

# OB会 だより

挑戦シリーズ  
No.29



## 定年後の人生

新しい道に挑戦し、輝いている仲間がたくさんいる

その一人 和田美津保さん コーラスで ウィーンへ演奏旅行



2011年、東日本大震災の余震が続いているなか、退職して故郷の愛媛県松山市へ戻り、高校の同級生が指導をしている合唱団に入りました。入団後、京都、山梨、新潟、札幌と毎年瀬戸内海を越えての海外演奏へ。5月末から本当の海外「ウィーンに演奏・観光旅行」に出かけました。ウィーン少年合唱団寄宿舍があるアウガルテン宮殿敷地の会場で、現地のシュタイアラー合唱団、愛媛県出身のバリトン歌手の宮本益光氏と演奏。「上を向いて歩こう」「野ばら」などウィーンでも知られている歌も唄い、あたたかい拍手をいただきました。音楽を楽しむ土地柄が多く演奏家を育てていると感じた演奏会でした。健康のためにもあと10年ぐらいは続けたいと思っています（赤いポスターは私たちの演奏会ポスターです）。和田美津保さんは、埼玉協同病院で診療録管理士として勤務していました。

埼玉民医連退職者の会  
会長 富田 孝博



日本国憲法の施行から 70 年を迎える今年、  
この平和憲法のもとで 誰ひとり殺され殺すことのなかった歴史が  
100 年、200 年と続くよう願っています。  
今年のOB会企画では、二度目になる「沖縄・平和の旅」を予定して  
います。沖縄と本土が連携して、基地のない沖縄、基地のない  
日本への道を開いていく一歩にしましょう。  
会員のきずなを大切に、楽しく役立つOB会として、  
2017 年がより一層前進できますよう力を合わせていきましょう。  
今年のOB会総会は 2 月 19 日（日曜日）です。  
皆さん 元気にお会いしましょう。

### 新入会員紹介

よろしくお願いします

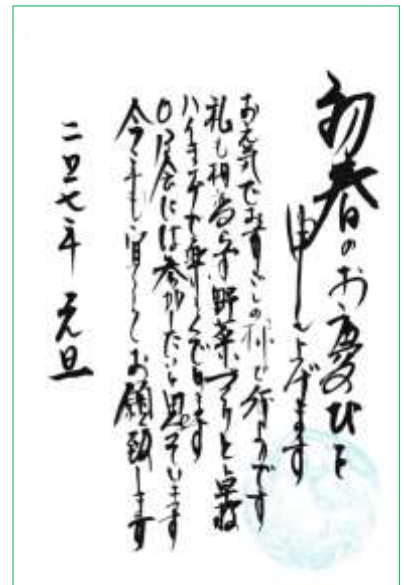
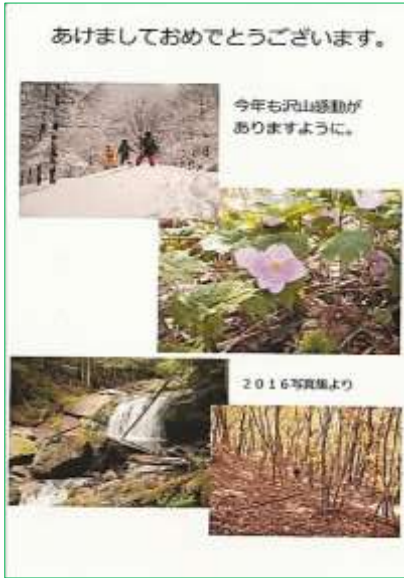


滝沢 仁美さん（旧姓紺野）

体調を崩し、仕事への自信がちょっとなくなりました。  
少し休んでこれからを考えていこうと思っています。  
みなさん よろしくお願いいたします。



# 私の年賀状







肥田舜太郎先生  
おめでとうございます



大きな額の中はピカソの鳩、その隣は米国の知人から贈られた白衣姿の肥田先生の絵画、たくさんの花に囲まれた自宅で笑顔の肥田先生に迎えていただきました。

1917年1月1日生の先生は今年百歳、「世界に例のない民医連活動に夢と希望を持って」「核兵器のない社会を」「百歳は到達点ではなく通過点に」等々これまでの長い道のりとこれからに夢は大きく広がっています。

埼玉協同病院で「被爆相談外来」に奮闘中の雪田慎二先生、看護師の1歩から肥田先生と歩んできた水野岩子さんにお祝いの言葉をいただきました。

## 肥田先生

### 「被爆相談外来」として 私が引きついています



医療生協さいたま理事長 雪田 慎二

肥田舜太郎先生

百歳の誕生日おめでとうございます。

学生時代に初めて先生にお会いしてから36年になります。

それ以来、長きにわたって民医連医療を実践する先輩医師として、核廃絶平和運動の先輩活動家として私たちを導いてくれたことに心から感謝を申し上げたいと思います。

肥田先生が長く取り組んでこられた埼玉協同病院の被爆者外来は、

現在は私が引き継ぎ、「被ばく相談外来」と名称を変更し、福島第一原発事故の被害者も含めた相談支援活動を行っています。

反核医師の会などの活動では、全国の核廃絶と平和を求める人々と力を合わせ、

国連での核兵器禁止条約交渉の前進に貢献できればと考えております。

これからもいろいろと御指導いただけるようお願い申し上げます。

## 肥田先生

### まだまだ聞き足りないことが いっぱいですからね！

水野 岩子（元浦診看護師）



浦和民主診療所の開設から 10 か月後に入職しました。

それからずっと肥田先生と一緒にです。

午前は診療、午後は往診そして夜間診療、真夜中の往診依頼にもすぐ飛び出しかけつける先生はいつもパワフルに活動。往診先では「あれッ」と思っているうちに、なんと患者さんの家の冷蔵庫を開けています。先生は「台所を見ればいろんなことがわかるんだよ」と。

かと思えば、患者宅のピアノをポロロン・・・と響かせ患者さんとニッコリ。

診察だけでは見えてこないことがたくさんあった。言葉以上に実践で教えて下さった。

禁煙を決意されてからは、チョコレートに移り私も時々いただいたが、いつの間にか卒業されていた。あれほど好きだった車の運転もそうでしたね。

先生はどんなときでも人にやさしかった。狭い道への進入時、前方に歩行者や自転車の人がいる場合も絶対クラクションを鳴らさない。相手を驚かさないためだ。もちろん私も見習っている。また、先生の怒った顔を見たことがない。いつも穏やかだ。

しかし、純子奥様が語るには、広島での体験、悪夢にうなされていたこともあったと聞いた。

肥田先生 百寿 おめでとうございます。

面映ゆそうな顔をなさる先生。まだまだ聞き足りないことがいっぱいですからね。

## 私の近況



山口 昭子



みんなで歩いたばかりの「ぶらり散策・所沢航空公園」。その 10 日後、再び航空公園を訪ねました。わずか 10 日間でこんなに色づき、きれいになったんだあ・・・

思わずまわりをキョロキョロ。公園内は、たくさんの人達が去りゆく秋を惜しんでいました。

星野 玲子

いつも皆様のご活躍を拝読させていただいています。

埼玉西協同病院は昨年念願の増床が認められ、2019年4月には49床プラスの99床になります。建設委員会なども始まったばかりです。私にとって残りの数年間はたいへんですが、ワクワク感でがんばりたいと思います。

諸先輩の皆様のお力をお借りすることがあると思います。

その節はぜひよろしく願いいたします。



浦川 恵子

2016年12月 **～蔵王だより～**

蔵王では出来ないことが、いくつかある。

退職前から始めたホットヨガと退職後に始め、

ちっとも上達しない英会話、仙台に通って続けて

いる。仙台へは、片道1時間の高速バスが、1日

10本運行されている。我が家から温泉街のバス停までは歩いて10分。移住の際に、「バス停まで歩ける」事も重要なポイントだった。往復約2千円の交通費も想定済み、四季折々の景色を楽しみながらのちょっとした小旅行である。映画や美術館や買い物を楽しみ、何よりも大好きな仙台の街を歩けることがうれしく、交通手段の大切さを実感している。

山本 康男

**みえますか？ ゴジラの影が**

仕事でまわっている時、ある利用者さんの家と紅葉のコントラストが気に入ってパチリ。あとで気がついたら何とゴジラの影が。横瀬駅手前の線路下に見えます。



浦診OB会

12月1日、前夜からの雨が上がらない中、

6名参加で「小石川後楽園」へ。天気予報は途中から晴れ、本当によくあたりました。JR水道橋→小石川後楽園（水戸黄門ゆかりの名園）、紅葉がとても見事、築山風景は京都にちなんだ名前が付けられミニミニ京都風を見ました。ランチの後、文教シビックシティ展望台25F→こんにゃく寺→伝通院（家康生母於大の方、千姫、側室、天逝した子どもたちの墓がある）→地下鉄茗荷谷まで歩きました。



## 地域で 元気に!

### さいたま市 「安心ルーム」を

巻田 幸子

私の住む医療生協松芝支部では「脳いきき教室」が終了した後、毎月一回「安心ルーム・かたつむり」を開催しています。

音 読 ～ 様々なジャンルの文章に出会い、未知の感性に触れる喜びがある。

ゲーム ～ 参加している複数の元教師の経験が生かされいろいろなゲームができる。チームで争となると本気ムードで盛り上がる。

学習会 ～ 介護保険について、ホセ・ムヒカさんの言葉、社保学校に参加して等。

指先訓練・簡単体操 ～ 折り紙や豆つかみなど

おしゃべりタイム ～ 家族がいても会話する時間が失われた今、たくさん話したり、聞いたり  
で学び合える場となり、癒しにもなる

以上が活動の一部紹介ですが、みなさんリラックスして笑いの絶えない大切なひとときとなっています。私は運営委員として支部ニュースの担当なので、これらの内容を記事にして約900世帯に配布しています。“読んでいるよ”の聲が何よりの励みになっています

### 新座市 社会保障の改悪許さない 取り組み

朝妻 幸平

新座市では行財政改革推進本部が「サービス水準の適正化」と称して66事業のサービス切り下げを検討してきました。この動きに新座社保協を中心に、医療生協新座支部など多くの団体が署名活動・要望書などを提出、市民に訴えてきた結果、12月議会において「66事業を検討した結果、40事業を現状維持する」（9割のサービスを現状維持）最終案が示されました。この中には、医療生協新座支部が市長あてに出した「がん検診の無料化の継続を求める要望書」にも無料化を継続するという回答もありました。障害者の医療費補助、子ども医療費・高校生通院分など守ることができましたが、「見直し」や「継続検討」の事業もあります。新座市の誇りとする福祉水準を引き続き維持するよう頑張ります。

### 秩父 「燃やせ体脂肪教室」

深田 澄子

「燃やせ体脂肪教室」をはじめてからもう10年以上がたちました。

「体脂肪燃焼」のしやすい体づくり、「腹部・下肢」を中心にトレーニング、「心地よい汗」を流すなどをめざした「ちょっときつめの体操」です。退職直後の60代を中心に20～25人くらいが毎週火曜日、スポーツセンターに集まっています。インストラクター養成講座の開講後は、秩父で7か所、熊谷3か所、深谷2か所、児玉など北部地域一帯に広がっています。



以前の調査によると、半年～1年継続した参加者は体脂肪が平均1.3%減少し、1年以上継続した人は平均10.2%減少していました。私もリーダーの一人ですが、日本ウォーキング協会や早稲田大学のセミナーなどにも参加し学びつつです。皆さん「楽しい」と、友達が友達を誘ってきます。この中から医療生協の運営委員や、「健康と平和」の配布者が誕生、うれしいですね。

## 第22回埼玉県高齢者大会に参加

小野 敏

11月29日、第22回埼玉県高齢者大会が蕨市民会館で開催され約360人が参加しました。医療生協さいたまからは、組合員・職員・OB会員を含めて約160名の参加です。記念講演は、NHK社会部チーフ・プロデューサー板垣淑子さんで、無縁社会を乗り越える『結縁社会づくりを！』板垣さんは、NHKスペシャル「老人漂流社会」の映像を交えながら、低年金・無年金の高齢者が増え、医療・介護の自己負担が増している今、団塊世代に老後破産などのリスクが高まっていることを指摘、「日中独居」が新しい高齢福祉の課題であり、解決の難しい問題でもあり、地域力アップのつながりづくりを提案されました。1例として、医療生協のようなつながりづくりをしていくことが重要だと。今後、板垣さんは子どもたちの貧困問題も取り上げる予定だそうです。来年にはまた「老人漂流社会」を再開する予定ということです。



## 2016年を 漢字一文字で表すと



12月12日は漢字の日です。

この漢字の日に合わせて、その年の世相を漢字一文字で表す師走恒例の

「今年の漢字」が発表され「金」に決まりました。京都・清水寺で森清範貫主が縦150cm、横130cmの和紙に揮毫しました。OB会がおこなった会員アンケートは30人の方からのお返事で一番多かったのは「暴」でした。多い文字順に並べましたが、みなさんの漢字は何でしょうか？

1位「暴」 2位「怒」 3位「別」 4位「乱」 5位「揺」 6位「驚」  
7位「倫」 8位「金」 9位「低」 10位「天」 (以下省略)

ホームページの訪問者が2000人を超えました  
みなさん ご覧になってください

埼玉民医連退職者の会

検索





所沢航空公園～米軍基地～

所沢診療所・桂の樹めぐり

ぶらり散策



山口 昭子  
小嶋 美智子

天候にも恵まれ、11名の参加でした。

駅前から広がる所沢航空記念公園は、県内最大の都市公園として、昭和53年開園しました。わが国初の公式飛行場、その跡地に作られた航空記念講演を見てほしい、所沢へもぜひひとの思いで企画しました。市役所をはじめとした公的な建物や防衛医大が隣接しています。

公園の芝生の丘は子どもたちがいっぱい、ジョギングコースを走る人、見事な銀杏並木、茶室などたくさんの方が訪れにぎわっていました。

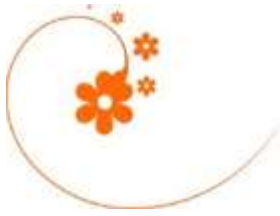
所沢米軍基地は昭和20年8月米軍が飛行場を攝取、昭和42年基地全面返還運動市民大行進が行われたこと、その後の市民運動の経過、基地の案内等を石田道男さんにお話しいただきました。昭和46年6月、基地の60%が返還されたことから今後の利用、施設建設などについて市民団体、医師会をはじめとした医療関係者などが相談しました。特に防衛医大が作られる事になったのは、地元選出の国会議員が一夜にして市民を裏切ってしまったという話はショックでした。その後、所沢診療所、医療生協さいたま初の介護付有料老人ホーム「桂の樹」の見学でした。安保事務長、看護長、桂の樹の森高事務長、組織担当の清水さん、皆さん忙しい中を迎えていただきました。所診では新しく中村所長を迎え、在宅・往診に力を入れていること、診療体制、経営や組合員活動などについて詳しく聞くことができました。

桂の樹の見学では、満室で中に入れず廊下からの見学、居室は18㎡、バルコニーに面し広く暖かな雰囲気を感じられました。定員は30人で現在満室。さらに30人待ち。入るには待ちきれないのでは・・・

最後に清水さんから出資金協力の呼びかけがあり、みんなで気持ちよく出資しました。

今回の「所沢ぶらり」から思ったのは、身近な所でもまだまだよいところがあるし、石田さんから貴重なお話を伺うこともでき、これまでとはちょっと違った新鮮さがあり楽しかったです。





## 次姉の急死—その後

石丸 乾二

青葉警察署で刑事から渡されたキーで家の中に入ったのは、翌朝の未明も未明、午前3時頃だったろうか。「お姉さんに持病があったか、どんな病気だったのか溜飲の中から調べたいのだけど同行していただけますか」 青葉警察署がどこか、そこから実家へはどう行くか？ このときはカーナビの威力を知らされた。指示どおりに走った。

部屋は昨日のまま、取り散らかっていて、電話かけのマニュアルやら対象の名簿やら、赤旗号外は散らかっているやら・・・。

常用薬の箱、診察券、後期高齢者医療証、保険診療の領収書の束、案外わかりやすく整理しており、薬の名前は刑事がメモしていて署に帰って調べると言っていた。チラシや新聞をチラッとみて「選挙運動に関係してるんですか？」「みたいですね。」その話はそれですんでやれやれでした。

4月6日、姉の車が運ばれたガソリンスタンドに行くと「廃車手続にお姉さんの印鑑証明が必要ですよ」と、死亡届をまだ出していないので、カードを持ってあざみ野駅そばの区役所へ。葬儀、仮葬が済んで、とりあえず、骨壺を実家の仏壇に置き、家の中を見て回るとため息と涙と・・・。どうすればよいのだろう！この実家を空家にしておくわけにはいかない等々。

私の手元に忘れられていた父の死後の遺産分割協議書を見つけて、手探りで事を始めました。契約してあるジパングクラブ、クレジットカード、ケーブルテレビ、インターネットプロバイダー、年金の終了手続、国民健康保険、コナミスポーツクラブ会員、自動車税の精算（県税事務所）、JAF、自動車保険、介護ケアセンター（要支援）、生協ユーコープ、横浜勤労者福祉協会・友の会（民医連）退会、三菱信託銀行厚生年金基金への連絡（これにはビックリ！日生協企業年金とは大違いで、2ヶ月おきに70,000円も振り込まれていた！）

姉は、税理士だか司法書士が書いた相続の本を書棚に置いていたので読み、念のために、埼玉総合法律事務所の無料法律相談を予約した。やはり、兄弟の中ですでに亡くなっていた長姉の子には『代襲相続』の権利があることがわかり、それもやっつけていかなければならなくなった。弁護士に依頼しても良いが、成功報酬が基本30%では頭を下げて別の方法を・・・。

銀行預金は日常動いているのはしばらく止めずに様子を見ることに。いずれは停止手続には入るが、今の入出金の様子では入るのもかなりあり、年金のようなものはすぐ止めるにしても、しばらく様子を見ることにした。 （続く）



## 埼玉民医連退職者の会 第27回総会のご案内

\*期日：2月19日（日曜日）10時30分～14時

\*会場：医療生協さいたま本部・第一会議室

\*会費：2,000円

肥田舜太郎先生の百寿をお祝いし、「みんなの作品展」を楽しみましょう。

なつかしい仲間との久しぶりの再会、お待ちしております。

日頃のお楽しみ・趣味の作品もお持ちください。



私の  
宝もの

私の愛シャツ

富田 孝博

私はこの「愛シャツ」を、集会や駅頭宣伝に着ています。  
宣伝には最高と思って東京の絵画展会場で購入したものです。  
反響は抜群で、「あらマー・・・」とか「似合ってるよ」など多くの  
方から声がかかりました。成功です。  
勇気のいるシャツ !! 勇気もわくシャツ、二人三脚の相棒です。



花大きく 背丈低い 朝顔

海老塚 利明



朝顔と言えば、支柱に絡ませながら上に伸ばすと思いがちですが、この朝顔はテーブルの上がお似合い。  
背丈が低く、大きな花が幾つも咲き、部屋中を明るくしてくれます。老健「みぬま」のドライバー 宮本さんの作品です。



## 可愛い孫

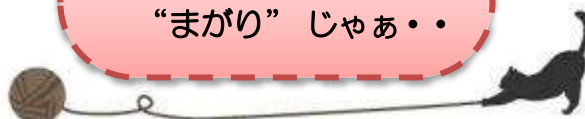
石丸 乾二

息子夫婦が鉄道博物館に行こうかと。

『それなら3階か4階がいい。「かがやき」は勿論、「はやぶさ」も「スーパーこまち」も走って行くのが見えるよ』孫より息子の方が舞い上がっていたようです。極めつけは、初代東海道新幹線「こだま」の前で、駅長の制服を無料で借りることができ記念の一枚。孫は一応ご満悦！でも、一番ご満悦だったのは息子夫婦だったかも・・・



わしゃ  
“まがり”じゃあ・・・



仲村 敬子

お腹をすかせてさまよっていたのを保護してうちの飼い猫に。それから16年、推定18歳。腎機能が落ちて動物のお医者さんに「もって2か月」と言われたのが5月初め。手当の甲斐あってもちこたえ、「お散歩つれて行け」「雨水飲ませろ」「さんま焼いて、さまして骨はずして、早よ食わせろ」と鳴きたてる。「へい、へい、ちょっと待ってな」と人間は汗だくだ。でも生活をともにしてきた可愛い“まがちゃん”です。

今号初めて企画した  
「私の宝もの」です。  
皆さん！どうぞ投稿  
してください。



あとがき

2017年がスタートし早くも5日、

今年いただいた年賀状をゆっくり拝見、添えられたひとことが心に響く。

「70歳後半、パソコンで年賀状ができる様になりうれしく作りました」「ヘルスチャレンジで老いに抵抗しています」等々・・・ 加齢とともに押し寄せる様々な問題、それを乗り越えようとする毎日のがんばり。あらためて「OB会だより」がその一助になれば・・・ そんな思いをもった年の初めです。今年もよろしく願いいたします (Y)