

2014年 **1** 月号



新年おめでとうございます。

さて、皆様は今年何通の年賀状を送られたり、受け取られたりしたでしょうか。近年、街頭での販売とか局員のノルマとか、積極的販売姿勢が目立つお年玉付き年賀状ですが、平成 25 年用（昨年度）の総発行枚数は 36 億枚。

平成 24 年度の日本郵便の売上の 2 兆円余のうちの 1800 億円、約 9%と社にとっては重要な存在。しかしながら、E メール時代の到来で、9 年前の 45 億枚をピークにと 9 年間で約 9 億枚の減少とのこと。一つの文化としてはさびしい気もしますが、新しい時代へのチャレンジの過程と前向きに考えましょう。

1 月定例会案内

定例会は 1 月 23 日（木）試食付きです！

詳細 P.2

新年最初の定例会は 1 月 23 日（木）16 時～、両国の㈱玄米酵素東京支社 4F エコロホールをお借りして開催します。今回は、㈱玄米酵素のクッキングスクールで講師をされ、また健康に関する講演、セミナーで全国を回っておられる管理栄養士の加藤初美様から「台所は家庭の薬局」と題して、食事、料理についてのアドバイスを、お聞きし、実際に試食も出来る会としました。奥様のご参加も歓迎です。

11 月定例会報告

詳細 P.3～5

12 月号でお知らせ出来なかった 11 月定例会の様子を報告します。11 月は、肝臓がんからスタートし、数多くの病気や、多様な治療経験をお持ちの勝股敦様の経験談の講演が中心でした。なお、12 月の定例会も 24 日と遅くなったので、2014 年 2 月号でお知らせします。

その他

詳細 P.6～9

2013 年秋に食の偽装問題で中心となった海老についての数字をいろいろ見ました。また、とかく悪者扱いの糖質ですが、優等生糖類イヌリンについて勉強。また、安倍首相も経験した高気圧酸素療法を取り上げました。「医療は公共財かビジネスか」では、徳洲会を始め、病院の世界でも数多く見られる M&A について考えます。

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70回（1月）定例会のご案内

日時：平成26年（2014年）1月23日（木）16時～18時15分頃
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：今回は食事付きのため特別料金で
お一人¥3,000（一律）とさせていただきます。

（食事なしの場合¥2,000）

予定：16：00－16：30 中間報告 梶原 代表

16：30－17：30 講演「台所は家庭の薬局」

(株)玄米酵素エコロッキングスクール指導講師 管理栄養士 加藤 初美 様

17：30－18：15頃 試食会

講演と試食会案内：「台所は家庭の薬局」 加藤 初美 様

薬食同源の考えの下、毎日の食事こそ体調管理の基本として、現代人の体調不良の理由の解説とか、食品の選択や料理の方法等をお聞きします。また、ちょっと早めの夕食になりますが、実際に作って頂いたものをお弁当形式で試食します。お弁当は、玄米ご飯に、野菜中心。ご希望の方は、オーガニックの赤白ワインもあるようですが、別料金（グラス¥500）となります。「料理は女房任せ」と言わず、男性陣もぜひ健康のための料理法を勉強しましょう。もちろん、奥様のご参加も歓迎します。

加藤初美様略歴：埼玉県十文字短期大学を卒業後、同大学にて食物栄養学を学ぶ。卒業後、興和研究所にて7年にわたり医薬品の研究助手として勤務。漢方薬局での勤務経験もあり。現在、(株)玄米酵素にてエコロッキングスクール指導講師、管理栄養士として活躍。また、全国で年間100回に及ぶ健康講座を行う。

ご注意) 今回は、食事付き講演のため、「先生を囲む会」はありません。

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よそ100m歩いて右角のビルです。

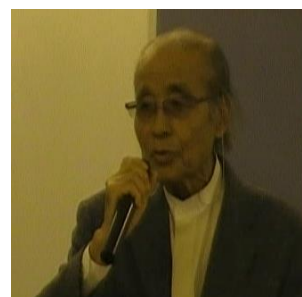
第 68 回（11 月）定例会の報告（メモ）

日程の都合により 12 月会報でお伝え出来なかった 11 月の定例会の様子をお伝えします。11 月も末に近い 28 日（木）に両国の玄米酵素東京支社の施設にて開催。梶原代表の 12 月定例会とかその趣旨についてのお話につき、カラオケビジネスでご活躍されて、がんの多様な闘病、治療経験をお持ちの勝股敦様から「ガンになったら医者任せにするな」というテーマで、ガンにかかった場合の心掛けについてアドバイスして頂きました。

I) 中間報告

梶原 代表

今回の定例会の講演をして頂く勝股様の簡単なお紹介に続き、12 月定例会の案内とその趣旨の説明がありました。12 月定例会は、都市農村交流共生健康運動（一村一社運動）の説明会に合流する形で開催される。その趣旨は、近年、限界集落を中心に、農山村の高齢化、疲弊化が進んで、大きな問題であるが、農村各地に健康道場を作って社会問題化しつつある都市に勤める人のうつ病や、今や大問題となっている認知症の改善に努めるとともに、都市に住む人が農村を訪れ、耕作放棄地の開墾などにより、農村との交流を図ることによって、農村の活性化を図ろうとする運動で、農水省の交付金事業となる。



現在の認知症対策は、病院や施設が、認知症改善によって得しない、治すとかえって損をする（改善のための努力をする手間が増え、患者数が減ったり、介護点数が下がったりする）ような仕組みになっているので、リハビリも消極的。われわれの応援している運動療法等も広まっていけない。香港や上海ではこう言う欠点がないので広まっている。うつ病が増えているのも企業にとっては大きな問題。太陽光に当たって農業などをすれば治療に大きく役立つ。健康道場はこう言った問題の解決に役立つ。

都市と農村の交流の、今ある例としては、山梨県の北杜市で、現地の NPO 法人と手を組んで、東京丸の内の三菱地所株の社員や家族が年数回、現地集落を訪れて耕作放棄地の開墾等体験農業をし、そこで出来た酒米を原料にしたお酒を「純米酒・丸の内」として売っていると言う例もある。博報堂や講談社なども、その NPO 法人の指導のもと、企業ファームを作って農作業をしている。

交流の意味として、今後、例えば、地震や津波、大きな台風などで、東京は大災害が起こる可能性がある。東京都でも検討しているが、ただ広域避難と言っているのでは具体的にどうすればいいかは難しい。都市に住む人あるいは企業が、田舎に親戚づきあいのある、あるいはなじみのところがあれば疎開など考えやすいのではないか。

本事業の対象は、当初は、東北の震災地からという予定だったが、今は全国の企業、全国の農山村としている。もちろん、出来れば、企業は、特に東北の震災地域の活性化にも協力してほしい。

12 月の定例会、都市農村交流共生健康運動（一村一社運動）の説明会には、候補企業や、事例となる農山村の人、農水省の人もある予定で、懇親会もあり、ぜひ出て交流してほしい。

第 68 回（11 月）定例会の報告（メモ）（続）

II）講演「ガンになっても医者任せにするな」（ガンになっても怖くない）

元(株)CTA 代表取締役 勝股 敦 様

《講演に先立って、略歴、病歴、治療歴などを記した資料（A4 で 2 枚）を配付。病歴では、2007 年の肝臓ガン（未分化ガン）発見から、肺への転移、肝臓再発、肺門リンパ節転移、気管支転移、肺門リンパ節転移など。余病として、ガン性皮膚筋炎、カリニ肺炎、脳梗塞など。治療歴では、塞栓術、定位放射線、ラジオ波焼却法、重粒子線治療。その他ワクチン 3 種、抗がん剤多種、ハイパーサーミア、ビタミン C 大量点滴、リンパ球培養、サプリメント多種。見ただけで大変な経験と感じられる資料を目にしながらの講演の開始。》



最初に簡単な自己紹介。世界遺産となっている熊野古道に近い和歌山県新宮の出身。大学卒業後は、第一生命に勤めたり、故郷で海産物（マグロ）の仲買の仕事をしていたが、再び上京し、カラオケの会社を興した。

今や 2 人に 1 人の割合でガンになる時代。確かに予防法と言われるものはいくつもあるが、絶対にガンにならないのは難しい。したがって、なった時にどうするかは知っていた方がいい。

ガンになったときの生死は、早期発見（時期）、出来た場所、ガンの性質の 3 つが分ける。特にガンの性質についてはほとんど知られていない。したがって、ガン相手に、戦おうと思っても難しい。

ガンになったときに生きるには、情報、生きる情熱、お金の 3 つの要素が必要となる。治らないとしても延命にはなる。以下、ガンになった場合のアドバイス。

<情報を集める>

まず情報。ガンになったら隠さず、友人等みんなにそれを知らせ、みんなから出来るだけ多くの治療法等に関する情報を集めよう。

<お金は必要>

お金は、長丁場でガンと戦う資金。重粒子治療は 300 万円以上だったが、保険で支払うことができた。貯金もあるかも知れないが、保険を掛けておくのが 1 番。

<検査は必ずしも信用できない>

病院の医者は、たとえば胃がよくないと言えど胃しか見ない。関連する消化器も見た方がよい場合がある。たとえば、バリウム検査ぐらいではガンを発見出来ない場合も多い。

<余病に気をつける>

ガンになるといろいろな余病が発生する。自分の場合は、ガン性皮膚筋炎、脳梗塞、カリニ肺炎になった。ガン性皮膚筋炎は、力が入らなくなる東京都指定の難病で、大量のステロイドで治療。脳梗塞は、緊急を要するものだったが、当初油断があった。

<再発の早期発見は重要>

ガンになったら、再発の確率は高く、再発の早期発見が大切。

第 68 回（11 月）定例会の報告（メモ）（続）

Ⅱ）講演「ガンになっても医者任せにするな」（ガンになっても怖くない）（続）

＜主治医に治療の強い意志を示すこと＞

病院の先生は、何百人もの患者を見ているので一人一人のことを覚えられない。カルテを見てやっと思ひ出す程度。強い治療意志を先生に示して覚えてもらおう。

＜検査のデータは必ずもらおう＞

いろいろな検査を受けるが、データは必ずもらって、次の機会に自分でそれを先生に見せ、診断に参考にしてもらう。

＜誤診は多い＞

父親は、胃潰瘍と言う診断だったが、実際には胃がんで死んだ。セカンドオピニオン、サードオピニオンは重要

＜複数の治療法もよい＞

抗がん剤が効かないガンには放射線がよいし、放射線が効かないガンは抗がん剤が効くと言うように複数の治療法がいいこともある。

＜会社の売却＞

ガンと分かった時点で、家族のことより、社会的な影響を考え、まず会社のことが頭に浮かび、売却を決定。

《梶原代表のコメント》

- ・勝股さんには、非常に強い生きることへの意志を感じた。
- ・重粒子線治療については、自分も前立腺がんの治療で経験があり、非常によい治療法だが、治験段階のころで、言わばモルモットだったので 300 万は要らなかった。10 年以上再発なし。

《会場のコメント》

- ・大腸がん経験者—あるクリニックの記録的大きさ 6cm の大腸がんを、気功との合わせ技で治した
- ・胃がん、悪性リンパ腫経験者—胃がんは 2 度だったが、手術で完治。点滴で治している。服薬はしていない。進行が遅いので放っておいても余命 10 年が 8 年になる程度と言われ、副作用の方がいやなので、その方法を取っている。定期検査中。
- ・肺がん経験者—手術して 10 年以上経つが、抗がん剤も放射線もなしで、そのままにしても全く問題ない。ひょっとしたらガンでなかったかも（笑い！）

《勝股様に質問で、闘病 6 年間の治療費用は？》

- ・3,500 万ぐらいで、うち 3,000 万は保険でカバー。アフラックと第一生命。1,000 万ぐらいはわけのわからない治療。例えば、ワクチンとかビタミン C の大量投与とか、効いたかどうかわからないものもあった。第一生命の「ガンになったら即 1,000 万」は放射線の量が少ないと保険が下りないが、医者と共にぎりぎりクリアした。



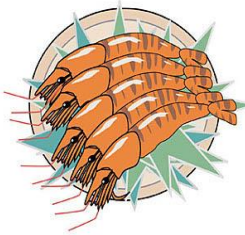
数字に見る海老

海老の消費は西高東低！

本物の伊勢海老は平均 15 年に 1 匹食べる！

お正月のおせち料理には欠かせない海老について少々勉強。ホテルのレストランやデパートでの偽（誤？）表示問題で、偽もの扱いされ、迷惑を被ったブラックタイガーとかバナメイエビですが、2013 年は海老全体が注目を浴びる年だったことは間違いありません。

海老は、世界に約 3,000 種類と大変な数の多さ。うち車海老のような遊泳型が 1,700 種類で、伊勢海老のような歩行型が 1,300 種類。



日本は海老の消費量は年約 30 万トンで、アメリカとほぼ同じ。国民 1 人当たりでは年 3kg 近く、世界でもっとも海老好き国民のようです。年 3kg とは、25g 程度の車海老に換算して約 120 匹。3 日に 1 匹の計算です。

2011 年の数字ですが、日本で消費される海老は今や 92% が輸入で、国産はわずか 8% ほど。輸入の国別では、タイがトップで 17.4%、以下ベトナム 16.3%、インド 14.9%、インドネシア 14.7%、他は中国など。合わせておよそ 1,800 億円。相手国経済にも大きな存在となっています。現在では、芝海老に似ているバナメイエビが、車海老に似ているブラックタイガーを追い抜いてナンバー 1 ですが、これら東南アジアの国々で養殖され、日本に輸入されるのが現在の生産、消費の典型的な形。2013 年は、稚魚のうちに死ぬ病気が流行し、不漁だったとのこと。

日本人は海老好きと言いましたが、関西と関東ではかなりの差。総務省の 2012 年の家計調査で、2 人以上の世帯約 9,000 世帯を対象に調べた結果、海老の購入量の全国平均で 2,005g。統計の違いはありますが、前記の消費量と比べて少ないのは、外食等が入っていないからでしょうか。都道府県別で平均最も海老を購入するのは和歌山県で、年 3,193g、以下、奈良県 3,066g、香川県 2,947g、富山県 2,740g、大阪府 2,682g。逆に、海老の購入量の最も少ない県は、茨城県の 931g、以下、群馬県 1,001g、沖縄県 1,084g、福島県 1,121g、山梨県 1,220g。東京は多い方から 34 番目で 1,597g と平均をかなり下回ります。関西人は関東人の 2~3 倍海老を食べてと言っても過言ではありません。

さて、ポピュラーな海老はさておき、お正月ぐらいは・・・と言われる方のために、海老の王様伊勢海老についても見てみました。と言っても何を伊勢海老とするかは若干問題。最近ではオーストラリア、ニュージーランド、カナダなどからのロブスターが 1 万 5,000 トンほど輸入されているようで海老全体の 5% 近い数字。一方、名前の由来通りの国産伊勢海老はわずか収穫量 1,300 トンほど。国民 1 人当たり 12g という計算になり、1 匹 180g 前後ですから、15 年に 1 匹食べられれば人並となります。輸入ロブスターを含めても 1~2 年に 1 匹。外食の多い人でないとなかなか食べられないということでしょう。国産伊勢海老の漁獲高は、伊勢のある三重県は実は 2 番目で、トップは千葉県。



さて、栄養面では、海老はタウリン、DHA、EPA などが豊富。種類が異なってもあまり差はないようですし、桜海老のように殻ごと食べる海老の方がカルシウムははるかに豊富。伊勢海老 15 年に 1 匹の平均的庶民は結局は栄養で勝負かな。

優等生糖類イヌリン

代表選手はチコリとキクイモ

糖類とか糖質とか言うと、すっかり悪者扱いされる近年ですが、ここでは、糖類の中でも優等生イヌリンのお話を。イヌリンと言うのは、キク科の植物やごぼうやニラに含まれる多糖類の一種ですが、血糖値を抑え、腸内環境を整えることで注目されています。特に、糖尿病やその予備軍の方、ダイエットをしている方には耳よりの話です。

なぜ糖類なのに血糖値を上げないのか。まず、ヒトにはイヌリンを分解する酵素がないこと、したがって腸でほとんど吸収されないで排出されてしまうと言うことがあります。また、イヌリンは水溶性の食物繊維。腸内で水分を吸収するとゲル状になって、胃から小腸への食べものの移動を緩やかにし、一緒に摂った他の糖質の吸収を緩やかにし、つまり血糖値の上昇を緩やかにする働きがあるようです。食後の急な血糖値の上昇は、インシュリンの産生に負担をかけ、やがて糖尿病を招くのですが、それを予防することになります。一方、糖として甘味を持っているので甘味料に使われたり、ダイエット食品にも使われ、食べても太らない、言わば優等生糖類です。

では、イヌリンはどうやって摂取するのか。ごぼうやニラはおなじみでしょうが、イヌリンで検索して、含有量の多さで真先に出てくるキク科のチコリとキクイモについて見てみましょう。

<チコリ>

チコリ（チコリは英語。フランス語ではアンディーブ）とはヨーロッパ原産で、ヨーロッパではレタスのようにポピュラーな高級野菜。特に糖尿病患者の食事は重用されているようです。また、水耕栽培で作られる発芽野菜で、日本ではまだ圧倒的に輸入比率が高い野菜ですが、岐阜県中津川に本社を置く(株)サラダコスモという企業は、2005年頃からチコリの国内生産に取り組み、栽培している地域をちこり村と名付けてテーマパーク化するほど積極的に取り組んでいます。技術も進み、すでに通年で栽培、出荷が可能となっています。食べ方は、サラダでも鍋でもOK。ただ、価格は、通信販売ではまだ1本150円~200円と、野菜としてはかなり高め。医療野菜的扱いも可能ですが、この辺が今後のチャレンジでしょうか。



写真は生チコリの
味噌マヨネーズのせ

<キクイモ>

もう一方のキクイモは、北米原産だが、日本にも江戸時代に移入され、全国的に定着。生命力が強く、在来種の植物を駆逐する可能性がある要注意外来生物に指定されているとのことですが、糖類としては文句なし。通常のイモ類と異なり、デンプンがほとんど含まれていないようです。生のキクイモには13%~20%という多くのイヌリンが含まれており、またカリウムの含有量も多いので、そのままでも十分健康食品。ネットで見てもレシピが一杯載っています。付加価値をつけて、顆粒にしたり、お茶にしたり、サプリメントにされる場合も多いようです。



写真は生のキクイモ

高気圧酸素治療（HBO）

治療の中心は安全対策！

安倍総理も体験したと言う高気圧酸素治療（HBO、Hyperbaric Oxygen Therapy）という治療法があります。まだ採用している病院はそれほど多くないようですが、11月のHOSPEXでも紹介されていました。すでに健康保険適用にもなっているので、ご存じない方のためにご紹介します。

一言で言えば、治療するのに体内に大量の酸素が必要な場合に用いる方法で、通常は、血液中のヘモグロビンと結合して体内に運ばれる酸素が、高気圧環境では、ヘモグロビンを介さず、血液の液体部分である血漿に溶け込むので血液によって運ばれる酸素が大幅に増加するとのこと。一酸化炭素中毒や重度のやけどなどの救急的な場合にはもちろん、脳血管障害や難治性の末梢循環障害、他の療法と併用してがんの治療、突発性難聴などにも使われているようで、単独より他の治療法と併用する機会が多いようです。



東京医科歯科大付属病院の施設

似たものとして、スポーツ選手が疲労回復のために使ったり、最近町中でも見かける酸素カプセルと言われるものがありますが、その気圧は1.3気圧程度。それと比べ、HBOはぐんと本格的。日本高気圧環境・潜水医学会という学会の規定では、2気圧以上、1時間以上の条件下での酸素吸入治療とされ、病院によってその範囲で気圧や治療時間には差があるようで、気圧では2.8気圧程度まで、時間では2時間程度まであります。

方法は、患者を装置内に入れ、15分程度かけて徐々に気圧を上げ、規定気圧環境下で1時間以上患者を置き、規定の時間が終わったら同様に15分程度かけて徐々に気圧を下げます。装置には、酸素のみを内部に送出して気圧を上げる方法と、普通の空気を送出して加圧し、酸素マスクから酸素を吸入する方法がありますが、安全性を考慮し、後者の方が多くあります。1人用のものや1度に何人（例：8人用）もの患者を収容できるものがあります。

このように原理や仕組みは比較的単純ですが、一方リスクもあります。例えば、特に酸素のみで気圧を上げる場合には、ものが非常に燃えやすくなり、火災の危険がありますから、着たり、持ち込むものには厳しい制限があります。また、急な気圧の変化は身体への負担が大きく、特に減圧は、いわゆる潜水病のリスクがあります。また、過剰な酸素が生体の解毒機能を超えて有害な作用をきたす酸素中毒は、中枢神経系と肺にダメージを与え、生体の細胞代謝が障害され、不快感、嘔吐、めまい、視野狭窄、痙攣発作、昏睡を引き起こす例もあるようです。また、気圧の変化は耳（内耳や外耳）に損傷を与える可能性もあります。もちろん、患者だけでなく、装置を扱うスタッフもリスクを背負うわけで、事前の身体検査や、安全対策と徹底した管理が必要です。

導入施設は、全国に700から800か所ぐらいあるようですが、安倍総理は東京医科歯科大付属病院だったようです。単なる疲労回復目的では保険は適用されませんが、治療なら適用。診療報酬は、治療の場合、救急的なものは5,000点～6,000点（5万～6万円）ですが、普通の治療なら200点（2,000円）とのこと。今後は導入施設も増えると思われます。

患者・市民も考えよう

医療は公共財かビジネスか

⑤1 病院の M&A

徳洲会の選挙違反事件や献金の問題が大きく報道されましたが、やはり医療も金の力が大きくものを言うということでしょうか。徳洲会は徳田虎雄理事長が、1973年に開設した病院を手始めに一代で作上げた病院グループで、2011年度では3400億円規模の医業収入を誇る民間では日本最大の病院グループ。徳洲会に限らず、どんどん大きくなっている病院グループは関東地方でもいくつかあります。

大きくする手法の典型は M&A (Merger&Acquisition 合併・買収) ということになります。徳洲会は売上が大きいだけでなく、利益も大きい (2011年度で経常利益 480 億円) という理由として大きいのは、やはり規模のメリット。機械設備や消耗品の購入における利点や人材面での確保の有利性は M&A によって規模を拡大したいという理由の



一つでしょう。規模の拡大が M&A になるもう一つ大きな理由は、病床数の偏在を避けるため、規制により地域ごとに病床数の大枠が決められているので、業績のいい病院でも簡単に建物を建ててベッドを増やすわけにはいかないということも大きいようです。言うなれば病床数は既得権益としての価値があるわけです。買収金額の設定の基準の一つに、不動産 (土地・建物・設備) +1 ベッドいくらというものがあり、例えば、バブル期には1ベッド2,000万と言うような時もあったようで、100床ならそれだけで20億円ですが、さすがにそこまでは行かなくても、今でも1ベッド数百万、100床で数億円と言うことになるようです。ちなみに、東京電力が原発事故の影響で手放すことになった東電病院は、外部患者を受け入れず、稼働率が低くて評判の悪かった病院ですが、売却額100億円と言われています。その設置可能病床数は192床で1床あたり5200万にもなり、さすがにこの場合は、新宿区の5,400平米と言う土地の価値が大きい (土地だけで計算すると坪600万余) ということでしょう。

M&Aが増える理由は買収される側にもあります。たとえば、国公立病院の場合は、院長は公務員で後釜も一杯控えているということでしょうが、上場している企業などと比較しても、民間の病院の場合には、院長=理事長=オーナーと言った場合も多く、大きな病院でもはるかに私的な存在。規制も大変複雑で、例えば医療法人の理事長は医師免許を持っていないとなれないし、うまく医師免許を持った息子や娘婿がいればいいのですが、いない場合、後継者に困ってしまい、結局、売ることになっていることが多いようです。

M&Aが多いと言うことは、それを仲介したり、相談を受けて解決するコンサルティング業も結構あり、病院の専門であったり、一般企業の M&A と同じように扱っているところもあります。

M&A と言うといかにもビジネスのような気もしますが、やはり、ぶつかるのはいろいろな公的な規制。医療関係の規制にはそれぞれ立派な理由があるわけですが、大きなお金と隣接する世界ですから、庶民はしっかり見ていないといけないのではないのでしょうか。

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 年 月 日

ご氏名 :

1月定例会（1月23日・玄米酵素東京支社）に

A. 参加します B. 参加しません

今回は食事付きのため、「先生を囲む会」はありません。

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。

講演等についてコメント等あれば歓迎します。

ご注意)

年末年始は、12月27日（金）～1月6日（月）の間、事務局はお休みとなります。

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](http://www.kisk.jp)