

HSK

生きる 仲間

昭和48年 1月13日 第3種郵便物認可 H・S・K通巻428号

◎発行日 平成19年11月10日(毎月10日発行)

◎発行責任者 鈴木 啓三

◎編集 札幌腎臓病患者友の会
札幌市北区北17条西2丁目2番38
サザンアベニュー北大301

◎発行所 北海道身体障害者団体 定期刊行物協会

札幌腎臓病患者友の会

第 82号

腎キャンペーン、大通り公園に58名が参加 後期高齢者医療制度——仕組みと問題点!!



9月23日 腎臓提供者拡大街頭キャンペーンより

撮影 庄野一男

第27回腎臓提供者拡大街頭キャンペーン

秋空の下、大通公園三丁目において 58名が通行人にアピール!



札幌腎臓病患者友の会
道 腎 協 共催

協力：北海道・札幌市・市立
札幌病院・北海道腎臓
バンク・北海道腎移植
者協議会・各ライオン
ズクラブ・報道各社

九月二三日(四)、腎友会患者家族
合わせて五八名が参加して、秋晴
れの下でドナーカード(意思表示
カード)を配布し、道行く人達に
腎臓提供者を呼びかけました。

快く受け取っていただけの方、
冷ややかに通りすぎる方など人間
模様を見させていただきました。
これでは、ドナーカードの所持
率(現在約一〇%)の増加は期待

出来ないですね。したがって腎臓
移植は遠い先のことに感じられま
した。

永年ご努力いただいた先輩諸氏
には、頭が下がりますが、「なぜ？」
という原点に戻って、運動方針を
考え直す必要があるのではないで
しょうか。

(報告 平林 國男)
〈五輪橋内科病院〉





鈴木会長



柳沼実行委員長



菅木副会長



福原副会長



街頭での意思表示カード配布



平野先生(右)も熱心に指導しました

腎提供者拡大街頭キャンペーン参加者

ご協力ありがとうございました

平成一九年九月二三日
(敬称は略させていただきます)

●北海道保健福祉部医務業務課

合田 英人

●札幌市保健福祉局医療調整課

田原 伸一、角谷俊太郎

●北海道腎臓バンク

藤森千代記、藤森 幸子

小野美和子

●市立札幌病院腎移植科

平野 哲夫、鳥潟都志子

小松 礼果

●札幌スノーライオンズクラブ

前田 哲男、松井 務

名越 茂

●札幌エルムライオンズクラブ

柴田 憲秀、本村 信人

高橋 英明、内山謙士郎

岩井 英典、梅野光一郎

杉浦 晃司、横幕 義信

近間 敏治

●札幌青年会議所

小野 秀樹、米山 昭彦

竹原 慎雅

●北海道移植者協議会

小田 憲司、笹川 和宜

渡辺 吉臣

●石川泌尿器科

吉田 宣博

●H・N・メディックさつぽろ東

庄野 一男

●五輪橋内科病院

平林 國男、望月 悦子

●勤医協中央病院

斉藤 綾子

●札幌北クリニク

鈴木 啓三、鈴木 洋子

川村百合江、高橋 幹子

仲山千鶴子

●札幌セントラルクリニク

西山 利彦、高橋 淳一

●札幌北楡病院

田辺 哲明

●札幌南一条病院

坂 孝光、三上留美子

矢田 孝子

●仁楡会病院

千葉 斌

●澄腎クリニク

大塚 艶子、藤井 勝子

野崎 洋子

●桑園中央病院

本田 敏、本田 明美

●田島クリニク

大西 政弘

●手稲ネフロクリニク

柳沼 正一

●中野医院

福原真理子

●新井田医院

岡崎 政司

●福住泌尿器科クリニク

相川 信子、浅香 孝子

●星野泌尿器科

外川 純也

●もなみクリニク

苜木 芳三

●しらかば泌尿器科クリニク

佐藤 修二

参加者…五八名

キャンペーンに参加して～臓器移植と啓蒙活動～

人の死と臓器の活用は移植を待つ者にとって、善意の無償の行為に期待するだけでよいのでしょうか？

日本人の倫理観はこのままで仕方ないのでしょか？ 仏教は臓器移植を禁じてはいないのです。死後に自己の尊厳を傷つけられる恐ろしき、ご遺族の気持を無視することは出来ません。

しかし、「なぜか？」と真剣に考えている人は少ないと思われます。「身体髪膚これ父母に享く。敢て毀傷せざるは孝の始め也」(孝教)の思想が今もって受け継がれているのであろうか？(星野一正「医療の倫理」より)。四書五経を読んだ人が何人いるでしょうか？このことを以って移植のための臓器提供を拒むとすれば、全く間違えた解釈と断言して良いと思う。

政治家・宗教団体・教育などに対する幅広い啓蒙活動が、我々に与えられた急務ではないでしょうか。そして、法律改正等の具体的な国会請願も必要となるでしょう。

(平林 國男)

〈五輪橋内科病院〉

後期高齢者医療制度について

その仕組みと問題点

平成一八年六月に医療制度改革関連法が可決され、老人医療制度、七〇歳から七四歳までを前期高齢者医療制度、七五歳以上（透析者については任意で六五歳から七四歳まで）が後期高齢者医療制度として、平成二〇年四月から実施されることが決まっています。

前期高齢者の医療費の自己負担が一分から二分に大きく変わります。また、後期高齢者医療制度の新設も医療費の公費負担を削減し、患者の負担を増やす目的を持っています。

一部老齢基礎年金（七九万円）のみの方は、激変緩和措置（議員がよく使う言葉で本当に緩和かどうか？）で加入時から二年間保険料の五割が軽減されますが、その後、激変緩和など消えてしまい、二年ごとの保険料見直しにより当然のごとく保険料は上昇の一途をたどることになると考えられます。今回私たちにとって大きな変化

としては、七五歳以上の方（透析者は六五歳から七四歳の方で任意加入する、この部分が一番不可思議な部分で透析者に関係ある重要な所です）は、一人ひとりが個別に保険料を支払う制度になることです。

ご夫婦の奥さんや扶養家族の方など保険料を今まで払っていない方でも、すべて全員が支払わなければなりません。一世帯殆どの場合は世帯主が納めていけばよかったです。夫と奥さんは別々に支払わなければなりません。当然、扶養家族であった人も全員が少ない年金の中から保険料を支払わなければなりません。国が試算した全国平均保険料額は年額七四、〇〇〇円になると見積もられております。都道府県により大きく違い北海道は八五、〇〇〇円にもなると見積もられ月額七、一〇〇円の高額になるそうです。

また、保険料は年金から天引き

される仕組みとなり、介護保険料と後期高齢者医療制度の保険料の合計が年金受給額の半分を超えてしまうような人（年額たった一八万円までの人）については、天引きせず個別に保険料を納める最悪とも言える仕組みです。

後期高齢者医療制度では高齢で七五歳になると、もうお先短く、ご用済みですので、診療点数を下げても問題はないでしょう。多少具合が悪くともお年ですからと言えば良いでしょう。分らないようにやりましょうと言います。私たちが患者はその事を見逃してはならないのです。

導入期の何も知らない人、診療報酬が下がって自己負担が安くていいなと、喜んで後期高齢者医療に飛びつくような人、そのようなことが進めば本当に不幸な事態に成りかねません。

九月の報道で政府・与党は「七〇歳から七四歳の医療費窓口負担の一分から二分への引き上げの凍結、七五歳以上の高齢者の一部に新たに発生する保険料の負担の凍結をする法案提出へ」との内容が

載っていました。九月の末には与党の正式な修正提案となり発表されました。しかし、本当の意味での対策ではなく、人気とり、選挙対策の一環です。目先の凍結などでごまかしてその場をしりぬで、二年後には見直しが行われ、凍結は無くなり二分の医療費負担、保険料の支払いをしなければならなくなります。

保険制度は今までもこの様なことが繰り返され続けられています。医療費全体が一兆円と定められ、その中でやりくりしなさいとなぜ決めてしまうのでしょうか、もう一度今国民が何を求めているか、防衛費などほんの一部を福祉の方へ持つていくだけで解決出来ることが沢山あることを皆さんご存じだと思えます。いまの政府にそれは望めません。野党からの色々な法案が提出されましたが、内容を見極め今後の動向により、大きく判断が求められてきます。

透析患者全員でしっかりと勉強し、安全で元気で長生き出来る透析医療をしつかり守って行きましよう。

長期透析者表彰式

講演(鈴木会長)

九月九日(日)、札幌市北区民センターにおいて、八二名の出席者が集う中、「長期透析者表彰式」と鈴木啓三会長を講師に「講演会」が開催されました。

昨年度までは節目の五周年ごとに、一〇年・二〇年・二五年・三〇年の会員を表彰していましたが、様々な事情により一〇年表彰だけにすることが、本年度総会で決まるとのこと。総会時に表彰式を実施する事になりました。今年度は変則的ですが講演会と同時にこのように事になりました。

第一部として一〇時より、堀井和彦副会長の司会で、長期透析者表彰式が始まり、逝去された仲間と黙とうを捧げ、鈴木会長から、講演会と表彰者へのお祝いのお祝いのお祝いのあいさつが述べられました。一一〇名の会員が表彰されますが、当日は

体調など様々な事情により一四名の表彰者が出席され、鈴木会長から表彰状と記念品を受け取っていました。

一〇年以上一五年未満の長期透析者は全国で三〇、三一八人、全透析者の一二・一％(平成一八年一二月三一日現在、日本透析医学会)を占めています。

透析生活一〇年を超えるのは、自己管理は勿論、家族・医療スタッフ・医療制度など様々な要因があればこそだと思います。今後も合併症に留意され長期透析を過ごしていただきたいと願っています。

第二部は菅木芳三副会長の司会で『生かされて三八年』☆あなたは生きられるか は四〇年生きられますかと、題して鈴木会長の講演会が開催されました。



10年以上表彰の方々



表彰式・講演受け



熱心に講演中の鈴木会長



広い会場も「いっぱい」になりました

一四Pにわたる資料が配布され、ご自分の透析導入時、昭和四五年頃の透析治療の状況から話されました。

当時の透析治療は、一回七〜一〇時間・週二回透析、毎回透析膜を張替えるもので尿毒素や水分の除去効率が悪く、透析不足の状態でした。その為、食事・水分制限が厳しく、貧血が酷く栄養不足の状態でした。

医療費の自己負担は厳しく、社会保険本人はありませんでしたが、その家族は五割、国民健康保険は本人も家族も三割の負担があり、一カ月一〇〜三〇万円(当時)と高額な時代で支払いが大変でした。

また、透析機器も非常に不足していて、透析導入が出来ずに亡くなるなど腎不全患者の悲劇的な事例が全国でたくさんありました。

厳しい状況の中、全国の透析患者が結集して、昭和四六年六月に全国腎臓病患者連絡協議会(全腎協)が結成され、人工透析治療を全額国庫負担に、人工腎臓の増設・普及など、五項目を厚生省・大蔵省に要請活動をしました。そのよ

うな活動があり現在安心して透析医療が受けられています。

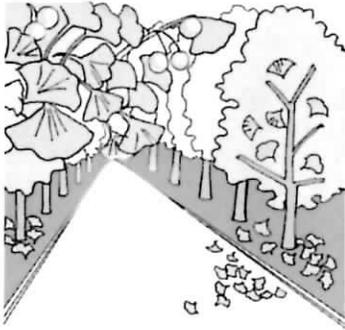
昭和四九年七月に、札幌腎臓病患者友の会が結成され、透析患者が使える福祉制度の情報収集、札幌市への要望請願、親睦交流活動、機関紙「生きる仲間」の発刊など様々な活動を続けています。

最後に、ストレスの解消・自己管理を上手にすること、家族や医療スタッフなど、すべての人々に感謝の気持ちを持ち長生きして下さい。とのお話で締め括られました。

文章にされたものを読むのと違い、ご自分の体験をもとに講演されていきましたので、生々しく大変迫力があるものでした。

福原真理子副会長の閉会のあいさつがあり、講演会の一部・二部ともに無事終了しました。

(実行委員長 堀井 和彦)



表彰式出席の方々と鈴木会長(前列中央)



会場設営などで大活躍の青年部員

長期透析表彰者名簿

透析10年おめでとうございます (敬称略)

●石川泌尿器科

伊藤 邦夫・岡崎 悦夫
佐藤美代治・佐野由美子・清水 正・溜 陽子
新倉 由一

●稻積公園駅前クリニック

近藤 夏樹・佐藤 京子
重田 一夫・清水 フミ
只野さゆり・達見しま子

●H・N・メディック

上田富美子・掛端 トミ
今野 由子・佐々木 茂
田宮 英代・森 はるみ

●N T T東日本札幌病院

佐藤 美法・杉本 勝子
平間 新一

●小笠原クリニック外来プラザ

鎌田 昭男

●勤医協中央病院

岩間 晴子・佐々木正武
澤野 秀道・宍戸 明雄
下村 正幸・中村 喜公
宮下 忠雄・六角 啓子

●クボタ泌尿器科

宮本 國江
K K R札幌医療センター
幸田 昌子・大楽 栄子
竹内 治

●五輪橋内科病院

五十嵐義晴

●札幌北クリニック

佐藤 義明・式部寿生子
牧野 弘昭・吉田 優理

●札幌厚生病院

林 恭子・安田 博幸

●札幌セントラルクリニック

匿 名・三木 健二
札幌東クリニック
高野 牧子

●札幌北楡病院

加藤 久子・熊谷 善明
佐々木美津子・佐藤千代子
為近 富雄・千葉 優子
沼田利恵子・畑山 芳子
細貝 雪枝・森田 栄

●札幌南一条病院

稲見 守・井上 節
及川 一江・長田 初枝
尾田 真美・鹿内 司郎
横田 武夫

●三樹会病院

西村 裕・藤沢 富子

●J R札幌鉄道病院

竹田 良一・中嶋 一夫
馬場久仁夫

●篠路はまなすクリニック

家常 德行・武田 親章
町田 由雄

●しらかば泌尿器科クリニック

佐藤 修二・若月 雅裕

●市立札幌病院

鈴木 由恵

●仁楡会病院

上田 久雄・上中 久子
木田 秀夫・鈴木 友幸
高野 彰

●澄腎クリニック

大塚 艶子・黒森 和子
桑野ヨシ子・塩沢けさ子
匿 名

●桑園中央病院

石川 保則・高橋富美子
田島クリニック
寺田 正代・三上 照美
手稲ネフロクリニック
高井 隆雄

●ていね泌尿器科

猪俣 秀教・徳井不二子
山田 敬正

●中野医院

佐藤 昇
新井田医院
岡崎 政司・増川 清一

●広田医院

福村 修身

●萬田記念病院

小野真規子

●宮の森記念病院

岸 睦子・佐藤 信子
林 栄子

●もなみクリニック

中島 雅子

●山本医院

黒川須美子・澤谷 モヨ
ゆうあいクリニック
和田 康平

●石狩病院

島谷スミ子・蓮田 俊子
H・N・メディック北広島
石山 覚・佐藤 雅愛
布目 信江

●はまなす医院

岡山千佳子・杉本 和昌



《《《《 ひ ろ ば 》》》》

父はりんごが好きだった。四季おりおりあまた果物がある中で、とりわけ愛していたのがりんご。決まった時刻に母に皮をむいてもらい、四つ割りにしたらりんご一個をおいしそうに食べていた。

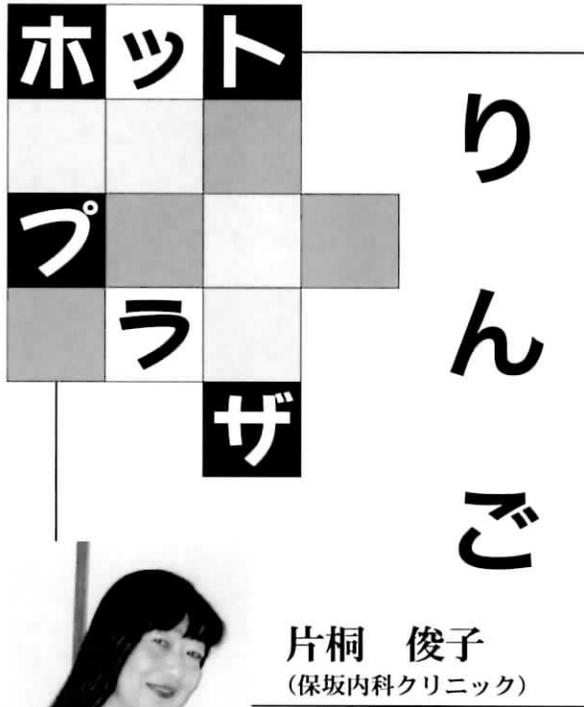
父が子供の頃、果物といえばりんごくらいしかなかった。幼少期から馴染んできた味に深い愛着を感じるらしく、傍らでいろいろな果物を食べている母と私を横目りんご一筋の父だった。

果物はビタミン・ミネラルの補給に欠かせないが、透析患者にとってカリウム値を考えると、思うように食べられないという悩みがある。一〇〇g中のカリウムを列挙してみると(単位はmg)、バナナ三六〇、メロン三五〇、いちご一七〇、みかん一五〇、グレープフルーツ一四〇、ぶどう一三〇、すいか一二〇、りんご一一〇、りんごが一番低いことになる。さらに食物繊維も豊富で、便秘がちな方々にもうれしい。

少々話はそれるが、父が好きなテレビ番組は大相撲と素人の

ど自慢だった。父は楽しそうに見ていたが、母も私もまったく見る気がしなかった。父をながしるにしたつもりはもうとうない。しかし、父のほうでは、母と私の結びつきの強さに、入りこめない疎外感を覚えていた

は四月、最後の誕生日に大好物の甘納豆入りお赤飯をおいしいとおかわりして、お腹をこわした。だから今でも誕生日には、甘納豆赤飯を仏前に供えている。お墓まいりに行ってまわりに誰もいないとき、お経がわりに



片桐 俊子
(保坂内科クリニック)

のかもしれない。そんな父が逝って二一年になる。父はあの世にじっとしていたくないらしく、千の風になつて、日々の生活の中に現れてくる。六月に亡くなった父の誕生日

父が好きだった島倉千代子さんの「恋しているんだもん」を母と二人で歌ってくる。父はきつと喜んでくれてるに違いない。ひどく不器用で正直で、いつも直球勝負だった父。小学校長退職後の趣味は「愛妻と盆栽」と

冗談まじりに言っていたのに、そんな猶予も許されず、退職して三ヶ月、帰らぬ人となった。母と私はまるで父の意志を継ぐかのように、今や完全に、素人のど自慢とりんごにはまっている。ひよつとしたら、父がのりうつつているのかな、とも思う。

素人の工夫をこらしたおもしろおかしい歌いっぷり、一方では素人離れた歌のうまさ、なんともほのぼのしたものを感じ、とても心いやされる。日曜日のゆつくりした昼食時がひときわ楽しくなってくる。

りんごには様々な種類があり、味わい深い。他の果物を食べたあとは、やっぱりりんごにすれば良かった、と妙に物足りない気分になる。父が生きていたとき、感動を共有していたらと思うと、後悔で胸がしめつけられる。

まっ赤なりんごを一口かじると、甘酸っぱい初恋の味がする。そんなふうを感じながら、しみじみりんごを味わうとき、父のやさしい笑顔が見えてくる気がする。



投稿

自己管理

佐野 常世 (88才)
(五輪橋内科病院)



平成16年5月22日 結婚60周年記念
85才と82才 愛犬ルナ17才

イラク戦争で日本人若者三名が反アメリカ勢力に捕えられ日本国中大騒ぎになったが、その際自己責任云々と新聞紙上を賑わせた。私は昨年二月から週三回人工透析となり二年生だが、当初病院から自己管理ノートを渡され、毎日体重・血圧・水分量等朝夕に測定し記帳、更に病院側でその日の検査データの数値を分類記帳してくれる。

自己責任も自己管理も意義で大差ないと思うが、透析ノート前編基礎編に教科書同様日常生活・合併症・感染症等を目にする、如何に自己管理が大切である事が痛感される。私は少年期から虚弱体質で運動も得意でなかった。国鉄に就職し列車乗務員になったが、日中戦争が拡大され昭和一三年鉄道省外地派遣員軍属となり、大会戦直後の徐州駅に配属され、専ら軍用列車の編成作業に従事した。二〇歳の時現地に徴兵検査で「第一乙」となり、入隊せずと喜こんだのも束の間で、現地設立の華北交通株入社直後、現役兵として一旦帰国後中国駐留部隊に入隊、「保護兵」に分類され時折軍医の診察を受けた。以来三年八ヶ月中国各地を転戦。その間同年兵の三分の一は戦

死・病死・胸部疾患等により戦列を離れたが、私は幸運にも下士官になり後方勤務のため無事原隊の旭川に戻り、アツツ島玉砕直後だったが満期除隊となる。

昭和一八年秋、三度目の中国に渡り休職中の華北交通株に復帰、徐州駅に勤務中に同郷出身の妻と結婚し、翌年終戦となる。中国は内戦となり種々困難があつたが、翌二一年三月上海経由で博多に、無事故国の土を踏み七月に国鉄に復職した。

私は麻雀・カラオケ等は不得手だが、酒だけ強かった。時折度を過ぎる事があり、四〇歳を過ぎてから体重が増加、一六〇cmの小兵乍ら七九kgとなり、当然高血圧と心臓肥大となる。

六三歳の時第二の職場から帰宅直後の夕食時、私の手足の動作が不自然なのを妻が目覚く見つけ、前日見たテレビの脳血栓の症状と同様なので直ちに緊急処置、生まれて始めての入院だったが、処置が早かったため何等の後遺症も無く僅か三週間で退院出来た。妻の機転での早期発見・早期治療が北海道新聞社の知る事となり、記者とカメラマンが私宅を訪れ、道新に「脳血栓と戦う」連載ものに報道され、数多くの方から励しの電

話や直接面会に来られた方も居た。一昨年九月に今度は妻が私同様左手のシビレを訴え、私も直感し、救急処置の結果三週間の入院で事無きを得た。更にその後私は体全体にムクミが生じ、ネフロロゼ症候群と診断されたが、事の重大さに気づかず、自己管理不十分のため再度入院。昨年二月人工透析初年兵となる。現在は自宅から通院治療を受けて居るが、治療開始前の一〇分程度待合室で患者同志のふれ合いの場となり、お互いの談笑が緊張を和らげるひと時となる。八時二〇分治療室に入ると必ず女医先生お二人と看護部長、看護師、技師さんがニコヤカに暖い表情で迎えて下さり、「よいし今日も頑張るぞ」との気分になる。ベットにテレビもあるし絶えず巡回し、水分の調整・血圧・体調等些細に注意深く見守って下さるし、主治医の先生も必ず診察して下さるので有難い。

この度腎臓病患者友の会に入会させて戴き、長い間各界の諸先生、同病患者諸先輩の御努力により、私共新参者でも医療費その他の恩恵を受け、又「生きる仲間」の誌面等で自分を励まして戴き、深く感銘致し治療に専心努めたいと思っております。



投稿

過去を振り向くな

川村 敏信

(H・N・メディックさっぽろ東)

腹膜透析が六年半、血液透析が二年半になりますが、透析を始めた時は「もう少し体をいたわれれば」とか「もう少しし…」とか過去を振り向くことが多かったのですが、最近では過去は振り向いても、歩きながら振り向くことにしました。

何故ならアルバムを持ち出して「この時は、良かったよネー」と思った時、すでに年をとってしまっただと言う観念になり、今は良くないと否定的な感情想念になつて人としての進化が止まってしまう。病気をしていると「あの時、あんなに元気だったのに」とか家族の皆が写っている写真を見て「この時良かったよネ、一緒に食事ができたのに」とか、過去を振り向くとどうしても暗くなりがちになる。

こう考えると、過去がどうであれ今は今のだから、現実を受け入れなければ、明るい未来が現れないのである。

人が、生きて行くためには口から入る栄養と耳から入る栄養が必要なので、心の栄養になる「詩」を作り時々、自分でこの「詩」を読み心の栄養としています。

過去の聖者は「散る桜、残る桜も、散る桜」と言っているように、生まれてきたら必ず、全員この世を去るのが、法則であり真理であります。

こう考えると、水の流れが遅い川は濁り、流れが速い溪流の水は透きとおり「山女」が住めるが人間も同じで、頭でゴチャゴチャ考

えていては血液も濁ってしまいます。

今日に生きる人

仕事も一生懸命

遊びも一生懸命

明日を信じられる人

仕事もほどほど

遊びもほどほど

何事も「ほどほど」が一番

自分

自分を信じるが一番であるが
自分を信じられなくても
自分を疑ってはいけない

「人生すべて あるがままに生きること」

あるがままに生きるとは
何もしないのではなく

今 与えられている そのままに
生きることであるから

今ある自分をそのまま受け入れることである

今ある自分から抜け出そうとしている
その思いが

自分を苦しみ 人をも苦しめている

人は 生まれたその瞬間から
すでに救われているのだから

でありま

すし、人

生、生き

ていれば

大なり小

なり色々

なことが

あるのだ

から、こ

の一度の

人生を楽

しく、明

るく「生

きる」

ことが、

大切だと

思います。



平成19年度

幹事会報告

第2回

平成19年10月7日(日)
AM.10:00~PM.2:00
北区民センター3階講義室

●出席者 二九名

●議長 苜木 芳三
(委任状二七名)
(もなみクリニック)

議 題

一 ビアガーデン利用券販売結果報告

販売売上額六〇八、〇〇〇円
還元金の一割は札幌腎友会の
事業収入とさせていたいただきま
す。

二 講演会・長期透析者表彰式報
告

第一部 長期透析者表彰式
一〇年表彰者 一一三名

当日出席者一四名の会員に表
彰状と記念品が会長より渡され
ました。

第二部 講演会

演題 「生かされて三八年」

鈴木啓三会長(札幌腎友会)
を講師に講演会を行いました。

第一・二部を通し八二名の透
析患者・ご家族を含む皆様にご
参加をいただきました。

三 腎提供者拡大街頭キャンペー
ン報告

九月二三日(日)、大通り西三丁
目において開催、支援者を含め
五八名の参加で、テレビ局(S
TV・HTB)の取材もあり開
催いたしました。

四 機関紙「生きる仲間」につい
て

第八二号十一月発行予定
五 正月飾り販売について

一月にご案内を送付、販売
内容について説明しました。

【ご意見】 価格は市場より高い
など不利な面があるが、事務
局では事業としてもつと宣伝
PRなど強化するべきではな
いか。また、パンフレットが
十分会員に渡らないのでいた
だけないか。

【回答】 各施設において事情
に合わせて幹事さんの出来る
範囲でお願いしています。ま



例年より少なめの出席者

た、パンフレットは取り寄せ
たいと思います。コピーの対
応も致します。各施設で必要
枚数をご連絡下さい。

六 国会請願署名・募金活動につ
いて

マンネリ化しているが、私た
ちの医療費や医療費助成がどん
どん削られているのが現状で
す。国会請願での議員より「請
願を一度でもなくなると、もう
必要ないと見なされることにな
りますよ。」と聞いています。
今年度も全腎協の「腎疾患総合

七 文化交流活動(ポウリング大

【ご意見】 署名用紙の「運動を
支える募金にもご協力を」の
欄で「病院単位患者会で大切
に活用させていただきます。」
と有りますが、いただいております
りませんので訂正をお願い致
します。



鈴木会長の挨拶と議長役の苜木副会長(左)



移植がもたらしたものの

石井 裕子

(宮の沢泌尿器科クリニック)



私が移植を受けたのは、これから夏に向かうとする平成10年7月のことでした。

残念ながら、3年前から透析をしておりますので、移植生活を送っていたのは、実質5年半程です。

移植をするにあたっては、透析も長く合併症もあったため、様々な不安が頭の中を巡りましたが、周囲の励ましと自分の中の目標が背中を押してくれました。

移植手術は、困難を極めるものではなかったのですが、私の場合、予後の調子が思わしくなく入退院を繰り返しました。この事が、私に自己管理の重要性や継続することで、精神的強さをもたらしてくれました。

移植により、確かに食事制限が緩和され、また、時間的制限も少なく、精神的余裕が生まれますが、それは、自己管理を着実にやっていくことで、得られるものだと思います。

透析は、いろいろな制限が身を束縛していますが、移植によりもたらされる「緩和」が移植後の生活に大いに影響されてきます。つまり、移植後も透析の時のように自己管理していく必要があるのです。免疫抑制剤の服用、暴飲暴食をしない、適度な運動などといった自律性が求められるのではないのでしょうか。「緩和」は、自律までも緩めてしまう可能性があると感じました。

ところが、人間これがなかなか出来ない！人間苦しさを忘れて、楽な方へ流れるのは、坂道を転げ落ちるように早いのです。自分の経験から、入退院の繰り返しも影響しているのですが、気づくことが多々ありました。

移植は良い面も、もちろん沢山あります。水分や食べ物を美味しく感じられ、時間も透析日を考えず使うことが可能なのです。手術をした日から、透析日に透析をしていないという生活に戸惑いながらも、毎日感動し、不思議な気持ちになったものです。

この生活に馴染むのには、時間はかかりましたが、それだけ透析が生活の一部となり、透析で頑張ってきた私自身に大きな花マルをあげたいと思い、それまで透析を18年間続けてきた苦労が報われた一瞬でした。透析という治療を受け続けてきたからこそ、この瞬間を味わうことができたのだと思いますし、単調で、連続する日々を一生懸命生きることができたのだと感じました。

私は何度も大きな手術を受けてきましたが、移植手術は以前とは違う感覚を、手術の前の晩に感じました。それは「希望」が見えていたことが影響していたのだと思います。

今は透析に戻りましたが、その時、感じた「生きることの情熱」、「生きていく希望」を今も同じく感じているし、持ち続けていきたいと思っています。あの夏の日と同じ季節を向かえると心に響くのです。



「市民シンポジウム」 に協力

8月19日(日)に市民シンポジウム「ストップ・ザ慢性腎臓病！」が道新ホールで開催されました。この市民シンポジウムは日本腎臓病学会・全腎協・道腎協及び北海道新聞社の主催で開催され、主に保存期の慢性腎臓病患者の方へむけて、予防・早期発見とその進展を抑えるための内容でした。

青年部では、腎友会を説明しアピールする為の展示パネルとパンフレットを作成し、当日も展示パネルの前で腎友会の説明をしてパ



ンフレットの配布をしました。

後日、市民シンポジウムに出席された数名の方よりお問合せのお電話があり、3名の方が入会されました。

保存期の方は、病状やこれから導入するかもしれない透析に不安を持っているのを感じました。今後は保存期の方にむけての情報発信も必要だと思います。

フリーマーケット 第3弾出店

青年部では昨年に引き続き、7月14日(日)中島公園でのフリーマーケットに出店しました。

当日は朝から雲一つ無い快晴で、会場の自由広場の園路にはずらーっと出店の車が並びました。

今回は鈴木洋子・川村百合江・小林香・吉田季代乃の4名で参加しました。

まだ商品を出さないうちからお客さんが来て、いろいろ物色していきます。フリマに慣れてきたかと思っていましたが、お客さんのパワーに圧倒されてしまい、すごく焦ってしまいました。

お客さんは子供からお年寄りまで様々で、



商品を吟味して何度も回ってきます。そのなかでも小型犬を連れてたセレブ風の奥様が多かったのは場所柄でしょうか？

当日は暑くて売子の私達は半袖だったんですけど、冬物の毛糸のカーディガンを買ってくれたおばあちゃんが「これ今の季節にいいね！」と買ってくれたカーディガンを着ていたのには驚きました。

今回の売上は41,365円でした。経費を差し引いた34,035円を札幌腎友会に寄付しました。

商品を提供してくださった皆様ありがとうございました。機会があれば第4回もやりたいと思っています。

(報告 吉田季代乃)
(星野泌尿器科)

第三四回難病患者・障害者と家族の全道集会

腎臓病部会分科会に出席して

平成一九年八月四日(土)、五日(日)かでの二・七に於いて(財)北海道難病連全道集会在開催されました。四日の全体会議には四五〇名の患者と家族、三一名の議員・来賓が出席し、五日の分科会には二六会場で開催されました。

腎臓病部会としては「透析療法」の食事について」をテーマとして、講師 ニュートリションウイング 栄養の翼 代表 管理栄養士 平泉幸子先生をお招きして五七名の参加で講演会が行われました。先生の講演内容は最初に血液透



平泉幸子先生の熱心な講義

析はなぜ必要か、血液透析の原理・しくみ・透析液の組成(成分と役割)などの説明があり、食事についてはカリウムを減らす工夫、体重維持等。日常生活において自分のドライウエイトとデータは管理しておく事。食品に含まれるカリウム・リンの含有量などはある程度数値を分かちやすく説明して頂き、二〇年前私の透析導入時に平泉先生のような栄養士さんとめぐり合っていたなら、もっと楽しい透析食生活が出来たのではないかと思ひ、本日来場された方はとてもラッキーだと思いました。

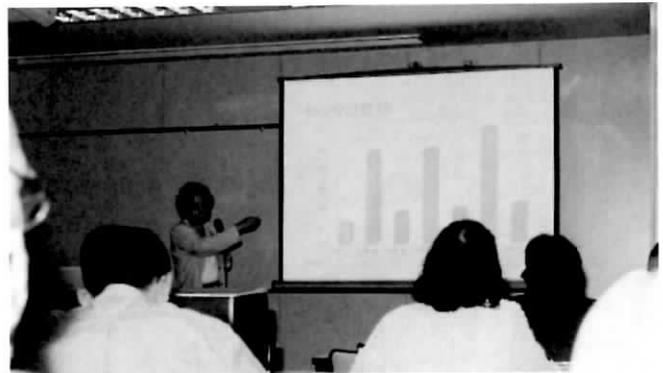
透析治療も年数を経て来ると合併症が出てきます。

ご自分の考えだけで治療や食事方法を決めるのではなく、このような講演会を利用してもっともつと沢山の方に快適な透析生活を送っていたらいいと思います。

(報告 三上)



会場では参考資料も配られました



プロジェクター使用のわかりやすい説明

●ピアガーデン利用券販売結果報告

(平成19年度)

施設名	販売売上額	施設名	販売売上額
勤医協中央病院	5,000	澄腎クリニック	70,000
五輪橋内科病院	10,000	手稲ネフロクリニック	5,000
札幌北クリニック	175,000	星野泌尿器科	63,000
札幌センチュリー病院	15,000	もなみクリニック	20,000
札幌北楡病院	80,000	石狩病院	5,000
札幌南一条病院	10,000	個人会員	80,000
仁楡会病院	70,000	合計	608,000

難病連からの還元金(六〇、八〇〇円)は札幌腎友会の事業収入とさせていただきます。ご協力ありがとうございました。

第三七回国会請願署名・募金活動にご協力を!!

全腎協の国会請願署名・募金活動は、全腎協が結成された昭和四六年度に第一回国会請願活動を実施して以来、毎年欠かさず行われて今回で三七回目になります。

その間の成果としては、透析患者に身体障害者福祉法の適用や人工透析の医療費公費負担、J.R・航空運賃・有料道路の身障者割引などがあります。しかし、札幌腎友会では、ここ数年署名数・募金額共に減少しています。

名・募金活動が、役員や会員に大変な負担になっていくことと思えます。しかし、近年診療報酬の改善により、血液検査の回数が減らされたり透析中の食事が自己負担になったりしています。

私たちの医療・福祉制度をこれ以上後退させないために、ご協力をよろしく願います。

なお、この署名は請願のみに使用され、他の用途に流用されることはありませんので、安心して署名していただいでください。

署名簿の書き方

氏名	住所
腎友 太郎	札幌市北区北17条西2丁目2番38—301号
腎友 花子	札幌市北区北17条西2丁目2番38—301号
桜	同 右

名前や住所は正確にお書きください。〃や同右はダメです。

署名は署名人の自筆でお願いします。代筆される場合には押印が必要となりますので、住所欄の下方に印鑑を押して下さい。

お正月飾り販売にご協力を

札幌腎友会では今年度もお正月飾り販売幹旋事業を行います。

お正月飾りは、歳神様をお迎えるためにその場所を清めます。新しいわらには、古い年の不浄を払い、うらじろは長寿、だいたいは家系繁栄などの縁起物です。

皆様もぜひ、お正月飾りで新年を迎えましょう。

各施設にチラシと注文書をお送りしますので、施設の幹事にお申し込みください。また、個人会員にもチラシと注文書をお送りしますので、直接、札幌腎友会事務局までお申し込みください。

チラシには消費税込みの定価が表示されていますが、消費税は腎友会で負担し、注文書の販売価格になります。

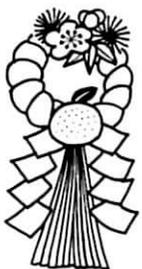
注文の締め切りは、平成一九

年一月三日(川)です。それ以降は品物がそろわない場合がありますのでご注意ください。

なお、販売価格の二〇%を各施設へ還元します。

残りの収益は、札幌腎友会の事業収入として事務局経費の一助とさせていただきますので、皆様のご理解とご協力をよろしく願います。

このお正月飾りは、吸着盤・フックを除き、プラスチック製品を一切使用しておりませんので、全て「どんと焼き」で燃やしていただけます。分別収集の必要が全くありませんので安心してご注文してください。



動脈硬化とその原因

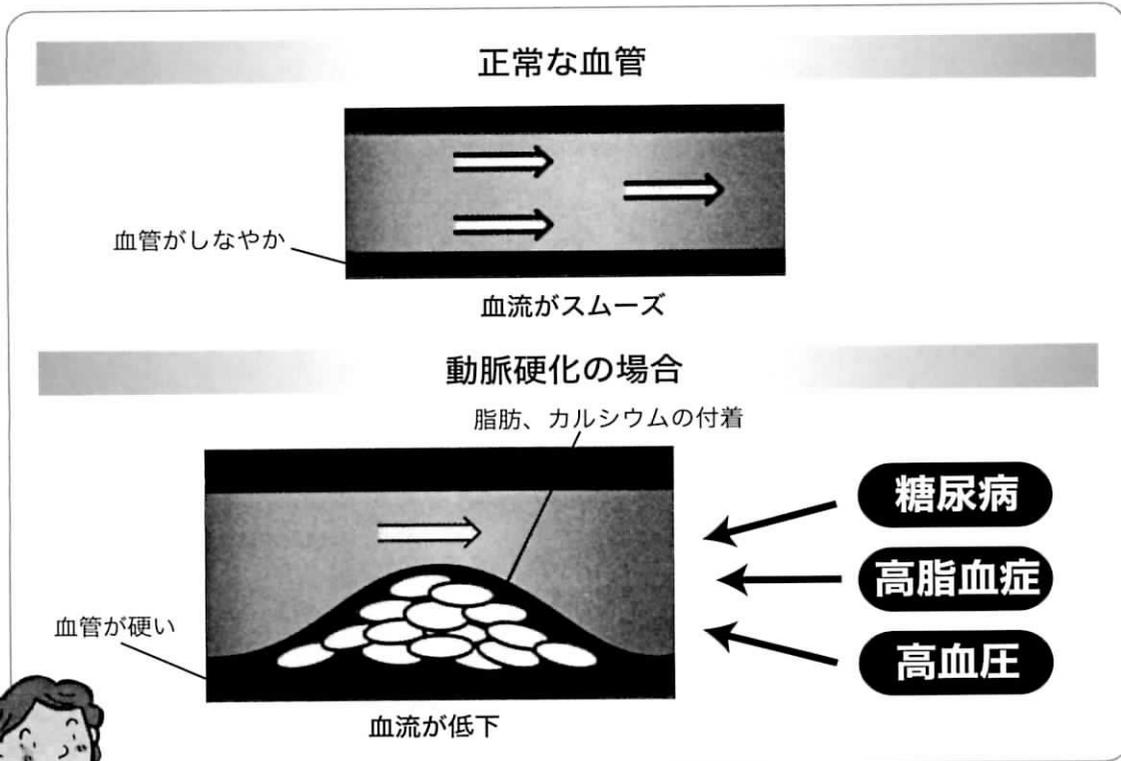
その2

●高脂血症(脂質代謝異常)

透析者の体内では、脂肪の分解(代謝)がうまくできず、中性脂肪(トリグリセライド)が増えてしまいます。また、中性脂肪が増えると、動脈硬化を抑える働きのある善玉コレステロール(HDLコレステロール)が減りやすく、さらに動脈硬化のリスクが高まります。

●高血圧

慢性腎不全では腎臓から水分が排泄されにくく血液量も増えてしまうため、増えた血液を体内に送り出すために心臓は強く収縮し、血圧が上昇しやすくなります。この結果、心臓に大きな負担がかかるとともに、血管にも高い圧力(血圧)がかかり、傷つきやすくなります。



身体障害者用駐車
禁止の除外指定車
標章が変わります

この度、道路交通法施行細則の一部改正により、平成一九年九月一四日から駐車禁止除外指定標章の交付対象者が変わりました。

●主な改正点は標章交付が、「車輛特定標章」から「本人特定の標章」に変更されることです。

又、規則改正前に交付を受けている方の標章については、その有効期限が満了するまで使用できます。

●申請窓口―住所地を管轄する警察署交通課

●相談窓口―交付基準その他詳しい内容については、お近くの警察署交通課又は警察本部交通規制課駐車対策係。

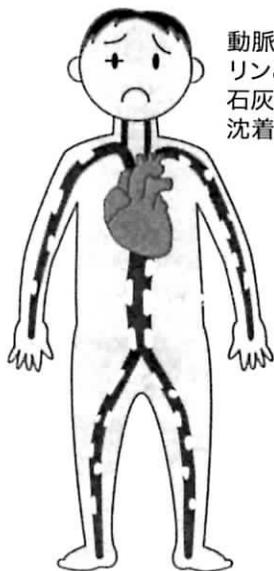
●リン・カルシウム代謝異常

リンやカルシウムは腎臓から排泄されます。また小腸からのリンやカルシウムの吸収を促進するはたらきのある活性型ビタミンDは、腎臓で作られています。このようにリンとカルシウムの代謝は腎臓と深い関係がありますが、慢性腎不全ではこれらのはたらきが変調をきたしていきま

す。透析者では動脈硬化に伴い石灰化した血管がよくみられます。



動脈の石灰化

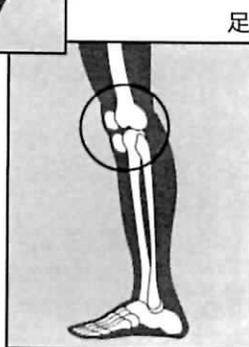


動脈の壁にリンとカルシウムが石灰として沈着する

関節周囲の石灰化



手
ひどくなると関節に痛みがでる



足



●慢性炎症状態

CRP (C-反応性タンパク) は体内に炎症や組織の損傷がある場合に血中が増えるたんぱく質の一種であり、体内の炎症状態を示す指標と

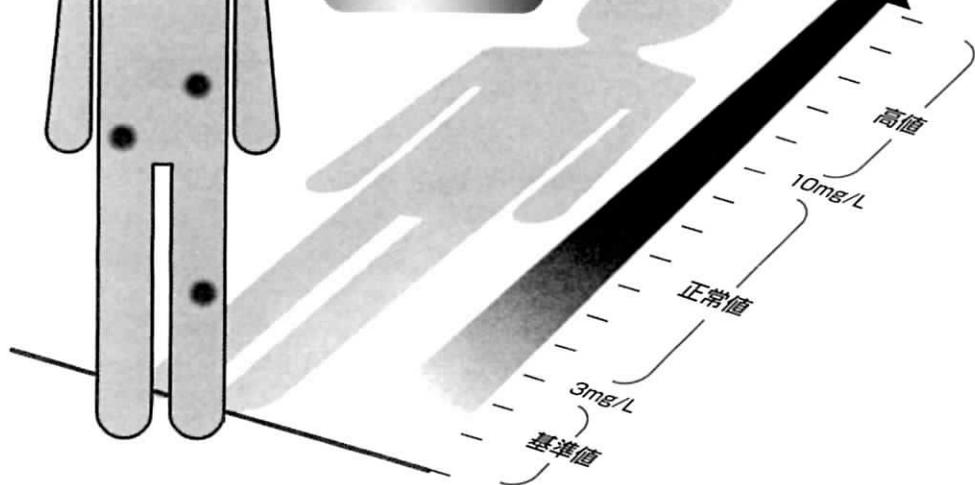
して一般に用いられています。動脈硬化は血管壁における慢性炎症と見ることもでき、CRP値が高いと動脈硬化の進行が早いことが報告されています。



炎症たんぱく質が血中が増える

体内の炎症や組織の損傷

CRP



キッセイ薬品工業

「透析のはなし」より

【ご 計 報】

三浦 勝次郎氏



平成一九年八月にご逝去されました。

平成九年度より平成一二年
度まで、ていね泌尿器科の幹
事として活躍されました。

小西 昭子さん

平成一九年五月一〇日にご
逝去されました。

昭和六三年度に札幌北榆病
院の幹事としてご活躍されま
した。

ここに、ご両人の生前の面
影を偲び、心よりご冥福をお
祈り申し上げます。

〈事務局活動経過報告〉

- 7月3日 ピアガーデン利用券販売案内発送
8日 第1回幹事会（北区民センター 35名）
12日 “生きる仲間”第81号発送
“ぜんじんきょう”No.222発送
19日 難病連全道集会医療講演会案内発送
26日 事務局打合せ (12名)
“生きる仲間”臨時18号発送
- 8月4・5日 難病連全道集会・医療講演会
19日 市民シンポジウム
「腎臓病を考える」に参加 (8名)
21日 腎キャンペーン実行委員会 (6名)
23日 事務局打合せ (9名)
28日 生きる仲間編集委員会 (5名)
- 9月4日 腎キャンペーン案内ポスター発送
9日 長期透析者表彰式・講演会
(北区民センター 82名)
11日 長期透析者へ表彰状・記念品発送
13日 第2回幹事会案内発送
“ぜんじんきょう”No.223発送
“どうじん”第116号発送
20日 事務局打合せ (9名)
23日 腎キャンペーン (大通り 58名)
- 10月7日 第2回幹事会（北区民センター 29名）
23日 会計監査 (棚田監査役)
25日 会計監査 (山田監査役)
国会請願署名用紙発送
事務局打合せ (9名)
30日 お正月飾り案内発送
札幌市行財政プラン(案)に対する
意見書・協力依頼を幹事宛発送

■事務局だより■

◎文化交流活動（ボウリング大会）を、来年2月
に予定しております。詳細はポスター等でお知
らせ致します。大勢の方の参加をお待ちして
おります。

◎ご寄付を頂戴しております。会活動に役立た
せていただきます。ありがとうございました。

- ・山本 幸子 様(中野医院)より 30,000円
- ・細川 芳夫 様(札幌北榆病院)より 1,500円
- ・吉田 優理 様(札幌北クリニック)より 10,000円
- ・青年部フリーマーケット売上金 34,035円

◎青い鳥ハガキをいただきました。大切に使用
させていただきます。ご協力ありがとうございます。

- ・H・N・メディック
赤川 良介 様 新谷 千代 様
伊藤 勝雄 様 上田富美子 様
掛端 トミ 様 工藤美智子 様
鈴木 正夫 様 高橋 節子 様
田宮 英代 様 八木 亀一 様
薮内 豊 様 匿名の方お2人
- ・H・N・メディックさっぽろ東
畑山 雅大 様
- ・小笠原クリニック外来プラザ
近藤 覚 様 樋口 義市 様
- ・札幌北榆病院
浅野久美子 様 卯野 照美 様
柏木由利子 様 藤井 治子 様
- ・保坂内科クリニック
淀川 芳道 様
- ・石狩病院
村岡 仁 様