

足立健康友の会

かばら支部ニュース

第29号
2010年12月16日
☎: 3605-5594
<http://kabara-tomonokai.kenwa.or.jp/>

かばら恒例の日帰り旅行

偕楽園・大洗水族館 33名参加

魚が食べたい、ではじまった、かばら日帰りバスの旅は、晴天の十一月二十一日、常磐道を軽快に走り、紅葉の水戸偕楽園に到着。



大銀杏が見事に黄金色に輝いて出迎え、梅林は静かで、好文亭までのんびり歩き、三階から紅葉越しに見える絶景に、皆、水戸藩主の気分になり、カツ、カツ、カと大笑いとなりました。那珂湊は、大勢の買い物客で混雑の中、刺身とえび天、大じみ汁の昼食に満足し、市場内で魚を買いまくり、眼の前に見えるアクア・ワールド・大洗水族館へ移動。三階から入ってすぐにイルカショーが始まり、大ジャンプには皆拍手。

看護・介護の相談会

いつ 毎月、第3木曜日10時
どこで 小児科診察室
普段、受診しても先生と相談する時間がなく困っていること・わからないことなど相談ができます。

1月は20日10時



でした。また、自然と紅葉も堪能して、充分満足しました、と言う

話が次々で、又出かけよう、のかばらバス旅行でした。

実行委員 田中 英人

定例化で楽しい班会を！

金子班会（班名がまだ決まらず）は、今年度から班会を月1回定例化して、第4木曜日に開くことを決めました。

手先を使っているいろいろな物を作って楽しみ、お茶を飲みながらおしゃべりを楽しみ、脳を使って認知症にならないようにしましょう。「健康班会」も計画し、その時は看護師さんに講師をお願いしようということになりました。

『うつ病の勉強とおしゃべりの会』

第二回の健康班会は、11月25日（木）一時から、看護師の藤原京子さんを講師にむかえて開きました。参加者は始めての人が3名で合計14名でした。

自己紹介のあと「うつ病で苦しんだ方から具体的な話が聞けて誰もがいつなるかわからない病だということがわかりました。

50代、60代は年齢的にもホルモンの働きが大きく変わり、子どもが成長し離れていく、加齢による病気、親しい人の死、介護等の

ストレスも多い。

「眠れない」「食欲がない」「意欲がない」から「死にたい」と自分



ではどうにもできなくなったら「心療内科」の受診をうける（話を聞いてくれ、ほめてくれる医師を選ぶ）。セロトニン（心のバランスを整える作用のある伝達物質）不足は薬で補充する。頑張りすぎで自分を追いつめない。考え方を換え、生きていることを実感していく。おしゃべりと笑いはとても良いとのことでした。

今回の班会もにぎやかでしたが、回を重ねお互い親しみも増し、「元気の素」となってきました。興味のある方は参加してみてください。次回（11月27日）一時から金子宅です。（かばら診療所受付まで申し出て下さい）

報告 種家 昌子

みさと健和病院祭

「水戸黄門劇」を観て

嶺岸さんの「白衣のスターたち」を読んで一度は名物「水戸黄門劇」を観てみたいとみさと健和病院祭に初めて参加しました。

病院祭は27回目というのですが思っていた以上に規模が大きくてびっくりしました。模擬店の種類も多く舞台の演目もバラエティに富んでいました。天気も良く昼間からビールを飲みジャガ餅やすいとん汁を食べて「水戸黄門劇」を待ちました。



「白衣のスターたち」を読んで

いたので、演じるのはみんな病院の職員で素人のうえに中々一緒に練習もできないと知っていました。本当にセリフを覚えていた人は少なく黒子の声を頼りの人が多いのに最初はびっくり。それなのに不思議とひきつけられて楽しく観てしまいました。なぜなのかしら？

「白衣のスターたち」

蒲原診療所の放射線技師は、みなさんご存知の劇作家です。

その時代の世情を盛り込んだ人情劇「水戸黄門」を書き続け30作となりました。

この本には顔見知りの医師、看護婦、患者、友の会員さんが登場しています。

定価2000円を1500円です。

診療所受付まで

決して上手ではないのですがとにかくみんなで一生懸命だからなのか、中味が世の中の出来事を上手に盛り込んでいるからなのか、また会場からのタイミングの良いヤジが愛情あふれているからなのか、

舞台と観客の何とも言えない一体感ではないかと思いました。演じ終わった出演者一人ひとりのコメントはとても爽やかで、この舞台で経験したことがこれからの病院での仕事にきつと役立つとい

くだろうと感じました。同じ病院で働いていても職種が違えば中々一体感を持つのも難しい中で、この「水戸黄門劇」は世の中の勉強になるとともにこの一体感を持つのに大きな役割を果たしているのではないかと思いました。またお医者さんや看護師さんたちが演じている姿を観て観客（患者さん）も病院をとて身近に感じられる

のではないのでしょうか。何も知らず読んだ「白衣のスターたち」をもう一度読み直してみようかと思

清水 扶佐子 記

私のふるさと

大阪北摂（摂津）の山なみ

私のふるさととは、六甲から京都府に東西に連なる北摂の山なみの南側にある茨木市です。京都から大阪に向けて走る新幹線の車窓からならだらかに続く山なみを見るといつも帰ってきたなと思います。

成人した頃（1963年）に名神高速道路のインターチェンジが

出来、テレビやビールの工場などが進出して軽工業地帯となつていきます。また大阪万博（1970年）の時は、JR茨木駅が会場のすぐ東だったので観客が続々会場に向かいました。



少年時代を過ごしたふるさとと現在ではまるで違っていますので、ふるさとを書くとするならば、工業化される前のこととなります。

茨木は「茨木童子」の茨木で謡曲「羅生門」に出できます。茨木童子は大江山の酒吞童子の一の舎弟で渡辺綱に腕一本を切り取られた鬼です。

幼少期を過ごした家は北摂の山なみの南側にある集落の一つで、京都から神戸をつなぐ「西国街道」にありました。古くから拓かれ、家から3百メートル離れた丘には、

大化の改新で中大兄皇子（天智天皇）の腹心として活躍した藤原鎌足（藤原氏の始祖）の古墳があり、小学校低学年の頃はそこの石組みのところまで遊びました。

山なみのふもとはなだらかな傾斜地で、春は菜の花畑が広がり自転車で走ると特有の花の香りに包まれました。大阪摂津の俳人、与謝蕪村の句に「菜の花や月は東に陽は西に」があります。また、そのとおりでした。

小学三年で町場に転居。ビール工場用地だった草っ原でキリギリスを釣りました。餌は玉ネギ。かごのキリギリスは一夏スイーッチョスイーッチョと鳴いてくれました。隣の森には神社があり社内の用水池の林は白鷺のお宿でした。

10年ほど前にその近辺を訪れたところ神社や池はなく、代わりに高速道路の高架橋が空を横切っていて、どこがどこか分からなくなっていました。ところが住宅街の中に石の鳥居が突然現われ、そこが神社に続く参道の入口だったことが分かりました。（まるで映画「猿の惑星」の気分）

私のふるさととは、わずか50年でこんなに変貌したのです。思い出のふるさとで変わらなれないのは北摂の山なみだけのように思えます。

紹介者 久保正雄