

腎友さがみはら

腎友会ニュース 第152号

相模原市

発行日:平成30年12月23日

責任者:羽田 弥

相模原市南区南台2-8-1-301 TEL 042(748)3773



腎友会旅行「長瀬ライン下り」 淵野辺総合病院 平野 雄市様

目次

・第66回 ふれあい会日帰り旅行報告	2
・日帰り旅行写真	3
・腎臓病のお話と相談会	4
・臓器移植啓発街頭キャンペーン	5
・腎臓病のお話と相談会街頭キャンペーン写真	6
・活動日誌	7
・新入会員紹介、青い鳥はがき寄付者名簿、編集後記	8

第66回 ふれあい会日帰り旅行報告書



平成30年10月21日

相模原市腎友会

☆ 秩父ぶどう狩りと長瀨ライン下りの旅 ☆

♥行程

相模原IC—相模原—狭山PA—狭山日高IC—正丸トンネル—小松沢レジャー農園(ぶどう狩り)—農園ホテル(ランチバイキング)新花橋～ライン下り～岩畳(見学・散策)皆野奇居有料—花園フォレスト—(買い物・お菓子の専門店)—花園IC—関越道・圏央道)—相模原IC—上記各地 18:40分着



眩しいくらいの晴天の中 私達は、子供の頃のようにはしゃぎながら秩父にと出発しました。

着いてすぐ、小松沢レジャー農園さんのぶどう狩りをしました。

そのぶどうの甘いこと、とても美味しく頂きました。

そして いよいよライン下りです。川の水の綺麗なこと 空気の心地よさに しばし日頃のつらさも忘れる事が出来ました。

農園ホテルの季節の野菜盛りだくさんの食事は、ことのほか美味しく楽しい食事でした。

花園フォレストについて お菓子の良い匂いにやっぱりお腹は別腹なのだとおもしろいながら

皆さんで両手いっぱい買い物をしました。

透析患者の私達にとってとても楽しい心に残る1日になりました。この旅行に多くの方に参加して頂き心より感謝しております。有り難うございました。

又、次回のご参加をお待ちしています。



担当幹事 第二相模原クリニック 工藤美代子





1号車の皆さん



2号車の皆さん

「腎臓病のお話と相談会」開催報告

10月20日(土)晴天のもと、ウェルネス相模原にて『みんな元気!さがみはら健康フェスタ2018』が開催されました。

この催しは、相模原市とともに健康に関する啓発活動をしている市民団体「さがみはら市民健康づくり会議」が主催するものです。

そのプログラムの一つとして相模原市腎友会は『腎臓病のお話と相談会』を開催しました。スタッフを含めて総参加者は53名でした。

腎臓病のお話では、北里大学病院腎臓内科科長 教授 竹内康雄先生に『腎臓病を抑える=心臓病を抑える』 ～どちらも悪くさせないために～ の演題で講演いただきました。

相談会では、竹内先生とともに北里大学病院腎臓内科 助教 酒井健史先生にも対応いただきました。

冒頭、主催者・さがみはら市民健康づくり会議を代表して相模原市健康福祉局 保健所健康増進課の大島直人課長からの、健康フェスタの趣旨を紹介するご挨拶があり、続いて相模原市腎友会の羽田会長より市民の皆様が透析にならないようにと願い、この講演会・相談会を毎年行っているとの挨拶を行いました。

竹内先生の今年の演題は、腎臓と心臓の密接な関連についてでした。

まず、腎臓の働きについて写真やグラフを使っての詳細なお話がありました。腎臓病患者が増えていること、血清クレアチニン値1.5~2.0mg/dLでeGFRの悪化のスピードが早くなるので、すぐに対応せよ、と言うお話は参加者の方には有意義であったと思います。

腎臓と心臓は互いに働きを補い合っているため、腎機能の低下は心臓病にもつながるということも多くの方に知ってもらいたいです。講演途中でブレイクタイムのように質疑応答をはさんでの緩急自在な竹内先生のお話しぶりには、聴衆の皆様も引き込まれていました。

相談会は一組10分で、11組13名(総参加者数の内数)の方々の参加があり、竹内先生・酒井先生に直接お話をうかがう機会を得て満足度の高いものになりました、

「とても役に立つお話でした。」という言葉が掛けてくださり会場を後にする方を見送るとき充実感がありました。透析への不安を抱え会場にいらした方も、主催者が透析患者と言うことに驚いていました。体調とうまく付き合い腎友会の活動に参加できることは、ありがたいことと思われました。

ただし、やはり透析になる方を一人でも少なくしていくことが大切だと痛感しました。

渡部佳子記

♠ 臓器移植啓発街頭キャンペーン実施報告 ♠

去る10月7日(日)に恒例の臓器移植啓発街頭キャンペーンを小田急線相模大野駅北口ペDESTリアンデッキにて行いました。今回も役員だけではなく、会員の皆様にご参加を呼びかけましたところ橋本みなみ内科本院の山崎信男さんにご参加いただき総勢9人で行いました。

全腎協指定の啓発リーフレット及びティッシュ並びに10月20日に開催される「さがみはら健康フェスタ2018 腎臓病の話と相談会」の告知チラシを入れたビニール袋を一般通行人に、子どもさんには風船を手渡しました。今回も昨年同様に受取りを拒否する人が多かった。風船も、子どもさんは欲しい様子なのにお母さんがダメと断るケースが多かった。受取りを断る際に、「結構です」「要らないです」とか言うのではなく「大丈夫です」と言う方が大変多く、日本語の使い方非常に違和感を感じました。

配布部数は、当ペDESTリアンデッキで1,250部、750部を例年通りさがみはら健康フェスタ2018の来場者へのおみやげ袋に入れてもらい配布しました。(羽田記)

来年度の役員を公募しています。!!
相模原市腎友会では年間計画に沿って様々な活動を行っております。
年間に講演会や日帰り旅行等を数回実施していて、そのために隔月一回の割合で、役員会を開催しております。
皆様の中から役員となってお手伝いいただける方々を募集しています。
少しでも興味のある方はご連絡をお待ちしております。
連絡先は各病院の役員または、この腎友会ニュース発行責任者の羽田までご連絡下さい。

腎臓病のお話と相談会・臓器移植啓発街頭キャンペーン風景



◆活動日誌◆

※1 氏名は参加者を示します。順不同です。

※2 「れんきょう」は、相模原市腎友会が加盟している「特定非営利活動法人 相模原市障害児者福祉団体連絡協議会」を示します。

- 09/03(月) れんきょう理事会 加賀谷、羽田
09/18(火) 市民健康づくり会議幹事会 渡部
09/23(日) 腎友さがみはら151号印刷・発行 館盛、平野、宅田、加賀谷、工藤、二ノ宮、渡部、羽田
09/23(日) 県腎友会広報委員会 石亀
10/07(日) 臓器移植啓発街頭キャンペーングッズ袋詰め作業 館盛、平野、石亀、小久保、江口、加賀谷、工藤、渡部、羽田
10/07(日) 臓器移植啓発街頭キャンペーン 館盛、平野、石亀、小久保、加賀谷、渡部、工藤、羽田
非役員の山崎信男さん(みなみ内科本院)
10/14(日) 第218回役員会 石亀、小久保、工藤、平野、江口、羽田
10/16(火) FMさがみ「市民活動hotリポート」 羽田
10/20(土) 健康フェスタ「腎臓病のお話と相談会」渡部、江口、平野、石亀、工藤、藤本、小久保、羽田
10/21(日) 第66回ふれあい会日帰り旅行 工藤、館盛、加賀谷、田中、江口、中島、川神、平野、小久保、渡部、羽田
10/26(金) れんきょうしゃべり場カフェ 加賀谷、宅田
10/28(日) 県腎友会理事会 平野、館盛、加賀谷
11/05(月) れんきょう理事会 加賀谷、羽田
11/10(土) 市民健康づくり会議ラジオ体操講習会 渡部
11/18(日) 発達障害支援センター講演会(れんきょう) 羽田
11/18(日) 県腎友会広報委員会 石亀
11/19(月) 市民健康づくり会議幹事会 渡部
11/26(月) れんきょう配布物袋詰め作業 加賀谷、羽田
11/30(金) 県腎友会常任理事会 平野

以上

♥新入会員紹介♥

地域医療機構相模野病院	川添 美代子様
さがみ松が枝クリニック	柳川 佳三様
さがみ松が枝クリニック	小宮 富士男様
総合相模更生病院	清野 もと様
橋本クリニック	伊藤 裕章様

◆青い鳥はがき寄付者名簿◆

相武台レーニンクリニック	清水 忍様	20枚
	河合 啓子様	20枚
	脇川 佳都子様	20枚 (非会員)
	大嶋 定雄様	20枚 (非会員)
	平井様	20枚 (非会員)
相模大野内科腎クリニック	浅野 孝一様	20枚
橋本クリニック	宮澤 由美様	20枚
	小俣 京子様	20枚 (前回20枚計40枚)
総合相模更生病院	川神 光雄様	18枚

前回の名簿ではがきの枚数に誤りがありましたので訂正致します。正しくは
橋本みなみ内科本院 村上 由香子様3枚⇒20枚 (非会員) でした。



編集後記

今年ももう終わりですね。早いですね。そういえば今年の世相を表す漢字一文字は『災』だそうです。確かに、様々なわざわいが多かったような記憶があります。大雨による水害、台風による水害や農作物への被害、夏は猛暑でしたし、北海道では地震による被害や停電の大事故など、本当に今年は大変な年でした。

来年こそは、災いの無い年であってほしいと願うばかりです。意外と被害の少なかった私達の地域！、安心はできません。水害は無いにしても、その他の災害がいつ来るかもしれません。その為に何かを準備しておく事が大切なのかなと思うこの頃です。よいお年を！！

館盛光弘