

皆さんからの
投稿を募集します

読者の広場

今回は正月号です。

採用された方には図書カード(500円)をプレゼント!

うたごえ喫茶「不楽っ人」。

中村 和夫

私が青春の1ページを過ごした場所です。店は唐人町から大江に変わりましたがピアノは店の中で私達を温かく迎えてくれました。しかし閉店に伴いこのピアノに会うことは無くなりました。ある日このピアノがJR木葉駅にあることを新聞記事で知り、出掛けました。それは私にとって、亡き「尾方博」さんとの再会そして「地底のうた」との再会でした。



ピアノとの再会

コロナ自粛の中で

原田 スミ子(京塚班)

今、大変な世の中、退職して二十二年。地震の時も大変だったが世界的コロナ流行で高齢者は外へ出るなどと言われ、不安な人が多い中、私は少しも不自由と思わず毎日を過しています。一人暮らしほど自由勝手に一日を自由に好きなように過ごせる。若い時は大金持ちが倅せと考えていましたが今の暮らしほど満足している時はありません。いつの時代もマイペースの私です。三人の子育てが大変でしょうと同情されたり、病弱な主人でしたので、周りから心配されましたが、私は「当たり前」と人を頼ることなく生きて来て今が有ります。コロナに負ける気がしない毎日、規則正しい生活を心がければ自然体で死ぬそうです。



風蝶草(クレオメ)

— 水彩画 —

重元 和子さん(運営委員)

眠れぬ夜の爺じい



作画:浦本一代

編集後記

新型コロナウイルスの感染爆発がとまらない。入院したくても自宅療養を余儀なくされる感染者が増え、じわじわと医療崩壊が進んでいる。酸素吸入が必要な状況で息苦しいのに自宅を過ごす。考えもしなかった事態に戸惑う。そんな場面をTVニュースで目にする。日本の誇ってきた皆保険制度も壊れてゆく。すでに病床、薬品、人など医療資源が不足。そんな中、国会で病院合併で病床削減という案が採択された。コロナ感染がこれだけ広がって病床が無いと騒いでいるのに唖然とする。「消費税を財源にした病床削減の補助金の法定化に対し、単純計算で今年度は1万床規模が削減され、医師・看護師の体制後退につながる」と野党の反対討論も虚しい。福祉のためにと騙し上げた消費税が病床削減の原資とは、更なる国民への裏切りだ。こんな日本は何処へ向かうのか分からない。感染爆発の中でオリンピック強行は、国民の不安を無視して安心も安全もない。そんな国民感情を逆なでしている中で、先日横浜市長選では菅総理が応援した候補が野党統一候補に負けた。国民無視の政策を続けていると次の衆議院選挙も大きな痛手を負うことになるだろう。(H)



くまもと健康友の会だより

2021年9月号

http://tomonokai.sub.jp/

発行 2021年9月15日 くまもと健康友の会 会長 上野美恵子
〒862-0954 熊本市中央区神水1-21-16 e-mail:kumatomo2003@yahoo.co.jp TEL096-383-8707 FAX096-383-1633



花蕎麦のひかり縹渺天に抜け 大野林火

そば畑 白い花が咲く 撮影/稲益親義氏



くわみず病院予約センター
臨床検査技師
西村 優子

「働き続けられたことに感謝!」
くわみず病院40周年に思う」

くわみず病院は10月で40周年を迎え、只今、記念誌の作成が進んでいます。私が芳和会に入職したのは1979年4月。当時、検査室は熊本保健院の病棟の一角にあり、私は現在の友の会事務局長の大楠さんと一緒に入職しました。採用試験の面接当日、「僕はあなた達より一つ年上」と聞かされ、あの風貌から何の疑いも持たせませんでした。初対面からジョークを飛ばされた事に後で気付かされました。どの部署でも地域訪問が頻繁に行われて核廃絶署名、平和大会のキャンパ集め、老人医療費の無料化署名など、事ある毎に地域に出かけ署名やご意見を伺う活動が行われていました。駆け出しの新人にとって見知らぬ年上の方々との対話には緊張するものがありました。仕事でも地域活動でも暖かい先輩方の支えがあり、ここまで来られたことに感謝しています。当時は今よりずっとおらかな時代で病院全体に家庭的な雰囲気があり、上司のお宅にお邪魔して手料理をごちそうになることも度々でした。健康友の会へは病院の開院当初から少しづつ関わるようになりました。出水市営団地居住の患者会の患者さんを中心に水前寺公園団地が作られ、検査科はその担当となり現在も続いています。友の会事務局と一緒に班会には必ず参加してきました。困難なことでも強い気持ちと仲間の絆があれば乗り越える事が出来た現役時代を終えて、現在は自分の置かれていいる環境と自分自身の変化に折り合いをつけるべく努力の日々です。触れ合うことの難しい現在ですが、長い間一緒に働いてきた検査の仲間との何気ない会話に癒され、毎日お会いする患者さんの笑顔にエネルギーをもらっています。(※3ページに続く)

第40回 友の会総会を開催しました

～23ヶ所から42名の参加～

事務局長 大楠 学



6月19日(土)に友の会総会を開催しました。今回はコロナ禍でもあり、オンライン総会という形を取りました。初めての形態でしたのでどうなるかと心配しましたが、中断する事も無く無事に終了できました。参加者は、12班から25名、その他17名の42名で23ヶ所からオンライン参加がありました。

事務局長より議案提案があり、その後交流に移りました。この一年間、友の会活動は様々な制約がありました。コロナ禍で班会や食事会、直接対話などが制限される中で友の会は「いまできる活動」に取り組まれました。オンラインでの保健講座や運営委員会、声の会員訪問(電話)、くわみず病院・たくまの

里へのコロナ禍激励寄せ書き贈呈等はすぐに取り組みました。また、地域班やサークル、専門部から以下の報告がありました。独自の班ニュースを発行している京町班の高浜さん、ハイキングサークル報告、一人暮らしの高齢者向けお弁当宅配、益城班のジャガイモの会活動について、友の会だより編集委員会、以上の報告がありました。新役員は3名で合計23名の運営委員会となりました。オンラインでの議案採択となりましたが、運動の総括と方針、会計、新年度役員など議案はすべて参加者の総意で採択されました。

【今年度の活動方針】

- ① 安心して住み続けられるまちづくり運動に取り組めます
- ② 班会の強化と健康づくり運動をすすめます
- ③ 文化・レク活動をすすめます
- ④ 強化月間(10～11月)に取り組めます
- ⑤ 全国の運動と共同しながら活動します
- ⑥ 友の会だよりを年3回発行します
- ⑦ 運営委員会や専門部などを強化して
みんなでつくる友の会にします

2021年度新役員

[会長]上野美恵子
[副会長]田中慶昌・本高勝久
[事務局長]大楠学
[事務局次長]田辺菜穂子・吉田京子
[運営委員]立野義和(新)・服部節子(新)・山下久美(新)・安達純子・市花真・小田和子・前田夕佳・小山文男・神田美智子・荒木佐由美・後藤ひろみ・緒方真也・工藤陽子・重元和子・高崎清治・長谷川博・山本由美子

新運営委員紹介



立野 義和 (帯山班)

今回 運営委員になりました立野義和です。最近、よみがえってきました。6年前の手術で引きこもりとなり、やっとリハビリで出かけられるようになりました。友の会の援助を受けてさらに頑張りたいと思います。



服部 節子 (くわみず病院リハビリテーション科)

はじめまして、芳和会に作業療法士として入社して30年になります。その間に共同組織委員会には何度か所属し、班会講師として友の会には参加させていただいていました。運営委員として参加するのは初めてであり、共同組織委員と運営委員の違いが理解できればと思っています。また、認知症予防のポイントの中に「他者との交流」があります。楽しんで無理なく続けられて交流が出来る場という点で友の会の班会はとても意味ある活動だと思っています。そのような活動に参加できたらと思っています。

山下 久美

こんにちは。3人の子育てを終えた50代の山下久美です。もう何年も前に友の会に入会したものの班もなく、時々届くたよりをパラパラと見てポイっとしていました。昨年知り合った運営委員の方に「健康友の会はどんな活動をしているのですか？」と聞いたのがきっかけで「運営委員にならんね」と誘われました。本当に何もわかりませんが、少しずつ学びながら、考えながら行動できればいいなと思っています。どうぞよろしくお願いします。

くわみず病院40周年に寄せて(表紙からの続き)

西村 優子

熊本保養院跡地にくわみず病院として1981年に精神科に加え内科、外科、産婦人科が開設され、その後くわみず病院の検査室は芳和会の全院所(菊陽、くすのき、平和、水俣)の検体を集中して検査を行う検査センターとなりました。しかし度重なる検査点数の包括化で経営的判断から3年足ら

ずで検査センター廃止、生化学の外部委託などで検査室自体も縮小されました。時代に合わせて変化せざるを得なくくわみず病院の方針に合わせて検査科は拡大と縮小を繰り返してきました。これからも後輩の皆さんは厳しい荒波に何度も見舞われながら乗り切って行かれる事でしょう。

ワークセンターやまびこ班会

7月27日にワークセンターやまびこ班会を開催しました。4ヶ月ぶりの班会でリハビリ室の宮村科長がストレッチや頭の体操を兼ねた指折り体操を行いました。やまびこの皆さんは日頃から座っての手作業が多いので肩や首のストレッチは非常に重要になります。時おり熊本弁(ほんのくど、つと、へき)を交えたおしゃべりと指導であつという間に時間が過ぎてしまいました。



長嶺班1年半ぶりの班会でした

7月20日(火)長嶺団地集会所でコロナ警戒レベルが下がっている隙を逃さず、開催しました。すでに連日の夏日を迎えており、この時期起こりやすい「食中毒・その調理、保存はNG」と「正しい水分補給」というテーマで資料を使った学習でした。1年半の間にこれまで毎回参加されていた会員さんが入院されていて、コロナ禍で会えない間、皆さんの健康状態の変化を感じました。

案内チラシの効果あり初めての方が参加され、お一人新規に加入されました。うれしい出来事でした。



野菜をたくさん食べよう

ゆで野菜のサラダ

京町班 高濱 敬子

野菜と分量はご自分の好みで適宜に。冷凍食品も活用して、季節の野菜なども楽しみましょう。野菜はゆでるほかに電子レンジ使用や蒸し器使用でもよいです。

材料 ●カボチャ(冷凍) ●フライドポテト(冷凍) ●オクラ ●トマト ●ささがきゴボウ ●ワカメ ●ネギ油 ●しょう油

ポイントは「ねぎ油」です。

Let's Cooking!

ねぎ油のつくり方…長ねぎの白い部分を多めにみじん切りにして、サラダ油1カップにつける。ねぎ油余ったら、味噌汁に利用。

- 1 ワカメは戻してざく切り。
- 2 トマトはくし形に切る。
- 3 カボチャは大きめの一口大に切る。
- 4 ゴボウはささがきしておく。
- 5 オクラ、フライドポテト、カボチャ、ゴボウを一緒にして3~5分、蒸し器で蒸す。
- 6 器に彩りよく盛り合わせ、ねぎ油をかけ、醤油を落とす。

※参考 栗原はるみ「ごちそうさまがきたくて」



わが住まいの今昔(その11)

砂取校区第9町内自治会
りんどう会会長

山下 敏夫

昭和二十八年六月二十六日、所謂、6、26と言われる熊本大水害後特に東部地区の開発が進んだように思われます。

ところで、神水町が現在の住居表示になったのは、昭和四十五(1970)年で、神水町の一部が神水一丁目、上京塚町、水前寺六丁目となったとの記録があります。

そもそも神水なる地名は？

元は細川刑部邸の別荘であった神水苑(しんすいえん)は、庭園中心に作られたものです。湧き水の池泉を配した回遊式庭園は、明るく伸びやかで水前寺成趣園を彷彿とさせます。「くわ」とは細やかに、美しいという意味の古語です。昔からの湧水が多く、この一帯、自然の神の恵みを受けた水の聖地、だから神水と名がついたと伝えられています。神聖な水が、豊富に湧く所「神水」です。



▲マリエール神水苑中庭



▲神水苑一帯から湧き出た水は江津湖を潤しています



講師

フラワーアレンジメント
やっています 会員 鬼塚 房子

嘉島町在住の鬼塚です。フラワーアレンジメントは、生花、造花、ドライフラワーを使って様々なアレンジができて、ドライフラワーのアレンジは永く飾って楽しめます。庭に咲いた花や草木、いただいた花やハーブなど自宅で吊して乾燥させたものも材料となります。月一回新婦人の小組として自宅で教えています。菊陽病院一階では、季節ごとにお花の生け替えも受け持つて続けています。

コロナ禍で自宅で過ごすことが多い日々、皆さんもお花を楽しむ時間を作ってみませんか。

(欧風花インステイテュート 熊本 嘉島教室 一級講師)



ユーカリとガクアジサイ

忘れられない日 7月4日。

熊本水害被災者・
賛同者の会
球磨村在住
市花 由紀子

あれから1年……。早いような、でも長かったようなそんなこの1年でした。

昨年の豪雨災害の被災の際には、復旧の際に本当にいろいろな方にお世話になりました。ご支援に心より感謝申し上げます。

私の住んでいた球磨村はあの豪雨災害で多くの被害を受けました。球磨川の側でずっと暮らしてきた地元の人らもびっくりするような大水は、橋や鉄橋を流したり、大切な人の命や多くの財産を失う事となってしまいました。地元の皆さんは口を揃えて、まさかこんなところまで水が来るなんて……。と話していたのが今もずっと頭に残っています。

そんな災害の後、どんどん片付いていき道路が復旧し、避難所から仮設の住宅に落ち着き、一見、復旧復興が進んでいるように見えるのですが、家を修理するのか、それとも解体し、どこに家を再建するのか、まだまだ復興計画の中でも見えないことも多くあり、被災した多くの方は悩んでいらっしゃると思います。

我が家も元の自宅は屋根まで水に浸かってしまい、借家でしたので解体は決まっていた。もう前の生活には戻れないとわかっていても、解体されるまでは、何度も家を見に行きました。子供の通った小学校も近くにあり、本当にたくさんの思い出のある場所でした。

家を解体された後のなんとも言えない喪失感は、じわじわと後になって襲ってきました。

そんな中でも、やっぱり生まれ育った故郷に戻りたいと自宅を改修し、住み始めている方をみると生まれ育った土地への強い覚悟を感じ、自分も頑張る



被災直後の我が家

うと励まされる思いがしました。人吉球磨は球磨川と共に生きてきたという強い地元の方の気持ち、そして積み重ねてきた経験と知恵がありましたが、昨年の災害は全て覆すような豪雨災害となりました。

被災後すぐに、一旦中止となっていた川辺川ダム計画の話しが再び始まりました。私の体験から感じることは、仮にダムがあったと仮定して、水位を下げた効果があったとしても、浸水はしていますし、支流の氾濫などダムとはあまり関係ない部分で被害が出ているところもありました。発表されているような効果がどこまであるのか疑問が残ります。

私は避難した高台から球磨川が溢れ、堤防も排水ポンプも沈んでいく姿をただ見ているだけで、人間の力は到底及ばない自然の怖さを目の当たりにしました。

これから復興計画や球磨川水系の流域治水がどうなっていくのか、その方向次第でこれからどこに自分の場所を見つけるのか、気持ちが揺れ動きます。人吉球磨地域の転換期となると思いますが、災害復興が良い方向への転換になるようにと思っています。



橋げただけ残った相良橋



取り壊された我が家



復旧した仮橋の相良橋

「私が思う事」～くわみず病院40周年～



地域医療部
相談員
緒方 真也

皆さんこんにちは。くわみず病院相談室で勤務しています、友の会運営委員の緒方と申します。

このページでは、皆さんに、私が日頃から病院で勤務して感じていることなど、ただただ記載したいと思っておりますので、長文ですが気楽にお付き合いのほどよろしくお願いいたします。

通院してこられる患者さんにおいても、病院に来れば持病の話はどこへやら!?で、コロナの話は必ずして帰られます。患者さんの中には、コロナの影響で“人と会う機会が無くなった・体調を悪くした・在宅が長くなり光熱費が上がった”と言われる方もおられます。特に“職場内で感染者が出て休業を余儀なくされた・休業の影響で収入が大幅に減り困った・仕事を辞めた”と切羽詰まったお話もあっているようです。最後の砦である生活保護を検討される方もおられるようですが、どうにか自助・共助で乗り切ろうともがいておられる方も多く感じます。ここはやはり「公助がしっかり機能して国民生活を守る」という責務を果たしてほしいと感じる日々です。2019年までの当たり前の日常に一日でも早く戻って欲しいと誰しもが願っていますが、もうしばらくこの状況が続くのかと思うと現実はとても厳しいですね。

そんな中でも患者さんからは時にうれしい言葉を貰います。“病状は安定していると言われたのでうれしかった・頑張って体調維持しようと努めている・職員の皆さんの笑顔は変わらずよかった・ここの職員は元気が良くていいね・いつも優しく声をかけてくれてありがとう・あなたと話せてうれしかった・病院でたまたま知り合いと会い久しぶりに話に花が咲いた”などなど。

病院は病気の方が来られますから、皆さん様々に“きつかったり・痛かったり”の心身の不調があります。その中で、わずかでも病院に来てよかったと思ってもらえることは職員としてとてもうれしい事です。病院で嬉しい話なんてあるのかなと思われる方

もいるでしょうけど、患者さんの些細な一言で私達も救われているのだと感じます。

1981年10月にくわみず病院がスタートし40年を迎えました。40年前かあ～。そうそう！もちろん！？私はまだ生まれてませんよ。そもそも入社してまだ5年目の若輩者です。そんな私も友の会会員になり、気づけば運営委員になり、さらにはここに原稿を書くような立場になりました(これはくまもと健康友の会史上、前代未聞の大出世ではないでしょうか!)。これからもまだ見ぬたくさんの人と出会い、多くの喜びを分かち合いたい。そして、友の会活動やまちづくりのイチ歯車としてくわみず病院がお役に立てるよう、そしてその中の一員として微力ながら力を発揮できるように日々精進しなければと思っております。

何気ないことをただただ書きましたが、何気ない事の中にこそ生きる上でとても大切にしたい事が溶け込んでいるのだと思います。患者さんからの言葉にこれからも支えられながら仕事を頑張りたい。コロナで騒ぐことも、もしかしたらあと僅かの期間で、そろそろ「あの時は大変だったね」と言える日がくるかもしれません。一日でも早くそうなるように、今は目の前の感染対策の継続を。明けない夜はない、そう信じて今を生きたいと思います。



1981年春～夏頃 建設途中のくわみず病院