

HSK

どうじん

第 92 号

昭和48年1月13日 第3種郵便物認可
H. S. K通巻372号

発行日 平成15年3月10日
(毎月10日発行)

編集 北海道腎臓病患者連絡協議会
札幌市北区北17条西2丁目
21-617-101

発行 北海道身体障害者団体定期刊行物協会
札幌市西区八軒8条東5丁目4-18
細川 久美子

平成15年 初春号(PR版)

腎友会への入会をお待ちしています!
私たちの医療と福祉制度の後退に歯止めを



「春色」

撮影者 阿部 純一 氏

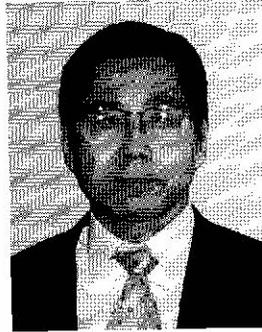
北海道腎臓病患者連絡協議会

e-mail - doujin.k@aioros.ocn.ne.jp

「医療・福祉制度を守ろう」

北海道腎臓病患者連絡協議会

会長 堀井和彦



厳しい寒さが緩み、春らしくなってきましたが、皆様方の体調は如何でしょうか。

さて、国内においては長引く景気低迷デフレが続き、リストラが進行、失業率は最悪水準、株安による生命保険・銀行等の金融機関の危機が叫ばれています。その為、政府は「聖域なき構

造改革」を實行しようとしています。医療制度においても、昨年4月に診療報酬(医療費)の大幅な改悪がありました。

透析医療費も透析時間の区分制廃止や外来透析患者の食事保険適用外、「慢性維持透析患者外来医学管理科」(検査等の包括)やダイアライザー料金を引き下げ等、直接私たちが患者に影響を及ぼすと懸念されています。

(社)全国腎臓病協議会(全腎協)の調査によりますと、透析時間が一本化されたのを受け、患者の病態に合わせて、透析時間が決められていたの

がなくなり、一部の施設では時間が徐々に縮められる施設が出ています。長時間透析は、患者の合併症の抑制や、延命治療に効果がある事は、透析医学会の定説であります。

又、透析患者にとって透析食というのは、治療食として大変重要なものです。大部分の施設が有料化しても透析食を提供している様です。しかし、コンビニの弁当や、業者の弁当を食べている方もいます。低所得者の一部には、食事が払えず、食事中はふとんを被っている方も見受けられると報告されています。

全腎協は、透析時間区分制廃止や食事の保険適用等、再改定を再三、政府に要望しましたが、聞き入れられませんでした。道腎協も再三、会員の抗議のハガキや電報等、運動しました。

透析患者は22万人となり、その医療費は約一兆円を使い、高額医療の代表と言われています。国は年々増えて行く患者に対して、これ以上医療費を増やさない様、一人当たりの医療費単価を下げて行く方針です。これからも、透析患者に対する政府の対応は一層厳しくなっていく事でしょう。今、現在私達がこの様に医療費無料での透析治療を受けているのは、過去に於いて先輩達が、透析医療を公費に、人工透析機器を増やして下さいと、透析に入る前の体調の悪い中、自らの命を削り、活動して戴いたお陰なのです。透析医療に対する環境の中、今こそ、すべての患者が一致団結して、患者会に結集して一緒に、医療・福祉制度を守りましょう。

小泉内閣は、党の内外や、患者会を始め、各界からの反対を押し切り、この4月から健康保険本人の医療費を、これまでとの2割から3割負担にしようとしています。世の中は、デフレ不況に陥り、リストラや倒産で失業者が実際は9%に達しているとも言われております。そんな中で、テレビニュースで、今年ボーナスは0回答のうえ、給与も減額になる大手の会社もあり、社員は「これではローンも払えない」と悲鳴をあげていると言います。

追い打ちをかける医療費の3割負担は、一家の大黒柱が病気にでもなったら、さらに経済的負担が重くのしかかる事になります。

私たち透析患者は果たして

これを対岸の火事と傍観してはいないでしょうか。

北海道では平成13年10月からマル障（重度心身障害者医療費助成制度）に所得制限を導入し、全道212市町村のうち、124の市町村が同時に導入に踏み切りました。透析患者本人、または同居している方の所得が一定の額（市町村によって異なる場合がある）を超えると、透析患者さんが受けている医療費助成制度（マル障）が受けられなくなるという制度で、実際に透析患者さんの一部の方で13年の10月から透析では月1万円、他科を受診した場合は2割

健保本人3割負担が マル障制度を圧迫する

から3割の負担をしています。

長期透析患者さんと合併症のある方の家庭では、2ヶ所、3ヶ所と診療を受けると、所得があっても、それぞれで3割負担をしますから大変な思いをしています。

マル障の適用を受けている健保本人の透析患者さんもあるわけですが、今まで他科を受診した場合2割をマル障で負担して貰っていましたが、この4月から3割負担になった場合、3割分をマル障で負担

しますから、マル障の実施主体であります各自治体の負担が、1割増える事になります。すでにご存知の通り、平成12年度から北海道では、マル障への各自治体への助成を6割程だったものを5年間で5割助成にすると

して減額しています。各自自治体のマル障制度は、道からの助成減額と健保本人3割負担の両方から圧迫され、マル障制度の存続の必要性から更なる所得制限の強化をするのではと、患者会としては大変危惧しています。対岸の火事では無く、傍観者でもいられないのです。

患者会も高齢化が進む中で、組織率の低下も見られます。このままでは私たちの医療と福祉は大変厳しい方向に進むでしょう。一人でも多くの方が入会され患者会に力を与えて下さることを願います。

（村本）

腎友会はこのような事をしていきます

全道の透析患者の皆さん、体調はいかがですか？木々の芽もふくらみ、春はもうそこまでやってきているようです。



腎提供者拡大街頭キャンペーン（札幌）

今回は多くの皆さんに道腎協そして腎友会の事を知っていただくために、どのような活動をしているか昨年を中心にお話したいと思います。

道腎協は他の都府県と違い、広大な地域が集めた、地域腎友会、市単位の腎友会、一部病院患者会単独での加盟と、組織の形態に特色があります。そのため、年2回の道腎協のブロック会議には、患者でもある役員さんが1日ばかりで参加するという困難もあります。現在、道腎協組織強化検討委員会が持たれ、効率よく、そしてより道腎協全体の運営がスムーズにいくよう、検討もされています。

道腎協の活動には、北海道

ブロックとして参加している（道）全腎協として全腎協と連携するもの、道腎協全体として地域腎友会と連絡を取り合い活動するもの、また皆さんが直接かかわることの多い各地域腎友会の特色ある活動、他団体と協力するもの、などがあります。

「道腎協と全腎協

・他団体」

皆さんもご存知のように、昨年4月から健康保険の診療報酬が改訂され、透析においても、健康保険で適用されていた無料の外來透析患者の食事が適用外となり、透析時間区分も一本化され、外來透析

の検査の点数も引き下げられました。特に食事は、「治療の一環」として、全腎協と全国の腎友会が国会請願を続け、昭和56年に保険適用されたものです。全腎協では、中医協の厚生労働省への答申に際し、座り込みや、全国から、道腎協からも、ファックスや電報などで反対運動をしましたが、残念ながら、改訂が決定されました。道腎協では全道の施設の対応の変化をアンケート調査しました。ほとんどで食事が有料となり、食事提供を中止した所もあり、検査回数も減少した所も見られ、今後の透析時間短縮の不安など、患者には厳しいものとなっています。全腎協では、引き続

き診療報酬の再改訂を求め、厚生労働省と交渉しています。

「腎疾患総合対策」を訴え、医療・福祉・移植等の充実を求める全国共通の全腎協の国会請願・署名募金活動は昨年で31回となり、全国で106万1,906人、全道で4万5,075人の署名が集まり請願され、衆参両院とも採択されています。この運動あればこそ、透析患者の生活が守られてきたと言えるのです。

また、道腎協では、JPC(日本患者家族団体協議会)そして、道腎協が腎臓部会として加盟している道難病連とも協力し、国会請願で国に働きかけています。これ以上の生活や医療の質の低下を許さないために、より多くの皆さんの協力で地道な活動を続ける必要があります。

また、全国一斉腎提供者拡大キャンペーンは、少しでも

多くの方が腎移植の機会に恵まれるよう腎提供への理解を求め、昨年22回目となりました。現在「臓器提供意思表示カード」配布を中心として行われ、カードを携帯する方も多くなっています。全国で22件以上脳死による移植が行われてきましたが、全国的に心



第21回全腎協「腎不全対策を語る集い」(旭川)

停止後の献腎移植が減少傾向にあり、北海道各地でも、心停止後の献腎をもとに強く訴えるキャンペーンが行われています。昨年も、苫小牧と千歳と腎友会が協力しキラリンフェスティバルで、道南では「市民健康まつり」で、岩見沢は市のイベント会場で、静内は「病院祭」で、稚内・オホーツクは、市の「ふれあい広場」で等、各地工夫をし、キャンペーンを展開しました。

全腎協では、生活・福祉・食事の無料電話相談もあり、会報の「ぜんじんきょう」では、全国の患者や会の様子や声、国の政策に関して、そして全腎協の対応、最新の医療の情報が満載して伝えられます。また、昨年9月には全腎協第21回「腎不全対策を語る集い」が旭川で開催され好評を得ました。

「道腎協と地域腎友会」

21ある各地域腎友会では、さまざまな会員交流、また各市町村への働きかけも行われています。札幌では、炊事遠足や、腎友会組織強化の取り組み、十勝ではボーリング大会、滝川では研修旅行や講演会、伊達では勉強会、苫小牧は静内とともにケンタッキーファームでレクリエーション、江別・小樽・オホーツクでは旅行会や親睦会、深川ではサクランボ狩りやアンケート実施、紋別は道難病連遠軽支部結成大会参加、夕張は病院への要望事項を取りまとめ、留萌は「障害者の日」の記念事業芸能発表会参加、北見では道東6地区交流会を開催、釧路は通院交通費増額を市長宛に要望し、H14年度から要望額一〇〇%認められました。



道腎協総会風景

また、全国で腎友会が中心となつて行われている通院介護支援事業は33ヶ所となりました。道内でも3ヶ所、引き続き活動が活発です。室蘭地方腎友会の「サポート室蘭」ではNPO化申請を検討中、釧路地方腎友会の「さわやか通院介護」もしっかりとした

活動、旭川地方腎友会では「たいせつ旭川」が他の難病患者の移送もはじめ、昨年は、「介護福祉フォーラム」も開催しました。8月の全腎協第3回通院介護支援事業交流会」では、「たいせつ旭川」が活動報告をしています。

全腎協では、一昨年より「災害見舞金制度」が始まりましたが、道腎協でも、有珠山噴火時に全国・全道から寄せられた募金が被災会員に届けられ、その後伊達の会員のご好意により、「災害義援金基金」が発足しています。

道腎協の会報「どうじん」は広い北海道の会員を結び、いま必要な行政・医療・福祉の情報 皆さんに伝えるため年5回発行されています。

今年の道腎協定期総会は、苦小牧で開催されます。交流と話し合いが深まりますよう、多くの方々のご参加を!!

昨年の総会では道腎協青年部が発足し、今年は、北海道で全腎協青年部交流集會も予定されています。40歳代までの方、ふるってご参加お待ちしています。

最後に、昨今の国民全体への医療費負担増加傾向の中、一昨年・昨年と、道内では、ほとんどの地方自治体がマル障（重度心身障害者医療助成制度）に所得制限を導入しました。道腎協と各地域腎友会は、道と市町村に反対する請願・陳情を行い、その活動により、導入しない決定をした市町村もあります。道腎協では、昨年に引き続き、道と腎不全総合対策・マル障制度・通院交通費等について意見交換会を持っています。しかし、所得制限でマル障制度の適用外となった方は、透析だけでも月1〜2万円の、他の合併症での受診や入院、歯科受診

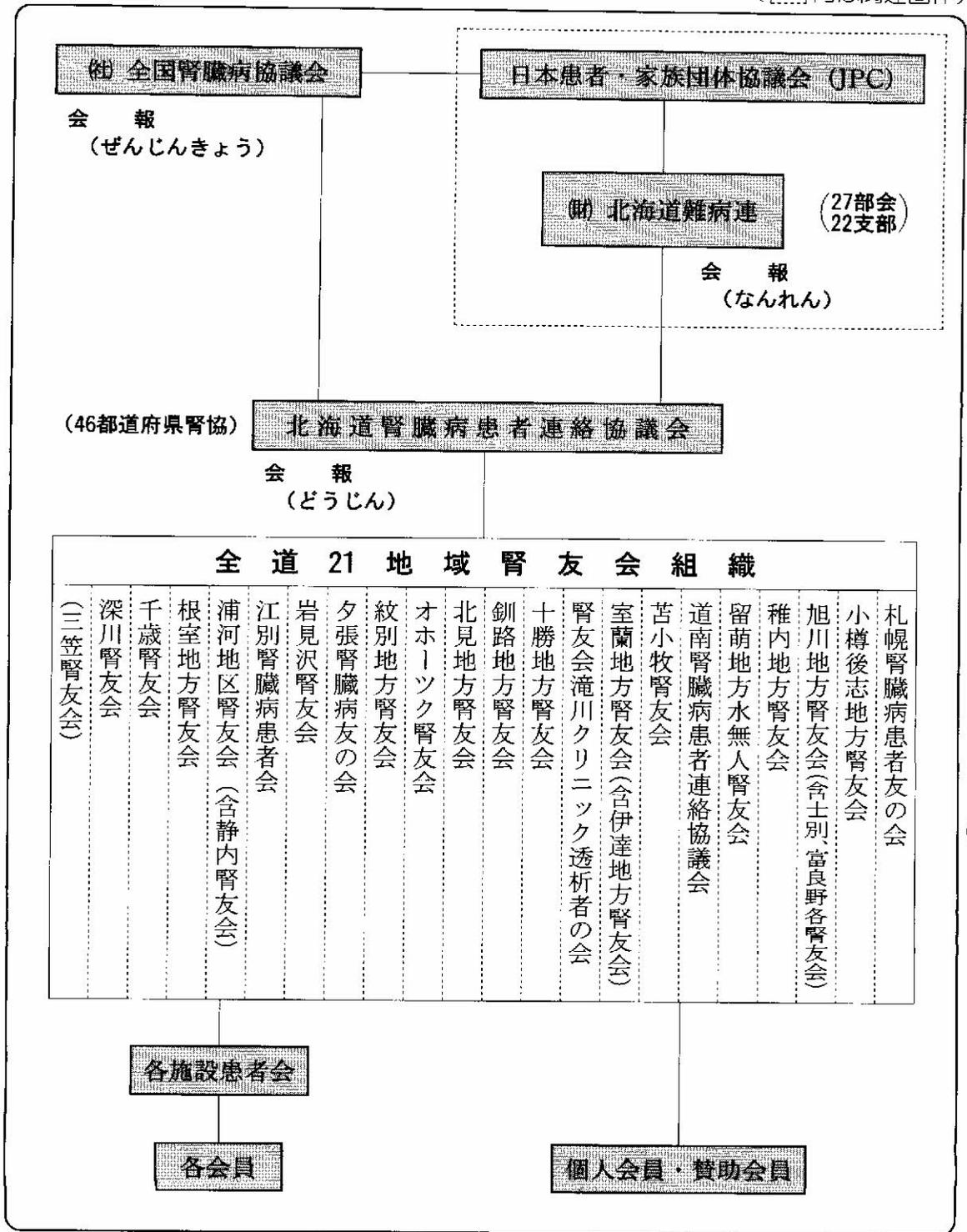
において2割から3割の医療費の負担をしなくてはならなく、道腎協にも、食事代の負担とともに、その大変さを報告する声が多く寄せられています。H14年4月から、サラリーマンの医療費負担が健康保険の3割になるうとしている今、マル障の所得制限額の引き下げも心配されます。これからは、一人一人の患者が自身の医療と生活を考え、協力することが大切であると思われまます。今の状況を少しでも改善し、これからの暮らしを守ろうと道腎協は考えています。それには、一人一人の方々の会への参加が大きな力となります。多くの方々の会への参加をお待ちしています。

(福原)



腎臓病患者会組織図

()内は関連団体



腎友会に参加して

全国の仲間とともに運動した成果はこんなにあります

ともに頑張りましょう

手帳も

腎臓病患者も身体障害者福祉法の対象となり、身体障害者手帳が交付。
(1972年)

人工腎臓も

人工腎臓整備5ヶ年計画により、国立に人工腎臓増設。
(1972年)

小児も

18歳未満の入院中の腎臓病児について、医療費が公費負担に。
(1972年)

医療費も

人工透析の医療費が公費負担されるようになり、月額10万円から20万円も自己負担が軽減。
(1972年)

移植も

腎バンクの発足(1977年)、腎移植に健保適用(1978年)、腎移植センター整備(1979年から)、腎移植に関する法律制定(1980年)、腎提供者も健保適用(1981年)、「腎移植推進月間」設定(1981年)、腎移植推進員配置(1980年)、腎臓移植ネットワークシステム(1995年)、臓器移植法成立・施行(1997年)など移植体制すむ。

雇用も

身体障害者雇用促進法の対象に(1974年)、その後も次々と制度改善。

検尿も

小・中学生の検尿が義務化。
(1974年)

研究も

小児慢性腎疾患の予防と治療に関する研究班、腎不全対策推進会議発足、全腎協代表参加。
(1985年)

運賃も

鉄道・航空機運賃の身体障害者割引きの対象に。
(1990年)

保険点数も

人工腎臓の診察報酬に夜間加算(1978年)、食事加算(1981年)、障害者加算(1991年)、5時間透析(1996年)など。

年金も

20歳前障害に基礎年金支給、事後重症5年制限撤廃(1986年)、失権制度の廃止。(1994年)

CAPDも

CAPDに健保適用(1984年)、CAPD加温器等健保対象に。(1987年)

技術も

エリスロポエチンの健保適用。(1991年)、自動腹膜透析装置などが健保適用(1992年)、在宅血液透析にも健保適用(1998)

高速も

有料道路料金身体障害者割引き制度の対象に内部障害者も適用。
(1994年)

これまで

がんばり

実現したよ!

ワン!



市町村における^障所得制限導入状況

H15・1・31現在

導入している (130)	導入していない (82)
<p>[市] 札幌・旭川・釧路・帯広(▲)・夕張・岩見沢・網走・留萌・美唄・芦別・江別・赤平・上別・名寄・三笠・滝川・砂川・歌志内・深川・富良野・登別・恵庭・伊達・小樽市(14-10)・函館(14-10)・稚内(14-4)・北広島(14-10)</p>	<p>[市] 室蘭・北見・苫小牧・紋別・千歳・石狩・根室</p>
<p>[町村] (石狩支庁)当別・厚田・浜益 (渡島支庁)知内(◎)・木古内(◎)・戸井・恵山・南茅部・砂原・森(◎)・八雲・長万部・松前(14-10) (桧山支庁)江差・乙部・熊石・大成・瀬棚・北松山・今金 (後志支庁)島牧(◎)・黒松内(▲)・ニセコ・喜茂別(◎)・岩内・積丹 (空知支庁)北村・栗沢・奈井江・上砂川・由仁・栗山(▲)・月形・妹背牛・秩父別・北竜・沼田 (上川支庁)鷹栖・当麻・比布・上川・東川・美瑛・上富良野・中富良野・南富良野・剣淵・風連・下川・美深・音威子府・中川 (留萌支庁)増毛・小平・苫前・羽幌・初山別(◎)・遠別・天塩・幌延 (宗谷支庁)猿払(◎▲)・枝幸・豊富 (網走支庁)斜里・清里・小清水・常呂・生田原・遠軽・白滝・上湧別・滝上・興部・西興部・雄武 (胆振支庁)豊浦・洞爺・大滝(◎)・壮瞥 (日高支庁)平取・門別・静内・三石・様似・えりも (十勝支庁)音更(▲)・士幌(▲)・新得・芽室・更別・忠類・幕別・陸別・池田(15-4) (釧路支庁)厚岸(◎)・弟子屈・阿寒・白糠・音別 (根室支庁)別海・中標津・標津・羅臼</p>	<p>[町村] (石狩支庁)新篠津 (渡島支庁)福島・上磯・大野・七飯・榎法華・鹿部 (桧山支庁)上ノ国・厚沢部・奥尻 (後志支庁)寿都・蘭越・真狩・留寿都・京極・倶知安・共和・泊・神恵内・古平・仁木・余市・赤井川 (空知支庁)南幌・長沼・浦臼・新十津川・雨竜・幌加内 (上川支庁)東神楽・愛別・占冠・和寒・朝日 (宗谷支庁)浜頓別・中頓別・歌登・札文・利尻・利尻富上 (網走支庁)東藻琴・女満別・美幌・津別・端野・訓子府・置戸・留辺蘂・佐呂間・丸瀬布・湧別 (胆振支庁)虻田・白老・早来・追分・厚真・鶴川・穂別 (日高支庁)日高・新冠・浦河 (十勝支庁)上士幌・鹿追・清水・中札内・大樹・広尾・豊頃・本別・足寄・浦幌 (釧路支庁)釧路・標茶・浜中・鶴居</p>

※◎：乳幼児には導入しない(9町村)

▲：栗山町→重度・母子には、導入しない 帯広市・音更町→母子のみ児童手当特例給付を適用 猿払村→重度の入院・訪問看護は除く 上幌町・黒松内町→上限額については、町長が定める額

○太文字部分が新たに導入または予定の市町で()内は導入または予定の年月

青年部「K-NOTE」

第2回青年部交流会in釧路

釧路地方腎友会 五十嵐 信康

去る2月8・9日の両日、釧路東急インに於いて「道腎協青年部第2回学習交流会」が開催されましたので報告いたします。

初日の天候はあいにくの曇り空でしたが、札幌方面から3名がJRで、旭川方面から3名と十勝方面の2名が車で釧路まで駆けつけてくれました。久々の再会の挨拶もほろほろとすませ、午後3時から2階・桜の間を会場に、五十嵐の司会進行で川村部長の挨拶を皮切りに学習会が始まりました。

学習会出席者は以下の13名です(敬称略)。

川村 隆志、吉田季代乃(以上札幌)、椿分百合江(江別)、水谷 達雄(旭川)、阿部 純一(土別)、外川 純也(北見)、塚本 義彦、渡辺 好昭(以上十勝)、五十嵐信康、伊藤 清



春、秋保 克之、深瀬 智春、棚木 陽児(以上釧路)

今回の内容は、8月に開催される「全腎協青年交流集会inK-RORO」にむけての実行委員の選出、プログラム・企画検討、作業の割り振りなどがメイン

ンで、その他には「マーク」の決定、5月に山口県で開催される全腎協総会への参加者の選考などが話し合われました。

午後7時からは、透析や仕事の都合で遅れた釧路の4名(高橋亮三、常田進一、桜田まゆみ)を新たに加えた17名で場を移しての交流会となりました。交流会には掛札聖道腎協副会長(釧

熱論！「全腎協青年交流集会inかながわ」

北見地方腎友会 外川 純也

『情報伝達のスピード化と青年部のネットワーク化』

平成14年11月2・3日、神奈川県三浦海岸にあるマインス三浦で開催された全腎協青年交流集会へ参加してきました。初めての参加でしたが、インターネットなどを通じて知り合った友人も数多くおり、グループ討論も緊張することなく積極的に出来ました。私のグループは、全国でネットワークしようをテーマに、インターネット及び透析患者の人的ネットワークを利用して何が出来るか討論し、以下の3つの内容にまとめ、次の日に発表させて頂きました。

路地方腎友会会長も駆けつけて下さり、青年部の活動に理解を示して下さいました。

ホテルに戻ってからも、各自の部屋で明け方近くまで8月に向けての意見交換が熱く行われました。

翌日は天候も雪で、前日の疲れもあるため、観光施設MOOを見学して解散となりました。

昨年の透析時間区分撤廃、外来透析食事点数の廃止、検査料引き下げなど、中医協の答申は突然ではありましたが、会員への情報伝達も極めて遅かったと思います。今後は一致団結出来るよう、従来の「ぜんじんきょう」だけでなく、インターネットなどを利用して情報伝達を迅速(全腎協ホームページの更新も)に行って頂くよう、全腎協へお願いしました。また全国各地

地の青年部を統括するための組織を全腎協に置き、青年部をネットワーク化する。将来を見据えた組織作りを創り上げていくことを提案しました。

『透析医療問題と国民へ』

『オパジュール』

参加した青年患者へ向かって「世間一般の方の透析のイメージがとも悪い、もっと自分たちをアピールしませんか?」、「20年前、30年前と比べれば青年患者は元気ですし、社会でも十分働けることができますよね」と訴えました。我々は一兆円の医療費を使い、さらに障害年金をもらっていますが、殆どの国民には知られていません。しかし患者数は5年後には30万人に到達する可能性もあり、今の医療費では厳しいことが明らかです。こうした問題にも臆することなく患者会側から積極的に国民へ問うことが必要ではないかと訴えました。

『患者会から国会議員を叩いて』

患者会の要請書を国民へ訴えるため、透析患者から国会議員を

出すことを提案しました。22万人の透析患者とその家族を含めると、比例区で国会議員を出すことは十分可能だと思います。国会請願活動だけじゃなく、投票活動によって国民へアピール出来ますし、国会の場で透析患者の現状や要請を訴えることができます。もちろん医療費自己負担など妥協できる点を患者会で議論し、透析及び腎不全医療の将来像を国民に訴えていかなければならないでしょう。



が数多くいることを実感しました。日本の透析医療はこれまで様々なことを勝ち取ってきましたが、この恵まれた現状に我々は安心しきってはいないでしょうか?日本の経済状況を考えれば、今後の透析医療はますます厳しくなるでしょう。しかし医療費以外に目を向けると、公共事業などに多額の費用が使われています。高齢化社会へ対応するため、これまでの物質面への投資から、医療費などに回してもいいのではないのでしょうか。また再生臓器医療や生体機能を模倣した透析医療、マイクローリアクターによる埋め込み型人工

臓器など、新しい治療方法が期待されます。このような希望ある医療へ患者会から国へ積極的に働きかけ、日本が透析医療のリーダーシップを取ることが出来れば、日本経済にも十分貢献できると思います。

最後に今年の青年交流集会は、8月30・31日に北海道のキロロで開催予定です。神奈川県で学んだことを十分に活かし、さらに実のある交流集会にできればと思っています。今回の参加は、全腎協の負担によって参加させて頂きました。この場を借りて全腎協会員の皆様に厚く御礼申し上げます。

全腎協青年交流集会在北海道

日時：平成15年8月30日(出)31日(日)
会場：ヤマハキロロリゾート
余市郡赤井川村 TEL0135-34-7111

◎内容については只今検討中です。

コメンテーターを迎えてのパネルディスカッションを予定しています。

また、キロロの自然の中でのレクリエーションも企画しています!!

参加募集は6月におこないます。
みなさんの参加をお待ちしております。

学習コーナー

※この基準値は参考文献(中外製薬「透析を受けられる患者さんへ」)によるものです。透析施設によっては基準値が異なる場合があります。医師の指示にしたがってください。

検査データの読み方を理解しましょう

●腎機能検査

尿素窒素(BUN)

基準値60〜80mg/dl

たんぱく質のとりすぎで上昇し、足りないとは異常に下がります。透析が不十分な場合にも上昇します。

クレアチニン(Cr)

基準値10〜16mg/dl

透析量の目安となりますが、筋肉量が多い人ほど高く、体格による個人差が大きいです。

尿酸(Ua)

基準値9mg/dl以下

痛風の原因となる物質です。

●電解質

カリウム(K)

基準値5.5mEq/l以下

7.8〜8.0mEq/l以上では心臓が停止することがあり、大変危険です。果物、野菜、アーモンドなどを食べ過ぎると上昇します。

ナトリウム(Na)

基準値135〜145mEq/l

塩分をとりすぎると、のどが渇いて水分をとるので血液

のナトリウム値は上昇しません。血糖値が高いと低い値を示すことがあります。

クロール(Cl)

基準値98〜108mEq/dl

通常、ナトリウムと同一の変化をしますが、血液が酸性にかたむくと上昇します。

●血液一般

ヘマトクリット(Ht)

基準値30%前後

ヘマトクリットは血液中における赤血球の占める割合(%)を表し、貧血の程度を表します。

赤血球数

基準値270万/mm以上

貧血の程度を示します。

血色素濃度

基準値10g/dl後

貧血の程度を示します。

白血球数

基準値5,000〜8,500/mm

増加は主に感染症の存在を示します。

血小板数

基準値12〜28万/mm

減少すると出血しやすくなります。

好酸球

基準値0〜7%

アレルギーで増加することがあります。

●血清脂質及びたんぱく

総コレステロール(T・C)

基準値230mg/dl以下

動脈硬化の原因になるといわれています。食べすぎに注意しましょう。しかし、栄養状態が悪いと逆に低下することがあります。

コレステロールを多く含む食品：卵黄、レバー、イカ、ウナギなど

中性脂肪(T・G)

基準値200mg/dl以下

動脈硬化と関係があるといわれています。糖分など甘い物のとりすぎに注意しましょう。

HDLコレステロール

基準値30mg/dl以上

動脈硬化を抑える作用があります。適切なカロリー摂取、

糖分、脂肪のバランスが大切です。食物繊維の摂取も大切です。

アルフミン

基準値 4.0g/dl以上

低栄養、肝障害などで低下します。

B₂ミクログロブリン

基準値 20mg/l以下

アミロイド骨関節症の原因物質と考えられています。

●骨

副甲状腺ホルモン

基準値 80~150Pg/ml

(intact-PTH)

骨のカルシウムを血液の方へ移動させる作用があります。高すぎると、骨が弱くなったり、血液のカルシウム値が高くなりすぎたりします。

リン(P)

基準値 3.0~6.0mg/dl

血液のリン値が高くなると、カルシウム値が低下し、骨折が起こりやすくなります。石灰分の異常沈着(異所性石灰

化)も起こります。

カルシウム(Ca)

基準値 8.5~10.5mg/dl

高くなりすぎても危険です。筋の緊張低下、しびれ、イライラ感、精神錯乱、幻覚などが表れます。

アルミニウム(Al)

基準値 10μg/l以下

骨軟化症を起こすことがあります。40μg/l以上はアルミニウム中毒の危険があります。

●肝機能検査

SI-GOT

基準値 33単位以下

肝障害で肝細胞が壊れると、検査値が上昇してきます。

SI-GPT

基準値 35単位以下

肝障害で肝細胞が壊れると、検査値が上昇してきます。

アルカリフォスファターゼ(Al-P)

基準値 80~260単位(JSCC法)

肝障害で肝細胞が壊れると、検査値が上昇してきます。骨変化がある場合にも上昇して

きます。

YIGTP

基準値 40単位以下

アルコール性肝障害の目安です。

●その他

フェリチン

基準値 100~150ng/ml

貧血の原因として鉄不足がないかをチェックする目的で検査します。フェリチンは、貯蔵鉄が十分かどうかを表します。

心胸比(CTR)

基準値 男性50%以下

女性55%以下

水分過剰で大きくなります。



たいせつな水分管理

腎機能が低下すると尿量が減り、体内の水分量はそのまま体重の増減になります。

体に入る水



代謝水
食物が体内で燃えたときにできる水
約 200~350ml



食物中の水分
1日3食でおよそ1000~1200ml



体からでる水



尿・大便



呼吸や汗

1日の飲み水は

どれくらい?

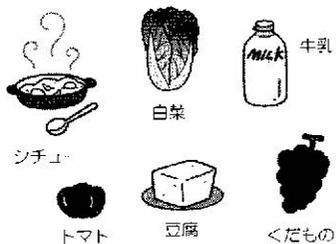
◆1日の体重増加は、1kgを目安としましょう。

前のページでも触れたように、体に入る水の量と、出る水の量の差が透析間の体重増加となります。おしっこが出る人も出ない人も、体重増加をみながら飲み水の量を調節します。

※飲み水は、お茶、水、氷、ジュース、牛乳、コーヒ、酒類などで、うがいも含みます。

※病院用湯飲みコップは、約

水分の多い食事



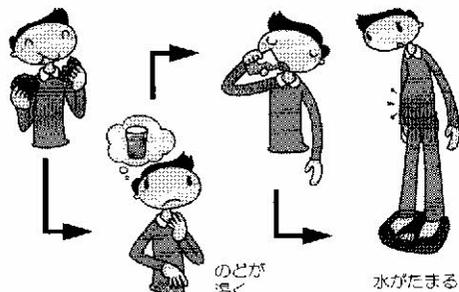
100mlあります。

氷1個 ……20〜30ml

うがい1回…約10ml

塩分には要注意

塩分と水分は切っても切れない関係があります。塩分をとりすぎると、のどが渴いて水分が欲しくなります。ですから、塩分の制限が水分の制限にもつながります。また、老廃物(尿毒症性物質)や血糖値の上昇によってものどが



渴きます。

カリウムを減らす工夫を

カリウム(K)がある程度以上、血液の中にたまると、高カリウム血症となって心臓

カリウムを多く含む食品



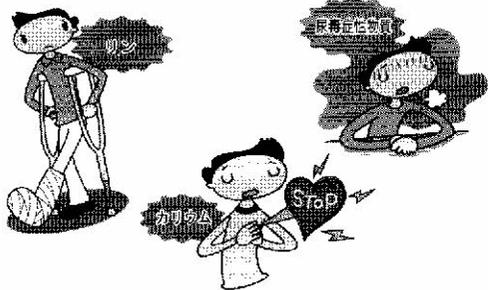
カリウムを減らす工夫を



たんばく質は、適量

たんばく質のとりすぎは、尿素窒素(BUN)やリン(P)、カリウム(K)の上昇につながります。逆に不足すると栄養状態が悪くなり、抵抗力が弱くなります。自分の体格に合った適量のたんばく質をとることが大切です。

を止めてしまう危険性があります。



●腎友会へご入会いただける方は、各施設幹事または、各地域腎友会事務局（p18参照）へお申し込みください。

●年会費は各地域腎友会により異なります
各事務局にお問い合わせください。（なお、全腎協1,800円、道腎協2,400円分の年会費もその中に含まれます）

入会申込書

平成 年 月 日入会

氏名	ふりがな	性別	生年月日		
		男・女	明大昭平	年	月 日
住所	〒			電話	
医療機関名					
透析開始日	●人工透析 ●CAPD ●移植	昭和 平成	年	月	日
職業 (勤務先)				電話	
透析日	____曜日 {昼・夜}		____曜日 {昼・夜}		____曜日 {昼・夜}

き り と り せ ん

事務局通信

「道腎協定期総会」

〔案内〕

○日時

平成15年5月25日(日)

午前10時より12時まで

○会場

苫小牧プリンスホテル

苫小牧市双葉町3丁目

2番8号

TEL(0144)

32-9225

総会終了後午後1時より

医療講演会

講師 医療法人王子総合

病院循環器科

医長 高木陽一先生

演題 「透析医療

基本とその活用について」

総会前日交流会

日時

平成15年5月24日(日)

午後6時より

場所 苫小牧プリンスホテル

会費 10,000円

(泊朝食交流会費含む)

交流会のみ 4,000円

※宿泊・交流会の参加は

各地域腎友会事務局へ

3月25日までにお申し

込み下さい。

第52回北海道ブロック会議

開催のおしらせ

日時 平成15年4月12日(日)

13日(日)

会場 ホテルユニオン

札幌市中央区南3条西12丁目

TEL 561-6161

※詳細は案内にて



・タイトル 「春色」

・撮影者 阿部純一氏

(土別腎友会)

・撮影場所

空知郡中富良野町で撮影

したもので、十勝岳連峰を

背景に春色を代表する菜の

花が生々としています。

阿部氏は透析歴25年に入

り、現在道腎協の青年部の

一員として今年8月に赤井

川のキロロで開催される「全

腎協青年交流集会」に向け

て仲間とともに頑張ってい

ます。

「腎臓病でよかった」

(元)会長
相談役 岩崎 薫氏



今を去る50年前、私は徴兵検査を受けるため、隣町の遠軽小学校へ集まった。時は昭和20年、戦争は敗北の状況で南方方面はアメリカにのつとられ戦争は、日を追う毎に敗戦の状況であった。特に沖縄は、連合軍に占領され、民間人も軍

と協力して戦っていった。この時日本は、兵隊が不足し19歳の兵隊を繰上げ徴兵検査するという状況であった。屈強な農村の19歳20歳の兵隊が、千人近くも旭川の七師団に入隊していた軍隊も準備され召集されて、7日以内に沖縄に転属することとなった。軍備も充分でなく軍服を着せられて剣もなかった。何もなく、ないないづくしで見苦しい兵隊だった。そして1週間後には、沖縄に参戦のため輸送船7隻で出発する予定であった。広島から出発して19、20歳の

兵隊が何千人と集合していた。国の両親へ最後の書簡を書けと言われ、いよいよ、この俺にも最後が来たなと思った。輸送船の出発に当たり、船毎に配置された。その前に全員健康診断があったが、私は腎臓病と診断された。このまま広島に残留するように言われた。私と同様に病気を宣告された兵隊は、7、8人いた。今まで張り切っていた私も隅の方に残されて、旭川へ帰還するように言われた。

私は、悲しくもあったが、嬉しかったか、わからないが、軍の命令のまま旭川へ同僚と共に帰還した。一方、広島からの輸送船団は、7隻のうち4隻が連合軍の潜水艦にやられ生き残った兵隊は3隻しか

なかったという。私は旭川へ到着してから、胸の溜飲を下げた。「腎臓病でよかった」。いつわらざる心情であった。以来、私の腎臓は悪かったが、健康にも恵まれて3人の子供も生まれた。そして、80歳の年齢を迎えた。「腎臓病でよかった」。人生は、何が幸運をもたらすのか最後まで判らなかった。

私は、人生の幸福を感じ、腎臓病の治療に励んでいる。



道腎協加盟地域腎友会組織一覽表

会 名	〒	住 所	電 話
旭川地方腎友会		旭川市	
岩見沢腎友会		岩見沢市	
浦河地区腎友会		様似郡様似町	
江別腎臓病患者会	069-0817	江別市野幌町代々木町81の6 溪和会江別病院 透析室内	011-382-1111
小樽後志地方腎友会	047-0032	小樽市稲穂1-3-13 小樽ライフクリニック透析室内	0134-25-3585
オホーツク腎友会		網走市	
北見地方腎友会		北見市	
釧路地方腎友会	085-0003	釧路市川北4-17 身体障害者福祉センター内	0154 23-6687
札幌腎臓病患者友の会		札幌市北区	
腎友会滝川クリニック透析者の会	073-0045	滝川市有明町2丁目4-45 腎友会滝川クリニック 透析室内	0125-24-2125
千歳腎友会		千歳市	
道南腎臓病患者連絡協議会		亀田郡七飯町	
十勝地方腎友会		帯広市	
苫小牧腎友会		苫小牧市	
根室地方腎友会		根室市	
深川腎友会	074-0005	深川市5条6番10号 深川市立総合病院 透析室内	01642-2-1101
室蘭地方腎友会	050-0083	室蘭市東町2-1-19 室蘭市障害者総合福祉センター内	0143-45-6849
紋別地方腎友会		紋別郡遠軽町	
夕張腎臓病友の会		夕張市	
留萌地方水無人腎友会	077-0011	留萌市東雲町2丁目16番 留萌市立病院 透析室内	0164 49-1011
稚内地方腎友会	097-0022	稚内市中央4丁目11番6号 稚内市立病院 透析室内	0162-32-8134
静内腎友会		静内郡静内町	
士別腎友会	095 0044	士別市東山町3029番地1 市立士別総合病院 透析室内	01652 3-2166
三笠腎友会		三笠市	
伊達地方腎友会		伊達市	
富良野腎友会		空知郡中富良野町	
北海道腎臓病患者連絡協議会	001-0017	札幌市北区北17条西2丁目21-617 サザンアベニュー北大101	011-747-0217
(社)全国腎臓病協議会	170 0002	東京都豊島区巣鴨1丁目20番9号 巣鴨ファーストビル3F	03-5395-2631

国会請願署名 基金結果報告

◎ご協力ありがとうございました

平成 15 年 2 月 20 日現在

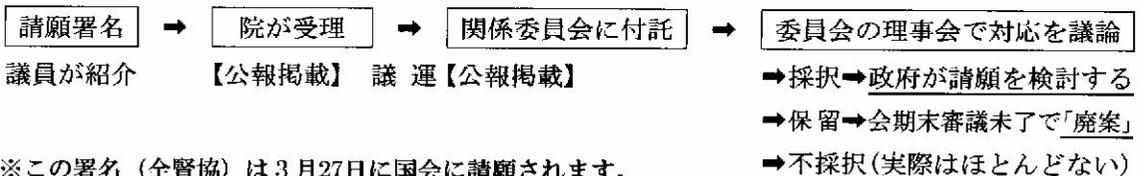
地方名	全 腎 協				J P C				15歳未満での 「臓器移植に 関する法律」 請願署名数
	署 名		募 金		署 名		募 金		
	平成13年度	平成14年度	平成13年度	平成14年度	平成13年度	平成14年度	平成13年度	平成14年度	
札幌	15,623	13,814	911,023	814,095	14,413	12,861	144,240	122,646	6,504
小樽	4,574	4,801	300,000	230,000	2,362	2,322	21,600	22,200	2,312
旭川	4,878	4,061	204,581	248,880	—	1,872	—	—	1,764
稚内	487	523	0	0	370	401	0	0	387
留萌	850	568	55,230	84,973	502	480	7,100	1,000	404
道南	2,635	2,584	101,538	93,200	—	—	—	—	1,158
苫小牧	1,850	2,600	205,400	241,200	1,488	1,670	21,300	26,800	1,000
室蘭	1,765	1,720	169,400	117,300	350	—	—	—	913
滝川	304	373	43,300	50,000	186	241	3,738	11,500	136
十勝	3,119	3,112	121,800	205,000	1,900	1,847	29,415	28,377	1,978
釧路	3,840	3,420	43,025	58,100	1,708	2,081	9,100	15,600	1,781
北見	250	981	0	12,000	0	0	0	0	513
網走	1,150	1,679	12,870	35,402	731	760	9,350	0	964
夕張	191	190	34,300	26,600	121	120	10,100	13,400	188
紋別	510	470	25,000	32,000	451	290	15,000	14,200	60
岩見沢	504	440	31,000	18,000	388	330	11,000	8,000	282
江別	450	847	20,318	50,000	279	384	4,200	12,700	300
浦河	191	296	20,500	20,000	243	312	23,000	23,000	266
根室	260	180	2,000	7,600	0	70	0	390	70
千歳	11	21	0	2,900	11	21	0	3,300	0
深川	180	210	31,060	11,000	230	220	5,940	3,000	142
伊達	801	751	24,749	35,700	213	250	0	6,000	255
静内	329	420	15,700	20,000	100	210	—	—	160
士別	58	160	5,000	0	48	110	0	0	40
富良野	14	45	0	2,550	4	55	0	2,050	22
三笠		78		11,000				0	197
合計	44,824	44,344	2,377,794	2,427,500	26,098	26,907	315,083	314,063	21,796

『募金配分割合』全腎協募金：地域腎友会50%、道腎協35%、全腎協15%

J P C募金：道難病連50%、J P C30%、道腎協20%

—は地元難病連支部に納入

◆◆ 請願の流れ ◆◆ ~署名って、届けた後はどうなっているの?~



※この署名（全腎協）は3月27日に国会に請願されます。

事務局活動経過報告

- 11月7日(木) 機関紙「どうじん」1校日校正
- 11月15日(金) 機関紙「どうじん」2校日校正
- 11月19日(火) 「臓器不全対策推進功労者」
(道腎協推薦)厚労省表彰状授与式苦
小牧保健所にて行う山口副会長出席
- 11月20日(水) 透析事故について全腎協へ資料を送る
- 11月22日(金) 「今月の情報」作成、発送
- 11月26日(火) 機関紙「どうじん」3校日校正
- 11月30日(土) 全腎協15年度青年交流会の打合せ事務局
局にて
出席者 全腎協一金子、西井
道腎協一会长、三上
青年部一川村、吉田、椿分、
戸川、阿部
- 12月1日(日) 全腎協15年度青年交流会会場下見打合
せキロロにて
全腎協一金子、西井
道腎協一川村、三上
- 12月2日(月) 2001年度血液透析患者全腎協実態調査
報告書発送
- 12月12日(水) 機関紙「どうじん」91号発行、5,450部
- 12月16日(日) 「今月の情報」作成、発送
- 12月25日(水) 「事務局だより」郵送
- 12月27日(金) ベータ食品様より協賛金を送りたい旨
の電話
- 1月6日(月) 道腎協総会苦小牧大会医療講演の先生
へのご依頼について
- 1月8日(水) 機関紙「ぜんじんきょう」46195号発送
- 1月9日(木) 「どうじん」92号編集委員会
- 1月14日(火) 道庁訪問澤内事務局長
- 1月22日(水) 活動状況報告用紙、各地方腎友会に郵
送
- 1月23日(木) 「今月の情報」作成、発送
- 1月28日(火) 「事務局だより」郵送
マル障所得制限導入調査用紙郵送
- 1月30日(木) 道庁訪問澤内事務局長(3月11日の意
見交換会の打合せ)
- 2月3日(日) 「ぜんじんきょう」声のテープ発送
各地域腎友会、道腎協の活動状況を全
腎協へ報告
- 2月7日(金) 国会請願署名用紙(43,593名分)全腎
協へ発送
25周年実態調査、各地域腎友会の集計
発送

ご訃報

西木戸 隆 博氏(北見)

道腎協の役員として、平成元



年より平成12年迄運営委員として活躍されました。

56歳で永眠されました。

宮本好和氏(札幌) 道腎協の役員として、昭和55



66歳で永眠されました。

2月22日永眠されました。

鈴木春美氏(深川)

道腎協の役員として、平成3年、5年から14年迄幹事として活躍されました。12月16日に永眠されました。

◆各氏のご生前のご活躍を偲び心からご冥福をお祈り申し上げます。

田中政夫氏(函館)

道腎協の役員として、平成元年より8年迄幹事、平成9年より10年迄副会長として活躍されました。



2月22日永眠されました。

編集後記

PR版を編集するときはいつもどうしたら未加入の方々に腎友会を理解して頂けるか悩みます。「人工透析を受けている」「腎臓を患っている」という現実のもとに性別・年齢・職業・思想・宗教など様々に違う仲間が直面する問題や悩みを何とかしようという力を合わせています。きっとあなたのお手伝いが出て来ると思っています。

全腎協全国大会参加 湯田温泉・下関・博多4日間の旅

新千歳空港発着
添乗員同行

8000年の名湯

名物：ふぐ料理

福岡の観光名所：中州・天神屋台街

◎ご旅行期間 平成15年5月17日(土)～5月20日(火) **3泊4日**

◎ご旅行代金 お一人様 **120,000円** (道腎協会員・家族の方)
125,000円 (会員以外の方)

※透析費用は別途必要となります。

日次	月日曜	日 程 表	朝	昼	夕	宿 泊 地
1	5/17 (土)	全日空060便 全日空695便 ~貸切バス~ 新千歳空港 12:00発 羽田空港 13:30着/14:00発 山口宇部空港 15:35着/15:50発 —— (山口：藩庁門・瑠璃光五重塔他) —— 湯田温泉ホテル (18:00頃)	—	機	ホ テ ル	湯 田 温 泉 ホテルタナカ 山口市湯田温泉2丁目8-24 TEL 083-922-6525
2	5/18 (日)	~終日：貸切バス~ ホテル (08:00頃) 全腎協全国大会参加 (会場：山口県国際総合センター*海峽メッセ下関) (09:00頃到着) (15:40頃) (午後：病院にて透析) —— ホテル (20:00頃)	ホ テ ル	—	—	下 関 ホテルウイングインターナショナル下関 下関市竹崎町3-11-2 TEL 0832-35-2111
3	5/19 (月)	~終日：貸切バス~ ホテル (09:00頃) (下関市内観光：赤間神宮、日清講和記念館、唐戸市場・海響館他) (関門橋) —— (小倉) —— (九州自動車道) —— (博多：博多町ふるさと館他) (15:00頃) (夕食：中州にて会食になります)	ホ テ ル	門 司	福 岡	博 多 博多都ホテル 福岡市博多区博多駅東2-1-1 TEL 092-441-3111
4	5/20 (火)	~終日：貸切バス~ ホテル (09:00頃) (福岡市内観光：赤煉瓦文化館他) —— —— 福岡空港 10:55発 全日空795便 新千歳空港 13:05着	ホ テ ル	空 港	—	

※航空機のスケジュール変更や道路事情により、行程が変更される場合がございます。

◎募 集 人 員 25名様 (最少催行人員16名様)

◎利用予定ホテル 上記日程に記載の通り
(各ホテル・旅館とも2名1部屋利用)

◎申 込 締 切 平成15年4月12日(土)
(但し、定員になり次第締め切りとさせていただきます)

お申込み・お問い合わせ

遊 ネットツアーズ

〒060-0033 札幌市中央区北3条東8丁目 砂子ビル3階
TEL 011-242-7225 担当：竹田・福田

後 援：北海道腎臓病患者連絡協議会

透析により欠乏しやすい栄養成分の補給に

L-カルニチン、水溶性ビタミン、ミネラル

透析中の皆様のために開発された

カルフェロ

Carfero

栄養補助食品



1瓶200円(税別) 内容量50ml/瓶
発売元/ベータ食品(株)
製造元/滋賀県製薬(株)

透析合併症

透析中、透析後に起こる足のケイレン

透析中、透析後の倦怠感

透析中、透析直後の血圧低下

心臓機能の低下

透析を受けておられる方に多くみかけられるこれらの症状の大きな原因は、透析により体にとって必要な栄養素までが除去されてしまうことにあります。

表示単位 1瓶(50ml)中 (エネルギー20.5kcal)

たんぱく質	0.7g	ナトリウム	20.9mg	マグネシウム	0.5mg	ビタミンB ₁	10mg	葉酸	1mg
脂質	0.0g	カルシウム	0.5mg	リン	2.5mg	ビタミンB ₆	50mg	鉄	4.5mg
糖質	6.7g	カリウム	2.5mg	L-カルニチン	50mg	ニコチン酸アミド	50mg	クエン酸	250mg

カルフェロは、透析専門医の協力を得て開発された栄養ドリンク剤です。透析により流出し、欠乏しやすいL-カルニチンと水溶性ビタミン、鉄などの栄養素をバランスよく効果的に配合しました。

商品ご購入・お問い合わせ

 ベータ食品株式会社  0120-831-123 (受付/平日9:00~18:00)

●1箱50本入り 販売価格11,100円(税・送料込) 内訳/商品代10,000円・送料580円・消費税520円

●1箱10本入り 販売価格 2,490円(税・送料込) 初めてご利用される方のためにご用意しました。

〈商品の発送〉ベータ食品より日通ペリカン便にてお届けいたします。



気持ちのよい汗、始めませんか

かゆみ、水分管理、冷え等でお悩みの方
1週間無料体験できます

『湯カラッと』は特許の様々な仕組みで、低い温度(40℃~50℃)の僅かな湿り気を含む温風により、お風呂の様な水圧もなくサウナの様な熱の負担もなく、身体を芯から温め、無理なく発汗させます。

お客様の声

○サウナよりも楽に入れる (透析歴7年 男性)

銭湯のサウナは熱くて負担があるが『湯カラッと』は楽に入れる。昨夏はタオルを使う事など無かったが、春から使い始めて今年の夏は、寝ている汗が出るようになってきた。

○かゆみが以前より和らいできた (透析歴5年 男性)

汗の量は季節によって異なるが、1回の使用で100~400cc程出るようになった。普段の生活の中でも汗が出やすくなってきている。かゆみも透析の待ち時間に「孫の手」を使わなくても良いほどに和らいできた。

○体が温まり冷えの症状が無くなった (透析歴3年 女性)

購入後3ヶ月までは汗の量も少なかったが、1年使用した今では300cc位出る。私は血行不良で冬になると体が温まるため、今までの様な症状が無くなった。水分管理もうまくいき快適です。

- 体重管理が楽になった。
- 体が温まり調子が良い。

○血圧が安定してきた (透析歴8年 男性)

1年半毎日使っているが、気に入って続けているのではなく出たり、入ったり工夫し、自分に合った方法で使っている。汗は少しずつ出るようになり、かゆみも和らいできた。高かった血圧も下がり、今は安定している。

○気持ちの良い発汗で、肌もツルツル (透析歴15年 女性)

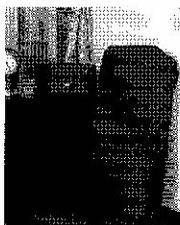
汗の量は200cc~300cc程度であるが、気持ちの良い発汗により肌がツルツルし、「顔色が良くなったね」と人から言われるようになった。体も温まるので今では家族皆で健康管理のため喜んで使用しています。

○手軽に使えて嬉しいです (透析歴25年 女性)

使用して2ヶ月で、まだ汗の量が出る程度でもありませんが、汗が流れる感じがとても良い気分です。体がポカポカ温まり、心なしかよく眠れる気がします。何よりも手軽に使えることが嬉しいです。

「湯カラッと」は、全国の県腎協、県友会、難病連様でお取扱いいただき使用されている会員の方々に大変好評です。(一部地域を除く)

- お部屋でテレビを見ながら簡単に使用できます。
- 組立、後片付けがラクラク！
畳一帖分のスペースでOK。
- 好きなところで好きな時間に入浴。
- 熱さや息苦しさのないリラックス入浴。
- 熱くなく多量に発汗。
わずか5~9円の電気代で使用でき経済的。
- 体の芯まで温まり、家族みんなの美容と健康に効果的。
- 乾燥機能が付いて衛生的。



標準価格 218,000円 → 会員特別価格 174,400円(税抜き)
月々6,000円より分割払いOK(3~36回)

世界7ヶ国特許商品
生産者許可商標第81-22557号

パンフレット、モニター体験を希望される方は下記までお気軽にお問い合わせください。

北海道腎臓病患者連絡協議会
〒001-0017 札幌市北区北17条西2丁目21-617
サザンアベニュー北大101
TEL・FAX (011)747-0217

オンキョーリブ(株)お客様相談室
FAX 0120-31-8065まで
〒572-0028 大阪府寝屋川市日新町1番13号
TEL (072)-831-8090 FAX (072)-831-3263
<http://onkyoliv.onkyo.co.jp>

透析に入ったら腎友会に入会しましょう

私たちの医療と福祉は
私たちが力を合わせ
守りましょう



★ひとりひとりの力が腎友会を支えています★

医療費の無料化・福祉手当の引き上げ・J R・航空運賃割引等、皆様が心配なく透析を受けられたのは、地域腎友会を始め全腎協・道腎協の行政に対する粘り強い運動の成果です。

今、私達の医療と福祉制度は、政府の“痛みを伴う改革”の名のもとに次々と後退させられようとしています。皆様ひとりひとりの入会で大きな組織となり、大きな力を発揮します。