

HSK あすなる

昭和48年 1月13日
第3種郵便物許可
HSK 通巻 264号

発行 平成 6年 3月10日
毎月10日発行 あすなる会
発行 北海道身体障害者団体
定期刊行物協会

あすなる会 会報第66号



J P C 署名と募金のお願い (大至急)

20周年記念誌

多発性硬化症友の会結成大会

クリスマスパーティ

新年会 (多発性硬化症と共に)

総会のお知らせ

一言インタビュー (荒井 薫さん)





平成5年度報告

J P C 署名活動

健康保健法が改悪されると今まで無料、また低額であったのが、食費や科目の設定で自己負担が、増額します。これに反対する為、市民の皆様に署名や募金を、お願いしました。

10月3日に三越まで、道いく人に呼びかけました。(あすなる会7名参加)
あすなる会の会員の人も、多数の人が郵送で署名を送って下さいました。
募金もして下さいます、有り難うございます。

1993年	署名数	834名
	募金額	49000円
	還元金	17150円(35%)

1994年4月末迄

今年の署名、募金を、お願いしています。用紙を同封します。

捺印については、印鑑、サイン、でもいいです。欄外にあすなると記入して下さい。

お願いが遅くなりすみません。署名募金の20%が部会に還元されます。

署名が10人まとまらなくてもいいです。

くり返し訴えて行く事が大切です。皆さん頑張りましょう。

募金の送金先(通信欄に「国会請願募金」と明記して下さい。)

郵便振替 番号 小樽8-19713

名義 北海道難病連

20周年記念誌を発行します

あすなる会は昭和48年11月に結成され20年余がたちました。
昨年からは編集その他、少ない人数で作業を進めてきました。

次回、総会には皆さんに、お渡し出来る予定です。

皆さんの原稿を10日までに、届けて下さいますと、掲載できますので、
お待ちしております。

送り先 札幌市中央区南4条西10丁目 北海道難病センター

あすなる会

本は一部 950円 (送料含む)

次年度会費と共に送金して下さい

年会費 2400円

記念誌 950円 合計 3350円

会費のみ 2400円 記念誌のみ 950円

11月14日、15日全国大会に参加

11月14日札幌、あらしの中、難病連で結団式、東京え、霞が関の国会え
請願デモをしてきました。北海道はデモの先頭をきり、それぞれ「のぼり」を
たてシュプレヒコールをしながら厚生省え78万人の署名を届けました。

多発性硬化症友の会結成大会

今年度は平成5年11月28日に多発性硬化症友の会が結成され大会が開催さ
されました。お目でございます。あすなる会員の中から35名が移籍しました
田中士郎さんが会長になりました。

あすなる会でも、会報その他、活躍されましたので淋しい感じですが、
多発性硬化症友の会での活躍を祈念いたします。

あすなる会より、尾関会長、深沢が参加しました。



クリスマスパーティー (札幌支部)

エンペラーで12月19日の日曜日に、コンサート、チャリティオークション、お楽しみ抽選会等、楽しく過ごしました。

あすなる会参加 5名 (1名欠席)

新年会 (多発性硬化症友の会と共に)

平成6年1月23日 (日) 11時より 難病連で3階会議室
新年会をしました。賑やかに、ビンゴゲームで楽しんで、多発性硬化症友の会の方たちと共に交流を深めました。

あすなる会 6名 出席しました。

新会員の、坂本さんが写真を写してくれました。



平成6年の総会 (あすなる会)

平成6年6月18日 北海道難病センター
11時より
市外からの方は、交通日半額負担します。

くわしくは、次回の会報で、お知らせします。

美唄支部孫吉成大会に参加して

1993年12月5日 美唄市総合福祉センター
大雪の降る中、美唄にでかけて、お祝いしてきました。
支部長が「あすなる会」の東海林さんですので、一言お祝いを申しあげました。
患者会はこれからも、大変な事もあると、おもいますが発展と、ご活躍を祈念
いたします。

今年は雪が多く、お米が豊作だと感じました。

箕輪連のチャリティーバザーを手伝い ました

3月5日、6日、に難病センターを全部使用して、チャリティーバザーが
ありました。多数の人が押しかけて、大盛況でした。

不景気の中なので売上が心配でしたが、皆さん頑張って昨年を上回る
売上が有りました。ほっとしました。

あすなる会 参加 1名



🌀 会員インタビュー 🌀
(第7回)

この会員インタビューは、私、上谷が行っておりましたが、近々、多発性硬化症の患者会が発足され、私もそちらの方に移ることになり、私の担当は今回をもって最後となりました。他の多発性硬化症の患者さん方も、この号で『あすなろ』ともお別れということで、今回は多発性硬化症の方にお願ひしようということになり、土幌町の荒井 薫さんにご登場願ひました。

☺ 自己紹介をお願いします。

荒井・・・荒井 薫（42歳）。土幌町在住（帯広から車で45分）。
土幌町立病院勤務。発病は昭和61年9月です。

☺ 入会のきっかけは？

荒井・・・62年春、小学校の養護の先生が、「難病なんだって？難病連というのがあつから、そこで少しみんなの力になつてやりなよ。」の一言で入会しました。
(能力不足でごめんなさい。)

☺ 荒井さんは看護婦さんでしたよね？

荒井・・・今は医事係です。

☺ それは、発病後ですか？



カヲ

荒井・・・いいえ。病気とは関係ありません。

⊖ 医療の現場にいる荒井さんが、この病名を知るきっかけとなったのは、どういうことですか？

荒井・・・ハイキングへ行った翌日、左下肢激痛と歩行不能、靴を履く機能も失っていたんです。今思い返してみれば、17歳から3年間近くは、夏になると腰痛と麻痺感があり、冬は外出時の右足痛と、歩行困難があり、レントゲンを撮ったけれど、骨には異常がありませんでした。そこで、けん引したら両下肢の知覚異常が現れ、歩行できず、這って帰ったことがあります。

その後、MSと関係あるかどうかわかりませんが、排尿、排便の異常、脊髄痛など・・・がありました。

発病と同時に、左下肢は肉の塊となり、操作不能、脊椎の痛み、右上肢の運動障害が出て、床につくと自分では体を動かすこともできず、夫に動かしてもらいました。動き出すと、痛みさえ我慢すれば仕事はできました。（仕事は休める状態ではなかったので・・・）

注射、薬、温・冷湿布も、何も効きませんでした。薬局で皮内針を買い、自分でうって痛みを緩和した状態が数日続いたその後、神経内科の先生と巡り逢い、61年診断が下りました。それを聞いたときは、「癌より怖い病気だな」と、頭をハンマーで打たれた思いでした。

増悪と寛解を繰り返し、現在に至っています。（プレドニンは3年間服用しております。）

⊖ それでは、荒井さんの趣味は何ですか？

荒井・・・趣味は・・・編物、コーラス、お酒？と占いです。

☺ 私も歌が好きですが、コーラスを始めたきっかけは発声の訓練の為とか？

荒井・・・はい。だいたい私の趣味は、病状の回復が目的でして・・・。
前に声が出なくなったことがあって、それがきっかけです。

☺ では、最近感動したことや、本があったら教えてください。

荒井・・・立ち読んだ本の中に『自分に大切なものでも、他人には屑だ』
『お金は残さずに使う・・・』という文が目に入り、これは
頭にインプットしておこうと思いました。
最近はいかにして健康に近づこうと考え、努力しております。

☺ 荒井さんのお話しをお伺いしていると、いつも視線を前に向けている姿勢を感じ、とても清々しい気持ちになります。
では、その荒井さんからあすなる会の皆さんにメッセージをお願いします。

荒井・・・短い間でしたが、色々な方々のお話しを伺えて、嬉しく思っています。また、仕事と立場が逆になり考えさせられることばかりでした。私が今考えていることは、『健康』という2字です。以前は病気を治すことばかりを考え、多くの医学書を読み、新しい医療に関心をもっていました。でも、平成2年に富士村 寿さんという方にお会いしてからは、一步でも健康に近づこうと考え努力し始めました。でも、医療に頼るほうがとても楽で、責任は無く、簡単に『病気』という2字に逃げることができ、薬を飲んで安心する。安心できる。健

康には薬も何も無い、結果もはっきり得られないけれど「近頃元気になったね」「顔色いいね」という声が聞かれるとき、健康を感じます。健康とは、さりげないたよりの無いもの、失って初めて大切さが分かる。だから私も毎日の生活に気を配っています。健康とは、抵抗力が正常に働いている状態、腸内細菌等がうまく働いている状態をいいます。（言語は解っても内容は難しい）

みんなが手軽にできる健康法とは、睡眠は12時30分前に熟睡の状態ができていること。水分を取ること。せめて早朝、寝る前にコップ一杯の水を飲むこと。野菜を食べること。特に、毎日緑黄色野菜を食べること。食事は腹八分目。糖分、塩分にも少々気を配る。（実行はちょい、難しい。）

急性期、増悪時は別として、何でもハイハイと先生の話聞いて薬を飲んでいては、病気に勝つことはできないのではないのでしょうか？何事にも疑問をもって、興味をもって生活をしてみてはどうでしょう。医療は医業なので、患者が努力しないでは健康は得られません。TVキャスターの逸見さんが、癌と発表しましたが、それを話すことによって生まれてくる責任感、がんばろうという努力、みんなが見ているという緊張感、隠すという力のない暗い心ではなく、明るく戦うぞ、という力強い行動が取れるのではないかと思います。

（ガンバレ、逸見さん！）

最後に、あすなろ会の皆様には大変お世話になりました。またお会いしたときは声をかけて下さい。「変わらないよ」「少し元気になったよ」という声が聞かれると嬉しく思います。皆さん、お元気で。ありがとうございました！

- ☺ たくさんのメッセージ、ありがとうございました。また、荒井さんが実行していらっしゃる健康法を具体的に教えて下さって、大変参

考になりました。健康に対するお考えにも共通を感じました。
皆さんも毎日を精一杯頑張りましょうね。

インタビューに協力して下さいました方々、読んで下さった方々、感謝
しています。今までお付き合い下さいましてどうも有り難うございました。
(記 上谷 由樹絵)

平成6年の総会 (あすなろ会)

平成6年6月18日 北海道難病センター
11時より
市外からは、交通日半額負担します。

くわしくは、次回の会報で、お知らせします。

新会員の紹介

佐藤道子様 (下垂体機能障害) 佐々木光義様 (ALS)
堀川鶴子様 (下垂体機能障害) 多辻富子様 (ALS)
伊藤友紀子様 (突発性血漿板減少性紫斑病)
競 笑子様 (突発性血漿板減少性紫斑病)
坂本信行様 (局所性ジストニア)
池田博様 (突発性大腿骨頭壊死症)
三宅千春様 (空胎産性を伴う遠位型ミオパチー)
奥田鬼代子様 (サルコドーシス)
上山エイ様 (突発性難聴)

以上1993年度の、新しい会員です。よろしく願いいたします。

多発性硬化症の人は新しい友の会え

多発性硬化症の人は11月28日に結成大会を開催しました。
あすなろ会で今まで会員でしたので、この会報が最後の会報です。

会費は多発性硬化症友の会に入金して下さい。

20周年記念誌は皆さんの事も掲載して有りますので、購入して
読んでください。



後記

今年のアすなろ会は、大変忙しく過ぎました。多くの事がありました。
多発性の人達が移動しましたが、新しい会員さんも、増えました。
難病連結成20周年記念全道集会には、あすなろ会からも多数参加(分科会
30名)しました。その他難病連の行事に参加し、新年宴会も楽しい会でした。
署名はご家族記名して身近の人をお願いして下さい。私たち難病患者だけで
なく他の皆さんにも関係ある事ですので、よろしくお願ひします。

(記 深沢 幸子)

編集人 個人参加難病患者の会 昭和48年1月13日第3種郵便物認可
札幌市中央区南4条西10丁目 難病センター内(512-3233) HSK 248
発行人 北海道身体障害者団体定期刊行物協会 細川久美子
あすなろ66号(毎月1回 10日発行) 1部100円(会員は会費に含まれる)