

川崎医療生協

11月号



川崎医療生協の現状

——〈9月末〉——
 組合員 43,335人
 出資金 1,493,024,000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〒60円 (購読代金は出資金に含まれています) TEL.044 (270) 5881

今月号の紙面

- ◆やさしい医学の歴史 健康づくりセミナー **2**
- ◆からだにやさしい料理 **3**
- ◆組合員の広場 **4/5**
- ◆川崎ぶらり文学日記 **6**
- ◆読者の広場・パズル **7**
- ◆伝えたい思い **8**



地域のつながりに一役 医療生協組合員ルーム

川崎市内
9カ所で
日々の
活動拠点に



班会で生け花を楽しむ (京町のコスモスルームで)

診療所内やマンシヨンの一室で

川崎医療生協は健康な時
も地域とのつながりを大切
にしようと、地域の人たちが
集まることのできる場所
として「組合員ルーム」を
設置して、地域の交流を推
進しています。

組合員ルームは、診療所
の中に設置されている所

うどんを100円で 食べる会も

組合員ルームでは地域ご

川崎医療生協では病院や診療所、介護福祉事業所を運営するほかに、医療生協に加入している組合員が、地域の健康づくりや「コミュニケーションをはかること」を応援しています。この活動の拠点となるのが、市内に9カ所ある組合員ルームで、食卓や文化的なイベントなど「地域でこんなことをしたい」という思いを形にしています。同生協ではルームの利用に関心のある新組合員を募っています。

や、マンシヨンの1室を借りているところなどその形はさまざまです。ここでは、組合員が組織する支部の会議が行われるほか、組合員「班会」の集まりが開かれることもありま。

また、高津区の久地診療所内の組合員ルームでは、年に数回「料理教室」を開催し、栄養士の指導のもと、みんなで料理を作って食事を楽しんでいます。

利用したい場合は

組合員であれば誰でも組

台風被害で、保険証をなくしても 受診は可能 火災保険の確認も

10月の台風19号は川崎市内にも大きな被害をもたらしました。川崎医療生協の施設の一部でも被害を受けました。台風の被害では、水害や強風で自宅や家財に損害を受けたケースや身分証明書など重要なものを損失してしまった場合もあ



浸水した高津区久地1丁目付近

るでしょう。なかには、保険証を紛失したという話もあります。厚労省からは各健康保険組合に、今回の災害で保険証を紛失した人にも医療機関で受診ができるようにとの通達が出ています。被災に関連して体調不良に陥るなど健康上の心配がある場合、保険証が一次的になくても、医療機関に受診することができ

また、自宅が損壊したり浸水で家が使えなくなったり損傷した人の中で、火災

保険に入っている場合は、加入している保険の内容を保険会社に確認してみることが第一です。あわてて保険のことを忘れることもありません。まずは、被害の内容を記録しておき、請求できるものがあれば手続きをとることが必要でしょう。川崎医療生協では各事業所で募金(義援金)活動を行います。

(表) 市内に広がる組合員ルーム

行政区	住所	名称
川崎区	川崎区東門前2-1-10 ライズハイツ101	—
	川崎区藤崎4-21-2 協同ふじさきクリニック1階	さわやかルーム
	川崎区京町2-15-5 京町診療所2階	コスモスルーム
	川崎区京町2-16-3 エステスクエア1階	ふれあいルーム
中原区	中原区上平間1264-1 メディホープなかはらビル1階	ふれあいルーム
	中原区今井南町36-15 シオンパレス1階	ルーム三色すみ シオンパレス
高津区	高津区坂戸1-6-7 パロット溝の口1階	ほっとルーム
	高津区久地4-19-8 久地診療所3階	—
麻生区	麻生区上麻生2-1-10 あさお診療所2階	—

組合員ルームを利用できます。支部の運営委員会や班会での使用が優先されますが、空いている時間は各地域の支部運営委員や生協本部の組織担当に相談の上、利用できます。利用できる曜日や時間は基本的に診療所が空いている時間と同じです。



うどんデーに集まって

それ以外の時間で利用したい場合でも、組織担当に相談の上可能な場合があります。

青い空

「膝が痛い」、「足が痛い」と、医療生協新聞の配付役をリタイアする人が増えています。どうとう私の

町内では配布役の家族が総出で配達しなければならなくなっているケースもあります▼町内は高齢化率が40%以上。一人暮らしの高齢者の住まいが売却された後に数軒の新築家屋が出現し、町の様相が一変しています▼そのなかで多世代間の交流で安心して暮らせる地域づくりを目標に、いろんな団体が、見守り、声かけ、傾聴活動などと努力はしています。しかし、思うような効果はなかなか出てきません▼旧友逝去の知らせが増え、また、葬儀も少なくなり、なかには直葬される人もありますが、あまりにも寂しすぎます。仲間同士の交流、絆を日常的に高めていくことの大事さを痛感します▼宮前区では地域開発の名目で地域破壊が進んでいます。まだ使える図書館、区役所、市民館を区の外の横浜隣接部に移転。環境アセスの説明もなく、圧倒的な市民、区民が知らない間のことです。ここにも住民無視の行政がまかり通っています。主役は住民でなければならぬのです。

編集委員 宮澤明

健康・医療

乳がん検査と骨密度検査について

浜野放射線科科長が講演 協同ふじさきクリニックで健康セミナー



放射線について説明する浜野科長

川崎医療生協組合員の健康予防活動を推進する目的で年に3回開かれていた健康づくりセミナーが9月27日、協同ふじさきクリニック4階会議室で開催され、協同病院放射線科の浜野智伸科長が「マンモグラフィ検査・骨密度検査について」と題して、講演しました。38人が参加しました。

乳がんの検査は

高齢でも必要

「乳がんのマンモグラフィ検査では、40歳以下の若い人は乳腺が多く乳がんが発見されにくい場合があるが、エコーは乳腺が多いため検査することができると有効」

「胸の大小と乳がんになるリスクは関係ない。ただ、ふくよかで脂肪が多い人はリスクが高い。その理由は、乳がんは女性ホルモン(エストロゲン)に影響され、女性ホルモンは閉経後も脂肪細胞から分泌されるため、ふくよかで脂肪が多い人は乳がんになるリスクが高い」

自宅、階段での

骨折が最も多い

「高齢になり骨折をするようになりました。骨密度については、次のように話しました。」

「高齢になり骨折をするのと寝たきりになるリスクが高まる。介護保険の要支援になる理由の第3位が骨折で、要支援2の人に限定すると骨折が1番の理由になる。自宅内で骨折するのが1番多く、中でも階段での骨折が最も多い」

「骨密度の検査法は、X線で行うのと超音波で行う方法があり、X線で行うものの中にも腰椎、大腿骨頸部、前腕で測る方法があり、それぞれに特徴がある。骨密度も定期的な検査が大事。日頃自宅で

シリーズ やさしい「医学の歴史」⑧

大正から昭和にかけて活躍した医師たち④

秦佐八郎

(1873-1938)：梅毒治療薬サルバルサン(606号)を開発



川崎医療生協 桑島 政臣 理事長・医師

梅毒は性感染症のひとつで、15世紀にコロンブス遠征隊がアメリカから欧州に持ち帰り、あつという間に世界に広がったという説があります。ゆつくりと進行し、やがては死に至る怖い病気であり、妊娠中にかかれば生まれてくる子どもにもうつる感染症です(先天性梅毒)。日本では最近また増えていくといわれていますが、早期に正しく治療すれば完治する病気です。

佐八郎は1873(明治6)年、現在の島根県益田市山根家の八男として生まれましたが、頭脳明晰な彼は1887年に親類の医師の秦家の養子として迎えられました。

1891年、医師を志した。現在の岡山大学医学部に入学しました。優秀な成績で卒業し、1年間軍務についた後に岡山県立病院に勤務し、勉学を続けました。

1898年、25歳の時に北里柴三郎が所長を務める伝染病研究所に入り、ペストの研究にたずさわりました。

1907(明治40)年、功績を認められてドイツに留学する。ベルリンにあるロベルツセルマンのもとで免疫の研究をすることになりました。

1909(明治42)年にエールリッヒ(1854-1938)に請われてフランスに赴き、梅毒の治療は、サルバルサン以前は水銀剤くらいしかありませんでしたが、効果はわずかで多くの人が水銀中毒で命を落としました。

サルバルサンは「魔法の弾丸」と呼ばれるような効果を発揮しましたが、1950年代にペニシリンが使用されるようになるとその座をゆずるようになりました。

秦は1909年9月に帰国し、国内初の梅毒治療薬の発売(三共薬品)を実現しました。これらの実績が評価され、その後慶応大学医学部の教授に迎えられることになりました。

1915(明治48)年にエールリッヒ(1854-1938)に請われてフランスに赴き、梅毒の治療は、サルバルサン以前は水銀剤くらいしかありませんでしたが、効果はわずかで多くの人が水銀中毒で命を落としました。

1909(明治42)年にエールリッヒ(1854-1938)に請われてフランスに赴き、梅毒の治療は、サルバルサン以前は水銀剤くらいしかありませんでしたが、効果はわずかで多くの人が水銀中毒で命を落としました。

紫外線と

赤外線とは?

転倒しないように環境整備することや、バランスの良い食事をとって、適度な運動をすることが大切」

講演の最初に、「みなさん、虹の端の色は何色か知っていますか?」という質問から始まり、「片方の端が赤色でその外の色のことを赤外線といい、もう片方の端の色は紫だから、その外側の光は紫外線というんですよ、そしてこの光全体のことを放射線といいます」と説明し、参加者は目からうろこの話とばかりに感嘆の声をあげていました。

編集部

知ってる? 無料低額診療事業

無料低額診療事業とは医療が必要であるにもかかわらず、経済的な理由により、医療費の支払いが困難な方に対し、医療費の減額や免除を行う制度です。

当法人では現在、川崎協同病院、協同ふじさきクリニック、生協歯科クリニック、京町診療所、介護老人保健施設・樹の丘の5事業所が無料低額診療事業を行っています。

※利用には所定の申請書による手続きが必要ですが、まずご相談ください。

問い合わせ

☎044-266-7532 組織部まで



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

「かりんビル」



2F かりん

☎287-7390

1F 川崎すみれ薬局

☎287-7510

そよかせ薬局

☎533-1223 川崎セルメント診 ならめ前

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

組合員の広場

華麗で堂々とした 迎賓館を見学

9月12日、小杉支部の企画で、東京港区の迎賓館に総勢13人で行きました。赤坂御用地の深い緑を背景に華麗でありながら威風堂々とした姿は見ごたえがありました。

入場の際に手荷物検査はもちろん持参したペットボトルの飲料を監視員に目の前で一口飲み込むという徹底したセキュリティには驚きました。中には驚きを入ると4つの間(朝日、彩鸞、花鳥、羽衣)がある



威風堂々とした迎賓館の前で

と感じました。2009年に、本館、正門、噴水などが明治以降の建物で初めて国宝に指定されました。ひなげし班 野口せつ子

班会で藤原恵子さんを偲ぶ 新聞配付などで組合活動に貢献

多摩川班の9月の班会は、7月に急逝した班のメンバーだった藤原恵子さんを「偲ぶ会」として開きました。独り暮らしの藤原さんは、数年前から医療生協の行事に積極的に関わっていました。

当日は50年来の友人でもある京町支部の分部静香さんも参加し、日進町で定食屋をやっていた頃の話を聞きました。また少し若い頃の藤原さんの写真(遺影)が集まった人たちに紹介されました。韓流ファン(誰も知らなかった)もあり、家族葬では、有名な韓国映画の曲の演奏があつた事なども分部さんが



支部の企画で羽田見学に行った時の藤原さん(右)

四季の森を散策、 花畑に感激

9月26日、長尾・堰支部では、横浜市緑区の四季の森へハイキングにでかけました。支部の年間計画の中で実施しようというハイキングがようやく実施できました。

四季の森は神奈川県立東高根森林公園の敷地もある広さです。小鳥のさえずりを聞きながら、森林浴をし



花畑に囲まれてハイキング

ました。蓮池の周りには赤白の彼岸花が咲いていました。長尾・堰支部 茶の実班 嶋多美恵

国営ひたち海浜公園と 那珂湊おさかな市場へ

9月20日、観音支部の一大イベントであるバスハイクを行いました。今年には遠出して、茨城県にある国営ひたち海浜公園に行きました。最初に驚いたのがその広大さです。公園の総面積はなんと350ha(東京ディズニーランドの5倍?)。その中で開園している面積が200haあります。



思う存分かけまわる子どもたち

参加したメンバーの大半は65歳以上のシニアだったのですが、この広さは持て余してしま

つながりの輪、 大師スタート集会、 訪問行動で組合員から、意見を聞く

9月25日、川崎区にある大師診療所の職員と組合員が集まり、10月から11月にかけて行っている「知ってもらおうキャンペーン」のスタート集会を行い、その後、地域訪問行動を行いました。

参加者は職員が12人、組合員が12人の24人。大師診療所のある大師町は住民の組合員率が70%を超える地域で、お大師様の正門の仲見世周辺地域の

仲見世の組合員の人たちは営業中でしたが快く話を聞いてくれました。話なかでは「近くに診療所があるって便利」「職員が親切」「本当に良くしてもらっている」など、好意的な声が多くある一方、「毎年健診を受けていたが、対応が不親切なところがあり脱退しよう」と思っている、「地域を歩くの今までなかったね」などの厳しい意見もありました。



組合員を職員がペアで訪問

訪問に参加した組合員からは「職員が行くと訪問の受け入れが良い」「大師町は好意的だが、離れた地域の声も聞いてみたい」といった声が出ました。

理事 加藤 光義

田島いこいの家 健康まつりに37人

9月27日、毎年恒例となっている「田島いこいの家健康まつり」を開催しました。今回は3つの健康チェック(血圧・体組成・足指力)のほか、川崎医療生協の看護師2人による健康相談と歯科衛生士によるお口の相談も行いました。

この日のために浜町支部では、事前にチラシ200枚をいこいの家周辺に配布しました。いこいの家のスタッフによるいこいの家の利用者への誘いかけや、地元町内会への申し入れなどの協力もあり、37人が健康チェックを受けに訪れました。



明るく広々とした室内で楽しくチェック

浜町支部 松浦 登茂子

「幸まつり」に 健康測定で参加

10月6日、「生活リハビリクラブ幸」とコミュニティカフェ「メロディーココ」の主催で「幸まつり」が開催されました。会場は、幸区南河原商店街の中にある川崎医療生協の南河原支部が利用する「ひだまり」という事務

所の近くの駐車場やお店の前です。当日は悪天候でしたが、たくさんの方々が参加していただきました。血圧・体組成・足指力のチェックを40人以上が受け、必要な人には、受診の紹介なども行いました。



にぎわう中での健康チェック

南河原支部 渡辺 智子

組合員の広場

みんなでカレーをいただきました

毎月第4土曜日「ダンススクール」が9月28日で1周年を迎えました。毎回15組くらいが集まって元気に踊っています。



毎回踊った後はお菓子を食べたりしています。この日は、大島支部の高野沢芳子さんと加藤

毎月第4土曜日「ダンススクール」が9月28日で1周年を迎えました。毎回15組くらいが集まって元気に踊っています。

「おかわりー」と言いつつ、「残さず食べていました。」と声があがりました。

多摩区 木下 博史

20回目を迎えたこども和太鼓教室

が川崎区桜本のさくら小学校体育館で行われました。

川崎太鼓仲間「響」の協力もあり今年で20回目を迎えました。

教室には約30人の子どもたちが参加し、「響」の指導をうけて真剣な表情で太鼓を叩きました。2時間半という短い時間での練習にもかかわらず、発表会ではみんなひとつになり音を合わせることができました。

台風の影響もあり教室



10月14日、地域の子どもたちとの交流などを目的に、こども和太鼓教室が20回目を迎えました。

当日まで開催できなかったが、子どもたちの一生懸命な姿やうまくなってきたときを笑顔を見て準備した「こども和太鼓教室」がこぼれました。

子どもたちの感想文にも「楽しかった」「また来年も来たい」とあり、関係者の喜びもひとしおとなり、今後子どもたちのための活動を続ける気持ちは一層高まりました。

川崎協同病院 小児科 グループ 三浦 杏

新城あいもーる健康チェック

夏と冬を除き、毎月第4日曜日13時から2時間、新城あいもーる商店街で血圧、体組成チェックをおこなっています。

次回は11月24日(日)気軽にお立ち寄りください。

問合せ ☎090-8643-0654 高岡まで



第9回シアターアサダへお誘い

9月28日に川崎区の京町診療所の中にある組合員ルームで行われた第8回「シアターアサダ」は、最高記録の52人が参加、組合員ルームは満員でした。約半数の25人が初参加もありました。新藤兼人監督の「生きたい」を、すし詰め状態にもかかわらずみんな大笑いで楽しんでいました。

12月の第9回の上映は「嘘八百」という中井貴一と佐々木蔵之介のダブル主演の作品。「幻の利休の茶器」をめぐる繰り広げられる騙し合いが、家族や仲間、文化庁まで巻き込む大騒動に発展するという軽妙なコメディです。

第9回シアターアサダは、12月14日(土)午後1時半から、京町診療所2階・コスモスルームで。参加は無料。京町診療所へは、川崎駅東口から「臨港バス・京町循環」で「京町」下車です。年末の忙しい時期ですが、大いに笑って一年を締めくくるのも良いのではないのでしょうか。温かい飲み物が用意されています。

浅田支部 鈴木 みさ子

翔べ！翔べ！こぼと大バザール2019

～知的障害を持つ仲間たちが宮前区の中で老後まで安心して暮らせる生活の場づくりを目指して～

日時 11月17日(日) 午前10時から午後2時まで

場所 セルフ宮前こぼと 宮前区宮前平1-8-12

内容 焼きそば、カレーライス、フランクフルト、手作り品、焼きたてパン、喫茶コーナーなど

主催 社会福祉法人みのり会後援会バザール実行委員会

問合せ ☎080-1132-4132 みのり会後援会

介護福祉フェスカワサキ2019

介護に対する悩みや疑問に答える講演や情報発信をして、幅広い世代に「介護・福祉」に魅力を感じていただける企画です。

日時 11月23日(祝・土) 午前10時から午後3時まで

場所 サンピアンかわさき(労働会館)2階 川崎区富士見2-5-2

講演 柳田診療所院長 柳田昭先生	イベント 市川高校ダンス部など	遊び ボーリング 棒倒し・輪投げ
体験 認知症VR・マッサージ・マイクロバブルなど	健康チェック 体組成・足趾力チェック・認知症自己チェック	相談 介護の悩み・お薬の飲み合わせなど

主催 介護福祉フェスカワサキ実行委員会

問合せ ☎044-230-5011 おおしまヘルパーステーション虹山口まで



1941年につくられた円筒分水

二ヶ領用水は、多摩川の2カ所の堰(上河原堰、宿河原堰)から取水して川崎を流れています。神奈川県内では最も古い人工の用水路で、1611年に小泉次太夫により建設されました。水田耕作のために、渇水期にはとくに貴重な水だったため、水の確保にまつわる

二ヶ領用水は、多摩川の2カ所の堰(上河原堰、宿河原堰)から取水して川崎を流れています。神奈川県内では最も古い人工の用水路で、1611年に小泉次太夫により建設されました。水田耕作のために、渇水期にはとくに貴重な水だったため、水の確保にまつわる

二ヶ領用水は、多摩川の2カ所の堰(上河原堰、宿河原堰)から取水して川崎を流れています。神奈川県内では最も古い人工の用水路で、1611年に小泉次太夫により建設されました。水田耕作のために、渇水期にはとくに貴重な水だったため、水の確保にまつわる

二ヶ領用水は、多摩川の2カ所の堰(上河原堰、宿河原堰)から取水して川崎を流れています。神奈川県内では最も古い人工の用水路で、1611年に小泉次太夫により建設されました。水田耕作のために、渇水期にはとくに貴重な水だったため、水の確保にまつわる

二ヶ領用水と久地円筒分水

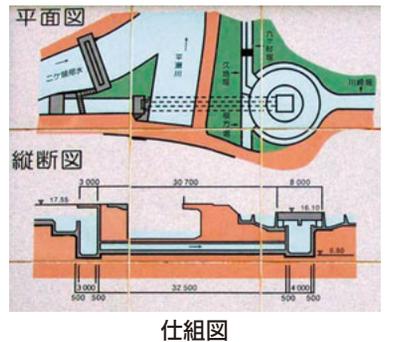
東西に約31km、南北に約19km。東京と横浜に挟まれた東西に細長い川崎市は、内陸の北側と海側の南では街の風景もかなり違います。そんな川崎のなかで、知られざる見どころを紹介していきます。第7回は、1998年に川崎市で初めて国の登録有形文化財に登録された、高津区久地の久地円筒分水です。

(高津支部 山本 武彦)

こんな川崎、これも川崎

シリーズ第7回

二ヶ領用水と久地円筒分水



大正時代には正確な配水が可能な分水樋が考案され、各地で久地円筒分水に似た構造の施設が造られました。川崎では1941年に多摩川右岸農業水利改良事業所長の平賀栄治が久地円筒分水を設計、建設しました。

しくみは円筒中心部にサイホン原理を使って水を押し上げて、水が円筒の周囲を越えてながれだす際に、設けられた仕切りで水を分配します。

久地円筒分水の広場では、毎年3月末桜の咲くころに「スプリングフェスタ」が催されます。咲き始めた桜の前に模擬店やワークショップのほか太鼓演奏などのステージイベントもあり、家族連れが大勢が集まります。また、用水には力ルガモも増え、時おりコサギやカワウも来るようになり、水辺に下りられる階段が所々あるので親子で鯉に餌をやる光景もよく見かけられます。

円筒分水に行くには

JR南武線「久地駅」から市営バス「第三京浜入口」行き、または東急バス「二子玉川」行きに乗り、「新平瀬橋」で下車し徒歩2分。または、JR南武線「武蔵溝ノ口駅」から市営バス「向ヶ丘遊園南口」行きに乗り、「新平瀬橋」で下車し徒歩2分。

読者の広場

文化・地域

川崎ぶらり文学日記

第76回 校歌から地域を見てみよう 『東柿生小学校』

柿生村の学校の変遷

川崎市麻生区王禅寺東にある東柿生小学校をみていきたいと思えます。現在の麻生区内で柿生は昔ながらの地域です。川崎市に編入される前の柿生村には、柿生、岡上、片平、黒川、下麻生にあった寺子屋を発祥とする学校があり、教育活動が行われていました。明治期になり、1873(明治6)年に柿生小学校が開校しますが、各学校も分教場として教育活動が行われ、その後は1つの学校にまとまるなどして戦後1947(昭和22)年に柿生小学校、東柿生小学校、片平分校、黒川分校になりました。黒川分校は1983(昭和58)年まで市内唯一の分校として、低学年の教育活動を行っていました(高学年になると柿生小学校に通学しました)。

東柿生小学校校歌

①丘越え野越え吹いてくる 風が教える新しい世界の文化若い雲 進取の精神東柿生 われらもたゆまずやりぬくことも ②その名も薫る禅寺丸 柿のいろどり美しく 平和の光みちわたる あふれる健康東柿生 心



神秘的な王禅寺の山門

をそろえてみんなで実る ③大海めざす鶴見川 いまは小さいわれらにも 大きい明日の夢がある のびゆく学校東柿生 なかよく楽しく進もうわれらー

東柿生小学校としての

日記でも王禅寺をとりあげていますが、この王禅寺に禅寺丸の木の原木があります。一般には流通していない柿なので、農家の即売などで手に入れるしかありません。実は小さく種は大きいので、

東柿生小学校の思い出

筆者は東柿生小学校出身です。当時を思い出すと、授業で王禅寺に行つてスケッチしたり、禅寺丸がある地元の方の家をうかがつて柿もぎをしたり、鶴見川に鮭の稚魚を放流したりしていました。特に晩秋の下校中、色づいた柿に斜陽が当たり、その奥にはゆるい青空が広がるコントラストが、子どもながらにとてもきれいだなと思つていました。私の原風景のひとつです。

3番の歌詞には「鶴見川」が出てきます。鶴見川は横浜市を流れ、少しだけ麻生区を通り、町田市の小山田に源流地があります。以前は下麻生や早野に田んぼがたくさんあり、この地域で使用された水

は鶴見川に流れ込んでいきました。

あさお診療所 事務長 岡 琢也



困っています…

麻生区 川井榮子(87) 年々ことばを忘れて行きます。特に横文字の日常用語(カタカナ)は買物の時、困っています。

体力向上推進中

宮前区 佐藤寛(82) 健康維持のため、週3



回グラウンド・ゴルフを楽しんでいます。体を動かすことと、如何にしてホールに入れるかが、頭の体操にもなる上、仲間との親睦を深めるひとときにもなっています。秋は、絶好のスポーツシーズンで、プレーしやすくなるので一層体力向上に努めたいと思つています。

絵手紙



川崎区 和泉 智世子

微笑ましい

川崎区 丸山とも子 祖母は寒さでふくらん

でいる鳩を見つけ、しばらく眺めていたそうです。水飲み場で、飲みたそうにしているのです。

と近づいて蛇口をあけてあげたらよく飲んでたとか。その姿を想像して微笑ましくなりました。

班会日誌

9月度 29支部 113班 697人

大師東支部	エリカ	おしゃべり喫茶企画	3人
大師レインボー支部	やまびこ	カラオケ	8
	写真班	初めての撮影会	4
南大師支部	あしたば	文化村ザーミュージアム	3
	茶の実	ねずみの根付	14
	グルメ	楽しい食事	5
大師中央支部	わろてんか	健康寄席	30
	民商	懇談	3
	レインボーの家	バスル他	10
	エンゼル①	絵手紙	6
	建設一般	懇談	10
	東門前	成年後見・相続学習会	9
	年金大師	ハイキング府中の森	4
	おしゃべり喫茶	おしゃべり喫茶	15
		おしゃべり	3
	カミツ	おしゃべり	3
	はぎ	おしゃべり	3
大師フレンド支部	ひまつぶし	数独	4
	おりづる	作品作りと血圧チェック	4
	お絵かき	お絵描きとおしゃべり	6
	リフレッシュ	ラジオ体操と血圧チェック	6
	ちぎりえ	ちぎり絵作成	3
	おしゃべり	久しぶりの班会	4
	味菜(あじさい)	昼食作りと会食	6
	ひばり	皆で楽しくカラオケ	5
	リメイク	手作り帽子のファッションショウ	5
藤崎北支部	ひまわり	胃カメラと胃がんについて	6
	向日葵	絵手紙	5

樺	茶話会	6人	
藤崎南支部	ライオンズ	強化月間の話	5
観音支部	のんき	リサイクル活動	3
	プラチナ	下期の班会の打ち合わせ	10
	健康マージャン	麻雀	9
	観音健康ボウリング	ボウリング	3
	リキキ	キリンビール工場見学	3
	あるこうかい	支部バスハイクに参加	14
桜本支部	すずらん	運営委員さんお見舞い	6
	黄金	映画鑑賞	8
大島支部	未摘花	ダンベル・ストレッチ	3
	ロード	輪踊り	7
	桑の実	体操教室	4
	すずらん	体操教室	3
	街の散策	会食会	4
浜町支部	ブアカーネーション	フラダンス	9
	ブルメリア	フラダンス	5
小田支部	合歓の花	体組成チェック、握力計、血圧	6
	桜	体組成計の使い方(血圧・握力計)	6
	夏つばき	塩分チェック	3
	千両	握力年令の測定	4
	たんぼぼ	チャレンジシートの話	4
東小田支部	じゃがいも	介護のこと	4
	朝顔	合同映画鑑賞会	3
浅田支部	おりづる	かわいバスケット・ツリー飾り	6
	ひまわり	折り紙、かわいバスケット・クリスマスツリー	6

京町支部	椿	折り紙	3人
	手芸	つるしびな	5
	セカンド	体操(自習術)	7
	ロード	まだ、まだ暑い9月の終り	4
	古流生花	いけ花と血圧チェック	10
川崎駅前支部	キャロット	ニュース仕分	3
	多摩川	ほろみ体操、間違いはがし、血圧・体組成チェック	4
	IT	茶話会	3
御幸支部	さくら	健康チェック・健康チャレンジ2019について	3
南河原支部	マウンテンヒルズ	健康チェック	4
	絵手紙	血圧管理	10
	エプロン	料理教室	10
新川崎支部	元美人	ロコモ体操	11
	ラビット	ゆる体操	14
	エンドウ	健康診断の申込用紙の記入	8
玉川支部	青空平間会	体組成チェック 敬老会	7
	きら美	足指力チェック	8
	サロン虹	どれだけ食べたらいいの	9
住吉支部	ミニマウス	使い捨てプラごみを考える	7
	気功と太極拳	八方五歩と二十四式	4
	うぐいす	健康チャレンジ2019にとりくむ相談	3
小杉支部	さくら	介護保険勉強会	4
	そら豆	迎賓館見学	6
	アニマル	映画「やさしいうそと贈り物」	3
	ヤマブキ	塩分チェックとすこ塩	3
溝の口支部	おたまじゃくし	唱歌童謡を楽しく唄う	7
	公園体操	高津公園体操	12
	手芸編み物クラブ	手芸編み物	4

いきいき	麻雀将棋	6人	
いまが青春	囲碁	12	
囲碁	囲碁	3	
おやじ	血管年齢チェック	4	
コスモス	ストレッチ体操	3	
バードウォッチング	人生会議について	11	
橋支部	梶ヶ谷	ニュースセット	4
	プラザ	脳トレ体操	4
	アカシヤ	手話ダンス	11
	シクラメン	楽食会	5
	すずめ	健康麻雀	3
	ダンベル	体組成チェック	4
宮前支部	南平	みそ汁チェック	4
	白旗台	塩分チェック	5
	野川南台	折り紙と体操	3
	すみれ	折り紙と体操	3
	ひまわり	ちょこっと体操	6
	平・五所塚	尿チェックとお国言葉ラジオ体操	9
	長尾住宅	足指力・握力チェック	8
宿河原支部	大津	トランプ班会	5
	すこやか	筋肉維持と体操	5
多摩支部	寺尾台	各自の身体状況について	6
長尾堰支部	ひまわり	椅子での体操	9
	歩歩路	ちょこっと体操	5
	寺子屋	死について	10
	茶の実	ハイキング	4
麻生南支部	キルトのなかま	パッチワーク	9
	和布ソーイング	10月20日(健康まつり) 作品展の出品について	5
	んじやもんじや	自然教育園の9月	8
	麻生の緑を守る	東高根森林公園	6
	ミール	樹の丘まつりに参加しよう	10

へみんなどで楽しい班会を3人以上集まれば、班がつくれます。近くの町内会事務所や組合員のお宅、病院・診療所の組合員ルームなどを利用して、楽しい班会をひらきましょう。

読者の広場

いまだに続いています

川崎区 澤木 昭子(68)

田舎に居た母と同居するようになってウォーキングができなくなり、その代わりに始めたのがテレビのみんなの体操とラジオ体操。

母は亡くなりましたがそれから13年、いまだに続いています。もちろんウォーキングも再開。おかげでどうにか健康でいます。

涼しい風を感じ

中原区 前田 美智子(78)

週2日の仕事をしてい

ますが、最近少しばかり涼しい風を感じています。ほんの少しのお小遣いを頂きながら、振り込みの日が待ち遠しい4年間でした。

ポストに新聞が入っているとニッコリ。読み易くて、わかり易いのがとても気に入っています。

夜が悲しい

多摩区 原口 明枝

友人と旅行に行きまし

た。私のイビキにびっくり。さっそく病院へ。無呼吸症候群といわれCPAPという機械をつけていますがしつくりせず寝られません。

白玉団子に挑戦

多摩区 藤田 智恵子

ついに白玉団子を作りました。作ろうと思っ

買ったはずの白玉粉なのに豊富な豆腐とゴマを加え骨に良い」という記事を

「冷めても固くなりやすい料理で「カルシウム豊富な豆腐とゴマを加え骨に良い」という記事を



読んで、これは特注品！自分が作らねばと重い腰をあげました。やってみれば意外と簡単に出来て美味しく、完食してしまいました。

Dieメッセージ



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



みんなだ川柳

猫の額ほどの花壇に野良猫の糞(怒)とうが立つ嫁が「痩せる」と糖を断つ見たような川柳出すなと選者言い子育ては盆栽造り良き剪定スタンバイいつでもオーライピンコロで台風は目あり足あり爪のあり敬老日紅白まんじゅうだけに楽しみの十五夜なのに雲がじゃま沖繩の神社のおみくじキチ(基地と吉が出ず秋の味横目で眺めダイエット

- 川崎区 鈴木みさ(50)
- 川崎区 鈴木裕明(44)
- 川崎区 七輔
- 川崎区 三任勝清(82)
- 麻生区 萩原徳枝(81)
- 麻生区 小坂明美
- 宮前区 森 興子
- 幸区 横道美智子(74)
- 中原区 伊月秀夫(7)
- 川崎区 山口一男

みな様からのオリジナル川柳をおまちしています

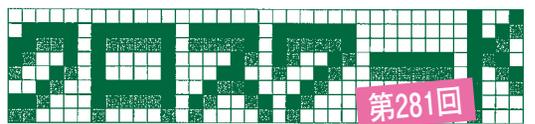


ひまわり

今回はたくさん応募がありました。ユーモア、風刺、納得、といった観点から次回も秀作をお待ちしています。

編集部より

今回はたくさん応募がありました。ユーモア、風刺、納得、といった観点から次回も秀作をお待ちしています。



第281回

《解き方》イラストをヒントにして、二重ワクの6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

- ③ 1万年も生きるって本当？
- ④ 危険なことに近づきません
- ⑤ 豪華なことです
- ⑧ 冬の季語ですが、暖かい
- ⑩ 風刺画のことです
- ⑬ 日本百名山の男体山。読み方は「〇〇たいさん」
- ⑭ 紙を切り抜く手法の絵画
- ⑮ 人類初の動力飛行に成功した〇〇兄弟
- ⑰ その事や物の値打ち塩やシソ、蜂蜜、あるいは蒸留酒で漬けることも
- ⑱ 長所？〇〇〇〇
- ⑲ 思慮、分別に欠ける。〇〇〇〇気ない
- ⑳ 九州最大の歓楽街。福岡市博多区にあります
- ㉑ 七五三といえ



① いま人気の〇〇〇〇入り飲料

ヨコのカギ

- ② 西の市の縁起物
- ③ 会席料理で最後に出る汁物
- ④ 力士の名前
- ⑤ 九州最大の歓楽街。福岡市博多区にあります
- ⑥ 島になる地域も
- ⑦ 交通遮断で「〇〇の孤島」になる地域も
- ⑧ 九州最大の歓楽街。福岡市博多区にあります
- ⑨ 雑穀の一種。団子にもなります
- ⑩ 昼食です
- ⑪ 納得、理解すること
- ⑫ 野中富士枝(多摩区)
- ⑬ 高木みち(麻生区)
- ⑭ 加藤岱艶子(麻生区)

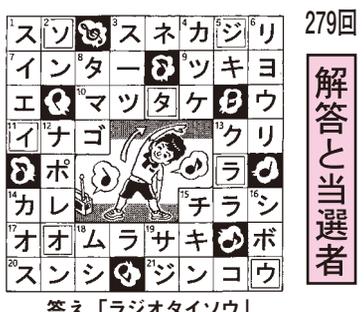
タテのカギ

- ① 死ぬか生きるか。〇〇
- ② 回〇〇、周〇〇、外〇
- ③ 1万年も生きるって本当？
- ④ 危険なことに近づきません
- ⑤ 豪華なことです
- ⑧ 冬の季語ですが、暖かい
- ⑩ 風刺画のことです
- ⑬ 日本百名山の男体山。読み方は「〇〇たいさん」
- ⑭ 紙を切り抜く手法の絵画
- ⑮ 人類初の動力飛行に成功した〇〇兄弟
- ⑰ その事や物の値打ち塩やシソ、蜂蜜、あるいは蒸留酒で漬けることも
- ⑱ 長所？〇〇〇〇
- ⑲ 思慮、分別に欠ける。〇〇〇〇気ない
- ⑳ 九州最大の歓楽街。福岡市博多区にあります
- ㉑ 七五三といえ

9月号の答えは「ラジオタイソウ」でした。応募者は186人(正解は185人)。

正解者の内訳は川崎区93人、幸区6人、中原区17人、高津区19人、宮前区4、多摩区17人、麻生区19人、市外10人です。

- 編集委員会が抽選の結果、左記の方々に図書カードをお送りしました。
- 鳥飼和平 (川崎区)
 - 山内敬子 (川崎区)
 - 山口正幸 (川崎区)
 - 藤本直美 (川崎区)
 - 佐藤千恵子(川崎区)
 - 村椿隆子 (川崎区)
 - 和泉まさ江(川崎区)
 - 石渡順子 (川崎区)
 - 鈴木由利子(川崎区)
 - 四ツ橋准子(川崎区)
 - 浅川順子 (幸区)
 - 上野規子 (中原区)
 - 伊月秀夫 (中原区)
 - 山内義清 (高津区)
 - 梶山衣江 (高津区)
 - 島 昭彦 (宮前区)
 - 佐藤千裕 (多摩区)



答え「ラジオタイソウ」

応募要項

パズルの答と川柳は、ハガキ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

野中富士枝(多摩区) 高木みち(麻生区) 加藤岱艶子(麻生区) <敬称略>

なお、川柳はひとり、一句まで、既に発表済のものをご遠慮下さい。正解者の中から抽選で20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11月25日、発表は新年号紙面に掲載します。

《送り先》
〒210-0804
川崎区藤崎4-21-2
川崎医療生協本部
編集委員会

平和の広場

私の戦争体験 65

伝えたい思い

住吉支部 玉林 かよ子 (84歳)

小学生の時② 空襲で父と兄を失い



昭和16年に国民学校に入学した玉林さんは、戦況悪化のため昭和19年8月に6年生だった兄と二人で宮城県玉造郡川渡村に集団疎開をする。そこで午前は勉強、午後は山へ行ってたきぎ拾いや、軍場補充部で草むしりをしていた。

昭和20年3月、6年生は卒業式のため東京に帰りました。その2、3日後に東京大空襲になり、東京の浅草区(今は台東区)の我が家は跡形もなく焼けてしまいました。

母は2歳になる弟を背負い、女学生の姉と卒業式のために帰った兄とともに隅田公園方面に逃げたそうです。

消火のため父と中学生の兄は残り(隣組という制度があり勝手な行動は許されなかった)後から逃げ、隅田川近辺で会ったという人もいたようですが、何日たっても帰って来ませんでした。

今もお墓参りに行きますが、お墓の中にある骨壺の中には名前を書いた紙が入っています。

昭和20年11月私たちは集

団疎開先から東京の焼野原に帰って来ました。学校は跡形もなくコンクリートの土台だけが残っていました。

思いもよらない貧しい暮らしが始まりました。そしていつも八月の空を見る



昭和20年8月15日、私は疎開先の宿で全員が集められる中、玉音放送を聞きま

ついているだけです。母たちは伯父を頼って隅田川の橋を渡り、足立区の北千住に落着きました。

思い出す
敗戦の日の青空

9月28日(土)川崎医療生協平和委員会主催の「川崎市平和館の見学と学習」を23人の参加で行いま

初めに「平和と非平和」を23人の参加で行いま

最後は「川崎中原の空襲・戦災を記録する会のとおりくみ」を対馬芳さんにお聞きしました。とても盛りだくさんの内容でした。

昭和20年3月、6年生は卒業式のため東京に帰りました。その2、3日後に東京大空襲になり、東京の浅草区(今は台東区)の我が家は跡形もなく焼けてしまいました。

消火のため父と中学生の兄は残り(隣組という制度があり勝手な行動は許されなかった)後から逃げ、隅田川近辺で会ったという人もいたようですが、何日たっても帰って来ませんでした。

今もお墓参りに行きますが、お墓の中にある骨壺の中には名前を書いた紙が入っています。

昭和20年11月私たちは集

団疎開先から東京の焼野原に帰って来ました。学校は跡形もなくコンクリートの土台だけが残っていました。

思いもよらない貧しい暮らしが始まりました。そしていつも八月の空を見る

もっと若い職員に参加してほしい!

原子力空母はいらない横須賀集会

米軍・横須賀基地の原子力空母、母港化に反対

10月6日、横須賀市のヴェルニー公園で「原子力空母はいらない!横須賀集会」(同実行委員会主催)が開催され、全国各地から1000人が集まりました。

集会では多くの団体がステージに立ち、母港化に反対し平和を訴えました。神奈川県と同じように米軍の基地が県内にある沖縄県からは、沖縄統一行動連絡会議の中村司代表幹事があいさつし、その後、神奈川県建の若者が「もし戦争が起きたら横須賀が狙われる、危険と隣り合わせで暮らし



米軍基地前を通って母港化反対の声を上げる

編集部

緒に参加しています。参加するたびに人数が少なくなっているのと、参加者の高齢が目立ってきているので、もっと若い職員にも参加してほしい」と、訴えました。

ひとりぼっちの高齢者をなくそう

高年齢者の暮らしや社会保障制度を守り豊かにし、また平和な世界を子や孫に遺していくことを目的に、「第33回日本高齢者大会in福島」が、福島県郡山市の郡山ユリックス熱海で9月25日、26日の両日開催されました。全国からのべ3800人が参加、神奈川県からは92人、川崎医療生協から9人が参加しました。

初日の全体会は、福島原発事故からの復興を題材にした合唱構成「ふくしまに生きる」で開会しました。立命館大学国際平和ミュージアム名誉館長の安斎育郎さんが記念講演を行いました。

川事件から70年、「戊辰戦争から戦争を考える」「原発被害者の闘い 全国交流「福島島のいき酒」など福島らしい企画に加えて、終活について語りあったりうたごえ広場で楽しんだりする交流企画が開かれました。

2日目は学習講座が6教室と7つの分科会が開かれました。第一教室、「原発ゼロ、自然エネルギーへの転換へ」では城南信用金庫顧問の吉原毅氏から「原発ゼロ・自然エネルギー推進連盟(原自連)」が「原発ゼロ・自然エネルギー基本法案」を発表したことや、基本方針として「運転されている原子力発電所は直ちに停止すること」を第一に掲げていることなどが説明

日本高齢者大会が福島県で開催

され、原自連の活動が紹介されました。

第4教室では、講師の是枝一成中央社保協事務局次長が後期高齢者医療制度の仕組みと問題点を説明しました。また、75才以上の医療費窓口負担2倍化反対運動を強化しようという声があがりました。

帰りのバスでは参加者一人一人から学び・交流した高齢者大会の感想が語られました。

常務理事 鷲北栄治



平和施設見学に参加して



9月28日(土)川崎医療生協平和委員会主催の「川崎市平和館の見学と学習」を23人の参加で行いま

初めに「平和と非平和」を23人の参加で行いま

最後は「川崎中原の空襲・戦災を記録する会のとおりくみ」を対馬芳さんにお聞きしました。とても盛りだくさんの内容でした。

今年度第2段として11月29日に「被爆者のお話を聞く会」を予定しています。

平和委員会 理事 伊藤貴美子