

# 足立健康友の会 かばら支部ニュース

第57号  
2013年4月18日  
☎: 3605-5594  
http://kabara-tomonokai.kenwa.or.jp/  
mail:kabarashibu@yahoo.co.jp

地域の皆様に支えられて 210名参加  
盛大に50周年・30周年を祝う  
安心して住み続けられる街へ 新たなスタート

去る3月24日(日)、「蒲原診療所創立50周年・蒲原歯科診療所創立30周年」を記念して、その式典・祝賀会が蒲原ヒルの1階と3階を会場に開催されました。

この会には地元の町会長、東綾瀬団地自治会役員、三郷・葛飾・墨田・足立の各地域友の会の会長・事務局長などの役員代表、医科・歯科両診療所に入りの業者、友の会かばら支部役員とかばら支



挨拶する高所長



手づくりで50周年を祝う桜遊会のみなさん

部に所属する「下町の健康」手配り協力者(さわやかさん)、両診療所の現・旧職員など210人が参加、にぎやかな交流が行われました。それを出迎える蒲原グループの職員は、急用と子供の病気で欠席した人を除き、ほぼ全員がホス

ト役で招待者を歓待しました。「こういう機会でもなかったら会えなかった」と何10年ぶりに再会し



挨拶する三浦・吉沢両元所長

た昔の蒲原診療所・歯科診療所の職員は、お互いとその元気な姿を讃え合い、近況などの話題を交え、懐かしい話に花を咲かせていました。

また、旧診療所長・歴代看護婦長(師長)・歴代事務長などの話と紹介の時は、「あの当時、お世話



挨拶する岩下・青木・遊馬各師(婦)長

になった先生(看護師さん)などの会かばら支部の役員さん同士で話が弾んでいました。

また、交互にマイクを握った歴代の職員(医科・歯科の先生方、看護師さん、事務長さんなど)の話はみなさんの個性あふれる話が続き50年・30年の歴史を感じさせるものばかりでした。

この祝賀会では会場に花を咲かせるためアトラクションを用意しました。参加団体は男性四部合唱「フォルテ」の皆さん、伝統的な大道芸を披露した桜遊会のみなさん、そしてフラ・オハナのフラダンスの皆さん、かばら支部の歌声サークル「こもれび」のみなさんと多彩なメンバーです。このアトラクションにより会場がなごやかな雰囲気の中に交流が進んだ様になりました。祝賀会の最後に「故



フラ・オハナのダンス

郷」を「こもれび」のみなさんと参加者全員で合唱しました。その歌声に乗って、晴れがましい笑顔が波打つ様に会場を包み込みました。その光景を見ていて楽しい祝賀会として盛り上がった証拠だと感じました。

当日、会場の要員として参加された蒲原グループの役員のみなさんに感謝いたします。

追伸

本来、創立記念式典・祝賀会は友の会員の皆さん全員に招待状を出さなければならぬ所、当日の会場の広さの関係で友の会かばら支部役員と「下町の健康」配布協力者に限らせて頂きました。ご了承下さいませようお願いいたします。

友の会事務局長 嶺岸宏

# 私のふるさと 三浦の15年間

## 支部役員 小川 務

私が三浦に住んだのは15年間でした。その場所は三崎港と油壺の中間にあり海岸ぞいの150軒

の分譲住宅地の中で、それぞれが自分の好みによって建てられていました。私は当然、通勤を前提に建て、15年間は三浦と川崎を通勤していました。ただ通勤は二時間たつぷりかかりますが、朝は始

発なので必ず座れます。

私の建てた家は小さいながら庭があり、家庭菜園と回りに木とぶどうを柵壁にはわせてほぼ全面に



城ヶ島水仙まつり

芝布を植えていました。

芝の庭では春と秋にバーベキューをやっていました。材料は“マグロ”が主で、その中でもマグロの目玉は珍味です。料理法は味噌で目玉を塗り、アルミホイルでまらめて30分くらい焼いて食べるのです。それが焼き上がるまでマグロの頭を焼いたり骨付きカマや血あいマグロなど、東京では食べられない物をバーベキューにし、ダイコンおろしに醬油だけのタレで食べるきわめてシンプルな食べ方なのです。部屋に入ってから赤味のまぐろ刺身を食べるのですが、まぐろの首の部分に2本だけしか取れない“鉢の身”も珍味の一つです。

取れる時は三浦の地ダコも珍味の一つでコリコリとして味のある黒みがかつたタコをよく出しました。また、まぐろのタマゴや腸など煮付けて食べるという具合に“まぐろづくし”を楽しみました。

海へは歩いて10分ぐらいで着き：夏は混雑のない“マイビーチ”となり“シッタカ”や“ねじれ貝”といった貝が取れ酒のつまみにはもってこいの物です。

浅い海ではひじきや天草が取れています。ひじきはよく洗い天日で干せば済むのですが“天草”は1回2回洗っただけではダメで、洗って天日に干して、それを5く

6回くり返さないと白い天草になりません。でもこの“天草”は500gぐらいと水1・5リットル

で沸騰させたらとろ火で3〜4時間煮た物をとろ湯だけを天草からしぼり出して冷蔵庫でひやせば寒天やところ天として食べるのです。お店で食べる物よりはるかに味の濃い物が食べられます。

海岸線を散歩して富士山を見ながら夕日が沈む時などほっとした気持ちになったものでした。

### かばら恒例のお花見会 にぎやかに開催

去る3月31日(日)恒例の「かばら友の会お花見会」を開きました。今年の桜は異例に早く彼岸に

は満開となり、31日は葉桜かと危ぶまりましたが、寒さの影響でしつかり花が残っていました。

ところが当日は曇り空でいつ雨が降り出してもおかしくない天気で、肌寒さも加わり、東綾瀬公園で記念撮影した後は、診療所の1階待合室を宴会場にしての屋内花見になりました。テーブルの上には、みさと健和病院の敷地に咲く桜の枝が添えられ、それらしい雰囲気を出す工夫をしました。また、参加者のみなさんに「一



品持ち寄り」を声かけていた性もあり、会員のみなさん選りすぐりの美味しい料理が並びました。それにこの日のために用意した銘酒の数々は、美味しい料理の手助けで、またたく間に飲み干され、その後は歌え、踊れの外的お花見と何一つ変わら

ない楽しいお花見会になりました。お花見会実行委員会

## H25年度の 足立区がん検診の変更

- 大腸がん：無料 自己負担 300円
- 胃がんハイリスク検診(新規) 1,000円
- 子宮頸がん：無料 自己負担 2,000円
- 乳がん：自己負担2,000円  
自己負担 2,500円
- 前立腺がん：自己負担1,000円  
自己負担 800円

上記がん検診の内、蒲原診療所では子宮ガン・乳がん以外の検診ができます。

1) 特定健診は、前年度同様5月連休明けより、随時郵送されます。

蒲原診療所では、ご都合のよい診療時間内にお越しいただければ実施できます。

2) 胃がんハイリスク検診について(6月~)  
今年度新しく始まる検診です。対象：40歳~74歳までの方。

<検査内容>

- ・血液検査でペプシノゲンとピロリ菌を調べます。
- ・陽性の場合の精密検査は保険診療となります。

ピロリ菌除菌を希望される胃潰瘍・慢性胃炎の方は保険適用となりますが、症状がなければ全額自己負担となります。

詳細につきましては、蒲原診療所の受付窓口または、下記の電話でお問い合わせください。

電話 3605 5594