

募集

医師
看護師
ヘルパー

健友会 電話 03-3387-3051

健友

第110号 2017年11月号

発行 社会医療法人社団健友会
中野・杉並健康友の会
〒164-0001 中野区中野 5-44-3
TEL 03-3387-3051 FAX 03-3388-1381
編集 「健友」編集委員会
ホームページアドレス www.kenyu-kai.or.jp/

安心の検査へ 16列CTを導入 中野共立病院 低被ばく、時間短縮、鮮明な画像

中野共立病院に7月、新しい16列CT（コンピューター断層撮影）装置が導入されました。

CT検査は、エックス線を使って身体の断面を撮影する検査です。体内のさまざまな病巣を発見することができます。特に心臓、大動脈、気管支・肺などの胸部、肝臓、腎臓などの腹部の病変を映し出す点で優れています。

今回導入した中野共立病院の16列CT装置は、これまでの2列よりも細かく広範囲の断面撮影ができ、鮮明で詳細な画像により、正確な診断につながります。

検査時間も短くなります。また、より低被ばくの測定で患者さんの負担も軽減されます。

以前は部屋の外からマイクで話しながら、寝台を操作し測定位置を定めていましたが、操作のためのタブレット端末を採用し、技師が患者さんに寄り添い説明しながら検査の準備ができますので、患者さんの安心感が増します。

中野共立病院は、今後も患者さんに安心して検査を受けていただけるよう努力いたします。

（中野共立病院事務長 塚本 晴彦）



友の会は「い～いな」が いっぱい!

～一緒に楽しみませんか～

中野・杉並健康友の会には9つの会があり、中野共立病院や各診療所とともに、平和憲法を暮らしに生かし、健康・生きがい・友だちづくり、福祉の地域をめざしています。

10月から12月は、友の会拡大月間として、入会の声かけをさせていただいています。お友だちをご紹介します。



桃井健康友の会



桜山健康友の会
安倍政権への怒りの寄せ書き



西荻健康友の会

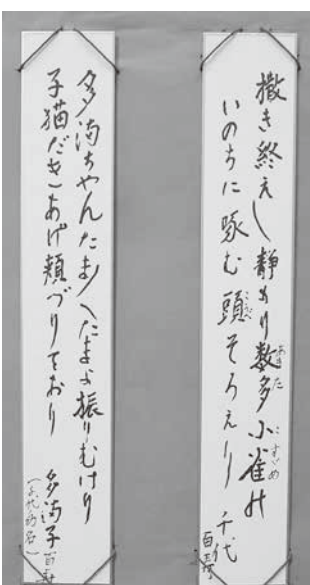
健康友の会は、健康講座を開いたり、人ぼつちをなくすために、多くのサークル活動をおこなっています。写真は、毎年開催している「友の会まつり」の作品展に出品された作品です。



やまと健康友の会
絵 真名井の滝 / 佐藤かつ子作



かわしま健康友の会
赤ずきんちゃんのスカートをめくると…四変化。触ってよしの作品 / 大熊久子作



天沼健康友の会
百寿のうた / 紋谷千代作



えこ・ぬま健康友の会



ももじりの健康友の会



中野共立健康友の会

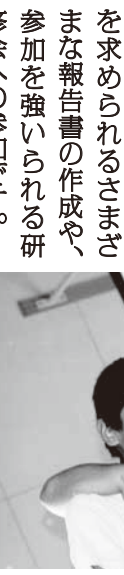
「上医は国をいやし、中医は人をいやし、下医は病をいやす」という中国のことわざがある。日本の社会と医療を考えると、普遍的で示唆に富む言葉だ▼いま日本の政治はどうなっているだろう。多くの政治家は耳触りのいい「改革」や「希望」を大声で口にする。そして、「その政策実現のためには政権に入らなければならぬ」という論理が信じられている。その政権が政策に何を掲げようがである▼政権に取り込まれた政治家の掲げた「政策」は案の定、二の次、三の次になり、やがては捨てられる。そして、政権と権力には誰も責任をとらない構造となる▼政権を握る勢力のおもいのままの政治に、国民の政治不信は一層深まる。その中で「政治にかかわっても無意味」という無関心がファシズムへの道につながる▼憲法を守り、平和と国民主権のぶれない姿勢がいま必要だ。「上医」をめざし、日々努力する民医連の運動が今こそ力を発揮しなければならない時ではないだろうか。（飛）



シリーズ 憲法を身近に

第3回 教育現場

在職の教員Kさんから 笑顔で 子どもたちを見守りたい



(本文とは関係ありません)

「上から降りてくるものばかり」と校長。学校現場の多忙さ・長時間過密労働が

学校現場の多忙さ・長時間過密労働が

教員は授業を大事にしてほしい。子どもたちには学び、知る喜び、創造する楽しさを日々、事前準備や教材研究に力を注いでほしい。しかし、それを後回しにさせているのが、都や区から提出

憲法第26条

1 すべての国民は、法律の定めるところにより、その能力に応じて、ひとしく教育を受ける権利を有する。 2 すべての国民は、法律の定めるところにより、その保護する子女に普通教育を受けさせる義務を負ふ。義務教育は、これを無償とする。

事業所を訪ねて 16

中野共立診療所



松本事務長

中野駅北口から徒歩5分、中野共立診療所を訪ね、事務長の松本明彦さんに話を伺いました。

中野共立病院の外來部門を受け持つ

この診療所は1997年に、中野共立病院の外來部門を受け持つ診療所として開設された。診療科目は内科・外科・整形外科・眼科・皮膚科がある。内科は、心臓血管系、腎臓系、神経内科など各専門に

地域の活動

2017年2月、「かかりつけ診療所」宣言を掲げています。4階の多目的室にはヨガマット、麻雀卓、卓球台などが置かれ、さまざまな活動に利用されています。体操や映画会、健康講座などを合わせて行っています。

編集部 田中

シリーズ 憲法を身近に 第2回 教育現場」を読んで

中野に根付く 日本の伝統技術



大川 良夫さん (76歳)

伝統工芸職人の大川良夫さん。創業昭和8年の大川セレクト店の2代目です。大川卒業後、実家を継ぎました。

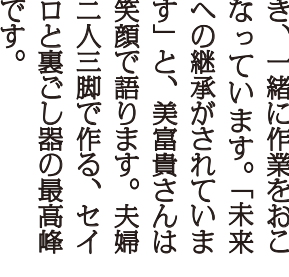


大川さんご夫妻

形式的な報告をなくしたり、三十人学校にした。子どもも教職員も保護者も笑顔でいられる学校をめざす取り組みが大切です。

楽しめた彼岸花の里

茶話会で映画を観る



9月29日、西萩診療所

9月29日、西萩診療所。今年のは地域の秋まつり日和と合わせて、9月17日に開催。あいにくの

子どもまつり

共立健康まつり

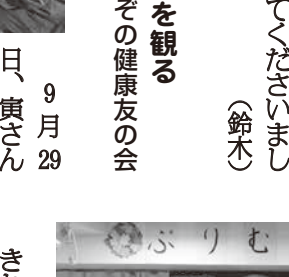


中野共立グループ

共立健康まつり。中野共立グループ。9月17日、台風の中開催され500人が集いました。

芸術者勢ぞろい

すばらしい作品展



天沼健康友の会

すばらしい作品展。天沼健康友の会。今年、百寿の方を含む4人が初出展され、12人の作品15点が見事に並びました。

子育て支援

活動交流集会



桃井健康友の会

活動交流集会。桃井健康友の会。8月19日、明治大学中野キャンパスでの交流会。今年も1居場所づくりに挑戦している発表。いっしょに発表。いっしょに発表。

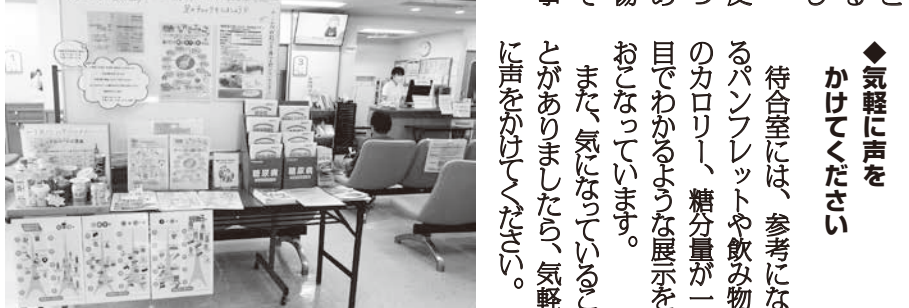
看護・介護の現場から 55 楽しく学んで励まし合う

中野共立診療所 師長 吉井 孝代



中野共立健康友の会の藤佐さん(左)と交流する学生(中央)。右手前が大野さん

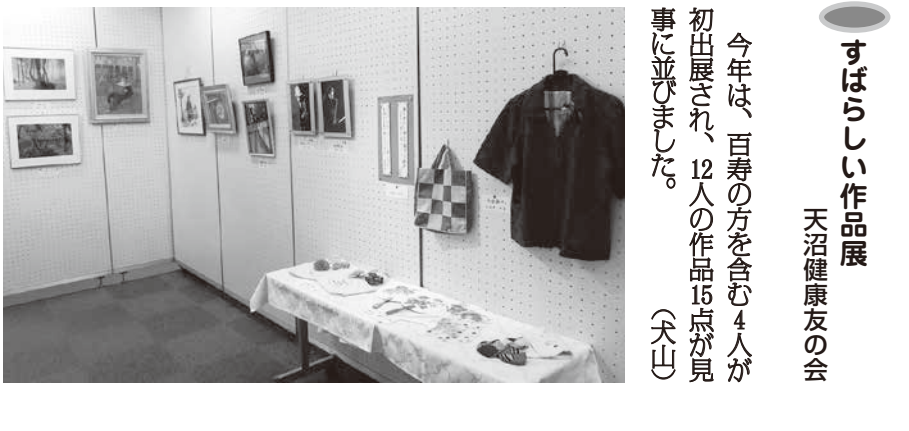
医療現場では、糖尿病の患者さんの会「なでこ会」があります。会員は現在17名。47年前から、患者さんが療養生活を豊かに送れるやうに、椅子に座ってかか



中野共立診療所



友の会作品展の飾りつけ監督は、今年も藤田氏。「書」の軸は高位置から吊るして、切り絵と写真



友の会作品展の飾りつけ監督は、今年も藤田氏。「書」の軸は高位置から吊るして、切り絵と写真



健康談 第24回

中野共立病院
リハビリ科医
このみ
許斐 耕平

はじめまして よろしくお願ひします

す。今回は体験も交え、「五十肩」について少し書きます。

電撃痛

まず自己紹介

今年の6月半ばより中野共立病院に勤務しております。リハビリ科医の許斐と申します。福岡県出身で、縁あってこちらへ来ることになりました。主に3階の回復期リハ棟で患者さんの担当をさせていただきます。

体験も交えて「五十肩」とは

私は昨年1月末に右肩を痛めました。いわゆる「五十肩」です。厳密には「癒着性肩関節包炎」と言います(細かい分類はここでは省きます)。およそ1年半以上経つ現在も、横から腕を広げていく時(外転)に制限がありま

いか」で、40〜50代の女性にやや多く、糖尿病の方はなりやすいと言われます。

最初は無理に動かしただけです。痛みが落ち着いてから、固まらないように動かしていきます。

痛み止めのお薬や注射、途中から温熱療法、リハビリ、場合によっては手術療法などの治療法があります。ただ経験上、どれもあまり効果がないような気がします。なつてしばらくの局所安静と「時間が薬」に付き合うことがポイントだと思います。

最初は壁に腕が振れただけで、「ビリッ」という電撃痛様の痛みでうずくまるほどでした(疼痛強縮期10〜36週)。徐々に激痛は治まり、動作時痛が中心となつていきますが、動かせない幅(可動域制限)が目立っていきます(拘縮期14〜12カ月)。

思い当たるふしがあつたら

「肩がおかしいな」と思ったら、早めに整形外科にかかりましょう。時折テレビでも特集している腱板断裂や首の問題が原因のこともあります。逆に、これらは治療法によって劇的な改善が見込めることも多いです。

予防は日頃から適度に肩を動かしておくことが重要です。「五十肩」には腕振りウォーキングがいいと言われています。

「時間が薬」

約2割の有病率、「職場に一人いるかない



日頃から結びつきを強めて

8月19日、東京民医連共同組織活動交流集會に参加しました。

午前の全体会では、宮城県塩竈市にある坂総合クリニックの今田隆一医師から、テーマ「東日本



前線に立たれていたことになりま

ボランティア演奏会に参加

桃井健康友の会「うたう会」遊佐正子

9月16日、介護老人施設「シダウオーク」(杉並区桃井3丁目)の1階ホールで、100名を超える利用者の方が私たちを迎えてくれました。

「うたう会」では毎月、職員の本松さんのキーボードで歌を楽しんでいます。「地域の人もつな

がりたい」との念願が、職員の根津さんの計らいで実現しました。

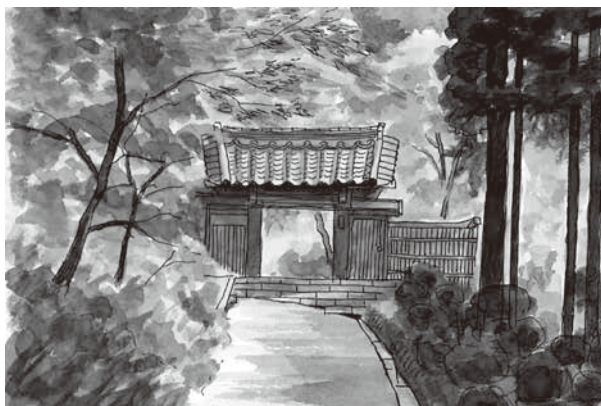
ピアノ伴奏で「ふるさと」から「今日の日はさようなら」まで12曲。会場の方も一緒に口ずさんでくださり、気持ちよく歌えました。「歌が好きなので楽しかった」との感想もいただき、心のつながりを感じられた貴重な体験を持ってました。

今も戦後は続いているのだ。だから、また始める、という馬鹿なことは絶対にやっちゃいけない。

沖繩の親友との会話から「憲法9条」について

西荻在宅ケアセンター 窪田麻美

こんなに長い間、戦争をしないで来た国は日本くらいじゃないだろう。だから、憲法9条は宝だと思ふ。内地では、戦争のことを夏にしか語らない。けれども沖繩では、今も、遺骨収集のボランティアさんがたくさんいて家族を探している。



静寂の「近江孤蓬庵」(滋賀県長浜市の寺院)

ももその健康友の会
田中 芳樹/作 (文中の花のスケッチも)



講演する今田医師

大震災の経験と認知症の診療現場から「つながり」を考える」の講演を聞きました。今田医師は2006年から2014年まで坂総合病院(以下「病院」)の院長の任に当たっていたことでした。2011年3月の東日本大震災発生時に、住民の命を守る「病院」の最

さらにそれを「病院」だけでやるのではなく、地域(2市3町)にある7病院の院長会を開催するなどして、医療機関全体で住民の命を守る取り組みをすすめてきたことです。この周辺自治体との連携は現在も継続、発展しているとのことでした。

中野、杉並も大震災が起きれば大惨事となるでしょう。日頃から、友の会々員同士の結びつきを強めていくことはもちろん、近隣の人々と互いに手をさしのべあうなど、つながりをつくっていくことが大切だと思います。

(編集部 石田)



会場のみなさんと一緒に「赤とんぼ」などをうたう

薬剤師募集中!

薬剤師さんをご紹介ください。

薬剤師も地域へ、在宅医療を旺盛に展開

株式会社 東京医療問題研究所 本社事務局電話 3389-6911

〒164-0001 中野区中野 5-47-10

ホームページ <http://www.toiken.co.jp>

- 青葉調剤薬局 中野区中野 5-47-10 3389-7110
- ちひろ薬局 中野区沼袋 2-30-7 3387-3426
- わかば薬局 中野区弥生町 3-27-11 3372-5664
- すみれ薬局 中野区東中野 3-17-17 3362-2510
- 桃園薬局 中野区中野 3-3-2 3384-5527
- 西荻みなみ薬局 杉並区西荻南 1-14-19 3335-7200
- やまと花公園薬局 中野区大和町 1-57-4 3336-3775
- なごみ薬局 杉並区天沼 3-28-8 5347-0671