確な説

明を通じて信頼関係の構築に努めてまいります。まだまだ未熟な身ではありますが、今後も専門知識と技術の向上に励み、貴院の医療体制に貢献できると尽力してまいります。どうぞよろしくお祈り致します。



## これからの 社会保障

④

人・いのちの安全保障めざして  
いのちの沙汰も金次第  
国民皆保険制度の破壊を許すな

前号で紹介した「健康保険法等の一部を改正する法律案」が4月28日に衆議院を通過し、参議院で審議が行われています。前回、法案について「公的保険で安心して安価で医療が受けられる」という日本の国民皆保険制度の根底を破壊する大改悪です」と指摘しましたが、衆議院での法案審議の中でよりいっそう、その危険性が明らかになりました。4月15日に日本共産党の辰巳孝太郎議員が行った質問で、「OTC類似薬の保険外し」で、保険適用から除外する範囲がOTC類似薬以外の薬や医療行為にまで広がる危険性が明らかになったのです。



薬の保険外しの先には、軽度の医療の保険外しもあるかも？

**国の指定難病**  
皮膚科「魚鱗癬」の患者  
20代会社員

保湿剤2種類  
かゆみを抑える飲み薬

薬代 現在  
年間 約3万円

保険適用外になると  
年間 約82万円

保険外しにまだまだ多くの危険や懸念が

辰巳氏の質問に厚労省の間保険局長は「現時点でOTC類似薬以外を保険外療養として別途の負担を求めることは想定していない」と答弁しました。しかし、「現時点で考えていないだけ」で、政府が軽度だとみなす疾患に対する保険外しができることになります。

現在、一連の治療の中で保険診療と自由診療（保険外診療）を併用

「必要かつ適切な医療は基本的に保険診療により確保する」という国民皆保険制度の理念を基本として進めてきた政府の医療政策の根幹を揺るがす大改悪です。

国民皆保険制度が破壊され、「いのちの沙汰も金次第」になってしまいます。何としても廃案・撤回に追い込みましょう。

(健和会医療介護政策室・相野谷安孝)

**国家資格を取って 介護福祉士になろう!**  
入学するのに年齢制限はあるの？ 学費負担を減らす方法は？  
少しでも興味がある方はお気軽にお問い合わせください♪  
【問い合わせ先】  
東京都足立区千住仲町 14-4(北千住駅徒歩 10分、千住大橋駅徒歩 6分)  
フリーダイヤル 0120-114-294(月~土 9時~17時)  
学校法人 東都医療福祉学院  
千住介護福祉専門学校 HPはこちらから

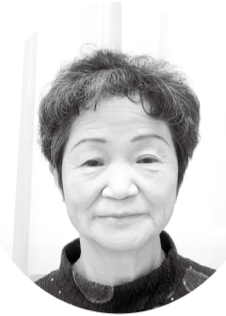
民医連 **友の会 会員特典**  
福祉用具販売1割引き  
(一部に5%~10%値引きあり)  
**(株)福祉協同サービス**  
三郷営業所  
詳しくは健和友の会事務所までお問い合わせください

**介護事業所 看護師大募集**  
特別養護老人ホーム・デイサービス  
グループホーム・小多機能ほか  
TEL:03-5813-9251  
<60歳以上大歓迎>  
時給:65歳の場合  
正看護師 1800円  
准看護師 1600円  
その人らしくを大切に  
社会福祉法人  
すこやか福祉会  
すこやか福祉会 検索  
←すこやか採用サイトリンク

連載⑥2

# 私も「健康のひろば」 届けています

団地支部 阿部 アヤ子 さん



## 友の会で楽しくすごせています

東日本大震災があった時、静岡県浜名湖近くに住んでいました。実家は岩手、子どもたちは東京、千葉。なかなか連絡が取れず大変でした。考えた末一年後、みさと団地に引越してきました。60歳を過ぎた夫婦ふたりどうなるかと思いましたが、健和病院や団地診療所が

あると知り、安心してました。友の会で映画会をやっていると知り、出かけるのと入会を勧められ加入。知り合いができるからと「ひろば」「あゆみ」の配布協力員となり、現在支部役員をやっています。

みさと団地に越してきた人が、病気は診療所へ、友だちづくりは友の会へと地域の中で楽しくすごしていけたらいいなと思います。お出かけウォーキングを担当することになり、ほんの少し埼玉県にも詳しくなりました。

## 各地の友の会 NPO 活動紹介

### サークル紹介 レインボー



練習の日がくるのが楽しみに

たぶんに漏れず高齢化がすすんでいます。この練習日があるのを楽しみにしている人もいます。もう少し続けようかと思っています。練習が月に1回なので、なかなか覚えられず、どうしても忘れてしまうこともあり、苦勞しています。月謝は3か月1500円です。どなたか入会してくれる人がいないかなあと、心待ちにしています。

(斉藤正利・建部由利子)

## 海外出身の方と日本人の交流イベントで健康チェック

みさと健和団地診療所 3/29



健康への願いはみんな同じ

三郷市国際交流協会が主催する「外国人×日本人交流イベント」において、三郷団地周辺には

約3000人もの様々な国の方が暮らしています。今回の健康チェックでは海外出身の方が多いため言葉は通じるだろうか？何名の方が興味を持ってくれるのだろうか？と不安を抱えながら参加しました。

当日は、150名程の参加者のうち健康チェックをなんと53名の方に受診していただきました!! 内訳は海外の方36名・日本人17名です。

言葉の不安もありましたが、協会スタッフの方々のご協力もあり血圧測定、握力・体脂肪、血管年齢測定と健康相談までスムーズに行うことができました。

また、みさと健和団地診療所の所在地や診療内容、同じ法人の健和病院が市内で運営されていることをご紹介し、今後、身近な医療機関としてご利用いただけるようご案内いたしました。

今回の健康チェックをきっかけに、日本語が上手でなくても、外国語が分からなくてもあいさつができ、少しずつでも助け合える関係が広がっていったらと思います。

(みさと健和団地診療所・村川美代子)

## 三郷社保協総会 3/21

### 「介護保険はがけつぷち」

三郷社保協は総会を開催し、記念講演としてNPO法人暮らしネット・えん代表理事の小島美里さんから、「介護保険はがけつぷち」というテーマでお話ししていただきました。

2000年の介護保険制度開始以降、介護保険制度は悪化の一途をたどり、「国家的な詐欺」とさえ表現される事態に陥っている状況について詳細に報告され、家族介護前にから、老老介護・単身世帯へと変化し基

本報酬の引き下げと、加算頼みの処遇改善による事業所の疲弊が引き起こされた指摘されました。合

「介護の不足が拡大し、報酬改定で事業所への支援不足や不合理な制度設計が進んでいると警鐘を鳴らしました。

今回参加したことで、「介護のことをあまり知らなかったが、現場の事を知ることができて良かった」などの意見が寄せられ、今後も社会保障をまもる運動に継続して取り組もうと提起されました。「介護予防」を含めて、現実的な「介護への備え」を社会全体で構築するように引き続き訴えかけていきます。

(編集委員・堀 竜輔)



講演する小島美里さん

世帯へと変化し基本報酬の引き下げと、加算頼みの処遇改善による事業所の疲弊が引き起こされた指摘されました。合

「介護の不足が拡大し、報酬改定で事業所への支援不足や不合理な制度設計が進んでいると警鐘を鳴らしました。

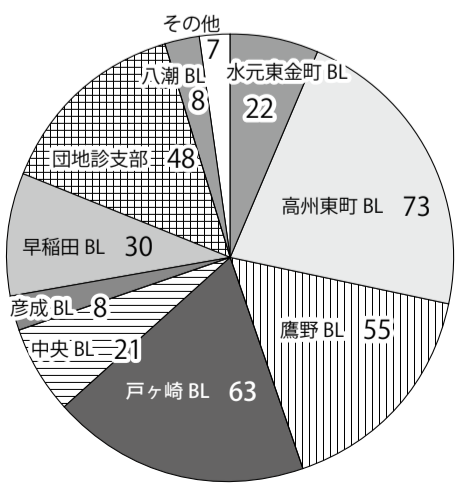
今回参加したことで、「介護のことをあまり知らなかったが、現場の事を知ることができて良かった」などの意見が寄せられ、今後も社会保障をまもる運動に継続して取り組もうと提起されました。「介護予防」を含めて、現実的な「介護への備え」を社会全体で構築するように引き続き訴えかけていきます。

「地域から大腸がんを無くそう」をスローガンに取り組み、3年目を迎えた「友の会大腸がん検診」(1月〜3月)は、335人の会員の方が申し込まれ、うち294人の方が受診されました。結果では24人の陽性の方を発見でき、大半の方が受診や検査につながった事と連絡が取れなかつ

(健康づくり委員会)

## 友の会 大腸がん検診の報告

大腸がん検診申込数(全335件) ※数値は件数です。



お申し込みはこちらから

## 三郷市での甲状腺エコー検査のお知らせ

主催：関東子ども基金

関東子ども健康調査支援基金は、今年も三郷市で甲状腺エコー検査を実施します。福島原発事故から15年が経ち、当時18歳以下だった若い世代の「甲状腺がん」が心配されています。

検査は14〜34歳が優先対象で、40歳未満も受診可能。中学生以下は保護者同伴が必要です。

(編集委員会)

読者の便り・写真

▼先日、満開の桜を見に水元の土手を歩きました。普段の忙しい日々を忘れひと時を楽しみました。歩数計を7500歩を超え満足した一日でした。

(八潮市大瀬・鹿野三枝子)

▼外出出来なくなった方で「健康のひろば」をすみからすみまで読んでくれていて方がいるので配っています。電話でも届けてくれます。がとうと伝えてくれます。本当にありがとうございます。

(三郷市幸房・菅野トシ子)

▼編集後記で語られていたことを実行しています。終

(三郷市中央・小日向けい子)

▼毎月「健康のひろば」をポストに入れて下さりありがとうございます。いろいろな記事を読ませて頂き感謝です。「病院食」はいろいろな品かさを揃えて出され感心しております。

(長崎県雲仙市・原田美香)



(撮影・細川健二)

季節の写真 (道路脇に咲くツツジ)

浦先生の開院当時の連載は懐かしい気持ちで読みました。田舎から出たての20歳の娘にとって頑張っても頑張っても早く帰れない毎日に時には泣きながら仕事をすることが思い出されました(笑)。「健康のひろば」で健和会の発展を知ることができ嬉しく思っています。

(三郷市戸ヶ崎・野口力子)

(葛飾区東金町・松沢志津子)

▼トラップのでたらめな思いで、原油が日本にも届かなくなっている。石油から作る医療品類も影響がでてきていると、テレビのニュースでやっていると。馬鹿なこととは早く辞めて欲しい。

(三郷市戸ヶ崎・野口力子)

▼アメリカまで行って何兆円もの防衛費を約束してきて、国民の苦しみなんて何もわかっていない。こんな人に政治をまかせていたらどうなるかな？もつと考えてほしいです。先日「介護保険はがけつぶち」の講演があり参加しました。ドナルドと持ち上げないでもっと医者や看護の人にも力を貸して！

(八潮市大瀬・鹿野三枝子)

▼先日、満開の桜を見に水元の土手を歩きました。普段の忙しい日々を忘れひと時を楽しみました。歩数計を7500歩を超え満足した一日でした。

中央ブロック 畑澤 恒善

わたしのふるさと

331



袋田の滝

伝いに出て野菜などを貰って帰り、家族7人生き延びたと言っていました。

釣り人には知られている久慈川は福島との県境から流れ下る清流で、例年6月1日がアユ漁の解禁日になっていて、住んでいたところより少し上流になります。

自然豊かなふるさと

茨城県常陸太田市

私は1943年(昭和18年)12月に東京の下町で生まれ、すぐに茨城に家族で疎開し高校卒業までを過ごしました。私たち家族の疎開先は茨城県久慈郡戸村花房(くじぐんぐんどむらはなぶさ:現在は常陸太田市に併合)というところで、近くを流れる久慈川の中流域になり当時は米作、葉たばこ、養蚕が盛んでした。父親は国鉄の技術職員、東京育ちの母親は農作業の手

秋の紅葉で有名な袋田とか大子町あたりに釣り場が多いようです。その一角は奥久慈と呼ばれていてアユの他にもお茶、軍鶏肉、蕎麦、こんにやくなどが名物です。このような自然豊かなふるさとがいつまでも続くといいのですが、東海村の原子力発電所までは10~20kmしか離れていませんし風を遮る大きな山もありません。再稼働が心配です。

クロスワードパズル

Grid for crossword puzzle with numbers 1-17 and some pre-filled words like 'タテのカギ' and 'ヨコのカギ'.

カギを解き、二重枠の文字を並べてできる言葉を書きこめよう

①暗黒 ②がネギ背負って来た ③職を辞すること ④忙中 ⑤あ

【ヨコのカギ】①門人、一生 ③直接。——談判 ⑤猪突—— ⑦——八丁手八丁のやり手営業部員 ⑨はじめて。——対面

ハガキ、又はEメールに氏名と住所、それに正解と「健康のひろば」の号数、感想やご意見を添えて、下記宛先までお送り下さい。正解者の中から抽選で粗品を差し上げます。ご応募をお待ちしています。

宛先 341-0035 三郷市鷹野4-494-1 健和友の会 Eメール: tomonokai-m@kenwa.or.jp

パズル正解発表 第514号(3月25日付)の正解は「スノーボード」でした。

文芸のひろば

俳句

台所に 戦火の映る 春の宵

三郷市戸ヶ崎 サチ子

釣り人の のんびり顔や 飛花落花

ひからっか 足立区東保木間 金指孝造

代掻きの 田にそれぞれの 青き空

里子

七回忌 済ませひと息 青き踏む

幕田

家具捨てて 部屋広々と 五月晴

増田

早過ぎる 夏の訪れ 地球病む

柏木

文芸のひろば 俳句・川柳・短歌/絵手紙 募集

あて先: 埼玉県三郷市鷹野4-494-1 みさと健和病院 健和友の会宛 締切: 毎月10日 ※作品掲載者には図書カード500円分を送付いたします。(投稿は1月1首で厳守願います)

編集後記

「手配り協力者」のお願い!

「健康のひろば」は友の会の「手配り協力者」約460人によって会員に配達されています。皆さんボランティアでできる範囲でお願いしています。お問合せは友の会事務局(048-955-7872)まで。

Advertisement for 'いつでも元気' magazine, featuring a QR code, price (380 yen), and contact information for the publisher.

▼AI(人工知能)の進歩が著しい。仕事上の資料などは上手く指示を出せばほぼ完璧な形で作成してくれる。ポイントはどう上手く指示を与えるかだ。指示出しが曖昧だとこちらが求める回答は得られない。あるラジオ番組で面白い例えで説明していた。AIを新入職員とって、指示内容は明確かつ具体的に出すことだ。AIも何か人間臭く感じてくる。(編集委員・庄司徹彦)