

川崎医療生協

12月号



川崎医療生協の現状

組合員 40,575人
出資金 1,523,873,500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

川崎医療生協新聞

健康 平和 暮らし にフォーカス
読みやすく、親しみやすく

創刊700号!



1968年5月1日発行の第24号

本紙、川崎医療生協新聞は、今月で700号を迎えます。1966年の創刊から今日まで、多くの組合員が発行から配付までを担い、地域に根ざした団体が発行する新聞としては異彩を放っていました。本紙の歴史と紙面制作から配付までのしくみなどを紹介します。

現存するものとも古い本紙の号は、1968年5月1日発行の第24号(総代会議案書特集)で、創刊からまもなくは発行の状況がはつきりしません。しかし月刊で発行されたことと、第1号は、川崎医療生活協同組合設立総会(1963年7月10日)から3年後の1966年6月1日となりません。当初は紙面は一色刷りで、1993年にカラー紙面が登場、2014年11月号から現在のようフルカラー全号8ページ建てとなり、より一層読みやすさと

人気連載が定着

紙面の企画から発行までは機関紙編集委員会が担っ

ていますが、記事や漫画、挿絵の製作者は、編集委員、組合員、職員などで、その数は毎号20人に及びます。また、「読者の声」や「みんなで川柳」には、毎号おおよそ20人の投稿が掲載されています。

地域を見守る配付者

川崎医療生協新聞は、3000人のボランティアが「おたふくさんのマンガ」が16年、「伝えたい思い私の戦争体験」が10年、「みんなで川柳」が6年、「みんな川崎これも川崎」が5年です。



長年配付している押野茂さん

みんなの力で700号

川崎医療生協が生まれてから73年、多くの組合員や職員の努力が、新聞「川崎医療生協」の紙面を飾ってきました。私は9年ほどこの新聞づくりに携わってきました。当初、読者から届く手紙は毎月100通程度でしたが、今は毎月200通を超える読者がはがきやメールで感想や、日々あった出来事を伝えてくれます。これからも、川崎医療生協新聞は全国紙ではとりあげないような川崎を中心とした情報や、地域で活躍する組合員や職員の努力を掲載し、組合員だけでなく、地域の人にも読まれる新聞づくりをすすめます。

編集長 城谷 創一



紙面のレイアウトをする(きかんし印刷)

高い技術で美しい紙面を

本紙の制作にあたっては、紙面のデザ

インや印刷は(株)神奈川機関紙印刷所(きかんし印刷)横浜(金沢区)に委託しています。同社では力

後期高齢者医療が始まった



2008年4月に始まったおたふくさんのマンガ・第1回

特に原因となる病気がないのに生理痛がひどい場合は「機能性月経困難症」といい、若年層に多くなっています。痛みの原因となる病気がある場合は「器質性月経困難症」といい、その原因疾患の多くは子宮内膜症や子宮腺筋症です。月経がづらいと感じている場合にはまず婦人科を受診して

まずは原因を調べて

閉経の平均年齢を12歳、1カ月に1回月経が規則的に来た場合、合計約450回月経があることになり。また、1回の月経が7日間続くと仮定すると、女性の一生のうち、8年9カ月が月経中という計算になります。

8年9カ月が月経中

生理痛で悩んでいる人は、生理前から憂鬱になり生理が始まると痛みとの戦い……。これを毎月がまんする必要はありません。診察を受けることで、それぞれにあった対処法が考えられます。

がまんしなさいで！ つらい生理！

月経の期間を少しでも快適に

協同ふじさきクリニック副所長

阿部靖子



薬での治療も

原因を調べる必要がありません。原因によっては手術が必要になることもあるためです。

薬での治療方法はさまざまです。低用量ピル、黄体ホルモン製剤、子宮内黄体ホルモン徐放システム（ミレーナ）、鎮痛剤、漢方などです。それぞれの薬剤の

メリット・デメリット、患者の年齢やライフスタイルなどから、その人にあった治療薬を選択していきま。主治医とよく相談して治療方針を決めてください。



よくある質問と回答



Q 低用量ピルを使うと将来不妊症になりやすい？

A いいえ、ピル内服中は排卵を抑制しますが、内服を中止すれば排卵は回復します。

Q 痛み止めが効かない。

A 強い痛みが出てから内服しても薬が吸収されるまで時間がかかります。月経がきそうな予兆（そろそろ来る時期、少量の出血、軽い腹痛など）の時点で痛みが強くなくても鎮痛剤を早めに使ってみてください。月に1～2日間程度であれば薬が効きにくくなる、ということもありません。

Q 生理中より生理前の方が体調が悪く困る。

A 「月経前症候群（PMS）」や、その中でも特に心の不安定さが強い「月経前不快気分障害（PMDD）」の可能性がります。低用量ピルの他、少量の抗うつ薬が有効な場合があります。

やさしい 生命科学の歴史 人間の過去・現在・未来

第48回 人間修理の医学④ iPS細胞による1型糖尿病の治療



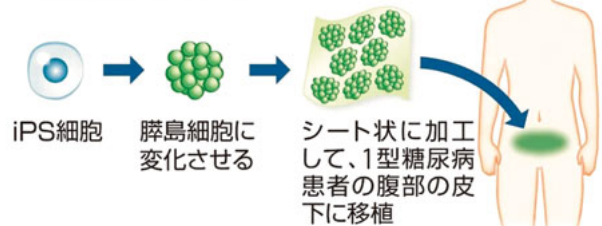
協同ふじさきクリニック 所長 桑島 政臣

高血圧・糖尿病・脂質異常症（高脂血症）は生活習慣病とも呼ばれ、多くの人々を苦しめています。薬学の進歩により良好にコントロールされるようになりました。しかし残念ながら一生薬を飲み続けなければならず、内服をやめるともとに戻ってしまいます。糖尿病には1型と2型があり、1型糖尿病は生活習慣とは無関係に発症する病気で、インスリン注射を打ち続けなければ死んでしまいます。膵臓にあるインスリンを作る細胞（膵島細胞）が壊れてしまうのが原因です。日本には10万人から14万人が1型糖尿病にかかっていると言われています。

iPS細胞による治療

iPS細胞とは「多能性幹細胞」とよばれ、いろいろな細胞に分化する能力を持った細胞で、2006年に京都大学の山中伸弥教授らが作成に成功し、2012年にノーベル賞を受賞しています。京都大学から出された、健康人から作成したiPS細胞を膵島細胞に変化させ、数センチメートル四方の細胞シートにして患者の腹部の皮下に移植するという治療計画が承認され、来年の2月に最初の手術が行われる予定です。

iPS細胞から膵島細胞を作って治療するイメージ



読売新聞オンラインより

定です。現在でも健康な人の膵島細胞を1型糖尿病患者に移植する治療法があり

が不足していることなどが問題となっています。「ミクロの決死圏」というSF映画があります。通常の外科手術が困難と診断された患者の体内に、手術担当員を細菌大に縮小して送り込み、内側から手術をするというストーリーです。この作品は1966年のアカデミー賞を2部門受賞しています。人間を細菌大に縮小するのはむずかしいとしても、現在、人間の体内で活躍するナノサイズの分子ロボッ

ますが、通常の臓器移植と同様に免疫抑制剤を内服する必要があります。提供が達していくと思われま

マイナ保険証 じゃなくても

大丈夫!



12月2日から現行の保険証の新規発行がなくなりますが、マイナ保険証に変更しなくても、今まで通り医療機関にかかることはできます。

現在、現行の保険証を利用している人は、保険証の有効期限が切れるまで利用することができます。有効期限が切れた後は「資格確認証」が発行（マイナ保険証を持っている人へは発行されません）され、現行の保険証と同じように利用できるので、今すぐにマイナ保険証に切り替えなくても大丈夫です。

QRコードを読み取ると、神奈川県保険医協会のマイナ保険証に関するYouTubeの動画を見ることができます。

<https://www.youtube.com/watch?v=eqPns2L7Cn8>



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

コラム

時の風

格差と中流

これまでにない猛暑がつづき、過去最高の暑さを記録した今年の夏。そして寒暖差の激しい季節になったなど思っている、いきなり冬で今年もあとひと月となってしまう。春や秋のようなちよつとよい具合が少なくなつたが、これは気候だけでなく今の世の中を象徴しているような気がする。

今年を社会問題を中心に振り返ると、元旦に石川・能登地震が発生、御屠蘇気分は吹き飛んでしまった。なかなか復旧が

悪犯罪に手を染めるといふ実態が浮き彫りになった。

お金に困つたのは普通の市民も同じで、米の値段がいきなり上がるなど生活用品や食品の価格が軒並み上がり



円安による建築資材の価格の高騰だが、製造業など円安により業績を伸ばしている大企業は多く、一般に企業の賃上げが課題になるなか、こうした大会社の賃金は高い。

円安もあり海外からの観光客は増え続け、日本人には多少高く思えるものでも安いと言つて喜んでいて。かつて日本人観光客が海外旅行をして「安いね」と言つていたのと同じだと思つくと、複雑な気持ちになる。

大企業の賃金に比べ、社会のエッセンシャルワーカー、とくに福祉の仕事につく人たちの賃金は低い。超高齢社会が常態化しているなかで、人手不足は深刻な一方で十分な報酬が得られず、だれもが将来必要とする高年齢者福祉、医療の現場は危機的な状況にある。

とくに地方はこれに長年の課題である過疎問題が加わる。廃校となる学校は増え続けるなど、ただでさえ

今年を社会問題を中心に振り返ると、元旦に石川・能登地震が発生、御屠蘇気分は吹き飛んでしまった。なかなか復旧が

悪犯罪に手を染めるといふ実態が浮き彫りになった。

お金に困つたのは普通の市民も同じで、米の値段がいきなり上がるなど生活用品や食品の価格が軒並み上がり

円安による建築資材の価格の高騰だが、製造業など円安により業績を伸ばしている大企業は多く、一般に企業の賃上げが課題になるなか、こうした大会社の賃金は高い。

円安もあり海外からの観光客は増え続け、日本人には多少高く思えるものでも安いと言つて喜んでいて。かつて日本人観光客が海外旅行をして「安いね」と言つていたのと同じだと思つくと、複雑な気持ちになる。

大企業の賃金に比べ、社会のエッセンシャルワーカー、とくに福祉の仕事につく人たちの賃金は低い。超高齢社会が常態化しているなかで、人手不足は深刻な一方で十分な報酬が得られず、だれもが将来必要とする高年齢者福祉、医療の現場は危機的な状況にある。

とくに地方はこれに長年の課題である過疎問題が加わる。廃校となる学校は増え続けるなど、ただでさえ

新連載

淡々と前向きに

谷田部さんの「パイパーズ日記」

退院して1階に引っ越し(1)



谷田部洋子さん

本紙の編集委員で医療生協の支部運営委員の谷田部洋子さん(高津区、82歳)は、2月に脳梗塞で入院、治療・リハビリを経て6月に退院しました。それま

8月に1階に移れるという連絡が川崎市の住宅管理課からありました。ベッドとエアコンの移動を同じ日にしたいと思

調整しました。それが済んで1階に移り、他の荷物は後日、身内で運びました。

医療生協の支部の運営委員に復帰しましたが役割はかなり軽くしてもらいました。他の社会活動もできる範囲とし、多くの人々の協力のもとに続けています。

ヘルパーには週に2回、各1時間、掃除とゴミ出しをお願いしてい

です。デイケアは2カ所に週3回通っています。そのうち2回は午後のみで同じところで、1回は朝から夕方まで別のところ

です。家では入浴できないので、この3回で入浴をします。

介護関係の費用は1割負担で、1カ月1万5000円ぐらいです。介護保険料は9000円弱(2カ月分)です。買い物は、生協の週1回の宅配を利用しています。以前は食品のみでしたが、今は、雑貨、衣類、靴までカタログを見ながら注文しています。

高田馬場の歌声喫茶ともしびに月1回行くようになりました。ほかにも高津区の「COCOせらぎ」(自立共生型シェアホーム)や東京・狛江の「みんなの家」に行きます。ここは大熊啓さんの司会です。彼はおひさまフェスにも出演しています。歌を通して平和への

子どもが少なく中で子育て世代に影響を与えている。人口の減少と流出で空き家は増え、商店なども閉じたまま老朽化しても再生できないのが実情だ。その一方で、東京都だけは人口が増え、新しいものが次々と誕生している。

あえて社会問題を並べてみたが、こうしてみるとさまざまな意味で「格差」が生じ、広がっている。そしてこの格差は、やがて社会の分断を引き起こすかもしれない。日本社会が「一億総中流」と言われた時代があったが、気候と同様、中流という「ちよつとよい具合」の層がもつと厚くなつてほしい。

思いに共感します。川崎市民劇場も楽しみの一つです。先日は旧古河庭園にバラを見に行きました。

家族が同居していたらいろいろ心配され外に出も制限されるでしょう。歩けなくなつたり外に意欲がなくなつたりしたら、車で送迎してくれるデイサービスを頼るようになるのでしょうね。

でもそれまではデイサービスを利用することにしたいです。歌を通して平和への

思いに共感します。川崎市民劇場も楽しみの一つです。先日は旧古河庭園にバラを見に行きました。

家族が同居していたらいろいろ心配され外に出も制限されるでしょう。歩けなくなつたり外に意欲がなくなつたりしたら、車で送迎してくれるデイサービスを頼るようになるのでしょうね。

でもそれまではデイサービスを利用することにしたいです。歌を通して平和への



思いに共感します。川崎市民劇場も楽しみの一つです。先日は旧古河庭園にバラを見に行きました。

家族が同居していたらいろいろ心配され外に出も制限されるでしょう。歩けなくなつたり外に意欲がなくなつたりしたら、車で送迎してくれるデイサービスを頼るようになるのでしょうね。

でもそれまではデイサービスを利用することにしたいです。歌を通して平和への

思いに共感します。川崎市民劇場も楽しみの一つです。先日は旧古河庭園にバラを見に行きました。

家族が同居していたらいろいろ心配され外に出も制限されるでしょう。歩けなくなつたり外に意欲がなくなつたりしたら、車で送迎してくれるデイサービスを頼るようになるのでしょうね。

でもそれまではデイサービスを利用することにしたいです。歌を通して平和への

からだにやさしい料理 第69回

発酵食品を食べよう! (21)

★簡単チャバタ★

川崎協同病院 調理師 荒久仁寛

- 【材料】(4個分)
- 準強力粉 200g
 - 砂糖 5g
 - 塩 4g
 - 水 160ml
 - インスタントドライイースト 1g

- 【作り方】
- 1 水にドライイーストを振り入れ、泡立て器でよく溶かす
 - 2 ボウルに準強力粉、砂糖、塩を入れて混ぜる
 - 3 ②に①の水を少しずつ入れゴムベラでよく混ぜあわせ、材料が均一になればラップをかけ室温(20~25℃)で20分休ませる
 - 4 生地を端をゴムベラで持ち上げ反対側に折りたたむ作業を、ポ

- 5 ウルを回しながら4~5回繰り返す、生地をまとめ、ラップをかけて室温で20分置く
- 6 ④を冷蔵庫に入れて6~8時間発酵させ、生地が2倍に膨らんだら冷蔵庫から取り出し20分置く
- 7 生地の表面と台に強力粉(分量外)を振り、台にとりだした生地の底を優しく持ち上げながら20×25cmの大きさに広げる
- 8 生地を上下1/3ずつを折り畳み三つ折りにする。生地を軽くたたいて厚みを均一にし、裏返してスケッパーで4分割する
- 9 オープンシートを敷いた天板にくっつかないよう生地を並べ、すこしふくらするまで室温で30分発酵させる。発酵を待つあいだに、オーブンを250℃に設定し予熱する
- 10 生地の表面に強力粉(分量外)を振り、ナイフで斜めに切れ目を入れる
- 11 生地を置いた天板をオーブンに入れ、霧吹きで水を庫内に4~5回吹きかけてから、250℃に予熱したオーブンを230℃に下げて15分焼き上げて完成

♥一口メモ: やってみると意外につくりやすい食事パン。クリスマスにいかが

1個 199kcal たんぱく質5.5g 塩分1g



組合員の広場

大師公園に600人集まる

10月26日、川崎区の大師公園緑陰広場で、第1回大師健康まつりを開催しました。ステージでは、大師中学校吹奏楽部によるオーブニング演奏から始まり、荏原エイサー隊、和太鼓グループ笑鼓楽が登場、続いて小松トリーナーによる参加型の体操で盛り上げ、最後は大師高校ダンス部によるパフォーマンスで終了となりました。

つりを楽しみに行っていた「最近外に出てなかったが懐かしい人にも会えるからきた」などの声が聞かれ、医療生協組合員にとっては待ちに待ったお祭りとなりました。

健康まちづくり推進部 竹原亮

健康チェックでは、医学部で学ぶ奨学生が手伝いに駆けつけ、健康チェックやその結果説明で活躍しました。また、福祉協同サービスは、トルトという歩行分析ソフトを利用した歩行チェックを行いました。参加者からは「久しぶりのま



かっぱいしの和太鼓のパフォーマンス

静岡県三島へバス旅行

10月20日、溝ノ口支部主催で静岡県の三島へのバス旅行を開催しました。参加者は37人で初めて参加する人も5人いました。

流の一つ、柿田川の源流、柿田川湧水公園へ向かいました。1日110万トンの湧水量、1級河川で全長1・2kmの短さは、ともに日本一だそうです。

「ミニ健康まつり」を開催しました。血圧と体組成とおもしろ体力チェック、モルック体験を行いました。

10月27日、麻生区のあさお診療所で「あさお健康まつり」が行われ、100人が集まりました。

今年11月恒例のたかつ支部主催「骨密度と握力測定会」が11月1日に久地診療所で開かれました。

10月26日、JR武蔵溝ノ口駅南北自由通路で、川崎市内の消費者団体や生活協同組合が企画した「消費生活展」が開かれました。

毎年のたかつ支部主催「骨密度と握力測定会」が11月1日に久地診療所で開かれました。班の人々への声かけや「支部ニュース」を見て、18人が参加しました。

たかつ支部 吉岡 京子

三島大社では、事前に依頼していたボランティアガイドの案内で各所を見学したところ好評でした。昼食は「うなぎ割烹 御殿川」でうなぎを食べましたが、こちらを目標にしていた参加者もいました。

お買い物タイムもあり、参加者全員大満足で無事帰路へつきました。帰りのバスでは坂戸診療所のリニョールへの協力が訴えられ、「出資金でも協力するぞ」との声があがりました。

前日は夏日のような暑さだったのに、当日は今年一番の寒さとなり、参加者が少なかつたのですが、毎年ここで行われるミニ健康まつりを楽しんでいる人もいて、健康チェックの結果が昨年

と比較してどうだったのかを確認しました。また、木の棒で木の棒を倒して点数を競うモルックというゲームでは、初めての人も「楽しい！もう1回やっていい」などの声が聞こえました。

骨密度の測定後、数人ずつ健康まちづくり推進部の荒金崇二職員からの説明を受け、昨年の測定値と見比べ「少し改善されている」と喜んでる人、結果がよくなかつたのか「数日後に

受診予約しているので担当医と相談します」という人などさまざまでした。今年も握力測定も実施しました。

参加した85歳のある男性は「最近体力の衰えを痛感していましたが、今回の骨密度測定では同年代の平均

に比べ109%でほとんど握力も平均値より少し高かった。握力は全身の筋力の指標だそうで、こちらもひと安心しました」と話していました。

麻生の空に音楽が響く

ナーや、組合員の作品展のコーナーがあり、親子で楽しむ姿が見られました。今年の目玉は、KMCブラスバンドのメンバー11人による演奏でした。クラリネットやサクソフーン、トランペット、ホルン、ファゴット、打楽器などの演奏者がずらりと並び、クラシックから日本の曲まで幅広いジャンルの曲を演奏しました。

消費者被害防止への啓発キャラで困った人に手を差し伸べる「てるみくや」も参加し企画を盛り上げていました。

桜本支部 田島 美智代

棒反射、椅子スクワット、片足立ちなどのおもしろ体力チェックや、全身の筋力の程度を知る指標にもなる握力チェックをはじめ看護師による血圧チェックや健康相談が行われました。



注目を集めたKMC ブラスバンド

他のブースでは食や環境についてのクイズラリー、詐欺被害防止、色んなものを計測するコーナー等がある

に比べ109%でほとんど握力も平均値より少し高かった。握力は全身の筋力の指標だそうで、こちらもひと安心しました」と話していました。

川崎医療生活協同組合のコーナー



柿田川湧水公園 富士山の雪解け水がわいている

骨密度と握力測定

毎年のたかつ支部主催「骨密度と握力測定会」が11月1日に久地診療所で開かれました。班の人々への声かけや「支部ニュース」を見て、18人が参加しました。

たかつ支部 吉岡 京子



握力測定をする参加者



健康チェックコーナー

組合員の広場

書道展 開催中

浅田支部の「ばあばとじいじの手習い班」は、書道を愛する仲間です。みなさん書道経験は長いのですが、基礎から学び直すのも面白いのではないかと「教本で手習いをする」というのが班名の由来です。初めに立ち返って稽古の成果を広く見てもらおうと、12月28日まで、京町診療所横のコスモ薬局の「ふれあいルーム」で書道展を開催しています。



組合員の力作が並ぶ

す。「とても素敵な作品ができたので、多くの人に見てほしい」と、出展者は来場を呼びかけています。

浅田支部 鈴木みさ子

職員の研修で組合員宅を訪問

10月30日、川崎医療生協の職員の研修活動の一環として行われた組合員訪問活動の案内役として、池上新町支部の組合員が参加しました。

いくつかのチームに分かれて訪問をしました。が、川崎協同病院の臨床技師の職員と、松田祐加子健康まちづくり推進部員と組合員で回ったチームは、川崎区池上新町で二ユース配付に協力してくれている組合員宅を訪ねました。

職員が「協同病院の臨床検査技師です」と、明るく自己紹介をして医療生協の資料を渡したあと和やかに話は弾み、松田

池上新町支部 野村 眞孝



案内役として職員と組合員宅を訪問

私たちの食料は大丈夫...?



この夏の米不足や食料の自給率の低さから、食への不安・関心が深まるなか、川崎医療生協の麻生北・南支部の「食と農班」が主催して「食と農を考える集い」を10月27日に麻生市民館で開催しました。神奈川県内外から50人以上が集まりました。

集いでは、日本農業新聞の元社長で農政ジャーナリストの会長の日向志郎氏が「農家が減って...」

米不足になった」「異常気象や戦争で食糧不安が全世界で起こっている」「自公政権の農政は食料自給や農家を守ることなど考えず、輸入企業にだけ目を向け、食料は輸入に頼っている」などと講演しました。地元、JAセレサ川崎の都市農業振興課の課長や多摩区の生産者から、地元産農産物の直売所「セレサモス」や「地産地消」についての説明もありました。

参加者のアンケートには、「勉強になった。今後も続けてほしい(30代)」「食料の安全保障、米生産が食糧法で守られていたことなど、勉強になった(60代)」「生産者の話で、自給には食べ物だけでなく、種や肥料なども関係していることが、よく理解できた(40代)」「コープの宅配で米を購入していたが、今回の米不足で3週連続で抽選に外れた。初めてだった。スーパーで購入したが5割増の高値でさらに驚いた。この理由が見えてきた。貴重な講演だった(70代)」などの声が寄せられました。

麻生南支部 若槻 武行

【講演会】

「不登校をみんなで考える」～ひとりで悩まないで～

- テーマ** 元不登校児が語る たちなおり術
- 講師** 村上 健太
- 日時** 2025年2月2日(日) 午後2時
- 場所** 教育文化会館4階第1学習室 (川崎区富士見2-1-3)
- 参加費** 無料(定員50人)
- 主催** 川崎市教育委員会 実施団体 ぶれ〜ん
- 問い合わせ** 健康まちづくり推進部 電話044-266-7532

CHECK!

新聞「川崎医療生協」がインターネットでも読めます!

毎月発行している新聞「川崎医療生協」は、川崎医療生協のホームページから、PDF版で読むことができます。



スマホであれば、QRコードを読み込めば、新聞のページを閲覧できます。また、パソコンからも、下記URLからページを見ることができます

<https://www.kawasaki-coop.jp/news>

班会日誌

10月度 31支部 127班 777人

大師東支部	人	池上新町支部	人	スキットル	7	公園体操	人	10
たけのこ	3	ひまわり	6	セカンド	3	水彩画	3	3
チーム中瀬	7	モルック	6	ロード	4	橋支部	7	7
大師レインボー支部	4	小川町セレナーテ	3	天気悪し一日	8	アカシヤ	29	16
写真班	4	小川町セレナーテ	4	生け花	6	シクラメン	7	16
大師中央支部	4	書道	8	ストラップ作り	6	シネマ	7	7
エンゼル①	4	医療的ケアのグループホームを作る	4	茶話会	3	すずめ	4	4
おしゃべり喫茶	4	茶話会(ストレッチ)	3	納豆のフタでかわいい飾りをつくろう	7	ダンベル	13	13
カミツ	3	3人でウォークラリーを廻る	3	ウォーキング・モルック	6	つれづれ	12	12
レインボーの家	16	モルック体験会	13	10月ニュース仕分け	3	ブラザ	9	9
わろてんか	3	ストレッチ・ダンベル体操	3	政治の話	7	フラワーレディズ	3	3
建設一般	10	ストレッチ・ダンベル体操	3	ストレッチ・ダンベル体操	5	楓ヶ谷	5	5
東門前	6	ストレッチ・ダンベル体操	3	あつま	7	癒しのお手玉	6	6
年金大師	3	ストレッチ・ダンベル体操	3	オレンジ	7	たかつ支部	8	8
民商	3	ストレッチ・ダンベル体操	3	マウンテンヒルズ	4	おりづる	3	3
大師フレンド支部	1	ストレッチ・ダンベル体操	3	モンチッチ	3	クイン	3	3
ウォーキング	6	ストレッチ・ダンベル体操	3	絵手紙	4	宮前支部	3	3
おしゃべり	6	ストレッチ・ダンベル体操	3	古向支部	4	いぬくら	3	3
おりづる	5	ストレッチ・ダンベル体操	3	くちなし	7	コスモス	6	6
お絵かき	4	ストレッチ・ダンベル体操	3	新川崎支部	5	さくらそう	3	3
ちぎりえ	3	ストレッチ・ダンベル体操	3	やよい	5	ジャスミン	3	3
ひまつぶし	3	ストレッチ・ダンベル体操	3	ラビット	3	しんぶんちぎり絵	3	3
リトルハンズ	8	ストレッチ・ダンベル体操	3	元美人	4	すみれ	4	4
フレッシュ	5	ストレッチ・ダンベル体操	3	住吉支部	10	ひまわり	5	5
歴史班	6	ストレッチ・ダンベル体操	3	コスモス	4	おまわり	4	4
藤崎北支部	8	ストレッチ・ダンベル体操	3	モルック	5	長尾住宅	8	8
てくてく	10	ストレッチ・ダンベル体操	3	雲雀	8	南平	4	4
健康麻雀	10	ストレッチ・ダンベル体操	3	気功と太極拳	4	長尾塚支部	3	3
向日葵	2	ストレッチ・ダンベル体操	3	小杉支部	18	アジサイ	4	4
樺	10	ストレッチ・ダンベル体操	3	東小田支部	6	コスモス	4	4
藤崎南支部	4	ストレッチ・ダンベル体操	3	さつき	13	すずめ	5	5
モルック	8	ストレッチ・ダンベル体操	3	小田T丁目公園	8	ひまわり	7	7
ライオンズ	8	ストレッチ・ダンベル体操	3	浅田支部	4	ラフランス	4	4
観音支部	13	ストレッチ・ダンベル体操	3	新聞仕分け	8	第4長尾	5	5
あるこうかい	3	ストレッチ・ダンベル体操	3	おどりづる	4	歩歩路	4	4
すみれ	3	ストレッチ・ダンベル体操	3	けやき	4	宿河原支部	6	6
ブラチナ	6	ストレッチ・ダンベル体操	3	こまくさ	5	すこやかダンベル	7	7
観音健康ボウリング	5	ストレッチ・ダンベル体操	3	ばあばとじいじの手習い	5	パークゴルフ	4	4
		ストレッチ・ダンベル体操	3	京町支部	5	モルック	5	5
		ストレッチ・ダンベル体操	3	展示会に出す作品を自由に書きました	3	多摩支部	4	4
		ストレッチ・ダンベル体操	3	京町支部	3	せんごく	5	5
		ストレッチ・ダンベル体操	3	体調について	3	麻生北支部	3	3
		ストレッチ・ダンベル体操	3			モルック	3	3

「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



興味深い
 多摩区 市川幾一(74)
 コラム時の風マンシ
 ヨン民主主義は興味深く
 読ませていただきました、
 良い記事でした。

ありがとう
 川崎区 竹内栄子(82)
 10月号1面「青い空」
 を読んでシルバーカーと
 歩行器の違いがわかり、

知らなかつた半寿
 麻生区 木ノ内せつ子(81)
 10月で81歳になった。
 81歳は半寿というのだと
 知人が教えてくれた。
 「半」の字を分解すれば
 「八十一」になるところ
 からきているとのことだ
 す。

1年前卒寿になったと
 きには何人かからお祝い
 されたが今年家族から
 誕生日祝いしてもらった
 だけだった。私の方から
 得意になつて「半寿」を

注射ばかり
 川崎区 田村良子(71)
 最近、予防接種が増
 えて、コロナ接種や、帯
 状疱疹に、インフルエン
 ザと、注射をすることば

とても助かる
 幸区 佐藤幸子(85)
 セツルメントさんに長
 い間お世話になつていま
 す。これからも病院はセ
 ツルです。とても良い先
 生(天野先生)で、心配
 ごとく聞いてくださり助
 かります。病院からの帰
 り道ホッとして自宅へで
 す。

労災申請
 川崎区 青木智子
 先日、仕事中に怪我を
 して労災申請を初めてし

見た目は...
 幸区 岩本貴子(57)
 健康まつりの記事を読
 み参加してみたいと思
 いました。モルックにも興
 味を持ち始めました。
 最近、体重は変化が無
 いのに見た目はオデブ!
 そんな自分がかっかりで
 す。

新田四天王
 川崎区渡田にある新
 田神社は、鎌倉幕府を倒
 した新田義貞の「新田四
 天王」と呼ばれた4人
 の重臣の一人、巨新左
 衛門が、越前国で討死
 した義貞の遺品である
 「差添の名剣」「七ツ入
 子の名鏡」「錦の陣羽
 織」の3種を持ち帰っ
 て供養した神社です。
 神社に入り鳥居をく
 ぐると正面に本殿があ
 ります。本殿の右側に



本殿の右にある稲荷大明神

新田神社へは
 新田神社へは、JR川崎
 駅東口のバスターミナルか
 ら「川26系統富士電機前」
 行きのバスに乗り「渡田一
 丁目」停留所を下車して、
 渡田2丁目交差点を右に曲
 がつて、その次の十字路交
 差点を右に曲がると、10
 m先の右側に新田神社があ
 ります。



畑時能の墓

川崎区小田には「新田四
 天王」の一人、畑時能一族
 の墓所があります。
 畑家一族が江戸時代に小
 田村に移り住み、その後、
 天領の名主となりました。
 なお、畑家一族の墓所は個
 人墓地のため見ることで
 きません。

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。そんな川崎の知られざる
 見どころのなかで、今回は、元弘の乱(1333年)
 で活躍した、新田四天王にまつわる新田神社などを紹
 介します。

健康まちづくり推進部 小林英樹

第30回記念 合唱団いちばん星コンサート

つぎの、一歩へ。

日時 2024年12月22日(日)
 午後1時半開場 2時半開演

場所 多摩市民館大ホール

内容 オープニング 青い空は
 第1部 うたいつぎたい歌
 第2部 「合唱団かわさきユース
 ハーモニー」ステージ
 第3部 みんなで歌おう
 第4部 平和のステージ
 指定席 1500円 自由席 1300円
 子ども・障がい者 500円

問い合わせ 高橋 (090-4608-7782)
 大原 (090-5425-5885)

お話し担当のなかがわりえこさん
 (10月死去)と絵を担当する妹のやま
 わきゆりこさんによる、料理が大好き
 な野ねずみのふたご、ぐりとぐらの絵
 本はシリーズで22作品発表されていま
 す。その中からぐりとぐらの1年間の



福音館書店 1540円(税込み)

思いでの

絵本紹介14

ぐりとぐらの1ねんかん

作：なかがわりえこ 絵：やまわきゆりこ

暮らしぶりがよくわかる絵本を紹介し
 ます。

1ページが27cm×31cmと絵本として
 は大きなサイズの見開きでひと月を表
 す構成になっています。右のページに
 はその月の気温や香りまで伝わって
 くるような植物や小物、生き物や手作
 りの食べ物がたくさん描かれ、左のペ
 ージには絵に合った短い言葉が添えら
 れています。ぐりとぐらの服装にも注
 目してみてください。絵をゆっくり眺
 めていると季節や生活を感じ、その季
 節に思いをめぐらせることもできそ
 うです。今年はどうな1年だったでし
 ょう、ぐりとぐらと一緒に今年を振
 返ってみるのも楽しそうです。

編集委員 飯野 伸代

無料低額 診療事業

ごぞんじですか?

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

シリーズ 第58回

こんな川崎、これも川崎

新田神社 (川崎区)



神明社

私の戦争体験 (119)

伝えたい思い

南大師支部 宮崎 久子 (91歳)

授業は農作業などにかわる



私は姉と3人の兄がいる5人兄弟の末っ子です。長野県小県郡栗村(現・東御市)に生れ、23歳で結婚して東京都板橋区に出てくるまで栗村で過ごしました。栗村は、当時店や風呂屋などがある不自由のない村でした。父は農家の長男でしたが、実家は次男が継ぎ、自分は友人数人と立ち上げた製糸工場に勤めていました。

小学6年の時に終戦を迎えました。4年生の頃からいろいろな物がなくなってきました。教科書やノート、鉛筆がなくなり、通常の授業ができなくなりました。また東京から士官学校が疎開してきたため、理科室・音楽室・図書室が使えなくなり、夫が徴兵された農家を手伝



う勤勞奉仕が始まり、授業はすべて農作業などに変わりました。玉音放送は、ラジオのあるわが家に隣組のみんなが集まり聞いたことを覚えていますが、何を言っていたのかはわかりませんでした。その後、進駐軍が来るので小学校の校庭に鉄砲などが集められ燃やされました。その火を見て、「日本は負けた」と実感しました。士官学校が疎開していたので、予想通り進駐軍が

訪れて学校で寝泊まりしていました。夏休みに家畜当番で学校を訪れた時に、通訳の人から部屋の掃除を頼まれました。友人と相談して、雑巾とバケツ代わりのヘルメットに水を汲み掃除をするので、お礼にチョコレートと捨ててしまいました。銀紙に包まれた茶色の粉をもらいました。今思うと、あれは粉末スープだったのではないかと思います。

私がいた地域では、空襲はなくこれといった被害はありませんでしたが、家族の中では東京で紳士服屋に勤めていた12歳離れた長男が徴兵されました。新潟高田連隊へ入り、その後、釧路から北方領土の先にある

無料健康相談会

※予約不要・相談無料

受付時間
2025年 1/12(日) 9:00~12:00

会場
川崎市産業振興会館 第4会議室(10階)
住所: 川崎市幸区堀川町66-20

- 振動工具を長期間使用する仕事をしていた方
- 粉じんが出る現場や石綿を扱う仕事をしていた方
- 騒音が発生する現場で長期間仕事をしていた方

仕事の原因の病気は労災保険が適用されます!
労災として認定されると、休業補償や障害補償が支給され、治療費も全額労災保険が適用されます。仕事の原因の病気なら、すでに退職された方でも、事業所が廃業している場合でも、申請可能です。

建交労 首都圏労災職業病相談センター
電話 03-3360-8024

第51回 在日朝鮮学生美術展

2025年1月11日(土)~14日(火)

観覧時間 10:00~18:00 最終日 ~15:00
12:00 神奈川朝鮮少年美術学校美術展によるプレゼン 13:00(日)休館

川崎市教育文化会館 イベントホールABC
〒210-0011 神奈川県川崎市川崎区富士見2丁目1-3
【観覧料】小学生以下無料 中学生以下150円 高校生以下200円 大人250円
【入館時間】10:00~18:00 最終日15:00
【休館日】12月31日、1月1日、1月2日、1月3日(日)休館
【問い合わせ先】川崎市教育文化会館 庶務課 電話:044-222-1177
川崎駅前郵便局(〒210-0802) 電話:044-222-0312

神奈川展
第29回 川崎市立学校児童生徒美術展

美術作品がはぐくむ相互理解 朝鮮学校と川崎市立学校の交流展

1月川崎市教育文化会館で開催

第51回在日朝鮮学生美術展 川崎市教育文化会館で1月11日から開催されます。1995年から始まった朝鮮学校と市立学校の児童生徒美術交流展が、川

児童・生徒の作品を集めた美術展は全国唯一で、相互理解と友好をはぐくんできました。鑑賞学習に生徒らが訪れると、会場が明るい雰囲気になります。同展の特徴です。

出品される絵画や造形作品は、作者の内面や家族などを題材にしたもの、歴史学習や社会問題から着想を得たものなど多彩で、子どもたちの感性や創造性がうかがえます。また今回は在日朝鮮学生美術展が昨年50回を迎えたことを記念し

アクセスマップ

なり、本が読めない、歌が歌えない、理科の実験は一度もやったことがありません。松代あたりで穴を掘っている(松代大本営)との噂が入ったのはこの頃です。学校の授業は様変わりしました。先生から稲や藁を持ってくるように言われましたが、家が農家ではないので、近所から分けてもらったのを覚えています。その稲や藁を持って行くと、草履や俵作りを教わりました。養蚕が盛んで、秋には桑の木の枝を落とし、木の皮をむく授業がありました。その皮から軍服を作るのでした。海軍の救命具に入れるすずきの綿集めもありました。同じ頃、夫が徴兵された農家を手伝



鑑賞学習に訪れた生徒ら(前回まで) ※提供: 南武朝鮮初級学校

て、全国の朝鮮学校の生徒たちが思いを描いた木片が会場に集められます。高津区にある南武朝鮮初級学校の教員、成明美(ソ・ミョンミ)さんは、「日本で産まれ育つ在日コリアンと日本の子どもたちの共通点や特性、明るく元気な姿を作品から感じてほしい」と話します。主催: 在日朝鮮学生美術

85%の事業所が人員不足 報酬のマイナス改定が訪問介護の危機に拍車

神奈川県社会保障推進協議会と神奈川県民医療機関連合会が9月、今年4月の介護報酬改定で2~3%の引き下げとなった訪問介護事業所を対象に、「訪問介護サービスの基本報酬引き下げについてのアンケート」を実施しました。

アンケートは神奈川県内の約2300の事業所のうち1000カ所を対象に行われ、このうち278事業所が回答。この結果、訪問介護サービスの基本報酬引き下げについて9割が「納得できない」と改定を求め、4隻に5000人ずつ乗船した船は、途中アメリカ軍の潜水艦に攻撃され、3隻は沈没させられました。兄の乗った船は無事に得撫島に着くことができました。

その後終戦になります。兄はこの時のことは話したが、定年後によく甥に話していたそうです。

上の写真は、当時の草履作りの経験を活かして作った、足がよくりますようにとの願いを込めたアクセサリです。

この陳情には、川崎医療生活協同組合の事業所や支部をはじめ、川崎市社会保障推進協議会に加盟する多くの団体からも賛同署名が寄せられていました。川崎市社会保障推進協議会 光野 正洋