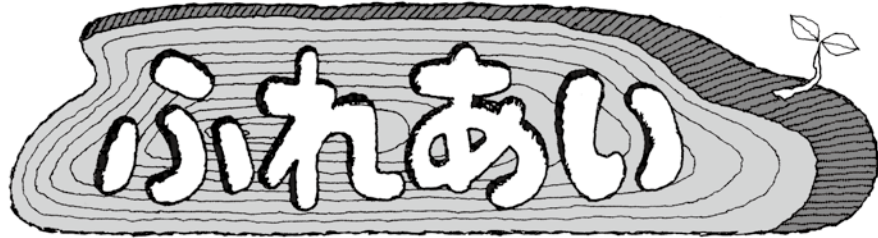


われわれの病院・診療所は  
働くひとびとの医療機関である



船橋二和病院ホームページアドレス  
http://www.futawa-hp.jp



船橋二和病院  
船橋二和病院健康友の会  
〒274-0805  
千葉県船橋市二和東5-1-1  
TEL 047(448)7111(病院)  
TEL 047(449)4417(健康友の会)  
発行責任者 野田尚史  
月一回発行 1部 50円

10・11

### 「憲法・いのち・社会保障まもる 国民集会」に3700名!

10月11日、日比谷野外音楽で社会保障の拡  
充や医師・看護師、介護職員などの大幅増員、憲  
法改悪阻止など求めた国民集会が開かれました。  
病院、友の会から20名が参加しました。

「はじめて参加しました。全国の仲間と力を合  
わせ憲法9条をまもり、働きやすい職場にしたい」  
「戦争はいやです。そのためにも9条が大事だと  
わかった」などの感想が。

憲法まもれの声を大きく広げ、社会保障の解体、  
戦争する国づくりは絶対に許さないと訴えていく  
ことを確認しあいました。



【訪問した地域では】  
二和地域の方から、自宅

が入り組んだところにあ  
り、幹線道路に出る際も大  
回りをしなくてはならず、  
病院の巡回バスを使用し  
たが、バス停までも遠く利  
用し難いことが改めて感じ  
ました。  
大穴南地域の方から、バ  
ス停まで歩いて10分、最寄  
の高根公団駅で買物し、荷  
物を持ってバスに乗り、同  
じ道を歩いて帰るため、足  
腰の衰えと共に移動手段を  
確保することが難しくなる  
ことが解りました。  
年齢と共に、身体の動き  
や、体力が落ちてくるよう  
になると、脚の確保は生活  
に欠かせません。近隣の医  
療機関では、ドアTODア  
の送迎を行なっていること

もあり、受診の際には高い  
評価をうけていました。  
また反対に生活資源が少  
なく、山谷が多い梨畑が広  
がっている地域に住んでい  
る方からは、「悪天候時は  
タクシーを呼んでも来な  
く、商業施設も少ない」と  
訴えられ、高齢者などが孤  
立しやすく、健康を損ねや  
すいのはどの意見が示さ  
れました。  
【健康を保つ  
「ミニユニティカー」  
の運行を】  
医療や生活必需品を得る  
ための循環バス、乗り合い  
タクシーなど生活の脚の充  
実が求められます。  
高齢者訪問実行委員会

## 『安心のまちづくり』

### 訪問活動始まる



訪問前にオリエンテーションする友の会役員・職員

毎年恒例になっている高  
齢者訪問が、10月2日(火)  
を皮切りに、12月一杯まで  
の予定で取り組まれます。  
お住まいの地域に職員、友  
の会役員さんがおじゃまし  
ます。  
【今年の特徴は】  
住みなれた処で、『健康  
寿命を延ばそう!』それを  
妨げるものは何か?栄養や  
休養がしっかり摂れ、しつ  
かり動いて身の回りのこと  
ができていくか?活き活き  
と過ごす仲間が近くにいら  
るか?最近、地震や台風な  
ど、各地で起きている災害  
時に、非難する場所まで行  
けるかなどを伺います。

## 第33回健康まつり

—平和・いのちと健康・暮らし街づくり—



健康チェック



医師による寸劇

10月21日(日)この日は雲一つない晴天に恵まれ、『平和憲法を守り、地  
域住民と共に命と健康、暮らし、街づくりの輪を広げていこう』をテーマに二和  
健康まつりを行いました。会場には1200名の参加があり、健康チェック、医  
療展示や、合唱や民謡、民舞など多彩な催しを楽しみました。

憲法9条の改憲反対、世界から核兵器廃絶を願う声を無視してす  
める国に対し、『今こそ、核兵器廃絶条約批准を目指して』と題した平  
和講演を見玉三智子さん(日本原水爆被害者団体協議会)が、沖縄から  
は先ごろ行なわれた県知事選挙で、『辺野古に新基地はいらない』の  
民意が勝利した報告と、今も新基地建設反対の取り組みを続けている相  
馬由里さん(ヘリポート反対協議会)が沖縄の現状と思いを語りました。

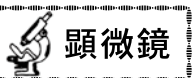
近年の異常気象、地震など良いことばかりではありませんが、こんな時こそ皆  
さんのくらし・命を第一に、誰でも健康の最高状態でいられる街づくりをすす  
める二和健康まつりで楽しんで頂きたいと思いました。 健康まつり実行委員会



見玉三智子さん



相馬由里さん



### 顕微鏡

♪枯れ葉散る夕暮  
れは、来る日の寒  
さを物語り・・・  
いまだきを歌った  
ものでしょうか。  
思わず口ずさみま  
す。月めくりの力  
レンダーも2枚を残すだ  
け。日の暮れも早くなり、  
秋が去ろうとしています。  
季節は順調にめぐって  
います▼人の世は、どう  
でしょう。安倍首相は、10  
月に第4次改造内閣を発  
足させました。顔ぶれと、  
大臣たちの履歴を見て驚  
きました。自民党所属の閣  
僚19人全員が改憲右翼団  
体とつながっている「神道  
政治連盟国会議員懇談会」  
に加盟し、「日本会議国会  
議員懇談会」にも14人が  
加盟していることです。  
▼これら改憲右翼団体は  
「大東亜戦争は、アジアを  
解放するための正義の戦  
争だった」と主張してい  
る「靖国派」といわれてい  
る勢力です▼新聞から、  
さっそく暴言が相次いで  
飛び出しました。「教育勅  
語は、いまの道徳教育にア  
レンジして使える文面も  
十分にあり、検討に値す  
る」と柴山文部科学相▼  
戦前の道徳教育「修身」で  
は、教育勅語に基づき「天  
皇のために命をささげよ」と  
教え、子どもたちを侵  
略戦争に駆り立てました。  
戦後の日本国憲法のもと  
で、衆参両院が教育勅語  
の排除と失効をそれぞれ  
が決議しました。その勅  
語を、いま、道徳教育で、使  
うことができる。とは時代  
錯誤も甚だしいものです  
▼秋の臨時国会が始まり、  
安倍首相は「憲法9条に自  
衛隊の明記を」と戦争でき  
る国づくりを」と憲法改正  
に執念を燃やしています。  
いま、改憲ではなく、安  
倍政治を替えるときです。



# いき友の会活動

## 船橋二和グリーンハイツ自治会と 共催で健康チェック20名が参加!

二和地区



今年で6年目になり、机やイスは団地でお借りし、設営にも協力していただきました。雨がポツポツと降り始めたため、急遽テントも張り出して頂きました。今回は保育室、医療相談室、二和在宅支援センターの参加があり、にぎやかに楽しく行いました。

9月29日(土)、船橋二和グリーンハイツの「おまつり広場」で健康チェック、体力測定、健康相談を団地自治会と友の会の共催で小雨のなか開催し、20名が受けました。

# 私のアイドル



すこやか薬局2号店の佐野冴子さんの長男 穂隆(ほたか)ちゃん(1才4ヶ月)。「泣き声の甲高さは天下一品、パンドのぬいぐるみが大好きな甘えん坊。そんな弟をお姉ちゃんがよく面倒見てくれます。」

岡本 功

## 美味しいお弁当と尺八で楽しんだ手配り者のランチ懇親会

御海地区



9月27日(木)金杉団地会館で14名の手配り者でランチ懇親会をおこないました。美味しいお弁当と適量なアルコールを配膳し、最初は参加者全員で自己紹介と友の会の思い入れなどを話しあいました。ほとんどの人が友の会に長期にわたって活躍している人達なので友の会の近い将来を心配している意見が多く聞かれました。参加者全員の自己紹介が終わると恒例になっている鈴木名人の尺八演奏を皮切りに病院から借用した歌集を元に参加者全員で昔を思い出しながら大声で熱唱し日頃のストレス解消をすることができました。

吉田 司

## お台場・地上100mからの眺望も楽しむTOKYOミニナトリエ

法典地区

10月2日(火)台風一過、快晴の中、13名の参加で東京臨海広域展示室TOKYOミニナトリエに行つて来ました。青梅フロンティアビル20階のガラス張りのほぼ360度パノラマの施設です。



## おたのしみ映画会「家族はつらいよ」

丘区 松地



9月28日(金)に松が丘地区第1回「おたのしみ映画会」を開催しました。上映作品は「家族はつらいよ」、山田洋次監督のファミリー映画です。当日は10人が観賞。鑑賞後の懇談では、「久しぶりで楽しい映画を観た」「15年前に亡くなった夫のことを思い出した」「自身の暮

## 認知症の理解を深めた健康講座

三咲区 大穴

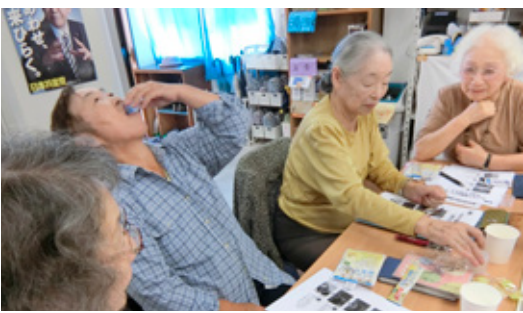


9月18日(火)三咲公民館にて、竹内久美子臨床心理士を講師に認知症の健康講座を行いました。認知症とは・知的機能障害のために日常生活や社会生活に支障をきたす状態。認知症になると何が起るのか? 記憶の低下・実行機能の低下・時間や場所の感覚の低下・判断力の低下等々...原因は何か? ①脳神経

## 「くすりの話」サプリメント市場年間2兆5千億円にビックリ

松戸地区

大型台風、地震と災害が続き、天気が心配でしたが、9月28日(金)一日だけの秋空に恵まれホッとした中「くすりの話」講座が開かれ、すこやか薬局長の小峰さんの資料に沿つてのお話は大変勉強になりました。



さらにサプリメントについては疑問視する声があり、年間1兆5000億以上とは「サプリメント使うなら賢く使おう」です。体の不調を感じたらまず受診、三度の食事をきちんと取り、適度に体を動かす

らしと重なり身につまされた。次回は12月、「家族は

つらいよ2」を観ることに なりました。 濱島 稔

## 「迫っている」いや「真っ只中」な老いの現 状を受け止めた「尿漏れ・頻尿」の学習会

三咲区 宮地



まだ残暑厳しい9月3日(月)に葉山公民館で外田由美認定看護師さんからきめ細やかな講座と質問の使つてのお話で参加者は15名でしたがもったいないお話をした。質問も具体的で時間が足りないほどでした。男性の方も是非参加していただけたらと残念です。この台風と温暖化で紅葉のあざやかさも例年よりは期待できないようですが、私たちはいつまでもきれいに輝いていきたいですね。

根本 節子

## 薬のはなし あなたの疑問にお答えします

台地区 根高



9月19日(水)高根台西集会所で、すこやか薬局の薬剤師・松浦純子さんから話を聞きました。薬の正しい飲み方、飲み忘れてしまったら、飲みにくい時は、保管方法など、誤嚥予防の体操、嚥下テストも行い、実際服薬ゼリーで、薬の飲みこみもしてみました。「いつでも元氣」に掲載されている(薬局の窓口から)も、紹介してくれました。皆さん、薬を飲む時、正しく飲んでいきますか。薬を飲まれている方は、お薬手帳をいつも持っていること安心です。参加人数12名、1名入会しました。 近藤 理知子





がん検診の受診券が届いたら  
早めに受けましょう!  
重要なのは早期発見です!!

〔2018年度版〕

※下記は『船橋市の内容』です。分からない事はお住まいの市区町村へお問い合わせ下さい。

がん検診の種類	対象	検査内容	費用 (個人負担)	ふれあいクリニックの 受付時間
肺がん	40才以上	●胸部エックス線 ●喀痰検査(医師が必要と認めた方)	500円	(月)~(土) 8:45~11:00 予約不要
大腸がん	40才以上	●便潜血検査(2日法)	500円	(月)~(木) 14:00~15:00 予約不要 (午後は肺がん・大腸がんのみ)
前立腺がん	50才以上で 5才刻みの節目年齢	●採血(PSA検査)	500円	予約不要
ウイルス	40才以上 過去受けていない方	●採血(B型・C型)	無料	
胃がん	40才以上の 偶数年齢 (登録者)	●40才代 胃部エックス線 ●50才以上 胃部エックス線 又は 胃内視鏡(選択制)	エックス線 1,000円 内視鏡 1,500円	(月)~(金) 午前 予約制 (月)~(土) 午後 予約制
乳がん	30才以上の 偶数年齢 (登録者)	●30才代 問診・超音波検査 ●40才代 問診・マンモグラフィ	500円	(月)~(金) 午前・午後 予約制
子宮がん	20才以上の 偶数年齢	●頸部細胞診(+HPV検査) (HPVは30才代の方のみ) ●頸部超音波(医師が必要と認めた方)	500円	(月)~(土) 8:45~11:00 予約不要 (水)~(木) 午後 予約制

※ 予約・お問い合わせは『二和ふれあいクリニック』まで  
☎047(448)7118

# 早期発見・早期治療

## がん検診の活用を

皆さん、健康診断は毎年受けていますか?

二和ふれあいクリニックでは人間ドック始め基金健診・自治体健診・友の会健診・企業健診・各種がん検診など受診できます。現在の健康状態を知る上でぜひ受診をおすすめします。

超音波検査になった事  
②胃がん検診で五十歳以上は胃部エックス線(胃造影)と胃内視鏡で選択可能になった事  
③子宮がん検診で子宮体部検診が細胞検査から経膈超音波に移行している事です。働いている方や午前中は都合がつきにくい方は午後実施している項目もありません。現在「予約がうまっている日も多いので受診券が届きましたらお早めに来院をお願いします。他市に在住の方はぜひ各自自治

体のがん検診制度を確認していただき必要な検査項目を取り入れて健康診断を受けられると良いかと思えます。特定健診だけでは全身チェックとはなりません。受診結果に再検査・要精密検査が必要とされた場合は必ず受診をおすすめします。

また、健康診断は早期発見のきっかけです。私達は健診後も気になる方は電話や葉書でご連絡し受診確認をしています。  
この間も検診でがんの早期発見につながり治療開始した事例があります。

9月より共同組織強化月間となっておりますが、がんの早期発見の為に自治体のがん検診利用をすすめています。船橋市ではここ数年健診内容・項目に変更がありますので、左下の資料をご参照ください。  
①乳がん検診の三十歳以上の触診が廃止になり乳房

また、健康診断は早期発見のきっかけです。私達は健診後も気になる方は電話や葉書でご連絡し受診確認をしています。  
この間も検診でがんの早期発見につながり治療開始した事例があります。

①七十代前立腺血液検査(PSA)で五年前は異常なしでしたが今年度異常値で外来受診し検査実施。他院紹介となり早期前立腺がん診断で手術実施しています。  
②七十代で二年前の胃造影検査は異常なしでしたが、今年初めて胃内視鏡検査実施。自覚症状ないですが生検した細胞から早期食道がん疑いで外科受診につながりました。他の方も五十〜八十代でがん発見につながっています。  
住み慣れた地域で長く生活していくためにがん検診を取り入れた健康診断を年に1回受けることをおすすめします。

# 健康講座

## がんの治療



船橋二和病院 外科 木下 裕子 医師

日本人の半分が生涯のうちには何らかのがん(悪性腫瘍)にかかるといわれている時代。「なりたくないけれど」「なるかも」を前提に、誰もが備えるべきです。近年はメディアを通して膨大な医療関連情報を得ることが出来ますが、気をつけなければならぬのはフェイク(嘘・いつわり)や誇張が多いということです。

特に補完代替医療(いわゆる民間療法を含む)においては、がん標準治療を否定するような内容・〇△大医学部教授推薦と権威をちらつかせる表現・不治のがんが治った...というような文言には用心してください。「標準治療」の当院医師も標準治療が万能とは考えていません。がんが標準治療以外で小さくなった例や稀に無治療なのに進行が止まった例も経験しています。

日本人的な半信半疑のうちに何らかのがん(悪性腫瘍)にかかるという時代。「なりたくないけれど」「なるかも」を前提に、誰もが備えるべきです。近年はメディアを通して膨大な医療関連情報を得ることが出来ますが、気をつけなければならぬのはフェイク(嘘・いつわり)や誇張が多いということです。

「抗がん剤より安全」なんてなめてかかるとはいいけません。抗がん剤は治療効果と裏表で全身性免疫関連副作用を多々おこしますから「抗がん剤より安全」なんてなめてかかるとはいいけません。抗がん剤は治療効果と裏表で全身性免疫関連副作用を多々おこしますから「抗がん剤より安全」なんてなめてかかるとはいいけません。

しかし正しい研究調査によって統計学的な証拠(エビデンス)が示されていないものは効果も副作用も不確定であるという事を念頭に置き、非標準治療に安易

### 慢性疾患学習会・企画のお知らせ

学習会の種類	開催日時 場所	講師	担当者
糖尿病性腎症学習会 ～低たんぱくお弁当を食べながら学ぼう～ 参加費300円★予約制★ 締め切り 11/7(水)	11月14日(水) 12:00~14:30 ふたわ診療所2階 大会議室 ★お申し込みは 外来腎臓担当職員まで★	新貝 医師	外来看護科(下山) 事務(南山)
肝臓病教室	11月26日(月) 12:00~14:30 ふたわ診療所2階 会議室 どなたでも参加できます	平野 医師	外来看護科(沖山) 薬剤師 栄養士
認知症学習交流会 *認知症の患者様を介護されている介護者・ご家族向けの学習会です。ご本人様のご参加はご遠慮いただきようお願いいたします。	12月8日(土) 10:00~12:00 ふたわ診療所2階 会議室 事前申込み不要 参加される方は外来にあるチラシ裏面のアンケートを記入し、当日お持ちください。	戸田 医師	外来看護科(松丸)

ご希望の方は、どなたでもご自由にご参加下さい。★印は事前申込みが必要です。外来看護師・医事に申込みをお願いいたします。【連絡先】047-448-7660 医事課

にとびつかないようにはしましょう。

まさに誇張されています(免疫療法自体にケチをつけているわけではありませぬ)。免疫細胞の数や働きのあるため、当然治療効果にも個人差があります。またオプジーボは治療効果と裏表で全身性免疫関連副作用を多々おこしますから「抗がん剤より安全」なんてなめてかかるとはいいけません。

皆さん、健康診断は毎年受けていますか?

二和ふれあいクリニックでは人間ドック始め基金健診・自治体健診・友の会健診・企業健診・各種がん検診など受診できます。現在の健康状態を知る上でぜひ受診をおすすめします。

超音波検査になった事  
②胃がん検診で五十歳以上は胃部エックス線(胃造影)と胃内視鏡で選択可能になった事  
③子宮がん検診で子宮体部検診が細胞検査から経膈超音波に移行している事です。働いている方や午前中は都合がつきにくい方は午後実施している項目もありません。現在「予約がうまっている日も多いので受診券が届きましたらお早めに来院をお願いします。他市に在住の方はぜひ各自自治

また、健康診断は早期発見のきっかけです。私達は健診後も気になる方は電話や葉書でご連絡し受診確認をしています。  
この間も検診でがんの早期発見につながり治療開始した事例があります。

また、健康診断は早期発見のきっかけです。私達は健診後も気になる方は電話や葉書でご連絡し受診確認をしています。  
この間も検診でがんの早期発見につながり治療開始した事例があります。

また、健康診断は早期発見のきっかけです。私達は健診後も気になる方は電話や葉書でご連絡し受診確認をしています。  
この間も検診でがんの早期発見につながり治療開始した事例があります。

また、健康診断は早期発見のきっかけです。私達は健診後も気になる方は電話や葉書でご連絡し受診確認をしています。  
この間も検診でがんの早期発見につながり治療開始した事例があります。



## 二和病院では白内障の手術を2泊3日の入院で行っています

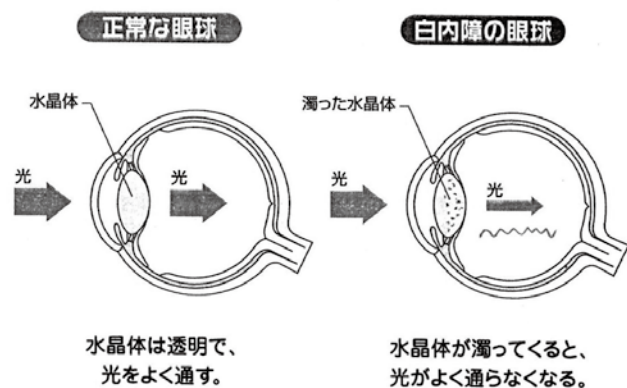
白内障はさまざまな原因で起こりますが、最も多いのは加齢によるもので、これを「加齢性白内障」と呼んでいます。個人差がありますが、誰でも年を重ねると、水晶体は濁ってきます。

加齢性白内障は一種の老化現象ですから、高齢の人ほど多く発症します。

白内障では目の中の水晶体が濁ることにより、視力が低下します。水晶体の濁り方はひとりひとり違うために、症状はさまざまです。主な症状としては、「目がかすむ」といったようなものですが、

**「まぶしくなる、明るいところで見えにくい」「一時的に近くが見えやすくなる。メガネが合わなくなった」「二重、三重に見える」**などの症状があれば、疑いがあります。

気になる方は、ふたわ診療所の眼科外来を受診して医師にご相談下さい。



尚、「高齢期における目の疾患」の眼科の公開講座が11月30日（金）の午後にふたわ診療所で開かれますので、案内を御覧ください。

ふたわ診療所 眼科外来より

## 医療・介護の改善シリーズ 21

# 『難病』がある方の健康水準をまもるには

Iさんは神経難病を患った70代の男性。夫婦2人暮らし

### 【自宅での家族介護の限界】

病状が進行するにつれ「固形物が食べられない」「吸引が必要」など徐々に介助量が増え、その都度医療処置のため病院への入退院を繰り返しました。主介護者である奥様はなるべく子供たちに負担をかけないようにと、自分で介護を続ける考えで約5年経過しました。奥様も高齢で持病があり、これ以上の在宅介護は限界と感じIさんを施設に入所させる決断をします。

### 【医療依存が高い介護の場合】

Iさんは口から食事をするを切に願っていたため、奥様はその気持ちに寄り添い可能な施設を探しました。しかし、現在の介護施設は神経難病の方のような医療依存の高い利用者を受け入れる体制がほとんどありません。療養型病院も待機者が多く直に入れる病院といえば、月に数十万円かかります。年金が減らされる度に増税で苦しむ高齢世帯に月に数十万は賄えません。

結局、何とか支払ができるサービス付き高齢者住宅を選択しますが、医療的な処置を継続させるには外部から費用も掛かる訪問看護師さんや食事介助のためのヘルパーさんの利用、電動ベッド、車いすの貸与、入浴サービスも必要です。

### 【遅れている地域包括ケアシステム】

毎月の介護費用は年金だけでは賄えませんが、預貯金を切り崩し生活しています。奥様は「自分が選択した結果なので」と…。

神経難病で苦しんでいる高齢者の生命を守るためには、今日の国の施策が全く追いついていないのが現状です。経済状況が療養環境の格差を生み、そこに「自己責任論」が見え隠れします。

### 【急がれる！誰でも安心して暮らせる仕組み】

経済的な不安がある家族は狭い選択肢の中から必死に考え、ギリギリの生活を続けていることに対し心を痛めています。

医療福祉が充実し誰もが平等な生活を続けることができるよう、国に訴え続けることが大切だと思います。

ケアプラン ふたわ 047-448-7327 端山康博

◎ご購読申し込みはもよりの地区役員  
友の会事務局 ☎047(449)4417  
外来案内コーナー(総合案内となり)まで

あなたと民医連をつなぐ月刊誌

**いつでも元気** 2018 11月号 380円

好評発売中

巻頭エッセイ/町 亞聖さん

**特集 共同組織活動交流集会**

日立がイギリスで原発建設

けんこう教室 先生、胸が痛いんです!

まぢのチカラ 東京都奥多摩町

食と健康 糖尿病治療の第一歩

## 外来ミニ糖尿病教室のご案内

知って備えれば大丈夫！  
糖尿病の合併症の話①  
(細い血管のこと)

日時：11月30日（金）  
14:00～16:00  
場所：健康管理センター3階 会議室  
講師：内科 池田 美佳 医師

どなたでもお気軽にご参加下さい！

- ▽ やすらぎコンサート  
11月17日(土) 午後2時～3時  
▽ 専門外来待合
- ▽ 平和部  
みんなで考える会  
11月8日(木) 午前10時～12時  
▽ 健康管理センター3階
- ▽ 友の会ティーバザー・何でも相談会  
11月20日(木) 午前10時～12時  
▽ 診療所外来待合
- ▽ 歴史勉強会  
11月22日(木) 午前10時～12時  
▽ 健康管理センター3階

**年会費納入のお願い**

前年の9月にご入会いただいた方は、年会費納入の時期です。また、それ以前にご入会の方で、年会費をお支払いいただけていない方も、年会費の納入をお願いいたします。ふたわ診療所友の会コーナー(10時～12時)・友の会事務局(10時～16時)で受付いたします。

お問い合わせは友の会事務局まで。納入の際は会員証をお持ちください。

また、お近くの友の会役員が、お訪ねする場合がありますので、よろしくご協力ください。

友の会事務局 ☎047(449)4417