2005年10月15日発行　SSKA増刊通巻5349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

SSKA

東腎協

No.160
2005
10.25

ツワブキの花 冬はとうすぐ　加藤 茂

おもな記事

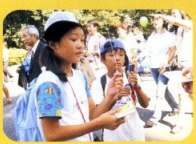
特集・総会記念パネルディスカッション
東京に大地震・その時透析医療は …… 1
会員さん訪問〈96〉三浦 礼子さん……12
わたしたちの患者会㉙大森東クリニック腎友会 …16

東京都腎臓病患者連絡協議会
〒170-0005 東京都豊島区南大塚[redacted]
TEL03-3944-4048　FAX03-5940-9556
http://www.normanet.ne.jp/~touzin/　E-mail info@toujin.jp

活動スナップ

東腎協第55回幹事会

臓器移植キャンペーン



全腎協関東ブロック青年交流会

ドキドキ、ハラハラ青汁まんじゅうゲーム

東腎協第33回総会記念パネルディスカッション

東京に大地震・その時透析医療は
～新潟中越地震に学ぶ～

新潟中越地震から1年、東京でも先日、震度5の大きな揺れを感じました。東京直下型が来たら私達透析患者はどうしたらいいでしょうか。総会で大変好評だった、パネルディスカッションの1部を掲載しますので、もしもの時の参考になれば幸いです。

新潟県中越地震・不便な避難所生活

出　席　者

座　長
杏林大学長　長澤　俊彦先生

パネリスト
㈳日本透析医会　常務理事
東京都総務局総合防災部防災対策課
調整担当係長　秋山栄理子氏

杉崎　弘章先生

小千谷腎友会副会長　水内　隆氏
東腎協災害対策委員長　木下　久吉

座長（長澤俊彦先生）　ただいまご紹介いただきました長澤と申します。

では、パネリストの初めとして杉崎先生どうぞよろしくお願いいたします。

杉崎先生　皆さんこんにちは。今日は地震はどんなんだろうかということを、新潟県中越地震の報告を交えてお話いたします。

気象庁の発表しております震度表は10分類されています。0から始まりまして7段階・10分類。新潟の中越地区で川口町の震度計が7を示し、もうそれ以上の地震はないというひどい地震でした。

10月23日の土曜日、午後5時56分にマグニチュード6・8、小千谷市で震度6強の地震でした。震度6の被害の状況でございますが、新幹線が脱線し、木造の家屋は倒れ、鉄道のレールはひん曲がった。地割れが起きまして、道路が至るところで寸断されている。震度6弱から6強というのは、こんな大きな被害が出るわけです。

被災地で被害を被ったのは、十日町診療所、小千谷総合病院、長岡中央病院です。小千谷総合病院の入院の患者さんたちは新潟大学、それから信楽園病院、同時に長岡赤十字病院などに、主にヘリコプターと救急車によって移動いたしました。長岡中央総合病院の外来の患者さんは、近くの三条

総合病院、刈羽郡総合病院に送られました。十日町診療所の患者さんは、回りに回ってここの喜多町診療所まで普通ですと小1時間で行くところが4時間ぐらい掛かって、透析を受けに行きました。

揺れは1分、あわてない

では、都心で透析中地震が来たらどうするか。まず、穿刺が抜けないように回路をしっかり握ってほしい。それから、ベッドにつかまって、振り落とされない工夫をしていただきたい。落下物から身を守るために毛布をかぶるということを忘れないでください。

地震というのは、1分ぐらいですが、この1分が非常に長いようですね、経験をされた方に聞きますと。でも実質上は1分前後であるということを覚えておいて、そのときにバタバタすればかえって命にかかわることになる場合があります。

新潟のときには、夕食時で火を消そうと、やけどが非常に多かったですね。揺れている1分間は動かないということを、覚えておいてください。

新潟では2施設で透析中だったんですが、緊急回収をして、皆さん避難されました。ところが、その緊急避難した理由は、天井から水が漏ってきただとか、壁がはがれたとか、「建物の崩壊」の危険ということと、「余震が3回」ぐらい来て、そして皆さんは非常に恐怖を感じて、回収をしたようです。

回収方法ですが、通常施行している方法がよろしいと思いますので、施設の先生方と、緊急の離脱のときはどうするのか、事前にご相談なさった方がいいというふうに思います。

座長　それでは続きまして、行政の立場から、東京都の秋山さんにお話を伺います。秋山さんはお招きいただきましてありがとうございます。

自助・共助・公助

東京都は非常に大きな組織で、行政というのはそれぞれ役割分担があります。その中で防災の部署は、自助・共助・公助という3本の柱を大事にしています。

実際この考え方が出てきたのは、阪神淡路大震災で、倒壊した家屋の中から助け出された人の9割ぐらいが隣近所の人に助けられています。要は、行政はそこまで手が回らなかったということなのです。

では、役所は一体何をするかということですが、被害を最小限に食いとめるための努力をしていく。建物の耐震化を進めるとか、公共施設の耐震整備をやっております。あとは活動拠点などの整備をしております。それから食糧などの備蓄ですね。通信体制の整備なども行っております。

実際に、では起きたらどうしよう。命を守る3日間、緊急車両が走り回る中ですので、3日間ぐらいは自分の力で何とか助かろうという努力を、日ごろから心構えとして持っていただきたいです。

それから、通信手段ですけれども、「171」（災害伝言ダイヤル）というのは、通常時8百万伝言入れられるんですけれども、災害時に伝言が集中すると、1世帯当たり3つしか伝言入れられなくなる可能性があります。ですから携帯の各社すべて伝言サービスができるようになりますので、ぜひ活用していただきたいと思います。

座長　それでは、実際に小千谷市で被災なさいました小千谷の腎友会副会長、水内

長澤俊彦先生

杉崎弘章先生

秋山栄理子氏

隆様から、そのときの経験談をお聞きします。よろしくお願い申します。

水内　皆さんこんにちは。中越の小千谷から参りました水内でございます。地震の際には、東腎協の方々からも、たくさんのお見舞いいただきましてありがとうございました。この場でお礼を申し上げます。

さて、その地震のそのとき、私は食卓におりました。地震というのは揺れが来るんじゃない、突然、ドカーンと家の角のあたりに、物が落ちてきたような、非常なショックと音が来たんです。そのときは何が起こったのか、判断がまだできなかったです。

それからその次に、ガタガタガタガタと強い揺れが来まして、このとき初めて地震だというのがわかりました。もう怖くて、逃げようと思って立つんですけれども、壁につかまっても行けないんですね。2回目にグラグラときたときにはもう電気が落ちちゃって、同時に今度は物が倒れてくる、暗闇の中、そこの携帯をとるのが私はやっとでしたね。

水内　隆氏

木下　久吉

怖くて建物内には居られない

それから、とにかく出ようということで、部屋の壁伝いに行きまして、部屋のドアを開けようと思ったんです。もう引いても、開かないんですね。真っ暗の中でドアは開かない。ああ、これで私はこの屋根の下につぶれるのか」と、実際思いました。玄関に出たときはこれで助かるかなと思いました。

でも、やっぱりその建物の下というのが怖くて道路へ出てしまうんですね。

小千谷小学校の避難所へ逃げました。怖くて私は逃げるのがやっとでした。薬や何かもみんな翌日、後で取りに行っています。そのときはとにかくとても怖くて逃げるだけが精一杯でした。

座長　続きまして東腎協災害対策委員長の木下様から、お話をお願いいたします。

木下　木下でございます。まず東腎協の災害対策では、機関紙「東腎協」156号で「新潟中越地震を検証して見よう」と、そういうテーマで書かせていただきました。

「緊急時災害手帳」は必携

さて、実際、地震でもし自分の通っている病院がだめな場合、どうしたらいいか。いざというとき、他施設で透析をする場合、やはり大変戸惑うんじゃないか。皆さん東腎協の「緊急時災害手帳」に自分の透析条件を書いてお持ちだと思いますけど、やはりこれは100％実施していただきたい。東京都に2万4000人いる透析患者の中で東腎協会員7000人以外の大半は「緊急時災害手帳」のようなものは一切ないじゃないか。他施設で透析をする場合、混乱するのではないか。

また、中越地震のときにはなかったようですが、クラッシュシンドロームの患者の場合には一部透析が必ず必要だと伺っております。そうしますと、我々透析患者数以上に、透析必要者がふえるのではないかと心配しております。

座長　ありがとうございます。

ではまず、水口さん、自動車で一晩過ごされたそうですね。何日目に、どこに行って透析をなさって、どうなったか、ご経験をお話しください。

水内　私は翌日24日になりまして、朝あまり気分がよくなく、日赤の救護班がもう立ち上がっておりました。血圧の薬を飲んでいたので「血圧をはかってもらえません

か、私透析していますと」と話しました。

すると、「さっき小千谷病院の透析の先生が来られて、病院の透析ができなくなった。明日からの透析はしばらく長岡でやるので、とにかく病院に連絡をとってくれ」と。それで病院へ行きましたら、ちょうど婦長さんと先生が玄関で待っていてくれまして、みんなまとめて行って、長岡の3つの病院に分かれて透析するからと言われました。

臨時透析は待ち時間が長い

それでその日は帰って夜はまた車の中で寝たわけですよね。月曜日の朝は、朝9時に間に合うように行きまして、病院でヘリを要請してくれて長岡まで送ってもらいました。長岡の病院で5時間も待って透析。その日は3時間透析でしたかな。向こうへ行っても待つ時間が長いわけですよ。帰ってくると夜7時半近くになりました。

食事は、朝は菓子パンとか、そういったようなものが続きます。体調を崩さないようにと家族と相談して、子供が世帯持っている新潟の方に行くことにしようと決めて、先生と相談しました。大森医院さんでしばらくやってもらうということになり、すぐに先生から連絡をとっていただいた。私は自分の体調管理と食べ物、それから睡眠のことを考えて、3週間ちょっと、新潟市で私は透析をやってもらいました。

パネルディスカッション、熱心に聴き入る

薬リストを必ず準備

座長　ありがとうございました。水内さんや杉崎先生もおっしゃっていましたが、絶対必要な薬は名前を書いた袋と数日分の量は持っていて、寝るときにはベッドのそばに置いておくということが必要だということを、今日つくづくと感じました。

それから、木下さんのおっしゃった挫滅症候群（クラッシュシンドローム）は筋肉の座滅で起こる急性腎不全ということですが、これに対して行政が、どんな対策をお持ちなのか秋山さんひとつお話しください。

秋山　災害時東京ディーマット（DMAT）、災害医療派遣チームというボランティア組織を発足させました。ドクター1名、ナース2名の3名体制で、現場に直行して、そこで緊急医療を行うようなチームをつくっております。

座長　ありがとうございました。東京都では2万4000人の方が透析なさっています。大地震が起こった時に、後方施設で透析を受けると、そこに挫滅症候群の方々がさらに来られて混乱する可能性もある。このようなことも行政側と受入れ施設側が、頭の中に入れておいていただかないと整理が難しいんじゃないかということですね。そして、この挫滅症候群はその場に救急隊が行って、生理食塩水を1ボトルか2ボトル点滴するだけで、3日くらいはもつことが多いんですね。大病院では、そういったディーマットのチームというものを、これからどんどん立ち上げておいて、その場で点滴をするというような治療チームができ上がると、かなり事態が違ってくるんじゃないかなと思っております。

ところで、患者との連絡はどうだったのですか。

新潟での連絡方法

杉崎　実際に新潟中越では、被災した長

岡中央病院、小千谷総合病院、十日町診療所、ここの患者さん全部で350人ぐらいでした。長岡中央病院は停電がほとんど無かったので、電話連絡で大体皆さんにお伝えすることができた。それから、避難所を通して連絡をしたり、張り紙を避難所にしたりして、ほとんど99%の患者さんには連絡がとれたと聞いています。

小千谷総合病院ですが一番被害が激しくて、ライフラインが全部ストップしていました。電話非常回線2回線を使いまして患者さんと連絡をとったり、スタッフの携帯電話から連絡をしましたが、ほとんど通じませんでした。避難所の日赤の先生方に連絡をとって、小千谷の方に連絡を欲しいというようなこともしました。それからNHKテレビなど、メディアにもお願いしました。病院の前には書面による再開日時の連絡もしたようですが、全ての患者さんへ情報が伝わらなかったようです。

それから十日町診療所では、看護師、保健師、市の職員が個別に避難所を回ったり、車のところを見て回ったりして、ほとんどの患者さんと連絡をとりました。

災害時に強いのは公衆電話

災害時に非常に強いのは、携帯電話より公衆電話だと覚えてください。災害時優先電話になっておりますので。災害用伝言ダイヤル「171」とかiモードを使う。施設でも活用して欲しい。また、デジタル連絡網でホームページもいいかなと。

東京都のことを想定しますと、全く連絡がとれないということは、多分あり得る。そうするとやはりテレビ、ラジオ、新聞からも情報をもらってください。それから患者さん同士での連絡網も築いておいてください。各施設では大体書面で、玄関前だとか、ドア前に張り出す。そういう物も見て欲しい。

携帯電話の災害伝言板利用

携帯電話でも災害伝言板というのができまして患者さん同士、あるいは家族の人とやりとりをして、安全を確認しあう。あるいは透析はこの日ですよと伝えることに利用していただきたいと思います。

これは非常に重要な問題ですが、いわゆる透析データの連絡方法、付き添い、移動手段を、どうするかということですが、新潟では被災病院が非常に苦労されているんですね。ところが透析カードを使ってないんですね。これは非常に問題です。結局、看護師とか技士がみんな付いて行って、情報を伝えたのです。これができたのは、1施設で50名くらいの単位で患者さんを引き受けたからということになります。ぜひ患者さんのカード・「緊急時災害手帳」を、利用していただきたい。

3日で1回は透析必要

先ほど、秋山さんが「3日は自分たちで頑張れ」と言われましたが、透析患者は3日のうちに透析1回しなくちゃいけないんです。そうでないと命をとられるんです。そこら辺を認識していただいて、患者さんの移動には病院のバスだとか、ボランティアの車を回していただくとか、東京都のバスを利用させていただくだとか、ぜひ行政にもお願いをしたいと思います。3日間そこで落ち着いていなさいと言われても、落ち着けないのは患者さんなのです。是非、これからも行政はスポットを当てて改善していただきたいと思います。

座長　もう一つ、緊急に透析を止めるときですね、どうすればいいんですか。

富永（杉崎先生のスタッフ）　状況にもよりますけれども、今すぐ緊急離脱しなければいけないというときには、ふだんやっている回収方法に近い方法が良いでしょう。A側・V側に止血ベルトを巻いて、針を抜いてしまうという方法でやる。それが一番早い方法なのでそういう対応をうちはしています。

座長　ありがとうございました。これからあとはフロアの皆様からご質問があったらお受けしたいと思います。

質問　透析時の災害では、だれがどういう形で責任を持って避難の判断をするのか。

杉崎　その日の担当しているドクターが判断すべきだろうと思います。

富永　当グループでは医師の下に隊長がおりまして、医師の指示のもと、統括指揮をする。その下に誘導、消火、持ち出し、そういう係りを、朝の申し送りのときに決めて対応するようにしています。

座長　次の方、ご質問どうぞ。

質問　東京都の秋山さんに。2万400人が1日おきに透析やっていますが、大震災が起きた場合、車は動かせない、道路は通れない。で、どうしたらいいんでしょうか？

秋山　震度6弱の地震が起きたときには第一次交通規制といって環七の内側、区部に車が流入することができません。医療を要する人たちについては災害拠点病院で対応する。透析患者さんについては、広域の相互応援協定で、他県の近いところ、被害のないところに、場合によっては移動していただく。

もうあしたの朝には透析を受けなきゃいけないとか、けがの方でも重症度にもよりますけれども、ヘリを使うなど、より速い誘導を確保することもある。そういうのを調整するのが私どもの役目です。

質問（続き）　練馬区ではNPOの通院移送団体が緊急時に車を使わせてくれと行政に要請していますが、まだ結論は全く出ていません。ボランティアの車が数台、もしくは数十台動かせるなら、ある程度の透析患者を搬送することはできる。東京都もそういった方策を柔軟に考えていただけるわけですね。

秋山　当然、緊急性の高いものについては対応しなければいけないことは十分承知しております。まずは道路の損壊状況がわからないと、どの道を通っていただくのかというのが判明しません。陸路を使う場合には慎重にならなければいけません。それから発災直後、少なくとも1日ぐらいの間は、火災、救命、緊急度の高い、倒壊家屋の中にいらっしゃる方などを、1人でも多くの命を助けなければなりません。そのような緊急車輌が走っているときにボランティアの車などが交差してしまうと、また混乱が起きてしまいます。ただ、それでは手が足りないのであれば、ボランティアさんの車に緊急車輌マークを、警察が出すんですけれども、これを貼っていただく対応を取らざるを得ないかと思います。

皆さんの命が助かるということが第一番なので、調整をしながら、ということになると思います。

座長　杉崎先生のお話の中で、小千谷か長岡で50人くらい、引き受けてくださった。そういうことは可能ですか、いきなりの場合に。

杉崎　2クールをやっているところは3クールで1シフトを増やす方法、50台の透析台数であれば50人引き受ける方法を採用しました。スタッフは大変だと思います。

患者輸送が課題

座長　そうですか。そうすると、多くの方を、東京都の車で、どこかの透析できる施設に運ぶという方法が非常にいいですね。

先ほどのご質問ですが、私は東京都の腎不全の対策協議会に出ておりますので、東京都の方に、透析の患者様の、東腎協その他から要望として、トランスポーテーションを考えてほしいという声が非常に強かったということをお伝えしておきます。

質問　緊急時のドクター、テクニシャン、あるいはナースの役割とか、配置規準というものがありましたらご説明いただきたいと思います。

杉崎　残念ながら日本にはまだ配置規準については、どこにも、何もないかと思います。平常時、大体ナース、テクニシャンが、患者さん10人に対して1.6人というのが一応基準になっております。

災害が起きたら、もうジタバタしないで患者さん全員が、例えば東京都の目指しているように他県に患者さんを移動してもらって、そこで受けてもらう。それで、1週間ぐらいで整ったら戻っていただくという

のも、これは一つの対策だろうと思います。したがって、ケースバイケースで、やはり行政とも常にコミュニケーションを持って、患者さんともコミュニケーションを持って、みんなでやっぱり乗り越えていかなくちゃいけないんだろうと思います。

座長　ほかにもうひとりどうぞ。

質問　私たち透析患者は4時間やりますと、水道が大体1人120リットルほど使うはずです。そういう場合の水道対策を都の方はどういうふうに考えていらっしゃるか。ご説明お願いします。

秋山　東京都の場合、応急給水槽というのを都内全域に半径2キロ以内の範囲で整備しています。すごく大きいタンクが地下の中に埋蔵されていると思ってください。

地震で押しつぶされた家屋

これで東京都内の水が相当量賄えます。水道についても他県との応援協定ございますし、都内でももう相当量ありますので大丈夫というふうには申し上げています。万が一のことがあれば、やはり応援協定で水も供給してもらえることになっております。

座長　ありがとうございます。最後のご質問をどうぞ。

質問　昨年の秋の幹事会で、災害時の対策の講演で、最寄りの消防署に「自分は透析やっています」ということを、申し入れとけば、緊急時に何らかの対応をしてもらえるんじゃないかというような話があったのを記憶しています。実際そういうことというのはあるんでしょうか？

座長　これはどうですか、秋山さん。

秋山　それは、身体にハンディキャップがある方とか高齢者に対して、緊急通報システムというのを東京消防庁が完備しています。そこに連絡をすれば、優先的に助けに来てくれる仕組みです。当然、個人情報の問題もありますが、やはり自分の情報をある程度わかっていてもらわないと、助かるものも助からなくなります。少し精査をしながらいろんなツールを活用していただく、そのうちの一つとして消防庁があるということです。

座長　時間がまいりましたので、東腎協災害対策委員長の木下様の方からひとつまとめをいただければと思います。

木下　最後になりました、自助・共助・公助、それをまとめたもの。ちょっと読ませていただきます。

災害マニュアルは要

「地震災害の対策は、日ごろにおける事前の備えがすべてである。発災後にできることは極めて限られている。平時においても確かな認識に基づき十分な備えをしなければならない。発災直後は行政にはみじんの期待もできないことに変わりはない。行政には本来の役割と限度があるからだ。加えて行政関係者も、被害者になる確率は一般市民と同様なのである。（中略）

したがって、行政とは備えの段階で学習や訓練を通して徹底的に意思の疎通、認識の共有化を図る一方、福祉・障害関係者による自主災害対策のネットワークを構築し、行政とともに万全の事前対策を行うことが望ましい。障害者や高齢者は一般の人々とは異なる事前の備えがより必要なのである。災害マニュアルは備えのかなめである。』

日ごろの心がけと同時に身体の管理を常々心がけていただきたいと思いまして、締めとさせていただきたいと思います。どうもありがとうございました。

座長　どうもありがとうございました。2時間の長丁場、大変御苦労さまでございました。

本文記事ダイジェスト

高齢者会員が増加したためでしょうか？会報の文字が小さいとのご意見を聞きますので、先号から文字を大きくした本文記事のダイジェストページをお届けしました。今号もさらにわかりやすい内容を目指しましたが、できましたら本文をどうぞ、お読みください。

1ページ☆特集・第33回総会記念パネルディスカッション 東京に大地震 ・その時透析医療は ～新潟中越地震に学ぶ～ 誌上再現記事

杏林大学長の長澤先生を座長に。腎臓病の権威であり、私たち透析患者の理解者である先生による座のまとめは卓越したもので、災害時における、私たちの必要事を専門家のパネリストからひきだし、一読、大変、参考に。本文も誌面の制限から、当日発言の重要項目を抽出して記事にしてあります。

10ページ☆活動の窓

・区部ネットワーク発足
長年の要望23区内の災害時の透析医療ネットワークが関係者（東京都福祉保健局、透析医療施設）のご努力で実現。多摩に加え全東京の透析患者の災害時（主に大地震）の救済ネットワークに道筋
・2006年度都庁予算要請
来年度透析医療費助成制度のよりどころマル障・マル都制度の継続を要望・確約。透析生活向上施策も要望。一問一答集は患者会幹事に1冊配布済み。
・関東ブロック会議
1都8県（東京・千葉・埼玉・神奈川・群馬・茨城・山梨・栃木・長野）で構成される会議で会員拡大や災害時の近県ネットワーク化を討議。
・各ブロック幹事会開催
今年の第1活動目標会員拡大に絞って討議、会員1人が1人を加入させる息ごみで取り組む。
・第55回幹事会・学習交流会
今年の第2活動目標NPO法人格取得に備え、パネルディスカッションで会場質問を主に討議。
・臓器移植キャンペーン
東京都との共催により、たくさんの会員が配布に汗。移植団体のパレードで道行く人に呼びかけ。

12ページ☆会員さん訪問96回

三浦　礼子　さん
（松和患者会西新宿支部）
透析36年、昔、透析医療費助成制度がなかったころの大変な体験。今、透析医療費聖域にあらずの声が聞こえる中、体験を教訓に。

14ページ☆会員拡大 組織率を向上させ、私たちの大切な医療制度・福祉制度を守っていこう

患者結束による今までの成果を

述べ、組織率の現状を円グラフで分析しています。会員拡大のための必読ページです。

15ページ
なかまのたより

毎日感謝で透析生活
柳原健腎会　田口一郎
食い気一筋、伊勢志摩一泊の旅
東海病院ひまわり会　小野　協子
俳句
深川橋クリニック腎友会　正宗　良子

16ページ
私たちの患者会29回
大森東クリニック腎友会

毎回、担当編集委員が訪問して幹事さん会長さん時には施設長さんを交え、行事や食事、会や病院の特徴をインタビューした記事。掲載希望患者会はぜひ東腎協事務局まで知らせてください。

17ページ
かんたんクッキング
経験的外食のコツ

外食するとき気をつけて、リンを上げないためにできることなど要領よくまとめてあります。

18ページ
青年部通信

関東ブロックの青年交流会が東腎協青年部主催により港区で開催。全国版も今年からは東京・大森で開催。関東ブロック・来年は長野。交流会参加者は青年部幹事が主。活動を勉強して交流会に参加しよう。

19ページ
CAPDのページ

CAPD・APDの生活スタイルの違いを説明した記事です。

20ページ
リレーエッセイ

東腎協常任幹事　石井　虎二
会員拡大がすべての活動の基礎であると説き、行動を約束しています。

21ページ
慢性透析に関する資料表

22ページ上
知ってにっこり

イザという時の「防災体験」
池袋防災館での地震・火事の実体験記。自分は自分で守ること。

22ページ下
東腎協今後の予定

活動予定です。ノートに記入を。

23ページ上
故柳相談役追悼文

故柳相談役のご冥福を心からお祈りして、榊原会長と高橋相談役が誠を込めて執筆しています。

23ページ下
事務局から

24ページ上2分1上
表紙の言葉

初代編集長加藤さんの表紙絵手紙にまつわるエッセイ。

24ページ上2分1下
編集後記

編集委員のつぶやきの羅列。

東腎協活動のまど

東京都区部災害時透析ネットワークが発足

災害時における透析医療は我々にとって重大な課題です。

すでに東京都三多摩地区では、三多摩災害時透析ネットワークが確立し、災害時透析患者カードの作成と災害対策訓練も実施してきました。

東腎協としては以前から東京都などに東京都区部にも同様の災害時透析ネットワーク作りを要請して来ましたが、平成17年4月26日、東京都区部災害時透析医療ネットワークが設立されました。長年にわたって切望してきた災害時透析医療の問題が大きく前進しました。また、8月2日にはこのネットワーク発足を記念して、東京女子医大において、「東京を大災害が襲ったら―災害時にも安心して透析が受けられるように」と題した講演会が開催されました。

ネットワークは以下の7つのブロックで構成されています。

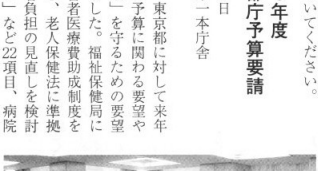
区中央部…台東、中央、千代田、文京、港
区南部…大田、品川
区南西部…渋谷、世田谷、目黒
区西部…新宿、杉並、中野
区西北部…板橋、北、練馬、豊島
区東北部…足立、荒川、葛飾
区東部…江戸川、江東、墨田

会員の皆様も自分の透析施設がこのネットワークに加入しているか確認しておいてください。

2006年度都庁予算要請

日時：7月5日
場所：都庁第一本庁舎
人数：10名

東腎協は、東京都に対して来年度の東京都の予算に関わる要望や「命と暮らし」を守るための要望を各局にしました。福祉保健局には「心身障害者医療費助成制度を堅持、継続し、老人保健法に準拠している患者負担の見直しを検討してください」など22項目、病院経営本部には6項目、産業労働局には1項目、総務局には2項目、教育庁に2項目それぞれ要望し、東京都からは真摯に回答していただきました。


都庁要請での都職員（右側）と東腎協役員

関東ブロック会議を長野で開催

日時：7月9～10日
場所：長野県浅間温泉
人数：4名

今年度前半の全腎協関東ブロック会議が長野県で開催されました。

東腎協からは、4名が参加し、初日は全体会議で各県活動報告などの後、①組織問題②災害対策③通院問題④都県の予算・障害者自立支援法⑤医療問題について討議しました。2日目は前日の討議のまとめを行い、その後、「DPC（診断群分類）とDPCによる包括評価（疾病別の医療費定額制）」と題して長野県透析医会長相澤孝夫先生の講演が行われ、2日間の日程を終了しました。

北部ブロック幹事会

各ブロックで幹事会開催

各ブロックとも、会員拡大、組織率向上をメインテーマとして会

議が行われました。

東部ブロックは8月28日、新小岩社会教育会館で、常任幹事、患者会幹事合計27名が参加して行われました。

北部ブロックは同じく8月28日、東京都障害者福祉会館で、合計21名が参加しました。

多摩部ブロックは9月4日武蔵野市民会館で合計24名の参加で行われました。

各ブロックとも多数の幹事さんが出席され、各患者会の現状報告や会員拡大についての様々な意見が出され、大変有意義な会議が行われました。

説明に聞き入る幹事さん

第55回幹事会・学習交流会を開催

日時：9月18日
場所：東京労働会館ラパスホール
人数：83名

午前の議事として、上期活動報告、会計報告、会員拡大について等を討議し、質疑応答の後各項目について了承を得ました。

午後からは、「NPO東腎協になることとは」～正会員の役割～と題してパネルディスカッション形式で、あらためてNPO東腎協について考え、確認しました。

上野で「腎移植に理解を！」

臓器移植キャンペーンを2ヵ所で開催

日時：10月2日
場所：上野公園・銀座
人数：115名

上野公園では例年通り臓器提供意思表示カードを家族連れなどに配布して、市民に理解を求めました。また、銀座では他団体と共同で、パレードを行い、その後数寄屋橋で、上野と同様に意志表示カードを配布し移植への理解と協力を訴えました。

銀座で市民にアピール

小学校で「稲刈り」と総合学習

前号で報告した中野区立武蔵台小学校での田植えから4ヵ月経った10月3日、同校でその稲刈りが行われました。当日その一環として行われた授業「総合学習・低タンパク米と腎臓病」の中で榊原会長が「腎臓病について・人工透析の体験談」と題して5年生に腎臓病にならないようになどを話してきました。生徒たちも大変興味深く熱心に聞いていました。

腎臓について学習する生徒たち

会員さん訪問

第96回

望星西新宿診療所
松和患者会西新宿支部
三浦　礼子さん

今回の会員さんは「東腎協20周年記念誌あゆみ」に掲載された三浦さんです。今年で透析36年になるそうです。透析後、喫茶店でお仲間の透析33年の藤本さん、透析25年の高橋さんと一緒にお話を伺いました。

発病は12歳

12歳の時、お腹に水が溜まり、病院に行くと、ネフローゼと診断され、その後入院しました。

当時（昭和34年）は国民健康保険が無く、父の給与が月3万円のところ、治療に3万円かかる時代でした。半年で退院して、2年間自宅で療養しました。中学には2年遅れで入学しました。

その後、19歳のときに就職をしました。24歳の時に腎不全になり透析導入となりました。

月給5万円、透析20万円

その1年前に私の病気に理解を示してくれた今の主人と出会い、結婚していました。医療費は主人は組合保険に入っていたので、家族の私は5割負担でした。（当時国民保険は3割）主人の給与が月5万円で、医療費に月20万円かかるのです。そのころ、女性で透析を受けているのは、保険本人の方しかいませんでした。

病院の先生には嘘を抜いて医療保護を受けて透析をしなさいと言われましたが、主人の会社の組合保険に家族の付加給付があることがわかり、毎月20万の支払いを4ヶ月分立替え、その後に保険で戻ってくるお金をまた医療費に回す生活をしました。でも、やりくりが大変でした。一度、病院の請求ミスで半年してもお金が戻ってこなかったときは、支払いが出来ず、不安で不安でしょうがありませんでした。

お金がなければ透析が受けられない。週3回の透析も、支払いが無理な患者は週1回しか出来ない時代でした。そのような生活が6年ぐらい続きました。その後にマル障が出来て負担がなくなったときは、大変助かりました。

週1回水泳に通う

現在も食事には気をつけています。野菜は全てゆでこぼして、調理しますし、果物も中2日のときは食べません。血液データは順調で甲状腺も問題ありません。

運動は15年前から週一回、水泳に通って、500mほど泳いでいます。また整体にも通っています。自分のペースで無理をせずに、体をなるべく動かすようにしています。

しかし、どんなに気をつけていても透析が長くなるとアミロイドが背中や尾てい骨に沈着して痛く、同じ姿勢が取れず、座っているのも辛いです。夜も1時間ごとに起きてしまいます。狭窄症で腰が痛く足もしびれます。透析中も肩の痛みがあります。

20年間は主人に迷惑をかけないように会社も休んでもらったことはありませんでしたが、最近は週

（左より）高橋さん・藤本さん・三浦さん

「自己負担がないことに感謝する 36年透析・明るく過ごす…」

なまえ　みうら　れいこ
生年月日　[redacted]
透析導入　昭和45年11月27日

3回の通院のうち、2回は主人に車で送迎をしてもらっています。でもやはり透析患者は歩いて動かないとダメになるので、1回は自分で電車で通っています。

手根幹症候群で指が動かしづらく、ジャンケンのグーもできません、田中さん、肥沼さんと私の4人でひとりでも欠けてはいけないとお互い、いつも励ましあっています。先生は私が元気ならみんな大丈夫、透析患者の目標、船の舳先ですといわれます。これも35年間、私を支えてくれた先生とスタッフのおかげです。自分大好きで明るく過ごす、私も透析は週3回のアルバイトだと思っています。

手指を見ながら指を動かしています。指を使うことが不自由ですと家事なども大変です。洗濯も乾燥機にすればいいのでしょうが、自分で楽をしてはいけないと思って工夫しながらしています。

病院では透析歴が近い、藤本さん、田中さん、肥沼さんと私の4

若い患者さんへ

自己管理をしていれば、これからは30年、40年生きていけます。投げ出さないで努力してほしい。そして医療自己負担がないことを感謝してありがたみを持ってほしいと思います。

総会が楽しみだったが…

今まで年一回の総会に毎年参加していました。そこでは他の患者会の方に会える機会もあり、楽しみにしていました。

来年からはNPOになり任意団体のときのような総会もなくなるので、患者同士が年一回でも会える機会をぜひ作ってほしい。

最後にお仲間に三浦さんについて伺いました。

藤本さん「透析導入の際、透析をして元気に帰る三浦さんを私の家族が見て、透析をすればあんなに元気になるのだと安心したそうです。それ以来、三浦さんは私には灯台のような方です。」

高橋さん「明るくてだれにも親切で、面倒見も良く、知識もたくさん持っている。何でも相談できる方です。」

〈あとがき〉

透析36年の三浦さんは、透析患者の太陽だと思いました。前向きに過ごしている姿が周りの方も元気にしているようでした。（當）

三浦さんに、お会いして話には聞いていた透析患者も選ばれた時代のお話を、生できく事ができ今日の透析医療は、多くの人の犠牲の上にあると身に沁みました。（岸里）

（取材・當・岸里、写真・軽部）

組織率を向上させ、私たちの大切な医療制度・福祉制度を守っていこう

透析医療が危ない！

膨張し続ける医療費を抑制するため、これまで聖域とされてきた終末期医療や一人で保険料を集中的に使う、人工透析のあり方を問う発言が報道されています。

透析患者の結束の成果

今、私たち透析患者は社会復帰が容易にできるような援助が得られるようになっています。

それは、昭和46年、全腎協結成当時の会員による必死の活動が社会の共感を呼び、獲得されたものであることは絶対に忘れてはならないし、伝え続けていかなくてはならないことです。

また、その後の多くの透析患者が協力し、患者会一丸となった活動により、誰でも、お金の心配をせずに、安心して透析医療が受けられる今の制度が今日まで継続されてきたことも、忘れてはなりません。

組織率が低迷を続けています

しかし、透析医療のあり方が問われ、私たちの生活が脅かされそうとしているにもかかわらず、全腎協においても組織が低迷しています。特に首都圏の組織率は低くなっています。

組織が小さくなれば…

組織が小さくなれば、私たちの声も小さくなり、また、私たちの活動も縮小され、社会に与える影響も小さくなります。私たちがより良い透析生活を送るための諸制度を守っていくことが出来なくなります。

組織率の現状

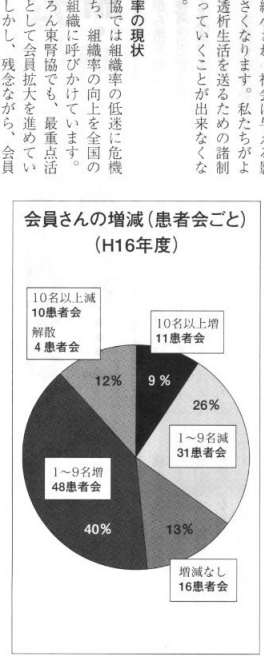
全腎協では組織率の低迷に危機感をもち、組織率の向上を全国の患者会組織に呼びかけています。

もちろん東腎協でも、最重点活動項目として会員拡大を進めています。しかし、残念ながら、会員数は逆に減ってきているのが現状です。

会員が増えている患者会も多い

昨年度の患者会ごとの会員の増減を見てみますと（左下の表）、全体では減っていますが、個々には増えている患者会も多くあります。

全国の透析患者の死亡率を考えれば、何も努力しなければ9％の会員の減少があるなかで、半数の患者会が現状維持または、会員を増やしていることには、希望がもてます。問題は患者会の運営の方法にあることが明確だからです。



既存患者会の会員減少阻止を

今年度は患者会未組織の透析施設の訪問活動を幹事さんの協力を得ながら、組織対策委員を先頭に常任幹事一同精力的に行っていく決意でおりますが、新規に会員を増やしていっても、一方で会員が減っていく既存の患者会が半数もあってはなにもなりません。

会員減少に悩んでいる患者会の皆さん、どうぞ、自分たちだけで悩まず、ブロック長、組織対策委員、身近にいる常任幹事にご遠慮なくご相談ください。東腎協全体で支えていきます。

なかまのたより

食い気一筋、伊勢志摩一泊の旅

東海病院　ひまわり会
小野　協子

私達、透析繋がりの女性、Y、N、T、Oの4人組は9月の休日を利用し三重県の伊勢志摩まで旅に出ました。伊勢神宮に昼に到着、まずは空腹を満たせと、名物の伊勢うどんに挑戦し初めての味に感激！お参りは簡単に済まし、伊勢神宮門前のおかげ横丁で、「この漬物は美味しい」「この佃煮は珍しい」と透析患者とは思えない試食と買い物に没頭しました。その後ホテル近くの駅に着くと既にホテルの送迎用ワゴン車が待機、風光明媚な英虞湾が一望できる横山展望台に直行、しばし、夕日の輝く海に見入りました。宿泊の志摩セントラルホテルは向かいには透析施設があり、食事も透析食で他県の患者会でも多く利用しているとのことで選んだのですが、食い気一筋の私達は普通食を選択し、伊勢えび、あわび、松坂牛などの豪勢な食事にリンもカリウムも忘れ埋没してしまいました。

翌日は衰えること知らない旺盛な食欲で朝食バイキングに挑み、名物の赤福のお土産をホテルよりいただいて満ち足りた気分でチェックアウト、またまたホテルのご好意で鳥羽水族館まで送っていただきました（決してホテルの回し者ではありませんが、志摩セントラルホテルでは名所への案内や施設内のサービスも充実、部屋も広くきれいで透析患者向けのプランもあり、優雅なひとときを味わえるホテルでした。

鳥羽水族館は、東京の水族館の3～4倍はあると思われ巨大な施設で珍しい海の生き物も数多く飼育されているようでしたが膨張した体を持て余している私達は優雅に泳ぐ魚達にはついていけず、結局は土産売り場で試食に走ってしまいました。1泊2日の短い旅でしたが女性4人で思いっきり食べておしゃべりしストレスを解消した楽しい思い出となりました。

毎日感謝で透析生活

柳原健腎会
田口　一郎

私は昭和56年1月20日に日本医科大学に入院し、病名はネフローゼ症候群でした。入院して1ヵ月位は毎日がつらく、何で私だけこんな病気になったのだろうと思う毎日を送っているうちに、同じ病気で亡くなる人、離婚される人もいました。

私は「一生職場にもどる事が出来ない」と先生から言われ、ショックで涙がにじんで前が見えなくなり、どうせ死ぬのなら、入院生活を楽しく送ろうと考え直し「人生を変えてやる」と。今に見ていろ」という気になりました。

田口さんは人が変ったと皆に言われるようになり、5ヵ月の入院生活がそれほど辛いものではなくなりました。それから輸血を月2回繰り返し、少しは元気になり、そんな時にW教授から腎臓の名医Ⅰ教授を紹介されました。教授は私の顔見るなり、「田口さん、動けるようなる」とこの言葉がとても嬉しくなり、勇気が出るのがわかりました。「田口さん、ここに来たのはわかるよね。人工透析を受ける事だよね」と言われ透析室を見学したり、ビデオを見たり食事指導をして戴き、今考えると私は恵まれていると思いました。岩本町腎クリニックでは特にO先生にお世話になり、とても感謝しております。又、職員の皆様と搬った写真は今でも忘れる事が出来ません。

現在は柳原腎クリニックで最高の透析治療を受けて、毎日感謝、感謝の気持ちです。これからも宜しくお願いいたします。

俳句

深川橋クリニック腎友会

正宗　良子

納涼の宴豚やかに屋形船

通院の妻を気づかう猛暑かな

ふる里の香りが届く夏野菜

わたしたちの患者会

29

大森東クリニック腎友会
病院名　城南福祉医療協会
　　大森東クリニック
病院所在地
〒143－0012
大田区大森東　4－3－11
電話番号
03－3762－1151

◇**会行事**・総会は毎年3月に行っています。役員会は、年3～4回行っております。4月には、花見の会、秋には、日帰り旅行を開催しています。また忘年会か新年会を年一回開催し楽しんでおります。今年の日帰り旅行は、36名の参加で群馬・沼田方面にりんご狩り、ぶどう狩り、なめこ採りを予定しております。

◇**会報**・2～3ヶ月に一度の割合で年4回程度発行しています。内容については、行事報告、役員会及び決算報告などです。

◇**会員拡大**・新しく来られた患者には、会の説明、資料を配布して会費の使途についての説明をして入会を勧めております。

◇**病院との懇談**・年に一度医師との個人面談があります。その他スタッフから透析器械の説明や食事に関して栄養士と話し合い改善してもらっています。

◇**トラブルの解決の仕方**
　会員同士の問題は、医師・師長・役員が入り、話し合いを行っています。病院側に対しては、役員が直接申し入れをしております。

◇**食事**
　施設内で栄養士管理のもと、調理してもらい一食、500円支払っており評判もいいです。

◇**特に強調したい会の特徴**
　役員が率先して会員に協力していただいて行事に参加してもらい結束を図っております。

◇**東腎協へのご意見**
　今まで私たち患者は、いろいろな面で優遇されていたと思います。この先、国の財政が緊迫している今日、透析患者だけでなく障害を持った人たちが、安心して医療を受けられるように、東腎協の方々に頑張って欲しいと思います。また知ってにこりのようなタメになる情報をこれからもお願いします。

◇**役員構成**
会長・野村泰司
会成立年月日　昭和55年
東腎協会員数　65名
非会員数　27名
会費年額　9,000円
役員体制　会長1名　事務局長1名　会計1名　会計監査1名
曜日担当役員　月水金午前1名　月水金午後1名　火木土午前1名

◇**記者感想**
　幹線道路を過ぎるとそこは閑静な住宅街で静かな町並みでした。患者会の役員の皆さんと病院スタッフのコミュニケーションがよくとれており和気あいあいとして和やかな気持ちになりました。

（取材・岸里、写真・當）

結束して会の強化を目標

左から平林会計、野村会長、蒲原幹事、蒲田会計監査

患者・家族で楽しい1日

かんたんクッキング　番外編

経験的 外食のコツ

◆リンのお薬はいつ飲むの？

家族や友人とおしゃべりしながらの外食は楽しいし、おいしいですね♪。いつもよりゆっくり食べるので、「リンを下げるお薬（炭酸カルシウムまたはカルタン）をいつ飲んだら一番いいのかなぁ？」って思ったことありませんか？時には飲み忘れてあわてて飲んだりしてぇ…！

ところで、リンはどこで吸収されるのでしょうか？それは腸です。ですから、食べ物、特にリンの高い食べ物が腸へ届く前にお薬と混じらせないとリンの吸収を押さえる、つまり下げることはできません。そこで、ゆっくり食べる時は食事中に**リンの高いものを食べたらすぐにお薬を飲んでおきましょう**。そして、お薬がまだ足りないなぁと思ったら、最後にもう一度飲んでおきましょう。そう！こういう時は、いつもより少し多くお薬を飲んじゃえ～と言うわけです。ただし、毎日会食があるからといって、毎日多めに飲むとカルシウムが高くなりすぎて、イライラしたり、血管の石灰化が進んだり、その時は、食べるのを少し我慢してくださいね。それから、カルシウムがもともと高めの方は、担当の先生、看護師さんにご相談くださいね。

◆お弁当の選び方

最近は、手作りのお弁当屋さんが多くなりましたね。みなさんのお家の近くにも一軒はあるのではないでしょうか？お弁当を買うときは、**幕の内のようなものが一番無難**です。そして、もし混んでいなかったら、注文するときに少しリクエストしてみましょう。例えば、海苔弁当だったら、

「ごはんにおかかしょうゆはいりません。海苔だけにしてください。」と言ってみましょう。これで、おしょうゆで塩分を、かつおぶしでリンを少し下げることができます。その他に、炊き込みご飯を白いご飯に変えてもらったり、丼のたれを半分だけかけてもらうことなどは、混んでいなければ調理してもらえますよ。

◆外食のコツ

外食の最大のコツ。それは、
食べ過ぎない

ことです。外食は、味も濃いし、いつもと目先が違うのでおいしくて、どうしても、食べ過ぎてしまいがちです。そのために、喉が異常に渇いたり、リンが高くなったりしてしまうのですね。

そして、あらかじめ、外食の予定がわかっていたら、**透析後の食事から外食前の食事までを控えめにし、余裕をもって外食へ行く**ことです。

☆いかがでしたか？

さて、2回にわたって、経験に基づき外食のコツをご紹介してまいりましたが、お役にたちましたでしょうか？みなさんのご感想・ご意見を、是非およせください。
それでは、またの機会に！！！

編集部

青年部通信

No.14

今年の夏も暑かったですね～！その上、亜熱帯地方のスコールの様な雨が降って、雷は鳴るし、強風で雨は横に降るし…。それでも、秋になりましたね（＾＿＾）

★関東ブロック無事開催★

7月30日（土）31日（日）茹だるような暑さのなか、第19回全腎協関東ブロック青年交流会ｉｎ東京が46名の参加で開催されました。

第１部は東京慈恵会医科大学腎臓高血圧内科ＤＮＡ医学研究所遺伝子治療部門医学博士横尾先生の「透析回避にむけた腎臓再生医療の最先端」と題してクローン腎臓の作製と移植の可能性について講演して頂きました。

先生のお話によると、将来、クローン腎臓移植が、それも内視鏡手術でできる可能性は高いそうです。先生が研究されているクローン腎臓は人間の細胞（遺伝子）を動物（家畜）の成長初期の胎児に移植し、人間の遺伝子を持った腎臓を作るそうです。このような講演内容は今まで聞いたことがなかったので、みなさん講演に聞き入っていました。また、感想文にも「将来に希望がもてる良い講演内容でした。」「再生医療で透析を離脱できる可能性があることを知りうれしくなりました。」など、好評でした。尚、この講演内容は次号で特集します。

第２部では、各県の活動報告をしました。各県とも参加者を集めることには苦労しているとのことでした。また、青年部のみの活動を行っていない県も多く、県によって青年部の位置付けが微妙に違っていることがわかりました。各県とも青年層の人数が少ないことから、これからは近県との合同開催を行うことを検討してみてはという話にもなりました。

２日目はひとりづつ、感想や今後の希望などを発言してもらい、来年開催県の長野県へとひきつぎました。

第19回全腎協関東ブロック青年交流会in東

★演じてきました！★

全腎協青年交流研修会が、８月27日（土）28日（日）、東京・大森で開かれました。

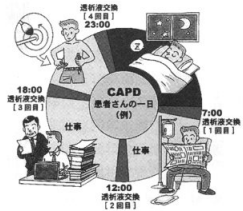
今回は、各チームに分かれて演劇を行うとのことだったので、どうなることかと思いましたが、各チームを指導する方（ファシリテイター）のおかげで、楽しく充実した時間が過ごせました。普段ならば仲間の名前を覚える事もなかなか出来ずに帰ってきていましたが、今回はチーム内ではかなりいろんな話が出来たので、それぞれの個性も垣間見られてよりいっそう印象深い出会いとなりました。また、多くの参加者が同様の感想を述べていました。来年は各県２名までという制限枠もやめてもっと多くの人が参加できるようにしてほしいと思います。なぜなら今回の研修内容は、より多くの人に参加してもらいたい、お勧めできる内容だったからです。

CAPDのページ

第2回

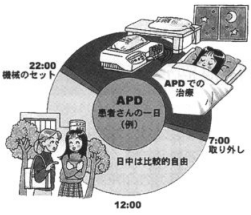
第2回目は、CAPDの費用についてお知らせしようと考えていましたが、その前に前回説明をしたCAPDとAPDの生活スタイルについて知っておきましょう。

☆CAPDの生活スタイル



上記の図は、バック交換を4回行う場合のサイクルです。例えば仕事や交通機関の乱れ等で時間内に交換できない場合でも焦らず少しくらい交換が遅れても大丈夫というおおらかな気持ちを持ち合わせることも大切です。

☆APDの生活スタイル



[図　バクスター㈱提供]

APDの生活スタイルの図を見てください。APDは、主に就寝中に透析を行うため、日中は比較的自由な時間が取れることが、魅力の1つとも言えるでしょう。

しかし、検査データーが悪い場合や除水が充分にされない場合は、日中に一回バック交換をする必要がある場合があります。あくまでも個人差がありますので医師と良く相談して適切な治療をされることが大切です。

〈解説〉第1回を振り返ってみましょう！

CAPD（連続腹膜透析）

一般的に1日4回ほどのバッグ交換が必要ですが、2週間に1度ないし1ケ月に1度の通院で自分のスケジュールに合わせて24時間連続して透析を行うことが可能。そのためには、患者さんが自らがトレーニングを受け、透析療法をしっかり理解し、管理することが必要です。

APD（自動腹膜透析）

自動腹膜灌流装置（サイクラー）と呼ばれる機器を使用して家庭で（旅行先でも可能）就寝中に自動的に透析を行う方法です。

就寝前に透析液バック回路を機械にセットするだけで朝にまでに必要量の透析が自動的に行われます。起床時に回路とバックを取り外せば自由に動くことが出来ます。

今すぐバクスター(株)HP「腎臓病なんでもサイト」にアクセスしてCAPDの最新情報を得よう！

医療のことから闘病記さまざまな情報を手に入れましょう。

バクスター(株)URL

http : //www.kidneydirections.ne.jp

をご覧ください。

リレーエッセイ

「我が腎臓病・人との出会いを大切に」

東腎協常任幹事　石井　虎二
（新小岩クリニック友の会）

石井虎二さん

私の、透析歴は今年の六月で満三年になりました。今の所大した合併症もなく順調に来ております。

ベテラン役員さんより月組みの役員を薦められ透析二年目にして友の会の役員を引き受けました。

そして今年からは、経験の浅い私に、強い要請で東腎協の常任幹事に選ばれました。

東腎協には、5つの委員会があります。どの委員会も大事な委員会ですが、会員無くしてはどの委員会も、駄目だと思い、自ら組織対策委員会を選び私なりに頑張っているつもりです。

私の腎臓病の始まりは、風邪気味で近所の病院に行き尿検査をした結果「蛋白が出ている、安静にしているように」とこの一つの言葉が始まりです。腎臓病の話をする前に、どうしても避けては通れない話があります。それは25歳の時です。

仕事の帰りトラックを運転していた私は、雨でスリップしバスと衝突し七人に怪我をさせたことです。テレビ、新聞、ラジオに大きく取り上げられて、一命は取り留めたものの人生最大の失態が過去にあります。その時の内臓圧迫に因る腎臓障害が原因ではないかと現在の病院で言われました。

事故から半年後、腎臓病との闘いが始まり早いものであっという間の37年間です。3年前から急に悪化、3年前から胸が痛み出し病院で「今日から透析を始めます」と言われたときは、ショックでした。何ヶ所か病院を変えましたが、10年前から外来で通っていた病院より紹介されたのが、現在の病院で月水金の透析を受けています。

一人では何もできません。現在透析の医療制度は、他の障害者より多少恵まれていると思います。

良き先輩方が、命懸けで築き上げたこの制度を力を合わせて皆さんと守りたいです。それには、組織率全国ワースト3位、28パーセントは我が東腎協の会員組織率で、地方の患者に比べ東京の患者は無関心のように思います。年間一人六百万円と言われている透析医療費です。活動しないと一気に行政に押し流されてしまいます。一部人しか透析が受けられなくなります。決して他人事ではなく私達自身の大問題です。会員の皆さん組織対策委員も頑張りますが、会員全体の問題であります。人と人の出会いを大切にして、一人でも多くの会員を増やし現在の良き制度を守って後世に残しましょう。

腎臓移植待機者・移植者に全国移植勉強会のお知らせ

11月20日（日）
全国北海道から九州までノバルティスファーマ社の協力を得て特別衛星回線を利用して、日本移植者協議会が移植勉強会を開催いたします。

講師
中川健先生
添田英津子
コーディネーター
（慶応大学病院　泌尿器科）

会場スタジオには少人数入場ですがインターネットでどなたでも参加できます。

詳細は「ぜんじんきょう」No.212（11月初旬発行）に掲載されます。

慢性透析に関する資料表

日本透析医学会による毎年末の統計により、私達透析患者の現況が集計されています。統計調査対象施設数は3,932施設で回答施設数は3,882施設、回収率98.73%ということです。これは東京都に関係するものを会員の参考資料として抜粋して掲載させていただきました。

1．施設数　3,882施設（165施設増　4.4%増）
2．設備　ベーシェントスティション　97,366台（4,656台増　5.0%増）
3．能力　同時透析　96,540人（4,615人増　5.0%増）
　最大収容能力　328,798人（16,794人増　5.4%増）
4．慢性透析患者　248,166人　（10,456人増）
　昼間196,337人　夜間42,600人　家庭透析114人　ＣＡＰＤ8,774人　ＩＰＤ352人
　導入患者数　35,084人（1,118人増　3.2%増）
　死亡患者数　22,715人（1,043人増　4.6%増）

5年未満透析患者数	男 75,431	女 44,650	不祥 78	計120,159
5年以上10年未満透析患者数	男 35,089	女 23,265	不祥 3	計 58,357
10年以上15年未満透析患者数	男 15,936	女 11,800	不祥 2	計 27,738
15年以上20年未満透析患者数	男 7,977	女 6,473	不祥 3	計 14,453
20年以上25年未満透析患者数	男 4,999	女 4,035	不祥 0	計 9,034
25年以上透析患者数	男 4,012	女 2,853	不祥 0	計 6,865

　人口100万対比　1,943.5人（80.8人増）
5．最長透析歴　37年３ヵ月
6．導入患者平均年齢　65.76歳
7．導入患者原疾患
　①糖尿病性腎症　13,920人（41.3%）②慢性糸球体腎炎　9,466人（28.1%）
　③腎硬化症　2,978人（8.8%）④多発性のう胞腎　909人（2.7%）
8．2004年末患者平均年齢　63.32歳　男性62.64歳　女性64.37歳
9．2004年末患者原疾患
　①慢性糸球体腎炎　106,458人（45.1%）②糖尿病性腎症　71,394人（30.2%）
　③腎硬化症　13,485人（5.7%）④多発性のう胞腎　7,933人（3.4%）
10．2004年死亡原因
　①心不全　5,178人（25.1%）②感染症　3,882人（18.8%）
　③脳血管障害　2,191人（10.6%）④悪性腫瘍　1,864人（9.0%）
　⑤心筋梗塞　1,120人（5.4%）⑥悪液質／尿毒症　857人（5.4%）
　⑦カリウム中毒／頓死　1,071人（5.2%）⑧その他　2,139人（10.3%）
11．1983年以降導入患者生存率
　1年86.0%　5年62.3%　10年42.3%　15年29.3%　20年25.6%
12．2004年　東京における透析患者数　24,136人
　昼間18,606人　夜間4,830人　家庭透析３人　ＣＡＰＤ645人　ＩＰＤ56人
（以上日本透析医学会調べ2004年12月31日現在）

イザという時の「防災体験」

災害対策委員
富山　光子

地震や火事の怖さを実体験できる施設である、池袋防災館へ行ってきました。

地震

最初に、地震の体験です。先日関東でも震度5の地震があったばかりで、本当に他人事では済まされなくなっています。

「身の安全を図る」「火を消す」「ドアを開ける」等の防災行動、冷静な判断力を身につけるため、震度6の揺れを体験しました。

係員の説明では、強い揺れは、せいぜい30秒位なので、それが治まったら、すばやく火の始末や脱出確保の動作をするようにとのことでした。

火事

次に煙のコーナーで、火事に遭遇した場合、煙にまかれて命を落とすことの無い様に煙の性質や、避難要領を学習しました。

次は消火コーナーで、初期消火技術を体験しました。実際扱うのは初めてで、まごつきましたが、1度扱ってみて、今後は、大丈夫という自信が付きました。

救急救命

最後に、救急コーナーでモデル人形を使って、人工呼吸や心臓マッサージ等、応急手当の方法を学習しました。

心臓マッサージで、胸の押し方がかなり強く押すことに驚き、人工呼吸もかなり強く息を吹き込まないといけない事も体験しました。

今回は短い時間の中で様々な体験をし、イザという時に、すばやい行動ができる自信もつきました。「自分の命は自分で守る」時代です。会員の皆様も、1度近くの防災館で体験しておくことをお薦めします。グループ・ご家族でも楽しく体験できます。もちろん無料です。

また、防災会館では災害用品も豊富に取り揃えてあり、直接購入することも出来ますので、防災グッズを見に行くだけでも価値はあると思います。

《都内で体験できる防災館》

池袋防災館
豊島区西池袋2－37－8
03－3590－6565
休館日：火曜日・第3水曜日

本所防災館
墨田区横川4－6－6
03－3621－0119
休館日：水曜日・第3木曜日

立川防災館
立川市泉町1156－1
042－521－1119
休館日：木曜日・第3金曜日

消防博物館
（展示・グッズ販売のみ）
新宿区四谷3－10
03－3353－9119
休館日：月曜日

知ってにっこり

今後の活動予定

11月5・6日
全腎協通院送迎交流会
11月6日
地域腎友会交流会
11月13日
第301回常任幹事会
11月26・27日
全腎協理事会
12月3・4日
関東ブロック埼玉会議
12月18日
第302回常任幹事会
06年1月14・15日
全腎協理事会
1月22日
第303回常任幹事会
1月29日
相談役会
2月26日
腎臓病を考える都民の集い
会場は総評会館　例年と違います。

知人・友人糖尿病性腎症の方に声をかけてください

故柳光夫相談役への追悼

昭和16（1941）年生
平成17（2005）年
7月29日逝去

正論を熱く説く姿に感銘

会長　榊原　靖夫

またお一人東腎協の偉人が逝かれました。誠に残念であり、悲しく寂しい限りです。

東腎協が確固たる存在感、信頼感を得ている礎となられた偉大なる先輩の方々のお一人でした。

合併症に苦しまれ、数度の入院をされた折、お見舞いを兼ねご指導を仰ぎにお訪ねする度、いつも変らず嬉しそうに迎えていただいた時の素敵な笑顔が忘れられません。

表面的には冷静且つ物静かですが、常任幹事会等で理路整然と正論を熱く説かれた柳相談役に心から感銘を受けたものでした。

柳相談役の生き様、そしてご教授頂いた数々の教訓をしっかり心に刻み、多くの仲間とともに精進する事をお誓い致します。

長い間お疲れ様でした。どうぞゆっくりお休み下さい。

後輩に希望を託し安らかに

相談役　高橋勇二郎

残念です。また東腎協は貴重な人材を失いました。

透析初期の腎移植失敗からの体調不良を抱えながらの献身的活動には頭が下がります。職場では第一線に立って働き、家族を養い、その上での活動でした。

彼は信念の人でした。とかく多数の意見に流されがちな中、決して妥協しない姿勢を貫かれました。時には席を立ってでも意思を表明されました。しかし会議が終わると和気あいあいと、おしゃべりができました。

1980年代に始まった透析医療費引き下げ反対の運動の中で、彼とはともに闘ってきた戦友です。東腎協副会長として全腎協運営委員として。まだ後退は続いています。しかし後輩に希望を託し、もう安らかにお休み下さい。

事務局から

ご寄付お礼

扶桑薬品工業（株）　東京第一支店様

長い期間にわたる毎月のご寄付ありがとうございます。

北里大学看護学部岡美智代様

実態調査集計作業にご協力いただき、その上調査費をご寄付いただき恐縮いたしました。意義ある活動に使用いたします。お礼申しあげます。

篠喜代子様（吉祥寺あさひ腎友会）

「会員さん訪問」掲載がご自分の透析歴30年に重なり、お祝いの意味でご協力いただきました。ありがとうございます。

故伊藤嘉朗様（新宿水明クリニック腎友会会員）ご遺族伊藤和子様

幹事の清水国衛様のご紹介により、会活動にご理解を示され、9月2日、故人の姉上と来局されました。お志をありがとうございました。

（期間　8月1日～9月30日）

青い鳥はがきご寄付

立川相互希望会

貴重なご寄付ありがとうございました。患者会への連絡に使用させていただきます。

2005（平成17）年度会費納入お願い

会費未納の方へ2度目のお願いをいたしましたが、振込用紙など紛失した場合は、遠慮なく事務局までお知らせください。現在今年度会費未納者にも会報は送付しておりますので、ご協力をお願いいたします。

会員拡大のお願い

今年度活動方針の第1重点目標の会員拡大は会員の努力なくしては達成できません。患者会員も個人会員も1人が1人の会員獲得をすることで、会員数は約2倍になります。

表紙の言葉

ツワブキ

加藤　茂

秋を告げる花、その筆頭にあげたいのは彼岸花です。今年は国営森林公園に出かけ、しっかりエネルギーをもらってきました。テレビを見ていたら田んぼの畦道に咲いているのが多い理由として球根に猛毒があるためネズミを寄せ付けない効果があるとか、と説明していました。

秋の終わりを告げるのは紅葉。木々の葉が赤や黄色に染まるのを見ていると本当に美しいと感じます。その頃にツワブキも咲き始めます。

私がこの花を気にし始めたのは、十数年前に鎌倉でウォーキング大会に参加した時に道端に咲いているツワブキを目にした時です。ええ、こんな花があったのか、と驚きました。

寒い冬に向かって黄色い花を咲かせるツワブキ。「キク科の常緑多年草。フキとは別属。フキに似、厚くて光沢がある。若い葉は食用」と書かれてありました。

（2005年10月）

編集後記

暑さも和らいで過ごしやすい今日この頃です。紅葉の秋、読書の秋、色々ですが、やっぱり食欲の秋かな。

（岸里）

人工血管のおかげで透析可能、何とか生命は維持できた。透析医療制度を守るためにがんばろう。与党2／3でも動くかな。（木村）

地下鉄の乗換えではいつも階段を昇ろうと思う。なのについ足がエレベーターに向いてしまう。

（當）

秋ですね～！果物がおいしいですね～。秋の果物を食べてうっとりしていたら綿切が過ぎていました。

（須賀）

小生も今年で透析20年。「会員さん訪問」で三浦さんに会って、36年頑張ってきた努力と秘訣をあらためて聞き、自分の残りの透析人生、少しでも見習って生きて行ければと思う。

（軽部）

年甲斐も無く青春映画が好きで、この夏は「リンダ リンダ リンダ」を見てきた。ヴォーカル役のペ・ドゥナの歌とその仕草がとてもキュート。しばらく高校生気分の変なおやじになっていた。（押山）

HES mucus

ムコス

（旧・エクチャーム）

乾燥皮膚そう痒症について＜皮膚科専門医の立場から試験＞

乾燥・痒み・掻破痕

ヘス ムコスローション(化粧水) ML-220(220ml)・ML-110(110ml)
ヘス ムコスエッセンス(美容液) ME-220(220ml)・ME-110(110ml)

極めて高い保湿能効果（高周波伝導度値:149.2±19.9）

痒み改善（著名改善21%、改善49%、やや改善23%）

乾燥改善（著名改善70%、改善23%、やや改善2%）

掻破痕改善（著名改善76%、改善19%、不変5%）

試験対象：透析患者63名・試験期間：4週～8週

…極めて高い保湿効果で乾燥性皮膚の角層改善…

肌本来の保湿機能が向上し、皮膚表面のバリア機能が正常な働きに戻って、乾燥・痒み・掻破痕ともに症状を緩和し有効に作用します。

学術資料 ＊角層保湿能試験：東北大学医学部皮膚科教室(皮膚, 41 387-390,1999)
＊皮膚そう痒改善試験：神戸大学医学系研究科医科学専攻応用分子医学皮膚科(皮膚の科学, 2:128-134,2003)

お申し込みは 有限会社ムコス（旧 有限会社シンセン）
TEL 0120-3535-06 FAX 03-3428-0870

製品名称	標示価格	会員割引価格	製品名称	標示価格	会員割引価格
ムコス[ME-220]	6,615円	5,250円	ムコス[ML-220]	4,725円	3,990円
ムコス[ME-110]	3,675円	2,940円	ムコス[ML-110]	2,625円	2,205円

＊消費税込　＊3本以上、更に割引有り　＊送料5千円以上弊社負担
＊お支払い方法：郵便局振込

発売元 有限会社ムコス
東京都世田谷区上用賀6-2-7

製品に関するお問い合せ・資料請求
TEL 0120-3535-06
FAX 03-3428-0870
http://www.mucus.co.jp
E-mail hes@mucus.co.jp

防災対策の決定版!!

アルファー米

低タンパク米「春陽」使用

新潟農家のエコ・ライスが、
中越地震 集中豪雨
を体験し作りました

東京で地震発生!!
避難しても食べられるものがない?!

ご存知ですか?

自治体では低タンパク食は備蓄していません
備蓄してあるものは、高タンパク・高塩分の非常食ばかりです

新潟県中越地震の教訓!

役立つのは、日常使用しているものです
アルファー米を常用し、災害時も慌てず安心!!

賞味期限5年、保存性バツグン!
カバンに入る軽量・手の平サイズ
洗米・浸漬不要、簡単・便利で使いやすい!

使い方はとても簡単

① 内袋のままお湯に入れます。

② 12~15分ボイルします。

③ 中身を取り出します。

④ ほかほかのご飯のできあがり!!

自然米「春陽」使用

アルファー米 **春陽**

越の月は、簡単な調理で炊き立てのようなふっくらご飯を味わうことのできる、手軽な保存食です。

(70g×2食)×25セット	7,000円
(70g×12食)×4セット	5,760円

※送料・消費税込み金額(本州に宅配の場合)

商品のご購入・お問い合わせ

(有)エコ・ライス新潟 〒954-0181 新潟県長岡市脇川新田町970-100

TEL 0258-66-0070
FAX 0258-66-0447

〈受付時間〉 9:00~17:00(土日祝を除く)
※FAXは24時間受付でおります

お問い合わせの際は「東腎協会員」とお申し付け下さい

いつも元気で、いつも快適に！

飲んで実感・栄養補給効果

流出し、欠乏しやすい栄養成分の補給に
専門医のご協力を得て開発いたしました。
おかげさまで多くの方に喜んでいただいています。

平成11年 発売以来、大好評の実績！

天然由来のL-カルニチン、アミノ酸がたっぷり

カルフェロ Carfero

カルニッチ（天然L-カルニチン・アミノ酸含有）
還元麦芽糖水飴／リンゴ果汁／クエン酸
リンゴ酸／ビタミンB6／ナイアシン
クエン酸鉄ナトリウム／ビタミンB1
葉酸／他

一瓶中のリンは2.5mg、カリウムは2.5mgと微量です。安心してお飲みください。

50mL

L-カルニチンを多く取りたい方に！
バランスのとれた栄養補給に効果的

高配合！L-カルニチン350mg
◆必須アミノ酸、ビタミン、ミネラルなど

カルフェロ マルチ20

L-カルニチン／クエン酸／濃縮リンゴ果汁
クエン酸鉄ナトリウム／ナイアシン
メチルヘスペリジン（溶性ビタミンP）
L-バリン／L-リジン／ビタミンB1／ビタミンB6
ビタミンB2／葉酸／他

一瓶中のリンは0.4mg、カリウムは2.4mgと微量です。安心してお飲みください。

20mL

ポイントを貯めると「カルフェロ」・「マルチ20」またはベータ食品の特選品をプレゼント！

1箱（50本入り）お買い上げいただくともれなく **5ポイント**（約8%OFF=750円相当お得！）進呈！

「通常ご注文コース」

カルフェロ・マルチ20とも

1箱（50本入り）5ポイント → **9,500円**（送料・税込）

お試し用（10本入り）1ポイント → **2,220円**（送料・税込）

「定期お届けコース」がおトクで便利！

「定期お届けコース」は、その都度ご注文いただかなくても定期的にお客さまのご希望日ごろにご注文の商品を、おトクな価格でお届けします。
（ただし、3回以上をまとめてお申込んでいただいた場合に限ります。）

例えば 価格がさらにおトクなります！

カルフェロ・マルチ20とも

1箱×3回以上（50本入り）5ポイント　通常価格 9,500円 → **9,300円**（送料・税込）

2箱×3回以上（100本入り）10ポイント　通常価格 19,000円 → **17,800円**（送料・税込）
1箱50本当り **8,900円**

例えば お届けをこんなふうに選べます！
①25日ごと　②50日ごと　③100日ごと　④その他　日ごと

●商品の発送は日通ペリカン便でお届けいたします。

発売元／ベータ食品（株）　製造元／滋賀県製薬（株）

商品ご購入・お問い合わせ

ベータ食品株式会社
〒531-0071 大阪市北区中津1-6-28
料金不要のフリーダイヤル 0800-111-3211（イーイーイーミニイイ）
「カルフェロ」・「マルチ20」係専用
0120-831-123
受付 ●平日／9:00～18:00 ●土・日・祝／10:00～17:00
FAX 06-6371-7110
健康相談室 0120-771-315

私たちは、信頼と実績のテンプスタッフグループです。

障害をお持ちの方の
就職・転職をお手伝いします！

登録者募集中

応募は秘密厳守

費用はすべて無料

大手企業の求人多数

就職後まで完全フォロー

全国の大手企業から幅広い職種をご紹介します！

総合人材サービステンプスタッフグループの当社には、全国の大手企業から多数の求人情報が集まります。業種は人気のIT系から外資系まで幅広く、職種も一般事務から軽作業までじつにさまざま。その中から、あなたの適正に合った職場をご紹介いたします。

面接から就職後のフォローまで、きめ細やかに対応します！

はじめに希望職種や条件、障害について十分にお話を伺った上で、一人ひとりのニーズにマッチしたお仕事をご紹介いたします。ご登録から採用まではもちろん、就職後の悩みや疑問まできめ細やかにフォローいたします。

費用はすべて無料。個人情報は厳守いたします！

ご登録から紹介・採用に至るまで、費用は一切かかりません。ご希望のお仕事に出会うまで何度でもご紹介いたします。また、厳重な管理体制のもと、個人情報の取り扱いには十分な注意を払っておりますので安心してご登録ください。

■ご登録から採用までの流れ ※登録は予約制ですので事前にお問い合わせください。

1. **面接・登録日の予約**（お電話、FAX、メール）
   ご都合の良い日時をご予約ください。
   ※遠方でご来社が困難な場合、Webまたは郵送で「仮登録」できます。
2. **コンサルタントとの面接・登録**
   面接・カウンセリング・適性検査で、スキルを的確に判断した上で、登録手続きを行います。
   ※別途パソコン教室もあります。
3. **お仕事のご紹介**
   コンサルタントが経験・スキル・希望の条件に合った最適なお仕事を紹介します。
4. **ご希望される企業との面接**
   コンサルタントが同行し、聞きづらい就職条件なども質問するので安心です。
5. **採用**
   企業との直接契約の正社員・契約社員となり、お仕事のスタートです。
6. **フォロー**
   ご就職後も担当のコンサルタントがフォローします。お気軽にご相談ください。

土曜登録会 毎月開催中！

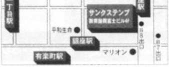
障害者雇用についてもっと知りたい！という方は、サンクステンプが主催する「土曜登録会」への参加をお勧めします。当登録会は、障害者雇用の現状や企業の求める人材像など、大変有益な情報提供の場となっております。当登録会場にて登録会も行いますので、まずは一度お気軽にご参加ください。

サンクステンプ
身体障害者雇用促進研究所株式会社

ご登録は無料、随時受付、今すぐこちらから！

03-5524-5591

www.thankstemp.co.jp



テンプスタッフ株式会社 特例子会社
サンクステンプ
身体障害者雇用促進研究所株式会社
〒104-0061 東京都中央区銀座4-2-11
数寄屋橋富士ビル4F
厚生労働大臣許可番号 13-ユ-080443

●東京メトロ銀座駅 B8出口

Meiji

カリウムを気にしている方へ

"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。

今までの飲料に比べると 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中にはカリウムが約138mg含まれていますのでその95%が除去されたことになります。

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)

果汁100%のりんごジュース	143mg
低カリウムりんご	わずか6mg

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

※五訂日本食品標準成分表
りんご天然果汁カリウム値110mg／100g比

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が約350mg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になります。

原料名
野菜汁（にんじん、ほうれんそう、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)

果汁49%野菜汁51%のミックスジュース	280mg
低カリウム緑黄色野菜&フルーツ	わずか14mg

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	14mg
脂　質	0g	カルシウム	120mg
糖　質	13.5g	リ　ン	17mg

五訂日本食品標準成分表 (100g中のカリウム値)

りんご濃縮還元ジュース	110mg	トマトジュース	260mg
オレンジ濃縮還元ジュース	190mg	ほうれん草(ゆで)	490mg
にんじんジュース	280mg		

※上記を基準としたりんご果汁31%、オレンジ果汁15%、にんじん41%、トマト5%、ほうれん草5%の野菜果実混合飲料のカリウム値280mg／130g(125ml)比

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

明治オンラインショッピングまで
[インターネット] http://net.meiji.co.jp/shopping/
[電話] 0120-860-447
受付時間：9:00～17:00（土･日･祝を除く）
※年末年始・季節休暇いただく場合がございます。
[FAX] 03-3273-5644

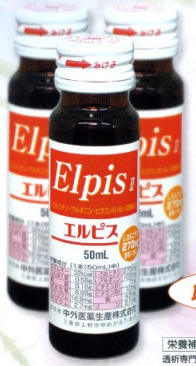
お申し込み方法

[販売価格] ¥1890(税込) ※各種12個単位
[お支払い] 代引き、クレジットカード(手数料無料)
[お届け] 商品のお届けには約1週間かかります。
[送料] ¥525(税込)、¥5,250(税込)以上お買上げで無料
[返品] 未開封商品のみ商品到着後8日以内返品可(送料お客様負担)

明治製菓株式会社　〒104-8002　東京都中央区京橋2-4-16

快適な透析生活を
サポートします

好評
発売中



飲み味スッキリ

栄養補助食品　内容量:50mL/瓶
透析専門医の協力を得て開発された栄養ドリンクです

こんなことが気になる方…

手足のケイレン　疲れやすい　心臓機能の低下
透析後の倦怠感　貧血気味　透析後半の血圧低下

これらの症状の原因には、必要な栄養成分の不足が関係しています

配合栄養成分（1本50mlあたり）

L-カルニチン	270mg	ルチン	50mg
L-アルギニン	100mg	ビタミンB群 B1、B2、B6、ナイアシン、葉酸	35.2mg
アスパラギン酸、イソロイシン、リジン、バリン、ロイシン	200mg	鉄	4.6mg

アミノ酸強化

不足しがちな
栄養成分の補給に！

栄養ドリンク
エルピス
Elpis Ⅱ

1箱50本入り
販売価格 10,500円（税・送料込み）
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（税・送料込み）
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。

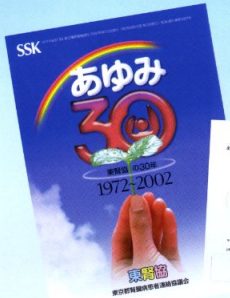
5% ポイント プレゼント

割引ポイント
お買上商品代5%分の
割引ポイントシール付!!
※次のご購入時にご利用できます

フリーダイヤル 0120-393-578
FAX 06-4809-5575（FAXは24時間受付）
受付時間 平日 9:00～18:00 土・日・祝休業
〒533-0033
大阪市東淀川区東中島1丁目21-31 新大阪和光ビル301
エルピス株式会社

●発行所　障害者団体定期刊行物協会　東京都世田谷区給6-26-21　領価二百円●2005年10月15日発行　SSKA増刊通巻5349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

あなたが築く
東腎協
あなたを守る



東腎協に入会すると
- 30年の記念誌「あゆみ」
- 「全腎協災害手帳」
- 「東腎協緊急時透析患者手帳」

をお届けします。

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 信友ビル6F
TEL.03-3944-4048 FAX03-5940-9556　郵便振替口座 00150-0-128390