



今月号は総会特集号です。
(2〜4ページ)



小児科再開!



「はい、次はのどを見せてくださいね」優しい語り口の村長(むらおさ)靖医師。「そんちよう先生」とも呼ばれています。

2年余り休止していた長町病院の小児科が、村長医師の着任で5月下旬に再開しました。

この日は友の会の会員でもある土田(どだ)沙乙里さんが、のどが痛むという娘さんの受診のため長町病院小児科に。

土田さんは「村長先生はいていに優しく診療してくれ、とても安心できました。こどもが3人いるので、頼りにできる小児科があるのはとても心強いです」と話してくれました。

※小児科の診療時間は12ページの「診療案内」をご覧ください。

友の会コロナ相談窓口を設置しました

電話 022-248-6702

9:00~16:00 (月~金)

新型コロナウイルスに関する地域の皆さんの不安やお困りごと相談窓口を設置しました。

くらしや健康面での不安やお困りごとがある方、特別定額給付金の申請方法などを知りたいという方は、お気軽にご連絡ください。



コロナ禍をこえ、地域に寄り添う友の会を

～友の会第44回定期総会が開催されました～

仙台南健康友の会第44回定期総会が6月29日(月)、太白区文化センター展示ホールで開催されました。新型コロナウイルス感染防止のため、参加対象は友の会理事(新理事予定者はオブザーバとして参加)、時間は1時間以内といたしました。

熊谷郁夫会長のあいさつのうち、顧問のふなやま由美さんよりごあいさつをいただきました。議案の提案の後に討論。活動を



班会を再開した経験などが生き生きと報告されました

再開した班(ゆめひろば班、いきいきサークル、金剛沢班や料理教室)の様子、この期間も休まず配食を継続し利用者に喜ばれたほっと亭の活動などが生き生きと語られました。つばさ薬局長町店の渡邊俊悦事務長からも発言がありました。

また、総会では規約の改定、支出規定の改定を承認しました(4ページをご参照ください)。

最後に、これからの友の会活動を担う

新しい役員を承認しました(役員名簿は4ページ)。

コロナ禍の中で、地域の方々の困難が増加しています。こうした中だからこそ、地域に寄り添い、心をつなぐ活動をより発展させていきたいと思えます。



熊谷郁夫会長のあいさつ



あいさつする熊谷郁夫会長

コロナ危機のもとでの第44回定期総会となりました。日本の社会のさまざまな矛盾が浮き彫りになっています。

一つ目は、歴代自民党政権の「構造改革」路線によつて医療改悪が進められるとともに保健所も削減され、きわめて脆弱な医療体制に

なっていることが明らかになったことです。

二つ目は、世界的に貧困と格差拡大を生み出す新自由主義路線の破たんに目が向けられてきていることです。

三つ目に、感染症の多発という問題の背景に地球規模での環境破壊があることが明らかにされていることです。

いのちと暮らしを守るための政策への転換が、コロナ禍のいまこそ求められています。

本日は感染防止のために短時間での開催となりますが、総会の成功といっそうのご奮闘を呼びかけ、ごあいさついたします。

【総会での発言より】

久しぶりの班会に喜びの声

金剛沢班・新井幹枝さん

金剛沢班は、6月20日に班のメンバーだけで班会を開催しました。「密」を避けるため、普段の半分の人數での班会となりましたが、久しぶりの開催で近況報告などに話が弾みました。

みんなが困っていることはバスの問題です。コロナの影響で乗客

が減りバスの便が休日ダイヤになったのですが、現在も減らされたままです。とても不自由を感じていますし、混んで「密」も発生します。このままでは困るので、今後班会などでバスの問題を考えたいと思えます。



総会で確認した 今年度の活動のポイント



【今年度のスローガン】

- 1、安心して産み育て、住み続けられるまちづくりをめざそう。
- 2、いのちと暮らし、平和・憲法を守るための運動を進めよう。
- 3、震災復興支援の活動を引き続き進めよう。

一、仲間づくりの活動

- ・仲間づくりに力を入れ、年間400名の会員拡大、80名の『いつでも元気』読者増をめざします。
- ・町内会はじめ諸団体と協力し、医療講演会、健康相談会などに取り組みます。
- ・「お元気ですか訪問」を行い、会員、非会員宅の状況を把握し、お互いを支え合うことができる地域づくりをめざします。
- ・様々なつながりや長町病院小児科の再開(5月)を生かして、長町病院・つばさ薬局と協力して子育て相談や講演会などを計画します。
- ・若い世代が興味を持ち参加を得られるような活動を検討します。

二、専門部・各委員会活動

- 【1 社会保障部】
 - ・地域の皆さんの命と健康を守るために、憲法9条改憲ストップと社会保

障を守り改善する活動に取り組みます。

- ・若い世代にどのよう呼びかけ運動を広げていくか、大きな課題とします。

【2 保健部】

- ・会員・家族、地域のみなさんの健康づくりを通して、地域との結びつきを強め地域から求められる友の会をめざします。

- ・今年も健康チェックキャンペーンや保健講座、健康チャレンジなどに取り組みます。

【3 広報委員会】

- ・写真コンクールなど会員参加型の多彩な企画を今年も検討します。
- ・ホームページのいっそうの充実をめざします。また、子どもたちや高校生・学生などが健康友の会の活動に関心をもてるような広報活動を考えます。

【4 病院利用委員会】

- ・月1回委員会を開催し、各ブロックの委員と長町病院の代表職員と話し合いを深めていきます。
- ・患者さんの立場に立って長町病院内を巡回し、気になる点の改善を図ります。

【5 ほっと亭運営委員会】

- ・高齢者に寄り添った配食サービス

を継続し、さらに充実を図っていきます。

- ・友の会会員の協力も得ながら、配食数の安定化をめざします。

【6 地域交流サロン運営委員会】

- ・引き続き、よしの亭・紫香亭のよりよい運営について話し合います。
- ・お茶つこ会は引き続きレクレエーションなども取り入れながら楽しく開催します。こどもふらっと塾は小児科との連携も進めながら新たな展開を模索します。

三、ボランティア活動

- ・病院ボランティアすみれ会は病院と話し合いながら活動をすすめます。
- ・全国の経験にも学びながら、仙台南健康友の会としてもどのような形で地域の困難に寄り添っていか、検討を進めます。

四、班会・ブロック活動

- ①ブロック活動
 - ・各ブロックで健康づくり、生きがいづくり、楽しい友の会活動を展開します。
 - ・会員の住まいの分布状況を把握しながら「お元気ですか訪問」を計画し、友の会活動を紹介しながらつながりを広げます。

② 班会活動

- ・楽しくて生きがいを感じられる班会活動を継続的に行います。
- ・健康カフェのような、参加型で多

様な班会のあり方を工夫します。

- ・新たな地域に班を立ち上げ、活動を広げます。

五、サークル活動

- ・楽しくやりがいのある活動をさらに発展させます。
- ・新たなサークル作りを積極的に奨励し、取り組みます。

六、友の会活動をささえる財政

- ・各ブロックで会員との温かい結びつきを作りながら会費納入アップに取り組みます。
- ・友の会だよりの配布と集金を担当していただけの方を広げるとは、財政的にも効果があると同時に、温かい結びつきのある友の会をつくる上でも大事なことです。広く募集し協力を呼びかけます。
- ・友の会活動の強化のため物資販売などの財政活動を協力者も広げながら旺盛に取り組みます。

新型コロナウイルス問題は、市場原理最優先で医療・介護などを縮減してきた日本の政治の矛盾を浮き彫りにしています。これを機に、憲法が真に社会に生かされた、平和で一人ひとりの尊厳が大事にされる社会をめざしましょう！



☆友の会の新しい役員です。よろしくお願ひします☆ (敬称略・地域順)

役職	氏名		ブロック	役職	氏名		ブロック
会長	熊谷 郁夫		名 取	理 事	千葉 幸毅		南 部
副 会 長	高橋 賢一		長 町		新井 幹枝		西部Ⅰ
	鹿島 孝		西部Ⅰ		一条 衛		西部Ⅰ
	門間 茂雄		西部Ⅰ		佐藤 郁子		西部Ⅰ
	白木 勝		若 林		庄司 芳昭		西部Ⅰ
事務局長	三橋 吉則		西部Ⅱ		鈴木 睦郎		西部Ⅰ
事務局次長	長澤 絹代		長 町		早川 力オル		西部Ⅰ
	平尾 伸二		長町病院職員		久戸 治美		西部Ⅱ
	村上 奈保子		長町病院職員		佐藤 龍朗	新	西部Ⅱ
理 事	桂嶋 勇孝		長 町		菅原 昌子		西部Ⅱ
	佐藤 誠子		長 町		町田 龍子	新	西部Ⅱ
	清水 幸子	新	長 町		藪田 隆司		西部Ⅱ
	寺輪 たか美		長 町		山内 昭夫		西部Ⅱ
	中里 朋子	新	長 町		山口 律子	新	西部Ⅱ
	浜崎 寿一		長 町		渡辺 英子		西部Ⅱ
	阿部 信夫		郡 山		渡辺 静恵		西部Ⅱ
	佐藤 宏		郡 山		黒滝 雪香		若 林
	中田 寿人		郡 山		平間 止		若 林
	佐藤 秀夫		郡 山		鈴木 祐子		名 取
	佐藤 洋子		郡 山		高瀬 隆一		青 葉
	萩本 厚子		郡 山		阿部 一彦		長町病院
	安斎 キヨ子		南 部	渡辺 俊悦		つばさ薬局	
	遠藤 芳壽		南 部				
	河内 裕美		南 部	監 事	加藤 武彦		若 林
	白鳥 安男	新	南 部		宍戸 貞子		名 取

◇今回退任された理事さんです。お疲れ様でした (敬称略)

小笠原 琴子 (長町)、北村 敏子 (郡山)、川村 三夫 (郡山)、大泉 郁夫 (南部)、炭谷 彰三 (南部)
加藤 義信 (西部Ⅱ)、鹿又 静子 (名取)、佐々木 すみれ (青葉)

【規約の改定】

○友の会規約第16条「必要に応じて顧問を置くことができる」を削除しました。

〈おもな理由〉

これまで顧問の方々には友の会の活動において大きな役割を果たしていただきました。この間、諸運動で政党も含めた共同の輪が広がりました。今後さらに共同を進めるために、市民団体としての健康友の会のあり方を検討してきました。その上で、顧問をあえて置かず、幅広い諸団体・個人と一致点での共同を広げようということとなりました。もちろん、これまでの顧問の方との協力共同も引き続き強めます。

【支出規定の改定】

○班会援助金を左記の通り変更しました。
現行…班会に際し1人100円の援助金
改定後…班会に際し1回500円の援助金
(会場費支給はこれまでどおりです)

〈おもな理由〉

消費税の引き上げや郵便料金の引き上げなど負担増が重なり、友の会の財政を圧迫しています。活動の維持のために支出を一定見直さざるを得ませんでした。多くの班は援助金が少なくなり申し訳ないのですが、班会メニューの充実等で活性化を援助していきたいと思ひます。

コロナ禍で生活困難が増大

路上生活者への支援は緊急の課題

―仙台夜まわりグループ・青木事務局長に聞く

コロナ禍で職や住まいを失う人が増えています。仙台での状況と課題について、路上生活者の支援活動に取り組んでいる「仙台夜まわりグループ」の青木康弘事務局長に話をお聞きしました。

(聞き手・編集部)

―はじめまして。まずは「夜まわりグループ」のご紹介をお願いします。

青木：「夜まわりグループ」は路上生活を余儀なくされているホームレスの方々、また社会生活のサービスを受けにくい生活困窮者の方々への支援活動を行っています。たとえば、夜まわりや炊き出し、「大人食堂」など要望に応える活動です。夜まわりでは、仙台南健康友の会「ほっと亭」さんに食事提供の協力をいただいているんですよ。炊き出しでは食事の後、衣類や日用品、家庭用品などの配布をしています。夜まわりを開始して今年で20年です。活動はボランティアやカンパで支えられています。とりわけ東日本大震災以降、相談が増えましたね。

若い人の相談が増加

―コロナの影響はいかがでしょうか。

青木：3月下旬から、仕事と住まいを失った方の相談が増えてきましたね。4月以降これまで月に15〜20件ほどだった相談件数が、100件以上になったんです。「鹿児島で旅館の仕事が取り消しになり、宮城に戻ってきたけど、仕事はなく部屋も借りられない」(30代男性)、「ネ



事務局長の青木康弘さん

ットカフェで生活していたが次の仕事がなく、もう泊まれない」(20代男性)など深刻な声が寄せられています。

―若い方からの相談が増えているんですね。

青木：20代、30代の相談が増えていて、4月の第2週には5、6名の若い方から相談がありました。職を失った方の自立を支援するための施設も

いまは部屋がいっぱいで、3分の1は若い方々なんですよ。

―東京では営業自粛によりネットカフェを出なくてならない方が問題になっていますが？

青木：私たちが把握しているだけでも、仙台には少なくとも20名の「ネットカフェ難民」がいます。路上生活ではないのでホームレスにはカウントされません。ネットカフェ「営業自粛」で、この方々が行き場を失っている心配があります。

10万円は自立の

チャンスにも

―10万円の「特別定額給付金」の申請についてはどうな



食事の炊き出しも「密」を避けるため「テイクアウト方式」に(ホームページより転載)

っていますか。

青木：「4月27日時点で住民票がある市町村」に申請することになります。住民票が取れないとか振込口座がないということであきらめている方も少なくありません。手続きがわからなくて申請できないという方をなくすために、私たちは手続きの仕方についての講座も開催しています。たまたま4月27日に東京や大阪にいたというだけで切り捨てられるのは問題ですね。10万円です。自立の可能性はあるんです。自立のチャンスなんです。幸いにも仙台市の窓口は、みんなに受け取ってほしいという立場で対応さ

れていると思いますよ。

情報の共有が大切

―今後の活動はどこにポイントを置かれますか。

青木：コロナの問題で「ソーシャルディスタンス」(社会的距離、人的接触距離)が求められるようになったので、私たちの活動もこれまで通りにはいなくなっています。例えば、炊き出しも集まってみんなで食べることもできないので弁当の提供という形を取らざるを得ないんです。こうした中で「関係性」をいかに保つか、大きな課題ですね。私たちのようなNPOや病院がばらばらに活動するのではなく、枠を越えて情報を共有することが必要です。それが第二波・第三波への備えともなります。路上生活者を医療とつなげる上で、長町病院など民医連(民主体医療機関連合会)との協力共同もさらに強めたいですね。

―私たち健康友の会も夜まわりグループさんの活動に学びながら、地域で困っている方々に寄り添った活動を進めていきたいと思っています。お忙しいところどうもありがとうございました。

感染対策取りながら活動を再開①

語り合う幸せを

再認識できた班会

いきいきすみれ班

昨年4月に若林区古城からひより台に転居して1年余り。以前にも友の会に加入していたので、何の迷いもなく班会に加わりました。

昨年12月に班長の齋藤レイさんから班長の交代の提案があり、話し合いの結果私が班長を引き受けることになりました。「いきいきすみれ班」は、坂の町ひより台にあります。例年は雪のために1月2月は休会。今年も休会中に新型コロナウイルスの流行により3月から5月は休会となりました。

新年度第1回の班会は、6月22日に6カ月ぶりに開催。新入会員を迎えて7人の参加がありました。内容は、



近況報告と体操。「3密」に十分に気をつけながら、内容は密度の濃い班会でした。

会員の皆さんにとつて6カ月の空白は長く、語り合うことができる幸せを再認識して散会となりました。これからも、学習会とお茶の会を続け、緊張感と笑顔、そしてなごやかなひと時を今までのように続けていきたいと思っています。今後ともよろしくご指導をお願いいたします。

町田 龍子 (友の会理事)

「感動した」との

声に参加者から

はなみずき班

長町病院内の福祉施設に、友の会「はなみずき班」を結成しました。コロナ禍の中、入居者は外出も面会も制限され、楽しみも減っています。そこで、入居者に楽しく過ごしてもらいたいという思いから、施設長や入居者の要望もいただきながら映画鑑賞を企画しました。

今回は「あん」(樹木希林主演)を上映。「3密」に配慮しながら11名の参加でした。「あん」はハンセン病を隠

しながら、どら焼きのおいしい「あん」を作る高齢女性の物語です。

観終わって「感動した、よかったね」の感想が。またハッセン病についても話し合いました。次回は「七夕飾り」を作る予定です。

長澤 絹代 (事務局次長)



みんなでスクリーンに見入りました

コロナ禍の過ごし方で

話題が広がる

ゆめひろば班

「ゆめひろば班」は久しぶりの開催でした。事務局次長の平尾さんに参加してもらい、コロナ禍をみなさんどう過ごしていたか、出し合いました。「あまり動かないので

太った」「給付金は遅いし、その上に電通などへの巨額の委託費はとんでもない」「アベノマスクより医療などにお金を使ってほしい」など、話題は尽きませんでした。継続することは大事なことだと思えました。

佐藤 郁子 (友の会理事)



佐藤郁子さんの愛猫・あきおくん

「入学おめでとう」子どもたちの歓声

4カ月ぶりの「こどもふらっと塾」

「久しぶりです!」「元氣だった?」「マスク越しに笑顔の花が咲く、こどもふらっと塾。新型コロナウイルス感染防止のため3月からお休みしていましたが、4カ月ぶりの開催となりました。

最後にサプライズ企画で、ピッカピカの一年生の小学校入学を、くすだまを割ってみんなでお祝い。「また会おうね」とみんな笑顔で会場を後にしました。

始まる前に検温・手指やテーブル・椅子などの消毒を行いました。お勉強の合間に外遊び。梅雨の合間の青空に、子どもたちの歓声が響きました。みんな元氣いっぱい



小学校入学をくすだまを割ってお祝い

感染対策取りながら活動を再開②

笑って体操して

免疫力アップ

復興住宅健康カフェ



みんなで楽しく身体を動かしました

「出歩けないんで太ったよ」「私ものよ」。

笑顔があふれる健康カフェ。新型コロナウイルスの影響で3月以降中断となっていました。が、7月4日に第一復興住宅で再開しました。まずはみなさん検温や手指の消毒。長町病院の看護師も参加した健康相談では、コロナ禍での健康不安をいろいろと相談される方もいました。

「コロナ禍でどう過ごしてましたか？」との問いに「好きな娯楽に行けずスト

レスたまりました」「アベノマスク届いたけど、使う気になれません」という声が。

「(10万円の)特別定額給付金届きましたか？」の問いに「まだなんです」という方が2人いました。

体操で身体をほぐした後、「感染しないためには免疫力アップが大事。笑うことが大事なんですよ」との呼びかけで終了しました。

平尾 伸二(事務局次長)

社会保障部より

「次代への記憶」手記を募集しています。

社会保障部で毎年発行している「次代への記憶」。今年も発行を予定しています。

戦争体験、平和への願いなど、みなさんからの手記を募集しています。

書いていただける方はご連絡ください。

電話 248-6702



経済的不安のある方にも、適切な治療を受けていただくために

無料低額診療事業のご案内

新型コロナウイルスがもたらした経済への深刻な影響により、多くの人が収入の減少や失業による生活困窮に陥っています。体調が悪くても、医療費支払いが不安で病院へ行かずに我慢してしまう方が増えてくるのが予想されます。皆さんのまわりにそんな方がいらっしゃったら、ぜひ長町病院の無料低額診療事業をご紹介ください。

長町病院では2011年4月に無料低額診療事業を開始し、9年間で延べ約370名の患者さんが利用されています。これは、社会福祉法第二条三項に基づいて、経済的理由により適切な医療等を受けられない方々に対して、安心してよい治療を受けていただくため、無料または低額で診療を行う事業です。

この制度を利用することができるのは長町病院で治療を受けられる方で、経済的な理由で医療費の支払いが困難な方です。生活保護法による「最低生活費」を基本に世帯収入、家族構成、住宅環境、家計状況などを基に計算します。(同じようにみえる患者さん同士でも承認・不承認と分かれる場合がありますのでご注意ください。)

お気軽にご相談ください

この制度の利用を希望される時は、長町病院の地域連携・医療相談室へお申し出ください。審査を経て承認となった場合は、長町病院での医療費に限り、自己負担額的全額又は一部が免除になります。他の医療機関、院外処方箋による調剤薬局でのお支払い、介護費用については対象になりません。

減免基準を満たしているかを判断するため、源泉徴収票、課税証明書、給与明細書など収入のわかる資料を提出していただくこととなりますが、まずは早めに申請の申し出をしてください。医療費のことと生活のことなど、お悩みがございましたら地域連携・医療相談室へお気軽にご相談ください。

長町病院地域連携・医療相談室

長町病院 地域連携・医療相談室

連絡先

022-746-5129 (直通)

月～金(9時～17時)
土(9時～12時半)
日祝休み



「新型コロナウイルス」感染症

体力低下を防ぐため高齢者が気をつけたいポイント

長町病院 管理栄養士 三浦朋子

①動く時間を増やしましょう。自宅でできるちょっとした運動で体力維持を。

<p>●生活不活発に気をつけましょう。外出を控えることで「動かないこと(生活不活発)」により、身体や頭の働きが低下してしまいます。テレビのコマーシャル中に足踏みをしたり身体を動かしましょう。</p> 	<p>●筋肉を維持しましょう。関節も硬くならないよう気をつけて。ラジオ体操のような自宅でできる運動でも筋肉の衰えの予防に役立ちます。</p> 	<p>●日の当たるところで散歩などの運動を心掛けましょう。天気がよければ家の周りの散歩もお勧めです。ただし、人混みは避けましょう。</p> 
---	---	---

②しっかり食べて栄養をつけ、バランスのよい食事を!

<p>●こんな時こそ、免疫力を維持するためにバランスよく食べて栄養を摂り、身体の調子を調えましょう。下のように主食・主菜・副菜がそろって栄養バランスがいいですね!!</p>	<p>●特に身体を(特に筋肉を)作る大切な栄養素であるたんぱく質をしっかりとることが大切です。 ※食事制限のある方は主治医の指示に従って下さい。</p>
--	--



毎日摂りたい、手軽なたんぱく質源

●卵 1個	●牛乳 コップ1杯 (200ml)	●ヨーグルト 120g	●納豆 1パック	●豆腐 50g
-------	-------------------	-------------	----------	---------

※肉や魚も食べましょう。
※間食には乳飲料やチーズ、魚肉ソーセージや牛乳と卵を使ったプリンなどがおすすめです。

●簡単になりがちな昼食もたんぱく質は1品は食べましょう!

意外と常備して便利な蛋白源 (賞味期限に注意して)

- ・肉缶詰(焼き鳥・ささみ・コンビーフ)
- ・魚缶詰(さば・さんま・いわし・シーチキン・あさり)
- ・大豆水煮 ・高野豆腐 ・真空パックミートボール
- ・サラダチキン ・豆乳
- ・冷凍シューマイ など



昼食 簡単 焼き鳥缶の温玉うどん

【約 450kcal たんぱく質 20g 塩分 3.6g】

【材料 1人分】 冷凍うどん1玉 焼き鳥缶1缶 65g (肉のみ) ゆでオクラ5本 温泉卵1個 めんつゆ大さじ1杯 刻みネギ 七味唐辛子

【作り方】①焼き鳥缶は焼き鳥と缶汁に分ける。耐熱容器に焼き鳥を入れてふんわりラップをし、600Wの電子レンジで40秒温める。②耐熱皿に冷凍うどんのせて指示通り加熱し解凍し、器に盛る。③②のうどんにめんつゆ、焼き鳥、温泉卵、刻みねぎ、ゆでオクラをちらし、七味とうがらしをふったら出来上がり!!



③お口の清潔を保ちましょう。

<p>●お口周りの筋肉を保ちましょう。おしゃべりも大切です。人と話す機会が減り、お口の力が衰えることも。電話も活用し、意識して会話を増やしましょう。鼻歌、早口言葉、新聞の音読もおススメです。</p> 	<p>●毎食後、寝る前に歯を磨きましょう。お口を清潔に保つことが、感染症予防に有効です。毎食後と寝る前の歯磨きを!入れ歯の清掃もとても大切です。</p> 	<p>●一日三食しっかり噛んで食べましょう。噛める人は少し歯ごたえのある食材を選ぶことも大切です。</p> 
---	---	---



その④ 鈴木 祐子さん (名取市大手町)



やさしい笑顔の
鈴木祐子さん

サークル・名取ブロックの活動などで活躍する鈴木祐子さん。約10年間担ってきた事務局次長を今回の総会を機に退任しました。

健康チャレンジは今年も実施

保健部では今年も健康チャレンジを実施します。多くの方がチャレンジできるようにさまざまなコースを準備しています。くわしくは次号の友の会だよりに掲載いたします。



うたごえ喫茶は当面9月まで休止

毎回多くの方に参加いただき大盛況のうたごえ喫茶。新型コロナウイルス感染防止のために3月より休止としております。

現在再開に向け「密」を避けるための対策を検討しています。

よって当面9月までは休止といたします。10月以降の予定は「友の会だより」などでお知らせいたします。



出身は福島県。お父さんの仕事の関係で会津若松や郡山など住まいを移しました。高校は秋田へ。卒業後仙台で働き始め、結婚を機に今の名取に住んでいます。

友の会とのかかわりは15年ほど前。近所に住んでいる知り合いが友の会の役員を務めているので、保健大学に誘われ受講、卒業と同時に保健部のメンバーとなりました。

その後部長を引き受け、何をしたらいいかわからずに悩んでいたとき参加したのが、2009年の全日本民医連共同組織活動交流会(長崎)でした。全国各地の取り組みを聞いて、「トネルから抜けた」思いがしたとのこと。

歩ゆう会、絵手紙などサークル活動はこれまでどおりに参加すると鈴木さん。「これから少し時間ができるので、自分のやりたいことを探してみたいし、名取ブロックの企画を充実させていきたいです」。

お知らせ

今年の健康まつりは中止といたします

— 新型コロナウイルス感染防止を最優先

仙台南健康友の会健康まつりは、長町病院など民医連(民主医療機関連合会)と友の会、地域の共同のまつりとして、約30年にわたって継続してまいりました。これも皆様方のご協力の賜物と改めて感謝申し上げます。

今年は9月27日(日)に開催する予定で、会場確保などの準備を進めてまいりました。

しかし、今年に入り新型コロナウイルスの感染という未曾有の事態に見舞われおり、「緊急事態宣言」が全国的に解除されたとはいえ今後第2波、第3波の可能性も指摘されています。健康まつりのような多くの方が参加するイベントの開催にはどうしてもリスクが伴います。新型コロナウイルス感染の収束を最優先するとともに、地域の



昨年の健康まつりより

優先するとともに、地域の学校や商店などの状況をかんがみ、今年の健康まつりは中止することといたしました。

当面は新型コロナウイルス感染を防止しながら、3月以来休止を余儀なくされてきた地域での活動の再開のため力を注いでまいりたいと考えます。

なにとぞ皆様方のご理解をよろしくお願いいたします。



◆心から笑える日常を

中村 恭子(若林区若林)

ワイドショーはコロナのこ
とばかり。本当に暗くなりま
すよね。何でしょうね、この不
安感やイライラ感!!いつにな
ったら心から笑える日常が戻
ってくるのでしょうか。長町
病院で働いている皆様、本当
にご苦労様です。

◆ネコ模様のマスクを

青木 貴美子(太白区日本平)

あの悪評の「アベノマスク」
など必要ありません。皆さん
手づくりマスクで楽しんでい
ますね。私もヘタなりに好き
なネコ模様の布を探して作っ
ています。

◆一人ひとりが気をつけて

山崎 幸子(太白区山田本町)

宮城ではコロナ感染者がい
なくなりましたが(6月)、第2
波、第3波と油断していると来
るのではないかと思います。暑
くなりマスクは大変ですが、感
染防止、一人ひとり気をつけて
乗り越えていきたいですね!

◆うたごえ喫茶が楽しみ

庄子 仲子(太白区袋原)

うたごえ喫茶を毎月楽しみ
にしている一人です。コロナ感
染防止で「3密」にならないよ
うにみんなで守りましょう。一
日も早くうたごえ喫茶が始ま
りますように!!今は人気の少
ない場所を選んで散歩を楽し
んでいます。クイズが大好きで
す。

◆イベントを心待ちに

平井 静子(太白区上野山)

コロナの終息を願い、イベン
ト等も少しずつ以前の姿に戻
れる日を心待ちにしています。
歌を忘れたカナリアなんて悲
しいです。早く皆さんといっし
よに。縫わずにつくれるマスク
はいいですね。お気に入りのハ
ンカチで備えていますよ。

◆本当にありがとうございます

伊藤 佳文(太白区秋保町)

コロナコロナ:その中で先
生方はがんばっていらっしや
います。本当にありがとうござ
います。



◆かえって健康的かも

菅原 康介(青葉区旭ヶ丘)

外出自粛が続いている今、感
染・運動不足対策として、子ど
もとの「体育」の時間と筋トレ
を続けています。休みの日は必
ず30〜60分程度は外で「全力
で」遊ぶ。全力というのがポイ
ントです。夜のお風呂前にはみ
んなで筋トレ。実施日にはスマ
ホでスタンプを押すようにし
ているので、子どもも率先して
やろうと声をかけてきます。い
つもとよりかえって健康的かも
ね:

◆断捨離したものの

中里 朋子(太白区長町)

コロナウイルスの影響で自
粛生活。ゴールデンウィークは
お天気もよく、家の中のカーテ
ンの洗濯:スツキリ!!春の大
掃除をしました。断捨離も少
し。捨てきれずまたもとの場所
へ!!

◆断捨離と草取りを

相原 綾子(太白区鹿野本町)

外出もままならず、集まりは
すべて中止となり、孫も来られ
ない。断捨離と草取りに励んで
います。

◆早くみんなに会いたい

森 恵子(青葉区滝道)

自粛自粛で家の中に閉じこ
もりおかしくなりそうです。コ
ロナが騒がれるようになって
から、地下鉄にも乗ってしませ
ん。うつしても、また自分がう
つされても大変なので。当たり
前の生活がいかに大事なものだ
ったのか、思い知らされてい
ます。早くみんなと会い、顔を
見ながら会食したいです。

◆おたよりを毎回楽しみに

櫻井 千世子(名取市愛島)

友の会だより毎月楽しみに
しています。早くコロナを撃退
できますように!!もう、次号
の友の会だよりが楽しみです。

◆BSで洋画を観ています

熊谷 みよ子(太白区山田自由ヶ丘)

BS放送で午後1時からの
洋画(古い映画が多いのです
が)をよく観ました。午前中に
掃除とか済ませ、早めに昼食を
摂り、テレビの前にスタンバ
イ。楽しかったです。

◆たまった書類を整理

池田 賢司(太白区西中田)

この機会にと、溜まりに溜ま

◆よい薬ができますように

菅原 真璃子(若林区若林)

新型コロナウイルスで日々
の生活が一変しました。病院、
スーパールのほかは外出しま
せんでしたので、身体も心も重
くなってしまいました。よい薬
ができるといいですね。



清水厚子さん(太白区郡山)の手づくりマスク

わたしの作品



森 恵子(青葉区溝道)

ちぎり絵

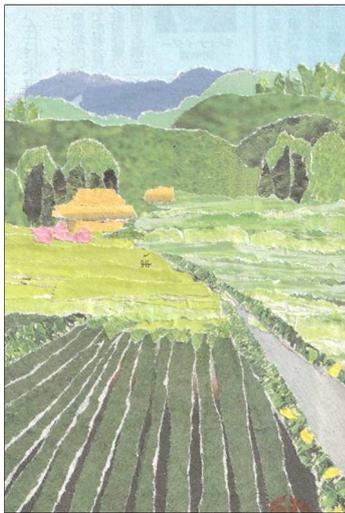


菊地 力治(太白区長町)



塚本 令子(太白区四郎丸)

ちぎり絵



相原 綾子(太白区鹿野本町)

ちぎり絵



柴田町・船岡城址公園の紫陽花



佐藤 誠子(太白区長町)

絵手紙

(わたしのひとこと続き)

◆逃げるのは許せない

内海 瞭子(青葉区米ヶ袋)

近畿財務局の赤木俊夫氏の自死のいきさつを新聞や週刊誌などで知りました。改ざんが命じられ、断りきれずに実行してしまったための苦悩の結果とのこと。これに対し、安倍首相、麻生大臣が「調査は不要」と逃げているのは許せません。

◆おいしい空気を存分に

庄司 一郎(太白区西中田)

趣味のひとつで野菜作りをしています。耕作面積も広く地温も15℃を超えすべての春野菜づくりのシーズン、コロナを意識する暇もありません。畑ではマスクも不要、おいしい空気を存分に。

◆犯人のめぼしつける自信

千葉 友幸(太白区長町)

毎朝新聞のテレビ欄でその日に視聴するドラマを決めます。昼食は開始時刻までに済ませます。CM中に洗濯物の取り込みと軽いストレッチをします。犯人のめぼしをつける自信ができました。

「かんたん手作りマスク」の記事は役にたちました。ありがとうございます。

◆手作りマスク役立ちました

鷲尾 廣三(名取市増田)

◆どれだけ喜んでしょう

柴田 信子(太白区郡山)

前号の記事「窓の外からのお祝い」、お父さんはどれだけ喜んででしょうね。

◆新事務長、がんばって!

遠藤 恵子(気仙沼市)

長町病院だよりで日比野恵子さんが新事務長に就任されたことを知りました。責任のある大変な仕事だと思いますが持ち前の明るさとクールさで頑張っていたかと思えます。頑張ってください。

◆ピアノを始めました

伊藤 友子(青葉区東勝山)

長かったステイホーム中、始めたのがピアノです。いまや無用の長物と化した黒のライトアップピアノで、これまた茶色くなった教則本を使い、昔の練習曲を弾き始めました。毎日やっていると少しずつうまくなり、自分でもちよっぴり嬉しくなりました。

友の会パズル

A～Gまでの文字を並べてできる言葉は

「ヨコのカギ」

①長町病院で5月に再開した診療科。(1面参照)

④なくならせる。除き去る。また、見えなくすること。

⑥あることを実現しようとして、あれこれ工夫、計画すること。

⑧素麺の一種であり、白石市の特産品。

⑩松島町にある臨済宗妙心寺派の仏教寺院。国宝。

「タテのカギ」

①種類分けした、一つ一つの項目。また、その名称。「運動会の競技○○○○」。

②米の粉に黒砂糖などをまぜて蒸した菓子。名古屋・山口・小田原などの名物。

③森友・〇〇疑惑をあいまいにできません。

⑤野球・ソフトボールなどでバットを振ること。

⑦フィンランドの作家トーベ・ヤンソンの一連の小説と絵本のキャラクター。

⑨読売巨人軍V9時代のセカンド。

①		② E	A	③		
B				④	⑤	
⑥ G			⑦			
		⑧ C				
	⑨ D					F
⑩						

解答欄

A	B	C	D	E	F	G
---	---	---	---	---	---	---

▼前回の答え

「カンセンボウシ(感染防止)」

①	E	② F	③	④
キ	ボ	ウ	チ	カ
C		⑤	⑥	D
セ		サ	イ	ン
⑦	⑧		G	
キ	カ	ン	シ	ヤ
	イ		ヤ	⑨
⑩	サ	イ	⑪	⑫
			リ	モ
⑬	カ	ン	B	シ
				ヤ
				サ
				イ

◎5月号のパズルは45名の方からご応募いただきました。抽選により左記の方々へ図書カードを進呈いたします。(敬称略)

当選者

- ◎ 浅野 裕美(太白区鹿野本町)
- ◎ 内海 瞭子(青葉区米ヶ袋)
- ◎ 岡崎 路子(太白区諏訪町)
- ◎ 金成 裕子(青葉区折立)
- ◎ 櫻井 千世子(名取市愛島)
- ◎ 柴田 信子(太白区郡山)
- ◎ 庄子 仲子(太白区袋原)
- ◎ 千葉 昭子(太白区羽黒台)
- ◎ 中村 恭子(若林区若林)
- ◎ 鷺尾 廣三(名取市増田)

応募のやりかた

☆ハガキに、答え、氏名、住所、よろしければひとことお書き添えいただき、表記友の会まで。
メール・ファックスでも受け付けます。ホームページ上からも応募できます。通信は紙面に掲載させていただきますこともあります(ペンネーム希望の方はその旨書き添えてください)。正解者の中から**10名様**に図書カード進呈。
〆切は**8月20日**(当日消印有効)

小児科診療案内(お問い合わせは 746-5161)

	月	火	水	木	金	土
一般診療(午前) 8:30~11:30	●	●	●	●	●	●
予防接種・乳児検診 14:00~15:30	●	●			●	
一般診療(午後) 13:30~16:30			●			
一般診療(午後) 15:30~16:30	●	●			●	

※土曜は第1・3・5週のみ診療です。

聴診器

未だもってCovid 19・新型コロナウイルスは世界じゅうで猛威を振るい続けている。「緊急事態宣言」が出され、自粛生活を余儀なくされた。連日のトップニュースでコロナが報じられ、その中では著名人の死亡などもあり、気持ち沈むことが多かった▼コロナ禍の中で考えさせられたことは、その国のトップが非常事態下、初動体制をいかにとるかが問われているということ。経済最優先で、オリンピックをにらみながらでは、果たして国民の命と暮らしは守れるだろうか?▼1年の半分が過ぎた。あと半年無事に過ごせるようにと、夏越祭(なごしさい)があるというのを知った。茅の輪をくぐり、病氣・厄除けのまじないとするものだ。自粛期間中、知人より「アマビエ」を描いた厄病退散の絵手紙が届き、心温まる思いをした。新型コロナウイルスの終息を願ってやまない。

(K・Y)