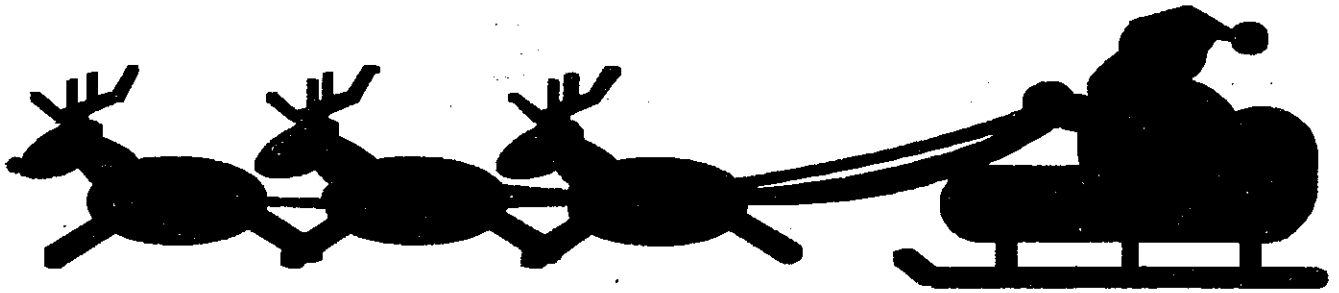


H S K - なんれん
おとふけ
NO 44

昭和48年1月13日第3種郵便物認可
H S K通巻第332号
1999年11月10日
隔月10日発行(1部100円)
(会費に含まれています)
編集発行 財団法人北海道難病連合会
北海道身体障害者団体
定期刊行物協会(HSK)



第9回
クリスマス・パーティー
のご案内



- ☆ 作業所の開設について
- ☆ 報告 第7回どんぐり祭り
- ☆ リュウマチ患者の集い
- ☆ 第9回クリスマス・パーティーのご案内

* * * * *

第九回 クリスマスパーティーの

ご 案 内

* * * * *

今年も残り少なくなってきましたが、お元気のことと存じます。例年のとおり一足早いクリスマスパーティーを下記により開催いたします。歌ったり、踊ったり、おいしいものを食べたり……初冬の日を楽しみましょう。多くの方の参加をお待ちしております。

日 時 12月5日(日) 13:00~16:00
(受付開始 12:00)

会 場 ふれあい交流館 すずらんど
音更町希望が丘5の10 ☎ 42-6600

参加費 一人 500円 (小学生以上)

参加対象 難病患者、障害者と家族。一般の方の参加も大歓迎です。

申し込み 11月30日(火)まで
難病連音更支部事務局へ
(音更町宝来本通り7丁目1 ☎)

主催 (財)北海道難病連音更支部
クリスマス実行委員会

「ハーブの香りと

やさしい心に包まれて」

難病連会員（慢性関節リウマチ患者）

岡部 冴子

慢性関節リウマチ患者の集いが、9月21日、音更町総合福祉センターで行われました。

この日の集いのために、保健センター丸山所長さんをはじめ、宮川保健婦さん、社会福祉協議会の方々、難病連音更支部 穀内さん、宮内さんほか、帯広保健所の川島保健婦さん、ボランティアセンター 矢島さんほか、よつば乳業さんなど、多くの皆様からのきめの細かい企画やお世話をいただきました。

当日の集いでは、ボランティア紙風船の方よりハーブの香りの楽しみ方を教わったり、じゃが芋とハーブ入りのバターを試食させていただきました。

レモンバーム、カモミール、スペアミントを組み合わせたハーブを蒸らしはじめると会場はハーブの心地よい香りにつつまれ、痛みも和らぐような思いでした。

ジャーマンカモミールやスペアミントには鎮痛作用もあるとのことでした。

「生演奏で楽しみましょう」では、フォークロバーズ中里、若原さんのクラシック、エレキギターによる「禁じられた遊び」や「ダイヤモンドヘッド」など、名曲の数々をハーブティを飲みながら聞き入りました。

また、ギター伴奏でリウマチ患者作詩の出来立ての詩「集いの仲間」や「幸せなら手をたたこう」「四季の歌」など、数曲を参加者全員が声を合わせて歌い、「集い」の雰囲気は大きくもり上がりました。

「集い」の日程は、こうして楽しさいっぱいの中で流れましたが、最後は「リウマチ歴」や「今楽しみにしていること」など、一人ひとりの自己紹介で交流が深められ、「集い」の企画を喜ぶ声もきかれました。

ハーブの香りとやさしい心に包まれた「慢性関節リウマチ患者の集い」も楽しさと感動のうちに時間の立つのも忘れましたが、音更町社会福祉協議会、細木会長さんの閉会のことばで全日程を終了しました。

この日の集いを一番喜んでくださるのは、「集い」の実現に向けてのきっかけを作ってくださった中村恭子さんではないかと思えます。

中村さんは、9月21日に集いの日が決まったことを大変喜んでおられ、こ

の日のために体調を整えるべく入院されていたのですが、感染症が悪化し、ご家族の介護も虚しく8月1日に他界されたのです。

中村さんのおかげで、この日があったことを心から感謝を申し上げ、これからの私達を見守っていただきたいと念じつつ、ご冥福を祈るところです。

慢性関節リウマチという病気は、関節の痛みや腫れが主な症状なのですが、そのことにより骨の変形や破壊がはじまります。

また、腎臓、肺、心臓、眼、皮膚、神経、等に障害が起きることもある全身病でもあります。

この病気の療養のためには、自分のリウマチを病院の検査や日常の動作などから「病の状態」を知っておくこと、関節の障害をカバーするためにリハビリ等で筋力をつけることなどの医学的な療法が（自分に合った薬療法 手術療法など）大切なことは、既にご承知のところではあります。

そして、さらに大切な療法は心のケアではないかと思うのです。

ともすると、私達はひとり、痛みを耐え、閉じこもりの孤独な生活になりがちです。

しかし、同じ病を持つ患者同士が相集い、共に手をつなぎ、励まし合って生きることによって、「じぶんだけではないんだ」という「病と闘う強い心」を呼び起こすことができるものと思います。

ひとりぼっちの患者をつくらないために、「この日の集い」を、一人でも多くの方が出てこられるような魅力のある「集い」ができるよう、皆で力を合わせて会を育てて行けたらと思います。

「できることは、できるうちに」～動けなくなってからでは遅い～を合い言葉に、前向きに頑張れる会を目指して、次回の「集い」につなげたいものです。

次回の集いは10月28日、13時30分から「音更町総合福祉センター1階」で行います。

「どんな会にしたい、会の名まえは・・・」など、いろいろな考えを持ち寄りました。

事務局より2回目の集いの日程に会報発行が間に合いませんでした。申し訳ありません。次ページの「集いの仲間」は岡部さんが作った詞です。テレビの水戸黄門の

主題歌に合わせて歌ってみてください。



ペパーミント ずっせりと爽やかなペパーミント。



レモンバーム

よー葉の縁は鋸状で
レモンの香り



リンゴの香りのジャーマンカモミール

集いの仲間



人生をながるが如く
 病気が知らずか自慢を
 突然おそくならしむは
 知識の海に沈む

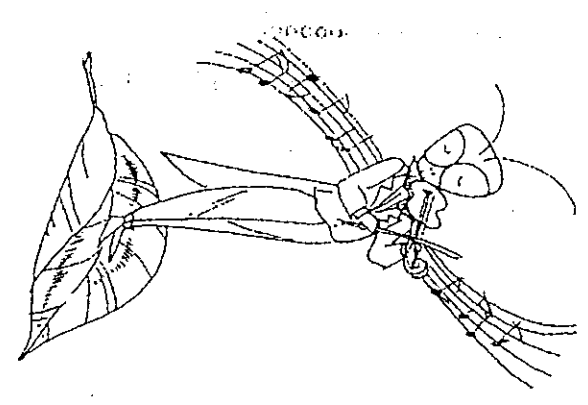
一

はじめての診察重要
 いかの病を察し決めて
 自分に合ふに決りて
 食事の工夫考えて

二

集いの仲間と語らぬは
 安樂と望むが如く来る
 出来ぬが如く何事か
 前を向けたら妙なる

三



でも、アイマスクを外せば目が見えるという安心感が私にはありました。視覚障害者の方は暗やみの中で生活していかなければならないんだと思いました。視覚障害や聴覚障害など、難病をかかえている人たちはとても大変なんだなと思い、毎日不自由なく生活できるのはとてもありがたいことなのだと思います。

日曜日は、みんなでパークゴルフをしたり、食事をしたり、歌ったりして一日をすごしても楽しかったです。車椅子の子と遊んだり、お話しをしたりしました。食事のときにも「なに食べるの?」「やきそばー」などと明るく答えてくれ話がはずみました。障害があるとは思えないほどでした。

あまり体験のできないことや、難病のことを教えてもらうなど数々の体験をすることができてとてもよかったです。また参加したいと思います。本当にありがとうございました。

.....
ボランティアというものを体験して
.....

緑南中 2年 津島 梨恵

今回“ボランティア”という形でどんぐりの家まつりに参加させていただきました。前日に打ち合わせがありましたが、30分程で話がまとまり、残りの時間で障害者になって色々なことを体験しました。視覚障害のときには272円を手の感覚をたよりに捜しましたが、なかなか上手に見つけることが出来ませんでした。障害という言葉が痛く感じました。

当日、やれるだけの仕事をやってから一息入れようとしたのですが、とてもそんなひまはありませんでした。支部長さんの手を引いてお手洗いにつれていき、終われば車イスにすわらせてもとの場所につれていく。何度もかんしゃくを起こしそうになったのですが、だれも好きで難病になったわけではありません。自分で自分をひっぱたいて頑張りました。

難病連の人たちは快く私たちを受け入れてくれたけれど、私たちのほうがバリアを張ってしまいました。それだけが情けなくつらく思えました。今回、ボランティアを体験して思ったことはただ一つ。「人は共存しないと生きていけない」ということでした。これを期に道ばたで障害者の方々に会ったら快く手助けをしてあげたいと思っています。

どんぐりの家作業所開設しました

10月1日の開所日には、難病連十勝支部の成田事務局長さん、帯広保健所の松井保健婦さんが、又一般の方も見学に見えられました。

開所日前後には、難病や身障の方も数名来所して作業所への登録されたり、問い合わせの電話をいただいたりして、関心が寄せられています。

今後は現状で様子を見ながら、作業内容、作業日数、時間等の検討を重ねていきたいと思っています。

作業場が狭いことの早急対策として、新しく借りた土地に10坪程のスーパーハウスを購入し設置しました。現在の建物内部も少しずつ改善していく予定です。

一度見学に来てください。

住所 音更町

電話

お正月飾りの注文受け付け開始

財政活動の一つとして、お正月飾りを販売しています。

ご協力の程よろしくお願ひします。

消費税は販売価格に含まれています。

申し込みメ切は12月3日(金)

ご希望の方には、カラータラシを送ります。

■よびかけ

難病対策の患者負担導入、医療保険制度の改悪……、私たちの生活を支える社会保障の縮小が進められている今日、ともすれば、生きる希望や病気と闘う勇気を失いそうになっている患者や家族も決して少なくありません。

私たちは、後退を続ける難病対策の流れを変えるため、「がんばれ難病患者・日本一周激励マラソン」を企画、難病患者や長期慢性疾患患者を励まし、未来に希望のある闘病生活をとの発想から日本一周激励マラソンを実施することにしました。北海道在住のデザイナー澤本和雄さんの協力を得て、7月25日、北海道・宗谷岬を出発して全国46道府県庁を訪問（予定を含む）し、11月26日に最終訪問地である東京都庁に到着します。そして、同日午後、厚生省を訪れ厚生大臣に難病対策の拡充等を要請し、最後の寄せ書きとして大臣の署名を貰います。

ともすればこれまでの私たちの運動は、体の動ける者が代表して国や自治体に出掛け要請行動などを行う形が中心でした。しかし、今回の日本一周激励マラソンでは全国各地を走り続け、あらゆる地域であらゆる人々が沿道に出て応援し、体の不自由な人の病院や自宅を訪れ、患者・家族と触れ合い、ともに励ましあうという新しい形を作ることが出来ました。この激励マラソンから全国各地にいる患者・家族の方々と広く、しかも深い絆が生まれようとしています。

11月26日、ランナーの澤本さんが日本一周を果たす、この日に合わせて全国患者・家族集会を開催し、一步一步に熱い思いをこめて走り続けた澤本さんをはじめスタッフ一同とともに全国の実情を話し合い、交流しあう場を設定します。

全国の患者・家族のみなさん、マラソンランナーを迎えに厚生省前にお集りください。そして、厚生省を患者・家族と支援者で取り巻こうではありませんか。すべての人々が納得出来るような医療と福祉の流れを作り出そうではありませんか。厚生省前でみなさんをお待ちしています。

9月24日澤本さんは予定された全コースの半分を通過しました。

————— H S K ——— なんれん・おとふけ —————

編集人 (財)北海道難病連音更支部 教内 さかえ
音更町 TEL・FAX

昭和48年1月13日第3種郵便物認可
1999年11月10日 通巻第332号
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
札幌市西区八軒8条東5丁目4-18