

HSK ☆ いちばんぼし

HSK 通巻128号

昭和48年1月13日第3種郵便物認可
昭和57年12月10日発行（毎月10日）

全国膠原病友の会北海道支部
いちばんぼし No.46

し く じ

1982.12.10

支部だより

- ・ 医療講演会を終えて 1～2
- ・ 関西ブロック10周年記念誌 3
"みちしるべ"のご紹介
- ・ 地区だより
 - ・ 北見から 4～10
 - ・ 丸目川から 10～12
- ・ 関西から北海道へ 12
- ・ チャリティクリスマスパーティ 18
のご案内
- ・ お便りコーナー
 - ・ "たんじょうカード"によせて 14～16
 - ・ 特集号を読んで 16～24
- ・ 事務局からのお知らせ 25～28



師走を迎える頃と
なりました。
今年は何だににと
つてどんな年だった
でしょうか。
大地が白銀におおわ
れてしまうと、あとほ
う春を待つばかりとい
う心境になりますね。
移ろゆく季節の中
で北国の長い冬に
耐えるだけの気力と
体力とをどんなふう
につちかってきたの
でしょうか。
新しい年があなたに
よいことをたくさん
運んでくれますよ。
うに祈っております。

医療講演会を終えて

—寺嶋礼子—

去る11月14日(日)札幌市婦人文化センター(札幌市中央区大通西19丁目)において医療講演会が開かれました。

「膠原病の基礎知識とその治療の展望」と題し講師は北大病院第2内科医局長佐川昭先生。

先に行われた10周年記念総会の中でも医療講演会がありました。開催場所が層雲峡であったため会員以外の方が参加できなかつたこともありぜひ年内に札幌で開いて欲しいという声に応えたものです。

当日は晩秋の肌寒い日にかかわらず遠くは北見方面から午前2時に車で家を出たとおっしゃる患者のお父さんをはじめ、参加者は全部で64名。内、友の会会員は20名、会員外の方38名、保健婦6名とせまい会場は熱気に溢れていました。

会場が少し小さすぎ、参加者の方にきつくな思いをさせてしまいましたことを心からお詫びします。

いつもですと膠原病は女性に多いということで、参加者は女性がほとんどなのですが、今回は患者の家族と思われる男性の姿が多く見られ、家族の理解と協力が感じられました。

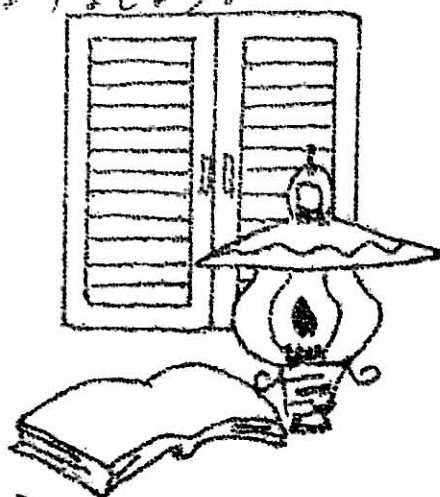
スライドを使った佐川先生のお話のあと参加者に質問カードを配って医療相談の時間を持ったのですが、やはり初めて参加された方の口は重く、会が終わってから個人的に先生に相談する姿が多くみられ印象的でした。

「膠原病の基礎知識」、知っているつもりでもお話を聞くたびに新しい発見があり、自分の病気を再認識するよい機会でした。

古い会童の方も思ったより多く、自分の病気に対するひたむきさと謙虚さを感じました。

10年前とは、較べものにならないほど治療が進み参加者の表情も今は決して暗くありません。

時に症状が悪化することがあっても、医学の将来に希望をたくして、がんばりましょう。



関西ブロック10周年記念誌

“みちしるべ”のご紹介

北海道支部と同じく今年で結成10周年を迎えた膠原病友の会関西ブロックがその記念誌「みちしるべ」を発行しました。

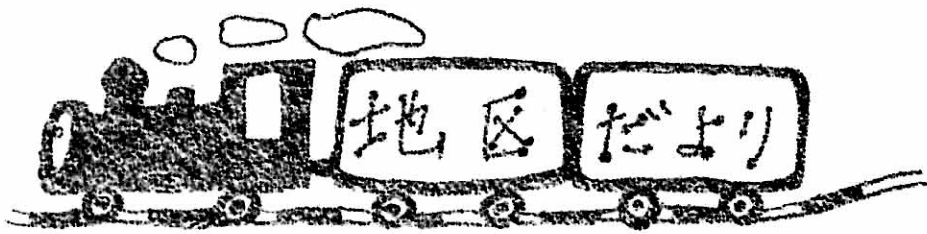
第一部「闘病記録」—良い患者をわざと—には10人の会員たちによる涙ながらの闘病記録、いつても決して「お涙ちょうだい」ではありません。

病気を正しく受け入れ、そしてその後、どのように自分たちが成長してきたかという貴重な記録になっています。

第二部「育ち合ってきた10年」—友の会のあゆみから—では各支部役員の奮闘の様子、そして最後には新しい期待—健康に生きる権利と義務—と題した阪大医学部講師高木昌彦先生のお話で力強くまとめられています。特に発病してあまり年数の経ていない方には参考になることが多く療養生活の励みになることと思います。ぜひお読み下さい。120ページで1冊1,000円です。

お申し込み先 ⑤570 枚方市番里ヶ丘3016 B12-101
松林文子様

ハガキで申し込めば本と共に振替用紙が同封されます。



北見から

—加藤禎子—

立冬がすぎましたが、あたたかい日が続いております。
10月18日 風の冷たい日、学習会が行なわれました。
出席者は患者15名、家族2名、看護婦5名で題は
「SLEの早期診断と治療」でしたが、多発性筋炎、
ベーセツトの方も見えました。

プリントを参考にしながら、初めに早期診断名で

例1) 27才 会社員

S54年 心因反応強度にて精神神経科通院加療。

S56年 同部にて内科受診、蝶形紅斑が認められSLE
性の精神障害とわかり、パルス療法により、
心因反応が改善され、現在フレドニン20mg
で旅行も可能となる。

要 点。

- (1) SLE の治療の根本は副腎皮質ステロイドホルモンである。
- (2) 副腎皮質ステロイドホルモンの使用により、その生命の予後はきわめて延長された。
- (3) 同時に副腎皮質ステロイドホルモンの副作用が問題となっている。
- (4) 生命の予後の延長と共に他疾患が見逃されるおそれが出てきた。
- (5) その為に必ず定期的検診、癌検診等を行なう必要がある。

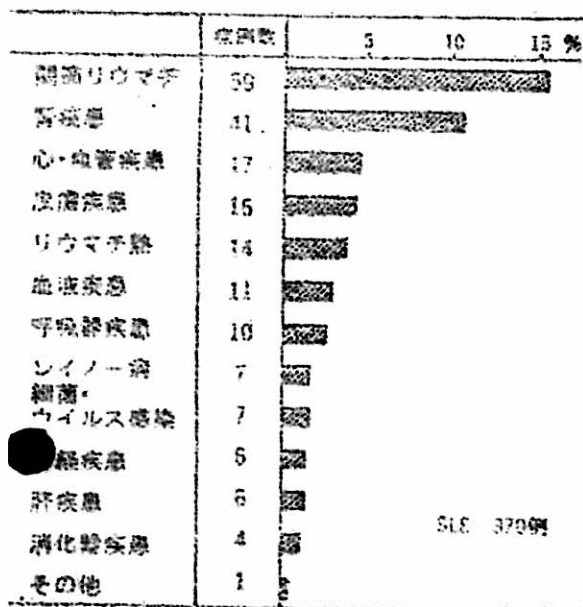
SLE の初発症状 (520例) (Dubois)

関節痛 (炎)	45.7%
円板状ループス	10.8
蝶形紅斑	5.5 (37.6)
発 疹	2.1 (38.8)
発 熱	4.2
腎障害	4.0
胸膜炎	2.5
リンパ腺腫脹	2.7
レーノー現象	1.7 (27.1)
てんかん	1.0
精神症状	0.2 (8.2)
脱 毛	0.4 (25.9)

() は本邦の報告。

ステロイドの反応性と半減期

診 断	半減期 (分)		ステロイドへの 反 応
	活動期	非活動期	
SLE	225	189	良 好
SLE + PSS	—	180	良 好
DM	180	138	良 好
SLE	207	120	良 好
SLE	—	96	不 良
SLE	—	56	不 良
SLE	42	—	不 良



死 因 (260例)

原 因	例数
尿毒症	13
敗血症を伴う腎不全	6
感 染	8
心血管系	5
ループスクリーゼ	3
自 殺	2
不 明	4

例2) 51才主婦

S 46年より 尿蛋白が指摘される。

S 56年 尿蛋白、高血圧にて入院。腎生検の結果
ループ腎炎とわかり、SLEと診断される

誤診が非常に多い。

原因のはっきりしない腎炎はSLEをうたがった方がよい。又、リウマチの診断を少量のプレドニンを服用し最終診断がSLEの時はむずかしい経過を取るようになる。

半減期について

ステロイドを服用する場合、半減期は大切で半減期の短いSLEがあり、これはステロイドへの反応が悪い事である。時にステロイドを服用してもムーンフェイスにならない人がいて、これは半減期が短い人で薬がたりないとはいえる。

以前、ムーンフェイスになるまで薬を増量した方がよいと言われた時があったが、これは正しいといえる。

治療では、パルス療法は良い結果を得られる。

例) 25才 会社員 SLE

入院時 プレドニン 100mg 使用したが、除々に悪化し
— 7 —

パルス療法をおこない改善される。

血しょう交換療法は SLE には有効でない様である。

死因では、

腎障害によるものが一番多いがステロイドによる血管障害が増えつつある。又 SLE そのもので死亡する事は非常に少ないが他の疾患 例えは癌などで死亡する事もあるので 癌年令の人で特に多発性筋炎の人は必ず癌検診を受けるようにする。

又自殺や原因不明による死亡は問題が残る。

5年生存率はほぼ 100%である。

今野先生のお話は以上で質問に入り...

1. 現在 多発性筋炎にて入院中。

(初期にレイノー症状があつてリウマチと診断される。

肝機能が悪化し 肝生検をしようかと言う時に CPK、

アルドラーゼの上昇がわかり多発性筋炎と診断される。)

初期 ステロイド 60mg より開始。それから7ヶ月たつが

体が重い感じが取れないがどのくらいで症状が消えるか。

答... 体が重い感じはステロイドの副作用によるものが筋炎のせいかな。データを見ないとわからないが CPK

アルドラーゼが低くければ心配ないと思われる。
検査の結果を聞いて記録しておいた方がよい。
肺線維症がなければあまり心配する必要はない。

2. SLEとはどんな病気かと聞かれた時はなんと答
えたらよいか。

答... なんと答えたらいいか困るんだけど 原因不明の
難病で全身性炎症性疾患としかいいようがない。



終ってから、膠原病手帳（北見の日赤で作る予定）の事と
「いちばんぼし」の話がありました。

何回か話の聞いた人はいいのですが初めての人もいて
やはり初めての人にはむずかしい様です。

退院していた吉倉亜紀子ちゃんが、お父さんと一緒に出
席し、ちょうど11才の誕生日で、みんなに拍手されてお
りました。元気で午前中だけ学校に行っているそうです。
たびたび、学習会に出席している人は、病気に対してとて

も前もきになっている様です。

今野先生、内科の看護婦さんにはとても感謝しております。

出来るだけ多くの患者に出席してほしいと思うのですが、
なかなか、患者の名前がわからず、さそえなかつたり、さそ
っても反応がなかつたりでとても残念に思います。

● 時間がかかるのでしう。

時々雪のたよりも聞かれる様になりました。

くれぐれも御自愛下さいませ様に。

旭川から

—小杉真智子—

● 10月20日 久しぶりに旭川地区の交流会を開きま
した。今回は8月の集団検診のときの新入会員も交え、
お昼を食べながら近況報告、おしゃべりに花を咲かせ
ました。

まず、新入会員の木村誠子さんが当麻町から、発病して約
5年、皮膚筋炎と診断され現在旭川医大の皮膚科を受診
しています。ステロイド5mgですがコントロールが良好な
ようで午前中だけパートに出ています。

そして中富良野の山沢路代さん、長坂由美子さんと主治医が同じでお話しは聞いてましたが初めての出席です。SLEで4年前に発病 プレドニン隔日10mgで自覚症状はレイノーだけです。

日頃、おなじみの市川勢、長坂さん、そして私はまあまああの調子、とっても元気です。

高橋芳江さんも手足のしびれはあるものの仕事をがんばっています。山田都茂子さんは主治医の強力な入院勧告も振り切ってがんばった甲斐(?)あってか検査値もとっても良くなったそうです。バイタリデーのかたまりみたいな人、無理をするのがとっても心配なんですがいっつも元気な山田さんでいて下さい。

さて欠席者の皆様は..

榊田ふさ子さん、まだとても外出できるような状態ではないようですが、今が一番つらい時です。心が病気に負けてしまわないように元気を出して下さい。

日里直美さん、富良野の方で新入会員です。薬のせいでとっても太ってしまったそうですが声はとっても元気で明るい方です。2週に1度田町医大の第一内科を受診しています。

工藤れい子さんは夙邪をひいたりしなければ特に変わ

りはないそうで、川田栄子さんは残念ながら用事ができてしまったそう。いつも皆勤の清野和子さんは一人息子の瑞穂君が熱を出してしまって。でもその替わりと言ってはなんですが、市内勢が清野さんのお宅へ押しかけて思いがけず二次会(?)となってしまうました。みんなが集まってとても楽しい一日でした。また今度、次回はいっにしみましょうか。

関西から
北海道へ
特集号をよんで

さんむくせいの甘い香りが漂う季節になりました。そちらはもうそろそろ寒くなる頃ではないでしょうか。先日「10周年記念号」をお送り下さいましてありがとうございました。こちらの「みちしるべ」とちょうど同じ頃の発送ではなかったでしょうか。こちらは記念行事までのまとめをちらが記念行事を含めた内容であるだけの違いですね。まずはさっさと読み終わりました。感想を一言で言うとすれば「活動が生きている。」ということです。生き生きとした内容に身が洗われました。本当に……。

今、双方の本をもとに話し合えたらどんなにいいことでしょう。

チャリティクリスマスパーティー 友の会忘年会

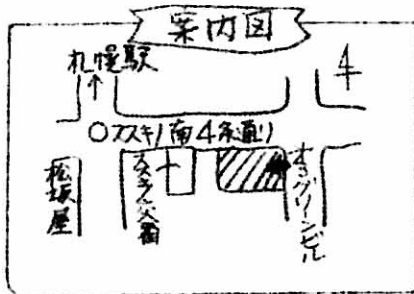
のご案内

♡とき **12月19日(日)**
13:30~16:30

♡ところ **ホリデイインウエラマ**
(札幌市中央区南4条3
条3グリーンビル2F)

♡かいひ **2500** せん
(小中学生 1000せん)

- ♡ ウイスキー、ジュース、フリードリンク ♡
- ♡ マジックショー、レビュー ♡♡♡
- ♡ 華子でもできるダンス ♡♡
- ♡ チャリティオークション ♡♡♡♡
- ♡ 抽せん会 ♡♡♡♡♡
- ♡ 司会はHBCアナ 河原たえこさん ♡



友の会の忘年会にしたい
と思いますのでぜひ
参加して遊びましょう!
出席の方は事務局長谷川
Tel(011)261-8026までご連
絡下さい。

おたよりコーナー

★たんじょうカードによせて★

(年歳市・高瀬弘愛)

昨日、バースデイカードが届きました。

どうもありがとうございます。郵便局の並々ならぬ努力のおかげを1日早くついてしまいました。本当にありがとうございます！

姉がひさしぶりにラフレターが来て「ヨ！」と差し出したのが差し出し人「高原の友より。」という一通の白い封筒でして……はて？ いったい誰からのと開けてみるとビックリ、自分でも忘れていた誕生日の祝いのカード。そして「初めてお手紙差し上げます。」という書き出しの藤田妙子という方からの手紙。

今年の5月、新聞でこの会の事を知った母に、「行ってこい。どうもさく言われ、しぶしぶ札幌へ遊びに出たついでに、協栄生命ビル9Fへ。まー、膠原病の資料が手に入るのなら……ぐらいの気持で入会。

実際、ほとんど忘れかけていたぐらいで……すみません。

これがスポーツとか、何かの学習会というなら、いざしらず同じ病気の人が集まって出来ている会、というのであまりいい

印象ではなかったのです。

差し出し人“高原の友より”という白い一通の封筒が調子がいいからかどうか、忘れがちなこの病気を良い意味で再確認させてくれて……。

又、会のイメージを少し身近な物に変えてくれたように思います。現在、フレドニンを毎日18mg のんでいるおかげでいたって元気で検査の方も異常なしという感じですよ。

そんな感じで暇をもてあましてご迷惑です。女性の多い会、男手が必要な時はご一報くだされば——、ただし、なにせ千歳に寝食しておりますので、ご用の時はなるべく前もって電話でも……くわえまして……昔からよく言うでしょう——“色男、金と力は……”
小生、力仕事にはむいておりませんのであしからず。

乱筆乱文をおわびして今日のところはこの辺で。

寒くなります、会の皆様方も身体にはお気をつけてお過ごし下さい。(10月22日書いたものです)

前略

(札幌市・山崎ヨシエ)

秋空もさわやかな風とともに定山溪の山の紅葉も日増しにこくなつて来るとおもいます。

誕生カードどうも有難うございました。又、誕生日は病院で迎える事になりました。昨日家の者が持つて来てくれましたに

御返事と御礼が大変おそくなつて失礼致しました。

私も体調がおもわしくなく検査ものびのびになつて居ります。

皆様もくれぐれもお身体大切に御自愛下さいませ。

私も？ 戈で早いものですね (9月29日届いたものです)

★ 特集号を読んで ★

(芦別市・Mさん)

お元気ですか。私も元気でやっています。

「いちばんぼし」届きました。どうもありがとうございます。
病気の事や副作用の事などいろんな人を例にしてとても参考
になりました。

私は今、砂川の身体障害者の訓練校に通っています。
訓練校も修了して果して就職できるかどうか考えています。
入る前はとても心配でした。又、具合が悪くならないかと
不安でいっぱいでした。でも入ってみて、みんなどこか障害
のある人ばかりです。でもみんな明るくていい人ばかりだか
らお友達もいっぱいできてうれしいです。そんなことも
病気に良かったがもしれませうね。今、体重が46.5kgです。
一番太つてた時で58kg ありまし500た。その時より11.5kgやせ
ました。とてもうれしいです。でも身長が146cm あつたのが

今では 139cm しかありません。太って背中が曲がったから
かもしれません。

毎日一生懸命勉強して長谷川さん達に少しでもお役に立
てるように頑張ります。

では、お体に気をつけてさようなら。

(9月24日届いたものです)

(浦河町・長崎政幸)

前 略

「いちばんぼし」10周年記念号を送付下さいまして
本当にありがとうございました。

お礼の返事もせず誠に申し訳ありませんでした。

入院中は特集号を毎日のように繰返し読みました。

読みごたえのある内容、装丁の立派なこと、新たためて関係者
の労苦に感謝します。入院生活中の座右の書にさせて
いただきました。小生もようやく今回の入院生活がおわ
りましたのでお礼がたがに思いつくまま報告させてい
たいただきます。

「両大腿骨外顆無腐性壊死」。昭和56年7月に病院の
整形外科で診断され、自分には無関係だろうと思っ
ていた病名を告げられてから15ヶ月になりました。

俗に言う両膝の骨頭壊死です。

入院、骨移植手術、理学療法(リハビリテーション)の繰返しで病院生活を終えて、一応整形完了で退院することになりました。

● 骨頭壊死の病名は知っておりましたが実際に自分が罹って、歩行可能な状態に戻るまでには容易でないことがわかりました。

幸か不幸か発見の時期が丁度手術すべき時期と一致したようです。

初期の自覚症状は階段の昇り降りの苦痛でした。

安静にしている時や平坦な場所ではほとんど痛みは感じなかつたのです。ですから、誰でも股関節の痛みは

● 勿論ですが 俗に膝の痛みでも一応検診はしてみるべきだと思います。

病気にはまだまだ常識外のものがあるようですから。

残念なことですが。

自分が罹った原因は医師によれば不明とのことですが症例などに記述されていたように自分なりに思い当たることを記してみます。

(1) 不承不承 重い荷物を持つ職業に就いたこと。これによつてかなりの負荷が膝にかけた。わずか二年足らずですが。

(2) SLEに罹つて まだ10年ですが、プレドニンを多量に服用してきたこと。通算服用量が影響するものかどうか不明ですが現在までに42000mgの服用であること。

現在1日10mg服用です。とにかくSLE患者でなくても骨壊死、特に股関節の患者が多いのは事実です。

外科の入院生活は初めての経験ですが骨壊死で入院している人の多いのもおどろきでした。

これに関して「膠原」no.54に掲載されていた内容を読んで大変参考になり、又、良く理解できました。

このような症状例を具体的に医学的に説明された記事は体験したものには特に興味ある項目となります。

今後とも是非このような記事は続けていただきたいと思います。関係各位の苦勞は多いと思いますが。

「症例1」は自分自身の症状の記録を見ているようで興味深く読みました。

発症時期 及び症状の進行状態が男女の違い、症状に多少の違いはあつても自分の経験してきた症状に

類似しており やはり SLE の典型的なのだと新にめて認識
しました。

自分の病気の症状と自分で記録しておられたものである
とすればその気力に敬服しながら拝見しました。

これらの記録は残念乍らこれから SLE の悩みに対して

● スタートしなければならぬ人にとっては自分に発症す
るかもしれない症状として一応の心構えになるのではない
かと思われるからです。

不安の材料として受けとる人もいるでしょうが病気に対
する気持ちは無知よりは強いものではないでしょうが

小生も SLE との付き合いはまだ 10 年ですがせいぜい
プレドニン服用の時期と量を記録するのが精一杯でし
た。現在は寛解期を得て完治したような気分でお

● ります。今回骨髄壊死の移植手術で一年以上も不自由を
感じた生活も忘れて。

「症例」に基づいて」の佐川先生の講演会記録を
読んでの感想ですが、講演会に出席して直接お話し
を聞くことができなかつたのが残念です。

諸先生の病気に関するお話しは何度聞いても無駄に
なることはありません。

いつも新しい知識を得ることができ、生活に活力を与

えてくれるからです。

今回の骨髄壊死手術入院時にも、佐川先生には、お世話になりましたが、断片的にお話しを伺うだけでこの様に詳しく聞く機会はありません。

その意味で理解しやすく説明していただいた内容を細部にわたり掲載して下さった関係者の努力には新ためて感謝申し上げます。

御報告したいことはたくさんありますが意に反してなかなか筆力不足でできません。どうか感謝の気持ちがいちばん伝われば幸いです。

関係各位はこれから多忙を極めることと思っておりますがくれぐれもお体に気をつけてお過ごし下さいませよう。

機会をつくって是非参加したい気持ちで一杯です。その時のために自分の体力を早く普通の状態にすべくがんばります。

(旭川市 清野和子)

のんびりした秋を迎えようと思つてましたがやはりあわただしい秋を迎えてにが笑いのこの頃です。

いちばんぼし届きました。本当に御苦勞様でした。

10周年にふさわしい出来栄文だと思います。寺嶋さんが書いている様にちよっとギョウギョウ つめ込んでありますが、気になる程ではありません。『知られざる「内部障害」』なんて入れたあたり、研修生に書いてもらった記事、また秋元さん、山崎氏の記事などが仲々良い結果を出したと思います。

それにしても小寺さんは本当にしっかりしてますね。お流儀のまとめ方、上手ですね。なんか私が手を引いてからだんだん良くなってきて、この号に至ったという感じでちよっぴりヤケますゾ。

さてさて私めの生活、地区連の行事が終り、我が家の引っ越しが終り、ホッとしようとしたら、まだまだアパート中の10軒余りの引っ越しあり、ヤホ用で札幌行あり、友人の来迎あり、学校行事あり、習い事あり、学習会ありと目のまわる様な忙しさ。髪がバサッと抜ける夢を見る始末です。

先日、小杉さんと美幸ちゃんの所へ行ってきました。お母さんホーっとして生活してるみたいですが私たちを喜んで迎えてくれました。その帰り小杉さんが喫茶店へ行きたいと言うのではるか遠くまで車を飛ばして、彼女のお気に入りの素敵なお店に行きました。

彼女にとってお父さんの3ヶ月の研修とお母さんの入院生活がとっても良い結果を生んだようで、医大が彼女に活気を与え、お母さんの入院によって家事を少々こなせる様になったみたいです。彼女自身、今なら何でも出来る気がする。スポーツをやってみたくなっただけで言っていました。ただ就転が見つからず可哀想です。

でも彼女とってもすてきになりました。

2人で相談したのですが一応10月に入ったら相川地区の集まりを聞こうと思っています。

先日、友人が使ってから肩こり、生理不順、不眠が良くなったというふとんをすすめられ、つい一週間程前に思いきって買ってみました。もともと1枚のふとんに寝ていたのでデコボコのマットの様なそのふとんに苦むなく寝られます。

結果はまだわかりませんが、神経の方ほさつそくききめがあらわれてきたみたいで、朝食が済むとトイレがとても恋しくなる様になりました。

一応、ふれこみは血行をよくする、背すじをまっすぐにするホルモンのバランスを良くするなど、まあ、健康食品のふとん版ですが、友達も良いというし、ダンナのお父さんも偶然使っていて、とても良いと言ったのでついつい……

どうして健康を求めるのにお金がかかるのでしょうか……。

我が家のダンナ私がフロンを買ったのを見て自分の高価なおもちゃを買ってほしいと言いだしました。(お金のうばい合いなのですヨ) 私は自分でひまっとしたらすごい無駄使いをしたのだけという気があるので 賤政をひきしめようと思っている矢先に 15万のコンピューターの付属品がほしいなんて言うので一計を案じ「以後、私の好みでダンナの服装を選んでいいなら、15万出すゾ」と言ってやりました。

それ以来ピタッとほしいほしいと言わなくなったのです。私の悪いセンスでこれからの長い一生を左右されるのが余程イヤらしいのです(ちなみに私からみると決して彼も良いセンスを持っているとは言えず、ダラシなく見えるのです。)

我ながら 紳々いいことわり方だと感心しておりますヨ

とまあ 私の癖はこういう調子でやっています。
秋の湘川へ一度 訃遊びに来てみませんか?
お待ちしております。もちろん歓迎しますので!



(9月20日に書いたものです)

事務局からのお知らせ

☆ ご寄付をいただきました。

伊藤 加代子様	10,800円也
森 美智子様	5,000円也
寺山 章子様	1,000円也
菘口 清子様	5,800円也
藤川 久子様	5,800円也
島田 実様	50,000円也
高橋 淳子様	5,000円也
荒木 マツ子様	10,000円也

ありがとうございました。

☆ 新しく入会された方達です。

栗谷 満代 (家族)

松田 幸子 (SLE S34生)

※現在 砂川の身体障害者訓練校にて勉強中です。

扇田 里美 (SLE S34生)

吉瀬 京子 (強皮症. S21生)

渡辺 弘子 (SLE. S32生)

榎田 ふさ子 (SLE. S6生)

皆川 幸子 (SLE. S32生)

葛西 美智子 (SLE S26生)

加藤 芳枝 (SLE. S42生)

小野 夕美子 (多発性筋炎. S22生)

平沢 英子 (SLE. S12生)

☆ 現在 入院中の方達です。

→ お見舞いや、励ましのお便りをお願いします。

★ 小野 夕美子 国立札幌南病院 2の1病棟

★ 易西 美智子

★ 加藤 芳枝

★ 木谷 真知子

★ 扇田 裕子

★ 平沢 英子

勤医協中央病院 5病棟

★ 畑中 豊子 北文病院 才2内科

一日も早く症状が回復し、自宅療養になれますように
心から祈っております。

が 人 ば っ っ

住所変更された方、事務局
へご連絡をお願いします。

☆ 住所変更

★ 佐々木 良子

★ 関 口 朝子

難病センターのご案内

私達の念願であった難病センターが完成し、58年
 1月5日より開館の運びとなりました。

これまで、センター協力会員、建設貯金箱などでご協
 力いただき皆様には深く感謝申し上げます。

この喜びを共にわかちあいたく、記念の祝賀会が
 1月14日、催されます。詳しくは、なんれんNO28号を、
 ご覧下さい。

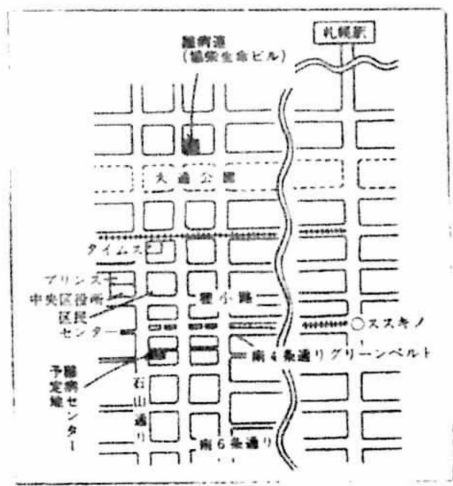
なお、難病連事務局の移転にともない、友の会事務
 局の所在地、電話番号が1月5日からかわります。

《新住所》

札幌市中央区南4条西10丁目
 道立北海道難病センター内

《電話番号》

(011) 512-3233



あ と が き

- ・ 一気に冬到来で背筋がのびたようです。
今年の暮は 落ち着いて新しい年を迎えられそう
で安心しています。
- ・ 今日是一年中で一番昼の短い日、冬至があります。
カボチャを食べる習慣は冬の間、健康にすごせるよ
うにという願いが行事となって残っているそうで
すから、皆さんぜひ、カボチャを食べてこの冬
を乗りきりましょうね
- ・ 「私のお正月の過ごし方」などいろいろなお話し、ご意見
ご感想をお待ちして居ります。 (わ)

編集人 全国膠原病友の会北海道支部
編集責任者 寺嶋 礼子
札幌市中央区大通西9丁目 協栄生命ビル9階
北海道難病連内 〒060 ☎(011)261-8026

発行人 北海道身体障害者定期刊行物協会(HSK)
札幌市中央区南9条西4丁目
神原 義郎

昭和48年1月13日第3種郵便物認可 HSK通巻128号 ¥100
いちばんぼし№46 昭和57年12月10日発行 (毎月1回10日発行)