

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

2023年10月10日 第132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  
メール：edogawa\_kenkou\_tomonokai@nankatu.or.jp  
郵便振替口座番号：00170-8-393711



来年秋に従来の健康保険証を廃止してマイナナンバーカードとひも付けた「マイナ保険証」に一本化する政府の方針に対して怒りの声が広がっています。

## トラブル続きの保険証では安心して受診ができない

### 健康友の会が東部地域の仲間と署名活動



保険証をなくさないで！とプラカードを掲げてアピールする江戸川健康友の会々々と署名を訴える猪瀬会長

江戸川健康友の会は9月13日、東部地域健康友の会の仲間といっしょに葛飾区の亀有駅前で「いまの健康保険証をなくさないで」と署名を呼びかけました。

この日の行動には、猪瀬悠紀子会長、矢野孝副会長ら6名が参加し、友の会名入りの半纏を着用しながら、プラカードを掲げてスタンディング行動し、31筆を集めました。「トラブル続きの保険証では安心して受診できない」「自分の医療情報もれることが心配だ」などと子どもづれの若い母親や買い物帰りの高齢者が署名に応じてくれました。

足立健康友の会事務局の北川秀和さんがマイクをにぎり「マイナ保険証で資格が確認できないなどのトラブルが相次いでいる。確認ができないれば、10割負担になる場合もある。お金の心配で、さらに医療にかかれぬ人がでてくる」といい、「マイナ保険証

では、現行保険証と異なり、5年ごとの申請が必要となります。いまの保険証を残しましょう」と訴えました。

健康友の会ではいま「現行の保険証を残してください」の署名活動にとりくんではいます。会員のみなさんにはすでに署名用紙が届いている（9月号に同封済）と思います。ご家族や知人に署名を広げて10月中に返信封筒を使って（切手不要）送ってください。（黒木）



足立友の会や看護師さんも参加



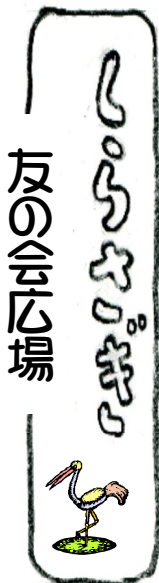
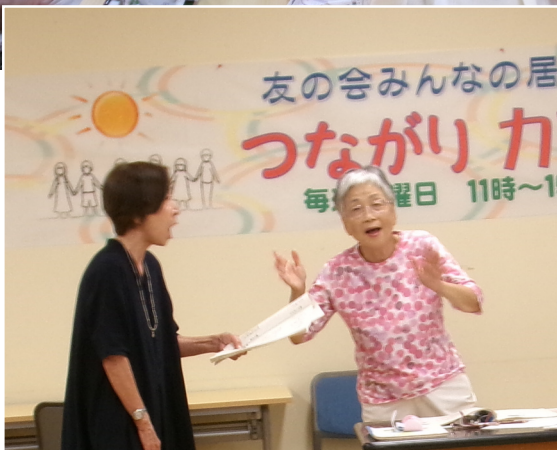
# 「つながりカフェ」に 歌声ひびく

いつもは和やかな語りいで「ハハ」。  
「おおシャランゼリゼ」を  
はじめ、「もみじ」の輪唱や  
「野ばら」「川の流れのよう  
に」「芭蕉布」など友の会の  
歌集からもたくさん歌いまし  
た。

友の会総会でシャランゼリ  
とその仲間のみなさんがアコ  
デオンの伴奏と共に歌のリー  
ドをして盛り上げてくれまし  
た。

渡辺さんは「同じアーの音  
でも口角を上げて声を出すと  
美しい声になります。やって  
みましょう！」と発声の指導。  
「楽しい発声のドリル（犬の  
おなか）」を歌いました。  
「いぬのおなかハハハハハ  
ふつきんつかつて ハハハ  
しぶりの開放感

↑渡辺淳子さんとその仲間の  
皆さん。柴崎淳子さん、徐村  
裕さん、星野ひろみさんが歌  
とアコーディオンで楽しい場  
をリード。



俳句・川柳など作品  
の寄稿は毎月20日まで  
にFAXなどでお届け  
いただければ幸いです。  
友の会だより編集部

## ▼俳句

三郷市 石塚 ふさ子  
灼熱に負けず花咲くさるすべり  
夏雲を写して流れ濁り川  
炎天下灼熱バス停医者帰り

## ▼川柳

中葛西 佐々木ゆづき  
あしもとを見えなくしている高い鼻  
肩書に頭を下げて名刺受け  
ひとつ欠けた夫婦茶碗と生き残る  
おだてにも乗って介護の女神様

## ▼短歌

信号を待つ間も猛暑は容赦なく電柱の陰にしはし身を寄す  
蝉たちは熱波にさらされ静かなり抜け殻いくつも木々に残して  
久々の墓参りとなりて根の深き夏草をひく猛暑のなかに



中央 二瓶 誠一

## エッセイ

### 人生捨てたもんじゃない

南葛西 久高美枝子

通所デイサービス「サロンさわ  
やか」のある朝の出来事です。  
「おはようございます」とエレ  
ベーターを降りてこられた平田さ  
んは、その日が初参加でした。と  
そのとき、以前からの利用者様で  
ある渡會さんとぼったり目があ  
いました。2人は初対面はずでし  
たが渡會さんが、「あら、どこか  
でお会いした事が・・・？」と言  
て気が付いたお二人。「あら  
〜！」「まあ〜」と、まさに約40  
年ぶりのご対面です。その奇跡的  
な出会いに周りの人達もびつこ  
り、感動の拍手、拍手です。「渡  
會さんはちっとも変わってないわね  
〜」「平田さんはもつと背が高  
かったわよね〜」から始まったご  
あいさつ、まさにお二人は40年ぶ

を味わえたひと時でした。  
地域包括支援センターの体  
操教室に参加してこの日の催  
し物を知った地域の方2名も  
楽しまれた様子でつながりが  
でき、友の会の活動を紹介す  
ることができました。

この日は27名が参加し、つ  
ながりカフェのスタッフから  
は「開店の日以来の参加と忙  
しさでしたよ」と嬉しい声か  
上がりました。  
つながりカフェ運営員会で  
は月一回はこのような催し物  
を計画中です。  
(森岡)

りの再会だったのです。  
職場の同僚であったお二人は、  
旅行へ行ったり、平田家で開い  
ていたカラオケ愛好会のメンバ  
ーだったり、親しくお付き合いを  
していたそうです。職場が変わっ  
てしまったり、多忙な日々でお互  
いが疎遠になってしまったそう  
です。その40年もの空白の時間が、  
お話をされていくうちに徐々に埋  
まっていくのがよくわかりまし  
た。今日も「サロンさわやか」に  
は、あの時の思い出話を楽しく語  
られるお二人の元気なお姿があ  
ります。

サロンさわやかなスタッフとし  
て2年。偶然が重なりあって、思  
わぬ出会いや出来事があり、人生  
の面白さ、素晴らしさを「サロ  
ンさわやか」で日々感じます。  
「人生捨てたもんじゃない」そ  
う思わせて頂きました。

## 編集後記

どれほどの人が孤独を感じ  
ることがあるのか、2万人  
を対象に国が調査をしたと  
ころ、40%以上の人が孤独  
を感じているとの結果が出  
ました▼また「さみしく  
も個人の自由を尊重してくる社  
会」を望む人が66%「わずらわ  
しくても人の付きあいが密接な社  
会」を望む人が34%だそうです。  
皆さんはどちらでしょうか？▼人  
との関わりを望まぬ人の割合が多  
いのは驚きです。自分の仕事と  
か人間関係で悩みを共感できる人  
がいないと気付いた時、初めて、  
自分はひとりだなんて改めて「さ  
みしさ」を感じます。孤独を感じ  
ない為にも、社会とつながりを持  
つ事はとても大事です▼健康友  
の会は「つながりカフェ」を毎週月  
曜日に、葛西みなみ診療所ビルの  
5階でオープンしています。喜び  
や悩みを共感できる明るくて楽し  
いみんなの居場所です。美味しい  
コーヒを飲み皆さんと語り  
来ませんか。  
(矢野)

## DVD “梅切らぬバカ” 上映会

自閉症の息子を抱える母と子の深い絆と愛情がじんわりと  
染み入るように伝わるドラマ。

60年以上にわたって数々の作品に出演してきた加賀まり子  
が、実に54年ぶりに主演を務める親子物語。

11月15日(水) 14:00~  
葛西みなみ診療所ビル5階ホール (入場無料)  
お問合せ：友の会事務局 (03-5679-7130)

## 着物リメイクの会

捨てがたい着物を  
リメイクで甦らせよう

- 毎週(金)10時~15時
- 葛西みなみ診療所5F
- 裁縫道具および飲み物・  
昼食は各自持参。

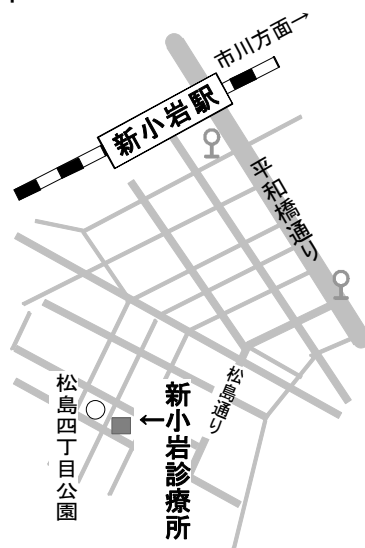
## 一之江センター

- <みんなの居場所>  
(手芸・小物づくり他)
- 毎週 火・木10時~15時
- <トークとうたう会>
- 毎月 第2土曜日  
14時~15時30分
  - 場所：一之江内科4F

### 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)	高橋直 (内科・神経内科) 青山麻織 糖尿病(予約制)	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)	外来休診 増子忠道 (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

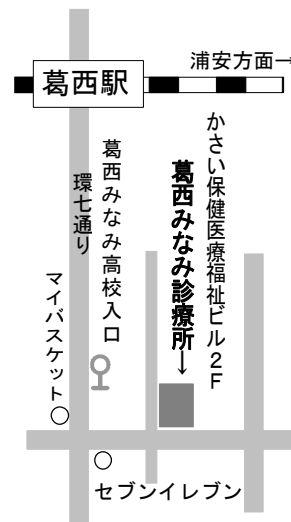


※午前の受付時間は水・土のみ 9:00~12:30です

### 葛西みなみ診療所・診療案内

江戸川区南葛西2-12-1 かせ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



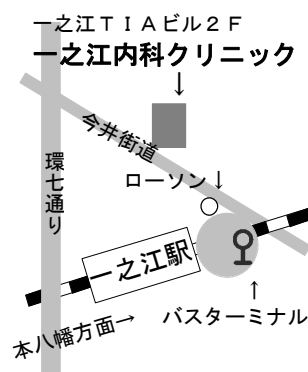
注① 月・火・木の午後は予約外来となっておりますが、ご予約のない方も受診いただけます。(予約優先)

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