

川崎医療生協

新年号



川崎区 佐藤 邦江

川崎医療生協の現状

——〈11月末〉——
 組合員 44,074人
 出資金 1,546,939,500円
 川崎医療生協では一世帯5万円以上
 の出資金をめざしています。

発行所 川崎医療生活協同組合 〒210-0804川崎市川崎区藤崎4-21-2 発行責任者 木下 隆成
 定価1部10円千60円 (購読代金は出資金に含まれています) TEL.044 (270) 5881

「川崎医療生協」ってナンダ?

— 健康をつくる 平和をつくる いのち輝く社会をつくる —

8 あさお診療所
 麻生区上麻生 2-1-10
 ☎044-951-3940

7 久地診療所
 高津区久地 4-19-8
 ☎044-811-7771

介護老人保健施設 樹の丘
 高津区久地 4-19-1
 ☎044-820-0350
 ※無料低額診療事業実施施設

- 樹の丘地域包括支援センター
 高津区久地 4-19-1
 TEL: 044-820-8401
- たま訪問看護ステーション
 高津区久地 4-23-1くじらビル3R
 TEL: 044-850-2766
- たまヘルパーステーション・虹
 高津区久地 4-23-1くじらビル2R
 TEL: 044-850-8482
- 溝の口ケアプランセンター
 TEL: 044-850-8481

6 坂戸診療所
 高津区坂戸 1-6-18
 ☎044-822-2710

5 ●なかはら訪問看護ステーション
 中原区上平間 1264号 体・プ なかはらビル
 TEL: 044-520-3381

●なかはらケアプランセンター
 TEL: 044-544-9666

●デイサービス・みやび
 TEL: 044-544-1621

●なかはら看護小規模多機能ホーム
 TEL: 044-276-8708

4 川崎セツルメント
 診療所
 幸区古市場 2-67
 ☎044-544-1601

1 川崎協同病院
 川崎区桜本 2-1-5
 ☎044-299-4781(代)
 ※無料低額診療事業実施施設

協同ふじさきクリニック
 川崎区藤崎 4-21-2
 ☎044-270-5131
 ※無料低額診療事業実施施設

生協歯科クリニック
 川崎区桜本 2-1-22
 ☎044-277-4618
 ※無料低額診療事業実施施設

- おおしま訪問看護ステーション
 川崎区大島 3-21-15クラルテ市川1F
 TEL: 044-211-0200
- おおしまヘルパーステーション・虹
 TEL: 044-230-5011
- おおしまケアプランセンター
 TEL: 044-200-0571
- 藤崎地域包括支援センター
 川崎区藤崎 4-20-1矢口ビル1F
 TEL: 044-270-3215

3 京町診療所
 川崎区京町 2-15-6神和ビル
 ☎044-333-9516
 ※無料低額診療事業実施施設

2 大師診療所
 川崎区大師町 6-8
 ☎044-266-5744
 ※デイケア実施施設

●たいしヘルパーステーション・虹
 川崎区大師町11-3 シティハイム大師
 TEL: 044-280-7165

3 ●京町地域包括支援センター
 川崎区京町 2-15-6神和ビル
 TEL: 044-333-7920

●デイサービス・きょうまち
 川崎区京町 2-16-3
 エステ・スクエア川崎京町105号
 TEL: 044-280-7402

は介護事業所

「生協」といって、食品を扱う団体のことだと思われがちですが、医療生協という「生協」もあります。「生協」は生活協同組合の略で、消費生活組合法に基づいて設立された法人です。川崎医療生活協同組合(桑島政理理事長)もその一つですが、食品ではなく、医療や介護など福祉の事業・サービスを担っている生活協同組合です。組合員による出資金によって成り立ち、川崎市内で活動しています。



川崎市内に35の支部があり、その支部には「支部運営委員会」という組合員の組織があり、支部運営委員が「班」活動のサポートや、

今年で設立67年目を迎える川崎医療生協は、現在川崎市内で川崎協同病院(川崎区桜本)や協同ふじさきクリニック(川崎区藤崎)をはじめ9つの病院・診療所を開業しているほか、介護老人保健施設や訪問看護ステーションなど医療、介護・福祉関連の事業所もついであります。

病気の治療や介護サービスを提供するほかに、地域の人々を対象に血圧や体組成、骨密度、血管年齢などの健康チェックや認知症予防体操、医療講演会などの保健予防活動に取り組んでいます。また、社会保障制度を学び、活用できるように相談活動にも力を入れています。

川崎医療生協には誰でも出資金500円で加入することができ、可能な方は初回3000円からの加入をお願いしています。脱退をする時は出資金は返却されます。(詳細は定款参照)。組合員の数は44074人(11月末現在)です。

川崎医療生協の主人公は組合員です。川崎市内に35の支部があり、その支部には「支部運営委員会」という組合員の組織があり、支部運営委員が「班」活動のサポートや、

地域での保健予防活動の推進や、地域で何か問題が起きた時にその解決にむけて活動をしています。「班」とは、地域の組合員が3人集まってつくっているグループで絵手紙や手芸などの趣味の班や、体操やウォーキングをする健康づくりの班など活動内容はさまざまです。地域内で定期的に集まって親交を図り、楽しんでいきます。

地域の人たちとの絆づくりが、地域を活性化し、そこに住む人たちが一人ひとりが元気になる川崎医療生協は考えています。そのため、組合員以外の人たちとも一緒に健康づくりをすすめていこうと考えています。

町内会や老人会、会社などで「認知症について知りたい」、「病気の事について知りたい」、「体操をしたい!」などの要望に応じて、医師、看護師などの専門家の講師を派遣したり、運動指導士やトレーナーの指導のもと体操教室も開催したりしています。

地域の人々と一緒に明るく楽しい街づくりを目指し、「地域まるごと健康づくり」を川崎医療生協はすすめています。

加入申し込みや問い合わせは、川崎医療生協・組織部(☎044-2666-7532)まで。

地域での保健予防活動の推進や、地域で何か問題が起きた時にその解決にむけて活動をしています。

設立1951年、保健予防にも

川崎市内に35の支部があり、その支部には「支部運営委員会」という組合員の組織があり、支部運営委員が「班」活動のサポートや、

今年で設立67年目を迎える川崎医療生協は、現在川崎市内で川崎協同病院(川崎区桜本)や協同ふじさきクリニック(川崎区藤崎)をはじめ9つの病院・診療所を開業しているほか、介護老人保健施設や訪問看護ステーションなど医療、介護・福祉関連の事業所もついであります。

病気の治療や介護サービスを提供するほかに、地域の人々を対象に血圧や体組成、骨密度、血管年齢などの健康チェックや認知症予防体操、医療講演会などの保健予防活動に取り組んでいます。また、社会保障制度を学び、活用できるように相談活動にも力を入れています。

川崎医療生協には誰でも出資金500円で加入することができ、可能な方は初回3000円からの加入をお願いしています。脱退をする時は出資金は返却されます。(詳細は定款参照)。組合員の数は44074人(11月末現在)です。

川崎医療生協の主人公は組合員です。川崎市内に35の支部があり、その支部には「支部運営委員会」という組合員の組織があり、支部運営委員が「班」活動のサポートや、

地域での保健予防活動の推進や、地域で何か問題が起きた時にその解決にむけて活動をしています。「班」とは、地域の組合員が3人集まってつくっているグループで絵手紙や手芸などの趣味の班や、体操やウォーキングをする健康づくりの班など活動内容はさまざまです。地域内で定期的に集まって親交を図り、楽しんでいきます。

地域の人たちとの絆づくりが、地域を活性化し、そこに住む人たちが一人ひとりが元気になる川崎医療生協は考えています。そのため、組合員以外の人たちとも一緒に健康づくりをすすめていこうと考えています。

町内会や老人会、会社などで「認知症について知りたい」、「病気の事について知りたい」、「体操をしたい!」などの要望に応じて、医師、看護師などの専門家の講師を派遣したり、運動指導士やトレーナーの指導のもと体操教室も開催したりしています。

地域の人々と一緒に明るく楽しい街づくりを目指し、「地域まるごと健康づくり」を川崎医療生協はすすめています。

加入申し込みや問い合わせは、川崎医療生協・組織部(☎044-2666-7532)まで。

地域での保健予防活動の推進や、地域で何か問題が起きた時にその解決にむけて活動をしています。

設立1951年、保健予防にも

地域とのつながりを求めて

地域での保健予防活動の推進や、地域で何か問題が起きた時にその解決にむけて活動をしています。「班」とは、地域の組合員が3人集まってつくっているグループで絵手紙や手芸などの趣味の班や、体操やウォーキングをする健康づくりの班など活動内容はさまざまです。地域内で定期的に集まって親交を図り、楽しんでいきます。

青い空


昨年、本紙では「私の流儀」、「ゴローちゃん」と子どもたち、「減塩料理レシピ」など新シリーズを連載し、「組合員の広場」でも、組合員の活動報告だけではなく、これから行う企画を宣伝し、読者に医療生協の企画に参加してもらえよう工夫しました。それは、医療生協が絆づくりを大切に、「地域まるごと健康づくり」を推進しているからです▼私が生まれた1967年に「核家族」という単語が流行語になったそうです。そして、1980年ごろから「孤独死」という言葉がテレビにははじめ、続いて「無縁社会」、「無縁死」がマスコミに出ています。私が10代の頃、「近所のアパートで一人暮らしの男性が亡くなった。どうも仕事がなく、ご飯も食べられず、餓死したようだ」という話を聞きました▼当時は、「この時代に餓死」と、大事件のように報じられていましたが、今では当たり前のように孤独死の報道に接しています。自分の感覚が麻痺していることに恐ろしさを感じます。少しでも医療生協の絆づくりが命を救う活動になればと願います。

編集長 城谷 創一


(お願い) 住所(住居表示変更含む)や家族の変更がありましたら、本部までご連絡ください。

もういくつ
寝ると年金
もらえるの
アラフィフ男子(幸区)

孫が来て
ポチが拗ねてた
お正月
和泉 見早子(中原区)




稜線を
たおやかに染めし
初日の出
深作 ヤス(川崎区)



五年越し
断捨離・終活
来年も
木ノ内 せつ子(麻生区)

酒飲んで
薬を飲んで
カメラ嚙み
荻沼 貞之(玉川支部)

今年こそ
我が家に泊れ
福の神
山口一男(川崎区)




リハビリが
効いたかセブンに
杖わすれ
斉藤 仲治(池上新町支部)

ぼけてない
ぼけてないよと
ぼけている
山崎 多美(川崎区)

新春
川柳




民の声
届かず上で
空回り
笹木 ハル(京町支部)



モリ消えて
カケだけ残り
うやむやに
山口 良春(川崎区)

手足首
三首あたたため
カゼ知らず
又三郎(川崎区)



重ね着が
増えても寒い
枯れ木山
宮沢 明(宮前区)

餅つまり
一瞬目にした
浄土かな
K・R(神奈川県)

とし明けて
後期のあこがれ
グレーヘア
二瓶 佳子(川崎区)

正月や
歳も近づくと
10%の税来るな
阿部 和子(麻生区)

安倍がいう
ていねいけんきよ
程遠く
谷田部 洋子(高津区)

第21回組合員 活動交流集会

日時 2018年1月27日(土)
10時から15時30分

場所 サンピアンかわさき
(川崎市立労働会館 川崎区)

テーマ 「今こそ出番! 楽しく健康で心躍る生協
~ハッピー ヘルシー マンボ!~」

記念講演 齋藤 文洋医師
東京保健生活協同組合 大泉生協病院院長
医療福祉生協連事業所利用小委員会委員長

問い合わせ ☎044-266-7532 川崎医療生協組織部



薬剤師さん大募集

<常勤・パート>
新卒・既卒を問いません。
病院研修および卒業後研修も充実して
います。お知り合いの方の紹介も歓迎
いたします。奨学生も募集中!

応募・問い合わせ先
横浜市神奈川区鶴屋町3-35-1
第2米林ビル6F
一般社団法人 メディホープかながわ

担当 人事担当まで
電話 045(624)8704
FAX 045(624)8706
Email kanagawa@medi-hope.or.jp
URL http://www.medi-hope.or.jp

川崎薬局
☎299-4780
川崎協同病院横

大師薬局
☎266-5759
大師診療所前

川崎コスモ薬局
☎355-6395
京町診療所となり

「がいんビル」



介護用品・レンタル
2F かりん
☎287-7390

1F 川崎すみれ薬局
☎287-7510

そよかせ薬局
☎533-1223
川崎セツメント診
ななめ前

くじら薬局
☎820-0331
久地診療所の近く
くじらビル

組合員さん、はたらくみんなの薬局 **メディホープかながわ**

大きくなったらピアノの先生になりたい

おもちゃで遊んでいる最中の3歳の娘、千穂に「なにになりたい？」と聞いてみたところ「ピアノの先生になりたい」と言います。つい最近までは「バナナ」とか「プールの人」など抽象的でしたが、成長した娘の姿に心が和みました。



夢がかなう平和な社会に

まだまだどんな夢が出てくるかわかりませんが、親としても、子どもたちの夢が実現できるような平和な社会であってほしいと思います。

高岡哲史(32)

大きなロボットを作りたい

ボクの大好きなことは、プラモデルの組み立てです。色々な物を作ることです。



甘柿1000個実らせたい



優月ちゃん(左) 萌々香ちゃん(右)

絵本作家になりたい

絵本は、ぼうけんをさせてくれます。たんけん家や魚にもなんにでもなれます。なので私は絵本作家になりたいです。

私は絵を書く事が大好きです。とくに色どりのいい絵が好きです。絵本に「きみはほんとうにステキだね」というお話があります。そのお話はティラノサウルスがでてきて迫力があつたので、嬉しく思いました。

ふと、自分が小学生の頃はどうだっただろうと思

い、卒業アルバムを探しました。そこに書かれていたのは「世界征服」。他にも数人世界征服を夢見る少年たちがいきました。当時そう書くことがカッコイイと思つていたので、嬉しく思いました。

たので、嬉しく思いました。ふと、自分が小学生の頃

はどうだっただろうと思

い、卒業アルバムを探しました。そこに書かれていたのは「世界征服」。他にも数人世界征服を夢見る少年たちがいきました。当時そう書くことがカッコイイと思つていたので、嬉しく思いました。

堀越日和(10)

目標をもつて

私たちがえんどう豆班は毎月班会を開いています。班員は皆、後期高齢者です。去年は班でまとまって健康診断を受けました。班会で問診を書き、送迎付きの受診で、結果返しも班会で行いました。

- ①何時までも元気で迷惑をかけずに長生きすること
- ②皆集まって健康について話し合うこと
- ③楽しみながら活動していくこと

新川崎支部 えんどう豆班 小林清子(84)



一番左が小林さん

班を大きくしたい

横浜から引越してきた2年になります。川崎医療生協では、運営委員会に参加するだけでしたが、支部長が企画してく

れたハイキングに参加しました。他支部の人とも話し、班活動の面白さなどを聞き、班を作ろうと運営委員

4人が集まりました。なか健康に良いことをしようと話し合いました。

体組成チェックをしてみると、みんな脚力が弱いことがわかりました。「では、最初はハイキングにしよう

よ。その次は小松トレーナーにお願ひして、セラバンドをやるよ」と、みんな意見が出てきて、来年1

〜3月の予定が決まりました。「なんか楽しくなってきたね」の声に、班を作つて良かったと思ひました。

1年かけてこの班を大きくしたいと思ひます。

古向支部 前原典子



新しい班の仲間と(右から2番目が前原さん)

サンゴの産卵に立ち会いたい

30年程前にスキューバダイビングのライセンスを取得しました。その頃の石垣島の海は、一面のサンゴ礁で魚の数も種類も多く感動しました。再び訪れた時エルニーニョ現象とオニヒトデの被害によりサンゴの墓場状態で、魚も少なくシヨックをうけました。



苗が食べられないようにカゴで保護

そこで私が所属している、日本シニアダイバーズクラブの有志と沖縄でサンゴ研究をしている人達と2008年から毎年サンゴが死滅した場所にサンゴの苗の植え付けをしています。数センチの苗が今では数十センチに育ち、今年あたり

よ。その次は小松トレーナーにお願ひして、セラバンドをやるよ」と、みんな意見が出てきて、来年1〜3月の予定が決まりました。「なんか楽しくなってきたね」の声に、班を作つて良かったと思ひました。

1年かけてこの班を大きくしたいと思ひます。

古向支部 前原典子

渡田支部 名倉三世子(72)

フレイルチェック

- 体重の減少
- 疲れやすい
- 歩行速度の低下
- 身体活動性の低下
- 握力の低下

「フレイル」とは?

フレイルとは英語の「Frailty (フレイルティ)」からきた言葉で「虚弱」という意味です。フレイルは、加齢に伴う身体的、精神・心理的、社会的要因に悪い影響をあたえます。健康な状態と要介護状態の中間の状態をいいます。早期に発見し、適切な対応をすることで元に戻ることができると言われていています。

3つ以上当てはまれば“フレイルの状態”

フレイルにならないポイント

- 社会参加**
外に出て他人とのコミュニケーションを取ろう
- 栄養**
バランスのよい食事を、よく噛んで食べましょう。若いうちは食べ過ぎに注意と言われますが一定の年齢になったら“しっかり食べる事”が大切です。
- 運動**
筋力の低下が意欲の低下につながります。適度な運動を心がけましょう。

※この3つが健康長寿の3本柱。どれかが低下してくると、他の項目にも影響してくると言われています。この3点に気をつけて日々の生活を送りましょう。



オーラル・フレイルチェック

- 6ヶ月で2～3kg以上の体重が減少した。
- お茶や、汁物でむせたり、咬めない物が増えたり、食べこぼしがある。
- 口の渴きが気になり、腔内が不潔である。
- 抜けた歯がそのままになっている。
- 肉、魚、野菜が食べにくく感じるようになった。

※3つ以上あてはまったら要注意

食べるのが大事

「オーラル・フレイル (口の虚弱)」とは、しっかり美味しく食べることができずに栄養を吸収することができなくなる、身体の衰えのはじまりの一つです。かかりつけの歯科医院をつくり定期的に検診を受け、口腔トラブルの早期発見・治療がオーラル・フレイルの効果的な予防につながります。

足腰のトレーニングに加えて「あいうべ体操」や「ロングピロピロ」を活用し、自宅や班会などで楽しく“健口”づくり・オーラル・フレイル予防を実践しましょう!

口呼吸チェック

- 無意識にいつも口を開けている
- 朝起きた時にのどがヒリヒリする
- 口を閉じると、あごに梅干し状のシワができる
- 食べる時、クチャクチャ音を立てる
- 歯の咬み合わせが悪い
- くちびるがよく乾く
- いびきや歯ぎしりがある
- 口臭が強い
- タバコを吸っている
- 激しいスポーツをしている
- 歯並びが悪い、または前歯が出ている

一つでも当てはまれば…あなたは、口呼吸かもしれません!!

フレイル(虚弱)予防は お口から

オーラルフレイルの進み方

第1段階	第2段階 オーラルフレイル	第3段階	第4段階
<ul style="list-style-type: none"> ・歯の喪失 ・口周りの健康への関心低下 ・活動量の低下 ・社会生活の広がり低下 	<ul style="list-style-type: none"> ・滑舌の低下 ・食べこぼし、むせ ・かめない食べ物が増える ・食欲の低下 ・食品の偏り 	<ul style="list-style-type: none"> ・かむ力の低下 ・舌の動きの悪化 ・食べる量の低下 ・筋力・筋肉量の低下 ・低栄養 ・代謝の低下 	<ul style="list-style-type: none"> ・飲み込み障害 ・かむ機能の不全 ・虚弱 ・運動・栄養障害 ・要介護

生活の質が徐々に低下 → 疾患や薬が徐々に増加

口呼吸改善はあいうべ体操

「あ」「い」「う」「べ」の口で、舌を鍛えて口呼吸を鼻呼吸に改善していく口の体操をしましょう

- 「あ」と口を大きく開く
- 「い」と口を大きく横に広げる
- 「う」と口を強く前に突き出す
- 「べ」と舌を突き出して下に伸ばす

1～4を1セットとし、1日30セットを目安に毎日続ける。

お口のことでの悩みは

～お口の違和感を感じたら
かかりつけの歯科に
ご相談下さい～

生協歯科クリニックでもご相談に応じます!

問い合わせ
☎044-277-4618

ロングピロピロで腹筋と表情筋を鍛えよう!

—全国の医療生協で普及中—

基本姿勢

- ①背筋を伸ばして、斜め上45度に顔をあげ、片手で軽く台紙を支えます
※必ず背筋を伸ばし、斜上45度を向ってください
- ②鼻からゆっくり息を吸い込みます。このとき、丹田(おへその下)に空気を貯めていくイメージでお腹をふくらませます
- ③口からゆっくり10秒かけて最長の長さまでゆっくり伸ばします。(苦しい場合は無理せず、伸ばせるところまでにする)お腹をへこましながら体の中の悪いものを全て出し切るように息を吐き出します

- ステップ1**
ロングピロピロには4段階の印がついています。まずは深い深呼吸をして、1段階目の印まで伸ばします。
- ステップ2**
2段階目の印まで吹いて伸ばし、元に戻します。
- ステップ3**
3段階目の印まで吹いて伸ばし、元に戻します。
- ステップ4**
以上が慣れてきたら、最長の長さまで10秒かけて伸ばし、4秒かけて元に戻します。これを1日10回を目安に行いましょう。

新年に「活」を入れましょう

地域の人と職員の生活と健康を守る

川崎医療生協 理事長 桑島 政臣



として長年取り組んできた平和運動に今年も旺盛に参加して行きます。年号「平成」は来年4月で終わり、消費税10%も来年10月に控えています。落ち着かない年になりそうです。

「村度」と「インスタ映え」、今年の漢字2017は「北」でした。

さてそんな中、明るいニュースもありました。昨年7月の核兵器禁止条約の国連での採択と、「ICAN(核兵器廃絶国際キャンペーン)」のノーベル平和賞の受賞です。授賞式でのサ

ーロー節子さんの世界に向けた演説はすばらしいものでした。核兵器禁止条約に背を向けた日本を痛烈に批判していました。

さて今年はどうな年になるでしょう。年末に突然生じたエルサレム問題で中東が不安定になってきています。トランプ氏の他にも独

裁的傾向を強めるリーダーが増え、戦争の脅威は高まっています。世界はますます危険な方向に向かい泥状化してしまおうのでしょうか。トランプ政権に追随し

防御費を増加する現在の日本政府は、「戦争をしない国」から「戦争ができる国」そして「戦争をする国」へと変貌しつつあります。世界の平和を望む人々が結集し、それぞれの国を動かすような流れをつくらなければなりません。私たちが魂

医療と介護に関していえば、4月から診療報酬と介護報酬の同時改訂が行われます。2025年問題(団塊の世代が後期高齢者となる年)の解決の道として示されている「地域包括ケアシステム」の具体化です。

診療報酬は本体はプラスと提案されましたが、薬剤関係は引き下げられ全体でマイナスとなる予定です。介護報酬は引き上げられましたが、使用が制限される仕組みができそう、医療・介護とも全体としては抑制される方向です。

さて今年1年に向けた決意を漢字1文字で表してみました。「活」(カツ)です。このところの経営不振で昨年は職員に何となく元気がない印象がありました。まずそんなマインドに「活を入れて」私たちの仕事に誇りを持ち直しましょう。

活動、活発、活躍、地域の人と職員の生活と健康を守りましょう。そして「何かやろう。もつとやろう。もつとまわろう。」(マイケル・マーモット著「健康格差」より)。

まず現堀之内町に隣接した位置にある稲毛神社に

関して見ていきます。同社は宮本町に所在し、川崎市役所のすぐそばにありま

川崎医療生協 組合員 限定企画

箱根日帰りバスツアー

先着90名様

日にち: 2018年2月9日(金)

出発: Aコース 川崎南部 (7:45出発)
Bコース 川崎北部 (7:45出発)

到着: 各コース共、出発地に18:30到着予定

行き先: アサヒビール神奈川工場~伊豆フルーツパーク(昼食)~芦ノ湖(車窓より)~大涌谷~鈴鹿かまぼこの里

参加費: 6500円(税込み)

申込み: ☎044-266-7532

川崎医療生協 組織部

*先着順に受け付けます。

旅行企画・実施: 近畿日本ツーリスト神奈川

川ぶらり文学日記 第65回 堀之内編 「稲毛神社」

川崎市川崎区堀之内町。市役所から多摩川方面に向けた数百メートルの間に、全国屈指の風俗店(いわゆるソープランド)や「小料理屋」が立ち並んだ地帯です。ここは一体どのような歴史を歩んできたのか? 今年人間の欲望と金が渦巻く堀之内を見ていきたいと思えます。

稲毛神社の神と名称の移ろい

社伝によると稲毛神社の創建当時と現在の祭神は武甕槌神です。『古事記』『日本書紀』にも登場する神で、鹿島神宮(茨城県鹿島市)の祭神として有名です。稲毛神社は創建当時「武甕槌宮」との名



毎年初詣には多くの参拝者が訪れ、境内には正岡子規や松尾芭蕉の句碑もある。

す。創建年代は明らかでないものの、境内にある大銀杏の樹齢が千年以上と推定されることから、この地域の古社であることは間違いないようです。千年前といえば平安時代ですが、当時の川崎地域は一体どんな姿だったのでしょうか?

由緒ある地名だった堀之内

堀之内は荘園制度により、この地を支配した領主の堀之内の館と、守護神として栄えた稲毛神社(当時の山王社)を中心に河崎荘が形成されていたようです。多摩川河口に近い荒地の河崎荘の開発は困難だったことが想像されます。また館そのものがどこに築かれていたのか、場所は定かではないようですが、一説では稲毛神社付近ではないかとのことです。多摩川の洪水を恐れ濠を掘り、その内側に土塁を築き館を建てたので名称も「堀之内」とも考えられますが、いざこれにせよ確認できる資料も少なく推定の域を越えませんが、現在の「川崎」という地名の発祥の場所の一つであることは言えるでしょう。

あさお診療所事務長 岡 琢也

(お詫びと訂正) 前回(19)の文中に「県立川崎高校(川崎区渡田)田山王町」です。お詫びして訂正いたします。

2つの署名にご協力を!

「安倍9条改憲NO! 憲法を生かす全国統一署名」
「被爆者は核兵器廃絶を心から求めます」

新聞への折り込みや、各事業所で協力を呼びかけています。

読者の広場

読者のみなさまからの声をお待ちしています。

編集委員会 一同



孫の保育園

中原区 上野 規子(61)

産休・育休を終えて4月から仕事復帰予定の娘が、区役所に保育園の入園申込みをした。近くに祖母(私)がいるので減点対象とのこと！

定年退職してフリーの身を満喫していたのに、なんとということでしょう。年明けの選考結果が恐ろしい。

戦争は絶対いや

川崎区 山中寿美子(80)
医療生協二ニュース本紙
11月号の「伝えたい思い」

今年、銀杏が豊作でした。手がかぶれるくらい頑張った。毎日のようにレンジでチンして食べていま

美味しい銀杏

高津区 千葉 和子(68)

激になっていっていると考えています。

頭の体操

高津区 大野 昭二(53)

毎回のクロスワードパズルを楽しんでいます。良い頭の体操であり、出さうでなかなか答が出てこない状況は脳に良い刺激になっていっていると考えています。

を読んで、私も小学2年で終戦になりましたが少し忘れかけていた思いを新たにしました。戦争は絶対いやだと思っています。

一番イケメン

川崎区 吉村 啓子(78)

孫娘が結婚しこの度曾孫(男児)を出産しました。可愛いものですね。1カ月健診の時一番のイケメンに見えたといったら、孫娘に笑われました。

自立とは

多摩区 町井 敏子

「自立とは、他人に上手に頼ること」と医療生協二ニュース本紙11月号の「転ばぬさきの介護保険①」にありました。「人に迷惑をかけない」「人に頼らない」ことが自立だと思われているけれど、人は助け合って生きて行けるんですね。頼れる所はどこにあるのかという情報を得ることがとても大切ですね。

2017年

幸区 橋本 むらさ

2017年はさんざんの年だった。70歳の山を越えられず、杖をつき歩いてきた。急に膝が痛くなり歩けなくなりました。そんな時高校生の孫が学校帰りに時々寄って行くようになった。学校での出来事、友だちのことなどを話してくれる。

自立とは

多摩区 町井 敏子

「自立とは、他人に上手に頼ること」と医療生協二ニュース本紙11月号の「転ばぬさきの介護保険①」にありました。「人に迷惑をかけない」「人に頼らない」ことが自立だと思われているけれど、人は助け合って生きて行けるんですね。頼れる所はどこにあるのかという情報を得ることがとても大切ですね。

2017年

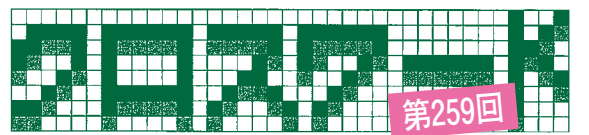
幸区 橋本 むらさ

2017年はさんざんの年だった。70歳の山を越えられず、杖をつき歩いてきた。急に膝が痛くなり歩けなくなりました。そんな時高校生の孫が学校帰りに時々寄って行くようになった。学校での出来事、友だちのことなどを話してくれる。

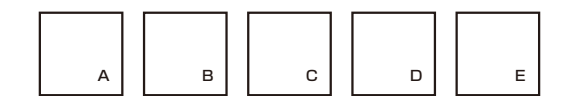
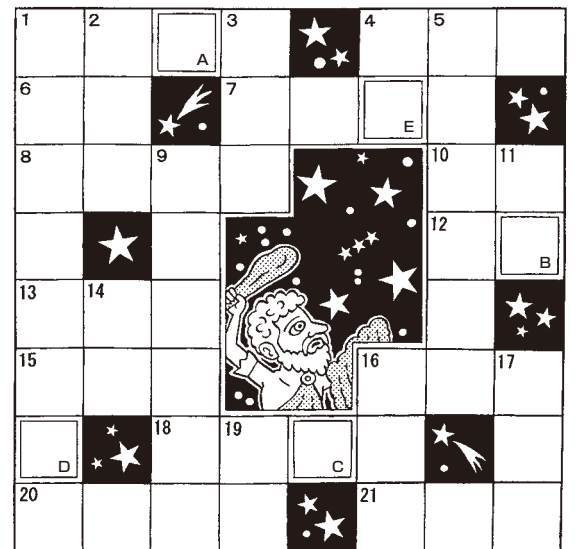
00のたたき売り



川崎区 来住 律子



第259回 (解き方) イラストをヒントにして、二重ワクの5文字をうまく並べてできる言葉は?



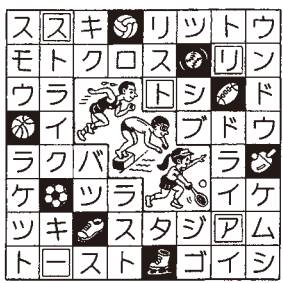
メールでの送付先 s.shirovani@kawaikyo.or.jp

目のカギ

- ① 愛称は「流水の天使」
- ② 「〇〇〇〇マーク」とは初心運転者標識のこと
- ③ 数の単位。何割、何分、何〇〇
- ④ えびす様は左手に鯛。右手には?
- ⑤ 正月の代表的なサイコロを使った遊びです
- ⑥ 日本工業規格。〇〇〇〇
- ⑦ 陸上競技です。〇〇〇
- ⑧ 100歳まで踊りを忘れない鳥。〇〇〇〇。
- ⑨ ロシア革命で成立した国の略称
- ⑩ 日本工業規格。〇〇〇〇
- ⑪ 風邪かな、〇〇〇〇
- ⑫ 計はどごと?
- ⑬ 抽象化⇄〇〇〇〇
- ⑭ ピント外れの質問
- ⑮ 山下達郎の「クリスマス・イブ」は〇〇〇〇
- ⑯ 風邪かな、〇〇〇〇
- ⑰ 計はどごと?
- ⑱ 抽象化⇄〇〇〇〇
- ⑳ ピント外れの質問
- ㉑ 耐え忍ぶことです
- ㉒ 足が10本

タテのカギ

- ① 山口はる江(高津区)
- ② 島 昭彦(宮前区)
- ③ 長野しづ子(多摩区)
- ④ 岩元美恵子(多摩区)
- ⑤ 井口 早苗(麻生区)
- ⑥ 鳥飼 和平(川崎区)
- ⑦ 大坪 景子(川崎区)
- ⑧ 橋本むらさ(幸区)
- ⑨ 大場はるか(幸区)
- ⑩ 元木 良知(中原区)
- ⑪ 菊地結貴子(中原区)



答え「アスリート」

257回 解答と当選者

11月号の答えは「アスリート」でした。応募者は181人(正解は172人)。編集委員会で抽選の結果、左記の方々に図書カードをお送りしました。

- 神保 幸子(川崎区)
飯田 京美(川崎区)
酒井 千晶(川崎区)
佐々木和子(川崎区)
石井 登(川崎区)
伊藤トキ子(川崎区)
田中 祥悟(川崎区)
郷地 淑子(川崎区)
新井 美穂(川崎区)

- 鳥飼 和平(川崎区)
大坪 景子(川崎区)
橋本むらさ(幸区)
大場はるか(幸区)
元木 良知(中原区)
菊地結貴子(中原区)

応募要項

パズルの答えは、葉書で左記までお送り下さい。郵便番号、住所、氏名、電話番号とよろしければ年齢を記入して下さい。メールでの応募もお待ちしています。送付先のアドレスは解答枠の下を

ご覧下さい。医療生協新聞への感想や近況を余白に記入していただければ幸いです。正解者の中から抽選で30人に図書カードをお贈りします(連続10回当選しなかつた方にも贈呈します)。締切りは1月25日、発表は3月号紙面です。送付先 川崎医療生協本部 編集委員会 〒210-0804 川崎区藤崎4-21-2

クロスワードパズルの余白に書かれた「内容」は、紙面に掲載させていただきます。ご了承ください。

2018年 新春 みんなの作品展



はりこ ~はりこの犬~
住吉支部 関 和江



ペーパークラフト ~戊とヘリコプター~
藤崎北支部 濱永 直幹



写真 ~北岳より~ 宮前支部 石黒 勝美



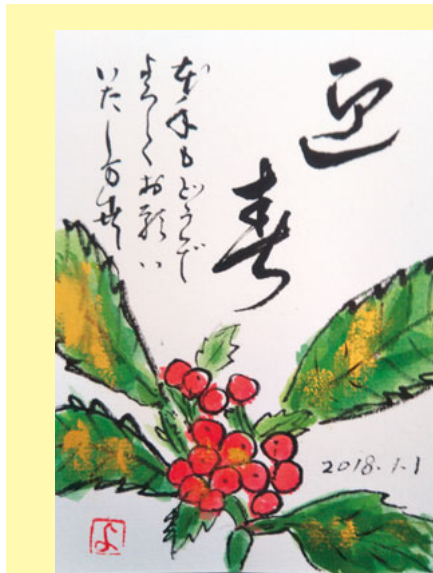
はりこ ~はりこの犬~
住吉支部 八巻 梨子



押し絵
小田支部 荒金 満江



リース
新川崎支部 やよい班 F・S



絵手紙
東小田支部 木下 良子



絵手紙
池上新町支部 和泉 智代子



パッチワーク ~初春~
御幸支部 松本 由紀子

手芸 ~手ぶくろで作ったぬいぐるみ~
大師フレンド支部 内藤 恵子



切り絵 大島支部 組合員



押し絵
南大師支部 須藤 幸子

シャドウボックス 宿河原支部 組合員



写真
〜ピカチュウ〜
大島支部 森川 幸雄