

やまと じんゆう



2019.11.17 大和市腎友会 第21期事業年度定期総会 ポラリスにて



Yamatoshi Jinyuukai

NPO法人 大和市腎友会

目 次 (80号)

ページ

1. 令和二年 新年を迎えて.....	藤 本 曜 久	1
2. 第21期事業年度定期総会を終えて.....	藤 本 曜 久	3
3. 『透析者のための栄養講演会』開催される.....	吉 岡 寿 夫	5
4. 新年会のおしらせ.....		9
5. 赤い羽根共同募金.....		10
6. 「共助・共生社会を実現する事業」の取組み報告.....	森 口 克 弘	11
7. 福祉有償運転講習会及びセダン等運転者講習会を受講して.....	梶 並 林 久	15
8. 一般投稿 和太鼓に出会って.....	岡 部 泰 成	17
9. 認知症サポーター講座開催.....	草 野 文 彦	21
10. 会員計報.....		23
11. 編集後記.....	井 上 邦 子	23
12. 事務局だより.....	森 英 志	24

令和二年 新年を迎えて

会長 藤本 曜久



新年明けましておめでとうございます。今年はいよいよ待望の東京オリンピックが開催されます。また AI などの新技術による第 4 次産業革命の時代に入り、2020 年台は新しい時代の到来を予感します。



本年度の大和市腎友会は、「会員のため、透析者のため、身障者のため」を活動方針として、具体的な取り組みをして行きたいと思います。

重点的に取り組むべきテーマとしては、「公共交通の改善提言」、「異常時の行動指針」、「連絡網の整備」の 3 点が考えられます。

1. コミュニティ・バスの改善提言

病院を拠点とした「やまもん GO」、「のろっと」でショッピングもできるルートを作れないか、他市で行われているシニア向け交通費支援制度を作れないか、などの意見を頂いています。



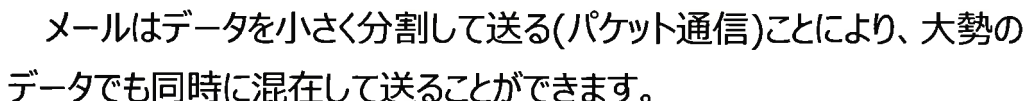
公共交通の改善については当会単独で行うには荷が重い大きなテーマであるため、他団体と連携しコミュニティ・バスの共同提案を考えていく必要があります。

2. 異常時の行動指針

送迎サービス事業において、突然の豪雨、積雪や地震発生などにより異常事態が発生した場合、我々はどういう行動をすべきかを事前に考

3.連絡網の整備

インターネットは“Web”とも呼ばれるように、蜘蛛の巣のようにつながったネットワークであるため、一部の通信回線が途絶えても、別ルートを通してデータが届くという特徴があります。また電話のような電波は同時に使える回線数が少なく、大勢が同時に電話をかけると機能しな



今年は備えをしっかりとしておきましょう。

第 21 期事業年度定期総会を終えて

会長 藤本曜久

今年度の総会は、令和元年 11 月 17 日（日）午前にポラリスにて開催されました。

今回は総会の時間を短くして、医療・栄養講演、昼食後にグループ懇談会も行いました。



紙面を借りて定期総会の概要を報告させていただきます。

来賓の方にお越しいただき、ご挨拶を頂きました。

- ・ 大和市健康福祉部長 目代 雅彦 氏

4 名が議長、書記および議事録署名人として選出・承認されました。

- ・ 議長 藤本 曜久 会長
- ・ 書記 伊藤 正宏 理事
- ・ 議事録署名人 吉岡 寿夫 理事、樋口 一夫 理事

出席者 22 名、表決書提出者 78 名、計 100 名となり定足数 88 を上回り、本総会は成立となりました。

1. 福祉事業

① 陳情活動

例年の市への陳情を見送りにした理由について説明させて頂きました。重度障害者医療費助成制度は県レベルの案件であり、すでに市の助成金は半減されている状況です。

ガソリン代だけ取り上げて改善するのは公平性の観点から問題がありました。市への要望として会員の方から、コミュニティー・バスに使える年間パスの発行を提言して欲しいという意見があり、これについても検討していきたいと考えています。

② ふれあい体験活動

樋口一夫さん・岡部泰成さん・大迫薫さんに講師をお願いし、相模原腎友会羽田弥会長からも参加協力を頂いて、中央林間小学 4 年生

3 クラス、鶴間中学校 2 年生 4 クラスのふれあい体験活動を行いました。

③ 日帰りバス旅行

6 月 2 日の秩父日帰りバス旅行は、花園フォレストに立ち寄り、ナチュラルファームシティー農園ホテルで、農園で取れた野菜を使った「四季彩弁当」を昼食に頂きました。祭り会館でプロジェクションマッピングによる祭りのバーチャル体験をして、秩父神社を参拝しました。ちょうど秩父鉄道の SL も見ることができました。

今年度のバス旅行は 5 月～6 月にともしび号の取得にチャレンジします。オリンピック関連施設をバスで見て回る案があります。

④ サテライト交流会

森下記念病院 血管外科特任外科部長の廣谷紗千子先生にシャントについて講演して頂きました。会議室がなかなか取れず 8 月の暑い時期の開催となりましたが、大勢の方に参加して頂きました。講演後に昼食を取りグループ討議の形式で会員の方々の意見をたくさん聞くことができました。

今年度も講演会と交流会合わせた形式で開催する予定です。

2. 送迎事業部

20 期は、森下送迎サービス事業の経営健全化を主に活動してきました。森下記念病院との交渉により負担軽減の提案して頂き、当会も経費削減努力をすることによって、健全に事業を推進できる目処を建てることができました。

森下記念病院が 4 月から新体制となり、透析受け入れの拡大を行っているため、今年は送迎 1 コースの増便を予定しています。更に送迎を増強する必要があるかもしれません。

しかしまだ現場での問題は多く、ドライバの高齢化による新ドライバの補強が必要であり、介助が必要な送迎も増加しているなどが今後の検討課題となっています。

今年度は、山桜会の個別送迎サービスについて、どのようなサービスを提供すべきか再検討をして行く予定です。

3. 決算報告 赤字解消

自動車をリース切り替え時に保有していた自動車を売却したため、決算報告書では正味財産の金額が大きくなっていますが、その約半分は車のリースによる負債返済に確保が必要です。

今年度も健全な決算を行っていきます。

「透析者のための栄養講演会」開催される

理事 吉岡 寿夫
(大和徳洲会病院)



**透析者の
栄養講演会**

日程 2019年11月17日(日)

会場 ホラリス 1階 第3会議室

講師 透析について～
大和徳洲会病院名誉院長 清水 正法 先生
透析者の食事、家族の食事～
大和徳洲会病院管理栄養士 西脇 浩美 先生

対象 透析者及びそのご家族

申込 申込用紙に、住所、氏名、電話番号、通院病院名を記入し、11/13(金)までに電話またはFAXで

内容	定員	開始	終了
定員	100名	10:00	11:00
開始	11:00	12:00	
終了	12:00	12:40	
終了	12:40	13:30	

申込用紙は、大和徳洲会病院 透析科 受付で配布します。
申込用紙の記入方法については、大和徳洲会病院 透析科 受付で説明します。

大和徳洲会病院 透析科 受付 電話 042-278-7531 Fax 042-278-7532

2019年11月17日、第21期定期総会終了後に「透析者のための栄養講演会」を開催しました。

講師には、大和徳洲会病院 清水正法 名誉院長と、管理栄養士の西脇浩美先生をお招きしました。

吉岡（透析歴 24 年）は企画段階から参加しましたので、準備、講演内容の打ち合わせ、講演依頼、の経過などを、皆さんの透析生活のご参考になれば、と思い、一文にまとめました。

はじめに、私事になりますが、小生の透析生活への考え方をお話します。
私は 30 歳ごろ痛風を発症し、高血圧状態で多忙な仕事をこなしていました。

平成 7 年 7 月に仕事中にめまいがする、空にピカピカきらめく光が舞う、足が太くなり靴が履けなくなる、血圧は 200 以上、と体調を崩し、近所のお医者さんに駆け込んだところ、これは大変、すぐに専門医を紹介する、とその場で北里病院の腎臓内科を紹介され、自ら自動車を運転して北里病院で診察を受けたところ、腎臓が二つとも機能を失いかけている、即透析を始めないと命の保証ができない、と宣告され、その翌日から入院し、シャントの手術を経て、シャントが成長するまでの 20 日間を厳重な食事制限でしのぎ、透析開始にこぎつけた経験があります。

主治医の館野教授は、吉岡さんの生活状況が招いた病状であることをしっかり認識しなさい、透析治療は一生続ける必要があり、覚悟を決めてそれを受け入れれば、仕事に復帰できるようになりますよ、ときついアドバイスと受けました。

病室での毎日は、朝、看護婦さんが、昨日の血液検査や尿の検査、超音波検査の結果を説明しながら、吉岡さんは、今日は無事に過ごせそうですよ、大丈夫ですよ、とはげましてくれましたが、患者側からすれば、今日は大丈夫ですよ、は、明日は状況が急変してしまうかも、とともてましたが、楽天的な私の性格を良く理解した看護婦さんのおかげで、シャント手術の日まで、持ちこたえることができました。



8月最後の週に一回目の透析治療が開始され、穿刺時の痛さにびっくりしたことを思い出しました。透析生活の開始とともに、退院後の仕事と透析の両立をどうやっていこうか？考える中、自らの体の中に働けない臓器が現れたが、幸い、透析と薬で生命維持はできるのだと考え、透析を食事と同じ、生命維持に必要な治療時間なのだと考え、一生、ともに生きようと覚悟を決めました。

あれから24年、穿刺回数も7500回以上、延べ透析時間（退社―透析―帰宅で約6時間）7500時間になりますが、毎日「あと二日の命」「明るく、楽しく」をモットーに生き続けております。以上、長々と書いてしまいましたが、皆様のご参考になれば幸いです。

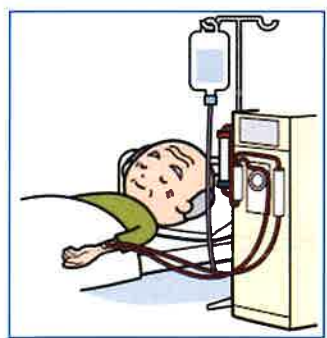
さて、講演会の準備にお話を戻します。

日ごろ、病院からは血液検査の結果報告が示されますが、先生の指摘内容と自分の食事や日常生活がどのように関係しているのかわかりにくい。

これをわかりやすく講演してほしいと、管理栄養士の先生にお願いしました。

先生は30分の講演では短じかいが、できるだけ説明できるように考えてみます。とおっしゃっていただきました。

たとえば、「りん」が高い、6以上、といわれた場合、食事の何（食品）を、どのくらいの量、減らせばよいのか？日ごろ食している食品に含まれている「リン」の量をデータ内にあわせようとする場合、実際の食品の量（重さ）とデータの値との関係を簡単にわかる方法がありますか？患者各人により栄養バランスも違うし、消化吸収力も違うだろうから 難しいですか？やはり、バランスのよい食事を食べ過ぎないで過ごす方法しかありませんか？などなど、患者に説明するのは難しそうな問題のご説明をお願いしました。



先生との打ち合わせでは、食べたものがどのように消化され、胃や腸のどこで、どのように吸収されるのか？皆さんにご説明しましょう。

今回の講演をお引き受けする許可を院長から受ける際、名誉院長もご講演いただけるとお話がありましたので、消化吸収の件は、院長先生がご説明いただけると思います。とのお話でした。

以上のような、やり取りの後、お二人の講演のお引き受けが決まり、ポスターの作成、掲示に進みました。



さて、講演当日は、晩秋の秋晴れとなり、30名以上のご参加がありました。

清水名誉院長のご講演は、良く考えられた図や表をプロジェクタで大変わかりやすくご説明いただきました。特に、消化吸收は、食した食物は、咀嚼時から消化がはじまり、胃で液体状に変化し、小腸、十二指腸で吸収され、その成分の機能により、肝臓や腎臓、などの各臓器に運ばれ、生命活動に使われています、との説明は皆様も納得のいく、わかり易い説明内容でした。

透析



また、先生は、透析者の「再生医療の進歩で腎臓の再生医療はいつごろ実現できそうですか？ また、シャントの再生、血管の再生も実現はいつですか？」の質問に対し、腎臓の再生治療は透析が進歩し、現状では患者の生命維持もできているので、緊急を要する他の臓器の再生医療のほうが優先されている、血管の再生治療は湘南厚木病院で臨床試験が始まっています。と

のご説明があり、さらに、最近の医療技術の進歩により、皆さんの命は100歳まで大丈夫ですよ、自己管理をしっかりして長生きしてください、とのお話は 皆さんのお耳にしっかりと届いたと思います。

西脇管理栄養士のご講演は、清水先生の講演時間が想定外に長くなったため、予定の30分を10分程度短くお願いする羽目になり、本紙上をお借りしてお詫び申し上げます。



さて、その内容は、**ポイント1** 栄養状態を良好に保ちましょう 一日に必要なエネルギー摂取量

160cmの方(標準体重 $1.6\text{m} \times 1.6\text{m} \times 22 = 56.3\text{Kg}$)で1Kgあたり35Kgを乗じて1971kcal: この1800g程度を毎日摂取して栄養状態を維持する。

筆者の吉岡は、夜間透析時に病院の夕食を食していますが、その食事の内容は、大きめの茶碗いっぱいのごはん300g、魚や肉料理が100g、野菜サラダ、海産物の煮物、等々、水分も含めて80g程度、スープまたは、味噌汁で100g、すべてあわせて、約700gが夕食となっています。

食事には、一般食、1800(kcal)、とあり、なるほどと思った次第です。

ポイント2 食塩 1日6g未満(食品毎の塩分量表)の説明、カリウム、〇〇〇と各成分とその体への影響、命の維持のための役割、等々、わかりやすくご説明いただきました。

私は透析時に放送大学(BS231, 232ch)のバイオメカニズム、病気とその回復、食事と栄養学、消化と吸収、初歩の物理、精神神経学、日本文学、世界史、古代史、などなど、多様な講義内容があり、毎回、チャンネルを探して、ベッドの上で視聴しています。

放送大学は一般人を対象としているため、先生と生徒役のタイミングのよい質問と先生の的確な回答、図表や実験画像による説明と大変わかり易くなっています。

今回の西脇先生の講演も放送大学のおかげでだいぶわかり易く拝聴できました。皆様も一度お聞きになったらご参考になると思います。

皆さんの病院で、先生から「カリウム」は範囲内の5.2だとか、「アルブミン」は少し落ちているので栄養に気をつけて、とか、「ヘマト」「ヘモグロビン」は11.2でほぼ正常値、「リンとカルシウムのバランス」も大丈夫、などなど、先生からどんどんデータを説明され、問題がある場合は、食事に気をつけて、塩分を控えて、などとアドバイスを受けていると思います。



今回の西脇先生の講演で先生のアドバイスを活かして食生活の改善につなげ、透析生活をできるだけ「明るく、楽しい」ものにしたいものです。

なお、清水先生の「透析について」西脇先生の「透析者の食事」の講演内容の要旨をまとめたパンフレットを事務局に用意してあります。ご興味をお持ちいただいた方は、事務局に電話でお申し込みください。

最後に懇談会について、お話しします。

私のテーブルには、6名の方が参加いただき、まず、自己紹介から始めました。皆さん、自らの体の状況や、生活状況をご発言いただき、それに対する、皆さんの感想、参考意見、などなど、大変、活発な話し合いとなり、充実した時間をすごしました。

懇談時間終了の合図がありましたが、皆さんはまだまだ、話し足りない様子で



次回はもっともっと懇談時間を長く取る必要があること、懇談会は皆さんにとって、お互いにお互いを知らせ合うことで共感も生まれ、また、ご自身の状況の再認識、状況の理解のお役に立てる、大事な機会であることを再認識しました。

次回の理事会で懇談会の開催を増やすよう話し合いたいと思います。

以上、私事を含め、取り止めのない一文となってしまいましたが、最後までお読みいただきありがとうございました。

新年会のお知らせ

2023
令和

参加者
募集

日時：**令和 2 年 2 月 9 日(日)**
11 時 ~ 13 時

場所：**かごの屋 いんかんモール店**
大和市中央林間 7-6-1 046-278-2700

内容：食事 自由な意見交換

透析生活の疑問・質問を 先輩に訊く
腎友会への提案、意見、感想を言いたい

会費：会 員 3,000円
非 会 員 3,500円

申し込み：各病院の腎友会役員または、大和市腎友会事務局まで

TEL 046-276-7531 FAX 046-276-7532

締め切り：2月5日(水)



車椅子などの介助を必要とする方で、福祉車両をご希望の方は大和市腎友会事務局まで、ご相談ください。

赤い羽根共同募金

令和元年（2019）10月15日（火）「赤い羽根共同募金」を、やまとオークシティー2階連絡通路において、皆様に募金のご協力をお願いいたしました。平日の昼下がり多くのご家族連れや、小さなお子様達にも募金に御協力いただき、大変感謝しております。お礼に記念のドラえもん缶バッチを手渡し、小さなお子様にも大変喜ばれました。

赤い羽根共同募金 昔ばなし

共同募金のルーツは、はるか昔のスイスの山深い町から始まりました。町には、その日に食べるものもない人たちがいて、教会の牧師さんは心を痛めていました。



ある日、牧師さんは道端に箱をおきました。その箱には、「与えよ 盗れよ」と書かれていたのです。「食べものが足りていて、誰かに分け与えることが出来る人は、箱に食べ物やお金を入れなさい。」「今日、食べる物にも困っている人は、箱から食べ物やお金を貰っていきなさい。」この箱は、現在の募金活動にもつながる、つぎの3つのキーワードで成り立っていました。

一つめは、「匿名」です。決められた誰かを助けるのではなく、助けを必要とする皆のために与えたのです。与える人も、自分が誰なのかを明らかにしなくてもかまいません。

二つめは、「任意」です。与える人も、盗る人も参加するのは自由です。

そして三つめは、「信頼」。道端に箱があれば、泥棒に盗られたり、嘘について持って行ってしまう人もいたかもしれません。だけど、町の人達がこの箱の意味をわかって、本当に必要な人のためのものなんだと、お互いに信頼し合っていたからこそ、成り立ったしくみでした。

「障がい者と地域住民とのふれあい体験活動を通じた 共助・共生社会を実現する事業」の取組み報告

監事 森口 克弘

この事業の目的は、「小・中学生が若い日に、障がい者が日頃感じていることや生き方を知り、弱者への気遣いの願いと共助を考えてもらう機会を作り、誰もが暮らしやすい地域社会を実現していく一歩となること」です。

2019年は、中央林間小学校と鶴間中学校で「ふれあい体験授業」を実施しました。講師には、大和市腎友会と他市腎友会の会員の方々に協力をお願いしました。大迫薫さん、岡部泰成さん、羽田弥さん、樋口一夫さんの4人の方々です。紙面を借りましてご協力に深く感謝申し上げます。



この「ふれあい体験授業」は、2010年から始まり、今回は10回目となります。毎回、授業を受けた児童生徒さんから講師へ感想文をいただいています。

今回の報告を鶴間中学校2年生の皆さんからいただいた感想文から、授業でどのような感想を持ったのか文言を引用しながらご紹介することにしました。

1. 鶴間中学校について

学校は腎友会事務所に近く、歩いて5分ほどのところにあります。「ふれあい体験授業」は10回目です。

11月12日に2年生4クラス121人を対象に行いました。第4時限目、11時55分から12時45分までの50分間の授業を担当します。校長室で待機し迎えに来た組代表さんの案内で各教室に向かいます。

教室のドアを開けると黒板の前に講師用いすが置かれ、その前を半円状に30人の生徒の皆さんが囲むようにして座って歓迎してもらいました。委員から「礼」と号令がかかり挨拶を交わしていよいよ授業が始まります。

2. 授業での講師の話し

自分の人工透析をすることになった時のことや透析生活で感じていることなどを語ります。事前に腎臓の働きの基本的なことについて学習してもらっていますが透析についてまでは難しかったようです。(以下●印は感想の要約です。)

●どんな授業が始まるのか最初はわからなかった。

●お医者さんが来るのだらうと思ってたら腎不全を患ってる方だった。

●はじめは無関心なことでした。興味もわきませんでしたけどだんだん引き込まれていきました。

●大病をしていてとてもつらいんだろうなと思ってたけれど、しっかりと話をされたのでイメージが違ってたと思いました。と変わってきました。



3. 「人工透析」の話になる

●腎臓病になると身体の調子はどうなるのか普段の私の暮らしでは想像ができないことでした。思ったり考えもしなかったことでした。

●発病の原因が仕事で激務が続き疲れが極限を超えていた。とか

●無理のし過ぎだったそうです。とてもつらい苦しい思いをされていたのですね。



講師は腎不全が進みいよいよ人工透析を受けないとならない段階に入り、透析ができるために必要なシャント手術の説明をします。

このとき服の袖を上げ腕を出してみんなに見てもらうことをしました。普段は露出することはなく一番大切にしているところです。「もし良かったらそっと触ってみて下さい」と腕を差し出しました。

一番近くに座ってた人が手を当てます。「アッ」と声を出し講師を見上げます。そして順に皆にふれてもらいました。

●腕に触らせてもらいました。ジンジンと血流の流れてる動きが伝わってきました。一瞬で大変なことだと思いました。

●シャントのところを触って血が体で働いている。生命の大切なことを感じました。

●とてもすごいことでした。

この時から教室の雰囲気が急変しました。クラス全員の視線も関心も講師の一挙手一投足に集まったのです。講師は透析の仕組みや透析のサイクルそして日常生活の実際へと進んでいきます。



●透析治療の生活はガラリと変わってしまい、透析中心で1日おきに4～5時間かけて治療を受けることになります。これを欠かすことなくされてこられたそうです。大変なことです。

●仕事をしながらきちんと透析通院もするなんて、健康管理もしっかりされてることに頭が下がりました。自分も健康の大切さを意識しなくてはいけないと思いました。

●透析生活をしていては出産することは無理と宣告され夢が破られたと聞きました。こんなにつらい悲しいことはないと思いました。それをきくと大変



な努力や決心で乗り越えられたのですね。厳しいことがいくつもあることを知りました。

こうした生活をしている中でさらに積極的にいろいろなことに挑戦している日々の話しになりました。趣味やボランティア活動もそうです。

●腎不全に向かい合い頑張ると、何事にも前向きに考えよう、という気持ちになった。後は夢に向かって実行と努力をされたと聞き身にしみました。



そのうち、カバンの中からヘルプカードを取り出して、「これ知ってますか？」と問われた。知ってる人は「ヘルプカードです」と答えました。そしてこれを持つことや身に付けていることの説明がありました。

●そんなに重要な意味のサインとは思っていませんでした。その人のためなのだろうけれど、わたしに向けて「何かできることはありませんか？」と問われていたのですね。

●カードを見ても何もできませんでした。これからは行動できるようになりたいです。気づきの輪が広がっていくようでした。



こうして講話から質問の時間になると、次から次へと手が上がり、その都度丁寧な答えや説明になりました。あっという間に時間が過ぎ終了の時刻になりました。そして、大拍手が響き、特別講話は幕となりました。

あとから届けられたお便りには、「とても思い出になった授業」のお礼が書かれていました。

福祉有償運転講習会及び
セダン等運転者講習会を受講して

事務局 梶並 林久



私、前職を定年退職し、9月1日付で本会事務局採用となりました
「梶並」と申します。どうぞよろしくお願い致します。

去る、9月7日、8日の2日間、横須賀市立総合福祉会館において開催
された「福祉有償運転講習会及びセダン等運転講習」の受講所感をお話させ
ていただきます。

近年、過疎化の進行や少子高齢化の進展により、地域や都市の構造も大き
く変わりつつある中で、移動制約者の福祉輸送サービスに対するニーズも急
増し、また多様化してきています。

今回受講した「福祉有償運転者講習及びセダン等運転者講習」は、人を乗
せて移送する事が出来る“福祉有償運送”を行うための要件のひとつです。



講習は2日間にわ
たり開催され、福祉
有償運送のしくみ、
利用者の考え方や安
心・安全に利用して
もらうためには、ま
た、自家用車など
での送迎の際の、メン
テナンス、リスクマ
ネジメントなど多岐
にわたり学びました。

講習会風景 (かながわ福祉移動サービスネットワーク)

2 日目は、福祉車両での乗車体験も行いました。

車椅子で車両に乗り込み、車椅子に乗っている人の姿勢や高い視線、車の揺れなど、普段、運転している時とは明らかに異なるものでした。



利用者としての体験を経験することにより、相手の立場になってのサービスをより一層進めることができる良いきっかけを与えられたと感じております。

タクシーと違って、黙って乗せ黙って降ろせばよいではありません。

利用者に乗せる、人に乗せるということを考えると、事故を起こさないのは当然のことながら、さらに自分本位の運転ではなく、利用者に寄り添い緊張感を持った運転が必要になります。

障がいについて理解することの難しさや、万一事故が起こった場合の大変さも知ることが出来ました。



森下送迎事業部



森下送迎事業部

事務局採用ということもあり、利用者様にはお目にかかる機会も少ないと思いますが微力ながらサービスの向上に努めていく所存です。



和太鼓に出会って

岡部 泰成

(さがみ循環器クリニック)

自分が和太鼓を始めたのは今から約27年前、専門学生だった頃のことでした。近所の盆踊り大会に来ている和太鼓会に惹かれ、自分も和太鼓やってみたいと素直に思い、入会しました。

実は自分、学生の頃は、音楽はさっぱりでした。と、言うのも「楽譜」がどうしても理解できなかったからです。そして、そのために楽器が出来なかったから。



でもまったく嫌いなのではなく、唄ったりするのは好きでした。つまり音楽が嫌いなのではなくて、楽器が出来なかったということなんです。だから合唱は良くてもしコーダー笛は駄目でした。ある意味苦痛も味わいました。

でも和太鼓はその点相性がとても良かった。なぜなら叩けばとにかく音だけは出るし、楽譜もないから。会や流派によっても違うと思いますが、和太鼓には基本的に「楽譜」に類する物はありません。(独自楽譜を使っているところもあります)「くちべら」と言って、口伝えにすべて音で伝えます



和太鼓は叩けば誰でも音は出せますが、上達しようとするとなかなか難しいです。打ち方によっても、環境によっても音は変わります。打ち手の気持ちやそのま音に出る面もあります。雨の日は低く、晴れの日は高くなります。(湿度の関係もあります)そういう意味では「感性の楽器」とも言えます。

感性と言えば、和太鼓会に所属していた頃、とある病院系老人福祉施設で演奏したことがありました。過去にもアトラクションでバンドなどを呼んだことがありましたが、大きな音で患者さんが動揺して容態が悪くなったこともあったことから、それらよりも音圧のある和太鼓で心臓発作でも起こしたら大変ということで看護師スタンバイの厳戒態勢がしかれました。

しかし、いざ演奏したらそんな心配をよそに大いに盛り上がり、昔のお祭り等を思い出して涙する人も居たりと、好評の中無事に終わりました。後日御礼の手紙ではなんと、心臓発作はおろか不整脈が治ってしまった患者さんも居たとかで、施設としても和太鼓会としても驚いたということがありました。

和太鼓の音は、美談抜きに日本人の奥底に響く音なのかもしれません。だからこそ好きな人も多く、和太鼓体感ゲーム「太鼓の達人」(バンダイナムコ社)もゲームセンターマシンとして18年前に発表されて以来、ずっと人気ゲームとして家庭用・業務用問わずマシンの枠を超えて長くリリースされているのかもしれないね。



和太鼓会で愉しく太鼓やることには満足していて、ずっと続けるつもりだったのですが、東北大震災の年に問題が起きました。震災による自粛ムードでお祭りやイベントが軒並み全て中止となり、まあ、それは仕方の無いことですが、悶々とした日々を送っていました。そんな中出演依頼が・・・。

しかし、喜ぶのもつかの間、それは選挙での出馬式だったのです。自分はこうした趣味の会などに政治を持ち込むなと前々から言っていました。しかもこれに参加すると言うことは自分の支持政党を裏切る行為になってしまいます。個人で行くならいいけど会を巻き込むなよと、やるなら半纏脱げと、会の名前を使うなよと、それが筋ってものです。



このしきたりは御神輿会である話して、会としては参加しないが個人参加ですという場合は会の半纏を着ずに行くというのがあり、半纏の下着姿のままと言うことからこれを通称「白ダボ」と言います。

それでボイコットした・・・だけでは気が済まず、出演出来なくなるように工作をした。結果それがバれて、と、ばつ悪くもう一つ不祥事をやらかしてしまい、重謹慎処分になりました。

悩みました。好きな和太鼓を辞めたくない。でも、このままでは何のために和太鼓会に居るのかわからない・・・

いろんな人に相談しました。苦しかった。話せる人みんなに話しして吐き出しまし

た。それを聞いてくれる人が多く居たというのは本当に恵まれていました。叱ってくれる人もいましたし、「解るよ」と理解してくれる人もいました。その全ての意見が正論だと思えました。

その後結局、「休会届け」を出しました。これが実質「退会届け」と同義となりました。

和太鼓続けることは実は出来たのです。太鼓は立派なのを昔に仕事仲間（リサイクルショップネットワーク）から譲ってもらったものがありましたし、舞台での打ち合わせなども長年やっていたことから体得していました。あとはやるだけ。

「起業」みたいなものですが、それは本業で経験したので二回目。もう、怖いものはなかった。



これが「岡電太鼓」の発足ということになります。ただ、最初の頃は表立って活動するのを控えていました。和太鼓会の規約で「流儀をむやみに公開（教える）してはいけない」という決まりが罰則付きであったからです。

まあ、（今もそうですが）自己満足の趣味としての活動なので、マイペースでぼちぼちと始め、この頃 YouTube に代表される動画投稿が一般化したことから投稿もしてみました。ただ、上記の問題があることから和太鼓会に知られるとちょっとまずいことから、当時は登録しないと見ることの出来ない「ニコニコ動画」にあげていました。（今はコメント機能が使えないだけで視聴はできます）

一年ほど前に「岡電太鼓」の名前で YouTube チャンネルを開設して投稿するようになりました。「岡電太鼓」と堂々と名前を表に出して活動するようになったのは実はつい最近のことなんです。



「芸こと」である以上稽古が欠かせません。やはり定期的に練習しないと打てなくなりますし、本番前にはネタの仕込みも必要です。楽しみとして気が向いた時にやりたいし、動画の収録もあります。

で、問題になるのが練習場所ということになります。これはどこの和太鼓会でも悩みのタネだったりしまして、毛布巻いて音出さずにやっているところもあ

ります。前に入っていた和太鼓会では人和市の公民館が米軍機騒音対策してあるのを良いことに逆にこれを利用していました。

最初自分の作業倉庫が閑散地ということの良いことにそこで動画収録してみたら、近所の人から苦情来ちゃいました。「警察呼びますよ！」ってリアルに言われちゃ敵わん。と、いうことで今は民家から離れた畑のど真ん中でやっています。

逆転の発想で民家がなければ苦情の来ようもないだろうと。ここの農園主も知り合いで、話は通してあります。夜中は農作業もなく、行き止まりの農道で誰も出入りしないことからそこに車を止めてセットアップし、やっています。

よく舞台とかで緊張すると「観客を芋だと思え」なんて話もありますが、練習中は本当に野菜なんです。ね。(笑)

もちろん本番でそんな失礼なことは考えないです。あくまでも冗談。因みに、最近「クレマー」で話題になる「お客様は神様です」という言葉は、こうした芸人からの目線で、「神様をもてなすと思って全力で歌う(演奏する)よ!」という意味なんです。世の中これほど誤解された言葉も無いのではと・・・。

お祭りで櫓に上がっての太鼓、舞台に上がっての演奏……。自分にとってはある意味「日常」ですが、一般人にとっては、それは特別な時間なんです。だからいつだって手は抜けないのです。ですから可能な範囲でいつも全力で行きます。



映画「スパイダーマン」の名台詞にこんな言葉があります。「大いなる力には、大いなる責任が伴る」それは「和太鼓が打てる」という一般人には出来ない特殊技能を持った人としてのある種の責任だと考えています。

今回「趣味の和太鼓について」と言うテーマで語って欲しいとのことで、何を書こうかと少々悩みましたが、取りあえず自分が和太鼓と出会ってからの経歴みたいな物で書いてみました。

とりとめも無い感じになってしまいましたが、まあ、好きでやっている趣味であり活動なので、これからも長く続けていきたいと思っています。

御拝読ありがとうございました。

認知症サポーター講座 開催

森下送迎ドライバー 草野 文彦



2019 年（令和元年）11 月 27 日（水）、森下記念病院 2 階会議室に於いて、東林第一高齢者支援センター 社会福祉士 木村 馨さんを講師に迎えて、認知症サポーター講座を開催いたしました。森下送迎ドライバー22 名が受講しました。

目 的

高齢化の進展により認知症の人が増加し、森下送迎サービス部の職員、ご利用者様にも高齢者がおり認知症に対する正しい理解とその家族が地域で生活することを支援し、また認知症を早期発見・治療するためにも、認知症についての正しい理解を習得することを目的とする。

講義内容

◇主要内容

- ・ 超高齢化社会を見据え我が国の認知症に対する統計調査の結果および対策の背景や方向性を学ぶ。

認知症に関する正しい知識と理解を醸成し、地域や職場、家庭において認知症の人、若しくはその家族に対して自らののできる範囲で適切な手助けをできるようにする。

- ・ 認知症とはどのようなことが原因で、どのような症状が散見されるのか医学的な知見を基にわかりやすく説明がされた。

- ・ 認知症のタイプと特徴的な症状について

アルツハイマー型認知症・・・68%

脳血管性認知症・・・20%

レビー小体型認知症・・・4%

前頭側頭型認知症・・・1%

- ・ 認知症には誰でもが行き着く中核症状と、個人差がある前段階の周辺症状がある。周辺症状をいち早く見つけ理解・対応することが重症化を遅らせることに繋がる。【認知症サポーターの重要な役割の一つ】



- ・認知症の治療薬は研究段階であり未開発。

ただし、研究段階の成果から明るい情報も見つけられていて、今後が期待されている。

◇認知症の人の気持ちと接し方

- ・認知症の人の気持ち

- ①何でも わかっている
- ②いいところを見つける
- ③感情は同じ
- ④不安と悲しみ



- ・四つの「ない」と七つの「ポイント」

質 疑 応 答

Q 栄養バランスのとれた食事の話の中で、「大豆」が挙げられているが「大豆」なら何でも良いか？

A 「大豆製品なら何でもよい。大豆にふくまれている成分が寄与する。
納豆・豆腐。黄粉など

Q 認知症人口の他国と日本の差の要因は何か？

A 長寿国ということが第一の要因ではないか。傾向としてアジア地域に多い
データーがある。

Q 認知症の人に声をかける場合、自身の位置関係は？

A 右利きの人が多いことから認知症の人が防御姿勢をとりやすい位置関係が
安心を与える。よって、一般的には左前側からが良いと言われている。

相模原市認知症サポーター養成講座テキスト・認知症サポーターパンフレット・あんしん便利帳等の資料を基に 1 時間の講習を終えました。

講習会終了後、参加者に認知症サポーターオレンジリングが手渡されました。

オレンジリングとは

「認知症サポーター講座」を受講し、認知症サポーターとなった際に渡されるオレンジ色のリストバンドです。認知症を支援するサポーターの証でもあります。認知症サポーターは、周りの方々に対して認知症に関する正しい知識を伝えたり、できる範囲で認知症患者やその家族を手助けする方です。

謹んでお悔やみ申し上げます

一 色 幸 子 様	森 下 記 念 病 院 令和元年 9 月 23 日逝去されました
中 島 辰 郎 様	森 下 記 念 病 院 令和元年 10 月 26 日逝去されました
和 田 鳩 夫 様	森 下 記 念 病 院 令和元年 11 月 8 日逝去されました
長 田 千 恵 子 様	利 用 会 員 令和元年 11 月 11 日逝去されました
中 野 志 げ 子 様	森 下 記 念 病 院 令和元年 11 月 逝去されました

編 集 後 記

暦の上では大寒を迎えましたが、今年は雪不足で、札幌雪祭りや、関東のスキー場でも困っているようです。私たちは暖冬？で良かった。寒い季節の透析通院は辛いですね。

「やまとじんゆう八十号」をお届けいたします。

さがみ循環器クリニックの岡部泰成さんより、投稿していただきました。【和太鼓に出会って】現在は透析と仕事の合間に、ボランティアで演奏を披露できる喜びや、生きがいを感じていらっやいます。いつか皆さんにもご披露できる機会があると良いのですが…

大和市の広報誌に「人生百年時代の楽しみ方」というテーマの市長の新春対談が掲載されていました。

毎日心も頭も体も動かして少しずつメンテナンスをするのが健康でいられることで、「やることのあること、行くところがあること」が大切だそうです。それぞれが、自分の居場所とやることをいかに見つけられるかが、健康長寿の最大のポイントだそうです。

私も今しばらく腎友会の事務局で、皆さんの足手まといにならながら、私の健康のために？ 微力ながら頑張ってもいいかなあ……

事務局 井上 邦子

第20期は、赤字環境を脱却し、わずかではありましたが黒字決算で終え、総会も無事に終了しました。送迎サービス事業部、福祉事業部、そして事務局の皆さんがご協力くださった成果だと確信し、心から感謝を申し上げます。

第19期は様々な要因から、管理体制が整わず、起こるべくして起こった混乱にあり、それが第20期のスタートにも影響する厳しい状況でした。

しかし、そうした状況も「雨降って地固まる」のように、自己管理体制や連携が良い方向に展開し、数値に現れない大きな財産を得ることができたと思っています。

一方では、高齢筆頭の小生をはじめボランティアさんの世代交代に備え、少し若い60代の方々に入ってほしいと募集をしています。しかし消費税の増税や最低賃金の上昇などから、有償ボランティアの活動費も年々上昇し厳しい財政状況ではありますが、必ずや適材の方々が入会してくださると信じています。お知り合いやご近所に相応しい方がおられましたら、ぜひご紹介をお願いします。

森下送迎ドライバーは週3日以上勤務できる方で、朝3時間、午後3時間勤務で日収6,798円です。透析患者さんを腎友会のワゴン車で送迎する働きで、困っている方の役に立ち、自分自身の健康維持もでき、社会貢献にもなる働きです。

**スタッフ
募集中!**

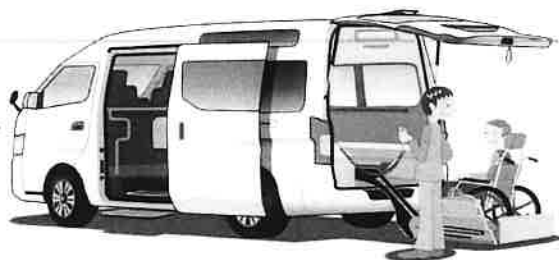
またご自分の**自家用車**で送迎サービスをしてくださる方も大歓迎です。森下送迎とは別に、他の透析施設に通院する方の送迎や、透析以外の障がい者・高齢者などの個別の送迎で、予約が入った時にドライバーのご都合を確認して送迎していただきます。もちろん自家用車を提供して戴くので活動費とガソリン代などはお支払いします。また**福祉車両**での送迎もありますので、詳しくは電話でご相談ください。

事務局はパソコン作業が中心になりますが、会社の総務と同じで文書を作ったり外部との打合せや折衝をしたり、イベントをしたり、会計もあります。事務局は、ご自分の都合がつく曜日や時間の範囲内で勤務することも可能です。

会員みなさま、働いてみたい、紹介したいと思われたら、ぜひ事務局へ電話してください。よろしくお願いします。

☎ 046-276-7531 担当 森 英志

募



集

透析通院 送迎ドライバー

年 齢：69歳までの健康な方
(定年75歳)

勤 務：週3日以上働ける方

時 間：6:00～9:00

：12:45～15:45

日 収：6,480円(税込み)

資 格：一種免許でOK

勤務地：東林間

TEL 046-276-7531 大和市腎友会

ご家族・お知り合いの方を、ご紹介ください

大和市腎友会では、福祉車輛を運転していただく、送迎ドライバーを募集しています。

詳細のお問い合わせは、大和市腎友会 事務局までお電話下さい。

おかげさまで 43 年

(有)藤総合保険事務所

㈱損害保険ジャパン日本興亜代理店
損保ジャパン日本興亜ひまわり生命代理店
第一生命株式会社募集代理店

- ・自動車保険
 - ・火災保険
 - ・地震保険
 - ・傷害保険
 - ・個人年金保険
 - ・生命保険
 - ・医療保険（入院保険）
 - ・レジャー保険
- 等

お見積もり、資料請求 無料!!

ご自宅等にお伺いしご説明させていただきます!!

194-0022 町田市森野5-21-1
渋谷ツインビル201

TEL 042-732-0633

FAX 042-732-0581

<http://www.sompojapan-ag.com/a/fujisougou/>



発行元：NPO法人 大和市腎友会
「やまとじんゆう」

No.80

住 所：大和市下鶴間 2782-14-108

TEL：046-276-7531

FAX：046-276-7532

e-mail：info@yjin.or.jp

発行責任者： 藤本 曜久

編集・製本：大和市腎友会事務局

井上 邦子 ・森 英志

梶並 林久

絵 手 紙： 土屋 八枝

発 行 日： 2020年（令和2年）7月15日