

帯広病院 21-4111
柳町医院 30-3111
白樺医院 38-3500
帯広歯科医院 21-8020
ケアセンター白樺 41-1165

十勝勤医協 友の会ニュース

医療法人 十勝勤労者医療協会

帯広市西9条南11丁目1番地

0155-21-4718

発行責任者 藤田 敏明

URL: <http://www.tokachi-kin-ikyo.or.jp>
E-mail: soshiki@tokachi-kin-ikyo.or.jp

戦後・被爆60年『平和と憲法を考える』市民のつどい 11の企画に延べ3,500人参加



語りかけるように講演する澤地久枝さん

「九条の会」の呼びかけ人の一人、澤地久枝さん（ノンフィクション作家）を招いた「平和と憲法を考える」講演会が先月三十日、帯広市民文化ホールで開催され、管内から集まった千二百人の人々が会場を埋め尽くしました。

講演は、「戦後・被爆六十年、平和と憲法を考える市民のつどい」による一連の企画の一つとして行われ、澤地さんの話のほか、NPT再検討会

議ニューヨーク行動に参加した角谷悦章さん（教師）の報告や、三人の高校生から平和についての訴えなどがありました。講演では、現実社会の問題点などについて様々な視点や題材からお話ししていたいただきました。同じ日に東京・有明で行われた「九条の会」一万人集会のことがほとんど報道されないマスコミ問題や、「戦争」という「殺し、殺される」ことの罪深さ、殺人行為が百、千を超え

「九条の会」澤地久枝さん講演 勇気を出して平和への想いを声に

市民文化ホール
に1200人



若者たちのステージパフォーマンス

参加者約二百二十人のほとんどが十代。出演者は、バンド関係が五グループ、ダンス関係が三グループ。「平和でなければならぬ」や「平和でなければならぬ」など、平和をテーマにした歌を歌った。歌の後は、平和をテーマにしたという思いを共有できたステージでした。

ピース・ステージ

平和の画家として有名な「いわさきちひろ」絵画展には、作品三十点が展示されました。会場を訪れた約二五〇人は、静かに絵画に見入っていました。感想文も多数寄せられ、「ちひろさんの絵は、難しなく、どこか懐かし、なんだかほっとします」「こんなにかわいい子どもたちをすこやかに育てたい」「そんな母親の願いが伝わってくる気がします。こどもた



ちが（世界中の）幸福であるために、平和な世の中であることを心から願います。」

「いわさきちひろ」絵画展



シンポジウム
奥野恒久さん（室工大助教授）の基調提起「改憲論のねらいと平和憲法の価値」①「逆転」させる国民と国家（公共）の関係②弱者を切り捨てる社会③日本を「戦争できる国」を受け、北山さん（俳優）は、戦後六十年、日本は本当に戦争をしていなかったのか、平和だったのか。協谷さん（妙覚寺副住職）は、命を阻むものについては「それはおかしい」と言い続けなければならぬ。戦争の反対は対話だ。山田さん（山田建設工業社長）は、憲法は空気のようなものだ。どこからみるのかという視点が大事。と述べられました。参加者は八十二人でした。

聴診器

戦後・被爆六十年市民のつどい実行委員会が、行われた。行事はピ

「九条の会」の第一回記念講演会に臨む決意▼九月十一日は衆議院選挙投票日。主権者として「変人以上首相」にこれ以上、国民生活を蹂躪する弱肉強食政治を続けさせないために、そしてなにより憲法をまもり「平和であり続ける」ために、「一歩も引かず」「未来につなげる」一票を投じたい。

シリーズ

“憲法九条”私の思い⑦

「九条の会」アピールに賛同する十勝の会呼びかけ人

ギタリスト

田中光俊氏



私は戦後の生まれです。

物心ついた頃は、社会に戦争のなごりが多少はあったにせよ、すでに第二次世界大戦は私にとって歴史上の事でしかありませんでした。つまりそれは私が憲法世代であると言う意味でもあるのです。

たのでした。それだけに、憲法のありがた味を実感していないとも言えるでしょう。私達以降の世代にとって平和憲法は空気の様な存在でしたから。長ずるにつれて、学校で習ったり大人達の話を聞くことによって憲法のかげえの無さを頭で理解する様になりました。同時に、この変えたいと思っている勢力がある事も知る様になりました。それでも、過去数十年間これらの人々は、言わば小声でそこそこささやくか、あるいはごく仲間うちで発言しているだけの様に

結果なのでしょう。戦後の日本社会に全く問題が無いとは思いません。しかし、その良き部分のほとんどは憲法のおかげです。私の様な、のほほんとする音楽家にとってそれは同じです。平和であるからこそ、音楽を楽しむ事が出来、更にそれを次の世代に伝えて行けるのです。まさしく憲法にある様に、私達の「不断の努力によって」憲法それ自体を、そして平和を守って行かなければと思っています。

(七月三十一日執筆)

夏祭り
ヨーヨーなどで幼い
思い出を懐かしむケアセンター
白樺3F

ケアセンター白樺三階療養棟では、八月八日に夏祭りを行いました。出店には、ヨーヨーすくい・

棒引き・ラムネなどのジュース・チョコバナナ・かき氷・たこ焼きを出し、BGMには祭りの音楽を

流して夏らしさを演出しました。利用者には、自由にゆつくり出店を見て回ってくださいと声をかけ、思い思いに回ってもらいました。

出店はとても好評で、



お祭り気分最高！利用者さん大満足

たこ焼きは、たこがおりの方に食べづらいつつ、たこの代わりにえびを入れるなど工夫をし、皆さんに「おいしかった」と喜んでいただけました。かき氷の機械で氷を削っていく様子をみて、昔を思い出して懐かしがられる利用者もいました。ヨーヨーすくいも好きな柄のヨーヨーをすくおうと熱中されていて、



介護福祉士 猪股沙織

ボランティアの力を借り
焼き肉パーティ大盛況ケアセンター
白樺2F

七月二十七日、一時間半程度で二階療養棟にて焼き肉パーティが行われました。あいにく台風の影響で二階の食堂で行う

こととなりました。学生ボランティア(帯広コンピュータ福祉専門学校十人、帯広大谷短期大学七人、ケアセンターのボ



まわりの歓声に応えようと“一振り”

ランティア一人)がお手伝いに来てくれ、楽しいひとときを利用者の方々

と過ごしました。

まずは、スイカ割りをし、五人目で割ることができ、大きな歓声も上がり楽しく行われました。焼き肉は、ホットプレートで焼き上げ食べました。利用者の方々に笑顔があふれて皆さん楽しげでした。

屋外で出来なかったのがとても残念で「外でやりたかったね」との声もありましたが、大盛況で終わりました。

(ケアセンター白樺 介護福祉士 渡部一輝)

先日、七十歳のA氏から連絡があり訪問しました。若くして両眼を失明してしまいましたが、二人の子どもを育て、現在は退職した夫と二人で暮らしています。ケアマネージャーへの依頼内容は「歩いて買い物に行きたいので、その援助をして欲しい」とのことでした。

Aさんは家の中で過ごすことが多く体力低下を心配され、少しでも歩きたいという気持ちと、自分でスーパーへ行って品物を選びたい、という希望のため、すぐに買物援助のサービスを導入しました。夫の理解や協力があり、買い物や銀行への用事などは行ってく

東奔西走
ソーシャルワーカー
奮闘記②④居宅介護支援事業所所長
山本圭介

ながら自立した生活を送っています。Aさんは、落ち込んで塞ぎ込んだ時期もあったけれども、何事も自分で行い生活していくんだという強い信念

を持って生きてきたこと、そのため、ものに触れる感覚が変わらないような爪の手入れを丹念に行ったり、石鹸を天然で無香料のものを、使い、嗅ぎ分ける嗅覚を狂わせないようにするなど、大変な努力により生活されていることをお話ししてくれました。今では、盲人用のワープロを使いこなして日記や小説を書いたりとしき甲斐を持つて生活されています。失明の障がい乗り越えて自活した生活を継続させようとするAさんの力強さを感じ、自立を妨げない援助について考えさせられる事例です。

第16回

入場無料

十勝健康まつり

と き：9月4日(日)午前10時～午後2時
ところ：ドリームタウン白樺
十勝勤医協ケアセンター白樺横
帯広市白樺16条西2丁目

老人保健施設ケアセンター白樺

ボランティア募集

内容・参加日・時間等につきましては、担当者にご相談のうえ、決めていきたいと思ひます。お気軽にご連絡ください。

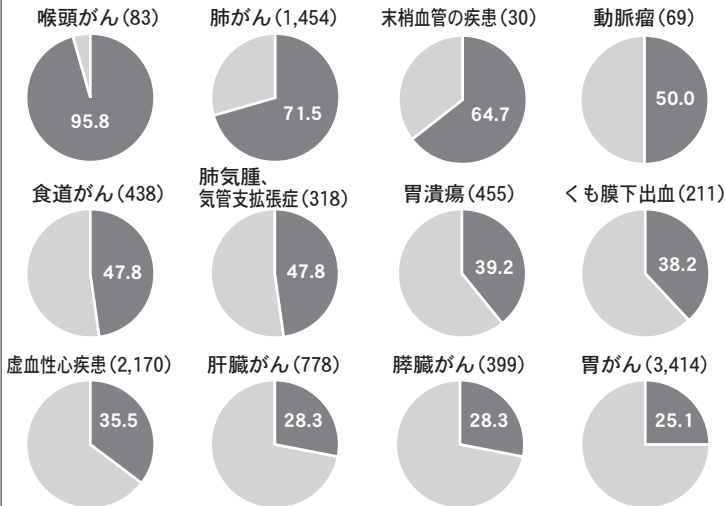
◆お問合せ・申込先：老人保健施設ケアセンター白樺
電話：0155-41-1165
担当：浅沼、大和

【 看護師さん大募集 】

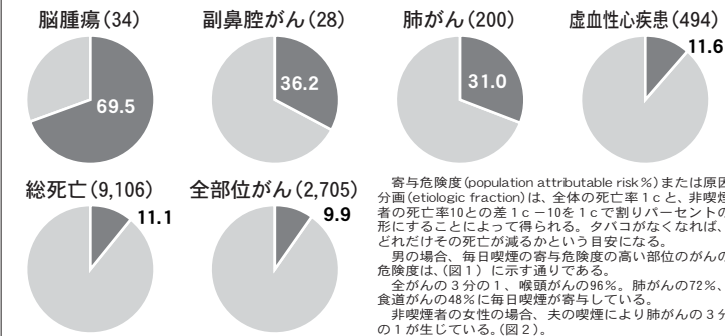
現役でどこかで働いている方(夜勤のできる方)、看護学生さん、どちらでもご紹介ください。看護学生さんには、奨学金制度もあります。

連絡先 十勝勤医協本部(担当 本川) 0155-21-4718

1) がんの部位別死亡に及ぼす毎日喫煙の寄与危険度 (男、昭和41年～57年)



2) 非喫煙の妻の特定死因に及ぼす夫の喫煙の寄与危険度 (%)

人生120年
長生きしてみますか？④

癌を予防する(上) まずタバコ

帯広病院 医師 舘野 知己

日本人最大の死因。年間約三十万人の命を奪う癌です。三人に一人は癌で死ぬ時代。皆さんの周りにも「うちの父は〇〇癌、おばは△△癌？」などという人は少なくないはずです。前回紹介した風本真吾医師によれば「もし、癌にさえかからなければ、六十歳の男性百人のうち七十七人(現状では六十一人)が八十歳まで生き延び、三十七人(同二十一人)が九十歳まで生き延びる」のです。

●健康食品に走る前に

「再発癌から奇跡の生還」「難治癌をこうして克服」などなど癌をめぐる話題には事欠きません。プロポリス、アガリクス、にんにく卵黄、フコイダン、天仙液などなど、「癌に効く」物質は枚挙にいとまがありません。お値段

●石綿(アスベスト)も大切ですが

癌の発症には遺伝的な要因が大きいもの(大腸がんなどを起こす家族性大腸腺腫症、目の癌である網膜芽細胞腫など)、職業や公害との関連が大きいもの(最近話題の中皮腫、肺癌の一部、膀胱癌の一部など)は確かにあるのですがなんといつでも二大要因が大切です。

何だと思いませんか？

●二子山親方も

予想はつきますね。まずなんといつてもタバコ。国連の一機関であるWHO(世界保健機関)でも、癌の原因の三〇%はタバコであり、「予防できる単一で最大の原因」と断定しています。国立がんセンターが推計した癌死に対するタバコの寄与危険度は衝撃的です。これは、いいかえればタバコがなくなればどれだけその死亡が減るかという目安になるのです。喉頭(の

●受動喫煙の恐怖

ど)が九五・八%、肺がん七一・五%、食道がん四七・八%、肝臓がん二八・三%、すい臓がん二八・三%。最近亡くなった二子山親方、元大関貴乃花の死亡原因は口腔底癌。口の中の癌ですが、この癌の最大原因はやはりタバコ。角界のヘビースモーカーで知られた親方は、五十歳代の若さで逝去しましたが、残念なことです。

周辺も癌の恐怖に巻き込むことです。すなわち「私は吸わないけれど夫(妻)が吸っている」奥(旦那)さんの中から、癌が続発するのです。脳腫瘍が六九・五%、副鼻腔(頬部など)が三六・二%、肺がん三二・一%。「愛する夫(妻)のためなら自分が脳腫瘍、肺がんでもいい」なら別ですが、ちょっと自分の伴侶を振り返って見てください。ご主人(妻)のためであり、なによりご自分のためにです。

歯のおはなし その50

乳幼児の歯のみがき方

十勝勤医協帯広歯科医院

歯科衛生士 山田 春江

皆さんこんにちは。今回は歯を強くするお話をしたいと思います。

《ビタミンC》

ピーマン・カリフラワー・イチゴ・みかんなど

《ビタミンA》

ほうれん草・にんじん・バター・チーズなど

《ビタミンD》

食品からは摂れません。お日様の光にあたること



牛乳・乳製品・小魚・海草など

◆健診お返し相談会のお知らせ◆

- ・9月22日(木) 14:30～ 帯広病院大会議室
- ・11月24日(木) 14:30～ 帯広病院大会議室
- ・3月23日(木) 14:30～ 帯広病院大会議室

あなたと民医連をつなぐ月刊誌

MIN-IREN

いつでも元気

好評発売中

9 2005 月号 380円

巻頭エッセイ/『Little Birds』からのメッセージ 綿井 健陽

元気スペシャル 森住卓のアメリカレポート

イラク帰還兵の子に先天異常が... 劣化ウラン弾被害か?

特集1 原爆症認定に関する画期的な 医師団意見書 臨床医の立場から厚労省「基準」を批判

特集2 元気で高齢化社会迎えるために 川西 徹郎

食と健康 読者のハガキから 老化を防ぐ食事

発行=民医連医療研究所 〒113-0034 東京都文京区湯島2-4-4 平和と労働センター6階 電話 03(5842)5656(代表) FAX 03(5842)5657



9月健康相談会予定

日程	曜日	開始時間	テーマ	開催会場
16日	金	13:30	自分の歯で長生きするために	清水老人福祉センター(清水町)
17日	土	14:00	肩こりとストレッチ	柏林台福祉センター
27日	火	19:00	血圧と病気	ゴトウ自動車整備工場
27日	火	19:00	薬の飲み方、つかい方	帯広病院大会議室
28日	水	19:00	介護保険はどう変わるか	共栄コミセン(音更町)

※友の会会員なら、どの健康相談会にも参加することができます。日程や場所が変更になる場合もありますので、友の会連絡会事務局まで(21-4144)ご確認ください。

友の会連絡会「コーナー」 生き生き広場

買い物がてら 健康チェック

開西友の会

開西友の会では七月十四日、スーパーフクハラ いっきゅうの店内で無料



いっきゅう店内で血圧測定と体脂肪測定を受けている買い物客

康チエックを受けました。地域の友の会員さんで楽しみにしている方も多く、大変喜ばれています。

事務局では、案内のチラシや友の会入会のお誘い、また健康づくりとして行っている卓球への入会お誘いも行いました。

その場で声かけた方が後日卓球の会場に友人と来られ、ラージボールの感触を味わって帰られました。

八月二十五日は、ダイイチスーパー（ハーモニー店）入口で午後三時三十分より約一時間、無料健康チェックを行う予定になっていました。

ただし、雨天など悪天候の場合は中止となります。

（開西友の会 岡本 顕）

いちご狩りと ジンギスカンに満腹

西帯広友の会

昨年の七月に開西友の会と西帯広友の会に分かれて、五月に初めての総会が行われました。総会後の取り組みとして、七月八日に「いちご狩り」を行いました。当日は心配していた雨もあがり十三人が参加しました。会員の運動で約四十分で中札内に到着。いちご



頭の体操

次の漢字を組み合わせてかつこ内に意味のある四文字熟語を完成させてください。

答えは四文字を記入し応募してください。

出題者は村上礼二郎さん（帯広市）です。

「読晴雨耕」

答え

「晴○○○○」

【意味】

晴れた日には田畑を耕し、雨の日には家にこもって読書をする。悠々自適の生活を送ることをいう。

【応募方法】

解答とお名前、住所、

電話番号をハガキか電子

メールで、左記へお送り

ください。

【宛 先】

○郵 送

〒〇八〇〇〇一九

帯広市西九条南十一丁目十勝勤医協会館内
友の会ニュース編集部
○電子メール
soshiki@tokachi-kink-kyoor.jp

【賞 品】

抽選で十名の方に、千円分の図書券をお送りします。

【締め切り】

九月二十日（当日消印有効）。発表は第二五八号（十一月号）紙上です。

【第二五四号の当選者】

答えは

一「上野」の国

群馬県（D）

二「下野」の国

栃木県（C）

三「阿波」の国

徳島県（B）

四「伊予」の国

愛媛県（A）

でした。応募総数四十六通、正解者四十一通の中から抽選により、次の十名の方が当選しました。

（敬称略）

高田モモエ・大旗孝一・広瀬千裕・斉藤文子・高橋庸子（以上帯広市）・松田辰彦（幕別町）・斉藤文雄（芽室町）・内田良子（清水町）・大越マツヨ（大樹町）・山田公子（北広島市）

※頭の体操の問題を募集しています。採用の際には、図書券を贈呈します。

久々の相談会

次回は一月に

大正友の会

大正友の会では、今回で四度目の健康相談会を八月五日、大正トレーニングセンターにて開かれました。

（西帯広友の会 野坂潤子）

この行事を通して、お世話係さん一人と会員さん一人を増やすことができました。

（西帯広友の会 野坂潤子）

読者の声

「健康まつり」

今年も行きます

村上 慶子さん（帯広市）

「十勝健康まつり」の案内がきました。今年も血圧や体脂肪率を測ってもらいに行きます。イベントも楽しみです。

初当選！

近藤 美春さん（音更町）

頭の体操で図書券が当たりました。

今回は尿検査、血圧測定のと、柳町医院の小倉院長を迎えて「味覚について」のテーマで、ユーモア溢れるお話をしてくれました。

◇リングプル情報◇

車椅子七台目まで

あと四〇〇kgです。

（七八〇kgで車椅子一台）

※友の会員の皆様へ

「読者の声」への投稿をお待ちしています。

日頃思っていること、ニュースの感想などお聞かせください。



昨年7月以来、1年ぶりに行われた健康相談会（参加者6人）

たりました。色んな催事に応募していますが、当たった事は今回が初めてです。本当に運が良かったです。これからは喜んでおります。

（大正友の会 岡山幹男）

各友の会連絡先

【友の会連絡協議会】

〇一五二一四一四四

【音更】重堂 清子

〇一五二四二二四

【土幌】和鶴 鶴三

〇一五二四四四三

【上士幌】山本 政俊

〇一五二四二二八

【新得】西田 義雄

〇一五二四二二八

【清水】妻島 靖子

〇一五二四二二八

【鹿追】武田 耕次

〇一五二四二二八

【芽室】米倉 興幸

〇一五二四二二八

【中札内】西村 和正

〇一五二四二二八

【更別】小刀 博

〇一五二四二二八

【忠類】増田 武夫

〇一五二四二二八

【大樹】有岡 繁

〇一五二四二二八

【広尾】旗手 恵子

〇一五二四二二八

【幕別】野原 恵子

〇一五二四二二八

【札内】高野 幸雄

〇一五二四二二八

【池田】吉田 清治

〇一五二四二二八

【本別】加藤 孝一

〇一五二四二二八

【足寄】中川エミ子

〇一五二四二二八

【陸別】飯取 貢

〇一五二四二二八

【東】藤井 哲夫

〇一五二四二二八

【柏】渡辺 渡

〇一五二四二二八

【光南】村上やよい

〇一五二四二二八

【鉄南】後藤 等

〇一五二四二二八

【中央】福島 保

〇一五二四二二八

【啓北】山本千代子

〇一五二四二二八

【栄】岡山 啓子

〇一五二四二二八

【開西】岡本 顕

〇一五二四二二八

【西帯広】清水美喜子

〇一五二四二二八

【西南】田所 豊之

〇一五二四二二八

【緑ヶ丘】片石 祐一

〇一五二四二二八

【白樺】丸山 敬三

〇一五二四二二八

【新緑】渡辺 宗雄

〇一五二四二二八

【柏林台】堀切 忠

〇一五二四二二八

【緑西】村上久美子

〇一五二四二二八

【稲田】平 麗子

〇一五二四二二八

【大空】見上 政次

〇一五二四二二八

【川西】伊沢佐恵子

〇一五二四二二八