

SSKA

東腎協

No.150
2003
10.25

おもな記事

特集「災害に備える」

「会員さん訪問く88」松岡恵子さん」

私たちの患者会「国分寺こやま腎友会」

知ってにっこり **NEW**



鎌山からの東京湾



東京都腎臓病患者連絡協議会

〒170-0005 東京都豊島区南大塚2-42-6 信友大塚ビル6F

TEL03-3944-4048 FAX03-5940-9556

<http://www.normanet.ne.jp/~touzin/>

E-mail info@toujin.jp

ご自宅で、ゆっくりと『湯カラッと』を
体験してみませんか？

無料体験やってみよう！！

『湯カラッと』は、全国の県腎協・県腎友会・難病連でお取り扱い頂き
使用されている会員の方々に大変好評です。

◇「湯カラッと」は、低い温度
(40℃～50℃)の僅かな
湿り気を含む温風により、体
を芯から温め、無理なく発汗
させます。

◇「湯カラッと」は自宅で簡単
に入浴でき、毎日、または
1日おきに身体を温め、血
流を良くすることで汗のか
ける体質に改善できます。

※ご希望の方には、専門の担当者が訪問し使用方法を説明させていただきます。



標準価格 218,000円 **会員特別価格** 174,400円(税抜き)
【月々6,000円均等払いなど分割払いOK(3～36回)】

お気軽に、今すぐお電話を！！

オンキョーリブ(株)
お客様相談室

0120-31-8065

オンキョーリブ株式会社 東日本営業部

〒104-0028 東京都中央区八重洲2丁目3-12 オンキョー八重洲ビル2F

TEL 03-3548-1571 FAX 03-3548-1573

<http://onkyoliv.onkyo.co.jp/yukara1.htm>

無料体験の制度は、お客様がご自身に合うかどうかを、お試し頂く為の制度
です。したがってお客様には、使用料・送料など一切掛かりません。

医療費と人権



今年も冷夏で雨も多く体調管理に苦労した日々でした。

先日、新聞でドイツの一部学者が「75歳以上の老人には人工透析や、心臓の手術は無用」と発言し議論をよんでいるとの記事を見ました。(読売新聞)

日本でも医療保険財政の赤字というところで、昨年度大幅な医療費の改正を行いました。透析医療費のダウンも20数年前から始まっていて、現在は当時の50

コラム 新おおつか発

%も下がっており、その内容は、透析時間の一律化や、検査点数の引き下げ包括化などがおこな

われ、特に医療スタッフの減少は医療事故発生の要因になっていると思われる。

来年度、再び診療報酬の改正があるといわれます。私達患者にも一部負担や、治療費の抑制が予想されもつと厳しい内容になることが考えられます。

現在、私たちが受けている透析医療費助成制度は30年前当時の患者さん達が辛い身体の状態にも負けず、国や都に健保適用などの要請活動を行い獲得したものです。それが今だんだん削減され、将来は昔のように「金の切れ目が命の切れ目」という時代がこないとも限りません。今後、患者さんの数も年3、4%の増加が続くといわれ、合併症対策費などの増加が考えられ、透析診療報酬がまだ下がると思われる。

このような時に、全腎協、東腎協、各患者会ともに会員の組織率が低下しているという現実

があります。原因は患者の高齢化、会活動に関して無関心など

いくつかあると思いますが、私たちの先輩が命をかけて守ってきてくれた、数々の医療保障をここで無くしてはなりません。

また将来の患者さんのためにも、私たちが頑張つて守っていかなくてはと思います。透析医療の後退を許さないのは、患者の強い意志と団結です。ぜひ各患者会に参加され、命と生活を守る行動を一緒に進めていきたいと思います。

先程のドイツの方向が「痛みを伴う改革」という時の政権の方針から出てきたことを考えると、我が国も決して例外ではなく、現在医療保険制度の抜本的改革が進められており、また、老人医療費はたびたびの改正で負担増になり、保険診療の3割負担導入などが進められています。

今後、予定されている医療費負担増を許さないためにも、積極的に関東腎協活動への参加と患者会への入会をお願いします。

(小川)

目次

新おおつか発	1
特集 災害に備える	2
東腎協活動のまど	6
リレーエッセイ	
阿部 敏弘	9
会員さん訪問(88)	
松岡 恵子さん	10
なかまのたより	12
青年部通信No.6	15
かたんクッキング(22)	
あけぼの病院	
管理栄養士・衛本 啓司	16
私たちの患者会	
国分寺こやま腎友会	17
共に生きる	
加藤 茂	18
知ってにっこり	19
表紙の言葉/事務局から	
編集後記	20

※今号「用語・略語集」は休載します

特集

災害に備える

阪神・淡路大震災を引き起こした兵庫県南部地震（マグニチュード7.3）1995年1月から8年。駿河湾を震源とする東海地震の可能性が指摘される中、もしそこで、M8クラスの巨大地震が起これば、東京も1923年（大正12年）の関東大震災と同じ程度の揺れに見舞われる可能性があります。日頃から災害に対しての心得、対応が非常に大切です。

A 日常の心得

一に自助一わが身は自分で守る―二に共助、そして三に公助

① 日常の準備 非常持ち出し

家庭、職場など日常生活の行動範囲の場に、常備薬を確保し、非常時持ち出し品（緊急時透析患者手帳、身体障害者手帳、ラジオ、タオル、懐中電灯、金銭など）を準備しましょう。

② 普段から地域の交流を保つ

隣近所の人や防災市民組織の役員などに、災害時における避難や通院の援助、情報の提供など依頼しておきましょう。

③ 東京都及び区市町村の防災対策の把握

防災に関する相談窓口や指定避難所、広域避難所を確認しておきましょう。

都や区市町村が発行している「防災マニユ

アル」や「手引き」の内容を参考にしましょう。

④ 各施設の「防災の手引き」などを把握

通院している医療機関への防災時連絡方法、施設の避難場所、透析中の緊急離脱方法、離脱後の避難場所（集合場所）及び、家族との連絡方法、災害時の薬と食事管理（後述）などを把握しておきましょう。

⑤ 通院、移動方法の検討

大規模震災時は電車、バス、車は利用できないことを念頭に、避難所、透析医療機関、救護施設への移動方法などを考えておきましょう。

⑥ 「代替透析医療機関」の把握

通院している透析医療機関で、透析が受けられない場合に備えて、親戚、知人宅などへの避難を想定して、そこに近い透析医療機関を把握しておきましょう。東紙協発行「緊急時透析患者手帳」（黄色の表紙）も参考にし

てください。

災害時に1〜2週間地元から離れて透析を受ける方法が得策であることも考慮しましょう。

B 被災時の対応

① 安全性の確保

透析を受けられるまでの間、カロリー不足を極力防ぎましょう。水分、塩分、カリウムなどの管理を平常時以上にしっかり守りましょう。

広域避難場所に避難した場合、医療救護所の医師や看護師などに透析を受けていること並びに次の透析予定を申し出ましょう。

自分の透析データ、内服薬は覚えておきましょう。「緊急時透析患者手帳」の血液透析条件ページは、必ず記入しましょう。透析条件の変更もあるので、鉛筆書きがよいでしょう。保険証、身体障害者手帳のコピーも挟んでおきましょう。

② 透析医療機関との連絡

通院している透析医療機関へ可能な限りの方法で連絡を取り、「自分の状況」を報告し



阪神淡路大地震で壊れた集合住宅（1995年）
撮影 柳永照也

ましよう。医療機関の透析情報を入手、指示を受けましよう。
通院している透析医療機関が万一透析不能の場合、主治医の指示に従って行動しましよう。

③透析医療機関と連絡不能の場合

地域の防災ネットワークがあれば、その指示に従いましよう。区市町村、保健所からの連絡、あるいは広報などを参考にして情報を集めましよう。

報道機関（ラジオ、テレビなど）から情報を入手しましよう。

NTTの「災害伝言ダイヤル17171」を利用しましよう。17171にダイヤルしガイダンスにしたがって、操作してください。
0180-99-3524で説明が受けられましよう。

④他の透析医療機関で臨時透析を受ける場合
災害時透析患者手帳を提示しましよう。通院透析医療機関へ現在の状況を報告しましよう。

C 透析中に災害が起きた場合

注意報や警戒警報が発令された場合、スタッフの指示に従って冷静に行動しましよう。

地震の場合、穿刺針が抜けないように、血液回路をしっかり握り、ベッドの柵につかまって振り落とされないようにしましよう。蛍光灯などの落下物に備え、毛布などをかぶりましよう。被災状況によっては、次の透析日の指示が出るまで待機しましよう。

D 災害時の食事と薬の管理

①食事の管理

災害時には、透析が数日間受けられない（調理用の水が使用できないことも想定される）。透析回数または透析時間が減る。

・透析回数または食糧が不足したり、救済物資を利用しなければならぬなどが想定されます。このような状況下でも「食事と

水分」を上手に管理すれば、数日間は日常生活を続けることができます。次のような食事対策を考えましよう。

- ・ 基本的な対策
 - ・ 熱量の確保に努めましよう。（食わずにカロリー不足になるのは極力避けましよう。一番危険な状態になることを再認識しましよう）。
 - ・ たんぱく質を多く含む食品は控えましよう。
- ・ 塩分の高い食品は控えめにしましよう。
- ・ 水分量（食物中+飲水量）を1日（300~400ml+尿量）に抑えましよう。

b. 栄養量の比較（1日量）左上表参照

c. 災害時に支給される食品は透析患者用ではありません。せん。

外来透析で尿量0、体重50kgの人の場合

	平常時	災害時
エネルギー(/日)	1800~2000	1200~1400
たんぱく質(g/日)	55~60	30~40
カリウム (mg/日)	1500以下	500~1000
飲水量(ml/日)	500~600	300~400
塩分 (g/日)	5~8	3~4

・ 支給されたお弁当などは佃煮、漬物、塩分の多そうなものやめて、ご飯、パン、ビスケット等のできるだけ食べましよう。

・ カリウムの高い、牛乳、バナナ、野菜ジュース、トマトジュースや、鮭弁当の内弁当、鮭弁

当もカリウムが多いので、注意しましょう。
のり弁当は弁当の中ではカリウムが少ない。

②薬の管理

薬には2、3日間服用しなくても、すぐに身体に影響が出ないものと、1回でも服用しないと身体に影響が出るものがあります。すぐ身体に影響が出るものは欠かさず服用し

なくてはなりません。

※ すぐ身体に影響のある薬

血圧降下剤、心臓の薬、インシュリン等
糖尿病の薬、イオン交換樹脂など（これらの薬は1日分をセットにして3日分程度を携帯するようにします）。

都における災害時医療救護活動の概要

（1）医療救護活動の流れ

- 災害時の医療救護活動は、都民の命と体を守る要となる重要な活動です。都は各防災機関と密接な連携を取りながら、被災者の救護に万全を期すため「東京地域防災計画」において、医療情報の収集伝達、初期医療体制、負傷者などの搬送体制及び広報医療体制などを定めています。区市町村は地域の被災状況に応じて開設する医療救護所に救護班を派遣するとともに、医薬品や医療資材・機材の備蓄に努めることになっていきます。
- 都は区市町村を応援補完するために、都直轄医療救護班の派遣や医薬品や医療資材・機材の備蓄を行うとともに、重症者を受容し治療を行う後方医療施設を整備することになっています。
- 災害発生直後における初期期の医療救護の流れは図の通りです。

（2）医療救護班の編成など

- 災害時において、多数の傷病者が一時に発生した場合や、医療機関が被災したため地域医療に対応できなくなった場合は、区市町村は避難所及び災害現場などに医療救護所を設置するとともに、医療救護班を派遣して傷病者の治療や応急処置などを行います。
- 医療救護所の設置は区市町村が原則として次の場所に設置します。
 - ・ 500人以上の避難所
 - ・ 2次避難所（高齢者、障害者など介護を要するものなどの専用避難所）
 - ・ 医療機関
 - ・ 災害現場
- 医療救護班は医療救護所において医療救護活動を行います。その業務内容は、次のとおりです。
 - ・ 傷病者に対する応急処置（歯科医療を含む）
 - ・ 後方医療施設への転送の要否及び転送願

位の決定
輸送困難な患者、軽症患者などに対する医療

助産救護

死亡の確認

災害時後方医療施設の整備

後方医療施設とは、東京都災害後方医療施設、救急告示医療機関及びその他の病院などで、被害を免れたすべての医療機関をいいます。災害時に救護所では対応できない重症者については後方の医療施設に搬送し入院、治療などの救護を行うこととなります。

透析患者についても被災地外の被災を免れた透析医療機関で透析を行うこととなります。

透析患者は、医療救護所で身障者手帳や東腎協「緊急時透析患者手帳」などを示して、透析患者であることを申し出ておきましょう。

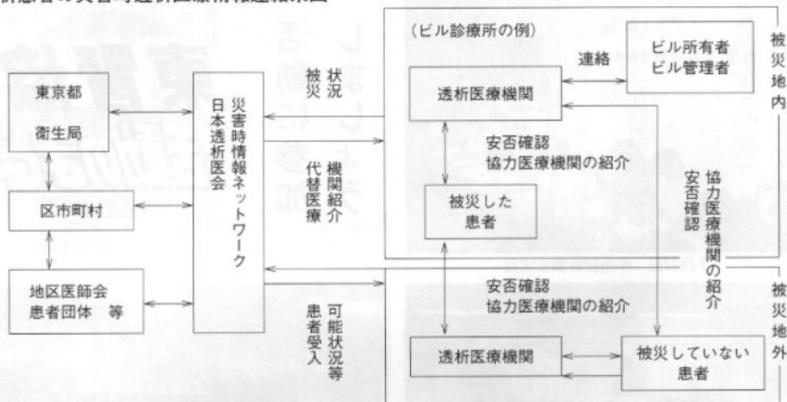
（3）搬送体制 透析患者、負傷者などの搬送

「透析患者は、医療救護所で身障者手帳や東腎協「緊急時透析患者手帳」などを示して、透析患者であることを申し出ておきましょう。

医療救護所の責任者は、後方医療施設に収容する必要がある者（緊急に透析医療が必要な透析患者及びクラッシュシンドロームの患者）が発生した場合は都健康局長、または区市町村長に搬送を要請します。

搬送要請を受けた都健康局、または区市町村が行う負傷者などの後方医療施設へ

透析患者の災害時透析医療情報連絡系図



(注)クラッシュ・シンドローム等急性腎不全患者は、急性腎不全に対する透析に加えて、骨折や臓器損傷等の治療を必要とするため、総合的医療のできる医療機関で治療を受けるべきであり、その対応は医療救護活動の命令、要請及び情報連絡等の系統図によります。

※日本透析医学会災害時情報ネットワーク

社団法人日本透析医学会 (電話03-3255-6471、FAX03-3255-6474、URL: <http://www.touseki-ikai.or.jp/>) ではホームページを利用して、災害時における透析医療機関の情報伝達及び情報収集を行っています。

負傷者等の搬送



(注)医療救護所では、災害時透析患者カードを示して、透析患者である旨を申し出ておきます。透析医療の確保をします。

※ 東京都健康局(旧衛生局)発行
災害時における「透析医療活動マニュアル」
を参考

今号の内容をよく理解され、ご自分の防災
に対しての考え方を再認識されまよう、希
望いたします。(東腎協災害対策委員長・木下)

● 搬送は、状況に応じて次のように行い
ます。あらかじめ、定められた基準に基
づく搬送順位に従って搬送施設などの受
け入れ体制を確認して搬送します。
東京都消防庁による搬送を要請しま
す。
医療救護班が使用した自動車で搬送しま
す。
ヘリコプター、船舶などによる搬送を行
います。
必要に応じて応援協定書に基づき、国や
関係県、市などに広域的搬送を要請しま
す。
搬送は原則として被災現場から医療救護
所までは、区市町村が対応し、医療救護
所から後方医療施設までは区市町村及び
都が対応することになっています。



7月27日 中南部幹事交流会



8月17日 さつき会講演会



8月31日 多摩部学習交流会



9月28日 講演する山崎親雄先生

活動に参加
しましょう



8月3日 地域腎友会交流会



8月24日 東部患者会役員交流会



9月28日 第51回幹事会学習交流会

2004年度東京都 予算要望・回答(一部)

〈健康局〉

①慢性腎炎患者の医療費を公費負担にして下さい。

回答…慢性腎炎患者の医療費公費負担は考えていません。

②東京都医療費助成制度を改正前に戻して下さい。

回答…都財政の厳しい中、医療費助成制度は継続して行っていますが、制度を戻す考えはありません。

※福祉局も同要望同回答でした。

③糖尿病性腎症の透析患者を増やさないため、糖尿病性腎症の知識普及や予防・管理体制を推進してください。

回答…老人保健法に基づき、2000年度から生活習慣病指導推進医療の中で糖尿病の健康相談については引き続き重点課題として実施、充実に努めています。

④透析施設間ネットワーク化や通院の確保など、地震などの災害時ににおける緊急時透析治療体制を早急に確立して下さい。

回答…東京都地域防災計画支援対

策により、1)区市町村医師会及び透析医療機関の協力によって透析医療機関の被災状況、透析医療の可否について情報を収集する。2)透析医療機関及び患者からの問い合わせに対し情報を提供する。3)透析医療機関からの要請に応じ電気、燃料などの供給について関係機関との調整をする。

健康局では災害時における保健所活動マニュアルを定めており、これにより保健所が把握している人、透析患者等の対象者整理簿に従って直ちに患者の介護者や家族を含めて安否を確認し、必要な場合は医療機関と調整しながら、患者に対し稼働病院に関する情報提供を行い、入院などの対処を行い、医療機関からの要請に応じ情報を収集し維持協力する事には日本透析医学会との連携を基に透析や情報の把握に努めます。

⑤透析施設に対し患者本位の治療に努めるよう指導して下さい。

回答…東京発医療改革の一環として患者中心の医療を図るため、都内の医療機関などで行われている医療に関して、総合的に都民からの相談を受け付ける一患者の声相

談窓口」を2001年5月に医療安全課内に設置しました。

この相談窓口には都民からのいろいろな声が寄せられていて、希望によっては監視委員が病院に連絡して希望の内容を伝えたり、注意なり指導を患者に伝えている。また病院への立入検査の折にも、病院での相談内容や苦情処理や院内の処理方法などの確認をして患者本位の治療に努めるよう口頭で指示しています。

①内部障害者は4級まで医療費を公費負担して下さい。

回答…本制度は重度障害者(児童)の医療の困難性とその経済性負担の大きいことに着目して医療費の公費実施を実施する制度である。特に医療技術の高い内部障害者に対しては3級まで対応しているのがご要望の対象を拡大する考えはありません。

②心身障害者福祉手当を増額し、支給要件を改正前に戻して下さい。

回答…福祉改革推進プランとその後、2002年に出ました東京福祉改革ステップII等に基づいて障害福祉分野では福祉サービスの

充実をはかっている。このような中で2000年8月に心身障害者福祉手当制度を改正したもので、これについて支給要件を改正前に戻す考えはありません。

③要介護透析患者や合併症を持った透析患者の対策をすすめて下さい。

回答…介護保険では要介護と認定された方も、通院などの乗車または降車の介助については訪問看護サービスが利用できます。

④介護保険制度で透析患者の移送サービスを実施して下さい。

回答…移送部分については特別給付として実施している区市町村を除いて介護保険の給付は認められていません。

⑤障害者、難病患者に対し、民営バスの無料乗車券を発行して下さい。

回答…現在民営バスの障害者割引は普通乗車券の5割、定期券の3割という事で利用されているが、民営バスについては民間企業であって、各々の企業が独自の判断で割引の政策を行っているもので、都としてはご要望としてお伝えしますが、それ以上の事は都では出来ません。



町田駅前カリヨン広場



池袋駅東口



風移連と一緒に銀座パレード (中南部)



上野公園

10月5日

臓器移植キャンペーン
各ブロックで行動



多摩部ブロック



北部ブロック



中南部ブロック



東部ブロック



透析雑感

東腎協常任幹事 阿部 敏弘

(吉祥寺あさひ腎友会)

意欲を持って、養生をする毎日だ。
新古今和歌集の西行の歌に

年たけてまた越ゆべきと思いきや

命なりけり小夜の中山

命についての感動、力強い生命

の賛歌と思う。年たけて擦り切れ

そんな命を慎ましく楽しんで

様子がうかがえる。

日頃、身体障害者の社会復帰が

言われている。私が思うに、身体

は健康には戻れないが、健常者と

同じ意欲、良識を持ち、あまえた

気持ちには捨て、毅然と生きたいと

思う。私は信仰深い者ではないが、

生かされているありがたさ、不思議

を感じます。

病院でも先生、看護師、技師皆

さんの助けを受け、人は皆、一人

(ひとり)ではない。家族、友人

「東腎協」号外にあって「カルペ

デイエム」(註)の言葉を思い返し、



一日おきの4時間の透析、単調な機械の音が耳元にする。4年前に糖尿病性腎症となる。不規則で、気ままな生活のついでである。いざ、透析となるとお先真っ暗。その時、昔読んだ「歎異抄」を思い出し読み始める。時間があるので、ゆっくり読み返す。幸、不幸に感わされず真剣に生きる仏教の人生観がありました。

私は幼少の頃に両親を亡くした。50歳を過ぎる頃から数々の近親者の死に遇った。今年の春には叔父の一人が亡くなった。90歳を超え

今後の活動予定

平成15年11月

2日 中南部バス旅行

8日 シンポジウム「腎臓病

とともに」

9日 第279回常任幹事会

12月

6〜7日 関東ブロック会議

(東京)

14日 第280回常任幹事会

20日 第1回ビノカンパニー

公演 (腎臓移植推進公演)

平成16年1月

11日 第281回常任幹事会

18日 腎臓病を考える都民の

集い

25日 相談役会

2月

15日 第282回常任幹事会

22日 青年部ボウリング大会

3月

21日 第52回幹事会

註 今日一日を充実させて生きようという意味

会員さん 訪問

第88回
聖路加
二ーレ会
松岡恵子さん

今回の「会員さん訪問」は聖路加二ーレ会の会員でカトリック教徒の松岡恵子さんを訪問しました。夏冷えの続くお盆休みの中、江戸川橋近くの喫茶店でお話を伺いました。

三つの選択

—腎臓病との付き合いは。

松岡 高校生の時に発熱し血圧が高いい事がわかったのですが、特に何事も無くスポーツなどにも励み大学進学に向けて猛勉強しました。

その後、30歳を過ぎた頃に五島列島に10日位旅行をしたのですが帰宅後、微熱が続き大学病院で受

診、1ヶ月の検査入院の結果、進行性多発性のう胞腎と診断されました。

ストレスや無理は禁物との事でしたが、元々、ストレスも感じていませんでしたので、普通に生活しやるべきこともし続けました。それでも年齢を重ねる内には無理もあったのでしょうか56歳の時にクリアチニンが8→9に上がり

現在透析を行っている聖路加国際病院に入院を勧められました。2週間位との話なので、私も静養になると軽い気持ちで入院したので

すが、だんだんと雲行きが変わってゆき、主治医よりシャント手術の説明を受けました。

—その時の心境は



まつおか けいこ
生年月日 [REDACTED]
透析導入日:平成11(1999)年5月24日

松岡 自分が透析を受けるなんて絶対、嫌という思いでいっぱいでした。

主治医からは、ホスピス、移植、透析の三方法があることを教えられ、透析を受けてまで生きる意味が見出せず、ホスピスで静かに死を迎えようと思いました

シャントはちゃんと？

—最終的には透析を選んだのですね。

松岡 そうです。

毎日、神様に祈り続けましたが結論が出ず、苦しい時期でした。

シャントの話を知った時、初めは手術を拒否し主治医を悩ませました。今では笑い話ですが、主

治医がシャント、シャントと言うのは、私にちゃんと、しっかりとするよう励ましてくれていたのと違う思いでいたんです。

その位に透析に対する知識がなかったのですが、それだけに拒絶する気持ちも強かったのでしょうか。何が透析へと踏み切らせたのですか。

松岡 私はヨゼフイーナの霊名をいただいていますので、ヨゼフ様にたくさん祈っていました。

主治医から告げられたシャントの手術日がヨゼフ様の祝日だったので、手術に踏み切りました。

恩恵を貢献に

—透析導入での仕事への影響はありましたか。

松岡 現在、私はコンピュータ関係会社で経理、人事などを担当していますが上司も同僚も私の立場を理解してくれています。

私が仕事に没頭している時などは同僚が透析に行く時間を教えてくれ、とても助かっています。

三〇代の後半は外国入観光者のガイドを兼ねた通訳の仕事をしていましたが、肉体的な疲労も多くなり健康でなければできない仕事でし

た。今は、机上の仕事なので、透析を行っていても続けられます。

もう、引退しても良い年齢なので、働ける間はずかしくありません。お仕事以外にも何か取り組んでいる事はありますか。

松岡 透析での医療費は多くの国民の税金で賄っていただいていますので、少しでも社会へ還元したいと思います。いつか、役立つと考えて、福祉専門学校の夜間学級に通い、ヘルパーの2級の資格を取得しました。他には、キリスト教精神で受ける電話相談のボランティアを行っています。



私も安心して透析医療を受けられるという恩恵をいただいているので、少しでも社会貢献を行いたいと思ひ、ボランティア活動に参加しています。

海を渡ってきた花婿

国際結婚との事ですが、馴れ初めを教えてください。

松岡 33歳の時にスペインのサラマンカに一年間、語学を学ぶために私費留学しました。

留学先ではスペイン語の速記、タイプの勉強もしたかったので、そのためのテキストを探しに入りました。書店で現在の夫と出会いました。

その頃の彼は書籍に通じていて、テキストなどに詳しく、私の必要とする物を親身に探してくれました。そんな事がきっかけで、彼の付き合いが始まったのですが、

留学期間の一年はあつという間に過ぎ帰国を迎えてしまいました。その時点で彼は彼の結婚など考

えてはいたなかったので、心残りがあったものの無事に留学を終え帰国の途に着けた事に感謝していました。友人のいるミネアポリスの大学の聴講をしようとして、スペインからアメリカに渡り、2ヶ月くら

い滞在し帰国しました。

そんな時にもスペインにいる現在の主人から連絡が入っていました。私のスペイン語の先生の協力もあり、主人は文化ビザで来日し、日本語学校に入学、その後、大学の語学研究所を卒業後、何とか日本での生活の目途も立てることができました。

主人の日本での生活は決して楽なものではない事はわかっていますが、主人の誠実な人柄から安心して結婚できました。

国際結婚での苦労はありますか。松岡 私は結婚後も仕事を続けていきましたが、収入の面では、主人のプライドを傷つけないように気を使いました。

外国人を日本社会は受け入れ難いといった体質があるのだと思ひます。主人はスペイン語の能力を活かせる仕事に就けても非常勤でしかなく、私よりも主人が辛い思いもしたのでは無いでしょうか。

現在、主人はスペイン語と絵を教えますが趣味と実益を兼ね楽しむながらの仕事となっているようです。

一人でも仲間を増やしたい!

最後になりましたが東腎協への要望はありますか。

松岡 私は導入後約4年半になります。要望はありますが、私が全腎協、東腎協の歴史を知り、本当に感謝しています。

現在のようにならぬ経済的な負担も無く安心して透析が受けられるのは患者会活動の恩恵だと思ひます。私も少しでも貢献できるように署名活動などに励んでいます。

東京の組織率が30パーセント台というのには納得がいきません。一人でも多くの透析患者の方が全腎協、東腎協に加入して、透析の知識を高め、多くの仲間を作って貰いたいと切望します。

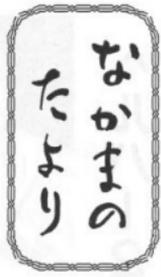
「本日はお忙しい中、ありがとうございます。ごさいます。」

「あとがき」

今回、お話を伺った松岡さんは、とても知的なキャリアウーマンで情熱的な方でした。お話の中では少女のような、純粋な姿も見せて下さり、楽しい取材ができました。

(文・小野 カメラ・田中)

ヘルパー2級をとりボランティア活動



ポタンホール穿刺を……

個人会員(北里研究所透析室)

朝日 美保

全腎協の機関誌で見て、ポタンホール穿刺(いつも同じ場所に針がさせるように、皮膚に穴を開けること。ピアスの穴みたいなもの)を施設にできるか聞いてみました。いつの間にか施設サイドも勉強をしていて、ポタンホール穿刺の説明を受け、キットがそろったところでやってみることにしました。平成15年1月21日、ポタンホール穿刺を作るための第一段階をしました。

いつものように透析が終わって、針を抜き止血したら、その針穴にピアスのような、透明のスティックを入れます(写真1)。ホールに入れたピンキャップの上に、いつも貼るテープを貼り、さらに防水テープを貼りました。次の透析



写真1 スティック

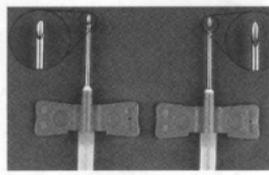


写真2 先の丸い針

のときは、ピンを取り、そこに先の丸い針を入れます(写真2)。まだポタンホール穿刺に慣れていないスタッフたちは、手間取りながらの穿刺でした。ポタンホールの穿刺は、最初にホールを作った人がしばらくの間(ホールが安定するまで)は、穿刺をしたほうがいいようです。毎回穿刺する人が代わると、ホールでないと針を進めていってしまうようです。

透析が終わってホールがふさがらないようにピンを入れるのは、一週間くらいで、そのあとはもうピンは入れなくて、自然にできるかさぶたがピン代わりになります。そして次の透析のときは、かさぶたをきれいにがすとホールがあるんで、そこに針を入れていくといった具合です。痛みは普通の穿

刺よりもかなり軽減されていて、今までは、血管が細くて穿刺に苦労していたので、今はとても快適です。また、穿刺の痕がたくさん付かないのも嬉しいです。ポタンホールのキットはニプロのものを使用しています。

現在、北里研究所では火・木・土で、4人(火・木・土の外来透析は5人)ポタンホールを実施しています。血管に沿った穿刺の痕が消えて、きれいな腕になった患者も出てきています。

国の財政危機と患者会の活動について

虎の門・高津会 事務局長
大場 光洋

平成14年2月14日の第154回会で、非常に気になる質疑が交わされています。それは、前年に一部関係者や政治家に渡った「レポート」(「ネバダレポート」)を取り上

げて、当時の柳沢財務大臣、竹中経済財政担当大臣に、五十嵐議員が質問したものです。

「ネバダレポート」とは、日本の赤字がいかに深刻であるかを指摘したものです。柳沢金融再生担当大臣(当時)が、IMFによる日本の金融セクターの審査受け入れを明言。IMFが日本経済再生に乗り出す場合、8項目の施策をとる可能性を列挙しています。すでに今年の春、日本はIMFの審査を終えたようです。

さて、現在の医療費助成制度が廃止され、一般の保険と同じように、1割〜3割負担になれば、透析者はかなり高額負担を強いられ、3年以上前の悪夢「金の切れ目が金の切れ目」が蘇ります。さらに消費税のアップ、預金からの徴収、年金のカットと追い打ちをかければなお更です。現在でも病院食の費用が患者負担になり、病院食を止め、お弁当を持参して透析する患者さんが増えるなか、これ以上の負担は患者会として必ず阻止しなければならぬ重要な問題です。

3年ほど前から公共事業費より医療費は多くなり30兆円を大きく

超えていて、一方公共事業費は20兆円台後半まで落ちています。合計すると約60兆円が使われている勘定になります。「団塊の世代」と言われる約800万人の世代の人々は、今まで原動力になっていました。高齡化を迎え3年以上先には逆に年金受給者となり、払う側から支給される側になります。少子化が進むと税金は少なくなり、支出が増えれば、私たちの医療費も将来財政危機と共にますます削減を余儀なくされます。

将来はないと言っても過言ではない状況なのです。

現在、我々が思う以上に事態は深刻な状況に近づいていることをご理解していただき、今後の医療保障制度と患者会の活動に関心を深めて頂きたいと思っています。

全腎協関東ブロック 青年交流会に参加して

豊生会

秋山 伸子

30年以上前に先人の透析患者が医療費助成制度のため立ち上がったように、透析治療を受けなければ命がない私たちは、再び一致団結して、この非常事態を乗り越えて行かなければならないのです。

透析患者は精神的にも肉体的にも不安を持ちながら透析治療を受けています。患者会がなぜ必要なのか、もう一度患者会創立期の原点に立ち返り、患者会の意味を透析患者は知る必要があるのではないのでしょうか。今までのような体制を維持できて治療ができると思、「誰かがやるだろう」と患者会に入会せず活動にも参加しないといった考え方で、透析治療の

晴天に恵まれた9月13日・14日の両日、群馬県の猿ヶ京温泉で開催された「全腎協関東ブロック青年交流会」に初めて参加しました。当日は東腎協から参加した3名を含む関東1都6県、48人の青年部会員が集まり、開会後、日高病院管理栄養士 中山優子先生の講演「健康は元氣と透析の調和から」を拝聴し、その中で「自己管理と5年後の目標を持つ事の大切さ」を教えていただきました。テーマ別グループ討論では、「青年部の活動状況について」「食事のコントロール」「移植状況」の3つのテーマをそれぞれのグループで話し合いました。その後夕食を兼ね



左から秋山さん、小関青年部長、須賀副部長

ての交流会では短時間でしたが、他県の皆さんの貴重なご意見を聞くことができ、楽しい時間を過ごすことができました。

今回この交流会に参加できたことでこれまで狭い中での見識しかなかった私にとって数多くの目新しい情報や勇気をたくさん頂き、今後透析患者として生活していく上で大事なもののひとつを得ることが出来たと感じながら帰路につきました。これまでも自分なりに努力をしてきたつもりですが、より一層日々の節制と努力を積み重ね（…といってもあまりストレスにならない程度の話ですが）5年後の目標に向かってこれからは頑張りたいと思います。

短歌

「想い出」

山田クリニク腎友会

水上 清吾（80歳）

寄り添って言葉少なに ただ歩む

アカシヤ並木 木漏れ日の道

あたたかき 君が手にふれ 吾が胸の

ときめきやまず その夜眠れず

夢に見る 今亡き君は 知りせめし
二十（はた）とせのまま 吾に微笑む

俳句

武蔵境駅前クリニク腎友会

萩原 た可司（85歳）

何日迄と問はる 透析 夕瑞居

病葉の 風なく音のなく散れり

おとぼけも 堂に入りたる 生身魂

東腎協のメールアドレスが変更
されました。新アドレス

info@toju.jp

あけぼの友の会 日帰りバス旅行に参加して

編集部

平成15年9月7日。参加者60名、病院から医師2名、看護師長1名、看護師1名が参加されていた。

久里浜から金谷までフェリーに乗船。鋸山のロープウェイの展望台から360度の眺めを堪能して、昼食は近くの旅館へ。ドジョウの柳川なべなど美味しく頂く。ビンゴゲームで盛り上がり、さらにカラオケで大宴会♪ 帰路は干物屋と海ほたるで、皆さん楽しそうにお土産を買っていた。



全員集合

腰の手術日記 その2

にこたま会

押山 大作

(その1はN.O. 148号。術後1週間のベッド上安静に入る)

手術翌朝(木曜日)腰の奥はズンと痛い。朝食は食べやすいように、おにぎりにしてもらおう。食欲なし。午前中さっそく、術衣からバジヤマへ着替えと清拭。右へ、左へ身体をころころ回転させて、完了。上半身と下半身を同調させて寝返るのは難しい。「これもリハビリです」だって。「へえー」。しかし、着替えて気持ちが悪くさっぱりする。術後のレントゲン写真を見て、大工仕事のような手術を想像。身震いする。

起きれないので、手が届かないところの物は、おもちゃのマジックハンドが役に立つ。ベッドの柵にはポケットをつけてもらい、薬など入れておく。1日が長い。手術後2日目。透析室へは病室のベッドごと移動。体重は、寝たまま担架のようなものに移り、それを吊るして計る。空中浮遊? 透析スタッフは術後の患者に慣れていて、心配りが行き届いてい

る。やはり痛みが辛く、時間を短縮。

土曜日。ベッドに寝たままで、洗髪をしてもらおう。気持ちいい。食事のとき上体を30度起こす。以て45度、60度と上げていく。

トイレを心配していたが、どうとう下剤服用。結果、ベッド上で看護師の世話になる。赤ちゃん状態! 痛みはかなり減り、点滴から内服に変わった。しかしまだ仰向けは痛い。

術後1週間。辛かったベッド上の安静を乗りきった。コルセットをしてゆっくり立ち、歩行器を試してみる。立てた、歩けた。嬉しい。腰も伸びている。やったー。部屋の中を歩行器で歩き回って、喜びを実感する。自分でトイレにいきけるのも本当に嬉しい。歩行のリハビリが始まる。まだ、腰をひねるのは厳禁だが気を抜くと危ない。前かがみも怖くて出来ず。安静解除になったら、すぐシヤ



ワー!許可も出た。防水絆創膏を貼って、着替えから身体を洗うことまで、看護師に介助してもらおう。生き返ったような爽快感!

抜糸は慎重を期して、2週間を過ぎて半抜糸。3週間で全抜糸。キレイに傷口は付いていた。抜糸したとたん、退院の許可が出る。退院前に私の手術を担当してくれた手術室の看護師には全員そろってお会いできた。杖をついているが、歩いて退院するところを見てもらえて良かった。三上先生、高橋先生、乳原先生、病棟、透析室のスタッフの皆さん、ありがとうございました。

腰の具合が悪いときに比べ、気持ち前向きになり、意欲も湧いてきた。手術の決断には時間がかかったが、受けて本当に良かった。



手術室スタッフと

青年部通信

No.6

みなさん、こんにちは！ 秋ですね。秋の味覚が店頭に並ぶ今日この頃ですが、いかがお過ごしですか？ 秋の味覚はカリウムの高いものが多いので、まずいカリイメトを飲みながら……となる方も多いと思いますが、おいしいものはやめられない!!?

さて、今回は、8月30、31日に開かれました「全腎協青年交流集会in北海道」の参加者の感想をお伝えします。

今年全腎協青年交流集会は北海道で「未来は自分たちで創り出す」をテーマに全国から151名の参加を得て行われました。申し込み時に討論会を聞くための事前アンケートとして「青年部活動への期待」「透析医療への不安や希望」「移植医療への希望」「ネットワーク利用」について、各自の意見を求められ原稿にして提出しました。また、青年部活動報告書も提出しました。

副部長：朝日 美保（北里研究所病院）

今回はパネルディスカッション形式だったので、たくさん意見を述べたりはできませんでした。しかし、パネリストの方々一人一人の思いが細かく聞けたので、とても参考になりました。普段なかなか情報が入らない話題を知ることができる交流会は、有意義だと思いました。全腎協の油井会長のお話で、青年部の立ち上げ理由（リーダーが高齢化してきてその中で危機感を持ち、若い人たちの力が上がれば将来的に安心）を聞いて、自分達が頑張らなければいけないと、ひしひしと感じました。

幹事：阿部 豊（南池袋診療所）

晴れた北海道、空気も食事も美味しくって思わず自然を満喫してしまいました。もちろん、パネルディスカッションも真剣に参加しました。ただ、パネリストと一部の人が発言するのみでイマイチ盛り上がりかけられるかなーっと思いました。でも、その後の交流会等で他県の方々とお話ができ、友達になること



右端から阿部、朝日、須賀、鈴木さん

が出来たのが何よりの収穫でした。

副部長：須賀 春美（虎の門・高津会）

全国から提出された事前アンケートが200ページを超える資料となって、手元に届いた時はどうしようかと思いましたが、何とか目を通して交流会へ参加しました。参加したみなさんは目を見張る活動をされている方がいて、とても勉強にまた励みになりました。あまりに参加者が多すぎて、全員の顔を見ることも困難な状態ではありましたが、他県の方との交流は良い刺激になります。今後みなさんと交流を続け、良い刺激を受けたいと思います。

幹事：鈴木 英範（田端駅前クリニック）

私はCAPDをしております。今回パネリストとしてCAPDも透析の選択肢のひとつとして皆さんに知っていただきたいとお話させていただきました。また「CAPDのバック交換を見てみたい方はいつでもどうぞ」とお話ししたら10名くらいの方に見てみたいと言われ、夜12時のバック交換と胸から出ているチューブの出口部分をお見せしました。皆さんがCAPDについて興味を持っていた事がとてもうれしく、また、自分にとってもとても有意義な交流会でした。

※次回の予定

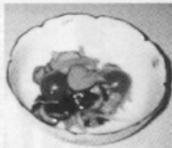
平成16年2月22日（日）ボウリング大会

かんたんクッキング

>ZZ<



あけぼの病院 管理栄養士 樋本 啓司



◆さんまの蒲焼丼

材料（1人前）

<漬ける>

- ・生さんま 60g 三枚下
- ・生姜汁 少々
- ・料理酒 5g

<調味液>

- ・減塩醤油 10g
- ・砂糖 4g
- ・料理酒 5g
- ・みりん 6g

- ・小麦粉 7g
- ・サラダ油 10g
- ・ししとうがらし10g（2本）
- ・針生姜 少々
- ・ごはん 200g

（作り方）

- ①さんまを3枚に下し料理酒、生姜汁に漬ける。
- ②漬け終えたら水気を取り軽く小麦粉をまぶす。
- ③油を引いたフライパンを熱し、さんまの皮を上側にして焼き、裏返し皮を下側にして焼く。
- ④火が通ったら、調味液を入れ味をなじませる。
味が染みたら火を止め、ししとうを入れて蓋をし、5分程度蒸らす。
- ⑤丼にご飯を盛り、さんま、ししとうをのせる。
真中に針生姜を飾り出来上がり。

一口メモ

さんまを下すのが苦手な方は、下したものを
ご用意して下さい。

さんまは血液をサラサラにするEPAや頭の
回転をよくするDHAが豊富に含まれています。

また、ビタミンDやB12も多く、栄養価の高
い食材です。

◆きゅうりの土佐酢醤油和え

材料（1人前）

- ・きゅうり 30g
- ・塩 0.3g
- ・乾燥わかめ 1g
- ・みょうが 10g
- ・黄ピーマン 10g
- ・プチトマト 10g（少1個）
- ・かつお節 少々

<調味液>

- ・減塩醤油 7g
- ・砂糖 2g
- ・酢 3g
- ・ごま油 1g

（作り方）

- ①乾燥わかめは水に戻し、ザルで水気を切っ
ておく。
- ②きゅうりを小口（薄く）に切って軽く塩で揉
む。
黄ピーマン、みょうがはせん切りにし、トマ
トは半分に切っておく。
- ③各材料を器に盛り付け、トマトの上に飾り調
味料を合わせたものを上からかける。最後にか
つお節をのせて出来上がり。

（栄養価）

エネルギー	739kcal
蛋白質	20.1g
脂肪	27.1g
カリウム	480mg
リン	245mg
塩分	1.9g

◆美味しく食べました◆

さんまというと塩焼きをイメージしますが、
ひと手間かけた蒲焼丼も美味しいです。
脂ののったさんまと調味料が絡み合い、白いご
はんととても合う料理です。

きゅうりの土佐酢醤油和えは、みょうががア
クセントとなり、さっぱりとした味わいです。

調理・小野編集委員（写真左上）

わたしたちの患者会

20

国分寺こやま腎友会

病院名

医療法人 こやま会

こやまクリニック

病院所在地

〒185-0001

国分寺市本町

3-7-28

電話番号

042-328-0035

◇会行事 定期総会：今年には会員数アップの目標を立てました。秋のレクレーション：院長先生、スタッフの方も参加してバス日帰り旅行または食事会。今年は9月に日帰りで勝沼へ。クリニック主催春、秋の勉強会：今年には医療費、ダイアライザー等の勉強で、ほとんどの患者が参加しました。院長先生は患者にもほとんど質問してもら

病院と共に向上

い、一緒に学んで向上していきたいとのことでした。

・忘年会：立食パーティーでカラオケやビンゴゲームなど。

◇役員会 行事がある際は開きます。普段は電話で連絡を取りあっています。会で鍵付きのロッカーを貰っているので、書類などはそこに入れて、曜日ごとに配ります。

◇会員拡大 一人一人に情熱を持って説明し、納得してもらい、会員になってもらいます。

◇会報 会報名「トライアングル」(医師、スタッフ、患者の三位一体の和こそ必要であるから)。月一回は出したいのです。人材がいないので現在は休刊中。

◇病院との懇談 総会で確認された件案を文書で院長先生に提出、回答をもらう。それ以外は



右端から小山院長、岩男会長

その都度、看護部長、技術部長、技術課長と懇談。

◇特に強調したい会の特長 総会以外は会の行事に関して、院長先生の理解もあり、院長・スタッフとの合同で行います。

◇食事 患者負担一食640円

◇東腎協への意見 総会で会員数をブロックごとに明記して目標にしたらどうでしょうか。

機関誌は楽しみにしています。医療関係のシリーズがあるといいですね。

会長 岩男幸尚

東腎協幹事 高倉正子・佐々木恵子

会成立年月日 平成5年3月

東腎協会員数 70名

非会員数 19名

会費年額 8,000円



病院待合室で左から二人目が高倉幹事、四人目が佐々木さん

役員体制 会長1名、副会長2名、会計2名、監査1名・曜日担当役員1名

□記者感想(取材・當喜美子) 当日は、院長先生、会長、幹事の方々と一緒に取材をしました。こやまクリニックは、今年3月に病院を新築。5段階のエンドトキシカットフィルター、装備や、オンラインHDFなど、最新の機器を導入され、待合室も花があふれ、全館バリアフリーのオビニオンリターを視野にいられた明るい施設でした。また常に院長先生が回診を毎回欠かさないなど、患者と病院の一体感を感じました。

共に生きる

②

加藤 茂

8月の最後の日曜日、高尾山に登ってきました。ハイキングに出かけるのも久しぶりです。高尾山登山口から1号路の急坂を選び、汗をかきながらゆつくりと歩きました。山頂に着くと缶ビールを買ってノドを潤して昼食。下山は、リフトで降りてき

ました。

駅に向かう途中でアケビを売っていたので買いました。アケビは、実際に食べてみるとあまりおいしーとは思えませんでした。また、トリックアート美術館の割引入館券を配布していたので寄ってみることにしました。高尾山駅の前前の通りにあるガソリンスタンドの階上が美術館です。

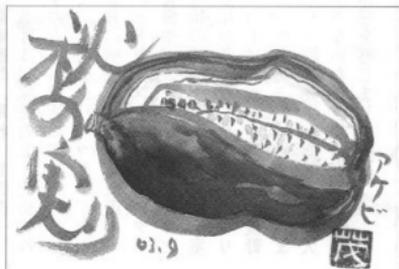
平面に描いてあるのに立体的に見える不思議な絵画。各地にも同様のトリック美術館がありますが、

リンゴの香り

し、許せないことだと思えます。

秋を代表する果物はリンゴ。赤くそまつた果実は温かみがありそうです。甘そうな香りがなんともいえません。

朝日新聞の朝刊のまん中の見聞きに日本医師会の意見広告が載っていました。病院に株式会社が入ったらこうなってしまう、ということを想定したものでした。すべてお金本位の医療でランクづけされてしまう恐ろしい内容でした。現在さえ、医療は次々と改悪され、自己負担が増え続けています。



秋の味アケビ

ほんとうに実現されたら、と危機を感じたのは私だけではないでしょう。(2003年10月)



かとうしげる 経歴
1951(昭和26)年
2月16日生れ
東腎協設立に慢性腎炎
時に参加。現在は治療

1972(昭和47)年
東腎協設立時 会計 担当

1974(昭和49)年 事務局長

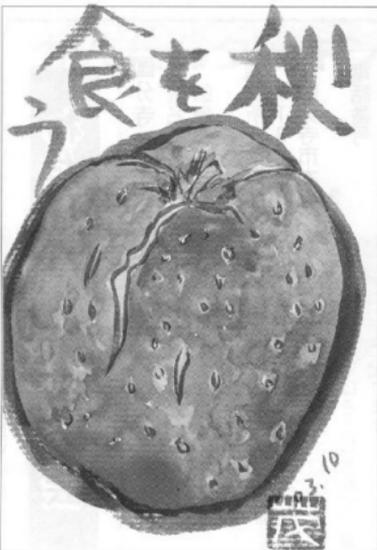
1976(昭和51)年 機関誌「東腎協」第13号から編集委員長担当

1989年(昭和64)年まで、13年間、定期発行に貢献した。

その間常任幹事も続けた。現在、編

集委員であり、顧問的存在。

1972(昭和47)年



秋を食うリンゴ

障害者向けの 携帯電話割引開始

各社共割引率は5割とされています。手続きにはいずれも障害者手帳が必要です。

NTTドコモは「ハーティ割引」を9月1日(月請求分)からドコモ・ショップで受付け、問い合わせ先はドコモの携帯からは局番なしで151。一般電話からは0120・8000・000へ。

KDDIは「スマイルハート割引」を11月1日から開始。auショップで受付け。auお客さまセンターTEL0077・7・111へ。

J・フォン(ポータフォン)は「ブライオリティサービス」を10月1日から受付け、サービス開始。問い合わせはTEL0088・1240157へ。

ツーカーグループ3社は11月1日より開始。問い合わせ先はお客さまセンター0077・789151。

ETCでも障害者割引

来年1月20日より高速、有料道路の障害者割引利用方法が変わります。12月1日以降、障害者手帳を区市町村の福祉事務所へ持参し、有効期限2年付きの証明印を受けます。割引券が廃止され、手帳提示で割引が受けられます。同時にETC割引も申し込めます。この申請手続きを必ず行ってください。申請しないと障害者手帳を提示しても障害者割引が受けられません。

なお詳細は11月過ぎに道路公団の広報等でお知らせします。経過措置：平成16年5月31日までは従来通りの方法でも通行可能です。

JRジパング倶楽部 特別会員

JRでは、「ジパング倶楽部」に、「身障者ジパング倶楽部」を設けています。身体障害者手帳を持っている男性60歳以上、女性55歳以上の方ならこの制度

に入会することができます。特典はJRを201km以上利用する場合に特急券や急行券、グリーン券、座席指定券などが20%割引になります。割引の対象にならないのは、寝台料金、新幹線のグリーン個室料金、「のぞみ」の特急料金、などです。

入会手続きは、①東京都身体障害者団体連合会 〒162-0823 新宿区神楽河岸1-1セントラルプラザビル5階 TEL03・3268・7184で申込用紙を送付してもらいます。(FAX03・3268・7228)②入会申込書に必要事項をご記入のうえ「新規用」申込書、身体障害者手帳のコピー、年会費1,010円(有効期限1年)と手数料として80円切手2枚を同封してご送付ください。写真や印鑑は必要ありません。

約1ヶ月でJR「ジパング倶楽部」から乗車券購入証20枚と旅行記録の手帳が郵送されます。この手帳を入手した時点から会員となります。全国の駅・旅行センターで購入できます。また

第1種の方は介護の方1名が同じ割引を受けられます。

腎不全のホームページと 腹膜透析者の海外透析支援

フレゼニウス メディカル ケア ジャパン(株)では、腎不全に関する総合ホームページ「キドニー コミュニティ」を立ち上げました。

腎臓病と透析について、用語解説や自己管理、社会保障などを幅広く掲載したホームページです。透析関連の最新情報も知ることが出来ます。分かりやすく、透析導入直後の会員にも役立ちます。

<http://www.kidneycommunity.com>
また、同社では腹膜透析者の海外旅行のサポート体制をとっています。必要な薬剤・器材の手配はもちろん、緊急時の病院もご紹介しています。

問合せ先：フレゼニウスメディカルケアジャパン PD海外/国内旅行デスク。
TEL03-5762-7422

事務局から

「寄付お礼」

扶桑薬品工業（株）

東京第一支店様

鶴田クリニック様

毎月のご協力ありがとうございます。心強い支えとして、活動にまい進いたしました。

故小間場京子様（新小岩クリニックスの会員）

ご遺族小間場勝美様

故原元政子様（東和病院腎友会会員）
ご遺族原元俊明様

ご冥福をお祈り申し上げます。多大なご寄付をいただき、感謝申し上げます。会員のために有効につかわせていただきます。

昭和48年透析導入の方へ

透析30年を記念して、会報にお名前を掲載します。患者会幹事（個人会員は事務局）へご連絡下さい。

全腎協30周年記念誌「歩み」と「まらず」発行のご案内

全腎協より「歴史編」と「資料編」と「会員の体験記」（埼玉県

表紙の言葉

東野榮夫

9月に行っただけの病院でバス旅行を毎年行っていますが、表紙の写真をデジカメで取りました。写真は千葉鋸山から見た東京湾です。あいにく曇り空で、見事な絶景が霞んで上手く表現できませんでした。それでも手前の緑は私たちの心を癒して、和やかにしてくれました。是非もう一度行きカメラに収めたいです。

左の写真は、千葉に渡るとき撮った東京湾フェリーの写真です。何といってもゲートの赤のコントラストが抜群で、ついカメラを向きました。白黒で残念ですが。

編集後記

ついこの間衣替えをしたばかりなのに、また衣替え、季節の移り変わりは早い。そして、今年とっていくのでしょうか。（當）
今年、私にとって大変忙しい年になりました。透析を始めて27年間、3月から4月にかけて、腹膜炎で初めて入院し、また手術をする予定です。（東野）

東腎協会員数が減少している。「群れるのが嫌い」個人主義の表れか？ 患者会は決して群れているのではない。自分たちの命と医療を守る目的をもって活動している。患者会に興味がないのは、自分が受けている透析医療にも興味がないのに等しいと思う。

8月から休めない日曜日が続く。（押山）

このところ、各地で地震などの災害が多い。なぜか東京近辺は辛い難を逃れている。特集が役に立たないことを願っている。（軽部）

リレーエッセイの阿部さんの文で思い出したが、昔はよく短歌など、メモした。今は、そんな余裕が全然ない。なぜ。（木村）

TEL 03-5420-0920



エクチャーム

アストリンゼントエッセンス

Excharm astringent essence

かゆみ
乾燥肌
掻き傷

にお悩みの方

エクチャーム アストリンゼントエッセンスは、古い角質をやさしく取り除く清浄作用、角質にみずみずしさを与える保湿効果、バリア膜機能回復、肌のキメを整える取れん作用で、やさしくケア、痒み抑制・肌荒れ・かき傷を癒します。

皮膚：そう痒症の臨床試験



試験実施 神戸大学付属病院皮膚科

協力民間医療施設 6施設

症例数 61症例

成分

精製水 BG グリセリン エタノール
ヒアルロン酸 コンドロイチン硫酸Na
キサンタンガム 卵殻膜末 (ムコ多糖類)
クエン酸 フェノキシエタノールパラベン

開発 有限会社リヴィングシステム 東京都大田区蒲田5-7-6

製造 株式会社メビュース研究所 埼玉県草加市瀬崎町1136-3

発売元 有限会社シンセン 東京都世田谷区上用賀6-2-7



100ml ¥3,500 (税抜)
無油脂・無香料・無着色

ご注文 エクチャーム受注センター

0120-08-5981

サンキョウデンセイ CO., LTD.
〒158-0095 東京都世田谷区瀬田2-19-26
受付時間10～17時
(土・日・祝日を除く)

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

宅配 食事療法 システム

電子レンジで3～4分!

クックチルト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
- 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

皆様から喜びのお便りが 沢山届いています

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 —

カルフェロ

Carfero

栄養補助食品

カルフェロは、透析専門医のご指導のもと開発された栄養ドリンクです。透析により流出し、欠乏しやすいL-カルニチンとアミノ酸、水溶性ビタミン、鉄などの栄養素をバランスよく効果的に配合しました。



内容量50ml/本
発売元/ベータ食品(株)
製造元/滋賀県製薬(株)

発売以来、おかげさまで100万本ご愛飲いただきました。

100万本達成 感謝キャンペーン

- 「カルフェロ」50本入 現行価格11,100円 → **特別価格 9,500円** (送料・税込み)
- 「カルフェロ」10本入 現行価格 2,490円 → **特別価格 2,220円** (送料・税込み)

こんなことが気になる方に

透析中、透析後に起こる足のケイレン

透析中、透析直後の血圧低下

透析中、透析後の倦怠感

貧血気味である

心臓機能の低下

表示単位 1瓶(50ml)中(エネルギー20.5kcal)

たんぱく質	0.7g	クエン酸	250mg	ニコチン酸アミド	50mg	鉄	4.5mg	葉酸	1mg
脂質	0.0g	L-カルニチン	50mg	ナトリウム	20.9mg	カリウム	2.5mg	カルシウム	0.5mg
糖質	6.7g	ビタミンB ₆	50mg	ビタミンB ₁₂	10mg	リン	2.5mg	マグネシウム	0.5mg

リン・カリウムの含有量は微量ですので、安心してお飲み下さい。

【お召上がり方】1日1～2本を目安に飲用して下さい。

天然由来の成分を使用していますので、飲みにくい場合は冷やすとおいしく召し上がれます。

■商品ご購入・お問い合わせ

- TEL ... ☎ **0120-831-123** (受付/平日 9:00～18:00 / 土・日・祝 10:00～17:00)
- FAX ... ☎ **06(6371)7110** 24時間受付
- 「健康相談室」 ☎ **0120-771-315**

ベータ食品株式会社

F531-0071 大阪市北区中津1-6-28
TEL 06(6371)7111

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
みずみずしい飲料が誕生しました。

今まで飲料に比べるまで
**カリウム
95%
カット**

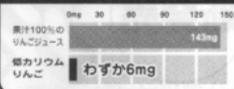
みずみずしい
りんご果汁(濃縮還元)の
おいしさをそのまま生かし
気になるカリウムを
95%(*)取り除きました。

※市販のりんご天然果汁100g中にはカリウムが138mg含まれていますのでその95%が除去されたこととなります。

原料名
りんご果汁
はちみつ、香料、炭酸カルシウム



1箱当たりのカリウム量の比較 (当社分析値)



主要栄養成分(1箱125ml当たり) (当社分析値)

エネルギー	66kcal	ナトリウム	1mg
たんぱく質	0g	カリウム	6mg
脂質	0g	カルシウム	42mg
糖質	16.5g	リン	7mg

内容量 125ml

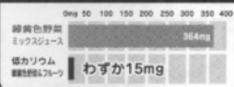
カラダに大切な
緑黄色野菜と果汁を
バランスよく組み合わせ
気になるカリウムを
95%(*)取り除きました。

※市販の野菜・野草ジュースでこれと同じ緑黄色野菜ジュースを配合したカリウムが350mg含まれていますのでその95%が除去されたこととなります。

原料名
野菜汁(にんじん、ほうろんそう、トマト)
果汁(りんご、オレンジ)
はちみつ、炭酸カルシウム、香料



1箱当たりのカリウム量の比較 (当社分析値)



主要栄養成分(1箱125ml当たり) (当社分析値)

エネルギー	54kcal	ナトリウム	0mg
たんぱく質	0.1g	カリウム	15mg
脂質	0g	カルシウム	120mg
糖質	13.5g	リン	17mg

内容量 125ml

●本商品は、通信販売にてお求めください●

お申し込み・お問合せはお電話で

明治製菓ヘルスケアマーケティング企画部まで
(受付時間:平日午前9:00~12:00/午後1:00~5:00まで)

TEL 03-3273-3435
FAX 03-3273-3323

お申し込み方法

●販売価格は、¥1800(12個単位)となります。●商品代金以外に送料¥500(¥5000以上のお買い上げの場合無料)と5%の消費税を別途申し受けます。●商品は、ご注文後~7日以内でお届けいたします。●代金は商品をお受取りの際にお支払いください。(手数料無料) ●商品到着後8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。(返送料はお客様のご負担となります。)

明治製菓株式会社 〒104-8002 東京都中央区八丁堀4-6-1

体に
KISSEI
安心

おいしい

デザートで手軽にエネルギー補給

新発売

エネルギー
補給デザート
ムース
アガロリー

一食67gあたり

エネルギー
160kcal

たんぱく質 0.2g

リン 26mg

カリウム 50mg

●人気のいちごミルク味



●おしゃれなマンゴー味



●おなじみのプレーンヨーグルト味



キッセイ薬品工業株式会社 ヘルスケア事業部

■お問い合わせ先

〒399-0711 長野県塩尻市片丘9637番地6

TEL0263-54-5010 FAX0263-54-5022

インターネット <http://healthcare.kissei.co.jp/>

0120-753-666 FAXフリーダイヤル 0120-753-667

通信販売も
実施しております

購入金額3,000円以上の場合、送料無料でとなります。
購入金額3,000円未満の場合は、送料600円が必要と
なります。

※代金は商品配達時にお支払いください。

透析者の栄養ドリンク剤

新発売

エルピス

アルギニン
+
ルチン
配合



栄養補助食品

不足しがちな栄養分の補給に
L-カルニチン・ビタミンB類・鉄。

内容量50mL/瓶
発売元/エルピス株式会社
製造元/中外医薬生産(株)

L-カルニチン **270** mg含有

こんなことが気になる方に

透析中や夜中に起こる
手足のケイレン

透析後の
倦怠感、疲労感

透析後半の急激な
血圧低下

心臓機能の低下

貧血気味である

これらの症状の大きな原因は、透析により体にとって必要な栄養素が除去されてしまうことにあります。

ご購入・お問合せは



0120-393-578

(受付は平日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 (24時間受付)

1箱50本入り 販売価格 **10,500円** (税・送料込) 内訳 商品代10,000円、消費税500円

1箱10本入り 販売価格 **2,490円** 内訳 商品代2,000円 送料380円 消費税110円
初めてご利用される方のために用意しました。

割引ポイント

5% ポイント
シール付

(商品の発送) エルピス株式会社より日通のペリカン便にてお届けします。

エルピス株式会社 〒533-0033 大阪市東淀川区東中島1丁目21-31

〈今年度新規患者会紹介〉

新しい仲間の輪が 広がりました

あなたの病院、クリニックの患者会に加入しましょう

永山腎友会

多摩永山腎・内科クリニック

板中腎友会

板橋中央総合病院

幸町腎クリニック腎友会

幸町腎クリニック

すながわ患者会いずみ

すながわ相互診療所

河北グループ

河北総合病院

吉沢グループ

吉沢クリニック



私たちの医療と福祉を守るため
ぜひ東腎協に加入しましょう

東京都腎臓病患者連絡協議会

〒170-0005 東京都豊島区南大塚2-42-6 信友大塚ビル6F
TEL03-3944-4048 FAX03-5940-9556 郵便振替口座 00150-0-128390