



**中野区役所広場より**  
60年にわたる中野のシンボル「丸井」が8月閉店

# 健友

一人暮らしで  
耳も目も不自由

桃田さんか1日おきに訪ねる女性がいます。田辺ふざさん、88歳。耳が聞こえず、右目も見えません。独身で、親戚付き合いもなく、ずっと一人暮らしを続けてきました。戦前は従軍看護婦として中国に渡り、八路軍に加わった経験もあるそうです。日本に戻って、助産婦、保健婦の資格も取り、働き続けてきました。そ

の田光旅行に参加した田辺さんが風呂場で転んで大たい骨を骨折、地元の病院に入院する羽目になつたんです。田辺さんには世話してくれる人が誰もいませんから、私が十数回もお見舞いに行き、身の回り品を届け、激励しました」。入院は4ヶ月に及びました。

かも……そう思った桃田

さんは、親戚はいなない  
と田辺さんに尋ねました。  
故郷は群馬県で、いざ  
がいるが電話番号は知  
ないとのこと。桃田さ  
は電話番号を調べて、電  
話をかけました。「面倒  
はみられないという返事  
でした。まあ当然かもし  
れません。それなら一人  
暮らしが続けられるよう  
自分が支えになつてや  
たいと思ったわけです」

おにぎり食べたい」と抱いている高齢者は、長の桃田数重さん(69)です。(編集部)

降、桃田さんは辺さんの買い物を引き受け、奥さんの作ってくれたおかげを届け田辺さんの『命綱』になっています。

孤立していた田辺さんは滅多に笑わない人でした。それが今では、桃田さんが行くと待ってましたとばかりに大声で話し出し、愉快そうに笑います。耳が聞こえないため話は一方通行ですが、大事な話は筆談で行います。

今年8月、桃田さんは

月の敬老の日に回った  
も、赤飯と大福もちを  
えての訪問でした。

「訪問してみて改め  
感じたことは、一人暮  
しの孤独です。『寂し  
毎日です』という言葉  
何人もの方から聞きました」。桃田さんは訪問  
た方一人ひとりに「何  
困ったことがあつたら  
いつでも電話をかけて  
ださい」と言い、携帯

受診期間は11月末まで  
診しましょっ。「受診予約基本チェックリスト」  
仕事が忙しい方でも  
(夜間診)でも健診が受けられます。  
日曜特診日もあります。  
11月25日(要予約)

「友の会」  
喜久雄作  
お知らせを

【お問い合わせ先】  
中野共立診療所  
電話 03(3336)07311

（お問い合わせ）  
まだの方は忘れずに受  
査」と、65歳以上の方は「介護予  
めじ持参下さい。  
土曜日（午前）と月・水・金曜日  
受けられます。

A black and white photograph of an elderly man with glasses, looking intently at a wall calendar. He is holding a pen in his right hand, pointing it towards the calendar. The calendar shows the month of November with dates from 1 to 30. The man appears to be marking a specific date or day.

田辺さんの予定を書き込むのも桃田さんの仕事だ

さまでます。

もつと施設も充実させ  
今以上に安心して  
お過ごし下さい。

お年寄りのための施設が全国で広がっています。  
みんなで喜んでおもてなして、もつと  
福祉は広がる。私たちも安心して医療が  
受けられるように、いたいとも協力したいと思  
います。

杉並区久慈山 森野博子さん

預けたお金と、あなたの会に  
助けてもらいました。

2003年、暮の年のままで、知らないところで  
自分が亡くなることを恐れて、病院へ  
救急をかけじこ。共立病院から高齢化病院に  
搬送され、危機不明で2週間も入院していただ  
うそうです。

覚悟で、預けたお金をどうするか悩んでいたところ、  
たまたまひかわでいた、一へんじらの高齢者の方  
の会の電話で高齢者の方に預けたお金を持つ  
ことができない、2ヶ月の入院費を無事払っこ  
うとさせて貰ったのです。

その時、共立病院へお見舞いに出でました。友  
の会の電話で高齢者の方に預けたお金を持つ  
ことができない、2ヶ月の入院費を無事払っこ  
うとさせて貰ったのです。

いつうれしいのか涙が止まらなかった。病  
院だから、お金も預けたし、良かった。

いやうれしいのか涙が止まらない。預けて  
いる間、医療にかかるときに困らなかった。

中野区上高田 江田喜久雄さん



未来を見え,  
地域の医療・健康・福祉の充実を  
私たちの力で築きましょう。

医療法人社団健友会  
理事長 沢井 司

今月2日、新中野病院が開院いたしました。被爆  
からの治療、民衆衛生、介護などこれまでの経験の力  
がとりこなって、新しい発見はたゞごときが出来ま  
した。あとがとうございました。

自立支援、介護支援、在宅介護、訪問看護などをラクラクと営  
み続けてまいります。許せることはあります。

私たちささやかな力を合せ、喜んでおられる方づく  
とともに進めてまいりましょう。

医療・健康・福祉に関するご相談は  
お気軽にしてください。

中野区内役場  
中野区立保健所  
済生会診療所  
江戸川診療所  
川越診療所  
川越市立歯科医院  
やまと歯科  
西荻窓歯科  
西荻窓歯科医院  
天王寺歯科

上田眼科  
上田眼鏡店ステーション  
柳原眼鏡店ステーション  
やまと眼鏡店ステーション  
西荻窓眼鏡店ステーション  
中野区立図書館  
ヘルパー・マザーリンクリニコット  
ヘルパー・マザーリンクリニコット  
杉並区立図書館  
杉並区立図書館アソビ

西荻窓在住アソビセンター

医療法人社団健友会  
〒164-0022 東京都中野区高井戸西4-4-3  
TEL 03-3387-9051(㈹)  
<http://www.kenyu-kai.or.jp>

「孫の入学祝いに  
使おうかしら」



医療法人社団健友会

住みなれた街で、  
安心してかかる  
医療・介護・福祉を  
充実させたい。

地域協同基金のお願い

# 地域協同基金募集中のパンフレットができました!

## 地域協同基金募集のパンフレットができました!

私も前期高齢者に身を置いて3年、最近高齢期運動の重要性を感じている。民医連加盟院所・事業所の共同組織である友の会の役割は民医連運動の不可欠の構成要素であり、医療・福祉の運動組織であると定式化されているが、構成員の圧倒的が高齢者であり、私は高齢期要求運動を加えたい▼去る9月17、18日に開かれた日本高齢者大会は延べ5000人が横浜に集結した。小泉自公政権以降、国の借金財政を理由に推進する税の負担増や、医療構造改革という国民皆保険制度の破戒と医療の市场化を押し進め、営利化をつくり出し、高齢者の生きる権利をむしり取ろうとする政府の攻撃に、怒りを集中した▼私の出席した分科会では、経験交流の中から、地域で宣伝や署名活動を展開しても世論を動かすまでに運動が発展しないのは何故かが問題になった▼総評解体後、資金に迎合する連合支配のもと、全労連の闘いはあるものの、労働運動が国民の要求運動を統合できていない。しかし、連合も政府・経団連が一方的にすすめる労働法制の改悪に抗議する変化を始めた。そこに展望をみて運動を続けることを決意した。(藤)



●西荻窓診療所友の会平和バザー  
原水禁大会のカンパ活動などのために例年開催。10月25日は5万円のカンパと署名、1人の友の会入会者がありました。やまと診療所や城西診療所でもバザーが取り組まれます。

友の会を大きくし、社会保障の後退を許さない運動とあわせて、友の会の仲間増やし500人を実現しようと取り組みをすすめています。



#### ●さあ友の会の仲間を拡げよう!

共立友の会では、共立診療所窓口でのお誘い行動が始まりました。何でも相談に応じたり、後期高齢者医療制度の撤回を求める署名も集まっています。

●黙つてはいられない  
対区交渉 対都交渉、国会行動  
  
杉並社保協は杉並区選出の今井譲広議員（写真左）へ後期高齢者医療制度の要望を提出し懇談。中野区でも特定健診など各種懇談が行われ、都に対しても24時間小児救急医療体制の懇談、国会では議員要請行動などが取り組まれています。老人クラブや地域での学習会も進んでいます。



●町内の祭といっしょになつて  
今年の第3回共立健康まつりは、初めて町内の祭といっしょになつて開催されました。毎回、土建、新婦人など地域の団体の協力も得て取り組まれています。写真は診療所前で休憩をする子どもみこし。



#### ●地域のまつりにも健康チェックで参加

友の会と診療所は地域のまつりに参加しました。写真は、共立友の会と桜山友の会が10月21日、昭和地区まつりに参加した時の様子。他にも大和地区まつり、アイロードまつり、愛成祭や川島夜祭り、スマイルまつりなどに参加しました。

桃井診療所透析室  
03(3391)2953

桃井診療所に透析室が併設されて16年。透析治療室のスペースを拡げて、10月から3床増えた。透析希望の方をご紹介下さい。



**桃井診療所透析室  
がリニューアル**

お知らせ

#### 冬季の血圧の留意点は?

まず測定時間ですが朝起床直後と夜就寝直前が基点となります。さらに夜就寝直前の血圧値が130／75以下であれば一応安心で、薬で血圧を治療中の方でも治療状況は良好と言えます。この基点以外の血圧値はあくまで参考値と考え、気にしありません。

しかし、朝よりも夜の血圧値のほうが高い方や、診察室血圧よりかかりつけの医師に見

最近の研究では、30歳以上で50%が、60歳以上で65%が、70歳以上で55%の方が高血圧であることと、上腕型自動血圧計の普及により、診察室血圧値よりも家庭血圧値のほうが多い事実であることがわかります。これから寒い季節を迎えるにあたり、家庭血圧測定の上手な活用法をお話ししたいと思います。

特に冬季間は早朝か無理せず続けて習慣にあります。



安藤博之所長  
弘前大学医学部卒  
専門 循環器  
趣味 クラシック音楽鑑賞

## 冬の寒さ対策としての家庭血圧測定について

やまと診療所所長 安藤博之 医師

うら肩にかけての血圧値が上昇しやすく、これが脳卒中や心臓発作を誘発しやすくなると言われています。朝の血圧値が上昇しやすく、これで家庭血圧測定の目的は、日常生活の中での血圧値の変動とその範囲を正確に評価して、治療に生かすことなのです。

ここでも大切なことは血圧値が高い場合でも自己判断で薬を2回分内服するようなこと等はしないことです。何故なら、血圧は上がり過ぎても下がり過ぎても危険だからです。また、時には外出から帰宅した時や散歩後等に血圧を測定して参考値にすることも良いのですが、この場合にも血圧値の変動や高さを気にし過ぎないようになります。何故ならば家庭血圧測定の目的は、日常生活の中での血圧値の変動とその範囲を正確に評価して、治療に生かすことなのです。

血圧測定は無理をせずに続けて、習慣にしていきたいものです。



安藤博之所長  
弘前大学医学部卒  
専門 循環器  
趣味 クラシック音楽鑑賞

「中野よもやまばなし」その後  
紹介された記事が気になり「その後」を追跡した小川京子  
さんからの寄稿です。

# 父さん、ボクは撃たないよ 死にたくないよ

——二十四童子の碑を訪ねて——

小川 京子

「健友」第12号（2002年9月10日）の「中野よもやまばなし」の中で、飯島登さんが「愛兒達二十四童子の靈に捧ぐ」（二十四童子の碑）といふ慰靈碑について紹介しています。

飯島さんは中野区報から、この碑のことを知り、「健友」の取材のため正見寺を訪れたところ、すでにそこにはありませんでした。

建立した恒川英三・シゲ夫妻が亡くなり、英三さんの甥にあたる方が恒川家の菩提寺である広福寺へ移設していました。

この逃避行を率いた竹内良和参事官の遺稿が納められている「興安嶺姿なき墓標」（編集・杉田

昇）を見ると、英三・シゲさんの愛兒は3歳の明子ちゃん。子どもたちの最年長兄は7歳の和夫君です。

シゲさんが書いたもので

1945年8月9日のソ連軍急襲に追い詰められた一行が旧溝州の興安嶺山中に逃れ、24人の子どもを犠牲にした事件が刻まれています。

四童子、そして溝州引き揚げ途上で命を絶たれた多くの子ども達の合唱となつて聞こえてきます。

雨の中、次々に父親に

和夫君の叫びは、二十

歳の妻が亡くなり、英三さんの甥にあたる方が恒川家の菩提寺である広福寺へ移設していました。

この碑文から受け取るものは多く、また

シゲさんの勇気に感服します。ぜひ碑文そのものをお読みいただこうと願っています。

（興安嶺山中の資料、碑文の全文などお知りになりたい方は、筆者または「健友」編集部へお問い合わせ下さい）

\*碑は2001年5月、中野区上高田の正見寺から恒川家菩提寺の広福寺境内に移設。広福寺（千葉県印旛郡印旛村師戸1486、京成電鉄臼井駅下車、バス便あり）は無住職の寺なので、万福寺住職の早川博史氏が管理されています。

中野から千葉・印旛村の広福寺に移設された「二十四童子の碑」の前で（左側の灯籠の後ろが碑。撮影：飯島登氏）

「健友」がこのたび50号を迎えることとなりました。創刊は2000年10月だったので満7年になる。7年で50回、年平均7回ばかり発行したことになる。現在は隔月刊だから勘定がちょっと合わないが、毎月発行した時期もあった。

2カ月に1回の発行でも大変だから、毎月発行した頃の意気込みは相当なもので、その当時の勢いが今に続いているのに違いない。

この間発行を継続できただことは感慨深いものがある。といつても

この心配はこのほど職員による「法人編集委員会」が発足し、今後積極的に編集にかかる

「健友」50号、おめでとうございます。創刊にあたって「健友」のあり方として打

