

「わっしょいわっしょい」の音が青空に響く

あすと長町仮設住宅でもちつき・たこあげ大会

子どもたちの「わっしょい！わっしょい！」のかけ声とともにもちつき



長町病院
友の会だより

第 194 号

発行 長町病院友の会
〒982-0011

仙台市太白区長町 3-6-1

TEL 248-6702

メールアドレス

n.tomonokai@gmail.com



あったかいお雑煮は体を温めてくれました

晴天に恵まれた 2 月 17 日、あすと長町仮設住宅にて、友の会・ほっと亭・ポケットハウス主催、さわやか班などの協力で「餅つき・たこあげ大会」が開催されました。昨年に続いて 2 回目です。もちつきはみんなで交代で「わっしょい、わっしょい」と。つきたてのあんこもち・お雑煮は大好評。大人も子どももいっしょになってたこあげを楽しみました。チャリデーイングサークル・クラブスのメンバーも参加、大いに盛り上げてくれました。

協力していただいたボラン
ティアのみなさん、仙台風の

会のみなさん、物資などを提供していただいた全国のみなさん、どうもありがとうございました。なお、バザーの収益は仮設住宅自治会に寄付させていただきました。



バザーも完売（写真は加工してあります）



子どもたちはたこあげに大喜び

聴診器

岩手から宮城に移り住んで 14・5 年になります。岩手では 36 年間、教員生活を送りました。初任校は沿岸三陸の都にある宮古水産高校でした。▼当時、宮古には普通課程の宮古高校、商業課程の宮古商業高校、そして宮古水産高校の 3 つの高校がありました。水産高校の生徒が「あんたどこの高校？宮古高校？商業高校？ああ、そんじや水産高校ね」と言われて、ずいぶん傷つけられることがあったようです。▼宮古水産高校を離れて数年後、ある教育研究会の会場で、水産高校時代の教え子にばったり出会いました。なんと小学校の教師になっていたのです。水産高校在学中、学校始まって以来の出来の悪い生徒と言われるほど、学習意欲に欠ける生徒でした。教師をしていた父を亡くし、教師をめざして奮闘したそうです。▼人の変化とその素晴らしさに感動したものでした

(K・I)



2013年度の友の会活動のポイントとは？

中田事務局長に聞く



長町病院友の会第37回定期総会が4月27日に開催されます(8頁参照)。方針のポイントは何か、友の会中田寿人事務局長に聞きました。(聞き手…編集部)

編集部…まず、今回の方針案の特徴をお聞かせください。

憲法をまもり活かす活動を

中田…長町病院も建築がはじまり、13年度中には新しい病院が竣工します。新しい機能と構想で「地域に必要とされる病院」の役割もますます期待できるものになります。会員のみなさんの奮闘、ご協力の実を結ぼうとしています。

一方、震災からの復興は全体ではなかなか進んでいないのが現状です。友の会も復興公営住宅の建設を一日も早くと署名などにも取り組んできました。引き続き被災者の立場に立つたとりくみを広く地域のみなさんといっしょにすすめていきたいと考えていま

す。

編集部…憲法「改正」の声が強くなっていますね。

中田…昨年の総選挙で自民党が「大勝」したあと、憲法を変えようとする動きが急速に強まっています。「国防軍をつくろう」「生活保護を切り下げるだけ切り下げ、受給しにくいものにしていこう」など、憲法9条、25条をないがしろにしようとしています。9条・25条は国民の命、平和を守る宝です。友の会は今年度、とくに憲法をまもる運動に力を入れていきたいと考えています。また、今年も「平和を語るつどい」、「原水禁世界大会」に代表を送る運動、消費税を上げさせない運動、原発を再稼働させない活動、TPPに反対し医療や農業を破壊させないとりくみなど力を入れていきます。

地域からの健康づくりを

編集部…地域からの健康づくりも大事ですね。



青空健康相談会も各ブロックで

中田…そうですね。班会での健康学習や井戸端談義を旺盛に進めたいですね。また、ブロックでの青空健康相談会や医療講演会の開催も援助していきたいと思います。

魅力あふれる友の会活動に

編集部…昨年の「仲間ふやし月間」では多くの方に入会していただきましたね。

中田…そうですね。世帯会員、家族会員そして『いつでも元気』拡大目標をすべて達成して多くの仲間を友の会に迎えることができたんです。

会員を増やすことは地域とのつながりをより強くする活動です。新会員がいきいきと参加してくる友の会づく

りに取り組みます。参加することが生きる力、やりがいになる集まりをめざします。また、担い手になつてもらう会員をつくっていききたいですね。班での結びつきが地域の結びつきを強くしていきます。また、サークル活動で培った力を、地域のブロック、班活動で発揮する年にしていきたいですね。

専門部活動は友の会がめ

ざす健康・いのちを大切にしていく活動をすすめていく上で欠かせないところです。保健部、社会保障部、病院利用委員会、機関紙部をはじめさまざまな活動に取り組んでいきます。専門部の活動にも積極的に参加を呼びかけたいと思います。

重要な点として、今総会は、友の会のこれからの在り方についても話し合われます。さらに地域に輪を広げていくためにはどうしたらいいのか。友の会の形や名称についても話し合っていきます。

編集部…最後にみなさんひとこと。

中田…総会では多くの友の会員の参加のもとで、新年度の方針を決めていきたいと考えています。会員のみなさんの声を直接、総会の場でも反映していければと考えています。みなさんのご参加をお待ちしています。

編集部…どうもありがとうございました。

あなたと民医連をつなぐ月刊誌

MIN-IREN

いつでも元気

好評発売中

2013 3月号 380円

巻頭エッセイ／元氣を取り戻してきた住民とともに 石木 幹人

元気スペシャル

3・11を忘れない

被災地で活動し続ける医師たち／南相馬市から避難して

特集1 **破たんした二大政党づくり**

神戸女学院大学・石川康宏教授に聞く

特集2 **脳卒中**

北原正和

食と健康 「放射能から家族を守る」——郡山医療生協

発行＝新保健医療研究所 〒113-0034 東京都文京区湯島2-4-4 平和と労働センター8階 電話 03(5842)5656(代表) FAX 03(5842)5657

日本の医療制度が危ない! TPP参加は国民の命を脅かします

安倍首相は、TPP（環太平洋連携協定）交渉への参加を表明しようとしています。TPPは日本の農業に壊滅的な打撃を与えると言われています。実は、日本の公的医療制度も深刻な影響を受けるのです。

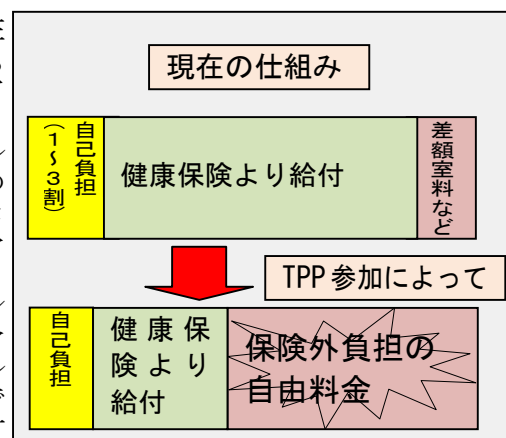
TPPは農業、保険、サービスなど全部で24にもものぼる分野が交渉の対象となっており、与える影響は農業だけにとどまらず、国民生活に広く及びます。医療に与える影響を見てみましょう。

「混合診療」の解禁

日本では「混合診療」（保険診療と保険外診療を組み合わせる）ことは禁止されています。保険診療で、一部だけ自由料金で徴収するということは認められていないのです。例外が歯科の補てん物や差額室料、厚生労働省が認可した「先進医療」などです。アメリカは、この「混合診療」の解禁を長年要求してきました。TPP参加で、これに風穴があけられる恐れが。

外国保険・製薬会社参入の自由化

アメリカの保険会社が本格参入することが予想されます。現



在もアヒルのコマーシャルで有名な外資系保険会社が「保険のきかない高度先進医療を補償します」などと盛んにPRしています。「かんぽ生命」のがん保険は、アメリカからの介入で発売が先送りされました。

アメリカの保険会社が自由に参入できることになれば、当然のことながらマーケットの拡張を強く要求してきますから、「混合診療」解禁とともに公的な保険制度は縮小を迫られるでしょう。

「そんなことをアメリカが要求してきたら拒否すればいいのではないか」と思われる方もいるでしょう。ところが、そうはいかないのが「ISD条項」です。

「毒まんじゅう」ISD条項

「ISD」条項とは「外資が公

正な競争を阻害されたか否か」だけを判断基準にして企業が国を訴えることができ、そしてアメリカが実質支配する世界銀行傘下の委員会が判断が下れば一切文句もつけられず拒否もできないというもの。

たとえば、アメリカの保険会社が日本で営業展開するにあたって、日本の公的保険制度がその障害となると判断すれば、訴えることができるということ。その結果、日本政府が敗れば巨額の賠償金を払い、公的保険制度をアメリカの要求に沿って変えざるを得なくなるでしょう。いったん参加すれば、後に引くことはできません。「毒まんじゅう条項」と言われるゆえんです。

そうなれば、「まともな」医療を受けようと思えば自分で保険に入って備えざるを得なくなり、お金のない人はますます医療から遠ざけられてしまいます。



自民党の選挙ポスター

「公約まもれ!」の声を

先の総選挙で、「TPP交渉参加反対」を掲げて当選した自民党の議員は200名以上にのぼります。公約違反は許されません。「公約をまもれ!」の声を急いで強めましょう。

国保料をこれ以上上げないで!

制度改善を求める声を

前号の『友の会だより』でも掲載しましたが、仙台市は国民健康保険料の算定方式を現行の算定方式から「旧但し書き方式」に変更しようとしています。これにより、所得が低く家族の多い世帯ほど保険料負担が増大します。たとえば、「3人世帯で給与収入が200万、夫婦ともに40歳・小学生1人」の世帯の場合は、なんと保険料が2倍に! 逆に、所得の高い人は減額となります。

高すぎる国保料で払えない世帯が増えている中、それに追い打ちをかけるような算定方式の変更は大問題です。国は「国保広域化」に向け、すべての自治体で算定方式を変更するよう指導を強めています。仙台市は2013年度の導入は見送りましたが、2014年度から実施する方針です。

国は国保への財政支援を一貫して削減してきました。その方針を見直しさせることは急務です。(社会保障部)

2月19日、大谷地親和会から医療講演会の依頼があり、「本当に効くの？サプリメント」の内容で、つばさ薬局の佐々木素直薬剤師の方の協力をえて行ないました。参加者は町内会長はじめ25名の参加で大盛況でした。「キシリトールに眠気予防の効果はあるの？」「チョコラBB」は口内炎に効くの？」「ビタミン

町内会の集まりで健康講演会 大谷地



剤は飲む必要はあるの？」「目薬の使用期限は？」など質問も活発に出了ました。参加者の方々からは「ためになりました」「普段聞けない話を聞けてよかった。」などの感想が寄せられました。

今回は町内会の企画でしたが、今後班会として継続的にできないか相談していきたいと思っています。

事務局・藪田 隆司



「友の会だより」が「機関紙コンクール」で入賞！

日本機関紙協会主催の「新年号機関紙コンクール」で、「長町病院友の会だより」が「審査員特別賞」を受賞しました。フルカラー化と会員さんが多く参加する紙面づくりが評価されたものです。

みなさま方の日ごろからのご支援の心から感謝いたします。

①内臓肥満とメタボリックシンドローム、動脈硬化性疾患

肥満は標準体重（体格指数・・・体重÷身長（m）の二乗が22）よりも体重が過剰な状態（体格指数が25以上）ですが、その本態は脂肪細胞の肥大です。

さらに内臓肥満は腸間膜の脂肪細胞に中性脂肪が過剰に蓄積された状態ですが、これは飢餓状態に備えエネルギーを蓄積する意義があります。また一方では、脂肪細胞から分泌されている各種のホルモン分泌に強く影響を与えています。

すなわち内臓肥満が進行すると、アディポネチンという動脈硬化を抑制して血糖値の上昇を抑える善玉のホルモンの分泌が低下し、逆の作用をするTNF α 等の悪玉ホルモンの分泌が増えます。従って内臓肥満があると、糖尿病や高血圧、脂質異常症になりやすく、これらを複数同時に発症するとメタボリックシンドロームと言われる状態となり、さらにそこから脳

梗塞、狭心症、心筋梗塞といった動脈硬化性疾患を発症することが多くなります。

②内臓肥満を見つける方法

肥満は体重測定でわかりますが、内臓肥満は体重測定だけではわからず、体重から計算した体格指数が25未満で肥満ではなくても内臓脂肪であること（隠れ肥満と



皮下脂肪 内臓脂肪

③内臓肥満への対策

内臓肥満と指摘されたならば、まずは生活習慣の改善が必要です。一般的には有酸素運動が望ましく、脂肪を燃焼する早歩きなどの一日一万歩以上を目標に推奨されています。他に脂肪や甘い物の摂取を抑えるよう食事療法の強化・見直しも必要です。このような生活習慣の修正を行なって、さらに自分の生活の一部として長く継続する上で内臓脂肪が解消され、メタボリックシンドローム状態から離脱し、動脈硬化性疾患の発症、進行を予防することが可能となります。

※内臓脂肪のCT検査は友の会員料金で受けることができます。くわしくは病院にお問い合わせください。

あなたも受診してみませんか

内臓肥満の話し

長町病院糖尿病代謝科

医師・及川 卓

いいです）もあります。従って内臓肥満を見つけるためには腹囲の測定が必要で、一定の基準（男85cm、女90cm）以上の場合は内臓肥満が強く疑われます。さらに精密検査（腹部CTまたはMRI）として臍レベルの断層撮影を実施すると内臓脂肪面積100cm²以上の場合に内臓肥満と診断されます。

シリーズ ひも

このコーナーでは、友の会の様々な分野で活躍している方を紹介します。

その④ 佐藤 征子さん (長町まざらйн会長)



趣味も多彩な佐藤さんです。

長町商店街の大通りからちよつと脇道に入ったところに、イタリアン食堂「マンマ・ビバ」のお店があります。

友の会の古くからの会員でもある佐藤征子さんが、娘さんの史子さんと切り盛りしているお店です。

「マンマ・ビバ」の「マンマ」は、イタリア語で「お母さん」、「ビバ」

は「ばんざい」。つまり、「おふくろの味、ばんざい！」という意味。

長町一丁目にお店を始めて、もう40年にもなるそうです。長町の老舗です。

佐藤さんは、絵にも造詣が深く、油絵や水彩画も手掛けています。消えゆく街の風景を絵に残しておきたいと思っている、「まち・マチの街・スケッチ集団」の一員でもあります。

長町をこよなく愛する人たちの集う「長町まざらйн」の会長としても、よく知られています。

「マンマ・ビバ」

長町一丁目5-20

「渡されたバトン」

「さよなら原発」

上映を成功させましょう。

住民投票で原発の建設にストップをかけた新潟県の巻町（合併により現新潟市）。そこで展開されたドラマが映画になりました。笑いもあり、涙もあり、そこに人間の暮らしが描かれています。新たな原発はつくらせない！原発の再稼働は許せない！この思いを抱いている一人一人の皆様に、ぜひこの映画をご覧ください。

の映画をご覧ください。先日の日程で上映が予定されています。友の会でも前売り券（千円）を扱っていますので、ぜひお買い求めください。

○特別有料試写会

3月30日(土)

イズミティ21小ホール

上映時間

①午後2時30分

②午後6時



巻原発予定地だった角海浜

なお、5月下旬より、桜井薬局セントラルホールでもご覧になれます。（前売り券が使えます）



健康まつりでの舞台は恒例に

る方はぜひ覗いてみませんか？お茶をご用意してお待ちしています。

※踊りサークルは毎週金曜日10時から12時まで、長町病院となりの蛸薬師会館で開催しています。会費は月2000円です。年齢・男女を問いません。

友の会の踊りサークルをご存知ですか？

私たちの踊りサークルは、楽しい年中行事には欠かせない存在だと思っています。

健康まつりや新春のつどいはステージで踊らせていただいております。また、震災で中断している施設の慰問も、15年間続き好評でした。

現在、自分のため人のため、美しく長生きするためにとやる気満々で、おけいこを始めしております。

けいこ場は長町病院となりの蛸薬師会館です。お茶をはさみながら、みんなで楽しく稽古をしています。興味のあ

る方はぜひ覗いてみませんか？お茶をご用意してお待ちしています。

サークル通信

○日本の文化と心を伝える

踊りサークル

「サークル通信」は今回でいったん終了とさせていただきます。新たなサークルが誕生したら、またお伝えいたします。（編集部）

先生・佐々木京子
(友の会副会長)
班長・大場カツ子



稽古は毎週蛸薬師で

班会通信

関心が高く たくさん質問が

大手町・名取が丘合同班会



しました。

医薬品との相互作用や、過剰摂取、話題になつていいるサプリメントの話など、具体的にわかりやすく説明していただきました。日ごろから食品や医薬品の正しい知識を身につけ、よい食習慣こそが大事であると思いました。

質問コーナーではたくさん質問が出され、時間はあつという間に過ぎ、関心の高さを実感しました。

今後とも会員のみなさんの要望をお聞きしながら、定期的に班会を開きたいと思っています。

事務局次長・鈴木祐子

2月28日、つばさ薬局長町店・松浦邦明店長を講師に、「本当に効くのか？サプリメント」のテーマで、

※みなさんの地域でも班会を開催してみませんか？内容などは事務局にご相談ください。

大手町・名取が丘班の合同班会を開催しました。
季節柄、みなさんの集まりが気になりましたが、18名の方が参加されてホッと



高橋千秋 (若林区若林)

事務局が交代しました

長町病院友の会の事務局を長らく担当してきた三橋吉則さんが3月1日付で坂総合病院に異動、総務課長だった藪田隆司さんが後任となりました。お二人のあいさつを掲載します。

憲法まもる運動を 地域みなさんとともに

藪田 隆司



友の会員のみなさん！初めまして。この度三橋の後任として、着任しました藪田隆司（やぶたたかし）と申します。宮城厚生協会に入職して34年になります。以前は、総務課で勤務しておりました。この間友の会の班会に参加させてもらって感じるのには、長町病院への信頼と期待、地域みなさんとごいっしょに健康を守っていこう、社会福祉制度を良くしていきたい、という熱い思いです。それは、

一職員として班会に参した時とは別世界の感覚です。いまマスコミや自民党では、しきりに生活保護切り下げをやるうとしています。友の会を通じ、憲法25条を守る運動とともに繰り広げていきたいと思っています。前任の三橋のように、とてもできばきと物事をこなすことはできませんが、友の会強化、発展のために精一杯がんばっていきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

今後も安心して住み続けられる まちづくりを

三橋 吉則



この度、3月1日をもちまして坂総合病院（塩釜市）へ転勤いたしました。長町病院友の会事務局として6年間お世話になりました。長い間お付き合いをいただきました会員の皆様には感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございます。

今後、皆様から教えていただいたことを糧として、地域医療の発展と、生命の平等、暮らしやすいまちづくりの運動を見据えた新たな出発をしたいと思えます。

森 美恵子 (太白区郡山)



◆「いじめ」「体罰」いやな言葉ですが、子どもたちの生活に深く入り込んでゐるのが現実とか。大人の生活の反映なら、やはり大人の社会の責任が大。

鈴木すみ (若林区沖野)

◆立春も過ぎたというのに、毎日寒かったり過ぎしやすい日があつたり、でも新聞やニュース等では大変なことが起こっています。心よりお見舞い申し上げます。仮設住宅に住んでいる方々のことを思うと、いつも心が痛みます。

佐藤やゑ (太白区ひより台)

◆早く新しい病院ができて、便利になって、みんなで喜ぶたいですね。

菊地 栄子 (太白区郡山)

◆先日の麻生太郎副総理兼財務大臣の暴言(※)に、怒りを通り越してあきれ返つた。普段から思っているから言葉に出たのであつて、撤回して許されるものではない。

※「死にたいと思つても生きられる。政府の金で(高額医療を)やっているとと思うと寝覚めが悪い。さつさと死ぬるようにしてもらふなど、いろいろと考えないと解決しない」1月21日開かれた政府の社会保障制度改革国民会議での発言

八巻 学 (太白区西中田)

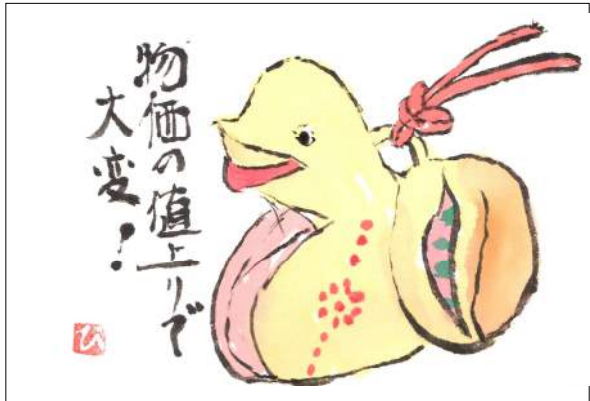
◆今年から入会しました。楽しみにしています。

布田 ゆき子 (岩沼市小川)

◆「新春のつどい」楽しかったのですネ。参加できず残念！

三浦 一子 (宮城野区福室)

◆先日、我が家に三橋さんが班会議のチラシが足りない



分持ってきたときに、三月より坂総合病院に転勤すると聞いてビックリ。これで菅原さん、米沢さん、加藤さんと、アーさびしく。班会で会うのを、皆楽しみにしていたのに。

鈴木 洋司 (太白区四郎丸落合)

◆新長町病院の建設が始まったそう
で、おめでとうご

津田 日出子 (太白区長町)

◆今年2度目のチャレンジですが、娘と孫で解きました。字を書くのも大変なので、娘に書いてもらいハガキを出します。

長内 孝子 (太白区人來田)

◆今日、大谷地親和会のホットサロンで『友の会だより』をいただき、つばさ薬局の方の「サプリメント」についての講話をいただきました。友の会の存在を初めて知りました。今後お世話になりたいと思います。よろしく願います。

福原 幸 (太白区大谷地)

◆友の会パズルは、出来上がった時にはバンザイです。友の会に混ざっていただき、力強い気力が出てまいります。会合には参加できずすみません。歩行がいま一つになつてしまい、病院行きの身になつてしまいました。それでも年を重ねてとは思っていないのですね。ノ一天気なのでしよう。よろしく願います。

小沢 令 (太白区長町)

編集後記

毎週金曜日夜、原発の再稼働に反対する「抗議デモ」が行なわれており、私もできるだけ参加しています。そこで、いつも「きれいな海と魚を返せ」と書いた手作りの提灯を持った水戸部秀利・厚生協会理事長(長町病院医師)にお目にかかります。忙しい中、たいしたものだと思ひます。こうしたアイディアで、「脱原発」の運動を広げていきたいものです。(H・S)



小沢 令 (太白区長町)



友の会パズル

A～Lまでの文字を並べてできる言葉は
「タテのカギ」

「ヨコのカギ」

①友の会恒例の○○○○まつり。

②住民税は市民税と○○○○税
⑤同じような様。○○○○的

③物の部分の関節

④「よこはまたそがれ」などで有名な演歌歌手
⑧縄文式○○

⑥○○と経度
⑨成虫になるまで七年かかるといわれる昆虫

⑩敵の反対
⑫「使い捨てカイロ」の商品名

⑪お城を囲み水をためたもの
⑬「安政の大獄」を進めたのは
⑭イソップ寓話「○○とギリリス」

⑫「安政の大獄」を進めたのは
⑮クラーク博士の言葉「少年よ、○○○○を抱け」

① H	D	② A	③		④ F
		⑤	B	⑥	
⑦ C				⑧ L	
I		⑨ J	⑩		
	⑫ G		E	⑬	
⑭			⑮	K	

解答欄	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
-----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

▼前回の答え

「シンビョウイン（新病院）」

応募総数 26 通

正解者の中から抽選により次の方々に図書カードを進呈いたします。（敬称略）

- ◎秋保 隆（太白区秋保）
 - ◎浅沼 かつ子（太白区大野田）
 - ◎安齋 キヨ子（太白区西中田）
 - ◎鈴木 すみ（若林区沖野）
 - ◎高田 久子（太白区山田北前町）
 - ◎半沢 邦子（太白区ひより台）
 - ◎布田 ゆき子（岩沼市小川）
 - ◎三浦 一子（宮城野区福室）
 - ◎宮内 みよ子（太白区長町）
 - ◎米谷 スミ（太白区金剛沢）
- ※今回は新年号スペシャルへの解答のため、当選者を10名とさせていただきます。

☆ハガキに、答え、氏名、住所、よろしければひとことお書き添えいただき、表記友の会まで。メールでも受け付けます。通信は紙面に掲載させていただくこともあります。正解者の中から、6名様に図書カード進呈。〆切は4月20日（当日消印有効）

長町病院友の会

第 37 回定期総会のご案内

みなさんのご意見をもとに、魅力あふれる友の会活動にしていきたいと思います。ぜひご参加ください。

日時：4月27日(土) 午後1時30分～4時

会場：太白区中央市民センター 大会議室（3階）

参加費は無料です。友の会の会員でしたらどなたでも参加できます。



参加される方は、友の会事務局までご連絡ください。 電話：248-6702

E-mail : n.tomonokai@gmail.com