

川崎医療生協

6月号



川崎医療生協の現状

——〈4月末〉——

組合員 43,240人
出資金 1,467,247,000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円千82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

- ◆新型コロナウイルス関連 2 | 3
- ◆からだにやさしい料理 4



◆こんな川崎、これも川崎 5



- ◆ワールドヒストリーを歩く⑩ 6
- ◆読者の広場・パズル 7
- ◆伝えたい思い 8

感染リスク高い口呼吸



新型コロナウイルスの感染リスクを少しでも減らすために、気をつけてほしいのが口呼吸です。感染の元ともいわれる口呼吸ではなく、鼻呼吸を意識することが大切です。



鼻呼吸なら鼻毛や鼻水がある程度ブロックし、入ってくる空気も副鼻腔で温められるため感染リスクが減ります。マスクを着用した際は鼻呼吸が大事です。鼻は人体に備わった天然のフ

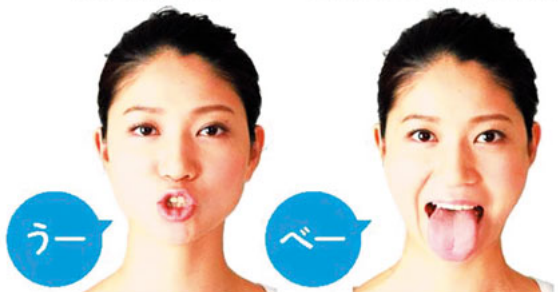
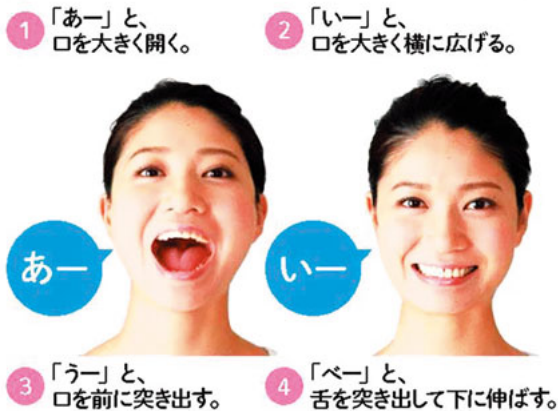
ィルターです。マスクをしていない時も常に鼻呼吸を意識しましょう。

今や欠かせないマスクですが、マスクを着用するだけで知らず知らずのうちに口呼吸になってい

る人がかなりいます。口呼吸は感染の元とも言われ、口呼吸の習慣がつくと、細菌やウイルスなどが直接のどに取り込まれてしまいます。さらに細菌やウイルスは、乾いた空気と一緒に身体に入るだけでなく、口腔やのどが乾燥すると免疫力が落ちるために、感染しやすくなると言われて

マスク着用時は鼻呼吸であいうべ体操も有効

「あいうべ」体操のやり方



※①～④を1回として、1日30回を目安に毎日続ける。

あいうべ体操は新型コロナウイルスにも効果あり

インフルエンザ予防で知られている「あいうべ体操」は、新型コロナウイルスにも十分効果があると考えられます。あいうべ体操を実践しているところでは、インフルエンザ罹患率を大幅に下げることが成功したとい

う報告があります。舌の位置は上顎にくっついていませんか？ 年齢とともに舌はだんだんと下がっていきま

併せて
唾液腺マッサージも
併せて

唾液腺マッサージ

③舌下腺マッサージ

あごの先端部分の内側、舌の付け根にある部分です。あごの真下から舌を突き上げるようにして両手の親指をそろえ、ぐーっと押し



②顎下腺マッサージ

あごの骨の内側にある柔らかい部分にある腺です。耳の下からあごの先まで、指先で何力所かを押し



①耳下腺マッサージ

レモンなど酸っぱいものをイメージすると唾液が出てくる腺です。人差し指から小指まで揃えて、耳たぶのやや前の方、上の奥歯あたりのほほにあて、円を描くようにして優しく5~10回押し



唾液腺マッサージは、唾

青い空

最近、スマートフォンに通知される緊急地震速報で何度か起こされました。

これまでも何度かあったのでこれには慣れてきました。スマートフォンが鳴り終わった後に、防災行政無線も流れてくると恐怖に似たものを感じます。スマートフォンなどを持たない人への伝達手段として重要だと思

いますが、私にはこれが空襲警報のように聞こえます。本当に空襲警報を体験した人からは「そんなもんじゃないよ」と怒られそうですが、恐怖感を覚えた背景には今の世の中

の中の情勢があります。国民の命を一番に考えず、国を自分の思うがままにしようとする首相の言動は戦時中の「独裁者」のようで、もし、戦争になったら、一人ひとりの人権は守られるのかと不安になります。また、新型コロナウイルス感染が広がる中で、自衛警察なるものが感染者を誹謗中傷したり飲食店に嫌がらせの張り紙をしたりすることも戦時中の「隣組」のようにも思えてきて、いま恐怖の中で生きている

にさせられるのです。もっと隣同士が信頼の絆で結ばれるようになればいいのですが、そのためには医療生協の組合員活動に力を入れていきます。

健康・医療・くらし・社会

川崎協同病院における 新型コロナウイルス感染症に 院内感染に関するご報告

川崎協同病院院長

田中久善

川崎医療生協理事長

桑島政臣

新型コロナウイルス感染症が猛威をふるうなか、川崎協同病院で院内発生が起きました。感染された患者様、ご家族の方々、とりわけ亡くなられた患者様、ご家族の方々には心からお悔やみを申し上げます。

本年4月に入り全国的に新型コロナウイルス肺炎は急増し、感染爆発に近い状態となりました。

この間の経過の概要

受けながら、地域包括ケア病棟の一部を改造し、感染症対応病棟を立ち上げ、また外来では感染症対応室を作り、積極的に発熱患者様の受け入れも図ってきました。

4月中旬に入院された患者様を発端に院内感染が生じ、5月12日現在で患者様16人、職員4人、計20人の罹患者を確認しました。当初より新型コロナウイルス肺炎と診断された患者様は、市対策本部と連携し、重点医療機関に転院していただきましたが、残念ながら6人の患者様が亡くなりました。

新型コロナウイルス感染症と向き合う決意

今後新型コロナウイルス感染症は第2波、第3波が訪れると予想されています。また確実な治療法やワクチンもないなか、個室の数を増やすなど感染症にも対応できるような病棟構造にしてゆかねばならないと考えています。

この間、市保健所・健康安全研究所とも頻回の協議を重ね、指導を仰ぎ、連携を強めて参りました。

感染症対応病棟における入院基準・退室基準を見直し、また感染防御に対する職員教育のさらなる強化、環境整備に努め、行政とも連携しながら、発熱患者に引き合う安全性の高い医療を供給できるように努めて参りたいと思っております。

4月上旬には保健所や感染症専門病院の指導を受けながら、地域包括ケア病棟の一部を改造し、感染症対応病棟を立ち上げ、また外来では感染症対応室を作り、積極的に発熱患者様の受け入れも図ってきました。



この間、市保健所・健康安全研究所とも頻回の協議を重ね、指導を仰ぎ、連携を強めて参りました。

温かいご支援に 心より 感謝申し上げます

新聞報道で病院名が出るたびに、職員は責任を痛感し心を痛めて参りました。このような厳しい状況のなかで、川崎医療生協の組合員、地域理事、同生協職員OB/OG、地元企業関係者、こうし

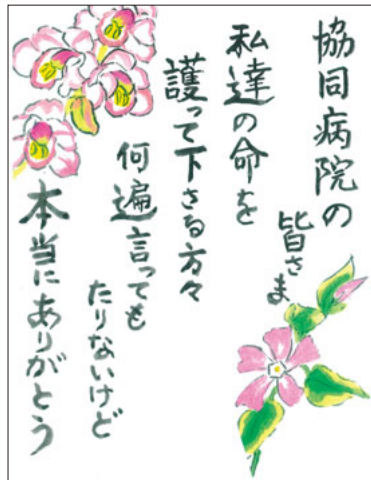
たすべての皆様から温かい応援メッセージや医療物資、カンパなどをいただいたことに對しては、まさに感謝の気持ちにたえません。未知の感染症対応に伴い経営上の損失もはかり知れませんが、これからも職員一丸となって立ち向かっていきたいと思っております。ぜひ温かい声援をお願い致します。

地域から川崎医療生協にエールが！ —コロナ禍のなか、 応援メッセージやカンパ届く—

コロナ禍のなか、川崎協同病院で奮闘する職員らを心配して、地元の個人や企業、また川崎医療生協の職員OBなどからマスクや手作り防護服、お菓子などが続々と送られてきています。カンパのお金も届き、5月25日現在で800万円近くになりました。



坂戸診療所の職員と組合員が作成したタペストリー



組合員からのメッセージ



手づくりマスク



本部までカンパを寄せてくれた組合員



弁当と一緒にメッセージ入りの紙人形



学童の子どもたちから



姉妹提携を結んでいる韓国の安城医療生協から届いた支援の防護服

緊急支援増資&カンパのお願い

—新型コロナウイルス感染症による
経営危機を乗り越えるために—

新型コロナウイルス感染症の流行のなか、川崎医療生協は「地域の命を守る」ことを最優先し、感染対応をすすめ、全職員が団結して医療・介護サービスを途切れることなく続けています。全国の医療・介護事業所と同じように、川崎医療生協の事業所でも、受診する人や利用者が減少するなかで、感染予防にかかる費用は増え、経営状況は厳しさを増しています。

この局面を乗り越え、無差別・平等の医療・福祉をすすめるためにも、川崎医療生協への増資や支援カンパのご協力をお願いします。

各事業所または組織部で受け付けているほか、郵便振替での送金でも受け付けています。問い合わせは、
☎044-266-7532 組織部まで

振込先

口座記号番号 00270-0-65843
加入者名 川崎医療生活協同組合

※通信欄に氏名、住所、電話番号と、増資かカンパか明記して送金して下さい。

健康・医療・暮らし・社会

特別定額給付金 (10万円一律給付)

対象者 令和2年4月27日において基本台帳に登録されている人。
※現在、住民票の登録がない人も、住民登録を行うことで対象となります

支給額 一人につき10万円

手続き方法は2つ。郵送かオンライン

郵送の場合

- 5月下旬に申請書が送付されるので、提出書類を合わせて返送する。
- ①申請書：世帯の情報が記載済みなので、内容を確認の上、自分名義の金融機関口座の情報を記載する。
 - ②本人の証明書：運転免許書やマイナンバーカードなどのコピー
 - ③指定口座を証明するもの：通帳やキャッシュカードのコピー
- ※世帯主本人が対応することが難しい場合は、代理人が申請し、給付金を受け取ることができます。

オンラインの場合

- (5月8日から始まっています)
- ①マイナンバーの専用サイト「マイナポータル」にアクセスする。
 - ②スマートフォンのアプリや、カードリーダーなどでマイナンバーカードの情報を読み取ってログインする。
 - ③必要事項を入力し、口座を確認出来る書類の写真をアップロードして終了。
- ※マイナンバーカードの再発行などの手続きで窓口が混んでいるので、窓口に行く必要のある人は、郵送で行った方がスムーズにいそそうです。

相談窓口：川崎市特別定額給付金コールセンター
☎0120-756-752 対応時間：8:30～17:15 (土曜日、日曜日、祝日を除く)

● 配偶者や親族から暴力を受けて避難している人は

配偶者やその他親族からの暴力を理由に避難している人で、事情により令和2年4月27日以前に今お住まいの市区町村(川崎市)に住民票を移すことができない人は、事前に避難の申出の手続きをしていただくと、手続きを行った人と

その同伴者分の特別定額給付金について、世帯主(配偶者など)からの申請があっても支給を止めることができます。
窓口 川崎市子ども未来局児童家庭支援虐待対策室
☎044-200-0132

新型コロナウイルス感染は家計にも大きな影響を与えています。毎日マスクでは様々な支援策が出されていますが、自分にはどれが当てはまるのかかわりにくいのです。5月25日時点、川崎市民向けの支援策を厚生労働省や川崎市のホームページを参考にまとめました。企業向けの支援策も出されていますが、個人に関わるものを選びました。

生活と雇用を守る 支援策一覧

会社で働いている人

● 子育て世帯臨時特別給付金

対象者：児童手当を受け取る世帯。特例給付(月5000円)の人は対象外
支給額：児童一人当たり1万円
窓口：各区役所

● ひとり親家庭臨時特別給付金

対象者：令和2年5月1日時点で川崎市に住所を有する人で、
①令和2年4月分又は3月分の児童扶養手当の支給を受ける人
②4月中に児童扶養手当を申請し、5月から児童扶養手当の受給対象となる人
支給額：1世帯につき2万円
窓口：川崎市子ども未来局子ども支援部子ども家庭課 ☎044-200-2709

● 傷病手当金

対象者：4つの条件をすべて満たす人
(1) 給与の支払いを受けている川崎市国民健康保険の加入者であること。
(2) 新型コロナウイルス感染症に感染し、又は発熱等の症状があり感染が疑われることにより、療養のため労務に服することができなくなったこと。
(3) 3日間連続して仕事を休み、4日目以降にも休んだ日があり、4日目が令和2年1月1日から9月30日までの間に属すること。
(4) 給与等の支払いを受けられないか、一部減額されて支払われていること。
支給額：(直近の継続した3か月間の給与収入の合計額÷就労日数)×2/3×日数
窓口：お住まいの区の区役所保険年金課・支所保険年金係

● 住宅確保給付金

対象者：離職・廃業から2年以内または休業等により収入が減少し、住居を失うおそれがある方
支給額：原則3ヶ月、最大9ヶ月、家賃相当額を自治体から家主さんに支給。
窓口：川崎市生活自立・仕事相談センター(だいJOBセンター) ☎044-245-5120 平日10:00～18:00

● 緊急小口資金(休業している人)

対象者：新型コロナウイルスの影響を受け、休業等により収入の減少があり、緊急かつ一時的な生計維持のための貸付を必要とする世帯。
ア 世帯員の中に新型コロナウイルス感染症の罹患者がいるとき
イ 世帯員に要介護者がいるとき
ウ 世帯員が4人以上いるとき
エ 世帯員に新型コロナウイルス感染症拡大防止策として、臨時休業した学校等に通う子の世話をを行うことが必要となった労働者がいるとき
オ 世帯員に風邪症状など新型コロナウイルスに感染した恐れのある小学校等に通う子の世話をを行うことが必要となった労働者がいるとき
カ 世帯員の中に個人事業主等がいること等のため、収入減少により生活に要する費用が不足するとき
キ 上記以外で休業等による収入の減少等で生活費用の貸付が必要な場合
支給額：20万円以内 据置期間：1年以内 償還期限：2年以内 無利子 保証人不要
窓口：社会福祉協議会 又は 労働金庫

● 総合支援金(失業された人)

対象者：新型コロナウイルスの影響を受け、収入の減少や失業等により生活に困窮し、日常生活の維持が困難となっている世帯
※新型コロナウイルスの影響で収入の減少があれば、失業状態になくても、対象となります。
支給額：貸付上限額
・(二人以上) 月20万円以内
・(単身) 月15万円以内
貸付期間：原則3月以内
据置期間：1年以内
償還期限：10年以内 無利子・保証人不要
窓口：緊急小口資金と同じ

休職中も含む仕事をしていない人

下記の支援があり、対象・支給額・窓口は「会社で働いている人」と同じ
子育て世代臨時特別給付金
ひとり親家庭臨時特別給付金 住宅確保給付金
緊急小口資金 総合支援資金

個人・フリーで仕事をしている人

● 持続化給付金

対象者：
1. 新型コロナウイルス感染症の影響により、ひと月の売上が前年同月比で50%以上減少している事業者。
2. 2019年以前から事業による事業収入(売上)を得ており、今後も事業を継続する意思がある事業者。
3. 法人の場合は、
①資本金の額又は出資の総額が10億円未満、又は、
②上記の定めがない場合、常時使用する従業員の数が200人以下である事業者。
※2019年に創業した方や売上が一定期間に偏在している方などには特例があります。
※一度給付を受けた方は、再度給付申請することができません。
支給額：中小法人等は200万円、個人事業者等は100万円。
窓口：持続化給付金申請 事前相談専用窓口
☎0570-015-078
受付時間：8時30分～17時00分(平日のみ)

● 川崎市小規模事業者臨時給付金

対象：売り上げが前年比30%以上50%未満減少した事業者。
支給額：一律10万円。
窓口：川崎市経済労働局産業振興部工業振興課

その他に下記の支援があり、対象・支給額・窓口は「会社で働いている人」と同じ
子育て世代臨時特別給付金
ひとり親家庭臨時特別給付金
傷病手当金
住宅確保給付金
緊急小口資金
総合支援資金

学生

● 高等教育就学支援制度

対象：住民税非課税世帯・準ずる世帯の学生
支給額：授業料・入学金の免除や減額。給付型奨学金の支給
窓口：各大学・専門学校等の学生課や奨学金窓口か、日本学生支援機構 奨学金相談センター
☎0570-666-301(月～金 9:00～20:00)
*土日祝日、年末年始を除く。

● 困窮学生への支援

対象：大学生、大学院生、留学生、短期大学生、専門学校生、日本語学校生等、新型コロナの影響でバイト先が休業するなどし、収入が激減した人。
支給額：10万円 非課税世帯20万円
窓口：各学校

組合員の広場

シリーズ やさしい「医学の歴史」⁹⁵

日本の医療に大きな影響を与えた5人

川崎医療生協 理事長・医師 **桑島 政臣**



本連載は100回で終了する予定ですが、これから最終回に向けては、私の独断と偏見で選んだ5人についてご紹介していきます。

小川鼎三（1901-1984）は、東京大学卒の解剖学者で、名著『医学の歴史』を書き、マイヤーらの『図説医学史』を監訳した医学史の学者でもあります。

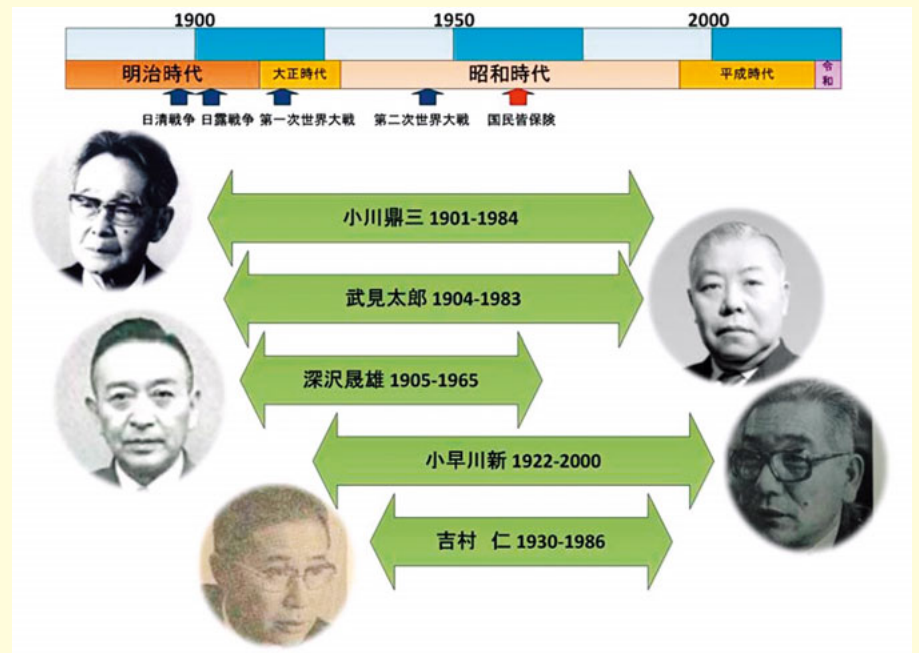
武見太郎（1904-1983）は長く日本医師会会長をつとめ、開業医の利益のために闘い、喧嘩太郎の異名をつけられた医師です。

深沢晟雄（1905-1965）は岩手県

の沢内村の村長となり、貧しくかつ厳しい環境の村に医療費無料化と乳児死亡率ゼロをもたらし、生命村長と呼ばれました。

小早川新（1922-2000）は、福岡県の久山町で長らく町長をつとめ、九州大学医学部と連携して全市民の無料検診と健康指導を続け、生活習慣病の早期発見を推進し、世界保健機関（WHO）からも注目されました。

吉村仁（1930-1986）は、旧厚生省の官僚です。昭和58年に「医療費をめぐる情勢と対応に関する私の考え方」を発表しました。この内容は後に「医療費亡国論」論文と呼ばれるようになりました。



コラム 伝えるための文章技術 ~わかりやすさとはなにか

メールやサークル内の報告書をはじめ、近年人気の自分史の執筆まで、さまざまな場面で文章を書く機会があります。その際、読み手に伝わる文章にするためにはどんなことが大切でしょうか。人に伝わるわかりやすい文章を書くためのポイントをまとめていきます。

第13回 伝えつつもりはダメ

「誤解」という言葉は、弁解の際に便利に使われることがあります。伝える側の言い方（表現）に問題があったのに、受け手の「誤解」のせいとされること

あるからです。最近では、加藤勝信厚労大臣が使った「誤解」という言葉を含む表現が批判を浴びました。新型コロナウイルスの感染を心配する一般市民が保健所などに相談してPCR検査を受けるには、「37.5度以上の発熱が4日以上続いた場合」という目安が、早くから厚労省によって示されました。これに対しては重症化して手遅れになった、などの批判が多く、5月8日になって厚労省は、「4日」にとらわれず高熱などの症状があれば相談するようにと目安をかえしました。

「4日」は絶対的なものではないことは、以前にも補足されていましたが、相談者からみればこの目安が基準として運用されていたのは、多くの具体的な相談例からもみてもあきらかでした。しかし、加藤大臣は、目安が相談や受診の基準のようにとらえられてしまっただ」と弁明しました。

誤解とは、誤って理解することです。つまり伝えた側は適正に言い表わしたが、受け取る側が誤ったという意味が濃厚で、ときに受け手に対して失礼にあたります。もちろん内容が正しく伝わらなかったことで実害をもたらすことがあ

ばなにより問題です。例えば、行政の担当者として一般市民との関係、あるいは先生と生徒の関係のようについて、受け手はこれを持信じるしかないという場合は、伝える側が細心の注意を払う必要があります。また、上司と部下のように上下関係がはっきりしている場合は、ともすると「上」の者が、「下」の者に言葉で表わした以上のものをくみ取らせようとしてしまう場合もあります。

「私は〇〇のつもりで言ったのです」「こういう趣旨のことをここでは書いているのだ」などと、あとで説明をつけなければいけない表現は、そもそも言葉が足りていないなど文章表現上の問題があります。また、とりあえず報告したという事実を残すことを目的とした「アップリ」の文章も相手のことを第一にしているとは言えません。

「伝えつつもり」では不十分です。相手に確かに言いたいことが「伝わった」ことで「伝える」ことはようやく完了します。

川井 龍介 ジャーナリスト 『伝えるための教科書』(岩波ジュニア新書) など著書多数。

からだにやさしい料理 第19回

野菜を食べよう! ⑥
《たっぷり野菜とあじの南蛮漬け》
 川崎協同病院栄養科 西山 香織



- 【材料（4人分）】**
- ・真あじ……………4尾
 - ・酒……………適量
 - ・片栗粉……………適量
 - ・たまねぎ……………1個
 - ・しめじ……………1袋
 - ・ピーマン……………2個
 - ・パプリカ（赤）…1/2個
 - ・パプリカ（黄）…1/2個
 - ・水……………50cc
 - ・酢……………100cc
 - ・濃口醤油……………大さじ2
 - ・砂糖……………大さじ4
 - ・和風だしの素…小さじ1
 - ・赤とうがらし（小口切り）……………1本分
- 1人分 357kcal
塩分2.1g 野菜の量：130g
- 【作り方】**
- ①あじはゼイゴ、頭、エラ、わたを除き、流水でよく洗い流し、3枚におろす。小骨を抜き、食べやすい大きさに切り、酒をふって5分ほどおく。
 - ②しめじは石づきを切り落とし、房をほぐす。たまねぎは薄切り、ピーマン・パプリカは千切りにする。
 - ③耐熱容器にしめじをいれ、電子レンジで1分加熱、残りの野菜を追加で入れさらに1分加熱する。
 - ④大きめのポウルに水、酢、濃口醤油、砂糖、和風だしの素、赤とうがらしを入れよく混ぜ合わせ、加熱した野菜を入れよく合わせる。
 - ⑤キッチンペーパーで魚の余分な水分をとって片栗粉をまぶし、170℃の油で2～3分カラリと揚げます。
 - ⑥油をきった魚を④に入れよく混ぜ合わせ、10分ほどおいて味をなじませる。

♡一口メモ
 6月ごろから旬を迎えるあじは冬場に比べ小ぶりで脂がのっています。たっぷりの野菜と一緒においしくいただきます。野菜は軽く加熱し、柔らかくして食べやすくするのがポイントです。

薬剤師さんを募集しています!

常勤・パートともに募集中です
 新卒・中途は問いません
 ご家族・お知り合いを紹介下さい

健康相談会のご案内
 川崎すみれ薬局では、薬剤師による健康相談会を年4回開催しています。テーマは季節に合わせています。詳しくは薬局窓口でお尋ねください。

川崎薬局 ☎299-4780 川崎協同病院隣	大師薬局 ☎266-5759 大師診療所隣
川崎コスモス薬局 ☎355-6395 京町診療所隣	川崎すみれ薬局 ☎287-7510 ふじさきクリニック隣
そよかぜ薬局 ☎533-1223 川崎セルメント診療所前	くじら薬局 ☎820-0331 久地診療所近く
かりん（介護用品・レンタル） ☎287-7390	

一般社団法人メディホープかながわ
 横浜市神奈川区鶴屋町3-35-1
 第2米ビル6F
 ☎045(624)8704

組合員の広場

自粛のなかでもこんな工夫で!

—DIYや入浴剤、ウォーキングで楽しく健康に過ごす—

挑戦しました、網戸の張替え

ゴールデンウィークは外出自粛中ということもあって網戸の張替えをしました。去年、網戸の網が劣化して破れた時、節約も兼ねて自分で一枚だけ張り替えました。やってみるととても簡単で楽しく、網戸がきれいになると見た目ももちろん良いですが、入って来る風も気持ちが良いです。



この道具で張替OK

リップです。

作業はまず、戸枠から古い押さえゴムと網を外し、新しい網を戸枠にのせてクリップ等で固定。押さえゴムを網戸ローラーで溝に押し込み、余分な網をカッターで切り取ります。新しい網を張る前に枠を水洗いするとできあ



入ってくる風がいつもより気持ちいい

りです。新しい網を張る前に枠を水洗いするとできあ

ちよこっとウォークで旅しましょう

歩いた分だけ、東海道を置き換えて自宅に運動不足になりがちです。そこで川崎医療生協組織部では、楽しみながらウォーキングできるようにと、歩いた距離の分だけ東海道の道中に置き換えたイラストマップ(A4判)を作成しました。

イラストでは、江戸時代の旅人が歩いた東海道53次

を東京・日本橋からスタートして、横浜の戸塚宿までが描かれています。ウォーキングした後で、歩いた分を距離に換算して、マップ上で200mずつのマス塗りつぶしていき、約40km先の戸塚宿のゴールを目指



運動不足だけでなく、これから夏に向けて、暑さへの体の準備もできています。ウォーキングなどで汗をかき、体を

がった時、さらに気持ちがいいです。1枚にかかる時間は30分弱。今年も主人も参加してくれたのでどんどんはかど

入浴剤を楽しんでいます

私は、ゴールデンウィーク中はテレビを見て過ごしていました。長時間テレビを見てると肩が凝り、目も疲れてきます。そんな時、ドラッグストアで入浴剤のコーナーが目にとまり、気分転換になるかと思い、いくつか購入しました。



入浴剤にもいろいろ

様々な種類があり迷いましたが、色々試したかったので小袋のものをいくつか購入しました。値段は150円〜280円ほど。

テレビでは、免疫力をあげるためには40度のお湯に15分程度つかると良いが、入浴剤を使用すれば10分でもいいと言っていたので、10分で終わらせています。せっかくなので入浴剤を使っているのだから、もっと浸かっていたい気持ちもあり

つて大小6枚張り替えました。張り替えた網戸を見るたびに自己満足でニヤニヤしてしまいます。川崎区 飯野伸代

少しづつ鍛えておくと、熱中症の予防にもなります。マップの裏面には各所案内が掲載されています。イラストマップを希望する人は、組織部(044-266-7532)まで連絡ください。

また、就寝前に入浴する場合は、脱衣所の電気を間接照明にして、浴場の電気を消しています。そうすると、スマートフォンやパソコン、テレビなどで、いかに自分が明るい物を見続けているかが分かりますし、自律神経が休まった状態で入眠することができます。

組織部 佐藤純一

こんな川崎、これも川崎

シリーズ第12回
いつもはあまり見ませんよね?
市内のマンホールあれこれ

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。今回はちょっと趣を変え、市内に約12万6000個のマンホールがある中で、ユニークなデザインのマンホールを紹介していきます。

昨今、地域を盛り上げPRする目的で、さまざまデザインがマンホール蓋に各地にあるのをご存じでしょうか。そんなマンホール蓋に魅せられ、全国を旅してインターネットで紹介したり本を出版したりする人もいます。

また、同じ東口駅前広場にある坂本九の碑の前には、市内でここだけにしかない、川崎市ブランドメッセージ入りの白色マンホール蓋写真②が2017年から設置されています。黒色では



川崎市の観光案内所(かわさききた)で無料配布されています。



全国的自治体で発行しているもので、これを集めて回っている人も多くいます。川崎市のカードには、川崎駅東口駅前広場の白色マンホールがデザインされています。

マンホールカードとは、国土交通省などでつくる「下水道広報プラットホーム(GKPC)」とマンホールを管理する全国の自治体が共同で作成したカード型パンフレット(写真左)です。なく白色のものもこのだけ

知っていますか? マンホールカード

読者の広場

絵手紙



川崎区 加藤 千恵子

読者の声

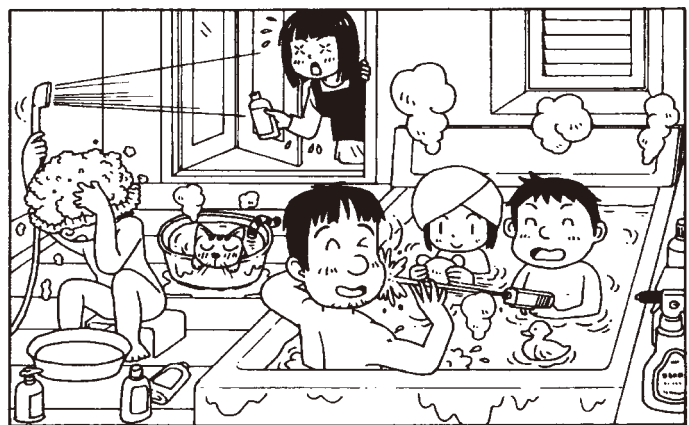


コロナの影響？

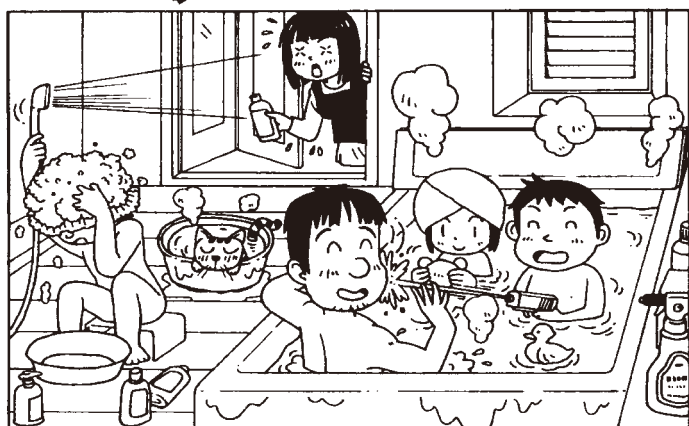
川崎区川崎代利子(7) 新型コロナウィルスの影響で外出する機会が少なくなっていますが、日頃出歩いているので家の中が片付き助かっています。掃除も目の届かない隅々まできれいさっぱりです。ロッケや餃子など冷凍食品も便利ですが、この時期は手作りです。

五輪が延びたので

川崎区 高橋 和子(9) 久しぶりにパズルに応募します。オリンピックまでは元気で思っていました。私も1年がんばらないうちと思っています。パズルも頑張ります。



[問題]上の絵と下の絵では7つのマチガイがあります！どこでしょう？(作・野上和彦)



問題の答えは... (The answer to the puzzle is...)

文化・地域

ワールドヒストリーを歩く ⑩

ーブラジルと日本人、移民100年を訪ねてー

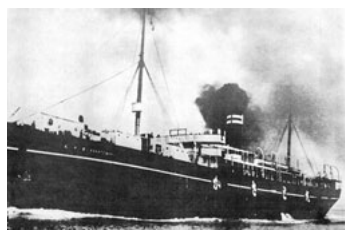


2008年は、日本人ブラジル移民100周年を迎えた。移民は戦前19万人、戦後6万人に及んだ。私は、移民たちの苦難の歴史を学びたいと2008年12月ブラジルに向った。成田からニューヨークを経由し24時間のフライトであった。

国民のエネルギーを発散(ガス抜き)しておけば政権は安心だという。 □□□



日系移民ブラジル上陸記念碑



笠戸丸 (神戸港)

ブラジルの面積は日本の約23倍。人口は2億9000万人。首都は近代都市計画(1960年完成)によるブラジリア。言語はポルトガル語。主産業はコーヒー。世界生産の3分の1。その他は鉄鉱石、砂糖。

ブラジルは中南米の大国。サッカーとサンバで第1回ブラジル日本人移民791人が笠戸丸に乗船。移民は13県から集まったが半数近い324人は沖縄県出身者であった。笠戸丸は5月9日シンガポール、6月3日ケープタウンに入港し、6月18日ようやくサントス港に到着。59日間の長い船旅だった。移民たちは、列車でサンパウロの移民収容所に向かった。

6月24日から7月16日まで6カ所のコーヒー農場に出発した。農場に着いた移民たちは、すぐコーヒーの木の収穫作業にはいった。朝7時から夜9時までの重労働だった。当時、コーヒー相場は暴落、天候不順でコーヒーが不作。賃金収入では生活ができなかった。農場をはなれてサントスの荷役労働者や家庭奉公人、鉄道作業員などの仕事につく人がいた。アルゼンチンへ転航する者もいた。これが第1回目の移民の状態であった。 □□□

私の移民史の見学調査について。サントス港へ、コーヒー輸出港として発展。ブラジル最大の貿易港。旧コーヒー取引所(1922年開設)。繁栄のおもかげがあった。サントス湾の海岸の公園に日系移民ブラジル上陸記念碑がすかに立っていた。移民輸送の鉄道の残る旧市街。さびれた倉庫群が当時を伝えていた。サンパウロには20日ほど滞在した。1500万人の南米最大の都市。ここでは東洋人街が有名。日本人、中国人などアジアからの移民でつくられた街だ。

2020年5月ブラジルは新型コロナウィルス感染者30万人、死者1万8000人。危機的状況にある。2019年労働者党ルラ大統領から極右・反共主義の元軍人ボルトソナロが大統領に。新自由主義経済優先で感染者が急増、脆弱な医療体制などの問題が今日、露呈しているように思われる。 編集委員 佐々木 勝男

班会日誌

4月度 10支部 24班 122人

大師中央	わろてんか	寄席準備	3人	桑の実	コロナ感染予防について	3人
年金大師	東門前	健康体操	3	京町	お花見	4
エンゼル①	エンゼル①	懇談	4	南河原	茶話会	3
レインボーの家	レインボーの家	エンゼル	5	ひまわり	絵手紙	17
大師フレンド	おしゃべり	パズル他	10	配食 さくら草	コロナウイルスと配食	3
観音	リフレッシュ	コロナについて	8	新川崎	ゴキブリ団子作り	7
のんき	ひまつぶし	ラジオ体操	5	元美人	脳イキキョトレニング	5
あるこうかい	お絵かき	脳トレ	4	玉川	気功朗読おしゃべり	4
大島	ロード	絵を描く	5	住吉	気功と太極拳	4
未摘花	未摘花	リサイクル活動	3	コスモス	八方五歩と二十四式	4
街の散策	街の散策	ちょこっとウォーク参加	5	溝の口	囲碁と血圧チェック	3
		輪踊り	7			
		ダンベル・ストレッチ	3			
		誕生会とフレイル予防	4			

みなんで楽しい班会(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

危険水域



危険水域
 3月に初めて大師診療所に健康診断でかかりました。皆さんとても親切でこれからも一つとお



大回りして帰ります
 川崎区 横山ユウ子
 大変な時で家にいます。買い物に出た時、少し大回りしてもう藤の花が咲いているとか、桜は散り始めたけど八重桜が咲き始めたとか少しは楽しんで見て帰ったりして過ごしています。

片づけたら...
 多摩区 中村美栄子(70)
 コロナさわぎで色々な予定が中止になり、家に居ることが多くなりました。気になっていた片付けを始めたところ、やりかけのパッチワークが出て来たので続きを始めました。



みんなが川柳

大臣は時代錯誤の代名詞
 咳ひとつにらまないでねセンソクよ
 逆走の緊急事態は安倍政権
 コロナ増え桜しずかに散るばかり
 この時世業ごもり癒す孫の顔
 寅さんのチケットコロナで反故になり
 布マスク早く来ないと間に合わず
 コロナ禍で外食できず金貯まる
 春つららふところ真冬新コロナ
 熊谷草熊が居そうと孫びびる

麻生区 酒井 巖(89)
 多摩区 長野しづ子70代
 高津区 長谷川哲夫(73)
 幸区 恩田信子(76)
 幸区 佐竹美佳(41)
 川崎区 正田 豊(69)
 川崎区 郷地淑子(83)
 川崎区 山口良春(80)
 川崎区 草野みつ子
 川崎区 清水美恵子(75)

みな様からのオリジナル川柳をおまちしています

編集部より
ひとつこと

今回も、コロナがテーマの句がたくさん寄せられました。かたつない応募数でしたが、ひとつにしばりお願いします。

メールで応募

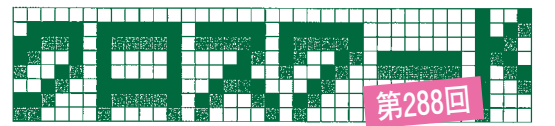
川崎区 阿部文江(80)
 今までは葉書で応募していましたが、前回からメールでの応募に変えました。ただ、私はパソコンを所持していないので旦那のパソコンからの送信です。私も以前はパソコン

ボケ防止に

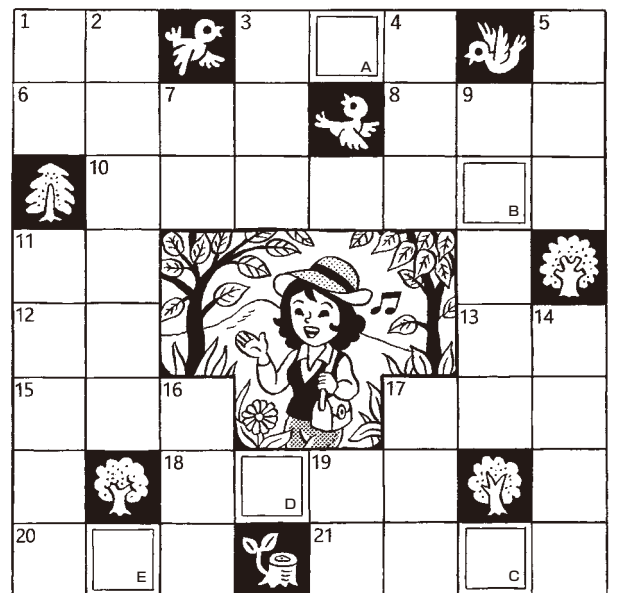
川崎区 谷川純江(80)
 毎月パズルを楽しみにしています。ボケ防止になるのではと頑張っています。

元氣を出して

川崎区 西川治子(69)
 医療生協4月号1面「家の中でも手軽に体操を！」はとても参考になります。声を出すことも少なくなっていますので、元氣を出してがんばり



《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

メールでの送付先 s.shirovani@kawaikyo.or.jp

接
 実業家たちの社会
 今年の○○○竿灯まつりは残念ながら中止です
 産業革命以降の○○○燃料の使用急増が地球温暖化の原因の一つとされます
 「鸚鵡」って読めますか？
 無○○○肉食
 石から生まれたとか陸にすむ貝の仲間だつて知っていましたか？
 マグロやカツオの缶詰梅酒など植物の実でつくったお酒です。○○○酒
 ○○○イン、○○○帖、○○○
 少し気が早いですが、2021年は○○○年

ヨウシキのカギ
 ① 三色の毛が生えています
 ② オットセイ
 やトドと仲間
 ③ 追い打ちともいいます
 ④ 世の中のありさま
 ⑤ 新型コロナウイルス感

⑥ 染拡大防止のための一つの手段
 ⑦ 日本○○、オホーツク
 ⑧ ○○○
 ⑨ トンビが生むことも
 ⑩ 革が化けると？
 ⑪ 後から加えます
 ⑫ 発祥の地はフィンランド

タテのカギ
 ① ○○○閉、○○集、○○
 ② ○○○に合わない、へ
 ③ ○○○浴は樹木に囲まれて気持ちがいいですね
 ④ ○○○イン、○○○帖、○○○

⑤ 付先のアドレスは解答枠の下をご覧ください。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。
 ⑥ なお、川柳はひとり、一句、既に発表済みのものは遠慮下さい。
 ⑦ 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6月25日、発表は8月号紙面に掲載します。
 ⑧ 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

4月号の答えは「ソツギヨウシキ」でした。応募者は241人(正解は238人)。
 正解者の内訳は川崎区118人、幸区14人、中原区27人、高津区16人、宮前区5人、多摩区26人、麻生区23人、市外9人です。

解答と当選者
 286回
 清野美栄子(川崎区)
 市川せつ子(川崎区)
 澤木昭子(川崎区)
 長澤昭子(幸区)
 小野なか(中原区)
 菊地結貴子(中原区)
 梶山衣江(高津区)
 清水美恵子(宮前区)
 大河原健(多摩区)
 志岐チエ子(多摩区)

応募要項
 パズルの答えと川柳は、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の下をご覧ください。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。
 なお、川柳はひとり、一句、既に発表済みのものは遠慮下さい。
 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6月25日、発表は8月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

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

平和の広場

私の戦争体験 ⑦

伝えたい思い

高津区 土肥 ノブ江(88歳)

第二次世界大戦

高津二子町で起きたこと (下)



(昭和19年高津二子町の空襲のあと)
夕暮れが近づいてきたころ小川さんの家の前に大勢の男の人たちが現れて、大声で「小川さん、小川さん、奥さんいますか、いたらちよつと出てきて下さい」と呼んだのでおばさんは気を取り直して「ハイ」と、大声で答えて出てきました。子ども達もそのあとに続き一緒に外に出ると、「わー」といってみんな後ずさりして目を覆いました。

「昭和19年高津二子町の空襲のあと」きものをのせていました。見ると顔も半分しかなく、着る物もボロボロの二人でした。そして小川さんのおばさんに「奥さん、実はねお宅のおばさんの家のそばに爆弾が直撃して、高津館(映画館)の奥さん、息子さん、あなたの家のそばの家の奥さん、息子さん、みなで片付けているがこの二人が見つかったので、急いでお宅のおばさんかどうか確認にいらしたんだけど、おばさんですか？」と担架の一つに指差しました。

小川さんのおばさんは眉をひそめながら、「おばさんがこんな柄の着物をきたのは見たことがない」と言うた消防団の人にも、「じゃこの人達は高津館の奥さん親子かも知れないね」と言い引き揚げていきました。小川さんの家では、もしかしたらおばさんも不幸にあっているかも知れないと、親子でひそひそ話合っていました。私はこの家の人間ではないので何も言えず、また家にも帰れず、黙って座っていました。

この空襲で三人が死んで、一人は重体、高津二子町にとっては重大な事件でした。今、この話を知っている人はいくらもないでしょう。戦争とはいいことありません。食べられるものもなく、食べつくし、家は焼かれ住むところもなく、夜布団に寝られたとしても、風呂にも入れず不衛生でシラミが湧いて、一晩中さされ、寝ても痒さとの戦いでした。

平和というものがどれだけ尊いか、私達戦争を体験した者がようやく分かるのです。絶対に戦争をやってはいけない、勝つても負けても負担はつづくのです。若い人は馬鹿な大人にならないでください。戦争は人類を破壊させます。私は切に願います。戦争は絶対してはいけません。

市の「大気汚染公害改善(克服)キャンペーン」を批判

川崎医療生協の大師診療所から始まった「川崎から公害をなくす会」(神戸治夫会長)は5月10日、川崎区の公害病患者と家族の会の会議室で第33回総会を開催しました。このなかで、川崎市の「大気汚染公害改善キャンペーン」を批判し

「川崎から公害をなくす会」第33回総会開催
大気汚染に関連して死亡しているというWHOの報告を紹介しました。活動方針としては、市がすすめる「大気汚染公害改善(克服)キャンペーン」に対し、市の環境目標値(日平均値0.02ppm)の達成を目指すべきたと、「公害克服や否定の策動」を批判しました。市民アンケートでは依然として公害防止対

策への要望は高く、医師会のぜん息患者調査でも2万2695人と高い傾向が続いていること、さらに企業からの窒素酸化物や硫酸酸化物の排出量は年々削減されているが東京電力や合併した日本石油で増加傾向にあり、市の調査でも二酸化窒素(NO2)は環境基準の上限值(日平均値0.06ppm)を達成したに過ぎません。



大師診療所入口の記念碑

理事 鷲北栄治

川崎医療生協 第71回 通常総代会 開催会場と形式の変更

6月27日に開催予定の、第71回通常総代会は、新型コロナウイルス感染症に係る緊急事態宣言の影響で、会場であるサンビアンかわさきのホールが使用できるか不明のため、5月の理事会において、開催場所と形式を変更しました。

日時 6月27日(土)
午後1時30分から3時まで
(受付は12時30分から)

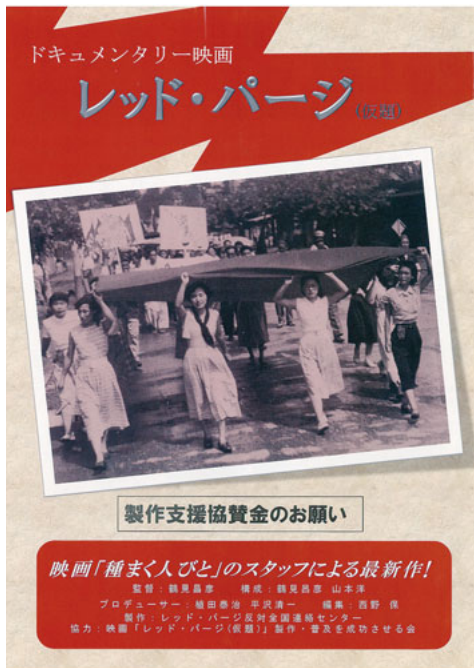
会場 本部会議室と協同ふじさきクリニック職員食堂
(川崎区藤崎4-21-2)

※各地区の選挙で選出された総代の参加も、会場のスペースの関係で制限させていただきます。参加する総代については、公共交通機関を使用しないように、事務局が車で送迎するなど対応します。
※傍聴席は設けません。

2020年5月16日
川崎医療生協 理事会

制作支援協賛金を募集

「レッド・パーージ」とは1949年から51年にかけてアメリカ占領軍の示唆のもと、戦後日本での民主化運動の盛り上がりを感じた権力者と企業による「アカ攻撃」という思想弾圧と約4万人に及ぶ労働者解雇を強行した事件です。川崎医療生協の発祥の地、大師診療所もレッドパーージを受けた岡田久医師や、川崎で同じようにレッドパーージを受けた労働者によってつくられた診療所です。



貴重な映像記録をもとに製作がすすむ、映画「レッド・パーージ」(仮題)は、今なお続く思想による差別と弾圧の存在を、現在の日本人に投げかけ、この国のありようを問う作品で、2020年秋ごろ完成予定です。製作を成功させ、映画を

普及させようと、事務局では製作費への協賛を個人や団体に呼び掛けています。目標金額は1000万円。製作支援協賛金は1000000円で、10口以上の協賛金を提供した個人、団体には、名前を字幕で紹介し

問い合わせは
03-3576-375
5 同事務局まで。

振込先(郵便振替)番号
0130-4-26339
加入者名
レッドパーージ反対全国連絡センター