

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452号

◎発行日 平成21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90号

■腎友会35周年記念式典はインフルエンザ流行により中止 ■臓器提供キャンペーンは、時間短縮で決行



秋晴れの大通西3丁目に集合の臓器提供キャンペーンの方々(9月27日)

撮影 庄野一男

創立35周年記念 特集号

インフルエンザの大流行のため、35周年記念式典が中止となった。実行委員会では昨年から打ち合せ会を開き準備中であったが、命には変えられず止むを得ない。式典に変えて会員の方々から、ご寄稿をいただきました。

創立三五周年を祝す



札幌腎友会会長

鈴木敬三

今から三五年前、一四八名の会員で

初まった当会ですが、現在は一、一〇〇

余名の会員で活動致しております。

ここに会員の皆様をはじめ、各透析

施設の先生・スタッフや、医薬品・機器

メーカーの方々、又行政関係や議員の

皆様に深く御礼を申し上げます。

会活動の内容、将来展望などについて

いろいろ申し述べたいところですが、

小生只今ことし三度目の入院中で

意をつくすことができませぬのでご容

赦頂きます。

皆々様のご健勝を心よりお祈り申し

上げます。

(札幌北クリニック)



三五周年記念式典 中止の顛末

実行委員長・事務局長

坂 孝 光

テレビのニュースで雪景色が映る季節になると、寒くて辛い冬も間近です。会員の皆様におかれましてはいかががお過しでしょうか。

さて、札幌腎友会は会員の皆様に支えられて今年で三五周年を迎える事になります。私たち透析患者が安心して治療ができるのも、全てこの会の活動により福祉、医療等、様々な制度が守られているからです。その腎友会が無事に三五年を迎える事ができるのも諸先輩の方々の大変なご苦勞があつての結果と想像いたします。

と言つても、私自身は入会して六年足らずで、そんな先輩や周りの皆さんと比べると比較にならないかけだし者です。今年から事務局長と、とても重い立場になりました。事務局の仕事は大変ですが、会長、副会長、それと幹事さんをはじめ役員の方々等、多くの方々のおかげながら頑張っております。一方で間違いもありその都度お叱りもつけています。時には腹の立つこともありますが未熟さゆえにしかたないと思ひながらも、今は何とか任期を終えるまではと自分に言い聞かせながら勤めています。

先は長いですが頑張りますので、皆様のご協力をお願いします。今回は、立场上三五周年記念事業の実行委員長を任される事にもなりました。私は、前回（三〇周年）の記念事業は経験していませんので、皆目見当が付きません。今回も、前の資料を見たり、会長、周りの方々の指示を仰ぎながら進めておりました。

また、催し物等の内容についても三五周年の祝いにふさわしい内容にと、実行委員とも話し合い、幹事会でも色々意見が紛糾し、大変ご迷惑をおかけしました。

そんな過程を経て、三五周年記念の集いを一〇月二五日(日)開催に向けて準備を進めてきましたが、皆様もご承知の事ですが、新型インフルエンザが大変な勢いで流行しております。厚生労働省の発表でも一〇月には流行のピークになるとも予想されております。

特に腎臓機能障害者等は、感染すると重症化することが高いといわれています。

道腎協でも年内の行事はすべてを中止にすることにいたしました。

札幌腎友会でも、役員会で、今は会員の安全確保が最優先と考え、年内の行事は中止にしようと、意見が一致いたしました。したがって今回の三五周年記念の集いは中止と致します。

また、同時に行う予定にしておりました長期透析者表彰式も中止となりますので、ご了解下さい。

記念品等は、施設の幹事さんよりお渡し願うことに致します。

三五周年記念の集いを、楽しみにされていた会員の皆様には、誠に残念ではありますが、現状をご理解いただきます様、宜しくお願い致します。寒くなりますので、風邪、インフルエンザに注意されてお過ごし下さい。

札幌腎臓病患者友の会、 三五周年に



副会長

福原 真理子

長い年月を会員の皆さんとともに進み、札幌腎臓病患者友の会が三五周年を迎えた事は、誠にうれしい限りです。

会員の皆さん、そして多くの旅立たれた会員・役員の皆さん、会員さんと会を支えてくださる、ご家族、各透析施設の先生はじめスタッフの方々、ご協力いただいている腎移植関係、医療機器関係、行政関係、市議会議員、各方面の多くの方々に深く感謝申し上げます。

会員の皆さんにおかれましては、ご自身の体調の変化もあつた事でしょう。また、透析をしているとはいえ人生の荒波は猶予されることなく訪れ、ご家族との悲しいお別れやご介護など、それぞれ幾多のご苦労があつた事と推察いたします。しかし、そうした中にあつても、お子さんの成長、お孫さんの誕生、そして、会員さんご自身の喜び事もたくさんあつたと存じます。それぞれの人生の軌跡の中、会員さん一人ひとりが力を合わせ当会は成り立つてまいりました。

全国各地で腎友会が結成される以前は、透析治療には莫大な自己負担

があり、透析器械も少なく、多くの腎臓病患者が命を落しました。現在、

透析治療は生きるためだけの延命治療から社会復帰を目的とした積極的治療へと変わり、札幌市の透析患者は五〇〇人以上、全国では二八万人を超えています。誰もが、安定した水準を維持した治療を受けられるようになりました。しかし、ただでさえ世界的不況の波は庶民を苦しめ、透析患者も例外なく透析医療費の自己負担増加や透析保険点数の切り下げによる透析治療の内容の低下等が懸念され、今受けている治療が人任せでは存続してはいかない、というのが真実です。今受けている治療は、当たり前前事ではなく、多くの先人や会の関係者が築いた礎の上に存在します。今、どんな社会状況においても私たちは腎臓病を持つていいる人間存在を大切にすることを、あらためて発信していく必要があります。今年度、札幌腎友会では、役員・組織検討委員会とともに、会の在り方や、会員さん一人ひとりを大切にし関係方面との繋がりを高めていくかを検討・提案すべく動いております。基本にあるのは、会員さんの会に寄せのお気持ちと会員相互のつながりです。

会員の皆さんの、透析治療の辛さの中においてもみせる笑顔やユーモアある一言さえも周りを明るく照らすように。そう、私たちはチャレンジャーなのです。皆さんと歩みを進める事に誇りを持って、三五周年に向けることばといたします。

(中野医院)



札幌腎友会結成 三五周年に思う



副会長

大野 武 昭

年度初めから、今年は三五周年の記念事業があると決定され、「三五

周年記念事業実行委員会」が設置され、役員会にも事業の内容が提案され、着々と準備が進められていた矢先、全国各地で広まった新型インフルエンザが、道内にそして札幌にも感染し、小中学校から、高校まで学級閉鎖、臨時休校と相次ぎ、大勢の集まる所へは極力出向かないように、又、感染を防ぐために手洗い、うがい、マスクの着用と各施設でも指導がありました。それらの状況から一〇月予定の三五周年記念事業が中止となった事は、残念な事でもあると共に、感染しやすい私たち患者にとつてはやむを得ない処置であったと思います。それと共に思い出すのは、三〇周年記念事業のよりの会長挨拶、ご来賓の先生方のご挨拶、感謝状を頂いて晴れやかな表情で壇上を降りて来られる受賞者や、付き添って来た家族の方のお顔がいまだに思い出されます。私たちの施設からも、体が不自由でしたが娘さんが付き添い、お父さんの手を引いて参加された方がいました。会食の席は私の隣りでしたのでお話しができましたが、

その方は何回となく「今日は楽しかった。本当に楽しかった。今度又このような会があれば出席したい。」と言っていました。この方はこのように大勢の仲間が自分たち表彰者を祝福してくれている事を目で見、肌で感じたのではないかと思いました。娘さんも父親のにやかな顔をみて嬉しかったと思います。私も「本当に又参加しましょう。」と励ました事を思い出しています。その二カ月後、新聞のお悔やみ欄にこの方の名前があり、腎友会の事務局に連絡をしました。同じ施設にいても患者同士の会話はベットの隣りや近くの方とはする機会があっても、多くの方との会話はなかなかできません。まして他の施設の方とは、ほとんどありません。三〇周年、三五周年などの行事に参加して、自分と同じ患者が大勢いることを知り、話し合える和やかな会を通して、生きている喜びを感じるものだと思います。

私たちの施設では、腎友会の炊事遠足がなくなった翌年から院長・副院長先生方や施設の職員が中心になって、焼き肉パーティをして下さり、今年で既に三回目が終わりました。患者やその家族が参加し食べたり、ゲームをして患者同士の輪が広がっている事を、廊下に張り出してあるスナップ写真から感じられます。

全腎協の機関紙によると、二八万人の患者がいるそうです。毎年一人ずつ増えて行くとのこと。三五周年の事業は中止になりましたが、未加入患者の方が一人でも多く入会し、三五年前から続いている活動を理解し、会を運営している各役員のお陰で多くの恩恵を受けている事を、未加入の方に理解して頂くよう今後も働きかけて行く所存です。

三五周年記念事業中止にあたって思いのままに述べさせていた。だきました。
(ていね泌尿器科)

患者・病院・社会の

フラットなコミュニケーション



組織検討委員会委員長

高 須 喜久男

世の中の風が大きく変わった。八月末の選挙で、日本の歴史が始まって初めて、「市民」が誕生したような気がする。「官僚からのお仕着せ」を卒業して「市民が自ら責任を持って判断する」世の中が変わり始めるらしい。透析の現場も、病院の専門スタッフの言うことを聞くばかりの患者から、自分で積極的な意思を持って生活をコントロールできる「透析市民」に変身したいものだ。

そう思いながら、今日も「除水量が多い」と先生に注意され、むっとする自分がいた。心胸比が大きくなって血圧が上昇し、不安定な状態が続いている。もう一八〇グラムもドライウエイトを下げたのにまだ落ち着かない。何かよい方法はないのかと思うが、兎に角、心胸比を下げなければ次の展開ができないらしい。先生との会話が難しい。しっかりと食べなければやせてしまうし、食べれば水もついてくる。頭で分かっているのに二〇パーセントも除水量を減らすのは不可能としか思えない。今でさえぎりぎりのところまで努力しているつもりだ。先生は、私のため

に言ってくれているのだが。

リンやカリウムの制限は、助けてくれる薬があるけれど、無尿の私には、飲んだ覚えもない水分まですっかり体の中にとまってしまふ。体重計のメモリが間違っているのではないかと思ってしまう。個人差はあるだろうが、多くの透析患者がいつも悩み続けているはずだ。問題は、悩み続けながら必死に努力をして生きようとしている患者に、病院関係者や家族がどんなスタンスで接しアドバイスするかという点である。関係者のフラットなコミュニケーションができていれば、患者の立場をよく理解したアドバイスができるはずだが、自分たちが厳しくコントロールしているわけではないので、患者の立場に立つことは非常に難しい。患者にはそれなりの努力をしているという自覚もあるし、プライバシーやプライドもある。誰にも聞こえる環境で「どうしてできないの？」と問い詰められても血圧が上がるばかりだ。

これは、私自身が悩みの真っ只中にある話だが、病院関係者と患者や家族との関係が、どうしても治療を提供する病院の都合が中心になってしまいがちだ。よく言われるインフォームドコンセント（説明・納得・選択肢）だって現実にはスマートに実践されているわけではない。患者の多くは、長い時間ベッドで眠ったふりをしながら小さな胸を痛めているものだ。先生や看護師さん、技師さんとうまくコミュニケーションができたなら透析に通うのがどんなに気楽になるだろう。透析患者の生活の中に占める病院での時間は非常に大きい。この時間が前向きに生きる勇気を回復できる場になったらといつも考えているのだが。政権が変わったのを機に優しい「思いやりのある社会」に変えたいものだと思う。

(NTT東日本札幌病院、透析九年目、六九歳)

透析の一〇年は長い？短い？

一〇年表彰者 平林國男

私が名古屋で腎臓科を受診して、透析の可能性を通告されたから、平成一二年（六〇歳）で透析導入となりました。この間、恐怖と一縷の希望と交錯しながら、慢性腎不全や透析のことも十分教えられ、勉強もしました。当時は業務上で海外出張もありましたので、腹膜透析を選択していましたが、札幌へ転居して雪道で交通事故を起こし、腹膜を損傷し、血液透析に切り替えて六年経過し、一〇年の長期透析者表彰をしていただきました。透析導入当時の透析者の平均寿命は六〇歳でしたので、不安もありました。その意味では透析導入時の一〇年は長く感じましたが、過ぎてみると短い一〇年でした。透析歴三〇年・四〇年で元気に過ごされている先輩達を拝見して、一〇年で表彰していただくことを、恥かしく感ずる今となりました。有難いことです。

諸先輩の大変な苦勞に敬意と感謝をしております。（五輪橋内科病院）

透析一〇年雑感

一〇年表彰者 小野ミエ子

初めまして、私は今年で六七歳になります。初めは救命センターに運ばれて植物人間になるところを一命をとり止めました。

透析をはじめて一〇年になります。今は一人住いをしていまして、主人は五月に急死をしてしまい、淋しい毎日ではありますが、妹が近くに居て何かと面倒を見てくれます。病院は仁檢会です。

腰も悪く足が痛いですが、歩いて十分位なので頑張っています。

病院の皆さんは親切でとても良いです。春になると山に山菜をとり連れてつもらうのが、とても生きがいになっております。又、パークゴルフも少しは休みながらしております。

花が好きでベランダの前に咲かせて見て楽しんでます。冬になると歩くのが大変で病院へは車で行く時もありますが、頑張って歩くようにしている所です。

透析をしているので今の所インフルエンザがとても気になる所です。初めは透析の意味もよくわからなく、とまどいながら始めました。看護師さん達は、よく解るように話しをしてくれて、とても助かり、又、患者で透析が長く三〇年近い人もいて、良く話をしてくれて、とても助かっています。（仁檢会病院）

結成三五周年によせて

一〇年表彰者 山田忠彦

札幌腎友会が結成され三五年が経過しました。私の透析歴は一〇年になりました。これを機に三〇周年記念誌を引つ張りだして再度読んでみました。全腎協発足して以来、先人たちの大変な苦勞と活動によって今日の腎不全医療、透析医療の発展があったことをあらためて認識しました。

腎疾患は年々増加し、増加率がやや鈍くなったとはいえ人工透析導入患者は年々増加しています。予防医学、特に腎機能異常者については重症化を食い止め、透析導入者を極力減少させる研究に国はもっと力を入れてほしいです。

最近の透析医療をめぐる現状ですが、透析とは限らず、社会保障全般について、構造改革・民間活力導入の名のもとに制度の改悪や政策の後

退が我々に降りかかってきました。診療報酬の切り下げ等で赤字経営で閉院した透析施設が出てきています。他人事ではありません。透析患者の生命と暮らしを守るかどうかは、他でもない患者自身と患者会の運動によって、私たちの願いを国の医療政策にどれだけ反映できるにかかっていきます。数は力です。会員を拡大し、腎友会の力をさらに前進させなければなりません。

(北光記念病院)

時が流れて…

西川博司

札幌腎臓病患者友の会結成三五周年おめでとうございます。

そして私も、今年二月に透析三一年が経過し三二年目を迎えております。お世話になっておりますクリニックで、若い技師さんの年齢を二五歳とか聞きますと、週三回の透析に追われ、いつのまにか自分も歳を重ねたと感慨深いものがあります。透析に追われ時の早さを私と同じように思っただけで済む透析患者さんは私だけではないのでしょうか。

この三五年、医療の発達はめぐるしいものがあります。私の透析導入時は、カリウムと体重管理にだけに重点が置かれた時代でした。黒板に名前と三kg以上増えた場合、赤字で体重が書かれました。水分とりすぎだから、体動かさないからこんな増えるのだと、ベッドの上で寝たふりしていた私も起こされ怒られていた記憶があります。

ただ透析三〇年を超えた今でも、このように健常者と変わらなく生活できているのは、当時「運動すれ、体動かせ」と怒ってくれた広田先生のおかげと感謝しております。そして、昭和六〇年代に透析最中に飲料や果物を食べることが許された時は、ほんとうにうれしかった。それまでは透析最中は、食事の一〇〇ccの水分しか許されなかったのです。それから透析時間が四時間ということになり、働かなければならない私た

ちは午後五時まで働くことが可能となりました。当時転院したクリニックでは、午後九時四〇分まで透析して頂いたので最悪午後五時四〇分に穿刺が終われば四時間透析ができました。ただ仕事の関係で午後六時を過ぎることもあり、透析四時間を確保することは難しかったです。透析三時間しかできないこともあり、透析不足になっていることも知らずに突然の肩の痛みが最初でした。透析の合併症である異所石灰化を初めて知ったのです。リンが高いと言われながらなかなか改善することができず痛み止めの薬を毎食後飲むことになり、平成一〇年に副甲状腺摘出手術を行い、痛み止めの薬を飲まなくて済むまで回復したのです。

しかし、平成一四年にインターネットにより道腎協の青年部の存在を知り、HPに書き込みをしたきっかけで若い透析患者の友人ができました。若い彼らは透析についての最新の情報を持っており、そこで今まで経験したことのない透析手法、オンラインHDFという手法があることを知りました。この手法は透析合併症のアミロイドの原因となるβ₂ミクログロブリンの除去にすぐれており、リクセルと同じような効果があると聞いておりました。平成一八年に転院し、現在はオンラインHDFで五時間を週三回行っております。異所石灰化の痛みから解放され、仕事も順調であり、これから何があるか不安はありませんが、また新たなチャレンジをしていきたいと思っっているこの頃です。

最後に、透析されているみなさんに伝えたいのは、自分の命は自分で守るということ。人(医師)まかせの時代は終了したのです。透析患者も自分の命を守るために自分の病気をもちと知ることが必要です。透析をとりまく環境がかなり変化していることに気づいてほしいです。そのために患者会が情報をもっと発信することはあたりまえですが、患者同士でお互い勉強しあう姿勢が必要ではないでしょうか。みなさん患者会を利用していますか？ もっと患者会の行事に参加しましょう。自分の命は自分で守るのです。みなさんが参加することによって患者会が活性化し、レベルアップできるのです。透析しているけど健康になりましょう。

(星野泌尿器科)

平成21年度

幹事会

第2回

平成21年10月

議料
討資

会員の皆様

一〇月四日(日)、札幌市生涯学習センター(ちえりあ)で予定されていた第二回の幹事会は、すでにお知らせのように新型インフルエンザの流行を懸念し延期といたしました。今回は書面にての会議とします。

報告事項をご覧になり、また、来年度の活動・行事に関して、その他について、小さなことでも、同封の意見書にてたくさんのご意見をお寄せください。ご返信、よろしくお願いいたします。

報告

(1) ピアガーデン利用券販売結果報告

北海道難病連が毎年行なっているピアガーデン利用券の販売を、実施いたしました。売上金等につきましては別表(十一ページ)を参照願います。ご協力ありがとうございました。

(2) 臓器提供者拡大街頭キャンペーン報告

・開催日 九月二七日(日)

・場所 大通西三丁目

・時間 午後一時より

参加者は、札幌市立病院の平野先生をはじめ、六団体の協力と会員・

家族を含めた五二名でした。今回は新型インフルエンザの影響もあり例年よりも時間を短縮して行いました。

ご協力ありがとうございました。

(3) 三五周年記念事業について

新型インフルエンザが流行ってきています。厚生労働省は一〇月が流行のピークとなる予想を発表しており、特に透析患者は重篤化のおそれもある事等の状況から安全確保が優先と考え、検討した結果、今回は事業を中止する事にいたします。

(4) 長期透析者表彰について

長期透析者(一〇年)の表彰式を、三五周年記念の集いとともに行なう予定でしたが、三五周年記念の集いが中止となりましたので表彰式は行いません。記念品・表彰状は、後日施設幹事宛てに送付させていただきますので会員さんにお渡し願います。

(5) 札幌市障がい者交通費助成見直しについて

“生きる仲間”臨時二四号でお知らせしましたが、札幌市の障がい者交通費助成の修正案(平成二二年度実施予定)が八月に発表されました。重度一・二級は、現行通り助成に変わりありませんが、三・四級は実施に使える金額が現行の半分とされました。札幌市はこの修正案で実施したいとの方向のようですが、透析患者の中にも三級の方がおり、札幌腎友会としても、現在障害者五六団体が賛同する『札幌市「障がい者交通費助成」削減に反対する連絡会』(以下、連絡会)としても、市の予算が決定する一二月まで市福祉課と話し合いをしていきます。

また、連絡会が市に提出した“障がい者交通費助成の見直しについての統一要望書”要望事項の三項目に「精神障害者にも交通事業者の障害者交通費運賃引きを速やかに適用してください」とあります。

精神障害者手帳に写真添付開始の際、厚生労働省・国土交通省から地方自治体・交通事業者に「精神障害者への運賃割引の実施を進めるように」と各種通達が出ているにもかかわらず、札幌市はなかなか取り組んできませんでした。連絡会に賛同している精神障害者一三団体

は札幌市に対して交通事業者（札幌市では、中央バス、定鉄バス、JRバス、夕鉄バス、札幌市交通局）の障害者運賃割引（交通事業者が運賃の半額を負担するために身体障害者は半額になっています。）の適用を求める要望書を提出する予定で、それに伴い署名活動をする予定です。（署名は要望書提出後も集まり次第市に提出）今回の交通費助成の問題で、重度が現行と変わりないという修正案に至ったのは、札幌腎友会の皆さんのご協力はもちろんですが、精神障害者の方たちの真摯な粘り強い活動も大きいと考えます。連絡会の仲間として、その際には、幹事の皆さんにはお忙しい中とは思いますがご協力をお願いします。

(6) 組織検討委員会報告（九月現在）

組織検討委員会としては、当面、組織にこだわらず、組織活動全般について再点検しながら自由討議を行う。一年後に、答申を出すことを目標に話し合いを行う。幹事会に中間報告をする。しばらくの間、月一回の会合を持つ。検討事項のうち、すぐにやれることは実行しながら改善する。(1)まずは、幹事会を活性化する。運営委員以外の出席者を増やす。(2)事務局を補強する。(3)運営委員を補強し委員の活用を促進する。(4)個人会員中心から法人会員の強化を検討してはどうか。(5)会員活動の場についての工夫をする。(6)ブロック別あるいは施設間の共同の活動をやってみてはどうか。(7)道腎協と札幌腎友会との役員の兼務をできるだけ分担へ。(8)組織としての情報管理の仕組みに工夫が必要ではないか。(9)現在の事情にあった会則の見直しが必要と思われる(10)「生きる仲間」の情報紙としての積極的活用を計る。次回幹事会開始時に詳しく報告します。（高須喜久男）

(7) 機関紙「生きる仲間」について

機関紙「生きる仲間」九〇号は「三五周年記念事業」の特集号として内容を増大して発行する予定でしたが、「三五周年記念事業」が中止となりましたので、三五周年の感想文等を掲載いたします。発行日は一月中旬を予定としております。

(8) 正月飾り販売について

事務局経費の一助に、今年もお正月飾りの販売あっせん事業を行います。昨年は皆様のご協力により、四五四、〇〇〇円の売り上げがあり一六、六六二円の利益になりました。今年度もまたご協力をお願いします。チラシ等は後日、幹事宛てに送付させていただきますので宜しくお願いいたします。

(9) 国会請願書署名・募金活動の実施について

今年度も全腎協の「腎疾患総合対策の早期確立を要望する」国会請願署名・募金と、JPAの「難病、長期慢性疾患、小児慢性疾患に対する総合的対策の早期実現を求める」国会請願署名・募金も合わせて取り組みたいと思います。ご多用のところ大変申し訳ありませんが、皆さんのご協力をお願いいたします。

(10) 幹事新年会について

●開催日 平成二二年一月一七日(日)予定
●場所 未定
●時間 未定 ※新型インフルエンザの状況により、決定いたします。決定後、再度ご案内いたします。

(11) 文化交流活動（ボウリング大会）について

●開催日 平成二二年二月一四日(日)予定
●場所 未定
●時間 未定 ※決定後、ご案内いたします。

(12) 札幌腎友会茶話会について

●開催日 九月六日(日)
●場所 難病センター
一八名の方にご参加いただき、勉強会を兼ねた茶話会を行ないました。

「しっかりと透析して、食べて、運動して、元気になろう！」をテーマとした勉強会では、十分に栄養を摂取することの重要性和、その十分な栄養摂取のためには、しっかりと透析をして、毒素を除去すること

が大切であることを学びました。

勉強会の後は、自分の透析生活について参加者全員にお話ししていただき、日頃の悩みや疑問に感じていることなど、美味しいコーヒーを飲みながら、みんなで和気あいあいにおしゃべりしました。

参加者から回収したアンケートでは、次回も是非参加したいとの声が多数でしたので、今後も定期的に茶話会を開催していきたいと思えますので、ご協力を宜しくお願いいたします。(外川 純也)

(13) 会員拡大と全腎協「新型インフルエンザ」チラシ配布のお願いの施設訪問について

各施設への腎友会活動のご理解・協力・会員拡大のお願いと、全腎協が作成した新型インフルエンザのチラシを札幌市および近郊の透析患者に配布するために、副会長・事務局長・運営委員で施設訪問をします。幹事さんのいらっしゃる施設には、運営委員が伺います。担当の運営委員から幹事さんに連絡します。ご協力お願いいたします。

来年度(平成二二年度)の活動・行事について

来年度の活動について、早めに幹事の皆さんのご意見をお聞きしたいと思えます。どんなことでもご意見をお寄せください。

以上のとおりですが、各施設の幹事さんには直接にお届け済みですが、会員の皆さまよりのご希望・ご意見をお伺い致しますので、各施設幹事さん経由でお願い致します。

(報告・事務局長 坂 孝光)



腎臓提供キャンペーンより



●ピアガーデン利用券 販売結果報告

(平成21年度)

施設名	販売売上額
H・N・メディックさっぽろ東	5,000
光星泌尿器科医院	10,000
札幌北クリニック	155,000
札幌センチュリー病院	25,000
札幌北榆病院	45,000
札幌南一条病院	10,000
仁榆会病院	55,000
澄腎クリニック	70,000
星野泌尿器科	5,000
個人会員	95,000
合計	475,000

難病連からの還元金(47,500円)は札幌腎友会の事業収入とさせていただきます。協力ありがとうございました。

第29回

臓器提供者拡大 街頭キャンペーン

～札幌大通西3丁目・50余名が展開～

札幌腎友会
道腎協

共催

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・札幌スノーライオンズクラブ・札幌エルムライオンズクラブ

ご協力

例年通りならば大通を中心に約一時間臓器提供キャンペーンを行うのですが、新型インフルエンザの流行により、多くの行事が見送られ今回のキャンペーンは二〇分の限られた時間に変更して行われました。



新しき法を足がかりに

臓器提供キャンペーン実行委員会

実行委員長

田邊 哲明

秋晴れとなった九月二七日午後、会員、家族、行政を含む支援者の皆様方、五〇余名の参加をいただき臓器提供の現時点の情勢を訴えました。

七月一三日、参議院の可決により、法案の通過を見て臓器移植法が成立しました。この法案の特徴は、

一つに、一五歳未満でも提供が可能になった。

二つに、本人の書面での意思表示が無くても、家族の同意が有れば提供が可能になった。と言う大きな前進と法的な根拠を持った事



坂事務局長



福原副会長



菅木副会長

です。

しかし、いくつかの問題点も浮き彫りになりました。その第一は脳死の問題です。提供する側とされる側では、考えにまだ開きがあり、国民の全ての人々がまだ脳死を人の死とは認めているわけではありません。

今後、移植法を足がかりとして、国民的合意を得る論議を期待してやみません。臓器提供という行為は、日本全体という中での知名度も高いとは言えません。一五歳未満の方々の提供も手術も国内で行われるという画期的な運動が実現しました。

医療面でも、提供運動でも、色んな総合運動が絡み合いながら大いに前進する事を期待します。

政権が交代した今、要求を掲げ私達の運動を一步でも前に進めるためにも、より一層患者会がまとまり団結してゆく事が重要になってきている。



マスクの目立つ会員たち



平野先生(市立札幌病院)も街頭に



ライオンズクラブの会員にもお世話になりました



配布用カード・ティッシュ・風船など

ご協力に深く お礼申し上げます

平成二十二年九月二十七日(日)

(敬称は略させていただきます)

山保 友子、山保 友貴
山保 美貴

●ていね泌尿器科

大野 武昭、佐藤 惟文

●中野医院

福原真理子

●星野泌尿器科

吉田季代乃、小林 尚子
齋藤 好子、齋藤 正隆

●北光記念病院

山田 忠彦

●宮の森記念病院

小澤 直、小澤由紀恵

●篠路はまなすクリニック

金津千枝子

●北大腎移植そらまめの会

長嶺伊津美
松井亜由子

●北海道保健福祉部保健医療局

医療政策薬務課 薬務グループ

北山 修

●北海道移植者協議会

松浦 信博、小野寺 拓

大西 政弘

●札幌市保健所医療政策課

千葉 紘子

●ネフロケアクリニック札幌
開設準備室

松橋 尚生

●北海道腎臓バンク

藤森 幸子、小野美和子

●石川泌尿器科

吉田 宣博

●市立札幌病院腎移植科

平野 哲夫

●H・N・メディックさっぽろ東

庄野 一男

●札幌スノーライオンズクラブ

松井 務、清水 克美

●NTT東日本札幌病院

梅田 明

●札幌エルムライオンズクラブ

伊藤 和慶、能登 昭夫

八木橋 亨、小川 薫

甚野 章吾、荒 光弘

本村 信人、中島 尚俊

●五輪橋内科病院

平林 國男

●市立札幌病院

苜木 芳三

●札幌南一条病院

坂 孝光、三上留美子

矢田 孝子、佐藤 洋子

●札幌北楡病院

田辺 哲明

●札幌セントラルクリニック

西山 利彦、伊藤美智子

●札幌センチュリー病院

中村 正仁

●札幌北クリニック

久原 幸江、鈴木 洋子

●澄腎クリニック

大塚 艶子、阿部香代子

参加者…五二名

「腎疾患総合対策」の早期確立を要望する 第39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の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三九回目になります。

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ることと思えます。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、ご協力をよろしくお願い致します。

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、だいだ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、札幌腎友会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、平成二二

年一二月三日(木)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お願いいたします。

価格につきましては、昨年より若干高くなった品がございますので宜しく願います。

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「どんど焼き」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。



《《《《 ひろば 》》》》

終戦も押し寄せまった昭和二〇年三月一〇日、アメリカによる東京大空襲があり東京の夜空が真っ赤に染まった。この時私たち一家は東京の立川の近くに住んでいた。田んぼの中に三〇戸もあろう大きな穴が幾つもあいていて、そこには青や赤の水がたまっていた。アメリカのB29(当時の軍用機)の爆撃の跡だ。立川飛行場の近くだったせいもあって空襲が激しくなり身の危険を感じて東京から岩手の父の実家に疎開することになる。昭和二〇年五月、私が六歳のころだ。

上野の駅は爆撃に見舞われ、あたり一面焼け野原になり、駅周辺は死体や負傷者が累々と横たわっていた。窓から列車に乗り込むものの、列車の中は立錐の余地もないほどの人であふれていた。着るものも食べ物もない悲惨な疎開生活がこうして始まる。

父の実家は岩手の一関市の近くの東磐井郡折壁村(合併していまの一関市室根町)で何も無い山あいの寒村である。

栗、柿、桑の実、すかんぼ、野に生える野草、山ぶどう、アケビその他食べられるものは何でも食べた。桑の木によじ登って終日桑の実をほおぼり、食べ過ぎて、黒いうんこが出たのを覚えている。野を駆けずりまわり、道端に這

つくばって、食をあさってなんとか生きのびた。虫にいたってはトンボ、セミまで口にいられた。食糧の無い時代だった。それからまもなく八月終戦を迎える。

敗戦は人々に多大な衝撃を与える。一夜にして軍国主義から民主主義へと転換はついていけるはず

の近くの侍浜村(現在久慈市侍浜町)に赴任することになる。私たち一家(父、母、姉、兄、私、それに小さな弟、母方のおばあさんと母の妹と計八人)が侍浜の駅に着いた。この駅から私たちの住む家は、歩いて小一時間のところにある。夕闇が迫っていた。駅の前に荷馬車が迎えに来ていた。そこから、か

ホット
フ
ラ
ザ

桑の実

佐藤 惟文
(ていね泌尿器科)

がない。父も精神のバランスをくずし酒におぼれ無残な日々が続いた。その間の食べるものも無く着るものも無く、その上、酒におぼれる父を抱える母の苦しみはいかばかりだったか。

やがて三年が過ぎ、父も母も学校の先生に復職し私が小学校三年の時、岩手の太平洋沿岸の久慈市

らまつ林があり、その中に細い道が続いている。赤い夕日が、からまつ林に映えて美しい。馬がやけに「おなら」をして、私たちを乗せた馬車を引いて、家まで運んでくれたのを覚えている。ここへ来てようやく食べ物にありつけた。侍浜は小さな漁村だが食べ物はある。バケツ一つトゲの殻のつい

たウニを貰ったこともあるし、アワビをふんだんに、海岸で焚き火に放りこんで焼いて食べた事もあつた。今ではアワビ一個数千円もする高価なものだ。私たちはこうして海の幸の豊かさの中で初めて食物にありつき健康を取り戻した。月に一度近くの久慈市に買い物に出かけた。白いご飯を弁当箱につめ、おかずも持たずにでかけた。じみの豆腐屋によって「あぶらげ」を焼いて貰い、それを弁当箱のフタの上で醤油をかけおかずにして食べた。世の中にこんなに旨いものがあるのかと感嘆した。食べるものが無い時代である。家族そろってでかける幸福なひと時だ。今、わが家でも月に一度くらい孫を連れて食事に出かける。美味しいものを欲しだけ食べられる今の日本をありがたと思う。私も九月で満七〇歳になった。戦争を知らない世代が増えていく。これからきびしい日本が予想されるが、戦後食うや食わずで頑張ってきた人々の血が孫たちにも受け継がれている。きつと孫たちも、その頑張り精神でもつと、もつと、すばらしい日本を作ってくれる事を信じている。私たち戦争を少しでも知っている世代が、あのおろかな戦争の一端でも伝えられたらと思ひ、筆をとらせていただいた次第です。

しっかり透析して、食べて、 運動して、元気になろう！ 報告

青年部 戸川 純也(星野泌尿器科医院)

- 日 時：平成21年9月6日(日) 午後1時30分～
- 場 所：北海道難病センター
- 参加者：18名

当日は、標題のとうり会が始まりましたが人数も18名と目標に近い参加となり、有意義な一時になりました。

又、自己紹介では、患者同志の「生」の声を聞くことができ好評を得ました。

以下に参加者のアンケートを載せますので参考にして下さい。



アンケート回収枚数 (14枚)

- 1) 学習会の内容はわかりやすかったですか？……………は い：13名、どちらでもない：1名
- 2) 学習した内容は、透析生活に役立ちそうですか？……………は い：14名
- 3) 今回の茶話会は楽しかったでしょうか？……………は い：13名、いいえ：1名
- 4) 今後茶話会など、学習とおしゃべりを兼ねた会があれば、参加してみたいと思いますか？……………は い：14名
- 5) その他、腎友会の活動に対し、ご意見などございましたら、お書きください

5) に書かれてた意見

●楽しかったです!! ●幹事の皆様、色々とありがとうございました。としても楽しい茶話会でした。次回も楽しみにしていま～す ●医師主導で透析内容は全く知らされません。患者の要望などともないです。残念です ●もっとたくさんの方に参加してもらいたいです ●学習会、交流会の回数を多くして欲しい。このような輪を広げていきたいですね ●自己紹介が大変良かったです。皆というか、こうした人の話を聞き、自分の話をするのを望む人が多いと思います。こうして話すと建設的に話が出来ますね。ここに出てきた方達が、少しでも隣の人を誘ってくれるといいな ●青年部の皆さん、ご苦労様でした。日頃、「この人は何のために透析しているのだろうか?」と感じることが多い ●高齢者患者を見ていると、元気で若い方々とふれ合うことも大切なことだと感謝しています。ありがとうございました ●今日のスライドをホームページに乗せて欲しい。音声も入れて(説明文でも良い)欲しい ●マンネリ化していた透析生活にシャキっとした「カツ!」を入れて頂いた感じですか。ありがとうございました ●若い方々がこういう企画を積極的に進めていくことはとても良いことだと思います。病気のことは自分のことなので、もっと勉強して他の患者さんに伝えて頂けるようになりたいです
以上です

新人紹介

中村 正仁
(魚座・血液B型)

今年8月より事務局に欠員補充があり、フレッシュな人材を得ました。早速事務的なことをお願いしていますが、すでに臓器提供キャンペーン大会にも積極的に参加して活動中です。

毎週火・木に事務所に居ます。皆様のご助言など宜しくお願い致します。



キャンペーン参加の中村さん(右手前)

腎臓の働きと慢性腎不全

その2

慢性腎臓病・腎不全とは？

慢性腎臓病とは三ヶ月以上持続する尿異常（蛋白尿・血尿）、腎形態異常または、腎機能が約60%未満にまで低下した状態をいいます。腎機能が正常の60%未満に落ちると、上記のような症状が出始め、進行性の腎機能低下があると考えられます。正常の一五%以下の腎機能となり、透析や移植が必要か、必要に差し迫った状態を末期腎不全と言います。典型的な症状や検査所見の異常を下表にあげます。腎機能が低下して腎不全になっていなくても、尿異常や腎形態の異常があれば、一度は腎臓専門医にかかることをおすすめします。腎不全の状態では、腎臓専門医による定期的な診察が必要と思われ、腎機能の程度によって対策を検討していくこととなります。

腎機能 (目安)	症状	検査所見	必要な処置
90%以上	ほとんど無し	蛋白尿・血尿・高血圧	定期的検査
60~90%			一度は腎臓専門医受診
30~60%	むくみ	上記＋ クレアチニン上昇	腎専門医によるフォローー 腎不全進行抑制の治療
15~30%	上記＋ 易疲労感	上記＋ 貧血・カルシウム低下	透析・移植の知識取得 腎不全合併症の治療
15%未満 (末期腎不全)	上記＋ 吐気・食欲低下 息切れ	上記＋ カリウム/リン上昇 アシドーシス・心不全	透析・移植の準備 10%以下の腎機能では 透析開始・移植施行

腎不全の治療法は？

前述したように慢性腎不全は現在の医療では非可逆性（元の正常な状態に回復しない）であり、そのほとんどが末期腎不全に進行しますが、適切な治療によって、末期腎不全にいたる（＝透析・移植が必要になる）時期を遅らせることが可能な場合があります。

具体的には原疾患（腎不全の原因の病気）の治療（例えば、糖尿病の治療や腎炎に対する治療など）がまずあげられます。また、高血圧・高コレステロール血症・肥満などの生活習慣病の薬剤や生活指導による是正、食事療法（低塩分・低蛋白）などが大切になります。

治療方法	具体例
水の排泄	糖尿病のコントロール・腎炎の治療など
生活指導	適切な運動・禁煙 鎮痛薬・造影剤など腎毒性物質の制限・禁止 定期的な外来受診・服薬
食事療法	低塩分食・低蛋白食
薬物療法	高血圧の治療 蛋白尿を減らす治療 (ACE阻害薬・アンジオテンシン受容体拮抗薬) 尿毒素を除去する療法(活性炭など)
腎不全による症状 に対する治療	貧血の治療(エリスロポエチン投与) 骨病変の治療(ビタミンD投与など) 高カリウム血症の治療(陽イオン交換樹脂) 酸血症(アシドーシス)の治療(重曹など)

どうなったら透析や移植が必要になるの？

慢性腎不全により、末期腎不全にいたった場合は回復の可能性がなく、尿毒症や高カリウム血症(不整脈・心臓が止まることもある)・

心不全などの重大な問題を起こすので、透析や移植をする以外に方法がありません。腎機能がたけで言うと、大体10%以下程度の腎機能で透析や移植が必要となります。また、薬でコントロールできない心不全や尿毒症症状(吐気・栄養

慢性腎不全により、末期腎不全にいたった場合は回復の可能性がなく、尿毒症や高カリウム血症(不整脈・心臓が止まることもある)・心不全などの重大な問題を起こすので、透析や移植をする以外に方法がありません。腎機能がたけで言うと、大体10%以下程度の腎機能で透析や移植が必要となります。また、薬でコントロールできない心不全や尿毒症症状(吐気・栄養

透析導入・移植の基準

腎機能が10%以下

または、薬でコントロールできない以下の症状・所見

- 高度の尿毒症症状(吐気・食欲低下など)
- 体液過剰(高度のむくみ・心不全)
- 高カリウム血症・強い酸血症

腎不全治療選択 小冊子より
(日本腎臓学会・日本透析医学会・日本移植学会)

〔い〕 計 報

片桐 俊子さん



平成二十一年九月一日に逝去されました。
平成一四年より二年間保坂内科クリニックの幹事として活躍され、又、ホットプラザにて平成一九年より随筆を投稿して頂きました。

淀川 芳道氏



平成二十一年一〇月二五日に逝去されました。
平成一五年より平成二十一年度迄、保坂内科クリニックの幹事として活躍されました。
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1日 ピアガーデン利用券販売案内発送
- 5日 役員会・組織検討委員会 (10名)
- 7日 市環境課「腹膜透析療法のゴミ料金助成」に関して要望書提出 (3名)
- 12日 第1回幹事会(北区民センター 33名)
- 16日 全腎協入会案内リーフレット発送
- 21日 臓器提供者拡大キャンペーン
実行委員会 (7名)
- 24日 事務局打合せ (4名)
- 30日 “生きる仲間” 第89号発送
- 8月1日 臓器提供者拡大キャンペーン支援依頼
- 9日 組織検討委員会 (9名)
- 26日 事務局打合せ (8名)
- 27日 “生きる仲間” 臨時24号発送
- 9月1日 “生きる仲間” 編集委員会 (4名)
- 3日 臓器提供者拡大キャンペーンポスター
- 6日 組織検討委員会 (8名)
- 札幌腎友会茶話会 (18名)
- 10日 “ぜんじんきょう” No.235発送
- 20日 幹事会打合せ (9名)
- 27日 腎キャンペーン開催
(大通西3丁目 52名)
- 29日 “どうじん” No.127号発送
- 30日 臓器提供者キャンペーン支援お礼
(7団体)
- 10月15日 札幌保健所・札幌市長宛て要望書提出
新型インフルエンザに関する要望書
- 22日 国会請願署名用紙発送
会計監査(棚田監査役)
事務局打合せ (8名)
- 26日 会計監査(木谷監査役)
- 27・28日 札幌市議会議員、宮村もと子先生(自民)、長谷川 衛先生、三宅 由美先生(民主)、村上 仁先生(共産)、伊藤まき子先生(市民ネットワーク北海道)に面談、新型インフルエンザ投与費用の減額依頼 (2名)
- 29日 お正月飾り販売案内発送

■事務局だより■

- ◎毎年取り組んでおります国会請願署名・募金活動に皆様のご協力お願い致します。
- ◎今年度もお正月飾り販売に、札幌腎友会で独自に取り組みます。皆様のご協力お願い致します。
- ◎ご寄附を頂戴いたしております。会活動に役立たせていただきます。ありがとうございます。
・故 田中 キエ 様(もなみクリニック)
ご主人様より 50,000円
・村岡 仁 様(石狩病院)より 500円
- ◎はがきの寄附をいただきました。大切に使用させていただきます。ありがとうございます。
・田島クリニック 福士 博明 様
- ◎青い鳥はがきのご寄附をいただきました。大切に使用させていただきます。ありがとうございます。
・札幌北楡病院 中山 蓉子 様
・ていね泌尿器科 林 敦子 様

●訂正のお知らせ

“生きる仲間”臨時第24号において第1回幹事会出席者のお名前で、大野武昭様(ていね泌尿器科)が洩れておりました。訂正してお詫び申し上げます。

“生きる仲間”89号において、4頁下段の写真説明に堀江夫人とあるのは堀井夫人の間違いでした。

また6頁2段目10行目隈博先生となっておりますが、正しくは博司でした。訂正と共にお詫び致し申し上げます。