

安心して住みつけられるまちづくりをめざして

# 友の会だより

2023年12月10日 第134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



赤く実ったりんごの木を背に  
りんご園の前で



陽の当たっている所のりんごが甘い  
そうです、と手をのばして

## 甘いりんごと青い空と群馬の山々

### りんご狩り日帰りバス旅行

健康友の会は11月13日4年ぶりに日帰りバス旅行を行いました。大型バス一台、定員いっぱい51名が参加し、秋の1日を満喫しました。盛りだくさんの内容で参加者も大満足のバス旅行となりました。

#### 久しぶりの旅行に おしゃべりに大満足

西葛西 佐藤 敬子

りんご狩りバス旅行に参加しました。朝の冷え込みで慌ててダウンを着込んで家を出ました。群馬県は晴天、真っ青な空、周りの赤城山、榛名山が見え、スムーズにバスは進みました。

次は水沢万葉亭で昼食。水沢うどんにマイタケご飯。おなか一杯になり、その

た。

車内の自己紹介では、このバス旅行を皆さんがとても楽しみにしていたように感じました。

りんご狩りは沼田市利根町。一本松観光りんご園に到着。春に花芽が付かず、そして夏の猛暑により、例年より収穫が少ないようです。生産者から袋を渡され、1人3個のお土産、1個は試食でいただきました。とても甘いりんごでした。

の足で水沢観音にお参りしました。

それから富岡ICで降りてこんにやくパークに寄り、無料バイキングで試食後、買い物をしました。添乗員の佐藤さんからりんごも重いし、こんにやくも重いので考えて買い物をするようにと助言があったにもかかわらず、買ってしまつた！重いものは夫に背負わせ、リュックが肩に食い込み、気の毒でした。

久しぶりの旅行に沢山おしゃべりができ、楽しい一日が過ごせました。バスの中の雰囲気もよく、みなさんにこやかでした。友の会の副会長さんより、ひとりで過ごすことが多い方、知り合いの方を友の会に誘ってくださいと訴えがありました。

平和だからこそ、旅行もできると思います。

4ページで発行しています



ながま増やし月間

松島支部で地域訪問

松島・中央支部はながま増やしがなかなか進んでいないので、まず昨年入会呼びかけの手紙を出した患者さんを訪問しようということになりました。

11月6日午後2時から幹事2名、職員事務長、看護師さんの2名で、松島3・4丁目の患者さん11名の訪問ができました。4名は留守でしたが、6名は職員も



患者さん訪問の準備をする藤巻事務長、村上看護師長、中村さん

診)を受けている方が一名入会してくれて、その場で申込書を書いてもらいました。また退会したいと言っている気になる会員さん2名



看護師長さんと訪問活動する猪瀬会長(右)

も訪問しました。話をする中で家族に言われたけど退会しないで続けまうと言われ、ホッとしました。11月16日は診療所前にテナントを張って入会の呼びかけをする予定でしたが、体調を崩す方が続出し中止しました。その日、職員が会員に会費のことで連絡した際、家族会員を一名増やしてくれました。飛躍的には進みませんが地道に取り組んでいきたいと思えます。(猪瀬)



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

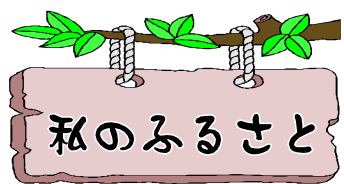
三郷市 石塚 ふさ子
ハロウィン愛犬なにに南瓜のハット
ほんのりと色づく南天秋の空
サイクリングは思い出に今は走らぬ
エルゴメーター

▼川柳

江戸川 小林 功
物価上げて支持率下げてまた下げて
適材を選んだつもりが不適材
久しぶりいくつになつたと聞く同級生
中葛西 佐々木 ゆづき
おつちよこちよいでもなれました高齢者
玉に瑕こんなにあれば瑕の玉
百年の計より今日の食べる物の命ただの数字にする戦

▼短歌

七度目のコロナワクチン打ち終えてほっと一息秋空見あぐ
酒米の品質落としし酷暑なり蔵元の愁い酒屋の胸打つ
聞く耳も寄り添う心も持たずして総理はもつたり聞き流したり



長崎県

清新町 伏谷 政幸

は、市の中心部に住んでいる人と郊外に新しくできた町の住人で、多くの人は離れた所に駐車場を確保しそこから狭い道や階段で家に帰ります。市街地では、路面電車がのんびりと走り市民の大切な足となっています。料金は140円

坂と和漢蘭(わからん)文化の街

忘れてはならない被爆地

私の故郷は長崎県長崎市です。東西と北の三方を山(登山好きの人から見れば丘ですが)で囲まれ南側は海で、地形としては海が陸地に食い込んだ入江となっています。平らなところがほとんどなく、山の斜面に家々が階段状に連なっています。そんな土地なので、道は坂道又は階段です。仕事や結婚で長崎に住むことになった人は、最初、坂道と階段に苦労するそうです。住んでいる家まで車で帰れる人

円で、他の交通機関より安く長崎市民に親しまれています。長崎の町の西側には稲佐山があり、そこからの景色はすばらしく、特に夜景は観光スポットになっています。長崎が有名になったのは、江戸時代、幕府の直轄地として公式に外国と貿易ができる

長崎の歴史で忘れてはならないのが、1945年8月9日午前11時2分、広島に続いて第2の戦争被爆地になったことです。この時の被爆の様子や被爆者の苦しみを伝える「原爆資料館」があります。館内には有料の展示スペースと無料の展示スペースがあり

無料のスペースでは亡くなった方から水をとって亡くなったことから水をテーマにしたミニコメント、原爆の資料の展示、映像による展示等があり、原爆の悲惨さ、被爆の恐怖、平和の大切さを知ることが出来ます。路面電車の「原爆資料館」という停留所であり、少し急な坂道を上ったところにあります。もし長崎に行かれることがあれば、訪ねていただきたい所です。私の故郷は平和を訴え続ける小さな港町です。(猪瀬)

DVD「梅め切らぬバカ」を鑑賞

母と息子の深い愛情を感じて

健康友の会は昨年「老後資金が足りない」「いのちの停車場」「遥かなる絆」などのDVD鑑賞会を開いてきました。11月15日は「梅切らぬバカ」を34名の方が鑑賞しました。自閉症の息子と母の深い絆と愛情がじんわりと染み入るように伝わってくるドラマで、深い感動に包まれる思いでした。南葛西から鑑賞会に参加した女性の方は、「私も千葉県の施設で5年間働きました。施設から福祉作業所へ働きに出る自閉症の方の日々のくらしを応援してきました。こうした映画を多くの人に観てほしい」と語りました。

12月13日(水) 「大コメ騒動」 106分 井上真央主演



あらすじ・ストーリー 大正7年8月、富山県の海岸に住む「おかか」と呼ばれる女房たちは、高騰する米の価格に頭を悩ませていた。米屋に安く売ろうと頼んでも聞き入れられず、リーダーのおばばは逮捕されてしまう。彼女たちは我慢の限界を迎え、ひとつの事件を機にとある行動に出る。解説 1918年に富山県海岸部で起きた市民運動、「米騒動」を基にした歴史エンタテインメント。

1/17(水)「とんび」139分 阿部寛主演
※いずれも14:00~葛西みなみ診療所5Fホール

編集後記

▼先日、新小岩診療所の職員と一緒に地域訪問をしました。久しぶりの松島地域でしたが街並みがだいぶ変わっていました▼入会のお誘いで訪問したのですが、みなさまからは体調への不安、日常生活の不安、気軽におしゃべりできる場所があったらいいね、などの話が出されました。安心して住みつけられるまちづくりをめざします▼今年もいろいろあり、アツという間に過ぎてしまった気がします。健康友の会のサークルや居場所づくり、楽しい行事、旅行など計画しておりますが、みなさんからのご意見ご提案をお待ちしております。(猪瀬)

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
12/29・1/5は休み
●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・参加無料

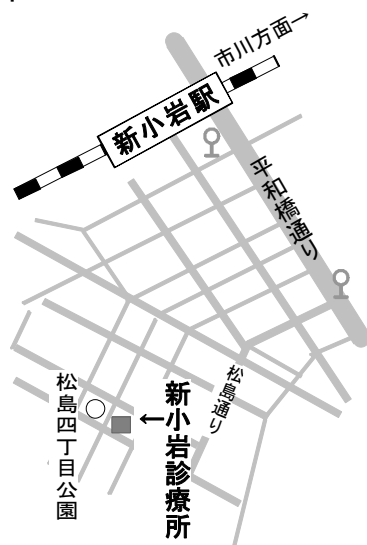
一之江センター

<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

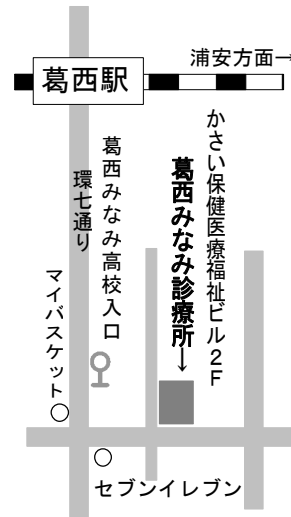


※午前の受付時間は水・土のみ 9:00~12:30です

### 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



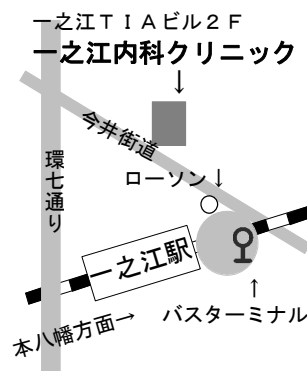
注① 月・火・木の午後は予約外来となっていますが、ご予約のない方も受診いただけます。(予約優先)

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