

足立健康友の会 かばら支部ニュース

第55号
2013年2月21日
☎: 3605-5594
<http://kabara-tomonokai.kenwa.or.jp/>
mail:kabarashibu@yahoo.co.jp

蒲原診療所開設50周年・歯科30周年

笑顔あふれて「新春の集い」 「365歩のマーチ」で新たな一歩

毎年恒例となっているかばら支部「新春のつどい」が2月10日に行われました。今年は一連休の真ん中だったにもかかわらず総勢113人もお越しいただき、地域の方々と職員と一緒に過ごす楽しい会となりました。



演芸コーナー（これがないとか

ばらとは言えませんが！）のトップバッターは先日TV東京の「アド街ック天国」で紹介された「桜遊会」の皆さんによる銭太鼓、沖繩のエイサー踊り、南京玉簾でした。日頃の朝練の成果が生かされとても息が合って格好よかったです。



続いてかばら支部のうたごえサークル「こもれび」の皆さんによ



るコーラスでした。3曲目の「365歩のマーチ」は会場の皆で一緒に歌いました。手拍子も入り会場中が笑顔で楽しんでいるようでした。

続いて登場したのは「フラオハナ」の皆さんによるフラダンスでした。ハワイアンミュージックと



元気で明るい踊りに、外は寒い冬のはずなのになぜか温かい空気を感じました。なんとこのグループは親子3代で構成されているとのこと。お孫さんからおばあ様まで一家でフラダンスを踊れるなんて本当に素敵なことですね。

次に登場したのは馬越工さんによるシャンソンでした。「花は咲く」は「こもれび」と同じ選曲となりましたが、歌い手さんによって全然違う曲のようでした。今句の歌ですので口ずさんでいる方も何人もいらつしやいました。最後の「マイウェイ」はあまりの美声に聞き惚れてしまいました。お話も軽妙でいつも楽しませて下さいます。

そして次に登場したのは「東和仲良し会」の皆さんによる日本民謡でした。1曲ずつ違う方が歌われましたが、どの方も会場で響き渡る声に張りがあり洗練されていると感じました。新春のつどいに相応しい演目で演芸コーナーの最後を締め下さいました。さて、お昼休憩を挟んで午後は、診療所職員で友の会かばら支部の嶺岸宏事務局長による講演会が行われました。今年「蒲原診療所50周年・歯科診療所30周年」の節目の年ですので、「両診療所の歴史と明日への期待」というテーマで行われました。昔の写真を見ながらのこの講演はとても興味深い

もので、私のように蒲原へ来て2年目の職員には初めて知る内容ばかり。会場の皆さんはこの地域で蒲原診療所と共に生活されてきた方が多いので、「懐かしい」とか「ああそうそう、そうだった」という声が多数飛び交っていました。堅苦しい講演会とは違い、会場皆で一体となって昔の記憶を思い出し懐かしむ、楽しい講演会でした。



紙の連4の鶴を折

つて下さり会場からは感嘆の声。かばら支部は芸達者な方ばかりでいつも驚かされます。そして今回のくじびきの商品は、1等米3キロ、2等米2キロ、3等鉢植えの花、4等折りたたみ傘・ティッシュボックス、そして参加賞。一喜一憂の歓声の中「新春のつどい」の幕を閉じました。

報告 医科職員 池田 満穂

下町の健康を会員さん宅にお届けしている「さわやかさん」の頃のご苦労に慰労を兼ねた交流会を1月19日に行いました。

会報をお宅まで届け続けて！ さわやかさん(配達者)交流会

今年には配達軒数の多い人を4ルートに分けて負担を軽減し、加平地域を新たに郵送から手配りに変更しました。新しい配達者も4人参加して近年にない総勢24人の交流会となりました。

ら区政の報告をしていただきました。その中で国民健康保険の保険料の値上げが大きいので負担を軽くする2年間の激変緩和期間が12年度で終了するので13年度は大幅な値上げが予想される。共産党は緩和期間の延長を区長に求めているとの話がありました。また、特養ホームの待機者が全都で4万人いて足立区ではその一割にあたる3800人がいる。区では、13年度に新しく5か所で10000床のメドがたったとのことでした。

参加者から手配りを始めたさっかけや苦労ばなしやエピソードなど出し合い交流しました。綾瀬の仙石さんは母が(昨年106歳で他界)下町の健康発刊以来手配りをはじめ98歳まで配っていたのを引き継いで配り始めたとのこと。

分割で新たに配り始めた滝沢さんは、娘の友達の家や土建の仲間がみんな蒲原診療所を利用していたのでびっくりしたと話がありました。金子さんは、地図の通りではなくコースを変えて配ることで頭の体操をしている(認知症の予防になる)が子犬と30分くらいでいい運動になっている。



関茂さんは体調を崩した人から30数部引き継いだが近所なので



知り合いも多く途中で話し込んだりしてしまふのでどの位かかるかわからないとのこと。平野さんは毎回、世相を反映した川柳を投稿してきました。民医連は私たちの声を聞いてくれるので頼りになる。地域にはどんだの生活を余儀なくされている人が多くいるのでなんとかしないと民医連に期待の話をされました。

報告 渡辺 政次

1月17日(日)に神明住区センターを借りて「中高年の健康」

「中高年の健康」「認知症」について 辰沼班が学習会を開く 12名参加

知症」について「おはなし会」を開きました。会は「友の会辰沼班」と「新婦人の健康の会」で呼びかけ講師に元蒲原診療所の内科医の早川道夫先生に来て頂きました。会には呼びかけ団体のほか地域の人も含め12名が参加しました。

先生の資料にそってわかり易くかみくだいたお話でした。その後、「認知症の予防はどうしたらいいのか?」「元気に暮らせる」高年齢者の様子」等、「毎日、日記や歌を唄ったり」「一人暮らしでも毎日外に出て体操や住区センターにきて皆と交流しているよ」「物忘れが多いが認知症かな?」等々皆さんから話が出ました。



ついでに「おはなし会」を開きました。先生は「友の会辰沼班」と「新婦人の健康の会」で呼びかけ講師に元蒲原診療所の内科医の早川道夫先生に来て頂きました。会には呼びかけ団体のほか地域の人も含め12名が参加しました。

民医連と友の会の機関誌「いつでも元気」は1カ月380円です。百円が被災地支援になります。乞うご購読! 蒲原診療所窓口迄



先生の奥さんも軽い「認知症」とのことでご一緒に参加され、お二人が助け合