

ひのだいしんぶん

No. 22

ひのだいしんぶん
編集局
日野台
診療所内
81-6175

燃雪 - 生命の大切さを 考えよ

十一月十七日 立川社会教育センターで劇団銅鑼 創立十五周年記念講演「燃える雪」の公演がおこなわれました。このお芝居は、診療所、協会の後援でおこなわれたもので、会員のみならず診療所と日野駅で集合し、ワゴン車二台でかけました。私にとっても芝居を見に行くのは、ひさしぶり。あらためて、文化に接する機会の少なさを感じます。「燃える雪」舞台は一年の三分の一を雪にうもれてくらす岩手県沢内村です。この村は、昭和三十年代に全国にさがけ老人医療の無料化と乳児の無料診療をおこない予防医療の徹底によって医療費全体をひきさげられることを実証したことで有名で、わたしもたびたび耳にしたことがありました。会場がくらくらするとスクリーンに雪深い沢内村の風景が映し出され、病院にこ

うとバス停でまっ老婆のはなしから物語がはじまります。

豪雪・多病・多死・貧困にじつとたえるだけの沢内村が村長や医師、保健婦、「国保」係らが「健康であかるい村」づくりを合言葉に村民と話し合い、「ゆき」とたたかい、病院をたて、無料の医療・保健制度をつくりあげていくなかで生き生きと生き返っていくようすをえがいていきます。「医師に給料がはらえない」「国保」係が村をあるさまわる。滞納を整理できなければ病院がなりたない。無医村の恐ろしさを知っているのは誰よりも村の人々。だが、村の人々は、金を払えない八方ふさがりの村をどうすればいいのか。「深田村長（主人公）の悩みが身にせまってきました。芝居を見ていくうちに、なぜ？ どうして？ そのままでいいのか。と疑問がわいていきます。と同時にひとりひとりのひとの生命が「村」にまもられていることの暖かさ、「ぬくもり」が感じられてくるのです。



今日、日本の医療・福祉が国会などで語られるとき、これからすすむべき、方向として沢内村がべられるのは、国の医療や福祉にたいする政策にこうした暖かさが感じ

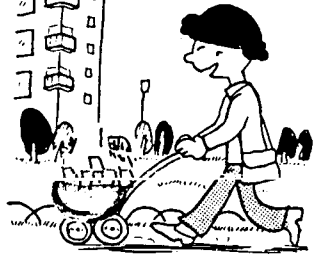
じられなくなっているからだとおもいます。来年一九九〇年は、国民医療と福祉をめくって「決戦」がいわれています。著名運動も最終盤。こんな時にこんな芝居をみせるなんてこすからいなあとも思いましたがおおわつてスッカリ納得してしまいました。

事務 ほかのへ

アルミ缶を

健生会 協力が日野市市長選挙のとき「革新日野 みんなの会」にはいつてアルミ缶の回収をはじめてからはや一年がとうとうとしていきます。今日では選挙のための財政活動をはなれて資源のリサイクル運動として継続してとりくまれています。九月二十九日付け朝日新聞によりますとアルミ缶販売量約七十三億五千万缶のうち回収されたアルミ缶は三十一億缶。昨年にくらべて回収率四十一・七パーセントと0.2ポイントせんしん

資源を大切に



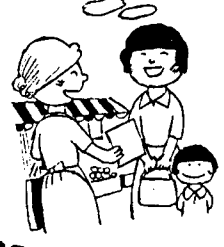
資源を大切に

「国民医療改善

についての請願」署名への二協力ありがとう
ごさいました。
十一月十一日「国民医療をまもる共同行動 日野市連絡会議」が発足し、日野市における署名活動を全市にわたって本格的に展開し、皆様の署名への協力のおかげで署名数も二千四百を越えるに至りました。

日野台診療所 事務局長 洪谷 直

17,000個



街をきれいに

アルミ缶集めに御協力を



一九八八年十月末日よりアルミ缶の回収をはじめました。きっかけは、街をきれいに資源を大切に心がけたことです。最初は、一日三十個。一ヶ月でようやく一千個をあつめました。思い返してみたいへん複雑な心境ではじめたものでしたが月日がたつにつれ二丁目の方達一人二人協力してくださりましたので力強くなりました。皆様の協力のために今月で丁度一年になりました。あるときは「細かいからだまだあつめているの。ひとつしかない体だもの気をつけ

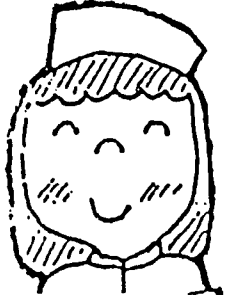
がんばってください。「逢うたびに私を励ましてくださいました。「うれしくて、これが「有情」だろうか？この愛が私をささえてくれた」と思います。また、若いころ口ずさんだ詩を思い出したこともありませう。「私は、何故うまれてきた。生まれて私をなにをする。ただ喰い動き眠るなら。とても味のある詩だとおもいます。こうした中で一年間無事故で奉仕できたことに感謝致します。アルミ缶も最近数が少なくなりました。季節の関係でしようか。一ヶ月三千個を目標にしておりませんが、なかなか集まりません。ひとりでも多くのかたのご協力をお願いし、もっと輪を広げていきたいとおもいます。一年間のご協力有難うございました。二丁目 水野

栄町・日野台

医療懇談会

健康たより

はじまり



ナース・チャンネル

場所を貸していただいた石井富貴子さん「みなさん体に関心あるようで熱心にきいておられました。スライドなどもわかりやすく話をきくとなるほどと思います。今年度は忙しいのでしようから、是非来年栄養の話やっつけてほしいとおもいます。」と早速来年のはなしまでとびだしました。このあと協力会から若森さんが「班活動の紹介と健康チェック」についておはなしがあり、看護婦さんをまじえて、血圧測定と尿の塩分チェック実地指導が行われました。看護婦さんも「お寺での懇談会ははじめてお茶やおかしが手際良くなるべられるんです。なれてますねえ」とへんな所に感心していました。はじめての栄町の懇談会は二十名の参加、盛会でした。

八戸

十二月六日

日野台四丁目 千野さん宅
医療懇談会ひらかれる。

栄町につづいて日野台四丁目でも医療懇談会がひらかれました。診療所・協力会からは、栄町のメンバーに看護婦の佐久間婦長コスモス班の水野さんがかわって参加しました。講演「突然おそってくる病氣 心臓病・高血圧にくわえてクモ膜下出血のはなし」日野台診療所佐々木所長。「たいへんこわい病氣だとおもいました。ムリがよくないのだとおもいます。先生のお話はいへん熱心で話足りないのでは、と思います。病氣がおつたようなきがしました。」と感想がよせられています。班をつくって定期的ひらきたいとの声もありました。



おさけとうまくつきあうコツ

「さんへるす」より

十一月十七日栄町の安産薬師寺において「医療懇談会」ひらかれました。医療懇談会は毎年行われるものですが、栄町でひらかれるのは、はじめてのことです。栄町は日野台にくらべて昔からの土地です。診療所の佐々木先生に声をかけていただき、安産薬師寺の住職 石井宅をおかりしてひらくこととなりました。ちょうど寺でもあつまりのある日であつたとか。診療所から所長佐々木先生、看護婦の竹崎さん、荒井さん、荒井さんは、ちょうど診療所に研修にきていた立川相互病院の看護婦さんです。協力会から事務局長の若森さん、はまゆう班の西條さん。女性ばかり五人でおしかけしました。佐々木先生の講演は、「高血圧・心臓病 突然おそってくる病氣のはなし」なかなか気がつかないうちに進行する病氣のようすや予防について。ふだんなかなか診察室のなかでできくことのできない病氣のはなし?を直接お医者さんから。はじめて参加した奥住さん「診療所には年に一回検診でお世話になっていきます。友人が心臓病で「いっしょにいかないか。」とのまされて、いいお話をきかせていただきました。」めずらしく日野台から参加した鈴木タケヲさん「四十年もかよっている檀家です。石井さんにさそわれて、ちょうどあいていたのできました。いってよかったです。たびたびあちこちでやれたらいいとおもいます。日野台でもやっつけてほしい。」

いよいよ年末。神がみもかけまわる宴会のシーズン。日本人の約半数が酒をのむといわれ、アルコール消費量は年々膨らむばかりです。しかし、一方では、肝臓病やアルコール依存症など酒による害が問題になっています。やはりのむからには、健康的に酒を楽しまたいものです。

二日酔いをひきおすのがアルコールの中間代謝産物であるアセトアルデヒドで強力な毒性があります。アルコールの約90パーセントが肝臓で処理され、幾つかの酵素の働きによって無害な酢酸にかえられます。肝臓のアルコール処理能力をオーバーして酒をのむと、有害なアセトアルデヒドが血中に残っているいろいろな不快な症状をひきおこします。肝臓のアルコール処理能力は体重六十キロのひとで一時間に約七グラム。ビール大ビン一本のアルコール量は二十から三十グラムなので、処理に三、四時間かかることとなります。その間、肝臓に負担がかかることとなります。

「人それぞれ一生に飲める酒の量は決まっている。一生分の酒をあまり早く飲み干してしまわないようにするのが、酒とうまくつきあうコツ」です。具体的には、

- 一日二単位以下
- ビールなら大びん一本日本酒だと一合ウイスキーはダブル一杯が一単位。一日二単位以上のむと、動脈硬化を防ぐHDLコレステロールの量が減っていきます。
- 週二日の休刊日
- 肝臓に休養をあたえましょう。
- 危険な一気のみ
- 一気のみや、かけつけ三杯は血中のアルコール濃度を急上昇させます。とくに飲酒経験のすくない人ほど危険です。
- などなど。

一般にいう「酒が強くなつた」状態は、脳の感受性が悪くなつたにすぎません。考へようですが「一生に飲める酒の量はきまつている」のですからこの時期に飲み干してしまうのもよいかもいれません。とにかくおからだをお大事に。

看護婦 募集

来年末完成する立川相互病院で看護婦さんがたりません。まわりに看護婦さんいたらご紹介ください。 婦長佐久間まで

ナースのナツチャン

日野台診療所に登場

看護婦のナツチャンは、立川で「共同行動」の署名活動に。また、看護婦さん募集の運動に。集会・街頭におおいそがしです。是非日野台にもきて欲しいと電話したところ、かわりにきてくれたのがコナツチャンです。コナツチャンは、診療所受け付けで「おすまし顔ですわっている看護婦さん(人形)のことです。かわいがってあげてください。どうぞよろしく。」

	月	火	水	木	金	土	
午前 9:00~12:00	佐々木	小林	佐々木	佐々木	宮地	佐々木	135 24週 毎週
午後 2:00~4:00	増田	信夫	大石	大石	大石	休診	
夜間 5:30~7:30	山丁		滝田 (隔週)	休診	休診	上田	