

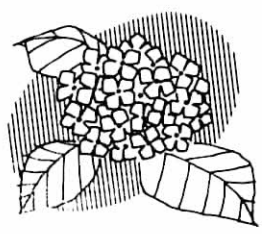
HSK ☆
いちばんほし

HSK通巻86号
 昭和48年1月13日第3種郵便物認可
 昭和54年6月10日発行(毎月10日)
 全国膠原病友の会北海道支部
 いちばんほし1634

もくじ

1978. 6. 10
支部だより

谷口さんに赤ちゃん	1
友の会支部総会のお知らせ	2
本部総会に行ってきました	3
長谷川 道子	
「友の会」に入会して	4
小寺 千明	
おたよりコーナ	5
事務局ニュース	5~6
本の紹介	7
53年度決算報告	8
54年度予 算	9
あとがき	10



谷口さんに

女の赤ちゃん



先号につづいて、又明るいニュースをお届けできることをとても嬉しく思います。

支部創立以来、友の会の役員(難病連理事)をつとめて下さった谷口啓子さんが、去る六月十三日札幌市立病院にて二、七六〇グラムの女児を出産。葉鶴^{はず}ちゃん^はと名付けられました。

母子ともに健康とのことで、会員一同このよろこびをわかちあいたいと思います。

産休があけたら、お仕事、育児と戦争のような日々だと思いがどうかお身体に気をつけて乗切ってください。

膠原病友の会

支部総会のお知らせ

プログラム

①第七回難病患者・障害者と家族の全道集会

八月四日(土) 午後一時～四時三〇分

於 道立社会福祉総合センター

②医療講演

八月四日(土) 午後六時三〇分～八時

於 光栄ホテル

今年、難病連の全道集会を八月四日(土)に行なう予定ですので、友の会の支部総会もその日程にあわせることにしました。プログラムとして、札幌市立病院内科医長・宮田先生をお招きし、「自己免疫疾患」のお話を中心に医療講演をお願いすることになりました。私たちの病気を正しくとらえるために、よい機会だと思います。

これは、同じく難病連に加盟している筋無力症友の会道支部との合同講演会というかたちになります。七月中旬、改めて住復ハガキでご案内致します。暑い時期ですが、年に一度のことですので、どうぞ体調を整えて、ご参加下さい。尚、昨年同様地方会員の参加交通費は、会で半額負担します。その他の参加費についても、只今、検討中ですが参加者の負担があまりかからないよう計画をすすめております。毎年、札幌市内在住の方の参加が少なく、地方からいらした方々の失望の声も耳にしております。有意義な会にするために、ひとりでも多くの参加を呼びかけます。

入ります。

この日は、これで散会し、宿泊する人は就寝時間まで、懇談のひとつときをもちましよう。プログラムの中で、いちばん肩のこらないそれぞれの体験や情報を交換する時間になると思います。

③友の会支部総会

八月五日(日) 午前九時三〇分～正午

於 光栄ホテル

同ホテルにて友の会総会を行います。

お問い合わせは左記へ

寺嶋礼子()

長谷川道子()

友の会総会に

行ってききました

長谷川 道 子

ハダ寒く、不順なお天気が続く札幌から、夏の東京へ。寺嶋支部長の代理として友の会第六回総会へ出席のため、行ってまいりました。

六月二日午後一時に少し遅れて始まった総会は、特に大きな問題もなく、無事終り、私たちの要望事項として

- 一、膠原病の原因究明と治療法の確立体制の推進強化
 - 一、膠原病の早期発見と早期治療
 - 一、膠原病専門医の養成と適正配置
 - 一、地域又はブロックに膠原病センターの設置
 - 一、国公立病院の膠原病棟（病床）の拡充
 - 一、膠原病治療費公費負担の対象疾患の拡大
 - 一、膠原病患者手当の支給範囲の拡大と地域格差の是正
 - 一、差額ベッドの解消と通院費の補助
 - 一、膠原病患者の障害認定基準の拡大
- を全員の拍手をもって決議し、次の医療講演会へと移りました。

総会及び講演会の内容については、「膠原病四一」に詳しくの
ることと思いますが、その中でも特に心に残ったことは、パルス
療法（ステロイド剤の大量静脈注射）と血漿交換療法です。
どちらも、まだまだ研究中とのことでしたが、とても心強い思
いで聞いてまいりました。

最後に、ひとつ言わせていただきたいのは、医療相談会をオー
プンの形式で行なってほしかったと思いました。同じ病気の患者
ということだけでひとつ会場に集ったのですから、全ての相談が現在
の自分にあてはまらないとしても、それを聞くことは決してムダ
にはならないのではと思いました。

末文になりましたが、今総会を開くための本部運営委員のみな
様のご苦勞に感謝いたします。ありがとうございました。



昭和54年6月10日

「膠原病友の会」に 入会して

小寺 千明^{ちあき}

私が友の会に入会したのは、丁度昨年の中頃でした。それまでも友の会のことは話に聞いて知っていましたが、特に入会しようという気持はありませんでした。ところが、短大を卒業してから好きな習い事などをして過ぎていたのですが、家でぶらぶらしている自分がいやになり、気持が落ち着いている間は働きたいという気持が起こり、さらに病気を持っている私と同年代の人はどうしているのだろうかという疑問がわいてきたのです。そういう理由から私は友の会に入会し、その年の十月の支部総会では簡単な仕事ならお手伝いできるのではと思い、運営委員に加わりました。今回、住所・生年月日等の調査及び確認のため、会員の皆さんに電話をしてみても、現在の様子などを伺ったところ、小康状態が続いているという方がわりに多く安心しました。

私もこの病気になって八年目になりますが、やはり寛解期と悪化期が交互にきており、寛解期をいかに長く続けるかということ、私達にとって大切なことだと思います。

そのためには、悪くなる原因を作らないことが一番ですが、今までの自分の経験を生かし、また同じ病気の人の話を聞くことも寛解期を長く続ける方法の一つだと思います。

ですから私は、友の会に入って知った友達と病気のことについて色々話したり、話を聞いて参考にしたりしています。

働く件も、資格がもって自分のためにもなると思っただけの医療事務を生かしてアルバイトをしています。就職の段階では、病気のことを話せば絶対に断られるから、隠してなら世話してあげると言われ、病気を持っている悲しさを味わったりもした。今はアルバイトでも病気のことを知ってもらった上で働いているので、病院に行く時は休ませてもらっています。そんなわけで、今現在は結構忙しい毎日を送っています。ただ好きな洋裁ができないのが残念です。

「病は気から」という諺がありますが、私もその通りだと思います。

気持が荒んでいれば良くなる病気も良くなりません。まず気持ちを明るく持って、くよくよ悩んだりしないことだと思います。そうは言ってもなかなか実行できるものではありませんが、そういう努力をすることが、大切だと思います。医療講演で大橋先生もSLEの病因解明の展望が見えてきたとおっしゃっています。私達も未来を信じて、頑張ります。今、書きながら思ったのですが、北大病院を受診している時に、外来で同じ会員の名前をよく耳にします。お話して見たいのですが、ちょっと恥かしくて勇気がありません。私のような若い者がずっと年上の方に突然声をかけるなんて……。でもそのうちきかけをつかんでお話ししてみます。

おたよりコーナー

秋元清美（函館市）

夏になるときまってベッドの上で過すのですが、今年はどうなることやら？ 暑さのひどくなる前に入院中の方々を訪問したいと思っっているのですが、果して実行できるでしょうか？ 今のところむくみも少なくこの状態で生活できることを祈っています。

藤田浩子（帯広市）

先日はお願いしました「肩用サポーター」「ホットフレンド」をお送り下さりありがとうございます。さっそく使用していますが、なかなか具合よく、肩の痛みも少なくなりぐっすり眠ることができるようになりました。

入院中の福原チカ子さん、Hさんの亡くなられたショックからようやく立ち直った感じで、少しお元気になりました。

金田律子さんは、筋肉痛もとれて、快調のご様子。八月の支部総会出席を楽しみにしておられます。

加藤照子さんは、美容院のお仕事がお忙しくはりきっているせ

いか、お元気の様子です。では、みなさんお氣をつけて。
.....*

寺嶋礼子（札幌市）

スポーツオンチの私ですが、先日主人と卓球をしました。十年ぶりでしょうか？ いや、もっとそれ以上だと思えますが、さわやかな汗をかいて気分爽快!! ほどよく疲れて、夜はグッスリ。室内のスポーツですから、私たちには向いていると思います。

主人を打ち負かして、日頃のウップン晴らしをしたつもりだったのですが、あとから人づてに聞いた話によると、「負けてやるのも楽しい」と言っていたとかで、ギャフン!!
.....*

事務局ニュース

● 新会員のご紹介 ●

近藤和子 (SLE) 三四才

伊藤粹裕 (SLE) 三〇才

伊藤加代子 (強皮症) 三九才

川端依佐子 (SLE) 四三才

☞

● 御寄付御礼 ●

- 山崎 あき様 二、〇〇〇円
- 藤田 浩子様 一、五五〇円
- 田村 芳子様 三、〇〇〇円
- 福原 チカ子様 四、〇〇〇円
- 秋元 清美様 三、〇〇〇円

● ご結婚おめでとう ●

深川市の齊藤真千子さんが結婚しました。新しい住所と名前をお知らせします。

三谷 真千子

深川市納内町一〇区の一 扶養団地二の二

● 住所変更のお知らせ ●

- 佐藤 幸子
- 源間 洋子
- 蓑口 清子
- 岩倉 一江
- 田村 芳子
- 丸田 利恵子

他に住所が変わった方は、事務局までお知らせ下さい。

● 入院中の方です ●

- 山崎 よしえ 市立室蘭総合病院
- 小林 智子 函館五稜郭病院
- 松島 よし子 国立函館病院

福原 チカ子 帯広厚生病院

渡辺 愛子 勤医協中央病院

清野 和子 勤医協中央病院

上斗米 玲子 市立札幌病院

住所の近い方、又は通院中の方は、お見舞がてら、顔を見せてあげて下さい。

● 昭和五四年年度の相談員の紹介 ●

寺嶋 礼子

秋元 清美

藤田 浩子

相談を受ける方も病人ですので、長電話にならぬよう、お願いします。





「病いは気から」の医学
— どうすれば防げる・こうすれば治る —

慶応大学
医学部講師 阿部正 著

とてもわかりやすく興味深い本です。

人間の感情（快感と不快感情）がどのように内臓各器官に作用するのか、そしてその結果どういう病気をひきおこすか、よく説明されています。この本によると膠原病もかなり心理的影響を受けやすい病気ということで、薬に頼るだけでなく日常の心の持ち方がいかに大切かを教えられるます。最後に自律訓練法（暗示療法）についてもくわしく書かれています。

ふつうの本屋さんでも入手できます。

（カッパブックス・五八〇円）

ご協力ありがとう

シヤンプー売上に協力頂きましてありがとうございました。おかげさまで、昨年一年間で三万七五〇円の売上利益を得ることができました。品質が良かったため、引続きご使用下さる方が多く、今後も友の会の収入源のひとつとして期待しています。

どうか、これからも続けて販売にご協力下さい。尚、まだ使用されたことがない方は、ぜひ一度お試して下さい。



みなさんのお便りを待つてます

今まで、機関紙「いちばんほし」を年六回の目標で発行してきましたが、なかなか大変で年四回の発行で、かんべんしてもらおうということに決まりました。六月・九月・十一月・三月の予定ですが、今回も原稿がそろわずまた遅れてしまいました。

みなさんのお便りを待つています。

病気のことより、ケーキを焼いてみましたとか、バラ作りにもえていますとか、身近な話題をきかせて下さい。

昭和53年度 決算報告

自昭和53年4月1日 至 昭和54年3月31日

収入の部		支出の部	
項目	金額	項目	金額
本部助成金 (1,000 ^円 ×69 ^名)	69,000	機関紙発行経費(4回)	13,360
難病連交付金	140,000	相談員補助経費	29,420
支部会費 (600 ^円 ×76 ^名)	45,600	医療相談会経費	110,563
寄付金	33,450	難病連加盟分担金	51,500
シャンプー 売上収入	30,750	交通費	48,750
文集収入 (500 ^円 ×25 ^冊)	12,500	通信費	30,095
雑収入	33,351	研修・資料費	6,270
仮受金	49,000	会議費	15,110
前期繰越金	198,827	雑費	25,662
		次期繰越金	161,507
合計	612,478	合計	612,478

繰越金内訳

現金	1,128
郵便振替	28,205
預金(拓銀)	37,024
	85,000
未収金	26,550
	8,800
△預り金	25,200 (本部会費預り分)
計	161,507

会計監査報告

昭和53年度における膠原病友の会の会計を、全般に亘り帳簿と領収証を照合して監査の結果、適正であることを確認しました。

谷口啓子 印

昭和54年度 予 算

収 入 の 部		支 出 の 部	
項 目	金 額	項 目	金 額
本部助成金	90,000	機関紙発行経費	150,000
難病連交付金	140,000	相談員補助経費	35,000
支部会費 (90 ^名 ×600)	54,000	医療相談会	120,000
寄付金	40,000	難病連加盟分担金支出	51,500
物品売上収入	34,000	交 通 費	48,000
文集売上収入	10,000	通 信 費	30,500
雑 収 入	30,493	研 修 ・ 資 料 費	10,000
前年度繰越金	161,507	会 議 費	20,000
		雑 費	25,000
		予 備 費	70,000
合 計	560,000	合 計	560,000

今年の夏の夜空に 難病連の花火セットを!!

中国花火ファミリーセット
夕映え(大)特価¥1,000
ちびっこファミリーセット
夕映え(小)特価¥ 600

職場へ、町内へ、組合へ
おすすめ下さい。
申し込みは、
難病連事務局事業係
TEL.261-8026

使って良い品
大キャンペーン中
海藻エキス入り
フリームシャンプー
難病連がおすすめします
特価 550円
2本セット、健康ブラシ
セットもあります。
お申込みは各団体役員
または道難病連事務局へ

意外に美味しいと評判です 野草ほうじ茶

原料 (ハトムギ、クコ葉、柿葉)
(玄米、熊笹、ハブ茶)
のみ方は簡単。アルカリ性です。
180g 500円 2本セットもあります。
申し込みは、各団体役員または
難病連事務局へ

==== 事務局担当 長谷川まで ====

あとかき



★ 昨年十月の支部総会以来、毎月一回役員会をひらいています。目立つ活動よりも、会員ひとりひとりの状態をもっと把握しなければと話し合っています。新役員の小寺さん、坂部さんに電話をしてもらい、多くのみなさんが、比較的落ちついた症状で居られるとききました。でもまだ長期にわたって入院生活を続けている方が何人かあり、心が痛みます。

★ アカシアの花の甘い香りが今、札幌の街を包んでいます。まだ、そんなに暑くもなく、私は今頃の季節が一番好きです。

★ 次号は、谷口さんの育児奮戦記？が期待できそうです。九月に発行の予定です。

★ 八月四日、五日の医講演会、支部総会の席で、みなさんにお逢いするのが楽しみです。これから暑くなるので、気をつけて(てらしま)

あなたの支部会費は 年 月まで納入されています

編集人

全国膠原病友の会北海道支部
札幌市中央区大通9丁目 協栄生命ビル九階
北海道難病連内 ☎060 ☎(011)261-8026

発行人

北海道身体障害者団体定期刊行物協会
札幌市中央区北1条東4丁目 本間 武司

昭和48年1月13日第3種郵便物認可 HSK通巻86号 100
いちばんぼしNo.34 昭和54年6月10日発行(毎月1回10日発行)