

HSK

あすなろ

昭和48年1月13日
第三種郵便物認可
HSK 通巻 431 号

発刊:平成20年

2月10日

毎月10日発行

編集:あすなろ会

発行:北海道身体障害者
団体定期刊行物協会

◆◆◆ 個人参加難病患者の会 ◆◆◆ 会報126号



こんな雪景色ももう少し・・・春の訪れに耳を澄ませてみましょう。

北海道難病連のスローガン

- ☆ 国と道は、原因の究明と治療法の確立を急いでください！！
- ☆ 全ての難病の治療を公費負担にしてください！！
- ☆ 介護手当の支給と通院交通費、付添費の補助を！！
- ☆ 患者、障害児者の教育の選択権を親と子に！！
- ☆ 医療過誤、薬害を無くし被害者救済を！！
- ☆ 北海道の総合的な難病対策の確立を一日も早く！！
- ☆ 広く道民と手を結び、明るい福祉社会を実現させよう！！



目 次

会長メッセージ・・・・・・・・・・・・・・・・	1
2008 年度定期総会のお知らせ・・・・・・・・	2
チャリティクリスマスパーティに参加して・・・・・・・・	3
山道直樹さんを偲ぶ会に参加して・・・・・・・・	6
札幌支部役員研修会に参加して・・・・・・・・	7
第4回事業資金委員会からの報告・・・・・・・・	8
シリーズ「病気」希少会員の部 E・・・・・・・・	9
お礼・お知らせ・お願い・・・・・・・・	14
広瀬さんの美味しいクッキング・・・・・・・・	15

あすなる会「個人参加難病患者の会」

代表 成田愛子

迎春

新年明けましておめでとうございます。

会員・家族の皆様 佳きお正月をお迎えのこととお慶び申し上げます。

ご協力 ご尽力を賜り厚くお礼を申し上げます



2007年度

あすなる会 会報 シリーズ「病気」等 あまり知られていない病気も多く、重いつか軽いつかの判断ではなく 病気のために本人・家族ともに苦しいことが理解されました。

「あすなる会」の活動、医療講演、JPA 国会請願街頭署名と募金活動 全道集会、交流会、秋まつり、クリスマスパーティー等 年間行事、会員家族 ボランティア、難病連事務局、多くの協力を賜り心より感謝いたします。

2008年度（平成20年度）

後期高齢者医療制度が4月から行われることとなります。

手続きは市町村 運営は都道府県ごとの「後期高齢者広域連合」が行います。75歳（一定の障害のある方は65歳）

※あいつぐ病院・科の閉鎖

国民の医療費負担が増やされる一方で、診療科や病院自体がなくなり

「保険料を払っていても近くにかかる病院がない」という事態がすすんでいます。

私達患者は どう今日を生き抜いたら良いか・・・考えさせられます。

※総会があります

2008年（平成20年）4月26日（土）13:00～
事務局で楽しい企画を計画中です。是非ご参加お願い致します。
風邪等をひかない様お身体にお気をつけください。
総会で皆様とお会いする日を楽しみにしております。

2008年度定期総会のお知らせ

1年が過ぎるのは早いですね！今年もこのお知らせの時期となりました。

日 時 平成20年4月26日（土）午後1時～4時半
場 所 北海道難病センター 3階 会議室
参加費 500円（茶菓代入り）



※ 今回は講演はありません。1時間ほどで議事を終了
（予定）後、ゲーム（スカットボール）で体をほぐしましょう。
結構面白いです。皆で楽しめます。

※ 参加者みんなでちょっと音楽を聴いてみましょう。

本号のシリーズ【病気】を書いた東田マサミさんのカンテ（フラメンコの唄）、彼女の魂の叫びともいえる唄を時間の関係から数曲を選んで…。

そして、日頃思っていることを遠慮なく話すざっくばらん交流会はいかがでしょう。医療講演会も良いけれど、こんなこと話してどうかな？ということは皆さんおありでしょう。気後れなしで、遠慮せず、ざっくばらんに話し合ってみませんか？（言ってスッキリ）



一人でも多いご参加をお待ちしています。
同送の返信用ハガキで出欠をお知らせください。
準備の都合上4月20日必着をお願いします。
初めての方も気楽にどうぞ！

チャリティクリスマスパーティに参加して

札幌市 H・Y

12月16日の札幌支部クリスマスで楽しい思い出が増えました。会場が変わったのも新鮮、サントリーズガーデンそらは分りやすそうで迷い(?)、グリーンボランティアさんに助けられました。初めて参加の方もいて、良かったですね。食事は暖かく消化の良いもの…潰瘍性大腸炎やクローン病のIBD部会さんが食べられる食事ということで、分かり合えたのも良かったし、味も良かったと思います。



松永俊之さんのトークは良かった！！
血液型で日本人はA型が多いのは知っていましたが、北海道ではO型の方が多いとは初耳、「石狩、空知、シベリア地方」

には爆笑でしたね。よく食べ、よく笑い、もっと欲をいえば抽選でもっと良い物が当たれば…でも、これだけ楽しんだのです。次に期待しましょう。あすなろとしては参加者がいつもより多かったのも嬉しいことでした。

札幌市 宮本孝男

この度クリスマスパーティに参加させていただき本当に有難うございました。私は平成19年10月に「あすなろ会」に入会をして初めての集會に出席をしたのでありますが、午後3時の案内に2時30分頃会場に入りました。この時色々な所からご挨拶をいただきほっと一息ついた時、その方々

の顔は大変明るく感じると同時に又何かを求めている顔でもありました。複雑な気持で席に着いたのです。しかし、この笑顔の裏にはたくさんの辛い事、悲しい事そして大変なご苦労があったのだな…と思うと同時にこれからいつ終るのかしれない時の流れと戦っていく不安を持っているであろうと…自分に言い聞かせながら、これが「難病」という終りのない始まりなのだ…そして自分もその一人として、これからはしっかりと歩いていかなければならないと思う時でした。

私自身は「落葉状天疱瘡」という病名です。平成 11 年から今日まで戦ってきた一人であります。幸い今のところの病状としては小さいブツブツが出て、又体が暖まると痒くなる、毎日薬を塗る程度で今のところは軽い状態ではありますが、今後どのように変化していくのか不明であり不安な日々が続いております。

さて、会場においては松永さんのあの優しい声でのトークショーが始まりました。この言葉の中から色々ご苦労されていたのであろうと…あの姿を見てまだまだ私は幸せなのだ…時間の過ぎるのも忘れて聞き



入りました。人間は自分だけが不幸なのではない、皆頑張っているのだ…とお話している松永さんの姿、それを笑顔で聞いている参加者の姿、ああ本当に今日は出席させていただいて良かったな…そして新しい勇気を貰った思いでした。有難うございました。

私もこれからはどんどんと集会に参加して皆さんと一人でも多く一回でも多い機会を持ちたいと本当に思いました。

私は現在今までの仕事は他の人に任せて農業、教育、消費等の生活相談

を主な業務としている「北海道生活友の会」という団体を作って、日常生活上の問題を中心に対話をするのが、今の私の生き甲斐として頑張っております。ボランティア的工作ですが、人の集まりは人生の薬でもあり、光を与えてくれる友であると信じております。

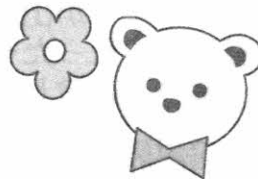
これからも勇気を持って共通の悩みを共通の喜びにしていく努力を皆さんでしていきたいと考えます。そしてもっと必要なことは一般の人達ともより多くの出会いを持って対話の中から自分を作り出す、こうした積極的行動が必要なことだと私は改めて感じました。決して病名や自分の名前も隠すことなく自身を持って生活をしていきたいと心から思っております。

そして私は対話の好きな人間です。いつでも連絡ください。どこへでも出向きます。私の存在が皆さんにとって役立つならば、いつでも私を活用してください。

私は今また新しい仕事に挑戦しています。

すべてに関して意欲的に行動することが健康の秘訣だと思っております。どうか皆さんも明るく何事にも前向きに考えて生活をしていきましょう。必ず良い結果が生れるでしょう。

これからも宜しくご指導お願い致します。次にお会い出来ることを楽しみにしております。



(宮本さんは、北海道生活友の会という団体で活動されるということで、詳細については、これから徐々に行動されるようです。

宮本さんとお話してみたいという方、連絡を取りたい方、いらっしゃいましたら事務局までお申し出ください。取次ぎをいたします。512-3233 難病連ですが、あすなろ会に取り次いでくれます。)

山道直樹さんを偲ぶ会に参加して

渡辺 貢一

学生無年金障害者訴訟の原告の一人であり、障害者の自立のために全力を傾けておられた山道直樹さんが、昨年10月1日夜に急逝されました。そして、昨年12月23日の午後、山道さんを偲ぶ会が百人を超える大勢の方々が参集して、暖かな雰囲気の中かで開かれました。

昭和33年生まれの子道さんは、小学校の教員を志望して大学で勉強しておりましたが、大学4年の12月に雪に足を取られて階段から転落し、頸髄を損傷してしまいました。翌年4月には教員としての新しい生活が始まることも決まっていた矢先のできごとでした。

そして、2年以上の治療や懸命なリハビリにもかかわらず、重い後遺症が残ってしまいました。

その後、障害者支援施設〈ホップ〉を立ち上げ、多くの障害者の皆さんに、ある時は仕事の面でまたある時は生活の面で、実質的なリーダーとして適格な助言や励ましを与えてきました。

私は山道さんと二人きりで会話した経験はありません。裁判を傍聴するなかで、関連するいろいろな会合に出席するなかで、いつも柔和な表情を崩さない山道さんを、遠くから見つめているだけでした。

車椅子を常用しなければならない。両手の感覚に障害が残って握力が極端に弱い。それなのにいつも柔和な表情をくずさない。いつものそんな山道さんを感じて見ているしかない私でした。

偲ぶ会で多くの方々が山道さんのお人柄に触れておられました。山道さんは優しい方だったそうです。しなやかさと勁さを兼ね備えた山道さんは、胸の奥に激しさを忍ばせていた方でもあったそうです。

ご家族あるいは介助の方さえいらっしゃればよかったのに、その時、不幸なことに喉に痰が詰ってしまったのだそうです。

50歳にも満たない短い一生でした。山道さんにとってさぞや無念だったと思います。そしてご家族のご心情を思うとき、お慰めする言葉もありません。悲しいとか残念とか無念とかではとても言い表せないのです。私はただただ、涙を飲み込むしかありませんでした。

どうか山道さん、あらゆる枷から解き放たれて、思いどおりの時をゆっりお過ごしください。あなたが撒いた種は必ず稔らせますから。

札幌支部役員会研修会に参加して

齊藤 安正

1月19・20に日に開かれた札幌支部役員研修は、「取り巻く医療」が本題で、それぞれ専門の立場から解説や方向づけが話されました。

医療制度は経済世相に合わせて変遷を重ね、その都度、自己負担の重圧をうながしています。いままた法人の長を増やし事務費を増大させる「後期高齢者医療制度」が始まります。保険料が安くなる、補償が充実するという謳い文句で、二年毎の見直しがミソですが、優遇の低減、受益の格差に注視したいものです。

また、法による「最低限度の生活権利」、「個人の尊重」など、誰もが分かり切っていた安直な今までの考え方に一脈の灯を、また更なる脈動を与えてくれた話もありました。

それは生活の困窮からにじみ出たもの、また法の倫理を巡る文言の質と要について、法廷訴訟の事例紹介です。いずれも先駆者の血と涙のご努力、難病連をはじめ携わる多くのものによる励ましが、たゆむことのない使命感と活動の役割を生み出し、世論を増幅させ、この成果が今日の私達の生活や制度に色濃く反映されているのです。

いま抱えている様々な問題、これからも生じる事であろう幾多の課題。私はいま何を為すべきか、難病という壁に一人一人が自覚を深め、その役割を果たしていかなければならないことを痛感しました。私にとって今回の研修は「真実を求め、友好を求め」誠に意義の深いものでした。

こうした勉強やつながりを通じて、会員相互の友好、信頼、そしてきずなを深め、集いが、ときめきが渦巻く感動の場にしたいものです。

最後になりましたが、難病連職員の方々による懸命なお手伝いがあって、研修会が内容豊かに取り運びされましたことについて、心よりお礼と感謝申し上げます。

2007年度第4回事業資金委員会からの報告

1、お正月飾りの実績報告

*全体の売上高は 2,695,150円（前年比-35,300円）だった。
ここ数年売上高は減少傾向だったが、その幅がやや縮小した。

2、協力会・募金箱について（12月末現在）

- *協力会収入は 3,604,000円（予算費-1,758,500円）
協力会は大きな収入の柱なので呼び掛け強化の必要がある。
- *募金箱収入は 954,379円（予算費-745,621円）
募金箱は回収した金額の半額が部会に還元される。
2月が募金箱回収月間なので忘れずに回収を。
部会別に管理している募金箱を点検・再把握する必要がある。

3、チャリティーバザーについて

- *テーマ：『楽しく楽にチャリティーバザー』
①参加者の負担を軽減して、②参加者の交流の場を設ける工夫、
③提供品の品目を絞り、④採算性と効率化を図る、
- *日時：3月1日（土）13：00～16：30、
3月2日（日）10：30～14：00、
- *会場：北海道難病センター、
- *提供品受付：難病センターへの持込宅配便は1/31～2/29
自宅集荷は2/16・17・23・24の4日
第2回実行委員会が2月14日に開かれ、そこで詳細決定される
予定です。

例年は3月に開かれていた
【チャリティーバザー】が、
平成20年度（今年4月以
降）は秋の開催に変わります。
そして今年の10月は恒例の
【秋祭り】と【チャリティー
バザー】が同時開催になります。
【さよなら春のチャリティー
バザー】をみんなで楽しみましょう。



シリーズ【 病気 】 希少会員の部 E

全身性関節弛緩症

釧路市 東 田 マサミ

初めまして・・・東田マサミです、ちなみに53歳シングルです。

私の病気は厚生労働省にも載っていない「全身性関節弛緩症」、「全身性関節弛緩症候群」ともいうらしいです。病態も判らず治療法も判らず、進行性で筋ジス患者さんと同じような進行状態であり「難病に類する」とだけ言われていました。

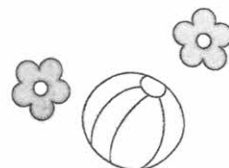
2001年2月北大病院で右足関節靭帯再建術を受けてこれが判明。術後2週間リハビリ科部長に呼ばれ1Fのリハビリ科へ行きDrに「これ以上関節に負担をかけないように車椅子の生活をして下さい」と。理解が出来ないうちに主治医が転勤となり私は釧路労災病院へ戻されたのです。

釧路労災病院整形外科病棟で毎日Drが私の部屋に来て病気の話の説明。噛み砕いて判りやすく少しずつだけど理解できるように。進行を止めるのにはリハビリしかないそうだけど、そのリハビリさえ月日を重ねるに出来ることが無くなっていったのです。

今考えると当時Drが話してくれたことすべて通過してきています。最終的にどうなると思いますか？そうです、寝たきりの生活になるとの事。

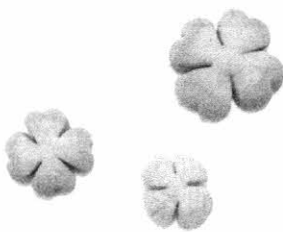
私、元はフラメンコダンサーでした。踊りながら生徒さんのクラスやジュニアクラスを持たされていました。少し遅れてフラメンコの唄も東京の先生について習っていました。唄の先生に「唄やらへんか？踊りよりずっとええでえ、どうや？」まだ踊っていたかったので遊び程度に唄を習っていたのです。でも、6年間みっちり踊ったあと病気には勝てずリタイア！

どん底に落ちました。



2年間は泥沼にはまった感じ。でも、フラメンコの唄（カンテ）が私を救ってくれました。本格的に歌手になろう！と決心し東京の先生に師事、東京や福岡などで唄っていました。

その間にも病魔は待ってはくれません。肋間筋・横隔膜筋低下による呼吸障害を併発。2007年7月から在宅酸素療法を受けています。歌い手にとって肺活量900しかないのでは唄えません。筋肉はあるのに持久力が無い。靭帯は柔らか過ぎて骨・関節を保護出来ない。私、首には頸椎カラー使用（首を支える力がないから）、体幹装具使用（座位を保てないから胸椎から骨盤までのロング装具）、短下肢装具使用（足を真っ直ぐにつけないから）、握力も少ないため車椅子は大型電動リクライニング使用。車椅子の後ろには酸素ボンベ搭載し呼吸困難に備えています。



呼吸りハビリ担当は「ガラス細工の壊れ物」と揶揄します。

右肩の亜脱臼と前屈・両膝の反ちょう・左足首の亜脱臼・左肩の亜脱臼前状態・身体が前屈したら元に戻せない（携帯電話と命名された）。こんな状態になっても未だに私の病気を理解してくれる医師はいません。メンタルケアのDrは「医師にも当たり・ハズレがいます。ハズレの医師の方が多いかな？」と。

以前私はある医師から信じられない言葉を言われました。「病態が判らないのを何ていうか知ってる？仮病というんだよ」とね。私の身体を診たとき「学会ものだね」と平気で私の前で言ったDrです。どれだけ悩み悲しみ何度も自殺を考え苦しんでいる患者に対して言う言葉ですか？

それから自分のポリシーを前面にだし「僕は絶対その薬は使わない」と言い、薬剤部長に相談し部長がDrに「何も危険な薬ではない。患者さんの痛みを取り除くのが先決では？」でも、医師から言われたのは「自分のポ

リシーは曲げない」誰のための医師？メンタルケアの Dr から紹介を受け
ペインケア Dr が痛み止めを使用し QOL を保っています。ただその薬は外国ではどんな病気の痛みにも保険が効くのですが、日本だけはガン性疼痛のみ保険適用なんです。私はその医師の管理下でその薬を使用しています。

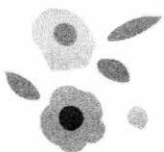
3 年前から独居不可と医師に言われながらも周りの友達に支えられ何とか生きています。ずっと母が私の面倒を見てくれていましたが、2 度の脳梗塞とガン摘出、左肺上葉部動脈瘤のため同居が叶わず、母は有料高齢者ホームに入居中。私は札幌の身体障害者の施設へ入居申請中ですが、いつになったら札幌市民になれるのかな？

毎月の医療費も大変！保険適用外が約 7 万 5 千円に介護タクシー代 1 回往復 940 円（病院の隣なんだけどタクシー利用）、ヘルパー事業所が平均 1 万 5 千円、入浴へ行く施設は週 2 回と月に 7 泊 8 日のショートステイで約 2 万 5 千円程。どれも削れるものがないのが現実なのです。本当に私を扱うのは大変だと思う。抱いて移動させようとしても脱臼する可能性が高いのよ。身体が自由が奪われていくのに反比例してやりたい事が多い。

中学時代の同級生と「フレンズ」というユニットをつくり、ボランティア活動していたの。一度釧路の難病連さんの新年会で舞台を努めさせていただいた事があり楽しかったです。

呼吸器科医師は「酸素吸入しながらでも歌えるから諦めないで！」と励ましてくれた。

どんな形でもいい！音楽って音を楽しむでしょ？唄いたい！唄っている間は病気を忘れられる。昨年 6 月 24 日ふれあい広場という釧路社会福祉



協議会主催でなんと！車椅子バレエを踊ったのです。それも

自分の CD の曲にバレエの先生が振り付けしてくれたの。

どれだけのサポート隊に支えられて舞台に乗れたのか？

私、やっぱり舞台が大好き！失った機能は戻ってこない。だけど使えるものはまだあるんだもの。自分の人生はたとえ医者であっても決められるものではないと思う。私にはカンテがある。車椅子バレエがある。たくさんの友達・カンテの仲間・バレエの仲間、そして私を愛してくれている人達がたくさんたくさんいてくれる！障害者はすぐ卑屈になってしまう。自分もそうだった。

でも、違うと思う。同じ人間だもの。不自由かもしれないけど、健常者だって全員が何でも出来るとは限らない。障害があっても自分に負けちゃダメ！私は声が出る限り、唄いたいっていう気持がある限り唄っていたい。そう簡単に病気になんか降参するのはイヤ！ジョッパリだもん！！



キアリ奇形

札幌市 柳 弘 子

この病気については会報 121 号（平成 18 年 11 月発行）にも載っています。でも、症状も違えば結果も違う。そして私は当会の事務局を務めて会報係りもしています。今まで書いてくださった皆さんの勇気に支えられ、自分のことも書こうという気になりました。前置きはさておき、

私はとても運動神経の鈍い子でした。体育の時間が嫌でたまらない、他の子には難なく出来ることが私には出来ないのです。後年、キアリ奇形で小脳が脊髄を圧迫している状態でバランス、平衡感覚が悪いからと聞かされました。

発病したのは平成 7 年 11 月、右肩に痛みが出次第に右腕全体に広がって行ったのです。それと共に右手からペンがぽろっと落ちる、指から力が抜けてゆく、エレベーターのボタンも押せなくなりました。勿論病院へは行きました。しかし、検査、検査、様子を見ましようと言われるだけで原

因が分かりません。痛みは募り特殊なマッサージをする治療院に通いました。そこでは私一人の治療に2時間かけました。1回4千円、しかしこの治療を受けた日だけは何とか眠ることが出来たのです。

やがてMRIの写真と紹介状を持って北大病院に行き、即入院申し込みをしました。キアリ奇形であることは間違いなく、放っておけば両足・言語(既に出ていましたが)、左手もそして嚥下障害や咀嚼障害も起きる。進行を止めるには脳外科手術しかないが、ここまで進行した右手は治るとい保障はない、と、言われました。

精密検査の結果の手術、これは頭の硬膜を伸ばしてはみ出ている小脳を覆うというものです。手術は成功して、リハビリをし、一時は右手も医師が驚く程によくなったのですが、又痛みと麻痺が現れました。後遺症です。

「医師の私が奇跡という言葉を使うのはおかしいかもしれませんが…」人間の身体は時に医学では考えられない働きを起こすことがある、諦めずにリハビリを続けるように、と励まされました。

それからの長〜い経緯は省略します。

現在、私はパソコンに向かってキーボードを打っています。マウスも左右を替えて左手だけで使えるようにし、片手で全ての操作です。左手は無理しすぎて腱鞘炎になって鍼の治療が欠かせません。それに私は歌だけでなく、方向オンチ、機械オンチが甚だしいのです。パソコンに振り回されています。あ〜あ、又失敗した。誰か助けて〜、手伝ってよ〜、足にも軽度の障害が残ったので無理出来ません。こんな私がよく事務局が務まっているものだわあと嘆息します。でも務まるんですよ。難病連だから、患者会だから、あすなる会だから…そして、私もじょっぱりだから。

助けてくださる他の委員の方有難う。もう少し誰かお手伝いしてくだされませんか？！



お礼・お知らせ・お願い



◎ 会員の 宮本 孝男 さん からお寄付をいただきました。
有難うございます。

◎ 大橋 晃 先生のお知らせです。

大橋先生はあすなろ会設立当時から現在まで、顧問になってくださっております。難病連全体にとってもとても大切な方です。難病を診る医師がほとんどいなかった当時から懇切に診療・相談に当たってくださいました。医師から道議会議員になられ 24 年間活躍されました（その間も医療に携わっていられたのです）。

昨年、道議を辞され再び医師として医療の現場に戻られました。

今般、大橋先生は 24 年間の思いを綴った「ドクター議員奮戦記」を出版されました。エピソード・裏話・提言等、先生のお人柄のにじみ出た大変面白い 1 冊です。頒価 1,000 円です。

お読みになりたい方はお申し出ください。取次ぎいたします。

◎ お知らせします。皆さんも新聞・テレビでご存知と思いますが、北見赤十字病院で内科医 6 人が全員退職してしまいます。膠原病・リウマチの患者さんの専門医がいなくなります。旭川や釧路まで 3 時間かけて通院は事実上不可能です。2 月 2 日の理事会で行動を起こすべきと決定し、2 月 26 日 13:30~15:30 北見市芸術文化ホール 2 階大練習室において「オホーツク圏の医療を考えるみんなのつどい」を開催いたします。

北海道難病連からは高田代表理事はじめ各部会からも参加します。北見市だけの問題ではありません。今後、道内各地どこでも起こりうる

問題です。病院を糾弾するのではなく、地域医療の問題を正しく理解し、今後のよりよい医療のあり方を探っていくことを目的としています。北見市と近郊の会員の方にはお知らせが行っています。他の地域でも北見市に知人がいらっしゃる方は、本会報が間に合いましたら是非ご参加を呼びかけてみてください。皆の力で成功させましょう。

◎ JPA 国会請願署名のお願いです。

もう送ってくださった方々有難うございます。まだお手元にある方、2月末までなのでまだ間に合います。全部埋まっていなくても結構ですからお送りください。

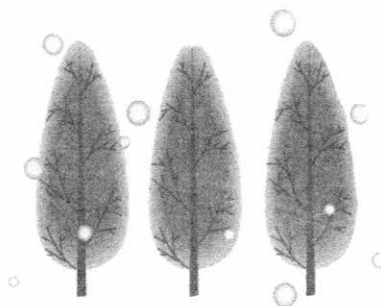
◎ 今期の会費未納の方へお願いします。

振込み用紙を同封いたしました。間もなく年度末です。振込みを宜しく願いいたします。くどいようで申し訳ありませんが、会運営の基本は会費です。未納の方が多いと会も成り立ちませんし、予算も立てられません。ご協力をお願いいたします。

厳しい冬も1ヶ月も経てば風が違ってくるでしょう。皆さんよく頑張りましたね。原油高の物価高、灯油の価格に悲鳴をあげる年です。

弱い者にもっと優しくしてくださ〜い！！

降る雪も柔らかくなってくるでしょう。
春は雪解けと共に何をもたらしてくれるでしょうか。



お米のコロッケ

材料

冷ご飯	4 膳
牛乳	200～300cc
チーズ	50g
塩鮭	100g
揚げ油	適量
小麦粉	適量
卵	適量
パン粉	適量

作り方

- ① 鍋で牛乳を温めて、冷ご飯、チーズ、焼いてほぐした鮭、こしょうを入れチーズが溶けるまで煮る。
- ② ①を冷ましたら等分に分けて形を作る。
- ③ 小麦粉、卵、パン粉をまぶして、中温でカリッと揚げる。

あすなろ会の皆さん、次号で又お会いしましょう！

お身体お大事に



桜の季節に皆さんにお会いできません（会報の中では…）

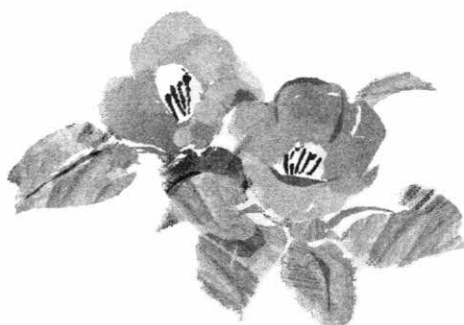
今年もこのように見事に咲くことでしょう。花を見に行く

くらいは元気でいたいですね。

◎ 会費納入のお願い ◎

平成19年度『あすなろ会』会費をまだ振り込まれていない方がおりましたら、早めに振り込んで下さいますようお願いいたします。

会費 2,400円 賛助会費 2,000円(会員は必要なし)
あわせて北海道難病連『運営協力会』にご加入下さるようお願いいたします。



編集後記

今回は5人の作業、でもスムーズにはかどりました。春を思わせる
天気の良い日、みんな普段の心がけが良い人ばかりです。 柳、

3/6は大雪、3/7は吹雪。でも今日もなかばをこえ、今日は快晴、陽光は春のやわ
らかさいっぱい。今年度さいごの会報づくりは117もどまり雪停は久しぶりでした。(落)

少し早めの春を感じながらの楽しい作業ですので、いつもの様な
立派な会報が出来上がりました。 白井

いよいよ今年度最後の会報作りとなり、お有り、青空が広がる中で、
いつものように作業負担1つから、楽しく進めました。 浜口

2007年度最後の会報、作業です。相変ず笑顔♡...!!

楽しみながらの今日です。2008年度宜しくお願ひ致します。

会員の皆様 総会に出席...!!

編集人 個人参加難病患者の会 昭和48年1月13日 第三種郵便物認可

札幌市中央区南4条西10丁目 難病センター内 (512-3233) HSK431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

あすなろ126号 (毎月1回10日発行) 1部100円 (会員は会費に含まれる)