

東京腎協

2009年5月15日発行 SSKA増刊通巻6577号(毎月6回1の日6の日発行)1971年8月7日第三種郵便物認可

No.178 SSKA

2009 5.25

おもな記事

- 特集1・誤解が多い腎移植、正しい情報を得ることが重要です! … 2
- 特集2・患者会活動が盛んな患者会を訪問～柳原健腎会～ …… 8
- 活動のまど …………… 12
- 本の紹介・マー坊の海外透析 …………… 18



アネモネ



特定非営利活動法人 東京腎臓病協議会
(NPO 東京腎協)

〒170-0005 東京都豊島区南大塚2-40-11 富士大塚ビル2F TEL03-3944-4048 FAX03-5940-9556
<http://www.normanet.ne.jp/touzin/> E-mail info@toujin.jp

第21回 腎臓病を考える都民の集い

主催：NPO法人東京腎臓病協議会
共催：東京都



挨拶をする榎原会長

都民の集い スナツプ



総合司会の松村様

第21回 腎臓病を考える都民の集い

主催：NPO法人東京腎臓病協議会
共催：東京都



都福祉保健局の住友様のご挨拶

第21回 腎臓病を考える都民の集い

主催：NPO法人東京腎臓病協議会
共催：東京都



(社)全国腎臓病協議会の栗原様のご挨拶



集いに参加の都民・会員の皆様

ニ

エッセイ

透析導入の原点に回帰しよう

NPO東腎協理事會オプザバー 齊藤 稔

(あけぼの友の会)

私は現在町田市の「あけぼの病院」で透析歴5年を経過したところだ。

こんな私も導入時には、大変な思いをしたものです。当初は近くの開業医で尿に蛋白が出ていると言われ、腎臓内科のある北里大学病院を紹介されました。

そこでの診療結果は「ネフローゼ」でした。慢性腎不全と言う言葉は知っていましたが、自覚できるまで少々時間がかかったものです。

担当医からは、将来的には人工透析が必要になると言われて数ヶ月通院しましたが、クレアチニン



齊藤 稔さん

の値が上昇し透析導入が不可避の状況となり、シャント手術の日程も決まり、その為の予備検査をしている最中、病院内で意識不明の状態となりそのまま3日間生死を彷徨って、何とか生還したものです。

蘇生してから数日後にカテーテルによって透析を行ったところ浮腫みのため体中に充満していた水分が一気に抜けて何とも言えない爽快感を味わったものです。

当初は透析に対する知識も乏しく不安がいっぱいでしたが、はじめて外来透析としてあけぼの病院に通院し患者の多さに驚きました。そこにいた先輩たちから様々なレクチャーを受け大変心強く思っ

たものです。自分が少しでも体力のある間にと、思ひ、「あけぼの友の会」の役員を引き受け、現在同会の事務局

長、会計を担当しております。

昨今この患者会も共通の悩みであるように、会員数が思うように伸びず役員もあらわれてくれません。特に最近導入を始めた方の中には、医療費問題についても現在の制度が当然であるという風潮があり、我々の先輩たちが大変な苦勞の上で勝ち取ってくれたことに對する感謝の念や、この気持ち

を継承していこうという危機感が乏しいのが大変残念でなりません。

どうか皆が今一度透析導入時の原点に立つて、その時の病氣に對する不安や経済的に医療費について心配などを想い起こして、一人でも多くの患者が不安のない透析生活を送れるよう、基盤である患者会を支え東腎協、全腎協を万全の組織として円滑に運営できるように努めて行きたいと日々願っている次第であります。

目次

部民の集い.....	表2
リレーエッセイ/目次.....	1頁
特集1・誤解が多い腎移植、正しい情報を得ることが重要で.....	2頁
す！.....	2頁
特集2・患者会活動が盛んな患者会を訪問／柳原健賢会.....	8頁
活動のまど.....	12頁
なかまたちより.....	15頁
「透析ハンザイ」.....	16頁
トピックス／本の紹介.....	18頁
賛助広告／賛助会員入会のお願.....	19頁
い／表紙の言葉／今後の予定.....	20頁
追悼文.....	21頁
事務局から／編集後記.....	21頁
かんたんクッキング(32).....	表3

特集1

誤解が多い腎移植

正しい情報を得ることが重要です！



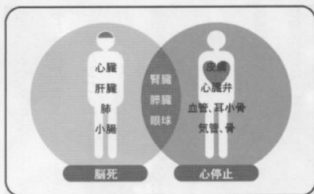
東京医科大学八王子医療センター
移植検査センター
レシピエント移植コーディネーター

窪田基予子

先日、大学の恩師の誘いで交通遺児などの子どもを支援するチャリティコンサート「真心、おたがい様コンサート」に行ってきました。「おたがい様」と言う言葉、私たちは日常よく使っている言葉ですね。実に日本人らしさを感じさせる、控えめながらもあたたかな思いやりがこめられたい言葉だなあと、改めて思いました。この会場に集まった大勢の方々が、「おたがい様」の気持ちで臓器提供を考えていただけたらありがたいなあと率直に感じました。私たちは、いつ、突然事故にあったり、病気になるたりするかわかりません。人生最悪と思うような出来事に遭うこともあるでしょう。しかし、どんな時でも必ず支えてくれる誰かがいます。また、辛い思いや困っている人を目にして手を差し

伸べたことがある人はきっと大勢いるでしょう。臓器移植も「真心とおたがい様」の医療です。もしも「臓器をとられる」なんて思われている方がいたらそれは全くの誤解です。本来、命が尽きれば肉体もこの世から消滅してしまうところですが、肉体の一部だけでも誰かの体の中で故人に代わって生き続けてもらえたら有難い。それによって病気で苦しんでいる人のお役に立てるのなら尚更うれしい。：との真心から臓器提供は行われています。それでは、私たちは実際にどんな臓器や組織を提供することができるかご存知ですか？臓器移植法により、脳死で提供できる臓器として定められているのは、心臓、肝臓、肺、小腸、腎臓、脾臓です。また、心停止後に提供できるのは腎臓、脾臓、眼球（角膜）です。

提供できる臓器や組織



皮膚、心臓弁、血管、耳小骨、気管、骨などのいわゆる組織については、この法律で規定されてはいませんが、移植が可能であり、家族の承諾のみで提供できます。意思表示カードに記入しておけば、各組織のコーディネーターに連絡されます。

私が勤務している病棟には、臓器提供意思表示カードが置いてあります。入院患者様も面会にこられる方も自由にカードを持てるようにとの配慮からです。透析していたら、或いは移植をしていたらドナーカードは持てないものと誤解されている方がいらっしゃいます。

すが、臓器提供意思表示カードはドナーになるためのものではなく、臓器提供について自分の自由意思を表明するものです。透析をすることや移植をしたことは、カードを持つことは関係ありません。肝心なのは臓器提供が出来るかどうかではなく、自分自身が臓器提供の意思があるかどうかです。透析をされている人であれば、ドナーから腎臓を提供していただくこともあれば、自分自身が希望をすればドナーになれるチャンスもあるわけです。私たちは、誰かを助ける立場になることも、また助けられることもある、おたがいの世の中で生かされていることに目を向けて、今一度、臓器提供と移植医療について家族ぐるみで考える機会を持っていたいただきたいです。

臓器提供意思表示カードはコンビニなどに設置されている他、インターネット、電話などでも取り寄せることが出来るほか、モバイルサイトで臓器提供意思登録も可能です。

現在、当センターでは週2回の腎移植教室と週1回の移植相談外来を設けています。参加者は透析未導入の方からシャントトラブルで入院されてきた透析患者様、或いは家族やご友人、透析施設のスタッフの方々と様々です。わが国では、年間約2000件の献腎移植、約10000件の生体腎移植が行われています。また、2000年以降の腎移植の成績は、5年生着率をみても、生体腎移植では90・9%



あなたの意思で救える命があります



臓器提供意思登録

モバイルサイトからも意思登録ができます。

<http://www.jotn.or.jp/m>



登録はこちらから

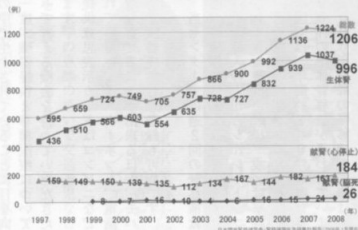
臓器移植
Q&A

イスタンブール宣言

献腎移植で78・6%と飛躍的に向上しています。しかしながら、誠に残念なことに腎移植という治療法があること自体ご存知ない方が数多くいらっしゃいます。また、腎移植教室の参加者からお話を伺うと、腎移植に対する誤解が実に多いことに驚かされます。古き時代の印象が根強く、移植医療に関する情報不足が、結果的に皆様から移植のチャンスを奪っているといっても過言ではありません。慢性腎不全の治療を受ける中で、選択の余地なく血液透析を導入された時代も確かにありました。しかし、今は違います。腹膜透析もあり、腎移植という選択もあります。まずは自分の病気について知ることが大切です。おまかせ治療では得られる情報も限られることでしよう。最近では一般向けの腎臓病や臓器移植に関する本も数多く出版されています。何を買ったらよいかわからないという方のために、腎臓病、透析療法、腎移植、全ての情報が一冊にまとめられた医歯薬出版株式会社「知りたいたことがわかる腎臓病教室 第3版」(最新版)を参考までにご紹介させていただきます。

国際移植学会は、昨年5月2日に「移植のための脳死ドナーは自国で!」というイスタンブール宣言を出しました。一時期、中国、

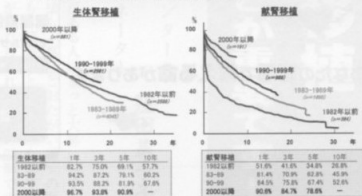
腎移植症例数の年次別推移



成績: 年代別の生着率(生体・臓器)

1992年よりシンクロナイズド、1990年代には多くのシムス、2000年代以降にはDPAが使用できるようになった。(シンクロナイズドは、2002年より市場から消失。)

2000年以降の生着率は、生体腎移植の成績が臓器移植に比べて高くなっている。



定価3,150円
(本体3,000円+税5%)

血液型が違っていても 腎移植は出来る

1990年代に入ってから、それまで禁忌とされていた血液型が異なる同士の生体腎移植が行えるようになりました。今まで兄弟や夫婦の間で血液型が違うから移植は出来ないと思っていた人達が「もっと早く知っていたら」と悔やんだり、「今からでも移植が出来ることを知って希望が湧いてきました!」という光景に数多く出会います。ある程度腎移植の経験を積んだ施設では、血液型不適合の生体腎移植は、同一血液型の移植と短期成績は遜色ない成功率を収めています。しかし、

フィリピンなどで腎移植を受けられてきた方もありましたが、今後、渡航移植はほとんど不可能になります。国内のドナー不足が改善されない限り、今は自分には関係がないと思っていない方でも、将来ご自分の子孫のために大きな影響を及ぼすことは明白です。渡航移植に頼らず、わが国で臓器移植を受けることができるように、移植医療の関心を高め、正しい理解を普及させる必要があります。「日本人を日本人が救える国に!」をスローガンに患者と医療従事者が力をあわせ今国会における臓器移植法の改訂を訴える運動が行われました。この原稿を書いている間も連日新聞で臓器移植法改正に関する記事が取り上げられています。決議の結果にご注目してほしい。

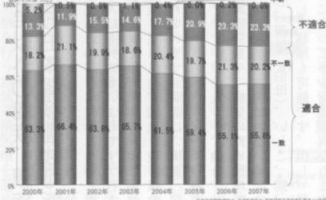
腎移植の1年生着率は100%ではありません。手術を受ける上でのリスクを十分理解する必要があります。また、移植を受ける方(レシピエント)は早期から免疫抑制療法を開始したり、血漿交換を行う他、場合によっては脾臓を摘出するなど特殊な準備を必要とします。移植施設に家族ぐるみで足を運び、十分な説明を受けて臨みましょう。

60歳を過ぎても移植は可能

「60歳を過ぎたらもう歳だから移植は無理

ABO血液型の適合度(生体腎:2000年~2007年)

ABO平適合生体腎移植に関しては、臓器不足と移植成績の向上に伴い、2006年度以降には全体の23.3%まで拡大している。



でしょう」と諦めていませんか? 移植が可能かどうかの検査を受けていただき、問題がないようでしたら腎移植を受けることが可能です。一般的には70歳位までは移植を受けることも可能と言われています。ちなみに当センターでのドナーの最高年齢は79歳です。提供から4年が経つ現在でも、レシピエントの娘さんと海外旅行に毎年出かけるほど元気にされています。誰もが同じようにドナーになれるわけではありませんが、年齢だけで諦めずには、この方のようにドナーになることも可能です。実際には、高齢になればなるほど検査の段階で生活習慣病が見つかり、残念ながら途中で移植を断念せざるを得ない確率も高まります。日常生活をおくる上では問題がない程度のことで、腎臓を一つ提供した、或いは全身麻酔で腎臓移植を受けるという状況下では、安全性への配慮が高まります。特にドナーにおいては、もともと健康な方の体にメスをいれるわけで、腎臓を一つ提供したあとの日常生活に支障がないことを検査で確認します。移植後も安心して過ごしていただくためには、十分な検査と慎重な判断、適切な対応が求められます。定年後こそ旅行に行ったり、趣味の時間を持ちたいと願っている方は少なくありません。年齢だけを理由に諦めず、移植施設に相談しましょう。家族の理解と協力によって透析を離脱するチャンスが生ま

れます。

透析に入らなくても移植は出来る

(社)日本臓器移植ネットワークへの献腎移植登録は、現在では透析患者様が対象となっておりますが、ご家族間の生体腎移植は透析未導入でも移植が可能です。この場合は患者様の病態と移植手術に適した時期が問題となります。クレアチニン値が10mg/dL前後で切羽詰まって直ぐに移植して下さいと駆け込んでくる方もありますが、生体腎移植は、何より安全に移植が行えることをしっかりと確認するための準備期間が必要のため、移植を受けようと思えば、病院に行けばすぐに移植が出来るわけではありません。場合によっては、透析を行い全身状態を改善した上で移植を受けることもあります。透析をせずに腎移植をお考えの方は、透析施設と移植施設間の連携も大切です。より良い環境の中で時期を逃さず生体腎移植を受けるために、当センターでは、クレアチニン値が3mg/dLになった頃から透析施設の主治医に相談をした上で、移植相談外来を受診することをおすすめしています。移植施設によっては数多くの方が順番を待っていることもあり、余裕をもって移植施設に相談に行き始めることをおすすめします。

親や兄弟以外の血族、親族 からでも生体腎移植は可能

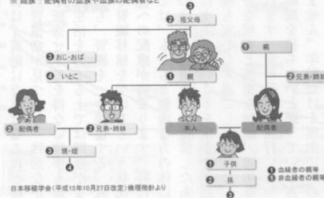
両親又は兄弟しかドナーになれないと誤解されている人は意外に多いようです。日本移植学会の倫理指針では、生体腎移植に関するドナーを血族6親等以内、姻族3親等以内までが容認されています。実際は、両親、兄弟(姉妹)、配偶者がドナーとなっているケースがほとんどですが、一人っ子、独身、一人親といった家族背景や、病気のため医学的にドナーになれる人が家族内にいない場合には、叔父(伯父)、叔母(伯母)、いとこ、甥、姪をドナーとした移植も可能です。但し、移植施設の方針によって多少対応が異なります。臓器売買を防止するために、各移植施設ではドナーとレシピエントの関係を戸籍謄本などで確認したり、互いの家族に反対者がいないことも重視されます。最近では、夫婦別姓や入籍をしない事実婚といった夫婦関係も増えており、より慎重な対応が求められています。

腎臓移植は腎臓を 取り替えるわけではない

腎臓移植は、腎不全で機能していない自分の腎臓を手術で取り出し、ドナーから提供していただいた腎臓をもとの腎臓があった場所に移植するものと誤解されている人が非常に多

生体腎移植 ドナーの適応条件(倫理的条件)

親族に限定する。
親族とは6親等以内の血族、配偶者、3親等以内の姻族を指すものとする。
※ 姻族：配偶者の血族や血族の配偶者など



い。「一旦自分の腎臓を取り出して、そこへ新たな腎臓を植え付けるのはさぞかし大変な手術なんですよ。長年透析をされている自分には手術に耐えられるのでしょうか?」と率直に不安を口にされる人もいます。正しくは、腎臓移植は心臓移植や肝臓移植とは大きく異なり、自分の腎臓はそのままにしておき、いただいた腎臓を右下腹部の血管に移植するのが一般的です(小児は例外)。わかりやすく言うと腎臓を3つ持つことになりました。そう説明すると、次に皆さん決まっても「悪い腎臓をそのままにしておいて大丈夫なんです

か?」といった質問が飛んできます。今だって腎臓を取り出すことなく透析をしているでしょう。人によってはのう胞腎という病気で腎臓が肥大しすぎてお腹を圧迫したり、のう胞が破れてお腹の中で炎症がおきているような時は、必要に応じてもとの腎臓を取り除いたあとに、いただいた腎臓を移植する場合もあります。その場合にしてもとあつた腎臓の場所には移植しません。

腎臓には動脈、静脈、尿管といった3つの管がついています。稀に血管が複数ある人もいますが、ドナーの腎臓を内視鏡手術で行なうようになった今日では、お腹の中心から両足に分岐している血管にドナーの腎臓の動脈を外腸骨動脈へ、静脈を外腸骨静脈へそれぞれ吻合し、尿管は膀胱へ吻合します。手術時間は全身麻酔により、約4時間ほどです。また、移植後しばらくは寝たきりで動けないものと勘違いされている方もありますが、手術の翌日には看護士の付き添いのもとベッドサイドで立ち上ることもできます。多少お腹の創は痛みますが移植後早期より動いていたことが、肺炎防止にもなります。

地域医療連携の大切さ

私は移植コーディネーターという職業柄、「透析も腎移植も同じ腎臓病のレール上にある治療である」という考えをもって、施設間

又は患者様とのコミュニケーションを大切にしています。従来の医療は、一人の患者様に一人の主治医が治療にあたり、一つの病院で治療を完結するのが一般的でしたが、医療の高度化や専門化が進み、国民全体の高齢化が進行するなか、個々の病院で一人の患者様の治療を行うには限界がきています。そのため患者様の自宅周辺地域において、病院、診療所（透析クリニック）、リハビリ施設、介護療養型医療施設などが、患者様の病態や治療ステップに応じて連携し、機能や専門によって分担して治療を行う地域連携医療を進めて

腎移植手術：レシエントに移植する場所

腎臓は左、右のふたつにありますが、腎臓の奥には、おなかの下の皮膚を約10cm切開し、骨盤の中、腰骨に移植します。



下腹壁を20～25cm切開する

◆ おなかの中には「臓器」という臓器があり、臓器を形成していますが、移植後の臓器はやがて臓器の合併症を予防するため臓器を備った「臓器」にスペースをつくり、そこに腎臓をおきます。

◆ 腎臓には「動脈」「静脈」の2本の血管があり、それぞれ「内臓」とは外臓動脈「外臓静脈」「膀胱」につながります。

◆ 通常、手術時間は約4時間。

※ 図はあくまでもイメージです。実際の手術は医師の指示に従ってください。

いく方向にあります。腎移植を考える場合も、最初から透析施設やかかりつけの病院と連携をとり、情報を共有しながら地域全体で患者様を診る体制へと変わりつつあります。このような流れのなかで困るのは、「透析施設で腎移植のことを聞いたらあからさまに嫌な顔をされた」「透析でいいじゃないと言われた」きり紹介状をもらえなかった」という理由から、機能を損ねたくないのに透析施設には内緒にしてほしいと、紹介状もなく移植の相談に来られる方々への対応です。「またか！」患者様がお気の毒で思わすため息が出てしまいます。これは本当に大きな問題です。長年透析の主治医として患者様を診てこられた立場での意見や医学的情報提供は、患者様が安全、安心な移植が受けられるかどうかを判断する上の大切な材料の一つです。患者様を中心に透析施設と移植施設の地域連携がうまくいってこそ、良い治療が受けられるというものです。透析にしても移植にしても、共に長期に亘って通院することを考えると、施設選びのポイントには「通いやささ」が重視されることです。具体的には、自宅から近い、医師やスタッフの人柄や施設の雰囲気、といった点で判断されているようです。一方、多少遠くても経験豊かである有名な施設の方が安心といった経験重視やブランド志向派もいます。施設選びには人それぞれいろいろな考え方がありますが、都内であれば、今や駅前透析といわれるほど沢山の透析クリニックがありま

東京都内の(社)日本臓器移植ネットワーク関連腎移植施設一覧

施設名	電話番号	移植相談外来
東京大学医学部付属病院 泌尿器科	03-3815-5411	
東京女子医科大学腎臓病総合医療センター 腎臓外科/泌尿器科	03-3353-8111	
昭和大学病院 消化器・一般外科	03-3784-8000	
東邦大学医療センター大森病院腎センター 腎移植・腎不全外科	03-3762-4151	
日本大学医学部付属板橋病院 泌尿器科	03-3972-8111	
国立成育医療センター 腎臓科	03-3416-0181	
東京都立清瀬小児病院 泌尿器科	0424-91-0011	
東京医科大学八王子医療センター 移植・一般外科	042-665-5611	月 PM 予約制
東京医科歯科大学医学部付属病院	03-3813-6111	
慶応義塾大学病院 泌尿器科	03-3353-1211	
日本医科大学付属病院	03-3822-2131	
国家公務員共済組合連合会虎の門 腎センター	03-3588-1111	
医療法人社団芳会板橋中央総合病院 腎不全外科	03-3967-1181	月水木土 PM 予約制

すし、(社)日本臓器移植ネットワークの関連腎移植施設は13箇所もあります。国立成育医療センターと都立清瀬小児病院は主に小児が対象ですが、いずれの施設でも献腎移植登録も生体腎移植も行えます。移植相談外来を設けている施設もあるので、気軽に問い合わせをしてみてください。



柳原腎クリニックの外観



透析室



柳原腎クリニックの職員、患者会役員の皆さん

特集2

患者会活動が盛んな 患者会を訪問、柳原健腎会

医療法人財団

健和会

柳原腎クリニック

住所 足立区千住曙町4-16

TEL 03-3888-2707

今回お邪魔させていただいたのは、東部ブロック地区の足立区にあります、柳原腎クリニック内のある患者会・柳原健腎会に訪問させていただきました。京成線の関屋駅

から歩いて数分の閑静な住宅街の中にあります。

NPO法人東腎協の中でも、柳原健腎会はこの数年2ヶ台の会員拡大に成功している数少ない患者会であります。

田口会長を筆頭に役員と施設職員の一枚岩の取り組みを今回は取り上げましたので、各患者会の取り組みの参考になればと思います。

「会長が先頭に立って会員拡大をされていて実績が上がっていることは、何かしらのヒントがあり各患者会が参考になることがあると思いますので、その辺をお伺いしたいと思います。」

田口会長、会員拡大の取り組みについて教えてください

前任の看護師長から新しい患者さんに率先して入会案内を配布して頂いております。

ここは看護師長をはじめ職員の方が優れています。患者が自分自身で施設を調べた上とか、区役所でもお体をご不自由なら柳原がいいのではと紹介されます。

また、何でもこちらに来たかと聞くと、柳原ならオンラインHDFがあるからと言われます。

患者会の取り組みをお聞かせ下さい

柳原は患者と職員が一体になって取り組んでいます。新患が来る者すぐ当ります。たいがいの方は、患者会の説明をすると納得してくれます。全腎協、東腎協の役員は

柳原は患者と職員が一体になって取り組んでいます。新患が来る者すぐ当ります。たいがいの方は、患者会の説明をすると納得してくれます。全腎協、東腎協の役員は



柳原健腎会の掲示板



役員の皆さんの話に耳を傾ける岸里（中央）



熱弁する梅山副会長



三好事務長

「何名ぐらいの方がオンラインを受けられていますか？」
おおよそ80名の方が受けています。皆さんの体調を第一と考えています。パソコンで患者さんの体重管理した電子カルテを使用しています

技師課長にお伺いしました

東腎協の取り組みを知らせて、ポスター等を作ってくればすぐ掲示してお知らせします。今は、生活保護者等の生活困窮者の相談を受けております。その様な取り組みをしなければ患者さんには入会していただけません。会員拡大運動は患者と一緒に頑張って共頑張るという事です。

当時、ヘマトクリット20ぐらいしかない状態で、休み休み国会や都庁に要請活動に行きました。三十数年前は健康保険の本人は負担無しですが、その家族は5割負担でした。それなのでその当時、自殺された方もお二人見えています。NPO東腎協はもっと宣伝活動をして欲しい

「インドトキシシン等についてお聞かせください」
もちろんカットフィルターをつけてやっておりますし、毎週細菌培養をして検査しております。とにかく透析患者さんにとりまして水が大切になりますので、最良の状態になるようチェックをしております。

看護師長にお伺いしました

昨年の11月よりこちらに来ておりますが、前任の師長さんからの教えを基に新しい患者さんには入会案内をお配りさせていただいております。

事務長にお伺いしました

最近の送迎についてはどの施設でもやっているとは思いますが、患者さんの中には送迎が出来なく



スタッフの皆さん（後ろの3人）



役員の皆さん



熱心に話し合いは続く



役員の皆さん

柳原健康まつりと言って大きなお祭りがありまして、年に1回患者からご寄付を頂いたものを買ってもらい、その利益を患者会の運営費に充当しているわけです。

「交流会の中でバザーとありますが、どのような取り組みなのか教えて下さい。」

自分の父親よりも長くお付き合いするかも知れないですね。透析も20年する方がおられれば20年のお付き合いになるので患者さんや家族のように思っています。

患者会への交流会に参加は伝統的に継続している事で当たり前のように思っています。

患者さんは家族です

腎友会の資料も事務長さんがお作りされているようで、大変な協力で他の病院ではあまり聞かないので凄いなと思いました。

なった施設から移動してくる方もおられます。どちらにしても人手のいることで施設としても努力しています。

「役員会も毎月やっているのですか」

毎月役員会を開催し運営しています。

梅山副会長にお伺いしました

会員拡大に関しては、ほぼ田口会長にやって頂いているようなものです。

今は昔の全腎協や東腎協の取り組みや成果を伝える人が中々いない中、現状でそれを東腎協の会報などに掲載して残していかないといけない。社会保障費の削減も叫ばれている中、声を大きくしていかないといけないと思っています。

今は施設も患者も一体になれる時だと思います、歩む方向は一緒です。

芝宮幹事にお聞きしました

私は透析患者ではございませんが、妻がこちらでお世話になっております。3年ほど他の施設でお世話になっていましたが、あまり妻の調子もよくなく柳原に来てか

岩崎看護師長



横小路技士課長



芝宮幹事



田口会長



各幹事にお伺いしました

田口会長の患者会に対する熱心さと人柄についてきました。役員をやるようになってからは足腰も丈夫になりました。

会員が減っている現状を東腎協でも各患者会に伝えていく方向で努力をして欲しいと思います。

北島と申します。やはり会長のお誘いで交流会に参加したりしていましたが、役員になってよかったと思います。

事務長、会報に載るから会員が増えると思うので覚悟しておいて（役員全員笑い）。

2008年活動報告

・役員会は月1回の開催（毎月第3水曜）で今回は12回開催しました。

・会員の組織…上期106名、下期118名の会員が組織されています。

・学習会の開催…臨床工学課長・

らは顔色もよくなり元気になりました。そのくらい整った施設です。

横小路さんを講師に「検査結果の見方」、「災害ネットワーク」について講演していただき、47名患者33名、職員14名が参加。日帰りバスハイク…「栃木（蔵の街）と鬼怒川温泉」に41名（患者36名、職員5名）が参加。バザー（柳原健康まつり）・新年会…70名を超える参加。その他、料理教室、健腎会だより（柳原健腎会第16回総会議案集より抜粋）

〈あとがき〉

お話を伺いする前から期待をして取材させていただきましたが、やはり期待通りに盛り上がりのある患者会を運営されており、日々の会員拡大の取り組みには、ご指導いただいた所が多くありました。また、事務長、看護師長、技師長さんの患者会に対する協力、患者さんに対する思いに大いに感銘を受けました。今後とも宜しくお願い致します。（岸里）

私も多くカメラマンとして参加しておりますが、今までで一番まとまりのある患者会だと思えました。（樹永）

文・岸里、カメラ・樹永

岩崎看護師長



横小路技士課長



芝宮幹事



田口会長



各幹事にお伺いしました

田口会長の患者会に対する熱心さと人柄についてきました。役員をやるようになってからは足腰も丈夫になりました。

会員が減っている現状を東腎協でも各患者会に伝えていく方向で努力をして欲しいと思います。

北島と申します。やはり会長のお誘いで交流会に参加したりしていましたが、役員になってよかったと思います。

事務長、会報に載るから会員が増えると思うので覚悟しておいて（役員全員笑い）。

2008年活動報告

・役員会は月1回の開催（毎月第3水曜）で今回は12回開催しました。

・会員の組織…上期106名、下期118名の会員が組織されています。

・学習会の開催…臨床工学課長・

らは顔色もよくなり元気になりました。そのくらい整った施設です。

横小路さんを講師に「検査結果の見方」、「災害ネットワーク」について講演していただき、47名患者33名、職員14名が参加。日帰りバスハイク…「栃木（蔵の街）と鬼怒川温泉」に41名（患者36名、職員5名）が参加。バザー（柳原健康まつり）・新年会…70名を超える参加。その他、料理教室、健腎会だより（柳原健腎会第16回総会議案集より抜粋）

〈あとがき〉

お話を伺いする前から期待をして取材させていただきましたが、やはり期待通りに盛り上がりのある患者会を運営されており、日々の会員拡大の取り組みには、ご指導いただいた所が多くありました。また、事務長、看護師長、技師長さんの患者会に対する協力、患者さんに対する思いに大いに感銘を受けました。今後とも宜しくお願い致します。

（岸里）

私も多くカメラマンとして参加しておりますが、今までで一番まとまりのある患者会だと思えました。

（榎永）

文・岸里、カメラ・榎永

協腎東 活動のほど

市民公開講座

質の高い慢性腎臓病の治療と対策
日時…2月22日(日)
場所…ホテルメトロポリタン 富
士BC

参加者…10名

前日の21日から2日間に亘り開催された第6回日本在宅透析支援会議・総会が行われました。

主催…jshd(日本在宅透析支援会議) 共催…財団法人日本腎臓財団

後援…特定非営利活動法人東京腎臓病協議会

2日目の最後に市民公開講座が行われました。

共催…日本在宅透析支援会議、日本高齢者腎不全研究会、後援…社団法人日本医師会、社団法人東京都医師会、社団法人板橋区医師会

特定非営利活動法人腎臓サポート協会

司会には特定非営利活動法人腎臓病早期発見推進機構理事長の高橋さん、特定非営利活動法人腎臓サポート協会理事長の松村さんの進行ではまりました。

講座の内容は次の通りです。

① 取材を通して感じる透析患者さんのQOL 松村 満美子 先生(特定非営利活動法人腎臓サポート協会理事長)

② 在宅でもできる質の高い腹膜透析とは 佐中 孜 先生(東京女子医科大学東医療センター教授)

③ 在宅でもできる質の高い血液透析とは 今田 聰雄 先生(日本在宅透析支援会議会長・恒進會病院腎臓病センター代表)

④ 質の高い慢性腎臓病治療とは 鈴木 洋通 先生(埼玉医科大学病院教授)

⑤ 患者さん中心の慢性腎臓病連携システムとは 岡田 一義 先生(日本高齢者腎不全研究会代表世話人)

①の松村先生の講演では、長年取材を通じて知り合った多くの人が元気に社会復帰をしている様子を話され、そのまま通信28号で掲載された小関事務局長の紹介もあり、腹膜透析とHDの併用で頑張っている東腎協の職務についている事や事務局員全員が透析患者で運営していること等のご紹介がありました。

②の佐中先生の講演では、腹膜透析の短所・長所を話され、長所として通院回数が少ないので完全就業ができる、循環器系の負担が少ない等があげられていました。

③の今田先生の講演では、在宅透析が普及しない理由に、支援する施設や医療スタッフが少ないことを挙げられ、問題点の改善に患者だけでなく医師や医療機器関連会社と協力しながらQOLをあげていく努力が必要と話されました。

④の鈴木先生の講演では、質の高い慢性腎臓病治療とはと題して話され、腎臓の役割の説明をして下さいました。

⑤の岡田先生の講演では、患者さん中心の慢性腎臓病連携システムとはと題して話され、「日本高齢者腎不全研究会」の目的は、高齢者を共通語として行政からのメッセージを受けながら、保存期腎



キドニー・準備体操風景



市民公開講座に参加の皆さん

不全から透析療法までを医療・看護・介護・福祉の面から、高齢者中心の医療を確立することとお話しされました。

大きな会場は満員で大盛況の中、有意義な講演会となりました。

キドニー・ウォーク

日時…3月1日(日)
場所…市ヶ谷周辺散歩コース及びアルカディア市ヶ谷6階・阿蘇参加者…13名

IKEDA J (イケアジェイ)の主催で開催されました。

※2005年(平成17年)6月、特定非営利活動法人「腎臓病早期発見推進機構」(IKEM: International Kidney Evaluation Association Japan)が設立されました。

その目的は、「腎臓病の認知度を高め、腎臓病の進展遅延と合併症の予防を図ること、また、それらのことを国民に広く啓蒙・普及させること」です。

当日は、小雨にもかかわらず沢山の方がウォーキングに参加し約1時間35kmのコースと講演会場の6階まで階段で上がるという設定でした。東腎協会員も思い思いに自分のペースで歩

き、親水クリニク友の会の藤間さんは杖を突きながらスタッフに付き添われ最後まで歩かれた姿に感銘を受けました。

用意された昼食を食べ先生方の講演を聞き散会となりました。

講演内容

・挨拶

NPO法人腎臓病早期発見推進機構 理事長 高橋 進 先生
知っていますか「女性の健康習慣」厚生労働省健康局生活習慣病対策室長 関様に代わり坂本様

・「元氣よく歩いて健康な体づくりを」(社)日本ウォーキング協会副会長 泉 嗣彦(つぎひこ)先生

・「腎臓病でなぜ血圧を下げなければならぬ」埼玉医科大学腎臓内科教授 鈴木 洋通 先生

世界腎臓デー2009

あなたの腎臓だいじょうぶ? 腎臓チェックキッ

ト配布キャンペーン

検尿キット配布

日時…3月8日(日)
場所…お台場アクアマリーナ3F

参加者…11名

日本慢性腎臓病対策協議会、(財)日本腎臓財団主催、厚生労働省、(社)日本医師会、(社)全国腎臓病協議会の後援で行われました。

キャンペーン参加者総出で、1日かけて道行く人たちに、8000個の検尿キットを手渡し、腎臓病に対する普及活動をしました。

全国青年研修会実行委員会

日時…3月21・22日(土・日)

場所…NPO兵庫県腎友会事務局参加者…阿部青年部部長

第3回青年会議について、目的(テーマ)1、青年層のQOLの向上にむけて、2、各県活動内容の確認と次年度の目標の内容で参加してきました。

第21回腎臓病を考える

都民の集い

日時…3月22日(日)

場所…(財)総評会館参加総数…186人、理事15人

事業の名称である「腎臓病に関する知識の普及と予防を促進する事業」の目的を遂行するため「第21回腎臓病を考える都民の集い」



移植改正に詰め掛けた関係者



検尿キットを手渡す石山理事

を開催しました。(詳しくはNo. 177 議案集の事業報告を参照) ※総会の様子は今号の表紙裏面にご覧下さい

第38次国会請願行動

日時…3月26日(木)

場所…衆議院議員会館・参議院議員会館

参加者…9名

第38次国会請願は3月26日に国会への行動を実施しました。

署名数、全腎協は29,041(前年32,439)筆で、JPAは28,369(前年31,473)筆でした。募金はJPAとあわせて2,170,369円(前年2,408,321円)でした。

当日は多数の国会議員の先生方に会員の努力の結晶の署名用紙を渡してお願ひしてきました。

臓器移植を進める会「日本人を日本人が救える国に！」臓器移植改正を

日時…4月14日(火)

場所…憲政記念館講堂

参加者…19名(全腎協全体…54名)

我が国の臓器移植は、世界で唯一書面による意思表示を必須とす

るため、諸外国と比べ著しく臓器提供は制限される状況にあります。2006年3月に改正案が衆議院に提出されましたが、この間の3年間で参考人質疑が4回行われたのみで、昨年6月以降の審議は行われていません。

本年5月のWHO(世界保健機関)の総会において、臓器の海外渡航移植の禁止が決議されようとしてます。

「A案」の速やかな採決を臓器移植改正に向けた国会の動きの中で日本移植学会等9団体が4月26日(日)に緊急の合同会議を開きA/B/C案の中から、15歳未満の移植が可能なA案の採決を求める声明をまとめました。

何が問題か

臓器移植に関する法律の中で(臓器の抽出)は第六条にあります。以下参照して下さい。

1 医師は、死亡した者が生存中に臓器を移植術に使用されるために提供する意思を書面により表示している場合であつて、その旨の告知を受けた遺族が当該臓器の抽出を拒まないとき又は遺族がないときは、この法律に

基づき、移植術に使用されるための臓器を、死体(脳死した者の身体を含む。以下同じ)から抽出することができるとある。

2 前項に規定する「脳死した者の身体」とは、その身体から移植術に使用されるための臓器が抽出されることとなる者であつて脳幹を含む全脳の機能が不可逆的に停止するに至つたと判定されたものの身体をいう。

3 臓器の抽出に係る前項の判定は、当該者が第一項に規定する意思の表示に併せて前項による判定に従う意思を書面により表示している場合であつて、その旨の告知を受けたその者の家族が当該判定を拒まないとき又は家族がないときに限り、行うことができる。

4 臓器の抽出に係る第二項の判定は、これを的確に行うために必要な知識及び経験を有する二人以上の医師(当該判定がなされた場合に当該脳死した者の身体から臓器を抽出し、又は当該臓器を使用し移植術を行うこととなる医師を除く。)の一般に認められている医学的知見に基づき厚生労働省令で定めると



移植改正を訴える大久保義孝代表

ころにより行う判断の一致によつて、行われるものとする。

5 前項の規定により第二項の判定を行った医師は、厚生労働省令で定めるところにより、直ちに、当該判定が的確に行われたことを証する書面を作成しなければならない。

6 臓器の抽出に係る第二項の判定に基づいて脳死した者の身体から臓器を抽出しようとする医師は、あらかじめ、当該脳死した者の身体に係る前項の書面の交付を受けなければならない。

なかまの たより

あなたもペンを

どこかへ行ったら楽しい思い出を、病院の透析医療に疑問など、心の中のたまっていることをなんでも、「なかまのたより」にお寄せください。

感謝のお手紙

「透析になってからも楽しいことあるよ」と言ってくれた先輩に再会して

すながわ相互診療所

患者会・いずみ 中山 君子

パンザイ君、岸里編集長、先日は大変お世話になりました。

「透析パンザイ」のご本は私の宝物です。大切に致します。実に感動的でした。

私は透析歴2年ですが、はじめ

て1回目の透析が大変身体に衝撃を受け、全身がシャントみたいにビリビリ血液の流れを感じたり足はガクガク、透析が終わっても1時間以上ベッドで休んでいました。3日連続透析を受け3回目が終わって看護師さんに「透析どうだった」と聞かれて、私は「もうやりたくない、逃げ出したい」と言っていて、ベッドへ泣き崩れてました。その日の夜に担当の先生に说得されました。

「昔は透析受けたくても受けられず、今は皆平等に透析を受けて良かったと言う人沢山います。受けたくないという人を看取った事もあります。」

でも私の心を救ってくれたのは隣のベッドの透析歴15年のKさんの体験談でした。「透析になってから楽しいことあるよ」と言ってくれました。

先日、その先輩と涙の再会をしました。「元気になって良かったね」、「Kさんのお陰だよ」と言い合いお互い涙々でした。本当に仲間ってありがたいですね、感謝です。

また、続編を期待しています。

お互いに頑張りましょう。パンザイさん、サインありがとうございしました。

ワールドキッドニーデー に参加して

個人会員 堀 和香

3月1日(日)小雨が降ったり時より止んだりの天候の中、アルカディア市ヶ谷6階・阿蘇の前の受付にてゼッケンを受け取り準備体操して、市ヶ谷周辺散歩コースのウォーキングに出発しました。



世界腎臓デー・講演会の様子

靖国神社を折り返し約1時間、参加人数大人55人、子供30人が線路沿いに古木の楼や松の並ぶ土手を通って、アルカディア会館(私学会館)に戻るコース約3・5kmを歩き、その後軽く運動をして昼食となり、配られたおにぎりの包みがおいしかった、感謝です。

午後0時半から市民公開講座が開催され厚生労働省の坂本様、ウォーキング協会副会長、泉先生、腎臓内科医で埼玉医科大学教授の鈴木洋通先生、それぞれ30分くらいずつの講義を聞きました。

歩くということ、腎臓は身体の中心であるということも話して下さり充分に面白かった。しかも世界腎臓の日なるものが、今年で3回目となっているという。しかもNPO法人腎臓病早期発見推進機構は「女性の健康習慣」を支援しているとの事でした。

女性の生活環境の変化からくる身体管理、この様な制度が厚生労働省で対策を考えるようになっていく。しかし女性は中々検査に参加してもらえないとの話でした。

この1日大変有意義で身体は疲れましたが、心は豊かになって帰りました。



長寿医療制度のお知らせ

平成21年度の保険料についてご案内します

平成21年度の年間保険料

東京都の保険料(最高50万円)

均等割額…①(1人あたり37,800円) + 所得割額…②(所得金額×③×6.56%)

①所得の低い方は、世帯の世帯主及び被保険者の所得に応じて均等割額が軽減されます。

②所得金額が、58万円までの方を対象に所得割額が軽減されます。

③所得金額とは旧ただし書き所得のことです。前年の総所得及び山林所得金額並びに株式・長期(短期)譲渡所得金額等の合計から基礎控除額33万円を控除した額になります。

○長寿医療制度への加入直前まで会社の健康保険などの被扶養者だった方には、2年間保険料の軽減措置があります。

保険料のお支払いに関するお知らせ

保険料のお支払いは、「年金からの引き落とし」から「口座振替」

に変更できるようにしました
(ご本人の口座に限らず、ご家族などの口座にも変更できます)。

制度に関するお問い合わせは

「広域連合お問い合わせセンター」をご利用下さい。

・受付時間…午前9時～午後5時(土曜、日曜、祝日を除く)

TEL 0570-086-5119

会員さんの本の紹介

特定非営利活動法人
板橋腎友会

1998年、東腎協有志で行ったオーストラリアでの海外透析。



FAX 0570-086-075
HDL <http://www.tokyotokyo-ikiiki.net/>

※個別のご相談はお住いの区市町村の長寿担当窓口へお問い合わせ下さい。

東京都後期高齢者医療広域連合オ
フィシャルサイト東京いきいきネ
ットから

会長 下島 正資さん

それから毎年各国で海外透析を受けた旅行記をホームページに発表していた。医師から透析導入を勧められた著者及び家族の絶望や悲しみ、そして退職。再就職による労働と透析の両立、当時の社会状況も加筆している。これから海外透析を予定する人や慢性腎臓病で悩む人にもお勧めできる一冊です。

「家族を守るために常に健常者同等かそれ以上に働くことになった」(抜粋)

東腎協相談役・糸賀久夫氏

「落胆し、前進し、また前進を続ける」透析患者の声に耳を傾けて下さい。(抜粋)

鶴田クリニック院長・鶴田幸男氏

「マーフの海外透析」下島正資著
単行本…216ページ
出版社…日本文学館

発売日…2009年5月2日

定価…1400円(税込)

ISBN 978-4-7765-

1969-0

◆お求めはお近くの書店またはネット上で「yahoo」や「アマゾン」、「7&Y(セブンアンドワイ…送料無料)」等で購入できます。

◆または、NPO東腎協事務局に申し込みの場合は「会員特別割引」1,300円でお分けします。

医療法人 笹塚愛生クリニック

内科（人工透析）

月・水・金 9:00～18:30

火・木・土 9:00～14:30

タクシー送迎あり！

京王線笹塚駅北口より徒歩1分

東京都渋谷区笹塚1-56-10 笹塚総栄ビル3F

TEL:03-3370-1181 FAX:03-3370-1186



透析患者会 透析通院送迎・訪問介護

NPO法人

腎臓病連絡協議会すずらの会



〒178-0063

東京都練馬区東大泉3-1-18

横山マンション203

TEL:03(3924)9022

FAX:03(3924)9024

http://www.suzurannokai.com

E-mail: info@suzurannokai.com

特定非営利活動法人東京腎臓病協議会賛助会員入会のおお願い

1972年（昭和47年）11月19日、東京都腎臓病患者連絡協議会（現特定非営利活動法人東京腎臓病協議会）を結成致しました。結成から37年を経過し、透析医療も格段に進歩し、40年を迎えている透析患者さんにもいらつしやいます。その一方で社会保障制度、医療費制度の削減が社会問題となっており、莫大な費用を要する透析医療も安心してはられない状況です。これからも医療機関、各企業、患者団体と結束して活動することが大変重要と考えます。

私どもの「命と暮らし」を守る活動に賛同いただければ是非、賛助会員として団体の活動を支えていただきます。心よりお願いいたします。

賛助会費個人年額 5,000円、団体年額 1口10,000円／1口以上

記

※ 年1回名刺広告を機関誌「東腎協」に掲載させていただきます（但し初年度のみの掲載とします）。

表紙の言葉

アネモネ

加藤 茂



春は幸せな季節です。どこに行っても花が咲いていて、花たちの天国です。寒くもなく暑くもなくすこしやさしい季節で、私の好きな季節でもあります。

それは昨年（08年4月）、国立昭和記念公園に出かけたときのこと。いろいろな花が咲いている一角があり、アネモネの咲いている一角がありました。赤、白、紫、青、ピンクなどの色が鮮やかで、そよそよと風に揺れていました。

スケッチブックをひらげ描いていると、親子連れが通りかかっています。小さな女の子はアネモネを見て「まあ、きれい」と言っていて過ぎていきました。

アネモネの語源はギリシャ語で「風」を意味します。種が長い毛を有し、風によつて運ばれるため。花言葉は「期待、はかない夢、はかない恋、真実」などです。

今後の活動予定

平成21（2009）年

6月5・7日（金・土・日）

日本透析医学会（横浜）

6月13・14日（土・日）

全腎協第81回理事会

6月14日（日）

第39回理事会

6月21日（日）

NPO東腎協第4回総会（総評会館）

7月4・5日（土・日）

全腎協課題別会議

7月12日（日）

東都ブロック交流会

7月19日（日）

第40回理事会

7月25・26日（土・日）

全腎協理事研修会

8月2日（日）

多摩学習交流会

8月9日（日）

第11回地域腎友会交流会

（東京都障害者福祉会館）

室）

教

故東野榮夫元東腎協理事への追悼

情熱、知性、行動力をいかになく発揮

あけぼの友の会会長 加々美 俊六

東野榮夫元東腎協理事が本年二月十日ご逝去されました。

東野さんは若くして透析導入となり、わが身を省みず病院患者会（あけぼの友の会）の設立より役員として三十数年間ご尽力され、この間副会長、会長を歴任されました。

また、東腎協理事として約17年間機関誌「東腎協」の編集等に関わっておられ、重い病をおして、その情熱、知性、行動力をいかになく発揮されました。

東野さんの存在は、これら患者



ありし日の東野さん

会及び透析医療制度の歴史といつても過言ではありません。

私たちが現在享受している諸制度も東野さんをはじめ偉大な先人の方の過酷なる状況下での活躍によるものと深く深く感謝いたしております。

18年の長きにわたり東腎協をリード

NPO 東腎協 監事 森 義昭

東野榮夫さんがこの二月、多くの方々に惜しまれつつ逝ってしまった。東腎協活動を長く一緒にしてきた仲間を送るのは本当に寂しい限りだ。

東野さんが常任幹事になられたのは昭和63年だった。同じあけぼの友の会から、高橋正時さんとお二人で推薦があった。東野さんは普段、常任幹事会でもそう多く発

今後ますます厳しさを増す経済情勢の中、透析医療制度をより良くするために、東野さんの業績を称えて、それらを継承していくことをお誓いいたします。

どうか天よりお見守り下さい。長い間お疲れ様でした。

そして、本当にありがとうございました。安らかにお休み下さい。心よりご冥福をお祈り申し上げます。

合掌

言する人ではなかったが、多くの意見が流れそうなときに頑固なままに主張を通す人でもあった。

趣味も多く、カメラや、アマチュア無線などメカニックなものが好きのようだった。特にカメラの腕前はプロ級で、東腎協の活動の記録は東野さんのカメラに負うところが大きかった。

東野さんは住まいも病院も町田

市だった。町田から新宿までは急行でも三十数分かかるために、東腎協の活動に参加することは体力の消耗が激しかったと思う。

さすがに帰りには疲れ切って、今は北海道・旭川にいらつしやる同じあけぼの友の会の岩本津枝さんなんかと小田急線のロマンスカーで帰っていた。もちろん東腎協では特急料金は出ないので自費だった。

また、あけぼの友の会の総会にも何回か呼ばれたが、病院患者会の総会としては実に立派なもので、普段からの東野さんたち役員の働き振りがしのばれ感激したものである。

18年もの長きにわたり東腎協をリードしてこられた実績は偉大で、透析医療に対する向学心や自己管理の賜物であると思う。

長い間一緒に活動に参加させていただけに本当にありがとう。寂しいけれどもお別れです。東野さんさようなら。ご冥福を心よりお祈り申し上げます。

事務局から

「ご寄付お礼」

扶桑薬品工業（株）

東京第一支店様

毎月のご寄付ありがとうございます。
ます。ご支援に大変感謝しております。
（2月・5月・毎月）

NPO法人東京腎臓病協 議会第4回総会のご案内

NPO東腎協定款第24条により、
第4回総会を左記のとおり総評会
館において開催します。

会員・家族のみなさん、ぜひお誘
いあわせのうえにご参加下さい。

日時 2009年6月21日（日）
10時開場、10時半～1時、総会
会場（財）総評会館

TEL 03（3253）177
1（代）

講演 「ドライウエイトの設定と
血圧の管理」 快過な透析生活を
続けるために、

講師 河北幸クニツク透析セン
ター長 東京医科歯科大学臨床教

授 篠田 俊雄 先生

交通 ●東京メトロ千代田線・

新御茶ノ水駅 B3出口（徒歩0
分）●東京メトロ丸の内線・淡路

町駅 B3出口 ※（B3出口ま
で徒歩5分）●都営地下鉄新宿線

・小川町駅 B3出口 ※（B3
出口まで徒歩3分）●JR中央線

・総武線・御茶ノ水駅 聖橋出口
（徒歩5分）

※B3a出口は、違う方向へ出ま
すのでご注意ください。

次年度の会費納入につ
い
てのお願い

会員の皆様、患者会役員の皆様
常日頃、NPO東腎協活動にご尽
力ありがとうございます。

次年度の会費納入のお知らせと
振込用紙を6月に発送致しますの
でよろしくお願ひ致します。

青い鳥葉書「ご寄付のお願い」

葉書を受領して使用しない方は
NPO東腎協までご寄付いただき
たくお願ひ申し上げます。

葉書は、（例年）4月1日～6
月2日まで郵便局窓口へ、身体障

害者手帳を持参し、必要事項を記
入することを受領できます。

葉書・切手等は沢山使用します
のでいつでもご寄付受け付けてお
りますので、今後共よろしくお願
ひします。

第38次国会請願署名あり がとうございました

皆様から寄せられた、第38次国
会請願は3月26日に国会への行動
を実施しました。

署名数、全協協は29、041
（前年32、439）筆で、JPA
は28、369（前年31、47
3）筆でした。募金はJPAとあ
わせて2、170、369円（前年
2、408、321円）でした。

当日は多数の国会議員の先生方
に会員の努力の結晶の署名用紙を
渡してお願ひしてきました。

投稿のお願い

編集委員会では会員の皆様から
の投稿を随時受け付けています。

「なかまのたより」に投稿の方
内容は問いませんので、何でもお
寄せください。

また「会員さん訪問」、「わたし
たちの患者会」に出てみたい方、

自薦他薦は問いませんので東腎協
事務局までご連絡ください。

編集後記

体調管理は大切です。自分で仕
事をしているので尚更です。今年
も益々暑くなりそうですから。
でも、僕はこれからの季節が大
好きです。（柗水）

患者会の総会も終わり次年度の
会費納入のお願い。一番大変で大
切な活動ですね。（當）

新型インフルエンザがついに国
内で発生しました。マスク、うが
い、手洗いが予防になるそうです。
この号が出る頃には終息してるこ
とを願っています。（糸）

編集者として一番忙しい時期で
しょうか、議案集と5月号のダブ
ル発行に、今回は入会のおしりの
改訂版も作成しました。休む間も
なく7月号に取りかからないとい
けないですね。綺麗な花でも観に
行きたい今日この頃です。毎号お
世話になっている機関誌「東腎
協」の表紙を描いていただいてい
る加藤さんの絵に癒されています。
（岸里）

美味しくなければ、治療食ではない。

電子レンジで3〜4分！ クックチルタイプの料理を全国にお届けしています

Gerson's
宅配食事療法システム

- 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
- TYPE-4…透析食・血糖コントロールタイプ



(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

製造 神奈川県横浜市南区高砂町1-3-7

有限会社ゲルソン商会 / 食事療法研究所

URL gerson.co.jp

あなたの体質改善には「湯カラッと」がおすすめです

体内毒素を汗と一緒に排出し、また体温を1℃上げると免疫力が5倍以上高まります。

悩むより、まず一週間無料でお試ください。

水分管理

全く汗が出ない体質が3ヶ月で100cc出る様になりました。

冷え

基礎体温も上がり、手足の冷えが楽になりました。

かゆみ

汗が出る体質に変わり、痒みがほとんど無くなりました。

体調不良

お風呂よりも体を十分温めることができるため、体調不良が早く改善されます。

透析者の皆様に愛されて12年

「湯カラッと」の商品特徴

- 40℃～50℃の低温で発汗できる仕組（特許）で安心。
- 皮膚の新陳代謝を良くして、かゆみを低減。
- 汗の出ない体質を発汗できる体質に改善。

湯カラッと
（スチーム加熱セット）

定価 228,900円（税込）

送料別 183,120円（税込）

初回送料 4,100円から



クリーニング済み貸出機をお届けします。使用料、送料など一切かかりません。安心して御使用下さい。

無料体験大募集!! バンフレット、無料体験をご希望の方は、下記までお気軽にお問い合わせ下さい。

株式会社 **ハッソー** 営業部 ☎0120-68-8210 TEL.0573-65-0156 FAX.0573-65-0196

〒568-0001 堺市東区中津川中津川1532-326 ◆http://h-hassoo.co.jp ◆E-mail: staff@h-hassoo.co.jp

日々の透析が苦労さま! 筋肉のツリや倦怠感はありませんか? 透析の後、休息せず直ぐ帰ることができますか?

新

Q10ペプセル

キューテン

栄養補助食品
(ビタミンE)



新しくなりました! ●1箱30粒入り→60粒入り●L-カルニチン90mg/2粒→120mg/2粒
たくさんの方々にお試しいただくために、下記の価格でご提供いたします。

お試し
販売価格

2,800

※お一人様
初回1箱1個限り
円/箱 (60粒入り/箱)

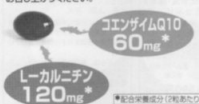
●定価5,250円/箱
●会員価格4,700円/箱
●まとめて2箱なら4,500円/箱
●8箱以上お買の場合は4,300円/箱
●6箱以上お買の場合は4,200円/箱

★2箱以上の定期購入は、おに5%引き(3ヶ月毎に送料)
★全て税、送料込み(郵局を除きます)

eHOPE
イーホープ

がお届けする基本サプリメントで栄養補給を!!

目安として、1日に1~4粒程度の範囲で
お召し上がりください。



※配合栄養成分(2粒あたり)

体内で不足すると...



疲労感 息切れ 倦怠感
筋肉のツリ 血圧の低下 ...

お商
求め
の
は

お電話で
0120-266-910

受付時間 平日9:00~18:00

不老(フロー)

Q10(キューテン)

FAXで 03-5912-6172

ネットで <http://www.clubshop.jp/>



株式会社イーホープ 〒176-0012 東京都練馬区豊玉北4-11-9 イーホーメディカルセンター URL:<http://www.ehope.co.jp>

これまでの飲料に比べて
カリウム
95%
カット

カリウムを気にしている方へ Meiji

"天然の"おいしさそのままのすずみずしい飲料が誕生しました。

カラダに大切な緑黄色野菜や果物のおいしさをそのまま気になるカリウムを95%(※)取り除きました。



※市販のりんご天然果汁
100g中にはカリウムが
110mg含まれていますので
その95%が除去されたことな
ります。

主要栄養成分

(1箱125mlあたり)	(100gあたり)
エネルギー	66 kcal
たんぱく質	0 g
脂 質	0 g
糖 質	16.5 g
ナトリウム	1 mg
カリウ ム	6 mg
カルシウ ム	42 mg
リ ン	7 mg



※市販の果汁・野菜ジュースで
これと同じ緑黄色野菜ジュ
ースを作るとカリウム280mg含
まれていますのでこのドリンク
ではその95%以上が除去され
たこととなります。

主要栄養成分

(1箱125mlあたり)	(100gあたり)
エネルギー	54 kcal
たんぱく質	0.1 g
脂 質	0 g
糖 質	13.5 g
ナトリウム	1 mg
カリウ ム	14 mg
カルシウ ム	120 mg
リ ン	17 mg

●本商品は、通信販売にてお求めください●

お申し込み
お問い合わせ
はお電話で

明治製菓株式会社通信販売部まで(受付時間 平日9:00~17:00)
TEL 0120-860-447
FAX 03-3273-5644
◎ ホームページ<http://www.meiji.co.jp>

お申し込み
方法

●販売価格は、¥1,890(各種12個単位)となります。●商品代金
以外に送料¥525(¥5,250以上のお買い上げの場合無料)●商品は
ご注文後5~7日以内でお届けいたします。●代金は商品をお
取りの期にお支払いください。(手数料無料)●商品到着後5日
以内であれば、未開封の商品に限り返品をお受けします。(送料
はお客様のご負担となります。)(※表示価格はすべて税込み)

明治製菓株式会社 〒104-0082 東京都中央区京橋2-4-16

かゆみ・カサカサ・乾燥肌・黒ずみでお悩みの方へ

白ゴマ抽出液(低温生搾り)を塗って潤いを!



① セサミナチュラル石鹸
100g/2,940円
→ **2,640円**(税込)



② セサミ抽出液
100ml/5,770円 ◆スボイド付
→ **5,190円**(税込)



③ セサミクリーム
25g/6,300円
→ **5,670円**(税込)

セサミ3点セット

① + ② + ③

通常価格 15,010円 ◆ **13,500円**(税込)
(消費税別セサミ3点セット付)
送料別

お試しセット1,500円

石鹸(20g) クリーム(3g)
セサミ抽出液(10ml)
カユイノ(5ml) ※送料込み

新発売



カユイノ
(60ml)

- ・業界初! 完全生オイル使用。完全オーガニックでゴマの栄養素が生きたまま!!
- ・天然由来の抗酸化物質・酵素・ビタミンB群がたっぷり。
- ・使いやすいクリーム状なので、忙しい方でも簡単ケア

(ご使用方法) 顔・髪・体・爪など、気になる箇所に塗布していただく。

(全成分表示) セサミオイル・亜麻仁油・ローズマリー・葉エキス

3,990円(税込) → **3,590円**(税込)

全協会員様特典!!

10%割引

私も、推薦します。



社団法人 滋賀県農産物振興協会
会長 上田 友次

このオイルに出会い半信半疑で使ってみたが、乾燥肌によるかゆみや肌の荒れ等が短期間で改善されたことに驚いています。

それからは、毎日使用しておりオイルと石鹸とクリームは欠かす事ができません。是非皆様もご利用されることをお勧めします。

株式会社サニーコーポレーション



CTCセサミ抽出液販売事業部
〒194-0032 東京都町田市本町田2773-6

製造元(株)シーティーシー

受付時間 AM10:00~PM6:00
(FAXは24時間受付)
TEL.042-860-2639

送料別途
但し1万円以上のご注文は、
無料とさせていただきます。

ご注文は、FAX又はフリーダイヤルで

0120-321-739

FAX.042-725-5550
<http://www.sunnycorp.co.jp/sesameoil/>

皆様の健康生活をサポートします

エルピス

栄養ドリンク

販売価格

1箱50本入り **10,500円**(送料別)

1箱10本入り **2,490円**(送料別)

栄養補助食品 内容量:50ml/瓶
1日の目安量:1本



合成保存料無添加品

配合栄養成分(1本50mlあたり)

コエンザイムQ10	30mg
リコピン	1.2mg
ビタミンE	13mg
ルチン	30mg
EPA	22mg
DHA	9mg
ビタミンB1	2mg
パントテン酸Ca	2mg

栄養補助食品 1箱(内容量60粒)
ソフトカプセル(1粒400mg)
1日の目安量:1~2粒

販売価格
1箱 **3,850円**(送料別)

コエンザイム粒



エルピスは、皆様に不足しがちな栄養成分をバランスよく配合した栄養ドリンクです。

コエンザイム粒は、エルピスに不足する水に溶けない栄養成分をあつめたカプセルです。

皆様のカラダを健康に保つために併せてご利用ください。

ご購入・お問い合わせは

Elpis エルピス株式会社
〒533-0033 大阪府東淀川区東中島1丁目18-27

TEL **0120-393-578**

(受付) 平日9:00~18:00、土・日・祝休業

FAX 06-4809-5575 (24時間受付)

Eメール elpis@joy.ocn.ne.jp

ホームページ <http://www.12.ocn.ne.jp/elpis/>

栄養士さんの手軽で おいしい透析食(1)

医療法人社団 森山医会
森山リハビリテーション病院
管理栄養士

福島 好範



▼鶏肉と大根の黒酢煮▼

材料 (3人分)

・鶏肉もも	60 g
・大根	60 g
・大根の葉	2本
・生姜、にんにく	各1欠片
・サラダ油	大さじ1
・料理酒	大さじ1
・黒酢	大さじ4
・醤油	大さじ1
・砂糖	大さじ1

A

- ①大根の皮をむき、厚さ2cm程度のいちよう切りにする。
- ②大根の葉を4cm程の長さに切る。
- ③鍋に湯を沸かし①と②を茹でる。(大根の葉は早めに取り出し水で冷やしておく)
- ④生姜とにんにくを2〜3枚スライスしておく。
- ⑤鍋で④と鶏肉を炒め表面が色づくまで焼き、皿に取り出しておく。
- ⑥鍋に水、③で下茹でした大根と調味料Aを入れ一煮たちさせるところに⑤を入れ弱火で30分〜40分煮る。
- ⑦皿に⑥を盛付け、②で茹でた大根の葉を飾り、出来上がり。

▼帆立と人参の千切りサラダ▼

材料 (3人分)

・人参	50 g
・帆立缶詰	20 g
・手作りドレッシング	15 g

- ①人参の皮をむき半分に切る。
- ②スライサーの歯を細切りができるものに付け替え、人参を千切りにする。
- ③②を水につける。
(カリウムをしっかりこぼす。)

- ④③をザルにあげしっかり水気をきる。
- ⑤帆立の缶詰をあけ水気をきる。
- ⑥④と⑤を盛りつけドレッシングをかける。

▼手作りドレッシング▼

材料 (120cc分)

・塩	小さじ1/3
・黒胡椒	少々
・砂糖	小さじ1/2
・えごま油	大さじ4
・酢	大さじ4
・マヨネーズ	小さじ1

- ①ボウルに塩、黒胡椒、砂糖、マヨネーズを入れ泡だて器でよく混ぜる。えごま油を少量ずつ加え、全量を混ぜ合わせる。
- ②酢を少量ずつ加え全量を混ぜあわせていく。
- ③酢が全部入って白くもったりしてきたら出来上がり。

【えごま油って?】

えごま油はαリノレン酸を豊富に含む油です。αリノレン酸は体の中では作り出すことのできない油なので食事からの摂取が大切です。透析患者さんにとって適正なエネルギーを摂ることは重要です。油脂類は良いエネルギー源となりますが、量や質、バランスを考慮しなくてはなりません。DHAやEPAを含む青魚の脂やえごま油での摂取をおすすめします。
※えごま油は品質が悪くなりやすく、加熱調理には向かないのでドレッシングでの使用が良いでしょう。
※ドレッシングは作ったら早めに使いきりましょう。

○栄養成分値○ (1人分当たり)

エネルギー	616kcal
たんぱく質	19.6 g
カリウム	655mg
リン	239mg
塩分	1.4 g

▼ごはん▼

- ①炊き上がった御飯を計量し、器に盛る。
(写真は180 g)

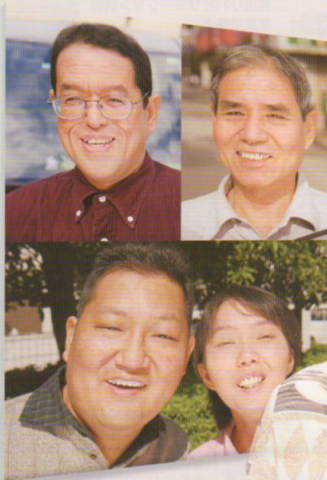
▼苳▼

- ①苳40 gを洗う。
- ②水気をきり、器に盛る。

みなさんお元気ですか！

医師と共同開発で生まれた
栄養補助ドリンク「カルフェロ」が
10周年を迎えました。

カルフェロ誕生10周年
10th Anniversary



全国の腎友会の
皆様の元氣と
やる気を応援します。

はじめてご購入の方に限り
次回「カルフェロシリーズ」50本以上
ご購入の際にご利用できる

お支払用(10人分)
通常 **2,220円**

1,000円金券

1,110円送料別

+
さらに

割引クーポン券
プレゼント

※要領キャンペーンは平成21年7月31日まで
※お一人様1回限り(同一家族1回)
※お祝い、平価キャンペーンにはご適用できません

お一人様一回限り、各1GB



カルフェロ

100mL、100%カルシウム
リン28mg、カルシウム0.5mg

●カルフェロ・マルチ20 各9,500円
■それぞれおトクな定期コースもございます。



マルチ20

100mL、100%カルシウム
リン4mg、カルシウム2.4mg



スーパ30

100mL、100%カルシウム
リン、カルシウムは過剰ありません

●スーパ30 10,500円

カルニチン[®]、必須アミノ酸、
水溶性ビタミン、鉄などに、
コエンザイムQ10[®]、亜鉛などの
栄養素をさらに加えました。

ベータ食品株式会社
〒531-0072 大阪市北区豊崎3-1-22
TEL:06-6371-7111

お申し込み先

0120-831-123

FAX 06-6371-7110

受付時間 平日 9:00~18:00 / 土日祝 10:00~17:00

URL <http://www.beta-k.com>



健康相談室

0120-771-315

受付時間 月~土 / 10:00~17:00