

川崎医療生協

7月号



絵手紙
大師中央支部 エンゼル班
室井 富美子

川崎医療生協の現状

組合員 40,585人
出資金 1,507,442,500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

7,8月は特に警戒!

食事
環境
運動

予防

介護老人保健施設
介護度1以上の人は「樹の丘」でも対応



熱中症とは、高温多湿な環境に長時間いることで、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内でも暑さを感じたり、場合によっては死亡することもあります。(厚生省より)

熱中症は生命にかかわりますが、一人ひとりが熱中症について知識を持ち、行動することで、防ぐことができます。自分の体調の変化に気をつけるとともに、特に高齢者、子ども、持病のある人、障害者は注意が必要です。周囲に気を配り、呼びかけあうことで予防することができます。

暑さで体調がすぐれないときは、熱中症かもしれません。表1のような症状があらわれたら、まず涼しい場所へ移動します。冷房が効いている室内や風通しのよい日陰などに避難し、体を冷やします。着ている衣服をゆるめて、首の周り、脇の下、足の付け根などを冷たいもので冷やします。水分補強も大切です。水分・塩分・経口補水液などを補給します。水分や塩分の補給をしても症状が改善しない場合は医療機関を受診します。また、自力では水が飲めなかったり意識がない場合はすぐに救急車を呼びます。

暑さで体調がすぐれないときは、熱中症かもしれません。表1のような症状があらわれたら、まず涼しい場所へ移動します。冷房が効いている室内や風通しのよい日陰などに避難し、体を冷やします。着ている衣服をゆるめて、首の周り、脇の下、足の付け根などを冷たいもので冷やします。水分補強も大切です。水分・塩分・経口補水液などを補給します。水分や塩分の補給をしても症状が改善しない場合は医療機関を受診します。また、自力では水が飲めなかったり意識がない場合はすぐに救急車を呼びます。

熱中症は 何で起きるの

消防庁がまとめた2023年5月から9月までに熱中症で救急搬送した人数は、全国で9万1467人で、2022年と比べると2万人も増えています。7月から8月はとくに熱中症の件数も多く「警戒」が必要。この時期具合が悪くなった熱中症かもしれません。熱中症になったときの対処のしかたと、熱中症の予防対策を紹介しますが、具合が悪くなったらずには医療機関に行くか救急を呼びましょう。

熱中症かなと 思ったら

表1 熱中症の症状

- めまい ●立ちくらみ ●手足のしびれ
- 気分が悪くなる ●頭痛 ●吐き気
- 体がだるい ●体がぐったりする
- 意識障害 ●けいれん ●体が熱い

熱中症予防情報 サイトも活用を

環境省が「熱中症予防情報サイト」を開発して、熱中症特別警戒情報や、熱中症の予防対策などの情報を提供しているので「QR」

熱中症対策を 万全に

熱中症にならないためには、食事・環境・運動面で表2にあげる点に気を付ける必要があります。

表2 基本的な熱中症対策

食事	環境	運動
<ul style="list-style-type: none"> ●3食(朝・昼・夕)しっかり食べる ●主食・主菜・副食をそろえたバランスの良い食事をとる ●のどが渇く前に水分補給(1日当たり1.2ℓが目安) ●起床時や入浴後にも水分補給 ●大汗をかいたあとの塩分補給も忘れずに ●十分な休息をとる 	<ul style="list-style-type: none"> ●服装は、吸汗・速乾素材や通気性の良いもの、ゆったりしたものを着用する <p>【室外】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●炎天下や高温多湿の場での作業や運動は避ける ●日傘や帽子の着用、日陰を歩く、こまめな休憩をとる(帽子は時々とって、汗の蒸発を促す) <p>【室内】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●冷房や扇風機で温度を調節、風通し良くする、遮光する ●室温をこまめに確認する 	<ul style="list-style-type: none"> ●暑くなり始めの時期から適度に運動し、体を暑さに慣らす ●体を鍛えて、筋肉をつけるようにする

樹の丘で ミドルステイ

ドより)、参考になりま。また、周りの人と情報交換をして互いに健康チェックすること。も予防につながります。



高齢者の一人暮らしや、日中一人で家の中で過ごす人は、気づかないうちに熱中症になる場合があります。時間を決めて水分を取ることや、熱いと感じなくてもエアコンで部屋の室温を28度以下にしておくことが大切です。

が大事です。また、地域包括支援センターやかかりつけの診療所に相談して、施設に入所するなどの方法も考えられます。川崎医療生協の介護老人保健施設「樹の丘」では、介護度1以上の人を対象に「熱中症予防32日ミドルステイ」を行っています。暑い時期に1ヵ月ほど樹の丘に入所し、入所中にリハビリや、歯科診療所による口のチェックや嚥下機能の評価を行います。問い合わせは、樹の丘相談員・ケアマネ(044-820-0035)まで連絡ください。

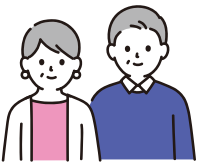
青い空

川崎市は7月1日で創立100年を迎えます。100周年を記念して川崎郷土・市民劇上演実行委員会が主催した「100年への贈り物」という川崎市民劇を観劇しました。劇の内容は、100年前、5万人足らずの川崎町、大師町、御幸村が合併して川崎市が誕生した頃のことを舞台にしています。▼石井泰助初代川崎市長が川崎市の発展のために試行錯誤しながら、私財を投げうって市民の命を守り、工場誘致や水道敷設、多摩川の改修などを市民の協力などを得てなしたげました。そして現在、155万人が暮らす川崎市になりました。▼劇の中で、川崎市の各地の地名が登場し、懐かしくもありました。また、観ている、市政も長く続くと、市民の声を聞くのも疎かになることがあるのかなと感じました。例えば川崎市民と共に歩んできた工場からの排出公害に侵された公害患者を切り捨てるなど、命を大切にしたい先代の夢や心を伝承していきましょう。このほか十分に使える宮前市民館、図書館の移転などの問題もあります。100周年を記念して、初心に戻りたいものです。

編集委員 宮澤明

川崎市こくほの健診(特定健康診査)が開始

6月中旬から受診券発送!



川崎市の国民健康保険に加入している人の健診が6月からスタートしました。令和3年度の川崎市こくほ健診の受診率は27%と低い状況です。病気の早期発見・早期治療のためにも、1年に1回、健診を受けることは重要です。川崎医療生協でも健診を受け付けています。

今年度40歳〜74歳まで

川崎市こくほ健診の対象者は、川崎市国民健康保険の加入者で、今年度40歳〜74歳の人です。特定健診の受診券は、6月中旬に川崎市より送付されます。年度途中で加入した人は、加入月の翌々月頃に受診券が発送されます。費用(自己負担額)は無料です。

生活習慣病のリスクを発見

特定健康診査は、メタボリックシンドロームに着目した健康診断です。生活習慣病のリスクを早期に発見し、食生活、運動習慣、喫

煙などの生活習慣を見直すことが大切になります。

内容は、①問診(服薬歴、喫煙歴など)、②身体計測(身長、体重、BMI、腹囲)、③理学的所見(身体診察)、④血圧測定、⑤血液検査(脂質、肝機能、血糖、痛風、腎機能) ⑥尿検査(尿糖、尿蛋白、尿潜血)です。

医師が必要と認める人に對しては、貧血検査、心電図検査、眼底検査を実施する場合があります。

特定保健指導って?

健診の結果から、生活習慣の改善が必要な人に、特定健診を受けた数カ月後、「特定保健指導利用券」が届きます。保健師から健康状態にあったアドバイスなどを受け、生活習慣を改善することで、糖尿病や高血圧などの生活習慣病を予防します。

がん検診も一緒に

現在、がんは死亡原因の第1位です。日本人のおよそ4人に1人ががんで亡く

なっています。がんは初期段階では自覚症状がないことが多く、自覚症状が出るころにはがんがかなり進行しており、治療を受けても治癒率が大きく下がってしまいます。がんは早期に見し、必要な治療を受けることで治る確率が高くなっています。

表は川崎市のがん検診の内容で、対象者は川崎市民です。各検査に問診を含んでいます。「胃がん検診エックス線検査」は前年度に「胃がん検診内視鏡検査」を受診した人は受診できません。「肺がん検診喀痰検査」は医師が必要と判断した場合のみ実施します。子宮がん検診の「コルポスコピー検査」と「子宮体がん検診」は医師が認めた場合のみ実施します。

川崎医療生協で受診を!

川崎医療生協では、川崎市こくほの健診をはじめ、協会けんぽなどで実施している健診も受診可能です。特定健診と同日に川崎市のがん検診を行っていますので、相談・予約など、川崎医療生協に問い合わせしてください。

問い合わせ・申し込み
044-270-5881

(表)川崎市のがん検診

検診名	対象者	受診回数	内容	費用
肺がん検診	40歳以上	1年度に1回	胸部エックス検査	900円 (+200円で喀痰検査)
大腸がん検診	40歳以上	1年度に1回	免疫便潜血検査	700円
胃がん検診 エックス線検査	40歳以上	1年度に1回	胃部エックス線検査	2,500円
胃がん検診 内視鏡検査	50歳以上	2年度に1回	胃内視鏡検査	3,000円
子宮がん検診 (女性)	20歳以上	2年度に1回	【頸がん】 視診・頸部の細胞診・内診 【頸部+体がん】 上記の検査+細胞診	1,000円 (+800円で体部細胞診)
乳がん検診 (女性)	40歳以上	2年度に1回	マンモグラフィ検査	1,000円

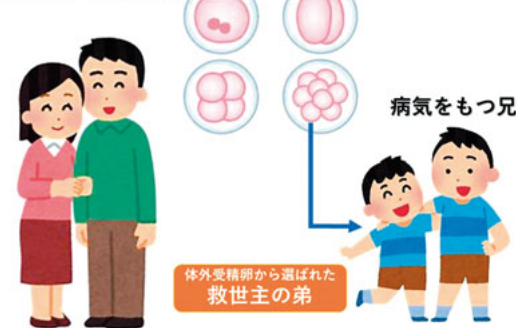


生命科学の歴史 人間の過去・現在・未来

第43回 生命進化への介入 ②救世主きょうだい

前回、健康上の理由で妊娠ができない夫婦が希望する手段である、生殖補助医療について述べました。しかしこの方法は現在拡大解釈して利用されています。肌の色、目の色、優秀な子ども、ある種の病気にかからない子どもなど、望ましい身体をもつ子どもの出生を選択する方法としても利用されようとして生まれた子は、「デザイナー・ベビー」とも呼ばれています。

体外受精→着床前診断



その中でも、主として遺伝的・致死的な病気にかかっている兄弟姉妹を救うために、体外受精・

着床前診断を行い、移植用ドナー(臍帯血移植と骨髄移植)としての子どもをつくるのが報告されています。

「スベア部品」などと称されることもあります。体外受精で得られた受精卵は、最初の頃は1→2→4→8→16...と倍々に増えていきま

さて「救世主きょうだい」あるいは「デザイナー・ベビー」に関して、倫理的・宗教的な見地から賛否両論があります。日本では「救世主きょうだい」に関する法律はありませんが、日本産科婦人科学会では着床前診断を限定的な場合にのみ許可しており、「救世主きょうだい」は「実質禁止」されています。

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。

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

くらし・社会

今年も
やります!

モルック& 健康チェック会



パルシステム神奈川と川崎医療生協がコラボして、木の棒を投げて木の棒を倒し、点数を競うモルックというゲームの体験と、血圧や血管年齢、足指力などをチェックする健康チェックの企画を昨年から行っています。

- 日時** 7月28日(日) 午前10時~12時
- 場所** 大師公園 芝生広場 (川崎区大師公園1)
- 参加費** 無料 どなたでも参加できます
- 主催** 川崎医療生協・パルシステム神奈川

初めてでも
大丈夫だよ



今後の開催予定

- 9月 川崎市中部
- 10月 川崎市北部
- 11月 モルック大会&健康チェック

問い合わせ 健康まちづくり推進部
☎044-266-7532

【訂正】
本紙6月号3面の「川崎市立の学校で深刻な教員不足」の記事で、「教職員やOBでつくる任意団体」と記載しましたが、「教職員でつくる職員団体」と訂正させていただきます。
編集委員会

コラム

時の風

喫茶店と文化

休日には散歩のついでにコーヒーでも飲んで一服しよう。定年退職して暇だからコーヒーでも飲みに行こうか。そんなとき、年配の人なら喫茶店を利用するのは。

大手チェーンのコーヒーショップでもいいが、そうした店はいらない。周りでけっこう混んでいるし、まわりは若者で、スマホやパソコンを夢中にいじっていてなんとなく落ち着かない。だからできれば昔ながらの個人経営による、レトロな喫茶店がいいのだが、こ

うした昭和の名残を感じさせる店は徐々に減少しているようだ。かつてはまちにはいろんな名前の個性的な喫茶店がいくつもあったが、気がついてみると消えてしまったというのが実感ではないだろうか。



長崎県五島市の喫茶店「月の砂漠」

実際、全国の喫茶店をめぐる状況はどうなっているのか。総務省統計局「事業所統計調査報告書」などによると、全国の喫茶店の数は1966年に2万7026店だったのが75年には9万2137店に増え、さらにこの傾向は続き81年には15万4630店となった。しかし、これをピークに店舗数は減少の一途をたどり、2021年には5万8669店になった。ピーク時の三分の一である。こうした減少傾向の中でも、地方ではまだ喫茶店文化が息づいているところもある。喫茶店の数を都道府県別にみると、2021年の調査では、最も多いのは大阪府で6758店、次いで愛知県(6171店)、東京都(6121店)、兵庫県(4038店)、岐阜県(398店)で、この次に神奈川県(2287店)となっている。このなかでは、人口数からすると岐阜県が多いのに気がつくが、総務省が今年2月に公表した全国の都道府県庁所在地と政令指定都市の2人以上の世帯を対象に行った家計調査によると、喫茶店文化が息づいていると、岐阜代支出額で、岐阜市は1世帯当たり1万5099円で、4年連続で一位となっている。「モーニング文化が根強い岐阜市では、コーヒー1杯の単価が他地域と比べ安価であるにもかかわらず、充実したモーニングサービスが提供されるため、週に何度も来店する常連客が多いことなどが要因と考えられる」と、岐阜市は分析。

大都市がほとんど法人経営のチェーン店に席巻される一方で、地方都市によってはなんとかまだ昔ながらの喫茶店文化が息づいている。岐阜市をはじめこうした地方に出かけた際には、まちの喫茶店に足を運んでみるのも面白そうだ。(波)

同市では「珈琲・喫茶店」文化を活かした地域振興を目指しているという。岐阜市の場合、地域の個人店が盛んだと推測される。というのは、少し古いデータだが、喫茶店の「法人」及び「個人経営」の別割合を県庁所在地及び政令指定都市別にみると、「法人経営」では川崎市が57.9%と最も高く、次いで横浜市と千葉市が56.4%、東京都特別区部が55.2%となっている。反対に、「個人経営」は和歌山市が86.8%で一位。次いで堺市(86.5%)、高知市(86.4%)、福井市(85.5%)、岐阜市(84.8%)となっている。(2014年)

からだにやさしい料理 第64回

発酵食品を食べよう! ⑩



★ 味噌かんぷら ★

川崎協同病院 管理栄養士 榊原 朋子

【材料】(4人分)

- ・じゃが芋.....2個
- ・サラダ油.....大さじ2
- ・味噌.....大さじ2
- ・砂糖.....大さじ2

1人分 156kcal. 塩分1.1g

【作り方】

- 1 じゃが芋をきれいに洗い芽の部分を取り一口大にカットする (じゃが芋は皮つきのまま)
- 2 フライパンにサラダ油を熱し、じゃが芋を入れて油を馴染ませる
- 3 フタをして中火で10分ほど時々裏返ししながら全体に焼き色がつくように蒸し焼きにする
- 4 じゃが芋に火が入ったら味噌と砂糖を加え混ぜ合わせ全体に絡めば完成

♥一口メモ: かんぷらとは福島の方言でじゃがいものこと。甘辛な味でおやつやお弁当のおかずにもピッタリ



組合員の広場

百歳の誕生日祝い

5月26日、浅田支部のあじさい班とチューリップ班合同で毎年恒例のごきぶり団子作りを行いました。参加者のSさんが今年で百歳になると聞

いて、ごきぶり団子を作った後、班員6人で赤飯まんじゅうやイチゴ、お菓子の差し入れなどを食べながら談笑し、心のこもった百歳のお祝いをしました。

Sさんは、子どもたちと同居をすすめられても断り、シルバーカーがあれば買い物もできると、近所のスーパーへ食材の買い出しにも行きます。お肉も野菜もお魚も大好

きで、自分で料理したものをお仏壇の前に並べ、亡くなったご主人に話しかけながらビールを飲みかわしているそうです。粋で気丈なスーパーおばあちゃん、腰や足に痛みがあっても買い物や料理をして身体を動かしていることが長寿の秘訣のようです。みんなが先輩の後に続きますよにと願った班会でした。

あさお診療所に近い檜山公園遊びの広場で、昨年の1月から毎月第1水曜日、運営委員会の開催前の11時半からモルックをしています。最初の頃は運営委員だけでしたが、他のサークルの仲間も誘い、10人くらいで2〜3チームに分けて対戦しています。

モルックは、「モルック棒」を投げて、「スキットル」と呼ばれる木の棒を倒し、ぴったり50点になったら勝ちというゲームで、50点をオーバー

遊びの広場でモルック

開催決定!
第26回 組合員活動交流集会

日時 2024年9月24日(火)
13時(予定)

場所 高津市民館大ホールほか

内容 実行委員会で検討中

市民ギャラリーで作品展も開催

期間 9月20日(金)~25日(水)
午前10時~午後4時
※25日は午前のみ

場所 高津市民館ギャラリー

問い合わせ 健康まちづくり推進部
(044-266-75320)



摘み取ることもできるポピーの花が咲く

くりはま花の国、ポピー摘み

「てくてく」班の定例日は雨になったため、5月25日に日付を変更して「くりはま花の国」へ行きました。絶好のてくてく日和。歩く距離もかなりあったのですが、全員がワクワクしていたのはポピーの摘み取りがあるからです。

「てくてく」班の定例日は雨になったため、5月25日に日付を変更して「くりはま花の国」へ行きました。絶好のてくてく日和。歩く距離もかなりあったのですが、全員がワクワクしていたのはポピーの摘み取りがあるからです。

川崎市役所 新庁舎見学



最上階の展望ロビー

活動が再開し、5月15日京町支部の運営委員と班員の合計13人で川崎市役所新庁舎の見学に行きました。新庁舎は高さ112m、25階建てで、最上階には展望ロビーとスカイデッキがあり、浮島の工業地区、横浜みなとみらい、武蔵小杉、羽田空港、東京スカイツリーなど見ることが出来ます。スカイデッキには天井

がなくオープン状態で、開放感があります。展望ロビーにはテーブルやベンチがあり、ゆっくり過ごせます。1階には、カフェや、コンビニ、旧本庁舎歴史展示があり、川崎の昭和の町の写真なども展示されています。2階には旧本庁舎創建当時の市長室が復元され、歴代市長の写真が並んでいます。暖炉の前においてある網には、川崎をイメージした工場や船舶の絵が描かれています。部屋の真ん中に市長の机と椅子が置いてあり、そこに座って記念写真を撮ることができ、みんな交代で椅子に腰掛けました。

モルックで仲間が増える

あさお診療所に近い檜山公園遊びの広場で、昨年の1月から毎月第1水曜日、運営委員会の開催前の11時半からモルックをしています。最初の頃は運営委員だけでしたが、他のサークルの仲間も誘い、10人くらいで2〜3チームに分けて対戦しています。

短い時間でしたが、久しぶりの楽しい見学会でした。今年色々な活動を始める予定です。

京町支部 瀧沢紀子

ゲームの後はランチに行っておしゃべりします。そこで「医療生協のニュースをみなさんは配っているんですよ、私も手伝いできますよ」と言っていたら、ニューズ配付をお願いすることができました。

麻生北支部 配島康子

長尾のあじさい寺

5月29日、たかつ支部、総勢9人で多摩区長尾の妙楽寺に行きました。このお寺は「あじさい寺」の名で知られ、山門前や本堂横を中心に、境内には1000株を超すあじさいが植えられているお寺です。

JR南武線「久地駅」からコミュニティバス「あじさい号」に乗りました。この地区はほとんどが坂道で、住んでいる人にとって「あじさい号」が必要なことがよくわかります。

たかつ支部 松本信枝



ゆっくりとあじさいの花を楽しむ

組合員の広場

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お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

(川崎市藤崎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)

みつばカフェ オープン!



川崎医療生協やワーカーズコープセンター事業団、地域の団体や個人が集まって、こともたちが安心して成長できるまちづくりを進めるプロジェクトを立ち上げました。その第1弾の企画です。

日時 2024年8月31日(土) 午前11時~午後3時

場所 みつば保育園
(川崎市台町8 サンルミエール1階)

内容 駄菓子、ボードゲーム、射的、地域のお店も参加

参加費 無料 (お菓子や飲みものなどは有料です)

主催 みつばプロジェクト

問い合わせ 健康まちづくり推進部
(044-266-7532)



5月21日、協同地区の
さわやか健康づくり委員

子ども頃に過ごした

健康づくり委員会
藤田有為子



藤棚の下で お弁当

と、松田祐加子健康まちづくり推進部員と5人で、東京墨田区の向島百花園に行きました。ここは唯一現代に残る江戸時代の花園と言われている。200年も生き続けている藤の姿が印象的でした。

田舎の草花を見つけました。うっそうと繁る木々の間に山上憶良らの歌碑も沢山ありました。公園を回ったあと、藤棚の下でベンチでお弁当を食べながら交流もしました。

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
(川崎市大島 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)

ぷれ~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 7月4日(木)・8月14日(水)
正午~午後3時

場所 学習教室エチュード
(川崎市大島3丁目32-10
マック大島コート1階)

主催 ぷれ~ん
不登校を考える親の会 in 川崎市

問い合わせ しろたに (090-6706-5454)

班会日誌

5月度 33支部 145班 925人

大師東支部	チーム中瀬	モルック練習	6	黄金	糖尿病と食生活	5	あじさい	絵手紙	9	バードウォッチング	鳥と自然観察	6
南大師支部	お茶のみ会	中華街と山下公園	8	黄金	湘南モノレールに載って江ノ島へ	4	あゆみ	5月渡田新町公園ウォーキング	7	ゆいの会	ニュースセット他	4
大師中央支部	春の花を描く	エンゼル①	4	大島支部	書道	7	キャロット	5月のニュース仕分け	5	囲碁サロン	囲碁	4
エンゼル②	どくしょ会	カミツ	3	あじさい	ゴキブリ団子作り「合同班会」	8	なわて	政治の話	7	公園体操	高津公園体操	13
カミツ	ピーガンの料理教室	ピーガン	3	深瀬	草餅作り	5	御幸支部	ゴキブリ団子作り	4	水彩画	春の花を描く	4
ピーガン	わろてんか	建設一般	11	未摘花	草餅作り	3	さくら	ストレッチ・ダンベル体操	5	橘支部	脳トレぬり絵	5
建設一般	東門前	ウォーキング	3	浜町支部	おはなし会 (青丘社)	9	紅葉	新聞ちぎり絵	5	アカシヤ	シクラメン	21
東門前	年金大師	歴史班	3	エチュード	カゴ作り	4	南河原支部	血压チェック	3	すずめ	湯河原バスハイク	8
年金大師	ウォーキング	藤崎北支部	3	クラフト	フラダンス	8	オレンジ	好きな財題を描く	3	ダンベル	いつでも元氣学習	4
ウォーキング	おしゃべり	ウォーキング	7	ブルメリア	フラダンス	4	モンチッチ	ゴキブリ団子作り	8	つれづれ	健康麻雀	15
おしゃべり	ちよこつとウォーク	おしゃべり	8	渡田支部	「〇月〇日区長になる女」鑑賞	3	絵手紙	ゴキブリ団子作り	9	プラザ	モルック体験会	17
おしゃべり	各自各テーマで描く	お絵かき	6	やよい	歩いて楽しむ会	7	古向支部	ゴキブリ団子作り	8	パワーレディス	健康ウォーキングについて	7
お絵かき	さくら会	さくら会	2	ラビット	ちよこつとウォーク	7	あじさい	フレイル体操	9	梶ヶ谷	ニュースセット、健康づくりセミナーDVD	4
さくら会	ちぎり絵	ちぎり絵	3	元美人	食事会	8	くちなし	好きな財題を描く	3	癒しのお手玉	癒しのお手玉	7
ちぎり絵	脳トレ	脳トレ	3	日吉支部	救急車呼んでもいいけれど	3	さくら	ゴキブリ団子作り	4	たかつ支部	クイン	9
脳トレ	リラクソヨガ	リラクソヨガ	9	医療生協	ゴキブリ団子作り	6	新川崎支部	かすみ草もどき小花作り	5	クイン	長尾あじさい寺散策	9
リラクソヨガ	ラジオ体操・血压チェック	ラジオ体操	7	フリージア	ゴキブリ団子作り	6	やよい	ゆる体操	10	宮前支部	ベットボトル体操、座談	4
ラジオ体操	座布団カバー直し他リメイク	座布団カバー直し	6	南加瀬	ゴキブリ団子作り	5	ゆる体操	ゆる体操	6	コスモス	折り紙 (折り量みうちわ)	3
座布団カバー直し	モノに使われ振り回される人間	モノに使われ振り回される人間	6	玉川支部	脳トレ	8	元美人	ゴキブリ団子作り	5	さくらそう	シネマ	5
モノに使われ振り回される人間	くりはま花の国 ポピー摘み	くりはま花の国	8	住吉支部	骨密度チェック	7	日吉支部	ゴキブリ団子作り	5	シネマ	ジャズミン	5
くりはま花の国	健康麻雀	健康麻雀	8	うぐいす	フレイル予防	3	医療生協	ゴキブリ団子作り	5	ジャズミン	すみれ	4
健康麻雀	向日葵	向日葵	5	コスモス	気功・朗読・おしゃべり	4	フリージア	ゴキブリ団子作り	5	すみれ	ひまわり	4
向日葵	藤崎南支部	モルック練習	14	ミニマウス	麻雀を楽しむ	10	南加瀬	ゴキブリ団子作り	5	ひまわり	映画鑑賞	4
向日葵	モルック	モルック	9	雲雀	気功と「24式」の基本	6	玉川支部	脳トレ	8	長尾住宅	健康づくりセミナーDVD、ベットボトル体操	6
モルック	モルック	モルック	5	雲雀	気功と「24式」の基本	6	きら美	骨密度チェック	7	長尾住宅	クロスワードパズル	4
モルック	モルック	モルック	5	西加瀬	折紙 あじさいの額飾り	6	青空平間会	住吉支部	3	南平	白幡台	4
モルック	モルック	モルック	5	あじさい	ごきぶり団子作り	7	住吉支部	うぐいす	3	白幡台	長尾塚支部	4
モルック	モルック	モルック	5	おひまり	ごきぶり団子作り	6	うぐいす	アニマル	6	長尾塚支部	アジサイ	4
モルック	モルック	モルック	5	ひまわり	ごきぶり団子作り	5	コスモス	気功・朗読・おしゃべり	4	アジサイ	コスモス	4
モルック	モルック	モルック	5	折紙 あじさいの額飾り	ごきぶり団子作り	6	ミニマウス	麻雀を楽しむ	10	コスモス	すずめ	5
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	雲雀	気功と「24式」の基本	6	すずめ	脳トレ	8
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	西加瀬	フレイル予防	4	ひまわり	転倒防止体操	5
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	小杉支部	合同班会 骨密度・血圧・足指力・握力	3	第4長尾	茶話会	6
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	T・S・M	新聞折り込みに参加	3	平和行進	食事会	5
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	アニマル	合同班会 骨密度・血圧・足指力・握力	3	宿河原支部	筋力維持と親睦	6
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	かもめ	合同班会 骨密度・血圧・足指力・握力	3	すこやかダンベル	パークゴルフで運動と親睦	7
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	さくら	合同班会 骨密度・血圧・足指力・握力	3	パークゴルフ	モルック競技	8
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	さつき	合同班会 骨密度・血圧・足指力・握力	3	モルック	モルック	8
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	そら豆	合同班会 骨密度・血圧・足指力・握力	3	モルック	モルック	8
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	ひまわり	合同班会 骨密度・血圧・足指力・握力	3	モルック	モルック	8
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	ヤマブキ	総会の報告	3	モルック	モルック	8
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	満ノ口支部	脳いきいき	4	マフマフ	マフの作り方	7
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	いきいき	健康麻雀、将棋	11	麻生南支部	自由な作品	5
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	いままが青春	平和行進参加	3	キルトのなにか	黒川からよこみね緑地	7
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5	ウォーキング			なんじゃもんじゃ	柿生会	10
モルック	モルック	モルック	5	ごきぶり団子作り	ごきぶり団子作り	5				柿生会	講義 歌評	10

「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。

川崎ぶらり文学日記

第104回

現代に描かれる川崎編
『家なき子今昔』



「家なき子」と言えば?

「家なき子」と言えば2つの作品を思い浮かべる方も多いのではないのでしょうか。一つはフランスの作家エクトール・アンリ・マロが1878年に発表した児童文学で、少年レミが旅芸人のおじいさんに引き取られ、さまざまな場所を旅し、たくさんの出会いを通して成長していく物語です。幾度も映画化され、日本のアニメ化も多く世界の名作といえるでしょう。

二つ目は1994年に放送されたテレビドラマで、家庭内暴力を受けている小学生の少女相沢す



読者の声

夢の中に父が

高津区 福川とも子(68)
父が亡くなってから、

20年以上経つが1度だけ夢の中に。それは母の米寿のお祝いに、皆で旅行をすることになった前の日でした。「俺も連れて行ってくれ!」と。私は父の写真を持っていき皆

撮影に使われたのは生田スタジオ

この作品の原案(作品の元になるアイデア)は野島伸司で、原作(原案をもとに作品化)・脚本は、高月真哉と、いとう 斗士八です。

1994年4月16日か

でお祝いをした。父はよほど羨ましかったのだろう。満足したのか、あれから私の夢の中にはでてこない。父も母も亡くなってふと思ひ出しました。

大師の御開帳

川崎区 青木智子

川崎大師の10年に1度の御開帳が5月にありました。仕事の休みの日に朝早くから列に並んで赤札(貴重なお札)をいただきました。家族の分、友



日本テレビ「生田スタジオ」

ら日本テレビにてテレビドラマ放送を開始し、5月30日に野島伸司の原案「平成版家なき子」の小説が出版になり、7月2日にドラマの最終回となりました。

原作では川崎市立若宮小学校にすぎが通っている設定になっています。これは架空の小学校で、原作も原案でも地域性に

読売グループと川崎

日本テレビは、読売新聞の社長だった正力松太郎が設立を構想し、初代社長となりました。正力は、またプロ野球の読売ジャイアンツのオーナーも務めるなど読売グループの祖ともいえる人物です。

読売グループは戦後川崎市北部と稲城市に、関連する事業のための広大な土地を所有します。よみうりランド(遊園地)、読売ジャイアンツ2重球場、Jリーグの東京ヴェ

ルディなど、いずれも所在地こそ稲城市ですが敷地の大半は多摩区菅仙谷4丁目です。

結果にびっくり

川崎区 藤田有為子

4月16日、川崎区藤崎のすみれ薬局の前で、私とKさんは「血管年齢を測ってみませんか?」と声をかけられました。その結果、私は50歳、Kさんは65歳と判定されました。

指先で測る血管年齢は目安でしかないと聞いてはいたものの、80歳をは

一口も早い平和を

宮前区 佐藤實(87)

日々、ウクライナやガザでの痛ましい状況が報道されています。

また隣接しているよみうりゴルフクラブと東京よみうりカントリークラブも敷地は稲城市と多摩区と麻生区にまたがっています。なお、東京ヴェルディは、Jリーグ開幕当初は読売ヴェルディ川崎として等々力競技場をホームタウンとしていました。

バブル経済崩壊後の1990年代中盤は、経済が右肩下がり基調となり、このような世相を反映しエクトール・アンリ・マロの「家なき子」をオマージュした作品が注目を集めたのは、決して偶然な出来事ではないと感じるのは私だけでしょうか。

川崎協同病院 岡 琢也 事務次長

小学生だったころ戦争を体験した者として、一日も早く平和を実現して欲しいと切実に願っています。現地の子どもたちの心からの笑顔を見たいものです。

身近な人を発見!

多摩区 鈴木孝法(7)

川柳の投稿者に身近な人の名前を発見し「今まで気がつかなかった」とお互い笑いました。お題を探し句と文字を考える過程が楽しいです。

こんな川崎、これも川崎

シリーズ 第54回
二子塚公園
市営トロリーバス車両 (高津区)



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まちの風景もかなり違います。そんな川崎の知られざる見どころのなかで、今回は、1950年代から60年代まで川崎区を走っていたトロリーバスを保存展示している二子塚公園とその周辺のことを紹介します。

健康まちづくり推進部 荒金崇二

1951年3月、川崎駅から19両の車両

から川崎協同病院が立地している川崎区桜本まで、東日本では初となる市営のトロリーバスが開通しました。実は、すでに市営バスも運行していたそうですが、燃料コストが安いこともあり、最後の1両が高津区二子の「二子塚公園」に現在も保存されています。廃止時に地域が譲り受けて大切に保管してきたのですが、現在は保管状況が悪く、このままでは朽ち果ててしま



唯一現存するトロリーバス

二子の由来、二子塚古墳

トロリーバスが保存されている二子塚公園は、二子という地名の由来となった「二子塚古墳」があった場所です。二子・諏訪・北見方の3地区には多くの古墳があり、二子・諏訪古墳群と呼ばれています。二子塚は二つの塚が少し離れて並んでいたことから二子塚と呼ばれたそうです。現在は史跡碑のみ残っています。ちなみに、二子は「ふた



二子塚古墳があったことを示す史跡碑

まいそうです。川崎区桜本の「桜川公園」には、トロリーバスと同じように川崎区を走っていた市電が、川崎市によって大切に保存されているので、二子塚公園のトロリーバスも同じように保存されることが望めます。

読者の広場

小学校の図書館で

麻生区 木之内せつ子(80)

近くの小学校の図書館の一部を使って大人向けの本を置き、第1、第3日曜の午前中に貸し出しをしている。それを知ったのは10年前。賞をとった話題の新聞などがそろっているし希望図書のリクエストもOK。貸出しカードを作って1回に3〜4冊借りて利用している。残念なのは利用者が少ないこと。PRが足りないのか？ わが家から市立図書館までは電車で2駅だから徒歩圏内にこの図書館があるのはとてもありがたい。

ウグイスの鳴き声

川崎区 横山ユウ子

近くの公園を毎日のように歩くのですが去年はこの木の所でウグイスが鳴いてくれたのに今年はまだだと思っていました。先日娘たちと溝ノ口の方に出かけた時、そこで聞くことができてホッとしました。田舎者でした。

みんなが川柳

夏野菜裏金怒りクワおろす

表にも裏にも金なしわが暮らし出かけるぞ！メガネに補聴器入れ歯に杖！まとめ買い得した気分食べきれずこいのぼりがザの子供に届けたいもうすぐね家は近いわかえり道デイの朝夫の背筋すつと伸び年重ね初めて知ったことの多さいつからかわたしスマホの召使い母の日に何もくれない娘たち



みなさんからのオリジナル川柳をおまちしています

大沼さん、直球勝負の句です。ね。父の日は、もつとそう思っている人が多いのでは？

- 多摩区 美原清(81)
- 多摩区 菊地結貴子
- 中原区 伊月秀夫(81)
- 幸区 長澤昭子
- 多摩区 埋橋正治(74)
- 多摩区 長野しづ子
- 川崎区 草野みつ子
- 川崎区 高橋佳子(83)
- 多摩区 鈴木孝法(72)
- 川崎区 大沼真早美(47)

鮮明に記憶が残る痛ましい経験をされたのだと強く感じる記事でした。貴重な経験談、ありがとうございます。平和がこのような過去の上に成り立っていることを忘れずに生きていきたいと思いました。

心うたれる、戦争体験

川崎区 野口麻耶(38)

伝えたい思いで、戦争体験をされた方の記事が印象に残りました。遺骨の中身が紙ペラ一枚、子をもつ親になったからこそ自身が経験したらやるせない、涙も枯れてでない気持ちになるだろうな、とどんと心に響くものがありました。90歳になられても、ここまで

退会が面倒

幸区 山崎香代子(70)

終活の一つで自分の持っているクレジットカードなどの退会を申し出たらアレコレ聞かれたりして何かと面倒でした。入

労働者の祭典

宮前区 都丸茂信(81)

今年のメーデーは雨で街道沿いで以前の元住吉の商店街は通らず残念。昨年自分が作った5月の川柳に「メーデーも憲法もない金の週」がありましたが、今年もマスメディアは「労働者の祭典」にはパスしたい様子が見られました。

反省ナシ?

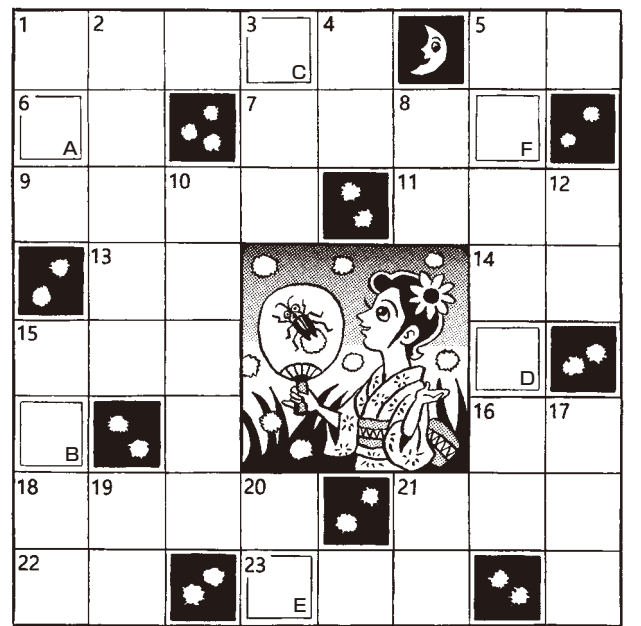
あたく 193



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。

クロスワードパズル 第337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 machizukuri@kawaikyo.or.jp

- 興奮させる○○○の強い映画
- 両手両ひざを地や床につけてはう姿勢
- 地中で爆発させる兵器結うこと。結ったもの。髪○○
- 明日天気にしておくれ
- 停。観光○○
- 人が生きていくための住居費や食費・光熱費など
- 魚へんに喜と書いて？
- アコヤガイによる養殖で有名な6月の誕生石
- 反対語は「過去」
- 桃太郎の○○だんご
- へいや石垣などにはう植物
- 雨がよく降る季節
- 7月第3月曜は○○の日
- 作者○○○○のサインがある本
- ニワトリより小型で、肉や卵が美味なキジ科の鳥
- ギニョール
- は○○人形
- 腹つつみを打つ動物
- 星と呼ばれる感星
- すばらしい！「○○○な洋服」
- 返し。2の2○○は4
- 外出して○○とした。○○番
- 詩や和歌、俳句のこと
- 腹つつみを打つ動物

夕方のカギ



- 樹木を植えること。○○○○祭
- は自ら助くる者を助く
- 満○○。○○面光。○○面
- 競走相手。好敵手
- 「明けの明星」一宵の明
- 樹木を植えること。○○○○祭
- は自ら助くる者を助く
- 満○○。○○面光。○○面
- 競走相手。好敵手
- 「明けの明星」一宵の明
- 7月第3月曜は○○の日
- 作者○○○○のサインがある本
- ニワトリより小型で、肉や卵が美味なキジ科の鳥
- ギニョール
- は○○人形
- 腹つつみを打つ動物

- 興奮させる○○○の強い映画
- 両手両ひざを地や床につけてはう姿勢
- 地中で爆発させる兵器結うこと。結ったもの。髪○○
- 明日天気にしておくれ
- 停。観光○○
- 人が生きていくための住居費や食費・光熱費など
- 魚へんに喜と書いて？
- アコヤガイによる養殖で有名な6月の誕生石
- 反対語は「過去」
- 桃太郎の○○だんご
- へいや石垣などにはう植物
- 雨がよく降る季節

ゴ	ミ	エ	メ	ラ	ル	ド
セ	ツ	カ	イ	ガ	ン	グ
ン	シ	マ	ネ	シ	ド	ト
ゴ	イ	シ	ヨ	ン	コ	ト
ウ	ダ	イ	モ	ク	セ	イ

答え「ランドセル」

解答と当選者

- 5月号の答えは「ランドセル」でした。応募者は256人（正解は254人）。内訳は川崎区13人・幸区14人・中原区14人・高津区17人・宮前区17人・多摩区32人・麻生区24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。
- 中山美子 (川崎区)
 - 齊藤百合子 (川崎区)
 - 北尾雅春 (川崎区)
 - 梶井ちづ子 (川崎区)
 - 弓座弓子 (川崎区)
 - 五十嵐美代子 (川崎区)
 - 伊藤栄美子 (川崎区)
 - 宮川紀子 (川崎区)
 - 田方政子 (川崎区)
 - 稲毛真子 (川崎区)
 - 岩本貴子 (幸区)
 - 林ユキ (中原区)
 - 佐野章 (高津区)
 - 須藤美恵子 (宮前区)
 - 小島喜江子 (多摩区)
 - 美原清 (多摩区)
 - 井手敏明 (多摩区)

応募要項

メールで応募の方も名前、住所の記入をお願いします。



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回当選しなかった方にも贈呈します）。締切りは7月25日、発表は9月号紙面に掲載します。

〒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

平和をきざずく市民のつどい開催 講演や朗読、合唱で平和を考える

川崎医療生協もバザーや健康チェックで参加

平和について学び交流する「第42回平和をきざずく市民のつどい（同実行委員会主催）」が、6月9日、川崎市中原区の川崎市平和館と隣接する中原平和公園で行われ、大勢の市民が参加しました。

開会にあたり実行委員会の笠原紀子さんは、市民の平和運動が平和公園や平和館の設立に繋がったことを紹介、「ここは平和を発信する大切な場所だ。つどい



関心を集めるトングラムの展示

を平和のために何をすべきか考える機会にしてほしい」と呼びかけました。

公園会場では、餅つきや模擬店がでて、川崎医療生協の健康チェック（小杉支部、住吉支部）やバザー（溝ノ口支部）が催され、親子連れなどでにぎわいました。

一方平和館では、記念講演のほか、平和や命をテーマとする朗読や合唱などの舞台、市民活動の紹介などが行われました。初参加の

ても負けても傷を負う愚かな行為だと伝えたい。朗読劇が平和運動にとりくむ方々を癒す『ひと口の水』となればと活動している」と語りました。

また川崎朝鮮初級学校で給食ボランティアにとりくむ市民団体「トングラム」の秋山真也さんは、「朝鮮学校に足を運んだことがない人は、トングラムの活動、多文化交流の場に気軽に参加してほしい」と呼びかけました。

「東アジアの平和と、日本の未来 あなたと市民こそ、主役」と題した記念講演には国際政治学者の羽場

「ぼけますから、よろしく願います」 映画監督、信友直子さんが講演

医療福祉生協神奈川エリア大学習会



講演する信友直子さん

5月30日、横浜市戸塚区の戸塚区民文化センターさくらプラザ大ホールで「2024年医療福祉生協神奈川エリア大学習会（同実行委員会主催）」が開かれました。神奈川県内の医療福祉生協に加盟する5法人を中心に229人が参加し、川崎医療生協からは36人が参加しました。

まず、映画「ぼけますから、よろしく願います」の監督で、テレビディレクターの信友直子さんが「ぼけますから、よろしく願います」と気兼ねなく言い合える地域社会を目指して」と題して講演しました。

信友さんは、認知症の母を老々介護する父の様子を娘の視点で話し、家族だけ

私の戦争体験⑮

伝えたい思い

つらかった戦後の暮らし

大師東支部 田中 志子 (84歳)



私は昭和15（1940）

年に川崎区大師町で生まれました。のちに弟と妹が生まれ、父と母、8歳上の兄、4歳上の姉、私、1歳下の弟、4歳下の妹の7人で暮らしていました。

昭和20年の空襲で何もかもいっさい焼けました。私は当時4、5歳で、はつきり覚えてはいませんが、腰を屈めて這うように逃げる父の背におぶさりながら見た、黒こげに焼けた家の柱が骨のように何本か残って煙をあげている光景を記憶

しています。

火そのものは見えなかったし、恐怖心もありませんでした。その後、眠ってしまいました。鼻のどが

着の身着のまま焼け出された私たちは、知人宅を

転々とした後、川中島の焼け残った五軒長屋に住みま

りました。今の大師プールあたりです。

その後空襲警報のサイレンが鳴り響くと防空壕に逃げ込んだり、電灯に黒い布で明かりが漏れないようにして押し入れに隠れたりしていました。防空壕に入りそびれることもありまし



空襲で焼けた川崎区「白くなくなってしまったところ」 出展：米国立公文書館

こともありませんでした。戦争も終わり数年した中学生の頃、区画整理で立ち退きの指示があり、わずか1万円で長屋よりも狭い中瀬の代替え地に移りました。風呂もない狭い家に7人がぎゅうぎゅう詰めに住んでいたの、兄は早々に家を出ていき、しばらくして弟も仕事で出ていき、姉

と妹も嫁いで出ていきました。私は病気で入退院を繰り返す両親の面倒を見ていたうちに、そのまま残る形になり、今もそこに住んでいます。

川中島に住んでいた頃の思い出が強く、今も昔を懐かしんで大師プールのあたりを見に行きますが、あまりじろじろ見ていると警察官に怪しまれるので、少しにしています。

大変だったのは、戦争中よりも戦後の暮らしです。夕食に具のない乾麺一把を7人で分けるなど、毎日ひもじい生活で常に空腹でした。何かよくわからない真っ黒な粉でできた団子を食べたりもしました。

父は大師通りの和菓子屋で働いていたのですが、戦後は食べるものがなくみんな

な主食を優先するので、和菓子屋の旦那さんは店をやっていたくないと再開せずに田舎に帰ってしまい、父は働くところを失いました。

父はリヤカーを借りて行商などをしたようですが、しばらくして、大師の山門前の和菓子屋の旦那さんに声を掛けられ一緒に店を始めることとなりました。父も葛餅の経験はなかったようですが、旦那さんと一緒に試行錯誤して研究を重ねたようです。

小さな店から始まりましたが、今では大きな店になっています。2人でずつとやってきたのだからと、旦那さんがすごくよくしてくれました。父の希望でもあり、月1回でも2回でもよいからと、動けなくなるまで働かせてくれ、83歳で亡くなるまで父はそこで働き続けることができました。

母は裁縫ができたので、着るものの修繕などをして生計の足しにしていました。が、電気や水道代の支払いが滞りがちで、集金が来ては居留守をよそおって隠れていました。でも電気や水道を止められる前にはなんとかできていたようです。

私は、川中島小学校・川中島中学校に通いました。着るものがなくいつも同じ服でした。他の子と違って着るものに差があるのだからと感じていました。学芸会するとき、先生から役に近い衣装はないかと尋ねられました。持っていないと答えるしかありませんでした。

遠足や修学旅行の思い出もありません。遠足も修学旅行もお金を出してくれと親に言えず参加できなかったのです。同じような境遇なのか、教室で自習している子が他にも何人かいました。

生活が苦しく、早く働きたくかったので、進学は考えませんでした。しかし大人になって社会に出てみると、つくづく勉強が大切だと感じました。あの戦争が起きていなかったら、進学するなど違う人生があったかもしれないと考えます。

テレビを見ていて、戦争がまるでゲームのように軽く扱われているのは気になります。戦争は犯罪です。いかなることがあっても戦争を起すことはならないし、止めなければなりません。いつまで馬鹿なことをやっているのかと思います。