

# 川崎医療生協

5 月号



## 川崎医療生協の現状

組合員 44,999人  
出資金 1,588,217,000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。

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 木下 隆成  
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) TEL.044(270)5881

### 今月号の紙面

- ◆やさしい医学の歴史 ようこそ新入職員 **2**
- ◆ゴローちゃんと子どもたち **3**
- ◆組合員のひろば **4 5**
- ◆川崎ぶらり文学日記 **6**
- ◆読者の広場・パズル **7**
- ◆伝えたい思い **8**



◆ゴローちゃんと子どもたち

◆組合員のひろば

◆川崎ぶらり文学日記

◆読者の広場・パズル

◆伝えたい思い



# 五月病

# 放っておくと危険!!

## 3つのRを心がけよう

### 環境変化がきつかけ



森屋淳子医師

新入社員や大学の新入生など、春から新たな生活をスタートさせた人たちのなかには、新しい環境にうまく適応できず、5月のゴールデンウィーク明けごろから、うつ病に似た症状が出てくる場合があります。この症状を通称で五月病と呼んでいます。医学的には「適応障害」と言います。

新しい環境で何とかがやっというころ、初めの1カ月は気合いで何とか踏ん張っていたもののゴールデンウィークの連休によって、生活のリズムを崩したり、それまでかろうじてつないでいた気持ちが途切れてしまふ、ということが多々あります。そんなときに想像していた新生活と現実とのギャップがありすぎたり、対人関係で悩んでいたりすると、抑うつ、無気力、イラ

イラ、不眠、疲労感、食欲不振、やる気がでない、朝起きにくい、人との関わりが億劫、といった症状が出る。以前楽しめたことが今は楽しめない、といった症状がしばしば毎日出て、2週間以上続くようであれば、うつ病の可能性が高まるので早めに医療機関で受診してください。



毎日、通勤通学などの人たちが行き交う川崎駅

新しい環境に慣れるにつれて症状も徐々になくなってくるのが一般的ですが、症状が長引き重症化する、そのまほうつ病になつてしまうこともあるため注意してください。

だれしも五月病になり得る可能性はありますが、以下のような人は五月病になりやすいと言われています。

- ・おとなしく内向的な性格
- ・几帳面でキッチリしている
- ・計画的で真面目
- ・気配り、気遣いができる
- ・我慢強い
- ・完璧主義
- ・責任感が強い
- ・感情を表に出さない

### こんな人は要注意

「レスト」は、休息、休養、睡眠を意味します。「リラックス」は、ストレッチ、音楽などのリラクゼーションです。そして、「レクリエーション」とは、運動、旅行のような趣味・娯楽や気晴らしのことです。

### 3つのR

- Rest (レスト)
- Relax (リラックス)
- Recreation (レクリエーション)

はストレスにうまく対処することが必要です。ストレス対処法として大切なのはRest(レスト)、Relax(リラックス)、Recreation(レクリエーション)の頭文字をとった「3つのR」です。

### 幸せのはひふへほ

最後に、幸せに暮らすための「はひふへほ」を紹介しましょう。

は：半分がいい  
ひ：人並みがいい  
ふ：普通がいい  
へ：平凡がいい  
ほ：程々がいい

いわゆる「知足」「つまり、置かれている状況に満足することも大事だということでしょう。「気負いすぎず、に、ポチポチと」を心がけ、ストレスを感じることはありません、早めに対処して、大事に至らないようにすることが大切です。

### 高齢者には、こんな心の健康の秘訣が!

以前、ある患者さんから教えていただいたことでも参考になることがあります。高齢になつても生き生きと元気でいるための秘訣としての「キョウ・ヨウ」と「キョウ・イク」です。教養と教育ではありません。『今日、用がある』と『今日、行くところがある』という言葉の略だそうなんです。

### 対処法は「3つのR」

五月病にならないために

「3つのR」

私が20代前半の頃、ジョージ・オーウェルの近未来社会をテーマにした『1984年』が、話題になりました。数十年前経った今、新訳でまた話題に上がっています。安倍内閣が3月21日に閣議決定し、国会に提出した「共謀罪法案」に関係しているからです。

街のいたるところに「ビッグ・ブラザー」があなたを見ている」と書かれた巨大なポスターが街行く人々の目を覗き込むように見つめています。ヘリコプターで警察のパトロールが人々の部屋の窓を覗き回っています。オセアニアに住む主人公のウィストン・スミスは、部屋の隅には、テレビスクリーン装置があり、彼は、確信は無いが、一挙一動が精査されていると想定して生活しているのです。

話は紆余曲折ありますが、結局主人公は、論理的思考ができないような統制を受け、監視され、ビッグブラザーのために生きるようになってしまふ。

それでも、この作品は共謀罪を考える一つのきっかけになるのではないかと感じました。

最近、少女や年配者が悲惨な目に遭う事件が発生していますが、五月晴れのような日々が続くように願わずにはいられません。

編集委員 清水 成江

健康・医療

寄り添える職員を目指し

川崎医療生協

全国各地から30人の新人を迎えました

川崎医療生協(理事長 桑島政臣)は、この春、新入職員30人を迎えました。フレッシュな新人は、どんなことを思い、何を期待しているのでしょうか。アンケートをもとに、新人たちの横顔を紹介します。(編集長 城谷創一)

緊張顔の新人たち

30人のうちわけは、医師3人、看護師10人、薬剤師2人、言語聴覚士1人、作業療法士2人、理学療法士6人、放射線技師1人、社会福祉士1人、事務1人、ヘルパー1人です。出身地は北海道、福島、新潟、山形、山梨、千葉、埼玉、東京、静岡、広島、福岡と全国各地に広がっています。が、地元神奈川は多く16人となっています。

勉強の機会があるから

肉じゃがが好きで東京都足立区出身の飯高正典医師が、医師になろうと決めた理由は「ケガをした時に、整形外科の医師にお世話になることが多く憧れた」となっています。

4月1日の入職式には、緊張した面持ちだった新入職員ですが、1週間の研修の中で、笑顔と希望に満ちた表情になり、仲間もできたようです。

納豆好きで、米と日本酒のうまい新潟県三条市出身の土田聖太医師は、「将来はあらゆる立場の人に寄り添えるような人。その人の気持ち立場を考えて接することができるといい」と言います。

同じく医師で、からあげが好きな中澤圭史医師は、



総勢30人の新しい仲間たち

山梨県甲府市出身です。医療生協の組合員さんへ向けて、「頼りない新人医師ですが、温かい目で育ててやってください」と話します。

「め」だそうです。入職を決めた理由として「勉強する機会を与えてくれること」と、職場の雰囲気良かった」と答えるのは、桜で有名な埼玉県幸手市出身の柿沼学弥薬剤師です。協同病院で看護助手として働き、勉強しながら看護師になった井口安代看護師は、定年後に児童養護施設で働きたいという夢も持っています。賀川江里子看護師は、祖母が末期がんになって入院しているときに、患者や患者家族に寄り添える人になりたいと思い、看護師という仕事を選んだそうです。

北海道札幌市出身で「札幌はお寿司がおいしいですよ」と話す、宮本光放射線技師は、「地域密着型で、様々な活動をしていることが魅力」だとして川崎医療生協を選びました。

このほか、川崎医療生協が推進する、無差別平等の医療と地域まるごと健康づくりの運動に共感して入職したという声もいくつかありました。こうした新人に対して、新入職員歓迎会に参加した組合員からは「その夢と希望を、先輩や組合員と一緒に追いかけてほしい」と、応援の言葉がかけられました。



入院患者の花見で余興をする新入職員

シリーズ やさしい「医学の歴史」60

幕末から明治初期に活躍した医師たち①

伊東玄朴 (1800-1871)

川崎医療生協 桑島政臣 理事長・医師



伊東玄朴は、肥前国(現在の佐賀県神埼市)の貧農の執行家に生まれ、やがては江戸幕府の奥医師にまでなった立身出世の人です。若い頃の名は執行勘造といい、勉学と出世を志して母方の親戚の伊東家の養子となつて漢学を学びました。その後、隣村の漢方医である古川左庵のもとで医学を学びましたが、19歳の時に父が死去し、生家にもどり漢方医として開業しました。



伊東玄朴

開業医として成功した勘造は、23歳のときに蘭学の勉強を志し、佐賀の蓮池町で開業している島本良順に

入門しました。優秀な勘造は良順から長崎への留学をすすめられ、オランダ通詞の猪俣伝次右衛門のもとでオランダ語や蘭学を学び、シーボルトの鳴瀆塾に通い

ましたが、猪俣が病死してしまい、江戸で開業することになりました。勘造はこども開業に成功し、佐賀藩主の鍋島直正の目にとまり、佐賀藩につかえることになり、また玄朴と名乗ることも許され、1858年、玄朴は江戸幕府の奥医師に任命されました。

以前から種痘に関心があった玄朴は、佐賀藩主の鍋島直正を通じてオランダ商館長に「痘苗」の輸入を依頼していました。1849年7月、ついにバタビアから「痘苗」が輸入され佐賀県で種痘が開始されました。「痘苗」は11月に玄朴の

Advertisement for Medi-Hope Kanagawa featuring a recruitment notice for pharmacists and a list of partner pharmacies including Kawasaki Pharmacy, Daisho Pharmacy, and others.

くらし・社会



ゴローちゃんと子どもたち

腹話術師 しろたに まもる

プロフィール：日本では数少ないプロの腹話術師。相棒のゴローちゃんと30年間、浅草の寄席を始め全国を回っている。京浜協同劇団で57年間活動中。川崎市社会教育委員。川崎市文化賞受賞。

第2回 あいさつのできない子にあいさつを

その子のことが気になっていたので、1年半後、電話して聞いてみました。そして、何とその子はクラス委員長になっていました。あいさつが人と人をつ

結び付け、信頼関係を深めたという好例です。もちろん、あいさつができるようになった子は他にも何人もいたそうです。



保育園児にあいさつの仕方を教える筆者とゴローちゃん

近年、子どもたちの間で、陰惨ないじめや恐ろしい事件が相次いでいます。あいさつのできない子は相手の痛みを感じることができないし、自分の思いを伝えることもできないのです。子どもの頃からあいさつができるようにしたいものです。

ある小学校から「あいさつのできない子がいるのでゴローちゃんに来てほしい」と頼まれました。その学校は「あいさつモデル校」に指定されたのだそうです。そこでは1時間、あいさつについてゴローちゃんと語り合いました。そうしたら、あいさつのできなかつた3年生の児童が、1カ月後には友だちとあいさつができるようになったことでした。

「あいさつをしなければ」といくら言っても、あいさつの意味がわからなければできないのです。人の部屋に入るときノックしてから入るように、人の心に入るときもノックが必要です。そのノックが実は「あいさつ」なんだということです。ゴローちゃんは話します。

（お早う、グッド・アフターヌーン（こんにちは）、グッド・イブニング（こんばんは）と言います。すべてにグッド（いい）という意味）が付いています。そこでゴローちゃんは気が付くのです。「そうか、あいさつって、

相手をいい気持ちにさせるエールなんだ」。それを子どもたちに伝えるとき、子どもたちは自分からあいさつができるようになるのです。ゴローちゃんは外国にも行きましたが、ロシア、フランス、アメリカ、イタリア、ドイツでもあいさつには「いい」という意味の言葉が入っていることを知りました。

すこしお生活のすすめ

～塩分少なめにとる工夫と始めるコツ～

下

（減塩のすすめ）の最終回は、調味料少なめの料理を紹介しています。簡単ですが、参考にしてみてください。おいしいです。塩分をとりすぎてしまう料理の中に、味付け（飯（丼もの含む））があります。市販の炊き込みご飯の素を使うと、1人分の塩分は2〜3gになりますが、今回紹介する鶏ごぼうの炊き込みご飯は塩分0.5gです。

健康づくり委員会でも引き続きいろいろな提案を考えたいと思います。

塩分少なめ 鶏ごぼうごはん



《鶏ごぼうご飯》

◎材料

米2合、鶏ひき肉100g、ごぼう1/2本（約100g）、生姜少々、みつば適量、しょう油小さじ2、みりん小さじ2、ごま油少々。

《作り方》

- ①米はといで水に浸水する
- ②ごぼうはさがき、生姜は千切りにする。
- ③鍋に鶏ひき肉と水約50ccを入れ弱火にかけ、箸でそぼろ状になるように煮ていく。
- ④半分くらい火が通ったら、しょう油、みりん、ごま油、ごぼう、生姜を加える
- ⑤〔鍋で炊く場合〕 鍋に米と2合分の水加減をし、鶏肉ごぼうを混ぜて炊く  
〔炊飯器の場合〕 炊飯器に米と2合分の水加減をし、鍋の中の鶏肉ごぼうを混ぜて炊く
- ⑥みつばをのせて、出来上がり  
(1人分約300kcal 塩分0.5g)

減塩レシピ募集!

読者のみなさんの減塩レシピを教えてください。新聞に掲載された方には、図書カードをプレゼントします。氏名、住所、電話番号、レシピ、完成品の写真を添えて、下記まで応募してください。〒210-0804 川崎市川崎区藤崎4-21-2 4F 川崎医療生協本部組織部 メールアドレス s.shirovani@kawaikyo.or.jp



病院スタッフ募集

勤務場所 川崎協同病院 栄養科

- 勤務内容 入院患者向けの  
①食器洗浄  
②盛り付け業務
- 勤務条件 経験不問。食器洗浄はかなりの体力が必要です。
- 時給 950円から始まり、上限1100円まで。(ただし朝9:00前は時給1100円)
- 勤務時間  
①朝・昼食後の食器洗浄(実働2時間30分)  
8:15~10:45 12:00~14:30 (いずれかでも両方でも可)。  
②朝の盛り付け業務(実働5時間)  
7:00~12:00
- 【問い合わせ】 ☎044-299-4781 川崎協同病院管理室 宗(そう)まで



運転手募集!

- 募集事業所  
◆久地診療所(高津区久地)  
◆大師診療所(川崎区大師)  
◆本部(川崎区藤崎) ◆その他
- 業務内容  
◆デイサービス利用者の送迎  
◆午前・午後:1日3時間程度  
◆患者個別送迎  
(川崎市全域の患者送迎:1日7時間勤務 週3日程度)  
◆往診の運転手 ◆70歳位まで
- 時給  
◆時給 1,000円  
◆交通費 実費支給
- 【問い合わせ】  
川崎市川崎区藤崎4-21-2 ☎044-270-5881  
川崎医療生活協同組合 総務部 佐藤秀樹



# 組合員の広場

## おおひんまつりで健康チェック

4月2日、川崎協同病院の近くにある桜川公園で「第22回おおひんまつり」が開催されました。このま



桜はまだか！多くの人でにぎわいました

劇などが披露されることもにぎやかなお祭りです。

協同地域さわやか健康づくり委員会では毎年、WHO世界保健デーにあわせて、健康チェックコーナーを開いています。朝は少々肌寒い陽気でしたが、天候にも恵まれ多くの人が参加しました。桜の開花はまだ

まだでしたが、参加者一同楽しいひと時を過ごしました。協同地域さわやか健康づくり委員会

## 恒例の麻生の社保学校、無事終了

麻生北・南支部は毎年社会保険学校を1月末から週1回、合計7講座を開催しています。昨年度は毎回20人前後の参加で無事3月7日に終了しました。

最初の講座では、年々改悪される社会保障問題の情勢について、中央社保協事務局次長で川崎医療生協監事の前澤淑子氏が講演し、30人が参加し大盛況でした。話もわかりやすく今の情勢、運動の展望に参加者も熱心に耳を傾けていました。

麻生の社保学校は健康でいつまでも住み続けられるように、地域からの要求をとりあげ、社会保障問題を学びながら活動しています。母体となる「あさゆりの会」は1998年1月に社保学校を卒業した人を



講座の一環として訪れたグループホームで

## 家庭医として伝えたい3つのこと

3月11日(土)午後、介護施設クロスハート川崎・幸の会議室で、御幸支部合同班会「医療講演会」を行いました。講師は川崎セツルメント診療所の高木博医師(写真)で、テーマは「家庭医として伝えたい3つのこと」です。

講演では、都市部の高齢化が急速に進み認知症の人も増え続けていることに触れ、「かしい患者になりましょう、『家庭医』(かかりつけ医)をぜひひつけてください」と、資料を使いながら話されました。

家庭医がしていることとして次の3点をあげました。1、何でも診ます(時に対応できない問題にも、適切に対応します。)

2、「本当に体だけの問題ではなく、心や生活の問題も、適切な対応が必要です。」

3、地域の中で健康ネットワークを広げます(家庭医は病気になるないように働きかけます)

以前、「けがをしたり、おなかが痛くなったら、何かあったら、近所の〇〇先生にいきなさい」と、親から言われていたことを思い出しました。

合同班会に参加した人からは、「家庭医というものは、」



講演する高木医師

## 免疫のおはなし

2月18日、川崎医療生協多摩支部は、久地診療所で「2017年新春のつどい」を開催しました。24人が参加して「免疫について」の話や聞き、ビンゴゲームと歌、昼食をとって交流しました。

石井綾子支部長があいさつし、早期検診で見つかった夫の病気にふれながら、定期検診の大切さを話しました。

## 11人で巣鴨散策に大満足

川崎医療生協小田支部健康づくり委員会主催で3月7日に巣鴨散策を行い、11人が参加しました。私は73歳にして巣鴨デビューです。まずは腹ごしらえにと、おそば屋さんに行き、めずらしい「にしんソバ」を堪能。美味しかった！そして高岩寺、とげぬき地蔵さんをお参りして町の見物に向かいました。

名物の赤いパンツ屋さん。ワコールの高級ブランド品もあって、店の中全体が真っ赤でびっくり。その他にもお手頃価格の洋品屋さん、じゅうたん屋さん、靴屋さん。また日本各地のめずらしい、おいしい物を



楽しい・なつかしい・巣鴨デビュー

## 興味津々、味噌造りに挑戦

橋本むらさんをさがし班長を務めるあじさい班の味噌造りを見学して以来、すっかり味噌造りに魅了され、私たち川崎医療生協古向支部の夢見草班でも3月に挑戦してみました。

3月22日、組合員8人が、町内会館に軟らかく煮た大豆をはじめタッパーやボールを持ち寄り開始です。固さを見るためにつまんだ豆の美味しさに笑顔がこぼれました。

## 昔の映画で思い出す

新しく誕生した橋支部の「シネマ班」では、3月24日、プラザ橋(高津区)で誰でも参加できる映画会を開催。かつての名作、オードリー・ヘップバーン主演の「ローマの休日」を上映しました。班員は3人ですが、映画ファンが17人集まり、字幕付きで上映しました。

参加したある男性組合員は、「中学生の頃、オードリー・ヘップバーンの美しさにハマってしまった」と思い出を語っていました。今後はできるだけプラザ橋を会場に、かつての名作を「大画面」と「大音響」で楽しみたいと思います。

### 医学奨学生大募集!

神奈川県医連では、医学生を対象に奨学金制度を設けています。医師になるために、より充実した学びの時間を送れるように、経済援助を行う制度です。貸与額：月8万円(返済免除規程あり)

詳しいことは左記連絡先へお電話ください

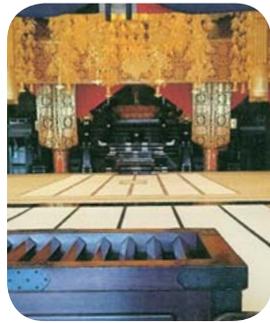
◇神奈川県医連 医学生担当 赤松、木下、細谷 ☎045-320-6371

# 組合員の広場

## 鶴見大本山總持寺を拝観

ジョギングを目的として立ち上げた「京町支部ロード班」は、班ができてから3月で1年が経ちました。1回の班会で歩くのは、7000歩〜1万歩です。先日は遠方まで足をのびし静岡の三保の松原の絶景を見に行きました。

1月の班会では鶴見の大本山總持寺(写真)を参観してきました。百間廊下を渡り、ふだん見ることのできない大僧堂(座禅、食事、宿舎)



松本寿美江

## なごやかにニュース配布者交流会

冷たい雨の3月26日、今年度最後の集まりにニュース配布者の方々11人が参加しました。また大師診療所の遠藤さとみ看護師長、組織担当の小林英次さんも参加して、医療生協の活動について話しました。

今年も他の支部所属ですが、配付に協力してくださいとお願いしている中島静子さんが手作りのス

大師東支部 二瓶 佳子

## 桜を求めて！ 弘法山ハイキング

4月4日、花見と温泉を兼ねた弘法山ハイキングに行きました。好天に恵まれ、横浜健康友の会から6人、現地案内人の萩原有治さんも含め総勢18人が参加、年齢は小学校4年生から80歳過ぎまでバラエティーに富んだ旅でした。

桜は残念ながらまだちらほらでしたが、富士山がすすんで見え、あたりは中高年のハイカーでいっぱいでした。少し疲れたところで温泉に



模擬店や舞台の企画など昨年と同じような規模で計画しています。もちろん例年通り専門家の説明が受けられる健康チェックコー

## 今年の健康まつりは春に開催！

協同地域の健康まつりは毎年秋に開催していましたが、今年からは春の開催に挑戦します。日には5月28日の日曜

ナーも充実しています。恒例の目玉企画、「大抽選会」や、毎年大人気の「無料のわたあめ」も用意します。



大縄跳びで楽しむ子どもたち(昨年)



© 2017「家族はつらいよ2」製作委員会

## 2017年5月27日(土) 全国ロードショー

医療生協組合員だけの、特別優待券(990円)を販売します。購入希望の方は下記までご連絡を。販売は5/27までです。  
問合せ 川崎医療生協組織部 ☎044-266-7532  
メール s.shirovani@kawaikyoo.or.jp

## 班会探訪

第5回

## プアカーネーション班

## 稽古の成果を イベントで

川崎医療生協では、「班」と呼ばれる組合員によるさまざまなグループ活動があり、その数は300にものぼります。どんな班がどんな活動をしているのかシリーズで紹介していきます。今回はしなやかに踊る「プア」のグループを訪ねました。(編集長 城谷創二)



ステキな笑顔でステキな踊り

指導にあたる松本さんは「このグループは、和気あいあい、私も楽しみだし、いろいろ勉強にもなります」と言います。班では踊るだけでなく、血圧や体組成・骨密度のチェックを定期的にを行い、健康のミニ学習会も行っています。

そんな楽しいプア・カーネーション班が、みんなして稽古の後に必ず行くのが、川崎区宮前町にある喫茶店「トリム」です。お店は2階で、外からは少しわかりにくいかもしれませんが、2階に上がる入り口に、くまのプーさんのぬいぐるみが飾ってあるのが目印です。

昔ながらの喫茶店といった雰囲気、とても落ち着いた空間です。お邪魔した日のランチは「生姜焼き」でご飯と味噌汁付きで800円でした。

班のみなさんは、お昼ご飯を食べながら、おしゃべりの続きをしながら、またひと時楽しい時間を過ごしていました。



プーさんを目印に2Fに上がって！

「笑顔を忘れないで！リズムカルに！スマイル！」。フラダンスの先生、松本節子さんの声が稽古場に響きます。

4月上旬、プア・カーネーションのメンバーは、翌月に行われる川崎医療生活協同組合協同地域の組合員・事業所主催の「協同地域健康まつり」で踊るための稽古中でした。

8年ほど前に結成されたプア・カーネーション班は、月に3回稽古をします。その成果を医療生協のお祭り、年金まつり・公害患者会の集まりなどで披露し、いつもイベントを盛り上げています。

メンバーのみなさんに「フラをやっているよかったですか？」と尋ねると「健康にいい」、「振付を覚えるので、ボケ防止になる」、「仲間ができていい」、「生活に張りが出た」と答えます。そのひとり、

休憩時間には、お菓子を食べ、お茶などのごちそうをすすり、おしゃべりに花が咲きます。誰かが止めにいらないと、ずっとおしゃべりが続きます。



# 読者の広場

## 春だと言うのに

川崎区 増田 利子(90)

90歳の誕生日が過ぎた頃からちよっとしたこと忘れようになりまして。認知症の始まりかと思っています。体と共に頭も心も弱って来たのを感じます。春だということに前向きになれませんが、せめてクイズやクロスワードパズルを頑張ります。

## メジロ押し

高津区 千葉 和子(68)

ベランダの鉢植えのオリーブの木の枝にメジロが毎日やってきてメジロ押し？をしていました。細い子や丸い子がいて見えて楽しかったです。もうすぐ山に帰るのでしようね。



## 6年前の記憶

麻生区 木ノ内せつ子(73)

東日本大震災から6年。自称「原発難民」という福島の人を応援する集いに参加しました。彼の家族は今も山形、北海道、福島とバラバラに生活している。国からの住宅支援は3月で打ち切りになるといいます。6年前の記憶を薄れさせてはいけなくて実感した集いでした。

## 私の一番の宝

川崎区 佐藤 千恵子

私は持病の喘息が悪化し11年前に仕事を早期退職しました。その後父の認知症介護が始まり、落ち着き始めた頃、母も認知症と分かり、その間

に自身の甲状腺癌、膝間接手術、うつと介護もままならない状況でした。そんな時私たちが家族を支えてくれたのが家族会と川崎医療生協の仲間でした。今も母の介護が続いています。認知症は本人も家族も辛い病気ですが心が折れそうな時助けてくれる仲間が一番の宝です。



絵手紙 川崎区 大島 育子

## 戦後の思い出

麻生区 脇 治以(76)

多摩区 志岐千恵子(71) 世の中は理不尽なことがまかり通っており、変です。私たちがしっかりと見て、聞いて、声を出していかないとはいけません。

## 「伝えたい思い」

川崎区 片山 正子(68)

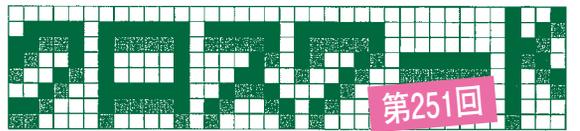
医療生協ニュース3月号「伝えたい思い」で吉成さんは、幼い5歳当時の戦争体験をしつかり掘り起こして伝えてくださいました。相当な衝撃だったこと、文面から吉成さんのペンのお力を推察いたしました。

## 気をつけて

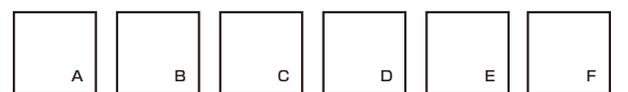
107 おたふく



クロスワードパズルの余白に書かれた「お便り」は、紙面に掲載させていただくことがあります。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6文字をうまく並べてできる言葉は？



メールでの送付先 s.shirovani@kawaikyoo.or.jp

- ② 五月人形でおなじみです
- ③ 宇宙戦艦○○○
- ④ 空港とお寺で有名な○○市
- ⑤ プロ野球のペナントレースはスタート○○○
- ⑦ ○○が大事です
- ⑦ 周りをふちどって囲みます
- ⑨ 日本家屋において、畳4枚半のまどりのこと
- ⑩ 五分の魂を持つ○○○
- ⑬ ○○の虫
- ⑬ 上杉謙信から武田信玄への贈り物
- ⑮ ボクシングの試合でリングに投げると負け
- ⑮ 囲碁で使用する用具
- ⑮ 浜崎伝助さんの生きがい
- ⑮ 全国いたる所。○○浦

## 目玉のカギ

- ① 営利を目的とした法人
- ② 学校を出たらこれをは
- ③ ずすという小学校も
- ④ 夜の警戒活動
- ⑤ 本名は既戸皇子(王)
- ⑥ 有田焼やマイセンのこと
- ⑦ 江戸時代、奥さんを質
- ⑧ 北海道にはないといわれる雨季の一種
- ⑨ 警察○○、税務○○
- ⑩ 白馬に乗った○○子
- ⑪ アルゼンチン発祥のダンス
- ⑫ 北海道にはないといわれる雨の一種
- ⑬ 警察○○、税務○○
- ⑭ 白馬に乗った○○子
- ⑮ アルゼンチン発祥のダンス
- ⑯ 田んぼに立っているの

## タテのカギ

- ① 田んぼに立っているの

3月号の答えは「ウォーキング」でした。応募者は179人(正解は178人)。編集委員会が抽選の結果、左記の方々に図書カードをお送りしました。

答え「ウォーキング」



## 249回 解答と当選者

- 住田フミ子(多摩区)
- 中野 由紀(麻生区)
- 押井 謙吉(麻生区)
- 小松 政剛(市外)

《敬称略》

## 応募要項

パズルの答えは、葉書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おります(アドレスは解答枠の下)。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。ご記入いただいた内容は紙面に掲載させていただきます。ご応募の方は、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回当選しなかつた方にも贈呈します)。締切りは5月25日、発表は7月号紙面です。

《送り先》  
〒210-0804  
川崎区藤崎4-21-2  
川崎医療生協本部編集委員会

# 平和の広場

私の戦争体験

## 伝えたい思い



大師レインボー支部 須永 昇さん (80)

### 物心ついた時は軍国少年だった



戦時中、田舎は今の群馬県館林市。小学校三年生9歳の時に終戦。物心ついた時は軍国少年だった。戦闘帽とゲートルにあこがれ、1日でも早く兵隊さんになりたい、お国のためになりたいという一念だった。一億一心戦争に勝つためにはガマン。きびしさは何の苦にもならなかった。私も特攻隊か海軍に行きたかった。

校庭内の盛り土したところ、校長がその中に入り、校舎が兵舎になり、子どもたちはお寺や大きな家に分散。まともな勉強はできなかった。農家だったので食料はあり、家ではコメを食べたが、世間は...

釜、やかん、鉄砲の玉になるんだ」と言われ、なべ、釜、やかん

玉音放送を家で兄と聞いた。自分ももらい泣きした。でも、戦争が終わって良かった。ほっとした。戦争中ビンタをして

世間知らずで世の中に流されていたが、仕事(日本冶金)に就いて30歳になった頃、労働組合の運動を通じて政治に目覚め

公然とモノが言え、活動もできる時代になったし、ひとり一人は決して無力ではない。私は、これからの将来に確かな希望をもっている。

# 核兵器廃絶を願い

## 3・1ビキニデーに参加して



核兵器廃絶を！平和な世界を！

被災63年、歴史的大会と言われた「2017年3・1ビキニデー」(主催 被災63年2017年3・1ビキニデー静岡県実行委員会、日本宗教者平和協議会)に参加して来ました。3月

が開かれるからです。28日の分科会に参加した人からは「やはり参加して良かった、ヒバクシャ全国署名を広めたい」という感想が多く聞かれました。会場では、松井一實広島

市長のメッセージが紹介されました。そのなかで、市長は「1945年8月6日、一発の原子爆弾が広島に放たれました。この『絶対悪』は一瞬のうちに街を焼き尽くし、国籍や信条を問わず子どもからお年寄りまで罪もない多くの人を殺戮し、その年の暮れまでに14万もの尊い命を奪いました」と言います。

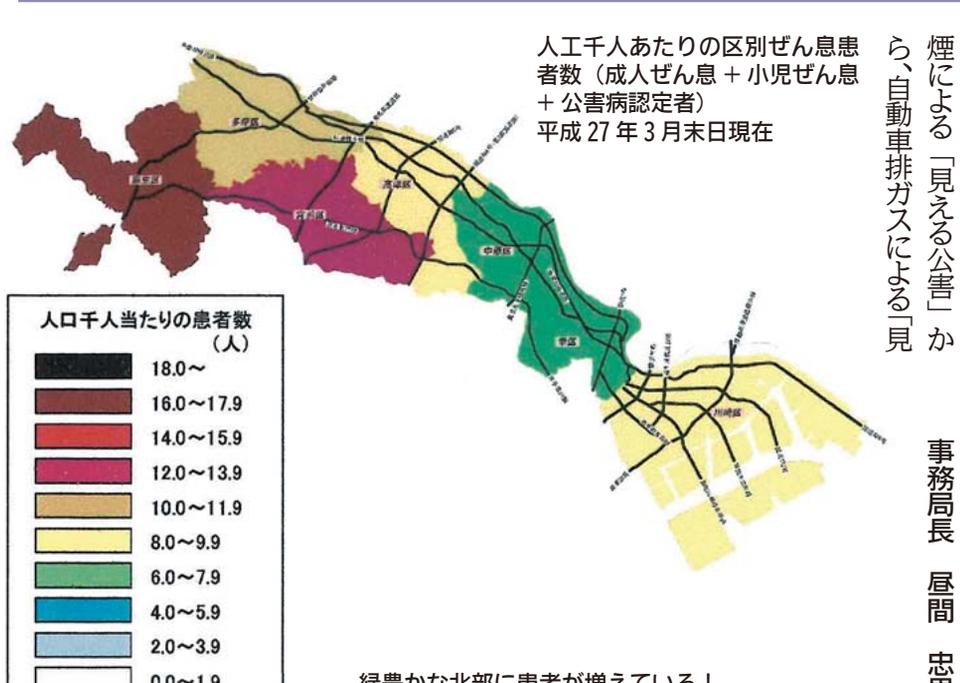
長崎でも7万人余りがこの年に亡くなっています。原子爆弾2発で21万人が1945年(昭和20年)に亡くなりました。世界には現在1万5000発以上の原子爆弾があると言われます。松井市長が言う「絶対悪」核保有国は「抑止力」と呼んでいます。米国と同盟国の日本は「拡大抑止」あるいは「核の傘」と言われます。

松井市長は最後にこう結びました。「皆様には、今後とも『絶対悪』である核兵器の廃絶と世界恒久平和の実現に向け、共に力を尽くし行動して下さい。心から期待しています」「抑止力」に守られた恒久平和などあるはずがありません。この大会の参加者は改めて、核兵器廃絶の意を強くしたのではないのでしょうか。なぜなら核兵器は「絶対悪」なのです。 組織部 小林 英次

## 「大気汚染によるぜん息等の患者の医療費助成を求める署名」にご協力を！

自動車排ガスによるPM2.5(微小粒子状物質)等の汚染物質が原因でぜん息患者が全国的に増加しています。現在、ぜん息患者に対する医療費の助成を行っている東京都と川崎市だけで認定患者は10万人を超えています。しかし、その他の都市では助成制度がないため全国のぜん息患者は高額の医療費の負担に苦しんでいます。国は「公害は終わった」と言っており、1988年に全国41の公害病指定地域を解除し、新規認定を打ち切りました。

川崎公害根絶・市民運動連絡会 事務局長 昼間 忠男



緑豊かな北部に患者が増えている！