

# 健康のいずみ

2025  
9  
No.621

## 今号のおもな記事

- 2面…認知症になっても自分らしく暮らすために  
3面…健生会決算・予算報告／暮らしの健康教室  
4面…今月の人：送迎ドライバー岡本さん

社会医療法人社団健生会・広報紙

発行：広報委員会

〒190-0022 東京都立川市錦町1-23-25

電話 (042)523-2375 F A X (042)528-2860

URL:https://www.t-kenseikai.jp/

E-mail:izumi@t-kenseikai.jp



2025年9月5日 No.621

## いよいよ！仲間増やし強化月間

# 私の友の会活動

健生会と友に歩んできた、健康友の会。その活動の魅力に触れたくて、3人の方からお話を聞きました。見えてきたのは、友の会活動は10人いれば10人の関わり方がある！ということ。そして、友の会のつながりの意味や可能性が、それぞれのお話から浮かび上がってきました。



「喫茶ひだまり」でスタッフの皆さんと珈琲を楽しむ常連さんと（右から3人目が金子さん）

## 地域のとり木「喫茶ひだまり」

金子百合さん（府中支部）

### ▶健康友の会とは……

- 健康友の会は、健生会と共同し「安心して住み続けられるまちづくり」をめざして、三多摩に15支部・約3万人のネットワークで活動しています。どなたでも入会できます。
- 病院・診療所への無料送迎、セラバンド体操・認知症予防教室など健康づくり活動、ウォーキング・健康麻雀などサークル活動、無料大腸がん検診、各種予防接種・人間ドック割引などを行っています。

問い合わせ先：三多摩健康友の会 (042-523-2377)  
八王子・たま健康友の会 (042-631-6466)

り（火曜午後2時までオープン）があり、本格ドリップ珈琲が50円、焼きたてトーストが100円で楽しめます！一度ぜひ、いらしてください。

府中支部（府中診療所3階）の事務所で仕事をしています。常時、人がいて扉が開いているから、ここにはさまざまな人がやってきて、話や相談をしていられる。「高齢者を一人で抱えていて困っている」「通院のサポートが必要」「あと1週間ぶりに人と話をしたい」……そういう困りごと・情報・思わず語られる声が集まってくる地域

域の拠点のような場所になっています。コロナ感染が広がったとき、診療所と協力して友の会会員のワクチン接種の予約・実施をサポートしました。パソコンが使えない・電話がつかないなどの多くの方に喜ばれました。診療所とともに友の会を作った意味、地域と医療機関が命を守るために協力することの意義を実感する経験でした。

孤立してしまう人が多い今、友の会は地域との緩やかなつながりを持てる場です。府中診療所の3階には、友の会が運営する「喫茶ひだまり」

## 世代をつなぐ「夏休み子ども無料塾」

内田高志さん（武蔵村山支部）



上：塾で工作に熱中する子ども達  
下：子ども塾の運営スタッフと（左端が内田さん）

8年前から「夏休み子ども無料塾」を開催しています。貧困や不登校がクローズアップされるなかで地域の「子どもの居場所づくり」として、また職員の子ども達を夏休みの一時期でも面倒をみようとして始めた取り組みです。

小中学校の教職員、OB、友の会会員、地元の市議会議員さんなどが手弁当で講師になり、夏休みの宿題をはじめ工作や自習のお手伝いなどを行っています。今は夏は市内の小学校にチラシを配ることができ、グループフォームでの申し込みなど、これまで診療所と接点のなかった子ども達も参加するようになりました。友の会は今、「全世代型の友の会活動」という方針があります。昔、おばあちゃんや子ども達に教えて取り組んでいて、今や裁縫を教える、そういう発想で友の会活動の一つとしていろんな世代が楽しく集える場になっていきたいですね。

## 日常の中に「コミュニティハウスアウル」

安藤みち子さん（日野支部）



落ち着いた雰囲気のアウルで安藤さん

地域に仲間が気軽に集まれる場所をつくりたいと常々考えていました。定年退職後に土地探しから始め、JR豊田駅近くに「コミュニティハウスアウル」をオープンして10年です。お習字、リコーダー教室、蕎麦の

会、子ども勉強会、体操会、オンラインカフェ（認知症カフェ）などさまざまな定期的な催しをして、年間延べ約2千人の方が利用されています。

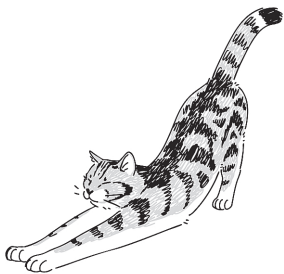
孤独とは、「仲間や身寄りがなく独りぼっちである状態」を指すという。昨今、孤独死が増加傾向にある。病院管理という職務上、警察からの問い合わせに感じる機会が多く、その頻度の高まりを肌で感じている。長年様々な形で社会貢献をされてきたであろう方の最期がいつそりとしたものである。つたなら、その悲しさは想像するに余りある。孤独死を減らすことは、友の会の方々とわれわれとの活動の柱である▼私には高齢で認知症の父とその介護を続ける母がいる。懸命に介護を続けても無反応な父、働きづめで家にほとんどいない息子。友人との外出もままならず母は日々孤独に苛まれているという▼似た状況は津々浦々であり、先日介護疲れを理由に家族を手にかける悲しい事件が起きた。何も独居であることだけが孤独なのではない。われわれ医療人は、常識にとらわれることなく様々な人たちの本当の「声」を聞き逃さないようにしなければならぬ。（S）

いずみ

孤独とは、「仲間や身寄りがなく独りぼっちである状態」を指すという。



ちかく。兆円の1%、1兆円  
つと国の歳出115  
たいウソっぽい。き  
円」という言い方じ  
押し売り。「数千億  
億円の米製武器を追  
加購入へ。ヤクザの  
「数千億  
円」という言い方じ  
たいウソっぽい。き  
兆円の1%、1兆円  
ちかく。



編。目まぐ  
るしい展開  
肥太ぶり。同  
白書は「目に  
見える形で防  
衛体制を強化  
していきま

哉（外科医）  
互病院院長・高橋雅  
費である。【立川相  
も立たぬ出費は軍事  
白書は「目に  
見える形で防  
衛体制を強化  
していきま

努力を。狂人トランプに馬  
鹿けた関税をふつか  
けられ、おびえた日  
本政府は毎年11数千  
億円の米製武器を追  
加購入へ。ヤクザの  
「数千億  
円」という言い方じ  
たいウソっぽい。き  
兆円の1%、1兆円  
ちかく。

新。ところ、国民医  
療費のうち12兆円が  
国庫負担。これを10  
%減らすとすると、  
1兆円の国費節約？  
あろうことか。  
軽々しくトランプに  
約束した武器の追加  
購入でトントン。

「令和6年版防衛  
白書」によると、も  
ともと南西諸島に陸  
上自衛隊の部隊は沖  
縄本島だけだった。  
ところが、201  
6年に与那国島、2  
019年に宮古島、  
奄美大島、2023  
年に石垣島に駐屯地  
を新設。2024年  
には沖縄本島うるま  
市に地対艦ミサイル  
部隊を「新  
編。目まぐ  
るしい展開  
肥太ぶり。同  
白書は「目に  
見える形で防  
衛体制を強化  
していきま

湾を併合するのは言  
語道断。だからとい  
つて、日本が手を出  
す筋合いはない。軍  
備を強化すればかえ  
って攻撃目標にされ  
るのはシロウトでも  
わかる。アメリカの  
戦争に巻き込まれ  
る。平和のための話  
し合いの努力を尽く  
さず、狂人トランプ  
にシッポを振って、  
振り回される。  
重ねて言う。人の  
世にとつていちばん  
ムダで、クソの役に  
も立たぬ出費は軍事  
費である。【立川相  
互病院院長・高橋雅  
哉（外科医）

## 第62回 人の世でいちばんのムダについて ～クソの役にもたたぬ～

### 風景

立川相互病院の

対して、日本国内  
では、医療費削減の  
大合唱。これを幸い  
と、自・公・維新は  
医療費を10%減らす  
ことで3党合意。  
医療を10%減らし  
たら、受療機会が10  
%減る。がんの手術  
も、心臓のカテーテ  
ルも、何か月待ち。  
それに、医療従事者  
も10%失業するし、  
製薬会社も、医療機  
器メーカーも10%減  
収になつて大量の失  
業者。まともな脳ミ  
ソをしていたら、と  
ても軽々しく言える  
ことではないが、俗  
論にのつて軽々しく  
公約した自・公・維  
新。

「令和6年版防衛  
白書」によると、も  
ともと南西諸島に陸  
上自衛隊の部隊は沖  
縄本島だけだった。  
ところが、201  
6年に与那国島、2  
019年に宮古島、  
奄美大島、2023  
年に石垣島に駐屯地  
を新設。2024年  
には沖縄本島うるま  
市に地対艦ミサイル  
部隊を「新  
編。目まぐ  
るしい展開  
肥太ぶり。同  
白書は「目に  
見える形で防  
衛体制を強化  
していきま

「令和6年版防衛  
白書」によると、も  
ともと南西諸島に陸  
上自衛隊の部隊は沖  
縄本島だけだった。  
ところが、201  
6年に与那国島、2  
019年に宮古島、  
奄美大島、2023  
年に石垣島に駐屯地  
を新設。2024年  
には沖縄本島うるま  
市に地対艦ミサイル  
部隊を「新  
編。目まぐ  
るしい展開  
肥太ぶり。同  
白書は「目に  
見える形で防  
衛体制を強化  
していきま

「令和6年版防衛  
白書」によると、も  
ともと南西諸島に陸  
上自衛隊の部隊は沖  
縄本島だけだった。  
ところが、201  
6年に与那国島、2  
019年に宮古島、  
奄美大島、2023  
年に石垣島に駐屯地  
を新設。2024年  
には沖縄本島うるま  
市に地対艦ミサイル  
部隊を「新  
編。目まぐ  
るしい展開  
肥太ぶり。同  
白書は「目に  
見える形で防  
衛体制を強化  
していきま

「令和6年版防衛  
白書」によると、も  
ともと南西諸島に陸  
上自衛隊の部隊は沖  
縄本島だけだった。  
ところが、201  
6年に与那国島、2  
019年に宮古島、  
奄美大島、2023  
年に石垣島に駐屯地  
を新設。2024年  
には沖縄本島うるま  
市に地対艦ミサイル  
部隊を「新  
編。目まぐ  
るしい展開  
肥太ぶり。同  
白書は「目に  
見える形で防  
衛体制を強化  
していきま

## 連載 認知症になっても自分らしく暮らすために！

自宅で娘さんと暮らすAさんには、中等度の認知症がありました。一つの動作になかなか注意を向け続けることが難しい、夜眠れない、自発的な言葉が少ないなどの症状がありました。肺炎で入院となった後は、環境変化もありそわそわと落ち着かず、時々点滴の針を抜いてしまうようになりました。

### エピソード

病棟の看護スタッフは、Aさんになるべく安心して過ごしてもらえるように、家族やケアマネから情報収集を行いました。Aさんの出身地、郷土のおいしい料理の話、編み物や洋裁が得意で作品を出展していたことなどを知ることができました。Aさんに写真を見てもらいながら話しかけると、「イカがおいしいよ」「かぎ針は簡単だよ」「編み物はセーターでもなんでも作ったよ」「着物だって作ったんだから」と自身のことを言葉にしてくれる機会が増え、笑顔もみられるようになりました。そしてかぎ針を渡すと率先して編み始めてくれることもあり、それを見て職員にも笑顔がみられました。

ある時、Aさんが自身の病衣の袖をまくって点滴の刺入部に触れようとするのが見え、「点滴の針を抜かれてしまうかもしれない」と思い、私はそっと袖を伸ばして戻しました。しかしまたすぐに袖をまくり手を入れていて、編み物や話にも集中できない様子でした。そこで、袖をしっかりとまり腕を見てみると点滴が漏れていることがわかりました。点滴を抜いてしばらくすると、また編み物に集中できるようになりました。

### ▶ 認知症の人の視点に近づくポイント

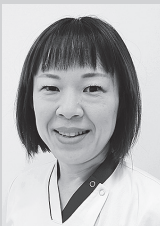
認知症症状がかなり進んでしまっているかに見えたAさんに、故郷や、得意な編み物について話題にすることで、当時の記憶や編み物をする手すら蘇らせることができました。安心できる環境を整え、その都度その人が理解しやすい言葉で説明したり、予測できる不快感を減らしたりすることで、落ち着いて治療が可能になることを実感しました。

一方で、言葉で痛みや不快感がうまく表現できないAさんは、「点滴に触れる」ことで、私たちに不快感や違和感を教えてくれていました。しかし、医療者やケアする家族は、患者さんが点滴の針を抜いてしまったとき、「認知症だから点滴の必要性を理解できないからしょうがない」とつい考えてしまうことはないでしょうか。そう決めつけることなく、「なんで〇〇したんだろう」とその行動の意味を考え続けることや、知らず知らずに認知症の方の行動について、偏見を持って見ていないかを振り返ることが大切だと思っています。

### 第1章 認知症を知るためのヒントをさがして

#### ⑤ 点滴の針を触ってしまうのはなぜ？

佐賀 恭子  
(立川相互病院  
認知症看護認定看護師)



「1面からつづく」  
イベントのうち9つ  
が友の会の集まりで  
す。「こういう集ま  
りがしたい」「こう  
いうことを教えられ  
る」と、人材を巻き  
込みながら催しがど  
んどん広がってい  
ます。だから、友の  
会のイベント以外に  
も友の会の方が多数  
参加され、別の集ま  
りの中で新たに友の  
会に入会してくれ  
たり。この地域の友  
の会の活動の拠点と  
して、枠組みにとら  
われず自由な雰囲気  
で

やっています。  
皆さん何を楽し  
みにしてるかとい  
えば、催しの後の  
お茶しながらのお  
しゃべりなん  
です。何でも話  
せて、笑って。誰  
かの家に集まっ  
てお茶を飲みな  
がら話をすると  
いう活動の楽し  
みは、友の会の  
活動の大きな  
ポイントになり  
ます。

### 職員からの視点

## 友の会と並走する意味

米山知恵さん (八王子共立診療所事務次長)

- 民医連の原点は、地域の要求から生まれた民主診療所。黎明期を知る職員も友の会会員も少なくなりましたが、地域からの期待と、それに応えようとする職員の熱意は、時代とともに変化しながらも、「車の両輪」として機能し続けているのだと思います。
- 私は数年前の職場異動で、地域に出て行く機会が増えました。その中で思うのは、友の会の集まりに参加されていない会員さんの声を私達はまだまだ聞けていない。何に困っているのか、何を必要とされているのか。事業所の中で待っているだけでなく、地域の人の声をもっと広く聞きに出かけていくことが大切と感じています。
- また、地域との関わりについて、若い世代を視野に入れた新しい発想が求められていると思います。健生会の若い職員達が、一市民として参加したくなる活動って何だろうという視点が、これからの新しい友の会活動の大きなヒントになりそうです。



### 友の会を取材して…

仲間増やし月間を応援する企画をと、酷暑の続く7月下旬に4つの支部を訪ねました。見えてきたのは、活動スタイルは条件や事情でさまざまでも、そこにはつながりを求めている人とその気持ちに応えようとしている人がいること。

毎月届けている友の会封筒の約9割が会員さんの手配りとのこと。届いたニュースを毎回しっかりと読み「私を幸せにしてくれる友の会の封筒」と言う80代の会員さん、マフを編んで病院に届けてくれる方。友の会へのつながり方は自分流でいい！と感じました。【広報委員会・若森美智恵】



第27回 透析懇話会を開催

患者さんの安全・安楽をめざした透析医療を

7月19日（土）「第27回透析懇話会」が開催されました。立川相互病院をはじめ6つの関連事業所から、医師・看護師・臨床工学技士・薬剤師・事務が参加し、透析時のエコー下穿刺技術や透析患者さんのリンを低下させる新薬、災害時の対策や透析患者さんの病態・病状に則した看護支援の事例など、11演題が発表されました。参加者は約70名にものぼり、透析に関わるさまざまな部署からの意見や提案があり、活発な質疑応答も交わされました。



透析患者さんに「ただ透析を施行」するのではなく、患者さんの安全・安楽（身体的＋精神的苦痛のない状態）のために医療者はどのように向き合っていくのか、患者さんだけでなくご家族も納得できる、背景を考慮した医療が行えるのかを考えさせられる非常に実りの多い会となりました。

講評した医師の言葉にもありましたが、医療費4兆円の削減の動きの中、医療現場の活動にさらなる支障が懸念され、こうした演題の共有により私たち医療者がブラッシュアップを重ね、より良い医療の提供ができるよう努めていくことの大切さを改めて感じました。

【すながわ相互診療所看護師・保坂道子（透析懇話会実行委員会）】

全国的な医療経営の危機

2024年度決算、2025年度予算が社員総会で承認されました。

7月の参議院選挙では、与党が過半数割れとなった一方で、社会保障充実よりも防衛費拡大を訴える政党が躍進しました。このままでは

必要な医療・介護すら受けられない時代となりかねません。

2024年度決算、2025年度予算

今、医療経営が構造的な危機に直面しています

2024年度決算				単位：百万円	
	実績	予算差	前年差		
事業収益	17,186	-315	+299		
事業費用	17,493	-171	+264		
事業損失	-306	-144	+35		
事業外損益	143	+37	-204		
経常利益	▲164	-65	-170		
特別損益	+434				
純利益	▲599	-199	-732		
償却前経常損益	678	-112	-190		

2025年度 3月31日残高 (単位：百万円)

総資産 23,899 (100%)	流動資産 5,878 (24.6%)	流動負債 4,188 (17.5%)
	固定資産 18,021 (75.4%)	固定負債 16,826 (70.4%)
		純資産 2,885 (12.1%)

財政状況の現状と課題

本年度予算は経常利益2・34億円、事業キャッシュフロー14億円の確保が目標です。これは、借入金返済や必要な医療設備の更新に必要な「持続可能な利益水準」です。2024年度からは14億円の改善が求められます。ただ、ビジョン2025（訪問診療2千件、立川相互病院救急6千件、あきしま相互病院の満床稼働）に加え、今年4月開設の駅前レイズスクリニックによる地域医療への貢献強化など、目標達成の道筋は明確です。

今後も民医連運動を支える財政基盤の強化に向けて、ご寄付や協同基金へのご支援・ご協力をお願い申し上げます。

【健生会経理部長・田中受典】

予防接種・健診も10・1億円の予算超過で、とくに市民健診の強化による早期発見・治療の成果が表れています。

本年度予算は経常利益2・34億円、事業キャッシュフロー14億円の確保が目標です。これは、借入金返済や必要な医療設備の更新に必要な「持続可能な利益水準」です。2024年度からは14億円の改善が求められます。ただ、ビジョン2025（訪問診療2千件、立川相互病院救急6千件、あきしま相互病院の満床稼働）に加え、今年4月開設の駅前レイズスクリニックによる地域医療への貢献強化など、目標達成の道筋は明確です。

### 暮らしの健康教室 99

9月22日はフィットネスの日です。この時期になると残暑も和らぎ、運動がしやすいことから定められました。ご自身の体力やこれまでの運動習慣に合わせて、身体づくりに取り組んでみましょう。つらいと感じるものだと続けることが難しくなるため、楽しいと思える運動を選ぶのがよいです。

### 体力に合わせた運動がお勧め

あまり運動習慣がない方は、ラジオ体操やストレッチから始め、徐々に運動強度を上げていきましょう。ゆっくり椅子に立ったり座ったりする運動もお勧めです。

体力の維持を目指す方は、ウォーキングやエアロビクスなどがお勧めです。

【運動をこれから始める方】

チェアスクワット、ラジオ体操、ストレッチなど

【筋力の維持をしたい方】

エアロビ、スクワット、バードドッグなど

【筋力の向上をしたい方】

ジョギング、筋トレ（腕立て、腹筋、背筋）など

図 目的別お勧め運動

## 楽しく長く続けられる身体づくりを

### 運動、食事、休養の3つをバランス良く！

さらに体力や筋力の強化を図りたい方は、ジョギングや水泳、腹筋・背筋、腕立て伏せやスクワットなどの全身の筋トレを行いましょう。筋トレは筋肉痛になった箇所は痛みが引くまでお休みし、継続的に行うことが大切です。

### 食事と睡眠も大切

身体づくりにはバランスの良い食事、寝ている間にも胃腸が活発に活動し睡眠の質を低下させます。食事は寝る3時間前までに済ませておくのが理想です。夕食が遅くなってしまうときはスープやお粥、豆腐など消化の良い軽めのものにしましょう。

身体づくりは運動と食事、休養の3つを継続して行うことが大切です。無理のない範囲で楽しく身体づくりを意識してみてください。






友の会日野支部  
助け合い活動  
送迎ドライバー

今月の人  
おかもと  
岡本

とおる  
**徹**

患者さんの自宅まで指定時間でお迎えしお送りする、友の会送迎ドライバーの業務を行っています。高齢で身体が動きづらい方や交通機関が不便な方などが、安全・安心に通院できるよう心がけています。送迎でうれしいことは、患者さんに笑顔で「ありがとう」と言ってもらえることで、今後さらに多くの患者さんの笑顔に会えるよう努めたいと思います。



撮影 羽田邦雄



撮影 羽田邦雄

うれしいのは笑顔の  
「ありがとう」

三多摩健康友の会  
では会報に民医連の  
各種署名を同封して  
お送りし、署名活動  
に協力していただい  
ています。ある時、

は、民宿で署名を集めてくださる経緯を聞くこと、感謝を伝えることを目的に、夏休みに伊豆の関口さんを訪ねました。

生（現府中診療所）に担当してもらったことでした。その後、関口さん自身も健全会の事業所に通院され、下田に移住

伺うと「差額ベッド代を取らないし、親切で患者さん大切にしているからいつでも安心して通える。今のままでいて

いつも署名を送ってくださる

関口 伊豆  
さんを 下田  
ン下なく

に訪ねました！

くれた方がいました。送り主は静岡県下田市で「ペンション星の砂」を営まれている関口多鶴子さん。感激した私たち

関口さんの立川相  
互病院との出会いは  
多摩地域在住だった  
頃、お子さんのヘル  
ニアの手術を見嶋先

後も車で3時間以上かけて立川相互病院を受診されることもあったとか。

関口さん(前列中央)を囲んで、署名用紙を手に  
健生会職員。ペンションの夕食は豪華に、キン  
メダイのお刺身でした！

ほしいから、人助けを意識して特に若い人達が病院を支えてください」とおっしゃいました。

今回、関口さんのお話を直接うかがい、署名を送ってくださった方々の健生会への信頼に触れることができました。無差別・平等の医療を行う民医連の病院を皆さんと一緒に守り続けていきた

【社保組織  
課・鈴木恒  
平】

「健康のいずみ」に  
ご意見・ご感想を  
お寄せください

〒190-0022  
立川市錦町1-23-25  
健生会「健康のいずみ」  
izumi@t-ken  
seikai.jp  
FAX  
(042) 528-2860



（水えー洗てー飲まらん）

連載

PFAS汚染

「水えー洗てー飲まらん」（沖縄の方言）は「水は洗って飲めない」という意味。

**7** 月号の三多摩  
福祉会の三井  
常務理事のお話を引  
き込まれるように読  
みました。私は、会  
の末席にくつついて  
いるちっぱけなヘル  
パーですが、今私た  
ちが立っている位置  
や介護保険制度の将  
来を学び共感する場  
がないのが心細いで  
す。【三多摩福祉会、  
日野市K・Yさん】


**地** 域に出る「こ  
との実践の記  
事（7月号）」はたい

へん勉強になりました。私も介護現場でパートで働いていますが、利用者さんがどういう状況下に置かれ、どういう要求を持っておられるか。それが一番大切だと思います。【東村山市T・Wさん】

**初** めての応募です。高橋先生の「立川相互病院の風景」は毎回楽しみにしています。世への批判が演説調子ではなく、軽妙洒落に語られているところに、先生のお人柄の魅力を感じます。外

来で直にお話をお聞  
きしたいのですが、  
当方まだ外科系の大  
病知らずで、病院と  
は縁がなくて「残念」  
(笑)です。【国分寺  
市S・Hさん】

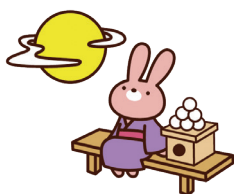
**「暮** らしの健康教  
室」いつも、読  
ませていただき、参  
考にしています。た  
だ、今年88歳となり、  
だんだんもののぐさ  
が増えていきます。



【国立市M・Kさん】  
田先生のインタビューは、職員と患者・友の会会員にとって説得力のあるものでした。「自分史」と結び「歴史や社会のこと」を知らないと、患者さんに寄り添えない」の言葉が強く印象に残りました。政府は、「国を守る」と防衛費を増大させる一方で、社会保障費を削減。その結果が、国民と医療従事者に深刻な事態をつくり出しています。

【立川市H・Hさん】

読者の声



ドキュメンタリー映画  
その3 「ウナイ〜透明な闇 PFAS  
汚染に立ち向かう」を鑑賞して

「私は、執念深い」平良いずみ監督の告白から始まる映画です。平良監督が5年にわたり追ってきた“PFAS（有機フッ素化合物）汚染”についての記録です。

起点となったのは9年前、2016年に沖縄県が開いた会見で「県民45万人に供給する水道の水に化学物質PFASが含まれていた」との発表。沖縄県民45万人が飲んできた水道水にPFASが含まれていたことが判明。産まれたばかりの息子に水道水でつくったミルクを与えていた平良監督は、「絶対、許さない」。

映画の中では、「他のお母さんたちにも知らせなきゃ」と、街頭で涙ながらに訴える姿や、議員に立候補して調査や浄化を求め、汚染問題の解決を求め立ち上がった女性（ウナイ）たちの声に耳を傾け、現実を変えてきた姿が映し出されています。

8月から全国で上映されています。PFAS問題に関心あるなしにかかわらず必見の映画です。

最近では、4月に大阪民医連と京都大学の研究論文が発表され「P F A S と間質性肺炎の因果関係」が明らかにされています。また、映画にも登場するイタリアの訴訟判決が6月に出され、日本人2人を含む汚染企業役員に拘禁刑16年が科せられています。

この多摩地域でも、健生会の12事業所で血液検査が約400件行われており、小児や妊婦への特別な取り組みも始まっています。5月には横田基地へ立ち入り調査が初めて行われるなど、新たな動きもあります。次回からは、多摩地域の取り組みにスポットを当てていきます。

**【健生会PFAS専門委員会事務局・蓮池安彦】**



総合病院 立川相互病院

受付時間：午前 8:30～11:00/午後 12:30～15:30 （土曜 8:30～11:00）  
〒190-8578 立川市緑町4-1 総合受付 TEL 0570-052585（ナビダイヤル）  
（電話予約）平日9:00～17:00/土曜9:00～12:00  
救急指定病院／産婦人科、眼科は予約優先です。

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
産婦人科 *妊婦健診、**遺伝 カウンセリング（予）	*坂本 張池田哲 長坂	古明地 黒田	*池田哲 長坂 菅原		*菅原 佐藤 黒田 坂本		*古明地 池田哲 池田麗 **佐藤	エコー外来 （輪番・予）	*池田麗 佐藤①③⑤ 長坂②④ 古明地	産後検診 （輪番・予）	輪番	
眼科	大久保 横佐古	大久保	横佐古		大久保 矢野	大久保 矢野	大久保 横佐古	大久保	大久保 横佐古	月2回 （不定期）★	月2回 （不定期） ★	
紹介外来	循環器内科 （予）		循環器内科（予） 消化器内外科（予） 糖・代謝内科（予） 形成外科（予）		総合診療科 （予） 循環器内科 （予）		循環器内科（予） 消化器内外科（予）		腎臓内科（予） 循環器内科（予） 消化器内外科（予）	★詳しい日程は、外来にお問 い合わせください。 ※紹介外来は原則、紹介状の ある方の外来となります （完全予約制）。		
脳神経外科	安部（予）		佐々木（予）				安部（予）					

立川相互ふれあいクリニック

受付時間：午前8:30～11:00/午後13:00～15:30/夜間16:30～19:00 診察開始時間：午前9:00～ /午後13:30～ /夜間17:00～  
（予約センター）月～金8:30～17:00/土8:30～12:00  
〒190-0022 立川市錦町1-23-4 TEL 042-524-1371 夜間外来ではできない検査もあります。内科専門外来、健康管理センターは予約制です。

				月		火			水		木			金		土	
				午前	午後	午前	午後	夜間	午前	午後	午前	午後	夜間	午前	午後	午前	
2階	内科	初診一般	花田徹 中西里 阿部巧 白川	花田徹 原田 白川	花田徹 平野史①③⑤ 星野（9月で終了）	水谷 花田徹 星野（9月で終了）		塚田 - 岩間(交互) 芹澤 藤井 矢野	島田 南條 矢野②④ 野口①③⑤	藤井 高 永倉 堀江②④⑤	浜埜 清水 青木綾	森	佐野 田川 水谷	原田 佐野	平野①②④⑤ 深見①③⑤ 日野①③⑤ 下園②④ 奥泉②④ 青柳②④ 津村③ 阿部③		
		予約	(内)藤井 (呼)土屋 (腎)小川亜 (消)中西	(呼)草島 (リウ)片岡 (神)横山	(呼)阿部 (呼)山田秀 (呼)草島 (呼)唐沢 (腎)小泉博②④ (リウ)横山	(呼)阿部 (呼)草島 (消)吉本 (消)野澤 (腎)小泉博②④	(呼)阿部 (消)橋本③ (腎)小泉博②④ (腎)鈴木①③ (腎)大石②④⑤	(内)豊原 (内)島田 (呼)土屋 (消)石井 (消)中谷溪 (神)濱田	(内)豊原 (消)田中 (神)濱田 (腎)神田	(内)山田正 (内)安川 (内)小泉豪①③ (内)芹澤 (呼)草島 (呼)阿部 (消)橋本	(内)安川 (呼)土屋 (呼)矢野 (呼)草島 (腎)鈴木 ※(内)赤間→8月で終了	(呼)輪番 (呼)阿部 (呼)土屋	(内)大谷①③ (呼)下浦 (呼)矢野②④ (腎)大石 (神)志知	(内)大谷①③ (呼)下浦 (神)久保田 (神)志知②④	(呼)矢野②④ (呼)糸② (呼)丹内③		
	耳鼻咽喉科	高橋		小山	難聴外来(予)		泥谷		倉持	難聴外来(予)		古賀		輪番			
3階	内科	予約	(糖・代)榎山 (糖・代)長町	(糖・代)榎山 (糖・代)山崎英 (糖・代)長町	(内)新井隆（循）田村 (糖・代)寺師 (糖・代)榎山②除く (糖・代)宮城 (糖・代)清水	(循)井上 (循)稲葉		(循)田村①③ (循)新藤 (循)上川 (糖・代)榎山⑤除く (糖・代)澁谷	(循)田村①③ (糖・代)榎山⑤除く (糖・代)青柳 (リハ)山田智①③⑤ (糖・代)澁谷	(循)田村 (循)松本 (糖・代)角南 (糖・代)阿部太 (腎)杉田②④	(循)大塚 (循)松本 (糖・代)榎山		(糖・代)榎山 (糖・代)寺師 (糖・代)宮城 (糖・代)山崎英 ※(糖・代)西川→8月で終了	(糖・代)榎山 (糖・代)宮城 (糖・代)青木 (糖・代)寺師 (心外)新野①③	(糖・代)宮城①③ (糖・代)榎山②④ (糖・代)中島⑤除く		
4階	外科	一般	戸田匠	戸田匠(予)	若田 中島		高橋雅 久島(立相紹介)		蜂須賀 小林裕		高橋雅(予) ※夜間外科は2階	中本 中島 松本					
		乳腺外来	輪番				輪番		輪番			輪番					
	皮膚科		尾立 大津		尾立 大津	尾立		尾立 大津		澤田 交代医師			尾立 大津	尾立 大津	尾立 大津②④⑤		
	整形外科 *受付終了時間 月～土：午前10時30分		白川 河野 天野		向山 小野 田中康	向山		河原①③⑤ 浅井②④ 伊佐治 星		黒木 山崎 中田			日野出 足田 増田		伊佐治 山田陸		
形成外科			勝又								勝又						
5階	健康管理センター(予約制)		安田行(予)		石戸(予)			石戸(予)		石戸(予)			青木(予)		青木(予)		
訪問診療				赤間	清水②④			草島	山田智②④	矢野	藤井		清水	矢野②④			

休診案内 … 9/1(月)午前 耳鼻咽喉科、9/6(土) 皮膚科

立川相互  
病院付属

子ども診療所

受付時間：午前 8:45～11:15  
午後 13:15～16:00  
夜間 16:45～19:00  
〒190-0022 立川市錦町1-23-25 1階  
TEL 042-525-6555 FAX 042-525-6556  
ネット予約（24時間対応の電話予約は終了しました）  
※毎月第4火曜日の午後は休診となります。

◎→診療時間 15：00～16：00

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
一般外来	○		○	◎	○		○	◎	(予)	○	◎	(予)
専門外来		おしっこ 外来				相談	相談	循環器 ②④			代謝③	
予防接種		○		○		○		○	○		○	○
乳児健診		○		○		○		○			○	
訪問診療		○										

あきしま相互病院

（医療療養型病院199床、訪問診療）  
〒196-0035 昭島市もくせいの杜2-2-1 ※ショートステイ、長期の入院に応じます。ご相談下さい。  
一般外来は行っていません。  
TEL 042-500-2077 FAX 042-500-2078 ※往診（訪問診療）を受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。

立川相互錦町クリニック

受付時間：午前8:30～11:00/午後13:00～15:30  
※泌尿器科のみ午前の受付時間は 8：30～10：30となります。  
〒190-0022 立川市錦町1-16-15 TEL 042-512-8720  
（電話予約）平日9:00～17:00/土曜9:00～12:00

	月			火		水			木		金			土	
	午前	午後	夜間	午前	午後	午前	午後	夜間	午前	午後	午前	午後	夜間	午前	午後
精神科	永井	永井		永井 小林義 李	小林義	永井	永井		永井	永井	永井			輪番	
泌尿器科	李			李		岡野	岡野		李		一ノ瀬			森川	
透析室	○		○	○		○		○	○		○		○	○	
訪問診療	○	○		○	○	○	○		○	○	○	○			

※泌尿器科は予約優先です。精神科は完全予約制です。  
※2025年2月1日より、健生会ふれあい相互病院の閉鎖に伴い、「立川相互錦町クリニック」と改称し診療を引き継ぎます。

9月

外来診療表

※医療機関内では、これまで  
どおり、マスクの着用を  
お願いいたします。

略号  
(循)循環器  
(心)心臓  
(神)神経  
(呼)呼吸器  
(塵肺)じん肺  
(消)消化器  
(肝)肝臓  
(腎)腎臓  
(糖)糖尿病  
(血)血液  
(内代)内分泌・代謝  
(リハ)リハビリ  
(リウ)リウマチ  
(甲)甲状腺  
(代)代謝  
(バ)バースメーカー  
(内)一般内科  
(更)更年期  
(アル)アルコール  
(呼外)呼吸器外科  
(CF)大腸内視鏡検査  
(GF)上部(胃)  
内視鏡検査  
(禁)禁煙  
◎診療  
(予)予約  
○内の数字は  
該当週  
(輪番)=交代制  
お問い合わせく  
ださい。

昭島相互診療所

診療科目：内科 受付時間：午前8:45～12:00/午後13:30～16:00  
〒196-0031昭島市福島町908-17  
**TEL** 042-545-2712 **FAX** 042-545-8825

	月	火	水	木	金	土
午前	安西 渡辺	大山 大坂 蜂須賀	大山 安西 山田(予)①③ 田村(予)②④ PFAS外来	宮城①③ 青柳②④ 安西	大山 安西 田村①③④ PFAS外来	安西①③ 輪番②④
午後	訪問診療	訪問診療	(糖・予)山崎		訪問診療	

大南ファミリークリニック

診療科目：内科・小児科  
受付時間：午前8:45～12:00/午後(予約)14:00～16:00/  
夜間(木)17:00～19:00  
〒208-0013 武蔵村山市大南2-1-8  
**TEL** 042-590-0373 **FAX** 042-590-5700

	月	火	水	木	金	土
午前	宮地(内・小児) 金子(内)	青柳(代謝) 奥野(内)	宮地(内・小児) ②③④ 宮本(内)	南條(内) 小林(内) エコー検査	赤間(内) 堀江(内)	宮地(内・小児)① 長町(内)③ 南條(内)④ ※原則②は休診
	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	
午後			宮地②④ (小児ワクチン外来・予)			
	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	
夜間				小林誠(内)②④		

国分寺ひかり診療所

診療科目：内科  
受付時間：午前8:45～11:30/午後 往診  
〒185-0034 国分寺市光町3-13-34 **TEL** 042-573-4011 **FAX** 042-573-4039

	月	火	水	木	金	土
午前	小泉 宮本	吉本 宮本 栄養相談③ エコー検査②	宮本①③⑤ 田中	松本 荻原	古谷 宮本②④	古谷①③⑤ 矢可部(予・物忘れ)②④
	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	
午後	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	

※特定健診、各種予防接種のご予約のお電話をお待ちしております。

羽村相互診療所

診療科目：内科・小児科  
受付時間：午前8:30～12:00/夜間17:00～20:00  
〒205-0023 羽村市神台1-30-5 **TEL** 042-554-5420 **FAX** 042-555-3151

	月	火	水	木	金	土
午前	輪番①⑤ 井上(予)②④ 小林(予)①②③④	江夏 輪番 桧山(糖・予)②	江夏 木嶋 武井①②④ 内藤③	井上 江夏	輪番 佐々木③④ 菅原	春木薫(循)① 井上①③ 岸原(循)② 佐々木②④⑤ 春木伸(循)④⑤
午後		飯塚(物忘れ・予) ①③	小林(予)①②③④ ※⑤休診		村上 (糖・内泌・内)	
	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	
夜間			山田(予)①③ 井上(予)②④			

※羽村市特定健診は6月～8月末までの受診がスムーズです。水曜～金曜で健診担当医師を配置しています。

日野台診療所

診療科目：内科・小児科  
受付時間：午前8:45～11:30/午後13:45～16:00  
〒191-0003日野市日野台4-26-16 **TEL** 042-581-6175 **FAX** 042-581-4070

	月	火	水	木	金	土
午前	寺師	宮地 安田	寺師 一沢	寺師 宮地②④	安田	寺師①③⑤ 輪番② 安田④
		訪問診療				
午後	休診	小児ワクチン (予)①③	休診	休診	赤羽	
	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	

府中診療所

診療科目：内科・循環器科・代謝科・整形外科  
受付時間：午前8:40～12:00/午後13:30～16:00  
〒183-0055 府中市府中町1-13-3 **TEL** 042-365-0321 **FAX** 042-365-0323

	月	火	水	木	金	土
午前	岩本①②④ 輪番⑤	児嶋(整形) 桂	青木	青木 岩本①②④ 翁③	中野②④ 矢野③ 青木③④	國香①③ 小泉豪②④
	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	
午後	休診	梶尾	竹田 木住野①③	休診	中野②④ 矢野③	
	訪問診療	訪問診療②④	訪問診療	訪問診療		

谷保駅前相互診療所

診療科目：内科  
受付時間：午前 8:45～12:00/午後 往診  
〒186-0003 国立市富士見台1-17-36 **TEL** 042-576-3896 **FAX** 042-571-6657

	月	火	水	木	金	土
午前	輪番 鎌尾(①③ ～10:00)	赤間 矢野	小松 関谷	木戸 鎌尾	鎌尾	木戸① 石川① 滝沢②④ 矢野③⑤
	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	
午後	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	

すながわ相互診療所

透析診療(予約制)：昼間透析 月～土/準夜透析 月・水・金  
〒190-0002 立川市幸町5-9-2 **TEL** 042-538-1502 **FAX** 042-534-0372

八王子共立診療所

診療科目：内科・呼吸器内科・糖尿病内科・整形外科  
受付時間：午前8:45～12:00/午後14:00～16:30  
〒192-0082 八王子市東町2-3八王子共立ビル1階  
**TEL** 042-639-7621 **FAX** 042-643-1115

	月	火	水	木	金	土
午前	奥野(内) 伊藤(内・糖)	飯塚(物忘れ・予) ①③ 小松(内) 石川(内)	奥野(内) 関野(内)	杉山(内) 中西(内) 唐沢(内・呼) ～11:00	杉山(内) 奥野(内)	奥野(内)①③⑤ 石川(内)② 野口(内)④ 河野(整外)①③
				訪問診療	訪問診療	
午後	伊藤(内・糖) 栄養指導(予)		奥野(内)	角南(糖・予)		
	訪問診療	訪問診療	訪問診療		訪問診療	

ながふさ共立診療所

診療科目：内科・小児科・麻酔科・糖尿病内科・整形外科  
受付時間：午前8:50～12:00/午後13:45～16:30  
〒193-0824 八王子市長房町1462-5 **TEL** 042-664-1005 **FAX** 042-664-6037

	月	火	水	木	金	土
午前	松田(内・小児)	宮平(内)	松田(内・小児)	奥野(内)	田口(内・循) 松田(小児) 11:30～12:30	松田(内・小児)① 須藤(内・小児)③⑤ 西川(整外・予)②④
		訪問診療			訪問診療	
午後	松田(内・小児) ～18:00	国東(内・糖)②④ 濱田(内)①③⑤ 川尻(胃カメラ・予)①③ 超音波検査(予)②④	松田(小児ワクチン外来・予)②④	松田(内・小児)		岩城(整外・予)①③
		訪問診療				

多摩みなみクリニック

診療科目：内科・呼吸器内科・整形外科 (予約制)  
受付時間：午前8:45～12:00/午後13:30～16:30  
〒206-0025 多摩市永山1-7-8 **TEL** 042-311-4415 **FAX** 042-389-4044

	月	火	水	木	金	土
午前	田村(内)	安西(内)		中原(内)	中原(内)①③⑤ 谷中(内)②④ 超音波検査(予)①③	田中(内)
午後	田村(内)	安西(内)		中原(内)宮下 (糖)②④ 安部(整外)①③		

相互歯科

診療科目：歯科・小児歯科・矯正歯科  
受付時間：午前8:45～12:00/午後～16:30/夜間～19:00  
予約制急患随時 ※急患の方は、まずはお電話にてご連絡ください。  
〒190-0022 立川市錦町1-17-10 **TEL** 042-525-6480 **FAX** 042-522-0348

	月	火	水	木	金	土	診療時間
午前	○ 訪問診療	○ 訪問診療	○ 訪問診療	○ 訪問診療	○ 訪問診療	○ 訪問診療	9:00～13:00
午後	○ 訪問診療	○ 訪問診療	○ 訪問診療	○ 訪問診療		○ 訪問診療	14:00～17:00(月・火・水・金・土) 13:00～17:00(木)
夜間				○			17:00～19:00

相互歯科地域口腔保健センター訪問診療部(電話080-3384-3575)

けんせい歯科

診療科目：歯科・小児歯科・矯正歯科  
〒192-0082 八王子市東町2-3 八王子共立ビル4F  
**TEL** 042-646-8883 **FAX** 042-646-8805

	月	火	水	木	金	土	診療時間
午前	○ 訪問診療	○	○ 訪問診療	○	○	○	9:00～13:00
午後	○ 訪問診療	○ 訪問診療	○ 訪問診療	○ 訪問診療		○	14:00～17:00(月・水・木・土) 14:00～19:30(火)

往診(訪問診療)は、診療所・歯科診療所で受け付けています。

▶訪問看護ステーション

いずれも午前9時～午後5時まで、FAXは24時間受け付けます

健生会にしき **TEL** 042-522-3621 健生会東中神 **TEL** 042-546-2919  
(立川南部) **FAX** 042-522-3683 (昭島) **FAX** 042-546-2973

サテライト さかえ **TEL** 042-537-3441 健生会緑が丘 **TEL** 042-563-2133  
(立川北部) **FAX** 042-537-3468 (武蔵村山) **FAX** 042-562-8098

健生会しんまち **TEL** 042-336-0600 健生会ひのだい **TEL** 042-582-7110  
(府中) **FAX** 042-336-0603 (日野) **FAX** 042-582-7118

健生会日吉町 **TEL** 042-573-6599 健生会にしたま **TEL** 042-570-1815  
(国分寺) **FAX** 042-573-6998 (羽村) **FAX** 042-570-1816

健生会きょうりつ **TEL** 042-645-6373  
(八王子) **FAX** 042-645-6637

▶介護相談・ケアプランの作成

健生会ケアプランセンター昭島 **TEL** 042-544-9970  
健生会ケアプランセンター国分寺 **TEL** 042-577-1701  
健生会ケアプランセンター羽村 **TEL** 042-555-3180  
健生会ケアプランセンター日野 **TEL** 042-581-4093  
ケアプランセンターなのはな立川 (三多摩福祉会) **TEL** 042-523-7026  
ケアプランセンターいきいき (八王子/いきいき福祉会) **TEL** 042-639-7625

▶地域包括支援センター

府中市地域包括支援センターしんまち **TEL** 042-340-5060  
**FAX** 042-340-5622

国分寺地域包括支援センターひかり **TEL** 042-573-4058  
**FAX** 042-573-4059

▶デイサービス

健生会デイサービスセンターたんぼぼ (八王子) **TEL** 042-639-7630  
**FAX** 042-639-7635