

腎友さがみはら



ヘルプマーク

腎友会ニュース 第161号

相模原市

発行日:令和3年3月21日

責任者:羽田 彌

相模原市南区南台2-8-1-301 TEL 042(748)3773

※ヘルプマーク：内部疾患などの障がいや疾患が外部から分からない人が支援や配慮を必要としていることを周囲に知らせる事が出来るマーク。



人形『共に白髪のはえる迄』制作 平野和子様（淵野辺総合病院賛助会員） 写真撮影 小久保きよ子様（相武台ニーレンクリニック）

目次

・医療情報 検査数値の見方④	1
・活動報告 活動日誌	2
・活動報告 自由民主党相模原市議団市民アンケート回答	3
・活動報告 市行政への要望に対する市の見解・回答	5
・投稿 『小田急線あれこれ!!』小林政之様	6
・投稿 『続雑感』加賀谷文博様	7
・投稿 美術館巡り『中川一政美術館』二ノ宮美和子様	8
・青い鳥ハガキ寄贈者・お詫び・編集後記	9

検査数値の見方④

今回は尿素窒素とクレアチニンを取り上げたい。

これらは腎臓機能が低下し始めた時にまず注目する数値だ。わたしもクレアチニンが 1.5mg/dl を、尿素窒素 20mg/dl を超えた頃から大学病院の腎臓内科に月一回のペースで通い始めた。

尿素窒素は、筋肉や血液などの身体の組織をつくるタンパク質が役割を終えると、老廃物となって血液中に現れる。クレアチニンは筋肉で作られる老廃物で腎臓から排泄される。そのため透析を始める前は、腎機能がどれくらい働いているかを調べる指標として用いられる。

しかし、透析導入後には、二つの数値は別の見方が必要となってくる。わたしは低タンパク高カロリーの食生活を何年にもわたって経験してきたので、透析導入後しばらくは、両数値が高いとがっかりしていた。腎不全が透析をしなければならないほど進んでいたのだから当然の結果で、今となっては笑い話だが、検査数値の見方を転換させなければならなかった。

尿素窒素は、タンパク質を取り過ぎたり、消化管出血や脱水でも数値が高くなるが、透析患者にとっては値が低くければ低いほどいいわけではない。透析前は 70～90mg/dl 未満を目標とし、あまり低くならないようにする。適切な量のタンパク質を取っているかどうかの目安となる。

クレアチニンは筋肉の量や運動との関係することから筋肉量が多い人は高くなる。透析患者の場合、筋肉量が多く、クレアチニン値が高い人は、予後がよいことが報告されている。透析を導入して、ある程度経過してからは、適切なタンパク質の摂取と運動によって、ある程度高い数値が望まれる。

また、尿素窒素の数値は透析導入後、透析で老廃物を除くことができているかをみる指標として用いられている。透析が十分にできている場合は、尿素窒素は透析後に透析前の 3分の1 から 4分の1 になっているのがいいようだ。透析効率（透析により特に尿素などの小分子量の老廃物がどのくらい除去されたかを示す指標）も透析前と透析後の尿素窒素をもとに算出される。（血流量や透析時間などの数値も関係する。）

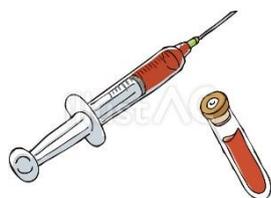
わたしのクリニックでは、月に一度の透析前後採血の結果リストの一番下に、その他の検査としてKt/V（読み方はケーティ・オーバーブイ）透析効率の数値が表示されている。

項目		透析患者の目安値（透析前）
尿素窒素	BUN	70～90mg / d l
クレアチニン	Cr	男 12～14mg / d l
		女 10～12mg / d l

※ ここで紹介する「目安値」は日本透析医学会が提唱する値を中心に示している。あくまで目安であり、主治医がひとり一人の患者の状態に合わせて最適な値を設定することもある。

全腎協機関紙「ぜんじんきょう293号」参照。

(二ノ宮記)



活動報告

◆ 活動日誌 ◆

- 12/06 第231回役員会 小久保・宅田・加賀谷・二ノ宮・渡部・山崎・羽田
- 12/07 相模原ボランティア協会講座検討委員会 羽田
- 12/22 さがみはら健康づくり会議幹事会 渡部
- 01/09 相模原ボランティア協会理事会 羽田
- 01/12 自由民主党相模原市議団ヒアリング（NPO法人れんきょう）羽田
- 01/13 相模原ボランティア協会講座検討委員会（オンライン会議）羽田
- 01/31 第232回役員会（書面会議）
- 02/03 NPO法人れんきょう三役会議 羽田
- 02/12 相模原市障害者自立支援協議会（オンライン会議）羽田
- 02/17 相模原ボランティア協会講座検討委員会（オンライン会議）羽田
- 02/25 神奈川県腎友会常任理事会 加賀谷
- 02/28 神奈川県腎友会広報委員会 渡部

相模原市議会の

「自由民主党相模原市議団」市民アンケートに回答

この度、自由民主党相模原市議団よりアンケート回答の要請があり、以下の通りの設問に回答し、要望を申し上げました。

質問1. 新型コロナウイルス感染症対策についてのご意見・ご要望、皆さんの状況

<回答・要望>

私たち透析患者は腎不全という基礎疾患を持っています。中には糖尿病を持っている透析患者も居ます。基礎疾患のある人は優先的にワクチン接種をしてもらえることになっています。どうか早期にスムーズに接種出来るようお願いいたします。私たち相模原市腎友会の役員の一人が1月に新型コロナウイルス感染症により亡くなっています

質問2. 『相模原市行財政構造改革プラン（案）』についてのご意見・ご要望等

※ 相模原市行財政構造改革プラン（案）は、事業の選択と集中を名実ともに行い、相模原市の目指すべき姿を踏まえ、財政運営上「相模原市が特に力を入れる分野」等について明確にするプランです。市のホームページにより詳細をみる事が出来ます。

<回答・要望>

1) **歳出削減策** 扶助費を始めとした社会保障施策費の見直し(44頁)

障がい福祉サービスについては「必要な障がい者に必要な福祉サービスを届ける」の考え方から現状より財政面において後退のないようにお願いします。その為にも障がい者当事者の意見を良く聞いて頂きたい。

2) **イベント、大会、講演会等**の見直し(27頁)

市の健康増進課が主宰する「さがみはら健康づくり会議」が毎年秋に開催する「みんな元気！さがみはら健康フェスタ」については廃止しないで頂きたい。相模原市腎友会は相模原健康づくり会議のメンバーになっており、このさがみはら健康フェスタのプログラムの一つとして「腎臓病のお話と相談会」という講演会と相談会を、北里大学病院の協力を得て毎年行っています。これは、私たち透析患者が市民の皆さんを対象として、透析導入になる人が一人でも少なくなるよう腎臓病の予防と治療の啓発活動として行っているものです。

3) **補助金**の見直し(29頁)

障がい者団体が行う事業に対して毎年補助金を市より頂いていますがこれは主要活動を行う上での大きな原資（当該事業費の50%）になっています。もし、これが廃止或いは減額となると活動そのものを中止或いは縮小せざるを得ず、大きな影響を及ぼします。減額、廃止のないようにお願いします。

4) **医療費助成制度事業における医療機関頻回受診等に係る適正受診**(45頁)

受診頻回制限は止めて頂きたい。透析患者の場合、合併症・余病にて受診する機会が多くならざるをえず受診回数を制限されることは影響が非常に大きいです。

質問3. 相模原市政全般についてのご意見・ご要望等

<回答・要望>

1) 重度障害者医療費助成制度の現行の形での継続のお願い

昨年度の貴市議団と NPO 法人れんきょう（市腎友会が加盟）の政策懇談会にてお願いした結果、「本制度を持続可能なものとするため、今後も必要な取り組みを行ってまいります」との市の回答を貴団体より書面にてご連絡を頂いており感謝いたします。ただ、「必要な取り組み」が何を指すか分かりませんが横浜市、川崎市を除く多く近隣の自治体においては「年齢制限」「所得制限」を導入しております。このような制度本体の改訂のない現行の形での継続をお願いします。

2) 福祉タクシー利用助成金額増額のお願い

昨年度の貴市議団と NPO 法人れんきょう（市腎友会が加盟）の政策懇談会にてお願いした結果、「事業の目的や効果、他都市との水準の比較などの視点からも市単独事業の扶助費等の見直しの中で進める」との市の回答を貴団体より書面にて頂いており感謝いたします。そこで「事業の目的」については現在の「福祉タクシー利用助成」は「重度障害者の外出を支援し、社会参加や生活圏の拡大に繋げることを目的」となっていますが、是非、「透析患者等の通院に対する経済的支援」を追加して頂きたい。また、「他都市との水準の比較」についてはご高承のとおり、横浜市、川崎市は透析患者は一般障がい者に対する金額の倍の 84,000 円を支給されています。これらをご勘案いただき、早期に増額を実現して頂きたい。

3) 大災害時の透析患者の通院手段の確保について

昨年度の貴市議団と NPO 法人れんきょう（市腎友会が加盟）の政策懇談会において、「大災害時に透析患者の移送を担っている福祉有償運送車両並びに透析施設の患者移送車両について『災害時緊急車両』としての許可を得られるよう配慮願いたい」とお願いした結果、市の回答は「大災害時に医療を必要とする方は多数に及ぶことが想定されることから通院支援としての緊急通行車両の許可申請については、様々な課題があるものと考えております」である一方県の回答は「医療機関が災害時に患者等を移送する車両について、警察署等の規制除外車両として事前届出を行うことは可能です。」とあり、また、「透析患者が透析を受ける目的で、通院する為に使用する車両については規制除外車両の対象車両に該当することから（中略）規制除外車両通行申請書により最寄りの警察署等の規制除外車両の申請手続きを行うことにより緊急交通路を通行できます」であると貴市議団から書面で回答を頂いております。市と県の見解が違いますが市は県の見解に歩調を合わせて頂きたい。

質問 4. 相模原市議会についてのご意見・ご要望等

<回答・要望>

特にありません。

質問 5. その他、上記以外のご意見・ご相談等がありましたら、お書きください。

<回答・要望>

特にありません。

(羽田記)

市行政へ令和2年度要望提出に対する市の見解・回答

相模原市腎友会が加盟しているNPO法人れんきょう（相模原市障害児者福祉団体連絡協議会）は毎年、市内の障がい者団体を対象にアンケートを行い、各団体が抱えている課題或いは市行政に対しての要望・提案を取りまとめて市に提出して市の見解、回答を貰っています。

相模原市腎友会は以下の2点について要望を申し上げました。そして今般、以下の市の回答を得ました。

◆ 重度障害者医療費助成制度（いわゆるマル障）について

<市への要望>

週3回の透析医療により命を繋いでおり、かつ合併症等による透析以外の医療費も多く発生する透析患者にとり、本制度は大変貴重な施策であります。現行の形で継続をお願いします。

<市の見解・回答>

持続可能な制度となるよう、見直しを行って参ります。

<コメント>

「見直し」でなく、現行の形での継続を引き続き要望していきます。

◆ 福祉タクシー利用助成（いわゆるタクシー券）について

<市への要望>

週3回の通院のための経済的負担は大きなものがあります。横浜市や、川崎市は、透析患者へのタクシー利用助成は一般障がい者に対する金額の倍額の84,000円を支給しています。人工透析は命を繋ぐ医療のための通院であることをご勘案いただき、福祉タクシー利用助成が「障害者の外出を支援し、社会参加や生活圏の拡大につなげる」の目的に「透析患者の通院支援」という目的を追加し、透析患者に対しての増額をお願いします。

<市の見解・回答>

福祉タクシー利用助成につきましては、一定の要件に該当する場合には一律に助成を行っておりますが、移動が困難な方に対し、将来にわたりサービスを提供出来るように必要な見直しを検討してまいります。

<コメント>

福祉タクシー利用助成について「必要な見直しを検討する」とありますが早期の見直しを、そしてその見直しの中で透析患者への支給額の増額が実現するよう引き続き要望していきます。

(羽田記)

『小田急線あれこれ！！』

相模大野内科・腎クリニック

小林小政之

皆様、お久しぶりです。今回は、小田急沿線のあれやこれやをご紹介させて頂き、皆様の個人的な鉄道旅行の一助になればと思い執筆させて頂きました。もちろん中には「私の移動手段は車だから電車のお話を聞いても・・・。」と思われる方もいらっしゃると思いますがこれを機会にだまされたと思って鉄道旅行を試してみようかなという方が一人でもいらっしゃると思います。

さて、皆様方にとって「小田急」と聞いてすぐに連想されるのは「特急ロマンスカー」を思いうかべる方が少なくないのではないでしょうか。新宿と箱根を結ぶ魅力的な特急により小さな子供から高齢者まで小田急には「箱根」とか「観光」といったイメージが根付いているのではないのでしょうか。もちろんそれ以外にも我々を含め、沿線住民にとっては通勤・通学路線としての役割も軽視できません。観光と通勤・通学の両輪の魅力満載の小田急の世界に紙上ではありますが皆様をお連れしたいと思います。

小田急線には新宿⇄小田原を軸として（小田原線、これが本線）新百合ヶ丘から枝分かれした多摩線、これはいわゆる多摩ニュータウンまでの路線であり、ある意味小田急沿線で最も熱い場所とも言えるのではないのでしょうか。現在は新百合ヶ丘から唐木田までですが具体的な計画には至っていないものの唐木田から先の延伸構想もあるとの事です。そして、我がおひざ元の相模大野からは本線である小田原線の小田原方面（ロマンスカーは最長箱根湯本まで）と藤沢・江ノ島方面の江ノ島線にわかれます。そこらへんは皆様良くご存知であり多くの説明は要さないでしょう。

その小田原線に乗車して各停で4つ目（急行では1つ目）の駅が海老名、今盛んに再開発等でにぎわいを見せています。それもそのはず、今年は海老名市誕生50周年の記念すべき年なのだそうです。今はコロナの関係であまり見かけませんが海老名駅近くのデッキの上では何組ものストリートミュージシャン達が道行く人達に音楽を聞かせていたものです。また、そう言った光景が見られればと考えています。ちなみにミュージシャンの「いきものががり」はその路上ライブ出身で、小田原線の発車ベル（発着ベル）のメロディーはその「いきものががり」の曲がかかっています。コロナ対策も万全に施した上で皆さん足をお運びになるのもまた一興でしょう。

小田原線を更に小田原方面に乗ってしばらくすると、新松田駅、そこは御殿場線の松田駅との乗換駅、ついつい御殿場線に乗り換えてしまいそうになるのを一寸寄り道、下車して徒歩5分程の場所に西平畑公園というのがあります。毎年、桜の季節には桜まつりが開催されるようですが今年はどうなりますか？ 少なくとも来年は開催されると思いますので来年は行ってみたいものです。また、近くにはハーブガーデンというものも有り、次回（いつになるかわかりませんが）の腎友会の日帰りバスツアーの候補地の一つとしてご一考して頂ければと思います。

以上の如くほんの一部ではありますが紹介した小田急線のあれこれ、本当まだまだ紹介したいところが沢山あるのですが紙面の都合もありまたの機会という事とさせて頂きます。

投稿

『続 雑 感』

橋本みなみ内科本院

加賀谷文博

会員の皆様には如何お過ごしでしょうか。「腎友さがみはら」編集委員会より約半年前に何か一筆書いて呉れと要請を受けました。そして、この度、再度の寄稿依頼です。此の間を通して当紙面構成上必要なネタ、会員の皆様から記事が仲々集まらず、苦慮されている様子が 覗えます。この儘では紙面縮小版も考えねばならぬ事にも成り兼ねかねません。日常、院内や身の回りの出来事等、見るままに広く投稿を是非お願いし度い。

いつの間にか、春も本番を迎え、巷では各地から花々の噂で持ちきりの季節と成りました。関東一都三県に出された「緊急事態宣言」も終息の見通せない状況下、夢に迄みたワクチン接種も順番待ち実現化の段階を迎え、副反応に怯えながらも、すぐる思いで期待せざるを得ない。早く種付けを済ませ、一日も早く開放され、再び皆々一同と“日帰りバス旅行”へと漕ぎ着けたいものです。

悶々とした内に、やはりスポーツ観戦、下手な趣味（囲碁）、芸術鑑賞、酒肴等に一時を癒やされます。最近では何と言っても大坂なおみ嬢のお見事、全豪オープン制覇には大きな感動と勇気を貰いました。

扱、3月1日付「朝日」トップで看過出来ない記事に出喰わしました。既に多くの方も目にされたと思いますが、10年前の福島原発に於ける1号機、2号機の大惨事へと繋がった心臓部的設備について・・・すぐに目に付く高さ120m程の排気塔で天辺まで伸びている筈の配管が根元で途切れていたというもの。この部分「ベント配管」と呼ばれ、事有って空だき状態となった「原子炉」を囲む「格納容器」の圧力を下げる為、弁の開閉操作で放射性物質を含む蒸気や水素ガスを外部へ放出するモノです。（米）スリーマイル島・（旧ソ連）チェルノブイリの原発事故を受けて「炉心溶融」に具える目的だった。いざ本番で機能しなかった事が以後末永く苦しめられる事となる。結論として、このシステム自体、電力会社の自主的取組とされた。「国」「電力会社」共に詳しく設計や施工を細部に至る迄十分な検討・対応が欠落していた結果だと言われています。

美術館巡り

『中川一政美術館』

相模大野内科・腎クリニック

二ノ宮美和子

コロナ禍で一番残念なのが、美術展に行けなくなったこと。ただ、よく考えるといつ行っても密が避けられ、のんびりと鑑賞出来る美術館がいくつかあることを思い出した。今行くなら一番の美術館は、真鶴半島にある中川一政美術館だ。東海道線の真鶴駅からバスが出ている。バスに揺られること10分、木立の中に現れる、打ちっぱなしのおしゃれな外観だ。

一階には受付のほかに、休憩スペース（ここでは一政氏の出演したNHKの美術番組が常時放映されている）、主に初期の作品が展示されている部屋がある。向田邦子の「あうん」の表紙、尾崎士郎の「人生劇場」の挿絵の原画等も時々展示される。

二階には風景画の部屋、ひまわり、バラなどの静物画の部屋の二室がある。

「わたしのアトリエは世界一大きい」という氏の言葉が残っているが、階段を上がると右の部屋には、真鶴の港や箱根の小高い丘で描かれた風景画が展示されている。全国を旅しながら絵を描いていた一政氏が、真鶴の風景を気に入ってアトリエを構えた。福浦港を描いていたのは真鶴に来た直後で画面は暗く、重苦しい。自分の絵の方向性を模索していたのであろうか。対して駒ヶ岳の絵は躍動感があり、空が青く、雲が生き生き描かれている。「対象の形を描くのではなく、対象から受ける感動を描くのだ」という言葉を残しているが、きっと描くことに対する迷いがふっきれたのだろう。二つの絵は共に力強い筆遣いで、エネルギーが伝わってくる。

ひまわりやバラの静物画が展示されている部屋もある。生涯に800点以上のひまわりやバラなどの花を描いたそうだが、どの絵からも描くことへの追求心が感じられる。

ほかにも自宅の一部が移転された茶室がある。一政自身作の掛け軸がかかっている。氏は多彩な画家で、書や陶芸作品も展示されている。

わたしは、一政は日本のゴッホだと思う。絵に対する情熱があふれている。

美術館のとなりにある売店の一角に一政氏のアトリエが再現されている。棚に目を凝らすと使っていた油絵の具がそのまま置いてある。その絵の具の種類の多さにびっくりした。

さて、中川一政美術館は周辺も楽しい。石原プロモーションが撮影のために作った消防車の贈呈先に真鶴町が選ばれ、それが納められている倉庫がある。サボテン公園だった跡地はパターゴルフ場だ。先には相模湾を見渡せる広場があり、のんびりと海を眺めると日常を忘れることができる。春は桜が美しい。駅前の食事処では地魚が安い料金で食べられる。

こんな風に綴っていたら中川一政美術館にすぐにでも行きたくなった。

緊急事態宣言が解除された後、昨年10月に中川一政美術館へ行った。ふだんから混雑しない美術館だがコロナモードになっていた。検温し、氏名と健康状態をカードに書き、入館手続きが完了だ。休憩スペースは無くなり、テレビ放映も中止されていた。一層安心して鑑賞できる。

障害者手帳を提示すると入館料は無料、駐車場無料。毎週水曜日休館。

♥♥ 青い鳥ハガキありがとうございます♥♥

♥総合相模更生病院

川神 光雄様 20枚

お詫び

前号(160号)7ページの平野和子様(淵野辺総合病院賛助会員)投稿の「母の誕生日」にて掲載した写真がはっきり写し出されておらず申し訳ありませんでした。此処にお詫びして改めて以下に記します。

<安倍総理大臣からのお祝いの書>

相模原市 柳川トミ殿 大正九年九月四日生

あなたが百歳のご長寿を達成されたことは誠に慶賀にたえません

ご長寿をことほぐこの日に当たりここに記念品を贈りこれを祝します

令和二年九月十五日 内閣総理大臣 安倍晋三㊟

<安倍総理大臣からの銀杯>

寿の刻印がある。

<本村相模原市長からの色紙>>

祝百歳 福寿 相模原市長 本村賢太郎㊟

編集後記

自粛期間にウォーキングを始めました。わたしの住む地域は自然が残っていて、春が来るのを少しずつ感じる事ができます。ホトケノザ、ナズナ、カラスノエンドウ、オオイヌノフグリの順で野花が咲き始めます。ツクシは今(3月3日現在)まだ見つけれられていません。木の花は紅梅、白梅、木瓜、こぶしの順で咲きました。

百花繚乱という言葉が好きです。「賢友さがみはら」が皆さんのお手元に届く頃は正に色々な花が咲き誇っていることと思います。わたしが一番好きな季節です。

この1年はコロナ感染症に一喜一憂しました。

「年々歳々花似たり、歳々年々人同じからず」という詩の一節がありますが、今という時を大切に生きなければと思った一年でした。(二ノ宮記)