

が多く聞かれた。月 1 回の例会に出席するために、1 ヶ月間の体調管理を行っているという会員もおり、会の運営に関わることで、体調が悪化することになれば、本末転倒である。したがって、「月 1 回の例会になるべく出席する」ことだけを条件とし、運営委員に就任を依頼した。

運営委員を承諾した会員にしても、8 回のうち 2 回以上の出席者であり、今後についても例会に毎月出席できる保証はない。その点では、運営委員という会の運営のコアメンバーであっても、会の運営にどれだけ積極的に関わられるかという点では、不確実な点が多く、当面は事務局主導で会の運営をせざるを得ない状況である。元利用者や主旨に賛同する患者以外の者の参加が会の運営の安定化には必要と考えられ、会員募集を幅広く行う必要があると考えられる。

### 3. 活動準備資金

事務局では、毎月の設立準備会終了後に News を作成し、設立準備会の報告と次回の案内を賛同者に郵送してきた。設立のための準備資金がない状態で準備会を開始したため、10 月末のシンポジウム開催の企画・運営の委託事業による収入を得るまでは、事務局が News の郵送料（約 10 万円）を全て立替えた。しかし、本来は設立準備会の立ち上げ前に、準備資金を用意しておくべきであり、その点は会を設立する上で大きな失点であったと考える。女性外来担当医師等に会の主旨を説明し、準備資金のための寄付を依頼するなどの方法もあったと思

われ、会設立の発起人は単に名を連ねるだけではなく、資金面での支援もする立場にあったと思われる。会の設立前の準備資金については、今後、支部の立ち上げなどを行っていく場合には、あらかじめ検討する必要がある。

### 4. 会員の IT 環境

資金面での課題は、活動費としての会費の活用である。会費は無職の人でも負担感が少ないことを第一に考え、月 250 円（年会費 3000 円）と決定した。しかし、実際は、月 250 円の大部分は News の発行に関する諸費用で月会費の大部分が失われてしまう。従って、何か行事を行うことを考えた場合、資金面で会の活動を支えるには不十分な額しか残らない。会員の負担を増やさずに活動資金を充実させるためには、会費に占める通信費の割合を減らすことが今後の課題である。もし、会員全員がインターネットを使える環境にあり、会報の送付を Eメールで行えれば、事務経費は大幅に削減できるため、会員の IT 環境が現在よりも進むことを期待したい。

### 5. インターネットによる情報発信

現在は、会員の IT 環境が不十分であり、インターネットによる情報発信については設立準備会の中でも、積極的な発言はみられなかった。しかし、更年期女性に対する情報発信や相談を実施している NPO「メノポーズを考える会」のように、インターネットを活用して幅広い活動をしている先例も参考にしながら、女性外来利用者の横の

つながりを広げていくためにも、インターネットの活用は不可欠と考えられる。

独自のドメインの取得などは費用がかかるが、無料サイトの活用によりホームページを作成することも可能である。会の拡大のためにも、ホームページは不可欠であると考えられるため、会のホームページ作成も今後の課題である。

## 文献

1) 竹尾愛理、平井愛山：千葉県立東金病院における女性専用外来のあゆみと今後の課題について、カレントセラピー21(1)：25-29、2003。

2) 千葉県県幸福支部健康増進課：「県民健康基礎調査」報告書（平成16年9月 千葉県）、2004年。

3) 量的拡大から質的充実を目指したい女性医療先進県千葉の現状：  
<http://www.medical-tribune.co.jp/ss/2004-3/ss0403-1.htm>

# 第1回 女性外来（性差医療）を育てる会（仮称） 設立準備会 議事録

日 時：2005年3月6日 14時40分から16時

場 所：プラザ菜の花 大会議室

出席者：会への参加希望者 15名、NAHW 会員(女性外来担当医師他) 8名

## 次第

### 1. あいさつ

設立準備会世話人代表の天野恵子先生に以下の内容を含むあいさつをいただいた。

この設立準備会の案内は東金病院の女性外来を利用された約800名にお送りしたが、反応はあまり良くなかったのがっかりした。しかし、女性外来の発展のためにも会を作ることは大切と考えており、まずは東金の患者さん・元患者さんたちを中心に会を立ち上げ、それを全県へと広げていくのが良いと考えている。会の設立には次のような意義がある。

①当事者同士の情報交換の場ができることは、病状への理解や病気の改善の上で非常に有益である。

②一般の人たちが医療・健康などについて専門家から正しい情報を得る場となる。

③女性外来の質の向上や性差医療の発展には、利用者の意見が反映されていくことや一般への周知が重要であるが個人の力には限界がある。組織として活動することにより、その実現が可能になる。

また、会の運営については、会の趣旨から考えても、是非、参加者の皆さんには積極的に会に関り、会を作り上げて欲しい。女性外来担当の医師たちは患者さんに会を紹介するなどの協力を惜しまないし、NAHW 千葉支部の専門家たちは、正しい知識の伝達などの場においては全面的に協力をするので、是非、活用して欲しい。

### 2. 会の目的・現在の参加希望者等についての説明

事務局の柳堀より、資料に基づき会の目的や活動等についての案の説明があった。会への参加希望の連絡が事務局には35名から入っているが、天野先生に参加の旨を伝えている人もいるため、実際にはもっと多い(3月10日現在、70名程度)。2005年中には会として正式に発足するようにしたい。

### 3. 会のあり方についての意見交換

参加者ひとりずつに、本会への期待や参加動機などを述べてもらった。その中で、会の活動に関して以下のような意見が出された。

①患者同士の情報交換の場・井戸端会議の場としたい。

②ピア・カウンセリングになるような組織になるとよい。

③例えば、病院で患者が診察医師の性別を選べるというような、性差医療の考え方を広げていくことができるとうい。

④自分の意見が十分に言える患者になれるよう、エンパワーしたい。

⑤家族や男性も会に出席して理解を深められるようにしたい。

⑥勉強だけではなく、笑うこと(楽しい内容)も含んだ集会にしたい。

⑦正しい知識・新しい情報を得る機会にしたい。身近な地域でも講演会を行って欲しい。

⑧自分の気持ちを遠慮なく語れる会にしたい。

裏へ続く

⑨会のメンバーからニュースを集め、発信していく。

⑩メーリングリストを作って連絡を取り合うと良い。

これらの意見を踏まえて、天野先生から「大きな活動は年2回程度とし、次回の講演会は9月頃の開催としたらどうか。その時には勉強に関することが40分位、素敵な音楽30分、意見交換(雑談)30分の時間配分とし、2時間以内に終わるとするのが良いのではないか。」という提案がなされた。

これに対し、「9月まで活動がないのは意欲が低下してしまう」「疎遠になってしまう」等の意見が出された。そこで、とりあえず本日の参加者を中心に、4月3日13時から、千葉・三越駐車場近くのデニーズで意見交換の場を持つことになった。

#### 4. その他

①会費についての質問が出されたが、まだ正式に会が発足していないため、会費はとりあえず徴収しないが、会則を整え、会費も早めに決めていきたい。

②次回の意見交換の会の連絡は事務局(柳堀)が行う。当日の出欠を柳堀まで連絡して欲しい。

以上

### 次回のご案内

#### **第2回 女性外来(性差医療)を育てる会設立準備会 を下記の日程で開催します。**

**日時:2005年4月3日(日) 13時から**

**場所:テニース富士見町店**

千葉市中央区富士見2-7-5 富士見ハピネスビル2階

電話 043-221-5270

\* 三越駐車場の道路を挟んで向かい側。駐車場なし。1Fがスターボックス

**出欠:事務局 柳堀まで、電話、Fax、e-mail、郵便で、**

**3月30日(水)までにご連絡ください。**

〒273-0026 船橋市山野町166-1-1005 柳堀気付

女性外来(性差医療)を育てる会事務局

電話・Fax 047-433-0835 e-mail: boricchi\_yanako@inter7.jp

**当日は、お昼を食べながら、会則についての意見交換等をしたいと思います。**

**患者・元患者さんに限りません。ご家族・お子様連れでもOKです。**

**是非、ご参加ください。**

## 第2回 女性外来(性差医療)を育てる会 設立準備会 議事録

日時 4月3日(日) 13時～15時 場所 レストラン ディスカーロ (ホテルミラマーレ内)  
出席者 14名

### 次第

#### 1. 自己紹介

#### 2. どんな会にしたいか

会の目的等について事務局から簡単な説明と以下の補足があった後、意見交換をした。

(1) 正式な設立は10月頃を目標としたい。

(2) 現在は東金病院を利用した人に声を掛けているが、県内、全国に輪を広げたい。

#### \*出された意見

①他の人に女性外来を紹介するときなどのためにも、他の病院の状況なども知りたい。

②情報交換ができると嬉しい。

③会にするならば、早く正式に立ち上げた方が良い。

④活動の中には、講演会を聞くなどだけではなく、参加型の学習(例:ロールプレイや体操)なども取り入れて欲しい。

#### 3. 会のニックネーム

さまざまなアイデアを出し合った結果、**いちごの会** に決定した。当面は「設立準備会」の部分も含めて「いちごの会」と称します。会発足後は、「女性外来(性差医療)を育てる会」の呼称とします。

#### 4. 今後の活動について

①会の正式発足までは1ヶ月に1回の集まりを持つ。②場所は千葉駅に比較的近く、費用の安い所とする。③時間は13時30分から開始とする。

#### 5. その他

会が正式に発足するまでは個人情報の漏洩を防ぐという観点から、現事務局(柳堀)が連絡を担当することで合意を得た。

#### 6. 次回以降について

原則として、**毎月第1日曜日 13時30分**から 会合を持つことになった。

ただし、5月はゴールデンウィーク中であるため、**5月15日(日)**とする。**6月は6月5日(日)**

### 場所が決まりました!! (毎月同じ)

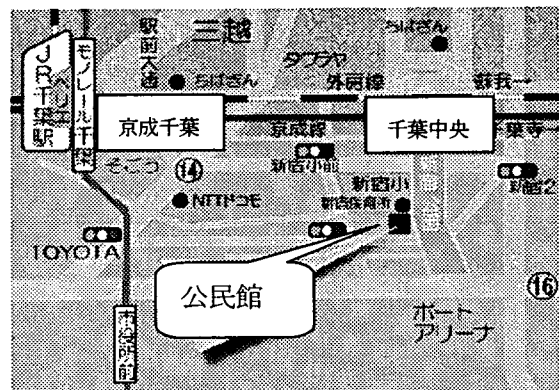
#### 千葉市新宿公民館

千葉市中央区新宿 2-16-14

電話 043-243-4343

新宿小学校そば・新宿外科医院の隣  
(京成線 千葉中央駅から徒歩5分位)

\*駐車場なし。公共交通機関で!



公民館の使用には団体登録が必要なため、第2回の出席者を会員として館に登録致しました。ご了承下さい。

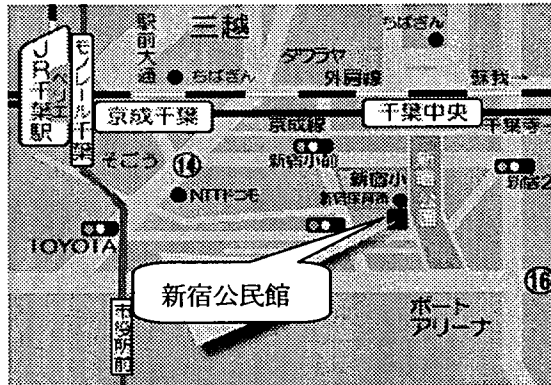
# いちごの会(女性外来(性差医療)を育てる会設立準備会)

## 次回のお知らせとお願い

### 今回は 5月15日(日) 千葉市新宿公民館 13時30分から

千葉市新宿公民館：千葉市中央区新宿 2-16-14 電話 043-243-4343

新宿小学校そば・新宿外科医院の隣 京成線 千葉中央駅から徒歩5分くらい



### 回りの内容とお願い

#### 会則(役員・会費・活動内容等)について、設立総会の日程と内容、その他

- ① 会則案をお読みいただき、参加の有無に関わらず、ご意見・ご質問を事務局までお寄せください。
- ② 設立総会の行事についてご意見をお寄せください。(例：天野先生に講演をお願いする等)

是非、ご参加ください。お友達と、  
お子さんと、ご夫妻で・・・  
性・年齢を問いません

### 回りの参加について

参加していただける方は、できれば前日(5月14日)までに事務局にご連絡

下さい。

いちごの会〔女性外来(性差医療)を育てる会〕設立準備会 事務局

〒273-0026 船橋市山野町 166-1-1005 柳堀気付 いちごの会設立準備会事務局

電話 047-433-0835 Fax 047-433-0835

e-mail : boricchi\_yanako@inter7.jp

**お詫び** 前回は、多くの方に参加していただけたため、会場を急遽、変更いたしました。会場変更の連絡が徹底せず、皆様に大変ご迷惑をおかけしてしまつたことを、深くお詫びいたします。 事務局

## 女性外来(性差医療)を育てる会 会則の案

### (総則)

第1条 本会の名称を「女性外来(性差医療)を育てる会」、通称「いちごの会」とする。

第2条 本会は事務局を千葉県内に置く。

### (目的と事業)

第3条 本会は、性差医療の考えに基づくよりよい医療の推進をめざすことを目的とする。

第4条 本会は、前条の目的を達成するため、次の事業を行う。

1. 医療消費者（利用者）として、性差に基づく医療の考え方の普及を図る。
2. 疾病予防・健康増進にも性差医療の視点を取り入れ、性差に基づくより良い健康づくりをめざして、行政をはじめ社会に働きかける。
3. その他、本会の目的を達成するために必要な事業を行なう。

### (会員)

第5条 本会の会員は、本会の目的と事業、規則に賛同し、その会費を納める者又は団体とする。

第6条 入会は、入会届を提出し、年会費を納入した者とする。

第7条 会員は、退会届を会長または運営委員会への提出にて随時退会できる。

第8条 3年以上の会員の納入のない会員は、退会扱いとする。

第9条 本会の年会費は3000円とし、会計年度は10月から9月までとする。ただし、中途入会の場合は、入会月から会計年度終了月までを月額250円で一括納入することとする。

### (総会)

第10条 総会は、毎年1回以上総会を開き、会の行なう事業の方針を決定する。

第11条 総会は会員の過半数の本人出席または委任状により成立し、議事は出席した会員の過半数で決し、可否同数の場合は議長がこれを決する。

### (委員の選任)

第12条 運営委員20名以内及び監査2名は、総会において会員の中から選任する。

第13条 運営委員の中から互選により、次の役職者を選任する。

1. 代表 1名
2. 副代表 2名
3. 事務局長 1名

第14条 代表は、本会を代表する。副代表は代表を補佐し、代表に事故あるときはその職務を代行する。監査は本会の業務執行及び財務状況の監査を行なう。

第15条 顧問は会員以外からでも選任することができる。

第16条 本会の役員の任期は2年とする。ただし、再任を妨げない。

### (運営委員会)

第17条 本会に運営委員会を置く。運営委員は定期的に委員会を開き、企画・調整等の研究会の運営に関わる業務を行なう。運営委員会委員長は代表がこれにあたる。

### (事務局)

第18条 本会の運営にかかわる事務は事務局が遂行する。事務局は運営委員会に所属する。

### (財務)

第19条 本会の通常の運営に要する費用は、個人会員、団体会員の会費収入等をもってあてる。

裏面へ

第20条 個々の事業においては、企業・団体・行政等からの研究費・協賛金等を集め、これを事業活動の費用にあてることができる。

第21条 会計年度は10月1日から9月30日までとする。9月30日を決算日とした会の収支報告書を作成し総会で報告する。

付則

1. この規約に定めることその他、本会の運営上必要な細則は運営委員会において別途検討し、代表の承認を得て定めるものとする。
2. 本規約は、2005年10月1日より施行する。

会則以外に検討していただきたいこと

**具体的な活動内容について、下記の案を参考にご意見をお寄せください**

1. 女性外来利用者の意見交換・「おしゃべり会（ピア・カウンセリングと情報交換）」
2. 性差医療や健康に関する勉強会  
専門家によるフォーラム(一般公開) ←NAHW千葉支部の協力  
\*テーマは自分たちが知りたい内容を中心にする
3. 県内・全国へのネットワーク作り  
今は東金病院の患者さん中心ですが、まずは県内の女性外来利用者への輪を広め、県内の各女性外来の特徴を利用者の視点で明らかにしていく。  
\*将来的には、利用者の立場から各女性外来の特徴を発信していく。
4. お知らせ(会報)の発行
5. その他、会の目的達成に必要な事業

連絡先

いちごの会〔女性外来(性差医療)を育てる会 設立準備会〕 事務局  
〒273-0026 船橋市山野町166-1-1005 柳堀気付

電話 047-433-0835 Fax 047-433-0835

e-mail : boricchi\_yanako@inter7.jp



NWES LETTER では、議事録には書き難い「おしゃべり」の内容をお伝えしていきます。

**県立東金病院はなくなるの？**

2005年3月29日付けの毎日新聞朝刊に「東金病院を廃止 「山武地域医療センター」策定委が合意」という見出しで、「山武地域医療センター」基本計画策定委員会が県立東金病院を廃止し、9市町村が運営する新設総合病院などが引き継ぐことを基本合意したという報道がありました。

新聞報道によると・・・

構想では、新設病院が救急医療を担う中核病院となり、大網白里町立大網病院と7市町村組合による成東病院（成東町）の2病院も改装。この3病院で「医療センター」を構成し、地域医療が完結する体制を目指す。

県は、新設病院建設への財政支援などは行うという。今年夏ごろまでに、新設病院の位置など具体策を盛り込んだ基本計画をまとめ、05年度末までに知事に開設の許可申請を行う予定。

県立8病院は03年度までに計約187億円の累積赤字があり、知事の諮問機関は、専門医療を行う6病院の統合と、東金、佐原、循環器病センター（市原市鶴舞）の3地域病院の新体制作りを提言。県は、議論が始まっていない佐原病院と循環器病センターについても、地元自治体への機能移転を進めたいという。（毎日新聞インターネット記事より抜粋）

地域の住民に向けたシンポジウムが1月末に行われ、住民と専門家との意見交換も行われたようです。（[http://www.pref.chiba.jp/byouin/byoinka/iinkai/sanbu\\_kihon/sinpo.htm](http://www.pref.chiba.jp/byouin/byoinka/iinkai/sanbu_kihon/sinpo.htm)）

「女性専用外来はどうなってしまうのか？」という質問が寄せられました。廃止ということはないと思いますが、今後の動向には目を離せないと思います。

**こうだといひ・・・ ここが不便・東金病院女性外来**

東金病院の女性外来に「婦人科の先生がいらっしやると嬉しい」という声が出されました。女性の産婦人科医は全国的に非常に少ないのが現状ですが、実現されると嬉しいです。

利用者の声として、病院に伝えていきたいと思います。

事務局

**情報交換コーナー**

女性産婦人科医について会員からの情報です  
千葉駅近くの「GSクリニック」は女性産婦人科医（新垣聡子院長）が女性外来・思春期外来を担当しています。

GSクリニック：千葉市中央区新町3-7 高山ビル4F  
電話・Fax 043-204-3338

[http://www.gs-medcare.jp/shinbun/shinbun\\_3.pdf](http://www.gs-medcare.jp/shinbun/shinbun_3.pdf)

お願い

NWES LETTER では、会合に参加できない方からの情報提供・女性外来を利用した感想やご意見などもお待ちしております。匿名で掲載しますので、ご協力をよろしくお願い致します。事務局

日時 5月15日(日) 13時30分～ 場所 千葉市新宿公民館 出席者 10名

## 次第

### 1. 自己紹介

自己紹介をしながら、自分の参加動機や今までの経験などについて語り合った。  
その中で、「他の参加者が話した内容等は他に一切口外しない」ということを確認した。

### 2. 正式発足の会と付帯行事について

天野先生の日程を優先し、事務局で日程と場所を決めてしまったことへの経緯報告とお詫びが事務局よりなされた。設立総会は下記の日時で行い、その後に性差医療情報ネットワーク(NAHW)と株式会社ツムラが主催する、シンポジウムを開催することになった。

【経緯】当初は設立総会のイベントとしてシンポジウムを行うことを考えていたが、天野先生のお力でスポンサーがつくことになり、その過程で「シンポジウムをいちごの会発足の付帯行事とする」ことができなくなってしまった。会場は「いちごの会」が予約をしているので、主催者に場所を提供するという形になる。当日の詳細については、株式会社ツムラの担当者と今後話し合いをする予定。

#### 1) 発足会(設立総会)

10月29日(日) 13時～13時45分 ハーモニープラザ イベントホール

内容：天野先生からの挨拶  
事務局からの経緯説明  
運営組織・事務局の紹介  
会則等の承認  
今後の活動について

#### 2) 付帯行事：シンポジウム 「女の健康・男の健康」(仮のメインテーマ) 14時～

主催：(株)ツムラ・性差医療情報ネットワーク(NAHW)

14時～14時30分 堂本知事挨拶 (千葉から広める性差医療)

14時40分～15時20分 大内先生(アンチエイジングに関する話題)

15時30分～16時10分 天野先生(女性外来について)

16時20分～17時 石蔵先生(男性外来について)

参加費 1000円 申込み制 定員 200名 \*申し込みの詳細等は未定

#### \*講師紹介

大内尉義先生：東大大学院医学系研究科加齢医学講座教授

第47回日本老年医学会大会長講演「性差から見た老化と疾病」予定(6月16日)

石蔵文信先生：大阪医誠会病院で「男性更年期外来」を担当(泌尿器科医)

### 3. 会の組織と会則について

事前に配布した会則案について、事務局の説明の後、意見交換をし、以下のように決定した。

#### 1) 会の組織・・・事務局案で了承

運営委員 20名以内・・・候補案 5月～7月の定例会に出席した方+希望・推薦者  
代表(1名)、副代表(2名)、事務局(1名)、監査 2名

#### 2) 会費・・・事務局案で了承

月 250円(年 3000円)

#### 3) 会計年度・・・会計年度は4月から翌3月に決定。初年度は11月から翌年3月まで。

#### 4) 性差医療情報ネットワーク(NAHW)との関係については検討を行わなかった。

### 4. 今後の活動について

#### 1) 年内は、定例会を毎月第1日曜日(下記)に千葉市新宿公民館で1時30分から行う。

6月5日、7月3日、8月7日、9月4日、10月2日、11月6日、12月4日

## 2) 定例会の内容について

(1)「会の活動」は、①性差医療について学び、広める活動、②女性外来利用者（患者）としての経験や思い、情報等を交換する場 の2つを大きな活動の柱とすることで合意した。

### (2) ニュースについて

以下のことを合意した。

①会の中で紹介のあった新聞記事や雑誌の記事なども、ニュースと併せて提供する。

②会員からの希望（こういう情報が欲しい等）にも応えていく。

③情報が氾濫する中で、個人的には不要な情報も発信されることが考えられるが、取捨選択は個人に任せることにし、NEWS では広く情報を提供する。

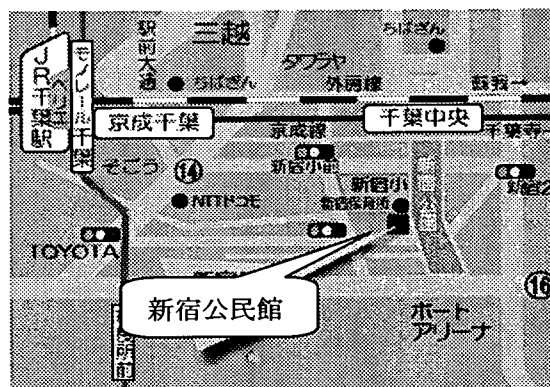
以上

## 次回のお知らせ

### 6月5日(日) 千葉市新宿公民館 13時30分から

千葉市新宿公民館：千葉市中央区新宿 2-16-14 電話 043-243-4343

新宿小学校そば・新宿外科医院の隣 京成線 千葉中央駅から徒歩5分くらい



## 回の内容とお願い

### 設立総会について、会則について、その他

① NEWS で提供して欲しい情報などがありましたら、事務局までお寄せください。

是非、ご参加ください。お友達と、  
お子さんと、ご夫妻で・・・  
性・年齢を問いません

## 回に参加について

**参加していただける方は、当日、会場にお越し下さい。事務局への事前連絡は特に必要ではありません。(出欠の連絡が心のご負担にならないように・・・)**

いちごの会〔女性外来(性差医療)を育てる会〕設立準備会 事務局

〒273-0026 船橋市山野町 166-1-1005 柳堀気付 いちごの会設立準備会事務局

電話 047-433-0835 Fax 047-433-0835 e-mail : boricchi\_yanako@inter7.jp

NEWS LETTER では、例会での「おしゃべり」の内容やいろいろな情報をお伝えしていきます。

### 設立総会の日時が決まりました!!

10月29日(土) 13時～ ハーモニープラザ イベントホール

議事録にも書きましたが、設立総会を10月29日(土)13時から、千葉市ハーモニープラザ・イベントホールで行うことになりました。是非、予定に入れてください。設立総会后に、シンポジウムが予定されています。これは、いちごの会の行事ではありませんが、設立総会にお越しいただいた皆さんに聞いていただくことを想定し、いちごの会の発足にふさわしいテーマになっています。

堂本知事、天野先生をはじめ、性差医療を実践している男性医師の方からのお話もうかがえます。申し込みなどの詳細は次号以降になりますが、設立総会と併せてご出席いただければ幸いです。

### 性差医療って…何? (性差医療の紹介 その1)

いちごの会の目的にも「性差医療の学習や普及」が上がっていますが、そもそも「性差医療」とは何だろうか? そんな疑問に答える情報として、例会当日(5月15日)の日経新聞朝刊に「性差医療 じわり浸透」という記事があることをメンバーが紹介してくれました。記事にも書かれていますが、今、医学会の中では「男女で検査値の基準値が同じでよいのか?」「男性を対象に行った新薬の効果判定を女性にそのまま当てはめてよいのか」などなど、「男女一律」の治療や基準のあり方が見直されてきています。女性外来もその一つです。今は、男性外来も全国で立上っています。設立総会後のシンポジウムでお話くださる、石蔵先生は男性外来を担当されています。受診される男性には、パートナーと同伴で受診することを義務付けていらっしゃるということを知りました。男女の相互理解も、性差医療の大事な側面だと思います。英語では、性差医療のことを「Gender Specific Medicine」と言います。生物学的な性(sex)ではなく、社会的な性(gender)が使われているところがポイントです。つまり、女性の社会的な立場なども含めた男女の差を考慮した医療が性差医療です。

「性差医療」について婦人公論4月号にも掲載がありました。メンバーからの紹介です。

#### “女性に優しい「性差医療」の可能性”を読んで (婦人公論4月号)

県の女性外来が立ち上がったころ体調を崩し女性外来を受診致しました。

性差医療については漠然と男女の違いがあると思っていましたが、この対談を読み女性外来が立ち上がった意味がわかり認識を新たにいたしました。

「性差医療の考え方はまだ始まったばかり」「同じ病気でも男女間では治療方法などに違いがある」などなどゲストの体験に基づいたお話はとても興味深く読みました。ぜひ天野先生の講演をお聞きしたいと思いました。

設立総会後に天野先生をはじめの多くの先生の講演が予定されておりますとか、ぜひ受講して患者の立場からも学びたいと思います。

次回の会合は6月5日(日)13:30～  
千葉市新宿公民館 です

#### 講演会のお知らせ

性差医療情報ネットワーク(NAHW)千葉支部から

医師から学ぶ性差医療(1)

女性の病気・米国の女性医療

日時: 6月19日(日)14時～16時半

場所: 千葉市ハーモニープラザ

(Tel: 043-209-8771)

資料代: 500円

内容: 生活習慣病における女性の特徴・問題点(千葉県循環器病センター 田代淳氏)  
米国における女性医療の実態(千葉大学大学院 龍野一郎氏)

NEWS LETTERでは、会合に参加できない方からの情報提供・女性外来の感想やご意見などもお待ちしております。匿名で掲載しますので、ご協力をお願い致します。事務局  
連絡先: Tel/Fax 047-433-0835  
boricchi\_yanako@inter7.jp

## 第4回 女性外来(性差医療)を育てる会 設立準備会 議事録

日時 6月4日(日) 13時30分～ 場所 千葉市新宿公民館 出席者 12名

### 次第

#### 1. 自己紹介

#### 2. 活動として行ないたいこと

会として行いたいことについて、自由に意見交換をした。出された内容は下記のとおり。

- ①専門の先生を招いて、参加者同士で夫婦・親子などのロールプレイを行い、自分たちの内面を知る。
- ②ユーモア(笑い)のセンスを磨く内容の活動
- ③体操などストレス発散にもなること(例:教育テレビのアルゴリズム体操など)
- ④歌をうたう
- ⑤趣味を生かすような活動
- ⑥専門医の紹介
- ⑦男性の性や更年期について
- ⑧電話やHPによる医療機関などの紹介(将来的に・・・)
- ⑨女性の一生を視点に当てた学習会(妊娠・出産期以外の女性の健康や性について)
- ⑩男性にも聞いてもらえる会
- ⑪よりよい医療へのかかり方の講習など

**全体の意見として「女性だけに限らず、男性との相互理解が深められる会にしたい」ということで合意した。**

#### 3. 設立総会と付帯行事(シンポジウム)について

- 1)会場が200名で足りるのかという質問があり、事務局から、もう少し多く入れる会場も探したのだが、時期的に一杯で取れなかったという経緯の説明があった。
- 2)付帯行事の広報について  
シンポジウムに多くの人たちに参加してもらうため、新聞や地域の無料新聞などにも情報が載ると良いとの意見が出された。  
メンバーから、「自分たちも広報活動しなくてはね!」という前向きな発言もあった。

#### 4. 今後の活動について

- 1)年内は、**定例会を毎月第1日曜日(下記)に千葉市新宿公民館で1時30分から行う。**  
7月3日、8月7日、9月4日、10月2日、11月6日、12月4日

#### 5. その他

事務局より、ニュースに載せて欲しいことなどの要望や、こんなことを知りたいなどの希望があればいつでも申し出て欲しいとのお願いがあった。

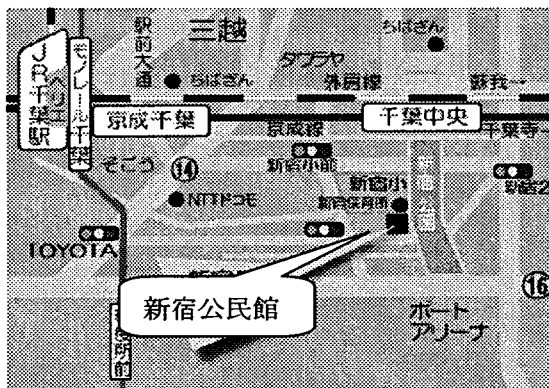
以上

## 次回のお知らせ

### 7月3日(日) 千葉市新宿公民館 13時30分から

千葉市新宿公民館：千葉市中央区新宿 2-16-14 電話 043-243-4343

新宿小学校そば・新宿外科医院の隣 京成線 千葉中央駅から徒歩5分くらい



## 次回の内容とお願い

### 設立総会について、会則について、その他

- ① NEWS で提供して欲しい情報などがありましたら、事務局までお寄せください。

是非、ご参加ください。お友達と、  
お子さんと、ご夫妻で・・・  
性・年齢を問いません

## 回りの参加について

**参加していただける方は、当日、会場にお越し下さい。事務局への事前連絡は特に必要ではありません。(出欠の連絡が心のご負担にならないように・・・)**

**「とまあ、顔を出してみようかな・・・」「女性外来の患者ではないけれども、友達も誘ってみようかな・・・」と思われた貴女！ どうぞ、ご遠慮なく足を運んでください。パートナーとご一緒も大歓迎です！**

**参加していただける方は、当日、会場にお越し下さい。事務局への事前連絡は特に必要ではありません。(出欠の連絡が心のご負担にならないように・・・)**

いちごの会〔女性外来(性差医療)を育てる会〕設立準備会 事務局  
〒273-0026 船橋市山野町 166-1-1005 柳堀気付 いちごの会設立準備会事務局  
電話 047-433-0835 Fax 047-433-0835 e-mail : boricchi\_yanako@inter7.jp

NEWS LETTER では、例会での「おしゃべり」の内容やいろいろな情報をお伝えしていきます。

相互理解に向けて・・・

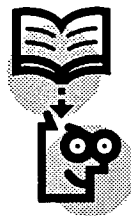
## 自分の痛みや辛さを理解してもらう難しさ

おしゃべり会の中で「自分の病状を夫や家族に理解してもらうのは非常に難しい」ということが話題になりました。“健康で病気一つしたことがない夫に自分の心身の痛みを訴えても、「気のせい」「年のせい」などと言われてしまい、真剣に取り合ってもらえない。”、“年配の友人に症状を話したら、そんなの昔からあることよ。私たちは乗り越えてきたのだから、時間がたてば治るから気にすることないわよと言われてしまった・・・”と、さまざまな体験が出されました。皆さんも、そんな経験をされたことがありますか？

理解が得られなかった相手は、夫や家族、友人に限らず、医師の場合もありました。「気のせい」「怠けたいのではないのか？」「大したことはない」などの『悪意はないが無神経な一言』は、辛い思いをしている者にとっては、何とも耐え難い一言です。「その一言」によって奈落の底に突き落とされた気持ちを味わった方もありました。

しかし、「こういう症状を持っているのは自分だけではない」「同じ思いをしている仲間がいる」ことを知ると心強くなります。「闘病記」は他の人の体験を通して自分の状態の理解を深めることや、自分の状態を他人に理解してもらうときにも役立ちます。「私と同じような症状の人がいるんだ！」「こんな治療方法が有効かもしれない・・・」など、闘病記は病に苦しむ者に様々な情報を与えてくれます。

天野先生から「闘病記」の執筆協力の依頼を受けているというメンバーの方が数名いらっしゃいました。病気の経験は治ってしまうと忘れてしまいがちです。苦しんでいる時は、そのことを人に伝えるような気にはなりません。しかし、その経験が他の人に勇気や希望を与えることができれば、病気に罹ったことは苦しみだけに終わらないと思います。いちごの会でも皆さんの経験談をまとめていけたら、会員相互の情報交換の一助になるかな・・・と思っています。おしゃべり会で話題を共有するとともに、会に参加できない方へメッセージを発信しませんか？是非、ご検討下さい。



## 中年男性の自殺の多さも性差医療の課題です！（性差医療の紹介 その2）

「平成 15 年の自殺は年間 3 万人超」という記事が大見出しで報道されていました。自殺による死亡は女性より男性が多いのは世界共通であり(例外は中国)、日本では約 3 倍。その開きは年々、大きくなっています。自殺の性差の原因は明らかではありませんが、明らかな性差があります。年齢別に見ると高齢者が最も多いのですが、中高年男性の自殺の増加が近年著しく、社会問題としても大きく取り上げられています。平成 15 年度の統計によると、自殺の理由は「病気」「経済・生活問題」「家庭問題」「勤務問題」の順ですが「経済や生活問題」の理由による自殺が増加しています。中高年男性の自殺には、仕事上の不安や失敗などからくる「うつ状態」が背景にあるとも言われていますが、男性の更年期患者さんには「真面目な人」が多く、症状は「うつ」や「不安傾向」が強いそうですので、更年期と自殺が無関係とは言い切れません。また「男は弱音を吐けない」という考え方や、心の病に対する偏見も自殺に追い込んでしまう背景にあると考えられています。自殺予防には病気に対する正しい理解や男女ともに生きやすい社会づくりが必要なようです。



### 次回の会合

7月3日(日)13:30～

千葉市新宿公民館 です

お会いできるのを楽しみにしていま～す！

NEWS LETTER では、会合に参加できない方からの情報提供・女性外来の感想やご意見などもお待ちしております。匿名で掲載しますので、ご協力をお願い致します。

事務局

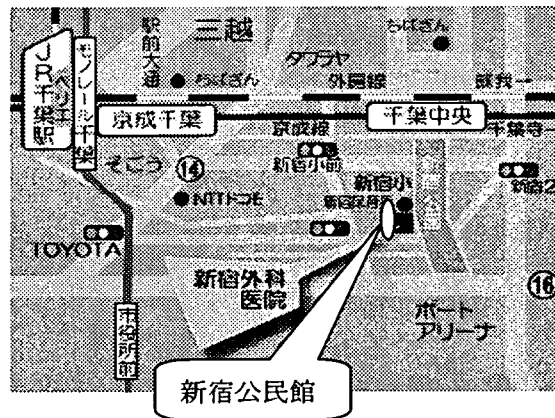
連絡先： Tel/Fax 047-433-0835

boricchi vanako@inter7.in

## 次回のお知らせ

**8月7日(日) 千葉市新宿公民館 13時30分から**

千葉市新宿公民館：千葉市中央区新宿 2-16-14 電話 043-243-4343  
新宿小学校そば・新宿外科医院の隣 京成線 千葉中央駅から徒歩5分くらい



暑さ厳しき  
折、くれぐれ  
も気をつけて  
お越し下さい

## 次回の内容とお願い

**公民館文化祭について、設立総会について、会則について、その他・・・**

① NEWS で提供して欲しい情報などがありましたら、事務局までお寄せください。

是非、ご参加ください。お友達と、  
お子さんと、ご夫妻で・・・  
性・年齢を問いません

## 回りの参加について

**参加していただける方は、当日、会場にお越し下さい。事務局への事前連絡は特に必要ではありません。(出欠の連絡が心のご負担にならないように・・・)**

**「といえず、顔を出してみようかな・・・」「女性外来の患者ではないけれども、友達も誘ってみようかな・・・」と思われた貴女！ どうぞ、ご遠慮なく足を運んでください。パートナーと一緒也大歓迎です！**

**参加していただける方は、当日、会場にお越し下さい。事務局への事前連絡は特に必要ではありません。(出欠の連絡が心のご負担にならないように・・・)**

いちごの会〔女性外来(性差医療)を育てる会〕設立準備会 事務局  
〒273-0026 船橋市山野町 166-1-1005 柳堀気付 いちごの会設立準備会事務局  
電話 047-433-0835 Fax 047-433-0835 e-mail : boricchi\_yanako@inter7.jp



前は議事ではなく「おしゃべり」中心でした。今後は、NEWS LETTER に例会報告も併せて掲載し、議事録は必要なときに別途作成いたします。

**報告：7月3日(日) 13時30分～15時30分 千葉市新宿公民館で例会を行いました。**  
**例会(おしゃべり会)は、悩み・疑問・お知らせ・何でも言える場です。**  
**言い残すことなく、自分のリフレッシュの場にしてください！**

7月3日の例会は9名が参加しました。今回は「お話し合い」ではなく、相互に悩みや疑問、自分にとってのこの会の意義などを「おしゃべり」しました。今回は、その中に出た話題のいくつかを紹介いたします。

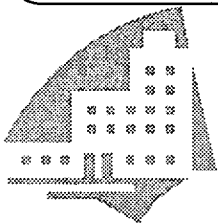
### 1) 私にとって会の意義は・・・

- ★若い頃から病弱であり社会活動ができなかったもので、社会との接点という意味も持っています。ようやく遠出ができるようになり、元気になった自分へのご褒美として、月1回の集まりの帰りには、ちょっと買い物をして行くことにしています。皆さんとお会いするのも楽しみです。
- ☆家庭では病人を抱えている上、自分も更年期の症状があり辛い思いをすることもあります。家庭や日常生活では自分の事は後回しせざるを得ないのですが、ここに来ておしゃべりすることにより、我慢している自分を解放でき、自分のバランスが取り戻せるように感じます。
- ★ここには、更年期障害を乗り越えた方もいらっしゃるの、「この状態がいつまで続くのやら・・・」という不安に対しても、「終わりが来る」ということが実感できます。いろんな年代、背景(病気)の方がいらっしゃるの、話を通して様々な考え方や経験を知る良い機会になっています。

### 2) 教えてください・・・男性更年期外来は千葉にあるのか?

いちごの会の特徴は、**女性外来の担当医の先生方や医療系の専門家との距離が短い**ことです。事務局担当がメンバーと先生方との橋渡し役のできる立場にありますので、「あんなことを知りたいたい」「これはどうなっているの?」ということがありましたら、遠慮なく聞いてください。

例会の中で、「夫はどうみても更年期のようなのだが、千葉で男性更年期外来をしている病院はありますか?」という質問が出されました。



千葉県内の男性更年期外来を行っている病院を事務局で探してみました。東京にはかなり開設されているようですが、千葉はなかなか見つからない・・・というのが現状です。実際にかかった方のお話を聞いたわけではありませんので、詳細はわかりかねます。ご了承下さい。

#### \* 千葉大学付属病院泌尿器科

内分泌・不妊・男性機能・男性更年期を対象とした専門外来があります。  
 鈴木啓悦講師、小宮顕助手、小島聡子助手が担当されています。  
 外来診療については、代表 043-222-7171 に問い合わせてください。  
 千葉大学医学部泌尿器科のHPも参考にしてください。

<http://urology.m.chiba-u.jp/hospital/shinryou/shinryoufrm.htm>

#### \* 栗山中央病院 (四街道市栗山 906-1 電話 043-421-0007)

泌尿器科の近藤幸尋医師(日本医科大学付属病院泌尿器科助教授)は男性更年期障害が専門分野の1つです。

<http://www014.upp.so-net.ne.jp/kuriyama-hp/frame-kakukagosyokai.html>

### 3) 今日は皆さんのお考えを聞きにきました。

ご自分の疑問の解決・皆さんはどうしているのか? を聞くことが今回の出席の目的という方もいらっしゃいました。その方のお悩みを紹介します。皆さんはどうしていますか? どうしますか?

女性外来に更年期障害で通院中です。次回の予約日まで日があるけれど、突然首が回らなくなりました。仕事は休めないし、痛いし、不自由だし・・仕方なく、近くの整形外科に行ったのですが、せっかく女性外来に通っていて主治医の先生もいるのだから、先生に先に相談した方が良かったかな・・という気もしています。先生は忙しいから、そんなことで連絡されても迷惑に感じられるかもしれないし・・ ちょっと、悶々とした気持ちです。



### 皆さんはどうしているか教えてください!

皆さんからは、次のような意見が出されました。

★自分の場合、症状が風邪のように、更年期と全く関係ないようなら近所のお医者さんに行っても自分の中でも納得できると思うが、通院している原因(更年期)と無関係ではなさそうな場合は、主治医に電話をしてどうしたらよいかを聞いてみると思う。

★仕事も休めないし、次の予約まで日にちがあれば近所の病院に行くのは仕方ないし、その事を主治医の先生に後から報告しても特に問題はないと思う。そんなに気にしない方が良いと思う。

★何となく不安があるときには、先生の診察日に病院に電話をしてみて、先生のお手隙のときに話をしたら良いと思う。薬に対して注意が必要な場合もあるので、疑問点は聞いた方が良いと思う。

### 事務局の方で、女性外来担当の先生方のご意見を伺ってみました。

◎整形外科に行かれたことについては、主治医を無視したなどは全く思いません。患者さんがどうしても気になるようであれば、担当日に電話をいただいても良いと思いますが、症状が落ち着いたようであれば、そのままでも良いと思います。患者さんの自由な意思を尊重したいです。

◎他の先生にかかることをあらかじめ相談いただかなくても全く問題ありません。ご相談いただいても自分の専門外の場合は他の先生にお願いすることになります。他科受診や併診の方はたくさんいますので、主治医に対する気兼ねはなさらないようにしてください。

◎遠慮せずに、現在かかっている先生の診療日に電話を入れるのが一番良いでしょう。先生に相談し、整形外科へということであれば、それが一番良い方法です。相談した方が良かったかな・・と気になさっているようですので、どうぞ遠慮なく電話をしてくださいと皆さんにお伝え下さい。

### 4) こんな情報を皆さんにご紹介したかったので・・

「自分が体験して、とても意義深かったので、是非、皆さんにもお伝えしたい」ということで、ロール・プレイングの講習会が8月に幕張で行われることを紹介していただきました。

申し込みは7月31日までです。詳細を知りたい方はいちごの会事務局または、下記事務局へ。

日時：8月20日(土)、21日(日)、22日(月) 参加は有料です

場所：海外職業訓練協会(千葉市美浜区ひび野1-1 電話043-276-0211)

主催：千葉ロール・プレイング研究会

問合せ：同事務局 千葉大学教育学部付属小学校内 電話 043-290-2462(山田、伊藤、森)

テーマ：集団で育つ個 一様々な集団で相互理解を深め個が育つロール・プレイング

\*注：ロール・プレイングとは、実際の場面を想定し、さまざまな役割を演じることにより、問題解決法を会得させる体験学習法の1つです。教育やカウンセリングなどの研修で多く用いられています。

次回の会合(別紙参照)

8月7日(日)13:30~

千葉市新宿公民館 です

お会いできるのを楽しみにしていま〜す!



NEWS LETTER では、会合に参加できない方からの情報提供・女性外来の感想やご意見などもお待ちしております。匿名で掲載しますので、ご協力をお願い致します。

事務局 連絡先：Tel/Fax 047-433-0835

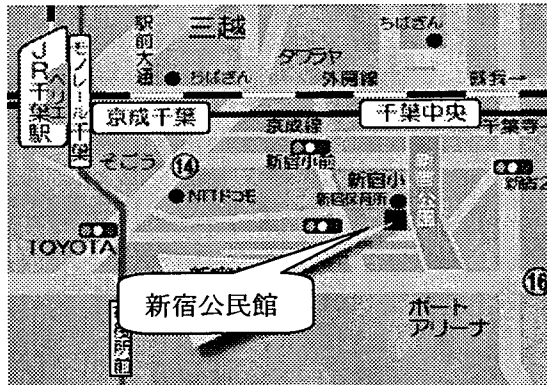
boricchi\_yanako@inter7.jp

## 次回のお知らせ

### 9月4日(日) 千葉市新宿公民館 13時30分から

千葉市新宿公民館：千葉市中央区新宿 2-16-14 電話 043-243-4343

新宿小学校そば・新宿外科医院の隣 京成線 千葉中央駅から徒歩5分くらい



## 回の内容とお願い

### 設立総会について、会則について、その他

- ① NEWS で提供して欲しい情報などがありましたら、事務局までお寄せください。

是非、ご参加ください。お友達  
と、お子さんと、ご夫妻で・・・  
性・年齢を問いません

## 回に参加について

**参加していただける方は、当日、会場にお越し下さい。事務局への事前連絡は特に必要ではありません。(出欠の連絡が心のご負担にならないように・・・)**

**「とにかく、顔を出してみようかな・・・」「女性外来の患者ではないけれども、友達も誘ってみようかな・・・」と思われた貴女！ どうぞ、ご遠慮なく足を運んでください。パートナーと一緒に大歓迎です！**

**参加していただける方は、当日、会場にお越し下さい。事務局への事前連絡は特に必要ではありません。(出欠の連絡が心のご負担にならないように・・・)**

いちごの会〔女性外来(性差医療)を育てる会〕設立準備会 事務局  
〒273-0026 船橋市山野町 166-1-1005 柳堀気付 いちごの会設立準備会事務局  
電話 047-433-0835 Fax 047-433-0835 e-mail : boricchi\_yanako@inter7.jp

NEWS LETTER では、例会の内容やいろいろな情報をお伝えしていきます。

## 8月7日に第6回設立準備会を行いました 「頑張らない」「焦らない」・先輩が語る“更年期を乗り切るコツ”

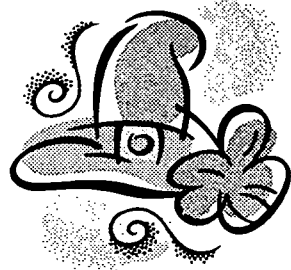
第6回設立準備会は5名が参加しました。夏休み中の暑い日中の会合であり、出席者はちょっと少なかったのですが、皆さんで色々語りあい、沢山笑ってお互いに元気を貰って帰りました。

「おしゃべり」の中から2つの話題を紹介します。

### 話題1：更年期を乗り越えるコツはありますか？

出席者のAさんから、「更年期のために、今まではバリバリ行っていた仕事ができなくなり、やる気も消失。病気に対して家族に十分な理解が得られていないので、サボっているように思われてしまう。少しでも家事はこなしたいし、片付かない家の中を見ると、自分がどうしてこうなってしまったのだろう・・・という気持ちもある。いつになったらこの症状から卒業できるのか・・・」という発言がありました。これに対し、更年期の辛い症状からは開放されたBさんのアドバイスです。「自然体でいるのが一番。出来ないことは無理をしない。やれないことは無理してやろうとしないことよ。私の場合は、夫にも子どもにも、自分の状態を伝えて、今日はできないから休んでいると言って、無理をしないようにしたの。心の負担を減らすことが大切よ。」また、「家が片付かないから、今までは友達を呼んでお喋りしたりしていたのに、それも出来ない」というAさんに対し、「私の場合は、友人にも散らかっているけど上がって頂戴と言って、本当に洗濯物がソファに置いてあったりしても、気にせず呼ぶことにしたの。だって、お喋りが目的だし、散らかっているのがいやだと思う人は、次から来ないわよ。無理に取り繕うことはないのよ。」というアドバイスもありました。

**今までの自分のようにできなくても、あなたは素敵な貴女のまま。自分を否定しないで！今の自分を受け入れて無理をしない・焦らない。乗り越えられない苦しみは与えられないのだから・・・**



### 話題2：夫との付き合い方にもコツがある！？

さまざまな事情から夫の元を飛び出したというCさんに対し、久しぶりに会に参加したDさんから、「前にお会いしたときより、明るく元気そうに見える」というフィードバックがありました。「家を出て、辛いフィードバックを受けるときもあるけれど、話を聞いてもらえる友だちがいることはとても大切だと実感した」というCさん。夫との関係も娘さんを介して改善されつつあるようです。「夫は戻って欲しいという気持ちが強いみたいだけど、戻ったら元の本阿弥になるのでは・・・という不安もある。時々会って食事をしたりしているが、夫に希望を出

しても、良い返事が得られないと引いてしまう」というCさんに、「同居と別居という2つの選択肢だけをつくらず、お試し同居をしてみたら?」「もっと、夫に甘えた方が良いよ」等々、さまざまなアドバイスがありました。

**所詮、夫婦は他人。他人の二人が同じ屋根の下に枕を並べることができるのは、信頼や愛情があるからこそ。でも、以心伝心とはいかないのです。話がすぐに途切れる夫から真意を引き出し、自分の気持ちを伝えるには、ちょっとしたテクニックも必要ようです。**



## 設立総会後のシンポジウムの出席について

10月29日の設立総会に行われるシンポジウムには、事前申し込みと当日の参加費が必要です。シンポジウムの内容は別紙の通りです。参加を希望される方は、別紙に必要事項を御記入の上、申し込みをしてください。シンポジウムの参加といちごの会への入会とは関係がありません。性差医療について学ぶよい機会ですので、お友達やご夫君、ご家族もお誘いください。

シンポジウム申込や問合せ：(株)ツムラ千葉営業所 Tel 043-297-0770 Fax 043-297-0830