

安心して住みつづけられるまちづくりをめざして

# 友の会だより

2022年4月10日 第117号

発行 江戸川健康友の会  
134-0085 江戸川区南葛西2-12-1  
電話・5679-7130 FAX・5679-7131  
ホームページ：〔江戸川健康友の会で検索〕  
郵便振替口座番号：00170-8-393711

## 新川千本桜ウォーキング 身近な場所で健康づくり

身近なところで健康づくりをしようと、友の会は3月26日、昨年と同様に新川千本桜お花見ウォーキングを行いました。曇り空で小雨も心配される

中、区内各地から25名の会員が参加。船堀駅南口を10時過ぎにスタートし、船堀グリーンロード（緑豊かな通り道）から船堀3丁目公園をぬけて新川側道に出る。右へ曲がり

西水門広場に向い名所である火の見櫓と満開の桜を背に集合写真の撮影。時おり小雨が降ったり止んだりの中、新川の南側ぞいの遊歩道を進む。南側は日照の関係でソメイヨシノや大島桜などは満開に近く、「桜絶景」を楽しむウォーキングとなりました。新川の両岸には、天の川、大寒桜、紅豊、寒緋桜、ギョ

イコウなど多種の桜が植栽されており、また遊歩道には、清楚で黄色の花を咲かせる土佐みずきや、流れるように枝一面に白い花がさく雪やなぎなども目に止まりました。忍者橋から小江戸橋、桜橋まで来たところで、小雨が止まず、残念ながら途中での流れ解散となりました。



新川の名所となった火の見櫓と700本を超える満開の桜を背にして

### 体験記

## コロナ禍から国民の命を守れ 陽性者や濃厚接触者となって 自宅療養に不安と怒り

政府は、新型コロナウイルス「自宅待機では心配」イルス対策のまん延防止重点措置を3月21日を期限に全面解除しました。新規感染者数の「ピークは過ぎた」「出口は見えた」としていますが、感染者数は高止まりしています。第6波は、多くの人の感染と重症者を出し、第5波を上回っています。

医療機関は、深刻な医療崩壊という状況からようやく脱し、必要な医療が提供できるかどうかのぎりぎりの状況となっています。

「自宅待機では心配」「3回目のワクチンはいつ打てるのか」などの不安や怒りが広がっています。

を余儀なくされたり、濃厚接触者となって不安な体験をされたりした友の会会員の方に寄稿していただきました。

※2、3ページに掲載

### 江戸川区の感染状況 (3.29現在)

- ・人口 10万人当たり  
感染者数 9449人 (23区中8番目)
- ・ワクチン接種状況 (3回目)  
65歳以上 84.91%  
60～64歳 68.20%  
50～59歳 53.99%  
40～49歳 40.11% (区HPより)

まさか私が

S・A (中葛西)

3回目のワクチン接種後1週間経った頃である。発熱・痰・のどの痛みといった、コロナ感染の症状がでた。まさか私がコロナ？

2月中旬。近所に住む娘の夫が罹患。私は接触は無く、間もなく回復。

約10日後、小5の孫娘がコロナに。どこで感染したかはよく分からない。我が家にもよく来ていてよく食べていたのである。東京都に、濃厚接触者として娘、5歳の孫、私、私の夫4人の検査キッ

トを頼んでもなかなか来ない。娘の夫の計らいでY医院から取り寄せ検査することができた。私だけが陽性となったのである。

1週間の外出禁止。送られてきたパルスオキシメーターで酸素濃度を測り、スマホで保健所に報告。医院から薬の処方せんが出て、薬局で入手(解熱剤?)。よく効いて、1週間後にはほぼ回復。幸い後遺症もなく済んだ。

娘が手続きしてくれて、食料品などの支援もあった。しかし、私が高齢で1人暮らしだった

コロナ陽性で自宅療養を体験して

河合恭一(中葛西)

2月16日から熱が出た。17日は39・3度までになり、区内の病院でPCR検査を受け、翌18日に病院から「陽性です。保健所から連絡がいきます」と電話があった。保健所から「26日まで自宅療養です。体調が悪化したら連絡ください」と電話があり、その時点で、区内自宅療養者数は、1万5千人位いた。1週間は熱が38度前

後を推移し、食欲もなく、苦しい思いをした。妻が東京都の関係部署に電話したら、段ボールに入った食糧とパルスオキシメーターが届いた。1週間したら体温も平熱にもどり、食欲も出て入浴する気分になった。妻も濃厚接触者でパート1週間休んだ。

26日に保健所から「今日で自宅療養は解除になりました」と電話があった。

本来、伝染病なので入院が必要だが、数十年にわたり、自民党政権が保健所や病床数を削減したことが多くの命を奪うことになったと思う。

コロナ記

S・S (清新町)

1月の終わり、8歳の子が喉の違和感を訴え、夜中に39度の発熱。翌朝にかかりつけの小児科へ行ってPCR検査を受ける。陽性の検査結果は、翌日午前にその日の夕方には保健所(中央健康サポートセンター)から連絡が入り、自宅療養中はスマホアプリで10日間の病状報告を指示される。濃厚接触者である家族は、7日間の自宅待機を求められた。

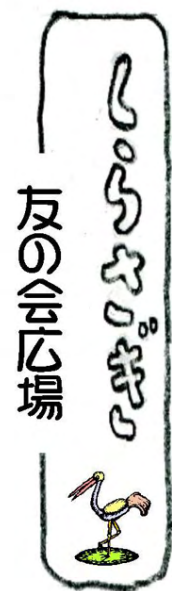
2日後に中学生の子が発熱。さらに一週間後、夫が発熱し検査の結果はまさかの陰性。その三日後くらいに私も発熱、検査は陽性。この頃、保健所からの連絡が。検査結果が出た翌日の夕方くらいで、業務の多忙さがつかげえた。

子どもたちは、順調に回復。5日ほどで全快したように見えた。大人の方は長引いた。解熱してもいつまでもスッキリせず、咳が続いた。発熱自体は37度後半くらいでそんなに高くないのだが、頭が

クラクラして、2日間 は病床から出られなかった。解熱しても咳は続かず、何より倦怠感はいびとく残った。症状のつらさはもちろなかったが、私が一番つらかったのは職場上司の対応。まず、子どもが発熱し、濃厚接触者として自宅待機をしたわけだが、家庭内での感染対策が遅れてしまい、子どもの発症から数えて8日間の待機となった。

その理由がなかなか理解されず「なぜ7日間ではないのか」と、しつこく問われた。また、私自身が陽性となった時には「あなたは勤務後にマスクなしでしゃべりをしていただけで本当か」「職場のみんなが不安になってる」と、あなたも私がウィルスをお撒き散らしたかのようになられた。これには本心に腹が立った。

この職場を辞めようかと思いましたが、病状が回復し、精神も安定した頃には、そんな気も失せて今に至る。弱っているときに重大な決断をしてはいけませんね。



俳句

俳句

三郷市 石塚 ふさ子  
赤白の梅の蕾や春一番  
土手来ればそっと目をだす露の薔

東葛西 細川 水雲  
春めくや田舎育ちが花粉症  
春寒し農地荒らすやロシア軍  
瘦せもいる小太りもいる雀の子

川柳

江戸川 小林 功  
プーチンは裸の王様かヒトラーか  
核共有どさくさまぎれに背後霊  
人が去り回転はやまるゴミ当番

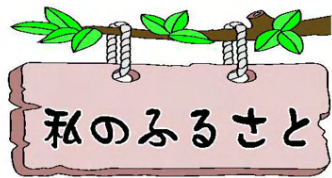
短歌

東葛西 新真  
父の復員あとかたもなく三、一〇  
6畳・4畳半戦後すぐ三所帯  
路地の果て各状各様閉店の辞



中央 二瓶 誠一  
が盛んで、刈り入れが済んだ  
後には干し場が作られ、すだ  
れに四角に漉いた海苔を竹の  
平串で刺して干しています  
た。何百枚も並び海苔は壮観  
でした。

明けやらぬ凍てし街なか女性いそぐ職場か家路かペダルの速し  
バス待ちの焔に九条の思い告げ「改憲阻止」の一筆もらいぬ  
アーケードに店あく故郷の物産店訛なつかしと妻は出かける



江戸川区

東葛西 奥山 とよ子

父が勤めていた日本ロール製造(株)の社宅は、葛西2丁目。私の生まれ育った地です。(葛西が、東・西・中・南・北に分割されたのは後年)

懐かしく想う葛西

祥・おしろい・口紅等の華やかな女装姿で、無病息災を願

文化財

4月頃には、長島のお寺の参道で植木市が立ち、草花を見るのが楽しみで遠い道を一

8月は両国の川開きがあり、葛西からも花火が見られました。隅田川の花火の場所より下流だったのと高層ビル

人で行ったこともありまし

最近、左近川を通る機会が

2月初旬のこと、濃厚接触者は薬局の検査キットが手に入らず、PCR検査もできなかつた。せめて検査ができ

交通機関は、不便なものでした。バスは、「錦糸町駅行き」と「新小岩駅行き」の都

2月になると、雷の大阪若の奇祭。男の人たちが、長襦

東西線の開通、葛西駅で止まっていた環七も通れるようになり、葛西駅周辺は開発が進みました。その中で、近隣の

東葛西7 江戸川区指定有形

最近、左近川を通る機会が

東葛西7 江戸川区指定有形

最近、左近川を通る機会が

東葛西7 江戸川区指定有形

最近、左近川を通る機会が

東葛西7 江戸川区指定有形

最近、左近川を通る機会が

東葛西7 江戸川区指定有形

最近、左近川を通る機会が

東葛西7 江戸川区指定有形

最近、左近川を通る機会が

着物メイクの会

捨てがたい着物をリメイクで甦らせよう

- 毎週(金)10時~13時
●葛西みなみ診療所5F
●飲み物は各自持参
●13人程度(予約制)

編集後記

「コロナ第6波最盛期の貴重な体験記ありがとうございませ

### 新小岩診療所・診療案内

江戸川区松島4-27-2 電話03-3651-2944

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:45~ 11:30	田村所長 (内科)	田村所長 (内科)	佐藤武文 (内科・ 神経内科)	田村所長 (健康診断)	田村所長 (内科) 恩田圭司 (整形外科)	吉川俊治 第1.3(内科) 江花有亮 第2.4.5(内科)
午後 14:00~ 16:00	田村所長 (内科)	外来休診 田村所長 (訪問診療)	青山麻織 糖尿病・予約制 佐野裕之 (訪問診療)	田村所長 (内科) 訪問診療 根岸美帆	外来休診 田村所長 (訪問診療)	休診
夜間 17:30~ 19:30	休診	田村所長 (内科)	大倉哲朗 (内科外科)	休診	田村所長 (内科)	休診

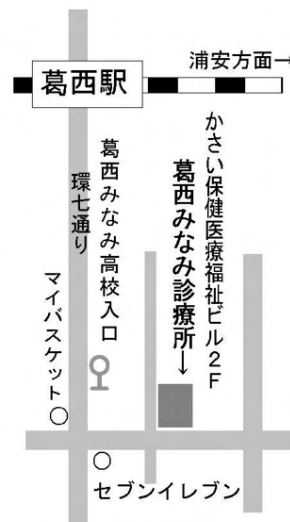


※午前の受付時間は水・土のみ 9:00~12:30です

### 葛西みなみ診療所・診療案内

江戸川区南葛西2-12-1 かさい保健医療福祉ビル2F 電話03-5679-7144

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9時~12時30分	松村所長	石田香苗	松村所長	石田香苗 注② 診療受付 10:00~ 12:30	古寺紘人	第1.3.5 森田 第2.4 工藤恵子
午後 14時~16時30分	注① 予約外来 松村所長	注① 予約外来 松村所長	休診 (訪問診療)	注① 予約外来 松村所長	古寺紘人	休診
夜間 18時~19時30分	休診	松村所長	休診	松村所長	休診	休診



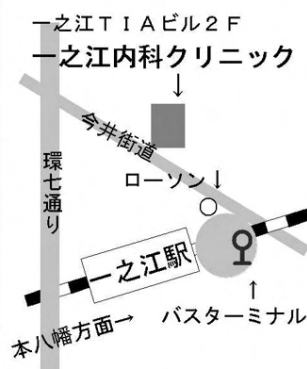
注① 月・火・木の午後は予約外来となっていますが、ご予約のない方も受診いただけます。(予約優先)

注② 木曜日9:00~10:00は健康診断専用時間です。  
内科受診の希望者は10:00~12:30の間にお越しください。

### 一之江内科クリニック・診療案内

江戸川区一之江3-2-35 一之江TIAビル2F 電話03-3656-6688

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9時~12時	高野所長	高野所長	高野所長	高野所長	松村浩生	杉本英樹
午後 14時~17時	高野所長	高野所長	外来休診 訪問診療	高野所長	外来休診 訪問診療	休診
夜間 17時~18時30分	休診	高野所長	休診	高野所長	休診	休診



※休診日は日曜・祭日・年末年始