

健保だより
Bonne Santé

ボンヌ サンテ
フランス語で「良い健康」を意味します
カンパイの挨拶などで使われます

はじめまして! **KenCoM** です!



めーちゃん



バーくん

2016年度 予算報告

がん検診をデータでみてみよう

PSA検査 最新情報

人間ドック・奥様健診申し込み受付中

TOP INTERVIEW ほか

日本発条健康保険組合からの新サービスのお知らせ

KenCoM

を利用して楽しみながら健康に!!

KenCoMの特徴! 5つのポイント

ポイント
1

あなたの健康状態に合わせた 情報が毎日届く!

現役のお医者さんのコラム、管理栄養士のレシピ紹介、職場で役立つちょっとした健康のヒントなど、あなたの健康に役立つ情報をたくさんお届けします。健康情報は日々更新されるので、生活習慣を改善するきっかけを得ることができます。



ポイント
2

KenCoM ポイントが使える!

KenCoM を利用するとポイントも貯まってお得!
貯まったポイントを使って抽選でプレゼントがもらえます!



ポイント
3

PC,スマホから歩数・体重が 管理できる!

PCやスマホから歩数・体重健康管理、医療費、健診結果が見る事ができます。(医療費閲覧については実装予定)



ポイント
4

楽しい健康イベントが続々と登場!

第1弾は川柳。毎月テーマが変わります。入賞者には、KenCoM ポイントを大量にプレゼントします!参加賞もありますので、皆さん是非投稿してください!



ポイント
5

KenCoM アプリが登場!

スマートフォンをお使いの方は、アプリを使ってより"便利"に"快適"にKenCoMをお使い頂けます♪





日本発条健康保険組合の加入者の皆様

日頃は当健康保険組合の運営にご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

このたび当健康保険組合では、2016年2月より、保健事業の一環として
皆様の健康増進をサポートするWEBサービス【KenCoM(ケンコム)】を
導入いたしましたのでお知らせします。

KenCoMは楽しみながら健康になれる、
登録も利用も【完全無料】のサービスです。

サイトURL : <http://www.nippatsu-kenpo.or.jp>

健保HPから
KenCoMバナーを
クリック!!

登録キャンペーン開催

KenCoMに3月末までに登録された被保険者の方に

IPad mini2 16GBをプレゼント!!

2名様



抽選で
当たる!!

KenCoMに4月末までに登録された被扶養者の方に

セイコーエプソン パルセンス PS-100T 3名様



amazonギフト券 1,000円分 9名様

amazon.co.jp
ギフト券

※ただし、当選者は健保広報誌の取材に協力していただきます。

登録方法

お手元に「登録用メールアドレス」「保険証」をご準備の上、
KenCoMにアクセスし登録してください。登録は無料です。

▼ 登録はこちらから

<https://kencom.jp/signup>

健保HPからでも登録可能!!

KenCoMに関するお問合せ・ご要望については以下からお願いします。

✉ <https://kencom.jp/inquiry/new>



KenCoM お問い合わせ

KenCoMはDeSCヘルスケア株式会社が運用しております。



DeSC
Healthcare

<http://desc-hc.co.jp/>

2016
年度

予算の お知らせ

2016年2月18日の組合会において、当健保組合の2016年度予算が承認されましたのでお知らせいたします。次年度は、診療報酬の改定、法律改定などの影響、後期高齢者支援金の算出方法の変更などを見込んだ予算編成を行いました。

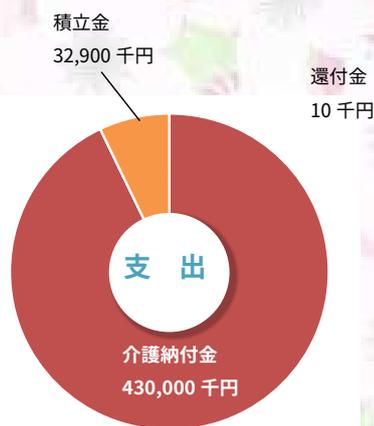
■ 2015年度の収支実勢

2015年度の保険料収入は各事業所の業績が良かったため、予算よりも増加し50億2,000万円になると予測しました。しかし、支出で、皆さんの医療費の支払いや傷病手当金等の現金給付に当たる法定給付、国の高齢者医療を支えるための納付金が予算より大幅に増加し、あわせて予算より4億8,900万円強増加すると見込んでいます。その結果、収支残金は2014年度の1/3ほどの1億3千万円となり、ほぼ収支に差のない状態と予想されます。

■ 2016年度予算概要

2016年度は一般保険料率を変えずに済みます。2016年度一般保険料率は2015年度と変わらず8.69%です。介護保険料率も2015年度と変わらず1.3%です。調整保険料率が0.139%から0.13%になりますので、若干皆さんのトータルの保険料率は減ります。保険料率は変わらないものの、皆さんの給与、賞与がやや増加するという予測で、2016年度の保険料収入は2015年度予算より増加し、49億4,500万円になると見込んでいます。しかし、2015年度同様、皆さんの医療費等に係る法定給付、国への納付金が増加することが見込まれ、保険料収入だけでは支出を賄えないこともあり得ます。その場合は2016年度にこれまで積み立ててきた別途積立金を一部取り崩すこととなります。2016年度は法定給付と付加給付をあわせた保険給付は25億2,800万円としました。国への納付金は23億7,800万円と見込んでいます。このように保険給付と納付金で保険料収入のほとんどを使ってしまう状態で、相変わらず国への納付金が当健保組合の財政に重くのしかかっています。保健事業については2016年度は、1億5,550万円としました。2015年度に比べ670万円減となっていますが、これは2016年度にインフルエンザ予防接種補助金の支給を廃止したためです。2016年度は個人健康情報サイト「KenCoM」によるポピュレーションアプローチの推進、がん検診の推進等に取り組んでいきます。介護勘定は一般勘定同様2015年度より保険料収入が増加し、4億6,300万円を見込んでいます。これに対し、支出となる介護納付金も2015年度より増加の4億3,000万円を予測しています。介護保険は2016年度も黒字財政となる予定です。

■ 介護勘定

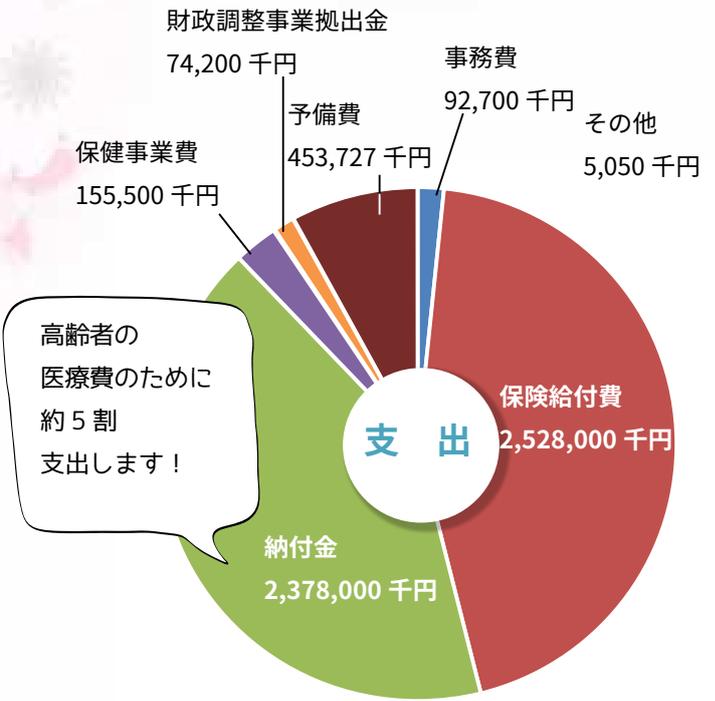
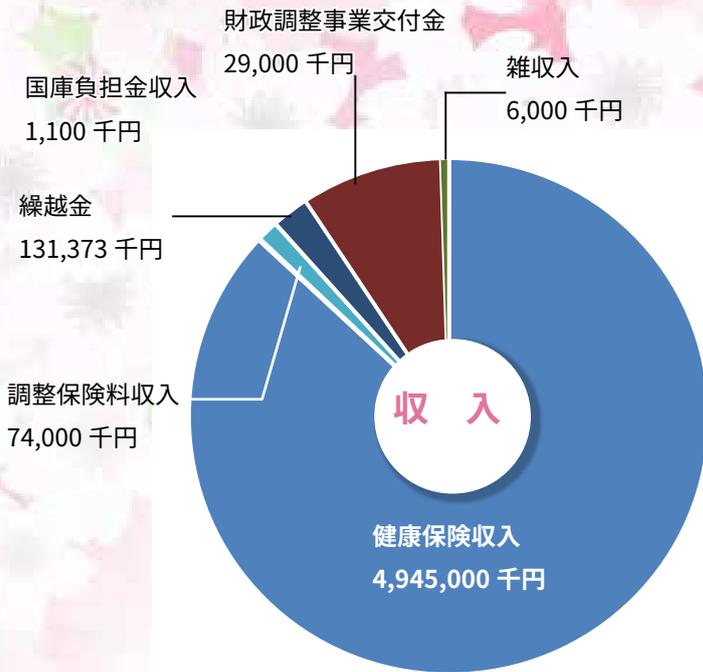


2016年度 収入支出予算を グラフでみてみよう

予算の
基礎数値
(一般勘定)

■被保険者数	9,290人
■標準報酬月額	380,500円
■総標準賞与額	1,560,000円
■平均年齢	41.11歳
■扶養率	0.99人
■前期高齢者加入率	1.7%

■ 一般勘定



2016年度保健事業計画

健診関連事業

年度末年齢35歳以上の被保険者には、人間ドック・がん検診の費用補助を行っております。また、年度末年齢35歳以上の被扶養女性配偶者には奥様特定健診の補助を行っております。

- 人間ドック半額補助
- 胃・大腸・乳・子宮・肺・前立腺がん検診補助
- 奥様健診補助 (本人負担¥4,320)
- 精密検査費用の一部補助 (胃¥3,000 大腸¥4,000)

スポーツクラブ利用契約

スポーツクラブルネサンス (提携クラブ含む) と契約をしております。また、事業所の実施する健康づくり出張プログラムに補助を行っております。
※利用可能な施設などは、当健保組合のホームページをご確認ください。

データヘルス計画の遂行

ニッパツ健保では2013年度からニッパツ健保健康宣言活動をスタートさせ、健康づくりのための独自のプログラムを実施しています。

- 健康ポピュレーションアプローチ「KenCoM」
- パーソナライズ化特定保健指導 (一部事業所を除く)

保健指導宣伝事業

健康づくりに役立つ情報や当健保組合からのお知らせなどを広報誌、ホームページにてお届けします。

- 広報誌の送付 (年3回)
- ホームページ随時更新
- 前期高齢者向け健康情報誌の送付 (年1~2回)

サポートサービス事業

みなさまの生活に役立つさまざまなサポートサービスを今年度も実施いたします。ぜひ、ご利用ください。

- 電話医療相談
- メンタルサポート (電話・面接・WEB)
- 家庭用常備薬の斡旋
- 当健保保健師による出張面談・健康教育

「がん検診を受診して、実際にどのくらいの方ががんにかかっていたか」

厚生労働省 2013 年度 「地域保健・健康増進事業報告」より

当健保組合の 35 歳以上の加入員は 9,454 人（2016 年 3 月現在）。

国の統計から各がん検診 1 万人あたりの検診によってがんが発見された人数を調べてみました。

検診受診者数 10,000 人

要精密検査者数 808 人

胃がんにかかっていた方

11 人

胃がん検診

どんな検査？ → 問診・胃部 X 線検査（バリウム）
胃部内視鏡検査（胃カメラ）

検診受診者数 10,000 人

要精密検査者数 198 人

肺がんにかかっていた方

4 人

肺がん検診

どんな検査？ → 問診・胸部 X 線検査
喀痰細胞診（対象者）

検診受診者数 10,000 人

要精密検査者数 890 人

乳がんにかかっていた方

32 人

乳がん検診

どんな検査？ → 問診・視触診
乳房 X 線検査（マンモグラフィ）
乳房超音波検査（乳腺エコー）

検診受診者数 10,000 人

要精密検査者数 621 人

大腸がんにかかっていた方

18 人

大腸がん検診

どんな検査？ → 問診
便潜血検査

が	ん	検	診	を
	デ	ー	タ	で
み	て	み	よ	う

がん検診を受けた方のうち、要精密検査となった方は約 2～9%、さらにそのうち約 1～4%の方からがんが見つかっています。がん検診を受けていたからこそ、がんを発見することができました。

検診受診者数 10,000 人

要精密検査者数 203 人

子宮頸がんにかかっていた方

8 人

子宮頸がん検診

どんな検査？ → 問診・内診
子宮頸部細胞診

前頁で示した胃・大腸・肺・乳房・子宮頸部のがん検診の他に、当健保組合では前立腺特異抗原検査（PSA 検査）を男性 55 歳以上の方に提供しています。前立腺から分泌される PSA タンパクという物質が血液中にどれだけ存在するかを測定する血液検査で、4.0 ナノグラム/ml 以上の場合は、前立腺疾患の疑いがあり、要精密検査となります。

P	S	A	検	査
最	新	の	情	報

血液検査で調べられるという簡便さもあり、PSA 検査は急速に普及しました。国内の自治体や健保組合、企業などで集団検診を実施するところが増え、健診機関でも中高年以上男性のドックの基本項目に加えているところが多数あります。

しかし、この PSA 検査を厚生労働省は集団がん検診で実施することを推奨していません。それはなぜでしょうか？

「検査をすることでのメリット（がんを発見しやすく、治療可能であり、死亡率が下がる）」が「検査をすることでのデメリット（ク口ではないのにク口と判定結果が出ること、精密検査で身体にダメージが起こる可能性があること、過剰診断）」を上回る場合、そのがん検診は推奨されます。

「過剰診断」とは、生命を脅かさないがんを発見することです。がんの成長速度が緩やかながんを非常に早期に発見した場合、がんが発見されたその時から死ぬまでの間、長期にわたって身体への負担が大きい定期的な精密検査や治療を継続していくことになります。PSA 検査が集団がん検診での実施を推奨されていない理由は、「検査をすることでのデメリット」のほうが大きいからです。「放置すると進行し、やがて死に到る可能性が高いが、早期発見・早期治療が可能ながん（例：胃・大腸・肺・乳房・子宮頸部のがん）」については、がん検診が推奨されていますが、甲状腺がん、前立腺がん等は集団がん検診の推奨外となっているのです。

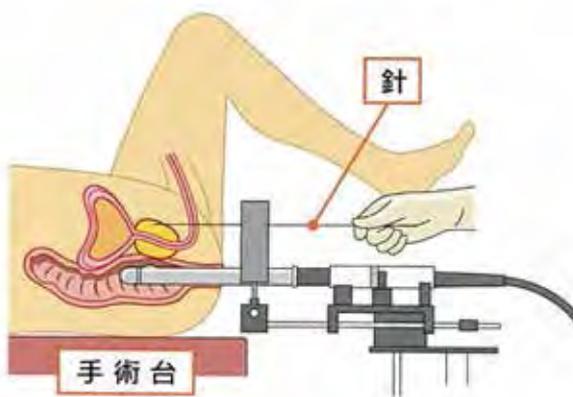
PSA 検査で要精密検査になった場合、前立腺生検を行います。肛門から器具を挿入し、前立腺を観察しながら針を刺して 12～20 ヶ所以上から組織を採取し、がん細胞の有無を調べます。

もちろん、この検査で前立腺がんを発見できる方もいますが、生検による感染・苦痛・出血がある方や、過剰診断により不必要な治療を行うことになり、勃起不全や失禁などの前立腺がん治療の合併症に苦しんでいる方もあります。

PSA 値は、前立腺がんだけでなく、年齢相応の前立腺肥大や、風邪・飲酒・射精などでも一時的に上昇します。

数年前にはこそって PSA 検査を追加していた各健保組合でしたが、最近は PSA 検査の補助を終了した健保組合が増えてきています。当健保組合では、男性の高年齢者が多いという構成人員を考慮して、PSA 検査の費用補助を実施していますが、本来 PSA 検査は自分にとってのメリット・デメリットを検討して、受けるかどうかを自己決定すべき検診項目。55 歳以上男性全員に自動的に PSA 検診を付加するという方法を見直すべき時が来ているのかもしれない。

医療は日進月歩です。現在も世界各地で追跡調査が行われ、今後、新しい見解が出てくる可能性もあります。最新の情報・情勢を確認しながら、加入員の皆様にとって必要な健診・検診をニッパツ健保からご提供していきます。



PSA 精密検査の図

まとめ

- 厚労省推奨は、胃・大腸・肺・乳房・子宮頸部のがん検診だけ
- すべてのがん検診には、メリット・デメリットがある
- 厚労省推奨以外のがん検診は、本人判断で受けるもの
- 前立腺がんの進行は一般に遅い
- 知ってた？ 検査の 2 日前から禁欲が必要

山田 今の健保組合を取り巻く環境はどうなのですか？

嘉戸 全国の約1400の健保組合は総じて大変厳しい環境にさらされています。それは加入員の高齢化の進行による保険給付費の増大と我が国全体の高齢化による社会保障費の増加を支える納付金の負担増という、直接間接の高齢化の影響をまともに受けています。全国で5割を超える健保組合が赤字決算を強いられていますが、当組合は幸い、グループ各社の業績がおおむね良いので、赤字にはなっていません。

山田 その中で、当組合の2016年度の重要課題は何ですか？

嘉戸 赤字ではないとは言いながらも、新年度はほぼ収支トントンです。ですから、懸命に支出を抑えていくことが大切です。

納付金は国が決めますので、減らせませんが、何とか保険給付費を削減するべく、役職員一同で色々考えています。

最優先課題はがんの早期発見・早期治療です。調べてみると、過去12年間の本人・家族の入院時の病名のトップは9年間もがんです。また死因のトップもがんです。当組合は古くからがん検診・人間ドック受診制度を充実させており、近年も肺がん検診や胃がん・大腸がんの精密検査を充実させていますが、残念ながら受診率は高くはありません。国民の2人に一人がかかると言われるがんですが、その対策は早期発見・早期治療がほぼ全てとされています。ぜひ、面倒がらずに、怖がらずに一人でも多くの方に受診して欲しいと願っています。

他には、個人向け健康情報提供サービスを開始します。それはKenCoMと言っていますが、スマートフォンやPCを使う若い方に自分自身の健診結果を身近に感じてもらい、それに関連する情報を収集して欲しいと思います。特に家庭の奥様に利用してもらい、一家の健康を支えて欲しいと期待しています。

山田 理事長ご自身の健康法をお聞かせ下さい。

嘉戸 特にないのですよ(笑)。何も無い、何も意識しないのが健康の秘訣だと思います。幸いにも何処も悪いと所はないので。遺伝の関係で高血圧と高脂血症の薬を飲んでいますが、がん検診でも特に心配な結果はありません。もし悪い結果が出たら、特別な健康法に取り組もうと思っています。

山田 ありがとうございます。

面倒がらずにがん検診の受診を

健康保険組合の嘉戸理事長に、保健師の山田がお話を伺いました。

山田 理恵
健康保険組合保健師



嘉戸 廣之
健康保険組合理事長

TOP INTERVIEW

2万円の投資で720万円儲ける方法!?

34歳以下の喫煙者限定



「禁煙したいけど、保険がきかないんだよね」とあきらめていた34歳以下の皆様。2016年4月から、あなたも保険診療で禁煙治療が出来ます!

2015年度までは「1日に吸うタバコの本数×喫煙年数=200以上」であることが、保険診療の条件でした。しかし、34歳以下の人に限っては、この条件が外されることになりました。

自費の場合、3ヶ月で約6万円の治療費ですが、保険診療の場合、健保が7割分をサポートしますので、本人負担は3ヶ月で約2万円となります。

毎日1箱吸っていれば、430円×30日=12,900円。1年で約16万円。34歳の方が、これから80歳まで45年間タバコを吸い続けると約722万円。若い時の「3ヶ月の禁煙治療、2万円」の投資で、将来の720万円を灰にしないで済みます。お金では買えない、あなたとあなたの周りの人の健康も損なわずに済みます。オトクな人生を選ぶのは、あなたです!

禁煙治療について詳しく知りたい方は、下記のURLにアクセスするか、健保組合 保健師 山田 (r.yamada@nhkspg.co.jp) までお問い合わせください。



あなたの今の年齢	80歳までの年数	禁煙で節約できる総額	こんな車を買えます!
35歳	45年	704万円	アルファード/ベルファイヤー Hybrid
40歳	40年	626万円	DODGE チャージャー
45歳	35年	547万円	AUDI A4
50歳	30年	469万円	シボレー カマロ
55歳	25年	390万円	トヨタ 86GTエアロ
60歳	20年	312万円	トヨタ プリウス
65歳	15年	233万円	FIAT パンダ

今からでも遅くない禁煙の節約術。あなたが45歳の喫煙者なら、今日から禁煙すると煙のように消えるはずだったお金を「アウディA4」に変えることが出来るかも!! さて、あなたならどうする?

なんと今なら全車種に「おいしい空気」のオプション付き!



35歳以上の喫煙者限定

今からカッコイイ車に乗り換える方法!?

「何のために健康になるのか？」

年末に素晴らしい言葉に出会った。それはある大学教授が「仕事や人生のパフォーマンスを上げるために健康になろう。自己健康管理能力を高めよう。」というものである。

これは長年考えてきた「なぜ、健康になりたいのか？」の疑問に答えに答えている。健康は手段であって目的ではない。ではどのような手段を選択するのか？

世の中には健康に関する情報が溢れかえっている。どれを信頼すれば良いのだろうか？ 信頼できる情報源はあるのか？ その答は難しいけれども、少なくとも容易に（無料で）入手できるインターネット、テレビ番組や新聞・雑誌ではないと思う。最有力な情報源は自己投資をして経験を積み重ねた専門家である医療職の方々ではないだろうか？ その意味でも国が進めようとしている総合医（かかりつけ医）制度は充実させていくべきであり、併せてかかりつけ薬局の存在も重要であろう。

私自身、かつて近所の内科医に高血圧症を診てもらっていたが、どうも処方される薬が多いと感じたので、セカンドオピニオンとして今の内科医に相談したところ、「こんなにたくさん降圧剤を飲んではいけません！」と言われ、栄養・運動指導を受けながら、薬を半分減らした結果、数年たった現在は体調が良い。この間、筋肉痛や鼻の術後経過の相談に乗ってくれている。前の内科医と異なり、診察中は私の目を見て話してくれるし、私の質問にも親身に答えてくれる。まさに我が家のホームドクターであり、信頼している。

また、加齢とともに血糖値が上がってきたので、その医師の助言もあり、昨夏から大好きな日本酒とワインを控えている。今年は海外旅行の予定もあり、長女も結婚するかも知れないので、年間通して風邪もひかず健康でありたいと願っている。そのためには我慢をしたり、日々努力して「仕事や人生のパフォーマンスを上げたい」と元旦に考えた次第である。

たなか新聞

田中 克彦



人間ドック 奥様特定健診

被保険者のみなさまの人間ドックの案内については、お勤め先からお知らせされております詳細をご確認ください。

35歳以上の被扶養女性配偶者（奥様）の方々は、ご主人宛にお送りしております「2016年度奥様特定健康診断のご案内」をご確認の上、4月15日までに健保へ利用申請してください。

※日程の変更などありましても、当健保への連絡は必要ありません。

人間ドック 人気健診機関 ベスト3

- 1位 昭和伊南総合病院（長野県） 309人
- 2位 総合健診センターヘルチェック（神奈川・東京） 133人
- 3位 JAあつぎ・さがみはら（神奈川） 95人

長野県民の昭和伊南に対する愛情がすごい！

奥様健診 人気健診機関 ベスト3

- 1位 総合健診センターヘルチェック（神奈川・東京） 293人
- 2位 JAあつぎ・さがみはら（神奈川） 129人
- 3位 上大岡総合健診センター（神奈川） 69人

ヘルチェックは施設数No.1

詳しくは、ニッパツ健保のホームページをご覧ください。

<http://www.nippatsu-kenpo.or.jp/>

トップページ左中



人間ドック・奥様健診





塩麴

免疫をつかさどるリンパ球の6～7割は腸に集中しています。発酵食品の麴で腸内環境を整えることで、免疫力をUPさせ、がんの予防や、免疫力の過剰反応によっておこるアレルギーの予防・改善に役立ちます。免疫で特に重要なのがリンパ球の一種であるヘルパーT細胞。アレルギーやがん、自己免疫疾患などの発症リスクに関与しています。ヘルパーT細胞には1型と2型があり、絶妙なバランスで保たれることで免疫力が高まります。しかしストレスや食生活の乱れなど、なんらかのきっかけで2型が優位になると花粉症などのアレルギー反応が出たり、発がんリスクも高まります。1型が優位になりすぎると、免疫系が暴走し、正常な細胞を自ら攻撃する自己免疫疾患などにかかる可能性が高まります。そのため発酵食品を摂取して腸内環境を整えることで、1型2型のバランスをよくなり、花粉症を防ぎます。

しそ

花粉症にはしそシロップが効くと聞いたことはありませんか？ しそにはアレルギー症状を抑える働きのあるαリノレン酸、炎症を和らげる働きのあるローズマリン酸が含まれているんです。

【材料】

塩麴 100g
しそ 10枚程度 みじん切り

焼きネギ×しそ塩麴 で風邪予防も。

ネギには免疫力を高めるビタミンA、ビタミンC、抗菌・抗ウイルス作用のあるネギオールという成分が含まれています。風邪予防にもなり、まだ寒いこの時期の花粉症にびったりのおかずになります。

【作り方】

ネギは3～5cmにカットし、サラダ油やオリーブオイルをしいたアルミホイルに並べ、5～7分グリルします。軽く焦げ目がついていたら、出来上がり。そこにしそ塩麴をかけていただきます。



焼きネギ×しそ塩麴で風邪予防も。

ネギには免疫力を高めるビタミンA、ビタミンC、抗菌・抗ウイルス作用のあるネギオールという成分が含まれています。風邪予防にもなり、まだ寒いこの時期の花粉症にびったりのおかずになります。

特に鼻が辛い花粉症には、納豆に混ぜて

納豆やオクラや山芋など、ネバネバする食品に含まれるムチンには鼻の粘膜を保護、修復する働きがあります。納豆に醤油などを入れず、しそ塩麴を小さじ1杯分をまぜて使うと鼻が辛い花粉症の症状を和らげます。

【材料】

納豆 1人分
しそ塩麴 小さじ1



<筆者紹介>

藤原 理恵

幼稚園に通う双子の男の子のママ。保育園の栄養士として働いています。

甘酸っぱいものには目がなく、漬物や特に東南アジア料理が好き。栄養バランスには気を使っていますが、

たまにはジャンクフードを食べながらDVDを観るのもアリですよ(笑) 日々の運動は育児・家事・仕事！無理せず健康に、が私のスタイルです♪ 日本女子大学家政学部卒業。産婦人科保育園の栄養士や化粧品などの美容モデル・イメージモデルも勤めています。



2016年4月より健康保険制度の一部が改正されます。

医療の仕組みは4月からこう変わります！

(2016年度の診療報酬改定のポイント)

外 来	<ul style="list-style-type: none"> 紹介状のない大病院を受診すると患者は追加で5,000円以上支払う。 認知症や小児科の「かかりつけ医」の報酬の増額。
入 院	<ul style="list-style-type: none"> 難病治療の後押しのため、高度な手術の報酬を最大3割値上げ。 入院費の削減のため、早期の退院に取り組むと病院側の報酬を増額。 ムダな薬を減らすため、飲む薬を入院中に2種類減らすと報酬2,500円増。 入院時の食事費が1食あたり¥260→¥360 2年後にさらに¥100アップ。
薬 局	<ul style="list-style-type: none"> ムダな薬を減らすため、身近な「かかりつけ薬剤師」の報酬増。 大病院の前にある「門前薬局」の基本報酬を2～5割減。
その他	<ul style="list-style-type: none"> 将来の医療費削減のため、34歳以下の禁煙治療に保険適用可能。 ジェネリック医薬品の普及のため、価格を新薬の6割→5割に値下げ。

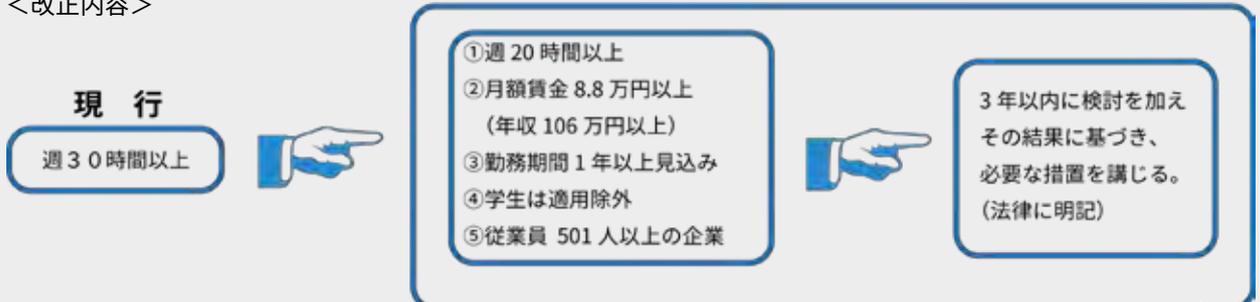
傷病手当金、出産手当金等の一日当たりの額の変更

皆様にお支払する傷病手当金、出産手当金等の一日当たりの額は、現在、受給開始直前の標準報酬月額から計算されていますが、2016年4月から、計算の基準となる標準報酬月額が直近1年間の標準報酬月額の平均となります。傷病手当金、出産手当金等の一日当たりの額が事業所の日額と異なる可能性があります。また、当健保では4月支給分から支給審査が厳格化されます。

パートタイマー等の社会保険適用拡大

短時間労働者への適用拡大 (2016年10月～)

<改正内容>



年金機能強化法が成立したため、社会保険の被保険者の範囲が拡大されます！

受けてから始まる健診のこと

2015年度決算報告

健康づくりイベント

みんなの健康管理術

たなか新聞 ・ KenCoMレシピ

次号8月5日(金) 発行予定

編集後記

お互いの子供に同じ名前を付けるほど仲の良い20年来の友人が、5年前から雑誌の読者モデルになり、あれよあれよという間に人気モデル仲間入り。なんと来月から、その雑誌の表紙を飾ることになりました！妊婦時代からお互いの家に毎日行き来したり、どちらも2人の子供に恵まれてとても楽しい日々でしたが、その途中にはお互いのパートナーとお別れしたり、友人はガンになったり、私も卵巣嚢腫で2回も手術したり、子供の受験で悩んだり、とにかく多くの時間を彼女と過ごしてきました。私が酷く落ち込んでボロボロの時には、常に寄り添ってくれ、頼りになったその友人の新しく輝かしい第二の人生が始まります。トップモデルともなると、いろんなところで悪口を言われたり、あらぬ嫌疑をかけられたりと本当に苦勞は続きますが、これからは私が彼女を支えて、またいつか私も支えられて、いつまでも長く友情を慈しんでいきたいと思いました。ぜひ「STORY (光文社) 5月号」をお買い求めください(笑)

保健事業担当 A