

ふ し み 水 伏 力 や 健

2023 年 第 119 号

伏見健康友の会／伏見区竹田中宮町98番地 京都市城南診療所内 TEL 623-1110



抱
腹
絶
倒

脳トレ・リズムサークル

毎月第4火曜日 午後2時から3時まで

講師は認知症予防ケア体操指導員の上田弘子先生です。

今号の紙面

2頁 診療所の紹介シリーズ③

看護課

原水禁大会

日本こそ核兵器禁止条約に
参加を

3頁 友の会月間スタート

友の会第26期 役員名簿

4頁 友の会第26回総会報告

5頁 てくてくサークル報告

6頁 会員さんの声

7頁 京都市財政問題について

8頁 てくてく散策シリーズ

「友の会日帰り旅行のご案内」を
入れています。
ぜひ、一緒に行きましょう！

診療所紹介シリーズ③ 看護課

こんにちは！ 城南診療所看護課です

私たち看護課は合計26名（看護師、保健師、管理栄養士、薬剤師、看護助手、事務）で外来診療や施設内、巡回の健診に携わっています。

業務内容は、採血・問診・患者指導や診療補助・看護ケア・婦人科健診・胃力メラ介助・保健指導・栄養指導・物療などを担っており、それぞれが目標をもって業務に取り組んでいます。患者様・健診受診者様が医療・看護・健診を安全に受けていただけるよう、日々看護課としてのサービス提供に努めています。

城南診療所では、人生の最終段階や、自分の意思表示ができないような状態になった場合(もしもの場合)に備えて、我々医療従事者との話し合いを通じてご自身の価値観を明らかにして、これからの治療・ケアへ活かしていきたいと考えています。

そこで、アドバンスケア・プランニング（ACP）の取り組みを開始しました。

超高齢社会や多死社会となり、単に病気の治療や、延命だけでなく、多様な価値観に基づいて、その人自身が望む医療を提供することが、とても重要なことだと認識されるようになってきました。治療を受けるか受けないかだけを記入するのではなく、話し合うプロセスが重要であり、そのことをアドバンス・ケア・プランニング（ACP）と言います。

先日、友の会の会員さん3名にモニター協力してもらい、「元気なうちに考えておきましょう」というパンフを使い、ACPに取り組んでみました。「これからを考えるきっかけになってよかった」「家族とも話をしたい」などの感想が聞かれました。今後、どのように活用しより良い治療・ケアにつながるのか、多職種で考えていきたいと思います。これから皆さんも気軽にお声がけください。



日本こそ“核兵器禁止条約”に参加を！ みんなで呼びかけよう

今年も広島・長崎で原水禁大会が開催されました。今回の大会の特徴と今後の運動について原水爆禁止京都協議会事務局長の平信之さんにお聞きしました。

ロシアのウクライナ侵攻が始まって1年半。収束のメドは一向に立たず、「必要となればいつでも核兵器を使うぞ」と、威嚇発言が繰り返されています。アメリカ・NATO側も加盟国の増加と核兵器中心の態勢強化をはかっています。史上最も危険な世界情勢の中で2023年原水禁世界大会は開催されました。

今回の世界大会の第一の特徴は、核戦争を回避し、核廃絶を望む全世界の人々が一堂に会し、あらためて平和への声を高らかに掲げたことです。第二の特徴は、核兵器に固執する勢力の“核抑止力”依存論が徹底的に批判され、もはや誰からも支持されなくなりつつあることです。広島・長崎の平和記念式典では両市長が岸田首相の“核抑止論”を厳しく批判しました。多くのメディアもそのことを追及しました。この流れは核保有大国アメリカなどでも国内で広がりつつあります。

今、世界で緊急に求められているのは、圧倒的な国々が核兵器禁止条約に参加し、確固とした核廃絶への歩みを踏み出すことです。（現在条約の署名国は92カ国、批准国は68カ国）特に核兵器を保有する国、日本のように核の傘に依存する国において条約参加を果たしていくことが特に重要です。

日本でもメディアなどの世論調査では70%以上の人々が条約参加を求めています。政府の行っている政策とのネジレ状態です。この状態を解消し、日本政府が核兵器禁止条約に参加するよう、あるいは条約に参加する日本政府を実現するよう、あらためて奮闘していきましょう。とりくみ方はいろいろありますが、誰もが、いつでも、どこでもとりくめる署名運動を中心にしていきたいと思います。

京都原水協事務局長 平 信行

居場所をつくり、会員さんや地域の方との交流を拡げよう

友の会月間がスタート 10/1～12/15 まで

伏見健康友の会では、10月1日～12月15日を友の会の拡大強化月間として、様々な取り組みを行っていきます。今年はコロナ禍で休止していたサークルが活動を再開し、新しいサークルも出来て、これまで以上の交流が始まっています。さらに、今年度の活動テーマは「居場所をつくり、会員さんや地域の方との交流を拡げよう」です。あらゆる場所で、地域の皆さんと一緒に健康チェックを行いましょ。そして、健康づくり、街づくりのことを話し合う健康講座を地域の班で開催しましょ。ひとりひとりが安心して住み続けられる街づくりのために、もっとたくさんの仲間を増やして、つながりを大きく拡げていしましょ。

1. なかまをふやそう

今年度は1300名の会員組織を目指します。サークルや健康チェック、健康講座や班会などを通じて、新しい出会いの場をつくり、仲間ふやしを行います。

2. 「いつでも元気」の読者をふやそう

毎月、読者会を開催しています。月間中は見本誌を用意しています。

3. 大軍拡に反対し、社会保障の拡充を求める運動、現行の保険証を廃止させないための運動を拡げよう

物価高騰や、医療費窓口負担の引き上げなどで暮らしが厳しくなっている方が、医療にかかれなかったりしないように、みんなで繋がって運動をしていしましょ。

入会金は500円、年会費は要りません。

ぜひ、友の会にお知り合いを紹介してください。

伏見健康友の会第26期役員（2023年度）

敬称略・50音順

会長	平本 克行(再)
副会長	笹井 憲二(再)、山川 明仁(再)
事務局長	高橋 暁(再)
事務局次長	山口 陽二(再)
事務局	尾浦 邦彦(再)、村路 眞澄(再)、久守 一敏(新)
事務局 会計	芳村 雅尚(再)
幹事	内山 郁子(再)、大町 和美(再)、小栗 千代美(再)、小坪 淑美(再)、 佐藤 喜和子(再)、田中 克昌(再)、谷口 智恵子(再)、中川 正照(再)、 中村 早恵(再)、西村 暁子(再)、西村 進(再)、松村 鈴子(再)、 山岸 秀子(再)、八隅 富士子(再)
特別幹事	中西 健二(再)、中村 雅子(再)、村上 敏明(再)、蒲田 信子(新)
会計監査	酒井 庫吉(再)、元岡 洋子(再)

伏見健康友の会第26回総会 報告

コロナ禍の中、四年ぶりにみんなで集まった総会は、同窓会みたい！

7月15日祇園祭りの宵々山の日、伏見健康友の会第26回総会は、高齢者会館で50人を超える参加者で開催。新しい診療所が出来た時に、コロナの感染が蔓延してきて健診がストップ。それから、長い間苦労を重ねてきただけに、皆さんの笑顔で、まるで同窓会の様でした。総会のオープニングは、初出演の京都教育大学音楽領域の皆さんによるミニコンサート。その素晴らしい演奏とコーラスは参加者を幸せにしてくれました。もっともっと聴いていたいと思いました。



京都教育大学音楽領域の皆さん



友の会は三か年計画で1,500人の会員を、診療所は新五か年計画で経営改善！

そして、共に後継者の養成に努力しよう。友の会・平本会長、診療所・津島所長、労働組合・柴書記長が挨拶。そして、日本共産党から衆議院議員3区予定候補の西山さん、市会議員の山根さんが岸田政権の大軍拡大増税を許さず、京都市長選で民主的な市長実現をめざそうと、激励に駆けつけてくれました。今年の友の会の活動のテーマは「居場所をつくり会員さんや地域の方との交流を広げよう」です。送迎ボランティアを続けながら、買い物のお手伝いもして、月・水・金は「友の会カフェ」を開き、ゆっくり何でも話せる楽しい居場所になっています。新しいサークルができて、新しい参加者も増え、これまでのサークルも元気よく活動している様子が紹介されました。ノートレストレッチ、絵手紙、囲碁将棋、カラオケ、テクテク、うたごえ、映画会など。旅行や旅行日帰り湯めぐりなども、実現に向けて努力していこうと言われました。



総会議案はすべて承認されて、新しい役員と幹事さんと共に新しい活動へ向かう総会になりました。

司会に議長、議案提案、会計と監査、そして受付や送迎、会場設営に奮闘されたスタッフの皆さん、猛暑の中参加していただきました皆様に感謝して、この力で、地域になくてはならない診療所と友の会にしていきたいと思いました。

事務局



てくてくサークルの報告 ～伏見てくてく散策に参加して～

伏見にある、寺田屋など地域の名跡を歩く



①近鉄桃山御陵前駅をスタート➡②桃山御陵神社➡③旧伏見城跡地「指月城」➡④旧伏見奉行所跡地➡⑤魚三樓「鳥羽伏見の戦い」の弾痕跡➡⑥銀座町「日本最初の銀座」～大手筋商店街➡⑦月桂冠大倉記念館➡⑧長建寺➡⑨大倉記念館を川からの遠望➡⑩寺田屋

2023年5月28日に桃山御陵前駅に集合して伏見てくてく散策をしました。当日10名で桃山御陵神社へ向かい、伏見城から移築された門や石垣の説明を受けました。次に旧伏見城跡、旧伏見奉行所跡に向かいました。ここで、説明を聞いていると、ふらっと「若者」が資料をもらい、聞き入っていました。その後、鳥羽伏見の戦いの弾痕跡、銀座町から月桂冠大倉記念館、寺田屋とまわりました。この若者は幕末や京都に興味がある方で、福岡県から2泊3日の1人旅に来られていた方です。参加された友の会会員さんとも談笑しながらの「伏見散策」でした。これから散策によい季節になります。運動をかねて散策はいかがでしょう。

芳村

会員さんの声

なじまんなあ。あのサイレン

熱闘甲子園。元氣あふれるプレーを観るのは楽しいんやけど、試合開始・終了を告げるあのサイレンはなじめんなあ。いまだに。なんですかというところから8歳までの夏まで、何百回となく聞いた空襲警報発令!! 警戒警報解除!! の音を連想するからなんや。80年近い月日が流れても鮮明に残っている記憶。恐ろしいと思わへん? そやから平和守らなあかん!! 友の会の草の根の運動大事やと思う暑い夏の日です。

伏見深草 片岡光

終戦の日と思う

京都は戦火には免れたけれど、戦後の食糧不足はどこも大変だった。家の前の作物までも(もう一日置けば熟すと楽しみにしていたが)翌日にはなくなっていた。夏休み学校が近いから毎朝、校庭のイモ畑に水やりにガンバっていた。秋の収穫を楽しみ、「明日の給食にはきつと美味しいお芋が出る」と期待していたが、一度もあのイモは見ないまま日が過ぎた。あれからはあまり先生の言葉が信じられない人間になったように思います。

伏見深草 山岸秀子

戦争(殺人・破壊) 反対

君のために
美しい海を残したい
放射能汚染のない
美しい海を

茨木市 梅元亨

残暑お見舞い申し上げます

老齢(91)になり思うように動けなくなりました。平和な日本がずっと続きますように。

伏見深草 漆原眞子

『ヒロシマ・ノート』読んでいます

大江健三郎「ヒロシマ・ノート」を読んでいます。1965年に発行された本ですが、今読んでも古びた感が全くしません。被曝した人々の叫び声がちりばめられています。体験者の心底からの叫び声がノーモア広島、ノーモア広島と繰り返されています。私は広島山間部生まれで被曝していませんが、父親は被曝して3才で亡くなるまで原爆症で苦しみました。

伏見深草 越智薫史

大病院の食事、おいしくなくて残念

半年の間に同じ病院に2回も入院。元気で何でもでき、なんでも食べられることが、どれだけ大切なことか。その大病院で気になったことは、外国人労働者が多いことです。どこも、そういう傾向ですね。私とその病院で一番残念なことは、食事が全く美味しくなくて、まるでエサのようです。今では、病院食も美味しいものです。病院の待合室にご意見箱の回答が掲示されていたので、「入院患者の楽しみは食事です。院長やスタッフの皆さんも食べて改善してください。状況次第では新聞に投書します」と実名で出しました。さて、どうなるのでしょうか。

宇治市 山口陽二

あなたの声をお聞かせください。同封の友の会行きハガキ(切手不要)で、投函ください。

京都市の「行財政改革計画」を考える

2023 年 10 月 2 日 京都市会議員やまね智史

「行財政改革計画」と称して京都市がおこなった「敬老乗車証の負担増」「民間保育園への補助金カット」「学童保育値上げ」「市営住宅の家賃減免制度の改悪」「公共施設の値上げ」などは、コロナ禍で困窮する市民に負担増を押し付けるといって、自治体として最悪の対応です。

これら負担増の根拠とされたのが「毎年 500 億円以上の財源不足」「このままでは 10 年以内に市財政が破たんしかねない」（2020 年秋、門川市長）という京都市の“財政事情”でした。市民しんぶんやメディアも総動員し、財政危機キャンペーンが展開されました。

ところが実際には、2021 年度収支は実質 102 億円の黒字、2022 年度収支は 77 億円の黒字に。「500 億円財源不足」と言っていたものが実際は「102 億円の黒字」（2021 年度収支）ですから、その差は何と 600 億円以上です。600 億円も収支を見誤るような市長に、私たちの税金を安心してまかせることができるのでしょうか。それだけの黒字が生まれているなら、そもそも市民負担増の必要はなかったのではないかと。「まるで詐欺にあった気分だ」との市民のみなさんの怒りは当然です。

京都市の「行財政改革計画」とはいったい何だったのでしょうか。そのねらいは、「収入を過少に、支出を過大に見積もる」ことにより、市民不安を

あおり、福祉施策を削減する一方、巨大開発の財源を確保することになりました。そのことは何より市長自身の言葉が証明しています。



「社会的な課題の解決を、税金で、公務員が、行政がやらなければならないという時代は終わっている」（2020 年 9 月の幹部職員への門川市長訓示）

「都市の成長戦略を加速させるため、引き続き、改革の継続と成長により、財源を確保していくことが重要」（2023 年 2 月、予算議会での説明）

ここには「住民の福祉向上」という自治体の公的責任を投げ捨て、開発に税金を投じていくという立場が端的に示されています。また、実際のお金の使い方を見てもそのことがはっきりしています。京都市は、市民に負担を押し付ける一方、市庁舎整備（約 370 億円）、市立芸大移転整備（約 305 億円）、学校統廃合（約 200 億円）など、不要不急の大型公共事業については、一切見直していません。また、将来世代に莫大な借金を残し、環境破壊を伴う「北陸新幹線の京都地下延伸」「リニア誘致」などを推進する姿勢も変えていません。地下鉄東西線建設など過去の大規模事業の借金が市財政を圧迫していることは認めながら、その路線を改めようとはしないのです。

これに対し、「子どもの医療費無料化」を 18 歳・高校卒業まで進めるのに必要な財源は 11 億 2000 万円、「小中学校の給食費無償化」は 49 億 2000 万円です。合わせても京都市の年間予算（約 1 兆円）の 1% にも満たない額であることを考えれば、どちらが優先すべき事業かは明らかではないでしょう。

コロナ禍と物価高騰の中、京都市に求められるのは、何より市民生活を支えることです。2021 年度実質 102 億円の黒字、2022 年度 77 億円の黒字が生まれているわけですから、まずはこの間強行された市民負担増を撤回すべきです。

また、京都府内大手 10 社の内部留保は昨年度決算で 10 兆 8000 億円（前年度比 6800 億円増）。この 10 年で 2 倍になりました。巨大企業にこそ応分の負担を求めるべきです。引き続き市民のみなさんと力を合わせ、運動と論戦に取り組みます。

高台寺と清水寺(世界遺産)の散策

※この連載でご案内する「散策プラン」に基づいて今後散策します。



散策コース スタート 八坂神社前→(徒歩5分)→円山公園→ねねの道→
(同10分)→圓徳院→高台寺(拝観)→石塀小路→(同10分)→八坂の塔→
産寧坂(三年坂)→ゴール 清水寺(拝観) 所要時間 約1時間10分
※拝観料 高台寺=600円 清水寺=300円



1606年(慶長11)、ねね(北の政所)は、夫の豊臣秀吉が伏見城で死去すると、菩提を弔うために建立したのが、高台寺です。境内には、東山を借景にした小堀遠州作の庭園と秀吉とねねを祀る「霊屋(おたまや)」などがあります。さらに伏見城の遺構と呼ばれる茶室からは、ねねが「大坂の陣」で大阪城が炎上するところを見て涙を流したという。みどころは満載ですが、春・夏・秋にライトアップされる風景も観光客の人気を集めています。



京都屈指の観光名所、清水寺は778年(宝亀9)に創建された古刹です。清水寺は音羽山の中腹にあり、そこから流れる名水が名の由来となりました。江戸時代、清水寺の舞台は、肝試し、あるいは運試しと称され多くの参拝者が飛び降り、命を落としましたが、のちに禁じられました。その舞台は、釘1本も使わず柱を縦と横に組み込まれた本堂には、千手観音像が祀られ、眼下からは京都市内も眺められ、観光客は市内最多です。



てくてく散策 開催のご案内

拝観料は半額補助します!!

宇治興聖寺と世界遺産平等院を散策しましょう

と き **11月12日(日) 10時集合**

集合場所 **京阪宇治駅 改札口周辺**

※雨天順延※ お昼までに集合場所で解散 (弁当不要)
参加希望の方は11月10日(金)までに
075-623-1134 へご連絡ください。

散策は今年4月号掲載のコースです。当日にコースと散策地図を配布します

※雨天時は、翌週11/19(日)に順延します※

伏見桃山 りんりん

マイナカード 返納したい
マイナンバーカード、早く申し込み、最近にポイント貰えるのにまだしてないの?と何人かに言われて、迷っていたが、ポイントをもらった。しかし、いろいろなミス、情報漏れが発覚となり、政府の説明不足で次々と不安を覚える人が続出。私もその一人である。返納したい。マイナンバーカードは義務ではないはずなのに、しなければ不利になるような言動はどうなのだろうか。

こんにちは、
「無沙汰しております
みなさん、いかがお過ごし
ですか?
自分自身は、援護財団を退団させていただいて20年を過ぎましたが、元気で夫婦共ガンバっています。また、新しい診療所に移転されて3年が過ぎました。有難いです。京都に行く機会があれば、伺いたいです。
大阪市 岩田克巳・文子