

募集

医師
看護師
ヘルパー

健友会 電話 03-3387-3051

健友

安心して住み続けられる みんなのコミュニティ 健康友の会

健友会の各診療所には、健康友の会があります。友の会は、患者さんや住民の視点で、よりよい医療・福祉を法人や職員と共にすすめる大切なパートナー。地域の課題に共に向き合い、活動しています。

友の会の活動は、健康づくりのころばん体操やウォーキング、うたごえや手芸のサークル、少人数の健康班や相談会のボランティアなど多岐にわたります。高齢者への補聴器助成制度をはじめ、医療・福祉に関する要求や平和と人権を守る運動に取り組んでいます。

健康で安心して住み続けられるまちづくりを目指し、友の会を広げていきます。



友の会特典

- ① つながり 機関紙「健友」や各友の会のお便り、ご案内
 - ② 健康づくり ワクチンや人間ドックなどの割引
 - ③ 支え合い 法律や生活に関する相談会など
- *各友の会によって異なります。詳細はお問い合わせください

お申し込み

申し込み書に必要事項をご記入の上、担当者にお申し出ください。入会金は500円です（年会費はありません）。

おじやまします となりの友の会

友の会では会員と職員が試行錯誤を重ねて活動しています。お互いの友の会が気になってきた編集委員の遊佐さんと粉川さん。それぞれ会長と事務長に取材し、活動の心がけをうかがいました。

桃井健康友の会 診療所との結びつき強め

桃井診療所はコロナ禍の下、人工透析の患者さんへの感染予防に注意を払いながら診療を行って来ました。友の会のサークル活動は診療所の外で継続しています。

茂木皓三会長は「歌う会を知って入会した人の中には、診療所を見たことがない人もいます。診療所とつながりがないのでは、本来の主旨から外れてしまう。診療所とつながって仲間を増やしたい。診療所内でできる折り紙の企画などを考えています」と原点に立ち返った活動を目指します。

えこぬま健康友の会 人とのつながりが大事

昔ながらの商店が並ぶバス通りに面した江古田沼袋診療所。開口一番、「友の会はなくてはならない存在」と断言するのは小林和苗事務長です。

赴任当時、中野土建の住宅デーに一人で機材一式を抱えて参加し、健康チェックを実施。後日、鈴木庄吉会長から「一人でやったの」と叱られたそうです。

「地域の健康づくりは友の会の大切な役割。一緒にやるんだと気づかされました」

その後は遠慮せず、すっかり頼りに。看板の色も友の会と職員が話し合い、目立つようにと派手な色にしました。

「診療所が入るビルの立て替

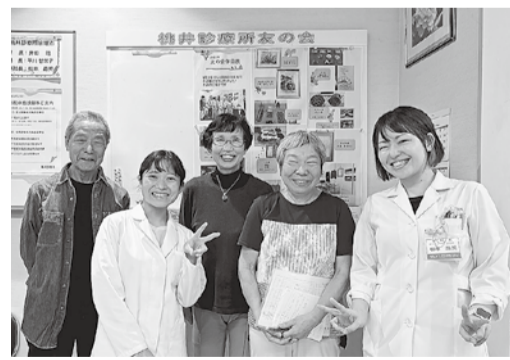
え話が浮上した時には、近所の物件を調べてくれたり。この診療所があるから住み続けたい、と言われたら裏切れません。友の会があるから頑張れます。若い職員が友の会と共同する機会がもっとあるといいですね」と話します。

いつも柔和な鈴木会長も「歴代の事務長は診療所をよくしよう、民主医療を実現しよう」と本気。受け止める我々も本気になります。いい加減なことはでき



地域とのかかわりが不可欠と松本事務長は説明します。気軽に参加できる健康チェックを年2回は開催したいと前向きです。

茂木会長は「健康チェックや仲間増やしは職員の協力があってこそ。診療所との結びつきを強めるため、職員のみならずも参加してもらい、医療や健康の話聞かせてほしいですね」と要望しました。



9月、NHKは「なぜ、夫は死んだのか」第四の被ばくの実態に迫る」を放映。第四の被ばく。この言葉に強い違和感が残り続けた▼番組は1958年、太平洋上で海上保安庁の乗組員が、米国による水爆実験の放射線を浴びていたことを報じました。機関士の永野博吉さんは1年後、急性白血病で死亡。国は妻の澄子さんに「放射線量は微量。白血病と結びつけるのは困難」と説明したそうです▼この事件の4年前に起きたヒキニ事件は、よく知られています。杉並の母親たちが始めた原水爆禁止署名は、瞬く間に全国に波及。現在の核兵器禁止条約批准を求める運動に引き継がれています▼その4年後であれば、反対運動はさらに盛り上がったのではないかと。第四の被ばくが人々の記憶から消えていった背景には、反対運動が燃え広がることを恐れた日米両政府の力が働いていました。放射線量を「微量」としたことで社会は急速に関心を失っていったといえます。(石)

助け合いの広がりに希望

第16回共同組織活動交流集会在岡山

全日本民主医療機関連合(民医連)主催の「第16回共同組織活動交流集会在岡山」が9月29〜30日、岡山シンフォニーホール(岡山県)で6年ぶりにリアルで開催され、1700人が参加しました。共同組織とは、民医連と共にまちづくりを進める医療生協組合員や健康友の会会員のこと。2年に一度、全国の仲間が集い、日々の実践や運動を発表し学び合います。今年のテーマは「地域の中からつながり広げ、平和・いのち・人権が大切になる世界へ」。副会長の石田千恵

を組織し、健康チェックに取り組み」の発表をしました。

会場に入ると、歓迎の拍手に迎えられました。岡山商業高等学校の書道部によるパフォーマンスで幕開け。熱演に感動しました。

気迫のパフォーマンス

分科会「安心して住み続けられるまちづくりのとりくみ」に参加しました。いつまでも元気でいられることが理想ですが、歩くのが困難になったり、認知症を患ったりして、友の会の行事に参加できなくなったりした会員を数多く見ました。それでもちょっとした手助けがあれば自立して生活できる人もいます。自分ごととして将来を考えた時、助け合いのシステムをつくらせて活動している事例を聞きたいと思いました。

倉敷医療生協 組合員が中心となってNPO法人「かけはし」を設立。町内会や社会福祉協議会などと協力して

助け合いの輪でつながり

仙台南健康友の会

ボランティア活動で、院内での付き添い、ベッドの移動・組み立て、ゴミ出し、買い物、家電の取り付けなど様々な依頼を受け付けています。将来は有償運送事業などにも取り組むたいと、NPO法人の取得も検討しているそうです。

町会、商店会とのつながりを深め、地域ぐるみで医療の拠点を目指し、町会のイベントにはすべて参加しているそうです。病院への患者さんの送迎など病院スタッフとの連携も増えています。

既に助け合いのシステムをつくらせて活動している組織がまたあることに希望が持てました。

(編集部 遊佐)



伝統工芸品・備前刀の名匠たちに己の生き方を探し求め、「鍛えよ 魂を込めよ その先に光射さん ゆるがめ想いが己を創る」と熱い思いを大書



民医連・増田剛会長の挨拶



発表する植木会長

つながり & つなぐ 病院・診療所・友の会

作品展をみんなで鑑賞

桃井健康友の会

力作が集まってにぎやかな展示になりました。みんなでワイワイと、笑顔で鑑賞。娘さんのパッチワークを次回は出品してくれるとの約束も。友人と一緒に来た方が会員になってくれました。(遊佐)



作品展は職員総出

かわしま健康友の会

今年も職員総出で作品展へ行きました。かわしま友の会からはパークラフト、絵画、パッチワーク、つるし雛、手芸、ミニチュア、七宝焼、消しゴムはんこ、タペストリーなどの力作が多数出展されました。(窪田)



中野の恵み

中野共立健康友の会

病院の屋上庭園では今年も野菜を栽培中。収穫を役員会で分け合いました。大葉は蒸し茄子に和え、ズッキーニとパプリカは豚バラの白ワイン煮。中野の恵み、ごちそうさまでした。(渡辺)



認知症サポーター養成講座開催

天沼健康友の会

10月9日、西萩窪在宅ケアセンターの内田ケアマネを講師に、認知症サポーター養成講座を行いました。天気は雨でしたが、9人の参加がありました。「認知症とともに生きる」を考える講座となりました。



友の会役員と所長の懇談会

桜山健康友の会

4月に赴任した伊藤所長と懇談会。午後休診の時は、診療所待合室を暑い日の休み処やふれあい処

地域包括ケアシステム

住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供されるシステム



健友会では、「地域包括ケア」―要介護の方も住み慣れた地域で、健康に最期まで安心して暮らし続けられるまちづくりに取り組んでいます。認知症高齢者の増加が見込まれることから「認知症多職種チーム」が2022年4月に発足しました。

介護福祉事業部長 大出 珠江

「認知症はイヤ」なんて思っていないませんか？認知症は誰もがなりうる病気です。「認知症多職種チーム」の活動や認知症に関する情報をお伝えします。

チームでかかわって ケアの向上を目指す

複数の専門性を生かす

門員、社会福祉士、医療事務、ボランティアといった法人内の様々な職種で構成しています。看護師の医療知識、リハビリスタッフの「コグニサイズ」(認知症予防体操)、社会福祉士・介護支援専門員による制度やサービスの紹介など、認知症に関する専門知識を生かしています。チームで提供することで、認知症の利

新連載1 認知症多職種チーム 安心・安全で楽しく生きる

用者・家族のサポートやケアの質の向上が期待できます。

チームでは自治体や地域の情報収集、学習、認知症サポーター養成講座の企画など、認知症に関する幅広い活動をおこなっています。そのひとつに認知症カフェ「オレンジカフェきょうりつ」があります。元々は、中野共立診療所の職員を中心に居場所づくりを考える「まちなかカフェ企画チーム」が立案し、2019年5月から月1回開催

認知症カフェで実践



加して、お茶を飲みながら気軽に話したり、相談したりする場所です。毎月第2水曜日の午後2時から1時間程度、開催しています。終了後の会議では、カフェの振り返りや次回

してました。ところが、新型コロナウイルス感染症拡大のため休止。コロナ禍での再開をきっかけに、認知症多職種チームが運営を担うようになりました。

認知症カフェは、認知症の当事者、家族、近隣の人、専門職、学生も参

加して、お茶を飲みながら気軽に話したり、相談したりする場所です。毎月第2水曜日の午後2時から1時間程度、開催しています。終了後の会議では、カフェの振り返りや次回

人

遠くにもつながる 「桃園スケッチ会」

ももその健康友の会

田中 芳樹さん

子どもの頃から絵を描くことが好きでした。どこでも気軽に短時間で描けるのが魅力です。スケッチをはじめました。岡山の楽団の定期演奏会ポスター

スケッチの楽しさや人との出会いを求めて仲間を募り「桃園スケッチ会」を1997年に立ち上げました。スケッチのために隔月で公園などへ出かけています。みなさんの作品を掲載した会報を隔月発行し、もう168号になりました。私が編集などを担当、発送作業は金沢に転勤した会

メンバーは20代の若者、子育て中の方、現役引退された方など、幅広いです。日本美術会、アンデパンダン展、東京都の美術展に出品している方など、多彩

多忙な日々の暮らしの中で、スケッチに向かうと何もかも忘れて気分転換になっています。(編集部 粉川)



演奏会のポスターの前で

新型コロナウイルス

新型コロナウイルス

つながる & つなぐ 病院・診療所・友の会

にするなど、地域で利用してほしいという提案が所長からありました。桜山診療所の歴史を振り返る企画をした。意見交換もしました。(杉本)



新シリーズ開始

えこ・ぬま健康友の会

「えこ・ぬま健康友の会たより」にこれまで「歩こう会」でのハブニングや裏話を掲載してきました。今回からは新シリーズとして診療所周辺の寺社仏閣や史跡などの紹介を開始しました。初回は江古田原・沼袋古戦場です。(粉川)



すっかりきれいに

ももその健康友の会

前号でもお知らせした診療所の外壁塗装工事。8月中旬に終わる予定が、9月いっぱいまでの工事になってしまいました。患者さんには、匂いや騒音で迷惑をおかけしましたが、すっかりきれいに

なりました。

(中西)



自由診療

やまと健康友の会

例年になく今年の猛暑を少しでも涼しく過ごしたい。そんな時、保冷剤を利用したネッククーラーを知り、これなら何とかしてくれそう。作品展に来てくれた人にも使



早く大きくなあれ

西荻健康友の会

診療所の水槽にランチュウの赤ちゃんがやってきました。餌を一生懸命に食べる様子がとてもかわいく、毎日癒されています。早く大きくなあれ。(服部)



第29回

健康友の会 作品展開催

ひろば

桃井健康友の会



ももぞの健康友の会



第29回健康友の会作品展がなかのZERO西館美術ギャラリーで9月18~20日に開かれました。1年かけて制作した常連から初参加まで138人が出品。書画や手芸、写真など、ジャンルもさまざまな作品が会場を埋め尽くしました。3日間で303人が来場し、5人が会場で友の会に入会しました。

出品者の声

「作品展に出品してみない？」

5月から始めた朗読サークルの仲間と声をかけられたのがきっかけです。初めて作ったキルトのバッグを出品しました。

キルトをはじめたのは最近のこと。同じ町内の同世代の友人が40年経営したコンビニを改装し、半分は店舗、もう半分は地域の人が集う場所を作りました。賛同する仲間がそこに集い、手芸や絵画の日替わり教室がスタート。私も友人を誘ってキルトの生徒になりました。

アートクラブYUGAWAの仲間と一緒に展示(作品は最前列の2点)



「みんなで描こう」のコーナーで制作した平和のアピールは、中野共立診療所1階に展示してあります

でき上がる 楽しさに夢中

中野共立友の会 鈴木美代子さん

久しぶりに針を持つ生きがいと老眼の難しさ…。作品ができ上がる楽しさに夢中です。どんな生地をどういうふうに切って、どの生地と繋げようかしら…。図柄の組み合わせなど、縫い始める前の準備が大切です。

キルトと一緒に、お菓子の空箱に布を貼り、中心に小さな絵を飾った作品も出品しました。これも布と絵の色や質感の組み合わせにこだわっています。日頃から空箱を集めたり、ちょっとした空間に飾ったり。我が家をギャラリーにして楽しんでいます。

かわしま健康友の会



出品者の声

聴雨

「聴雨」は風を聞き、雨を聞く禅語です。静かに風の音や雨の音を聞く、天の声との疎通を表現しました。

結心

「結心」は“心を結ぶ”の意。心も身体も健やかに育てほしい。そんな想いを込めてつけた6人目の孫の名前です。今年も作品展に出品できてよかったです。これからも健康管理をして「書」を楽しみたいと思います。

健康で書を 楽しみたい

えこ・ぬま友の会 渡辺富子さん



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

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

編集部から

今号編集集中にノ

ルウェー・ノーベル賞委員会から日本被爆者団体協議会(被団協)に、ノーベル平和賞が贈られるという、うれしい知らせが届いた。この受賞は被爆者による長年にわたる被ばくの体験・実相を全世界に伝えた地道な活動が評価されたもの。「ヒバクシャ」という言葉が世界に通じるものとなっていることがそれを表している。被爆者を「被爆者」と「被爆体験者」とに分け、救済の道を閉ざしている日本政府の姿勢が問われている。