

2013年 9 月号



秋分の日、天文学的には、夏が過ぎ、昼の時間が徐々に短くなり、夜の時間と最も等しくなる日。国立天文台が『暦象年表』という小冊子で発表しているようですが、国民の祝日としての秋分の日は、1948年に、祖先を敬い、亡くなった人を偲ぶ日として制定。毎年2月に、内閣が閣議において

『暦象年表』を見て次の年の秋分の日（および春分の日）を決めることになっています。今まで、天文学上の秋分の日以外の日が選ばれたことはなく、今年も含め、圧倒的に9月23日が多くなっています。例外は22日か24日。昨年は116年ぶりに22日となり、2044年までうるう年ごとに22日。24日になるのは90年後の2103年と2107年。22世紀中にはそれだけのことです。

9月定例会案内

定例会は9月24日（火）両国です！ 詳細 P.2

9月の定例会は秋分の日翌日24日。両国の榊玄米酵素東京支社4Fのエコロホールをお借りして開催。講演は、「骨を強化しよう」と言うタイトルで、骨の再生医療を長く研究されている豊総合研究所所長の稲毛稔彦先生に骨の再生の仕組みや強化の方法、サプリメントについてお聞きします。

なお、その次の10月の定例会は15日（火）です。会報送付（9月末予定）からの日数が少ないので早目に予定しておいてください。

8月定例会報告

詳細 P.3~5

8月27日、榊玄米酵素エコロホールにて、「ナチュロパシーのアプローチで健康に」と言うタイトルで森本美喜子様からいろいろよいアドバイスを頂きました。また、会場を提供して頂いている榊玄米酵素の東京支社長遠藤優一様から会社のご紹介を兼ねてご挨拶がありました。

その他

詳細 P.6~9

今回は、暑い日に欠かせない果汁100%ジュースのお話。死因として特に高齢者に増加している肺炎のお話。アニマルセラピー（ドッグセラピー）のお話。「医療は公共財かビジネスか」では「国境なき医師団」の活動を見ました。

健康医療市民会議(KISK) 代表 梶原 拓

〒105-0013 東京都港区浜松町 1-12-2 東武ハイライン大門 203

TEL: 03(5403)7723 FAX: 03(5403)7724 E-Mail: Info@kisk.jp URL: <http://www.kisk.jp>

お知らせ:会報は当会ホームページ <http://www.kisk.jp> の「会報」ボタンからダウンロードできます。

第 66 回（9 月）定例会のご案内

日 時：平成 25 年（2013 年）9 月 24 日（火）16 時～18 時
場 所：(株)玄米酵素東京支社 4F エコロホール墨田区両国 3 - 24 - 10（下図参照）
参加費：会員¥2,000、ビジター（同伴者） ¥3,000
予 定：16:00－16:45 中間報告 梶原代表
16:45－18:00 講演「骨を強化しよう」
豊総合研究所所長 稲毛 稔彦 様

講演案内：「骨を強化しよう」稲毛 稔彦 先生

ロコモティブシンドロームは骨や筋肉、関節など運動器の働きが衰え、要介護の状態や要介護となる危険の高い状態のことを指します。厚生省の調査では現在 65 才では約 60%、75 才では約 100%が罹患していて、寝たきりになる患者が急増しており、骨折を含む要介護者数は 2,000 年では 256 万人だったが、2007 年度は 453 万人と 2 倍近くに増えています。この治療に費やされる保険治療は 1992 年の段階で 1 兆 4,974 億円に達し、国民医療費の 6%に及んでいて、現在ではこの数倍に達すると考えられている。このために、政府は国家プロジェクトとして予防法の開発に取り組んでいるものの、解決策はまだ見出されていないのが現状です。

骨は、常に作り替えられていて、いつも一定の量が保たれています。このバランスが色々な理由で破綻して、骨の量が減少する疾患が骨粗鬆症です。この治療には様々な薬剤が使用されていますが、いずれも副作用が強いことが指摘されています。今回は、骨の量がどのようにして保たれているかを解説して、予防法や骨のバランスを保つサプリメントの話をしたと考えています。

稲毛稔彦様略歴：1970年に日本大学卒業後、1974年に日本大学大学院にて歯学博士を修得する。1976年から3年間、UCLAに留学し、電子顕微鏡などを使用して、歯や骨がどのような段階を通過して、形成されるかを研究した。1977年にはアメリカ、National Institute of Health より"Young Investigators Award"（研究賞）を受賞。また1978年では、日本大学より”佐藤賞”（研究賞）を受賞した。以後、日本大学歯学部にて、歯や骨を造る細胞の機能や遺伝子に関する研究を続け、現在は研究所を開設して、骨の再生機構や、食事が骨の形成にどのような影響を与えるかを研究している。

会場案内



(株)玄米酵素 東京支社 4F エコロホール 墨田区両国 3 - 24 - 10 第2酵素ビル「エコロ」
（左図の A）（JR 総武線 両国駅東口より徒歩 2 分 ・ 地下鉄大江戸線 両国（A4 出口）より徒歩 5 分）。JR 両国駅東口を南側に出て左へ。パチンコ店の横を京葉道路方面におおよそ 100m 歩いて右角のビルです。

先生を囲む会の案内は FAX 申込用紙に

第65回（8月）定例会報告（メモ）

第65回定例会は3回目となる(株)玄米酵素東京支社エコロホールをお借りして開催。(株)玄米酵素は北海道札幌に本社を構える会社ですが、今回、同社が扱われている十勝産の大変糖度の高いトウモロコシを参加者に1本ずつプレゼントしました。最初にその(株)玄米酵素東京支社長の遠藤優一様よりご挨拶を頂き、次に、ちょっと遅れる梶原代表に代わって代表代行の黒川弘様より中間報告、次に、森本美喜子様より講演「ナチュロパシーのアプローチで健康に」をお聞きしました。



(Ⅰ) (株)玄米酵素のご紹介 東京支社長 遠藤優一様

会社のご紹介の前に、プレゼントのトウモロコシについて、昨日朝もいで空輸で来たもので、糖度17度と言うフルーツのようなトウモロコシで、生で食べられるとのご紹介。会社の創立は昭和46年ですが、その契機として、創業者の岩崎輝明様（現会長）が、病気のデパートとも言える状況から玄米に出会い、また玄米を麹菌で発酵させて食べやすく、消化吸収をしやすくすることに出会ったこととご説明。健康食品の会社は日本に1万社。(株)玄米酵素の特色は、社員が工場で作ること。アウトソーシングの方が安い場合が多いが、安心して食べられることに重きを置いている。東京のビルは20年前に建設。10月を20周年のイベント月間と予定しており、またご案内したい。クッキングスクールとか自然食のレストランも運営。(株)玄米酵素は、年1万回のセミナーを開いている。1日30回以上。HPに紹介しているのでご覧ください。



(Ⅱ) 中間報告 代表代行 黒川 弘 様

代表が都合で遅れると言うことで黒川様より市民会議の中間報告がありました。初めに、当会と(株)玄米酵素の会長の岩崎様とか、岩崎様が理事長をされている日本総合医学会の渡邊昌様等の関係について紹介がありました。

情報の共有として行っている定例会について、前回7月の桧田先生のユーモア一杯の率直で有意義な内容のお話を簡単に振り返り、次に、今回のナチュロパシーの森本様の講演の案内、次回の9月24日の稲毛稔彦様の「骨を強くする」講演の紹介等がありました。患者・市民の自衛策としては、農水省交付金により農村に「健康道場を設ける計画について、昨26日、三菱地所をはじめ博報堂、講談社、などと一緒に、耕作放棄地の開墾をしている北壮市の増富地区を横内県知事と訪問、視察した旨の報告がありました。



今後は主に不動産業界を中核に展開するとの報告がありました。

定例会の予定：9月24日（火）に続き、10月は15日（火）、11月は28日（火）を予定しています。場所は、いずれも両国の(株)玄米酵素東京支社をお借りする予定です。

第65回（8月）定例会報告（メモ）（続）

（Ⅲ）講演「ナチュロパシーのアプローチで健康に」 森本美喜子様

先週オーストラリアから戻られたばかりで、お忙しい中、旦那さまにもプレゼンテーションのご協力を頂いて講演をスタートしました。

まず、ナチュロパシーの定義から。「部分的症状を引き起こしている原因を把握するため、多角的な問診とヘルスチェックに時間をかけて、身体全体と精神的な問題点とライフスタイルをトータルで把握し分析。患者個人に最適な短期的治療と長期的な体質改善の指導をおこない生まれつき備わっている自然治癒力を引き出すために活用する体系的な治療法」とご説明。患者さんが来られたら、まず、大変多くの質問、1回の相談で約1時間ほどの問診。加えて脈など簡単なヘルスチェック。その上で、2週間分のハーブやサプリメントをお渡しし様子を見る。2週間後に、長期的な体質改善のアドバイスをする。



オーストラリアはオーガニックや自然医療の大変進んだ国ですが、このようなナチュロパシーをするナチュロパスの数も大変多く、最近では、GP（ジェネラル・プラクティショナー：開業医）と組んで仕事をしている人も増えている。ナチュロパシーを適用範囲に含める民間保険もあり、各町にクリニックがある身近な存在。ナチュロパスはサプリメントを出すのですが、強力なものが多く、医師や看護師のサインがあって出すような方法に変わってきている。アメリカでもナチュロパシーは広く普及しており、年間100万人がナチュロパスの指導を受けている。

ナチュロパシーの基本原理は、1) 自然治癒力の尊重、2) 原因を解明し治療 3) 多角的に要因を把握し全体的に治療 4) ナチュロパスは教師 5) 害を与えない 6) 予防が第一、等。

問診は大変な量だが、たとえば、消化器、筋肉、神経系、内分泌器官、循環器系等々、体の器官ごとの細かい質問が出される。消化器なら、便秘、便の回数、形などから前日の食事例などの食生活まで。また、睡眠時間、状態、感情面での幸福度、家族や友人、仕事での人間関係、生活環境まで幅広く、かつ細かく聞く。回答拒否も出来る。

簡単な身体検査もする。脈拍、血圧、亜鉛レベルなど。また、爪、舌、虹彩も見る。場合によっては血圧検査もする。

ナチュロパシーの治療法は、問診や身体検査の結果を基に、1) ハーバルレメディー（メディカルハーブ）、2) サプリメント、3) ホメオパシー、4) 食事療法 5) 生活習慣改善指導などを組み合わせる。自分はホメオパシーは使わない。他にフラワーレメディーを使うこともある。

ハーブのバイブルには125種のハーブが掲載されている。代表的ハーブは、エキナシア、生姜、銀杏の3つ。エキナシアは最近アメリカから入ってきている。花粉はアレルギーを引き起こしやすいので、普通、根の部分しか使わない。ネイティブアメリカンには古来より慢性病の薬として定着。感染症の治療、予防にも使われる。気管支炎など炎症系疾患にもいい。銀杏は、葉の部分を使う。抗酸化作用、循環刺激、認知増進、神経保護などの効果がある。伝統中国医学では葉より実を使う。

次にサプリメント／栄養素の話。炭水化物、タンパク質、脂肪の3大栄養素に、ビタミン、

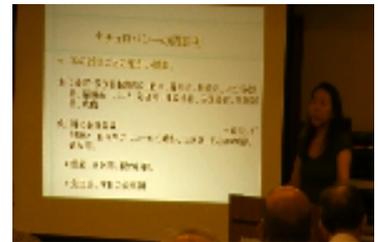
第65回（8月）定例会報告（メモ）（続）

（Ⅲ）講演「ナチュロパシーのアプローチで健康に」（続）

ミネラルを加えて5大栄養素。それに、食物繊維、ファイトケミカルズを加える。タブレット、カプセル、パウダー状のものなど。サプリメントは、かなり濃い、強いものを使用。ビタミンには水溶性と脂溶性があり、脂溶性のものは油と一緒にないと吸収されない。

ビタミンCはキング。抗ヒスタミン、抗酸化、コラーゲン生成、神経伝達物質生成、免疫向上、重金属排出などの効果。成人の1日の望ましい摂取量は30~75mg。治療では、成人で250mg~1万mg使う場合もある。飲む場合の注意事項として、特に、鉄剤とは時間をずらして服用。バッド加工で酸性度の弱いものが多い。

次に、ミネラル。カルシウムとマグネシウムは2:1の比率で。カルシウムは朝、マグネシウムは夜、リラックスした状態でののがよい。食後2~3時間後、空腹時の摂取が効果的。マグネシウム（硫酸マグネシウム）を1Cup入れたバスに20分浸かるとマグネシウム吸収がアップ。代わりに足湯でもよい。吸収を阻害する食べもの（リン酸塩を含むハム、ソーセージ、ほうれん草など）もあるので量には注意。



次に、ファイトケミカルズ。植物の皮に多く含まれる。種にも多い。たとえばブドウの種。オーガニックのものは皮が柔らかく食べやすい。働きはいろいろ多くある。カロテノイドやポリフェノールの抗酸化作用。イソフラボンのホルモンの作用。抗ガン作用など。

次に、アミノ酸。アミノ酸の効果の1つとして、神経伝達物質の生成があるが、特定アミノ酸の不足が特定の性格と関係したり、特定の犯罪を引き起こし易くなる、というような研究もされている。メチオニンとかシステインというアミノ酸の生成過程でホモシステインと言う物質ができる。加齢によりこのレベルが上昇するとアルツハイマー病や循環器疾患のリスクが増大する。このホモシステインは、葉酸、ビタミンB2、B3、B6、セリン、グリシンなどで無毒化できる。

次に、プロバイオティクスの話。腸内細菌バランスを調整し、腸内の異常を改善させる生きた微生物。乳酸菌やビフィズス菌など。肝臓の解毒作用や免疫向上、発がん抑制など。ヨーグルト、納豆など発酵食品に多い。食前は、胃酸により死ぬ可能性があり、避ける。また、プロバイオティクスの働きを助ける、善玉菌を増やすプリバイオティクスという物質もある。食生活のアドバイスとして、間食も含め1日5~6回少しずつ食べる。間食もナッツやフルーツで。分けて食べると血糖値を安定させるので疲れにくい。GI（Glycemic Index）という、体内で食品が血糖値を上げる速さを示す指標を示した食品リストを使う場合もある。

生活習慣の改善は、定期的な運動、陽を浴びる、睡眠、バランスの良い食事など。生活を楽しむ、笑うことも大切。免疫機能を高める。

エジソンの言葉「未来の医者は薬を用いず、人間の骨格、食事、そして病気の原因、予防に注意を払うようになるだろう・・・」という言葉も紹介されました。

講演後、何人かの方に亜鉛の過不足のテストなどもして頂き。ぜひ、本を、と言う注文も出るほどいいアドバイスを聞かせていただきました。

果汁 100%ジュースとは

濃縮果汁還元とストレート果汁

暑い日が続いたこの夏。果物ジュースをたくさん飲まれた方も多いことでしょう。近年は、海外からの輸入の増加とか、製造技術の進歩で、スーパーに行けば果汁 100%のジュースが 1 リットル 100 円余りの安価で販売されています。ちなみに、JAS 法と言う法律により、ジュースと表示できるのは果汁 100%のものだけ（野菜・果物の混合ジュースの場合、果汁の割合が 50%以上）です。それでは、どのような過程を経て果汁 100%ジュースが作られるのか簡単に見てみました。

まず、圧倒的に多いのは濃縮果汁還元によって製造されたジュース。もっとも典型的なオレンジジュースの場合、アメリカなど海外で、オレンジを果汁にして真空状態で、70°C程度の温度で加熱、殺菌し、水分を蒸発させて体積を 20%程度にして、冷凍。船で日本に輸送し、国内の工場で水を加えて元の 100%に戻して製品化する方法。保管や輸送にかかる経費を大幅に削減できるので広く普及している方法です。真空状態での加熱に代えて、果汁の水分だけを凍らせて取り除く凍結濃縮法や、水の分子だけを透過させる逆浸透膜を使う逆浸透濃縮法もありますが、真空加熱法がコスト面で優位に立っているようです。



一方、絞った果汁をそのまま 70°Cで加熱殺菌し、冷凍し、製品化に際して解凍して作られたジュースをストレート果汁と呼んでいるようです。当然ながら、体積がほとんど変わらないので保管、輸送のコストがその分わかり、輸送の短い国内産の果実のジュースが多いようです。

濃縮還元にしてもストレートにしても紙パックの製品化する際には、牛乳などでも使われる ESL 製法（賞味期限延長製法）という、徹底的に細菌の侵入を防ぐ技術や管理体制が取られる場合が多く、賞味期限は常温でも未開封なら製造後 10 日～2 週間程度と長くなっているようです。

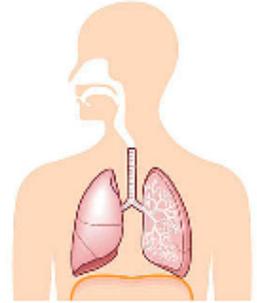
保管、輸送コストの違いは、当然価格にも反映され、ストレート果汁は高くなりますが、価格面を除けばストレート果汁の方がずっと優れているかと言えば必ずしもそうでもないようです。濃縮還元の優れた点は、品質、味や香りをより均一に保ち易いことのほか、濃縮ゆえ、より低い温度の氷点とか、酸味がある場合には、より低い pH 値などで細菌が繁殖しにくい点もあるようです。ストレート果汁の場合、香りが保たれやすい長所がありますが、何と言っても、果実の品質に直接左右され、ムラが出来るのは、製品として考えるとかなりのマイナス材料でしょう。加熱によるビタミン C の損壊は、ビタミン C を添加することで補うこともあるようです。また、濃縮還元の場合、香りについても、添加されることもあるようです。いずれにせよ、どちらがいいと積極的に言うのは難しいようです。考えてみると、自分でジューサーを使って最近流行りのスムージーを作る方がいいし、もっと言えば、果物をそのまま食べる方が栄養面でいいに決まっていますが、結局は、手間、便利さの違いとか、清涼感とか・・・価値観と言うことにもなるのでしょうか。

さて、ちょっとジュースに水を差すような話に変わりますが、100%果汁のジュースにも糖分は一杯。普通、オレンジジュースは糖度が 12%程度で、1 リットル当たり 120g にもなります。ご飯なら茶碗に 2.5 杯分くらいに相当するのでジュースの飲みすぎは禁物。やはり、昔ながらの麦茶も。

肺炎予防には体力・免疫力

敵はすでに体内にも

2011年の死因統計では、肺炎が脳血管疾患を抜いて3位となり、その97%が65歳以上。高齢になるほど肺炎の割合は増え、85歳以上では2位、90歳以上では1位となっています。肺炎が、他の主要な病気と大きく異なる点は、感染症であること。肺炎を起こす主な病原体は様々な細菌やウイルスですが、一方、「被害者」となる患者の側の問題を重視するのも肺炎の特徴でしょう。つまり、健康で体力十分であれば、何でもないので、加齢や別の病気による体力の低下、免疫力の低下によって細菌に負けてしまうと言うこととなります。原因菌として典型的な肺炎球菌などは普段から体内にいる細菌ですが免疫力が低下すると悪い力を発揮してきます。つまり、敵は外だけでなくすでに体内にもいるわけです。絶対的な年齢はどうしようもありませんが、他の病気にならないこと、体力、免疫力を保つことが重要な予防策と言えるでしょう。肺炎は、原因病原体とか、罹患場所とか、分類方法もいろいろありますが、それにこだわらず、3つほど肺炎の典型例を見てみましょう。



<誤嚥性肺炎>

これは、唾液や食物と一緒に細菌やウイルスが気管に入り込み肺に達して炎症を起こすこと。脳血管障害による麻痺だとか、神経伝達物質が不足して神経が鈍くなると起こり易くなります。再発を繰り返すと菌に抗生物質耐性が出来て効果がなくなって危険です。気をつけるポイントとしては、もちろん、脳梗塞などにならないことが大切ですが、普段でも、食べ物が口腔内に残らないように歯磨き等で清潔にすることとか、寝るときの姿勢は頭・上半身を高めにして唾液が気管に入らないようにすることとか、があります。

<院内感染肺炎>

病気を治すために病院に行って、逆に肺炎をもらってくることはよくあります。院内感染が多い理由としては、病院には肺炎の病原体を持ち込む患者も多いこと、また、病院は、抗生物質や消毒を多用するので、薬剤耐性の病原体が多いこと、また、別の病気で体力や免疫力が落ちていてかかり易い人が集まるところだからです。アメリカでは年間48,000人が院内感染の敗血症または肺炎で亡くなっているとのこと。日本では、調査はされているようですが院内感染の統計はまだ十分ではないようです。国や地方自治体を初め、医師会や各医療機関等で、制度的にも、教育的にも、マニュアルの整備等いろいろな対策が取られていますが、難しいことであることは間違いありません。患者としては、感染予防に努力していると思われる医療機関を選ぶとか、しっかりしたマスクをして行きましょう。

<マイコプラズマ肺炎>

これは、マイコプラズマ菌による肺炎で、前記二つが高齢者に多いのに比べ、これは5歳から35歳ぐらいまでの若者が市中で感染する肺炎。集団感染が多いようです。

アニマルセラピー！

科学的解明にも期待

この5月、アメリカ心臓協会と言う団体が、世界各国の研究結果から、犬を飼う人の方が心臓病にかかるリスクが低いと結論付けました。要因として挙げていることは、犬を飼っている人は、圧倒的にウォーキングする時間が長いこと、そして、犬との心の交流でストレスを発散したりしていることの2つで、肥満やコレステロールを抑え、血圧を下げるのに役立っていると言うことです。ウォーキングあるいは軽度な運動については、一般的に、健康にいいと言われるわかり易い健康法ですが、特に心臓病のような生活習慣病にいいことはその通りでしょう。ただ、心臓病予防だけのために犬を飼うのが妥当かどうかまでは言えないということのようです。



近年、アニマルセラピーとして注目されているのは、どちらかと言えば、ペットとの心の交流の側面、心理的効果、精神的健康の回復でしょう。20世紀の後半ですが、アメリカの臨床心理学者ボリス・レビンソンで、人とコミュニケーションをうまく取れない子供に犬と遊ばせたところ、子供が自発的に犬と接するようになり、その症状が改善された、という、特に犬と子供の心理に関する研究報告からアニマルセラピーが広く関心を集めるようになったようです。現在、アメリカではボランティア団体のペットパートナーと言う組織がアニマルセラピーを大々的に普及させようと活動しているようですし、主な国には同じような組織があり、日本にもあるようです。いずれも、ペットと人間双方にベネフィットがあることを基本に置いているようです。

さて、日本の話ですが、すでに、犬を施設内で飼ったり、訪問を医療の一環にしている病院（例：桜田病院）や介護施設もあります。重い病気の患者さんは精神的にも厳しい毎日を送っているわけで癒しの効果は十分考えられるし、家族と離れて施設に入居しているお年寄りにも有効でしょう。また、一方、ボランティア活動として、犬を連れて施設や学校などを訪問している団体もいくつかあります。明確な臨床的、統計的エビデンスを量的に提示することは現時点では難しいものの何がしらの効果があるものとして使われているのでしょう。



精神的ストレスからの解放感を得られる以外にも、自分で飼うことのよさは、仮説としては、お年寄りが犬を飼えば、こどもを育てるのと同様、責任感が湧いてより長く生きる力が生まれる、という意見もあります。

すでに、犬を飼っている高齢者は通院回数が少ないと言ったデータもあるようで、犬を飼うことが医療費の削減につながるというような見方もあります。

現在、日本で登録され、飼われている犬はおよそ 685 万頭（H23 末）。一方、年間 5 万頭以上が殺処分されている現実もあります。人にとっては、手間、場所、餌、出かける際どうするか等々、結構な負担。ある調査では金額で平均 13 万円余り。お年寄りが一人で飼っている場合など、ペットより先に亡くなられる場合も問題です。国としては、医療費削減のために積極的にアニマルセラピーを推進するには、もう少し効果を量的に把握する必要があるでしょう。

患者・市民も考えよう

医療は公共財かビジネスか

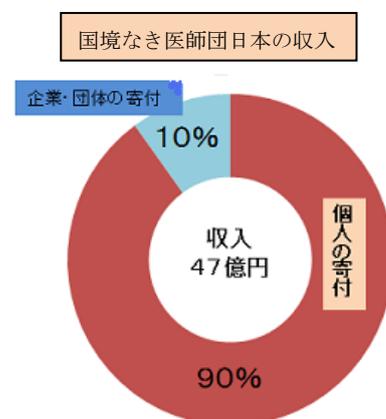
④8 国境なき医師団

前回のネグレクトドディゼーズに続いて、今回も、国際的な人道的医療の話。「国境なき医師団」という名前を聞いたことがない人は非常に少ないでしょう。人道的立場で世界の貧困地域とか紛争地域で医療に携わる非営利組織。1970年ごろクシュネルさん（後に外相も務める）と言うフランス人医師たちにより立ち上げられ、現在では、年間延べ5000人前後、現地スタッフを含めると3万人以上、のスタッフが延べ70カ国以上で活動しています。戦闘状態にある国に行けば、一般市民でも、敵味方も分け隔てなく救護する、本来、赤十字も同じ理念で、クシュネルさんもピアフラで赤十字活動をしていたが、そのやや消極的な態度に不満があり、「国境なき医師団」は、人権侵害に対する証言集めや告発などもする団体として設立したようです。

「国境なき医師団」の活動はフランスを中心とした5カ国が中心となっているようですが、パートナーとして14カ国、計19カ国が活動。15カ国はヨーロッパの国で、他では、アメリカ、カナダ、日本、香港が参加。全体としては、中央集権的な組織ではなく、特に資金面では各国の支部が独立していて、自らお金を集めて運営する形を取っているようです。資金は圧倒的に個人を中心とした民間からの寄付。公的なお金が絡むと、敵味方が出来て、自由な活動を制限することになるので当然かもしれません。

日本では1992年に事務局が作られ、1997年に支部として独立。国内では、阪神淡路大震災とか新潟中越地震などで活動。2011年3月11日の東日本大震災の際は翌12日から医療活動を始めたとか。もちろん海外への派遣も多く、毎年数十人のスタッフが、延べ20カ国以上に派遣されているようです。「国境なき医師団・日本」の事業規模は、2012年で、収入がおおよそ47億円。すべて民間からの寄付で、うち個人の寄付が90%、残りは企業、団体と言うことです。個人の場合、約20万人の人が1人平均2万円余りを寄付。残りは、約3000の企業・団体が平均5万円寄付している勘定です。寄付集めには大量の個人宛ダイレクトメールが送られているようで、実際、メールを受け取ったり、寄付された経験のある方もおられるでしょう。日本には、「寄付文化」があまり根付いていないので、募金活動の費用は、欧米と比べ、かなり高いようです。同年の支出はおおよそ50億円と赤字。うち援助活動に66.1%、広報活動に5.7%、本部への貢献とか支部管理費に4.6%、募金活動には4分の1に近い23.5%が使われています。

最初に述べたように、紛争地域での活動も多く、危険そのもの。内戦下のシリアでも日本人を含む医師団スタッフが活動していますが、アフリカ東部ソマリアでは20年余りの間に、病院や関係車輛が襲われたりして、計16人のスタッフが殺害されたとか。最近、医師団もソマリアでの医療活動を中止、撤退するということにしたようです。残念ながら、現在のところ、医療には、公共財としても、ビジネスでも、さらには人道的医療でも越えられない高い壁があるということでしょう。



FAX : 03 - 5403 - 7724 健康医療市民会議宛て

定例会参加申込書

送信日 2013年 月 日

ご氏名 :

9月定例会<9月24日(火) 両国・(株)玄米酵素東京支社>に

A. 参加します B. 参加しません

同伴者、住所変更などご連絡事項がありましたらお知らせください。

先生を囲む会 : 定例会の後で、毎回、講師の先生を囲んで、軽食と飲み物の「先生を囲む会」を、開いています。会費は¥4000です。参加ご希望の方は参加に○ ———▶ 参加

前回の講演等についてコメント等あれば歓迎します。

10月の定例会は15日(火)です。会報発行(月末)から短いのでご注意ください。

健康医療市民会議(KISK) 代表 梶原 拓

〒105-0013 東京都港区浜松町1-12-2 東武ハイライン大門203

TEL: 03(5403)7723 FAX: 03(5403)7724 E-Mail: Info@kisk.jp URL: http:// www.kisk.jp