



街の灯



友の会 HP

8月号

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/7月1日現在会員数 26,670人

各自治体のエアコン購入費・設置費用の補助など 2026年5月25日

支部	市町村	対象世帯	補助金の上限	補助の対象
立川		①非課税・均等割りのみ課税世帯②児童扶養手当受給世帯	10万円	本体購入費・工事費用
昭島		住民登録のある方	10万円	ただし設置費用3/4か10万円のどちらか低いほう
国立		住民登録のある方	1万円	
日野		住民登録のある方	2万円	新商品省エネ家電
武蔵村山		①非課税・均等割りのみ課税世帯②生活保護利用世帯	10万円	
国分寺		非課税・均等割りのみ課税世帯	10万円	
多摩川	福生市	①非課税・均等割りのみ課税世帯②児童扶養手当受給世帯	10万円	
	羽村市	①非課税・均等割りのみ課税世帯②児童扶養手当受給世帯	10万円	
	瑞穂町	①非課税・均等割りのみ課税世帯②生活保護世帯	10万円	
秋流	あきる野市	生活保護利用世帯	10万円	
	日の出町	①非課税・均等割りのみ課税世帯②生活保護世帯	10万円	
	桧原村	①非課税・均等割りのみ課税世帯②児童扶養手当受給世帯③生活保護世帯	10万円	
青梅奥多摩	青梅市	①非課税・均等割りのみ課税世帯②児童扶養手当受給世帯③生活保護利用世帯	①②10万円 ③78,000円	①エアコン本体、設置、撤去費用など②エアコン本体
	奥多摩町	①非課税・均等割りのみ課税世帯②児童扶養手当受給世帯	10万円	
府中		①非課税・均等割りのみ課税世帯②児童扶養手当受給世帯	10万円	新設・故障対応
東大和		住民税非課税世帯	10万円	

これとは別に都からの補助金が最大8万円(65歳以上)が来年の3月まであります

エアコンは「全ての部屋にある」が48・3%、残る半数は一部の部屋のみの設置です。夏場の使用頻度は「日中の必要なとき」(53・4%)や「ほぼ常時」(39・5%)が高くなっています。

「電気代」が壁
広がる我慢と不安
深刻なのは、全体の5割弱(よくある15・1%)、ときどきある31%)がエアコン使用を「控えよう」と答えている点です。理由は「電気代が気

になる」(65・5%)「エアコンが苦手」(42・3%)と、経済的理由で高齢者がエアコンの使用を控える傾向にあることが明らかにになりました。これまでに熱中症(疑い含む)になった方も21・5%にのぼっています。

物価高と猛暑に
苦しむ会員の実態

熱中症アンケート

友の会は「熱中症アンケート」を実施し、7月1日現在で523件を超える回答を得ました。回答は65歳以上が90・4%となっています。世帯構成は「家族と同居」61・7%、「二人暮らし」が35・8%でした。アンケート結果の概要をお知らせします。

自由回答欄に
寄せられた切実な声
自由回答には、「年金暮らしで電気代が大変だが我慢できない」「今年も猛暑なら乗り切れるか不安」といった悲痛な声が目立ちます。また、「高い場所のエアコン掃除ができないが業者は高額」「故障時の買い替え費用がない」「古い団地でエアコン穴がなく設置できない」との維持・構造の課題も深刻です。

自治体への期待と
今後の取り組み
自治体の支援制度に
「命綱」です。
友の会は、この切実な声を自治体へ届け、電気代助成や見守り体制の拡充を求めています。

初心者研修受講生募集!

介護の一步を応援!
未経験者も安心して、学べます。
地域の介護を支える
資格取得を目指しませんか?



YouTubeはこちら

初心者研修詳細



期間 2026年9月9日~11月20日(週2日)
2026年12月9日~2027年2月24日(週2日)

会場 地域保健企画ビル6階(立川市錦町)他

募集 定員12名(定員次第締め切り) 15歳以上

費用 受講料94,000円 教科書代5,940円
無料制度有

申込・問合せ 社会福祉法人 三多摩福祉会
担当 蓮沼友美 ☎042-526-1899

2025年度大腸がん検診陽性者フォロー

20人が即治療に繋がる2019人実施191人陽性

支部名	実施数 人	会員比率 %	陽性者数	便潜血	大腸 ファイバー	ポリプ切除	手術	他で管理	精査せず	連絡つかず・ その他
立川	265	3.4	28	1	13	4			2	8
昭島	329	12.5	36	1	17	1		6	1	10
国立	66	3.1	5		2				1	2
日野	79	4.4	7		4				1	2
武蔵村山	168	9	11	1	5			1		4
国分寺	78	4.1	4	1	2					1
多摩川	123	8.1	13	1	4	1			3	4
秋川	101	14.6	8		1				1	6
青梅・奥多摩	251	29.3	22	3	6	5	1			7
府中	310	18.8	36	2	5	5		6	7	11
東大和	153	19.1	13		5	3				5
八王子	43	0.8	4							4
支部外・職員	53	—	4							4
計	2019	6.4	191	10	64	19	1	13	16	39

今年で23年続いている友の会無料大腸がん検診。2025年度も2019人の会員さんが検診

を実施して191人の方が陽性でした。その方々は看護師さんが電話でその後のフォローをして



毎日外来で、診療所の待合室でも「大腸がん検診を受けましょう」と訴えました(昭島支部)

います。(表参照)

今年もポリプ切除と手術で20人が即治療に繋がりました。これ以後も「次回主治医と相談する」などを含めると、半数以上の方は精密検査に進んでいます。一方で「もう一度同じ検査をしてから」と考える人が15人ほどいて、大腸がんを早期に発見するためには「一度でも陽性だったら精密検査へ」の理解がまだ浸透していないと感じます。

昭島支部は2024年目標達成にこだわったこ

とで、大腸がんや多発ポリプが見つかりました。目標は単に数字でなく運動を引っ張り広げるものだ納得。これを教訓に、今回も300の目標に向け役員が頑張りました。ほぼ毎日外来で大腸がん検診を訴えキットを渡し続けたSさん、ニュース配布の47人全員に声を掛けると腹をくくって回ったKさん。これらの頑張りが伝播した

とAさんは団地でさらに広げたそうです。また昨年実施の方には電話を掛けキットが手元がない方には自宅へ届ける事も例年通り役員がして喜ばれました。昭島相互診療所の西川智子師長さんが、送迎車たんぽぼ号で検体の回収に回る仕組みを作り、診療所から遠い地域で大助かり。この検診を機会に家族会員が9人増えた事も成果で

した。友の会と診療所の共同の取組
目標達成329人と言う数字にはこうした友の会と診療所の共同の取組が裏にありました。他の支部でも、それぞれ工夫して進んでいるこの検診を若い方にも広げよう考えて行きたいと思っています。
保健員会 佐藤静香

平和について考えて行動するきっかけに

7.5 平和行進



平和の一步を広島へ

が参加しました。

酒井大史立川市長からは「1人ひとりが平和について考えて行動するきっかけになるよう、今後も平和意識の成熟に努

7月5日、原水爆禁止世界大会平和行進が行われ、雨の中、健生会グループ、諸団体から45人

めて参ります」とのメッセージを頂きました。また今回は、立川駅周辺に平和のアピールをし

た。あります。今後も継続していきたい」と述べまし

ようと、パレードのルートを立て川緑町公園から、錦町クリニクに変更しての行進となりました。行進後は立川相互錦クリニクで、交流集会が開催されました。健生会労働組合立川支部の穂阪健委員長は、「1965年の大会に参加した元職員もいます。健生会としては、のべ一千人もの代表を平和の運動のために送り出してきました。感慨深いものがあります。今後も継続していきたい」と述べまし



運動苦手な私が健康体操リーダー

おまた ともこ
小俣 朝子さん(80歳) 日野支部

1961年3月卒業と同時に集団就職で日野市豊田の日本絹(株)に入社。^{フルタイム}入社2年目に労働組合が結成され、寮生活の改善、賃金闘争、0歳児保育を組合事務所で行い、生理休暇闘争では裁判に持ち込み13年半も闘いました。組合は分裂攻撃を受け、工場閉鎖も経験しました。

他方革新市政を支える活動を通じて、組合員の村松三枝子さんを都議に送り出した時は本当に嬉しかったのです。生活に根ざしたあらゆる要求を組合員全員で闘った活動が私の原点になっています。



定年も5才延長され、60才定年を迎え、健康友の会の活動に参加。会報袋詰め、セラバンド体操にかかわることになりました。先輩の中川さんから声をかけて頂き、運動の苦手な私にも出来る現実感。中川さんの暖かい指導のおかげで現在もセラバンド体操のリーダーをやらせていただいています。

みなさんは「一人ではなかなか、わかっていても出来ない」と言います。集まっておしゃべりしながら、笑いながら出来るのがいいのかなと思います。

今公共交通の問題にも取り組んでいます。2023年4月から日野駅と立川北口を結ぶバス便が、土曜日早朝の1本だけ

今公共交通の問題にも取り組んでいます。2023年4月から日野駅と立川北口を結ぶバス便が、土曜日早朝の1本だけ

文 小俣 朝子
写真 保泉 勇

昔は一番なりたくない病気と言われた認知症に対する考え方が大きく変わったのは、当事者たちの奮闘によるところが大きいと思われます。

今回は3人の方の言葉を紹介します。

46歳でアルツハイマー型認知症と診断され、公表したオーストラリアの元政府高官クリスティーンさん

●「癌や心臓発作でも恥ずかしいとは思わないのに、なぜ脳の病気と言うだけで、そんなに恥じるのだろうか?」(『私は誰になっていくのか?』2003年初版より)

●「いつの日か痴呆症(2003年まで使用された言葉)とともに生きる人々への対応が敬意のこもったものになる時が来て欲しい。どれだけ必死に一日一日を生き抜いているかわかってもらえ

る時が来て欲しい。彼らは国の宝のように敬意を払われてしかるべき人々なのである。(『私は私になっていく』2004

年初版より)

●私たちの能力を信じてください。認知症は心が空っぽだという偏見によって引き起こされる社会的病気である。(2004年京都で開催された第20回アルツハイマー病国際会議での発言)

認知症を知ろう③

～当事者たちの奮闘が社会を変えた～

認知症ケア上級専門士
千田富子



日本認知症本人
ワーキンググループ
藤田和子さん

「予防は不要ではないが、手段であって目的とは違う。予防が目的とされると認知症になったら終わりという意識を広めかねない」と主張。全ての認知症の人が基本的人権を享受する個人として、自らの意思によって生きることが出来る「共生社会の実現を推進するための、認知症基本法」の成立に尽力しました。



丹野智文
笑顔で
生きる
認知症とも
価格 ¥1,595
(本体¥1,450)
文藝春秋
(2017/07 発売)

