

# SSKA 東腎協

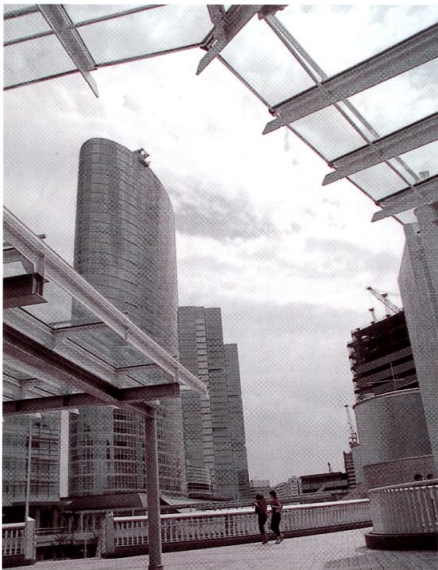
2001年10月25日

No.140

## おもな記事

特集／介護保険体験者に聞く、どのように利用していますか……2

■東腎協活動の窓：10 ■リレーエッセイ／生井寛子：13 ■会員さん訪問(80)／佐々木勝利さん：14 ■共に生きる⑯／加藤茂：16 ■なかまのたより：17 ■練馬区難病連防災訓練：19 ■私たちの患者会／新松山病院友の会：20 ■かたんクッキング／あけぼのクリニック管理栄養士 衛本啓司：21



品川港南口(下島正資)

東京都腎臓病患者連絡協議会(東腎協)

事務局・〒[ ] 豊島区南大塚 [ ] [ ]  
郵便振替口座 00150-0-128390 ☎03-3944-4048 FAX03-5940-9556  
E-mail touzin@msj.biglobe.ne.jp  
http://www.normanet.jp/~touzin/

# 体験者に聞く 利用していますか

## 座談会出席者

司会 **糸賀 久夫** (52歳)  
東腎協会長

松和患者会新宿南口支部

**菊池 克子** (65歳)  
個人会員

**西 裕也** (66歳)  
松和患者会西新宿支部

**原田 幸枝** (70歳)  
個人会員

**金井 美香** (38歳)  
望星田無クリニック  
ケースワーカー  
ケアマネージャー

**高橋 弘子** (46歳)  
介護支援センター・笹塚ケア-21  
ヘルパー

介護保険がスタートしてから一年半が過ぎました。この10月より、65歳以上の保険料の全額徴収が始まり保険料の負担が重くのしかかります。

7月22日、東腎協では、介護保険を利用している会員の座談会を行いました。当日は、大変な猛暑の中でしたが、ヘルパーさんや、ケアマネージャーにも協力していただき、深く感謝しています。

座談会では、会員さんが日頃、介護保険を利用されている率直な思いを話し合っていました。その中で、改めて、透析のための通院交通費の負担が重いことを実感しました。介護保険は、担当者の人間性に左右される面が大きく、利用者とのふれあいや、信頼が大切です。まだまだ、わかりにくい制度との声も聞かれます。

誰にでもわかりやすい、利用しやすい制度にしていくための活動がこれからも必要です。

## 特集/座談会

# 介護保険の どのように

糸賀 お集まりいただきありがとうございます。今日は、実際に透析をしながら介護保険を使っている皆さんの体験を聞きたいと思います。本日、参加のケアマネージャーの金井さんにも良いアドバイスをもらえたいと思います。それでは、自己紹介と、透析、介護保険の状況などを菊池さんから話してください。

菊池 私は昭和52年に透析に入りました。26年目です。最近、どういうわけか透析中の後半に意識がおかしくなり、救急車で2回ほど運ばれたりしました。ヘマトも低く25位です。ヘマトさえ上がってくれば、もっと元気で行動的になれるけれど、今は通院も、ちょっと恐いので介護保険を利用して、ヘルパーさんに迎えに来てもらいます。

糸賀 そうすると、透析後に病院に迎えに来てもらっているのですか。

菊池 はい、週3回、透析の終わり頃の2時に迎えに来て、うちまで送ってもらい、少し時間が余るので、掃除や、ちょっと用事もしてもらいます。朝も大変だから、病院までは主人が車で送ってくれます。

糸賀 介護保険を申請されたのはいつごろですか？使ってみた感想は？

菊池 今年です。それで私は介護保険の要介護2だったのです。

介護保険のヘルパーさんには十分やってもらって、恵まれています。区域によってはヘルパーさんが毎日変わるそうですが、私は水曜と金曜は同じ人が来てくれて、月曜日だけ

別の人が来てくれて、月曜日の方は木曜日にも掃除に来てくれる。本当にいい制度だと私は思います。主人以外に身内はいないものだから。

糸賀 良い人に恵まれ良かったですね。菊池さんは、日頃は何かやっていますか。

菊池 ええ、足が悪いのですけれど、できるだけ出掛けるようにしています。今度、お年寄りばかりの高齢者の民謡教室に入ったので、そういう所に行くと、皆と歌ったりしたらいいのではないかと、入ったのです。

糸賀 そういう意欲は大事ですね。介護保険のほうで何か要望みたいなものとかありますか？

## 支払いが大きい

菊池 ちょっと支払いが大きいわね。一カ月、2万円位払っています。

糸賀 1割で2万円というと、けっこう大きいね。20万円を使っていることになる。

菊池 タクシー代が大変です。家からクリニックまでは1回3000円程、割り引いても2500、2600円。

糸賀 これが大きいね。ボランティアでやってくれそうなら、1回3000円位の送迎サービスというのがあってもいいね。



菊池 克子さん

菊池 まだ主人が元気だからいいのです。主人が倒れたりしたら、送ってもらえなくなり、往復タクシーになってしまうと、大変です。糸賀 そうすると、菊池さんのところの問題はタクシー代の負担が大きいことですね。続いて、西さん、お願いします。

西 私のほうは、火、木、土に違う人が来ています。

糸賀 透析の行きと帰り、朝とお迎えのほうは同じ人？

西 行きは家内が送ってくれる。往復タクシーにしたら、タクシー券などもらっても、一カ月保たないです。うちは、1メーターで行くけれど、そうでないと、とてもじゃないがお金が保たないです。バスに乗ろうと思って

いるのですけれど、ひっくり返ってしまうと嫌だから。

糸賀 西さんは、介護保険はいつぐらいから「ヘルパーさんの制度ありますから、事務所のほうに電話を掛けて下さい」と。すぐに電話して、近所の事務所のほうにお世話になっている。

糸賀 介護度というのは2ですか？目も悪いようですが。

西 僕のところには1回目二人来て、要介護1だったの。「そんな馬鹿なことはない。足もよう立たないのに、そんなことがあるのか」と言っていて、次に来た人は「はい、分かりました」と言っていて、すぐに要介護3になった。目は0・02でほとんど見えません。眼科に行ってもみえるのは、目の周りだけ。本当に目が不自由なのは苦しく、家の中でじっとしているのは、つらいので、ヘルパーさんと外出し、しゃべるのです。家に一人である時はワーンと吠えて、大きく声を出すの。

糸賀 内にもこもっていますよ。そうすると、奥さんや息子さんがいないときは、うちで一人。西 もうズットと一人。息子は一緒に住んでいないし、家内は10年位前から昼間は働いています。

糸賀 その、奥さんが透析のときは、毎朝、送ってくれて、帰りはヘルパーさんが迎えに来るのですね。

今日、付き添ってきていただいたヘルパーの高橋さんは、何か有りますか？

高橋 私は西さんとは一緒に透析に行っていないのです。今日は臨時で来ました。

西 透析に行ってくれる人は、決まった人でないと状態を解ってもらえないので、火、木、土曜日と皆決まっています。

糸賀 西さんは目の障害も、内部障害もあるし、説明するのも、理解してもらおうのも、他の人より大変ですね。

西 私のところは、週2回、月8回、訪問看護の看護婦さんも来ている。

原田 看護婦さんは1カ月に1万円ぐらい取られる。ガーゼなどいろいろな物の経費も必要だから。そして、ヘルパーさんは、安い時は1000円位、普通で言ったら2000円から3000円位あがると思います。私は要介護3だから、保険使って25・26万円だけれども、1割払ったら、障害年金をもらっても、大変です。

金井 介護保険の前に、区役所のヘルパーさん使っていましたね。高齢か障害か分からないのですけれど、その経過措置で1割のところでも、3%の負担で利用できているから、ヘルパーさんに払うものは少ないのだと思うのです。区役所から、白い色の券がきませんでしたか？

西 来ていると思います。家内がやっているみたい。それを出さないと3%負担でなく、



西 裕也さん(右)とヘルパーの高橋 弘子さん(左)

1割負担になってしまおう。  
糸賀 訪問看護のほうの自己負担は？

金井 これはたぶん、1時間なのか1時間半なのかによるのですけれど、ステーションから来ているので、だいたい1回使って830点ぐらい。そうすると6640点ぐらい。7000円ぐらいの負担にはなるのかな。あと

ガーゼなどの衛生材料は自己負担なので、実費です。

原田 西さんは医療処置のほうもやっていまするの？

西 はい、大きな手術をして、穴が開いているので肺がこうして見えているのです。その穴から空気が漏れるのです。

糸賀 他には、西さん何かありますか

西 私もタクシー代はバカにならない。後、今の事務所ははるばる大丈夫なのだけれど、最初に行った所は、1時間単位など利用時間があまりにも短いので断られました。

糸賀 儲けにならないと思ったのだね。

西 それで頭にくるから役所に言ったら「断った事務所は民間なので、こちらでは言えないです」と、何を言っているのか(笑)。

## 苦情は言えるシステム

糸賀 苦情はほとんど言えるシステムになっているはずだから。今の事務所は大丈夫？

西 今の事務所は、ちゃんとしてくれ。最初の所には本当に悔しい思いをしました。

糸賀 今度の介護保険は、そういう利用者の声などを、充分に反映できるように、苦情があれば申し出られるはずですよ。

西 役所に言ったけれど、役所は「民間へは、うちからは言えない」とはつきり言ったもの。

役所もいい加減ですよ。今は、我が家の辺りを管轄している本部のような所が「なにかあれば、お世話します」と言うのでお願いしています。

高橋 介護支援センターです。

糸賀 介護支援センターも、介護保険の窓口のようになっているのでしょうか？

金井 在宅介護支援センターは、たいがいの一般の老年寄り全般のご相談窓口と、介護保険等の二枚看板になっています。

糸賀 分かっちゃいた。では、西さんはひとまず、原田さんお話を。人工透析の状況とか。

原田 透析も23年も経ちますと、だんだん昔のようにいかず、電動車椅子を使っています。でも歩かないので筋力が衰え、内臓的にも良くないようです。最近では4時間半の透析をしているのですが、血圧が下がるし、血管も随分いかれているので止血にも時間がかかり終了後が大変です。

糸賀 けっこう皆、きつくなっていますよ。

通院はどうしていますか。

原田 このごろはとももきついで、身体介護の一環として、ヘルパーさんに車で迎えにきてもらっています。一番大変な、月曜日と水曜日に利用して、金曜日はゆっくりしたいし、自分の用事や他科への受診もあるので、バスを利用しています。低床バスというのがありまして、電動車椅子のままスッと乗れるのです。初めは怖いと思いましたが挑戦してみました。



原田 幸枝さん

糸賀 そういう挑戦は、大切です。通院の料金はいかがですか。

原田 介護保険の限度額いっぱいの中で利用していますので、助かっています。

糸賀 原田さん、足のほうはどうですか、他にも体の具合は？

原田 足は、膝の人工関節を薦められているのですが、案外に臆病なもので、手術に踏み切れません。電動車椅子を使っていると運動不足になり非常に良くないと思います。その他には、首が摩滅しているようですし、肘もだめです。

糸賀 それでは介護度は2ですか？

原田 いいえ、私の場合、要介護2でも良いと言われますが、1です。いろいろなことを

自分でしすぎるから、1なのかしら（笑い）。

## 十分に介護保険を利用

西 「できる、できる」と言ったら駄目なの。ケースワーカーが来たときは「できないことは、できません」と言わなければ駄目です。

原田 ちょっと損しているかも知れませんが、十分に介護保険を使っています。うちの主人が、20年も寝たきりで、家政婦さんのお世話になり、本当に大変だったのです。

糸賀 ご主人は？ 医療保険のほうになっているのかな。

原田 主人は要介護5ですが、病院が医療保険になっているので、該当せず、介護保険は使えません。

糸賀 そうすると、原田さん自身はヘルパーさんをご利用しているのですか。

原田 月、水は透析後から、土と木曜日の午前中、隔週で2回日曜日に来てもらい、身体介護で入浴の手伝いが1時間位、その他、家事援助をお願いします。

糸賀 費用はどれぐらいの負担になるの？

原田 1ヵ月、1万7000円弱ですな。

糸賀 そうすると、使える介護サービスをほとんど使っているという感じですか。

原田 はい、助かっています。今は三人来ており一人がメインでやってくれているのです

が、とてもいい関係で、それぞれのヘルパーさんの持味が出て、私はとても快適です。これがまた入院したり、曜日が替わったりすると、またこのシステムが通ってしまふ。ヘルパーさんにもいろいろな方がいるという話。相性もあるでしょうし。

糸賀 ヘルパーさんのそれぞれ資質もあるし、縁みたいなのですから。

他人を家庭に入れるということに抵抗を感じる人もいろいろだから、難しいところですよ。一通りいろいろ聞きまして、それぞれの立場で介護保険を利用しているようですね。金井さんのほうから、何か感想や、日頃思っていることなどありませんか。

金井 お話を聞いていて、分かりにくい制度だなと（笑い）思います。

菊池さんのケアマネージャーという方は、どこの事業所の方を使っているのかわからないのか。病院の中の在宅介護支援センターなのか？

菊池 ところが、病院とは関係ないと言うのよ。どういうのか私もよく分からない。

金井 その辺がすごく分かりづらいのだと思うのです。自分が頼んでいるところのケアマネージャーさんが、ヘルパー・ステーションの職員なのか、在宅介護支援センターの、ヘルパー・ステーションとは全く別の所の職員なのか。あるいは訪問看護ステーションの中の看護婦（士）さんをやっている人がケアマネージャーなのか。割りとそういうところ…。



ケースワーカー 金井 美香さん

高橋 西さんを扱っているのは私の会社のケアマネージャーです。

金井 民間でいらっしやって、ケアマネージャーさんがいて、さらに行政（在宅支援センター）の側からも関わっているというケースなのです。

高橋 そうです。

金井 菊池さん、西さん、原田さんと、住んでいる地域が違いますね。本当に住んでいる区域や市町村、保険者がどういう考え方をしているかによってもサービスが違いますし、介護保険外の、横出しといわれている給食サービスであるとか、そういった部分が違ってきていると思います。事業者にしても、どういう事業者を選ぶかによって、サービスが

変わってはいけないと思うのだけれども。

介護認定の仕方も違うし、調査に来られるのが市の職員しか派遣していない所と、民間のケアマネージャーでも行けるようにしている所、在宅介護支援センターの職員しか行けない所とか、そういうことでも違うと思うのです。

## 状態を具体的に

自分のケアマネージャーさんが、例えば調査に来てくれば、自分のことはよく分かっているのでも、黙っていても特記事項を書いているのでも、ぜんぜん知らない1回ぼっきりの人が来たときには「電動車椅子で動いているのです」と言うと、足が悪いとか悪くないではなくて「電動車椅子で歩いているから、できる」になってしまうのです。そうすると、交通機関を使って外出できるという、自立にいちばん近いところにチェックが入ってしまうのです。そういうことで、例えば、手に痺れがあるかないかでチェックがつかのではありません。痺れがあっても日常生活に困ってなければ、それは「ない」とされるのです。ですから、痺れがあるためにビンの蓋が開けられないのだとか、包丁が持てないのだとか、自宅からその曲がり角までは歩けるけれど、それ以上は歩けないのだとか、そういうことを

具体的に言わないと駄目なのだということがあります。

あと、透析の患者さんでマニュアル通りにつけると、すごく気の毒だというか、私が実際にあったケースなのです。7日間のうちの、例えば歩ける日と歩けない日がある。透析の後にはもう血圧が下がってぜんぜん歩けないと言ったときに、透析は週3回ですね。透析をしていない日は4日ありますね。頻度でいくから、透析をしていない日の状況を書かれてしまうのです。

糸賀 相対的にはそちらのほうが中心になってしまおうですね。

菊池 私なども包丁が持てない、料理ができない、こちらの手が使えないとか、いろいろ言ったものから、急に要介護2になって、びっくりしてしまっただけ。

糸賀 でも、それは事実。今、金井さんが言ったように、そうやって具体的に言うのがいい。

菊池 でも、私、要介護2になって、ヘルパーさんが手取り、足取りやってくださるとき、もう少し自分でこれぐらいできるのだけれど、と自分が惨めになってしまふときがある。

糸賀 その辺に、その人の考え方や、生き方もありますね。もう少しで終わりたいと思うので、皆さん、けっこう具体的にいろいろ出ているけれど、金井さんのほうから。

金井 介護度の変更は、調査の時に、頑張っで伝えれば変わると思っています。どうしても駄



司会者 糸賀 久夫東腎協会長

目であれば、不服申し立ての方法もありませんから、できると思います。後はケアマネージャーの方にご相談してみるのも一つの方法だと思います。私などは、心配な方の場合には、調査の時に同席をさせてもらうのです。そこまでケアマネージャーがやるかやらないかも、ケアマネージャーの考え方だけれども、上手に伝えられそうにないという場合には、一緒に行って「こういう感じですよ」と伝えます。ご家族が同席できない場合も、やはり難しいです。透析後の血圧の下り具合だとかを具体的に表現出来なかつたりします。中には「できない、できない」と言うのが、つらい方もいます。

糸賀 けっこう体を張ってしまうこともあるでしょうから。金井 もつと高齢の方は、知らない人が来ると緊張して、普段出来ないことが出来てしまつたりとか（笑い）。

糸賀 保険料のほうは、秋から全額徴収になるのでしたか。

原田 10月からです。

糸賀 10月から。もうちよつと徴収が、本格的になってくるから大変ですね。

原田 結局、余ればいいというもの、目一杯使えば、それだけプラスアルファで自己負担は高くなつてしまう。だから、全部使いきれないで、少なくとも少なからぬ方もある。

西 私らも使わないもの。目一杯要介護3の分を使つたら20何万使えるのですけれど、それ使つと支払いがバーンと増えてくる。2万円から増えてきたら、障害者年金では支払えない。

糸賀 使い勝手がなくなつてしまう。持つてかれてしまうから。他には、何か注意とか？

金井 やはり透析患者さんの場合は通院でヘルパーさんを使うので、例えば西さんのほうどうなつていくのか分からないのですけれど、午後2時半ぐらいに透析が終わつて、2時半に帰れる人はいいいです。場合によっては血圧がバーンと下がつてしまつて、上がつてくるまで1時間ぐらい病院で待機ということになつたときに困りますね。1時間しか契約してないのに、時間が足りなくなつて。

西 事務所からパンパン、それ言われるの。

「時間、時間」と言つて。血圧が下がつたときは、もう帰れないから寝るでしょう。そうすると、時間がオーバーしてしまつて、他へ行く時間が取られると、事務所から言われるの。だから、事務所と喧嘩したの。何を言つているのだ。私は、具合が悪くなつたのだから、しょうがないではないかとね。

金井 うちの病院自身もそうですけれど、9時から1時までと言つていても、場合によつては、向こうで待つていて1時に帰れなかつたりして、困る時もあります。そういう時は本当に、事業所の立場も大変だから。

糸賀 難しいところですね。組合せができなくなつてしまつし、後の予定もあるから。

金井 そうですね、いろいろな雇用形態をされていると思うのです。ヘルパーさんの地位みたいなものもあつて、1時間の契約なら1時間分のお金しかもらつていないと思つていい。だから、利用する方もそれしか払つていないし、ヘルパーさんもそれしかもらつていない。1時間の契約が急に延長になり、3時間間居ても、1時間分しかお給料が入らない仕組みなのです。

西 だけど、僕としては「どんなことがあるか分からないから」と言つて、ケアマネージャーさんに言つていくわけ。私としてみたら、とにかく来てもらった以上、もし時間掛かつても、私の所に来た時間をきちつと付けて、その分の賃金ももらつて欲しい。でも、そのようには受けてもらえない。



金井 ですから、毎回毎回お金を捨てるつもりで、点数がもしあるのであれば、3時間ずつ買うのであれば、相手さんは出してくれると思うのです。そうでないとい（笑い）なかなか難しい。

原田 もし時間が余ったときは、うちのことを手伝わっていただくというふうになさればよろしいのではない。

金井 ただ、余った時間を利用するのも、何をするかによって単価が違うのではないですか。ケアプランには（身体）と（身体・家事）と

（複合）と（複合・家事）と（家事）とあるのです。これらのどれか1つのケアプランを1カ月間、変えないというシステムでやっているでしょう。だから、その時々体調に合わせてというふうにならないと思います。

糸賀 弾力性がないのだな。

原田 ごめんなさい。お話の途中ですけれど、それとは別に、区のほうの介護というシステムが、昔、介護保険が導入されない前にやっていた、所得に応じて云々というのがあるではないですか。それはどうなのです。

金井 基本的にはなくなりました。障害者の方で、介護保険が適用できない方にはあるのです。障害があっても、介護保険の介護度が出てしまうと、全部介護保険が優先。障害者のヘルプが出るのは、基本的には介護保険に該当しなくて障害者の方。

原田 なるほど。

## 変更申請はいくらでも

金井 例えば要介護1の時、具合が悪くなつて要介護2にしたいのだけれど、更新時まで

間があるからと待っている、その間、点数分全部を適用していただらとんでもないことになってしまいます。もし体の状態が変わつたら、更新を待たなくても変更の申請をかけて、自分の介護度を上げなければなりません。

原田 そうですか。分かりました。

糸賀 変更はやはり6カ月間なの。

金井 変更申請は、すぐに掛けられます。例えば介護度が出ました。介護度1でした。翌日転びました。骨を折りました。もう、すぐにかかれます。

糸賀 ありうるのだ。いつでもできるということね。状況にあつていなくなるわけだから、そのまま何カ月もいるというのは、ちよつとおかしいものね。なるほど。

金井 そういう意味では、痲果が出た時など、すぐかけるようにはしています。うちは透析施設の中に、ヘルパー・ステーションもありますので、その辺は若干時間がずれそうだと言ったら、人のはりつけはバババツと変えて対応しています。

糸賀 なかなか、対応できない所が多いのではないかな。

それと、透析の患者さんへは特別の課題もありますね。通院や時間。

金井 事務所から病院までどのくらい距離か。隣にあれば、ちよつと事務仕事でもして行きますよという話になるだろうけれど、1時間か30分かけて行くのであれば、その交通費の問題とかも、契約書で細かく決められると思う。

糸賀 時間の計り方は、例えば事業所からお迎えに行くじゃない。その所からの時間になつてくるのですか。

金井 基本的には、おうちに入ってから出るまでの所が多いと思います。

糸賀 病院に迎えに行く場合は？ 病院からの？

金井 その病院に入ってから。

糸賀 病院に入ってからがスタートになっていく。迎え時間は見ないのですか。

金井 ただ、自分が営業していない地域に病院があるとします。ご自宅は営業地域にあつても、病院が営業地域になつた場合には交通費を取りますとか、ここからここまでの時間は加算させてもらいます。それが契約なのです。全て契約通りに行われるのです。

糸賀 交通費の時間も全て契約に則り行われるということ。具体的な話がだいが出てきたので、参考になると思うのです。これから使おうという人たちの役にたつと良いですね。時間が来ましたので、今日は本当に暑い中をありがとうございます。

# 第47回幹事会・学習交流会

126名が熱心に討議・学習

9月9日(日)、東京都障害者福祉会館で、第47回幹事会・学習交流会が126名の参加で開催されました。木下常任幹事の司会であり、現在の患者会を取り巻く状況、展望が述べられ、今後の会員の団結の必要性などが語られました。その後議長には押山常任幹事が選出されました。午後からは「透析医療をとりまく社会的問題」と題して、透析医会々長・増子記念病院、山崎親雄先生の大変有意義な講演を聞き学習しました。

## 東腎協 活動のまど



講演する山崎先生



あいさつする糸賀会長



会場の仲間



司会の木下常任幹事



忙しい受付



熱心に討議する仲間



議長の押山常任幹事



熱心に討議する仲間

# 腎不全センターが危ない

—都立病院の直営を求めて

## 要望書を提出—

東京都は7月13日「都立病院改革会議報告書」を発表し、今後の都立病院のあり方について方向性を示しました。この会議は昨年9月に石原知事の諮問機関としてスタートし、中心課題は非公開で進められました。

国の医療保険制度改革で本人の自己負担を3割とするなどの動きがある中、都立病院の医療体制はいつでも、誰でもが、安心して医療を受けられることが重要です。残念ながら報告書の中では、現在16ある都立病院を8に半減し、他は廃止、統合、民営化、公社化にすることを提唱しています。

特に、私たちが注目しているのは都立病院で唯一腎不全センターが設置されている大久保病院が西部地域病院として(財)東京都保健医療公社へ経営をゆだね、将来

的には、完全に民営化を前提に経営形態を検討すると言われていることです。

大久保病院が民営化されてしまうことは、都の腎不全医療の後退を意味するものであり、認めることはできません。

東腎協では7月23日「都立病院改革会議報告書に関する要望」として、5項目にわたる要望書を衛生局長宛て提出しました。

当日は衛生局より病院事業部の醍醐経営企画課長が出席、東腎協からは糸賀会長はじめ4人の役員が出席しました。

その中で、大久保病院の腎不全センターは東京の透析医療の先駆的役割を果たしてきた歴史的病院であること、今日、透析患者は糖尿病からの透析導入の増加、高齢化や長期透析患者の合併症など、

今までは考えられない重症者も増えて、深刻な問題となっていることなどを訴えました。

大久保病院が重点医療として行っている「入院を要する急性期の腎不全患者、合併症患者を対象とする腎医療」への期待がますます高まっていることから、引き続き東京都の直営を要請しました。

また、豊島病院は糖尿病医療が重点医療のひとつになっていますが、東腎協は糖尿病からの透析医療を含む腎不全センターの設置を要望しています。

報告書では老人医療センターと豊島病院を統合し、高齢者医療センター併設地域病院として、経営主体を民間にゆだねるとされています。

現在、老人医療センターは一般病院では対処困難な高度専門医療を行っている病院です。また、豊島病院は平成11年に新病院として第1次開設をしながら完全開設に至っていません。

現在この報告に基づいて、具体的な実施計画の策定作業が進められています。東腎協は都立病院等の直営を守り、腎医療の充実・発展を求めて活動していきます。

## 多摩部ブロック

## 中南部ブロックで

## 学習交流会を開催

7月29日(日)、国分寺勤労福祉会館において多摩部ブロックの学習交流会を常任幹事を含めて42名の参加で行われました。

初めに、小川ブロック長から会員組織率の現状の報告と、組織拡大の重要性を訴え、また、東腎協の活動に会員の皆様の協力を重ねてお願いしました。

その後、「糖尿病性腎症の原因と対策」と題して杏林大学第一内科教授、中林公正先生の講演が行われ、透析に入っていない糖尿病の患者さんに聞いてもらいたい内容でした。

9月23日(日)、二子玉川瀬田温泉にて、中南部ブロック交流会が16名の参加で行われました。今回は日々の活動を極す意味を含め健康ランドを利用して開催しました。

初めに渡辺ブロック長の開会挨拶に続き、糸賀会長より挨拶に併せ医療保険改正についての話や、

各患者会の充実のお願いを要請しました。一方各患者会役員・幹事さんから、今後のブロック諸活動の運営に役立つ意見が多く出され大変有意義な交流会でした。

## 地域腎友会 交流会を開催

8月5日(日)、南大塚社会教育会館にて、6地域腎友会から24名、一般患者会から18名が参加して、榎原常任幹事の司会で第4回地域腎友会交流会が開催されました。

第1部では、全腎協30周年記念で作成された「30年の歩みとどまらず」のビデオを放映し、患者運動の足跡を勉強しました。第2部では各地域腎友会からの活動報告、資金援助についてなど活発な質疑応答がなされました。また東腎協六つ目の地域腎友会町田市腎友会が3月に設立された経緯が詳しく語られました。質問にもあった地域腎友会の位置づけについては今後、常任幹事会で討議していくと答えがありました。



中南部交流会



多摩部学習交流会



通院介護支援事業交流会



地域腎友会交流会

## 全腎協「第2回通院介護支援事業交流会」に参加

8月25、26日に全腎協第2回通院介護支援事業交流会が品川プリンスホテルで行われ、東腎協から3名が参加しました。

初日は、小林孟史全腎協常務理事から、設立第一号の送迎団体「さわやか」の事業内容と問題点について、その他の団体の実態などの報告がありました。

次に、宇都宮大学講師高橋氏からは、医療、福祉の面から、受ける側の権利などについて、講演がありました。

二日目は、東京ハンディキャップ連絡会事務局長伊藤氏による移送サービス中の事故時の対処の仕方、備えなどについて、東京ボランティア・市民活動センター理事藤原氏からは、コーディネーターの必要性、役割などについて講演がありました。その後、感想や意見を中心に話し合いをし、中村全腎協理事の挨拶で閉会となりました。

## リレー・エッセイ

全腎協が30年を迎えた今年、私は透析27年目に入りました。大会の記念講演で、昔の透析機械を見た時、導入の頃に何度か使ったことを思い出しました。

四角い大きな水槽（タンク）の真ん中に回路がぐるぐる巻いてあるもので、透析の間中ばちやばちやと水の音がしていたように思い出します。朝だけ受けていた透析も夜間が始まり、高校にも

なんとか通学でき、無事卒業することが出来ました。制服のまま学校を早退して通院していたので、補導員にしばしば声をかけられたり、いやな思いをしたことも、今はいい思い出になっています。

去年久しぶりに高校のクラス会がありました。当時の写真と見比べてあまりの変わりように、目がテンになったり、なられたりでした。故郷に帰っている担任の先生

ました。シンガポール、ハワイと二度も海外旅行へ参加することが出来ました。かなう夢もあるのだと思うと、たくさん持っていないきやという気になります。

海外での透析は、不安なところもありましたけれど、いつもお世話になっている病院の院長先生はじめ、スタッフの方々と一緒に安心して受けることが出来ました。ただ私はいつも低血圧なので、



あらためて「日本じゃない所に来ているんだな」と感じました。体力、おこずかい、時間のある限り、このツアーに参加したいと思っています。今年は体力と財力が足りなく留守番です。

修学旅行にも行かれない私が、病院内のツアーに今は一人でも参加できるのですから、驚きです。これからも許される中で、人生を楽しみたいと思います。

### 東腎協常任幹事（阿佐ヶ谷すずき腎友会）生井 克子

にも「こんな元気にしている姿を見て安心したし、こうしてまた会えるとは思っても見なかったことだ」としみじみ言われました。本当は合併症がいろいろ出てますけれど、今こうして元気であられることに感謝です。

一度は行ってみたいと思っていた海外旅行はずっと夢のひとつでした。今のクリニックは年一回のツアーが計画されて、かないそうもなかった夢がかなった夢になり

ホテルから一人で外へ出たの買い物はとても楽しい冒険でした。はじめに買ったのはパンで、しゃべらなくても買えるからでした。迷わないようにと、ドキドキしながら今来た道をホテルまで戻り、次はどこまで行こうかと、パンを食べながら考えました。素晴らしい夕日や、満天の星空を見るたび、

私も多く見つけていきたいと思っています。



# 会員さん

## 訪問

第80回  
個人会員

佐々木勝利さん

—透析導入前までの経過は。

佐々木 福祉の専門大学を卒業後、新入社員の時はかなり無茶をされていて、残業はじゅんじゅんやっていますし、残業が終わってから朝まで飲みにか寝ないで出社したりしていました。

そういう生活をしている中で入社3年目の事です。初めは単なる風邪だと思っ、会社は休まず病院も行かず普通に過ごしていました。ところが、2ヵ月たつても治らないので、その時点で初めて診察を受けたところ、クレアチニン

今回は、内部障害者更生施設清瀬園に入寮し、臨床検査技師の資格取得を目指している佐々木さんに東腎協事務局までおいでいただきました。目標に向い、着着と歩んでいる方には、確固とした自信があり、お話を聞いていても、その志が伝わってくるようでした。

問題ですと突然、宣告されました。それまで多少血圧が高い程度で、慢性腎炎と言われたことは無く、腎臓が悪いなどという自覚は全くありませんでした。それから食事療法を直ぐに始めましたが、1年半で透析導入となりました。

—食事療法はきちんとしましたか。  
佐々木 しました。几帳面なぐらいに。でも体のほうが辛くなってきて、会社が終わって家に帰って食事して、もう8時には寝ないで次の日は仕事になりませんでした。そういう状況だったのが僕の方から透析導入を先生にお願ひしました。導入直前のCER(クレアチニン)が11、BUN(尿素窒素)が80で、むくみもありましたが、とにかくくだらかったです。

### 透析導入後も仕事は順調

—仕事はきつかったですか。

佐々木 人事の仕事をしていたのですが、威勢の良い新卒の若い学生相手て、いろいろな質問にも答

えなければいけないし、50〜100人を前に会社のアピールをしたりで、思った以上に疲れました。透析になってからは採用からはずれて人事管理に変わり、社会保険とか労働保険の事務作業をメインにしています。

—仕事も面白く、社長を初め上司も同僚も透析に対する理解がありましたので最初は会社を止めようなんて全く思っていないでして、仕事がかわって挫折感はありませんでしたか。  
佐々木 そういうのはないですね。好きな仕事もありましたから。

### 医療ソーシャルワーカーを専攻

—会社をやめて医療従事者の道に進みたいと思った動機は。

佐々木 大学時代は医療ソーシャルワーカーの勉強を専攻していました。その時透析患者さんの実態調査のお手伝いの仕事があり、3年生の1年間、町田にある透析施設に通いました。その時の調査を

そのまま卒論のテーマにもしました。

また、辞めた会社の母体は建設不動産だったのですが総合生活文化企業的なことも将来は目指していて地域に密着して、住まいから募場まで、福祉とか医療に係る関連会社のグループを作っていました。ですから、将来はそのような仕事に係らせて下さい。ということが入社したのですが、目の前の仕事はこなさなければいけないので畑違いですが、宅建の資格を取得したりしました。でも医療の道は捨てきれなかったのです、有給を取って、労働者の心理相談員や、トータルヘルスプロモーションプログラムの講習を受けたりしていました。

### 透析導入8年目、30歳に転職

佐々木 透析導入後8年が経過し、30歳を過ぎた辺りから、ふと自分は、このまま、60歳までサラリーマンで本当に幸せな人生なのか。自分の人生を変えるには年齢的にこの辺が最後のチャンスかもしれない。と思うようになりました。

—そして、社会人編入の医学部や、医療関連の専門学校から願書を取

# 社会人3年目に突然、透析導入 現在は臨床検査技師をめざす

り寄せたりして、どうしようか悩み続けていました。

## 清瀬園との出会い

佐々木　そういう時に、たまたま機関誌「ぜんじんきょう」No.19



なまえ：ささき　かつとし  
生年月日：[REDACTED]  
透析導入年月日：1990年

6に清瀬園の記事が載っていました。臨床検査技士コースが内部障害者を対象に全寮制で受けられ、生徒を募集していました。この清瀬園との出会いが決定的な決め手となりました。この学費ならいける33歳でした。

平成10年の10月に問い合わせして見学について話を聞いて、面接と小論文の試験を受け、そして年内には合格が決って会社の上司に3月までに退職したいと相談をしました。

## 目指すものが現実に

—今の心境は。

佐々木　すっきりしています。やりたいことやっていることがびったり重なってきているので、いつも2本の線路を走っていないかならな

ったのですが、今は1本なんです。自分の目指すものが明確なんです。

卒業生の中にも、大学病院で技師長になったり、講師になった方がいます。どの方からも「自分が障害を負っているぶん、患者さんやその家族の気持ち、将来に対する不安というのを一番感じてあげられるように、みなさんもなっ

てください」と言われます。正に私が考えていたことと同じこと、同じ思いであることがわかり、なおさらです。

—現在の目標は

佐々木　目の前の目標は来年2月の卒業試験に合格し、3月の臨床検査技士の国家資格を取得することです。欲を言えば4月から働く病院がみつかることです。

## 背水の陣で臨む

—記憶力の衰えを感じませんか。

佐々木　感じます。それと、集中力、体力が落ちてきます。若い子が試験前に1夜づつでやっていることをこっちは、1週間前から繰り返し刷り込まないと覚えられません。背水の陣で臨んでいます。もう後ろを振り向きませんから。前だけみて、目の前の試験に合格するしかありません。今はこのことしか考えていません。

—今後、東賢協とはどのようにかわっていきたいですか。

佐々木　同年代の方も多いので、私でお役に立てることがあれば、微力ですがお手伝いできればと思います。

また患者会と医療側の相互理解のための橋渡しの仕事も演じられればと考えています。

## 〈あとがき〉

静かに淡々とした語り口でしたが、内に秘めた情熱は、感動的でした。正に背水の陣で、今は大変に苦しい時期だと思いますが、これを乗り越え、夢をぜひ実現されるよう、見守りたいと思います。  
(聞き手小野　文・カマラ戸倉)

# 共に生きる

⑮

加藤 茂

今年の夏は、アルペンルート横断の旅、青森ねぶた祭り見学、北海道道南の旅などで楽しむことができました。トロリーバス、ケーブル、ロープウェイを乗り継ぎ北アルプスの中心、黒部溪谷の景観を楽しみ、「ラッセー」の掛

け声とともに歴史絵巻の屋台が曳き回されるねぶた祭り、小樽散策、昭和新山、函館の夜景をそれぞれ楽しむことができました。茶色い岩肌が荒々しい昭和新山は、自然が造った芸術だ、と感じてしまいました。

遊んではかりいられません。8月上旬、勤務先から突然、電話がありました。特別養護老人ホームに入所している母親が倒れ、危篤になった。至急、病院へきてくれ、と

## 晩秋まで咲く花、キク



キク

人がどんどん増えていきます。安心して暮らせる老後はあるのか、と不安になるのは誰もが同じだと思ってしまう。

秋の花といえば誰もがキクの花を思い浮かべるでしょう（私の母親の名前はキクといいます）。晩秋まで咲いて楽しませてくれるこの花は、栽培用としても用途が広く、1年を通じて目につきます。

「広辞苑」によると原産は中国大陸、日本へは奈良時代以後に渡来、江戸時代に改良が進む。品種が非常に多い、と書かれていました。



昭和新山

9月11日、アメリカで同時多発テロ事件が発生しました。ニューヨーク・マンハッタンにある超高層ツインタワー・ビル、世界貿易ビルに航空機2機が相次いで衝突。ビルは炎上し倒壊しました。同じ時間帯にワシントンの国防総省にも航空機が突っ込み爆発、炎上。航空機はハイジャックされた旅客機で乗客が260人余乗っていたので衝撃を受けました。自爆テロによってたくさんの人が犠牲になりました。尊い命を勝手に奪う行為は、絶対許すことができません。

(2001年9月下旬)



# なかまの たより

会員の皆さんから原稿を募集しています。うれしかった事や悲しかった事、苦しかった事などの闘病記、患者会の催し、ひとり言やカット、写真などなんでもお気軽に書いて事務局へ送って下さい

## 恒例 豊生会日帰りバス旅行

豊生会 秋山 伸子

今年も行ってきました。毎年恒例のバス旅行。今回は9月から7月に時期を変えての実行になりましたが、7月8日当日は天気にも恵まれ、事務長、松村先生他病院関係者16名を含む総勢62名での、バス2台での旅行となりました。

午前8時に病院を出発、中央自動車道で一路目的地の河口湖へ向いました。車中カラオケで盛り上がりつつあるうちに河口湖ICへ。

ここから「河口湖ハーブフェスティバル」が開催されている会場までが大渋滞の為、予定時間より大幅に遅れてしまい、仕方なくラベンダーの香りはちよ

### 温泉とバスの旅

立川北口駅前賢友会 中村 文子

朝から雨降り、心配の中で集合。年一回の病院との共催での

バスの旅です。今回は勝沼でぶどう狩り、河口湖温泉で昼食と

つとだけにして、急いで「湖山亭うぶや」へ。集合写真を撮ったあと、まずは旅行の楽しみのひとつであるお風呂でさっぱりと汗を流して、さあいよいよお待ちかねの宴会です。食べる人、飲む人、歌う人 etc.。残念ながら時間が少し短くなってしまったけれど、楽しい時間を過ごす事ができました。

「うぶや」を後にした一行は、更に「河口湖オルゴールの森」で1時間オルゴールの音色を堪能。この後、お土産屋さんで買い物を楽しみ、さあ「東京」へ。ところがここからがもう大変！一向に前に進まない大渋滞！結局、病院に着いたのは予定より2時間遅れの午後9時になってしまい、みなさんお疲れの様子でした。これに懲りず、これからも楽しみたいバス旅行は、続けたいと思います。

温泉、そして忍野八海とよくばりな日程です。

全員で86名程の会員、家族、職員に参加です。途中の中央高速は



立川北口駅前阿友会

## 俳句

個人会員 溝口 幸夫  
(80歳 透析歴2年5ヵ月)

長生きや

孫の婚礼 風薫る

遥か下

光て浮かぶ 夏の雲

一片の

氷菓のうまさ 透析日

梅雨ぐもり

止血ということ 難しき

透析は

読書の時間 秋近し



会員作品 絵手紙 (下段)

加藤 明

新松山病院友の会

東腎協 幹事



## 練馬区難病者連合会

### 防災訓練を実施

東晋協患者会である東海病院ひまわり会、地域腎友会の一つ練馬区腎友会あけぼの会が参加して、6月3日(日)に練馬区防災課の後援を得て、練馬警察、消防署、保健所、東海病院、腎クリニック高野台、スズキ病院の協賛のもと、練馬区難病者連合会が主催して、防災訓練を実施しました。場所は練馬区立中村小学校でした。

9時半から役員がテント張りや、いすテーブルのセットに走り回りました。バイク隊も参加し、非常食の試食会もあり、搬送や消火など、やってみなければわからない実体験を訓練しました。

1時には解散しましたが、参加者は201人にも達し、「区役所警察、消防署、保健所、各病院が団結していた」「国会議員も参加し、坂口厚労大臣に伝えてくれると言った」など、感想は好評でした。松井会長は閉会のあいさつで、「障害を持つ弱者は一滴の水であるが、集まれば大河になる」と述べて、参加者を感動させました。



### 表紙の言葉

#### 品川港南口

下島正資

(鶴田クリニック友の会)

137号に続いて140号は都内ならどこでもというところで依頼を受けさせて頂きました。

撮影した土曜日は午前中さくらの会役員会で、午後から品川の現場に行きました。撮影場所の再開発のビル群には大手企業が移転または移転予定で、東海道新幹線品川駅が開設のため、急ピッチで工事が進められています。午後からは雲が広がり、その雲の切れ目を待ち続けました。

表紙の写真は品川南口(港南口)再開発の近未来を感じる風景を探し、南口コンコース2階で日光の下、屋根を利用して、中心



下を歩く若い二人を撮影しました。左記の写真2枚の内、一枚は最近完成した高層ビルの壁に建設中のビルの影が映り、しかも夕日が反射しています。旨い具合に雲が切れ太陽の光の反射を利用して、少しオブジェ的な写真になりましたが、気に入った写真の一枚になりました。(編集部註：誌面が白黒で、ビルの影も、美しい反射の色も、はつきりしません)。もう一枚はロングで空にそびえる高層ビルと建築中のビルを夕焼けの中にシルエットで表現しました。撮影枚数は少なかつた割には上手く撮影できたと自負しています。



# 新松山病院友の会

12

病院名 医療法人社団

所在地

明芳会 新松山病院  
板橋区常盤台4-45-5  
東武東上線 上板橋駅前

## わたしたちの患者会

- ・会行事
- 新年会、忘年会
- 秋：日帰り旅行
- ・会報 なし
- ・病院との懇談
- ・随時、必要に応じて開催します。
- ・トラブルの解決の仕方
- ・役員に会員さんから伝わったことはその都度、病院にお願いしています
- ・特に強調したい会の特長

新松山病院は駅前という立地条件に恵まれています。板橋区の北西部に位置し、埼玉県に隣接している関係で、同県の会員も通院しております。

会員相互の親睦をはかる目的で新年会及び忘年会を、病院関係者の参加をお願いして行っております。

今後は、会員の皆さんが楽しんで



## 会員の願いを役員が病院へ

で参加できるような計画を立てたいと思っております。

食事については栄養課、事務長さんのお計らいで改善されました。透析についてもスタッフの良きこ

透析室開設年月	昭和62年(1987)	5月
会設立年月	昭和63年(1988)	1月
東腎協会員数	非会員数	77人
入院患者	2人	
会費年額	8,000円	
内訳患者会費	2,600円	
役員体制		
月水金	午前1人	午後3人
火木土	午前2人	午後0人
内訳		
会長		1人
副会長		なし
会計		1人

指導を得て、安心して治療を受けております。

- ・会長：永井 明
- ・東腎協幹事：加藤 明

上里サービスエリアにて



東腎協から  
東腎協幹事の加藤さんと会長の永井さんは東腎協事務所まで、度々、会費を届けに来てくださいます。会の話し、東腎協の他の会の話し、事務局の人間も患者同士ですから、一致することも多く、仕事の合間に、息抜きをさせていただきます。患者会役員の仕事は、報われないことが多いのですが、お二人で力を合わせ、他の会員さんの協力を得て、会活動を発展させて下さい。

## 栄養士さんの作る手軽でおいしい透析食

あけぼのクリニック 管理栄養士 楠本 啓司

### 鶏肉のドレッシング焼き

材料（一人前）

- ・鶏もも肉皮付き 80g
- ・食塩 0.7g
- ・こしょう 少々
- ・サラダ油 10g
- ・ワインビネガー 10g
- ・レモン果汁 3g
- ・パプリカ（粉） 少々

作り方

- ①もも肉に包丁で切れ目を入れ開いておく。
- ②サラダ油、ワインビネガー、食塩をボールに入れよく混ぜる。
- ③鶏肉を調味料の中に2時間程度つけて置く。
- ④オーブンで裏面を強火で焼き4分たったら皮を上にし、パプリカをふり3分程度焼く。

一口メモ

調味料に漬ける時間を増やす事により、味もしみて、柔らかく仕上がります。鶏もも肉皮付きは、リン含有量が少ない為、使いやすい素材です。

### 南瓜のクリーム焼き

材料（1人前）

- ・南瓜 60g
- ・無塩マーガリン 4g
- ・食塩 0.3g
- ・牛乳 10g
- ・バルメザンチーズ 少々
- ・マドレーヌカップ 1個

作り方

- ①南瓜を1cm程度の薄切りにする。
- ②南瓜は楊枝が通る程度にゆでこぼす。



- ③鍋を火にかけ南瓜を入れ、マーガリン、食塩、牛乳を入れ、南瓜に味をからませる。
- ④南瓜をマドレーヌカップに入れ、チーズをふりかけ、オーブンに入れ、表面に焦げ目ができる程度に焼く。

一口メモ

南瓜の皮をむくことで食感が柔らかく仕上がります。南瓜のカリウム溶出率を高める為には、ゆでこぼす回数を増やすか、煮崩れない程度にゆで時間を長くすることをお勧めします。

栄養価

- エネルギー 348kcal
- たんぱく質 15.5g
- カリウム 420mg
- リン 149mg
- 塩分 1.3g

## 事務局から

### 「ご寄付お礼」

(株) 扶桑薬品工業東京

第一支店 様

立川北口駅前クリニック

職員有志 様

山崎 親雄 先生

皆様の暖かいご意志を生かし、東腎協活動のために役立てさせていただきます。

故小島 恭子様 ご遺族 様

故人のご冥福をお祈り申し上げ、お志を引継ぎ東腎協の活動を継続していきます。

### 郵送物についてのお願

郵送物は東腎協事務局から、発送しています。機関誌「ぜんじんきょう」(但し、150部以上は印刷会社から直送)も「東腎協」も東腎協事務局からです。お問い合わせ等は事務局までお願い

します。

また、11月、12月には国会請願署名運動にご協力いただきます。全腎協の署名用紙もJPCの署名用紙も東腎協事務局から発送していただきますので、東腎協にご返送ください。

## 青年部 料理講習会開催日変更

「東腎協」№139では、開催日が11月18日となっておりますが、11月25日(日)に変更になりました。会場は八丁堀の「労働スクエア東京」です。詳しいお知らせは後日、発送します。

## 〈編集後記〉

秋空は真青で、なんとなくやる気が出る。10月7日は全国いっせ

いに臓器移植キャンペーンが繰り広げられる。腎臓移植は心臓死でもよいのだが、そのことを知らない人がいる。がんばろう。

(井上)

人生たまたまには良いことも。無料航空券当選でゴールドコースト(オーストラリア)へ。降り注ぐ

(久保)

陽光の下、大いにエンジョイ。透折も快適。この会報でも海外旅行を取り上げたいな。(オッシー) 今回は介護保険の座談会に出席し、参加者の方の声を聞かせていただき、勉強になりました。

(小野)

会員の皆様の声をどんどんお寄せください。 芸術の秋です。1泊2日で、長野県の美術館5つを巡るツアーがあり、9月下旬に巡ってきました。天候もよく、いろいろな作品を満喫でき満足しました。(加藤)

(金子)

透折が20年を越えてから、体力の衰えを感じる今日この頃です。患者運動の大切さを強く感じながらも、充分に活動できない自分から、いちだちを感じる機会が多くなりました。

「腎臓病を考える都民の集い報告集」の編集と、今号の編集が重なり、チョット大変でした。

でも、出来上がった会員の皆さんに少しでも役立てれば、その分喜びも増します。(かるべ)

仕事がばか忙しくて、今回は何もできませんでした。担当だと思

っていた「リレーエッセイ」も、

お手伝いさえできませんでした。

反省。

今年は大変台風が、関東地方に集中し、暴風雨が長く続き、おかげで休校が相次ぎ、小さい頃台風が来るのと休校で楽しく、久しぶり思い出を楽しましました。(東野)

就職難の今日ですが、人事を求

めているところもあります。

清瀬園(内部障害者更正施設)

を利用して技術、技能を身に付けておきましょう。道は開けます。

(戸倉)

私事ながら、この時期は体調管理が難しい。目は腫らす、踵は痛くなる。土踏まずも痛くなる。本当に体調がよくなかった。

(榎水)

来年の30周年に向けて、東腎協の活動の意義と会員・患者に役立つ情報を伝え、そして、自分たちが社会・世界の中で、どのような存在かを認識できるような会報に

していきます。

(木村)

—相続のことならどんなことでも—  
**相続ご相談（無料）予約受付中!**

- ・気がかりなくして、長生きの対策。
- ・相続の対策は早ければ早いほどよい。
- ・遺言書により争族をなくす。

**予約受付 03-3293-1051**

東京都千代田区内神田1-3-5福興ビル

**全国簿記経理指導協会 相続研究会**

当相続研究会は税理士、弁護士、司法書士等で構成しております。

<http://www.butsuji.co.jp/souzoku/souzokuzei.html>

<http://www.gerson.co.jp>

電子レンジで3～4分!

クックチルタイプの手料理を全国にお届けしています

- TYPE-1… カロリーコントロール食
- TYPE-2… 低蛋白質食
- TYPE-3… 透析食・低リン食

# 宅配 食事療法 システム

■資料のご請求・お問い合わせは■

TEL 03-3726-9222

FAX 03-3726-9700

〒145-0061

東京都大田区石川町1-20-2-102

有限会社ゲルソン商会

# 生命保険なんでも相談受け付けます

あなたは自分が加入している生命保険の内容を理解していますか？

どんな人にも共通で一番良い生命保険があればいいのですが、そうはいきません。なぜなら生命保険は個人によって必要な保障が違うからです。個々人それぞれが守るべきこと、心配なこと、価値観、家族のこと、収入、貯蓄、年齢、健康状態などいろいろな点が異なります。

あなたのための保険に加入したいと思いませんか？  
体が悪いからと、初めから諦めていませんか？

保険にはいろいろな種類があります。

例えば、投資型の年金保険があります。豊かな老後生活の実現には、自助努力が不可欠です。

また、保険にはいろいろな加入の仕方があります。

例えば、契約者はあなたで、被保険者をあなたが大切に思う人にする事で、あなたの思いを伝えることが出来ます。この機会に自分や家族にあつた無駄のない保険の活用方法を一緒に考えてみませんか？

まずは、アリコジャパンにご相談ください。ファイナンシャル・プランナーの資格を持ったプロフェッショナルなコンサルタントが、親身になってお答え致します。どうぞ、お気軽にお尋ね下さい。



〒104-0045

東京都中央区築地六の十九の二十

ニチレイ東銀座ビル4階

アリコジャパン

築地エイジェンシーオフィス

AFP 寺川正紀      AFP 畑 洋

外C01-0133

電話 03(5550)6681





# 透析により欠乏しやすい栄養成分の補給に

— L-カルニチン、水溶性ビタミン、ミネラル —

透析中の皆様のために開発された

## Carfero

カルフェロ 栄養補助食品

新発売

《こんなことが気になる方に》

- 透析中、透析後のケイレンや倦怠感
- 透析中、透析後の低血圧
- 血中の中性脂肪やコレステロール値
- 心臓の機能が低下している
- 貧血気味である

カルフェロは、透析療法を受けておられる皆様のQOL向上を目的に、透析専門医の協力を得て開発された栄養ドリンク剤です。

透析により流出し、欠乏しやすいL-カルニチンと水溶性ビタミン（ビタミンB1、ニコチン酸アミド、ビタミンB6、葉酸）、鉄などのミネラルを効果的にバランスよく配合しました。



1瓶 200円(税別)

製造元 滋賀県製薬㈱ 内容量 50ml/瓶

発売元 ベータ食品㈱

表示単位 1瓶(50ml)中 (エネルギー20.5kcal)

たんぱく質	0.7g	L-カルニチン	50mg
脂質	0.0g	ビタミンB1	10mg
糖質	6.7g	ビタミンB6	50mg
ナトリウム	20.9mg	ニコチン酸アミド	50mg
カルシウム	0.5mg	葉酸	1mg
カリウム	2.5mg	鉄	4.5mg
リン	2.5mg	クエン酸	250mg

### ■ L-カルニチン摂取による効果

L-カルニチンは、アミノ酸の一種で体内で脂肪を燃焼させるために必要不可欠な物質です。このL-カルニチンの血中濃度は、透析前に比べ透析終了直後には20%程度にまで低下します。L-カルニチンを摂ると、透析終了直後のひどい倦怠感や下肢の痙攣発作（こむらがえり）や異常な低血圧発作が抑えられることが報告されています。また、血中の中性脂質やコレステロールを低下させることや貧血の改善に役立つこと、さらに心臓の心収縮力を維持、強化する働きがあることから不整脈や心不全などの発作を防ぐ作用についても報告されています。このように透析を受けておられる皆様のQOLを改善するうえで、カルニチンを補給することの必要性がお分かりと思います。※本品のL-カルニチンは、天然含有品を使用しております。

### ■ 商品のご購入・お問合せ

ベータ食品株式会社 フリーダイヤル **0120-831-123**(受付 平日 9:00~18:00)

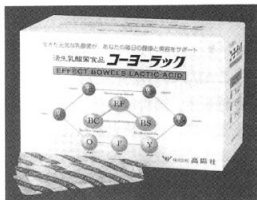
1箱 50本入り 販売価格 11,100円(税・送料込) 内訳 商品代 10,000円 送料 580円 消費税 520円

1箱 10本入り 販売価格 2,490円(税・送料込) 初めてご利用される方のために用意しました。

(商品の発送) ベータ食品より日通ベリカン便にてお届けいたします。

**■おなかの環境を整える。** おなかの中の細菌の集まりを腸内細菌叢(フローラ)と呼びます。その数は100種類100兆個といわれます。その細菌がバランスよくおなかの中に生存していてこそ私達の体は健康であるのです。健康な体はおなかから始まります。からだの基本として温度の環境を整え、体の栄養環境を整え、人体の70%を占める水の環境を整える。そしてお腹の環境を整えることにより、より万全の布陣が整ったといえます。

活生乳酸菌食品・コーヨーラックは、環境に強い有孢子性乳酸菌と有孢子性菌(納豆菌)・フェッカーリス菌の3種の菌に、オリゴ糖、ファイバー、酵母を加えた栄養補助食品で、あなたの健康と美容をサポートします。ご家族全員の健康維持に、ご愛飲下さい。



#### 活生乳酸菌食品

### コーヨーラック

- 有孢子性乳酸菌 ラクボン菌 ●有孢子性菌(納豆菌) ●乳酸菌 フェッカーリス菌
- オリゴ糖 ●食物繊維 ●酵母 ●ビタミンC ●ビタミンB1/B2/B6

定価:9,000円 (1包1,500mg×90包)

## ありがとう冷え取り健康美容

「体験談」● 透析歴19年です。冷え取りと出会う前は体調不良で顔色が悪く、体力もなかったが、今では発汗が良くない、毎日楽しく過ごしています。大好きなビールとコーヒーも飲めるようになりました。

(62歳 男性)

- 透析歴5年です。うさぎの糞のような便で尿量も500~600cc/日でしたが、今では毎日気持ちよく出て、尿量は800cc/日になりました。とても気に入って飲んでいきます。

(60歳 女性)

- 私達は双子の姉妹、二人とも10年前から透析をしています。まあ便通が良くない肌がキシイになったといわれるようになりました。二人とも尿量キツリの量が80~90から十分低くなるので先生もびっくり！人生が明るい希望のもてるものになっています。

(29歳 双子の姉妹)

(医学博士 久保明先生監修 体験集より)

パンフレットを希望される方は  
下記までお気軽にお問い合わせ下さい。

**ツインジェットセンス  
バインハイセンス  
コーヨーラック**

高陽社特約店  
(有)オフィス幸

〒045-0065 東京都大田区東雪谷4-3-9-205  
TEL03-3727-3445 FAX03-3727-6083

## 1週間無料体験モニター募集中

お申込は、  
03-3727-3445

温熱効果

マッサージ効果

洗浄効果



### ■泡風呂の効果

#### ①温熱効果

細かい泡がはじける時に発生する超音波的振動が体の中をマッサージしながら通り抜け、体を芯から温めます。

#### ②マッサージ効果

気泡発生器を持ちながら疲れている所などお好きな部分を、パワフルなジェット噴流で体をほぐします。

#### ③洗浄効果

非常に細かな気泡が毛穴の深い部分にまで入り込み、垢や脂などの老廃物を取り除き、お肌をなめらかにします。

### 浴中噴流気泡発生器

## ツインジェットセンス

医療用具承認番号  
20700B ZZ00279号

○定価：270,000円 ○会員価格：243,000円

※ご相談に応じます。

- 充電不要 ●経済的(電気代1時間で約1.5円)
- 機能的(消し忘れタイマー付)



医薬部外品

### 薬用入浴剤

## パインハイセンス

気分はまさに森林浴！心も体もリラックス！

○定価：3,000円 (2.1kg) ●神経痛 ●リウマチ ●腰痛 ●冷え症 ●痔 ●疲労回復 ●荒れ性 ●しっしん ●うちみ ●しもやけ ●あかぎれ ●アセモ

バスタイムに欠かせない入浴剤は、お湯をやわらかくし、体を温めます。松葉油(パインニードルオイル)に保湿効果を高める数種の成分を配合したこのパインハイセンスは、保温力が長時間持続。発汗作用が働いてお肌をなめらかに保ちます。体を温めれば、冷え症のほか神経痛・リウマチ・腰痛・肩こりなどにも効果があります。ツインジェットセンスと合わせて使えば、より効果が期待できます。

スーパー温浴風セツト



# かゆみ、体調不良、体重管理、 冷え、痛み等でお悩みの方

## 1週間無料体験モニター募集中

モニターのお申込は、  
オンキョーリブ(株)お客様相談室 TEL0120-31-8065まで

既に全国の会員の皆様は4年間、愛用されつつ『湯カラット』は、  
特許の様々な仕組みにより、40℃～50℃の低温で血流量を増やし、無理なく発汗させます。

### お客様の声

#### Qほとんど出なかった汗が今では流れるように 【透祈歴6年 男性】

当初は、汗がほとんど出なかったが、今では流れるほどの汗が出る様になり体重管理が楽になった。透祈中に血圧が下がった、こむら返りが起きるなどのトラブルも少なくなった。体が温まり、体調が良く、風邪もひかなくなった。

#### Q血圧が安定してきた 【透祈歴6年 女性】

血圧が高く冬は特に上昇するが、「湯カラット」を使用する様になってから冬でも血圧が上昇しなくなった。体が温まり、主人も糖尿病なので使わせていた。

#### Q新陳代謝も活発になり、顔色も良くなった 【透祈歴5年 男性】

「湯カラット」を1年半使用しているが、発汗量も増え、30分間の入浴で500cc～800cc位の汗が出る。体が温まり、新陳代謝も活発になる為、昔から顔色がいいネと言われる。

- 体重管理が楽になった。
- 体が温まり調子が良い。

#### Q体重管理にすごく役立つ 【透祈歴19年 女性】

「湯カラット」を使用することで、以前は2kgの体重増加でしたが、1.4kg～1.5kgで、透祈に行く事ができる。発汗できる事で、ストレスの解消にもなっている。夜もぐっすり眠れる。

#### Q家族みんなの健康管理 【透祈歴2年 女性】

私は身体が温まり、汗も200～300ccくらいでるので、とても体調がよく、私だけでなく家族の健康管理にみんなて使用しています。

#### Q手足の痛み、しびれ、かゆみにも効果的 【透祈歴15年 男性】

私は患者さんの紹介で「湯カラット」にめぐりあう事ができました。色々な合併症があり、手足の痛み、しびれ、かゆみ等の、悩みが解消されました。一般のサウナへ入れば、高温で長く入れませんが、「湯カラット」は、低温で負担が少なく長く入れ、汗がジワジワと流れ、とても快適です。

「湯カラット」は、僅かな湿り気を含む温風により、お風呂のような水圧もなく、サウナのような熱の負担もなく、身体を芯から温め、無理なく発汗させます。

- お部屋でテレビを見ながら簡単に使用できます。
- 組立、後片付けがラクラク！  
畳一帖分のスペースでOK。
- 好きなところで好きな時間に入浴。
- 熱さや息苦しさのないリラックス入浴。
- 熱くなく多量に発汗。
- 1回30分の入浴は  
わずか5～9円の電気代で使用でき経済的。
- 体の芯まで温まり、家族みんなの美容と健康に効果的。
- 乾燥機能が付いて衛生的。



定価 218,000円 → **会員登録 174,400円(税別)**

月々4,100円より分割払いOK(3～36回)

世界7ヶ国特許商品

通商省認可商品番号01-22557号

パンフレット、モニターを希望される方は下記までお気軽にお問い合わせください。

### オンキョーリブ(株)お客様相談室

TEL 0120-31-8065まで

オンキョーリブ株式会社 西日本営業部 〒572-0028 大阪府狭山市日新町1番13号

TEL(072)-831-8090 FAX(072)-831-3263

http://onkyoliv.onkyo.co.jp