

募集

医師 看護師 ヘルパー

健友会 電話 03-3387-3051

健友

第142号 2023年9月

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/

尿検査で異常があったら… ～健友会の透析医療について～

中野共立病院 総師長
宮澤 和美

健友会の専門外来は中立共立診療所の伊藤浩一医師と、桃井診療所の井田隆二医師が担当しています。血液尿検査のデータ、血圧、腫瘍（むくみ）などを診察に確認しながら、腎機能低下が進行する場合には塩分やたんぱく制限など栄養相談を受けていただけます。透析治療の開始が予測される場合は、シャント（透析を行ふためにたくさんの中の血液を外へ循環させるため、動脈と静脈をつなぐ）をつくる

経過観察をおこないながら必要な時、専門外来を紹します。

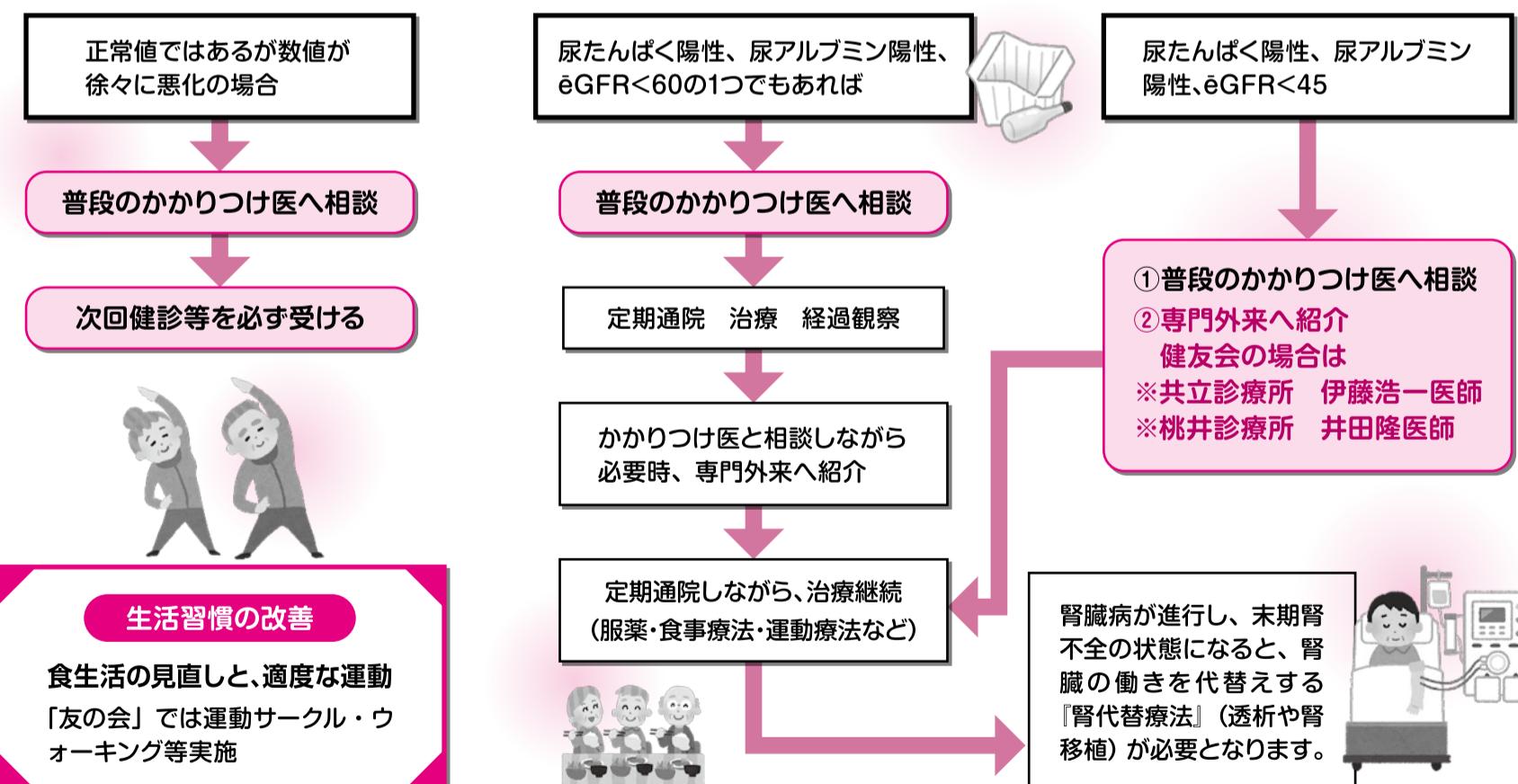
かかりつけ医に相談を

健診で尿たんぱく、尿
ブミンなどの検査結果に
があつた時皆さんはどう
すか？「特に痛くも、か
もないし、元気だから様
見よう」とそのままにし
ることはありますか？



健康診断で「腎機能の低下・障害」を指摘されたらフローチャート(案)

*eGFRとはどれくらい腎臓が老廃物を尿へ排泄する能力があるかを示す値。この値が低いほど腎臓の働きが悪いということになります



朝ドラ「らんまん」が好評だ。「日本学名を与えた牧野富太郎博士（楳野万太郎）が主人公▼万太郎が自由民権運動の集会で演説する場面がある。文獻には、彼が結社で活動していく記録が残っており、万太郎の人生を象徴する場面と言える。自由民権運動は、天皇を絶対とする政府に、民主主義、憲法制定や国会開設を求めていた▼万太郎の生家は藩主に酒を献上する蔵元だったが、跡は継がず、子どものころから興味を持った植物学の道に。東大の教授から植物学の道を進むなら「私のものになりなさい」と言わされたが拒否。教室への出入も断られたが、「植物学の世界を好きなだけ追求したい」と自由を求める心からの叫びに従い、学歴にこだわらない生き方を貫いた人である▼私たち民医連の活動も、「いのちの平等」を掲げ、住民の切実な要求に応える医療、社会保障、平和と民主主義を目指して信念を貫いているところに相通するものがある。

自分らしいこれからの過ごし方

「アドバンス・ケア・プランニング」学習会



えこ・ぬま健康友の会 小林 和苗
8月9日 江古田沼袋診療所にて、中村愛美師長を講師に「人生会議」(アドバンス・ケア・プランニング：略称ACP) の学習会を開催しました。

突然の病気や事故、認知症などで「自分のことを自分で決める」ことができなくなってしまうことがあります。家族や周囲の人が困惑せずに、自分の意思を尊重した治療を選んでもらうためには、準備をしておくことが大切です。

参加者は、中村師長の「どんなことを大切にしていきたいですか?」「もしもの時に、

してほしくないことはありますか?」などの質問を受けて、「わたしの思い手帳」に今の思いを書きこみながら交流しました。みんなの体験談(後悔や満足など)や沼袋診療所への思い、様々なお話を聞けて笑いの絶えない学習会となりました。

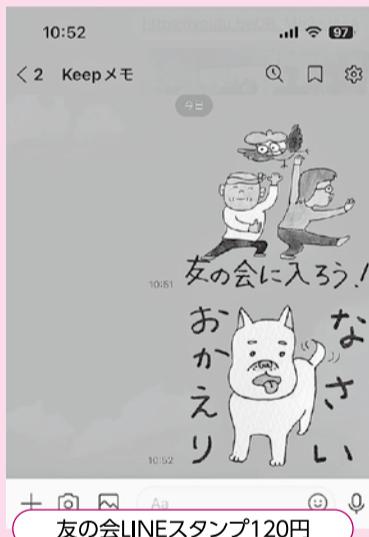
最後に健友会の地域包括ケア推進委員会が作成した中野区の相談先一覧を紹介し好評でした。

参加者からは
みなさんのお話を聞いて、どう生きるか、どう死ぬか考えさせられました
遠くからの参加でしたが、とても良かった。懐かしい昔を思い出しました(元職員)



人気です! 友の会のSNS!

中野・杉並健康友の会では、youtubeに作品展や健康体操などの動画を投稿しています。昨年行った歌い継ぐ「高校三年生」はとても人気で、1000回再生を達成しました。そのほかにもLINEスタンプを作成して、友の会のアピールを行っています。様々な形で友の会に参加できる仕組みづくりを考えていきますので、皆様のアイデアをお寄せください。(編集部 大野)



第28回 健康友の会まつり作品展

日時 9月27日(水) 13時~16時30分
28日(木) 10時~16時30分
29日(金) 10時~15時

場所 中野ZERO
美術ギャラリー1階 **入場無料**
*会場ではマスクの着用をお願いします



2022年作品展「よるにほえる」

健友会の事業所では無料低額診療事業をしています

医療費のお支払でお困りの方はご相談ください

無料低額診療事業とは…経済的理由により必要な医療が受けられない方々に、安心して治療を受けていただくための事業です。

利用するためには…収入状況等確認・申請による審査のうえ、適用となれば医療費の保険診療分が無料または低額になります。

(対象となる方) 経済的な理由で治療費の支払いが困難な方

実施事業所

- | | | |
|----------|-------|-----------------|
| 中野共立病院 | ----- | 03-3386-3166(代) |
| 中野共立病院附属 | ----- | |
| 中野共立診療所 | ----- | 03-3386-7311(代) |
| 川島診療所 | 医科 | 03-3372-4438 |
| | 歯科 | 03-3373-2741 |

編集部から

シリーズ「『健友』

20周年」では、1949年の城西診療所開設から始まって、現在1病院9診療所となった「健友会」の歴史を振り返りました。戦後、医療の恩恵にあづかれなかった庶民のため、“命の平等”を掲げて“働く人の診療所”をつくった若き医師たちの情熱と、多くの困難を乗り越えてきた「民医連の火を消すな」の志を知りました。ブラック、木造の民家で医療器具も粗末な中、薄給にもめげず昼夜を問わず献身的に働く姿が地域の人びとの熱い支持と援助を得て、発展してきたのです。忘れてならないのは、友の会など患者、地域住民の支援が民医連を支えてきた事実です。今、これを引き継ぐ私たちは原点を知って明日への原動力にしたいものです。

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
- なごみ薬局 杉並区天沼3-28-8 5347-0671