

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

2025年12月10日

第154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

日帰り
バス旅行

色づいた山々の景色 山梨へぶどう狩り

朝夕の冷え込みが少しだけ感じられる季節になった十一月八日江戸川健康友の会は、会員さんの「ぶどう狩りに行きたい」とのリクエストに応え、山梨県笛吹市のぶどう園に、総勢五十二

名の参加で出かけて来ました。お天気も良く、これから楽しめるぶどう狩りに皆さん胸を躍らせ出発しました。しかし絶好の行楽日和ゆえに、また富士五湖方面の紅葉狩りと重なり、首

い、バスはノロノロ運転、一向に前に進まず時間ばかりが経ちました。そこで急遽皆さんに朝配布した、文化レクリエーション部作成のバス旅行歌集で、参加者一同大合唱をしました。皆さんと一緒に楽しく歌っていると、大渋滞のイライラもすっかり忘れてしまい、何とか一時間少々遅れで見晴しブドウ園に到着しました。

たが、中には五房を食べた参加者もいました。青空の下、色づいた山々の景色を見ながら、秋の味覚をじかに味わう事ができ、日頃のストレスも何処へやら、めったにない体験が出来ました。昼食は、山梨フジフルーツパークにて「信玄鶏五目せいろ御膳」が用意されており山梨名物のほうとう鍋も添えてあり、美味しく頂きました。皆さん食後の後はお土産のお買い物をたくさんしていました。最後は「笹一酒造」に立ち寄りました。丁度「笹一新酒まつり」のイベントが開催されており、店の前の広場には、新酒を嗜む多くの人で賑わい、私達も新酒・ワインの試飲をしました。スッキリした味だったので、自分分のお土産をつい買ってしまった。



90歳を迎えた、嶋倉さんと平田さんも付き添いに見守られ、ぶどうにハサミを入れて収穫。



色の濃いブドウを選びました。お味はどうか？

帰りのバスでは旅行の感想を兼ねた自己紹介をしてもらいました。とても楽しかった、来年もまた行きたいとの感想が多く寄せられ、交友も深まり帰宅の途につきました。

(矢野)

仲間増やし月間

目標に近づけよう

さまざまなつながりを活かして

友の会は今年度80名の仲間増やしを目指しています。まだ目標まで遠いですが、10月からの仲間増やし月間で、少しでも目標に近づけようとあれこれ工夫をしています。

葛西みなみ診療所では入口に友の会コーナーを設け、月・火の午前中



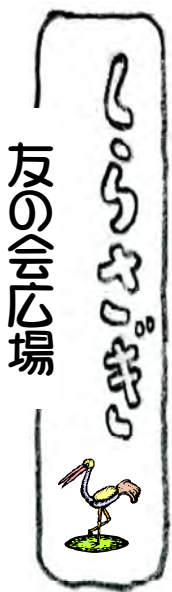
診療所の入り口で声かけ行動

入会案内などを渡し「友の会に入りませんか」と声かけを行っています。素通りして行く人もいますが、「何ですか?」と興味を持ってくれる人もいますので、毎回数人に入会案内を渡しています。

診療所窓口でも職員さんが「入会のご案内」を渡しながら、呼びかけを行っています。

またこの間一之江健康サークルで4人、つながりカフェのお食事デーを通して4人、など日頃の取組みの中で仲間が増えていきます。

今月は日帰りバス旅行に参加した



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
日が暮れて銀杏の葉っぱ銀の舞
茄子の枝作り椿や迎え花
愛犬にセーター着せて夜散歩

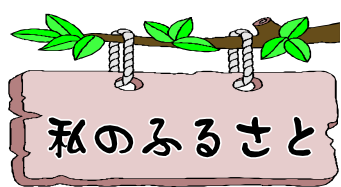
川柳

江戸川 小林 功
跳びはねてつくり笑いでボチの芸
「ただいま」と言えなくなった里帰り
男湯に熊出現か毛むくじやら
元氣ですか会うたび聞くな不安増す
電動車でも追い越せぬママチャリに
喧嘩の傷舐め後悔の味を知る
胸に空く穴埋めてきた秋がない
赤面の漢字のシャツでYOUNG闊歩
ドラ息子説教垂れる親になり

短歌

里山の麓に朽ちし民家あり暮らしも消えて秋草わびし
はらはらと萩の小花は降り注ぎ金木犀も秋競いおり
蝉の声虫の音さえも微かなり夜中の落ち葉カラカラと鳴る

中央 二瓶 誠一



福島県

南小岩 佐藤行安

私の故郷は国道4号線沿いの福島県中通り旧宿場町の清水町という変哲もない所です。

4〜5歳の頃でしょうか、表がやけに騒がしくなり、兄が脱兎のごとく国道に向って駆け出しました。後を追った私が見たのは、大勢の子供たちが進駐軍のジープを追いかけ、ギブミーチョコレートと絶叫し、兵士が嘲笑いながら投

同郷の八巻元会長

畏敬の先輩

その夜、母はホタルを沢山取ってきて蚊帳に放し無理にはしゃいでいました。美しい母と寂しい螢との群舞はまるで万華鏡を覗いたようでした。

小学校一年の時母が旅立ち、やむなく東京への引つ

話が蘇ってきました。トンネルの先の東京の空を見た時、私は故郷を完全に捨て去りました。

10年ほど前、いつでも元氣な志の集金を兼ねて老齡の男性が訪ねてきました。

被爆者とともに署名提出
友の会が集めた分ふくめて



署名共同提出のつどいの参加者 11/21

日本原水爆被害者団体協議会（日本被団協）は11月21日、核兵器のない世界の実現に向け、日本政府に署名共同提出集会をひらき、344万9012人分の署名を外務省に提出しました。提出した署名数の中には、友の会々員から寄せられた分約200人、江戸川ネットワークで集めた約3万6000人分が含まれています。

「高市内閣が非核三原則の見直

し検討」との報道がされる中、全国から約100人の被爆者が参加しました。署名提出後の集会には寒空のもと約700人が被爆者といっしょに「日本政府は禁止条約に参加せよ」「非核三原則の見直し反対」とコールしました。

今年は被爆80年の節目の年です。核兵器廃絶を願う声を広げ、政府に禁止条約の署名・批准を求めてひきづき署名活動をすすめましょう。（黒木）

方2名が入会し、また診療所内に置いてある友の会だよりで着物リメイクサークルを知り、ぜひ参加したいと1名が入会するなど、さまざまなつながりが仲間増やしに結びついています。（森岡）

編集後記

熊の被害が連日報道され、多くの方が命を落とされた。そろそろ冬眠かと思うが今年だけの一過性出来事といえないようだ。難しい対策が求められている▼物価もコメの価格も下がらない。長年の「減反」政策から増産にかじを切った前政権から、現政権は再び「減反」再開か？安価な輸入米に流れれば食料自給率はさらに下がる▼高市政権は「台湾有事」を一人歩きさせ、軍事費は過去最高にして隣の国を攻める武力を持つもやむなしの世論を醸成。一方医療・社会保障は抑制され続け、医療機関や介護事業所の倒産は過去最多に。私たちのいのちが脅かされている▼猛暑の疲れ、流行のインフルエンザにも気をつけ健康やかに新年を迎えられますように。（伊藤）

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
- 参加無料

コガネ サークル アミティエ

木の音色を奏でませんか

- 毎月 第3(火) 10時～12時
- 葛西みなみ診療所5F
- 電話：03-3687-9021 小倉まで

らくらくスツッキリヨガ教室

男女問わず100歳までOK

- 毎月 第2・第4(水) 10時30分～12時
- 葛西みなみ診療所5F
- 水分、ヨガマット又はバスタオルなど持参
- 参加費300円

つながりカフェ

みんなの居場所 お越しをお待ちしています

- 毎週(月)11時～15時
- 葛西みなみ診療所5F
- コーヒー100円 茶菓子100円

一之江健康サークル

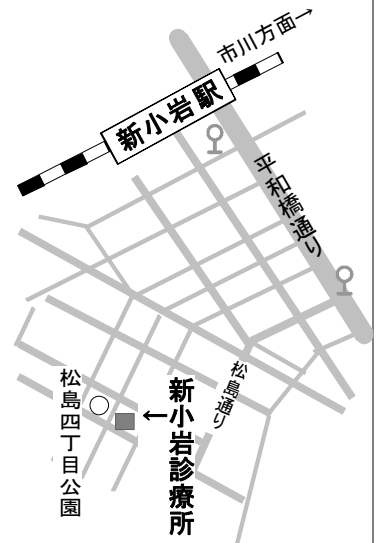
手芸を楽しみながら交流

- 毎週(火)(木)10時～15時
- コミュニティプラザ一之江
- 問合せ：090-2435-8592(渡辺)
- ＜一之江歌う会＞
- 毎月第2(土)13時～15時
- 松江区民プラザ・音楽室
- 連絡先：090-1206-4478(小永井)

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)	診察9:30開始 予約外来 青山麻織 (糖尿病外来)	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)	休診 田村所長 (訪問診療)	田村所長 (内科/消化器 内科) 藤井 (訪問診療)	田村所長 (内科) 角田貴大 (訪問診療)	田村所長 (訪問診療)	休診
夜間 17:30～ 19:30	休診	田村所長 (内科)	休診	休診	田村所長 (内科)	休診

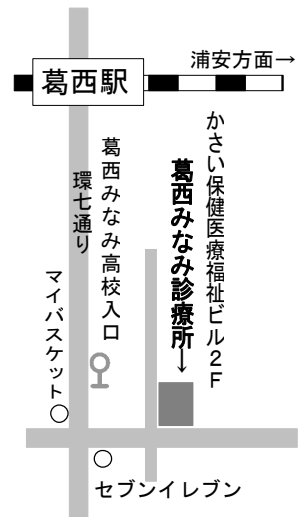


※午前の受付時間は水・土のみ 9:00～12:30です

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 内科受付 10:00～ 12:30 古寺紘人	注③ 受付終了12:15 第1.3.5 小出瑞穂 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	休診	休診	松村所長	休診	休診



- 注① 月・火・木の午後は予約外来です。ご予約はお電話でも受け付けています。
 注② 金曜日の9:00～10:00の間は内科診療の受付はできません。内科診療をご希望の方は10:00～12:30の間にお越しください。
 注③ 土曜日のみ12:15で受付を終了いたします。ご注意ください。

どこの処方箋でもお受けいたします

なぎさ薬局南葛西2-12-1 かさい保健医療福祉ビル
TEL03-5679-7137 / FAX03-5679-7138

なぎさ薬局では、おくすり手帳をお渡ししております。みなさんが飲んだり、使ったりしているお薬の記録を残すためのものです。

この手帳があれば、◆医師・薬剤師が、どのような薬をどのくらいの期間使用しているかを知ることができます。◆医師・薬剤師が、同じ薬が重なっていないか、よくない飲み合わせではないかをチェックできます。おくすり手帳は、お薬を有効に、安全に使用していただく手助けになるのです。

