

川崎医療生協

6月号



川崎医療生協の現状

——〈4月末〉——

組合員	40,569人
出資金	1,509,406,500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 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



1年目研修医の4人
(左から山本真輝、福原るな、向井万乃、大小田凱)

研修医7人 ただいま奮闘中

「みんなで育てる」川崎協同病院で —今年度新たに4人が研修医に—

今年度川崎医療生活協同組合は、看護師、理学療法士、放射線技師、事務など25人の新入職員を迎えました。このうち4人が川崎協同病院で2年間にわたり研修する初期研修医です。すでに昨年度から研修を始めている3人を含め、7人の研修医が、医師をはじめすべての病院スタッフや地域に見守られながら、ひとり立ちできる日を目指して、指導医のもと日々奮闘しています。

(川崎協同病院医局事務室 川田直)

医師を目指す人は、まずは厚生労働省で定められた大学医学部で4年間の座学と2年間の臨床実習を経て卒業と同時に医師国家試験を受けます。これに合格すると「初期研修医」として病院で働くことができます。しかし単独の診療はできません。まずは2年間の研修が必要です。これを初期研修といい、この2年間で基本的診療能力や医療技術のほか「医師としての人格」や「社会的役割の認識」など厚生労働省で定められたさまざまな項目を学びます。

川崎協同病院は、厚生労働省認定の「基幹型臨床研修病院」として、医学部を卒業した学生を初期研修医として受け入れ、2年間の初期研修を経て一人前の医師に育てる役割を担っています。臨床研修病院は全国で1029、神奈川県には59あります。臨床研修病院が受け入れる研修医の数は、病院の規模や実績をもとに、都道府県が年度ごとに決定します。

患者さんの社会背景に目を向ける

川崎協同病院は、昨年度まで3人の研修医を受け入れていました。が、今年度から4

人の研修医を受け入れるようになりまし。当院での研修は、ただ病気だけを治療するのではなく、患者さ

みんなで育てる

当院では、初期研修医を病院スタッフみんなで育てることを目標にしていま

を考えることが患者さん一人ひとりを大切に、医師としてとても大切な姿勢であることを基本にしてほしいからです。



検査技師から採血の指導を受ける(ふじさきクリニックで)

んの生活背景や患者さんが困っていることにも目を向けることを重視しています。研修プログラム責任者として、長年指導にあたっている和田浄史医師は、初期研修医に対して「患者さんにとってのHAPPYとは?」と、いつも問いかけます。患者さんの「幸せ」

す。当院の医局は、総合医局とあって、すべての診療科の医師が一つのフロアに集まっています。初期研修医を含むすべての医師がコミュニケーションを取りやすく、また、医師だけではなくさまざまな職種の人から、日頃から評価を得たり指導を受けること

毎日、新たなことに挑戦

7人の研修医は、内科、外科、小児科、精神科、産婦人科、地域医療、救急について、指導医の元、ローテーションを組んで学んでいます。

ができます。

研修医教育には、地域の患者さんや組合員も関わっていて、毎月院内で開催する研修医の会議には、組合員の代表が参加します。また今年度からは、入院中の患者さんに研修医の評価をきく「患者さんによる研修医評価」も実施します。

います。

今年度研修を始めた向井万乃医師は「研修医と上級医との距離が近く、また医師と多職種との風通しの良さも魅力に感じました。医師としての責任と、日々学ぶことの喜びを感じながら、楽しく働いています」と言います。



シミュレーターを利用して、気管挿管の練習

青い空

友人の怜子さん(仮名)は、医師から「入院すると生きては戻れない」と聞き、病気の夫を自宅で看取ることにしました。そしてその時が訪れます。夫の顔色が急激に悪化。怜子さんと居合わせた私の妻が声を掛けたり身体をさすり、孫が学校で習ったばかりの心肺蘇生を行うと、一時は顔色が戻り身体が温かくなりました。だが旅立たれました▼葬儀は遺族6人と故人や家族の友人4人で行いました。祭壇や読経のない簡素な「直葬」でした。棺に花を手向け、火葬に送り出し収骨するときには居合わせた誰もが言葉を交わし、穏やかに故人との別れをかみしめました。火葬を待つ間、怜子さんから「みなさんからひとこと」と促され、遺族は看取りの様子や今後の暮らしについて、友人は遺族の心痛を心配する思いなどを話しました▼私はこれまで土地や文化に根付いた葬儀はあわただしいが、遺族が悲しみを忘れるためによいことだと受け止めていました。しかしこの経験から、形式にとらわれず家族や親しい人との語らいを大事にしてゆつくりと故人を見送るのもいいものだと気づきました。

編集委員 木下隆成



健康診断を受け、予防と対策を

「糖尿病と食事」

「糖尿病と食事」をテーマに、川崎医療生協健康づくり委員会主催の健康づくりセミナーが、3月29日、川崎医療生協本部会議室をメイン会場に、ZOOMで複数の会場を結んで行われ、のべ51人が参加しました。坂戸診療所の矢持妙佳保健師が糖尿病について、川崎協同病院栄養科の柏木まり管理栄養士が、食事との関係について話をしました。

糖尿病って？

糖尿病とは、膵臓から分泌され、血液中のブドウ糖を細胞に運ぶ役目をしている「インスリン」がうまく働けなくなり、血液中のブドウ糖の量が多くなる「高血糖」の状態が長く続く病気。

糖尿病には「1型糖尿病」「2型糖尿病」「妊娠糖尿病」「臓器不全に伴う糖尿病」の4つがあるが、2型糖尿病が全体の95%を占めている。2型糖尿病の原因は、遺伝的なものと、肥満や食べすぎ、運動不足などの環境因子が原因とされている。糖尿病の症状は最初、「尿の回数が増える」「体重が減る」「手足がしびれる・足がつる」などの症状が現れる。そして、高血糖状態が3〜5年続くと、「感覚神経障害」が起こり、5〜

予防には、まず健康診断

7年続くと「糖尿病網膜症」の症状が現われ、それ以上続いていくと「糖尿病性腎症」などの病気を発症する。

血糖値に影響を与える栄養素

糖質は体にとって大切なエネルギー源だが、とりすぎると血糖値が下がりにくくなり、中性脂肪に置き換わって内臓脂肪として体に蓄積される。よって、糖の過剰摂取を抑えることが、糖尿病予防につながる。血糖値に直接影響を与える



バランスの良い食事が1番

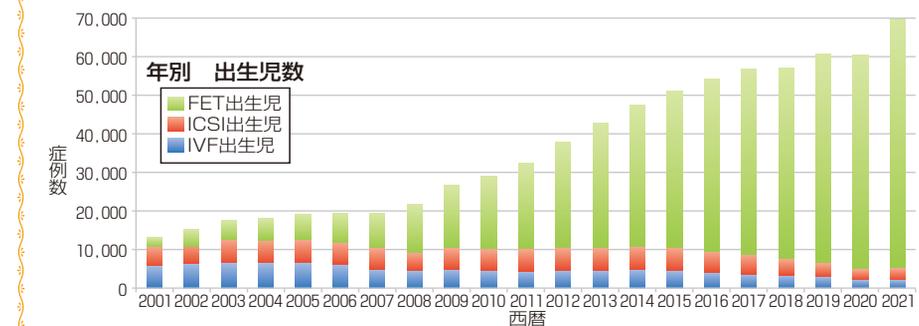
糖尿病のリスクを上げる食生活について表を参考に。糖尿病に限らず食事をとるのに大切なことは「バ

糖尿病のリスクを上げる食生活

- 主食が多い
間食の習慣
清涼飲料水をよく飲む
お酒をよく飲む
野菜不足
外食の頻度が多い
欠食の習慣がある
夜遅い時間の食事

生命科学の歴史 人間の過去・現在・未来
第42回 生命進化への介入 ①生殖補助医療
桑島 政臣 所長

今回からしばらくの間、科学の生命進化への介入について触れます。まず生殖補助医療についてです。生殖補助医療とは、一般的には、体外受精・胚移植、卵細胞質内精子注入・胚移植、および凍結・融解胚移植等の不妊治療法の総称です。すでに確立された医療技術であり、誕生した子どもは試験管ベビーとも呼ばれています。健康上の理由で妊娠ができない場合に適応されます。令和4年4月から「不妊治療」として保険適用されています。哺乳類における体外受精の研究は19世紀まで遡ることができますが、実



実際に成功したのは1950年代のウサギの体外受精でした。人の体外受精が初めて成功したのは1978年イギリスで、その後世界中に広まってきました。日本では1984年にはじめて体外受精で女性が誕生していますが、その後急速に体外受精による出生が増え、2023年に日本産婦人科学会が発表したデータでは(図)、2021年は6万9797人で前年より9416人も増加していました。2021年の総出生数は81万1622人であり、8.6%(11.6人にひとり)が体外受精で生まれたことになりました。図は体外受精の種類別に年代と出生見数を表したグラフで、緑色の「FET(融解胚移植)」とは以前凍結保存しておいた受精卵を融解して子宮に移植する方法。赤色の「ICSI(顕微鏡精法)」とは、極細のガラス管を用いて顕微鏡の下で卵子の細胞質内に直接精子を注入し子宮にもどす方法。青色の「IVF(体外受精・胚移植)」とは医師が採取した卵子に運動精子をふりかけ、自然に受精した受精卵を子宮内にもどす方法です。次号以降、ES細胞、iPS細胞、体細胞クローンについて述べていきます。

講演内容がDVDに

今回のセミナーの講演を録画したDVDを組合員向けに作成しています、1枚100円。班会などに活用してください。問い合わせは、健康まちづくり推進部(電話044-266-1753)まで。



ベジファーストの食べ方

ベジファーストとは、食事のはじめに食物繊維を多く含む野菜類やきのこ類、海藻類を先に食べる方法のこと。食物繊維を先に食べると、糖質や脂質、コレス

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。
川崎すみれ薬局 044-287-7510
川崎薬局 044-299-4780
大師薬局 044-266-5759
そよかぜ薬局 044-533-1223
川崎コスモス薬局 044-355-6395
くじら薬局 044-820-0331
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

くらし・社会

コラム

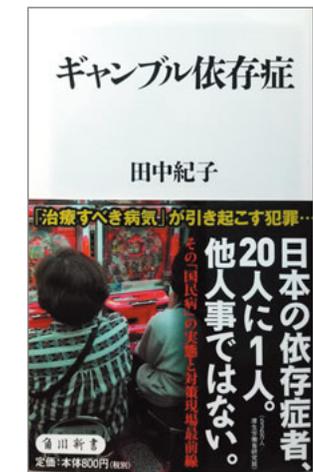
時の風 ギャンブル依存症

昔から社会生活に失敗く。

周囲から見れば正常な判断能力を失っているのだから、本人はやめられずに金をつぎ込む。これは、明らかにギャンブル依存症という病気の行動だ。
アメリカの大リーグ・ドジャースの大谷翔平選手の手元通訳、水原一平被告が違法賭博に手を出し大谷選手の預金口座から約24億円を胴元に不正送金した事件は、それまで評価が高かった水原被告の驚くべき裏面をさらけ出したと同時に、彼がギャンブル依存症であったことが原因で、なにかには「依存症」がもたらした例もある。とくに賭け事は、ギャンブル依存症を疑いたくなる。損をするを取り返そうとしてさらに賭けては負けが雪だるま式に膨らんでい

出版から9年経つが版を

出版から9年経つが版を



田中紀子 田中紀子 田中紀子

出版から9年経つが版を

出版から9年経つが版を

「公立義務教育諸学校の学級編成及び教職員定数の標準に関する法律」に基づく教員定数に対して大幅な欠員が生じ、子どもたちの学ぶ権利が脅かされています。川崎市教育委員会によると、今

寄稿 川崎市立の学校で深刻な教員不足 新年度スタート時から132人の定員割れ 採用政策の転換を求め住民や教員が請願

川崎市教職員連絡会 大前博



「公立義務教育諸学校の学級編成及び教職員定数の標準に関する法律」に基づく教員定数に対して大幅な欠員が生じ、子どもたちの学ぶ権利が脅かされています。川崎市教育委員会によると、今

「長い間、2クラスの授業を1人の先生がテレビ画面を使いながら行った」「1ヶ月美術の授業がなかった」などの信じられないような報告が寄せられています。かけがえのない学校生活をこのような状況で過ごした子どもたちを思うと胸が痛

今年度は年度の初めから教員未配置が2倍に拡大し危機的な状況です。先生不足で35人以下学級の過密学級になった小学校が4校です。児童生徒の特性や障害に応じた支

援のかなめを担う特別支援コーディネーターが学級担任兼務となり業務に専念できない小学校は14校に及び、未配置校も生まれています。「これでは学校がもたない」と現場からは悲鳴が上がっています。

そこで6月の川崎市議会に、教員採用政策の転換と未配置校への先生の配置を求める請願を、住民や学校関係者から12000人以上の賛同を得て提出する予定です。すべての議員に、子どもたちの窮状に心を寄せ立ち上がり、川崎市にその責任を果たすよう要求してほしいと思います。そのためには市民の皆さんからの声は何よりの力です。



「公立義務教育諸学校の学級編成及び教職員定数の標準に関する法律」に基づく教員定数に対して大幅な欠員が生じ、子どもたちの学ぶ権利が脅かされています。川崎市教育委員会によると、今

「長い間、2クラスの授業を1人の先生がテレビ画面を使いながら行った」「1ヶ月美術の授業がなかった」などの信じられないような報告が寄せられています。かけがえのない学校生活をこのような状況で過ごした子どもたちを思うと胸が痛

今年度は年度の初めから教員未配置が2倍に拡大し危機的な状況です。先生不足で35人以下学級の過密学級になった小学校が4校です。児童生徒の特性や障害に応じた支

援のかなめを担う特別支援コーディネーターが学級担任兼務となり業務に専念できない小学校は14校に及び、未配置校も生まれています。「これでは学校がもたない」と現場からは悲鳴が上がっています。

そこで6月の川崎市議会に、教員採用政策の転換と未配置校への先生の配置を求める請願を、住民や学校関係者から12000人以上の賛同を得て提出する予定です。すべての議員に、子どもたちの窮状に心を寄せ立ち上がり、川崎市にその責任を果たすよう要求してほしいと思います。そのためには市民の皆さんからの声は何よりの力です。

ごぜんじですか?

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

無料低額診療事業

からだにやさしい料理 第63回

発酵食品を食べよう! ⑮

★簡単ティラミス★

川崎協同病院 調理師 荒久仁寛

【材料】(3人分)

- ・マスカルポーネチーズ.....100g
- ・生クリーム.....100ml
- ・砂糖.....大さじ2杯
- ・インスタントコーヒー.....小さじ2杯
- ・お湯.....大さじ3杯
- ・ビスケット.....6枚
- ・ココアパウダー.....適量

1人分 328kcal タンパク質2.6g 塩分0.1g

【作り方】

- 1 インスタントコーヒーをお湯で溶きビスケットを浸す
- 2 ボールに生クリームと砂糖を入れてしっかりと泡立て、マスカルポーネチーズを混ぜ合わせる
- 3 1人分の容器に①と②を交互に重ねて4層にし、上からココアパウダーを万遍なく振りかければ完成

♥一口メモ: 苦味が苦手ならビスケットを浸すコーヒーに砂糖を入れてもよい。その際ブランデー小さじ1を混ぜて香りをつけるとより本格的な味に

組合員の広場

4人で春の江の島へ

4月26日、桜本支部で、岩屋辺りはまたの機会はしようということに
として、参加者4
人で湘南モノレールに乗って江の島へ行きまし
ます。江の島の入り口を入ったところにある食事処「貝作」で海鮮たつぷりのご飯をとり、弁財天仲見世通りをワイワイおしゃべりしながら歩きました。楽しみにしていた遊覧船「べんてん丸」は、休航のため乗船できなかったの

まず江の島をパチリ！



まずは江の島をパチリ！

江の島の美味さをまとめた「江の島御膳」をいただきました。



になりました。この企画をきっかけに、新しく班員になり、良い繋がりができました。

桜本支部 黄金班
田島美智代

憲法まつりに参加

5月3日、多摩区登戸にある登戸第1公園で、多摩憲法まつり実行委員会主催の「第17回 憲法まつり&ピースパレード」が開催され、川崎医療生協の長尾堰支部

や、宿河原支部、多摩支部が合同で、健康チェックやおもしろ体力チェックのコーナーを作ることになりました。

憲法まつりには180人が、ピースパレードに



健康チェックとおもしろ体力チェックコーナー

たり立ったりを何回できるかチェックする「椅子スクワット」などを行い、約20人が参加しました。

急遽、子ども向けの企画として「モルック体験」も行い、初めて体験する人



は110人が参加し大成功でした。川崎医療生協のコーナーでは、血圧と握力のチェックの他、「棒反射」といって、落ちてくる棒をどれだけ早く捕まえられるかというチェックや、目をつぶった状態で何秒立っていられるかや、10秒間に椅子に座つたり立ったりを何回できるかチェックする「椅子スクワット」などを行いました。

急遽、子ども向けの企画として「モルック体験」も行い、初めて体験する人

「うたごえ」で盛り上がる

毎年、橘支部の総会では特別企画を行っています。今年「楽しく」というコンセプトで、うたごえ「たちばな」を、4月22日に開催しました。コロナ禍前はふつうにみんなで歌っていました。ここ何年か

もいて盛り上がりました。まつりの舞台では、ギター漫談のペロ中島さんや、川崎医療生協の塩田儀夫理事がボーカルを務める「6年生バンド」などの演奏がありました。

健康まちづくり推進部
城谷創一



橘支部 柴田昇

久しぶりの合同班会で新庁舎へ

5月12日、「さつき班」と「小田7丁目公園ストレッチ班」が、久しぶりに合同班会を開き、川崎市の新庁舎を見学に行き、班員同士の交流をしました。

新庁舎25階の展望台までエレベーターで行くと、うす曇りの中でしたが、近くは羽田空港・川崎コンビナート・東京湾が見え、右廻りで少し移動すると、東京タワー・東京スカイツリーが見え、少し右に移動する

熱々の草餅づくりを楽しむ

5月4日、組合員の加藤政江さん宅で、参加者5人でゴキブリ団子を作り、その後草餅作りを楽しみました。

まず、もち米を1時間炊き、その後臼に炊いたもち米と茹でた餅草を入れまです。杵でトントンとつき、生地をよく捏ねてまとめたので、あん玉

東小田支部 福田雅子

いのちを生みだす母親は いのちを育て 生命を守ることをのぞみます

第65回 2024 川崎母親大会

7/7 午前10時～午後4時10分 (午前9時半開場)

川崎市産業振興会館 大ホール 会議室

資料代800円 小・中学生は無料 障がい者500円 (介助者は無料)

分科会 10:00~12:00

- 映画「梅切らぬバカ」(別途協力券600円)
- 「包括的性教育」ってなに?
- みんながって…当たり前
- 日本の食糧と農業のいま
- 巨大物流倉庫ではなく、緑豊かな市民ミュージアムを

全体会 13:10~16:10

無料保育あります 要事前連絡

- 文化行事 ヴァイオリン独奏 金澤文さん
- 記念講演 心ゆたかに暮らしたい ~軍事費より社会保障の充実を~ 講師 根本隆さん (神奈川県社会保障推進協議会事務局)

主催: 第65回川崎母親大会 実行委員会
問い合わせ: 090-8109-3829 (照井)

組合員の広場

不登校の背景にあるものは その4

「不登校は悪い」はダメ

若者の実情に詳しい西野博之さんの講演から



どう支えるかを話す西野さん

学校の先生に伝えたいのことは、学校が安全で安心して楽しく学べるならば、学校に行きたいと思ってる子どもも多いことを知って欲しい。文部科学省の通知で「不登校を問題行動と判断してはいけない、不登校児童・生徒が悪いという根強い偏見を払拭し、学校・

2月4日に川崎市教育文化会館で行われた認定NPO法人フリースペースたまりば理事長の西野博之さんの講演「不登校をみんなで考える」子どもの居場所を考える」で、西野さんは、不登校になる経過と親としてどう考えるかを話しました。以下、西野さんの講演を要約します。

家庭・社会が不登校児童・生徒に寄り添い、共感的理解と受容の姿勢を持つことが大事」と通達している。「不登校は悪い」という思い込みを払拭して欲しい。不登校児童・生徒を支えるために、「あの時間が自分にとって意味のある時間だった」と子どもにも思ってもらえるように支えることが大事。外に一步も出られず、自宅でタブレットを利用して勉強していることを、出席扱いとして認める学校は全国で1万件以上にも上り、今、学校教育も変わろうとしている。フリースペースにはいろ

んな世代や状況の人たちが集まっている。「学校に行けるとか行けないとか、勉強ができるかできないとか、そんなの二の次」というのが私たちの考えで、文部科学省も学校に復帰させることが唯一の目的ではなく、将来的「社会的自立」を目指す方向になってきた。学校に行かなくても人生は開かれる。その子のいい所だけを探してあげる。この子はどんな力が開くか見えてあげることだ大事。「大丈夫」の種をまきましょう。子どもは安心できる居場所の中で、大人の肯定的なまなざしの「大丈夫」に包まれたら、自然と欲がわいて、自分の頭で考え、自分の足で歩きます。子どもを信じ

親が学校に戻したいと思ってるうちは子どもは動かない。口では「学校に行かなくてもいいよ」と言っているでも親の目が笑っていない。親が心の底から「生きていていいよ」と思っている瞬間に子どもが変わっていく。子ども条例ができた時に、条例の説明を各会場で、している時にある会場で、子どもたちが発言した言葉を最後に紹介する。「まずは大人が幸せでいてください。大人が幸せじゃないと子どもだけ幸せにはなれません。大人が幸せでない子どもに虐待とか体罰が起きます。条例に子どもが愛情を持って育まれるとありますが、まず家庭・学校・地域の中で大人が幸せでいて欲しいのです。子どもはそういうなかで安心して生きることが出来ます」(終)

6月6日から第1木曜日 ふれ~んのばしょスタート!

ひるま、自分の家ではないところでお話ししたり遊んだり勉強したり自分のすきなかたちでいられるばしょです

日時 第1木曜日 正午~午後3時
場所 学習教室エチュード
(川崎区大島3丁目32-10
マック大島コート1階)

主催 ふれ~ん
不登校を考える親の会 in川崎区
問い合わせ しろたに (090-6706-5454)

第1・3水曜日は

こどものたまりば & 自習室

こどもがゆったりできる「居場所」でもあるし、勉強でわからないところも教えてくれる場所です

日時 第1・3水曜日 午後3時~6時
場所 民青会館 2階
(川崎区大島 1-9-12)

主催 こどものたまりば & 自習室実行委員会
問い合わせ たちばな (070-4234-3693)

班会日誌

4月度 31支部 124班 818人

大師東支部 チーム中瀬 南大師支部 茶の実 大師中央支部 エンゼル① おしゃべり喫茶 カミツ ピーガン わろてんか 東門前 年金大師 民商 大師フレンド支部 ウォーキング おしゃべり おりづる お絵かき さくら会 ちぎりえ ひまつぶし リトルハンズ リフレッシュ リメイク 歴史班 藤崎北支部 健康麻雀 向日葵 櫻 藤崎南支部 モルック 観音支部 あるこうかい スイトビー すみれ プラチナ 健康マージャン 池上新町支部	モルック練習会 これからどんな事をしましょうか 感謝の絵手紙を描こう ちょこっと体操 どくしょ会 4月の料理 寄席準備 おしゃべり会 ウォーキング 懇談 チョコット体操 おしゃべり 作品作り・血圧チェック 各テーマで各人が描いている 「私の1日」の復習 ちぎり絵作成 脳トレ リラックスヨガ ラジオ体操・血圧チェック 化粧品講習会 0からの資本論学習 健康麻雀 絵手紙 ミニ体操と茶話会 レベルアップ 貨幣博物館 モルック モルック参加 川崎新庁舎&展望台見学 健康麻雀	9 5 4 10 3 3 3 3 3 3 7 7 4 7 4 6 3 11 6 6 8 4 8 13 9 13 9 11 16	ひまわり 桜本支部 黄金 大島支部 あかり 深瀬 末摘花 浜町支部 クラフト ブアカーネーション ブルメリア 渡田支部 観て楽しむ会 歩いて楽しむ会 小田支部 ころぼっくる たんぼぼ ちょこっとウォーク ムーミン村のモルック ラジオ体操 夏つばき 東小田支部 さつき 小田7丁目公園 浅田支部 おりづる けやき はあばとじいじの手習い ひまわり 京町支部 スキットル セカンド なかよし ロード 古流生花 手芸 雀(すずめ)の学校	モルック 笑いヨガ 書道 花見出来なかったの ダンベル・ストレッチ体操 カゴ作り フラダンス フラダンス 映画(雪道) ちょこっとウォーク みんなで歌おう 血圧チェック 春の花がきれいです モルックで楽しもう 早起きです 総会を終って 増資・本年の計画 ストレッチとちょこっとウォーキング 支部総会時に使うコースター作り・レストランミグロにて食事会 小田公園チョコットウォーク 「自然魚鳥絵画」書道を楽しむ 折り紙・コースター モルック 体操(自強術) お花見 新診療所の土地見学 いけ花 作品作り 近況報告と食事会	9 4 4 4 3 8 4 7 10 3 20 6 17 3 5 9 8 4 4 6 9 3 3 4 9 9 7	川崎駅前支部 IT あじさい あゆみ キャロット なわて 御幸支部 ひまわり 南河原支部 あづま オレンジ マウンテンヒルズ 絵手紙 西海亭 古向支部 くちなし さくら 新川崎支部 やよい ラビット 元美人 玉川支部 きら美 山王町下沼部 青空平間会 住吉支部 うぐいす、西加瀬 コスモス モルック 雲雀 気功と太極拳 小杉支部 アニマル さくら そら豆 ひまわり ヤマブキ 溝ノ口支部 いきいき いなが青春	茶話会 感謝の気持ちを伝えよう 渡田新町公園ウォーキング ニュース仕分 政治の話 ゴキブリ団子作り ウォーキング教室 新聞ちぎり絵 B.Pチェック ミニ体操 もちよりの花・草を描く 映画鑑賞「スキヤンダル」 フレイル体操 こいのぼり作 バラ作り(布で)本を見て次の作品を決める人 ゆる体操 お花見 体組成チェック 健康体操 ミニ体操・会計報告 フレイル予防・合同班会 気功・朗読・おしゃべり モルックを楽しむ 麻雀を楽しむ 気功と24式の「基本」 絵手紙 散策予定・おしゃべり会 総会後・健康の話 お花見 すじしお検定(中級) 脳いきいき 健康麻雀、将棋	3 9 7 5 3 3 9 6 4 8 10 9 4 4 7 4 7 7 11 5 7 5 4 6 8 6 8 8 3 6 4 6 4 3 3 3 3 3 3 11	ウォーキング バードウォッチング ゆいの会 囲碁サロン 公園体操 水彩画 橋支部 アカシヤ シクラメン シネマ すずめ ダンベル つれづれ ブラザ フラワーレディズ 梶ヶ谷 宮前支部 いぬくら さくらそう しんぶんちぎり絵 すみれ ひまわり 五所塚 長尾住宅 南平 白幡台 長尾堰支部 アジサイ コスモス すずめ ひまわり 茶の実 宿河原支部 すこやかダンベル パークゴルフ モルック 多摩支部 寺尾台 麻生北支部 マフマフ	かむろ坂花見ウォーキング 鳥と自然観察 ニュースセット 囲碁 高津公園体操 春の花を描く 脳トレぬり絵 敬老会食 映画鑑賞 健康麻雀 体操 健康麻雀 脳トレ体操 健康ウォーキング相談 ニュースセット、いつでも元気学習 班会運営相談 健康体操 作品作り 野川神社へウォーキング 体組成チェック お花見 ペットボトル体操 脳トレ・パズル 血管年齢チェック 脳トレ 花のスケッチを楽しむ 脳トレニング 転倒防止体操 ハイキング 筋力維持と親睦 体力づくり モルック競技 健康情報交換 ワクチン等 マフの認知度が上がる話	3 5 4 3 11 4 8 27 21 8 6 12 11 9 4 3 5 3 5 5 4 9 5 6 4 5 5 4 5 4 6 6 6 6 6 6 5
---	--	---	---	--	--	---	---	---	---	---	--

「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

遺影撮影



駅前支部 鈴木由利子
突然必要になる遺影写真について「選ぶのに苦労する」などと班会で話題になりました。葬儀会社で遺影写真のイベントの企画があったので、その場で電話・予約をしました。何年先に必要になるかわからないけど、70歳代少し若い方がいいと思います。

メイクとはいえプロ並みのメイクをしてもらい撮影を開始。スタッフからの笑顔・笑顔の連発に少し戸惑ってしまいました。今は笑顔の写真が多いです。20枚位撮ってパソコンで1枚1枚確認してお気に入りを選びました。料金は写真代と台紙代で合計1300円。家族に写真を見せた所、夫と息子はチラッと見て無反応。娘は良いね!と言ってくれました。話し合ってから写真撮っても良いかも知れませんね。



おすすめ

絵本紹介 11

思いでの

気になる

どっちどっちほいくえん



どっちどっちほいくえんの1日は、「踊ってばかりいる先生」と「なんでもぎゅーってしちゃう先生」どっちがいい?の質問

からはじまります。遊び場、給食、お昼寝、おやつ、ごっこ遊び、お迎えはどんなのがいい?どっちがいい?カラフルで楽しい絵がどっち?どっち?と問いかけます。どうしよう。でも、おもしろい。1人で読むと、頭の中で想像がふくらんで思わずにやにやしてしまうかも。だれかと一緒に読んだらどうしてこちらを選んだの?どっちもよくて選べない、どっちもイヤ、こうしたら両方選べるよ、などと盛り上がるのではないのでしょうか。自分で考えて、想像して、選んで決める楽しさもいっぱいです。



作: ふくだのぞみ
こぐま社 1320円 (税込み)

編集委員 飯野 伸代



「小土呂橋」は江戸時代、小土呂町という、川崎宿を構成していた4つの町の1つの小土呂町にあった橋です。当初は木の橋でしたが、1726年に田中休愚が石橋に架け替え、1729年には、ベトナムから江戸幕府に献上された象が小土呂橋を通ったそうです。



稲毛公園に移設された小土呂橋の遺構

小土呂橋から旧東海道を東京方面に行くと、飲食店や飲み屋などが並ぶ仲見世通りにぶつかります。さらに進んでいくと、左側に「佐藤本陣跡」の碑があります。川崎宿には、大名などが宿泊する本陣(宿)が3つもあり、「佐藤本陣」はその一つで、当時の賑わ

LGBTQ+学習会

当事者医師と一緒に学ぼう、語ろうLGBTQ+
関心のある方はどなたでも参加できます。



吉田医師

講師 吉田 絵理子

川崎協同病院総合診療科、医師、自身がバイセクシュアルで女性のパートナーがいることを公言し、医療者にLGBTQ+について知ってもらう活動を行っています

日時 7月20日(土) 午前10時~12時

場所 川崎医療生活協同組合 本部会議室
(川崎区藤崎4-21-1 かりんビル3F)

主催: 川崎医療生活協同組合ダイバーシティ推進委員会
問い合わせは 健康まちづくり推進部 (044-266-7532)

健康づくりセミナー

「腎臓のはなし」

腎不全など腎臓の病気について。
その予防や治療。透析についてなど。

予告なく内容が変更になる可能性があります

講師 桜井 彰 医師 (ふじさきクリニック血液浄化センター長)

日時 6月21日(金) 午後2時~3時

会場 かりんビル3階会議室 (本会場)

オンライン中継 ・京町診療所 ・セツルメント診療所 ・久地診療所
※ZOOMでのオンライン個人参加も可能です。
後日、録画した動画を視聴することもできます。

参加申込み・問い合わせは

健康まちづくり推進部 (044-266-7532)

メール takato.mizoguchi@kawaikyo.or.jp



小土呂橋の親柱

健康まちづくり推進部 小林英樹



新庁舎

読者の広場

自信ができました

川崎区 岩本千賀子(64)
1月半ばから、いつもより歩くようになりまし
た。歩くのはいいとわか
つていても、なかなか実
行するのは大変です。や
つてみて気持ちがよくな
りました。歩く自信もつ
いてきました。続けてい
こうと思います。

衝撃と感動

川崎区 高間木順子(67)
ダイバーシティ推進委
員会の話に、衝撃を受け
ました。立派だと思いま
す。

広めていけたら

川崎区 齋藤幸江(46)
先日初めてモルックを
体験しました。ルールも
簡単で年齢関係なく楽し
めるので、広めていけた
らと思います。

高額なフライパンで

川崎区 市川瑞絵(58)
最近買った高額なフラ
イパン。少し後悔しまし
たが、使いかたが分かっ

無料低額診療制度



みんなが川柳

ソレアレで通じる会話老夫婦
古稀過ぎて筋トレ始めまだ行ける
国防費アメリカ喜ぶバイデンねん
5年ぶり声は変わらぬクラス会
要注意忘れた頃にコロナ風
裏金の処分のヒキダシ多者多様
香りこちぎって食べる春キャベツ
「partner」家来と訳すか日本語に
咲かずともシートを敷けば盛り上がる
記憶なく裏金は作れる議員さん

みなさんからの
オリジナル川柳を
おまちしています

年をとつても、声というのは
あまり変わらないのしょう
か。それとも変わったことも忘
れるのかな。

編集部より

ひとこと



新聞が楽しみ

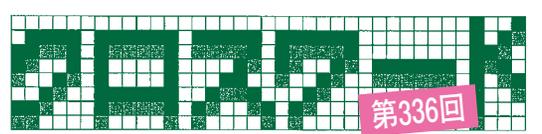
川崎区 高橋陽子(70)
医療生協の新聞は毎回
楽しみにしています。一
緒に折り込まれている支
部ニュースに載っていた
「ら〜ろく」体操と「切
り絵」教室に参加しまし
た。少しの参加費で素敵
な作品ができたたり、座っ

野草を食べる会

多摩区 町井敏子(78)
近々野草を食べる会を
開くという夫。散歩がて
らよもぎやつくしを採っ
て、はかまを取り煮てく
れました。でも野草を食
べる会の頃にはつくしが
なくなつてるかも。

目ごのカギ

- 1 出発。○○○○を切る
- 2 夏のはじめ
- 3 年を取ると皮膚にでき
る細かい筋
- 4 奴隷解放を
したアメリ
カの第16代
大統領
- 5 成長した羊の肉
- 6 振り仮名。○○を振る
- 7 俵万智さんの「サラダ
○○○」
- 8 ふき掃除
の布
- 9 考え違い。○○○を招
く発言
- 10 白菌のこと。○○○に
物が挟まったような
- 11 昔、一定期
間住み込み
で働いた○○○奉公
さん
- 12 海水の満ち引き。○○
〇汁
- 13 「隣の○○○はよく
柿食う○○○だ」
入○○。日光
○○。海水○
〇。森林○○
- 14 口にある
猪○○蝶
- 15 裏声の発
声法が特色のスイス地
方特有の民謡
- 16 握り寿司の単位
- 17 高い所からの眺めを楽
しむ遊園地の乗り物
- 18 お店に飾
るネコの
置物
- 19 月下○○○。八方○○
〇
- 20 昔、一定期
間住み込み
で働いた○○○奉公
さん
- 21 ダンボは○○○の赤ちゃ
ん
- 22 海水の満ち引き。○○
〇汁
- 23 「隣の○○○はよく
柿食う○○○だ」
入○○。日光
○○。海水○
〇。森林○○
- 24 口にある
猪○○蝶
- 25 裏声の発
声法が特色のスイス地
方特有の民謡
- 26 握り寿司の単位
- 27 高い所からの眺めを楽
しむ遊園地の乗り物
- 28 お店に飾
るネコの
置物
- 29 月下○○○。八方○○
〇
- 30 昔、一定期
間住み込み
で働いた○○○奉公
さん
- 31 ダンボは○○○の赤ちゃ
ん



《解き方》イラストをヒントにして、二重ワクの7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

- 1 口にある
猪○○蝶
- 2 裏声の発
声法が特色のスイス地
方特有の民謡
- 3 握り寿司の単位
- 4 高い所からの眺めを楽
しむ遊園地の乗り物
- 5 お店に飾
るネコの
置物
- 6 月下○○○。八方○○
〇
- 7 昔、一定期
間住み込み
で働いた○○○奉公
さん
- 8 ダンボは○○○の赤ちゃ
ん
- 9 海水の満ち引き。○○
〇汁
- 10 「隣の○○○はよく
柿食う○○○だ」
入○○。日光
○○。海水○
〇。森林○○
- 11 口にある
猪○○蝶
- 12 裏声の発
声法が特色のスイス地
方特有の民謡
- 13 握り寿司の単位
- 14 高い所からの眺めを楽
しむ遊園地の乗り物
- 15 お店に飾
るネコの
置物
- 16 月下○○○。八方○○
〇
- 17 昔、一定期
間住み込み
で働いた○○○奉公
さん
- 18 ダンボは○○○の赤ちゃ
ん
- 19 海水の満ち引き。○○
〇汁
- 20 「隣の○○○はよく
柿食う○○○だ」
入○○。日光
○○。海水○
〇。森林○○
- 21 口にある
猪○○蝶
- 22 裏声の発
声法が特色のスイス地
方特有の民謡
- 23 握り寿司の単位
- 24 高い所からの眺めを楽
しむ遊園地の乗り物
- 25 お店に飾
るネコの
置物
- 26 月下○○○。八方○○
〇
- 27 昔、一定期
間住み込み
で働いた○○○奉公
さん
- 28 ダンボは○○○の赤ちゃ
ん
- 29 海水の満ち引き。○○
〇汁
- 30 「隣の○○○はよく
柿食う○○○だ」
入○○。日光
○○。海水○
〇。森林○○
- 31 口にある
猪○○蝶
- 32 裏声の発
声法が特色のスイス地
方特有の民謡
- 33 握り寿司の単位
- 34 高い所からの眺めを楽
しむ遊園地の乗り物
- 35 お店に飾
るネコの
置物
- 36 月下○○○。八方○○
〇
- 37 昔、一定期
間住み込み
で働いた○○○奉公
さん
- 38 ダンボは○○○の赤ちゃ
ん
- 39 海水の満ち引き。○○
〇汁
- 40 「隣の○○○はよく
柿食う○○○だ」
入○○。日光
○○。海水○
〇。森林○○

解答と当選者

4月号の答えは「ハルキ
ヤベツ」でした。応募者
は261(正解は257
人)。内訳は川崎区13
7人・幸区17人・中原区
18人・高津区17人・宮前
区15人・多摩区26人・麻
生区20人・市外7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。

キ	ユ	ウ	カ	ン	サ	バ
コ	ツ	ル	ビ	ン	ゴ	ー
リ	キ	シ	イ	ル	ナ	ル
ベ	ケ	イ	チ	ボ	キ	ン
ス	ケ	ツ	チ	ヤ	ス	キ
ル	イ	ク	ラ	ハ	ツ	ル

答え「ハルキヤベツ」

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



- 中野和己 (多摩区)
白井尚子 (麻生区)
東登代子 (麻生区)
〈敬省略〉

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

編集委員会

今年も平和行進！川崎市内では330人が参加

核兵器禁止と平和を訴え、広島・長崎へ



3日目、麻生区役所に到着した参加者

核兵器廃絶や世界平和の訴えをリレーでつなぐ「原水爆禁止国民平和行進2024」が5月6日から始まりました。全国各地を出発点に11のコースをとり、被爆地広島・長崎に向けた行進が進んでいます。



1日目、雨の中元気に

東京から引き継いだ川崎市内の行進は、5月7日に川崎区大師公園をスタートし、9日の麻生区役所までを繋ぎ、のべ330人が参加しました。1日目の7日は雨の中での行進でした。途中、川崎医療生協の協同ふじさきクリニックでは敷地内に休憩所を設け、職員が行進する人たちに飲み物を配り、川

昼休憩を取り、午後3時半に小杉コアパークに到着しました。途中の平間公園や国際交流センターでは、川崎医療生協の組合員が、血圧チェックをし飲み物などを提供しました。3日目は、宮前区役所を出発するコースと、高津区役所を出発するコースに分かれ、ゴール地点の麻生区役所まで行進しました。折り鶴を折って行進者に託す人や、下校途中に声援を送る小学生の姿も見られました。川崎医療生協はこの3日間、救護班として、救護車と看護師を配置し、健康面でのサポートをしました。行進は各地の実行委員会に引き継がれ、8月4日には広島に到着します。

ウクライナ支援のチャリティーコンサート

横浜へ避難のウクライナ人合唱団も参加

日本ウクライナ芸術協会



ウクライナへのロシアの侵攻、侵略がはじまってから2年3カ月余。芸術面からウクライナ支援を続けてきた日本ウクライナ芸術協会は、6月11日午後7時から、横浜市青葉区の青葉台フィリアホールで「ウクライナへの祈り」と題して、チャリティーコンサートを開催します。同協会会長で、バイオリニストの澤田智恵さんやウクライナ横濱基金代表



昨年のエンディングステージ

中原平和公園が生まれて42年

今年も平和のハーモニーがこだまする

平和公園コンサート開催

「第42回みんなでつくったみんなのでつくろう平和公園コンサート2024」(同実行委員会主催)が、7月

この音楽イベントは、市民による米軍基地の返還運動が実を結び、基地の跡地一帯で中原平和公園や県立住吉高校などになったことをきっかけに1983年から始まったもので、平和な世界を願う市民によって毎年開催されています。

今年の主な出演者は、トランペット奏者

とき：7月14日(日)午後5時～8時
場所：中原平和公園野外音楽堂(川崎市中原区木月住吉町33-1)
東急線「元住吉駅」より徒歩5分
主催：川崎平和公園コンサート実行委員会

問い合わせ：
松平 晃 (044-411-6402)、
柳沢 明信 (044-422-5638)



医療福祉生協の情報誌『comcom』2021年10号で、模擬患者の会の活動が紹介される

かわさき「模擬患者の会」

活動20周年を迎えて

模擬患者の会事務局 矢畑朋

職員とのコミュニケーション訓練で役割を果たしてきたかわさき「模擬患者の会」が、4月30日に結成20周年の祝う会を開催し、会員や歴代の担当職員、関川

味のある方募集』に魅かれて参加した」とふり振り返り、「良い医療者、良い患者とは何か」とも模索している。これからの会のひとりとして、みなさんと頑張りたい」と話しました。その後参加者一人ひとりが、同会とのかかわりや思いについて話しました。昨年からは担当となった看護師の岩間衣子さんは、「今日ここに来るとき職場で模擬患者の会に行つてくるとアピールしてきた。入職当時に受けたセッションの感動は今でも覚えている。もっと職員に知らせたい」と意欲を述べました。



会のメンバー(右下、森智子新会長)

セッションの後は、録音しながら「模擬患者の会」の看護師がファシリテーターの役割を担い振り返りをおこなう。本日の診療受付時間は終了して、おしまいで落着いた口調でよいと思います。

かわさき「模擬患者の会」は、広く生協の組合員や患者、職員、地域住民に活動を知ってもらい、一緒に活動する仲間を求めています。見学の申し込み・問い合わせは、模擬患者の会事務局・矢畑朋(電話044-1270-5882)まで。