

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

10月号



川崎医療生協の現状

――〈8月末〉――
組合員 40,647人
出資金 1,517,171,000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。

川崎医療生協 恒例の“知ってもらおうキャンペーン”

秋のお祭り盛りだくさん!

10月 11月

～川崎市内各地で健康まつりを実施～



大師高校ダンス部が舞台を盛り上げます



地元の大師中学校の吹奏楽部

「健康まつりを通じて、地域とつながろう」と、川崎医療生協では毎年10月、11月に「知ってもらおうキャンペーン」を川崎市内で展開します。「健康まつり」「ふれあい健康まつり」という名称でさまざまなイベントや無料の健康チェックを行います。昨年までは、「コロナ禍で開催できないところもありましたが、今年は5カ所で開催予定です。新たな組合員の募集や増資のキャンペーンも行っています。」

大師公園では 高校ダンス部も出演

10月26日に、川崎医療生協発祥の地である川崎区の大師診療所近くの大師公園では、5年ぶりにお祭りを開催します。今までは「大師ふれあいまつり」として行っていました。今年「健康まつり」と名称を変えて開催します。

今回、特に注目したいのは地元の市立大師中学校吹奏楽部と県立大師高等学校ダンス部が出演することで

す。どんなパフォーマンスで盛り上げるのか、注目されています。舞台での催しがあり、組合員や地域の団体が出店します。また、年齢や体組成のチェックや歩行をAIがチェックする歩行テストも行われます。

職員が演奏

10月27日には、麻生区にあさお診療所の駐車場で「あさを健康まつり」を開催します。診療所内でも、組合員の作品展や、輪投げなどのキッズスペースも設けられます。

バナナの たたき売り

幸区の川崎セツルメント診療所の近くにある、古市場第5公園では11月3日、「セツルふれあいまつり」が行われます。和太鼓の演奏や、バナナのたたき売りや、子ども向けにはバルーンアートや、木端を使って工作するコーナーなどがあります。

駐車場では健康チェックコーナーや、パルスステム神奈川の試食コーナーのほか、同診療所の松原美保看護師長が、吹奏楽の仲間と一緒に演奏します。昨年の演奏では、聴衆から大きな拍手が寄せられました。

川崎医療生協の健康まづくり推進部では「近くのお祭りに遊びに来てくださいます。健康チェックはもちろ

健康まつりスケジュール

日時	名称	場所
10月20日(日) 午前10時～午後0時	多摩支部 三二健康まつり	中野島中央公園 多摩区中野島5-2
10月26日(土) 午後1時30分～4時	大師健康まつり	大師公園 川崎区大師公園1
10月27日(日) 午前10時～午後0時30分	あさお健康まつり	あさお診療所 麻生区上麻生2-1-10
11月3日(日) 午前10時～午後1時	ふれあい健康まつり	古市場第5公園 幸区古市場2-84
11月10日(日) 午前10時～午後0時30分	小田地区健康まつり	京町1・2丁目 多目的広場 川崎区京町2-24-8



あさお診療所のキッズスペース

2024 第1回 大師健康まつり
10月26日(土) 雨天中止
13:30~16:00 大師公園 緑陰広場

13:30 各店舗開始 14:55 和太鼓 (祝歌)
14:00 大師中学校吹奏楽部 15:15 およこっこと体操
14:15 開会あいさつ 15:35 大師高校ダンス部
14:35 エイサー (祝歌エイサー) 16:00 終了

健康チェック
体組成測定
血圧測定
骨密度測定
生活習慣病チェック など
医療・介護相談

キッズコーナー
Peace Action
作品展
手作り品バザー

フリーマーケット
出展料500円
出展申込は
こちらから
定数達し次第締め切

主催 川崎医療生活協同組合 大師健康まつり実行委員会
共催 川崎協同病院 大師診療所
協賛 川崎市健康推進部 大師インナー南大師・大師中央・大師フレンド
協賛 生活協同組合のネットワーク おおし・ふれあい・スター・サン・電 福祉協同サービス
協力 川崎市健康推進部 川崎市健康推進部 川崎市健康推進部
協力 かりん 川崎すみれ薬局 大師薬局
問合せ 大師診療所 044-266-5744 / 健康まづくり推進部 竹原 090-8643-0657

先着500人はずれなし

川崎医療生協では、健康まつり以外に、パルスステム神奈川との共催で「モルック体験&健康チェックの会」「モルック大会」などを開催します。

先日、スーパーの帰り道で、買い物袋をいっぱい入れたシルバーカーを押し歩いていて、人に会いました。その人が、道の反対側に渡ろうと車道に出たところ、シルバーカーが倒れてしまい、私は思わず手を出してシルバーカーを起こしました。このシルバーカーは、この人には重すぎたのではないかと思いましたが、その人は、歩行器のようにシルバーカーに頼りながら歩いて行きました。

最近よく見るシルバーカーが歩行器とどう違うかを福祉環境の本などで調べてみました。シルバーカーは荷物の運搬補助器具で横揺れや段差に弱い。「歩行器」は歩行の補助器具で、ハンドルがしっかりとって体重をかけるられるようになっていて、と書いてありました。

「長く歩くのが辛いなあ」と思ったら、「地域包括支援センター」に相談してみるといいかもしれません。「歩行器・杖」などは、介護保険認定の「要支援I」から利用でき、レンタルなら月200円から。自分の身長や使い勝手に合ったものを(デザイン・ハンドル・自動ストッパーやブレーキなど)使ってみるとよいのではないのでしょうか。

編集委員 須佐 美智子

青い空

子宮頸がんワクチン接種に救済措置!

1997年4月2日～2008年4月1日生まれが対象

10月なら間に合う
公費での接種



協同ふじさきクリニック 副所長 阿部 靖子

現在は9価の
ワクチン

子宮頸がんの原因となるヒトパピローマウイルス(HPV)の感染を防ぐHPVワクチンの予防接種は、2013年4月から定期接種に指定され、小学校6年生から高校1年生(おむね12歳から16歳)の女性が対象となっています。

接種していても
子宮頸がん検査を!

また、やむを得ない事情がある場合には、2回目は1回目接種から1ヵ月以上、3回目接種は2回目接種から3ヵ月以上を開けて接種が可能です。10月中に接種を開始すれば公費での3回接種が間に合います。

現在使用されている最新のワクチンは、9価ワクチンという9種類のタイプのウイルス感染に高い予防効果を持つもので、子宮頸部浸潤がんの88・2%を予防できるといわれています。

HPVワクチンは、すでに感染しているウイルスに対しての予防効果はありません。子宮頸がんの原因となるHPVは200種類以上あるので、性交渉がある女性の約8割は何らかのウイルスに感染していると考えられます。そのため、HPVワクチンを打っていても、子宮頸がん検査が必要

極的な勧奨が差し控えられていたことから、多くの女性が定期接種の年齢での接種機会を逃しました。そこで対象年齢を超えた1997年4月2日～2008年4月1日生まれの人を対象に、救済措置として公費(原則自己負担なし)による「キヤッチアップ接種」が2022年4月から2025年3月末日まで行われています。対象者には市区町村が「お知らせ」を出している

【お知らせ】今後しばらくの間、隔月で女性特有の健康課題について情報を掲載する予定です。

接種回数は
3回

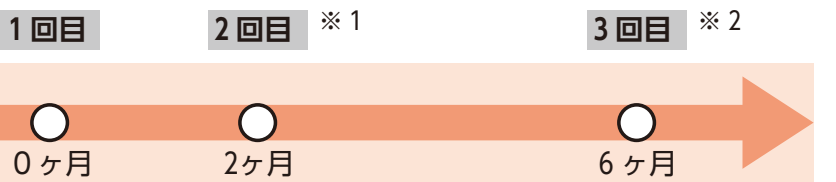
9価ワクチンは合計3回の接種が必要です(表)。初回接種ののち、2回目は2ヵ月後、3回目は2回目の4ヵ月後に接種します。

問い合わせ

協同ふじさきクリニック

電話 044-270-5131

接種スケジュール(9価ワクチンシルガード)



※1:2回目は1回目から1ヵ月以上
※2:3回目は2回目から3ヵ月以上

ご存じですか? 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。川崎医療生協では、川崎協同病院、大師診療所、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、川崎セツルメント診療所、坂戸診療所、久地診療所、介護老人保健施設・樹の丘、あさお診療所の10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。まずはご相談ください。

問い合わせ 健康まちづくり推進部 (044-266-7532) まで



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 川崎セツル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

生命科学の歴史 人間の過去・現在・未来

第46回 人間修理の医学② サイボーグになろうとした2人



協同ふじさきクリニック 所長 桑島 政臣

2冊の本を読みました。1冊目、「ネオ・ヒューマン、究極の自由を得る未来」(ピーター・スコット・モーガン著/東洋経済新報社)。ロボット工学を学び、28歳で博士号を取得した彼はLGBTQであることで悩んでいましたが、良きパートナーと出会い幸せをつかみました。しかし58歳頃にALS(運動神経が障害され徐々に身体が動かなくなる難病)を発症し、症状は徐々に進行していききました。

その後は彼は侵された自らの臓器・機能を器械等に置き換え、完全サイボーグになることを決意しました。



NHKで紹介されたピーターさんとアバター

2冊目は「ハブリッド・ヒューマンたち」(ハリー・パーカー著/みすず書房)。ロンドン大学で美術史を学んだ後に、23歳で英国陸軍に入隊した著者は、ア

テクニカルな足を使用するようになった彼は、その異物との戦いから、サイボーグという呼び方は人間から遠ざかる言葉であり、自らをハイブリッド・ヒューマンと呼ぶことに決めた。

その視点から、インプラント、人工内耳、心臓の異種移植、脳情報のアップロードなどを調査し、「いずれ人間はサイボーグになり不死を達成できるかも知れない」と言う科学者の予測に違和感を持ちます。さて、人間修理の医学はまだまだ進歩しています。次回は「がんの治療」分野の人間修理について紹介します。

くらし・社会

コラム

時の風

マンション民主主義

新たに住宅を購入しようという人のなかには、戸建てにしようかマンションにしようかと悩む人は少なくないだろう。住宅雑誌などでは、しばしばこの二つを比較して、時と場合や場所に依じて、一方に軍配を上げるといった特集を組んでいる。もっともらしいが、これらはあくまで一般論で、人それぞれライフスタイルや価値観、財政事情によって、どちらがいいかは異なるので一般論に左右されない方がいい。

しかし、それでも知っておくべきなのは、戸建てとマンションでは、個人が所有するか集団で所有するか、という決定的な差があるということだ。とくに、認識が不足していると思われるのは、集団でマンションというひとつの財産を共有する際の問題である。

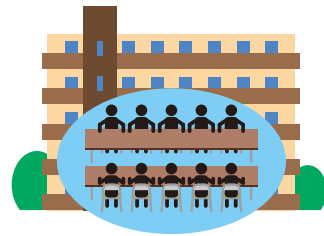
個人や家族の所有であれば、家の修理や改築や日頃の清掃などは、家族で決めればすむ。ここでも意見の違いはあるだろうが、それほど問題はない。

しかし、数十世帯となれば合意を得るのは簡単ではない。そのために、普通は共有者による管理組合が組織され、そのなかの理事会で主要なテーマを議論して、全体に諮り合意を得るというプロセスを経る。特に重要な問題は、組合員全員の参加による総会で決議をすることになる。

しかし、こうした一連の決定の仕組み(ルール)をよく理解している所有者もいる。また、自分の問題として積極的に関わりたい人もいれば、理解の度合いはともかく積極的に関わらない、あるいは他人任せの人もいる。選挙で言えば投票にはいかなかったが、結果についても特に文句も言わないという人だ。

さらに、積極的に関わらないにもかかわらず、結果に対して文句を言う人がいる。たとえば、敷地内の清掃や駐輪場利用などでなにか問題が発生したとき「〇〇で困った」

「しかし、こうしたい一連の決定の仕組み(ルール)をよく理解している所有者もいる。また、自分の問題として積極的に関わりたい人もいれば、理解の度合いはともかく積極的に関わらない、あるいは他人任せの人もいる。選挙で言えば投票にはいかなかったが、結果についても特に文句も言わないという人だ。」



10月からインフルエンザ予防接種開始

流行前にワクチン接種を

川崎医療生協組合員は特別料金で

10月から、インフルエンザの予防接種が始まります。流行する前に予防接種をすることで、重症化や合併症の発生を予防することが大切です。川崎市では、「例年1月末から3月上旬に流行のピークを迎えるので、12月中旬までのワクチン接種を検討してほしい」と呼びかけています。

接種希望者は、最寄りの川崎医療生協の病院・診療所に相談してください。医療機関ごとに接種

できる年齢や、事前予約の有無が異なるので、下記の一覧表(表1)を参考に問い合わせください。

川崎市は、65歳以上の高齢者や、60〜64歳で障害者等級1級程度の障害(心臓・腎臓・呼吸器・HIVの機能障害に限る)を持つ人について公費で助成しているの

で、接種時に加入している人は、接種時に加入することもできます。組合員になるための出資金は、(1口)500円からですが、3000円でお願

高齢者などには公費接種

川崎市は、65歳以上の高齢者や、60〜64歳で障害者等級1級程度の障害(心臓・腎臓・呼吸器・HIVの機能障害に限る)を持つ人について公費で助成しているの

で、接種時に加入している人は、接種時に加入することもできます。組合員になるための出資金は、(1口)500円から

ですが、3000円でお願

表1 インフルエンザ予防接種ができる川崎医療生協の病院・診療所

医療機関名	所在地/電話	対応年齢	事前予約
川崎協同病院	川崎区桜本2-1-5 044-299-4781	6カ月以上	要
協同ふじさきクリニック	川崎区藤崎4-21-2 044-280-6545 (予約直通)	16歳以上	要
大師診療所	川崎区大師町6-8 044-266-5744	6カ月以上	要
京町診療所	川崎区京町2-15-6 神和ビル 044-333-9516	6カ月以上	要
川崎セツルメント診療所	幸区古市場2-67-8 044-544-1601	6カ月以上	不要
坂戸診療所	高津区坂戸1-6-18 044-822-2710	小学生以上	要
久地診療所	高津区久地4-19-8 044-811-7771	1歳以上 (0~1歳は要相談)	不要
あさお診療所	麻生区上麻生2-1-10 044-951-3940	6カ月以上	不要

表2 川崎医療生協のインフルエンザ予防接種料金

	一般	組合員
川崎市民で65歳以上、または60〜64歳で障害者等級1級程度の障害がある方(心臓・腎臓・呼吸器・HIVの機能障害に限る)	2300円	
65歳以上の公費対象者の2回目の接種	4500円	3600円
13歳以上64歳以下	4500円	3600円
13歳未満	1回目	4000円
	2回目(セット引)	3600円

※税込みの金額です。

「法律に基づく支援給付の対象者は、無料で受けられます。無料となる場合は証明

する書類が必要になります。詳しくは、病院・診療所の窓口で尋ねるか「川崎市インフルエンザ予防

接種」で検索、もしくは川崎市予防接種コールセンター(044-2000-0144)に問い合わせください。

「また、同じ日本社会での管理・運営は、社会全体が民主的に運営できているかを映す鏡ともいえる。(波)

「考えてみれば、社会には、自分のものと他人のもの、ほか数多くの公共財産という「みんなのもの」がある。これをどううまく管理・運営するかは、分譲マンションの管理・運営と共通する

「例えば、同じ日本社会での管理・運営は、社会全体が民主的に運営できているかを映す鏡ともいえる。(波)

からだにやさしい料理 第67回

発酵食品を食べよう! ⑱

★きのこ豆腐の塩麴スープ★

川崎協同病院 栄養科調理師 盛長 義文



【材料】(3人分)

- 絹ごし豆腐.....90g
- えのきだけ.....60g
- しいたけ.....60g
- しめじ.....60g
- 水.....390ml
- コンソメ顆粒.....3g
- 塩麴.....6g
- 塩.....0.6g
- 黒こしょう.....少々
- 乾燥パセリ.....少々

1人分 38kcal たんぱく質3.4g 塩分0.9g

【作り方】

- きのこ類は石づきを取り、えのきだけは半分に切り、しいたけは1mm幅の薄切りにする。しめじは手でほぐす。豆腐は1cm角に切る
- 鍋に水とコンソメを入れ、ひと煮立ちしたら、きのこ類と豆腐を入れて、塩麴を加え5分ほど煮る
- 塩と黒こしょうで味を整え、パセリをちらして完成

♥一口メモ: できたスープに、炊いたご飯と溶き卵を入れて、雑炊にしてもおいしい



組合員の広場

5年ぶりのビール工場

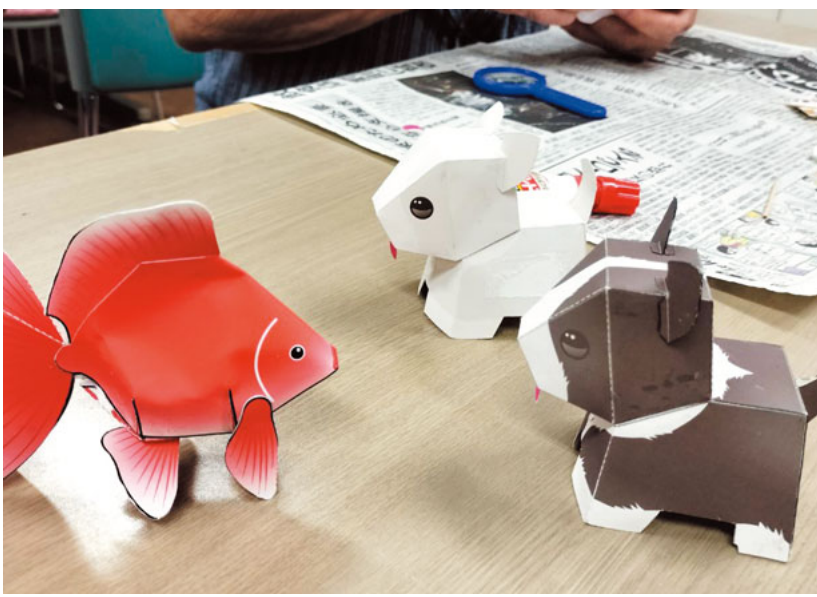
京町支部恒例のキリンビール工場見学が、7月17日に5年ぶりに行われました。組合員14人が京急八丁駅に集合し、電車に乗って生麦駅に向かいました。そこから徒歩10分、ウェルカムゲートを潜ると「KIRIN」のロゴが出迎えてくれます。はじめにビジュアルシアターでKIRINの歴史や商品の紹介映像を観て、その後約40分で工場を見学しました。



まずは工場見学

親子ペーパークラフト教室

8月14日、協同ふじさきクリニック内のさわやかルームで、藤崎北支部のペーパークラフト班主



こんなかわいいのをつくっています



やっぱりコレ！

の試飲が始まりました。一杯目の一番搾りのビールを味わい、また三種類（一番搾り生ビール・一番搾りプレミアム・一番搾り黒生）を飲み比べました。その後、お土産を買ってから川崎駅に向かい、そこで昼食を食べました。楽しい工場見学会でした。参加者からは「来年もキリンビール工場見学会に行きたい」という声がかれました。

京町支部 瀧沢 由紀子

見学終了後は参加者が最初に小麦・ホップな

楽しみにしていたビール

催の「親子ペーパークラフト教室」を行いました。暑さのためか人が集まらず、少人数で始まりました。進むにつれて、みんな集中して黙々と作っていきます。難しく作りにくいものは、お互いに助け合い、完成した時には笑顔がこぼれていました。参加者からは「また、参加したい」と、感想がありました。

12月11日午後1時から開催の予定です。ク



みなさんも一緒にやりませんか？

ふるさとかわさき夏まつりに参加

8月23日から24日に渡田第二公園で開催した「ふるさと川崎夏まつり（同実行委員会主催）」に、24日のみ、駅前支部が握力チェックで参加しました。



小学生から大人まで健康チェック

会場に来ていた老若男女の約50人が握力チェックに参加しました。

川崎駅前支部 稲毛 真子

参加しました。チェックに来た小学生の男の子5人が「もう一度やらせて！両手でやりたい」と大盛り上がりでした。また、大人の男性のチェック結果は平均年齢に近い数値になっていました。

健康マージャン班員を募集

長尾堰支部のすずめ班は、「脳トレーニング」と称して、健康マージャンをしています。経験者にアドバイスをお願いしながら班の進め方などをみんなで相談しながら楽しんでいきます。

座って頭をちよつと使いながら、横には「アガリ役一覧」「図解説明表：超カントンにわかる麻雀入門」などを置きながら、楽しんで

長尾堰支部 小野寺 サワ子

毎年恒例 ペットボトル体操

池上新町支部の年間行事の一つ、である加藤千恵子健康運動指導士によるペットボトル体操を9月9日、川崎区の真加公園で開催しました。秋に入ったとはいえ午前10時には日差しも強く、太陽の下では熱中症の危険もある暑さなので緑陰の木漏れ日の下でペットボトルを使った体操に1時間ほどとりくみました。



今年も元気にみんなで体操！

毎日グラウンドゴルフを楽しんでいる、老人会の人たちを中心に11人が参加しました。池上新町支部の支部長である私が、ペットボトル体操の途中で、ベンチから「大丈夫？」と声を掛けられ、心配させてしまいました。これからも支部で元気になる活動を企画していくと話しています。

池上新町支部 野村 真孝



教えてくれる人、一緒にやる人大募集！

組合員の広場

歩いて健康づくり・地域再発見 防災ウォークラリー



第5回

今年も、川崎区の協同地域で「ウォークラリー」を開催します。主催は、協同地区事業所利用委員会や、区内の事業所で、川崎区役所が後援しています。

今年のテーマは「防災ウォークラリー」で、ウォークラリーシートには協同地区の中の地下雨水流出抑制施設や、避難所などに関連したクイズが10問掲載されています。この10問のクイズから、3問以上回答してシートに記入し、郵便かFAX、もしくは川崎協同病院や、生協歯科クリニック、協同ふじさきクリニック内に設置した専用ポストに投函してください。

参加者全員に景品が贈られるほか、全問正解した人には抽選で、特別賞が贈られます。

ウォークラリーシートは、協同地区の人には、新聞「川崎医療生協」に折り込まれています。協同地区以外の人で欲しい方は、下記に記載してある、健康まちづくり推進部に連絡してください。

京町診療所移転リニューアル！

いつでも誰でも相談できる診療所

2022年の総代会で、京町診療所をリニューアルを目指す施設のひとつに挙げ、2023年に、川崎区日進町に候補地が見つかりました。

新しい京町診療所は、2026年の春ごろにオープン予定で組合員と職員による建設委員会が基本設計などの準備をすすめています。

また設計だけでなく、地域の組合員にも知らせていこうと、9月14日には、日進町の担当支部、駅前支部の二ニューズ配付者へ訪問行動を行いました。駅

前支部の運営委員3人、地域理事、職員を入れて6人で訪問しました。駅前支部では毎月1回、訪問行動を行っています。

9月21日には、地域理事が「建設運動は、まず現場を見ないと始まらない」と〇〇に参加を呼びかけ、JR川崎駅から建設予定地まで歩き、建設現場で、建設委員会委員長の鷲北栄治理事が現段階の建設の進捗状況を説明し



これから工事が始まる移転先を理事が視察

期間：10/14(月)～10/31(木)
提出期限：11/11(月)まで

主催：川崎医療生活協同組合 協同地区事業所利用委員会
(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)

第5回 歩いて健康づくり・地域再発見 防災ウォークラリー

期間：10/14(月)～10/31(木)
提出期限：11/11(月)まで

★体力・体調に合わせて、無理をせずに取り組みましょう。
★すべてを1日で揃えず、数日にかけて歩きましょう。
★参加費無料。参加の旨を伝えて歩きましょう。
★賞品抽選。十分な参加人数を確保して取り組みましょう。

このシートは、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など配布中。

記入方法
記入欄に記入
専用ポストへ提出
郵便・FAXも受付
参加費0円
参加費0円

賞品は抽選で1日1回
抽選は10/31(木)午後1時

※210-0004 川崎区日進町4-2-1-1
川崎協同病院 協同地区事業所利用委員会
健康まちづくり推進部
電話：044-266-7532
FAX：044-266-7533
受付時間：9時～17時

記入欄
氏名
住所(住所・電話番号)
ひとこと

主催：川崎医療生活協同組合、協同地区事業所利用委員会、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、川崎区役所、川崎区健康増進課

ウォークラリーの
問い合わせ
健康まちづくり
推進部
電話 044-266-7532

◀今年のウォークラリーシート

子どもを信じて

9月15日、川崎区日進町の川崎市教育文化会館で、川崎医療生協の組合員でつくった「ぶれ〜ん 不登校を考える親の会in川崎区」が実施団体となつて「不登校をみんなで考える〜ひとりでも悩まないで〜」と題した講演会を行いました。

講師は、多摩区登戸にある「ユニバーサル服飾高等学院」の栗田佐穂子学院長です。

栗田さんは56年間、服飾の教師としていろいろな子どもたちと向き合っている。不登校だった子どもに自信を取り戻させる教育を実践してきました。

栗田さんは講演の中で、起立性障害の子どもや、中学校では優等生だ

たが突然不登校になった子ども、読み書きに障害のある子と向き合ってきた事例を通して、「子どもたちは『誰かに認められたい』という思いをもっている。その子を褒めて、認めて、自信をつけさせていくと、段々と他人に関心を持つようになり、やる気が出てきて笑顔になっていく。家族のみなさんが、子どもの話すことを批判せず、子どもを信じることによって、子どもは安心して、笑顔が生まれてきます」と話しました。

栗田さんは講演の中で、起立性障害の子どもや、中学校では優等生だ



班会日誌

8月度 29支部 88班 530人

支部名	人数	活動内容	人数	支部名	人数	活動内容	人数
大師東支部	7	健康マージャン	16	ひまわり	6	折り紙星型飾り	4
チーム中瀬	7	池上新町支部	4	京町支部	3	健康について	11
南大師支部	5	ひまわり	9	さくら	3	健康麻雀、将棋	4
茶の実	9	手芸	12	なかよし	4	茶話会	5
露草の会	3	額入り花飾り	6	ロード	3	ロード班、外歩きなし	4
大師中央支部	12	踊り	3	手芸	11	お茶会	4
カミツ	3	桜本支部	8	雀(すずめ)の学校	11	会員の安否確認とおしゃべり	4
レインボーの家	3	黄金	4	川崎駅前支部	3	シネマ	7
わろてんか	3	大島支部	8	IT	3	すずめ	7
東門前	3	あかり	3	あじさい	5	ダンベル	5
年金大師	4	すずらん	3	あゆみ	3	つれづれ	14
民商	3	深瀬	3	キャロット	5	ブラザ	13
大師フレンド支部	7	未摘花	3	なわて	6	フラワーレディス	8
おしゃべり	5	浜町支部	11	紅葉	5	楓ヶ谷	4
お絵かき	5	エチュード	4	南河原支部	4	癒しのお手玉	4
さくら会	5	クラフト	8	マウンテンヒルズ	3	しんぶんちぎり絵	3
ひまつぶし	3	プアカーネーション	4	モンチッチ	3	すみれ	4
リトルハンズ	7	ブルメリア	4	絵手紙	8	長尾塚支部	5
リフレッシュ	5	小田支部	4	古向支部	4	コスモス	5
リメイク	7	ころぼっくる	4	さくら	4	ひまわり	6
歴史班	6	ちよこつとウォーク	17	新川崎支部	15	第4長尾	6
藤崎北支部	9	ラジオ体操	3	やよい	5	歩歩路	4
健康麻雀	9	東小田支部	5	ラビット	8	宿河原支部	5
藤崎南支部	6	浅田支部	6	元美人	3	すこやかダンベル	9
モルック	9	おりづる	3	住吉支部	4	パークゴルフ	6
ライオンズ	9	けやき	6	モルック	6	多摩支部	6
観音支部	8	こまくさ	3	気功と太極拳	6	せんごく	6
あるこうかい	3	ばあばとじいじの手習い	3	小杉支部	4	麻生南支部	6
すみれ	3			T・S・M	4	お絵かき	6

へみんなどで楽しい班会(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

健診結果で
麻生区木ノ内せつ子(80)
先日川崎YMCAから委託された管理栄養士の訪問を受けた。昨年度の後期高齢者健診でBMI 20以下、質問表の項目に該当したからとのこと。そういえば郵便でそれに関する知らせがあったことを思い出した。1時間以上丁寧にいろいろ話されてその結論として、たんぱく質をもっと摂りま



防衛費より生活費
宮前区 佐藤寛(71)
日常、スーパーへ買い物に行く、猛暑や円安の影響で野菜や肉に米までも、食料品の値上がり痛切に感じる昨今です。年金生活者にとつては、厳しくさびしい食卓にならざるを得ません。政治家の皆さん、防衛費より生活費に目を向けて活動して下さいように切にお願いいたします。

セツルメント活動
幸区 小川智子
かなり昔ですが、セツルメント活動をしていました。若い人には、セツルメントのことを知らない方がほとんどでしょうね。古市場の地域の子どもたちと遊んだり、赤ちゃんのいるお宅を訪問したりしていました。

人を見かけじゃない
川崎区 S・S
先日、初めての病院に行ったときのこと、スマホの経路案内で調べて行ったのですが、分からなくなり途中若い女性の方3人に声をかけましたら、まるで私がいけないかのように目を合わせることもなく無視されました。4番目にスキンヘッドで大柄の30代くらいの男性に尋ねたところ、スマホで調べて分かりやすく教えて下さいました。人は見かけではないと実感しました。

パズルを楽しみに
川崎区 郷地淑子(71)
はじめてクロスワードパズルの残念賞をいただき、ありがとうございます。パズルを楽しみにしています。

モルックと健康チェック
参加しませんか
2023年から始まった、パルシステム神奈川との共催企画「モルック体験&健康チェックの会」が今年も7月からスタートしました。
モルックは、木の棒で木の棒を倒してピタリ50点になったら勝ち!という簡単なゲームで、初心者でもすぐに楽しめます。
健康チェックは、体組成・血管年齢・足指力・握力などのチェックをして、看護師から結果説明があります。
そして、11月には、モルックの全市大会を中原区の等々力緑地催し物広場で開催します。今年も、川崎医療生協とパルシステム神奈川が景品を準備しています。
問い合わせは、健康まちづくり推進部 ☎044-266-7532



絵本紹介13 思いでの
ぐるんぱのようちえん
作：西内みなみ 絵：堀内誠一

ぐるんぱは、ひとりぼっちの大きなぞう。いつもさみしくて泣いています。そんな姿を見かねたまわりの象たちに勧められて働きに出ることになりました。ビスケット屋さん、靴屋さん、ピアノ工場、自動車工場、どこでも一生懸命に働けど作るものがぐるんぱ用のサイズなので大きすぎ、何度も「もうけっこう」と言われてしょんぼりしてしまいます。そんなとき、出会ったお母さんに子どもたちの世話をたのまれ、大きすぎたビスケットはみんな食べられるおやつに、大きすぎた靴でかかれんぼができるように、子どもたちが喜ぶものや楽しく遊べるものを作ってみるとみんな大喜びしてくれました。それはやがてたくさんの子どもが集まるすてきな幼稚園になり、ぐるんぱはもうさみしくなくなりました。勇気を出してやってみれば何回失敗しても大丈夫、いろいろな経験の中から自分の居場所をみつけたぐるんぱに勇気をもらうのは、子どもたちだけではないでしょう。
編集委員 飯野 伸代



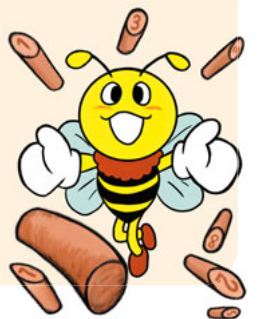
福音館書店 1100円(税込み)

「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。
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



●モルック体験&健康チェックの会
日時 10月19日(土)午前10時~12時※雨天中止
場所 東高根森林公園 ケヤキ広場
参加 無料 ※申し込み必要なし

●モルック大会&健康チェックの会
日時 11月24日(日)午前10時~午後3時
※雨天の場合は11月30日(土)になります
場所 等々力緑地 催し物広場
参加 無料 申し込み制で30チームまで
※個人での申し込みは受け付けておりません。
3~5人1グループでの申し込みです。
※11月11日が申し込み締切。申し込み多数の場合は抽選となり、当選者へ11月中旬に連絡します。



読者の広場

バスデーカード

川崎区 市原文子

4人の孫たちに毎年バスデーカードを送っています。ポストから自分宛てのカードを手にとり読んだ時の笑顔を思いながら文章を書いています。一年生の孫からひらがなのトメ・ハネ・ハラなどのチェックがあります。今さらですがいいいに正しく書く練習をしています。

孫と四国旅

中原区 由良直子(60)

夫と車の運転を交代しながら、小3の孫をつれて4泊5日、四国への旅をしてきました。鳴門のうず潮、大塚国際美術館、道後温泉と1700kmの車旅はけっこうハードでした。



プラステン運動

川崎区 竹内栄子(82)

8月号の「プラステン(十)運動」とても分かりやすく読み入ってしまいました。早速10から始めよう！を取り入れ

応募しましょう

中原区 寺西文字(76)

オリンピックを見ながらクロスワードを解きました。中原区に応募者が少ないので中原区の人た

パズル当選!

川崎区 加藤悦子(76)

先日、パズルに当選しました。本当に当選するんですね。いつも新聞を読むのが楽しみです。

防災用品が進化

川崎区 岩本千賀子(65)

地震や台風の備えで防災用品を買い直すことにしました。以前より保存期間が長く驚き、試食させてもらい、味が良くなっているのにも驚きました。今までは、期限が切れてから食べてみて、美味しくないと思う物ばかりでした。防災用品の進化にアップレです。

みんなが川柳

脳のごみお掃除できる掃除機欲しい
若者よシルバースーツで寝ないでネ
レジに来てサイフ忘れておあわて
つるつる指紋なくなり年を経て
高物価コロナ増税三重苦
駄菓子屋の如くに揃えて孫を待つ
雨戸あけ涼しき風のなつかしさ
お米屋さん臨時休業米無くて
里帰り孫が来たりて諭吉去る
「株」よりも「蕪」の値段が気にかかり



「諭吉」はもう去りつつあって、これからは「栄一」が去って行くのでしょうか。

編集部より
ひびくこと

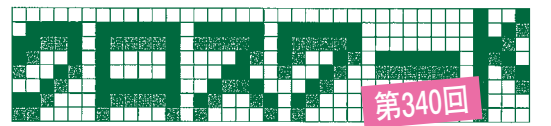
- 川崎区 みどばあば
- 川崎区 高橋佳子(83)
- 幸区 長澤昭子
- 中原区 西尾理恵子
- 中原区 菊地由貴子
- 川崎区 鎌田克子(74)
- 川崎区 かまじい
- 川崎区 プラママ(62)
- 川崎区 馬場昌子(56)
- 宮前区 佐藤寛(87)

マイナ保険証

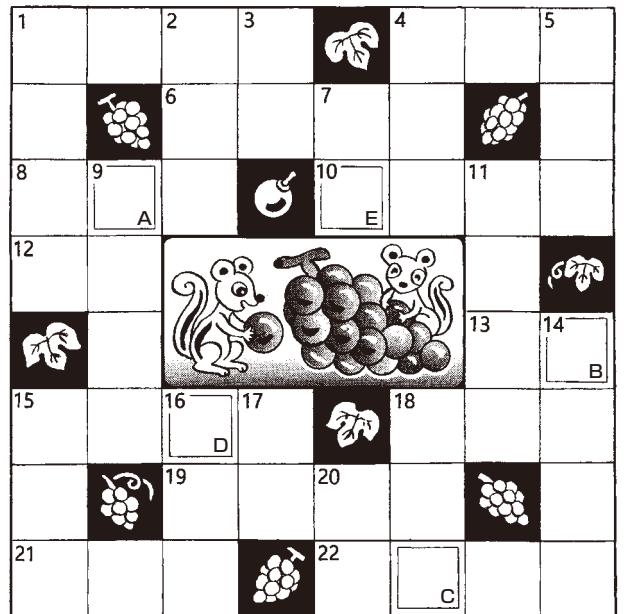
196 ほか



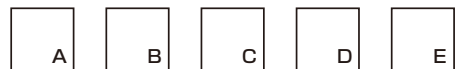
クロスワードパズルの余白に書かれた「内容」は、紙面に掲載させていただきます。ご了承ください



《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 machizukuri@kawaikyo.or.jp



目のカギ

① 竜胆「つて読めますか」
② マツタケにシイタケ。
③ 毒のある物も
④ 防寒や仕事のために手にはめま
⑤ メガネヘビ
⑥ とも言う毒蛇

⑦ 陸上から海洋へ向かって吹く季節風
⑧ 〇〇道。〇〇千家。
⑨ 〇〇声。足の〇〇
⑩ アダムスのリングとも言われる骨。〇〇仏
⑪ 能楽や狂言のもとなつた鎌倉時代の芸能アップの
⑫ 反対語

⑬ ネズミの形をしたコンピュータ
⑭ 頭のとっぺん
⑮ ガリバー
⑯ 〇〇〇〇記

⑰ 「丹前」とも呼ばれる綿を入れた防寒用の着物の着物
⑱ 〇〇声。〇〇毛。〇〇湯
⑲ レコード。世界新〇〇
⑳ 古めかしい。昔風。〇〇な考え
㉑ いがに包まれています
㉒ アマゾン川が流れる南アメリカの国
㉓ ナポレオンの辞書にはない言葉
㉔ 敏感の反対語
㉕ 秋の味覚です
㉖ 〇〇窓。
㉗ くもり〇〇〇
㉘ 鶴やキリンは長い
㉙ 勝負で打ち倒す。相手を負かすこと
㉚ 牛にあつて馬にないもの

タテのカギ

① 手塚登美子 (多摩区)
② 志岐チエ子 (多摩区)
③ 加藤岱艶子 (麻生区)
④ 《敬省略》

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10月25日、発表は12月号紙面に掲載します。

《送り先》
〒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

解答と当選者

338回

答え「カミナリグモ」

ス	シ	ア	ワ	オ	ド	リ
イ	ナ	カ	リ	カ	ゴ	セ
カ	ラ	ヨ	ウ	エ	ウ	ン
ワ	ラ	ウ	ヨ	エ	ウ	ン
ス	ナ	モ	ウ	タ	ロ	キ
ネ	ギ	ズ	ボ	カ	カ	キ

高橋陽子 (川崎区)
永井理以 (川崎区)
袴塚麻子 (川崎区)
竹永良子 (川崎区)
小林清子 (幸区)
寺西文字 (中原区)
山本菊子 (高津区)
瀧澤美恵 (高津区)
小沼樹 (宮前区)

応募要項

メールで応募の方もお名前、ご住所の記入をお願いします。

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

私の戦争体験(117)



伝えたい思い

橋支部 松本 久子 (高津区)



戦争が終わり、スカートがはける!

私は昭和13年1月生まれで、高津区橋地区に住んでいました。空襲があったのは小学校1年から2年生の頃です。家は農家で、都会に出た叔父や叔母の家族4家族が縁故疎開でわが家に来ていました。食べ物には困りませんが、一人っ子のゆんぴり育っていた私が、ゆんぴり食べていると、野菜をたくさん入れて量を増した雑炊鍋は見る間にすぐ空っぽになりました。でも大勢で食べる食事は楽しかったのを覚えています。



川崎市学童疎開記念碑 (生田緑地桐形山広場)

東京大空襲のような悲惨な状況にはなりませんでしたが、橋地区でも焼夷弾の集中攻撃で炎上したところが私の知る限りでは4カ所ありました。渡田小学校の学童疎開で来ていた高津区子母口にある蓮乗寺や、近くのはんこ屋さん、明津の住宅、蟹ヶ谷の専念寺にも焼夷弾が落ちました。専念寺では同じ橋小学校の生徒が足に大やけどをして、その後学校に来られなくなりました。

小学1年生の時は、空襲警報が鳴ると地区ごとに集まりました。おじさんが道に出てきて、「敵機はまだ富

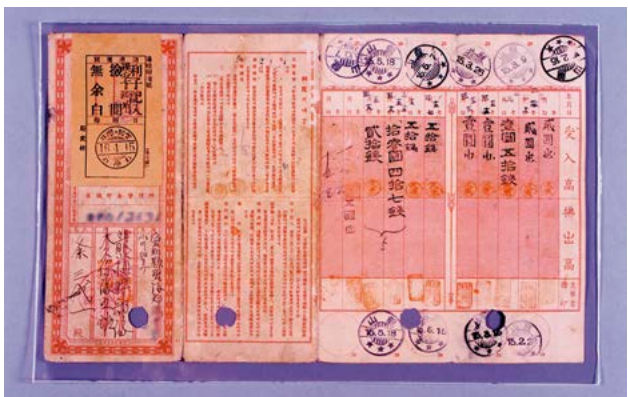
山だから急いで帰らなさい」と声をかけてくれました。その言葉にやっとならして、でも泣きながら走って家に帰りました。各家庭が防空壕を作って避難していましたが、大体畳二枚ぐらいの穴を掘って、上に板や竹を置いて土をかぶせた簡単なもので、爆弾が落ちたらひとたまりもありません。

我が家の隣に集会所があり、そこに軍人さん一家が越してきました。私の家にお風呂へ入りに毎日来るのですが、軍人さんは「もう日本は負ける。勝ち目はない」といつも呟いていました。

この戦争で二人の叔父を亡くしました。一番下の一郎おじさんは、成田の連隊に面会に行くとき必ず成田の栗羊羹をくれました。食わずに残しておいてくれたよ

ました。しかし、白木の箱の中は右ころでした。終戦の日、大人たちは、天皇陛下の玉音放送があるというのでラジオの前に集

うです。この叔父はピルマのブチドンというところで戦死しました。銃撃されてぶち抜かれた郵便通帳だけが戻ってきました。その後しばらくしてから「遺骨」が戻ってきました。当時は標準服と言って袂のない和装の上着と、下はもんぺというズボン風のもの履いていました。おばさんからいただいたスカートは履けないでいました。早速ダンスからスカートを取り出し、庭先の植木場へ持って行き、そっとはいてみました。その時の嬉しさは今でも忘れられません。



郵便貯金通帳 (出展: 平和祈念展示資料館ホームページ) 詳細はこちらから→



絵本コーナー (川崎市平和館提供)

川崎市では9月から10月をSDG Month (エス・ディー・ジーズ強化期間) と位置づけ、持続可能な社会の実現に向けた機運を高めるため、優れた取り組みへの表彰などのイベントを実施しています。川崎市平和館では、SDG 17の目標とSDG 達成に欠かせない多様性 (ダイバーシ

ティ) の実現に関連する絵本を集めた特設コーナー、「絵本につまった平和をさがそう」を設置しました。選ばれた絵本は29冊です。戦争や紛争のみならず、貧困や差別、環境破壊などを「非平和」ととらえ、平和を実現するための科学、平和学に立脚し活動を重ねている同館の姿勢を反映しています。絵本の特設コーナーは10月31日まで設置され、期間中だけでも自由に閲覧できます。入館・利用は無料で、受付に申し出れば、1回2冊まで14日間借りることが

川崎市平和館が10月末まで特設

SDGs、多様性を問う絵本コーナー

絵本につまった平和をさがそう

館長の北村憲司さんは、「子どもにも大人にも楽しんで読める絵本を通じて、多様な平和のあり方を理解してほしい」と思い、コーナーをつくりました。絵本のお話しをヒントに平和の大切さや難しさ、平和の実現に向けてどう行動したら良いかを考えてほしいです」と、来館を呼びかけています。

ピアノとサックスのスペシャルコンサート

ピキニ事件70年、第五福竜丸展示館で



ジャズをはじめ多ジャンルで業績を重ねてきたジャズピアニスト渋谷毅とフランスを中心に世界で公演するサクソ奏者の仲野麻紀が、10月19日(土) 東京・江東区夢の島の第五福竜丸展示館で、ピキニ事件70年のコンサートを開く。

「ジムノペティ」(エリック・サティ)、「ウスケダラ」(フォルクロレ)、「大漁歌い込み」(宮城県民謡)、「夜」(浅川マキ) など、バラエティーに富んだ曲を演奏する予定。午後5時開演(入場受付は午後4時15分)。大人3500円(ペアチケット6000円)、学生以下1000円、全席自由。申し込みは、メール (fukuryuma@msa.biglobe.ne.jp)、電話 (03-3521-1849) 、FAX (03-3521-2900) まで。



人気の健康チェック (2023年度)

人・社会・地域・環境に配慮した消費行動 (エシカル消費) について学びます。参加費は無料。午前10時半から午後3時半まで。

消費生活についての知識を市民に普及する川崎市消費生活展が10月26日、JR武蔵溝ノ口駅南北自由通路で開催されます。今回で60回を迎える同展は、川崎市と同市内で活動する消費者団体や生活協同組合などでつくる実行委員会が共同で開催します。

今回は「SDGs Act ion」次の100年に向けてエシカル消費を考えよう」をテーマに、展示や先着300人に参加賞がもらえるクイズラリーのほか、計量や野菜についての参加型企画、地元野菜の販売、消費者相談などを予定。現地で人気の握力・足指力・棒反応測定を行います。

エシカルな消費を考える

川崎市消費生活展が開催