

生命とくらし、平和を守るために

飯伊民医連だより

No. 216

(健和会だより通算)
改題 第69号

2018年1月号

隔月刊

発行 飯伊民医連

(長野県民主医療機関連合会飯伊地域連絡会)

〒395-0801 長野県飯田市鼎中平 1905-5

電話 0265(52)5490 fax 0265(52)5491

編集 機関紙編集委員会

発行責任者 林 憲治 編集委員長 水野耕介

役立つ情報をご提供します。ぜひ綴って
ご利用ください。掲載にふさわしい情報や
アイデアも気軽に寄せてください。

健康班会で戦争体験を共に学ぼう!



陽気で元気な「ひなげし班」のみなさん(阿智村中上)

今こそ戦争をくり返さない国づくりを

強化月間の11月、伊那谷健康友の会班会では、戦争体験をされた方からお話を聞く、多彩な平和学習を自主的に企画として体験するなど、「戦争体験を学

ぶ班会」に初めて取り組みました。24カ所で開催された班会では、友の会員130名と病院職員45名が一緒にあって、静かに時間が経過する中で真剣に取り組む体験学習が多く見られました。

当時の思いを作文に認めて読まれた方、満蒙開拓記念館での平和学習を計画し、積極的にリアル体験を深めようとした班もありました。班会の場で、自身が初めて戦争体験をお話しされたという方もおられました。

若手職員を中心とした異世代との交流を深める中、みなさんリラックスされていた様子でした。

いつもの班会とは異なり、友の会のみなさんが戦争体験の話し手となり、過去を静かに回想しながら、私たち職員ともコミュニケーションをより深めることができたと感じました。

班会では、過去を語り合うことで参加者の精神がとても落ち着き、情動の活性化や認知機能の改善も期待できる心理療法の一つ「回想法」にも似た効果が生まれていたことにも気付かされました。

戦争についての感想だけでなく、地域の状況や班会の様子・内容など、すべての職員が感じたことを職場で共有し、これから病院の患者様をはじめ地域のみなさんに貢献・反映できればと考えています。

これを機会に、多くの地域のみなさんとさらに平和学習に取り組み、二度と戦争をしないために、自分たちにできる活動・展開に活かしていきたいと考えています。

健和会病院 組織課

渡邊 伸司(社会福祉士)



ハートビル川路 古林三子さん

新年の雑感「苔の魅力」

社会医療法人健和会 理事長 熊谷 嘉隆



苔玉を作る身近な高齢のご婦人グループに触発されて、最近苔に凝っています。

自分の家の塀、往診で伺うご家庭の庭、往診車で走る道端のコンクリート、山の岩の壁面に張り付く苔が気になります。以前は目に入っても全く気にも止めていなかった苔が、今大変面白く、往診車から眺める岩肌の緑が興味を引きます。

夏は摂氏50度にもならんとする過酷なコンクリートの上の環境の中でも、しぶとく苔は生き続けます。少しでも良い環境の条件を整えば、苔はゆっくりと大きくなります。

そのけなげな姿には、尊敬の眼差しを送らざるを得ません。地球の歴史の中で陸地が表れてから、冷えた溶岩の上に先ず生えてきたのが苔ではないでしょうか。氷河期を生き抜き、硫黄や窒素酸化物の多かった地球

の大気の中でも、二酸化炭素が多かった地球の時代にも、空気から水分と栄養素を取りながら、太陽光による光合成を行ない、苔は生きてきました。

単純ですが大変合理的で環境の変化に順応する生き方です。スギ苔やスナゴケなどは、一見根があるように見えますが、普通の植物のように水分を吸収する根はありません。もっぱら苔の表面に落ちる朝露を吸収して、空気の中を漂う塵のような有機物を取り込み、太陽の光のエネルギー・光合成で大きくなります。ただし、熱湯が最も嫌いで、一瞬で枯れてしまいます。これは他の植物と似ています。ですから、夏の炎天下の散水を苔は嫌います。

苔は人間とよく似ています。人間が社会的動物であるように、苔も集団を作りながら「島」を大きくして広がります。そして、よく見ると一種類の苔の中に他の種類の苔が共に生えているのをよく見かけます。他の種族に対してきわめて寛大です。今年も、苔のように寛容の精神でしぶとく生きたいものです。

高齢者に寄り添い支える医療に

健和会病院 院長 牛山 雅夫



2018年は2年に一度の診療報酬改定と介護報酬改定（3年毎）に加え、医療計画策定（5年毎）等が重なり、厚労省が「惑星直列」に例える大改革の年です。2025年問題に向け「病院・施設から在宅へ」の流れを加速する改定となり、看護師配置が最も高い7・1病棟のハードルが上がるのが確実です。

3病棟ある7・1病棟の1病棟を「地域包括ケア病棟」に転換します。急性期治療後に在宅で過ごせる状態に整えることが期待される病棟であり、高齢者に寄り添い支える医療にチャレンジします。

患者、職員、地域住民の健康増進活動に取り組んでいますが、昨年この一環としてアピタで実施した「青空健康チェック」は非常に好評でした。こうした活動を行う病院を、WHOはHPH（健康増進活動拠点病院）と呼びます。今年にはHPHの病院として、飯伊地域の健康増進活動にチャレンジします。

安心して暮らせる地域に

健和会 介護部長 吉川 一実



介護職の慢性的な不足が続く中、国は何ら解決策を示さず、介護報酬は下がる一方です。

利用者負担は跳ね上がり、どうやって地域包括ケアを構築すればよいのでしょうか？

厚生労働省は地域包括ケア強化のため、「我がこと、丸ごと地域共生社会の実現」を打ち出しましたが、「ひとごと、よそごと、地域丸投げ社会」じゃないですか。

私は今年還暦を迎えます。新たな気持ちで、誰もが安心して暮らせる「地域包括ケア」構築にチャレンジしていきます。

新年会で新しい展開の意思固め

かやの木診療所 所長 中村 清



かやの木診療所が、今年大規模な新年会を計画しています。これまでかやの木診療所に関わってきた全てのメンバーに集結していただき、開設21年目を迎えるの新年会を開きます。

冒頭でお互いの親交を暖めた後、地域のみなさまから開設当時の診療所への思いと、開設21年目以降への期待を語っていただくこと、診療所創設時の職員と現在の職員が、腹藏なく仕事への思いを語り合うこと、診療所をご利用いただいている患者様の率直な思いを話していただくこと、医療を含めた様々な情勢がより厳しくなる2018年以降へ、新しい展開を見据えた意思をしっかりと固めるために、新年会を計画する夢をみたくです。

住民の生命と暮らしを守る 2018年のチャレンジ

法人・事業所の管理者が新年に向けて語る

利用者の生活を支える

健和会特定在宅総合支援センター 所長 酒井恵子



当事業所は職員の平均年齢が高く、55歳を超えています。身体がなかなかついていけないことはありますが、「口」はとつても元気なままで、すから、みんないつも若々しく働いています。

介護保険は、新年度改定では「生活援助」の利用が減らされる模様です。一人暮らしの方には特に不可欠なサービスです。利用者の生活が支えられるよう、行政に積極的に関わってほしいと思っています。

いのち輝く未来のために

特養ゆい 施設長 飯島すづ江



介護現場で働く人たちの減少は、施設にとつて危機的状態にあります。慢性的な欠員状況が続く中で、介護職は利用者さんにより添った毎日をと頑張っています。しかし、ぎりぎりの職員数の上はまだ欠員状態という現実。「働き甲斐」「やりがい」からはほとんど離れていってしまいます。今年も介護報酬改定の年ですが、国からは良い手立ては一向に出てきません。利用者さんと一緒に小さな太鼓の練習を始めました。みなさんと太鼓を敲きながら勢いをつけ、連帯して国や自治体に、いのち輝く未来のため介護保険の大幅な改善と介護職員の処遇改善の請願をしていきたいと思っています。

たつぷりの愛情を注いで

飯田市病児保育施設おひさまはるる 室長 小林晴子



『こんなに愛され守られ大切にされている』と感じ、『大切にされるに値する価値ある存在だ』と気づけたとき、自分を認め自分を大事にし、人を愛し人を大事に思うようになると思います。

子どもたちにとつぷり愛情を注いで、自分の存在価値を感じてもらえる保育をすることは、やがて相手を思いやり、相手の幸せを願う人間を育てることに繋がります。それは世界平和の礎になる！ そう信じて、今年も病児保育に向かいます！

「かかりつけ薬局」の存在感示す

薬局長 吉川美香



近年 医薬品の成
果や薬

局の医療への貢献などが取りざたされており、調剤報酬に厳しい目が向けられています。2018年4月診療報酬改定では、調剤技術・薬学管理面で薬局の果たしている役割の検証、かかりつけ薬剤師・薬局による服薬管理や在宅医療への貢献度の評価、患者本位の医薬分業の実現といった内容が盛り込まれています。

薬局や薬剤師が取り組んでいる業務を理解してもらい、価値があるものと認めてもらうよう薬局一丸となり、「かかりつけ薬局」としての存在感を地域に示していきたいと考えています。

ニーズに応え重度化に対応

ハートヒル川路 施設長 伊坪陽子



新年度介護報酬改定では、訪問介護について高齢者集合住宅の併設事業所による利用者囲

い込みと過剰サービス提供の徹底した廃絶が考えられており、減算が予想されます。ハートヒルは「減算対象」となります。特養入所が「要介護3以上」となり、経済的環境的に厳しい「要介護1・2」の方が行き場を失い、養護施設へ入所して特養化が加速。今後は一般型への移行を検討し、職員体制を厚くし、重度化に対応した改修工事も進め、地域のニーズに応えた施設となるよう職員一丸となつて取り組みます。

希望の持てる社会をめざし

はやしの社務長 熊谷幸一



介護施設を利用したくても介護度が低くて門前払い、利用料が払えない、失業・病氣・

離婚などの事由で一家は年金暮らし…。毎日目にする地域の現実です。

介護署名やひと言カードを通じて伝わってくる切実な声、介護現場で働く仲間や行政にも働きかけ、私たちがその架け橋となり、介護保険制度改善と職員の処遇改善の運動にさらに大きく取り組みます。そして利用者、家族、職員が希望のもてる社会をめざします。

困難抱えていてSOSを出せない子ども

健和会病院 小児科 和田 浩

私が実行委員長を務めました。

「貧困と子どもの健康シンポジウム」(同実行委員会・日本外來小児科学会子どもの貧困問題検討会・順天堂大学医学教育研究室共催)が11月26日順天堂大学で行なわれ、医師・看護師・養護教諭・一般市民・学生など190名が参加し

この企画は、

2015年京都府で、2016年には東大で開催され、今回は3回目でした。

午前の一般演題では、医学生の取り組みや小児科医が中心となった子ども食堂



康子さん(小学校養護教諭)、

秋山千佳さん(ジャーナリス

ト『ルポ保健室』著者)、蜂

谷明子さん(恵那市蜂谷医院

医師)、金澤ますみさん(桃

山学院大学准教授)の4人の

シンポジストが、現場の実態

や取り組みを報告し、熱心な

討論が行なわれました。

貧困や虐待など困難を抱え

た子どもはSOSが出せませ

ん。しっかり受け止めても

らえた経験がないと、「助け

てって言うていいんだ」と感

じられないからです。そうい

う子どもたちにとって保健室

は「素の自分」を出せる重要

な存在であるという点が示さ

れました。

私は、医療機関には学校に



大村初美さん



熊谷ヨシ子さん

ハートビル川路のみなさんの作品

「ちよつと気になることと」を出し合うことで、貧困などの困難に気づく実践の報告で多くの注目を集めました。メインのシンポジウム「学校における貧困と子どもの健康」では、私が座長を務め、鈴木

健和会病院

外科の赤澤医師が帰院 腹腔鏡による早期胃癌手術が可能に

おける保健室と同様に「とりあえずの相談に乗る」「自己肯定感を高める」といった役割が果たせるのではないかと考えていますが、このシンポジウムを通じて一層その思いを強くしました。

2015年4月より専門研修に出られた赤澤智之医師が帰院し、11月より診療を開始しました。みようと「ひげ」をはやしたのですが、「妻や子どもには不評でした」と苦笑いされていました。

赤澤先生は、愛知がんセンター中央病院・消化器外科グループで、消化器癌の手術を中心に研鑽してきました。研修仲間には同世代の医師もあり、お互い切磋琢磨しながら技術を磨くことができ、大変良い刺激になったようです。「腹腔鏡による手術の適応が広がっており、今後はそのメリットを生かしながら、手術方法の選択肢の1つとして取り入れていきたい。愛知がんセンターと協力しながら、腹腔鏡による早期胃癌手術も可能になる」とお話されました。

研修後半に学んだ日本医科大学附属病院には、「ひげ」の先生が多く、自分もやってみようという点を示されました。

赤澤先生の帰院を待つて、病院では乳腺外来開設のための検討も開始されています。赤澤先生の復帰で、当病院が得意としてきた消化器の分野で、診療にさらなる広がりや発展が期待されています。

総務情報管理副部長

長谷部 恵子

薬剤師の目② サプリメントの話

グルコサミン、コンドロイチンの科学的根拠は？



「飲めば、元気に歩けるようになりませう！ 階段もす！ 階段もす！」

「原料の一つですから、軟骨がすり減ることによって起こる膝の痛み、飲んで補うことはいかにも有効であると考えがちです。」



「どんどん登れるし、ちゃんと座れるように！」 「軟骨の摩擦を防ぐために日常的に摂取しましょう！」

グルコサミン・コンドロイチンのTVコマースシャルを見ていると、私ですら高価であつてもついつい購入したくなつてしまうほど、その効果が実（まこと）しやかに、そして、過大で過激に宣伝されています。

「グルコサミン」は様々なメーカーから多数販売されています。同じ効果がある「コンドロイチン（軟骨に弾力を与える成分）」配合（セット）サプリメントも多くあります。そんなグルコサミンですが、服用することで実際に膝軟骨（関節痛）に効果があるのでしょうか？

しかし、実際には、口から飲んだグルコサミンは、体内吸収される際にアミノ酸や糖に分解されてしまいます。したがって、膝関節や腰椎・脊椎への直接的効果は認められません。万が一、体内で軟骨が再合成されたとしても、加齢によって擦り減った軟骨は、残念ですが完全に元に戻ることはなく、膝関節痛や腰痛を物理的に改善できる可能性はないのです。

また、青汁と同様、誰にでも安心というサプリメントではありません。グルコサミンには動物性と植物性があり、吸収率の高い動物性グルコサミンを多くのメーカーが採用しています。動物性グルコサミンは、エビやカニの殻を原料として

単純に考えると、グルコサミンは軟骨の主成分を構成する

料としてある場合があり、甲殻類アレルギーがある方の服用は厳禁です。さらに、グルコサミン摂取により、血糖値やコレステロール値、血圧などの上昇に影響を与えたり、血液を固まりにくくする作用を強めてしまったりすることもあり、糖尿病、高脂血症、高血圧、抗凝固薬を服用中の方は要注意です。

このサプリの過剰摂取が原因で、胃のむかつきや不快感、胸やけなど胃腸症状が出るケースも報告されています。グルコサミン・コンドロイチンのサプリを服用する際には、かかりつけの医師や薬剤師にご相談の上、購入は慎重にご検討ください。

サプリメントのCMには、購入者（高齢者）を例にとつた服用効果が極めて大きめに宣伝されています。そして、必ず「これは個人の感想であり、効果の実感には個人差があります」と添えられ、「その効果を保証するものではない」と謳われているのです。

かなえひまわり薬局

薬剤師 鈴木 美代子

住み慣れた豊丘の地で

開設後4年目を迎えています。現在、20〜50代後半まで（平均年齢はやや高め…）職員13名、パート職4名が他職種と連携しながら、入居者様のケアに携わっています。住み慣れた豊丘の地で穏やかに生活してもらえよう『ゆつくり、やさしく、おだやかに』をモットーに、寄り添う介護を心掛けています。

様が、各ユニットで食事をされています。

「全入居者様が集まって一緒に食事ができるといいね」との思いから昨年9月、「はやしの杜まつり」のとき多目的室での昼食会を企画。事前に打合せをして、当日ステージ鑑賞から戻った入居者様がすぐに食事ができるようにしました。スコープ三味線と仮装コンテスト披露もあり、楽しく過ごすごすことができました。

今後も入居者様の笑顔を増やせるケアをめざして、チームで頑張っていきたいと思っております。

こぶし10名、しゃくやく10名、なんてん9名、計29名の入居者

今後入居者様の笑顔を増やせるケアをめざして、チームで頑張っていきたいと思っております。

佐々木 貴美子

職場紹介 (25)

地域密着型特別養護老人ホーム はやし杜



嚥下障害治療の最前線は今…

福村直毅医師への直撃インタビュー（前）



福村直毅医師と北原事務局長
リハビリセンターの福村医師と北原事務局長
総合リハビリセンターの福村医師と北原事務局長

福村先生が健和会病院に着任されて2年9カ月が経過しますが、この飯田下伊那地域でめざして進めてこられた入院、外来、往診、診療支援での嚥下障害治療における現状と到達点は？

嚥下障害治療とは、飲み込みの失敗で命を失ったり苦しい人生を送る患者を送る中核を作る

①地域全体が嚥下治療に向き合う
②生活の場を支える人たちが必要とする知識や治療を現場に提供する
③高難度患者の治療ができる

③については、健和会病院の回復期リハビリ病棟を中心に体制が整ってきました。職員自身が感動する治療がすでに展開されています。

②については、地域に往診するシステムを完成させ、どなたからの依頼でも速やかにお答えできるようにしています。地域からの依頼件数は増えてきていて、病院や施設との連携は20カ所を超えています。

①については、もっとも時間がかかると考えていました。治療を実感した方々の口コミや講演会を聞いてくださった方々からの治療依頼が

少しずつ増えています。

肺炎死亡を予防する改善策・啓蒙活動など旺盛な地域発信をされてきていますが、その状況は？



回復期リハ病棟の山本医師・スタッフと共に

日本は世界の肺炎死亡の20%を占めていて圧倒的なワースト1位です。その現実を知って対策を取らねばなりません。

肺炎球菌ワクチンは肺炎球菌感染症には効果があります。誤嚥に伴う肺炎を減らしませんか。したがって高齢になつてからの肺炎予防には効果が薄いです。正確な知識を持って肺炎予防に当たらなければ効果が出ません。

一般に行なわれている嚥下治療は30年前に開発されたものであり、その適応範囲はとも狭いのですが、この事実

は医療者にもほとんど知られていません。私たちは地域に向けるだけでなく、同時に全国・世界に向けても発信してきています。

情報過多の時代にどの話を信用してよいのか、一人ひとり困惑しておられると思います。信じていただける情報発信を心がけています。

地域の医師、看護師、リハビリ技師、介護福祉士、栄養士、調理師などによるチーム連携など、ネットワークについて、また、摂食嚥下障害看護認定看護師との必須のチームワークは？

リハビリテーションにおいて、チームは相互乗り入れで成立していきます。職種や職域、職場で区切るのではなく、得意な人や余力のある人が少しずつ乗り入れて課題を達成していきます。そして、それは一方的ではなく相互に行なわれます。

私たちが嚥下診断を提供しているのは相互乗り入れの理念からです。同時にすべての嚥下障害患者の全身治療を担当するのは不可能ですので、多くの医師たちに乗り入れてきていただいています。また、

歯科医師会の先生方が私たちの治療方法を共有してくださり、嚥下診察に参入して下さっています。

リハビリ技師について誤解されているのが嚥下障害の訓練についてです。言語聴覚士がその任に当たることが多いのですが、嚥下障害の専任職種というのはないのです。

したがって理学療法士、作業療法士が中心のチームもあります。興味と使命感をもつた人を中心にチームができ上がり、それらが繋がって大きなチームができていきます。

嚥下治療の中心人物は？と聞かれると「介護福祉士」と答えています。嚥下治療は、日々の食事が安全になされてこそ初めて意味を持ちます。その食事を直接支えているのが介護福祉士を中心としたチームです。介護福祉士の問題意識に依り、治療を作り上げていくのが私の役割と考えています。

インタビュー…飯伊民医連だより編集長 水野 耕介
次号に続く
摂食嚥下傷害認定看護師の活動シリーズは今回休みます。

自分たちは、いま何ができるか…

看護部では「県連管理者研修」の課題の一つとして、平和学習に取り組みました。毎月1回看護部の師長・主任全員による参加をめざして、開催は計9回。学習会では師長・主任がペアとなり、師長が情勢講義。さらに元従軍看護師肥後喜久枝さん(伊那市出身)によるDVD(※)を鑑賞し、グループディスカッションを重ねました。

太平洋戦争が起きた1941年、肥後さんは県の日赤看護学校に入学。戦時のため修業期間3年は1年半に短縮。卒業翌年の1944年、肥後さんにも赤紙(召集令状)が届き、中国・大連の陸軍病院に送られました。日本の敗戦後、肥後さんは八路军(中国人民解放軍の前身)の捕虜となり、従軍看護師として、十分な医療環境がない中で、想像を絶する様々な悲惨な体験をされたのでした。その後、何とか生きて日本に帰ってき

た時、日赤などの病院では就職することができず、受け入れてくれたのは民医連の代々木病院だけでした。

今、憲法改憲が言われている中、戦争できる国になってしまったら、「日本はまた悲惨な状況になってしまう」という不安の声が参加者から多く聞かれました。「二度と戦争はしてはいけない、子どもたちを戦争に行かせてはいけない…」自分たちは、いま何ができるだろうか、短い時間の中で意見交換しました。

(※「東京民医連看護介護活動交流集会2015年講演」から)

健和会病院 副総看護師長 小坂 尚美



病児保育



飯田市病児保育施設「おひさまはるる」は健和会病院二階に設置されています。



糖尿病のお勧めレシピ⑪



みなさんは自分の体重や体脂肪がどのくらいあるか知っていますか?では、普段の自分の血圧や一日の歩数はどうでしょうか? 全て知っている方も多いと思いますが、知らない方や最近測っていないなど思われた方もおられると思います。体重、体脂肪、血圧、歩数は自宅で自己測定することができます。「測ること」で自分を知るきっかけになり、何か気づくことがあると思います。気づくことで何か変わるかもしれないかもしれません。新しい年の始まりに何か始めてみませんか?

今回は「白菜」を使った料理です。いつもと違った味で召し上がってみてください。

健和会病院 健康管理課 管理栄養士 佐々木 朱美 (飯田下伊那地域糖尿病療養指導士)

厚揚げと白チリソース

エネルギー量(1人分) 155 Kcal
蛋白質7.3g 塩分1.3g



- 材料(4人分)
厚揚げ200g(1枚) 白菜400g(約大4枚)
ねぎ60g(1本) にんにく1片 しょうが1片
- A ケチャップ 大さじ3 砂糖 大さじ1
しょうゆ 大さじ1.5 豆板醤 お好みで
水 200ml
- 作り方
①厚揚げは熱湯をかけて油抜きし、食べやすい大きさに切る。
白菜も食べやすい大きさに切る。
②ねぎ・にんにく、しょうがはみじん切りにする。Aを混ぜて用意しておく。
③フライパンにごま油とにんにく、生姜、ねぎ半量を入れ炒める。香りが出てきたら白菜の茎の部分を先に炒め、葉の部分と厚揚げを加えて炒める。
④Aを加え、2分くらい煮たら、水溶性片栗粉を加えとろみをつける。
最後に残りのねぎを加え、一煮立ちしたらできあがり。

戦争体験を聞く班会

悲劇を繰り返さないために、私たちにできることは

阿智村中上の「ひなげし班」では、米沢和子さん（85歳）が戦争当時の思いを作文にして、班会で読んでくださいました。米沢さんの子ども頃の夢は学校の先生だったそうです。作文の一部をご紹介します。

して五年後、戦死の公報。父の思い出と言えば、詩を吟ずる澄んだ声、バイオリンを弾く楽しい顔、役場へ出かける自転車に乗った後姿位なもの。まして、妹たちは父を知らない……。

「思い出すままに」



それから、父のいない生活が始まった。母一人の肩に、農業と

戦争が無かつたら、私の運命は全然違った道を辿って居たと思う。昭和初期の不況の時代、昭和五年三月農家の長女として此の世に生を受ける。祖父と母が農業と養蚕をやり、父が村役場に勤務して居た。昭和十六年八月二日臨時召集令状に依り、父は征った。女兒四人を残して……。極秘の召集であり、常着に風呂敷包一つ抱えて乗合バスに乗り込む。母と私だけがそっと見送った。それが別れた。そ

病気の祖父と子供四人の生活が被さって来た。米の供出、甘藷の供出、反別に依りて割当が来るので出さなければならぬ。びょうぶ菜、いも類あらゆる野菜を入れた御飯、味噌汁は、おつめり、おじやにして量を増やした。私も学校から帰るとすぐに田や畑へ飛んで行き、母の手伝を夜遅くまでやった。私にも夢が有ったけれど、到底望みあるものではない。無い無いづくし、父の無い子の惨めさ辛さ苦しさを、忘れまい”父を奪ったあの戦争を……。

愚痴も言わず、涙も見せず、

戦中戦後を切り抜けた凄惨な母。未亡人会長、民生委員も

やり、人に頼りにされると親身になって飛び歩き面倒を見

た。困った時、母に頼めば何でも解決してくれた。四人姉

妹にとつて母は最高の人だった。その母も戦後五十年に他

界した。夫の無い妻、父の無い子、そして子供を無くした

親の悲しみを、二度と繰り返さない。永遠の平和を願いつつ。合掌

戦後六十年、平成十六年七月二十日から二十九日まで、父の眠る中国を巡る慰霊追悼

の旅に、母の写真を胸に抱いて行つて来ました。

「早速で二十回忌も過ぎたのに、暇はなれぬ。母がおもかげ」

「戦争体験を聞く班会」で各班のみなさんにお話し

いただいた内容をご紹介します。

〇戦争について

川崎の軍事工場に学校から2名割り当てで行った。いつも枕元にはずき

ん、貴重品を置いていた。5歳の時、周りがみんな

な反対したけれど、満蒙開拓に家族で行った。

天竜社（養蚕工場）の一期生だった。後になって火薬を入れる絹の袋や落下傘制作をしていたとわかった。

父親は戦争に行き、戦死したので父親の顔を知らない。その後、母子だけの生活はとても厳しかった。

兵隊を「バンザイバンザイ」で戦地へ送った。終戦時は日の丸の旗を持って市田駅に迎えに行つた。

がなかった。

国民学校の校庭で芋を育てていた。教科書には「進め進め、兵隊進め」と書いてあった。

学校の校門で奉安殿（中に天皇の写真）に向かつていつも最敬礼していた。

タンスの取っ手などの金物を供出した。しかし、終戦の時に駅には集められた金物はまだ残っていた。

百姓は供出して、食べ物はなかった。米などを隠して食べた。

〇生活について

お弁当は白いご飯はダメ、中身は麦で黒い、イモ、大根だった。芋ツルも食べた。

お金があっても、買うもの

学習に参加した職員からも多くの声が寄せられました。

「年々、戦争について話を聞ける機会が本当に貴重になつていくことを感じた」

「今の幸せ（平和な世の中）を私たちの世代でも引き継いでいかなければと強く感じたい」

「改めて平和の大切さを考えることができた」

「二度と当時の悲劇を繰り返さないために、私たちにできることを考え実行していきたい」



戦争体験を語り合い平和の大切さを考える

地域のみなさまと共に

秋の運動でさまざまに取り組み

秋の運動はやしの杜 推進委員会では、「手をつなぐ杜の会」会員拡大はもちろん、地域との繋がりを大切に近隣3町村の祭りへの参加、現場の声を伝える「介護保険制度の改善を求める署名」行動に取り組みました。

11月11〜12日に開催された「とよおかまつり」は天候にも恵まれ、多くの方が来場。花火と御輿の競演にはやしの杜からもリニューアルした「平和の御輿」で参加し、まつり30周年を祝いました。

「手をつなぐ杜の会」売店では、大幅に売上も伸び収益金で施設遊歩道の花苗等の購入を予定しています。

署名行動を地域のお祭りや商業施設前で実施、利用者さんとご家族にもご協力いただき、612筆（11/30現在）を集めることができました。

「利用者本位の制度から遠ざかっている」「使える介護保険にしてほしい」等の切実な声が寄せられました。

これからも地域のみなさまと共に、「学び、つながり、広げていく」活動を続けていきたいです。

秋の運動はやしの杜

推進委員長

松下 渡



「まつり」への参加、署名の訴え

「およりて」と「田中の家」を合流

介護保険が始まって19年目。全国的な問題となっているのが「職員不足」です。ゆるいのも慢性的な職員不足を招いており、このまま続けばサービスの質と職員のやりがいの低下になりかねないことから、対応の一つとしてデイサービスセンター「およりて」と「田中の家」を合流させることにしました。

合流は4月1日。二つが一緒になっても、今まで以上に質の高いデイサービスを築き上げていきます。

社会福祉法人ゆい

専務理事 福澤 宏敦

健和会病院 医療講演会

- 1月 休 講
2月 17日(土) 14~15時
「あいうべ体操で感染症予防！」
健和会病院総合ハビリテーションセンター
事務局次長 北原しのぶ
〈場所 健和会病院5号棟第6.7会議室〉

伊那谷健康友の会の予定

- 第21回長野民医連共同組織活動交流集会
3月17日(土) 10:00~15:00 箕輪町文化センター
テーマ
「共同の力で、憲法を生かし平和・人権・くらしを守ろう！」
記念講演 石川民医連 城北病院 柳沢 深志医師
講演内容 「総選挙の結果をふまえ、憲法9条と医療・介護、民医連」
※送迎バスを準備いたします。参加される方は、事務局までお問い合わせください。
伊那谷健康友の会事務局：0265-53-7252

- 青空健康チェックの予定
松尾地区文化祭 2月3日(土) 13:00~15:00 松尾公民館下
久堅地区文化祭 3月4日(日) 10:00~12:00 下久堅公民館

健和会病院「午後診療」を再開！

- 医師体制により休止していた「午後診療」が、12月から再開されました。ご利用ください。
●診療日：毎週(月)~(水)
●受付時間：13:00~15:30
●診療科：一般内科

改憲項目「教育無償化」にだまされなくて！ 実態は「卒業後ローン(借金)」
高等教育の無償化提案は、①大学など在学习中の授業料支払いが延期し、卒業後一定年収超えた場合、収入に応じた額を国に納付する新制度 ②納付対象となる一定年収案…「初任給平均値の25万円以上か300万円以上」③納付額は正規雇用標準的収入換算で「約20年での支払い完了程度に設定」という内容。これは「無償」という名の

「ローン(大借金)地獄」の新設にほかなりません。無償化や無料という言葉を踊らせて、この改憲に賛成してもらう人を増やそうというトリックです。
教育無償化は改憲しなくても法改正だけで実現できる政策です。憲法に無償化を謳っても、その実現は疑わしく、辛苦の生活を強いられる新社会人を生み出してしまうことになります。

飯伊民医連だより編集委員長 水野 耕介

地元野菜の大切さ

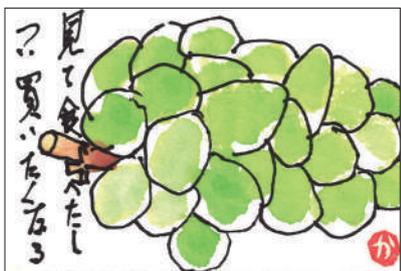
「青汁の功罪」新鮮な地元野菜の大切さがよくわかります。「浪江町の人と牛」などの原発について、あまり語られなくなってきたようので心配です。(竹松進)

「たより」から情報

認知症の義母、体の悪い義父と同居するようになり、病院のこういった「たより」から情報を得られ、助かっています。(浜木綿)

「ピロリ菌」を理解

以前から「ピロリ菌」の名前は聞いていたが、その全貌はよく理解していませんで



増澤加代子さん (ハートビル川路)



としちゃん (豊丘村) 消しゴム版画

読者の声

一瞬ドキ!

「青汁に潜む…」の文字に一瞬ドキ! 正に今日、通販で初めて買った青汁が届いたからです。高齢者、肝、腎臓の悪い人は要注意! とのこと。理由もわかりました。(プチダイエット中のポコちゃん)

切り取って貼っておく

「肺炎予防は歯磨き、へら磨きが第1歩!」大変わかり

した。塚平先生の記事で、除菌の意味や「除菌」=「ガン発症なし」ではないことなどよくわかりました。内視鏡の検査の大切さも…。(平子慶之)

すばらしい名言

「捨てるウンチで拾ういのち」すばらしい名言ですね。しかも200円での検査、ありがたいです。友人にも友の会勧めています。(岡庭恵美子)

感謝の気持ちでいっぱい

健和会で診察を受けるようになって30年。今では先生とも気楽に会話ができるようになりました。5年前にはガンを見つけてくださり、先生には感謝の気持ちでいっぱいです。(熊谷富美子)

父母の思い出とともに

父母が健和会病院で大変お世話になり、天寿を全うして早や3年! 「たより」は父母の思い出とともに楽しく読ませていただいています。(桂稔)

飯伊民医連

ヨコのカギ

- 掃除道具。棒の先に布をつけたもの。
- ゴルフでうまくいくと、ナイス○○○○!
- 機械などを直すこと。
- テレビ○○○○。○○○セーター。遊びの意味。
- ニワトリを英語で言う。鶏肉という意味もある。

タテのカギ

- 人の趣味は○○○多様である。様々なこと。
- 人をだますために仕組んだ作り事。○○○○○強盗。
- 平和象徴の鳥。マジックショーでも使われる。
- クリスマス○○○○の飾りつけ。木、立木の意味。
- 海のギャングと呼ばれる海の生き物の一種。イルカに似ている。
- が通れば道理が引込む。無茶。理不尽の意味。

1	2	3 b	4		
	5		6		
7 d	a	8	10		
		9 c			
11	e				
解 答	a	b	c	d	e

11月号の当選者

たくさんの方に応募いただきました。正解者のなかから抽選で次の方々に図書券をお送りしました。
(当選者) 敬称略
岩本一郎 大原千和喜 北村とよ子
滝 千代 遠山美緒

11月号の解答 サツマイモ

官製ハガキに住所、氏名、解答を書いてお送りください。正解者には記念品(図書券)をお届けします。(正解者多数の場合は抽選)
本紙の感想、「意見」をお書き添えください。本紙に掲載させていただきます。匿名希望者はペンネームをお書きください。

〈宛先〉〒395-0801 飯田市鼎中平 1905-5 飯伊民医連

応募締切りは
1月31日(必着)