

## 平和なまちづくり みなさんと共に



第25回中野・杉並健康友の会芸能まつりが2024年11月6日、なかの芸能小劇場で開かれました。5年ぶりの開催に会場は喜びの笑顔があふれていました（関連4面）。なかまと共にサークル活動やステージを楽しめるのも、平和で健康な日々の暮らしがあつてこそ。今年も地域のみなさん、友の会のみなさん、職員のみなさんと共に、安全安心に暮らせる地域づくりを目指し、歩んでいきます。

### 一人ひとりの 生活を豊かに

社会医療法人社団健友会 理事長 伊藤浩一  
あけましておめでとうございます。

昨年は裏金問題や衆院選で一強体制が崩れ、内閣が憲法や法律を勝手に解釈する10年来の暴走阻止につながる年になりました。核兵器のタブーの規範に貢献してきた日本原水爆被害者団体協議会（日本被団協）の活動がノーベル平和賞の受賞で注目されました。

今年も、台湾出兵以降約70年戦争を続けた大日本帝国から日本になつて80年になります。DX・気候危機・人口減少・格差を考えつつ、平和と人権を守り、一人ひとりの生活が豊かになるよう、友の会の皆さんと活動していきます。本年もよろしくお願ひします。

\*DX：デジタルトランスフォーメーション。デジタルで社会や生活を変革すること

### 身近に感じられる 友の会に

中野・杉並健康友の会 会長 植木紘二

新年おめでとうございます。

ここ数年、無残な戦争報道に心を痛めていましたが、朗報が飛び込んできました。被爆者自身が核兵器廃絶を訴え続けてきた日本被団協のノーベル平和賞の受賞を心から嬉しく思いました。平和や民主主義がないがしろにされつつある世界の動きに負けないで主張し続けることの大事さを教えてもらいました。

健康で、楽しく、住み続けられるまちをめざして、友の会が身近に感じられるよう、今年も地道に努力したいと思います。



切り絵 中野共立健康友の会 諏佐洋子

# 座談会 地域の財産として 社会的処方の実践へ

## コロナ発生当時を振り返る

粉川 本日はお集りいただき、ありがとうございます。病院、診療所、訪問看護で働く看護師のみなさんが、医療現場で日々感じていることや今年の抱負などを話していただきたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。

菅井 5年前に始まった新型コロナウイルス感染症(以下コロナ)の流行が今も続きます。職場の変化や苦勞など、どんなことがありましたか。

佐藤 健友会で働き始めて二年目になります。コロナが始まった当時はまだ学生でした。このまま終息するのかなと思っていたら、病棟の患者さんの半数近くが感染してしまいました。隔離対応でリハビリが中断されたこともありました。

菅井 友の会で開いたスマホ講座に参加してデビューした人も多そうですね。ウェブ会議など、非対面のツールが普及して、利便性を享受する一方で、対面のおも感じています。中野区の後期高齢者健診の予約はフレイルの問題で構成されている。健康を維持した人(在宅除く)のうち、「相談する人がいない」が約8%、二週間外出しない人が約9%、1割弱ぐらいの人が孤立したり、孤独を感じているようです。

菅井 コロナの影響で患者さんや地域の方が社会に出る機会が減ったのではないのでしょうか？

伊藤 今も心配なところ、やはり出歩きたりという人もいます。スマホを使う高齢の患者さんが増えていると思います。コロナ禍が利用を促した面もあるでしょう。

## 人とつながる社会的処方

菅井 コロナの影響で患者さんや地域の方が社会に出る機会が減ったのではないのでしょうか？

伊藤 今も心配なところ、やはり出歩きたりという人もいます。スマホを使う高齢の患者さんが増えていると思います。コロナ禍が利用を促した面もあるでしょう。

菅井 友の会で開いたスマホ講座に参加してデビューした人も多そうですね。ウェブ会議など、非対面のツールが普及して、利便性を享受する一方で、対面のおも感じています。中野区の後期高齢者健診の予約はフレイルの問題で構成されている。健康を維持した人(在宅除く)のうち、「相談する人がいない」が約8%、二週間外出しない人が約9%、1割弱ぐらいの人が孤立したり、孤独を感じているようです。

菅井 コロナの影響で患者さんや地域の方が社会に出る機会が減ったのではないのでしょうか？

## 今年の抱負 地域や社会に向けた役割を

佐藤 友の会の活動にもそろそろ参加したいなと思っています。入院された会員さんや友の会の話を聞いた時、掲示板に貼ってある会員の方の絵や折り紙で癒されたり、忙しいけれども、病院が地域の人にとっても愛されていると感じます。

菅井 友の会の活動にもそろそろ参加したいなと思っています。入院された会員さんや友の会の話を聞いた時、掲示板に貼ってある会員の方の絵や折り紙で癒されたり、忙しいけれども、病院が地域の人にとっても愛されていると感じます。

菅井 友の会の活動にもそろそろ参加したいなと思っています。入院された会員さんや友の会の話を聞いた時、掲示板に貼ってある会員の方の絵や折り紙で癒されたり、忙しいけれども、病院が地域の人にとっても愛されていると感じます。



菅井さん



中根さん



出席者	佐藤 祥 (中野共立病院病棟2階)
	菅井 澄子 (中野共立診療所主任)
	中根 綾 (上高田訪問看護ステーション所長)
	伊藤 浩一 (健友会理事長)
聞き手	菅井 一郎 (健友会専務理事)
	渡邊 由絵 (健友会看護部長)
	粉川 律子 (編集委員)

**社会的処方(Social Prescribing)**  
患者や利用者を医療ではなく、地域社会のヒトやコトにつなげ、健康に影響を与える社会課題の解決を促し、健康や生活の向上を目指す取り組み。  
1980年代の英国で始まり、医療費抑制の効果も評価されている。日本では重要課題や予算編成などの方向性を示す「骨太の方針2020」に盛り込まれた。昨年は「孤独・孤立対策推進法」を施行し、重点計画を策定している。



菅井 友の会には様々なサークルや班会、食会などがあります。伊藤 例えは、経済的に余裕のある人たちはお金を払ってジムに行く。それは望ましい姿なのかなと。みんなが仕事を終えて、夕方に集まって運動ができる場所があるとか。地域のクラブチームみたいなものが、いっぱいあるようなイメージを持っています。



伊藤理事長



菅井 お金がない人もあっても参加できるし、集まるといいですね。伊藤 「1000万円の壁」が話題になっています。税や社会保険料負担で取りがちな、損をしないように労働を抑制する。個人の収入の話に思えますが、社会的な問題です。『個人的なことは政治的なこと』(The personal is political)と1960年代のフェミニズム運動のスロガンがあります。僕の好きな言葉です。育児や介護を抱え、がんばって働く人たちの苦しい社会的背景を強いられているものです。気候危機も同じ。問



上段左から 菅井専務理事 伊藤理事長 佐藤さん 下段左から 渡邊部長 菅井さん 粉川さん 中根さん

### つながる & つなぐ 病院・診療所・友の会

**新生・中野区役所へ**  
歩く会の企画で10月16日、新しくなった中野区役所へ野区役所へ行きまわりました。中野駅前風景を横目に新庁舎へ。見学途中、たまたま居合わせた区議の浦野さんとみなさんが案内してくださる一幕も。最後はカフェでお茶会も楽しみました。(窪田)

**心をつなぐ**  
やまと健康友の会 一枚の紙からいろいろな作品を創り出す折り紙は、脳細胞の活性化にも効果があります。季節感を生かして、行事などの身近な暮らしの中に生きる折り紙を楽しんでいます。11月の例会は、お正月も近いので干支の目をつくりました。(井上)

**ふしぎなタワシ**  
ももその健康友の会 城西診療所では今、患者さん手作りの「ふしぎなタワシ」と「お助けシート」を無料で差し上げています。使用された方からは、「すごい汚れが落ちる」「や「マットホルルの蓋が簡単に開く」などの感想をいただいています。残りわずか。お早め。(中西)

**事務長、大活躍**  
桃井健康友の会 事務長が講師を務め、診療所の待合室にて折り紙会を開催しました。8人の方が参加し、おしゃべりで盛り上がる、いつもと違う待合室の雰囲気、ツリ、サテンなクリスマス飾りをみんながわいわい、助け合いながら折りました。(徳永)

**美しいけれど、複雑**  
中野共立健康友の会 12月の健康ウォークは原田あきら都議会議員のガイド付きで、再開発中の神宮外苑へ。42人が参加

**体操で温まる**  
天沼健康友の会 ころぼん体操を12月4日から始めました。10人の定員募集で現在6人登録です。来年1〜3月は月2回で実施していきます。15分間のころぼん体操に続けて18分間のせろぼん体操も行いました。体が温まると実感しました。(公田)

**最高の紅葉**  
えこ・ぬま健康友の会 天候に恵まれた11月29日、久々に国営昭和記念公園へ出かけました。いちよう並木は葉を落とし、ちょっと寂しい感じ。日本庭園に向かい、カエデやもみじが太陽に照らされて最高の紅葉を楽しむことができました。(鈴木)

**西荻窪診療所まじり**  
西荻窪健康友の会 「健康・介護・防災について楽しく体験、学びましょう」をテーマに西荻窪診療所まつりを10月12日に開催しました。防災についてのお話、血管年齢測定、AED体験、足浴、爪切りサージ、非常食の配布など盛りだくさん。85人の参加でした。(渡邊)

**初めての出演**  
桜山健康友の会 芸能まつりに初めて出演し、「君死にたまふことなれ」の朗読と「芭蕉布」を合唱しました。ハモニカで「赤とんぼ」が始まるという場となり、集中して聞いていた様子が伝わってきました。(杉本)



桜山健康友の会

# 楽しかった芸能まつり



友の会サークル活動の日頃の成果を発表し、会員どうしの交流を深める「友の会・芸能まつり」が11月6日、なかの芸能小劇場で開催され、163人が参加しました。会場はコロナ禍を経て5年ぶりに開催できた喜びに満たされました。14組が熱演を披露し、迎えたフィナーレでは、コーラス“花水木”と会場が一つになって「青い空は」を合唱。友の会実行委員、職員、出演者、参加者がみんなで作った芸能まつりは、大きな拍手に包まれて幕を閉じました。

(編集部・遊佐)



## 職員から

司会を担当し緊張しましたが、ライブ感が楽しかったです！袖から観ていて、どのグループも楽しく真面目に活動してきた様子が伝わってきました。平和をあきらめない、いきいきとした姿勢から勇気をいただきました。

(総務・加賀谷いずみ)



# ひろば

はじめて、芸能まつりに参加しました。皆さんがすぐお元気で、圧倒されました。歌や朗読、寸劇などたくさんの演目の中で、合唱や認知症体操など会場全体で楽しめる演目もあり、とてもあたたかく素敵な時間でした。あらためて、地域のコミュニティを通じて、人と人の繋がりが大切だなと感じました。

(2階病棟・山本瑞樹)

# 5回目のネパールスタディツアー —ネパールの教育事情

ネパールの学校教育は、1～8年生までの基礎教育が無償の義務教育期間と定められています。入学年齢は5～6歳ですが一律ではなく、遅れて入学する子もいれば中断する子や、8年生になる前に通えなくなる子もいるのが実情です。

## ネパール子ども基金(NCF)の活動

NCFは、ネパールのNGO:HEE-NEPと提携して里親制度をつくり2008年以来、貧しい家庭の子どもたちの就学支援を行ってきました。NGOの代表ウツタムさんにこの活動のきっかけを聞くと、「父親を早くに亡くし、学校に通えなくなる窮地を救ってくれたのが担任の先生だった。自分のような子どもを一人でも多く学校に通わせたい」の思いからだったそうです。



ラクシュミとラシュマンと筆者(2019年)

## やまと健康友の会 石田 千恵子

### ラシュマンとの出会い

2019年、私はラシュマンという9歳の男の子の里親になりました。「来年も来るからね」と約束したのですが、その後の2年間は新型コロナのためにツアーも中止に。ラシュマンは学校をやめ、今はカトマンズで働いているそうです。義務教育を終え、医師になるためにカトマンズで学び続ける子どもがいる一方で、働く道に進まざるを得ない子どももいるのです。2022年からはラシュマンの隣にいる姉ラクシュミ(今年8年生)の里親になり、活動を続けています。



今年も一番人気の綱引き

## 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

座談会取材しました。コロナ感染の発生時の病院の切羽つまった状況や苦悩が伝わってきました。感染者を受け入れるには、感染者と通院患者の接触を避けるための空間の確保など多岐にわたって工夫(当初は病院前のテント、その後プレハブ)。感染者の受け入れにあたり、院長は職員と意思統一をして前に進めたといいます。病院だけでなく訪問看護ステーションの方々の苦労にも思いを馳せることができました。