

8月20日(木)  
13:00~15:00

何かできるかな？  
皆おいでよ

**アンダンテ**  
子ども祭り

立川相互 錦町クリニック  
アンダンテ  
立川相互 ふれあいクリニック  
三多摩健康友の会  
多摩薬局  
立川相互病院付属 子ども診療所  
子ども祭り会場

# 街の灯



友の会 HP



三多摩健康友の会ニュース

発行:三多摩健康友の会/〒190-0022 立川市錦町1-17-15/TEL.042-523-2377/FAX.042-523-2378/kensei2378@lime.ocn.ne.jp/6月1日現在会員数 26,633人

とりもどそう憲法いかす政治を

## 武力で平和はつくれない！

## ピースフェスティバルin立川

5月17日立川。ピースフェスティバルが開催されました。立川支部の井出由美子さんに寄稿して頂きました。



暑さの中でしたが、元気にピースパレードしました

二度と戦争を繰り返さないと誓った戦争放棄の憲法9条を空文化する改憲(壊憲)を押し進める高市政権に、全国各地で「高市政権NO! 戦争いやだ! 憲法変えるな!」の反対の声がまき起り、若い女性たちが呼び掛けたペンライト集会は、燎原の火のように全国に広がっています。

### ♪「だれの子どもも殺させない」

いま、世界中で罪のない市民が戦火にさらされ、爆撃、虐殺で殺されています。米国のトランプの異常な支配に何も言えない高市政権の際限のない軍拡路線の恐怖が一人一人の行動につながっています。

立川でも、5月17日、晴れわたる青空のもと、「NO! WAR! ピースフェスティバルin立川」集会が緑町公園で開催さ

れました。約250人が参加しました。第一部は音楽で楽しくにぎやかに、平和のアピールをしました。

### 100点満点で大満足 銚田市メロン狩り 磯前神社参拝 日帰り旅行



銚田市メロンの森にて 撮影 小沼恒雄

6月9日、88人で友の会日帰り旅行に行ってきました。帰りのバスの感想で皆さん仰っていましたがメロンは高級果実で毎年必

第二部は、7人のリレートークで、平和の大切さが訴えられました。立川市長のメッセージも披露され、歌声と平和への思いが参加者や公園を通るたくさんの方の家族連れにも伝わる青空集会はいいですね。

### 平和を守れ ピースパレード

集会後は約100人が

ず食べられる果物ではありません。たまに食べても一個の何分の一です。それが二分の一個も食べられました。77年生きて初めてです。しかも果汁いっぱいであんな美味しいメロンも初めてでした。那珂湊おさかな市場で私はとろろ昆布を4袋買いました。私は味噌汁に海藻を入れるのが好きで海苔だの青さは欠かしません。それが丁度在庫が無くなりかけていたところ、とても安いと思い

参加。立川の繁華街を暑さを吹き飛ばす元気なコールで、平和の思いを通行人にアピール。「平和を守れ、憲法壊すな、戦争するな! 人を殺す軍備いらない!」と元気にパレードしました。この集会には、若い女性や自転車で来た男子学生さんの姿もありました。立川支部 井出由美子

買いました。早速、9日の夕食で食べて美味しかったです。また、妻が買ってきたあざりと甘えびも夕食で食べました。これも大変美味しかったです。バスの運行もスムーズで安心して乗車できました。バス旅行は時々行きますが今回の旅行は記憶に残るものになりました。企画運営いただいた皆さんに心から感謝いたします。一つだけ要望を言えば途中の休憩時間を最低でも20分取っていたら嬉しいですね。武蔵村山支部 黒井秋夫

### 第47回 総会

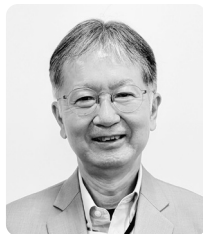
# つなごろう

## 憲法いかして平和な世界を！ 友の会と職員の共同の営みで

### いのち・くらし・人権が大切にされるまちづくりを

5月30日立川相互病2階講堂にて、第47回三多摩健康友の会総会を開催。73人が集まりました。山田秀樹理事長の講演に続き、仲間増やし、多世代型の友の会活動をどう広げるのかというグループ討論も行い、実りある総会となりました。

### 講演抜粋



健生会 理事長  
山田秀樹 医師

すすめ、友の会の倍加と無料低額診療事業拡大をめざします。

③在宅医療充実体制加算の算定と訪問診療1800件の実現を目指すため、医師体制を強化します。

(25年度1700件)

最初に、健生会が目指す、2026年度の課題を、覚悟を持って取り組もうと話されました。

### MISSION 2026

6として示されたのは以下の7点です。

①三法人（医療法人、薬局法人、介護法人）の

一体的な協同で、質の高い伴奏型支援の地域包括ケアチームをつくり「まず診る、寄り添う、何とかする」を進めます。

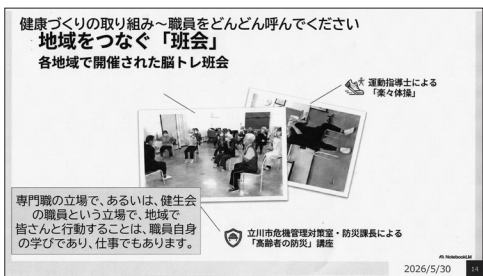
②友の会とまちづくりを

次長計と医師政策を作成します。

⑦健生会の経営目標を経常利益3%（15億円／3年）を目標に、「錦町圏域2030構想」を支える経営基盤を作ります。

### 職員を班会に呼んでください

次に、2025年度は仲間増やしなどに本当に



職員と地域をつなぐ班会でまちづくりを

頑張りましたと評価され、国分寺ひかり診療所の職員が窓口で声をかけて321人（昨年比42.2%）の仲間増やしを行ったことが紹介されました

さらに今、友の会が地域で求められているとして、班会などで安心して暮らせるまちづくりを進めたいと話されました。

そして、専門職の立場であるいは、健生会の職員という立場で地域で皆さんと行動することは、職員自身の学びであり、仕事でもありますとして、班会に職員を呼んで欲しいとの嬉しい言葉が。

### 健診を

### 拡大していきましょう

そして、健康診断にも大いに取り組みたいとして、かかりやすさの改善も課題と話されました。

事業所窓口での入会の呼びかけの定着と、電子カルテ紐づけによるスムーズな案内を行っていきたくとされました。

その他、友の会で行っ

ている大腸がん検診の受診率を、6%から10%にすることを目標に引き続き旺盛に取り組ましようとして大腸がん検診の取組の重要性が示されました。

### 助け合いと

### 居場所づくりの拡大

また、助け合いと居場所作りの拡大も必要です。

患者さん利用者さんが、健生会の事業所へ繋がれる仕組みの充実が必要です。そのために何としても健生会に、まちづくり部をつくり、医療介護事業部と地域の協力が示されました。

### 改憲を許さない

最後に、防衛費が2%になり、戦略的に財政支出すると高市首相が所信表明しました。改憲は許さないたたかいを地域から巻き起こしましょう。

事実から声を上げて、共同のいとなみで、いのち、くらし、人権が大切にされる「まちづくり」をいっそう発展させましょうと結ばれました。

### 2025年度 まとめ要旨 (抜粋)

- ① 仲間増やし大きな成果 26537人(3月末)
- ② 12・10 誰もが安心して暮らせるまちづくり 立川市の認知症政策学習会を開催
- ③ 乳がん自己チェックのパンフ改善
- ④ 大腸がん検診 2019人実施 陽性者189人 陽性率9.4%
- ⑤ 医療署名11822筆 介護署名4991筆
- ⑥ 5・3 憲法集会 11支部500人参加
- ⑦ 10・14 渡辺治氏講演 「自民・維新のたくらみを打ち破る」参加
- ⑧ 日本高齢者大会in埼玉 92人が参加
- ⑨ 11・23 横田基地にもオスプレイいらぬ集会 200人参加
- ⑩ 沼津で新鮮なお刺身御膳と三島大社の旅98人
- ⑪ 美術展4会場(175点出展、703人鑑賞)
- ⑫ なんでも相談ダイヤル 118件

今回の総会では、健生会の事業所とともに取り組むまちづくり、会員の倍加、憲法9条を守る運動について、8班で討論しました。抜粋してお伝え致します。



どの班でも活発な意見が交わされました

**A班** 健康チェックで、健生会の職員も来て頂いている。このような場面で職員さんの友の会活動への意識が深まるのではないかと思います。

**B班** 健生会の事業所と一緒に、どのようかを考えて方が良いと思う。立川圏域では、ニュースを配りから始めてもらって、共同してやっていくこととの仕組みを作っていただけたらと検討している。

**C班** 府中診療所からは、友の会の活動に元気をもらっていますとの意見をいただいている。(友の会の行事などで) 地域の方から「友の会の活動していますよ」とのお声掛けを頂いた。このような繋がりが大事。また、他

**D班** 団体と一緒にやって行くことも必要でないか。以下の5つの点を討論した。

1. まちづくりを意識した取組み。
2. 20代〜50代の会員を増やしていきたい。
3. 地域の子ども会などとの繋りを作って活動していきたい。
4. 事業所との共同の取組みと同時に、地域諸団体との取組みをしていく。
5. 組織図については、もう少し議論が必要。

**F班** 25年度は本当によく頑張ったのではないかと。健康チェックも旺盛に行えた。平和活動も、ペンライト・スピーチなど、地域での活動の幅が広がった。仲間増やしでは、健生会の職員の声かけも非常に積極的で、ありがたかった。

**G班** 診療所のない支部で、活動の為に日常の繋りを作り方を大事にしていきたい。大腸がん検診は若い世代とつながるチャンスではないか。

**H班** 担い手作りの体制が不十分。担い手を広げる手立てを思い切って作っていく必要がある。支部ニュースのカラー化等により読まれる紙面作りも必要。市の補助金を活用しながら、居場所やサークル活動を実施している中で、友の会活動が目立っている。戦争させない。憲法9条守れの声を広げていこう。

### 大会スローガン

- ①人権としての社会保障制度の維持・拡充、平和憲法を守り、自己責任論や排外主義に対抗し、誰もが安心して、住み続けられるまちづくりをすすめます。
- ②高齢者人権宣言とケアの倫理を学び、地域との繋がりをいっそう強化し、孤立している人や気になる会員への声かけ、伴奏型支援、居場所づくり、健康づくり、助け合い活動を一層前進させます。
- ③友の会の倍加をめざし地域や事業所での日常的な声掛けを強め、年間3000人以上の仲間ふやしを進めます。多世代型の活動と担い手づくりを重視し、若年層、家族会員へのアプローチを強めます。
- ④健生会事業所とあらゆる分野での共同の営みを発展させ、グループ3法人の経営を守ります。

### 2026年度方針 要旨 (抜粋)

- 5つの重点
1. 多世代型友の会への転換と持続可能な後継者育成に腰を据えて取り組みましょう。
- ・事業所との共同のいなみ
- ・他団体との共同
- ・デジタル活用の推進
2. 憲法改悪はけっして許しません。
- ・広い層の支持を得る語り口での活動を
- ・諸団体と連携した継続した運動
3. 倍加方針2年目。5万人の友の会をめざし、3千人の仲間増やしにチャレンジ
- ・健生会との定期協議の充実
4. 委員活動をいっそう発展させ、楽しく、役に立つ活動を旺盛に行いましょう。
5. 熱中症から都民のいのちと健康を守ります。
- ・気軽な「居場所」を
- ・熱中症、エアコン利用アンケートの実施

夏に多い代表的な皮膚トラブル  
夏場、特に注意したいトラブル

トラブル名	主な原因	症状と特徴
あせも	汗が汗管につまる	赤いぶつぶつやかゆみ。首周りや脇など。
とびひ	細菌の感染	水ぶくれやかかさぶた。触るとあつという間に広がる。
水イボ	ウイルスが原因	小さな水イボができる。皮膚接触や共有のタオルなどで感染する。
日焼け	紫外線による炎症	肌の赤身、痛み、数日後の皮むけ。
虫刺され	蚊やブヨなど	赤い腫れ、強いかゆみ。掻き壊すと「とびひ」の原因に。

汗を流した後は肌のバリア機能が低下しがち。夏用のさっぱりしたローションで保湿しましょう。紫外線対策に日焼け止めは必須です。子ども用の低刺激な

ものを選び、2〜3時間おきに塗り直します。衣類でのガードは、帽子やUVカット加工の羽織ものを活用しましょう。ワンポイントアドバイス 掻かせない工夫を！子どもはかゆみを我慢できません。爪を短く切り、寝ている間に掻き壊さないよう、冷やしてかゆみを鎮めるのが有効です。症状（赤み、腫れ）が強い場合、また、とびひは感染力が強いので、早めに皮膚科（小児科）を受診しましょう。

夏場、特に注意したい皮膚トラブル

①夏に多い代表的な皮膚トラブル

夏の強い日差しや暑さは、子どもたちのデリケートな肌にとって大きな負担になります。あせもや日焼け、虫刺されなど、この時期特有のトラブルを未然に防ぎ、健やかな肌を守るためのポイントをまとめました。

②トラブルを防ぐ！

毎日のホームケアで清潔を保ちましょう。（あせも・とびひ対策）濡れたタオルでこまめに汗を拭きましょう。

帰宅後や汗をかいた後はシャワーで流すのが効果的です。



対策  
夏用のローション等で保湿しましょう



夏に気をつけたい子どもの皮膚トラブル  
予防しながら暑い夏を乗り切ろう

トラブルは、あせも、とびひ、水イボ、日焼け、虫刺されなどです。

とっておきの1枚



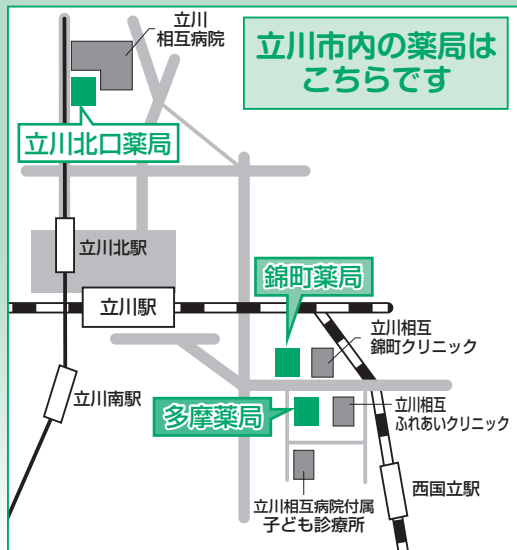
瑞穂町にみんなでウォーキングに行きました。  
瑞穂郷土資料館けやき館のつるし飾りが出迎えてくれました。

折田真知子(秋川流域支部)

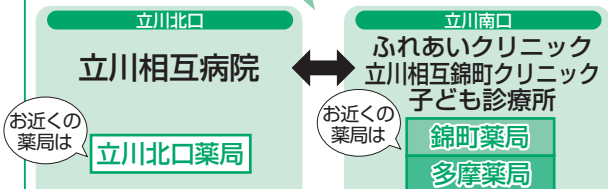
◆◆短歌◆◆

連日の雨にゴーヤはのびのびと  
互いに絡み花をつけをり  
軒先にゴーヤの蔓は高く伸び  
木陰をつくり梅雨明け待ちぬ  
遠間禎子(日野支部)

お気軽にご相談ください



無料シャトル便 運行中!



地域保健企画の薬局は健生会の病院診療所はもとよりすべての病院、クリニックの処方箋を受付しております

常勤・非常勤薬剤師募集

～患者宅訪問・地域医療・チーム医療を行っています。こいっしょに働きませんか～ \*薬学奨学生も募集しています

勤務時間

- (月～金) 8:30～17:30
- (土) 8:30～12:30 (薬局によって若干異なります)

給与待遇

- 当社規定によります
- 交通費全額支給
- 社会保険完備
- 研究研修奨励制度あり

多摩地域に9薬局

株式会社 地域保健企画 立川市錦町1-17-15 ☎042-525-9696

