

OB会 だより

挑戦シリーズ
No.41



(前列より 2 列目、右から 3 人目が梅原さん)

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 梅原 恭子さん

退職後に始めた 日本語ボランティア 13 年目

来室された方々の国籍は 50 カ国にのぼるが、挑戦はまだ続く

区が主催した日本語ボランティア養成講座に参加したのがきっかけです。

毎週 1 回 夜の 2 時間、自転車で片道 20 分通い続けました。ボランティア仲間は 8~9 人。

1 回の学習者は 13~18 名前後。小学校低学年から高齢者まで、国籍もさまざま。現在は中国やベトナム、フィリピンの人が多い。平仮名、カタカナの読み書きからスタートの人、日本語能力検定を受けたい人、会話力をアップしたい人等々、英語が話せないと無理？ そんなことはない。求められるのは別のところにあります (キッパリ)

先日出された質問をひとつ紹介 「飛んじゃう」「飲んじゃう」「読んじゃう」と「捨てちゃう」「買っちゃう」「見ちゃう」と二通りあるけど、法則はありますか？と。「それはですね。ウン・・・」 気力と体力の続く限り続けるつもりです。(梅原さんは看護師として、浦和民主診療所・埼玉協同病院・さいわい診療所・本部に勤務しました)

賀正 年賀状ひろば

2020



富田孝博会長



権田圭助さん



前田文代さん



飯田文江さん



田添紀江さん



猪俣浩さん



斎藤幸一さん



富田厚子さん



佐々木芳子さん



島田喜久江さん



山口健司さん

新入会員紹介

よろしくお願ひします

◆土生 みき子さん

かすかべ生協診療所を1月20日、定年となりましたが、その後も引き続き勤務しています。少しでも元気が続きますよう、先輩の皆さんを見習って生活していきます。よろしくお願ひいたします。

◆目崎 敏子さん

在職中はOB会の諸先輩の方々に大変お世話になりました。何とか定年まで勤めることができましたのも、皆様方のお励ましとフォローのおかげと思っています。退職してこの春で1年たとうとしています。なかなか思い描いたような日常にならず困ったものです。皆様方のご様子をうかがえるのは今の生活の刺激になるだろうと楽しみにしています。

私の近況

★時田 規矩子さん

新日本婦人の会入間支部の一員として活動しています。

入間支部が誕生して50周年となり、支部の活動の歴史のまとめと50年誌作りに参加するなど多忙な日々を過ごしています。プレ企画として南相馬を訪ね小高班と交流し、浪江町の希望の牧場（原発から14kmのところでも270頭を飼育）を見学してきました。

★武井育夫さん

OB会のみなさん、今日は。ごぶさたしています。

脳梗塞で入院したのが平成23年11月。医師のねばり強い治療がそれから4年間、足と言葉に後遺症が残り、文字がうまく書けないでいます。2019年は選挙の年で、4～5回の選挙で毎回200人を超える人達と対話をし、年間延べ5～600人と対話してきました。準備して計画的にすればできるものだと思っています。

今年は85才。次々と親戚や親しい友人が亡くなっていきます。自分より下の方が亡くなるに次は私かなと思う反面、100才まで生きると無責任に思ったりしています。

★吉原恵美子さん

年金者組合与野支部の執行委員として頑張っています。8月には所沢診療所のOBとして、山口さん、渋谷さんとともに原水禁大会報告集会に参加しました。健康まつりにも参加する予定です

★水野ひさ子さん

主人の転勤で所沢診療所を退職して40年ほどになりますが、OB会のおかげ陰で懐かしい皆さまと親しく交流させていただき、大変嬉しく思っております。現在書道を勉強しながら、新婦人の小組で書道と茶道を教えています。また、77才から始めた俳句に魅せられ、日々作句に勤しむと云うか、四苦八苦しております。

★佐藤テル子さん

医療生協戸塚南支部の運営委員をやっています。知らないことが多すぎてドギマギ？ することばかり。とりあえずできることをやっています。民謡も続けていますが、一生懸命歌うことでボケ防止に役立つと思い今も続けています。最近水泳も週1回行っています。

★小山千里さん

3月に70歳になるのでそろそろ退職しようと思っています。他人は、辞めたらのんびりすればいいと言ってくれますが、私の性分には合いそうになく、これからどう生きるか？ 考え中です。運転は辞めました。

2年前、埼玉協同病院で膝の手術を受けその後のフォローは西協同病院でと言われました。同じ所沢市内ですが、我が家から西協同に行くには、協同病院に行くより大変なこと、特に膝の手術の後は、駅の階段などたくさんあって。1度西協同にタクシーで行ったら3500円位かかりました。同じ所沢でも遠いし、東京に行った方が早い！と感じたところです。

★朝妻幸平さん

医療生協新座支部の運営委員（社保委員長）として忙しい毎日です。地区別総代会で「地域の暮らし・困ったことや願いにこたえる活動」を報告します。また、来年2月に予定されている新座市議会議員選挙の勝利めざして頑張っています。



★伊藤英子さん

退職してからずーっと週4回、スポーツクラブに通っています。ヨガ・太極拳・ステップ・エアロビクス・パンプ（バーベル）・水泳等、だいぶ古株になってきました。また、防衛医大で月2回、本のボランティアをしています。眼科や小児科での本の朗読、病棟をまわり貸し出しをする活動です。財団法人からの助成金で年3回本屋に買い出しに行き、話題の作品や患者さんが読みやすそうな本を厳選して購入し管理しています。蔵書は7000冊以上になりました。一昨年近所の荒地を耕して畑作りを始めました。14坪ほどです。畑などやったことがないので、他人に聞いたり本を読んだり、手探りです。殆ど虫や動物に食べられてしまいます。種・苗代、肥料代がかかるばかりです。

★東田伸夫さん

全国医師ユニオンに勤務し10年になりました。医師の働き方検討会で出された1860時間問題、過労死問題、無給医問題等あわただしい1年でした。植山先生の少しでもお手伝いができればというところです。

地域では社保協・障害者運動・国保運営協議会等の活動から、昔の仲間とのつながりや新たな学び、楽しみも広がっています。公民館の在り方、自然エネルギー問題、街づくり協議会等々、地域の仲間、育ちあっている仲間が飲み仲間でもあり楽しいですね。また、大人の音楽教室に通いチェロのレッスンを受けています。毎年我が家でチェロコンサートを楽しんでいます。なかなか上達しませんが、それがまた楽しいです。

★山口昭子さん

姉のつれあい(89才)が急に血液の癌を発症、緊急入院・退院の繰り返し。老いてから大病を宣告され、大きなショックを受けている姉の家族とともに対応に追われました。訪問看護、ヘルパー問題、いつれ来るであろう終末の問題、2か月を経てやっと落ち着いてきましたが、知らない間に体の疲労、私も他人事でなく用心！用心！

★仲隆子さん

毎週水曜日、西協同病院2F病棟を中心にボランティアをしています。みんなで歌って、おしゃべりなどしてきます。職員の頃からボランティアさんの仲間？に入れてもらいました。第1、第3月曜日は朗読教室です。自分ではあまり読まない本などもあり、朗読を楽しんだり、孫や家族との時間を楽しんでいます。



★清宮浩さん

民医労の専従7年余年になりました。秋闘・年末一時金もひと段落したところです。働く者にとっての諸条件がすこしでも前進するよう活動しています。労働組合も諸団体と同じで後継者の育成が大きな課題です。みなさん いろいろな集会でお会いしましょう。そして、何とか野党共闘を発展させ、世の中を変えていきましょう。

★満川 恵子さん 初めての蔵王の恵み



花オクラ

農業の町蔵王は、観光地でもあるせいか、毎年のようにおしゃれな新顔に出会います。まずは白茄子。名前の通り白い茄子で、肉質がトロっと柔らかいのが特徴です。オリーブオイルでソテーすると甘みも増します。ポポというバナナのような味の果物は、昔から農家さんの庭に、あったとのこと。テレビの影響か、朝市に初登場でした。

そして食べられるエディブリフラワーの花オクラ。ハイビスカスに似た花がきれいで、プランターで栽培したこともあるオクラですが、食用として栽培されている事は初めて知りました。生でマヨネーズをつけて、さっと茹でてポン酢で。平凡になりがちな食卓の彩りに、蔵王の恵みは欠かせません。

★和田 美津保さん

地域の文化祭が終わったと思ったら12/7の演奏会企画で事務局を引き受けたので運営や進行やらでバタバタしています。もちろん 歌の歌詞も覚えななくて・・・

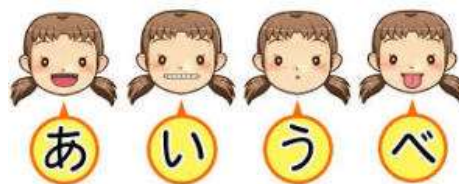
娘が去年双子を出産し、職場復帰となり9月末から上京しました。その孫の世話で膝腰を痛め整形外科にお世話になっています。無理すると身体に悪影響がすぐ出てしまい、よる年波には勝てません。ジムに通っていますが水泳の方がいいかと迷っているところです。仕事は週1で四国がんセンターに行っています。仕事の休憩時間に若い職員と話すのが刺激になっています。民医連や医療生協の活動は特にしていませんが、情勢には敏感になっていたいと思います。

★うらしんOB会

10月27日、26名が参加して東浦和「高砂」で総会を行いました。松本光正先生の「加齢現象」についてのお話は薬（くすり）を逆さに読むとリスクになる多剤服用の危険性を話されました。久しぶりに会う賑やかな席は宮城・長野から、高田澄子さんは我孫子から看護学生の高額費用の署名を持っての参加。今、うらしんOB会は39名。年齢と共に病気の話もたくさんでました。「来年も会えるよう頑張りましょう」と散会しました。（小嶋美智子）

★あさか虹の歯科 20周年

あさか虹の歯科開設から20年がたち、祝う会が11月に開催されました。当時を知る組合員、職員も集まり「おかげ様で20年、あさか虹の歯科の歩み」の



ビデオメッセージが流れる中、熱い思いが語られ、懐かしい、その時代に戻ったような感じがしました。第二部の記念講演は、利根保健生協・利根歯科診療所の中澤桂一郎先生の「認知症予防はお口から」と題する口の健康づくりの講演でした。口のフレイル予防では「人は口からダメになる。しかし人は口から再生する」と「よく噛んで食べる事」が強調されました。口を動かすことが予防につながることに、「あ・い・う・べ」体操も一緒にされ、1日3回10回ずつ、30回を目安に毎日継続していきましょうと話されました。また、かかと落とし体操は骨粗しょう症予防にも良いとか、皆さんに好評で中澤先生の話術とパフォーマンスに会場は盛り上がりました。どの支部も皆さん笑顔でいい顔をして、地域、健康、平和の大切さを改めて実感しました。（田中見代子）

ぶらり散策

紅葉の大宮公園～ 県立歴史と民族の博物館めぐり



11月28日(木)氷川神社～大宮公園～県立歴史と民族の博物館～美楽温泉スパハーブスをぶらり、紅葉を楽しみました。参加者は11名。「県立民俗博物館」ではボランティアさんの詳しい説明を聞きながら、埼玉における人々の暮らしを知る旧石器時代からの陳列品を見てまわりました。その後は大宮の街並みを「ぶらり」にふさわしく、歩いて、歩いて18000歩。疲れたといいながらも楽しいひと時でした。最後は「美楽温泉スパハーブス」で12種類の温泉で疲れをいやしながら、飲んで食べて、楽しく交流を深めました。



第30回埼玉民医連退職者の会総会 笑顔で お会いしましょう！



日時：2020年2月11日(祭日)
会場：医療生協さいたま本部・第一会議室
参加費：2000円(食事代)
OB会年会費(3000円)もお願いします。

第25回埼玉高齢者大会



12月2日(月)埼玉会館で「埼玉県高齢者大会」が開かれました。

今回の記念講演は、加計学園問題である「総理のご意向」文書の存在を明かした前文部科学省事務次官・前川喜平さん。現在、子ども達だけでなくすべての人々が教育を受ける権利を保障するために、福島市と神奈川県厚木市で自主夜間中学のボランティアスタッフとして奮闘しています。その教育にかける情熱を「すべての子どもの学習権保障へ、地域で じじばば ができることは何か？」と題し話されました。現場での生々しい話に真剣に、また時折笑いも交えながら満席の会場は高齢者のパワーに溢れていました。最後に前川さん自身も企画に加わり製作された映画「子どもたちをよろしく」2月末から全国上映されるのでご覧になってくださいとの呼びかけがありました。午後からはそれぞれの分科会会場に分かれての参加となり、OB会としての集まりは持ちませんでした。

「9条改憲阻止」「野党は共闘」 夜の太宮駅頭 7000人の声響く

わが埼玉民医連退職者の会もその末席に名を連ねるオール埼玉総行動実行委員会主催の「9条壊すな！ 戦争させない！ 11・26 埼玉総行動」が夜の太宮駅頭で行われました。「桜を見る会」問題への批判が高まる中、ゲストスピーカーの五十嵐仁法政大学名誉教授も「安倍晋



三ではなく、安倍捏造だ！」と激しい口調で非難し、やんやの喝さいを浴びていました。集会では後援団体の埼玉弁護士会、連合埼玉、埼玉連や、野党から立憲、国民、共産、社民の代表があいさつをし、7000人を超す参加者と一緒に「野党は共闘」「戦争させない・9条こわすな」と声をあげました。夜で、しかもスペースもないことから、OB会メンバーだけで集まることは出来ませんでした。それぞれが地域の仲間と一緒に参加されました。諦めたら負けです！沖縄の人たちを見習い、粘り強く頑張りましょう。



別所温泉・山宣の碑 ～ 義民の村・青木村へ



神作 信男

山宣の記念碑のある別所温泉と義民の村・青木村に11月に夫婦で行って来ました。3度目となった山宣の碑と、常楽寺の美術館を見学しました。常楽寺は、前々住職が善光寺大勧進名誉貫主もやった半田考海で戦前の信州婦人夏期大学の学長や、戦後に原水爆禁止運動の先頭に立った方です。夜に宿の仲居さんより「国宝の三重塔は長野には2つしかなく、別所温泉の安楽寺とひと山越えた隣村の青木村の大法寺です」という話がありました。

初めて別所温泉を訪ねたときは、山宣の碑を戦前の特高警察から守り抜いた柏屋別荘に泊まりました。宿には、碑を守った斎藤房雄のことや、ここを訪れた北原白秋や斎藤茂吉、西条八十、山下清、宇野重吉、森繁久弥、中山晋平、川端康成など蒼々たる文化人・著名人の色紙があり歴史の深さと文化財的素晴らしさをみました。しかし、2017年に営業を停止したそうです。

3日目は、無言館にはまわらずひと山越えて青木村の大法寺に向かいました。大法寺の直下に郷土美術館があり、案内板にプロレタリア俳句運動を興した栗林一石路(いっせきろ)の句碑の案内があり、おやっと思いました。大法寺の国宝三重塔を見たあと郷土美術館に入りました。江戸時代に5回の一揆を行った青木村の「義民の伝統精



神」は「(千葉県)佐倉惣五郎の場合とならんで、日本の双璧」とのべ、冒頭に村長が「正義と反骨の心に富んだ精神」とのべています。併設の喫茶室の女性の職員は、「青木村は『義民村』と言って宣伝しているんですよ」と話してくれました。別所温泉と山宣の碑、義民の村、無言館はまたぜひ訪ねたいです。

電子書籍

『絵手紙 久子の直筆集』 出版

久子のひけらかし

広瀬 久子

絵手紙との出会いは、月1回先生がいらして協同病院の昼休みにお稽古をした。しばらく遠ざかっていたら、棚橋さんから絵手紙をいただき、お返事したことで書くようになった。

小筆に墨を付けてハガキ大の画仙紙に向かう。途中でかすれてくるが1枚に1回の墨である。絵の具は顔彩。

電子書籍があると聞き、アマゾンの電子書籍で出版することに。タイトルは「絵手紙・久子の直筆集」出来上がりの色彩が鮮明なので機械のすごさに驚いている。1冊目は夏編。花や野菜が土に根をおろしている姿は理科の勉強のようである。2冊目は秋編。読書の秋、登場画材が語り始める。絵手紙は私にとって短時間の集中力、楽しいひとときである。



OB会だより

感

想

意

見

- * 写真や絵手紙がとても色よく印刷されてよかったし、心が明るくなると感じました。140号で神作さんが見たという映画、私も見たいと思いましたが、今のところ腰痛で出かけられないのが悩みです (A)
- * 今回は投稿も多かったのか、内容も更に読みごたえがあり楽しく拝見しました。これだけの量を整理し、一冊にまとめることがいかに大変なことか、たずさわっている方たちに感謝です。(H)
- * 今回も大勢の方々の出演(?)良かったです。会員全員が2~3年に1度は登場するとよいですね。(K)
- * 表紙に登場している皆さんいろいろなことへの挑戦がすごいですね。読むだけで楽しんでいます、私ももう一步を踏み出さないといけないなあ・・・刺激を受けています。(S)

ホームページ ご覧くださいネ!

埼玉民医連退職者の会
<http://jet-daiana.bitter>

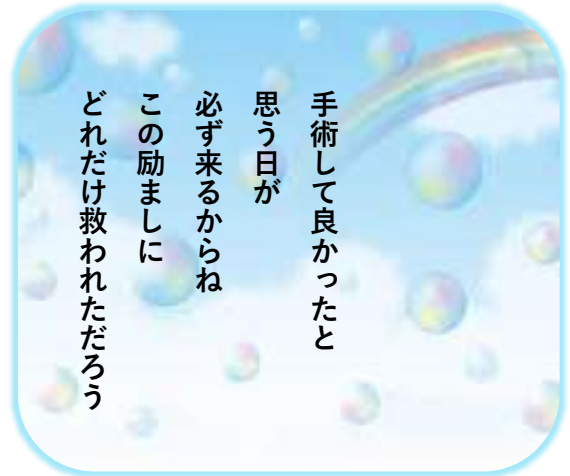


五行歌
小嶋 美智子

電車の窓から
真っ白な富士山が
デーンと見えた
圧倒的な大きさで
距離感を惑わしている



満開の蕎麦の花
山本康男



手術して良かったと
思う日が
必ず来るからね
この励ましに
どれだけ救われただろう

五行歌 巻田 幸子



晴海ふ頭 岡村 和夫



あとがき

昨年10月にお願いした「災害アンケート」、すぐお返事を寄せてくださった方が何人もあり、それはうれしいことでした。現在60名近く集まっており、これから集計に入ります。ありがとうございました。

安倍政権の「やぶれかぶれ総選挙」(?) などと言われていますが、さくら、消費税、入試、改憲、IR、中東派兵、すべて国民の意にそむくものばかり。私たちは「OB 会だより」を通して語り合い、知り合い、励ましあって、今日を明日を大切に生きましょう(け)



寅さん 旅ですか? 広瀬久子