

HSK

いちばんぼし

HSK通巻407号

昭和48年1月13日第3種郵便物認可
平成18年2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.151

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

☆ ☆ ◇ 難病連札幌支部・道央地区合同役員研修会に参加して ----- P1~P3

☆ もくじ ☆ ☆

☆ ☆ ☆ ☆

☆ 2006.02.10 ☆ ☆ ◇ 函館市難病医療相談会より ----- P4

☆ ☆ ☆ ☆

☆ 支部だより ☆ ☆

☆ ☆ ☆ ◇ 地区だより(札幌地区・帯広地区) ----- P5~P9

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

☆

☆ ◇ コミュニケーション広場 話・輪・笑 ----- P10~P11

☆

☆

☆ ◇ 事務局からのお知らせ ----- P12~P15

☆

☆

☆ ◇ あとがき

☆

☆☆

ご・あ・い・さ・つ

新しい年を迎えてもう2月。今年も昨年同様よろしくお願ひいたします。

先日、市立名寄短期大学看護セミナーに参加するため、名寄に行ってきました。さぞや寒くて雪が多く
と思っていたのですが、除雪と排雪がしっかり入っているので、それほどではありませんでした。友の会
の関西ブロックでは「患者が教壇に立つ活動」ということをずいぶん前から行っていますが、今回、北海
道でそれを聞くことができるということで、セミナーに参加しました。実際聞いてみると、このような講
演は、医療関係者ばかりではなく、患者自身にも必要ではないかと感じました。機会があればぜひ北海道
支部でも取り組んでいきたいです。

まだまだ寒い日が続きますが、皆さんお体に気をつけてお過ごしください。 (支部長 埋田晴子)



難病連札幌支部・道央地区

合同役員研修会に参加して

去る1月14～15日に、ホテル新定山溪「ゆらら」で難病連札幌支部・道央地区合同役員研修会が開かれました。友の会からは4人の役員が出席し、勉強してきました。

「医療制度改革について」と「障害者自立支援法について」の講演を聞きました。厚生労働省が昨年10月19日に「医療制度構造改革試案」を発表しました。いつでも、どこでも、だれもが安心して医療にかかれる国民皆保険制度が根底から崩壊しようとしています。医療制度全体が大きく変わろうとしている今、いずれは難病対策にも影響が出てくることは間違いありません。

「障害者自立支援法」については、友の会の会員がどのくらい対象になっているのか、福祉サービスなどを利用しているのか、実態を把握していないのが現状です。しかし、今年の4月から施行されるものと10月から施行されるものがあるのですが、細かいところはまだ決まっていないようです。会員の方で実際に利用されている方、困っていることなど情報をお持ちの方はぜひお知らせください。これからの活動のために必要になると思いますので。

この2つの難しい講演のあとは、より良い相談活動のためにピアカウンセリング入門のビデオ学習でした。ピアとは仲間・同志という意味で、内容は興味深く、ユーモアをまじえたお話はあきさせないものでした。ピアカウンセリングの実際は奥深く、とても難しいことなのだと感じました。しかし、同じ病気を持つ仲間と交流する時に、カウンセリングとしてではなく、相手の話をよく聞くこと、自分の経験を押しつけないこと、相手の立場になって考えることなど、生かせることが多くあったように思います。難しい講演を聞いたあとなので、このビデオの話は素直に頭の中に入ってきて、少しリラックスできた時間でした。

夜は新年交礼会で、参加支部・部会がそれぞれ挨拶し、お酒も入っ

ているせいか、いろいろな人たちと気軽に交流できて、とても楽しい時間を過ごしました。

2日目は昨日のビデオの残りを見てから、「わが国の社会保障の仕組みとゆくえと難病対策の見直しを考える」の講演を聞きました。これから難病対策はどうなるのか、社会保障のあり方、国民皆保険が崩壊している今、保険料が払えず病院にも行けない人たちが増えてきていることなどを話され、私たち患者も一人一人が真剣に考え、勉強し、社会の動きに敏感になればいけないと思いました。

この2日間は頭に入りきれないほどの情報があり、きちんと理解することもできてないのが本当のことです。1年に1回の研修では無理がるというのが実感です。友の会でも小さな勉強会をしていければと思います。

露天風呂から見た雪景色の中の月が、こころをほんわかとしてくれました。
(瀬賀史子)

温泉での開催と聞いて（温泉に入ってちょっとゆっくり？とは間違いでした）参加しましたが、会場に着いて、すぐ研修・講演・資料・パネルいろいろあり、自分の不勉強も含め、とにかく難しいお話ばかりで、理解できるには程遠いものでした。

1日目13時～17時やっと終わり、夕食会20時閉会、お風呂に入っておやすみなさい。2日目9時～12時でビデオ学習、社会保障の仕組み、難病対策の見直しを考えるの講演、感想、レポート等、久しぶりに忙しく頭を使った一日半でした。少し疲れしました…。

(秋山のぶ子)

1月14日(土)・15日(日)に恒例の年に一度の北海道難病連の役員研修会がありました。昨年までは土曜日半日の研修会でしたが、今年は1泊2日のびっしり盛りだくさんの研修内容でした。中身は例年その時々抱えている問題、医療制度の説明や患者会のあり方等々多種多様でかなりボリュームのある内容で実施しています。

ことしは二日間にわたり「医療制度改革について」、「障害者自立支援法について」そして「より良い相談活動のために」（ピアサポート

について)ということで、膨大な資料に対して専門家や市の担当者からの説明を受けましたが、書かれてある文字は判読できるのですがその中身を理解するには短時間の説明だけでは到底不可能というのが実感でした。

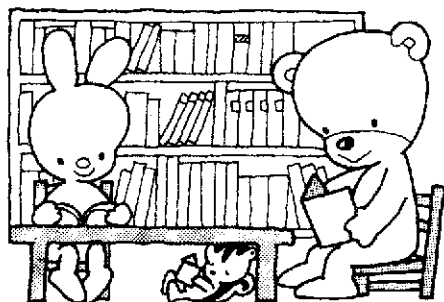
ただしいずれも私たちに直接かかわっていることなので、それを皆さんにどうお伝えするかが問題だと思っています。何とかわかりやすく皆さんにお伝えする方法を考えています。(大澤久子)

● **研** 修講演は、「医療制度改革について」と「障害者自立支援法について」というテーマで行われましたが、内容が大変難しく、もう少し時間をかけて詳しくお話が聞けたらと思いました。

そして、1日目の最後に、ビデオ学習『ピアカウンセリング入門』～障害をもつ人たちの生活とエンパワー～が放映されました。こちらは障害者(てんかん)で車イスの谷口教授自らの講演で、特にお話の中で『障害をもつことは悪いことですか?』『障害をもって生きること誇りを持とう!』……などと力説しておられ、大変説得力があり、共感するところが多数あり聞き入ってしまいました。

今年の研修会は、個人的には会場がホテルなので広くゆったりと、しかも温泉付きなのでリラックスして出席させていただき、大変勉強になりました。ありがとうございました。

難病連の皆さん! 大変お疲れ様でした。(瀧本はるよ)



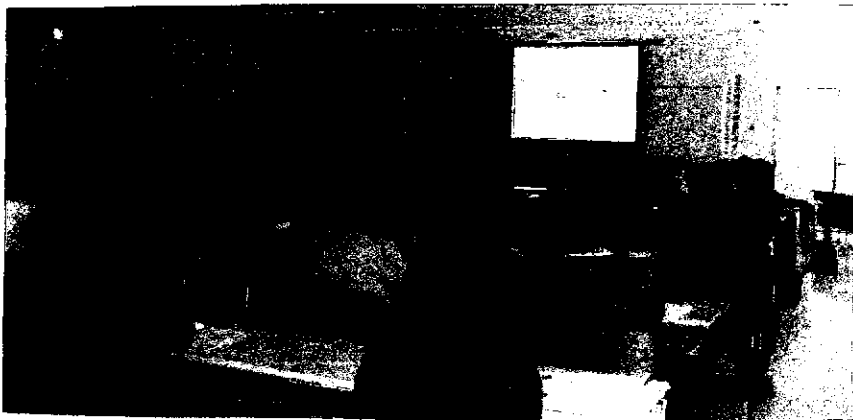
函館市難病医療相談会より

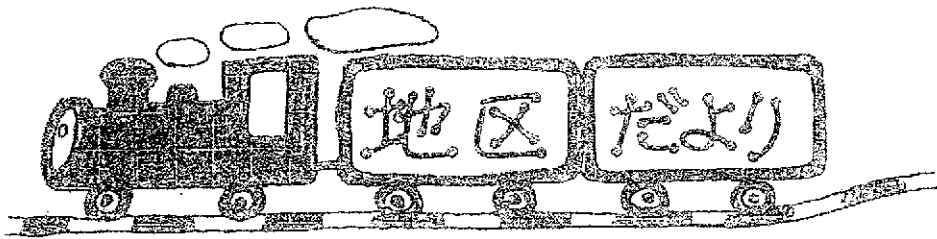
1月21日(土) 函館市総合保健センターにおいて、第3回函館市難病医療相談会が行われました。「膠原病～全身性エリテマトーデスの話」というテーマで、市立函館病院リウマチ科主任医長小椋庸隆先生による講演と終了後は個別相談という内容でした。

函館も例年になく雪が多かったのですが、足元の悪い中、当日は約70名の方が参加されました。まずその人数の多さに驚きました。当日のことは当事者に個別に案内されていたようで、近隣の患者全員にお知らせが伝わるということの大切さをあらためて思いました。毎年新たに病気を持つ方が増えているのだから、病気のことをもっと知りたい、ましてや人口の多いところではそのような方が多くいることをあらためて実感しました。友の会でもより多くの方に私たちの活動を知ってもらうよう考えていきたいと思いました。

小椋先生のお話はとてもわかりやすいもので、膠原病の中の一疾患である全身性エリテマトーデスに絞っていたことも、その要因かと思われれます。個別相談をしている間は、患者、難病連函館支部、保健所の職員、友の会のメンバーで、少ない人数ではありましたが、交流会も行いました。交流会に残った患者さんは、友の会の方はたまたまいらっしやらなかったのですが、これを機に会員になってくださった方もいらっしやいました。

今回も医療講演会をする大切さ、必要性を強く感じることとなりました。また、難病連函館支部の方にもいろいろお世話になりました。ありがとうございました。





《札幌地区》

* *チャリティクリスマスパーティー* *

膠原病部会・特賞 “オードブル” 当たる！

2005年12月18日(日)、第23回北海道札幌地区チャリティクリスマスパーティーが“京王プラザホテル”にて行われました。今年は、昨年より若干収容人数が多く230名余りで、友の会からは15名(内家族3名)と大勢の方が出席されました。

パーティーは、オープニング!“マツケンサンバⅡ”で華やかに始まり、サンタクロースより各テーブルにプレゼントが配られワインで乾杯し歓談となりました。

アトラクションは、奈良岡明德サクソフォンカルテットの素敵なクリスマスソングの演奏とみんなの人気者日本ハムファイターズのB・B君が札幌ドームを飛び出し全員でYMCAダンスを踊り会場を盛り上げました。

恒例の抽選会では、私たちのテーブルからナント！特賞・オードブルとスガイポウルペア券が当たり歓声が上がっていました。

そして、最後に『きよこの夜』を合唱しお開きとなりました。

出席された方からの感想を下記に記載します。(瀧本)

★ 久しぶりのクリスマスパーティーでした。
友の会からは特賞とボーリング券が当たりました。
来年は…？と楽しみで～す。

★ 登別に行きたかった
残念！！
でも楽しかったです。

★ 初めて出席しました。楽しかったです。日本ハムのB・Bくん！ピアノ上手ですね。本物に会ったので嬉しい。(*_*)

★3歳の娘のご機嫌が悪くて皆様にご迷惑かけてしまいすみませんでした……。(^_^;)でも、とても楽しかったです。
来年もぜひ来たいです！ (T・S)

★難病になって数年になりますが今日で2回目の出席です。
大変楽しかったです。皆さんも、お体に気を付けて頑張りましょう

★大変、楽しかったです！

★膠原病部会大当たり、おめでとう！
B・B君に抱っこしてもらって良かったです。来年もイクゾー！
楽しかったです。 (I・K)

★なんと！ちょっと席をハズしている間に特賞！オードブルが当たっ
ちやいビックリするやら驚いていま～す。今まで、抽選会には無
縁だったので……。来年は、良いお正月が迎えられます、あり
がとうございました。皆さんも、来年はぜひ出席しませんか！
特賞が当たるかも……。??(^O^)
(実行委員が当たって申し訳ありません！(H・T))



《帯広地区》

＊ ＊ 交流会しました ＊ ＊

1月21日(土) ホテルパコ帯広13階タイムゾーンにてカラオケ交流会を開きました。この日には竹田先生をはじめ、吉田先生、瀧澤先生(女医さん)、梅澤先生と、娘さんが患者であるその家族の方が参加してくださいました。会員が4人とあわせて10名の参加となりました。初めて会う方も多くおられたので、自己紹介で始まり、それぞれの思いとか、これまでの病気の経過などを話し、家族の方の娘さんの今の状況の不安な気持ちを察すると、少しでも助けになれるだろうか…と感じました。バイキング方式での食事を楽しんでから、その後カラオケです。先生方も歌い慣れているようで、美声を聞かせていただきました。今回は、それぞれ立場の違う人たちとの交流ではありましたが、普段外来では医者と患者という立場で数分しか話せないわけですが、このような場で少しでもお互いの気持ちを話せたことは良かったのではないかと思います。今回は4人もの素敵な先生方が来てくださり、賑やかに、ちょっと緊張(?)する中での楽しい1日でした。
(帯広地区 大野ひとみ)

去る1月21日、膠原病友の会帯広地区におきまして、食事をしながらの交流会が開催されました。

さまざまな事情により3～4年会への参加ができなかった私ですので、久しぶりの参加は大変心が重いものでした。しかし、待ち合わせの場所で待っていますと、会の役員さんたちがとても身近な人のように私を迎えてくださいました。そのことで心が救われました。

その後は帯広厚生病院の先生が4名、まだ会に入っていない患者さんのご家族が2名、友の会会員が4名、総勢10名での交流会が始まりました。自己紹介、カラオケ、食事をしながらの交流が行われ、病院の先生にいろいろ聞いている方も、カラオケで盛り上がる人もいました。終始なごやかに楽しい一時は、あっという間に終わりました。次回も参加させていただきたいと思いながら、帰りのバスに乗りました。(帯広地区 干場弘美)

《アップル会》

新年会をしました！

2006年1月29日(日)、『銀座ライオン』にてアップル会(新年会)を行いました。当日は、生憎のお天気でしたが20名と大勢の方が出席されました。

会は、紅一点??佐藤豊さんの「カンパ〜イ!」で始まりました。そして、美味しいお料理を戴きながら今年の抱負を交えて自己紹介をしていただき、か〜こデベイツの資格を取得しましたとが、今年は、ダンス・ボウリング・水泳・お裁縫…がんばりま〜す!などいろんな話が聞かれました。今回、銀座ライオンで行い特典として「北北北」をオーダーすると三角くじがひけナント!!1等・3等・4等…と当たりが出てお食事券(¥5,000)ゲットしたりとクイズが〜に続き今年も役員は大当たりでした。(皆さんも歌むんだつたら北北北ですよ!)

そして、最後に集合写真を撮りお開きとなりました。

今回、ご都合が悪くて出席できなかつた方も来年は是非、ご出席下さい。一緒に、おしゃべりしませんか?役員一同お待ちしております。

出席された方からの感想を下記に記載します。(龍 本)

■今日は、とても楽しい時間をありがとうございました。

本年も、明るく前向きに人生楽しんで勝ちの気持ちでがんばります。(T・S)

■ライオンに来たからにはオビールですね。何年振りのビールかな?おいしい新年会でした。皆さん、ありがとうございました。

(K・i)

■楽しいひとときでした。又、参加させて戴きたいと思います

(M・k)

■二、三ばかりに出席して皆さんにお会い出来とても楽しい一時でした。役員の方には、いつもお世話いただき有難うございました。

(T・K)

■ご馳走もおいしかったし皆さんと楽しく病気の事を色々とお話をさせていただき本当に良かったです。又、元気に頑張ります。

((Kさん)

■とても楽しい時間でした。

今年もよろしくお願いします。

(A・U)

■今日は、楽しい一日でした。役員の方有難うございました。

また、楽しい事お願いします。

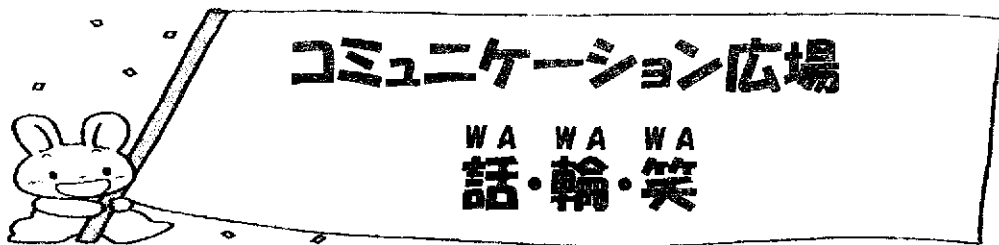
■楽しい会を有難うございました。

■事務局の皆様、素敵な会をありがとうございました。

毎年の事ながら、お一人お一人のお話を聞いたり、お話をさせて戴いたり心温まる時間をいただきました。皆様にとって健康で素晴らしい一年でありますように…。

(W・A)





♪ 私にとってのピアノコンサート ♪

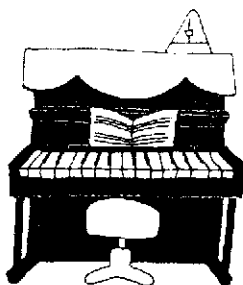
(江別市 杉山喜美子)

1月15日、札幌ルーテルホールで、ピアノ・ソプラノジョイントコンサートが開催されました。会員の渡邊亜樹子さんのピアノコンサートです。演奏前にはピアノに向かい静かに気持ちを整えているのでしょうか… ホール全体が静寂につつまれます。頑張れ！と思わず心の中で叫んでしまいます。

風が吹いたら飛ばされそうな細い身体、細い腕、そして症状が出ている指先から語りかけるような音色、流れるような音色、驚くような迫力のある音色が物語を奏でていました。

私は子どもの頃からずっとピアノに憧れています。いつか弾けるようになりたいと思う反面、敷居が高く縁遠かったのです。でも、渡邊さんのコンサートのお陰で身近な音として感じられるようになってきました。とっても楽しみな時で肩ひじをはずらずに聴けるのは嬉しいことです。

髪をアップにして、ロングドレスの渡邊さんはとってもきれいでした。爽やかさとたくさんの元気をいただきました。次回も楽しみにしています。



ダイナミックなすばらしい演奏

♪ 渡邊亜樹子さんのコンサート ♪

(札幌市・三森礼子)

1月15日、友の会会員渡邊亜樹子さんのピアノ・ソプラノジョイントコンサートに行ってきました。昨年に続いて2回目。今年は私の大好きなバッハのシャコンヌがプログラムにあったので、あのヴァイオリンの名曲がどんな風に編曲されて渡邊さんがどんな風に演奏するのかとても楽しみでした。昨年は繊細で高度な技術を駆使したリストの曲を見事に弾きこなしていましたが、今年はダイナミックなすばらしい演奏と気迫に圧倒されました。病気を抱えながら寝る間も惜しむほど練習したその成果に、同席した仲間共々励まされた思いでした。本当にすばらしかったです。来年も楽しみにしています。

運営委員の皆様へ

雪の舞う毎日ですが、いかがお過ごしでしょうか。いらっしやいますか。

昨年末の「いちばんほし」に arietta ジョイントコンサートのチラシを掲載いただきまして、ありがとうございます。友の会から7名の方にお越しいただき、温かい拍手に包まれた大変幸せな時間をいただくことができました。

指先から症状の始まった強皮症は、一時はピアノに対し絶望させられました。愚痴に付き合いつつながら治療してくださるDrや、心配しつつ支えてくれる両親と友人や、温かく応援してくださる友の会の方々に感謝を忘れさせない「痛い良薬」なのかもしれません。

いつも甘えるばかりで何の恩返しもできませんが、気持ちばかり同封させていただきました。何かの足しにしたいだければ幸いに存じます。今後ともどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

寒さ厳しき折、どうぞ御自愛くださいませ。

渡邊亜樹子

事務局からのお知らせ

☆ 新しく入会された方です。(2006.1~2006.2.10)

富田 照 さん (シェーグレン症候群, 留萌市)

森山久美子 さん (家族会員, 厚沢部町)

関 有美子 さん (SLE, 旭川市)

加藤典子 さん (SLE, 函館市)

どうぞよろしく申し上げます。

住所等が変更になりましたら、事務局までお知らせください。電話番号もお忘れなく！

振込用紙が同封されている方は、会費の納入をお願いします。

春のチャリティバザー'大のみの市'今年もよろしく!!

日時：3月4日(土)13:00~16:00・5日(日)10:00~14:00

場所：北海道難病センター (札幌市中央区南4条西10丁目)

ご提供ください → もう一度どなたかに使っていただけるものを。

お手伝いください → 提供品の仕分け、展示、販売、後かたづけを。

- ・ バザーの準備は2/27(月)~3(金) 午前・午後・夜 *都合のいい時間帯で。
- ・ バザー当日 3/4(土)10:00集合・3/5(日)09:30集合
- ・ 後かたづけ 3/5(日)14:00~・3/6(月)10:00~

*2/1から提供品の受付は難病センターで行っています。(持参・郵送)

大型のもの(家具・寝具、多量にある場合)は難病連の方から取りに伺いますので難病センター(512-3233)までご連絡ください。バザーに関してのお問い合わせ・お手伝いのできる方は、大澤()までお願いいたします。

前号で「署名・募金のお願い」として署名用紙を同封しましたが、案内文の名称が間違っていましたので、ここに訂正いたします。申し訳ありませんでした。なお、署名用紙の締切りは2月末となっていますので、こちらをあわせてよろしくお願いします。

(誤) JPC (日本患者・家族団体協議会) の「総合的難病対策の早期確立を要望する」

→ (正) JPA (日本難病・疾病団体協議会) の「難病、長期慢性疾患、小児慢性疾患に対する総合的対策を求める」

運営協力会にご協力ください

全国膠原病友の会北海道支部は、(財)北海道難病連(以下、難病連)に所属して、難病連とともに、患者・その家族の方が安心して暮らせるよういろいろな活動を行っています。難病連の運営は、いろいろな補助金などの他、「難病連の運営協力会」の寄付金も大きな財源の一つです。膠原病友の会としては、運営協力会の主旨に沿って、皆様からのご理解をいただき、ご協力を申し上げる次第です。同封の振込用紙に必要事項をご記入の上、郵便局でお振り込みいただければ、手数料はかかりません。よろしくお願い致します。

- 運営協力会は、定期・定額のご寄付です。
- 年間1口 2,000 円(法人、団体は1口1万円)です。
- 機関紙「なんれん」をお届けします。
- 2年目以降は、毎年 12 月に、ご請求申し上げます。
- 口数の変更、退会は自由ですので、ご連絡ください。
- ご家族、お知り合いの皆様にも、ご協力をお願いしていただけると幸いです。
- 活動資金として次のように使います。
 - ・難病集団無料検診相談会
 - ・医療講演会
 - ・機関紙「なんれん」の発行
 - ・陳情・請願・PR活動
 - ・疾病別患者会・地域支部の活動(50%が部会に還元されます)
 - ・事務局の運営その他
- 平成 16 年度は膠原病友の会に 199,250 円の還元金がありました(平成 14 年度…167,000 円、平成 15 年度…160,250 円)。たくさんの方のご協力に感謝しております。皆さんありがとうございました。これからもよろしくお願い致します。

年賀状ありがとうございました

今年もたくさんの方々より年賀状をいただきました。ここに、紙面を借りまして厚くお礼申し上げますとともに、お名前のみご紹介させていただきます。(敬称略、順不同)

- ・ 札幌市 大橋 晃 道議会議員
- ・ " 佐川 昭 医師
- ・ " 松橋めぐみ 医師
- ・ 深川市 松崎道幸 医師
- ・ 千葉市 森美智子
- ・ 北海道難病連旭川支部
- ・ 北海道身体障害者団体定期刊行物協会
- ・ (株)北海道機関紙印刷所
- ・ 札幌市 片谷浩子
- ・ " 高松美知子
- ・ " 渡邊亜樹子
- ・ " 伊藤恵子
- ・ " 楠 厚子
- ・ " 日野京子
- ・ " 渡辺弘子
- ・ " 永森志織
- ・ " 金村恵子
- ・ " 工藤ゆり子
- ・ " 関口朝子
- ・ " 国下喜代子
- ・ " 荒井レイ子
- ・ 旭川市 長坂由美子
- ・ " 印田裕美
- ・ " 越智恵子
- ・ " 斉藤昌子
- ・ " 小山内夕子
- ・ " 斉藤道代
- ・ 北見市 信本和美
- ・ " 加藤禎子
- ・ 北見市 神成幸子
- ・ " 中垣恵子
- ・ " 片岡治美
- ・ " 菅原芳子
- ・ " 倉見愛子
- ・ " 館村洋子
- ・ 帯広市 松見文子
- ・ " 清水寛子
- ・ 釧路市 目黒セツ子
- ・ " 鈴木裕子
- ・ " 佐藤圭子
- ・ " 遠藤厚文
- ・ " 宮田和子
- ・ " 吉田さよ子
- ・ 小樽市 伏黒正子
- ・ 恵庭市 北上澄子
- ・ " 南 朋美
- ・ " 若瀬トシ子
- ・ 名寄市 森 靖子
- ・ " 藤田郁子
- ・ 三笠市 渡部ハツエ

- ・ 岩見沢市 岩寄幸雄
- ・ 函館市 船樹玲子
- ・ " 小林テイ
- ・ 美唄市 平川蓉子
- ・ 深川市 中村民子
- ・ " 三谷真千子
- ・ 江別市 鹿内しのぶ
- ・ " 杉山喜美子
- ・ 石狩市 南部美恵子
- ・ 夕張市 大沼節子
- ・ 根室市 角鹿邦子
- ・ " 小田桐恵美
- ・ 登別市 石山キミ子
- ・ 芽室町 家内千枝子
- ・ 鷹栖町 側 由香

- ・ 江差町 田畑和子
- ・ 木古内町 手塚喜美子
- ・ 余市町 吉田陽子
- ・ 白老町 中峰由美子
- ・ 八雲町 菊地京子
- ・ 上砂川町 清水五郎
- ・ 奈井江町 松嶋茂子
- ・ 音更町 福島和好
- ・ 浦幌町 玉置るい子
- ・ 遠軽町 澤田ゆかり
- ・ 置戸町 矢崎幸子
- ・ 静内町 正木盛幸
- ・ 共和町 坂本めぐみ
- ・ 蘭越町 国岡民子

- ・ 全国膠原病友の会岩手県支部
- ・ " 宮城県支部
- ・ " 秋田県支部
- ・ " 福島県支部
- ・ " 茨城県支部
- ・ " 栃木県支部
- ・ " 千葉支部
- ・ " 東京支部
- ・ 埼玉県膠原病友の会
- ・ 全国膠原病友の会神奈川県支部
- ・ " 長野県支部
- ・ " 愛知県支部
- ・ " 三重県支部

- ・ 全国膠原病友の会関西ブロック
- ・ " 滋賀支部
- ・ " 京都支部
- ・ " 大阪支部
- ・ " 奈良支部
- ・ " 鳥根県支部
- ・ " 山口県支部
- ・ " 福岡県支部
- ・ " 佐賀県支部
- ・ " 長崎県支部
- ・ " 熊本県支部
- ・ " 鹿児島県支部

*** あ と が き ***

例年になく大雪の中、皆さんいかがお過ごしでしょうか。皆さんもお身体に気をつけ、無理しないように！ 素敵な出会いがたくさんありますように願っています。今年もよろしくお付き合いくださいネ。(A)

新しい年も1ヶ月が過ぎてしまいましたが、皆さん今年もよろしくお願ひします。どんな1年になるのか楽しみでもあり、不安でもあります。「ケ・セラセラ」でいきましょうか。(S)

昨年、クリスマスパーティで特賞・オードブルが当たり、そして初詣に行きおみくじがナント！大吉と縁起がよく、今年はウンダフルな一年になりそうです。皆さん！今年も健康で過ごしましょう。よろしくお願ひします。(T)

年が明けてアツという間にもう2月ですネ。1月15日渡邊亜樹子さんのピアノコンサート（ソプラノとのジョイント）に行ってきました。あの華奢な身体と腕に、どこにそんな力が潜んでいるのかと思うくらいパワフルな演奏で、十分堪能させていただきました。ずいぶん練習を重ねられたことと思います。刺激を受け、私も頑張らなければと思いましたが、たぶん今年もマイペースで無理せずやっていく1年になると思います。今年もよろしくお願ひいたします。(K)

今年も始動したと思っているうちにもう2月です。時間の経つ速さに頭も体も追いつかない感じの毎日です。去年の暮れの12月18日の難病連のクリスマスチャリティパーティ、歳明けて1月14日・15日の難病連の役員研修会、そして1月29日のアップル会の新年会、いつも楽しみと共にこれからやることは何かと考えさせられる日々を送っています。これからは3月のチャリティバザーもどのくらい品物が集まるか、お手伝いの人に来てくれるか、品物がきちんと売れるか、売れ残って莫大なごみ処理料金がかからないか等々こんなことばかり考えては人生楽しくありませんね。今年はずっともっと私らしく自分の時間を大切に楽しく過ごそうと思っています。今年もよろしく。(O)

~~~~~  
全国膠原病友の会北海道支部

<編集人>

編集責任者 埋田 晴子

〒064-8506 札幌市中央区南4条西10丁目

北海道難病センター内 TEL.011(512)3233

<発行人> 北海道身体障害者団体定期刊行物協会

細川 久美子

〒063-0868 札幌市西区八軒8条東5丁目4-18

TEL.011(736)1724

昭和48年1月13日第3種郵便物認可 HSK通巻407号 100円

いちばんぼしNo.151 平成18年2月10日発行(毎月1回10日発行)

~~~~~