

健康づくり 生きがいづくり 友だちづくり まちづくり

# 友の会だより

中野共立健康友の会・広報委員会発行  
〒164-0001 中野区中野5-45-4

Eメール: ken\_sosiki@kenyu-kai.or.jp  
Tel:03-3386-9139

## 薬剤師募集中!

薬剤師さんをご紹介ください。

薬剤師も地域へ、在宅医療も旺盛に展開  
青葉調剤薬局  
中野区中野5-47-10  
03-3389-7110



# 私たちのまちで、中野共立健康友の会 班会

共立のたまり場「いつでも元気」で!

## 「げんき班会」中野5



今年1月からスタート!



これは会員同士が、なんでも楽しい企画を立てて健康に楽しく寄り添えあえる「たまり場」です。  
ここ数年、共立診療所周辺での班会活動は無く、以前から共立の会員ならどなたでも班員になれる、健康班会をしたいという思いがありました。

コロナ禍中では感染対策のため、どうしても診療所内で集う場を設けることが出来ずになりました。診療所では5類となった今でも、感染対策は継続されており、それでは居場所探しを始めよう!ということまで今回に至りました。  
この間の数カ月、役員の声掛けもあり、場所の提供してくださる方が見つかったときには「やったー!」と大喜び。  
待ちに待った班会名は、「げんき!」になるためだから「げんき班会!」『いつでも元気』の読み合わせ、学習をメインに健康生活、遊び、情報交換なんでも有り。パワフルに活動していきますよ!と、終始ワクワク感満載でした。

\*次回2月19日(月)  
14時~15時30分予定  
事務局

## 「スバル班会」白鷺



及川さん95歳



スバル班会は、白鷺にある昴館(一人ぐらしの障がい者住宅)の談話室を借りて、11年前から、中野共立健康友の会の1つの班として、定例化してきました。

コロナ禍の中断を経て昨年6月からお昼ご飯を食べながらの班会を再開しました。  
参加者の多くは、高齢者です。12月23日(土)には、班長の及川みえ子さんの95歳の誕生日を、苺のケーキを切ってお祝いをしました。



次回の昼食は、海苔巻きを予定しています。

\*次回2月24日(土)  
11時30分~14時予定  
小林千枝子

お問い合わせは友の会事務局まで  
03(3386)9139

# ここどこ？なかの



ヒント：寒い日に、ここを通ると懐かしさがこみあげてきますね。

## \*ここどこ？なかの 応募方法

同封のハガキに、答えの場所名を記入し氏名をお書きになってお送りください。抽選のうえ5名の方にQUOカードを差し上げます。一言もお忘れなく、たくさんのご応募お待ちしております。

\*締め切りは 2024年3月20日

# 上映会「二十四の瞳」

映画「二十四の瞳」は1952年に壺井栄が発表した小説を、1954年に映画化したもので、のちにリメイクもされています。作中では唱歌がたくさん歌われますが、それが次第に軍歌へと変わっていきます。幼い子供たちが成長して、それぞれが時代や戦争に巻き込まれていく様子を丁寧に描き切る、沁みするような作品でした。



ご覧になった方の感想文には、「70年前くらい小学生だったところに、田舎の小さい公民館で見ました。入りきらず、外に幕を張りゴザの上で見たことを思い出します」「子どもたちが素直にまっすぐ生きている社会を作ることが大人の仕事」「自分の子ども頃の思い出を思い出しました」などたくさん書いていただきました。

## 私たちの仲間



### 給食費だけでも

給食費が無償化されてうれしい。そもそも無償であるはずの義務教育の中で、なんで有料なのか？とずっと思っていました。ご存知の方も多いと思いますが、学校教育に関わることで保護者が負担しているものは沢山あります。

## 「学校給食費の無償化がなぜこんなに嬉しいのか」

教科書は無料ですが、鍵盤ハーモニカや絵の具セット、習字道具、上げればキリがありません。度々買い換えるものも多くあります。子どもたちの教育にいくらかかると戦々恐々としないう保護者はいないでしょう。給食費だけでも無料だったら？嬉しいに決まっています。

### メンバー8人で

来年度の予算を話し合う12月議会に提出できるよう、署名の期間は1カ月。1000人分を目標に紙とオンラインフォームの二本立てでメンバー8人の思いつく限りのツテにあたりました。

議会事務局窓口で質問し、職員のとつても親切な対応に軽く衝撃を受けたりもしました。締め切りまでに集まっ

### 健診センター事務次長 粉川 潔

た署名は2300人以上。オンラインで100人がメッセージを寄せてくれました。提出した署名が議論される委員会を恐る恐る傍聴したら、実は区として来年度以降は、保護者から徴収しない形での無償化を実施するつもりと説明が。議員全員が無償化と発言。「署名に対して反対されたらどうしよう・・・」という不安は嘘のようでした。

### 信頼感が増した

署名は3つの項目が



## 健友会中野共立病院・病院長

山本 英司



2024年2月号ではありますが、改めまして、新年あけましておめでとうございます。

2024年は、能登半島地震・日本航空機と海上保安庁機衝突上事故があり、大変な幕明けとなりました。

それぞれの災害・事故に命を失った方々のご冥福をお祈り致します。また、怪我をされた方・御家族を失った方・家を失った方・現在避難中の方には、お見舞い申し上げます。

能登半島地震は自然災害であり、未然に防ぐことはできませんが、発生後の救助・救護・避難所支援がもう少し早くできないかと、いつもながら感じます。現場は可能な限りの体制で行っているものと思われませんが、地理的な困難さや季節的な悪条件が重なっており、早期対応が困難であったと思われ。そうした中でも、地域住民が協力して避難生活をしているニュースにはいつも安心させられます。

東京にも、いつ何時大きな災害が来るかもしれません。東京は交通の便もよく、季節的な悪条件もあまりない代わりに、住宅密集地であり、震度7程度の地震では、石川県以上の災害になる可能性もあります。普段から心構えや準備が必要と言われていますが、24時間その事ばかりを考えてはいられません。ただ、地域住民とのつながりは、求めれば普段からできます。

私たち「健友会・中野共立病院」職員は、今年も「友の会」の皆さんと一緒に、地域住民のつながりを支援していきます。また、医療機関ですから、同時に心身の健康面での支援も行います。

しかし、私たち職員だけでは、その力は不十分であり、その活動を広げるためには「友の会」の皆さんの協力が必要。時には、「行政」や「政治」を変えていくことが必要になる場面があるかもしれません。

今後この1年間、大きな自然災害がないことを祈ります。そして、最後にもう一つ。「人災である戦争」は、人間の力によって終結させることができます。各界の指導者に早期の解決を期待します。