

HSK ☆ いちばん乳

HSK

昭和48年1月13日オラ種郵便物認可
昭和56年2月10日発行

全国障害者病友の会北海道支部

いちばん乳 38号

もくじ

1981. 2.10

支部だより

- ・謹賀新年
- ・支部長会議からの報告
- ・お便りコーナー
- ・こんな話
- ・地区だより
- ・事務局からお知らせ



国連は、国際障害者年に関連して使用されるべき公式シンボルマークを決定しました。それは、二人の人間が連帯して手と手を取り合い、平等の立場から互いに支えあっている姿を表現しています。

このシンボルマークはフランスのIYDP国内委員会提供のオリジナルデザインに基づいていますが、それは「平等」「希望」「支援」を表わしています。マークの周囲の葉は国連の紋章の一部を示すものです。



謹賀新年



今年も多勢の皆様から年賀状をいただきました。お礼を申し上げます。

— “健康一番” で明かるい年に！ —

支部長 寺嶋 礼子

友の会各支部の役員の皆様、北海道支部会員のみなさん、新年を迎えて早や1ヶ月以上もたってしまいました。いかがお過ごしですか？ お風邪はひきませんか？

今年は雪が多くて寒さ厳しく、病人にとっては今が一番辛い時節です。

私の今年のモットーは、何はなくとも“健康一番！”です。

昨年は大変不調な年でしたので、今年は決して無理なスケジュールを組まないで、悪天・低温の日の外出は控えたいと考えています。

テレビなどでは、“国際障害年”とガンガンさけんでいますが、どうがかけ声だけに終らず、“難病患者”や“障害者”のことを真剣に考えてくれるようお願いしたいものです。

みなさん一人ひとりが日々、さわやかな気分でこの1年を送られますよう心からお祈りし、少し遅れ目の年賀状といたします。

尚、末筆と拝りましたが、昨年11月の支部長会議の際、私の体調不調のために各支部の役員さんに大変ご心配をおかけし、いろいろお

世話になり、ありがとうございました。お蔭様で入院することもなく、
体力を回復することができました。失礼とは思いましたが紙上を借り
て御礼申し上げます。

— 親しみある会をめざして —

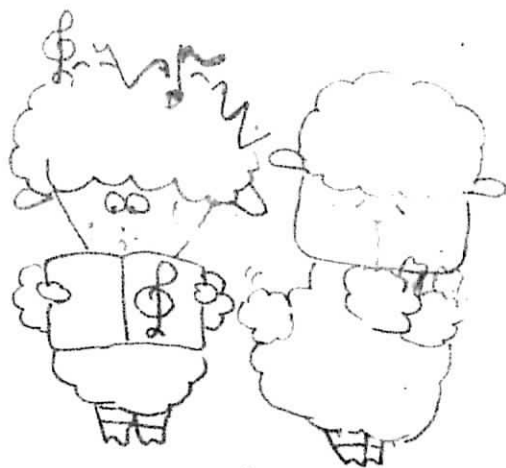
道支部役員一同

雪また雪で1981年が始まりました。

新しい年、皆様も健康を願って迎えたことと思います。できるだけ
入院せずに暮すことが何よりですものね。

今年の友の会は、皆様の心のよりどころとしてより一層活発な活動
が広がることを願っております。知恵はり、口はり、手はり、皆さん
の特技をちよっぴり出しあって、より親しみのある会にしたいと思
います。

とにかく体をいたわりつつ役員一同も頑張ります。乞、御期待!



支部長会議からの報告

55年11月21日(総会の前日)東京のファミリーホテルにおいて、支部長会議がひらかれました。

かねてより、問題にされていた会費の値上げ問題。それに伴い、友の会が発足して10年たつが、このへんで会の機構そのものを見直す時期がきているのではないかという意見を北海道から出し、友の会の組織運営と並行させて、約7時間の討議がなされました。

会費値上げの賛否を問う全国アンケートの結果は賛成417人反対64人、解答なし719人、計1,200人で、この結果だけでは、解答しない人の分をどう解釈するかという疑問も残りました。たしかに、諸物価値上げの昨今、10年前の会費(年間2400円)と同じというのは、本部の事務局運営上、大変であることもわかります。しかし、会費が今の2400円→3600円になり、北海道では支部会費600円を載っていますから値上げされると計4,200円(いずれも年間)の負担になります。患者会の会費としては重すぎると思います。又、新入会員には、入会金(現行600円)が1,000円になるというのでは、新入会員の呼びかけも難しくなります。値上げによって退会される方も考えられますし、友の会にとっては、マイナス面が多いのではないかとというのが、北海道支部と関西ブロック(大阪府、京都府、兵庫県、奈良県、和歌山県、滋賀県の2府4県全会員数約300名)の一致した考えでした。

何とか今までの会費額で活動をづけて行きたい、本部が大所帯でそんなに台所が苦しいなら各支部が独立採算制をとって少しでも、本部

の経済、事務を軽くできないだろうかという意見を関西ブロックと北海道から、支部長会議の席上、提案してみました。

いろいろな問題点が出され、この意見も各支部長に一応受け入れられました。がしかし、なにぶん定期的な機関誌発行と独自に支部会費を徴収しているのは、北海道と関西だけということで、他支部は、独立採算制に踏み切る段階ではないということでした。したがって、テストケースとして、56年4月1日より、北海道支部と関西ブロックだけが、独立採算制をとることにし、2地区だけは、会費据え置き、他の地区は、値上げされることになりました。

支部会員のみなさん、これを読んで多少混乱なさる方もおられると思いますが、会費については、本部、支部会費とも支部で徴収していましたので、今までどおりです。地方独立の要として、本部はあくまでも必要であり、分裂ではないことをあきらかにしておきます。

なにぶん1日だけの話し合いでは、結論が出ず、決めなければならぬ細かい点は天山ありますが、今後関西と十分連絡をとって、よりよい方向に向かって努力しますので、どうか会員のみなさんよろしく願います。

出席数	東京支部	8名
	埼玉支部	1名
	枋木支部	1名
	関西ブロック	8名
	千葉支部	1名
	神奈川支部	1名
	北海道支部	2名

(寺嶋記)

お便りコーナー

④カードありがとう

信本 和美 (SLE)

先日、クリスマスカード届きました。どうもありがとうございます。もらえそうで仲々もらえないのがこのようなカードですネ。ほんとうにうれしく思いました。

お正月にも1週間程、外泊の許可がでて、半年ぶりに家に帰るといふことで喜んでいきます。

新年の年賀状、都合でお出しできませんので、クリスマスカードの礼状とともに……。

今年 途中からですが、お世話になりありがとうございます。又来年もよろしく願っています。

(編) 昨年、入院中の方々にお見舞いをおねがひしてクリスマスカードを送りました。

④夢を追って……

秋本 和恵 (SLE)

お元気ですか？

本当に寒い冬になっちゃって、朝起きるのがつらくて、もう1分、もう1分なんて毎日ですわ。

私は前の手紙の時よりずっと体も落ち着いて元気になりました。

不思議なことに先日、足のレントゲンを撮ったら 骨頭壊死の方も前より良くなってたりして、大キライな松葉杖も物置の中にしまっておけそうです。

悪いことはかりじやないから、来年は絶対にステキな年にするぞーなんて思っています。

今、通信高校の4年生なのだけど、来年3月にはようやく卒業できそう、卒業したら通信制大学に行こうかな、と思ってみたり。いろんなことやりたくて夢ばかり見えています。何しろ小学生で発病、入院退院で中学校は5年かかって卒業、高校もようやく通信制で4年間、いづの間は6年間、ちやって24年。でもまたまたやりたいことちや、でおかなくちや、あとで悔むものーなんて思っています。

先月「いちばんのほし」が届きました。みんなそれぞれ大変なのに、よくやってるおちやんと思って感謝感謝です。

11月も締めおちや、から出席しようかなって思っています。

ずーとこのおちや、よくいいんだけど……



⑤ 暮らしの工夫

柴田 宣子 (SLE)

◦ 工夫したいところ 畳間を広々

年令とともに寒さを感じる昨今、思いきって下戸式温風暖房機を取り付けました。壁にぴったり煙突がなく、ほにかしらすっさり部屋の中が広く感じる。が、また何か狭い。そうた、応接セットをなくそう。8畳の居間が広々とし、グリーンのじゅうたんが芝生のように。思いきり手足をのばし、寝ころがる。

自然と手足の運動が始まる。下から吹き出てくる温風が足もとを暖かくし、何かしら心豊かになる。さあ！冬よいつ来てもよいぞ。だが

長年いす生活のなれが、ちょっと腰掛けるところが欲しい。あるグラフィック雑誌で見た背のない長いす「ベンチふう」を壁に、たいして場所も取らず作りました。

いいですね。最高です。狭い部屋よ飛んで行け——

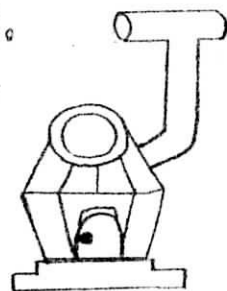
省エネ対策にカーテン利用

「省エネを家変ばかりに押しつける」の朝日せんりゆうを読み、まさりその通り。本当だね！ いやにはっちゃう。とため息が出る。

さてそこで、わが家の省エネ対策をひとつ。

ドアを開けると、すぐに玄関というわが家は、せっかく暖まった空気がよとも逃がります。雪囲いを取り付けるには予算なし。内戸を取り付けるには、階段との間が狭く、何とかよい方法はないものかと考えた末、天井から厚地カーテンをつるしました。ギャザーをたっぷり取りましたので暖まった空気も逃げることなくドアは開けっ放し。ついでにトイレも開けっ放し。また玄関を開けると、家の中が丸見えで困る主婦の悩みも解消出来ますので、一石二鳥です。

1億円拾ったら、玄関とベランダにがっちりと雪囲いを取り付けたでしょうに——



今一つ、カーテンの利用法を

1. レースのカーテンをフトンカバーのゴースがわりにすると存地もレツカリしてとても豪華に見えます。裾のフリルはのれんに。

2. ベッドカバー、長椅子カバーに。裾のフリルはそのまゝ利用。

(編) 朝日新聞「ひとこと」覧に投稿された物です。

妊娠と副腎皮質ホルモン

1938年、ヘンチ博士は、妊娠中はいつも持病のリウマチ性関節炎の炎症症状が治ってしまう婦人 20例を報告している。察するにこれは、妊娠中は胎盤からでてくる副腎皮質ホルモンが効いて軽快するものである。

妊娠期間中は落ち着いているが、お産が終って胎児や胎盤が出てしまうと、急に病状が悪化する合併症はいくつか数えあげることができる。その一つが白血病。これも妊娠中は胎盤性の副腎皮質ホルモンなどで抑えられて安定しているが、分娩後数日以内に母体は危険な転帰をたどる。

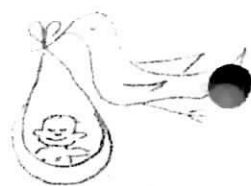
妊娠中は、物理的にも腹腔を充滿するほどの子宮をかかえ、化学的というかホルモン環境や循環血液量も妊娠していない時に比べると異なり、そこに合併してくる病気の経過もさまざまである。副腎皮質ホルモンが治療に使われる膠原病も、妊娠するとかえって病状が悪化するものもあるから、はじめに申し上げたリウマチ性関節炎や白血病のように簡単に説明はできない。

胎盤はいろいろなホルモンを分泌する。卵巣、睪丸、副腎、下垂体——これらの内分泌器官が分泌するホルモンのほとんどすべてが胎盤で産生されている。これらのホルモンが、胎児を安全に子宮内に発育させ、流産を抑制し、乳腺を発育し妊娠中の乳汁分泌の開始を抑制

）さかしているからである。

また胎児の副腎から胎盤を通じてでてくるホルモンは、分娩の時期を決するといわれている。「外に出る時期は胎児が自分で決める」。妊娠羊の胎児の下垂体や副腎を子宮内で剝出すると、予定の日がきまも生まれてこない。正常に分娩が始まるには胎児の副腎が重要なのであろう。

ヒトでは、無脳児という奇形の場合、副腎が萎縮している。胎児の副腎からでてくるホルモンは胎盤を通り、母体の尿にエストリオールという名のホルモンに形を変えて排出されている。従って、妊婦の尿のエストリオールを測定すれば、胎児の副腎の働きや、途中の胎盤の働きの一端をうかがい知ることになる。たくさんのエストリオール＝大きな元気な胎児、少ないエストリオール＝小さな（弱っている）胎児、極端に低いエストリオール＝無脳児、胎内死亡——というように診断の役に立っている。



早産未熟児は肺機能も未熟で、生まれても呼吸困難症（RDS）に陥ってしまう。肺胞の表面のサーファクタントという物質が、未熟児では不足しているからである。

胎盤から出る副腎皮質ホルモン（コルチゾール）は、妊娠末期の胎児肺のサーファクタントを増加させ、肺の成熟化を促進する。多胎妊娠などで早産のとき、間に合えば、母体に副腎皮質ホルモンを注射して胎児の肺を人工的に成熟化させ、RDSを予防することも試みら

れている。羊水の検査で肺成熟度も判定できる。

日赤医療センター産科部長 雨森 良彦
(読売新聞より)

◎御紹介

ホームドクター（朝日新聞社発行）1月号（第8巻第1号）に
特集 あなたを悩らす現代病“自己免疫疾患”をさぐる
が出ています。膠原病のことも詳しく出ていますので、興味のある
方はお読みになって下さい。書店にはない場合は下記へ問い合わせを。
〒104 東京都中央区築地5-3-2

朝日新聞社事業開発本部 東京事業開発室

55年度会費未納の方

早急に納めて下さる様、お願いします。

年額 3,000円です。郵便振替口座 小樽9448

お知らせ

特定疾患医療受給者証

の有効期間が3月31日迄となっていますので、早めに書き替え手続
きをなさって下さい。

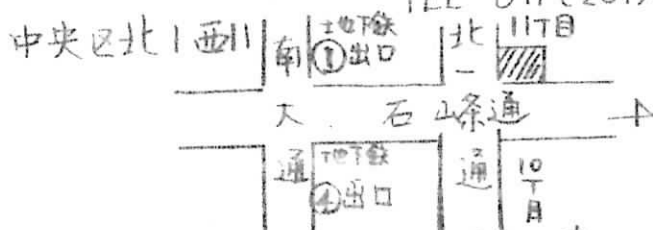
手続きのわからない方は保健所へ問い合わせして下さい。



……札幌地区……

会員の皆さんが1回でも参加できるようにと始めた例会も3回目を1月25日、新年会をかねて行いました。出席者は10名でした。今後の例会予定は3月、5月、10月、12月で会場は下記のとおりです。

グリーン札幌(林野庁共済組合、札幌支部宿泊施設)
TEL 011(281)2648



交通機関→地鉄東西線西川丁目駅下車

……帯広地区……



寒い日が続く毎日ですが、みなさん変わりなく過ごしています。2月10日、集まりを開く予定です。

新年会終わる!

木谷 真知子(狭皮症)

1月25日(日)、札幌の「東寿し」において友の会の新年会が開かれました。心配された天気も、この日ばかりは私達に味方してくれ、9名(寺嶋、長谷川、谷口、中田、柴田、清野、木村、渡辺、木谷)の会員と谷口さんの1人娘葉鶴ちゃんが参加して楽しい2時間を過ごすことができました。

木村さんを除き、皆札幌の会員であったため自己紹介の折には、
区も含めて紹介したところ北区を除き全ての区が勢揃い、「まるで区の
代表者会議ね。」の言葉に一同大笑い。最初からこんな調子ですか
ら初対面のメンバーもすぐ打ち解け、話に花が咲きました。
話も乗ってきたところで、寺嶋さんのウィットにとんだ迷(?)文句に
添ったの福引き、「さて何が出るやら」ワイワイガヤガヤ…景品の
「ホッカイロ」や「くつ下」に「私連らしいね」と、またまた大笑い。
●わいっ葉鶴ちゃんをかめるがわる拘き、おすしをつまみながらの、
おしゃべりはつきないものがあり、2時間があつという間にすぎたも
のでした。


事務局からのお知らせ 

〈ご寄付〉

草野陽子様 3,000円也 長谷川和子様 5,000円也
小川陽様 5,000円也 ありがとうございます。

●新入会員です。よろしくお願ひいたします。】

- ・巻野テル子 (強皮症) 上磯郡上磯町
- ・蛸子クニ子 (強皮症) 札幌市

〈住所変更〉

・杉崎澄子 浦和市

〈入院〉

小寺千明 北大才2内科

あ と が き

難病連の事務所のあるビルから、雪まっりの大通会場がながめられます。好天に誘われ(日光はいけない?)、ついつい子供をだして、大通、真駒内両会場を歩き回ってきました。膠原病もはんのその一と思いつつ、後が心配でしたが、こうやって書いていられるところをみるとやっぱり大丈夫そうです。皆さんも完全武装して思いきって外へ行ってみませんか? (世)

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10日オ3種郵便物認可 HSK通巻106号 8100
 いちばん月し(4)38 昭和56年2月10日発行
