

OB会 だより

挑戦シリーズ
No.33



定年後の人生
新しい道に挑戦し、輝いて
いる仲間はたくさんいる
その一人 山田 稲子さん
退職後に学んだ「染織」を楽しみながら
作品作りに取り組んでいる。



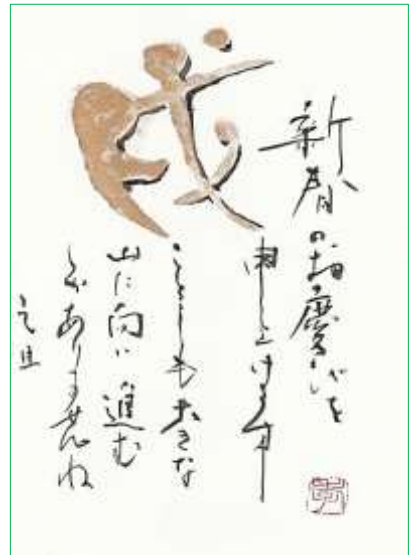
退職後 通信大学で 4 年間「染織」を学びました。

主な技法は草木染め、絞り、型染め、ろう染め、シルクスクリーン、
バスケットリー、フェルトメイキング等です。現在は大学を終えて
手描き友禅と手織りの教室で楽しみを続けています。

燐家の真紅のバラをイメージし作成したこの作品は、ろう染めの大作で染め過程も大変でしたが
気に入っている作品です。一昨年のOB会総会時の「私の作品展」に出展しました。

(山田さんは看護師として埼玉協同病院・川口診療所・さいわい診療所に勤務しました)

私の年賀状 2018





新入会員紹介

よろしくお願ひします



★ 石原 由起子さん ★

今は埼玉協同病院で週3回、元気に働いています。
シニア演劇の会で芝居や歌を習っていて趣味も楽しんでいます。



私の近況

春日部生協診両所 開設20周年

参加しました 小田 政満

11月25日 開設20周年記念式典に行ってきました。
オープニングは地元の和太鼓、寺崎理事、雪田理事長、
菊池所長の挨拶につづいて、組合員さんと一緒に作った



20周年の歩みが上映されました。診療所を作る時から組合員さんといっしょに力を合わせ、地域を大切に活動が今日まで元気に引き継がれていることをうれしく思いました。シンポジウムでは、初代所長野口先生から開設当時の苦労話、春日部地域に診療所建設が決まり医療生協の組合員増やりに奮闘された元理事さん、支部長さんの話を聞き、組織の仕事で春日部地域を担当したことがある私にとって、当時のいろいろなことが思い出されました。また、久しぶりにあった組合員さんが今も元気な姿で参加されている事がうれしく懐かしく感無量でした。最後は地元のプラスバンド「はるぴよ隊」の楽しい音楽で終了しました。



「陸王」楽しみに見えています

山形文子

- ・テレビ「陸王」を楽しみに見えています。映し出される行田の風景が懐かしいです。行田の街中 盛り上がっているのかな？ 情報があれば載せてください。
- ・65歳になり、医学部卒業40年で同窓会があったり、中学校の同窓会が1月にあったり、節目の年でした。年金手続きや介護保険証が届けられたり、高齢者の仲間入りですかネ。
- ・132号 表紙の寺島先生の記事。共感を持って読みました。新婦人新聞は私も切りぬきまし

た。いつまでもお元気でいていただきたいです。

当院へおいでいただいた時の皆様の文章はありがたく拝読。集合写真のピントがぼやけているのが残念。



私の秋旅

山本 康男

11月3日～5日、能登～金沢～山中温泉～白山ホワイトロードを旅して来ました。輪島の宿で紹介された「御陣乗太鼓」を見ることができました。石川県無形民俗文化財に指定され、実演では見ている私たちの身体に太鼓がジンジン響いてきます。演じる人達の荒々しいエネルギーが伝わってくる迫力ある舞台でした。



木村 輝一さんの 近況です

山口 昭子

北海道にお住まいの木村さんの近況を奥さんから伺いました。

現在、最初に入院した施設にリハビリのために入院中です。「すでに6カ月になるのでそろそろ出されると思っています」との事です。「家に帰ってきて動きが限られてしまうので、なるべく入所してほしいのですがしかたないですね」と。寒い毎日が続きますが、お互いに頑張りましょう。



超高齢者社会 生き抜くのも大変だね・・・

富田 厚子

今年もくれようとしている。この季節が一番心が沈む。だんだん不安がつのってくる。少し前、医療生協の会議に参加する機会があった。カタカナ言葉というか、「つなプラ」「くらサポ」「ヘルスプロ・・・」そして「フレイル」そんな言葉が飛び交う会議に頭が*?△×。それに話のテンポが速く、耳も遠くなったのか聞き取れない。また別のところで、ある方が井戸端会議（おしゃべり）を復活してその中身を社会化し、運動にしてい。それは今やるべきことだとおっしゃった。「うーん そうだなあ」、それがフレイル予防になるということかな。超高齢化社会を生き抜くのも大変だなあと感じているこの頃です。

上野公園と周辺の紅葉・歴史をめぐる散策

浦診OB会 小嶋美智子

11月30日7名で行ってきました。正岡子規記念球場横のイチョウ並木、清水観音舞台から見る広重の「月見の松」に感心し、時忘れじの塔、桜並木の外側の紅葉と緑のコントラストが見事、明治期荒廃した上野山を病院ではなく公園にと進言したのは外国人とか。横山大観記念館（国指定文化財）はビルの谷間のホッと空間（9月OB会で旅した五浦海岸は横山大観の師岡倉天心が弟子と共に移住した地）、天心の大きな掛軸もありました。



病気の神様に

取りつかれたようです

小山 千里

2015年から2017年まで我が家は、病気の神さまにとりつかれた様に次々に病院通いになっています。夫はインフルエンザをきっかけに、（長年の喫煙のせいで肺気腫）肺炎で入院し、おまけに在宅酸素まで！ 私は、半月板損傷で手術！（内視鏡）4日で退院！

その後夫は、肺癌の様な影がとの事でPETの検査をしたら癌ではなく肺非結核性抗酸菌症で、結核と同じ薬を飲んで2年間治療するように。癌でなくて良かったけど薬が朝11錠で、のみ違う程同じ色があって大変です。幸い私が慣れているのでポリ袋に小分けしていますが、もってきた時は一仕事、お年寄りが飲み忘れて具合悪くなるのが実感！



昨年4月、職員検診があり子宮ガンも今なら一つ枠があるからやったらと進められ「じゃあ」と受け、その結果はステージ4でした。びっくり!! すぐ大学病院に行き再検査、2週間後に結果は同じ、全摘しましょうで すぐに入院かと思いきや3カ月待ち! その間は、ハラハラドキドキ やっと連絡がきて入院手術5日で退院! 待っていた時間は、なんだったの? という位簡単。腹腔鏡だから傷も痛みもなく、薬もなしで元気です。

最近では毎月夫と小旅行で温泉へ。秋には車のライターから電源を取るハイ酸素の小型を借りて東北に一週間、予約も取らずにビジネスホテル・近所の日帰り温泉・地元の美味しい物を食べながら、のんびり過ごして来ました。毎年恒例でさくらんぼの時期に北海道に行っています。従兄弟の家に泊まり少しお手伝いして道内を旅します。フェリーなら酸素も持って行けるので安心! 私、早期発見だったので以前より元気です。皆さん 健診は大事です! 受けましょうね。

民医連 と私

No. 1

80歳になっても 医療生協と関わっている魅力

藤田 悦子

「民医連と私」と改めて思ってみる。

この夏、80歳になった今も医療生協に関わっている魅力は何だろうと考えている。27歳で大井医院に入職した私は、院長の故大島慶一郎先生と面接、その後2日ばかりマンツウマンで「民医連綱領」の学習を受けた後受付の仕事についた。患者さんが書いた名前から順にカルテを診察室、処置室などに運ぶ仕事から始まり、点数計算、会計、月末の請求書と、すべてが手書きだった。今から考えると数倍の時間を要した事務作業だったと思う。当時患者さんが混んで、待ち時間が長かった。窓口や待合室で患者さんの様子を見たり、聞いたり、待っている人の気持ちを紛らわす事も受付の仕事だったと思う。事務部会では、待ち時間解消に番号札を渡したり、カルテに色違いの札をつけてみたり、いろいろ試行錯誤をやった気がする。

民医連綱領にあった「患者の立場に立つ医療」という言葉が最も印象に残り、私にとって「相手の立場に立って考えてみよう」という気持ちがいろいろな意味で、私の生き方に影響を与えてくれた言葉となっている。

「民医連と私」がスタートします。
知らなかったこと、びっくりする話が次々と。仲間で語り合い後輩に伝えていきましょう。「次は私が書きます」の声を待っています。



藤田悦子さん
昭和42年、30歳で事務職として大井医院に入職、24年間大井医院一筋の勤務でした。
退職は54歳。退職からすでに26年、医療生協組合員として元気に活躍中。



萩原 渺さん お疲れ様でした

2017年11月11日、萩原渺さんが敗血症で亡くなりました（享年71歳）。萩原さんは1992年、医療生協さいたま本部に入職、「けんこうと平和」等広報関係や社会保障分野を中心に活躍されました。2006年退職となり、OB会に入会しました。3人の会員から萩原さんを偲ぶ言葉をいただきました。



「俺が車を出すよ」 ハギさんの一言 ・・・ありがとう・・・

水野 いわ子



10 か月の長男が下痢、嘔吐でぐったりしていると連絡が入った。保母さんに抱きかかえられ診療ベッドへ。すぐに処置が行われた。今では考えられない治療、大量皮下注射だ。太い針を太ももから多量に入れ、すぐ温湿布をして吸収をうながす。肥田先生が熊診へ連れて行った方がよさそうだと。私は平静でいられなかったが、「俺が車出すよ」というハギさんの言葉にすがった。国道 17 号を北へひた走り。熊診に到着、すぐ入院となったが大事に至らずに済んだ。ひと段落したころハギさんの姿を探したが見当たらなかった。私は心の中で「ありがとう」とつぶやいた。浦診と県連事務局のあった元町の地、機関誌協会の二人が間借りしていた時だったと思う。1972 年の寒い日だった。そのハギさんが遠くへ旅立ったという風の便り、たしか私と同じ年だったような・・・ もう少し先にのばしてほしかった。わが子の生命を救ってくれた大切な人だった。合掌

駆け抜けていかれた ハギさん

小田 政満

萩原さんが亡くなったと聞き驚きました。

組織の仕事で明るい街づくり、地域のつながり、「けんこうと平和」の編集などを担当し、絶えず医療生協のあり方を熱く語っていたのを思い出します。萩原さんの 27 回総会によせた一言メッセージでは、退職して 10 年、古希を迎え、今後の目標や行動は、①社会参加（医療生協・市政への参画、町会等）②健康づくり（1 日 1 万歩、バランスの良い食事、体力づくり）③読書（年 200 冊を目標に）④旅、すでに 66 ケ国をまわった。⑤エンディングノートづくりと普及活動など、萩原さんの生き方が書いてありました。71 歳の短い生涯を駆け抜けていかれ、諸行無常を感じます。ご冥福お祈りします。



取材から 原稿の書き方まで ご指導いただきました

高橋 喜長



昨年古希を迎えたばかりと言う萩原渺さんの訃報に、ただ嘆き悲しむばかりです。

昨年私が頂いた年賀状には、「一日一万歩」を歩きバランスの良い食事や糖尿病とたたかい、趣味の旅や読書、二冊目となる著書を出したことなどを知らせてくれました。OB会にはなかなか参加できないけれど「また逢える日を」と誓ってくれたのが最後になりました

私が彼に出会ったのは、1994 年県内 6 単協の合併に向け全県支部化をめざしている頃でした。彼は県機関紙協会から広報室長として入職、私の上司でした。広報に関して初めての私は、取材から、原稿の書き方などイロハからご指導いただきました。萩原さんが参加して発行された「け

んこうと平和」は、健康づくりを通じてくらしとまちづくりをすすめる医療生協さいたまの広報紙として大きな役割を發揮しています。心からご冥福をお祈りいたします。



石原 園美

10 月末、震災後何度目かの、福島を訪問した。改めて現地ならではの、いくつも見聞きした。そこには、未だ人が生活できない事情は震災直後と変わらない実情とともに、歯を食いしばって生活を戻そうと「復興」の努力をがんばっている人々の姿があった。飯館村長の菅野典雄さん、福島商工会議所会頭の渡辺博美（後輩）さんの話を 2 号にわたり紹介します。

飯館村長 菅野典雄さん

～「までいライフ」の実践を～

「までい」＝「真手」⇒「左右そろった手」
(まじめ、律儀、ていねいという意味)

1) 他の事故と違い「異質」

「原発事故」とそれによる放射能との戦いは他の災害とは異質です。事故後の人の判断、行動は政府・東電の対応のせいもあり、バラバラになっています。そのなかで物事を進めていかなければならないというのは、とてつもなく大変です。

2) 「ゼロ」に向かってこれから長期間奮闘をしいられます。ゼロからのスタートではないのです。放射能のリスクも考えなければなりません、生活の変化によるリスクも考える必要があります。村民の 90%の人に、できるだけ村から 1 時間以内のところに避難してもらっています。こうすることで、「特養老人ホーム」も（特段の希望者以外は）避難させませんでした。これは、入所者や職員からも感謝されています。

3) 全村避難が解除され、政府もメディア、「早く帰還さよ」とうるさく言ってきていますが、こればかりは、こちらからこうしてくれとか、早く戻ってくれとかはいえませんが、一生懸命環境を整えたりして戻ってくるのを待つだけです。いつまでに「何%」など拘りません。子供も戻ってきていません。それでも 130 人の小中学生の 90 人が飯館の学校に通いたいと言ってきています。質の高い教育の検討を進めています。「制服」も無料にしました。



福島第一原発の遠景が望める請戸漁港だが

4) 「お互い様」の心で

徐染廃棄物減容化処理施設（焼却炉）を造り、村内の徐染土の三分の一を焼却し、福島市や国見町等近隣町村の廃棄物を受入れます。震災以後お世話になっている避難先が困っているのだから、これは「お互い様」の精神です。

5) 復興に関しては対等の立場で

加害者と被害者ということは、はっきりしていますが、そういう関係だけでなく、いろんな制約はあったにしても国や東電と対等の立場で、バランス、物事を柔軟に考えどこかで妥協してすることも必要と思っています。こういう立場で国、県から数々の補助金も出させてきました。

#ひとつ「おもしろい」（と言っては失礼だが）補助金制度を紹介

飯館村「ようこそ」補助金～「ふるさと納税」の納税者と「いいだって子未来基金」への寄付者が対象

◎村を訪れていただく際の交通費を半額補助（6万円限度 来年3月31日まで利用者が旅程の前後に周辺の被災地を巡ることも可）

◎村の担当者「困難の中でも努力を惜しまない姿こそ見て欲しい。全国に伝えて欲しい」

6) 「心のシェア」を

こういう災害を経験して、20～30年先のあり方を、本当の意味で「までいライフ」は実践していかなければと思います。これからの飯館村は「心のシェア」をどうするかということが復興のポイントだと思います。（次号に続く）



神作 信男

息子が31才で6月11日に旅立ちました。

息子は2年前の夏に悪性腫瘍が発見され、それから入院手術や化学療法に果敢にとりくみました。障害を持って生まれ0才から1才の間に9回の入院手術を行った以降は、今回まで入院することもなく元気に過ごしてきました。息子は悪性腫瘍発見後に2回の入院手術を行い、以後通っている福祉施設への通所と外来での週1回のBCGの化学療法を8週間行いました。その後、悪いところは全部取ったが、念のための補助治療ということで17日間入院の化学療法のGC療法を2回行いました。以後3ヶ月に1度の経過観察になりました。担当医は東大での講義をおこなう方で、息子の障害特性を理解し対応してくれ、私も泊まり込んで付き添い治療を続けました。

息子は昨年4月、障害者のグループホームに念願がかなってやっと入居し、グループホームと

実家の新しい生活を開始しました。小学校の頃から私が伴走してマラソンを行い、盲人ランナーとして各種マラソン大会にも参加しました。化学療法を行うまで毎週10kmのマラソンを行っていました。グループホームから週末に実家に帰ってきますが、行く時はグループホームへの7kmをマラソンで私と行きました。幼児の時からスキーも始めて、家族スキーや春休みの視覚障害児の雪国教室（私が実行委員長）にも行く等充実した生活を過ごしていました。

昨年6月、初めての経過観察の受診で何と再発が発見されたのです。しかもそれが小細胞癌です。内分泌神経癌とも言われるようで、担当医より治療法の確認にセカンドオピニオンに行くように言われ、がん研に行きました。EP療法の化学療法を3泊4日の入院で4週間に1回やることになり、息子は果敢に気力体力を発揮してとりくみました。入院の4日だけ福祉施設を休み、他の日はグループホームより施設に通いました。EP療法は10回まで行いました。9回目後の3月下旬に2泊3日の雪国教室でスキーを滑り、4月初めに4kmマラソンを、旅立つ4週間前に5kmウォーキングを行い、3週間前までグループホームから福祉施設への通所を行いました。旅立つまで18回の入院、122日間の入院生活をおくりました。旅立った後、「生命の限り生き切ってくれたのですね」との言葉をいただきました。

見守り活動から 見えてきたもの



朝妻 幸平

私の「けんこうと平和」の配布者は33人です。

このうちの4人から健康や介護について相談がありました。

- ・92歳の一人暮らしの組合員からは、全身がだるくて体が動かないという訴え。すぐに駆けつけ救急車を手配、入院し一命を取り留めました。40度を超える発熱で危険な状態でした。
- ・Sさんは心房細動。退院後は家事一切が禁止されたのでどうすればよいかとの相談。息子さんとの2人暮らし、日中は一人なので高齢者相談センターに相談し介護認定申請の手続きをしました。取りあえず配食サービスを利用することにしました。
- ・認知症の奥さんと生活をするAさんは、腰痛・ふらつきがひどく近くの整形外科を受診したところ脊柱管狭窄症でした。奥さんの担当ケアマネに介護認定申請の願いをし、脳外科の受診も進めました。診断は、硬膜下血腫で緊急の手術が必要となり、2度にわたる手術の結果、症状も改善され奥さんに寄り添いながら頑張っています。

3人の相談のきっかけは、33人中25人が高齢者世帯で1人～2人暮らし・昼間は高齢者だけの生活なので訪問時には毎回声かけを心がけ連絡先も伝えています。また医療生協支部の運動で無料化が実現した緊急通報システムの設置も19世帯に呼びかけ、ほとんどの家で設置しました。この取り組みの中で大事だと思ったことは、市介護保険課や高齢者相談センター、長寿支援課、

かかりつけ医と連携したことです。不安定さを抱えながらも全員危機を免れることができました。今、医療生協をはじめ多くの団体や住民組織が自治体との見守り協定や登録が進んでいます。協定を結ぶことや登録とともに、日常生活の中で役立つ見守り活動をどのように進めていくかが大事だと考えます。新座市の分析によると、2年後には前期高齢者と後期高齢者の人口が逆転すると推定しています。新座支部はこれらの経験から、介護相談会を地域で開いていくことを決め実践に踏み出しました。7月にはまちかど健康チェック・介護相談コーナーを設け、相談員は市介護保険課の紹介で高齢者相談センターから2人の職員が派遣され、6人の高齢者の悩みや不安に伝えてくれました。まだ一步を踏み出したばかりですが、介護保険課の職員が「私たちの手の届かないところへの働きかけなど、こういうことができるのは医療生協さんだけだと思います」と期待されました。この取り組みを支部全域に広げていく決意です。

最後になりますが、緊急通報システムの活用で多くの高齢者の命が救われています。また、誰にもわかるようにと地域包括支援センターから高齢者支援センターに名称変更を要求したり、相談員の人員増を要求する等から市民の相談件数が急増しているといわれています。自治体が住民本位の行政を進めるために、私たちの要求を積極的に働きかけていきましょう。

(関東甲信越組合員交流集会の発言より)

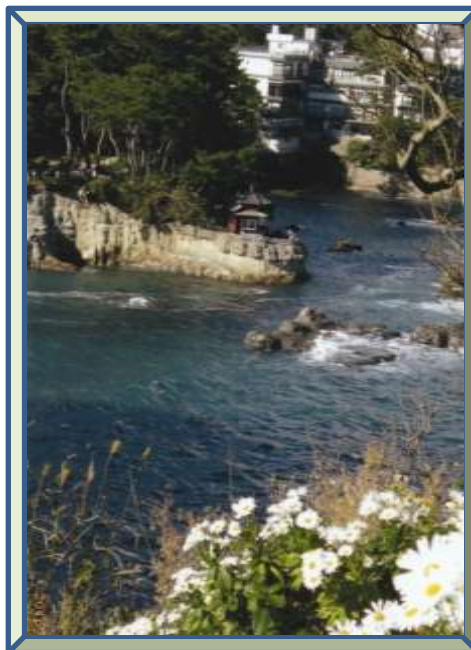


私の一枚



彩りも鮮やかな
平林寺境内を歩く
小田 政満

六角堂と
はまぎくの花



秋旅「鵜の岬」が、荒天のため行けなかったのはと山形文字子先生から写真が送られてきました。五浦海岸の荒波と「六角堂」、「はまぎく」の花

南河原のメイン通りは にぎやか

栗原
和子



日本丸の総帆展帆



撮影 10 時間を要した作品の一場面 岡村 和夫

あとがき



今年もよろしく
お楽しみします

ホームページ ご覧ください

埼玉民医連退職者の会

検索



6時30分、東の空が赤く染まり、「オー 美しい」と思ったが、お日様はなかなか顔を見せない。「元旦にまずやることは猫の世話」。あれこれするうち、向かいの棟が明るく輝いて太陽が昇った。2018年、空は青く快晴の幕開けとなった。

激動の時代のなか、一步一步元気に歩いていきましょう。(け)