

# HSK

# どうじん

第 104 号

昭和48年1月13日 第3種郵便物認可  
H. S. K通巻399号

発行日 平成17年6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17年 初夏号

第28回 道腎協 定期総会旭川大会開催  
更生医療(障害者自立支援法)改悪阻止を!



「島武意の碧」

撮影者 佐藤 功氏

北海道腎臓病患者連絡協議会

# 障害者自立支援法(更生医療含む)審議の 国会・厚生労働委員に要望書提出



北海道腎臓病患者  
連絡協議会

会長 川村隆志

の法案が通ると事実上更生医療は使えなくなります。

この問題に対して3月には選出の国会議員、道議会議員、そして4月には法案を審議中の国会の厚生労働委員全員に要望書を提出しました。

また3月24日に行われた国会請願では、私も行きこの法案について国会議員に説明し北海道の実情を訴えました。

このような状況を見ますと、今まで患者会活動で築き上げてきたものが少子高齢化社会になると共に崩され、障害者の我々に対し次々と負担が強いられてきています。私たちは、今回の改悪の影響を探りながら行政に声を出していかなければ社会保障制度は益々後退していくことでしょう。

そうならないためには、会員皆で一致団結してこの問題に取り組んで、患者組織を強固なものにし訴求力を高めていかなければなりません。

平成17年10月からの透析患者の負担額について(更生医療を含む障害者自立支援法案が国会で可決の場合)

① 入院給食費支給は皆なし

● 生活保護世帯・市町村民税非課税世帯の場合

現状通り負担なし(但しマル障を使用した場合)

② 市町村民税は払っているが所得税は非課税の世帯(世帯主の場合)

現行1,000円台の負担↓5,000円の負担

③ 所得税を払っている人の場合

現行、所得に応じて1,720円〜9,400円の負担↓一律10,000円の負担

初夏の候、皆様体調は如何でしょうか。

昨年度は、多くの役員が亡くなられました。皆様には、それぞれ生活があつて家族がいます。仕事をもっている方もいます。そして透析患者でもあります。自分の身体は本人にしか分かり得ません。どうか皆さんご自身の体調管理をお願いします。

昨年10月、道の重度心身障害者医療助成制度(マル障)の一部患者負担に引き続き、国の事業である更生医療(透

析医療費に適用)が平成17年10月より大きく変わろうとしています。障害者自立支援法

という名の更生医療患者負担法案です。所得税課税の人は皆10,000円です。2003年に導入された「支援費」

制度が財政難に陥ったことから、国と都道府県に費用負担を義務化する一方、新たに原則1割の自己負担を導入する

ということとです。道は、マル障見直しの緩和措置として更生医療施設を増やしたことで理解を求めてきましたが、こ

今後この負担額10、000円は法案成立後3年経った段階で20、000円に引き上げることが検討されています。透析患者の場合、特定疾病療養受領証（マル長）で透析に係るものは月上限10、000円ですが今後この上限額も引き上げられないとも限りません。

〈北海道医療給付事業（マル障）に伴う市町村の状況（平成17年4月1日現在）〉

残念ながら市町村負担で、マル障の一部患者負担を導入延期していた34市町村全て1割負担導入となりました。今後は、道の実施する実態調査がまとまり次第、見解が出されます。その内容と道腎協が1月に行ったアンケート結果、更生医療の問題と合わせて我々の立場で道に意見を申し上げます。

〈障害者自立支援法（更生医療含む）国会審議の6月の状況〉  
今通常国会が延長国会となる様子で、障害者自立支援法

は7月に入ってから審議大詰めか？法案が可決されると、10月もしくは1月からの施行も考えられます。

## 道への「腎疾患総合対策」の早期確立 に対する要望事項（平成17年2月28日提出） と道の回答要旨（平成17年3月31日）

1 重度心身障害者医療助成制度（マル障）に対する今後の対応について

アンケートを行いましたので、別紙の資料を参考に道の見解をお願致します。

平成16年10月から、これまで重度障害者の医療助成制度である重度心身障害者医療給付事業を見直し、これまでの初診時一部負担金のみから、すべての住民税課税世帯に対して全国一高い1割負担（月額上限額 通院12、000円 入院40、200円）を求められました。この件について全道会員の影響調査（ア

回答：子ども未来づくり推進室  
・道といたしましては、重度心身障害者医療給付事業の平成16年10月からの見直しに伴い、受診頻度の高い障害者に係る医療費負担の実態や他の公費負担医療制度の適用状況など、受給者への影響を把握することとしております。

2 更生医療制度の適用について

マル障見直しに関連し、更生医療の指定医、院外薬局の更生医療の指定と全道の透析施設の大半が適用になり利用する患者も増えたと思われま。厚労省から更生医療と育成医療の一部負担案が示されま

・この実態把握には医療費負担に係る様々なデータが必要であることから、この間、事業実施主体である市町村や国保連合会と相談しながら調査方法や調査対象等について検討してきているところであり、制度見直し後の状況が明らかになる第4四半期分のデータがまとまるのを待って、貴協議会など患者団体の協力も得ながら、具体的な調査に着手してまいりたいと考えております。

した。「重度で継続」した医療を必要とする腎機能障害者への負担上限（月額）は市町村民税課税世帯で収入の少ない順に2、500円＋食費、5、000円＋食費、所得課税税世帯は10、000円＋食費とされています。「一定以上所得者」（年間所得税額30万円以上）は腎機能障害者以外では「給付対象外」とされています。

所得税課税世帯の人は更生医療の給付は事実上なくなることとなります。これ以上改善がすすめられる事は納得できません。道ではこの件についてどのような対策を考えているか回答して下さい。

### 回答…保健福祉部障害者保健

#### 福祉課

・自立支援法案においては、現在の障害に係る公費負担医療である、精神、更生、育成の3制度について、

特に、対象医療費や公費負担が急増していること。また、3制度とも、医療費や所得に応じた負担制度でありながら、軽減の仕方が異なっており、公平性を欠くなどから3障害を統合する法体系により各制度共通で、医療保険と共通の医療費と所得に着目した公平負担の仕組みとしようとするものです。

・道としては、更生医療をはじめとする公費負担医療の見直しにより、特に低所得者層を中心として過度の負担増とならないよう、対象者の範囲等について、実態を適切に踏まえて定められるよう、国へ働きかけを行ってきたい。

### 3 北海道における災害発生時の透析医療体制を確立し

て下さい。

2004年は全国的に地震、台風と過去にない多い年でした。北海道は日本でも有数の地震多発地帯で、大・小とわず毎年幾多の地震を経験しています。昨年9月8日台風18号では直撃を受け、道内は大きな被害にありました。

透析医療には水と電気が不可欠であり、行政、施設などのオンライン化の整備をして下さい。

### 回答…保健福祉部疾病対策課

・道としては、地震などによる大規模災害が発生した際の医療を確保するため、災害拠点病院の整備を進め、北海道地域防災計画に基づく被災患者の収容や医薬品・医療材料等の貸出等により地域の医療機関の支援をはじめ、道においても備蓄医薬品の供給等を行うなどの体

制整備を図っていると承知です。

人工透析については、厚生労働省防災業務計画による、社団法人日本透析医会災害時情報ネットワークの活用など、社団法人日本透析医会との連携による人工透析患者の受療状況及び透析医療機関の稼働状況、水・医薬品の確保状況などの情報に基づき、受療の確保を図ることとしています。

さらに、給水や電力供給についても災害時における供給計画に基づき応急復旧対策を講ずることとしており、関係機関との緊密な連携の基に人工透析患者等医療を必要とする被災者に対する医療体制の確保について万全を期すよう努めてまいりたいと考えています。

#### 4 通院交通費助成について

本道における通院交通費の充実に進めて下さい。

本道特有の広大な地域では通院交通費に掛かる経済負担が大変重く困難です。

北海道医療給付事業見直しに伴うフォローアップ施策では交通費を充実させたいという事ですが見解をお願いします。

#### 回答…保健福祉部障害者保健

##### 福祉課

・これまで、北海道では、人工透析療法を受けている方々について、居住地の市町村に人工透析を実施する機関が無く、他の市町村に通院しなければならぬ場合などにおいて、交通費の負担を軽減するため、その一部を助成してきたところです。

平成16年10月の北海道医療給付事業の見直しに伴い、更生医療による受

診の増加が考えられるところから、更生医療の指定医療機関の拡大に努めてきましたが、なお、居住地に更生医療の指定機関がないため、他市町村への通院を選択するケースが考えられることなどから、こうした方々への支援方策として、昨年10

月から、これらの方々についても助成対象としたほか、市町村合併により、医療機関が居住地にあることとなった方についても経過的に対象とするのと致しました。

また、16年度において、通院実態を踏まえ、補助率、補助単価等を見直すこととしていたところですが、急激な変化を避けるため、見直しを3年間先送りすることとしたところです。

#### 5 腎臓移植推進普及活動について

##### 腎不全患者の私達にとって

腎臓移植は唯一の根治療法です。臓器移植法施行後、脳死による臓器提供は低調で、心臓停止による移植が可能な腎臓移植も停滞しています。このような状況のもと臓器移植のための提供者と移植患者と医療関係者らの間を調整する「移植コーディネーター」の役割が大変重要になってきます。

コーディネーターを増員し身分を保障することが重要です。特に、臓器提供に直接効果のある「院内コーディネーター」の増員を要望します。

#### 回答…保健福祉部医務薬務課

・医療機関内において臓器の移植に関する知識の普及啓発等を行うことを目的で設置した院内移植コーディネーターについては、昨年、14名に対し委嘱し

たところであり、今後とも適宜、増員していく予定

です。

また、都道府県臓器移植コーディネーターの法的資格化などの身分保障の確立につきましては、全国衛生部長会を通じて、国へ要望をしておりますが、道といたしましては、同コーディネーターの資質向上に努めると共に、関係医療機関と同コーディネーターの連携をより緊密にすることにより、道内の臓器移植が円滑に推進できるよう努めてまいります。

・北海道では現在、日本臓器移植ネットワークの移植コーディネーターが配置されていないことから、早期に配置されるよう働きかけて参ります。

# 第28回道腎協定期総会開催



亡くなられた仲間のご冥福を祈り「黙祷」を捧げました。

開催地旭川の青柳旭川地方腎友会会長は「道腎協総会が旭川で開催されたことに対し感謝申し上げます。道はマル障の全国一高い自己負担、又、国では更生医療体制を改悪しようとしています。これから一人一人の団結力で改悪を阻止していきましょう。」と挨拶されました。続いて川村隆志道腎協会長からは「本年度も道腎協の各行事運動におきまして会員の皆様、地方腎友会の方々のご協力を得ながら活動してまいりましたことに對して、お礼申し上げます。今まで築き上げてきたものが少子高齢化社会になると共に経済基盤の弱い障害者の我々に次々と負担が強いられています。今まで以上に力を

## 《来賓》



財団法人北海道難病連旭川支部  
支部長 工藤フサ 様



旭川市長 菅原功一様代理  
上林宏次 様



北海道議会議員・日本共産党  
真下紀子 様



衆議院議員・民主党  
佐々木秀典 様

## 祝電・メッセージ

北海道透析療法学会

会長 大平 整爾 様

北海道透析医会

会長 今 忠正 様

旭川市医師会

会長 増田 一雄 様

財団法人北海道腎臓バンク

理事長 武井 正直 様

北海道移植者協議会

会長 松浦 信博 様

旭川市議会議員・公明党

安口 了 様

北海道議会議員・民主党

池本 柳次 様

蝦名 清悦 様

岡田 篤 様

沖田 龍児 様

高橋 由紀雄 様

滝口 信喜 様

佐々木 隆博 様

北海道議会議員・自由民主党

小野寺 秀 様

加藤 礼一 様

清水 誠一 様

北海道議会議員・公明党

佐藤 英道 様

横山 信一 様

結集しこれまで培ってきた大きな力と多くの仲間と一緒に



川村隆志 道腎協会長



青柳正一 旭川腎友会  
会長 (道腎協副会長)



司会の小平敬明  
旭川腎友会事務局長  
(道腎協幹事)



祝電・メッセージ  
加野はるみさん (旭川)

後退する福祉を少しでも食い止めなければなりません。そして、私たちは皆患者です。どうか皆さんご自身の体調管理をお願いします。」と挨拶がありました。

続いて来賓の佐々木秀典衆議院議員は「患者を取り巻く環境は年々厳しくなっています。国では財政のつけを国民に回し、医療費の自己負担を今以上に多くしようとしています。これをくい止めるよう障害者のための紹介議員にもなり力にもなります。」と挨拶されました。

次に真下紀子道議会議員は「道は財政危機を道民のつけにしています。障害者の方にはすでにマル障の自己負担を強いられ、さらに更生医療制度の改悪が行なわれようとしています。障害者団体の陳情などに協力します。」と挨拶されました。旭川市長代理旭川保健所次長、上林宏次様は「道

腎協・地域腎友会は患者のよりどころになっています。」と挨拶され、北海道難病連旭川支部長、工藤フサ様からも挨拶をいただきました。

次に、祝電・メッセージが加野はるみさん(旭川)より披露され、その後、議長団の選出に入り柳沼正一氏(札幌)高橋幸一氏(旭川)の2名が選出され議事に入りました。

澤内事務局長より平成16年度活動報告、堀井会計より平成16年度決算報告、蓬田・福原両会計監査役より会計監査報告があり、3件一括で拍手をもって承認され休憩に入りました。

続いて、平成17年度活動方針(案)が掛札副会長(釧路)より平成17年度予算(案)が堀井会計より提案され、質疑応答の後、拍手をもって承認されました。

スローガン(案)は水島運営委員(室蘭)、総会宣言(案)

北海道議会議員・フロンティア議員会

会長 岡田憲明様

織田展嘉様

金岩武吉様

久保雅司様

山本雅紀様

社団法人全国腎臓病協議会

会長 油井清治様

愛知県、秋田県、石川県、茨城県、

岩手県、愛媛県、大阪府、岡山県、

香川県、鹿児島県、神奈川県、岐

阜県、京都府、熊本県、高知県、

埼玉県、佐賀県、滋賀県、静岡県、

千葉県、東京都、徳島県、栃木県、

鳥取県、富山県、長崎県、長野県、

奈良県、新潟県、広島県、兵庫県、

福島県、宮城県、宮崎県、山形県、

山口県、山梨県

展示にご協力頂いたメーカー

エルピス株式会社様

ベーター食品株式会社様

商品提供にご協力頂いたメーカー

三和科学研究所様

オンキョーリブ株式会社様

◎皆様に心より感謝申し上げます。



活動方針を説明する  
掛札聖副会長



会計報告をする  
堀井和彦会計



活動報告をする  
澤内繁雄事務局長

は野原寿二氏（旭川）が原案を朗読して提案、拍手で採択されました。  
その後、平成17、18年度新役員（案）が山口副会長（苫小牧）から提案され、拍手で承認されました。議長団の解任の挨拶があり、すべての議

事が終了しました。  
続いて、永年道腎協役員で活躍され今期限りで退任する3名と故人2名に、川村会長より感謝状の贈呈が行われ、大澤運営委員（十勝）の閉会の挨拶で無事終了しました。  
午後1時より記念医療講演会が「腎臓移植のQ&A」と題して市立旭川病院泌尿器科診療部長、金川匡一先生を講師に行われました。講演内容は機関紙「どうじん」次号に



議長団左から柳沼正一（札幌）・高橋幸一（旭川）両氏



総会会場、質疑応答の様子 下川氏（札幌）



会計監査報告をする蓬田雄一・福原真理子両氏

感謝状を贈呈された方々  
桑島 智義 様  
平成9年〜16年 運営委員  
澤内 繁雄 様  
平成9年〜16年 事務局長  
橋本 巖 様  
昭和61年〜63年 幹事  
平成3年〜10年 幹事  
平成11年〜16年 運営委員  
故 村本 徳雄 様  
昭和57年〜59年 運営委員  
昭和63年〜平成2年 会計監査役  
平成3年〜平成16年 会計  
故 井上 茂 様  
昭和60年〜平成16年 幹事  
永い間ありがとうございました。



感謝状の贈呈



掲載予定です。

前日(28日)は旭川の奥座



閉会の挨拶をする  
大澤則夫運営委員



H17・18年度役員(案)を  
提案する山口信子副会長



総会宣言を読みあげる  
野原寿二  
旭川地方腎友会副会長



大会スローガンを読みあげる  
水島裕運営委員



旭川地方腎友会の皆さんと道腎協スタッフ

その後、午後6時30分より旭川地方腎友会のご協力により、打ち合わせを行いました。その後、午後6時30分より旭川地方腎友会のご協力により、打ち合わせを行いました。



医療講演会の  
金川匡一先生



総会前日、交流会



交流会受付の皆さん

74名の出席で交流会が行われ、バンド演奏(アコースティックデュオ「翼」)、小野英樹さん、上田政一さん、ピンゴゲーム、カラオケなどで楽しい一夜を過ごしました。  
今回の総会・交流会は、旭川地方腎友会の役員・会員の皆様に全面的に協力していただき大成功に終わりました。本当にありがとうございます。  
(報告 澤内)



交流会で演奏のアコースティックデュオ「翼」

# 第58回

# (社)全腎協北海道ブロック会議報告

平成17年4月16日(土)・17日(日)の両日、札幌のホテル札幌会館に於いて、第58回(社)全腎協北海道ブロック会議がオプ

ザーバー1名を含む29名の出席により開催されました。

山口副会長(苦小牧)の開会の挨拶に始まり、諸先輩の



冥福を祈り黙祷を行ないました。

川村会長からは、「昨年は『重度心身障害者医療給付事業』

マル障問題対応の活動でしたが、今度は厚生労働省から更生医療の一部負担が示されま

した。これが決まると所得税課税世帯の人は更生医療の給

付は事実上なくなる事になります。これ以上改悪がすすめ

られる事は納得できません。この問題に関し、本道選出の

国会議員、道議会議員に対し反対の要望書を提出しました。

又、国会請願に出席し国会議員に直接訴えてきました。明

るい話題では昨年度より84名の会員が増えています。」と挨拶

がありました。

続いて議長に柳沼運営委員

(札幌)を選出し議題に入りました。

## 議 題

### (1) 地域患者会組織活動報告

#### 旭 川

旭川市は「マル障制度」見直し導入を平成17年4

月から実施。殆どの施設が更生医療指定になった。

・次年度(平成17年度)、新たに「組織強化委員会」

を設け会員拡大に向けた施策を出し実施していきたい。

#### 岩 見 沢

・岩倉会長、松本事務局長退任、相談役に。

・公費負担医療(更生医療)

#### 浦 河

問題の件で国会議員への要望書提出。

・透析医が3月末で退職し後任の専門医不在、現在の内科医が担当している。

#### 江 別

・更生医療改悪案への陳情を町村外務大臣に提出、

又、地元選出道議2氏へ文書で要望書提出。

・新患者の入会勧誘強化実施中。

#### 小 樽

・小樽リハビリテーションクリニック、平成16年11

月15日で透析施設閉鎖、患者4名は市内の施設へ

移動する。

・腎移植キャンペーンの実施にあたり、臓器移植に

ついでに勉強会が必要と考える。

## 北見

・北見市長、北見市議会議長に対し「交通費助成制度の拡充について」要望書提出。

・市の回答では腎臓機能障害者についてタクシーチケット30枚から45枚に増やすとのこと。

## 釧路

・道東地区学習交流会及び講演、50名参加。

・役員選挙管理規定ができて3年目、役員のなり手がいない現在、当規定の運用及び選挙管理委員会の動きがスムーズに運ぶかどうか懸念される。

## 札幌

・平成16年10月30日、結成30周年記念の集い開催、参加者109名。

・施設幹事の勉強会と役員育成。

・会員増加策として施設訪問。

## 道南

・函館市が平成16年12月1日、戸井、恵山、樞法華、南茅部の4町村と合併し新函館市となる。旧町村の透析患者の通院交通費助成は5年間従来通り補助される。

・函館市へ交通費助成制度の自動車燃料費助成を要望。

## 十勝

・清水赤十字病院平成17年3月より透析患者通院送迎バス運行実施。

・帯広東内科循環器科クリニック平成17年4月6日開院ベット数12床。

・会員拡大に向けての各施設幹事、三役の勉強会。

## 苫小牧

・マル障1割負担の説明のため更生医療とマル障の資料を配布。

・会員拡大を最大の目標として患者数の多い施設へのこまめな対応を進めた。

## 根室

・新市立根室病院の移転候補地決定。腎友会として病院移転に伴う問題点を整理し市へ訴えていく。

## 室蘭

・室蘭市より助成を受けている団体52に平成17年、18年度と段階的に助成金の廃止について通達があった。

・17年度から補助金廃止にそなえ、他の事業収入拡大を考えている。

## 紋別

・会長不在のため会の動きがとれず会員の減少につながっている。

## 夕張

・役員のみ手がいないので苦慮している。

## 留萌

・留萌管内鬼鹿地区の地震災害を受けた会員に見舞い金を送る。

・会員50名になり今後とも拡大を図っていく。

## 三笠

・医療費等の後退により会員拡大が大変むずかしい状況。



小清水

・会員拡大について80歳以上の高齢者が13名程いて何処まで勧誘していいのか判断が難しい。

名 寄

・役員会、忘年会、新年会等の会合の都度、腎友会の必要性、役割、活動について理解と賛同を得ることが出来るようになってきた。今後も1人でも多くの会員の仲間を増やしていく。

※ 各地域腎友会は道腎協全体での「マル障見直しに関するアンケート調査」を実施し「障害保健福祉施策(更生医療、育成医療)の見直しに反対する要望書」を地元選出の国会議員、道議会議員、地元首長に積極的に提出しました。

(2) 第26回全腎協総会報告  
(3) 第34次国会請願報告

今回、更生医療を含む「障

害者保健福祉施策の見直し法案(障害者自立支援法)」に反対する要望を五十嵐氏(釧路)が請願集会に出席し、北海道の実情とともに国会議員の皆さんに訴えてきました。

(4) 第28回道腎協定期総会議案について

① 平成16年度活動報告  
文書の多少の手直しがありました。承認されました。

② 平成16年度決算報告  
③ 平成16年度監査報告  
多少の質問がありました。承認されました。

④ 平成17年度活動方針(案)  
⑤ 平成17年度予算(案)  
若干の質疑の後承認されました。

⑥ 平成17、18年度役員(案)  
⑦ スローガン(案)  
⑧ 総会宣言(案)

承認されました。

(5) 道との意見交換会報告

今年度で第4回目になります。双方の日程調整がつかず実現できませんでした。5項目の要望事項を提出し書面回答をいただきました。(P35)

(6) マル障、更生医療制度について

(7) その他  
第28回道腎協定期総会旭川大会

医療圏別透析医療の現況

道のまとめ (平成16年9月30日現在)

医療圏	実施施設	患者数	透析装置台数	1床当たり患者数	
札幌	幌	87	4,316	1,953	2.21
南渡島	島	13	732	290	2.52
南 渡 島	山	1	48	12	4.00
北渡島	山	2	62	26	2.38
後志	志	11	546	216	2.53
南 空 知	知	6	463	152	3.05
中 空 知	知	5	337	122	2.76
北 空 知	知	1	62	15	4.13
西 胆 振	振	10	580	256	2.27
東 胆 振	振	6	490	183	2.68
日 高	高	3	172	73	2.36
上 川 中 部	部	14	883	312	2.83
上 川 北 部	部	3	155	55	2.82
富 良 野	野	2	97	32	3.03
留 萌	萌	2	120	33	3.64
宗 谷	谷	4	111	36	3.08
北 網	網	9	563	204	2.76
遠 紋	紋	5	159	62	2.56
十 勝	勝	18	663	299	2.22
釧 路	路	9	515	189	2.72
根 室	室	2	138	41	3.37
合 計		213	11,212	4,561	2.46

◎平成16年透析調査道まとめ

道のH16年9月30日現在の調査によると、道内透析患者は前年同期調査より1999人増え11,212人となった。全道の調査協力医療機関は213施設。この調査は協力施設機関の申告を基にしているため、道は、透析患者の実数はもっと多いと見ている。(平成17年2月医療新聞より)

# 第34次国会請願報告

加野 はるみ

(旭川地方腎友会)

3月24日(木)、第34次国会請願に初めて参加させていただきました。

衆議院第一議員会館に次々会員が集まり、午前10時に第一会議室に入りました。約180人の参加ということでひとつの部屋に入りきれず、別室に入られた方も多数いるようでした。

第一部では障害者自立支援法「各政党に聞く」ということで、全腎協会長の挨拶に続き釧路から参加の五十嵐信康さんの「患者の訴え」がありました。その後自民・公明・民主・共産・社民と各議員さんからのお話がありました。公明は与党の立場から障害

者自立支援法の歯切れの悪い説明があり、野党からは障害者自立支援法はおかしい、まだまだ議論が必要だと力強い言葉もありました。

第二部に請願集会となり、国会議員の方々の1分スピーチが15名ほどあり、昼食となりました。午後すぐにたくさんの署名の束をかかえてまず衆議院議員佐々木秀典氏にお会いし、マル障で北海道が他の県より医療費の自己負担が一番多く、自立支援法で負担がより増えることを訴えました。その後衆議院議員金田誠一氏には部屋の入り口でお会いできましたが、三井辦雄議員、石崎岳議員、鉢呂吉男議員、伊達忠一議員、風間昶議

員にはお会いすることができず(外出中のため)、秘書の方にお願ひしてきました。

初めての参加で何もわからずただついて歩いただけでした。事前に紹介議員には連絡を取ってあるとのことでしたが、なかなか会えず、秘書の方々の受け答えも「こんなないがしろなのか」と、

さみしい気持ちになりました。沖縄から初参加だという2人の女性は、事細かなスケジュールを作成し、議員さんにも事前に電話連絡でアポを取ってあるとのことでした。感心させられました。

北海道から参加の私以外の方は、以前に経験があったとまどうこともなさそうでしたが、私自身は国会請願のなんたるかを、わからないなりにもっと下調べするなりコミュニケーション(同行者)をとるべきだったと反省しました。

請願行動の後に小樽の北さんのご尽力で議事堂内を見学でき、とてもいい経験となりました。

他県の多くの会員と会う機会があることになにかエネルギーを吸収できるような気がしました。今度は全国大会に参加してみたい!そんな気持ちで報告を終わります。



左から北さん、五十嵐さん、加野さん、川村会長、佐々木衆議院議員

# (社)全腎協・全国大会報告

## 全腎協全国大会に参加して

運営委員

近江谷 守(旭川)

2005年度全腎協全国大会は水の都「新潟市」で開催。

「学習しよう、実践しよう、大切な自己管理」を合言葉に新潟市内でも一際高いビル、複合コンベンション施設「朱鷺メッセ」に全国各地から1,200名の会員・家族が参加。北海道からは旭川から2名、札幌から2名、釧路から新全腎協北海道ブロック担当理事栗山さんの計5名の参加でした。

22日午前9時「全体会」の開会、歓迎の挨拶や主催者の挨拶の後、3名の方の「患者の訴え」、金子全腎協常務理事の「基調報告」が有り大会決

議案を採択、休憩を挟んで新潟大学副学長の下条文武先生

による「腎臓病と長期透析合併症との上手な付き合い方」と題した記念講演がありました。3名の方の患者の訴えは、来賓として出席していた行政関係者、議員、医療関係者など多くの方々へ障害者とりわけ私たち透析患者の実情を理解していただく機会と成ったのではないのでしょうか。

この大会を機に新潟県や新潟市でより進んだ医療・福祉施策実現に向けた取り組みがなされることを期待します。又、この積み重ねが全国に繋がりが広がって行く事が全国各地で

開催される「全国大会」の意義でもあると感じました。

午後1時から五つの「分科会」と昨年の全国大会で初めて実施して好評を得たフォーラム・シアター(討論劇)が開催され、私は第5分科会の「魅力ある患者会を目指して」に参加、司会は中村全腎協理事、担当は油井全腎協会長、参加者は60名程でした。

2時間という限られた時間の中で結論を見いだすという

作業はなく、各地の会員拡大

に向けた取り組みの実情を発表しあうという展開に開始しました。この事は道腎協のブロック会議での役員研修会で話し合われた内容の域を越えるものではありませんでした。

患者会の魅力探しは、患者会の中だけでは探しきれないものなのでは。全腎協、県(道)腎協、地域腎友会、病院腎友会それぞれ自分たちが思う魅力と外から思われる魅力を探し備える事が出来ればと感じています。

TVコマーシャルでマンダロープの植林で環境問題に取り組んでいる企業があります。この様な事業展開等に私たち患者会の魅力づくりに必要なヒントがあるのでないでしょうか。日本海随一の都市「新潟市」での全腎協全国大会へ参加しての感想です。



# 道腎協・事務局長

いづくのいづれ

## 退任あいさつ

澤内 繁雄



今度、私事の都合により道腎協事務局長を辞任することになりました。

私が患者会に関わったのは札幌に移転して間もなくでした。平成6年札幌腎友会からの誘いがあり、役員を引き受ける事になり、その後平成9年道腎協結成20周年の節目の年に事務局長に就任する事になりました。

しかし私自身まだまだ患者会の組織がどの様なものかわからないままで、引き受けたものの、文書作成、人前で話をする事すらできない者が仕事や透析をしながら事務局の仕事ができるか不安でした。幸い岩崎薫元会長始め、故村本徳雄氏又、役員の皆さんの協力により諸先輩の築いてくれた大切なものを学び、現在の私を育ててくれた事に感謝しております。

最近、私達患者を取りまく医療制度は非常に厳しくなってきました。すでに食事代の有料化の実施。道の重度心身障害者医療助成制度（マル

障）の一部負担又、追討ちをかける様に国の事業である更生医療制度も大きく変わろうとしています。

この様な改悪に対し道腎協としては他の障害者団体と共に道知事、地方自治体首長、国会議員、道議会議員、各自治体議員の皆さんに要望書、請願署名など数多くの活動を繰り広げてきました。おそらく道腎協始まって以来の反対運動ができたことを確信しています。今後これ以上自己負担が増えることは死活問題になりかねません。今まで運動をしてきたものを無駄にする事のないよう行政、各自治体と繋がりを持ち活動していただきたいと思います。そして4年間続けてきた道との意見交換会は私の意思としては必ず継続してほしいと思います。この8年間を通じて思うことは、患者・役員の高齢化が深刻な問題であることです。

患者会は長い歴史があるので組織運営のあり方を考え、患者会活動のできる若い専従スタッフを養成することが急務に思われます。事務局の仕事も三上事務局次長がいてくれた事により安心して自分の仕事と会の仕事の両立ができました。

私のモットーとして、できる限り外廻りをし外部との繋がりを大事にしてきました。一番苦手な文書作成も皆さんに協力をしていただきながらなんとか形になっていました。8年間いろいろな思い出があります。

我々の患者会は全員が透析患者で構成されています。一人一人がいつどうなるかわかりません。自分の体調に合った活動をしてください。皆様には本当に長い間に感謝し、退任の挨拶とさせていただきます。

# 地域腎友会事務局長コーナー

## 希望を捨てずに暮らしたい

小樽後志地方腎友会

事務局長 松川 緑

小樽後志地方腎友会は今年で24年目を迎えます。24年前、その頃私はまだ20代、今の自分は想像もつかなかったでしょう。未来に夢と希望を抱いて、これから迎える人生に胸膨らませていたと思います。24年も前から多くの人が活動していたのには頭が下がります。

今から18年前、不調で入院し、腎機能低下と告げられ、そのまま8ヶ月間の入院生活を送りました。

そして12年前に透析導入。「永く生きられない。生きていてもベットで寝たり起きたりの生活。お金の事、治療の事、子供の事、考えると体の力が抜け、何もする気になれなかったのです。ところが今はそんな時代ではありませんでした。透析は延命治療ではなく、社会復帰が目的だと、患者会に入って知りました。実際患者会の人達は驚くほど元気な人ばかりでした。今思うとその頃から私の考えが変わった

気がするのです。『夢や希望は捨てなくていいんだ。』そう思うと、自然に元気になり、周りから目の輝きが違うと言われる様になったのです。

私のような思いで暮らしている人に、患者会の存在を伝えたいと思いました。不幸にして同じ病気になった人に、いつでも、どこでも、誰でも、お金の事を心配しないで、安心して治療が受けられるのは、患者会の活動があったからなのだと。

ところが今、透析患者にとつて大きな転換期を迎えようとしています。私達におそいかる医療の改悪は、この先どこまで続くのでしょうか。

得られる情報はかつてより多くなっています。それだけに正しい情報とは何か判断するのが難しい時代になりました。

た。そうした中で正しい情報を伝えられる患者会でありたいと願います。難しい事ではなく、目の前にある事から始める。今の状況を良く理解し、聞かれたら答えられる様に問題を良く勉強する。患者が今、何を望んでいるか知り、一緒に解決するなど、小さな事の積み重ねで会員に頼られる患者会になりたいと願うのですが、現実には、価値観の違いなどで意見のすれ違いが生じる事もあります。しかし目指す目的は同じのはずです。この先、安心して治療出来る事を信じ、前向きに夢や希望を捨てずに暮らせる様になりたいのです。その為に、患者会の活動に加えて頂きたいと切に願います。



# 各地のたより

## 〈江 別〉

### 石狩温泉日帰りツアー

10月31日石狩温泉より迎えるバスが。大勢の参加者がのりこむ。幹事さんよりツアーの約束ごとが伝えられる。

当日は風が強く散策は出来ず足早に浜を一周し温泉に浸かる。湯上がりのビールの美



味しかったこと。食事も好評で食後はカラオケに、再度温泉に。おみやげをかう人など、大変楽しいツアーであった。

(報告 齋藤 義生)

## 〈北 見〉

北見地方腎友会では、昨年12月に北見市の障害者に対する交通費助成制度の見直しについて、「通院回数の多い障害者などに対する助成制度の見直しと、患者の通院形態に合わせてタクシーチケットとガソリンチケットの選択が出来る様な見直し…」の要望書を北見市長、市議会、保健福祉部にお願ひして参りました。その結果、4月1日より腎臓障害の方のみ、タクシーチケットが年間15枚加算となり45枚(1枚で初乗り分)になりました。

今回、チケットの選択は、



見送られました。今後、粘り強く働きかけて行きたいと思ひます。

◎医療講演を予定しています。  
演題1

「腎臓とリンの深い関係」  
講師

東京慈恵医科大学附属育戸病院 腎臓・高血圧内科  
重松 隆 先生

## 演題2

「むずかしい低リン食、やさしい低リン食」

## 講師

東京慈恵医科大学附属育戸病院 管理栄養士  
二瓶 尚 子先生  
日時・場所(北見市内)は未定。  
(報告 浅見 恭行)

## 〈十 勝〉

## 新年会

去る1月29日、十勝川笹井



ホテルにて、腎友会の新年会が開催されました。

今年は温泉で一泊二日の新年会という事で、宴会もゲームが盛りだくさん：座布団取り、アッチ向いてホイッ！ワソコインゲーム、ビンゴ等、内容豊かで大変盛り上がり、参加した皆さんは久し振りに大笑いしたそうです。（最近暗いニュースばかりで笑う事ありませんよね！）

（報告 小笠原和枝）

## 〈留 萌〉

### 平成17年度定期総会

盛大に終わる

平成17年度定期総会を4月10日に開催、参加人員18名で実施。議長の進行で無事終了、その後慰労会を実施、盛大の内に終わる。

問題点としては、会員の減少。加入者をいかに増やすか討議する。

最後に、私は今年から会長



となったが、前会長の指導のもと役員の方と会員の皆様の協力をもって明るい団結のある会にしたい。

（報告 浦田 光男）

## 〈苦 小 牧〉

### 第31回定期総会開催

1月30日(日)、第31回定期総会がグランドホテルニュー王子に於いて、来賓に顧問・苦小牧市議会議員の吉田正義氏をお迎えして、会員及び家族

72名の参加のもと開催された。

総会次第にのっとり黒田秀樹氏（王子病院）を議長に第1号議案事業報告、第2号議案決算報告、福田昭一氏（千秋医院）の会計監査報告、そして第3号議案事業計画、第4号議案予算（案）が説明され、議場に諮り、全員異議なく原案通りに承認可決された。

第5号議案その他で事務局から「役員報酬規定」の改定が提案され、役員手当てを年間7万円から10万円に増額することで議場の承認を得られた。

続いて会員から「香典を支給してはどうか。」との提案がなされた。一度幹事会で検討したが、却下された経緯を説明したが再度検討することで事務局一任となった。

次に役員改選の報告があり、「どのように役員を選出したら良いか、またどなたか役員候補者はいないか。」と、議場に諮ったところ、「苦小牧腎友



会会則に役員候補者の立候補条文が無いので立候補できないのではないかと、問題が提起され、幹事会で会則の改定を再検討することとなった。また、事務局役員候補者（案）を配布するべく手配をしていたところ、役員候補者（案）も事務局一任で承認という形になり事務局の大失態で誠に申し訳なく事務局役員候補者

(案)として後日配布し、来年度役員改選をすることで承を願う。

ついで永年透析会員の表彰と記念品贈呈では25年表彰1名、20年表彰2名、15年表彰9名の会員が該当した。

自己管理と栄養管理と真摯な生活態度は我々患者の模範となり元気な会員がおられる事で励みにもなり、誠に喜ばしい限りだ。

続いて新年会では、沖田道議会議員の挨拶と祝杯の音頭で宴に入り、抽選会、カラオケと楽しい一時を過ごし、岩田市議会議員の万歳三唱でお開きとなった。会員の皆様、来年もお元気ですまた会いましょう。

(報告 河内 英樹)

## 〈室 蘭〉

### 腎友会六施設

#### 秋の合同一泊レク

昨春秋、腎友会の一泊レク



を小樽方面、余市、赤井川村キロロヤマハで実施しました。当日は大雪山系旭岳は初冠雪のたより。余市の紅葉はすでに遅しと諦めていましたが、車窓から流れる木々はかろうじて赤い葉を残していました。朝里インターからさらに走ること40分、無事キロロに着、日もとっぷり暮れてしまいました。小休止後8時より、

お楽しみ宴会。車に揺られたせいか食べる食べる。時間も延長し、カラオケも歌い放題。皆さん心ゆくまで飲んで食べました。お開き後、温泉で汗流しに。温泉は身も心も洗い流せるから天国々々、至福の一時です。

翌、31日朝食を済ませ、赤井川から小樽へ、途中道路の脇に雪が積もっています。白樺林が延々と続きその木々の間の、淡い色をした針葉樹、緑鮮やかなエゾ松、トド松、朝日のように燃える真つ赤な紅葉、うるしの葉に一喜一憂し、自然の織りなす美のコントラスト、澄んだ空の青さにただただうっとり。小樽市内の自由散策。小樽の見どころいっぱい。裕次郎館、ガラス館、オルゴール館、鮮魚市場等々。何しろこの日は最高気温が9月下旬の陽気。頭から汗が流れ、暑い暑い。「生ビール飲みたいなー」皆さんそれぞれ自由散策し、何はともあ

れ2日間ラッキーな天気でした。

(報告 合田 晃)

## 表紙の写真

「島武意の碧」

撮影者 佐藤 功氏

3〜4年も前になるだろうが、暑い夏の日、友人達と積丹をドライブした。島武意海岸に立ち寄る。暗く小さな手掘りのトンネルがある。この中だけは涼しく天然のクーラーである。ここを抜けると、眼下に広がる碧色の世界、まさに「積丹ブルー」しばしの絶句である。その透明度の深さにたまらず水と遊びたくなる……アラ、水着を忘れてきた！残念！！

## 現在までの歩み

釧路地方腎友会 高橋 亮 三

(38歳 透析歴 14年)



自分が、透析を受けるようになって14年経ちます。最初に腎臓が悪いと判ったのは、東京に仕事行って居た時で、そのころの自分は、無理な生活をしていました。暴飲暴食はもちろんのこと夜更かしをしたりしていました。

そんなある日、頭痛と腹痛に襲われました。最初は風邪をひいたと思いきや飲んでいました。が、その内にオシッコまで止まりました。薬を飲んで治らな

いので大きな病院に行きました。検査はしましたが結果が出るのに一週間後と言われましたが、頭痛も腹痛も治らずに部屋に帰って来ました。そして世話になっていた社長のかかりつけの病院に行き、注射を2本射ってもらったところ夕方にはオシッコが出るようになり頭痛も腹痛も治り仕事にも復帰しました。そして一週間、検査の結果が出る日、病院に行くと言われたと言われ、そのうえ検査入院をする事になりました。その検査は手術で腎臓の組織を取るとの事でした。結果は2個あるうちの両方とも悪くなっていました。その病院で透析を知りました。そして釧路へ帰って来て1年位は、

通院しながら仕事をしていましたが、とうとう透析導入になりました。それでも最初のうちは、週2回だったので仕事もそのまま続けていましたが3回になって辞めました。しばらくは遊んでいました。ある日、難病連と腎友会で合同作業所「さわやか釧路」を設立する事を聞いて、まだ体も動くと思いい登録会員にしてみたいました。最初、軌道に乗るまで、色々ともでもやりました。煙筒掃除、荷物の運搬、ベ飾り作りと自分らで出来る範囲で始めました。現在は印刷会社の受注作業やパソコンを使った打ち込みや弁当屋さんの御飯炊きと配達、年末には年賀状の受け付け、配達、ベ飾りの受け付け、配達をして頑張っています。その中で、自分は二人交替で弁当屋さんに派遣員として行っています。

体に気を付けて頑張つてやってみようと思います。初めて、この様な文章を書く事になり、14年間を凝縮して書く事の難しさを少しわかったような気がします。これが、自分の現在までの状況とさせていただきます。乱文にてすみませんでした。

●現在の日常生活はどう過ごしていますか  
身体に無理しない程度に仕事をしたり、天気の良い日は釣りに行ったりしています。

●食事などの自己管理で注意している事  
出来るだけ、水分量と塩分量を付けるようにしています。

●体力維持に対する工夫は  
何でも食べ、適当に体を動かす事です。

●将来に対する希望は  
出来る事なら完治して、普通の生活をしたい。(体重増加や水分量を気にしない生活)

青年部の秘密

梅原孝之(旭川)



梅原さんによる  
自画像

…これ載っていますか？…  
今、載っていますか？という  
か今読んでいただいているの  
本当に「どうじん」ですか？  
今一度表紙をよく確認してみ  
てください。良く見ると「ど  
うちん」とか書いていないで  
すか？ええ、ケミストリーの  
食が細そうな方の人の苗字で  
す。ちゃんと「どうじん」と  
なっていますか？やはり…本  
当に掲載されてるんですね…。  
このページの前や後ろの記事  
は読んでいただけましたか？  
とても勉強になる話や考えさ

せられる話などがたくさん掲  
載されていますよ…ですよねえ  
…そんな中に迷い込んでしま  
いました…緊張してます…。  
さて「どうじん」の貴重な  
一角をお借りして掲載してい  
るこの青年部のページは、青  
年部がどういった活動をして  
いるかを皆さんに知ってもら  
い、尚且つ新たに青年部に参  
加してくれる若い人、英語で  
言うところのヤングメンにア  
ピールし募るといふ大事な役  
目を持つているいたって真面  
目なページです。いえいえ本  
当なんですよ。青年部発足か  
ら少しずつ部員が増えてきて  
はいますが、いかにせんまだ  
まだ、まだまだまだ…。  
各地各施設毎に青年部員が必  
ずいるという状況でも無い為

に積極的な募集活動が出来ず、  
入部したいとお考えの皆さん  
の声を拾いそびれている状況  
であるという認識は、青年部  
としてもあるのですが…。何  
はともあれモノはためしとい  
う事で、ホンの少しでも興味  
を持つていただけたなら迷わ  
ずに本ページ掲載の連絡先へ。  
インターネット環境がある方  
は軽い気持ちで青年部HP(P  
25)へも遊びにきてください

■全腎協青年交流研修会

日時：8月27日(出)・28日(日)  
場所：東京都内のホテル  
内容：「取材劇」を通じて私達の問題をもつ  
と明らかにしよう！もっと伝えよう！  
参加対象：50歳未満で青年部活動の中心となる方。  
参加を希望される方は道腎協までお  
問い合わせください。

■道腎協 TEL 011-747-0217

ね♪それでは、ご挨拶の代わり  
といつては何ですが、最後に自  
分のHPに掲載してある詩の  
中から一篇捧げつつ…では、ま  
た機会がありましたら…。  
叫ぶうたの独奏会@どうじん  
「セカイのカタスミ  
versionどうじん」  
真実だけじゃ生きられない弱  
さを許せたらいいね  
優しい記憶を「思い出」と名  
前をつけて  
今日を埋めているような世界  
だけねど  
少しイビツで時に風は強くて  
も  
きみも居るからこの世界が好  
きだよ  
何気なくその名前を呟いたら  
僕の何処にココロがあるのか  
わかるような気がするんだ  
悲しい事も繰り返されて  
何も残らなくても  
何か残っても  
何処かへ続いていくよね  
まだ名前のない場所へ  
まだカタチない場所へ  
まだ答えのない場所へ

## 透析患者さんのためのかゆみ対策

### —その2—

#### 心地よい環境に

生活環境にも配慮しましょう。

皮膚を乾燥させないようにすること、刺激を与えないようにすることが大切です。

#### 適切な温度と湿度

発汗は皮膚を刺激します。

夏はクーラー、扇風機などで適度に涼み、冬は、暖房、電気毛布、電気カーペットなどの温度設定を高温にしすぎないように注意しましょう。

湿度は40%以上あれば角質の水分保持能が一定に保たれるといわれています。

#### 肌触りのよい服を身につけて

直接肌に触れる衣類は、刺激が少なく汗を吸収しやすい木綿などをおすすめします。

ナイロンや化繊は吸収性が劣るため、汗がこもり、かゆみを生じやすくなります。ウールは直接触れると刺激を与えらるので、着用する時には肌に触れないようにしましょう。

#### 食事を見直してみよう1

毎日の食事の注意点を紹介します。

#### 透析患者さんのカルシウムとリンの摂取

血液中のカルシウムとリンには深い関係があります。

実は体内では、血液中カルシウムとリンの値を、「カルシウム×リン＝一定」に維持しようとする傾向があります。また、余分なリンはできるだけ尿中へと排泄されますが、腎臓の働きが低下すると、リンの排泄ルートはほとんど失われてしまいます。そのため、血液中のリン濃度が高くなると、カルシウムの濃度が低く抑えられてしまうのです。

カルシウムの濃度が低くなると、体内の副甲状腺ホルモンが増え、骨を溶かしてカルシウムを増やそうとします。溶かし出されたカルシウムが、皮膚・血管・関節などに蓄積されると、かゆみの原因となることがあります。また、カルシウムが溶かし出されると、骨はもろくなり、負荷が加わると痛みを感じたり骨折しやすくなったりします。

以上の理由から、適度にカルシウムを摂ったうえでリンの摂取量を制限することが望まれます。

透析患者さんの食事管理は大変重要です。水分・塩分・蛋白質・カリウムなどの摂取量をコントロールするほか表を利用し、カルシウムとリンの摂取量にも注意しましょう。かゆみ対策と合併症の予防になります。

#### アルコールを摂取するとかゆみを生じやすくなります

アルコールを摂取するとかゆみを生じやすくなります。アルコールを摂ると、血液循環がよくなり体が暖まるため、「ほろ酔い」程度でもかゆみを引き起こします。

#### 食事を見直してみよう2

カルシウムとリンを含む食品をリストアップしました。透析患者さんは表を参考にしながら、リンの摂取量をでき

## ■カルシウム・リンを含む食品

食品名	1回食べる量の目安値		カルシウム含有量 (mg)	リン含有量 (mg)	
牛乳と乳製品	スキムミルク	大きさ4杯	24g	264	240
	牛乳	1本	210g	210	189
	プロセスチーズ	スライス1枚	20g	126	146
	ヨーグルト	1本	90g	108	90
	わかさぎ	2尾	50g	376	340
	まいわし丸干し	2尾	30g	336	432
	煮干し	10尾	15g	330	225
	さくらえび	大きさ2杯	6g	120	72
	さけ缶詰(水煮)	1/4缶	55g	83	176
	かわはぎ味噌開き干し	1尾	40g	76	190
魚類	小女子	10尾	20g	60	94
	ししゃも生干し	2尾	40g	68	126
	魚肉ソーセージ	1/2本	50g	50	100
	みがきにしん	1本	20g	38	100
	すじこ	大きさ1杯	20g	20	100
	たらこ	1腹	80g	10	312
	さきいか	1つかみ	15g	5	92
	まぐろフレーク(味付缶詰)	小1/4缶	50g	2	175
	牛肉(もも)	うす切り1枚	70g	4	133
	豚肉(もも)	うす切り2枚	60g	4	114
肉類	鶏肉(もも)	1/3切れ	60g	3	108
	牛レバー	うす切り1枚	40g	2	132
	豚レバー	うす切り1枚	30g	2	102
	ボンレスハム	うす切り2枚	40g	4	120
	ウインナーソーセージ	中2本	30g	4	52
	鶏卵	1個	50g(60g)*	29	104
	卵黄	1個	20g	28	104
豆腐	もめん豆腐	1/3丁	100g	120	85
	調整豆乳	1杯	206g	64	91
	納豆	1/2包	50g	45	95
	うずら豆煮	中鉢1皿	50g	2	56
穀類	カップヌードル	1個	75g	38	83
	食パン	6枚切り1枚	60g	22	42
	ご飯	1膳	120g	2	36
種実類	いりごま	大きさ1杯	6g	72	34
	アーモンド	10粒	14g	32	73
	ピーナッツ	20粒	16g	8	62
菓子類	ミルクチョコレート	1枚	38g	99	84
	シュークリーム	1個	60g	28	78

平澤由平(監)：透析療法マニュアル改訂第5版、日本メディカルセンター、東京、1999 ※( )内は殻・皮を含む重量

れば1日700〜800mg程度に抑えるように心掛けましょう。なお、リンを多く含む食品には、蛋白質も多く含むものが多いため、蛋白質の摂取量を減らすことなく、低リン食のための食材の選択が大切です。

### リラックスするために

ストレスがあるとかゆみを感じやすくなります。気分転換やリラックスをす

ることは、QOL(生活の質)の向上にもつながります。

### 適度の運動

毎日、軽く汗をかく程度の運動を行うのはたいへんよいことです。

### たとえば

- ゆっくり散歩
- ストレッチ

汗をかいたらタオルなどでふき取ります。

汗で湿った下着はまめに取

り替えましょう。

### 睡眠不足に要注意

かゆみを伴うと眠りが浅くなりがちです。皮膚細胞は夜間睡眠時に作られるため、寝る前にリラックスすることは安眠につながります。逆に寝る前に交感神経を刺激すると寝付きが悪くなります。

眠りにつきやすくする工夫

- 足裏マッサージ
- 音楽を聴く

### こんな時は相談しましょう

● 寝る直前のパソコン作業やテレビなどの刺激を避ける

透析患者さんでは免疫力が低下しているため、皮膚感染症を生じることがあります。

かゆい部分をむやみに掻いて肌に傷がつくと、感染をまねいて重症化しやすくなるため、気になる点などあれば、医師にご相談下さい。

### 足部皮膚病変は早期治療

透析患者さんでは足部病変がよく見られます。足部皮膚病変は、特に糖尿病性腎症の場合には、血液循環の障害、末梢神経の知覚低下なども加わって重症かつ難治化しやすい傾向があります。毎日、足を観察することは不可欠です。早期治療を心がけましょう。

(日研化学㈱ ハンドブックより)

# ほつとステーション

珍しく暇を感じ、何気無しにソファに横になり、ペランダのガラス越しに青く澄みわたった空をぼーっと眺めていた。眩しい程の西日が、否応なく居間のテレビに反射していた。その時画像はともかく、音声だけが強烈に耳に入った。

「ノ、生きるよろこびを受け入れていくノ、太陽は永遠と生命を生み出すノ、」  
迫力ある歌声に身を起こしてテレビの画面を凝視した。それは映画「ライオンキング」でエルトン・ジョンが歌ったあの曲だった。あたかも世間では愛・地球博の開幕で賑わっていた。その前日のイベントで歌われたのだ。何と心に染み入る歌なのだろうと。

この時期、目を外に向けると僅かばかりの花畑も長かった雪の下からやっと土

が顔を出し、可愛い花芽を見つけた時、ああやつぱり春はいいなあと思ってしまう。太陽のありがたさをつくづく実感出来る一瞬でもある。

また、日頃勉強不足の私としては毎年春、特に新年度となるとあちこちの受講者募集欄に目が行く。何か集中して学習しなきゃと夢中で探してみるが、曜日と時間帯が合わず何度もチャンスを逃がしてしまう。「歳月人を持たず」故に、私達患者も然り、日常生活の全てに心底、感謝の気持ちをもてるか、どれだけ一日を大切に過ごしているか、それらの積み重ねが、やがては人生の幸・不幸を左右することになるものと思う。

ともあれ元気で明日を迎える毎日でありたい。

(久原)

●患者・障害者緊急中央行動へ参加（全腎協・他）

日時…6月16日(休)10時～16時

場所…衆議院第2議員会館前  
内容…座り込み・抗議行動・

国会議員要請行動

●道腎協からも数名参加

●第32回難病連全道集会

のお知らせ

■8月6日(出)

全体会（サッポロドームにて野球観戦も予定）

■8月7日(回) 午前10時

札幌市男女共同参画センター・エルプラザ

腎臓部会・医療講演会

大平整衛先生（札幌北クリニック院長）による災害時の

透析に関する内容を予定。

●青い鳥ハガキの寄付

ありがとうございます。

笠原 澄子様

小澤 由紀恵様

西村 さゆり様

川村 隆志様

川村 百合江様

堀井 和彦様

三上 留美子様

福原 真理子様

## 編集後記

道腎協総会も無事に終わりました。旭川地方腎友会の皆さんは、交流会、総会と大変だった事と思います。ホットしたのも束の間で、障害者自立支援法の改定など問題は山積みです。患者の自己負担が増える形で行政が進んでいることを、もったいなく知って欲しい。先日の総会で功労者への感謝状を受けた故井上茂氏のお母様が大変感謝され、涙を流されたこと聞き、感謝するのは私たちの方で故村本徳雄氏にしても然り、長年患者会に貢献し患者会の礎となってくれました。まだまだやりたい事はあった筈、私たちは決して忘れてはならない。沢山の諸先輩の血と汗を土台にして現在があり、そして諸先輩たちが残していったものとして、崩壊していかうとして

(三上)



# 事務局通信

◎地域腎友会事務局変更

浦河地区腎友会

〒056-0025 静内郡静内町木

場町2丁目7-15

鳥羽勝子氏

滝川クリニック透析者の会

〒073-0136 砂川市東6条南

6丁目1-7

小林一幸氏

オホーツク腎友会  
〒093-0042 網走市潮見

61-16

村田 豊氏

岩見沢腎友会

〒069-0361 岩見沢市上幌向

北1条1丁目

吉野 美津留氏

伊達地方腎友会

〒044-0101 虻田郡京極町字

京極145

山中勝志郎氏

◎議案書の17、18年度役員に

追加

幹事

オホーツク腎友会

〒093-0042 網走市潮見

村田 豊氏

滝川クリニック透析者の会

〒073-0136 砂川市東6条南

鳥羽勝子氏

岩見沢腎友会

〒069-0361 岩見沢市上幌向

吉野 美津留氏

## 事務局活動経過報告

- 2月15日(火) 難病連事業資金会議出席澤内事務局長  
2月17日(木) 編集会議  
2月21日(月) 機関紙“どうじん”校正  
2月24日(木) 打合せ会議  
2月28日(月) 「障害福祉施策」に対する要望書 国会議員へ郵送  
3月1日(火) 機関紙“どうじん”2校目  
3月3日(木) 打合せ会議  
3月4日(金) 運営会議資料郵送  
3月9日(水) 機関紙“ぜんじんきょう”No.208発送  
3月10日(木) 運営会議資料作成  
3月12日(土)・13日(日) 運営会議 参加者15名  
3月16日(水) 機関紙“どうじん”第102号発送  
3月17日(木) ブロック会議案内 活動報告書提出願郵送  
3月24日(木) 編集会議  
3月26日(土) 役員改選について 会議  
3月28日(月) 運営会議報告書郵送  
3月29日(火) 機関紙“どうじん”第104号原稿依頼(各地のたより)  
4月5日(火) 会議 打合せ  
4月7日(木) ブロック会議 資料作成  
4月8日(金) ブロック会議 資料郵送  
4月9日(土) 会計監査 蓬田、福原監査役  
4月11日(月) 総会案内 道議会議員31名  
4月15日(金) “ぜんじんきょう”No.208 録音テープ発送  
4月16日(土)・17日(日) ブロック会議 15:00~  
4月20日(水) “どうじん”校正  
4月22日(金) 「障害者自立支援法案(更生医療・育成医療)に反対する要望書」を衆参厚生労働委員68名へ発送  
4月27日(水) “どうじん”議案書第103号 5,600冊入荷  
4月28日(木) 全腎協 事務局だより送付  
5月9日(月) “ぜんじんきょう”No.209発送  
5月11日(水) 自民党主催「障害者福祉タウンミーティング」打合せ  
5月13日(金) 6/25・26 運営会議予約ホテル札幌会館  
5月17日(火) 全腎協 リーフレット、ポスター発送  
5月28日(土) 道腎協総会前日 交流会75名参加  
5月29日(日) 第28回道腎協定期総会 140名出席

■道腎協Eメールアドレスが変更になりました。  
doujinkyou@s52.hsk@aioros.ocn.ne.jp

■青年部に関するお問い合わせは道腎協青年部事務局・吉田季代乃までお願いします。  
TEL・FAX(011)747-0217  
■青年部HPのURLが変更になりました。

<http://123.aaa.livedoor.jp/~dojinkyoo/index.html>

# 快適な透析生活をサポートします

不足しがちな栄養成分の補給に！

透析専門医の協力を  
を得て開発された  
栄養ドリンクです。

好評  
発売中

## エルピス

こんなことが気になる方に

疲れ やすい

透析後の倦怠感

透析後半の血圧低下

貧血 気味

心臓機能の低下

手足のケイレン

これらの症状の大きな原因は、透析を受けている方に必要な栄養成分が不足しているためです。

配合栄養成分 (1本50mlあたり)

アミノ酸類	L-カルニチン	270mg	ルチン	50mg
	L-アルギニン	100mg	ビタミンB群	35.2mg
	アスパラギン酸、 リジン、ロイシン、 バリン、イソロイシン	200mg	(B1、B2、B6、 ナイアシン、葉酸)	
			鉄	4.6mg



1本50ml

発売元：エルピス株式会社  
製造元：中外医薬生産種

エルピス

Elpis

割引ポイント付

商品代金の5%

(次回購入時にご利用ください)

1箱 (50本入) ⇒ 10,500円 (送料・税込み)

お試し用(10本入) ⇒ 2,490円 (送料・税込み)

(内訳) 商品代2,000円・送料380円・消費税110円  
エルピス瓶より日通ペリカン便でお届けします。

ご購入・お問い合わせは

Elpis エルピス 株式会社

〒533-0033 大阪府東淀川区東中島1丁目21番31号

TEL 0120-393-578

(受付) 平日9:00~18:00、土・日・祝休業

FAX 06-4809-5575 (24時間受付)

Eメール elpis@joy.ocn.ne.jp

ホームページ http://www12.ocn.ne.jp/~elpis/

透析中の血圧が開始時180台から終了周際110以下まで急降下するため苦しんでいたが、エルピスを毎日1本、1箱分50本を飲み終わる頃には幾分か楽になったと感じた。4ヶ月経った今では血圧は下がっても130台で終わることが多く、開始時の血圧も170台と少し低くなり、透析が最後まで楽に出来るようになった。透析後の倦怠感、疲労感も改善した。

広島県 55歳 男性 透析歴2年

足のケイレン(ふくらはぎの硬直)がひどく、透析中や夜中に起きた時の痛みと恐怖心は忘れられません。飲用2週間くらいからケイレンの回数が少なくなったのに気づき、5ヶ月を過ぎた今では、めったに起きなくなりました。よく眠れるようになり、体調もよくなりました。

長野県 48歳 女性 透析歴8年

おいしいですねホントに、今度の新しい「エルピス」は。飲んだ後もスッキリして口に残らないし、毎日飲むのが楽しみです。透析から帰り、氷を入れてロックで飲む時は幸せだなと感じるほどです。お陰様で悩んでいた貧血も、ここ半年ヘマトが30~32で安定しています。エルピスに出会う1年前よりはずっと体調は良くなっています。

東京都 53歳 女性 透析歴14年

苦しんでいた便秘が40本飲んだ頃から良くなり、とてもお腹がスッキリしています。食欲も出て食べ過ぎて困る程になりました。透析後は倦怠感がひどく何も出来なかったのが、今では楽に家事が出来るようになりました。

岩手県 45歳 女性 透析歴2年

高齢であり心臓も弱いせいか、以前は透析終了前の急な血圧低下に悩まされていたが、かなり改善され途中で生理食塩水を入れたり、除水を中止することもなくなった。また透析中、透析後に手足の指のツリ、ふくらはぎの硬直(ケイレン)が必ず起きていたが、今では指が時々ツル程度で、透析後の倦怠感もずっと軽減した。夜もよく眠れ、以前からあった不整脈が知らぬ間になくなった。(既往症:糖尿病、心筋梗塞)

大阪府 79歳 男性 透析歴4年

透析の最中や就寝中などに前触れもなく起きる足のムズムズ感(人によってはピクピクする)は何ともいえないイヤなもので、睡眠不足も関係するのかもしれない。エルピスでこれが治った話を聞き、ものは試しと飲んでみました。100本飲んだ3ヶ月後には、確かにムズムズ感の起きる回数が減ったことに気づきました。

福島県 62歳 男性 透析歴15年

エルピス利用者の声

# ポイントを貯めると「カルフェロ」・「マルチ20」 またはベータ食品の特選品をプレゼント!

10本  
お買い上げごとに  
1ポイント  
(約150円相当)  
進呈!

例えば 14ポイントで「マルチ20」10本入りをプレゼント!

透析専門医のご協力を得て開発された栄養補助ドリンク。欠乏しやすい栄養成分の補給に!

発売以来、ご愛飲者No.1の実績!

天然由来  
L-カルニチン含有

## カルフェロ

Carfero

カルニチン (L-カルニチン含有) / 還元麦芽糖水飴  
リンゴ果汁 / クエン酸 / リンゴ酸 / ビタミンB<sub>6</sub>  
ナイアシン / クエン酸ナトリウム / ビタミンB<sub>1</sub>  
葉酸 / 他

一箱中のリンは2.5mg、カリウムは2.5mgと微量です。  
安心してお飲みください。



50mL



20mL

L-カルニチンを多く取りたい方に!  
バランスのとれた栄養補給に効果的

高配合! L-カルニチン350mg  
※必須アミノ酸、ビタミン、ミネラルなど

## カルフェロ マルチ 20

L-カルニチン / クエン酸 / 濃縮リンゴ果汁  
クエン酸ナトリウム / ナイアシン / ビタミンB<sub>6</sub>  
メチルヘスペリジン (溶性ビタミンP) / L-リジン  
L-リジン / ビタミンB<sub>1</sub> / ビタミンB<sub>6</sub> / 葉酸 / 他

一箱中のリンは0.4mg、カリウムは2.4mgと微量です。  
安心してお飲みください。



足の  
ケイレン



血圧低下



倦怠感

心臓機能  
の低下



貧血ぎみ

こんなことが  
気になる方に!

これらの大きな原因は、体に大切な栄養素が「透析」によって流出し、欠乏するためと言われています。

### 「通常ご注文コース」

1箱 (50本入り) <sup>5ポイント</sup> → 9,500円  
(送料・税込)

お試し用 (10本入り) <sup>1ポイント</sup> → 2,220円  
(送料・税込)

商品ご購入・お問い合わせ

**ベータ食品株式会社**

〒531-0071 大阪市北区中津1-6-28

料金を要する  
フリーダイヤル **0800-111-3211**

「カルフェロ」・「マルチ20」係専用  
**0120-831-123**

受付 ●平日 / 9:00~18:00 ●土・日・祝 / 10:00~17:00

FAX **06-6371-7110**

健康相談室 ☎ **0120-771-315**

### 「定期お届けコース」が便利でおトク!

「定期お届けコース」は、その都度ご注文いただくなくても定期的に  
お客さまのご希望日ごろにご注文の商品を、おトクな価格でお届けします。  
(ただし、3回以上をまとめてお申込んでいただいた場合に限りです。)

例えば 価格がさらにおトクになります!

<sup>5ポイント</sup>  
1箱 × 3回以上 (50本入り) 通常価格 9,500円 → **9,300円**  
(送料・税込)

<sup>10ポイント</sup>  
2箱 × 3回以上 (100本入り) 通常価格 19,000円 → **17,800円**  
1箱50本当り **8,900円** (送料・税込)

例えば お届けをこんなふうに変えます!

①25日ごと ②50日ごと ③100日ごと ④その他 日ごと

●商品の発送は日通ベリカン便でお届けいたします。

発売元 / ベータ食品(株) 製造元 / 滋賀県製薬(株)

透析スタッフ  
・  
透析者  
のみなさん

## 「湯カラッと」は体にやさしい入浴器具です

負担の大きいサウナと勘違いしないでください！

### 「湯カラッと」の商品特長



- ・40℃～50℃の低温で発汗できる仕組(特許)で安心。
- ・お風呂の様な静水圧が無いから楽々入浴。
- ・汗の出ない体質を発汗できる体質に改善。
- ・皮膚の新陳代謝を良くし、かゆみを低減。
- ・心肺機能の強化と自律神経の鍛錬に最適。
- ・全身の血流の改善と冷えの改善、及び心身のストレスの解消に。



和室でOK!

水分管理

かゆみ

冷え

体調不良

不眠

## あなたはまだ悩み続けるのですか？

4000名以上の透析者が悩みの解消に役立てています。

「湯カラッと」を継続して使用している透析者の95%が効果を実感！

悩むより、まず一週間無料でお試ください

①TELまたはFAXでモニター申し込み



②モニターが届く



③ビデオを見て機能をセットする



④一週間家族でためしてみる



⑤モニター期間が過ぎたら着払いで返却する



パンフレット、モニターをご希望の方は、下記までお気軽にお問い合わせ下さい。

お客様相談室 フリーダイヤル

TEL **0120-31-8065** まで

オンキョーリブ株式会社 東日本営業部  
〒104-0028 東京都中央区八重洲2丁目3番12号 丸の内八重洲ビル2F  
TEL (03) 3548-1571 FAX (03) 3548-1573

標準価格 218,000円 会員特別価格 174,400円(税抜き)【月々6,000円均等払いなど分割払いOK(3～36回)】

安全に対する注意 ●ご使用前に取扱説明書をお読みの上、正しくお使い下さい。●体調に不安のある方は医師にご相談の上、ご使用下さい。●効果には体質などにより個人差があります。