

# 川崎医療生協

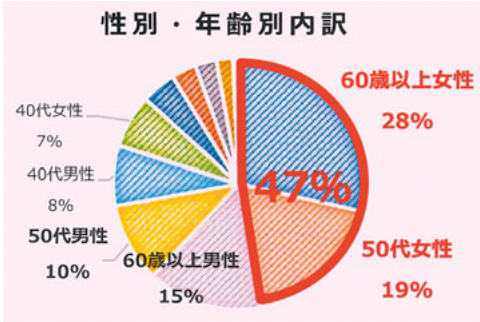
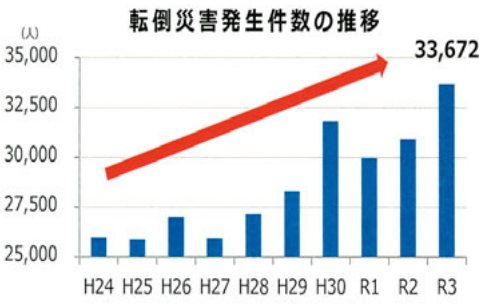
発行所 川崎医療生活協同組合 〒210-0804川崎市川崎区藤崎4-21-2 発行責任者 星野 俊平  
定価 1部10円千60円 (購読代金は出資金に含まれています) TEL044(270)5881

## 2月号



### 川崎医療生協の現状

――(12月末)――  
組合員 41,182人  
出資金 1,561,940,000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。



## 転ばぬ先に対策を!! 増加する高齢労働者の転倒災害 労働環境の整備と健康づくりが課題

歩くのが遅くなったとか、わずかな段差でつまずく。こうした歩行能力の低下は加齢によるものが多く、転倒リスクの高まりを表しています。近年、高齢労働者の増加に伴い、事業場での転倒事故が増えています。転倒は、骨折や重い後遺症、ときには死亡につながることもあります。労働災害の例から、転倒の原因を知り対策を考えます。(イラスト・グラフ出典 厚生労働省ホームページ)

### 際立つ中高齢女性の転倒

厚生労働省の2021年の調査報告によると、労働災害により4日以上休業した人は、負傷者と死者をあわせて14万9918人です。新型コロナウイルス感染症を除くと、死傷者をもっとも生み出している事故は転倒で、3万3672人(全体の23%)が罹災しています。また、転倒によるケガは骨折が約7割と最も多く、平均休業日数は47日に及びます。

### 「つまずき」と「すべり」に注意

転倒時の状況は、作業中

注目すべきは死傷者の年齢です。転倒時の状況は、作業中結した通路等が25%、「作業場や通路にこぼれていた水、洗剤、油等」が19%、これに「食品加工場の水場」や「雨に濡れた通路等」が続きます。

転倒要因に合わせた対策について、厚生労働省では、全産業向けと介護施設向けにリーフレットをまとめ、労働環境の整備と、転倒やケガをしにくい身体づくりを呼びかけています。

### 加齢を知り、からだづくりを

高齢者の転倒について、川崎協同病院の田中祥太理学療法士は、「人は、足の関節や股関節、手などを使ってバランスをとっています。転びそうになっても全身でバランスをとり足の踏ん張りを効かせて転倒を回避していますが、多くの高齢者はそれがうまくできず転んでいます。また転倒してケガを負わなかったとしても、本人や周囲の人が恐怖心を持ってしまい、日常生活での活動量を抑え身体機能を低下させてしまう」と指摘。



### 視力・聴力・握力との関係も

視力や聴力の低下も転倒のリスクになることが知られています。東京都健康長寿医療センター研究所では、「難聴の場合、障害物に気づくときに歩幅が乱れ、障害物を踏むリスクが高くなる」と指摘。

### 転倒も重篤な災害という認識を

厚生労働省が設置した、有識者・関係者による「転倒防止・腰痛予防対策の在り方に関する検討会」(座長・高田礼子聖マリアナ医科大学主任教授)は、2022年9月「検討事項の中間整理」を発表、転倒などの作業行動に起因する災害発生メカニズムは、労働者の個人要因の影響も大きく、関係者の意識改革が必要だと強調しました。



“床がすべらず安全か?”  
労働安全衛生委員会による点検  
(川崎協同病院)

最近では、下肢の筋力やその他多くの部位と関係が深いといわれている握力の測定が、事業場の健康診断に取り入れられています。握力が性別年齢別の平均値を下回る場合には、骨密度検査や運動メニューによる自主的な訓練が推奨されています。

発表のなかで、「小売業や介護施設などの第三次産業では、人手不足による業務多忙の常態化や、顧客や利用者への対応を最優先とする慣習などから、安全衛生教育が適切に実施されていないとはいえない。また転倒や腰痛は、重篤な災害ではないとの思い込みや、日常生活でも発生することから、事業者や労働者の認識が低い」と指摘しています。

### 青い空

週2回ほど立ち寄るコンビニで、ある朝「前回買い物をされたときに、コーヒーの無料券を渡すべきところを、忘れていました。申し訳ありません」と謝罪され、無料券を渡されたときには、ずいぶん丁寧な対応だと感じました▼私がコンビニにいるのは毎回数分ですが、いつも店員のてきぱきと働いている姿には感心します。レジ台では様々な電子決済や宅配便などに応じ、雨の日に傘を買い求めた人には「タグを切りますか」と尋ね、商品陳列の間もレジ前の混雑に気を配ります。今回の私への対応も、よく訓練された結果だったのでしょう▼私は会計が済むと、ありがたうと言うことはありますが、今回は、顧客との接点を増やそうとする工夫に驚き、「あちこちに気を配り、ほかから働かずに嬉しくなっています」と、ふだん思っていることをカードにして後日渡すと喜ばれました▼昨今、物流網やホスピタルマインドを備えるコンビニに、災害支援の役割が期待されています。素質はあると思いますが、被災者でもある店員の過度な奮闘に依存すべきではないと感じています。

編集委員 木下 隆成

# パパが育児休暇を取得して 親として、医師として、メリットは大

## 安藤慎之介医師が報告

厚生労働省が昨年7月に発表した「令和4年度雇用均等基本調査」によると、男性の育児休暇の取得率は、17・13%と過去最高となりました。しかし、昨年6月に政府が示した「2025年に50%」という目標とは大きな隔たりがあり、取得の促進が期待されます。川崎医療生活協同組合では規定を改定しながら男性の育児休暇の取得を推進していますが、実際に育児休暇を取得した経験のある安藤慎之介医師（川崎セツルメント診療所）は、男性の育児取得について「心身の安定」などメリットは大きいと語ります。以下、安藤医師からの報告です。

私は現在、川崎セツルメント診療所で家庭医療プロという間に1日が終わり、あつとという間に1カ月が経つていました。勤務していません。診療所を拠点に、健康な時から病気の時まで、どんな相談にも乗る家庭医を目指して日々研鑽しています。

私生活では2020年10月に第一子の長男が、2023年3月には第二子の次男が誕生、この時期にそれぞれ1カ月、2カ月間の育児休暇を取得しました。育児取得しようと思った理由は、自分の子どもの成長をこの目で見たいというのが一番でした。ミルクを飲ませておむつをかえて、お



育児休暇中の安藤医師

風呂に入れているとあつと、この心身が安定していることとは皆さんのメリットがあります。家庭医としては子を持つ親御さんに、親の立場としてより共感を交えて相談に乗ることができるようになったと感じています。唯一の後悔はもっと長くおいて良かったかと思つておむつをかえて、お

企業などで働く男性の育児休暇取得率は過去最高の17%と、男性の育児参加に対する世間の意識も年々向上している一方で、男性医師の育児取得率は13%程度というアンケート結果が出ていました。現に、大学時代の友人に聞いても「周りで育児取得している男性医師を見たことも聞いたこともない」という意見が大半でした。

幸い、スムーズに育児取得できたのは、ダイバーシティを推進する立場にある職場環境や、育児取得しても専門医の取得に影響がない制度設計という環境要因が大きいと感じています。

一方で、環境が整わず、育児を取りたくても取れない男性が数多くいるのも事実で、微力ながらも体験記を発信することで、一人ひとりの意識が変わり、世の中が良い方向に変わる一助となれば幸いです。

地域の見守り活動を続けている川崎医療生協に対して、このほど神奈川県から感謝状が贈られました。

### 「地域見守り活動」 に対して感謝状

神奈川県から  
川崎医療生協  
などへ

1月11日、県庁本庁舎大会議室で行われた「地域見守り活動に関する感謝状贈呈式」では、人命救助につながる活動をした21事業所と、協定締結から3年以上経過した3事業所、締結してから10年以上を経過した26事業所が参列、感謝状を受け取りました。

「地域見守り活動」とは、神奈川県が2012年から「誰もが孤立せず、地域で安心して暮らしていける」ことを目的に、民間事業者と「地域見守り活動に関する協定」を締結して、活動を推進する活動です。

川崎医療生協を代表して、黒岩祐治知事（写真）

川崎医療生協も2013年から県と協定を締結し、毎月医療生協新聞を配付する際に、ポストの郵便物が一杯になっていたり、地域の人から「最近あの人の顔を見ないね」と連絡があったりしたときに、地域包括や警察などに連絡をするなどして安否確認に協力しています。

**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。

<b>川崎すみれ薬局</b> ☎044-287-7510 ふじさきクリニック隣	<b>川崎薬局</b> ☎044-299-4780 川崎協同病院隣	<b>大師薬局</b> ☎044-266-5759 大師診療所隣
<b>そよかぜ薬局</b> ☎044-533-1223 川崎セツルメント診療所ななめ前	<b>川崎コスモス薬局</b> ☎044-355-6395 京町診療所隣	<b>くじら薬局</b> ☎044-820-0331 久地診療所近く

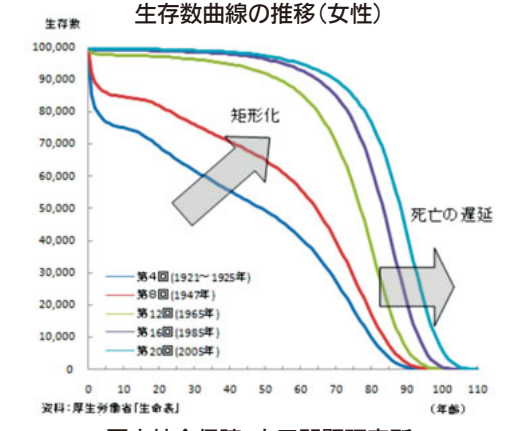
**一般社団法人メディホープかながわ**      藤沢市藤沢 854-11 ☎ 0466-52-6950

**やさしい 生命科学の歴史 人間の過去・現在・未来**

第38回 不老・不死を目指す ①日本人の寿命の現況

協同ふじさきクリニック 所長 桑島 政臣

2022（令和4）年の簡易生命表によると、男性の平均寿命は81・05歳、女性は87・09歳である。いずれも前年より低下している。2023年の住民基本台帳に基づく百歳以上の人口は9万2139人で、約89%が女性である。100歳以上は百寿者（センチナリアン）と呼ばれるが、110歳以上は超百寿者（スーパーセンチナリアン）と呼ばれ、2015年の国勢調査では146人（男性9人、女性137人）いることがわかって



若い層での死亡が少なくなるため矩形化する（長方形に近づく）一方で、高齢層で死亡の遅延が生じている。近年の生存数曲線は、若い層での死亡が少なくなるため矩形化する（長方形に近づく）一方で、高齢層で死亡の遅延が生じている。より少なくなっている。さらには生命科学の力で寿命が伸びたら日本はどんな社会になるのだろうか？

者はスペインの116歳の女性である。さて人間の寿命に関する研究結果はどのようなものか？国立社会保障・人口問題研究所の「日本の将来推計人口」によると、これまで「種の寿命には一定の限界がある」とされておりましたが、人間の平均寿命はそろそろ限界に近づいているとされています。日本では2007年に65

# くらし・社会

コラム

## 時の風 激甚災害と消防

——いつまた波が押し寄せるかわからない状況での家屋からの救出作業、何度も山を越えての傷病者搬送、建物に取り残された人たちの救出へ向かったのも大津波警報発令中のことだった。「今度こそ死ぬかもしれない」。何度もそう思った。

祈るような気持で放水を続けた。この現場にいるすべての隊員が一緒に気持だと思ふ。それに反して、火災の規模が大きすぎる。今、消防の無力さをひしひしと感じる。「水が底をついた」。これ以上ここに居るのは危険である。辛かった。



能登半島地震緊急消防援助隊の活動（提供：川崎市消防局）

以上は、2011年3月の東日本大震災で活動した宮城県南三陸消防署のある隊員の言葉です。

これは、1995年1月の阪神淡路大震災で活動した神戸市兵庫消防署のある隊員の回想です。

### 川崎市に市民の声を届けよう

## 小児医療費助成制度の拡充を求めて

### オンライン署名と「ひとことカード」に協力を!

川崎市の小児医療費助成制度では、小学3年生までは医療費は無料ですが、4年生からは通院1回につき500円を上限とする窓口負担があります。

子どもに複数の病気があったり、多子家庭で受診が多くなると、その分負担金は増加します。神奈川県は増加しています。

この一部負担金があるのは川崎市と相模原市のみです。東京都は期間限定ですが高校生まで医療費

は無料となっています。川崎医療生活協同組合が参加する川崎市社会保険推進協議会（川崎市社保協）は、昨年8月、川崎市に対し「1回500円を上限としている医療費の窓口負担をなくしてほしい」「18歳までの医療費を無料にしてほしい」との要望を出しました。

これを受けて川崎市社保協は、川崎市内で小児医療費助成制度の拡充を求めて署名や宣伝・学習活動にとりくむ「川崎市子どもの医療費無料化を求めめる連絡会」の、「制度拡充を求めめるオンライン署名」と、市民の声をカードに書いて市長に届ける「ひとことカード」

たのは地元消防隊員です。彼らは隊員であると同時に、地元の住人でもあり、ときに自分の家族の安否を気遣いながらも、他の現場へ駆けつけなければなりません。それが消防の仕事だからです。

実際、「阪神・淡路」でも「東日本」でも、家族が犠牲になりながらも活動に従事していた隊員がいます。また、被災者の望むような作業ができない場合もあり、不手際だと批判されることすらあります。

元日に発生した能登半島の地震による家屋倒壊や火災の映像をみるにつけ、被災者の苦しみを思

への協力を、市民に呼び掛けることにしました。オンライン署名は、「小児医療費助成制度の窓口での一部負担金の完全撤廃」と「対象年齢の18歳までの引き上げ」の2つを福田紀彦川崎市長に要請するという内容で、「ひとことカード」は、小児医療費助成制度のこと、子育て中の体験談、市長へのメッセージを書いて届ける活動です。

オンライン署名、及び「ひとことカード」の入手は下記のチラシにあるQRコードから。問い合わせは、健康まちづくり推進部（044-266-7532）まで

子ども医療費助成制度の充実を図りませんか？

県内「一部負担金」有無の図

小学生でも 受診時の窓口「一部負担金」があるのは川崎市だけなんです

対面「私のひとことカード」とあわせてご協力ください！

制度拡充を求める「オンライン署名」も実施

2024年4月まで（1月中旬開設予定）

※対象年齢「18歳まで」への引き上げ

お問い合わせ＆記入済「ひとことカード」の返送先はコチラ

連絡先 〒221-0835 横浜府神奈川区鶴屋町2-23-2 TS プラザビル2階 神奈川県医療生協「川崎子ども連絡会」担当 TEL:045-313-2111

川崎市長へ思いを届けよう  
子ども医療費助成制度に関する私のひとこと

集約期間：2024年1月～4月

この期間、お一人につき1回のご回答、ご記入をお願いします

小児医療費助成制度のアンケート(該当する項目の□に✓を付けてください)

質問① あなたが希望する対象年齢は？

18歳まで 中学卒業まで(高校と併用) その他( )

質問② 会計窓口での「一部負担金」の徴収、どう思う？

(発行「小学校4年生から11歳の外受受診につき最大500円の徴収」)

撤廃すべき 現状で妥当 その他( )

小児医療費に関して  
福田市長へのメッセージをお書きください。

【要望はもちろん、子育て中の体験談など、ご自由に記入ください】

お名前: \_\_\_\_\_ 居住地: 川崎市 / その他 \_\_\_\_\_

年齢: \_\_\_\_\_ 性別: \_\_\_\_\_

当該用紙は、川崎市へ提出します。ご記載いただいたお名前は市への提出以外には使用しません。 川崎子ども医療費無料化を求める連絡会

からだにやさしい料理 第59回

発酵食品を食べよう! ⑪

★トマト豚キムチ炒め★

川崎協同病院 調理師 深澤 廣綱

【材料】(2人分)

- 豚こま切れ肉 ..... 200g
- トマト ..... 2個 (300g)
- キムチ ..... 100g
- 塩コショウ ..... 少々
- ごま油 ..... 大さじ1/2

1人分 333kcal タンパク質21.6g 塩分2g

★調味料

- 酒 ..... 大さじ1
- 砂糖 ..... 小さじ1
- しょうゆ ..... 大さじ1/2

【作り方】

- 1 豚肉に塩コショウをふり、混ぜる
- 2 トマトのヘタを取り、縦半分にする。切り口を下にして3等分の放射状に切り分け、さらに斜め半分に切る
- 3 フライパンにごま油を入れて熱し、①の豚肉を入れて肉の色が変わるまで中火で炒める
- 4 キムチを加えてサッと炒め、トマト、★を加えて強めの中火でサッと炒め合わせて完成

♡一口メモ: チーズを入れても美味しい



# 組合員の広場

## 囲炉裏を囲んで班会



囲炉裏を囲んで、笑いながら2023年を納める

昨年12月13日の歩路班の班会は恒例の忘年会となりました。班長の小林和子さんの家に集まり、きりたんぼ鍋を小林さんに用意してもらい、囲炉裏を囲んでの楽しい班会でした。

また、城谷部長が班員の体の不調をネットで調べてアドバイスをしたりと、ラジオ体操の音に合わせて、アイルランドの打楽器演奏をして、2023年も元気に納められました。

長尾堰支部 歩路班 小笠原 光江

## 東小田支部の企画に参加を

コロナ禍前は支部の企画で、江戸東京博物館で歴史の勉強をしました。多摩川神社にも行きました。鶴見の總

コロンナ禍前は支部の企画で、江戸東京博物館で歴史の勉強をしました。多摩川神社にも行きました。鶴見の總



南部防災センターでの体操

東小田支部 塚田 さと子

## 晩秋の千葉へ、バスハイク!

昨年11月22日、宮前支部主催のバスハイクを開催しました。天候にも恵まれ、37人を乗せた大型観光バスは定刻に千葉県へ出発しました。

養老渓谷は一昨年の台風と昨年の豪雨被害により、工事中で歩くことができませんでした。バスの窓から渓谷沿いに色づきはじめて木々を眺めながら房総半島を横断し鯛の浦へ向かいました。

鯛の浦では貸し切りで遊覧船に乗り、波もなく気持ちよい海風を感じながら、あるスポットに到着。ガイドさんが船上から餌を海上

野菜を買いたかった」「バス旅行、遊覧船、フェリーと楽しい旅でした」「もう少しゆとりがあるとよかったです」「楽しかった」といった感想が寄せられました。

宮前支部 高山 富恵

## 映画「長い別れ」を上映

1月15日 藤崎北支部 主催で映画上映会を開きました。9人が参加しました。上映したのは、中野量太監督で蒼井優が主演の「長い別れ」です。認知症になった父親と家族の絆の物語です。これから私たちが身近に向き合っていくテーマでもあり、とても心に

残りまりました。ただでさえ家族の絆が薄れて来ている現実がある中で、あらためて日頃からのつながりの大切さを感じてみませんか。これからも良い作品をみながら鑑賞していけるように、藤崎北支部では上映作品について検討していきます。

次回の上映日程が決まったら支部ニュースでお知らせします。

藤崎北支部 平田 淳子

## 生田緑地スプリングフェスタ

～春、カラダを動かし、ココロ躍らせ 健康な毎日を生田緑地の緑の中で育もう!～

イベント 昨年は「スプリングマルシェ」として行われ、大好評だったイベントが、「生田緑地スプリングフェスタ」と名称を変えて今年も開催! 今年は川崎医療生協とパルシステムが、実施主体の生田緑地共同事業体から依頼を受けて、モルック体験(有料・予約制)と健康チェックを実施します。

- 日時 2024年3月2日(土) 午前10時～午後4時
- 場所 生田緑地中央広場周辺 東口ビジターセンター等(川崎市多摩区柞形7-1-4)
- 内容 ◆モルック体験(有料・予約制) & 健康チェック ◆ミニゲーム ◆かけっこ教室 ◆絵本読み聞かせ ◆エプロンシアター ◆音楽パフォーマンス ◆キッチンカーなど
- 実施主体 生田緑地共同事業体
- 問合せ・モルック体験申し込み先 生田緑地共同事業体(電話044-933-2300) まで

## 家族で健康チャレンジに挑戦

## 団体賞を受賞

川崎医療生協が昨年10月から11月に参加を呼びかけた「健康チャレンジ2023」に、川崎医療生協の組合員293人が参加しました。その中で、川崎区の小田支部の山崎貴美子さんが、家族全員でチャレンジした感想文を寄稿してくれましたので、以下に紹介します。

—わが家では、家族3人で健康チャレンジ2023に参加しました。前年までは主人と2人でしたが、生活習慣改善に「ほどほど飲酒」というチャレンジ項目があったので、最近、仕事のストレスもあるのか酒量が増えて心配な息子にも声をかけました。

健康チャレンジに参加することで、少しは息子自身で気をつけるようになりました。主人は禁煙にチャレンジしてほしいのですが、無理なので、自分で目標を立てる「マイチャレンジ」で、朝起きて水を1杯飲むことにチャレンジしました。とてもお通じが良くなり体調もいいそうです。



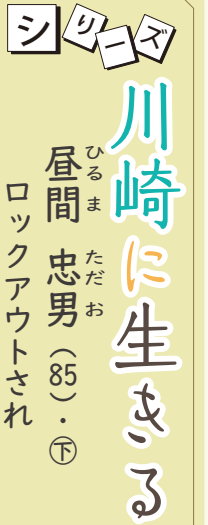
私は町会の役員をしていることもあり、どのくらい社会参加をしているのか知りたかったので、「趣味やボランティアサークル参加」と「地域の集まりに参加する」の2つを選びました。チャレンジの報告書には、チャレンジが成功した時には印をつけることになっているカレンダーが掲載してあり、そのカレンダーにいっぱい印がつけました。

3人以上で応募できる「団体賞」にも応募したところ、なんと当選! 本当にびっくりしました。賞品は社会福祉法人しいの実の作った、クッキーの詰め合わせでした。食べきれないので、日頃お世話になっている小田支部の運営委員にお裾分けしました。

小田支部 山崎 貴美子



# 組合員の広場



川崎に生まれる  
ひるま ただお  
昼間 忠男 (85)・Ⓣ  
ロックアウトされ

1956年、東亜石油に就職した昼間さんは、1962年、突然労働組合の書記長に選出され、会社側に退職金規定をつくることなどを要求してきた。退職後は川崎医療生協で働き、公害問題などにとりくんだ。

## 厳しい状況で結婚

会社側のロックアウト前日に、昼間さんは「これから大変になるぞ、その前に決めておこう」と思い、友人の紹介で知りあった佳江さんと結婚を決意。1966年に、会費5000円の結婚式を、大勢の仲間や先輩たちに祝福され行った。

## 裁判へ

解雇された昼間さんたちは会社側を相手に「不当解雇撤回・職場復帰を求め裁判」を起し、一番は全面勝訴したが二審は全面敗訴だった。一審中、昼間さんは労働組合の専従になり、他のメンバーはアルバイトをしながら生計を立てていた。

二審敗訴後は全員アルバイトをやめて争議に専念した。生活費などは、夏には花火を売ったり、年末はカレンダーを売るなどの行商をして食いつないだ。

当時、労働者の人員整理や労働組合の破壊を狙った攻撃が川崎化成、東洋酸素、日本ゼオン、日本硝子等でも行われた。そのためその労働組合員と一緒に、各企業の本社が集中する千代田区で宣伝行動を行い、川崎市役所前にある金融機関に對しては、「背景資本抗議行動」をくり返し行い争議の解決を迫った。

## 川崎市社協の結成に参加

1980年代、中曽根臨調行革路線の強行と労働戦線の右傾化により中央・地方の社協はその役割を果たせないまま、休眠状態に追い込まれ

17年間の争議中に、川崎の公害運動にも関わっていたことから、川崎医療生協の職員とも交流があり、裁判を終えた1982年に昼間さんは川崎医療生協に入職し、川崎セツルメント診療所で働くこととなった。ちょうどセツルメント診療所が今の場所に移転する時で、その建設運動にも関わった。その後、川崎協同病院を経て、川崎医療生協本部で社会保障や公害運動を、金木照義さんから引き継ぎ、法人に社



## 川崎医療生協へ

た。しかし、社会保障の後退を許す中、医療・福祉・年金・高齢者など課題ごとの共闘組織がつくられ、運動が継続されると共に、中央社協と県段階の社協の再建が全国で進められた。

川崎では23年間の歴史を持つ「健康と医療を守る川崎市民懇談会」を発展強化して1994年に川崎市社協が結成され、昼間さんは初代事務局長になった。

## 川崎公害裁判

1982年から始まった川崎公害裁判の支援運動にも関わった。被告企業の一つに東亜石油も入っていたため、昼間さんは「俺を不当解雇し、職場から放り出した東亜石油に對して敵を打ってやりたい思いが、公害運動に力を入れる原動力にもなった」と話す。

## 公害患者と共に

2003年に川崎医療生協を定年退職し、「川崎公害根絶・市民連絡会」の事務局長となり、現在に至る。「悔しいことに、福田紀彦市長は、昨年の6月に全国で唯一川崎市だけにあった、成人ぜん息患者医療費助成条例・小児ぜんそく医療費支給条例の廃止を決定した。ぜんそく患者と市民を見捨てる条例廃止を撤回させて、市民を一番に考える川崎市政をつくってほしい」と意気込む。

## ぶれ〜ん 不登校を考える親の会 in川崎区 公式ラインが誕生

2021年8月から、川崎医療生協の組合員と職員とでつくった「ぶれ〜ん 不登校を考える親の会 in川崎区」が、公式ラインを開設しました。このラインで、ぶれ〜んの企画情報などを発信していきます。

ぶれ〜んではこの間、第2日曜日に、学校に行けなくなった子どもを持つ親同士が交流と情報共有する場を運営し、毎月第4木曜日の夜にはZOOMを活用して、親同士の交流の場も始めています。

また、子どもたちが昼間いられる場所をつくらうと、昨年川崎区の小田と藤崎の子ども文化センターを借りて「とまり木café」という名称で、居場所づくりも行っています。

相談したいことなどがあれば、上記の会に参加していただくか、下記までご連絡ください。

問合せ先 健康まちづくり推進部 城谷 (電話090-6706-5454)



## 班会日誌

12月度 25支部 92班 543人

大師東支部	人	健康マージャン	健康麻雀	10	ロード	久しぶりの緑地	人	気功と太極拳	気功と「基本」を	8			
リラ	忘年会	3	大島支部	あかり	書道	6	古流生花	正月用生花	11	小杉支部	アニマル	「保健学校実技編」後の食事会	8
大師中央支部	エンゼル①	一年の終わりで反省会	5	すずらん	健康茶話会	3	手芸	つるしびな・正月飾り・はらの花	8	さくら	忘年会	5	
おしゃべり喫茶	クリスマス会(来年もよろしく)	6	深瀬	年末買物ツアーに参加して	3	川崎駅前支部	IT	茶話会	3	そら豆	「保健学校実技編」後の食事会	8	
カミツ	読書会歴史をつくるのは誰か	3	未摘花	ストレッチ・ダンベル体操	3	あじさい	ペットボトルでランタンをつくろう	6	長尾塚支部	アジサイ	忘年会	5	
ピーガン	料理教室と忘年会	3	浜町支部	エチュード	オカリナ練習	8	ウォーキング	12月ニュース仕分け	9	コスモス	花のスケッチ	3	
マーガレット	房州ドイツ村イルミネーション参加	3	エチュード	クラフト	カゴ作り	5	なわて	望年会と誕生会	10	すずめ	脳トレニング	5	
わろてんか	例会反省会	3	クラフト	プアカーネーション	フラダンス	7	御幸支部	ストレッチ・ダンベル体操	5	ひまわり	転倒防止体操	5	
東門前	ガザに平和を考える	5	プアカーネーション	ブルメリア	フラダンス	5	紅葉	ウォーキング教室	5	第4長尾	忘年会	7	
年金大師	政治資金パーティを考える	3	ブルメリア	渡田支部	歩いて楽しむ会	13	オレンジ	新聞ちぎり絵	8	茶の実	忘年会	6	
大師フレンド支部	ウォーキング	ペットボトル体操・ストレッチ体操	6	歩いて楽しむ会	ちょこっとウォーク	13	モンチッチ	健康チェック	3	歩歩路	忘年会	6	
おしゃべり	おしゃべりしながら作業	7	小田支部	いなほ	久しぶりの会話でした	4	絵手紙	「冬」「正月」「2024年」にむけて自由に描く	11	宿河原支部	すこやかダンベル	筋力維持と親睦	4
おりづる	作品づくり	4	いなほ	たんぼぼ	健康チェック	3	西海亭	誤嚥予防について(合同班会)	3	パークゴルフ	体力づくり脳トレ	6	
お絵かき	各自テーマで各自で描く	6	たんぼぼ	ちょこっとウォーク	最初は少し雨	11	古向支部	フレイル体操	5	モルック	モルック競技	7	
さくら会	中学英語(1年生)	5	ちょこっとウォーク	ライラック	近況報告	4	くちなし	こいのぼり	4	花みずき	尿チェック班会	4	
ちぎりえ	ちぎり絵	3	ライラック	夏つばき	防災訓練に参加して	3	さくら	大きな松ぼっくりで作る正月飾り	6	健康マージャン	健康麻雀を楽しんで認知症予防	4	
ひまつぶし	脳トレ	3	夏つばき	東小田支部	さつき	5	新川崎支部	ゆるる体操・クリスマス	9	多摩支部	健康チェック	14	
リトルハンズ	椅子を使ったストレッチ	11	さつき	小田7丁目公園	ちょこっとウォークとストレッチ	9	やよい	忘年会	11	せんごく	健康チェック	4	
リフレッシュ	血圧チェック・ラジオ体操	3	小田7丁目公園	おりづる	鶴と亀飾り台付	8	ラビット	元美人	9	寺尾台	ワクチンについて	4	
リメイク	手芸・刺繍	6	浅田支部	けやき	ウォーキング・体操	3	元美人	忘年会	11	麻生北支部	クリスマス飾りくつ下パッチワーク	3	
歴史班	来年度の計画	4	浅田支部	はあばとじいじの手習い	11月と同じ「栄光決意」です	4	玉川支部	山王町下沼部	健康体操	4	麻生南支部	お絵かき	6
藤崎北支部	てくてく	二ヶ領用水散策小杉-鹿島田編	8	けやき	ウォーキング・体操	3	住吉支部	モルック	モルックを楽しむ	8	お絵かき	お絵かき	6
向日葵	絵手紙	5	はあばとじいじの手習い	ひまわり	折り紙正月飾り	8	モルック	コスモス	5	キルトのなかま	ヨーヨーキルト	8	
観音支部	プラチナ	モルック	8	京町支部			雲雀	麻雀を楽しむ	9	なんじゃもんじゃ	長池公園散策	9	

「みんなが楽しい班会」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

## おすすめ絵本紹介⑨ 思いでのくんちゃんのだいいりよう



は微笑ましくあたたかな気持ちになります。編集委員 飯野 伸代



文/絵 ドロシー・マリノ 訳 石井 桃子 岩波書店 1100円(税込み)

冬ごもりの季節。熊の親子は散歩の途中で、「寒くなって来たのであたたかい南の国に飛んでいきます」と言う鳥たちに出会います。子熊のくんちゃんを聞いて自分も南の国に行ってみたくておとうさんは「やらせてみなさい」と言い、くんちゃんは出かけることになりました。自分で支度をして家から走って出て行きますが、しばらくするとおかあさんにキスをしてこなかった事を思い出し、おかあさんの所に戻ります。おかあさんにキスをしてまた出かけるのですが、出かけては忘れ物を思い出し、戻ってはまた出かけ…。心配しながらもくんちゃんの好奇心を大切にしてくれるおとうさんとおかあさんに見守られ、くんちゃんの旅は続きます。大旅行の終わり



### 皇帝ダリア

多摩区 伊藤 康子  
強風が続いた時、皇帝ダリアが根本からバサッと倒れ、今年はまだ咲かせられないかとがっかりしたのですが、ためしに立て直したら今高く空に向かって咲いてくれました。うれしいかぎりです。

### みんなで川柳に…

高津区 中山 清子(70)  
医療生協の新聞が来るのを楽しみにしています。特に「みんなで川柳」

には、そうよそうよねーと同感したり、すばらしい句に感激しています。今回の看護職員の処遇改善と看護師になってくれる方の学費無償化に賛同し署名したいと思っています。

### 値上げはイヤ

高津区 中村 牧子(70)  
何ということかーと驚きました。ハガキ、手紙等の値上げの大きいです。私の楽しみの一つの通信手段が困難になるのか、毎年一枚一枚心こめて手書きしていた年賀状も年金生活では止めなければならぬの？ 私は絶対イヤです。

### 干し柿

川崎区 芳賀 滋(70)  
友人から干し柿をもらいました。何十年の間食べていなかっただのもおもしろい。おいしかった。



### たわわに実った…

川崎区 吉倉 とき江(82)  
毎年渋柿を買って干し柿をつくっています。先日山梨に行った時、たわわに実った柿がとらずに枝がしおれるほどになっていての何本か見ました。

干し柿にすればおいしく食べられるのに…残念。あの柿はどうなるのかな…。

### 急な寒さに

川崎区 四ツ橋 准子  
急に真冬並みの気候になり、朝起きるのが辛くなってきました。靴下一枚では足裏が冷

えたりお尻のまわりがヒヤヒヤしたりしますが、年のせいばかりではないように思われます。皆様もくれぐれも風邪などひかないように気を付けて下さい。



### 4つのお祝い

中原区 児玉 令子  
今年の10月22日は人生で最高の日でした。主人の米寿祝(88歳)。長女の還暦祝(60歳)。次女の結婚35周年記念。私共の結婚62周年記念(コロナでできなかった60周年)。4つのお祝いごとなど、そうそう重なることがないので、素晴らしい1年でした。

健康でいたからこそ、できたことに感謝です!



公園からは富士山も望める

春には桜が咲き、公園の手前には大きな広場もある。休日になると家族連れなど大勢の人でにぎわっています。夢見ヶ崎の入り口から入っていくと、程よく坂になっていて、ちょうどいい散歩コースで、季節の移り変わりを感

ながらウォーキングを楽しめます。加瀬山とその周辺は、もう一つ見どころがあります。ここは、縄文・弥生時代の貝塚をはじめとした多くの古墳や、1953年に国宝に指定され現在は東京国立博物館で展示されている川崎市唯一の国宝「秋草

### 行き方・料金

夢見ヶ崎動物公園へは、JR横須賀線・湘南新宿ライン「新川崎駅」から徒歩約15分。川崎駅西口バス停から、臨港バス川56系統「末吉橋矢向循環内回り」に乗り「夢見ヶ崎動物公園前」を下車し、徒歩7分で着きます。入園料は無料です。

## 川崎医療生協の配付ボランティアさん大募集



毎月発行の本紙「川崎医療生協」は配付ボランティアが住み慣れた地域の組合員のお宅に配付しています。組合員が配付するには理由(いいこと)があります

- ひとり暮らしのお宅を含め、地域の見守り活動をしています(川崎市地域見守り活動と協定)。(2面で紹介しています)
- ボランティア活動や歩くこと(運動)はフレイル予防になります。
- 新聞の仕分けや支部ニュースの折り込み作業を一緒にすることで社会参加や仲間づくりにつながります。

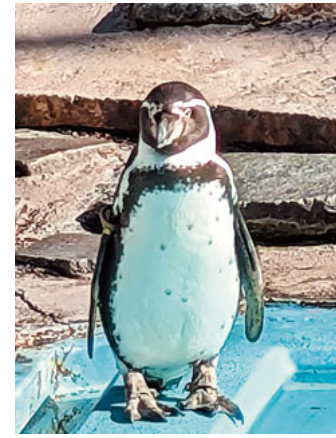


配付はご自宅周辺の無理のない範囲でお願いしています。ご連絡をお待ちしています。連絡先:健康まちづくり推進部 044-266-7532

シリーズ 第50回

## こんな川崎、これも川崎

### 夢見ヶ崎動物公園 (幸区南加瀬)



ングを楽しめます。加瀬山とその周辺は、もう一つ見どころがあります。ここは、縄文・弥生時代の貝塚をはじめとした多くの古墳や、1953年に国宝に指定され現在は東京国立博物館で展示されている川崎市唯一の国宝「秋草

# 読者の広場

## 楽しいパズル

高津区 古川智恵子  
いつもパズルを楽しみにしています。独特の問題に四苦八苦したり…。他の答えから分らなかった答えを導き出し「こういう意味の問題だったのか」と笑ってしまふこともあり、それも含めて、とても楽しいパズルだと思えます。

## 祖父に感謝

川崎区 竹原歩(42)  
99歳の義理の祖父が亡くなり先日一周忌の法要が行われました。子どもをはじめ孫、ひ孫も集まりました。コロナでなかなか集まれなかった家族が亡くなった祖父をきっかけに集まりました。祖父は愛されていたなと改めて思いながらこういう機会に同席できたことに感謝しお経を聞いていました。

## 自分でやろう

川崎区 岩本千賀子(64)  
昨年は、色々値上げで、



# みんなだ川柳

国会で政策よりも裏金集め  
パーティー券派閥ぐるみの負の温床  
終活も命もなかなか終わらない  
冬来たり暖房控え目重ね着で  
ゴミ出るのは生きてる証拠と父が言い  
宝塚いつのまにやら過激団  
増税の前の恵みのちよい減税  
元気で食べる寝る出すおしゃべりも  
石炭にしがみついたの化石賞  
冬至来て春待つ心始まった



## 編集部よりひとこと

派閥、パーティー券、裏金。川柳の題材が増えました。辛辣な一句を。

- 幸区 平間和夫(74)
- 市外 森智美
- 麻生区 脇治以(83)
- 多摩区 鈴木孝法(72)
- 川崎区 鎌田克子(74)
- 川崎区 小林郁夫(70)
- 川崎区 草野みつ子
- 川崎区 市原文子
- 中原区 菊地結貴子
- 多摩区 菅野節子(92)

## 今年こそは

川崎区 田村良子(76)  
やっと7回目のコロナワクチンや、インフルエンザの注射も終わりホッとしています。昨年1年は、妹が亡くなり、さら

## 皆さん教えて

多摩区 原口明枝  
一人ぐらしになり…。

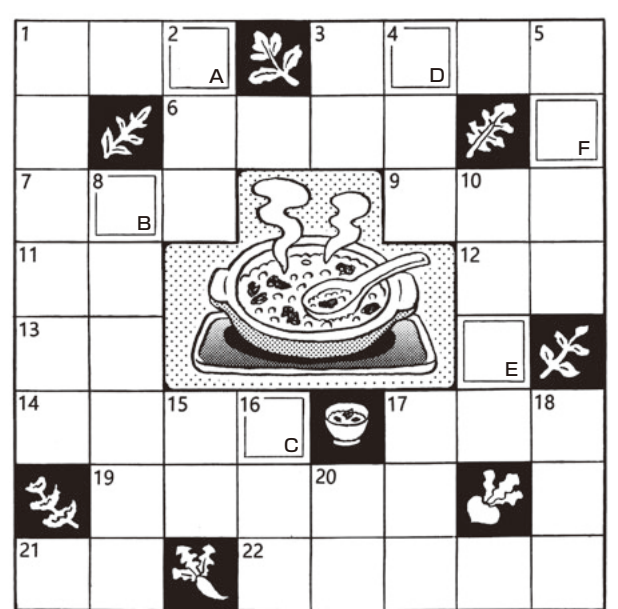
## ネココタツ

多摩区 小林光子  
ストーブもエアコンもない時代を生きて来ましたが。コタツは何よりも大事な冬の友でした。

コロナ禍まではいろいろやっていたのにこの2、3年淋しくてどうしたらいいのか。いろいろしても駄目、年齢もあるので、どうしたらいいのかしら。みんなの子どもが寝ていました。

# クワワード

《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 [machizukuri@kawaikyo.or.jp](mailto:machizukuri@kawaikyo.or.jp)

## 目玉のカギ

- 春の七草の一つで、カブのことです
- 12月は師走、1月は睦月、2月は？
- 昔の映画作品の再映画化。作り直し
- 宮崎県の旧国名「日向」を訓読みすると
- 夏に多い雨。雷と雨が同時に…
- 水などをこして、清浄する〇〇装置
- 俳句に詠み込みます
- でたらめ。うそ。〇〇
- アウトライン。顔の〇
- 中世ヨーロッパの騎士
- 山形県産米の一つ
- 祖先是メリテ
- 麻雀の対局中、うそを言って
- 相手の感
- わすれ行為
- 生きていく上での喜びや張り合い。
- 草を刈る
- 道具の一つ
- 〇〇〇危うきに近寄らず
- たい焼きの〇〇〇はあんこ
- 尺八の一流派〇〇〇流派
- 物置小屋のことです
- 〇〇〇なるも
- 〇〇〇となるな
- 江戸から信濃・美濃路を通じて京都へ行く街道
- 〇〇〇なるな
- 日本の国花
- 鶏口となるも
- 〇〇〇となるな
- 江戸から信濃・美濃路を通じて京都へ行く街道
- 〇〇〇なるな
- 日本の国花
- 鶏口となるも
- 〇〇〇となるな
- 江戸から信濃・美濃路を通じて京都へ行く街道

## タテのカギ

- ひらいた形から扇子の別名にも使われる言葉
- 市川團十郎は〇〇〇屋
- 〇〇ワード。〇〇ボード、〇
- 〇ホルダー
- 日本の国花
- 〇〇〇となるな
- 〇〇〇となるな
- 江戸から信濃・美濃路を通じて京都へ行く街道
- 〇〇〇なるな
- 日本の国花
- 鶏口となるも
- 〇〇〇となるな
- 江戸から信濃・美濃路を通じて京都へ行く街道

## 330回 解答と当選者



答え「コタツピラキ」

## 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



- 12月号の答は「コタツピラキ」でした。応募者は227人（正解は215人）。内訳は川崎区109人・幸区9人・中原区15人・高津区23人・宮前区6人・多摩区25人・麻生区23人・市外5人です。編集委員会で抽選の結果、当選者には図書カードをお送りしました。
- 吉田利子 (川崎区)
  - 小林博 (川崎区)
  - 松原誠宏 (川崎区)
  - 佐藤勝利 (川崎区)
  - 五十嵐勝己 (川崎区)
  - 脇本敏江 (川崎区)
  - 高間木順子 (川崎区)
  - 田中静代 (川崎区)
  - 阿部文江 (川崎区)
  - 小川智子 (幸区)
  - 児玉令子 (中原区)
  - 代々城悦子 (高津区)
  - 中村牧子 (高津区)
  - 高山富恵 (宮前区)
  - 藤浪公夫 (多摩区)

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

〒210-0804  
川崎区藤崎4-21-1  
川崎医療生協本部3階  
編集委員会

私の戦争体験 ⑪



# 伝えたい思い

川崎区小田 吉野 哲子 (83歳)

## 埼玉から見た東京大空襲



私は1940(昭和15)年に埼玉県の北部で生まれました。

6人兄弟の4番目の次女で、長女・長男・次男、そして私。つづいて弟・妹がいました。20代で結婚を期に現川崎区京町に引越ししました。

埼玉県北部は田舎なので、戦争らしきことはあまりありませんでしたが、3歳位のときに親に連れられ出征兵の見送りに神社に行き、20人くらいの人がいたのを覚えています。

また、母について行って、婦人会の竹やり訓練を見学し、こんな竹やり訓練で戦闘機から落下傘で降りてくる米兵をやっつけられるのか疑問に思ったことを思い出しました。

使ったことはありませんが、自宅の庭の片隅に防空壕を作っていました。

東京大空襲の日、東京方面の空が真っ赤に染まっていたのを見て、父は「すぐにご飯を炊きなさい」と言い、身内の事を案じて自転車で大急ぎで出かけていきました。結局親戚は焼け出され、私の家に疎開して来ました。

そのころ、知らないおじさんが家の周りをうろろろしていました。

あとになってそのことを聞くと、知らないおじさんは特高警察で、戦争反対を訴えていた父を監視していたのだそうです。父は特高警察に捕まり、思想犯として投獄された過去があるからでしょう。

姉や兄たちは毎日勤務奉仕に駆り出されています。サツマイモのつるや桑の木の枝を剥いて乾燥したものや、家にある全ての貴金属は国に回収されました。地元にあった火の見やぐらも、鉄でできていたために回収されました。

小学生の時に、上野動物園への遠足があったのですが、上野駅の地下道を通った際、大人や子どももの浮浪者みたいな人が大勢いて、シヨックで遠足はもうととの上野駅の地下道のことしか覚えていません。

戦争は終わった後もたくさんの方々が苦難を強いられます。

どんなことがあっても戦争は絶対にはいけません。



上下の写真は2023年の集会&デモ

生命や人権に直結する原発の拡大を許すのかどうか、緊迫した状況が迫るなか、「第13回原発ゼロへのカウントダウンinかわさき」が3月10日に中原区木月住吉町の中原平和公園で行われます。

集会では、福島原発事故の現象や被害の実態を明らかにし、全国各地の原発再稼働差し止め訴訟にとりくむ海渡雄一弁護士と、原発事故によるいわき市からの避難者で福島原発被害東京訴訟の原告でもある鴨

3月10日

再び原発事故を起こさないために、学び、声をあげよう

第13回原発ゼロへのカウントダウンinかわさき

集会&デモ開催

東京電力福島第一原発の事故から13年となりますが、いまだ収束は見通せない状況です。避難者等が国と東京電力を訴えた裁判では、国に責任は無いとする判決が重ねられ、昨年5月には、既設原発の長期運用や新設を国の責務とするGX電源法が国会で成立しました。

原発の拡大を許すのかどうか、緊迫した状況が迫るなか、「第13回原発ゼロへのカウントダウンinかわさき」が3月10日に中原区木月住吉町の中原平和公園で行われます。



下美さんの講演や、市民活動の交流が行われるほか、市民団体による展示や、音楽演奏などの文化行事も予定されています。

実行委員会は、「原発をなくし再生エネルギーへ転換することが安全な未来への道だ」と、集会・デモへの参加、本企画への賛同登録を呼びかけています。

当日は、午前11時開場、正午から文化行事、午後1時からメイン集会、2時半からデモ行進をおこなう予定です。

詳細は実行委員会の公式サイトで



## 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。

川崎医療生協の病院や診療など10事業所が無料低額診療事業を行っています。

無料低額診療事業だけでなく、お困りごとがあればご相談ください。※利用には所定の申請書による手続きが必要です。

問い合わせ ☎ 044-266-7532 健康まちづくり推進部まで

## ふたたび惨禍を起こさないために

企画展「日本が戦争になったとき」開催

明治大学平和教育研究所資料館

ホームページ



川崎市多摩区の明治大学平和教育研究所資料館で、第14回企画展「日本が戦争になったとき」一軍拡時代の秘密線一が開催されています。

本展では、近代日本における軍拡と戦争の歴史を概観した上で、1930年代になり軍拡へと舵を切った理由や、秘密戦を含む軍事力がどのように構築されたか、そのための資金調達や言論統制がどう展開されたかなどの実態に迫ります。

開催のあいさつで山田朗館長は、「現在の日本も急速に軍拡の道を歩もうとしています。今回の企画展を通じて、近代日本における軍拡と戦争の歴史を概観した上で、1930年代になり軍拡へと舵を切った理由や、秘密戦を含む軍事力がどのように構築されたか、そのための資金調達や言論統制がどう展開されたかなどの実態に迫ります。

開館時間は午前10時から午後4時まで。休館日は日曜日から火曜日まで。入場料は無料。

オンライン展示はホームページからアクセスを。

## 保存運動開始から55年

第五福竜丸展示館が小中学生から絵画を募集



みんなの船、第五福竜丸。それを知った多くの市民による保存運動が出发点となっています。

その経過をとり、絵画のテーマは「みんなの船、第五福竜丸」としています。

日まで、55年に及ぶ保存運動の歩みをふり返る特別展が行われており、絵画にとりくむ際の参考になります。

絵画の募集の詳細は次のとおり。特別展など展示館の詳細はホームページから。

ビキニ環礁での水爆実験(1954年3月)から70年を迎える今年、東京江東区の東京都立第五福竜丸展示館が、小中学生を対象に、水爆実験で被災した第五福竜丸を自由に描いた絵画を募集しています。

同館は、ビキニ水爆実験・第五福竜丸被災事件と核問題・核被害を伝え、未来について考える拠点として多くの学生や市民に利用されていますが、廃船となった第五福竜丸が夢の島で見

- 作品の規定…画用紙の大きさはA4サイズ(210mm×297mm程度)。デジタル作品も対象とするがAI生成によるものは不可。応募の際は必ず紙に出力の上、送付すること。
- 応募方法…作品の裏面に、学校名、学年、名前(ふりがな)、作品名、住所、電話番号を明記。
- 送付先…〒136-0081 東京都江東区夢の島2-1-1 第五福竜丸展示館
- その他…作品の著作権は主催者に帰属するとともに、名前、学年、学校名などの情報を展示や広報に使用することを承諾するものとする。応募作品は返却しない。
- 主催・問い合わせ先…公益財団法人第五福竜丸平和協会 電話：03-3521-8494  
メール：fukuryumaru@msa.biglobe.ne.jp  
都立第五福竜丸展示館ホームページ http://d5f.org/