

医療を考える会 会報

発行元:NPO 法人 医療を考える会

住所 渋谷区代々木2-39-7メゾン代々木201号

TEL 03-3375-6151 / FAX 03-3299-5275

メール iryu-kangaeru@waltz.ocn.ne.jp

ホームページ <http://npo-iryu.org/>



令和2年を迎えて

代表理事 山西 俊夫

皆さま新年おめでとうございます。

私も今年はめでたく(?)後期高齢者の仲間入りをする年になりました。

友人からの賀状も人生の終活について触れる内容が目につきました。

しかし自分が会社の仕事を継続できているのは東洋医療にお世話になっているからだ実感しています。40歳から東洋医療に出会って、身体に備わっている「自然治癒力」なる言葉に初めて接し、治療が病気を治すのではなく治癒力が治してくれるのであり、東洋医療は患者の自然治癒力を発揮できるような身体の状態に戻す役割をもつ有効な医療であることを知りました。私なりに「体質改善」と理解しました。「体質改善」は一朝一夕には実現できません。何年もかかって徐々に改善されていくものだと理解しています。今や私にとって東洋医療は生活の一部になっています。

周囲の知り合いに勧めても途中で断念する例が多いのは健康保険が適用できないことと東洋医療について正しく理解できていないことにつきます。

その意味からも国が未だに東洋医療を類似医療とみなして健康保険適用に反対しているのは、自国の伝統医療を否定し過去の歴史に唾する愚かな行為であると考えます。昨今の国の「医療費の削減」の名のもとに高齢者にやさしい東洋医療を受けにくくする、なりふり構わぬ政策は、高齢者の切り捨てと言っても過言ではないでしょう。

患者の結集は、お隣の韓国、香港、台湾の人々の国に対する抗議活動に比較してもまだまだ不十分な状態にあります。しかし、われわれの運動には道理があります。

今年も継続して運動を推進しましょう。



賛助会員の願い

2019. 11. 24 脳天気な患者 利根川美代

私は、仕事の無理がたたって頸腕症候群と腰痛に悩まされていた30年前に、たまたま鍼灸の先生に巡り合い、以来、健康維持の為に治療を続けています。しかし、今の医療保険制度ではいつまで続けていけるか不安です。

また、東洋医療に巡り合えず、その良さを全く知らずにいる人が多いのではないかと思います。手続きの煩雑さや自費診療になってしまうこともあり、お友達に勧めにくいということもあります。このままでは、私たち国民にとっても、国の医療財政にとっても、とても残念です。

東洋医療は未病を治し、病気の予防、健康維持にもってこいの医療だと思っています。誰でもが自分の選択で安心してかかる制度にしてほしいです。

いまや、東洋医療の良さは世界が認めるところとなっています。国は考え方をほんの少し変えて計算してみてもいいでしょうか。元気で働き続けられる明るい長寿国になるとと思いますが、如何でしょう・・・



新年のご挨拶

理事 高橋養藏



今年もよろしくお祈りします。

最近、腰痛の患者さんで外科手術後に痛みが残っているので治療して欲しいと見える方が以前より増えて来ました。

昨年5月に見えた70代の男性、5年前に手術したが腰痛、右脚の痛みと痺れが取れず、あおむけになって眠れず、立っていても痛くてじっとしてられないと治療に見えました。

数回治療したら、少しあおむけに寝られるようになった、道で立ち話ができるようになったと喜んでくれました。西洋医学だけで解決出来ない痛みの治療に東洋医学を活用すべきです。誰もが東洋医学の治療を受けられるよう健康保険の適用を広めましょう。

第15回 総会時の講演要旨

田中榮子 記

「水は誰のものか」 2019年11月24日行われた。
講師は内田聖子氏（アジア太平洋資料センター共同代表）。

水は私たちの命の元であり、毎日の生活に欠かせないものである。2018年11月より国会に「水道民営化法」が提案され、国民に内容を説明することも無く、11時間位の審議で12月6日参議院で強行可決された。



1、日本の水道が抱える課題。

- ① 人口減少に伴う水需要の減少。
- ② 水道施設の老朽化。
- ③ 自治体等職員数の減少。

水道料金が最も高いのは北海道。人口が少ないこと影響あり。

2、日本の水道民営化・・・民主主義とは言えない強行採決で決まったこと。

- ① 自治体が水道料事業の認可や施設の所有権をもったまま、民間企業に運営権を売却できるコンセッション方式の導入がなされた。1999年にPFI制定された。PFIとは、公共施設等の建設維持管理、運営等を民間の資金経営能力及び技術的能力を活用して行う手法。
- ② コンセッション方式の主な論点。
 - ・水道料金の値上げ。水質サービスの悪化。
 - ・災害、非常時の対応がおろそかになる。
 - ・職員、技術が自治体から失われる。
 - ・地域経済への貢献。
 - ・財務情報等の開示（自治体、住民に対して）。
 - ・契約内容の不履行時の紛争。



そもそも現状の水道が抱える課題の解決策となりえるのだろうか。

③ 水道民営化の強行可決を知った一般市民は反対運動に立ち上がったが・・・

- ・浜松市は、ある民間企業に委託した。
- ・宮城県はじめ民営化を進めようと計画している自治体が増えている。
- ・東京都も本格的に検討を開始している。

一方、民営化NO！を明確にする自治体も出ている。

ここで「日本国憲法」第25条を振り返ってみる。

- ・全ての国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。
- ・国は、全ての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。

今東京も下水道のコンセッションをやるかどうか検討している。

終わりに、水は地方自治体の基本だ。自分の自治体に適した公共サービスのあり方を、民主的に考え話し合っていくこと。どんなサービスが必要なのか、費用はどのように負担していくのか等。

そして、安心して暮らせる方向を決めていく。

私たちは長年「湯水のように」と引用する位、水を自由に使うのが普通だった。これが営利第一主義の民間企業の勝手にされたらどうなることか。例えば細菌が多く入った水で伝染病が流行ったりした昔のことを思い出す。国の主人公は一人ひとり。この件をよく学ぶ必要があると感じた。



講師 内田聖子氏著書紹介

- 制作: 特定非営利活動法人アジア太平洋資料センター(PARC)
- 2019年/DVD/片面1層/カラー41分 解説資料付き
- 本体価格: 4,500円+税(図書館価格 15,000円+税)

水がなければ私たちは生きていけません。

水は人権であり、自治の基本です。

日本の水道普及率は98%を超え、豊かな水源と高い技術力によって、世界有数の「飲める水道水」を誇っています。自治体が責任をもって水道を運営することで、日本国憲法第25条の生存権のひとつである「公衆衛生」が保障されています。

しかし、日本の水道は今、多くの課題を抱えています。人口減による自治体の財政難、老朽化した水道管などのインフラ、職員の高齢化・減少です。これら課題の解決策として、政府は水道事業の運営権を民間企業に売却するコンセッション方式を推奨しています。2018年12月の水道法改正にもこれを促進する内容が含まれています。「民間からの投資」は、本当に「苦難を乗り切る万能薬」なのでしょうか？

世界では、パリ市やベルリン市など、水道再公営化を選ぶ自治体が増えています。英国では約40年間の民営化・官民連携は「失敗」と評価されました。世界に逆行するかのような日本の政策。果たして、私たちはどのような選択をすべきでしょうか？ そもそも「蛇口の向こう側」を、私たちはどこまで知り、考えているでしょうか。

全国でも率先してコンセッション方式導入を進める静岡県浜松市、宮城県での課題や市民の動き、専門家のお話や水道労働の現場から、「自治」をキーワードに私たちの「水の未来」を考えます。

2020年 **体験治療** 毎月第3木曜日

会場： 千駄ヶ谷社会教育館

日時： 3月16日(木) / 4月16日(木) 13時~15時 3F和室

連絡先： 「NPO法人医療を考える会」事務所

☎ 03-3375-6151 担当山口 (090-1435-3715)

風邪の予防法・手当法

田中 榮子

1月も終わりです。

このところ何回かの降雨があり、インフルエンザは下火感ですが、油断せず、予防に心がけましょう。又、最近、中国のコロナウイルス肺炎が気になりますが、その正体を学びながら、基本的なことを守っていきましょう。症状が悪い場合は、専門医、受診が必要です。

風邪の予防法

- ① 外出時、人ごみの中ではマスクをする。
- ② まず、外出から帰ったら、うがい、手洗いを忘れない。
- ③ 日々、十分な睡眠をとり、体に疲れをためない。
- ④ 皮膚の鍛錬（乾布摩擦など）を日常からしておく。
- ⑤ 急な天候の変化にうまく対処する。
肩掛け（ショール）えりまき等の利用（肩背部を冷やさない）
- ⑥ 食事は旬の、体を温めるものを、バランスよく、腹7～8分目に。
- ⑦ 普段から規則正しい生活をし、適度な運動を続けたりして抵抗力を高めておく。（きれいな血液が体の隅々までゆきわたるように）
- ⑧ インフルエンザ予防注射は、受ける必要のある人は早めにすませておく。



風邪の手当法

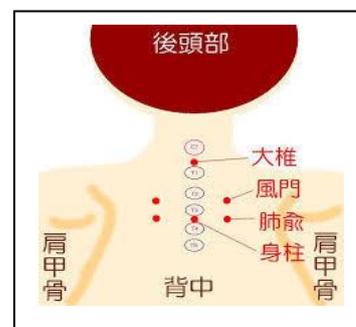
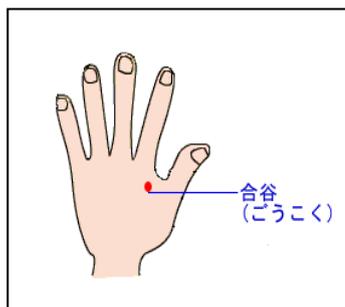
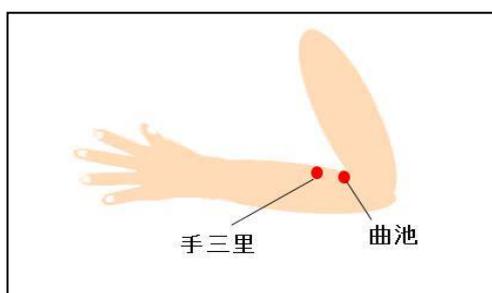
- ① 風邪かな、と思ったら、部屋も衣類も暖かくして、温まるものを飲んで早く休みます。はじめから強い薬を飲むより、その人の治る力を自然に高めるようにします。
- ② 症状により、漢方薬も良く効きますので、詳しい人に相談してください。
- ③ 軽い風邪の時は台所の洗い物などを、熱いお湯でしたり、おろし生姜を入れて「手浴」をします（肺経、呼吸器系の働きを強めます）
- ④ 吉野葛に、おろし生姜少々入れて熱くして飲むのも、発汗を促し、胃腸を整えます。
- ⑤ 熱っぽい風邪は、大根おろしにおろし生姜を入れ熱湯をそそいで、塩又は醤油味にして飲み、暖かくして休みます（大根の酵素作用はウイルス類を溶かす働きがあると言われます）
- ⑥ 熱は出ないが、だらだら長引く風邪は、長ネギをきざみ、焼き味噌（陽性になる）で熱湯に溶かして飲みます。
- ⑦ お腹へきた風邪は吉野葛に梅干しをほぐして入れたり、梅干しの黒焼き（陽性）を、少々まぜて熱くしてのむと治りを早くします。
- ⑧ 咳がとれにくいときは、蓮根を皮付きのままおろし、熱湯をかけ好みの味付けをして飲みます（蓮根は機関誌粘膜組織を引き締め、上部にします）

施灸法

風邪のはじまりは、まず「手の三里」に灸をすえよ」と言われるようにお灸は軽い風邪からこじれた風邪まで、実に」良く効きます。

穴では、手の合谷、三里、曲池、足では照海、足三里、三陰交。背部では身柱、肺腧、風門等、その皮膚の反応を見ながらお灸をしてみましよう（穴がわからない場合、詳しい人に聞いてください）

焼き塩も簡単で効果的です。日常に応用なさってください。



渋谷区施設使用登録について

**渋谷区在住・在職の会員の皆様にはご理解ご協力を賜りありがとうございました
本年も引き続きよろしくお願いたします。**

「NPO 法人医療を考える会」も立ち上げて 15 年目を迎えました。東洋医療を学び鍼灸・マッサージを西洋医療と同じように保険証を示せば治療が受けられることを願って 2020 年 1 月現在 13853 筆の署名になりました。

高齢化が進む中、体力の衰え、どう生きていくか先人達から学びあい患者と施術者が力をあわせて東洋医療を使いやすい制度に変えていきたいと思えます

厚労省はあくまで（東洋医療を学ぶことのない医師にも同意書を求め、煩雑な手続きに施術師や患者は声を上げていくことが求められています。

保険で決められた単価だけではやっていけない自費治療費も合わせることも無しで生活が維持できないと悩んでいる先生も少なくありません。

消費税が上がって社会保障はきびしく介護保険も安心して暮らせる制度から消費の落ち込み、医療費も出し渋る状況に当然はり灸・マッサージ・指圧の受ける回数が減ってきているようです。

施術師の先生と患者がこの制度を変えるために更に東洋医療の良さを体験し知っていただくために体験マッサージを広めたいと思っています。

「千駄ヶ谷社教館まつり」で無料の体験マッサージのコーナーにお誘いあわせの上いらしてください。ご意見をお聞かせください。