

「九条改憲」は戦争への道

弁護士 今重一さんに聞きました

道東勤医協
友の会ニュース

発行所
道東勤労者医療協会
釧路市治水町3番5号
☎(0154)25-6479
発行責任者
太田美季
毎月1日発行

先の総選挙で、改憲をめざす政党が衆議院の議席の3分の2を確保し、憲法改正の動きが強まっています。平和憲法が脅かされている状況について今重一弁護士に聞きました。



今法律事務所

今重一弁護士

ロシアが国際法違反や人権侵害も構わず侵攻する様子を見て「強力な武力がないと国が守れないのでは」と心配している人もいますか

武力だけが抑止力ではない

と思います。日本も軍備強化すべき、核共有の議論を、という主張も耳にしますが、冷静になる必要があります。欧米の諸国はロシア(軍)の違法な侵略に対して、さなる武力で対抗しようという動きはなっています。戦争を防ぐには、軍事力の競争ではなく、国際法や国連憲章を尊重する国際社会を築き、侵略行為が許されない環境を作ることが大事です。

一番の狙いは自衛隊の明記

① 自衛隊の明記の意味

自民党の改憲案は憲法9条に条文を加え自衛隊を明記すること、緊急事態条項の創設を盛り込んでいます。

自衛隊は近年、災害出動で国民の命を守るために働く姿が印象的です。このことから安倍元首相は、自衛隊違憲論があることで自衛

隊員が不憫だと情緒に訴えることもありましたが、しかし、情緒が憲法改正の根拠にはなりません。自衛隊を憲法に明記する狙いは自衛隊が戦争に参加できるようにすることです。

憲法九条があるため、防衛省のホームページでは、自衛隊は軍隊ではなく「自衛のための必要最小限度の実力」を保持する組織とな

自民党の改憲4項目

- ①「自衛隊」の明記と「自衛の措置」の言及
- ②国会や内閣の緊急事態への対応を強化
- ③参議院の合区解消、各都道府県から必ず1人以上選出へ
- ④教育環境の充実

※自民党の政策パンフレットより

行の目的をもつて武装した部隊を他国の領土、領海、領空に派遣するいわゆる海外派兵は、一般に自衛のための必要最小限度を超えるものであり、憲法上許されない」と説明されています。このように自衛隊は活動内容が限定され、「自衛のため」であつても他国に侵攻はできません。

ところが、自民党の新しい条文の案では下記のように書き加えられます。

現行の憲法九条の条文

第九条 日本国民は、正義と秩序を基調とする国際平和を誠実に希求し、国権の発動たる戦争と、武力による威嚇又は武力の行使は、国際紛争を解決する手段としては、永久にこれを放棄する。

2. 前項の目的を達するため、陸海空軍その他の戦力は、これを保持しない。国の交戦権は、これを認めない。

自民党が書き加えようとしている
第九条の二

前条の規定は、我が国の平和と独立を守り、国及び国民の安全を保つために必要な自衛の措置をとることを妨げず、そのための実力組織として、法律の定めるところにより、内閣の首長たる内閣総理大臣を最高の指揮監督者とする自衛隊を保持する。

2. 自衛隊の行動は、法律の定めるところにより、国会の承認その他の統制に服する。

② 緊急事態条項

災害時などに国民の人権を制限できるようにする案です。しかし、コロナ禍での緊急事態宣言では、多くの国民が主体的に行動を制限し協力しました。憲法を変える必要は感じません。

③ 合区解消

小選挙区制を変更したり議員数を増やすだけで済む問題です。

④ 教育の充実

日本国憲法二六条の「すべて国民は、法律の定めるところにより、その能力に

医療費でお困りの方は
ご相談下さい

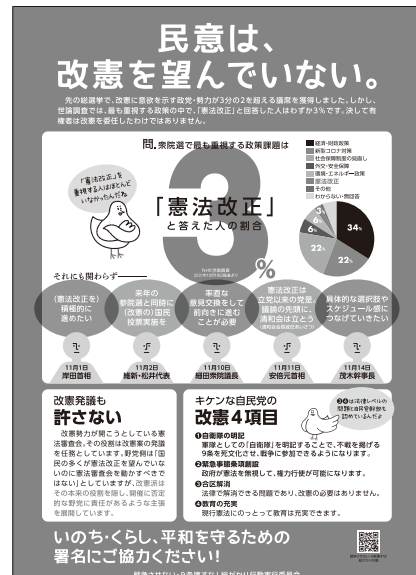
道東勤医協
釧路協立病院・協立すこやかクリニックでは
無料低額診療制度
を実施しています。お問い合わせは、お近くの職員へ。又は、お電話下さい。
釧路協立病院 電話(0154)24-68811

平和憲法を実現する政治に

世界でも上位の実力をもつと言われる強力な自衛隊が、これまで誰も殺すことも殺されることもなく、災害や防衛時に命を守る存在として多くの国民に受け入れられています。自衛隊員やその家族も「どこかに攻め込む軍隊」にしたいとは思っていません。改憲によって九条を死文化し、外国との軍事的緊張を高めるのではなく、日本

憲法改憲を許さない
全国署名にご協力を

戦争への道をひらく憲法改憲を許さない全国署名にご協力ください。署名用紙は道東勤医協の各施設にお持ちいただくか、同封の返信用封筒でお送りください。



「私のおもむき」は、平和憲法や政治への思いなど、なんでも結構です。みなさんのご意見をお寄せください。

楽に撮影詳しく検査

協立病院のCT装置が新しくなりました

CT（コンピュータ断層診断装置）検査は、X線を使って、身体を輪切りにしたような断面を撮影するものです。レントゲン写真よりも詳しい診断が可能で、特に心臓や大動脈、気管支や肺などの胸部、肝臓や腎臓などの腹部の撮影に適しています。釧路協立病院では、昨年の12月に新しいCT装置を導入し、これまでよりも短時間で正確な検査ができるようになりました。CT検査に関する疑問にお答えします。

息止め時間短縮で楽に

感染対策も配慮



釧路協立病院放射線室
技師長

加藤 広昭

肺のCTを撮影する際に、これまでは15〜16秒間息を止めていただかなければなりませんでしたが、3〜4秒ですむようになりました。検査を受けた患者さんからも、「以前よりだいぶ楽になった」と好評です。コロナ禍で2年が経過し

ました。日に日に増える感染者を目の当たりにし、私達放射線技師が感染者や感染の疑いのある方を撮影・検査する場合も多くなっています。こまめに撮影室、装置の消毒をして、感染させない、しないよう努めています。



80断面を同時に撮影可能。従来より装置内の圧迫感も軽減されています。

Q2 検査にかかる時間はどれくらいですか？また、痛みはありますか？

A 撮影する部位にもよりますが、単純CTだと数秒から十秒前後、造影CTだと造影剤を注射しながら何度か撮影するので数分から十分程度かかります。

単純CTの場合、痛みはありません。造影CTの場合は血管確保のために針を刺すので少し痛みが生じます。

Q3 造影剤ってなんですか？

A 血管から造影剤という薬を注射し、血管や臓器の濃淡をはっきりさせる（コントラストと言います）ことで、より疾患の有無や病気の状態をわかりやすくします。

造影剤が必要な検査の場合には必ず事前に問診表でアレルギーの有無や飲んでいる薬の種類などをお聞きすることになっていますので、ご協力をお願い致します。

Q4 食事制限はありますか？

A 検査する部位によっては、検査前の1食分（午前の検査なら朝食、午後からの検査なら昼食等）を抜いて来ていただく場合があります。予約する際に事前にお伝えします。

Q5 X線による被ばくや健康への影響が気になります。

A もともと健康に影響が少ない放射線量で検査をしており、撮影範囲を必要最小限に絞っています。また、今回当院に導入された最新型のCT装置では、AI技術により撮影時間を短縮することで、さらに少ない被ばく線量で検査できます。

Q6 CT検査は希望すればだれでも受けられますか？

A 人体への影響が少ないとはいえ、放射線被ばくが伴います。皆さんの病気を見つけるためにどうしても必要な場合のみ、医師の判断で検査を受けていただきます。

医療・介護・くらしの相談会

●事前予約不要●

～くらしに関する困りごとお聞かせください～

日時/4月27日(水)13:30～15:00

場所/協立病院 1階会議室

※協立病院の受付窓口にお声がけください

主催/釧路生活と健康を守る会・釧路協立病院

お問い合わせ先/釧路協立病院・望月

TEL0154-24-6811（協立病院代表番号）

※撮影時の注意 金属類ははずして※

検査部位に金属類のものとがあると、影ができて正確に撮影できないことがあります。そのため、頭部の検査ではヘアピンやイヤリング、ピアス、義歯も金属製のものははずしてください。

胸部や腹部の撮影ではフ

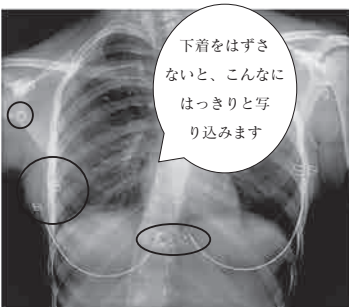
アスナーやブラジャー、ネックレスなどははずしていただく場合があります。

他にも、カイロや湿布、

頭髪（三つ編みなど厚みのある髪型）、プリントTシャツも文字や絵が映ることがあるので注意してください。

みなさんに安心して安全

放射線室では不定期で「放射線室たより」を作成し、放射線室前の廊下に掲示しています。放射線撮影に関する話題をわかりやすくとりあげていますので、検査の待ち時間等にぜひご覧ください。



ネックレスや下着のワイヤーが陰影となった例



いつでも元気
MIN IREN
2022 4月号 380円 好評発売中
未来を担うみなさんへ
【はなこ教室】認知症はよくなりますヨ(中)
どうなっている日本の医療
うちでも元気 体操&脳トレ
まゆのチカラ 富山県朝日町
良と健康 初めのお介当

【購読者の声】

医療や政治、文化活動など色々な記事が載っているのが勉強になります。近所の方と話す際の話づくりに役立っています。絵や写真が多く、カラフルで読みやすいのも嬉しいですね。

羅臼町 朝倉和子さん

「いつでも元気」道東販売所 ☎(0154) 24-6623

私は神奈川県秦野町で生まれ育ちました。私が国民学校1年生の昭和16年12月8日、ハワイで真珠湾攻撃があり、大本営の発表で大戦果をあげたと新聞で報道されました。それから2年くらいは毎日が戦果で万歳、万歳でした。提灯行列をしたことを覚えて、います。

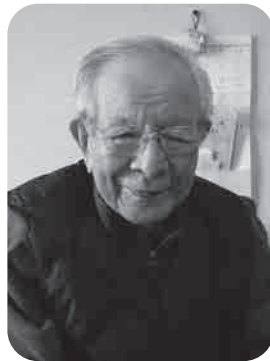
洗脳される子供たち

3年生になり担任が若い先生に変わった途端、世の中が一変したように思いました。戦争を賛美する校長のもと、体罰が日常になります。たとえば朝礼で列が曲がっていれば全体責任で生徒は廊下に並ばされて往復ビンタです。教科書やノートを載せて重くした机の蓋を持って立たされたり、弓道の矢の矢じりで頭を叩かれコブができたりました。班で隊列を組んで登校し、門番の上級生に敬礼す

るなど学校生活が軍隊式になり、軍国少年への洗脳の毎日でした。この頃15才の兄は志願して大分の少年航空隊に入りました。訓練中に終戦を迎えましたが、もう少し戦争が続けば特攻隊として出撃したかもしれせん。

5年生で終戦を迎えるころには食べるものがひどく欠乏し代用食になっていました。「欲しがりません勝つまでは」「贅沢は敵だ」の言葉とともに校庭の半分はいも畑になり、食事はさつまいも、じゃがいも、他にはかぼちゃの種、里いもの茎など食べられるものは何でも食べていました。母は大変だったと思います。

そのころ都市部では激しい空襲が続きました。私は東京に爆撃に向かうB29が、町の上空を悠々と飛んでいくのを見上げていました。



友の会 春採支部
石田 謙二 さん
1934年生まれ

石田謙二さんに聞きました。



軍隊式の小学校で

再び感じる人権の危機

戦争が終わっても食糧難は続きましたが、学校の教育がゴロツと変わりました。軍隊式はなくなり、軍国少年だったからか英語の授業は身が入りませんでした。先生に殴られることもなく勉強できるようになりました。新制中学校の卒業後の進路を親の反対を押し切って自分で決めることができたのも自由な時代になった

からだと思います。いまロシアやウクライナで起きていることに胸を痛めています。市民や子供が犠牲になったり、言論の自由が奪われたりと、いつの時代でも戦争になれば人権は驚くほど軽視されてしまいます。

またあの時代に戻してはいけません。戦争への道をひらく憲法改正を何としても止めなくてはならないと思います。



少年航空隊に入隊する兄（中央のタスキを掛けた少年）と石田謙二さん（右から2番目）

健康レシピ

管理栄養士の 今月一品

なめこのみぞれ酢和え

第38回

(1人分) エネルギー 34kcal たんぱく質 1.3g
脂質 0.2g 塩分 0.4g 食物繊維 2.5g

なめこは独特の香りや粘り・食感が楽しい食材の一つです。ぬめりのもとは水溶性の食物繊維。低カロリーで食物繊維が豊富ななめこを味噌汁以外でも美味しく頂ける料理を紹介いたします。



材料 2人分

- なめこ 1袋
- 大葉 2枚
- 大根 150g
- ★酢 大さじ1
- ★砂糖 小さじ1/2
- ★和風だし粉末 小さじ1/2
- ★醤油 小さじ1

作り方(調理時間 10分)

- ★の調味料を混ぜ合わせます。
- なめこは熱湯で20秒ほど軽く茹で、ざるに空けて冷水で流し、水気を切って冷やします。大葉は5mm程度の千切りに、大根はすりおろして水気を軽く切ります。
- ①とおろした大根を混ぜ合わせます。
- ③になめこと大葉を加えて軽く合わせます。

リハビリ技士のワンポイントアドバイス

第68回

健康づくり

解けたらちょっとうれしい直感!

携帯電話やスマートフォンの使用で、文字を書く機会が減っていませんか?そこで、今月も「ことば」や「漢字」について考えてみましょう!

対義語パズル

⇒でつながった2語は空欄に同じ漢字が入って対義語になります。リストの漢字をうまく空欄に当てはめ、対義語を8つ作ってください。リストに余る2つの漢字でできる二字熟語は何でしょう?

黒□⇔赤□ 夏□⇔冬□ 意□⇔直□ 安□⇔難□
楽□⇔悲□ 朝□⇔夕□ 不□⇔平□ 偶□⇔必□

リスト：運穩観幸産至字日然訳

漢字⇔漢字 漢字⇔漢字 日⇔日 漢字⇔漢字
漢字⇔漢字 漢字⇔漢字 漢字⇔漢字 漢字⇔漢字
重幸：景樹



友の会ニュースで

元気を
お届け

興津支部
十枝内 則夫さん

配達は暖かい時期は健康のためにも自転車を使っていますが1時間もかかりません。自転車や車の運転ができなくなるまでは、ニュースの配達に協力しようと思っています。

興津支部の活動では「ランチ・カレーの会」の手伝いもしています。早くコロナ禍が収まり再開できるといいですね。

自宅は桜ヶ岡ですが、縁あって数年前から興津で約40部を配っています。教員時代に興津小学校にいたのですが、昔歩いた校区ですが知らない道も多くて面白いです。

友の会ニュースを配達して下さる方を募集しています

「戦争やめろ」ロシアは撤退！

2月24日、ロシアはウクライナを軍事侵攻。爆撃は住宅街・学校・病院などにも及び、子どもを含む多くの市民が犠牲になっています。世界各国は厳しい非難の声をあげ、市民の抗議行動も広がっています。

緊急行動 釧路駅前に80人

3月1日夜、「戦争さえない・9条壊すな！釧路行動実行委員会」の呼びかけで緊急行動が行われ、雪のちらつく釧路駅前に約80人が集まりました。

立憲民主党、日本共産党、社民党、新社会党の各党代表、市民団体の代表らがマ



「ロシア軍はただちに撤退を！」と横断幕やプラスターを掲げる緊急行動の参加者 (3/1)



大雪の朝も宣伝行動に集まった道東勤医協の職員ら (3/16)

この行動は毎週継続しておこなわれ、根室や別海・厚岸などにも広がっています。道東勤医協の職員は労使共同で毎週水曜日の朝に宣伝しています。

最後は全員で「戦争やめろ！ロシアは撤退！」とコールを響かせました。

声・こえ・VOICE

釧路市 松橋清子さん
1月に初めて「ふまねつ」に参加しました。顔見知りの方が多く、和気あいあいとした雰囲気を楽しめる時間をすごしました。2月はコロナ禍で中止になってしまいましたが、再開されたらまた参加したいです。



釧路市 西田俊子さん

新型コロナウイルスの拡大状況により、各支部・サークルの行事が休止になったり、予定が変更になる可能性があります。
詳しくは、道東勤医協法人事務局 (0154-25-6479) までお問い合わせください。

❖4月友の会支部の行事予定

鳥 取 支 部	総会	4/24(日)10:00	鳥取団地集会所
---------	----	--------------	---------

❖定例の健康づくり、文化活動の予定

愛国支部	ふまねつと	4/24(日)	13:30	第4日曜	愛 国 会 館
たんぽぽ支部	ふまねつと	5月から	14:00	第1土曜	駒 場 会 館
	若返りレッスン	5月から	10:00	第2火曜	若 草 会 館
ひまわり支部陶芸教室		4/ 6(水)・4/20(水) 4/ 7(木)・4/21(木) 4/ 1(金)・4/15(金) 4/ 2(土)・4/16(土)	18:00 13:30 13:30 13:30	第1・3水曜 第1・3木曜 第1・3金曜 第1・3土曜	生 駒 支 部 長 宅
鳥取支部	百人一首の会	4/14(木)・4/28(木)	12:45	第2・4木曜	鶴 風 荘
	ふまねつと	4/18(月)・4/26(火)	13:00	第3月曜・第4火曜	
	健康サロン童顔(えがひ)	4/11(月)・4/25(月)	10:00	第2・4月曜	
大楽毛支部	ふまねつと	4/ 4(月)・4/18(月)	13:00	第1・3月曜	大 楽 毛 生 活 館
	太極拳	4/11(月)・4/25(月)	10:00	第2・4月曜	
芦野支部	芦野けんこう体操クラブ	4/20(水)	10:00	第3水曜	芦 野 会 館
文苑支部	ルティックウォーキング	5月から	13:30	第2・4木曜	文苑3丁目中央公園
ことぶき団地支部	サロンことぶき団地	4/17(日)	13:30	第3日曜	ことぶき団地集会所
美原支部	美原さんぽ会	休止		第3水曜	は ん の き 公 園
健康サークルすこやか	休止			第3水曜	はるか薬局3F
健康サークルひまわり	休止			毎週水曜	ケアコートひまわり
ぬさまい支部春探湖ウォーキング	休止		10:00	第4土曜	旧柏木小学校裏口集合
桜ヶ岡支部	ふまねつと	4/23(土)・4/30(土)	10:00	第4・5土曜	桜ヶ岡中央会館
興津支部	ふまねつと	4/12(火)	10:00	第2火曜	晴海町内会館
白樺支部	ふまねつと	4/ 9(土)	10:00	第2土曜	桜ヶ岡会館
阿寒支部	ふまねつと	4/ 8(金)・4/22(金) 4/21(木)	13:30 10:30	第2・4金曜 第3木曜	阿 寒 町 公 民 館
釧路町支部	ふまねつと例会	4/11(月) 4/27(水)	10:30 13:30	第2月曜 第4水曜	別保日の出会館 北見団地地区会館
標茶支部	ふまねつと	4/19(火)	10:00	第3火曜	開 発 セ ン タ ー
別海支部	ふまねつと	4/ 4(月)・4/11(月) 4/18(月)・4/25(月)	13:00	毎週月曜	川 上 町 会 館
根室支部	健康サークル・エトピリカ 健康サークル・エトピリカ 健康サークル・エトピリカ 喫茶ほっと	4/ 9(土)・4/23(土) 4/ 9(土)・4/23(土) 休止 休止	9:30 14:00 休止 休止	第2・4土曜 第2・4土曜 第2水曜 第2土曜	ね む ろ 医 院 パークタウン明治集会場 ね む ろ 医 院

※お寄せください※声イラスト掲載の方には図書カード贈呈します。



釧路市 平井洋子さん



苫小牧市 佐藤和枝さん

釧路市 小島恵美子さん
完全側臥位法で口から食事をとれるまで回復された記事を読み、医師や看護師、リハビリのスタッフが懸命に努力してくださっている姿に感動しました。

釧路市 三浦力子さん
「健康レシピ」を毎回楽しみにしています。簡単で

美味しので必ず作って食べています。

白糠町 高橋千恵子さん
あゆみ食堂の閉店がとても残念です。早くて安くて美味しく、特に五目ラーメンが大好きでした。いつかまた食べたいです。

おたのしみパズル

- ヒント：独特の香りと辛さがクセになる
- ①○○○ト○○○チ○○○
代表作は『砂の器』
 - ②○○シ
「鯛」何と読む？
 - ③○○○○
キユーと呼ばれる棒で球を突き得点を競う漢字で書くと「撞球」
 - ④○○○○カ○○○
化学式はCO₂
- 応募のきまり ①～④までの二重丸の文字を並べかえるとある言葉になります。解答はハガキ・FAX・Eメールでお送りください。住所、氏名、電話番号を書いてください。
- 賞品 正解者のうち抽選で10人の方に図書カード。
- 正解はシマエナガでした。次の10人の方に図書カードをお送りします。
- 〔2月号の正解発表〕
正解はシマエナガでした。次の10人の方に図書カードをお送りします。
- (敬称略)島貫利江子、井上保雄、廣本久美子、加藤道子、平山久子、坂出まゆみ、吉村美代、櫻見勉、浅野節子、川崎とく江
- 応募102通 正解95通
- 締切り 5月10日。発表は2022年6月号の本欄で。
- あて先 〒085-0055
釧路市治水町3番5号
道東勤医協本部パズル係
FAX 0154-22-0275
E-mail: tomokai-news@dotokin-medwel.or.jp