

足立健康友の会

# かばら支部二ニュース

第80号

2015年3月19日  
電話 3605-5594  
http://kabara-tom  
onokai.kenwa.or.jp/  
mail:kabarashibu@  
yahoo.co.jp

## 待望の特養ホームと認可保育園が実

### 現！ 東綾瀬（UR跡地）

特養ホーム160人定員・保育園103人定員

今回、実現した特養ホームと認可保育園は蒲原診療所の道路の西側のUR跡地建替え跡地に敬仁会が建設したもので「ル・ソラリオ」といいます。定員は160人でその内40人は部屋代が安い多床室です。

足立区では特養ホームを希望しても入れない人が約3000人います。特に綾瀬川の東側地域は人口比で特養ホームの定員が少なく大変でした。どこも10倍以上の競争です。今から9年前に綾瀬地域に公共施設を作ろうと住民が会を結成し足立区に要望署名を提出していただきました。また認可保育園が慢性的に不足して地域の住民が12年前に認可保育園を増設する会を立ち上げ足立区に要請書を提出し、それに対し足立区は議会でUR跡地の建て替えの時に作りたいたいと回答していたものです。友の会かばら支部も3年前から足立区に予算要望書として文



書で要望してきました。報告 かばら支部役員会

## NPT（核不拡散）再検討会議 友の会から代表を派遣します

NPT再検討会議が4月25日～5月2日までニューヨークで開催されます。足立健康友の会の代表としてかばら支部の渡名嘉史子副支部長が派遣されます。

核兵器廃絶に世界の180を超す国が賛成しています。今回の行動で核兵器保有国に核兵器の廃絶決議を実行するよう迫ります。会員の家族やご近所の人に署名を書いていただいております。かばら支部 役員会

### 二ニューヨーク国連本部に行つて来ます。

私は、今回NPT（核不拡散条約）の5年に一度の再検討会議が開かれるので応援し核廃絶を訴えにニューヨークへ行くことにしました。2年前、原水禁世界大会長崎大会に参加し、被爆者の皆さんの真摯な訴えが世界の核廃絶に大きな影響



を与え た事。世界の 医学・ 科学者 が核の 非人道 性を明らかにしている事。オリバー・ストーン監督の挨拶、国連事務総長のメッセージ。若い人々の参加。どれをとっても感動でした。今回「足立友の会の代表に決まったよ」と小林会長から言われた時は「重いな」と正直思いました。「貴方が行くためのカンパでしょう」と言われると、背中がザワザワ。今は反核平和の行動に積極的に参加し、友の会の班会に出来るだけ参加し、訴えをして行こうと思えます。どうぞ皆さん、班会の時声をかけて下さい。どこへでも行くつもりです。宜しくお願します。

かばら支部 渡名嘉 史子

### 三浦海岸 河津桜とマグロを堪能

大谷田・谷中(北)地域の会員で3月2日(月)、京急電鉄の「まぐろ切符」を使って三浦海岸の河津さくらを



2015.03

見してきました。今までのかばら支部の花見の会は、がっかりすることもありました。ところが、今年は当日だけ快晴(前日も雨。翌日も雨)。桜もほぼ満開でおおいに楽しんできました。花見の後には駅近くの寿司店「紀川」で、にぎり4巻とマグロづけ丼をいただきました。「マグロ切符」は品川からの往復電車賃・お寿司代のほか、現地の路線バス賃。そのうえ、油壺の「海洋泉」の入浴か、水族館観賞までついています(それだけで全部で3060円)ので、昼食後は、ゆっくり喫茶店組、入浴組、水族館組に分かれました。私は喫茶店組に参加。岡の上の喫茶店へ。お店にはひな壇と「つるしびな」が飾られていて、おひな様のか

わいい表情をじっくり鑑賞しました。

その後、知人のお宅に伺いました。手作りの料理と各種のお酒をいただきながら、友の会活動のこと、安倍政権のことなど延々議論。そんなこんなで、東京には夜10時半着。疲れたけれど、まことに充実した一日となりました。

報告 久保 正雄

## 辰沼地域班会

ギョウザを作って食べる辰沼班会が2月25日午後、神明住区センターで行われました。参加者はこれまでの最高の16人で大変盛り上がりました。

地域の友の会会員への呼びかけもこまめに行い、会員で



## 地域の居場所づくり 班会が4カ所で開かれる

ない人へも声をかけ参加していただきました。おかげで参加者が16名となりにぎやかに当日を迎えることができました。

ギョウザの材料は美濃さん夫婦で仕込んでいただき当日はギョウザを包みましたが男性陣のものはギョコチなく思いました。皆でにぎやかにギョウザを包み作られたギョウザをとりあえず半分の100個を焼いて皆で食べ始めました。少しワインを飲みながら自己紹介を行いました。ギョウザの方はその間も焼き続け一人10個以上を食べました。自己紹介は自分の健康のことや趣味なども話して楽しくにぎやかに交流することが出来ました。余韻を残し次回もお会いしましょうと終わりました。

報告 小川 務

## 健康づくり班会

1月から健康づくり班会を始めています。昨年の健康講座で学習したことを、せっかくなので参加した人で励ましながら一緒に体操しましょう

と、貯筋運動を始めました。この班会では、貯筋運動のDVDを使って映像と音楽・ナレーションに合わせて、みんなで身体を動かします。

2月の班会では、歯科衛生士の清水さんと、健康講座でやった「お口の体操」をDVDを使って再度勉強ができました。

一度学習したことを、またみんなできると、その大切さが良く分かります。班会だと気軽にしゃべりも出て深まりますし、情報交換もできます。これからも健康講座で学習した「骨盤底筋を鍛える」「脳トシでさびない頭に」を

担当 坂井 よう子

やりたいと思っています。一人ではなかなか続かないことも、みんなで励ましあって楽しく健康づくりをしましょう。

2月22日、加平住区センターにて午後1時30分から蒲原健康友の会班会を行いました。出席者数は21名の参加でした。初めに、診療所職員である嶺

## 綾瀬・加平地域班会

区長選を強いられた話の場面です。旧区庁舎でのホテル建設問題、子育てするなら足立区へのスローガン等々、当然ですが、講師の説明にも力が入ります。



岸さんから蒲原診療所50年史(冊子)に沿って診療所の地域での活動の話がありました。参加者の中には、自分史と重なる方も多くおられまして、合いの手も入れながらの進み方でした。最も盛り上がったのは、1996年の区長選で吉田万三さんが当選をし、2年数か月後には再度

Tさんから、友の会として継続活動である原水禁運動の一端であるNPT再検討会議にむけて、足立健康友の会代表として選出された報告と意義の話、募金の訴えがあり、その後、自己紹介をしながらTAさん、Oさん、KAさんの手作りの餃子、お赤飯を食べながらの歓談になりました。日頃の健康維持の話、コーラスすることの喜びについて、バードウォッチング・植物採取の楽しみの話など、話は尽きませんでした。頃合いを見計らったかのようなKさんによる「幸せなら肩たたこう」にあわせての体操あり合唱グループ「こもれび」参加者と一緒に合唱あり、最後に元健和会職員でもあった秦野昭彦区議会議員も参加され、区議会報告を聞く、美味しい、楽しい、学習する、盛り沢山の班会でした。

担当 石井 史衛

## 編集部からのおわび

会員さんからお便りが寄せられています。今月掲載できないものがあります。次号等に掲載します

歴史散策はやすみます。