

無差別・平等の医療と福祉
の実現をめざしています



船橋二和病院ホームページアドレス
<https://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 宮野 暁
月一回発行 1部 50円

多くのいのち、大切な人のいのちを奪う戦争は絶対にイヤ!! 戦争も核兵器もない世界を被爆者とともに!!

核兵器廃絶を願い 歩いてアピール

核兵器の廃絶を願って今年も国民平和が行進が全国で取り組まれました。

北海道からスタートした基幹コースは、7月11日に香取市から千葉県コースが始まり、18日に船橋、19日に鎌ヶ谷市と引き継がれま

歩いてアピール

した。船橋では、8か所で網の目行進が取り組まれ、本コースと合わせのべ215人の参加となりました。船橋・鎌ヶ谷以外の自治体の平和行進にも友の会や職員が参加しています。

二和地域では49名が 学び歩いて訴え

前日までの涼しさから一転、真夏日となった7月18日(木)、核兵器廃絶を願って「網の目行進(二和コース)」を実施。研修医4人を含む職員と友の会員49人

が参加し、気温に負けない熱い思いで行進しました。船橋二和病院・反核平和委員会が中心になり準備。行進前の「平和学習会」では、被爆者健診を長く取り



▲健康管理センター会議室に集まった学習会参加者



▲高橋稔 二和病院初代院長

り組んできた二和病院初代院長・高橋稔医師から、核兵器の残虐性や被爆者の苦しみなど

語って頂きました。高橋医師は、「戦争さえなければ原爆は落とされなかった」「憲法9条は全世界を平和に導く」と強く訴えられ、参加者はそれぞれの思いを胸に行進へと向かいました。病院から三咲駅方面に行き、住宅街を通って二和商店街へ。二和公民館の前で休憩して再び二和商店街をひと回りしました。約30分のコースで、地域に「核兵器をなくそう」とアピール。行進中に声援をかけて



▲2024年平和行進・二和コース

2024原水爆禁世界大会・広島(8/4~6)参加報告

友の会法典地区の高山さんからの手記と職員の感想を掲載します

ロシアやイスラエルが核兵器使用に言及するなど、平和に対する逆風の中で、日本の核兵器禁止条約への参加実現に向けて重要な世界大会でした。被爆者とともに核兵器のない平和で公正な世界を実現し、人類と地球を守ってほしいと切に願わざるを得ませんでした。

1日目は、広島県立総合体育館グリーンアリーナでの開会総会、千葉民医連のみなさんと交流会、2日目は、私は動く分科会の岩国基地調査行動に参加、3日目は被爆者の慰霊平和式典と資料館を見学後閉会式に参加しました。

岩国基地見学の時、偶然ジェット戦闘機4機が飛んできました。私は首里の生まれですが、60年前、嘉手納基地のB52を見てとても怖かったことを思い出しました。当時嘉手納はベトナム戦争の出撃基地で、米軍がベトナムの罪のない多くの市民や子供を殺していたからです。岩国は基地の島・沖縄と同じだと思いました。(法典地区 高山淳子)

<原水爆禁止世界大会に参加して>

◆二和病院研修医・鶴澤さん 初めて民医連の活動として世界大会に参加し、実際に被爆体験者の方や二世の方に話を聞き被爆地に出向くことで、被爆者の惨さを知るとともに、後世に伝えていくことの重要性を感じました。

◆二和病院研修医・浅山さん 世界大会には各地から多くの方が参加されていて、核の抑止力に依存せず確実に核を廃絶したいと願う人々の思いを切に感じ、自らで考え行動しなければならぬと気づかされました。

◆二和・八木が谷地域包括支援センター・野澤さん 分科会での被爆二世の方の話、見学した旧陸軍被服支廠で行われた救護の様子、印象的な話ばかりでした。戦争経験者が減る中でも、決してあの悲惨さを忘れてはいけぬと強く感じます。

◆ふたわ診療所・岩田さん 今回初めて広島に行き印象に残ったことは間近で原爆ドームを見たことです。むき出しになったドーム部分や崩れた壁を間近で見、原爆の恐ろしさを知ることが出来ました。



くれる人たちもいました。行進後は、千葉県原爆被爆者友愛会会長の児玉三智子さんが、広島で被爆された自らの体験を語ったビデオを視聴して、さらに学びを深めることができました。

参加者からは「暑かったけれど、全国で一体となって開かれる平和行進に参加できてよかった」「このように核兵器廃絶を訴え続けなければならぬ」との感想が。なかには「歩けるうちは参加し続けたい」と熱い気持ちを述べた方も。翌日は、

ロシアとイスラエルは、無法な侵略行為とともに核兵器使用の可能性に言及しました。「核抑止論」が核兵器廃絶に役立たないどころか、むしろ核戦争の危機を増大させている現実を直視し、日本こそ「核兵器禁止条約」に参加すべきではないでしょうか。

唯一の戦争被爆国である
日本こそ「核兵器禁止条約」
に参加を



船橋からバトンを引き継いだ鎌ヶ谷市でも取り組まれました。友の会の会員は、

自らの住居地での平和行進に参加されている方も少なくありません。

第36回船橋二和病院 **健康まつり**
10月20日(日) 午前10時～午後1時(予定)
会場 ふたわ診療所施設周辺
※詳細はふれあい10月号折り込みチラシをご覧ください

バザー用 献品のお願い

来る10月20日に予定されている健康まつりでのバザー品の提供にご協力ください。対象商品は次の通りです。

＜献品対象商品＞ 友の会事務所にお持ちいただくか、役員にご連絡ください

- 衣料品 ※新品に準ずるもの
- 食器・雑貨 ※未使用のもの(ガラス製は不可)
- 寝具類 ※毛布・シーツ・布団カバー等未使用のもの



あなたと民医連をつなぐ月刊誌

いつでも元気

MIN-IREN

2024 9月号 380円

好評発売中

震災から半年 能登半島地震

映画「あなたのおみとり」

けんこう教室 鍼灸治療と養生(上)

医師が見たパレスチナ

まじのチカラ 岡山特別編

食と健康 脂質異常症の食事

発行＝髙保健医療研究所 〒113-0034 東京都文京区湯島2-4-4 平和と労働センター8階 電話 03(5842)5656 FAX 03(5842)5657



船橋二和病院初期研修医 雨宮晴季
2年目の雨宮晴季と申します。2年間の初期研修も折り返しとなり、昼夜問わず救急外来でも多くの症状や疾患を見るようになってきました。そのような中で、年齢を問わず数多くの方が主訴として来院されるのが「便秘」です。今回はその

便秘症について

三三医療講座

船橋二和病院研修医 雨宮晴季

便秘について取り上げます。

一般的な便秘の解消法は3つ

一般的な便秘の解消法は、主に3つに分けられます。

1つ目が食生活です。便秘に効果的とされている食物繊維や乳酸菌を含んだ食べ物を積極的に取り入れましょう。たけのこや寒天・キャベツ・ごぼうに多く含まれているとされています。またご飯やパンなどにも食物繊維は多く含まれていますので、糖質制限ダイ



エットなどで過度に控えてしまうと便秘の原因となりがねません。

2つ目が水分です。体は1日2・5Lを排出しているにも関わらず多くの方が足りていない現状にあります。まずは毎日コップ2杯をプラスとする事を心掛けましょう。

3つ目が運動です。軽めの運動をすることで血行を促進させ、腸の動きを活性化させることができます。まずはウォーキングなどから始めてみましょう。できるだけ早く受診した方がよい便秘 便秘でも軽く考えてはいけない「危険な便秘」があります。

1つ目が強い腹痛や吐き

気、発熱を伴う時。この場合では腸閉塞や大腸の潰瘍、穿孔などの可能性があります。

2つ目が便に血が混ざる時。この場合では単なる痔の悪化かも知れませんが、大腸がん、直腸潰瘍の可能性もあり医療機関での詳しい検査が必要となります。以上2つの症状を伴う場合には自己対処せず、すぐに受診をお願いします。

生き生き友の会・地域の活動

八千代地区



初参加の方も「とてもいい雑誌」と感想

9人の参加で「いつでも元気」誌読者会を開催。初参加のTさんは「いい雑誌です」と毎号届くのを楽しみにし、6月号の「『西日本を救った人々』で原発建設をストップした珠洲市の人たちの運動に感動した」とも。青空健康相談の早期再開を望む声も出されました。

印西地区



倒産に追い込むほどの介護報酬マイナス改定に驚き!

7月26日、「介護保険改定の概要と介護現場への影響」と題して学習会を行い、会場いっぱいの26人が参加。講師の説明と質疑応答であったという間の2時間でした。報酬引き下げで訪問介護事業所の倒産・廃止が次々と起こっていることは驚きしかありませんでした。

二宮・三田地区



「元気に歳を重ねていくために」講演会に72名!!

7月5日(金)、自治会・社会福祉協議会・友の会で共催した講演会に、猛暑の中、74歳の方を筆頭に72名が参加。処方される薬を医師に断ってよいか、带状疱疹予防接種についてなど、次々に出される質問に講師の池田美佳医師より丁寧な説明があり、とても充実した時間となりました。

丸山地区



加齢性難聴と補聴器の話に盛り上がった

6月19日(水)、お楽しみ会を開催し42人が参加しました。船橋二和病院の言語聴覚士と船橋リオン補聴器センターの方からのお話、補聴器は「いくらするの?」「どこで買えばいいの?」など、関心の高さから活発に質問が出て、大いに盛り上がった会となりました。

西・高・芝地区



おしゃべりが止まらなかった読者会

6/27(金)、10人参加で「いつでも元気読者会」を開催。自分は「元気」誌のどこの部分が好きか等々の話から、いつのまにか話は横道に。住んでいる環境、介護、デイサービス等おしゃべりが止まらず、シルバー川柳で笑い、民謡を歌い、あつという間の楽しい時間でした。

二和地区



「ほんとはどうなの?サプリメント」健康講座に33人(6/19)

二和病院の中村薬剤師が、紅麹問題にふれつつ、「医薬品」は薬事法で医学的根拠が認められているが、「健康食品」に分類されるサプリメントは規制もなく、効果を保証されたものではないなどの話に、参加者からは「わかりやすい説明で勉強になった」と好評でした。