

とうじんまがわ

Tojinkyo SSKA

冬

No.228・2020 1.15

おもな記事

念頭にあって 戸倉振一会长あいさつ	1
なかまのたより	14
2020年年賀名刺広告	17
2020年の透析30年表彰会員	22



浅草・仲見世

 **特定非営利活動法人 東京腎臓病協議会**
(NPO 東腎協)

〒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.toujin.jp/> E-mail info@toujin.jp

講演Ⅰ

60分

慢性腎臓病(CKD)
を良く知ろう

～腎臓を守るために～

講師
福井 亮 先生
東京慈恵会医科大学
腎臓・高血圧内科 助教

慢性腎臓病患者は全国で1300万人とも言われ、新たな国民病として正しい知識と治療法の理解が求められています。CKD（慢性腎臓病）は、「末期腎不全」のみならず心筋梗塞や脳梗塞など心血管疾患の原因でもあることもわかってきております。健康診断を積極的に受け、腎臓病を早期に発見して治療すれば透析導入することなく、または透析導入を遅らせることができます。

講演Ⅱ

60分

今日から実践！

腎臓を守る食事療法のコツ

講師

赤石定典 先生東京慈恵会医科大学附属病院
栄養部係長 管理栄養士

総司会

鈴木吏良(りら)

(元NHKニュースキャスター)

事前に質問用紙に質問事項を書いて頂き、先生方に回答していただきます。

日時

令和2年

2020年3月15日(日)
13:00～16:30 (開場12:30)

場所

**都民ホール
都議会議事堂 1階**

〒163-8001 新宿区西新宿2-8-1

60分

Q&Aコーナー

入場無料

先着250名様

事前申込み不要

Q&A
コーナー

肥満やメタボリックシンドロームなどの生活習慣病罹患者はCKDになりやすいと考えられています。

都民のみなさま「慢性腎臓病(CKD)を良く知ろう～腎臓を守るために～」 「今日から実践！腎臓を守る食事療法のコツ」にぜひご参加ください。

交通

JR 新宿駅西口より徒歩 15 分

都営地下鉄大江戸線都庁前 徒歩 5 分

JR 新宿駅西口循環バスあり都議会議事堂下車(都営、京王) ※循環バスは帰宅時には運行していません。



お問合せ

NPO法人東京腎臓病協議会

☎:03-3944-4048 Fax:03-5940-9556

E-mail:info@toujin.jp

魅力ある東腎協を目指して

NPO法人東京腎臓病協議会会長 戸倉 振一



あけましておめでとうございます。会員の皆様におかれましては、健やかに令和二年の新春を迎えられたことと、お慶び申し上げます。また日頃から、東腎協の活動へのご支援、ご協力に心より感謝いたします。

昨年は、台風19号が東京を直撃し、多摩川で越水や内水氾濫が起き、奥多摩町では道路が寸断されるなど甚大な被害がありました。透析治療にも大きな影響を及ぼし、激甚化した水害や風害に直面した年でした。

一方で透析医療を確保するための対策が飛躍的に進展した年でもありました。一昨年、東京都透析医会が発足し災害対策委員会が組織されたことにより、災害時における透析医療機関や透析患者の状況把握、電気や水、医薬品の確保に向けた行政や関連団体との連携がさらに進みました。東腎協との連携も進み、常時、最新情報が入

って来るようになりました。

昨年の第9回大会では、これらの取組の現状について講演いただき、機関誌No.227で特集したところですが、これらの情報伝達の仕組みとともに、災害対策において透析患者自身の自助が非常に大切になってきます。そのことについて、各ブロック交流会等で啓発を行っているところですが、災害対策については重点項目として今後も引き続き取り組みを充実させていきたいと考えています。

昨年は透析患者の高齢化により、人生の最終段階における透析療法をめぐる諸問題が、深刻さを増していることが浮き彫りとなった年でもありました。本人らしい人生の最終段階を実現するための意思決定の支援、緩和ケアのあり方、ACP（これからの治療・ケアに関する話し合い―アドバンス・ケア・プランニング―）について、今後しっかりと考えて行く必要が

あります。

さて、今、東腎協は様々な課題を抱えています。それらを解決していくために、第一に行うべきことは、腎臓病患者に頼りとされる、魅力ある東腎協とすることだと考えています。幸い、災害対策については、東京都透析医会の災害対策委員会の先生方のご尽力により、充実しつつありますので、東腎協も一定の役割を果たせるようにしていきたいと考えています。今年にはさらに、慢性腎臓病患者のCKD対策、透析患者のQOL（生活の質）の向上、臓器移植の推進、再生医療が進むよう関連団体と力を合わせて実りある活動を進めて行きたいと思えます。引き続き皆様のご支援ならびにご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

最後になりましたが、この一年、会員の皆様にとつて良い年となりますよう、ご祈念申し上げます、年頭の挨拶とさせていただきます。

目次
228号

年頭にあたって

- NPO東腎協会長 戸倉振一…………… 1
- 新年を迎えて
- 副会長・ブロック長あいさつ…………… 2
- 古暮宏（中南部）
- 梅原秀孝（多摩部）
- 榊原靖夫（北部）
- 酒井豊（東部）

- 活動のまど……………11
- なかまのたより……………14
- 2020年年賀名刺広告……………17
- 透析30年会員表彰……………22
- 事務局から……………24

第31回腎臓病を考える都民の集い……表2

新年を迎えて 副会長・ブロック長あいさつ

中南部ブロック

副会長・ブロック長

古暮宏



新年明けましておめでとうございます。年頭にあたり会員皆様の今年一年のご多幸をお祈りいたします。

昨年を振り返りますと厳しさを増す国の財政状況の中、会員皆様のご協力を頂いた国会請願署名活動により腎疾患総合対策の確立を求めた請願が衆参両院で採択されました。

東京都におきましても心身障害

者医療費助成制度、難病医療費助成制度、福祉手当が来年度も従来通り継続されることになりました。これにより私達透析患者の生活基盤が引き続き守られた事は患者会活動の大きな成果でありました。

一昨年発足した東京都透析医会災害対策委員会による災害時の透析医療対策が大きく進展したことは私達患者にとつて誠に心強い出来事でした。

又、戸倉会長が災害対策委員会の委員として東京都透析医会との太いパイプが出来たことは、今後の東腎協の透析患者の合併症対策や慢性腎臓病患者支援対策に協力して取り組む上で大いにプラスになるものと思われれます。

中南部ブロックの昨年の活動は2月新年会、8月正会員、個人会員交流会、10月戸倉会長による災害対策の最新情報についての講演会が行われました。

正会員交流会で各患者会の現況について報告があり、共通した問題として会員の死亡や新規入会者が極めて少ない為、会員の減少に歯止めがかからない事。又、役員の高齢化や後継者がいない事など各患者会とも、会の運営が極めて厳しい状況にある事が報告されました。

東腎協への要望として、入会の動機付けになるような魅力ある企画や情報を提供してほしい事、役員になり手が少ないので、一部業務を東腎協で代行してほしい等があり、事務局としてできるだけ協力するむねをお話ししました。

このように東腎協の基盤の患者会が弱体化している事は極めて憂慮すべきことであり、今年は東腎協としてこの事態にしっかり向きあい打開策を講じる必要があると思われれます。

今年の行事としては、2月2日の新年会、7月正会員会議、個人会員交流会、9月ブロック勉強会、11月正会員会議と個人会員交流会を計画しています。

多摩部ブロック

副会長・ブロック長

梅原秀孝



令和二年、今年の夏はオリンピック・パラリンピックが開催される記念のすべき良い年になる事でしょう。明るいニュースやメダルが期待されます。

さて、多摩部ブロックの会員の皆様はじめ、理事の皆様には東腎協の活動には深いご理解とご協力を頂いています。今年も皆様との活動と交流を深めて参りたいと考えています。

近年、地球の温暖化による災害が多発しています。被災された皆様には、心よりお見舞い申し上げます。何時起こるかも知れぬ災害に備え、透析患者として心構えと準備をする必要があると考えられます。

昨年より、東京都透析医会災害委員会と東京都災害連携医療ネットワークが発足、東京都との取り組みが進められています。私達透析患者も連携し取り組みに参加している所です。多摩地区では八王子医療センターの尾田高志先生が委員長になられて推進しています。

昨年理事改選にあたり、多摩ブロックでは新しい理事に根津恵子さん（あけぼの腎友会サルビア）、小林正和さん（昭島腎クリニックひまわり会）、関口新一さん（国分寺こやま腎友会）、横溝久美子さん（長久保ハナミズキ会）の4名が選ばれ、合わせて9名となりました。現在、積極的に参加ご協力を頂いております。これからもよろしくお願い致します。

本年度の活動ですが、2月9日（日）午前、八王子クリエイトホールにて正会員会議を、午後から個人会員も参加しての合同新年会を開催する予定にしています。

又、3月8日（日）午前、立川市女性総合センターの3階学習室にてブロックの学習交流会を予定しています。講師は東腎協の以前、会長をされていた北部ブロックの糸賀久夫さんです。「患者会の重

要性と透析の歴史」をテーマに体験を通し、今後の東腎協、全腎協の指標を講演して頂く予定でございいます。

「共に学び、より良い透析と、より豊かな人生を」今年も頑張りますしょう。

北部ブロック長挨拶

副会長・ブロック長

榊原靖夫



北部ブロックの正会員並びに会員の皆様、健やかに新年を迎えられた事と存じます。旧年中は、ブロック活動に、東腎協活動や全腎協活動に、多大なご協力とご支援をいただきまして誠にありがとうございました。

昨年は8月に「正会員交流会」、12月に「個人会員交流会」を開催致しました。いずれの集いも、いっつもながら大変熱心に活発な議論

が展開され時間が足りない程でした。

ブロック内に於いては、順調に運営されている病院患者会は少なく、多くの患者会は共通する課題を抱えておられます。それは、高齢化による役員の後継者不在や患者会活動の意義の認識不足。

そして、現在私達が浴している医療費公的負担や数々の福祉サービスが、当然の如く制度として存在しているとの理解のもと、患者会活動の必要性や存在意義が認識されていない為だと思われまます。現在の役員さんの必死な努力にも拘らず患者会への入会が進まず、現状維持が精一杯なところが共通の大きな課題となっています。

今、全腎協でも東腎協でもここで原点に立ち返り、その歴史をしつかり学び、約50年前透析患者が自分の「命と生活を守る」為に壮絶な闘いのうえに現在に繋がる諸制度が整備された事を知り、その大きな財産を次の世代に引き継いでゆく事も、私達の大事な責務であると考えます。

この先人達が残してくれた財産はどんな事があっても無くすことは出来ません。これを守り通す為

には、私達透析患者が皆で結集し訴求力を高め、一步でも前に進んで行きましょう。

本年の北部ブロックはテーマを「新しい年に向けて」として、この様な方向に進んで行きたいと思っています。

東部ブロック長挨拶

副会長・ブロック長

酒井豊



まだまだかと思っておりましたオリンピックイヤーの2020年を迎え、皆様には健やかな新年を迎えられたとお察し致します。

昨年は台風、大雨など災害が相次ぎ大変な年になりました。一部にはこれは毎年やってくる様になると言われ、プラス地震災害も考えると如何なるか想像もつきません。今年もこの災害対策について、もつともつと掘り下げて万全な体

制を作れるようにしていきたいと思っています。

又、高齢化によるフレイル・サルコペニアに対しても対策の勉強をしてしっかり実行する様、一層の勉強をして一人一人の力とそれを結集させて良い年にしたいと思っています。

第86回関東ブロック会議 in 東京

12月1日(日) 午前10時より午後4時まで、茅場町のノーベルフアーマ株式会社会議室にて第86回関東ブロック会議が行われました。

参加したのは、神奈川県3名・埼玉県1名・千葉県2名・群馬県3名・山梨県2名・茨城県2名・栃木県3名・全腎協理事が2名の参加で、東京からは手伝いを含めて15名参加しました。

初めに開催県挨拶として戸倉会長が、続いて全腎協ブロック担当の馬上全腎協理事(神奈川県腎協)が挨拶しました。そのなかで、第85回ブロック会議の参加費を自己負担している人があるので、その分を関東ブロック費から補填した

いと提案がありました。

議長選出(東腎協の古暮副会長に)、続いて榊原全腎協理事(東腎協副会長兼任)が資料をもとに全腎協報告を行いました。中でも、全国大会が来年は福島県で開催、2021年は全腎協50周年記念大会が東京で開催されるので、ご協力をお願いしますとの話がありました。次に各県より4月から10月までの組織状況及び活動報告が行われました。どこの県も会員減少している為、活動が厳しくなってきたり、事務局運営も苦労している。又、災害見舞金の基準の見直しをして欲しい等の発言がありました。

午後からは、東京都災害時透析医療ネットワークの委員でもある東腎協戸倉会長よりこれまでの経過報告と東京都透析医会災害対策担当幹事の菊地先生の紹介があり、東腎協9回大会でもお世話になった菊地先生による「東京の災害対策と広域連携」と題して記念講演が行われました。

講演の後は、休憩を挟んで各県から次の通りの事前に提案議題があった事について審議が行われました。



第86回関東ブロック会議

○神奈川県から「各都道府県組織での運営補助制度の設立を求める」
○長野県から「台風15号、19号の被害状況と都県組織対応について」
○山梨県から「再編統合の検討要請」
○群馬県から「全腎協関東ブロック青年交流会の開催について」
○東京から「全腎協の意志決定のあり方について」
話しあわれた。

その後、会議のまとめとして榊原全腎協理事が話をして、今回の関東ブロック会議の開催県である栃木県の相談役である竹原さんが挨拶をしました。次回は2020

年9月5、6日となります。
梅原東腎協副会長が閉会挨拶をした後全員で記念撮影をして閉会となりました。

東京都透析医会災害対策委員会

12月19日(木)、19時~21時半いちご株式会社会議室にて、今年度3回目の東京都透析医会災害対策委員会が開催されました。本委員会の患者代表委員の東腎協の戸倉と東腎協の会員でもあり、(一社)ペイシエントフード代表理事の宿野部氏が参加しました。

この間の取り組みで特に進展したことは、東京都水道局との連携です。東京都水道局では水道管の耐震化を順次進めています。断水した場合は応急給水を行います。しかし給水車の数には限りがあるため、より効率的に応急給水を行うために、救急対応する医療施設を中心に、貯水槽の状況を調査しています。これまで透析施設はそこの中に含まれていませんでした。

この度、透析施設も対象とすることになり、12月5日付けで、各透析施設に、貯水槽の場所、道



東京都透析医会災害対策委員の皆さん
(右端から戸倉、宿野部)

路との関連などの調査を行うことになりました。

その他、議題として電気、通信手段、企業連合との連携、来年度改定予定の災害時透析医療活動マニュアル等の報告が行われました。

第86回関東ブロック会議

【講演】

「東京の災害対策と広域連携」

東京都透析医会災害対策担当幹事

菊地 勘先生

本日は、ネットワークのお話になります。各県でも連携されていると思いますが、2011年東日本大震災そして茨城県常総市の2つの災害を通して防災ハザードマップ、東京都の透析医会の災害対策、23区のネットワークの話をします。

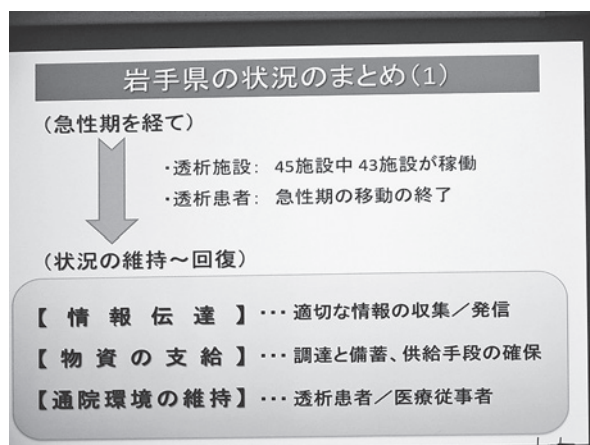
岩手県宮古市の事例

2011・3・11 東日本大震災での地震では、震度6弱、6強では、建物は損壊しなかった。その後の津波によって損壊しています。ここでは、岩手県宮古市の事例を取り上げます。地震直後では、建物は無事です。特に81年から耐震基準が定められている為に、それ以降に建てられたものは、地震では壊れていません。さらに2000年以降は新基準が設けられて

います。今は免震、耐震が非常に優れていますので基本的には倒壊する事はありません。

実際、地震による損壊はありませんでしたが、数分後の津波によって破壊されています。建物が無事でも停電と断水にて透析は不能になります。言い換えれば、電気があつて、水道局等から水の供給がされれば透析が可能です。3階に自家発電・貯水槽があり、透析室が2階にあったクリニックは透析が3日以内に稼働しました。

どの震災でも3日間しのぐと潤沢に回ってくるのが一般的です。3日間の物品だったり、3日間の



救援を考えておくのが基本的な対策となります。被災地の患者さんで透析が出来ない方を内陸に搬送して受けることができたのは、主要ルートがある程度大丈夫だった為です。又、首都から物品を潤沢に運ぶ事も出来ました。透析関連企業の協力があつて、地方まで、たった5日間で2週間分の透析機材を全ての地域に搬送する事が出来ました。

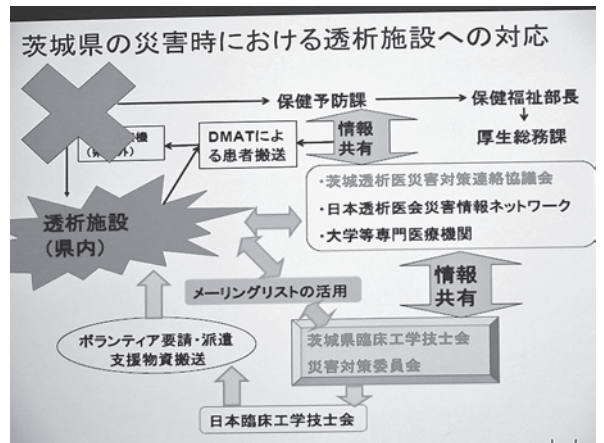
昔から岩手県は地震の経験をしていましたので、岩手医大を中心としたネットワーク又、業者間との連携がしっかりできていました。

茨城県の事例

次に2015年に茨城県で水害が起きています。茨城では、2011年の東日本大震災が起きてネットワークが大事・県内の団結の大事さが認識されて、2014年に茨城県つくば市災害対策連絡会議が設立されています。

年1回、行政と医師と技士が集まる会議をしています。この会議の1週間後に水害が起きています。この時は2つの台風が同時に来しました。

9月10日の未明に鬼怒川が氾濫



2 県を通して

岩手や茨城の災害を経験して、

【自助】

- ・透析時間が短くなる
- ・遠くに行く事もある
- ・場合によっては食事に気をつけることもある

【共助】

- ・我々ネットワークがあたる
- ・施設と連携をして助ける

【公助】

- ・行政が送迎バスの燃料手配
- ・自衛隊の手配

3つの連携が整う事が大事で災害を乗り越える事が出来ます。

広域連絡会議

昨年1月から、栃木県・群馬県・埼玉県・東京都の4県で広域連絡会議を始めました。行政・技師会・医師会が参加しています。昨年9月に予定していましたが、台風の影響で今年1月、延期しました。茨城県も参加します

ハザードマップの重要性

この間の台風19号の災害でも、長野県の千曲川の氾濫した地域も、昨年の岡山県真備町の浸水した地

域も、佐賀県の油が流失した大町町も、多摩川も、浸水した地域はハザードマップとほぼ一致しています。ハザードマップは各県市町村で出しています。冠水地域が分かっていますので是非一度確認して欲しいです。

又、下水道が使えなくなると排水しますので透析が出来なくなります。災害対策委員会では、隣接県で

厚生労働省予算要望（全腎協）と回答（要約）

1. 慢性腎臓病（CKD）特別対策事業の継続、全国展開する環境更に実施している都市の開示

【健康局】↓研修会や講演会等を通して普及に努めている。25都道府県、6政令都市、9中核都市と特別対策事業を実施している。

2. 透析患者の重症化予防、運動療法の指導体制の整備

【保健局】↓多くの職種が関わるチーム医療が不可欠である。療養指導士が現在1031人登録されている。合併症予防、運動療法等含めてチーム医療を先導していくように推進していく。

災害が発生しても、受け入れ準備ができていても、他県からの要請が無いと、勝手に受け入れは出来ません。しかし、東京に來ている患者さんが帰宅困難者となった場合は、事務局に連絡を頂ければ透析施設を探す事もします。

* 東京都の取組みについては機関誌「とうじんきょう」の秋号、No.227に掲載しています。

3. 腎臓病の早期発見・予防の周知徹底、小児から成人まで移行期医療の促進

【保健局】↓これまで通り推進していく方向。移行期医療については、省内でも研究の意見も出てきているので議論がまとまっていくのを注視している。

4. 感染症予防対策の強化

【保健局】↓腎疾患等障害のある方は60歳から64歳、以降65歳から5歳刻みで100歳まで接種出来る様に経過措置をしている。

5. 大規模災害時の透析治療の確保、水・電力・機材の確保に万全を

【保健局】↓避難行動要支援者に関する指針が出ており、避難行動が必要な透析患者は把握する事になっている。災害時、情報収集、連絡、水、医薬品の確保については必要な支援を行って行く事を今後とも徹底していく。

6. 災害時の移動支援と病院への収容、介護・福祉施設の受け入れ周知

【医政局】↓災害の規模とか個別の状況に応じて必要な対応を行っていく。【老健局】↓実際に応じた柔軟な対応を地域の自治体と連携していく。協力病院等に一時避難を依頼する等、要配慮者の安全対策に万全を期すよう周知徹底をお願いしている。

7. 献腎移植が進まない原因究明の、実態調査を行い、移植推進のための対策を

【保健局】↓臓器移植ネットワークに対する補助金によって院内体制整備支援事業を実施している。医師や検査技師が経験の少ない施設

設に応援に駆け付けるといった支援、連携体制の構築事業というものも補助金によって実施している。

①臓器提供施設への支援の検討をドナーの管理に要した費用はレシピエント側から支払われている。臓器移植に至らなかった場合には費用配分基金から所定の金額が支払われている。

②移植コーディネーターの身分を国で保証し、増員を
予算を厚労省で確保し補助金を出しているところ。

③脳死判定専門医の増員を専門医、認定医が臓器移植に関わらない医師2名以上で行う。他施設から応援医師に来て頂く事に取り組んでいる。

8. 文部科学省と連携して学校教育の中で命の尊さについて考える機会を

【健康局】↓小児期からあらゆる方に慢性腎臓病についての正しい知識を身に着けて頂く普及啓発を行っている。関係学会とどの様な連携がとれるか今後も検討を重ねていく。

9. 再生医療の研究の推進

【医政局】↓再生医療の基礎研究を文部科学省が支援、臨床研究の段階のものを厚生労働省が支援をしている。

本年度、東京慈恵会医科大学の横尾先生の研究を再生医療実用化研究事業の課題として採択している。腎臓病の治療法の開発等に向けて関連する再生医療の研究を適切に推進していきたいと考えている。

10. 透析治療ができる回復期リハビリ病棟設置病院の増加を

【健康局】↓回復期のリハビリ施設と透析施設がマッチしないケースがある状況を把握している。連携してスムーズに移行していけるように促進して対応を図っていきたいと思っている。

11. 国民皆保険制度の堅持を

【保険局】↓給付と負担見直し等による制度の持続可能性の確保についても取り組んでいく。今後とも国民皆保険制度を堅持して、安心安全な暮らしを保証して行きたいと考えている。

12. 後期高齢者医療制度の負担割合の引き上げを行わないで

【保険局】↓所得の低い方の自己負担限度額の上限を低く設定する等の配慮を行ってきた。

今後窓口負担の在り方を検討していくにあたり、医療保険制度の持続性の観点を踏まえつつ、高齢者の方の生活や負担へのきめ細かな配慮を行いながら必要なかたに必要なサービスが提供されるように引き続き検討していく。

13. 介護医療院で継続した治療が必要な透析患者が安心して入所出来る様、医療と介護の充実。地方自治体への指導を

【老健局】↓今後とも都道府県・指定都市・中核市と連携して介護医療の適切な運営を努めたいと考えている。

14. 障害者医療費助成制度給付事業等、現物給付している自治体に対して国民健康保険への国庫支出金を減額する事はしない

【保険局】↓減額調整措置については限られた、財源の公平な配分や国保財政に与える影響等の観点から行っているものであり、自治体の公平性に鑑み実施している事

も踏まえてご理解頂きたい。透析を実施している慢性腎不全については減額調整の対象外となっている。

15. 透析患者が安心して介護サービスを利用出来る様、医療と介護の連携体制の整備を

【老健局】↓医療と介護を一体的に提供する事が重要と考えている。厚労省としても市町村における医療と介護推進に資する取組みの充実が図られる様、努めていく。

16. 介護福祉士の研修で透析患者の特性を踏まえた接遇の学習を必須項目に

【社会・救護局】↓障害の理解といった項目が設定されており、腎臓を含む内部障害の種類・原因の特性といった身体障害の基本的理解や、内部障害による機能の変化が生活に及ぼす影響等を教育内容として想定しているところ。障害のある方々の支援を行う事ができる介護福祉士が養成されるよう努めていく。

17. 介護従事者・事業者に対して、透析治療の概要及び患者の特性に

関する啓発を

【健康局】↓透析治療、慢性腎臓病に関する啓発がまだまだ必要と考えている。これまで以上に普及啓発には力を入れていく。

介護職員初任者研修で介護サービスの理解と医療との連携という科目あり取り扱う事が可能であると考えている。

18. 非課税年金並びに世帯分離した配偶者の課税状況を勘案しない

【老健局】↓低所得者に配慮しつつ引き続き、公平性を図る必要がある為見直しをさせて頂き、緩和しながら負担可能な方に負担をお願いしたいと考えている。

19. 施設から、通院の介助や移動中の見守り等のために職員が付き添いを行う場合の介護報酬の加算条件となるように

【老健局】↓要介護度の重度に応じて設定されているため、より介助が必要な方に関しては施設のほうに、より点数が入るという設定になっている。

20. 65歳になっても、介護保険で

はなく障害者総合支援法に基づく自立支援給付の継続を

【社会・援護局】↓障害者総合支援法と介護保険の適応関係については、障害のある方についても他の障害のない方と同様に、40歳以上になれば介護保険料を支払って頂く。介護保険制度に基づく介護保険サービスを利用して頂く事になっている。

本人の内容や意向を把握した上で個々の障害のある方状況に応じたサービスが提供される必要であると考えている。今後ともこう言った考え方の周知徹底に努めていく。

21. 自立支援医療の低所得者層の負担軽減の早期に実現すべき財源確保を

【社会・援護局】↓自立支援医療にかかる低所得者の利用負担の無償化については、現在の厳しい財政状況の下で、多額の恒久的な財源をどの様に捻出するかなどの課題があり、引き続き検討する事としている。

22. 移植後、免疫抑制剤を使用中は障害者年金の支給を停止しない

で

【年金局】↓障害等級に該当する障害の状態であれば障害者年金を継続して支給。引き続き本人の障害の状態に応じて適切に認定を行っていく。

23. 障害者年金の年齢による失権制度の廃止を

【年金局】↓老齢給付を中心とした年金制度の中では、65歳以上の所得補償は、生活の柱の一つとして頂くことが基本であり、65歳以降の新たな障害に対して障害者年金を支給する事や、障害加算を設けるといった取り扱いとはなっていないのでご理解頂きたい。

24. 障害者や高齢者が生活できる年金額に増額を

【年金局】↓できるだけ給付水準を確保できるよう取り組んでいる。障害基礎年金を受給されている方には、消費税率10%への引き上げ時に、障害等級1級の方には月額6,250円、2級は月額5,000円を上乗せして支給しする事になった。今まで以上に障害のある方の生活を支えてまいります。

『台風19号の透析への影響に関するアンケート』調査結果

災害対策委員長 戸倉 振一

概要

台風19号は昨年10月12日（土）

19時頃に「大型で強い」勢力を保ったまま、伊豆半島に上陸し、東京を通過していきました。前日は各公共交通機関が計画運休を決定し、12日（土）の午前中から避難勧告を区市町村が続々と発令しました。

このような中で、透析治療にどのような影響があったのかを把握

し、今後の対策を考えていくために、アンケート調査を行いました。

アンケートの配布と回収

アンケートは東腎協加盟の全患者会の代表者の方々に記入のご協力を依頼したところ、59の患者会から回答をいただきました。皆様のご協力に感謝いたします。

透析スケジュールの変更

表1. 10月12日（土）の透析スケジュール変更の有無についての回答数と比率

	変更なし	変更あり	合計
多摩ブロック	4 (20%)	16 (80%)	20
東部ブロック	5 (33%)	10 (67%)	15
北部ブロック	8 (53%)	7 (47%)	15
中南部ブロック	3 (33%)	6 (67%)	9
合計	17 (29%)	33 (56%)	59

表2. 10月12日（土）の透析スケジュールの変更内容

変更の内容（複数回答）	回答数
A：透析日を前日の11日（金）に繰り上げた	21
B：透析日を翌日の13日（日）に振り替えた	6
C：透析時間が短縮された	25
D：透析開始時間が早くなった	20
E：透析開始時間が遅くなった	2
F：他の透析施設で透析した	2
G：その他	8

10月12日（土）の透析スケジュールに変更があったかどうかについて、ブロックごとに集計した結果を「表1」に示します。透析スケジュールに「変更有り」と回答があったのは、多摩ブロックが16で80%、東部ブロックが10で67%、北部ブロックが7で47%、中南部ブロックが6で67%でした。全体では、全回答数59の内の33で、56%が透析スケジュールの変更を行っていました。この結果から、今回の台風19号の透析治療への影響は東京都全体に及んでいたことがわかります。

変更の内容

透析スケジュールの変更内容についての調査結果を「表2」に示します。回答数が多かったのは、多かった順に「C…透析時間が短縮された」の25、「D…透析開始時間が早くなった」の23、「A…透析日を前日の11日（金）に繰り上げた」の21、でした。多くの施設がこの3つの組み合わせで対応したようです。また、設問にはありませんでしたが、「G…その他」に「12日（土）の午後の透析を中止した」との記述もあったことが

ら、実際には12日（土）の午後や夜間の透析を中止して、11日（金）に繰り上げたりし、12日（土）の午前に振り替えて対応したケースがあったようです。また、12日（土）の午前、午後とも行ったが、患者・スタッフが早く帰宅できるように透析開始時間を早めたり、透析時間を短縮したケースもあったようです。短縮した透析時間は3時間、または3・5時間という記述が多くありました。

その他の回答で「B…透析日を翌日の13日（日）に振り替えた」は6でした。「E…透析開始時間が遅くなった」は2で、来院した順番に対応したためと、金曜日に繰り上げたときの開始時間が遅くなったためです。「F…他の透析施設で透析した」は2で、同じ法人のクリニックに振り分けたの、他施設に入院の方です。「G…その他」の記述には、送迎団体が頑張っていた、避難所に避難した等がありました。

本アンケートにより、大型台風では東京都全体に影響が及ぶこと、計画運休や、避難時にどうするかという教訓が得られました。

リレー エッセイ

腎臓のサイン

20代の頃、入社してすぐに受けた会社の健康診断でタンパク尿が出ていると言われて、身体を労わるよう、無理をしないように気を付けていました。更に塩分にも気を付けていましたが、少しずつ悪化させて仕舞いました。

40代後半の頃に、銀座の百貨店で婦人服販売をしていたのですが、午前の仕事から休憩へ行く途中に目が回って階段から転落して、頭に3〜4センチの傷を負い救急車でお茶の水の順天堂大学病院へ運ばれました。CT検査等を受けましたが、異常もなくその日に帰宅が出来ました。後から考えるとそれは腎臓が、悲鳴をあげているサインだったと思います。その後、川崎市立多摩病院で毎月、経過をみていくようになりました。しか

し、3年後、少しずつ痩せていき、体力もなくなり限界だったのです。よう、平成23年12月暮れ、とうとう風高熱で倒れてしまいました。

翌年、年明けて直ぐ会社を辞めました。そして自宅療養しながら、通院をしていましたが、半年過ぎた頃とうとう透析導入を余儀無くされてしまい、平成24年7月13日シャントを造ることになりました。

私が入院するのは、お産の時だけでしたのもうドキドキものです。シャント手術は、最初上手くいかなかったのですが、何とか無事同年7月24日に透析導入となり、二ヶ月程は、川崎市新百合ヶ丘のクリニックで、透析を受けました。

患者会との出会い

そして9月の終わりに町田へ引

つ越して娘たちと暮らすようになり、現在も通院している町田のあけぼの病院に転院となりました。

あけぼの病院に移ってから間もなく、今は亡くなられています。患者会役員の方から声をかけられました。翌年より少しずつですが役員として活動するようになりました。

年々、高齢化と会員減少していきなで昨年は役員を下さった方を何人も見送りました。とうとう患者会も新旧交代で山田理事が会長になり、サルビアの会として改めてやっ行くことになりました。そして私も月・水・金曜日のまとめ役として活動しています。

東腎協理事へ

更に令和元年、あけぼの腎友会サルビア会会長でもある山田理事に推薦されて東腎協の新理事になりました。この半年の間、毎月行事に参加させて頂きました。最初は、慣れなくてぎこちない思いでしたが、とても勉強になり、知識となっていました。

昨年は相次ぐ災害に見舞われてしまいました。町田でも警告が出た地区もありました。明日は我が身と思うと災害対策について話さないではいられません。少しでも患者会の方々に自助の大切さなど伝えていこうと思いました。

私は腎臓病になって、自分の人生観がそれまでとは本当に違ってきました。先人の方々によって、とてもありがたい制度を作っていただいたと思っています。透析によって生かされていると、自分の病気が腎臓病であって良かったとさえ思うほど感謝の気持ちになります。私はこの事を少しでも皆さんに理解して頂き、今やっている署名活動も一人でも多くの方にお願いできたらと思うところです。

根津 恵子さん



透析7年

NPO法人東腎協理事
あけぼの病院東腎協サルビア

とうじんきょう 活動の まど

中南部ブロック

中南部ブロック全体交流会

理事 須賀 春美

10月20日、災害についての勉強会を開きました。「災害時の透析医療をどう確保するか?」というテーマで、東京都透析医会災害対策委員会の委員でもある戸倉会長よりお話を頂きました。直前に起きた台風19号の浸水状況のお話から始まり、地震、台風(集中豪雨、土砂崩れ)火山噴火について、各データをもとに予想される災害と避難時の注意について分かりやすくお話し頂きました。

その後、各自の近況報告、東腎協への提案・意見、透析についての情報交換を行い、終了しました。

北部ブロック

北部ブロック個人会員交流会

11月17日(日) ルノアール巣鴨
理事 三好 かつお

11月17日(日) 午後1時30分より、ルノアール巣鴨店にて、個人会員の交流会をコーヒーとケーキを食しながら行いました。参加者は、個人会員が11名、理事が2名の全員で13名になり、初参加の方が6名いました。理事は1名が入院中、1名が体調不良により欠席しました。

榎原ブロック長挨拶、東腎協の



活動報告、理事紹介、自己紹介と移りました。

参加者の方々から、「患者会のあったクリニックから転院したら患者会が無くて」、「北海道から引越しをして来たため」、「患者会が解散したため」、「先生の紹介で」、「情報が必要な為」、「息子さんが透析を受けており、代わりに色々知りたくて」等、個人会員の入会理由を語って頂きました。

その他、東腎協への要望等を聞きました。

今回は個人会員の皆様の声をお聞きしたくてテーマを決めませんでしたので、わきわきあいあいと時間いっぱいまで語り合いました。

東部ブロック

東部ブロック交流会

11月17日(日)
理事 酒井 豊

東部ブロック交流会はテーマとして災害時を取り上げてティアラ江東A会議室で行いました。

災害時に透析を確保する為の自助を戸倉振一会長に、災害時の食事の取り方と東京都災害時看護の会の取組みを松岡由美子(個人会

員)さんに講演して頂きました。また、災害備蓄米「はんぶん米」を美味しく食べる工夫を、清湘会栄養科科長中尾優美子さんに講演して頂きました。



ここのとこ台風や豪雨の災害がありましたので皆さんしっかりと聞き入っていました。

多摩部ブロック

多摩ブロック個人会員交流会

須藤 幸子

11月17日、多摩ブロック個人会員交流会を立川市女子総合センタ1で開催し、個人会員10名、理事・事務局9名が参加しました。

初めに、梅原ブロック長より、開会の挨拶、多摩ブロックの本年度の活動及び年間スケジュールの説明があり、次に、会員同士のコミュニケーションを図る為、自身の経験談など情報交換を行いました。

今回の一つ目のテーマとして、高い確率で予測されている首都圏の大地震の「災害対策」について、板橋事務局長より三多摩腎疾患治療医会災害対策委員会の概要、取り組み等について話していただきました。災害ネットワークの構成として、23区と三多摩のネットワークが連携、さらに東京都臨床工学士技会がタイアップし、東京都透析医会が災害対策委員会を発足しています。また、看護師は今年7月東京都透析医会災害事業看護の会を作り、東京のネットワークは完成されています。また、「緊急時透析情報共有マッピングシステム (Tokyo DIEMAS)」で、各施設の電話番号、患者数、送迎の有無、車椅子等、様々な情報が載っており、有効活用しながら災害時に役立てて欲しいと話されました。

さらに、災害時に生き抜くため

に「自分の命は自分で守る」という「自助」の意志と行動が何より大切であるとのこと。

- ・透析施設との連絡をとる。
- ・災害時の食事で注意すべきこと。
- ・災害時の薬など…。

透析患者自身がしなければならぬ災害対策の重要性を改めて感じさせてくれました。

二つ目のテーマとして、関口理事より、「透析患者の医療助成制度」について、人工透析を受ける場合の1カ月にかかる医療費、さらに透析患者の負担を軽減し、治療が継続しやすいような公的医療費制度が確立されている点について話をいただきました。



最後に村越理事より、閉会の挨拶があり終了となりました。

今回の交流会で会員の経験談や意見交換など懇親を深めるよい機会になったと思います。

青年部交流会

六義園散策とランチ交流会

副部長 小林 正和

昨年の12月15日(日)、東腎協青年部主催の「六義園散策とランチ交流会」を行いました。当日は、少し風がありましたが高天候にも恵まれ、六義園の庭園も紅葉が綺麗でゆっくり散策しました。参加者は6名でしたが、初めてお会いす



る方もいて、ランチ交流会では、自己紹介を行いながら、美味しい御蕎麦を食べました。ランチ後は近くのお店でお茶を頂きながら、初参加の方から、青年部で実施して欲しい企画等を聞き、有意義な時間を過ごしました。

頂いた意見を参考にイベントを企画したいと思っています。その際には、皆様の参加をお待ちしています。

尚、青年部の部員を随時募集しています。50歳未満の方、お仲間になりませんか？

グリーンリボンパレード

理事 三好かおり

昨年に引き続き10月27日(日)12時より日比谷公会堂西側から外堀通り、数寄屋橋、鍛冶橋跡までを青山学院大学学友会吹奏楽バンドワリング部を先頭に臓器移植推進グリーンリボンパレードをした。他の団体も参加していたが東腎協からの参加は13名。パレードをしながら、移植への理解のアンテナを上げ、移植カードの配布、お子さんには風船を配った。中には、「移植カード持っています」

と声を掛けて下さる方もいた。青山学院大学の吹奏楽のパフォーマンスが目を引き、足を止めて見ている沿道の方が大勢いた。お店の方も外に出てきて見ていた。

前日の26日(土) 14時より開か



れた前日祭には、東腎協からは、戸倉会長、古暮副会長、榊原副会長、板橋事務局長が参加した。

「臓器移植・過去・現在・未来」というテーマで福寫教偉先生が、

「腎臓移植の現状と今後」というテーマで相川厚先生の講演があった。移植は年が若い方は移植を受けたほうが、寿命が延びるという話をされた。

全腎協

全国代表者シンポジウム

11月23日(土)・24日(日)

東京 アワーズイン阪急

戸倉 振一

梅原 秀孝

少子高齢化等により社会保障費が増加するなか、社会保障制度の後退が危惧されていますが、その制度を堅持するためには組織強化が重要です。本シンポジウムでは、この組織対策と社会保障制度堅持の取り組みを、全腎協と加盟組織が連携を強化し取り組むための情報共有を行いました。

一日目は、社会保障制度の動向として松橋業務執行理事、宮本理事から「都道府県の公費助成制度の後退への対策」、池田通院介護

委員から「介護保険制度の課題」、馬場会長から「透析患者が利用できる通院制度は？」について話題提供があり、質疑応答が行われました。

二日目は、「加盟組織での組織対策の取り組み」をテーマに組織率の高い組織、特徴的な活動を行っている組織の事例報告を受けました。最後に木村副会長から全腎協の活動の歴史をまとめた冊子や入会グッズの活用についてなど、全腎協としての組織強化の取り組みの報告がありました。

日野市透析患者災害ネットワーク準備会について

昨年6月26日、日野、豊田、高幡、百草、平山城址の代表者5名連名で、日野市透析患者災害ネットワーク準備会を結成し、日野市役所総務部安全課長、健康福祉部在宅支援課長と面談しました。

首都圏大災害が予測される中、災害時の透析医療の確保、自助、共助、公助の観点から透析医療に関する様々な対策や問題点を日野市役所に申し入れました。

9月の東腎協大会災害シンポジ

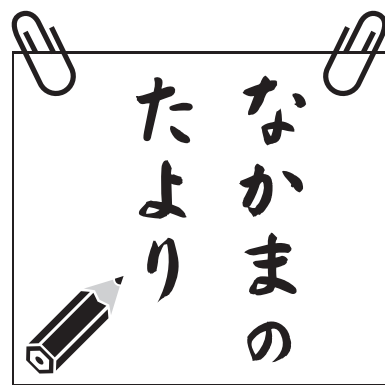
ウムには、休日にもかかわらず担当課長が出席していただき、東京都や東京都透析医会、三多摩腎疾患治療医会、東腎協などの取り組み状況を理解していただきました。

その後10月21日に、市内人工透析クリニック事務長、市立病院、市役所関係課(防災安全課、生涯福祉課)の情報交換会が行われ、日野市透析患者災害ネットワークの趣旨を概ね了解していただき、本年1月30日(木)、日野市立病院にて患者代表者を交え会合を持つことが決まりました。

三多摩腎疾患治療医会のブロック分類では、南多摩ブロック(八王子、町田、日野、多摩、稲城)に属するので、今後全てのブロックにネットワークづくりを呼び掛けていこうと思います。

今後、透析患者の避難訓練、災害食会、地域シンポジウムなどを企画して、患者会の存在、魅力、必要性を多くの透析患者に知ってもらい、入会を呼び掛けていければと思います。

日野市透析患者災害ネットワーク呼びかけ人(日野・板橋俊司、平山・岡田和友、豊田・矢野繁、高幡・田中克幸、百草・富張理子)



江戸川区腎友さつき会 研修旅行

野口忠男

地域腎友会の江戸川区腎友さつき会の研修旅行に参加しました。参加者31名のバス旅行でした。

令和元年11月10日。晴れの日で、小春日和の旅行には打って付けの日となりました。でも朝は肌寒さがありました。

朝8時前には、皆さん江戸川区船堀駅近くの三菱UFJ銀行前に集合していて、参加者の点呼をとった上でバスに乗車しました。運転手挨拶のあと、予定通り午前8時に出発しました。出発後、戸倉振一会長の挨拶と宗像聡之氏から今日一日の工程説明があり、バスガイドの挨拶とお話、女性添乗員

の挨拶お話へと続きました。

バスは平井大橋から首都高中央環状線に乗り、暫くすると遠くに富士山が見えました。バスガイドの方から、10月22日に初冠雪があったと聞きました。

車の流れはスムーズでした。東北自動車道に入って、佐野S.A.で15分間の休憩をとりました。ガイドの方から、「佐野あたりは、台風19号で渡良瀬川の支流が決壊し、浸水した地域です。地域救済、地域活性の為に、是非お土産を買って下さい。」と一言添えられました。S.A.では、多くの観光バ

スとドライブの車が駐車しており、迷わずに戻って来られる方と心配になりましたが、時間通りに戻り、出発しました。

9時50分頃、鹿沼から街中に入り、宇都宮市の大谷石で有名な大谷町へ向かいました。大谷石で造られた塀や蔵が数多くありました。最初の目的地である大谷資料館に到着、駐車場の周りは、切り立った崖に囲まれていて、広場は大勢の観光客でごった返していました。

中に入るのも行列、男性ガイドに導かれて中へ。中は薄暗く、地下への階段は長かった。途中途中、採掘場跡の広場でガイドから説明を受けながら段々と地下深く進みました。地下採掘場跡は、広さ2万㎡、深さ平均30m、最深部は地下60mにも及ぶということです。

地下神殿の如くでした。第2次世界大戦中は、地下倉庫や軍事工場として、戦後は政府米の貯蔵庫として使用されていた。平均気温は8度で、震える程ではありませんが寒かったです。江戸時代の中頃から採掘が始まり、機械化になる昭和34年頃まで手掘りが行われ、数本のツルハシ類と、石を運ぶ時に使われた背負子くらいしか、無

かったということです。現在では、いろいろな採掘や裁断が機械で出来る様になりました。手掘りの時代は、80kg以上もある石を背負子によって一本一本背負って運び出されましたが、機械化の現在では、モーター・ウインチによって巻き上げられています。付加ですが、地下から上がる時に、地下結婚式を挙げられるという人達とすれ違いました。

資料館を出発、道々、所々紅葉はしていましたが、台風の影響で葉が落ちていたり、茶色くなっている物もありました。まだまだ緑色の樹々が多かったです。12時に鬼怒川温泉ホテルに着くと、玄関前で集合写真を撮りました。そして直ぐ昼食へ、一人一人の席にご馳走が並んでおり、乾杯の後、歓談をしながら食事となりました。

料理の品数も多く、美味しく頂きました。食後は、歓談を続ける人、入浴する人、お土産を買う人等、ゆっくりと時間を過ごしました。

13時45分、ホテルを出発し、第2の目的である鬼怒川温泉駅前では猿回しの大道芸が催されていて、見物客が取り巻いていました。14時16分発のSL大樹4号に乗車す



るため乗車券と指定席券を受け取り、改札を済ませて乗車。時速20kmでゆっくり走り始めました。車内では、ガイド・車内販売・記念写真を撮る乗務員の方々がいました。又、車外では、こちらに向かつて所々で手を振って見送る人もいました。下今市駅に到着、再びバスに乗り、10分程で道の駅「日光街道ニコニコ本陣」に到着。お土産を買うラストチャンスという事で多くのお土産を買いました。

30分後、帰途に。車内では電波状態が悪い所もありましたが、天皇陛下御即位記念パレードの様子が映し出されたテレビを見入りました。その後は大相撲中継となりました。所々渋滞となりましたが、途中PAで休憩をとり、船堀に19時に着きました。

お疲れ様でした。怪我する人もなく、集合時間に遅れる人もなく、無事バス旅行を終えました。思い出の多い旅となりました。ありがとうございました。

我々は災害にどう備えるか

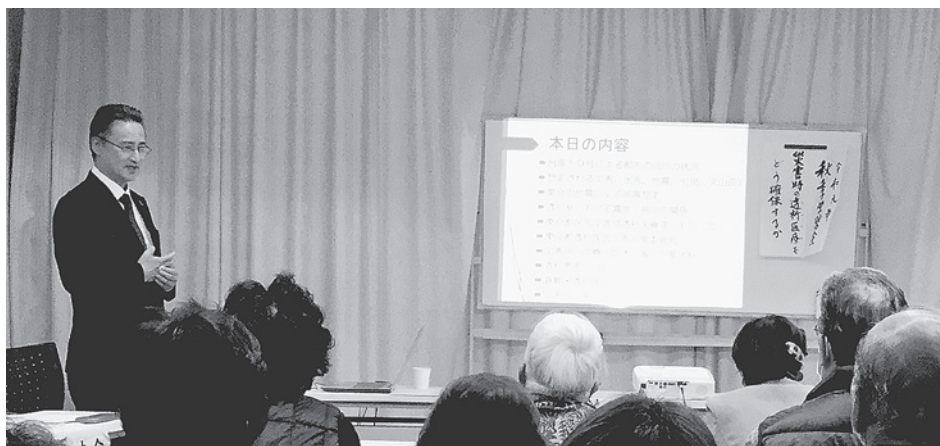
優人クリニック患者会 清水猛

令和元年11月17日（日） 秋季学

習会を下赤塚駅前集会所で開催しました。今回のテーマは東腎協記念シンポジウムと同じ「災害時の透析医療をどう確保するか」です。そこで、講師を東腎協の災害対策委員長である戸倉振一会長にお願いしました。

今年の秋は台風が広域に被害をもたらしました。15号では千葉県で停電・断水が発生し、日常生活は大混乱を来しました。多くの家屋で屋根瓦が飛ばされブルーシートをかぶせた民家がテレビで映し出されました。19号では荒川や多摩川が氾濫・溢水し、民家やタワーマンションが水没しました。このような被害を目の当たりにしていた時期でしたのでタイムリーな学習会となり患者様27名、クリニックスタッフ7名の参加となりました。以下に講演の要点を記述します。

想定される災害は、①水害（台風、ゲリラ豪雨）、②地震、③火災（漏電・通電）、④火山灰などです。板橋区・練馬区のアザードマップでは幸い優人クリニックの水害は免れそうです。しかし、首都直下地震が30年以内に70パーセントの確率で起こることが想定さ



れ、電気・ガス・上下水道などのライフラインに大きな被害が発生します。

一方、透析室の地震被害状況では震度五強までは深刻な被害は出ませんが、6強では複数の透析室で透析不能となり、被災透析患者が大勢発生します。したがって、我々透析患者は日頃から災害への

心構えが必要となります。大災害時には行政や東京都区部災害時透析医療ネットワークなどが連携し、公的支援（公助）をしてくれますが透析患者は公助・共助に頼らず自助（自分の身は自分で守ること）が最も大切となります。大災害時にはインフラが復旧するのに最短でも2〜3日かかりますのでこの48〜72時間をどのように過ごすかという自助が自分の命を守ることにつながります。以下に自助の項目を列挙します。

- ①透析室との連絡（透析可否の把握、伝言ダイヤル一七一一）
- ②食事管理（塩分・カリウム制限とエネルギー確保）
- ③中断出来ない薬の携帯（三日〜七日分）
- ④自分の透析データの携帯（ドライウェイトなど）
- ⑤避難場所での自己管理（透析患者であることを伝える）
- ⑥医療疎開への心構え（被災地域外で通常と同じ透析を受けたい方の生命予後が良い）

我々は災害に突然襲われる可能性を防ぐためにも普段から災害時への備えが必須です。

心施会グループ3患者会 秋のバス旅行記

平山腎友会会長・事務局長

岡田和友

バス旅行は十月二十日(日)に行われました。今回の旅行は府中けやき会の呼びかけで行われたもので、府中けやき会、八王子東町桑の実会、平山腎友会の3患者会から38名が参加しました。

平山腎友会は昨年から二度目の参加で昨年は4名参加でしたが今年は非会員の方が2名、新会員の方が家族を含めて2名参加され、総勢8名が参加しました。八王子駅南口のバス出発時間9時05分の20分前には全員集合して府中の集合地点に向かいました。

府中けやき会の会員12名と平山腎友会の2名が乗車して全員揃ったところで最初の訪問地、葛西臨海水族園に向かいました。

その後東京ベイ有明ワシントンホテルでランチバイキングを食べ、船の科学館、そなエリア東京を訪ね、帰りの車中でビンゴゲームとカラオケを楽しんで帰ってきました。

印象に残ったそなエリア東京の

「そな」とは、災害に備えるという意味で国土交通省の臨海地域の災害拠点施設で防災体験学習ができるのがそなエリア東京とのことでした。

東京直下型地震の模擬被災体験「東京直下72h T O U R」をビデオで体験しましたが。台風19号の水害体験をした直後だっただけに、あらゆる災害に備え72時間生き残るのは大変なことだと日頃の備えの大切さを改めて感じました。



南極観測船宗谷を背景に船の科学館で記念撮影

秋晴れの一日 駒込巣鴨 を歩く

東京歩こう会

古暮宏

第8回東京歩こう会が去る12月8日(日)初参加3名を含み30名が参加し開催されました。前日の雨や寒さが嘘のような雲一つない快晴、無風のこの上ないウォーキング日和に恵まれました。午前10時にJ R 山手線駒込駅前の染井吉野桜記念公園に集合。

今回のメインの目的地で国の特別名勝に指定されている六義園の染井門にほどなくして到着、ガイドの方から「今日は一年のうちで最も美しい紅葉が見られます」と説明いただいた様に赤や黄色と緑が織りなすため息の出るような美しさに一同大感激でした。又ガイドの方から歴史や見どころについて説明を頂き大変興味深く六義園の素晴らしさを知ることが出来ました。美しい庭園を一時余りかけゆっくりお仲間と楽しく語らいながら見学した後二つ目の目的地の巣鴨地蔵どうり商店街へ向かいました。

旧中仙道沿いに800mにわた

り195店舗がひしめく「おばあちゃんの原宿」と親しまれている巣鴨地蔵通り商店街に到着しました。観光客や地元の人たちで混雑する中を江戸六地藏のひとつ真正寺で高さ2.7mの銅像地藏菩薩坐像を参拝し多くの土産物屋や名物の塩大福屋などを左右に見ながら「とげぬき地蔵」で有名な最終目的地の「高岩寺」に到着しガイドの方からとげぬき地蔵の由来など興味深い説明を頂きました。

今回の歩こう会はこの後参加者の皆様がお好きな昼食を自由に召し上がっていただき又お土産等のお買い物をお楽しみいただくよういつもより少し早くこの場で解散となりました。

(今回は谷中・根津・千駄木方面を予定しています。)

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、旅行、趣味、食事会、サークル活動等内容を問いませんので何でもお寄せ下さい。

☎ 03-3944-4048

E-mail kikananshi@toujin.jp



明けましておめでとうございます

二〇二〇年一月

今年もがんばります

NPO法人東京腎臓病協議会

会長	戸倉 振一
副会長・中南部ブロック長	古暮 宏
副会長・多摩部ブロック長	梅原 秀孝
副会長・北 部ブロック長	榊原 靖夫
副会長・東 部ブロック長	酒井 豊
事務局長	板橋 俊司
事務局次長	三好かおり
監事	山口 登
監事	岡田 和友
理事	金井 信憲
	小林 正和
	須賀 春美
	鈴木 明彦
	関口 新一
	長井久美子
	長澤 浩
	中野 雄蔵
	根津 恵子
	野口 忠男
	松本 茂利
	村越 京子
	横溝久美子
	山田 裕美

社会福祉法人 樹会

特別養護老人ホーム 大井苑

理事長 富家 隆樹

〒356-0054

埼玉県ふじみ野市大井武蔵野1277-1

TEL 049-(262) 8686

FAX 049-(256) 5300

医療法人財団

織 本 病 院

理事長 高木 由利

〒204-0002

東京都清瀬市旭が丘1-261

TEL 042-(491) 2121

社会福祉法人 樹会

特別養護老人ホーム 四街道苑

理事長 富家 隆樹

〒284-0008

千葉県四街道市鹿放ヶ丘593-3

TEL 043-(304) 8161

FAX 043-(304) 8163

社会医療法人社団 健生会

羽村相互診療所

所長 小林 重雄

〒205-0023

東京都羽村市神明台1-30-5

TEL 042-554-5420

FAX 042-555-3151

社会医療法人社団 健生会

すながわ相互診療所

所長 小泉 博史

〒190-0002

東京都立川市幸町5丁目9番2号

TEL 042-(538) 1502

FAX 042-(538) 1502

医療法人社団

菊川橋クリニック

院長 古川 猛

〒130-0024

東京都墨田区菊川2-11-1

TEL 03-(5600) 2222

FAX 03-(5600) 0805

医療法人社団 君真光

寺 田 病 院

理事長 寺田 光男

〒168-0081

東京都杉並区宮前5丁目18番16号

TEL 03-(3332) 1166

FAX 03-(3332) 6765

医療法人財団 健康文化会

小 豆 沢 病 院

院長 一瀬 隆広

〒174-8502

東京都板橋区小豆沢二丁目六番八号

TEL 03-3396-8411

FAX 03-3396-0151

医療法人社団 光靖会

井口腎泌尿器科

理事長 井口 靖浩

〒125-0061

東京都葛飾区亀有3-7-7サンセリテ鞠躬子

TEL 03-(3838) 3階3号室

FAX 03-(3838) 8721

医療法人社団 光靖会

井口腎泌尿器科・内科 新小岩

理事長 井口 靖浩

〒124-0024

東京都葛飾区新小岩1-49-10

TEL 03-(6231) 5931

FAX 03-(6231) 5932

医療法人社団 三友会

あけぼの病院

理事長 南郷 俊明

〒194-0021

東京都町田市市中町1丁目23番3号

TEL 042-(728) 1111

FAX 042-(728) 8469

医療法人社団 松和会

大泉学園クリニック

院長 草場 岳

〒178-0063

東京都練馬区東大泉

TEL 03-(5947) 5681

FAX 03-(5947) 5681



明けましておめでとうございいます

二〇二〇年一月

医療法人社団 秀佑会 東 海 病 院 院長 江本 秀斗 〒176-0023 東京都練馬区中村北2丁目10番11号 FAX 03 (3999) 1131 03 (3999) 7027	医療法人社団 松和会 望星西新宿診療所 院長 中尾 俊之 〒160-0023 東京都新宿区西新宿3丁目12番12号 03-5304-5655	医療法人社団 松和会 望星田無クリニック 院長 福井 光峰 〒188-0011 東京都西東京市田無町2丁目21番地12号 FAX 042 (464) 5711 042 (464) 4838	医療法人社団 心施会 理事長 杉崎 健太郎 FAX 042 (366) 8909 042 (334) 2601
医療法人社団 松和会 腎クリニック高野台 院長 松井 道大 〒177-0033 東京都練馬区高野台1丁目3番7号NFプラザII3階 FAX 03 (5910) 3121 03 (5910) 3123	医療法人社団 松和会 望星赤羽クリニック 院長 喜田 浩 〒115-0045 東京都北区赤羽2丁目11番3号 03-3902-0255	医療法人社団 松和会 新小岩クリニック 西尾 信一郎 〒124-0023 東京都葛飾区東新小岩5-20-22 FAX 03 (3694) 5621 03 (3694) 5628	医療法人社団 心施会 府中腎クリニック 院長 杉崎 弘章 〒183-0055 東京都府中市府中町1-8-1 第7三ツ木ビル6F・7F 042 (366) 8909
医療法人社団 松和会 新線池袋クリニック 院長 目良純一郎 〒171-0021 東京都豊島区西池袋1-10-10 東武アネックスビル4階 FAX 03 (5911) 1250 03 (5911) 1260	医療法人社団 松和会 練馬高野台クリニック 院長 鈴木 重伸 〒177-0033 東京都練馬区高野台1-8-15 03 (5372) 6151	医療法人社団 松和会 新小岩クリニック船堀 院長 加納 達也 〒134-0091 東京都江戸川区船堀4-4-24 FAX 03 (3688) 9901 03 (3688) 9973	医療法人社団 自靖会 自靖会親水クリニック 院長 北村 唯一 〒132-0033 東京都江戸川区東小松川2-7-1 FAX 03 (5661) 3872 03 (3674) 7036
医療法人社団 松和会 十条腎クリニック 院長 秋元 寛正 〒114-0034 東京都北区十条2丁目13番1号 ガーデニア4階 FAX 03 (3908) 2411 03 (3908) 2430	医療法人社団 松和会 望星新宿南口クリニック 院長 高橋 俊雅 〒151-0053 東京都渋谷区代々木2丁目9番2号久保ビル3階 03 (3376) 0191	医療法人社団 松和会 八王子東町クリニック 院長 小俣 百世 〒192-0082 東京都八王子市東町7-6 ダヴィンチ八王子7F・8F 042 (646) 6996	医療法人社団 松和会 平山城址腎クリニック 院長 杉崎 健太郎 〒191-0043 東京都日野市平山5-38-1 平山城址公園駅前ビル 042 (599) 2311



明けましておめでとうございます

二〇二〇年一月

医療法人社団 腎と水 新中野透析クリニック 理事長 津田 信次 スタッフ一同 〒164-0001 東京都中野区本町 3丁目23番3号新中野AMビル1階 ☎03(3370)8111 FAX03(3370)8129	わかやま透析クリニック中野南台 院長 若山 慈恵 〒164-0014 東京都中野区南台3-6-17 イマス中野南台3F ☎03(6304)8511 FAX03(6304)8511	医療法人社団 駿昭会 小池内科 院長 小池 昭夫 〒102-0071 東京都千代田区富士見町2丁目13番16号上田ビル ☎03(3265)0203 FAX03(3265)0203	医療法人社団 菅沼会 人工透析・夜間透析・在宅透析 腎内科クリニック世田谷 理事長・院長 菅沼 信也 〒157-0062 東京都世田谷区南鳥山4丁目21番14号 ☎03(5969)4976 FAX03(5969)4970
医療法人社団 清光会 理事長 横山 志郎 〒249-0001 神奈川県逗子市久木4丁目25番8号 ☎046(873)7141 FAX046(873)9991	特定医療法人 清湘会 清湘会 記念病院 理事長 佐々木 成 〒136-0071 東京都江東区亀戸2丁目17番24号 ☎03(3636)2301 FAX03(3636)2309	医療法人社団 晴仁会 立川北口駅前クリニック 理事長 檜垣 昌夫 院長 石原 理裕 〒190-0012 東京都立川市曙町 1丁目31番2号遠藤創造ビル3階 ☎042(523)2299 FAX042(523)2400	医療法人社団 晴仁会 幸町腎クリニック 院長 渡辺賀寿雄 〒190-0004 東京都立川市柏町4丁目1番1号 ☎042(536)3099 FAX042(536)3269
医療法人社団 長尺会 長久保病院 三和クリニック 理事長 桑原 勝孝 〒186-0011 東京都国立市谷保6907番地の1 ☎042(571)2211 FAX042(571)2288	練馬桜台クリニック 理事長 永野 正史 〒176-0012 東京都練馬区豊玉北4丁目11番9号 ☎03(5999)0723 FAX03(5999)0823	医療法人社団 春口クリニック 飯田橋春口クリニック 院長 春口 洋昭 〒102-0072 東京都千代田区飯田橋 3丁目9-3 SKプラザ2F ☎03(5211)1515 FAX03(5211)1519	南青山内科クリニック 院長 鈴木 孝子 〒107-0062 東京都港区南青山 7-8-8 1101 ☎・FAX03(6805)1836
医療法人社団 やよい会 あやせ駅前腎クリニック 院長 榎本 美穂 〒120-0005 東京都足立区綾瀬 3-16-4 とうしんビル5・6階 ☎03(5697)8281 FAX03(5697)8282	医療法人社団 やよい会 立石腎クリニック 院長 遠藤 聡 〒124-0012 東京都葛飾区立石 8-11-2 賛生会ビル2階・3階 ☎03(5672)2151 FAX03(5672)2155	医療法人伯鳳会 東京曳舟病院 院長 山本 保博 〒131-0032 東京都墨田区東向島2丁目27-1 ☎03-5655-1120 FAX03-5655-1121	株式会社 教宣文化社 代表取締役 中村 伸一 〒359-0012 埼玉県所沢市坂之下794 ☎04(2944)4323 FAX04(2944)0118



明けましておめでとうございいます

二〇二〇年一月

adsquare グリーンループ合同会社 〒107-0052 東京都港区赤坂2丁目12番地13号 ぬのうらビル5F ☎03(6277)6580 FAX03(3505)8508	特定非営利活動法人(NPO) 通院移送センター タンポポ 理事長 小野崎 勝 〒176-0012 東京都練馬区豊玉北 4丁目12番13号ノイメゾン桜台1階 ☎03-6775-1173 FAX03-6775-1173 (携帯)080-33204-0226	読者の皆様 新年あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願い申し上げます 吉祥寺あさひ病院・吉祥寺クリニック内 会員一同	謹賀新年 新江東橋クリニック腎友会 会員一同 〒130-0013 東京都墨田区錦糸1-7-13 ☎03(5637)6920
株式会社 東京在宅サービス 代表取締役 中野宏次郎 〒160-0022 東京都新宿区新宿 1丁目5番4号YKBマイカガーデン201 ☎03(3354)0341 FAX03(3354)0373	扶桑薬品工業株式会社 東京第一支店 取締役支店長 松井 幸信 〒103-0023 東京都中央区日本橋本町2丁目4番5号 ☎03(5203)7101 FAX03(5203)7088	謹賀新年 勝和なごみ会 会長 土田 孝 会員一同	日野・高幡・百草園腎友会 会長 板橋 俊司 副会長 春日 清 副会長 栗木美智子 会計 樋渡 恭子 世話人 長田由紀子 世話人 富張 理子 (百草) 世話人 田中 克幸 (高幡) 世話人 田中 克幸
ジープラン株式会社 代表取締役 長谷川貴一 〒101-0032 東京都千代田区岩本町1-3-3 ☎03-3864-1233 FAX03-3864-1244	あかつき印刷株式会社 代表取締役社長 大久保 豊 〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷 4の25の2 APビル ☎03(3497)0531 FAX03(3497)0043	清湘会記念病院腎友会 会長 野口 忠男 他会員一同 〒136-0071 東京都江東区亀戸2丁目17番24号 ☎03(3636)2301	日野市透析患者災害ネットワーク 準備会 呼びかけ人(日野) 板橋 俊司 (平山) 岡田 和友 (豊田) 矢野 茂 (高幡) 田中 克幸 (百草) 富張 理子
ベータ食品株式会社 代表取締役社長 原 年秀 〒531-0076 大阪府北区大淀中 1-16-10 高石ビル5階 ☎0800-111-3211 FAX011-20-989-831	東京障害年金相談センター 所長 杉野 賢一 〒120-0034 東京都足立区千住 1-4-1 東京芸術センター13階5号 ☎03-3888-6614	松和患者会 西新宿支部 新宿南口支部 〒151-0053 東京都渋谷区代々木2-9-2久保ビル3階 望星新宿南口クリニック内 ☎090-8052-4207(遠藤携帯)	日野市透析患者災害ネットワーク 準備会 呼びかけ人(日野) 板橋 俊司 (平山) 岡田 和友 (豊田) 矢野 茂 (高幡) 田中 克幸 (百草) 富張 理子

明けましておめでとぅございます

社会医療法人社団 健友会 中野共立病院腎友会・絆の会 〒164-0001 東京都中野区中野5丁目44番7号 ☎03(3386)3166 透析室03(3386)9107 FAX03(3386)9108 医療法人社団 心施会	柳原腎クリニック 健腎会 会長 永井 昌平 〒120-0023 東京都足立区千住曙町4番16号 ☎03(3888)2707 FAX03(3888)7729	腎内科クリニック世田谷患者会 会長 丸山 通雄 〒157-0062 東京都世田谷区南烏山4-21-14 ☎03(5969)4976 FAX03(5969)4970
八王子東町クリニック桑の実会一同 JR八王子駅前通り ダビンチビル7-8F ☎042(646)6996 医療法人社団 心施会	江戸川区腎友さつき会 会長 戸倉 振一 〒134-0085 東京都江戸川区南葛西1丁目5番1号 ☎03(5658)0757	謹賀新年 菊川橋クリニック腎友会 会員一同 〒130-0024 東京都墨田区菊川2-11-1 ☎03(5600)2222
平山腎友会一同 京王線平山城址公園駅前 東京都日野市平山5-38-1 ☎042(599)2311 医療法人社団 心施会	森山友の会 会長 岸里 悟 他会員一同 〒134-0088 東京都江戸川区西葛西7丁目12番7号 森山脳神経センター病院透析センター内 ☎03(3675)1211	高松病院腎友会 会長 三好 かおり 〒179-0075 練馬区高松六-四-二十三 医療法人 社団蒼生会 高松病院内
府中けやき会一同 〒183-0055 東京都府中市府中町1丁目8番1号 第7三ツ木ビル6F・7F ☎042(336)8909 FAX042(336)2601 医療法人社団 心施会	織本病院腎友会 会長 山下 賢 副会長 宮本 弘之 監査 細田貴代美 〒204-0002 東京都清瀬市旭が丘1-26-1 ☎042(491)2121 FAX042(491)6654	

使用済み切手ご寄付御礼

12月中頃、皆さまからご寄付いただいた使用済み切手は、社会福祉法人豊島区民社会福祉協議会としまボランティアアセンターに寄付させていただきました。患者会、個人会員の皆さまにはたくさんのご使用済み切手をお送りいただきまして誠にありがとうございました。毎月15日発行のとしまボランティアアセンターだより2020年1月号に使用済み切手ご寄付御礼のページに東京腎臓病協議会として掲載される予定です。

今後の活動予定

- 1月26日(日)
第152回理事会・三役会
- 2月23日(日)
第153回理事会・三役会
- 3月8日(日)
東京都災害対策委員会患者向けシンポジウム
- 3月15日(日)
第31回腎臓病を考える都民の集い
- 3月19日(木)
第49次国会請願
- 3月22日(日)
第154回理事会・三役会

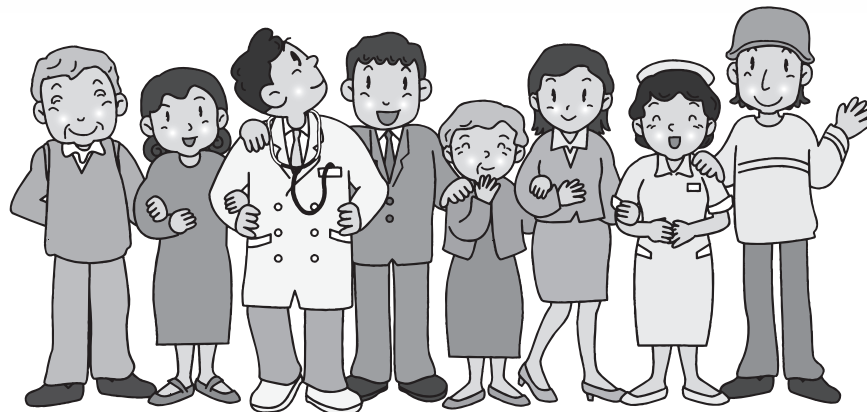
(2020年度)

30年透析会員のお名前

おめでとうございます。これからもがんばって!

会員名	導入年月日	患者会名
✿ 仲 璋子	平成元年3月23日	個人会員
✿ 安齋 和栄	平成元年4月1日	聖橋クリニック腎友会
✿ 寺村 好子	平成元年4月12日	吉祥寺あさひ腎友会
✿ 鈴木 啓之	平成元年5月1日	虎の門・高津会(本院)
✿ 飯塚 靖子	平成元年8月1日	中野共立病院透析室患者会・絆の会
✿ 永井 昌平	平成元年8月15日	柳原腎クリニック健腎会
✿ 高橋 雍子	平成元年9月19日	個人会員
✿ 林 嘉子	平成元年10月19日	織本病院腎友会
✿ 宮下 善久	平成元年11月21日	吉祥寺あさひ腎友会
✿ 藤井 真	昭和50年10月20日	羽村相互診療所たんぼぼの会
✿ 吉川 真美子	昭和54年6月1日	虎の門・高津会(本院)
✿ 井上 信一	昭和59年1月4日	虎の門・高津会(本院)
✿ 中島 有子	昭和60年3月15日	中野共立病院透析室患者会・絆の会
✿ 平子 洋子	昭和60年6月17日	羽村相互診療所たんぼぼの会
✿ 荒井 豊	昭和63年10月11日	虎の門・高津会(本院)
✿ 中西 辰子	昭和63年10月	個人会員
✿ 車田 勝人	平成元年3月30日	松和患者会
✿ 斉藤 友美	平成元年1月15日	松和患者会

*一部透析歴31年、34年、35年、40年、44年の方も含まれています。



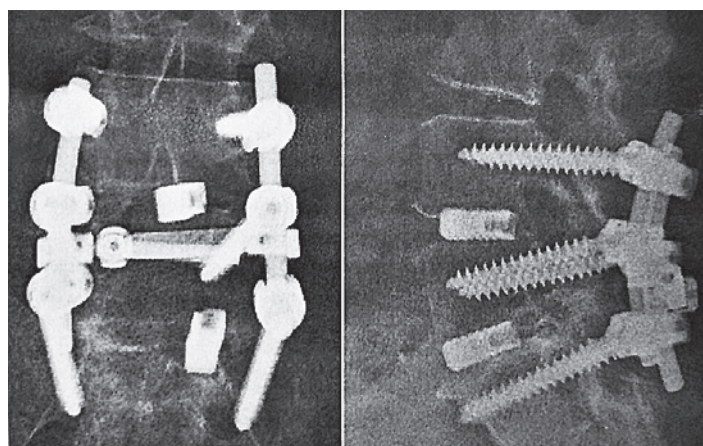
特定非営利活動法人 東京腎臓病協議会

〒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

脊柱管狭窄症の手術をしました

事務局長 板橋俊司

今さら、脊柱管狭窄症手術の体験を記したところで、諸先輩からすれば「何を…」と失笑されるかもしれない。しかし、2月に古希を迎える私にとっては、初めて身体にメスを入れた「一大事」ゆえ、体験愚記を記させていただきたい。12月11日、ここ2、3年難儀し



ていた脊柱管狭窄症の手術を武蔵野赤十字病院で受けた。医者からは、「透析しているリスクを承知してください」と念書らしき文書にサインを求められた。約二週間の入院ということで、順調に行けば年内には退院、年明けには事務局へも出勤のつもりだった。

手術前日はこれから先のことを、あれやこれやと想像してほとんど眠れぬまま朝を迎える。

下半身が動かない…

ストレッチャーに乗せられ手術室に入り、気が付くと、出血用のチューブが背中につながって、その先にはペットボトルくらいの容器に満タンの出血液。そしてそれを補う輸血。口には人工呼吸器、腕には点滴の管が数本取り付けられ、大勢の医者、看護、私の身内が取り囲んでいる。5時間半の手術だったようだ。意識はあるが体の自由が全く利かない。下半身が全く別物になっていた。

それでも手術は成功したようで、GICUから翌日には個室に移動、オーダーメイドのコルセットを装着して、二日目にはリハビリが始

まった。

(このコルセットは4万6千円、毎日10個くらいは注文ありそう。病院指定だからいい商売だなと…)

脊柱固定術

術前の私は、脊柱管に神経が触れ、2、300m歩くと左腰から膝にかけて痺痛が起き、その場で1、2分座り込み、また歩くの繰り返しで杖は必携だった。右足は全く異常なかった。しかし、今はその右足も異常に痺れて、術後しばらくは今後の不安と今回の決断の後悔が頭をよぎった。



オーダーメイドのコルセット

私の手術は「腰部脊柱管狭窄症に対する脊柱固定術」という、神

経の圧迫を除去する手術(除圧術)と、腰椎が変形しないようにスクリューやスペーサーなどを挿入し脊椎を固める手術(固定術)でした。

当初入院2週間といわれたのは健康者の場合で、「透析者」のリスクは1・5〜2倍はあると思われます。医者も「固定術」は透析患者にはあまり勧めたくないようで、同意書を求めたのだと思います。

しかも、透析者は骨が弱くなっている、固定術をしないと再発の可能性が高く、固定術後の再手術例は956例中31例(3・2%)とのことでした。さらに圧迫を受けていた神経機能がすべて回復とは限らないので、痺れは残存しやすいとのことでした。

杖で歩けた！

術後3週間が過ぎ、どうにか杖で独り歩きできるようになりました。大きな山は越えたと思います。完治したら夢はいっぱいあります。旅行もしたいしゴルフもしたい。残り少ない人生を悔いなく満喫したい。当然、患者会活動も今まで

以上に頑張りたいと思っています。
しかし、暫くは透析とリハビリの日々で、すぐに退院というわけにはいきそうもありません。1月いっぱい役員、事務局員、大勢の皆さんにご迷惑をおかけすると思っています。

最後に、この間の入院生活での感想です。2つの病院にお世話になりましたが、どの病室も入院患

事務局から

ご寄付御礼

○扶桑薬品工業（株）
東京第一支店様
ご寄付ありがとうございました

青い鳥・ハガキご寄付御礼

織本病院腎友会
個人会員 石山久美子

皆さまよりご寄付いただいた青い鳥・はがきは郵便局で84円切手や63円はがき等に交換させていただき、東腎協活動に利用させていただきました。たくさんのご寄付ありがとうございました。

者、とりわけ透析患者はほぼ寝たきりの高齢者なのが実態です。私など若手中の若手です。患者会活動、会員拡大の困難さを改めて実感しました。それでも50年の歴史を持つ私たちの活動を、これからもさらに継続していくことの重要性をあらためて感じた次第です。

（病院にて）

青い鳥郵便はがき

日本郵便（株）が身体障害者及び知的障害者の福祉に対する国民の理解と認識をさらに深めることを目的とし、無償で配布されています。東腎協では、会員の皆さまから「青い鳥郵便はがき」のご寄付をいただき、東腎協活動の一助として、毎年ご協力をお願いしております。

お申出方法

（1）窓口でのお申出方法、最寄りの郵便局で身体障害者手帳をご

提示の上「青い鳥郵便葉書配布申込書」に必要事項ご記入の上ご提出する方法。代理人によるご提出も可能です。

（2）郵送での申請方法、「青い鳥郵便葉書配布申込書」と同等の内容を記入して最寄りの郵便局に郵送する方法。

配布について

4月中旬以降となります。最寄りの配達を受け持つ郵便局からお届けされます。配布が始まった後での申出の場合は申出者の住所又は居住の配達を担当する郵便局の窓口申し込みいただいた場合に限り、「青い鳥郵便葉書配布申込書」の記載内容を確認の上、その場で受け取る事もできます。

〈事務局雑感〉

■明けましておめでとうございます。今年もお世話になります。昨年末に事務局長が入院して、代行をしております。未熟者故に、迷惑をお掛けしています。板橋事務局長存在の偉大さを感じています。皆様もお体を大切に（三好）
■新年おめでとうございます。今年もよろしく願います。

寒さも一段と厳しく感じる今日

この頃ですが、12月インフルエンザが流行し、さらに東京では1月下旬以降ピークを迎えると予想されております。人混みでは感染するリスクが高まりますので、マスク、手洗いうがいなど万全の対策をしたいものです。

東腎協では今年も様々なイベント開催を予定していますので、お体にご留意され、皆様のお越しをお待ちしております。（須藤）

■新年あけましておめでとうございます。健康やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。旧年中は、東腎協運営に格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。元号が平成から令和となり、初めてのお正月となりました。夏には東京オリンピックが開催されます。気温もスポーツも今年の夏はいつそう熱くなりそうです。また、第49次全国請願署名運動もご協力お願いいたします。1筆でも構いません。締め切りは2月末日です。署名は東腎協事務局までお送りください。よろしく願います（松山）

表紙の写真は榊永さん撮影

場所は浅草・仲見世