

われとともに老いよ 最上のものは これから先にある

(ロバート・ブrowning)



歴史教室・光明寺山門にて (2000・3・13)

退職者 こだま会報

NO.51



「こだま会」は、創立16年を迎えました。
「こだま会」とは、山のこだまのごとく、会員が呼べば、その要請にすぐ応えられるような会に。そして、その響きは限りなく拡がり、併せて質の高い会を目指すことを意味します。

会員の要望に応えられる活動を!

県職労退職者こだま会が結成されて一六年が経過し、一、〇〇〇名を超えた会員の皆さんのくらしと第二の人生の生きがいは、そして要望に応えられる会の活動は、と模索する中で昨年は次の二つのとりくみを通して大変元気をもらうことが出来ました。

そのひとつは、横浜で開催された第一四回日本高齢者大会に二日間て延べ四二人の会員が参加されたことです。

大会初日の一〇月一日は、介護保険一号被保険者の保険料徴収開始の日であり、また医療の抜本改悪の第一陣として老人医療への定率負担の導入や保険料引上げなどの改悪案が出される状況もあって参加者の輪が拡がったのだと思います。

第二の点は、このような情勢の中で会としてはじめてとりくんだ『介護保険の改善と医療改悪の中止を求める緊急署名』でした。

県職労本部事務所の移転に伴い、会の新住所のゴム印も間に合わない中で返信用封筒にも自筆で、切手もカンパでお願いする、という負担を掛ける署名要請でしたが、短期間に三八二人から一、二三〇筆の署名が会に返送されてきました。

また、封筒の中には署名用紙と共に八〇円切手(七人)、とりくみの点をねぎらう手紙(八通)が同封されており、会員の方々の誠実さに胸があつくりました。

この署名は十一月十七日、大雨の中で森内閣不信任案をめぐって与野党の緊迫した状況のもとでとりくまれた国会請願行動に参加し、議員面会所で提出しました。

21世紀こそ、私たちの身の回りが安心と安らぎが拡がり、高齢期を生きる人たちが大切にされる時代になるよう、皆さんの思いを生かした会の活動を進めたいと思います。

(加藤利秋)

楽しい趣味の会

食と文化をたのしむ会

と き 2001年11月29日(水)
 テーマ 冬をすこやかに過ごす薬膳料理
 と ころ 横浜市健康福祉センター
 参加者 13名

薬膳正月料理講習に参加して

雑煮、煮メ、なますといった正月料理に、風邪や冷えなどを防ぐ食材をとり入れて、味も見た目も格別仕上げ、最後にお抹茶もいただけるという楽しい講習会でした。

雑煮には、木の根で、食欲不振によいという党参、咳によいゆり根なども入り、昔ながらの青のりや三ツ葉をのせた雑煮とはひと味違うおいしいものでした。田作りも松の実が入ることで風邪予防になり、筑前煮やなますには、栗、山芋、紅花、きくらげ、黄菊といった思いがけないものが加わることで、風邪予防や老化も防げるといううれしい料理でした。広辞苑にも薬膳料理という言葉は見当らず、洋風でいえばハーブのような、中国版の薬草が入った料理かと思っていました。否、薬膳料理の食材には、例えばクコが目といふふう、働きかける臓腑のはつき

趣味の会は、長生きの散歩道

ご一緒に歩きましょう!!
 部会の申込みは、
 葉書で事務局へ

りしているものなどがあることも知り、元気がいい。薬膳を実践して、元気に長生きしたいと思うこの頃です。
 (松村花江)

健康ウォークの会

紅葉の宮ヶ瀬ダムを周遊

参加者15名

十一月一日(日)宮ヶ瀬湖ハイキングに元職場の四〇年来の仲良し三人で参加しました。

昨日までの曇天が嘘のように素晴らしい快晴のハイキング日和となり、本厚木からのバスは行楽シーズン真最中の休日で乗客の多い時間帯にも拘わらず一時間に一本。リュックを背負った人びとで満員の約一時間はちよつときついものでしたが、湖に着いた途端全て忘れられる程すばらしい景色にすっかり魅せられてしまいました。雲一つない高く澄み切った青空の下、紅葉しはじめた山やまに囲まれた湖は、満面にひすい色の水をたたえ、波一つ立てず静寂そのもので神秘的でさえありました。

湖畔の広い芝生のそこかしこ、



宮ヶ瀬ダムを見上げて一服

ドーダンつつじ・もみじ等が横浜では見られないほどにあかあかと燃えるような鮮やかさで紅葉しており、見とれるばかりの美しさで思わず落葉を夢中で拾っていました。年末恒例のクリスマス・ツリーとなる高さ27mの自生モミの木も沢山のイルミネーションで飾られる一二月を待っているようでした。湖の周辺も年々立派に整備され、まさにレイクリゾートそのものです。四季折おりカップルでファミリーで一日のんびりゆつたり楽しめることでしょう。湖岸にある沢山の橋やトンネルにもそれぞれ素敵な名前がついていてそれらを見て廻るのも楽しいものでした。又地元の特産店を見たり川魚、

歴史教室

〇講義

と き 2001年9月18日(月)

13時30分～15時30分

テーマ 太平記の世界と鎌倉

講師 中村猪一郎会員

と ころ 神奈川県職労4階会議室

参加者 24名

太平記にみる楠正成

戦前の教育は、皇室中心で、忠義であったか否かを基準とした。最後まで後醍醐帝に従っていた楠木正成や、新田義貞が最高の人物とされ、途中から天皇に叛旗をひるがえした足利尊氏や、天皇を隠岐島に流した北条高時は、不忠の逆臣とされていった。時代背景、状況等によって解釈が変わり、現在では尊氏の評価が

らりと変わっている。

楠木正成はなぜ後醍醐帝の側にたつたのか、正成ほど謎の多い人物はない。英姿を銅像にとどめたその人物は、生地、父母、経歴も不明である。後醍醐帝の御夢事にて歴史上に現れ、わずか五年で湊川において「七度生まれ代わり云々」といつて弟正季と戦死する。(『太平記』巻三)

正成と後醍醐帝との間に、討幕の影の推進者真言密教の総帥「醍醐寺の文観」が介在していた。正成は河内平野の水源地に居住し水利権を掌握して、文観の人脈につらなる観心寺、金剛寺の荘園を基盤にいた土豪であった。天皇を担いで大いに覇をなし、栄位にありつこうとし、起つたとする諸説が、拳兵の背景であり子々孫々にいたるまで、南北朝の内乱の不幸な出発点となった。

正成の人となり
楠多門兵衛正成と名乗っていた。

兵衛という官職は、北条氏の考えによる守護、守護代、地頭、地頭代の地位で、元弘以前の正成の活動は、北条家の家人としての功績を示し、領地も加増され、北条家に怨恨もなく、後醍醐帝に頼まれる以前は、忠実に仕えていた。

南北朝について

『尋常小学日本歴史』の中では「尊氏は光厳天皇の院宣にて、上皇の弟

を即位光明天皇と申す。後醍醐帝は尊氏の奏請を納れ京都に帰り、間もなく忍びて吉野に遷り、吉野を南朝京都を北朝という。天下の乱は両皇統の争となり、戦乱57年に及ぶ」これは国会の場、大逆事件、新聞等で論じられた。
(小野田ふで子)

観劇会 第5回

師走のひとときを歌舞伎で楽しく今年度、第二回目の観劇会は去る一月一三日(水)正午から国立大劇場で歌舞伎を観賞いたしました。暮の寒い時期であったので参加人員を心配いたしました。皆様のご盡力によつて21名となり、前列5番目の大変よい席でゆつくり観ることが出来ました。

「富岡恋山開」(通し狂言)と、

歌舞伎十八番の内「素襖落」を尾上菊五郎一座で演じ、20世紀最後を飾るにふさわしい華やかな舞台でした。特に「素襖落」では竹本連中、長唄囃子連中の生演奏でユーモラスな舞踊を尾上辰之助、菊之助の若手が楽しませてくれました。NHK大河ドラマで家光役の辰之助のファンが参加者の中に居て大喜び。「歌舞伎はわからなくて」と言う方もありますが、今は解説付きのイヤホンを借りられますのでよく理解できます。今回は是非ご参加下さい。

歴史教室

○浄楽寺と葉山シーサイド歴史散歩

とき 2009年11月17日(水)

参加者 11名

講師 中村猪一郎会員

本日のメインである浄楽寺は、前夜来の雨のため宝物殿が湿気を嫌うので見学出来ず訪問中止となり、次の予定地玉蔵院に向かった。

玉蔵院の山門を入ると、参道の両側に四株の大いちょうと榎がそびえている。葉山町の天然記念樹に指定された立派な大木を見上げて感嘆。この寺は真言宗で奈良東大寺の別当良弁僧正の開基と伝えられ、町最古の古寺である。檢造りの新しい本堂に入ると正面に大日如来、右に聖観音、左に不動明王の像が安置されている。

なお裏山一帯は、昔は修験道であり日本古来の山岳信仰の対象であったとのことである。

次にすぐ隣の玉蔵院と同時代に良弁僧正が創建した森山神社に参拝、祭神は、櫛稲田姫で農業の関係の神様である。

しおさい公園では、平成5年皇太子殿下の御成婚を記念して造られた潮見亭で昼食をとる。旧御用邸付属邸の趣を残した日本庭園と池の錦鯉を見ながら、昭和天皇御下賜の標本が展示されている博物館に入ると、

身近な相模湾の今迄見たことのない海の魚類、貝類、甲殻類が数多く展示されており、雨のためか我われ一行以外に客はなく、ゆつくり観察でき良い目の保養になった。

しおさい公園を辞して森戸神社に立寄る。

森戸神社は、大山津見命(大山を司る神、すなわち山の神)事代主命(別名をエビス神ともいい、豊漁をもたらし海を航海する船の安全を守護する神)を祭神として祭る神社で、源頼朝、実朝、藤原頼経等鎌倉幕府の歴代將軍の参拝も多く、しばしばここで騎馬の武事が行われたことが『吾妻鏡』に出て来る。

ここの下にある臨海公園には、岩の上に頼朝が嘆賞したと伝えられる「千貫松」の奇景と、石原裕次郎の「夢はとおく、白い帆にのつて、消えていく、消えていく、水のかなたに」の石碑があり、深く印象に残った。

今回の歴史散歩は、一日中雨のため、私の調べたかった浄楽寺に行けなかったのが本当に残念であった。



(村木美喜雄)

予告!! 予告!! 予告!!

●春の観劇会

四月に新派公演の観賞を企画してみました。

日時 四月二〇日(金)正午開演
ところ 国立劇場(大劇場)
演目 「婦系図」 泉鏡花原作の
ちよつと昔のラブストーリー
出演者 波乃久里子、安井昌二、
市川団十郎
会費 一等A席七、八〇〇円
(二割引)

二月下旬までに事務局へ申込んで下さい。

●歴史教室

三月一九日(用) 13~16時
講義 北条時宗とその時代
場所 県職労1F大会議室
六月四日(用)
散策 三浦義時の史跡

三浦市金田方面
九月一四日(金)
散策 下曾我・二宮方面の史跡
一二月五日(用)
講義 小栗上野介と横須賀

歴史教室は、年会費二、〇〇〇円

で運営されています。詳しくは事務局へお問合せ下さい。

❖下曾我の梅見とやぶさめ(流鏑馬)

とき 二月一日(日)
集合 JR御殿場線下曾我駅前
午前10時
(JR東海道線、
小田急線で連絡)

午前中、梅を賞でながら散策し、
午後は「やぶさめ」を楽しみます。
午後3時頃解散の予定。
申込みは至急、葉書または電話で
事務局までご連絡下さい。詳しいご
案内をいたします。



草木染めやってみませんか

こだま会に何名かの方々から、草
木染めをやってみたいとの問い合わせ
がありました。試みにつぎの日時
を行うことにしました。

とき 三月二日(金)
10時~15時

ところ 県職労本部(こだま会)
材料費 五〇〇円(ハンカチ2枚)
製作

①ワリバシ、輪ゴム染め
②手書き、型染め
講師 川井弘次会員

こだま俳壇

須藤伸成

人住まぬ生家や柿の当り年
どの畑も人の出てゐる豊の秋
前ぶれもなく香りけり金木犀
長き夜の夢に亡き人ばかり出て
一坪の書齋を城に春を待つ

小川水草

ジェット湯の放屁の行くえ秋微雨
園児らの並び小便秋日和
新米をまず仏壇に子ら歓喜
秋灯や古稀の近付く新書齋
新築に老夫婦住む寒さかな

定員 二〇名程度(先着順)

申込みは葉書、電話で事務局まで
定員になり次第締切ります。

※俳句の勉強会のお知らせ

定年後の楽しい俳句づくりをしま
せんか。初めての人でもベテランの
人も、この機会に俳句の基礎から勉強
しよう、つぎのような会を開催しま
す。ぜひ多数の参加をお待ちします。

とき 三月九日(金)

13時30分~16時30分
ところ 県職労本部(こだま会)
テーマ 講師によるやさしい俳句

づくり講座

講師 山本つばみ先生

(阿夫利嶺俳句会主宰)

費用 五〇〇円

申込みは葉書、電話で二月中旬ま
でに事務局まで、詳しいご案内をし
ます。

講師プロフィール

山本さんは厚木市生まれ。厚
木東高に在学中から俳句を始め
る。

「青芝」の創刊時(53年)よ
り同人として参加する。句集、
随筆集など多数の著作がある。

若江久子さん

常設ギャラリー開設

会員の若江さんが、昨年絵画、陶
器などの常設ギャラリーを開設。場
所は鎌倉市役所前の紀ノ国屋隣、
樹々ビル2FアートMIXがまくら
です。

鎌倉に行ったら覗いてみませんか。
電話 0467-61-0510

こだま会の談話室

厚木で開催

2・23 (金)

詳しくは5頁をみて下さい。

投稿、お知らせなどは四月中旬までお願いいたします。



者が多数参列したことを見ても、実感を新たにしたい次第である。

50年来の心の友、静岡県庁から転勤して始めて会った、昭和25年11月から去る11月10日再発脳梗塞で亡くなる迄の50年間の公私にわたる交流は筆舌につくせない。趣味と実益を兼ねた株式投資を教えてくれたのも彼。机を並べた職場では現状打破、未来志向の彼と全国に先駆けた仕事もした。私が先に退職再就職した大企業Sグループでの厳しく幅広い仕事を8年間病で倒れるまで陰に陽に力をかしてくれた彼。氏は林務畑一筋に生き、県有林事務所長で退職、次いで再編成期の(社)県治山林道協会専務理事で手腕発揮。ここでは会報編集を私がお手伝、そして第二の人生では、私が設立参画に関係した「退職者かもめ会」では、昭和62~平成8年までの約10年間監査としての傍ら、気配りでも世話好きの彼らしくハイキング、旅行などの世話人として人脈を広めた。これは先般の彼の葬儀に、かもめ会、

別 借
「こだま会」基礎づくり
心血を注いだ前事務局長
青木 武氏を偲んで
児 玉 欣一郎

「こだま会」での足跡、昭和60年未準備のまま発足したため、特に事務局体制が未整備状況で当時の鈴木三郎委員長が懸念され会則改正、事務局長職を常設することとし相談をうけて氏に白矢を立て強引にお願いした。昭和62年5月であった。63年度から代表幹事に就任した私と二人三脚で、私が代表幹事を平成7年第11回総会で辞任のあとも、余人を以て代え難くということ、平成11年第15回総会まで続投された。これは現役時代から弟分として信頼していた加藤利秋氏という後続が出来たという安堵感も契機であった。在任中は人脈を發揮、小野田ふで子氏のよいうな事務処理の達人をスカウトされるなど他人には出来ない采配を發揮。また、父親の自営業手伝での体験と私の15年間3回会社社員の経験から算盤片手に経費を節約、「こだま会不落城築城積立金」構想を立て、「かもめ会」には遠く及ばないがやつと一里塚の到達したところであろう。昭和20年5月27日、沖繩戦へ神風特攻隊の一員として突入奇蹟的生還については、生方氏によって「特攻この非情なる戦法」として文字化出版され氏も心から感謝されておられた。生前御夫妻で世界各地を旅行楽しまれた姿が目につかぶ。享年77才。心からご冥福をお祈り申し上げます。(合掌)

こだま会の関係者が多数参列したことを見ても、実感を新たにしたい次第である。

厚木地域「こだま会」談話室

- 1. お互いの近況報告
- 2. 交流の場をつくらうよ
- 3. 文化・レク活動はできないだろうか
- 4. その他



みなな元気に、楽しく、個性豊かな
2000・10・26 第一回談話室 9名参加
フロ・トイレは自分でやり、一人ぐらしをしている93才の母が、「要介護」の認定をうけ、11月から週に一回地域のデイサービスへ行くことになった。運動靴を買いに、母と手をつないで街へ出た。母の手はあたたかかった。ふと幼い頃母に手を引かれて歩いたことを思い出した、昔と逆になったナーとおもいました、としみじみしたKさんの話し。
衛生部を退職したあと、子供が知的障害者なので、家族会の区会長、地域自治会の役員もやり、ほかに200坪の畑を借りて野菜づくり。こ

のあいだは港から2時間の太平洋でタラとアコウガイを釣ってきた。「子供が勤めにて、三年続いているよ」と笑顔で語るIさん。
脳出血で倒れてから10年、リハビリではじめてワープロがいま4台目になった、とAさん。
小田原の定置網に魚群が入ったらすぐわかる発信器を設計したり、いまは藤沢のレジャーボート用無線局に週一回行っている、地域で子供達にラジオ工作教室、大人むけに尺八教室をやっている、とBさん。
などなど個性豊かな自己紹介に、笑いながらあつと言う間に3時間が過ぎてしまいました。(鈴木三郎)

会員紹介



私の健康を支えているもの

井上 ウメ子

昭和六十二年迄、看護婦としてゆうかり園で勤務していましたが、定年退職後は藤沢育成会(社会福祉法人)の入所施設や通所施設で利用者・職員の健康管理というお仕事をしています。毎日、邪気のない利用者さんとの関わりは、心を洗われる様なことばかりでもとても楽しく過ごしています。

〈精神里親のこと〉

先日はこの勤務先の【ゆうき村】という施設の多目的ホールをお借りして、国際精神里親運動二十五周年記念映画の上映を行いました。これは戦後、物資が少なくて困っていた頃、アメリカの民間海外協力団体キリスト教児童基金から支援を受けましたが、日本も「愛のバトンタッチ」を行おうと今度はフィリピンへの支援活動を始めて二十五年経ったので、記念映画「あの日あなたが蒔いた幸せの種」というのを全国ツアーで上映したのです。

会員は月額四千円を寄付し、一人の里子さんのお精神里親となるのです。

年に一度里子さんの誕生日に、成長の記録というのが送られて来ますし、文通などで交流し絆を深めています。私が会員になったきっかけは、ゆうかり園で言語治療をされていた伊藤久平さんが転職され、今迄の三分の一位の給料で勤めていられると聞いていろいろ質問したのが始まりでした。会員になって暫くして、フィリピン訪問の旅に誘われて娘と参加しました。三十人近くの旅でしたが拠点の四ヶ所を訪問し、それはもう手作りの大歓迎で「たった四千円しか出していないのに、こんなに歓迎を受けて良いのかしら」と誰もが思ったものでした。又、何処にいつても子供達の数が圧倒的に多く、どの子の目もキラキラと輝いていて「生き生きとしてる」ことに感動しました。

あるホテルでは停電でエレベーターが動かず、暗い外階段を食事のために昇り降りしたり、里子さんの家庭訪問をしたら、どこも狭いところまで肩を寄せ合っている感じでしたが、私達の持っている何か力強い息吹が感じられました。成田空港の

水洗トイレで溢れんばかりの水を見た時、こんなに差があつて良いのかな、こんなに豊かで良いのかな、と感じ又、日本では子供の姿が少ないこと、目の輝きが無いことがとても気になりました。

上映会に参加した友人の多くが「とても感動して涙が出た」「説明されてる伊藤さんに後光が差している感じがした」等言つてくれましたが、こうした交流も現在の私を支えてもらっている一つと思います。



里子アエラちゃん(前列中央)とともに
1993.1 フィリピン・リボンにて

〈押し花〉

支えと言えば、やっぱり何とんでも心に張りを持つことと思ひますが、幸いにも私は現在の職場に恵まれ、利用者の方、家族の方、職員の方、皆さん、それぞれにとても良くして頂いていることが支えです。それ報いるために何か私で出来ること

は?と考えると、利用者の人達がコックツと牛乳パックの再利用ではがきを作つていられますが、価値を高めるために押し花を貼つてみたらと考えました。七十二才の手習いであちこち手ほどきを受け、何とか少しづつ買つて下さる方も出る様になりました。イベントの時に数を揃えようとすると一人では追いつかないので、利用者の親御さんに働きかけ、今では週に一度「押し花の会」という集まりも出来、お互いの作品を評価しあつて楽しんでます。先日、小学校の同窓会があり、久しぶりに山口県の萩へ帰りましたが、お土産に押し花を貼つた手すきハガキを持参しましたが大好評でした。

〈家庭菜園〉

さらに何といつても大きな楽しみは家庭菜園です。何しろ生まれが農家で、兄達の出征後は姉と二人が両親にあてにされて田畑の作業をして育つたものですから、結婚後妻が野菜を買つて食べていて、新鮮な野菜を食べたいという願望は常にありました。こちらに越して住んでいる所が畑のいっぱいある場所ですし、地域の農家の方にも良くして頂いて今では三百坪を借してもらつて早朝の1-2時間と休日は畑と対話です。

次の頁の三段目へ続く

健康情報

今年こそ
花粉症で悩まない

この季節が来ると、毎年またかと花粉症で悩まされます。突如として発症する人もあり、ちよつとガイドしてみました。

【花粉症】

アレルギー性鼻炎の代表的なもので、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみ、目の充血、のどの痛みやかゆみ、ぜんそく発作、皮膚の湿疹、全身倦怠感、発熱などの症状が現れる。

【花粉と期間】

春はスギ・ヒノキ・ハンノキ、夏はイネ科の植物(カモガヤ・オオアワガエリ)、秋はヨモギ・ブタクサなどの花粉が原因で花粉症を引き起こす。期間は2月から10月位まで花粉が飛散する。

【予防】

花粉の飛散が多い日は、出来るだけ外出を控える。外出する場合は、マスク(花粉用マスク)、めがね、

帽子を着用する。

帰宅したときは、着衣の花粉を室外でよく払い落とし、顔や手をよく洗う。家は花粉が侵入しないよう窓は閉めておき、洗濯物は室外に干さない。

こうした日常生活のくふうで症状をかなり予防することが出来るが完全ではない。シーズン中は薬物療法と組み合わせて生活することが大切です。

【治療】

主に薬物療法と減感作療法があります。

減感作療法では、シーズンの数か月前から開始し、何年もつづける必要があるので広く実施されていません。

薬物療法は、抗ヒスタミン薬と、抗アレルギー薬、そしてステロイド剤を組み合わせて使用します。

薬によっては、眠気のであるものや効果があらわれるまで数週間必要なものもあります。市販の薬に頼らず早めに耳鼻科で診てもらおうとよいでしょう。

(川井弘次)



前の頁から続く

芋類では、さつまい芋・里芋・大和芋・ジャガイモ、豆類では枝豆・インゲン・ピーナッツ・そら豆・えんどう、夏野菜ではなす・きゅうり・トマト・ピーマン・オクラ・モロヘイヤ・ニガウリ、その他大根・白菜・葱・玉葱・かぶ・とうもろこし・赤ジン・生姜、兎に角何でもござれです。近々、県道の拡張で六十坪を返すことになっていますが、それでもとても家庭で食べられる筈がありません。里芋・さつまい芋掘りの季節には、知り合いの養護施設の小學生グループが毎年十五人余り歓声をあげて楽しまれていますし、ある程度持ち帰られた残りは勤務先の厨房や育成会の経営の食堂で使ってもらい、売り上げは利用者の作業工賃として組み込んでもらっております。

職場でもすぐ隣に六十坪位を借りて、利用者さんといういる作っていますが、こちらもリダー的にやっています。今では看護婦兼畑係などとして自己紹介の時に言ったりしています。今年には堆肥作りの圃を作ってもらったたみをはぐしては入れ厨房で出る食材残りの乾燥堆肥をまぜて立派な堆肥が出来ましたが、驚いたのはその外枠にハヤトウリを植えたら現在迄に一ヶの種から三百近く収穫し、まだまだ小さいのがたくさん

ついています。よくなるものですね。漬け物しか使い道がないかと思つたら何人ものお母さん方がそれぞれ料理研究家に変身!「豚肉・なすなどと味噌あじの油炒めがおいしい」「千切りにしてサラダ感覚に」「冬瓜の様にコンソメ味のスープに」と販路を拡げて下さり、これもまた楽しい交流となりました。又、焼き芋の作り方も何度も回を重ねる毎に上達し、今では近所でドラム缶を調達し、畳やさんから分けていただいた畳を中で燃やし、洗った芋を新聞紙・アルミホイルで丁寧にくるんだのの中に入れて、程なくおいしく焼ける様になりました。何事も挑戦してみるのがいいと思つたりします。



ゆうき菜園、里芋たくさんとれました (1999.11 左上フェンスの向こうが ゆうき村)

日課にしている十五分ほどの母との昼の散歩がすみ、ひと息つけば午後一時五分前。職場に戻る時間です。

「お母さん、行ってきまーす」
「もう、いっちゃうのー!」

なさけなさそうな声を背に、急いでドアを押し、走り出します。

母と一緒に昼食がとれるように、勤務先の近くの中古マンションに転居して四年。

いま、母は八十五歳、私は六十二歳。「高齢者が高齢者を介護する」

世帯の例外ではありません。

母は、平成九年に軽い脳梗塞を病んでから、手が震え、箸や包丁などを使うまくなません。今年になってからは、水道やガスのコックをとるとき

止め忘れ、トイレも間に合わないことがあります。服のボタンをとめるのは難しく、入浴の介助も必要です。

私としては、ショートステイなどのサービスを利用したいと思うときがあるのですが、母は、「まだ、大丈夫」と、介護認定申請をしたがりません。

働きとおしてがんばってきた母が、加齢によって、できることがひとつまたひとつと減っていくのを、容易に認めがたいのだからと、ある共感をもって思うのです。

介護保険

介護保険は公平か

一方、もし、介護認定を申請したとしても、私が推測する限り、「要支援」になるかどうかと思えます。

それは、私が介護保険に多少かわる職場にいて、「介護認定はできる限りシビアに」という、行政側の

疑惑を、ときおり耳にするからです。入所、ショートステイ、デイサービスに必要なだけの施設整備は大幅に遅れ、ホームヘルパー、訪問看護婦などの人材も不足しています。介護保険料を払い、自己負担をしても、

介護の日々・思うこと

千島 ミツ子

「必要な福祉・介護サービスが用意されていない」のです。そこで、極力「自立」を求めることになるのではないのでしょうか。

周囲では『やらずぶったくりだね』と言っています。

母は、不自由になりながらも、食器洗い、洗濯、モップかけを、自分の仕事にしています。買い物に行けば、重い方の荷物を持つとしたりするのです。何か役に立ちたいという思いが痛いほど伝わってきます。なにげなくささえながら、母の気力

を大切にと心掛けてはいるのですが。

「子どもがえり」していると思うとき、どう接すればよいか、迷うことがあります。そんなとき思い出すのが、痴呆のお母さんを看取った友人の話です。まだ、お母さんに、認識する力が残っていたころ、「おまえが、どんなにえらそうにしたって、おまえが私の母親にはなれないよ」と言われたと。

重く、深い言葉だと受けとめたのでした。

医療の改善は許せない

介護とともに、一層切実なことは、医療費のことです。母も私も、通院・投薬は欠かせない健康状態にあります。

昨年一月から十月までの医療費を、家計簿からひろってみました。

母(老人保険)

神経内科 一万〇六〇〇円

歯科・外科 一万〇六〇〇円

灸ほか 一万七二三〇円

私(社会保険…本人二割負担)

循環器科 四万七二七〇円

眼科・歯科 二万八一九九円

人間ドック等 五万六一五〇円

計 一七万〇〇四九円

二人合わせた月平均は、一万七千円にもなっています。

母も私も、入院するようなことになるかもしれない不安をかかえていて、医療費の負担増は、大問題なのです。「命の沙汰も金次第い」なんて、ごめんです。

「こだま会」のみなさんをはじめ、地域の人たちと、「安心して受けられる医療」のために、何かお役に立てたらと思っています。



読む

高齢者グループリビング

COCCO湘南台

西條節子著

生活思想社 2000・8刊

(二、〇〇〇円+税)

老後をどこで誰と暮すかは多くの人にとって切実な問題です。

10人10色の虹のマーチというサブテーマのとおり、全員の他人が一緒に暮す家を如何に完成したかの話です。



高齢者グループリビング

COCCO湘南台

西條節子

老人医療費・定額制から定率制へ

…複雑な内容で次々に引上げの危険、
ますます負担増へ…



○入院は、現行一日二、二〇〇円が定率一割負担(限度額まで)となる。
改悪での上限は：
一般…三七、二〇〇円
低所得者
…二四、六〇〇円

老齡福祉年金受給者
…一五、〇〇〇円

(注)◎低所得者とは、世帯主が住民税非課税者。
◎低所得者の老齡福祉年金受給者は現行一日五〇〇円。

現行一日二五〇円を一割負担(限度額三、〇〇〇円)と一回六〇〇円(月五回まで)を事業者選択
◆入院の食事代
現行七六〇円を七八〇円から八〇〇円に引き上げる
◆傷病手当金(給与の六〇%)
最高一年六月支給(厚生年金との併給支給)の廃止
◆埋葬料(最低一〇万円；標準報酬月額の一カ月分) 廃止
◆薬剤費一部負担
二〇〇二年までに廃止
◆保険料の上限
政府管掌保険は九・一%、組合健保は九・五%へ

七〇歳未満の医療費

一般：

現行定額部分…六三、六〇〇円(自己負担上限額)
改悪定額部分…六三、六〇〇円+

定率部分、医療費三二八、〇〇〇円を越えた分の一%を上乗せ(上限額七三、二〇〇円)

高額所得者(月収三六万円以上)

現行定額部分…二二、八〇〇円
改悪定額部分…二二、八〇〇円
+定率部分、医療費六〇九、〇〇〇円を越えた分の一%を上乗せ(上限額一三九、八〇〇円)

その他の改悪

◆ねたきり老人などの訪問看護サービス

今回の医療費等の改悪は

①七〇歳以上の医療費を定額から一割負担とする。

②七〇歳未満の高額医療費の自己負担限度額を引き上げる。

③入院時の食事代を引き上げる。
④埋葬料などを廃止する。

七〇歳以上の医療費

六五歳以上のねたきり老人を含む
○高齢者負担は、外来の診療一回当たり現行五三〇円(五回以上は無料、限度額二、二二〇円)がつぎのようになる。

◆診療所は…定率一割負担(限度額三、〇〇〇円)または、定額一回八〇〇円×四回=三、二〇〇円)を医療機関が選択する。

◆ベット数二〇〇床以上の病院は…定率一割負担
…(限度額五、〇〇〇円)

◆ベット数二〇〇床未満の病院は…定率一割負担
…(限度額三、〇〇〇円)

このたび、二〇〇一年一月から法の施行となった。

医者に掛かる注意事項

今回の医療費改悪は、病院の規模などによって上限額が異なるため患者の選択によって支払い額が大きく変わります。

厚生省のデータで平均的なケースを試算してみると、

①中小病院や診療所は患者負担が軽い
②通院回数が少ない人にとっては、定額制を採る診療所は割高

③週二回以上通院する人は、大病院を避けるのが賢明 (川井弘次)

高年齢者運動

全国の高年齢者の熱気と歌声に酔う!

第14回日本高年齢者大会

こだま会の参加費負担で第14回日本高年齢者大会に参加することができました。会場パシフィコ横浜は、全国からの参加者で熱気に溢れ、1日目の分科会は満員になるところが多かった。

私は、希望する分科会に参加できず、空いていた「くらしの協同とボランティア活動」と「地域共同型」地域まるごと健康づくり運動」に取組もう」に参加しました。

前者は、介護保険など高年齢者福祉のボランティア活動の報告が多く、特に、神戸からの報告は、震災後の地域づくりなど、ボランティアのあり方を示唆するもので、注目しました。

後者では、保健所の統廃合など、厚生省が、憲法が保障している国民の健康権を放棄しているのではないかと。また、国民の健康づくりが「健康自己責任型」「健康づくり運動」(健康日本21)にすり替えられて進められていると報告されていた。討論の中で、統計上、健康診断の検診率が高い地区や保健婦の多い市町村

(地区)が医療費が少ないことなどから保健所、市町村が中心になって地域まるごとで、国民の健康に責任を持つ「健康づくり」が、今、必要なのではないかと話し合われた。

1日日夜の部は、歌声酒場に参加。会場は昔の若者、娘達でムンムン。「うたごえ」を腹の底から歌いまくりました。ビールもオデンもうまかった。

2日目全体会は、松平氏のトランペット演奏、港横浜のソングメドレーで幕開け。

最後の小山内美江子氏の講演、自分のできることから「生き生き老いじたく」をと自身の経験と若者への苦言、期待が語られ、氏の率直な語りかけに共感が広がった講演でした。全体会終了後、会場から桜木町駅まで「WHO健康ウォーク」で大会を閉じた。

全国の高年齢者の仲間と、来年二〇〇一年、21世紀に、大阪で元気で会いましょう!

(湯川 勉)

秋の中央総行動に参加

十一月十七日、十八日の両日、中央省庁交渉や国会要請行動、決起集会等の行動が秋の総行動としてとりくまれました。

一七日は朝から強い雨でしたが全国から八千名の人達が東京日比谷野外音楽堂に集まり、集会を開いた後、各団体ごとに関係省庁への要請行動と議員面会所での署名の提出などが行なわれました。

この行動にはこだま会から、加藤、鈴木(三)、秋中の三人が参加しました。

翌一八日は東京亀戸中央公園で全国各地から要求を持ち寄った五万人をこえる総決起集会が12時から開催され、集会後はデモ行進が行なわれました。また、この集会には加藤事務局長が代表で参加してきました。

神奈川自治労連退職者会の総会

2000年10月6日(金)午後、横浜市従会館で第9回総会が開かれました。

安心して暮らせる年金制度、安心して受けられる介護保険制度や医療制度の確立を目指し行動すると同時に文化・レクによる相互の交流をさらに深めることになりました。こだま会からの役員は、つぎの方々です。

加藤利秋―会長、川井弘次―事務局長、秋中一允・斉藤一悦―幹事、木村武子―会計監査

2000 手作り文化祭賑やかに終る

自治労連神奈川退職者会恒例のお祭りが、11月25日(土)に横浜市従会館で開かれました。県職労・横浜市従・鎌倉市の退職者の楽しい交流の場で、バザーや書・絵の展示、民謡、カラオケ、踊りなど盛沢山に演じられ、おでん、弁当、飲み物を頂きながら大いにお喋りの一日でした。

なんといつても庄巻は、会員の稲本春雄さんの居合い抜き演技でした。今回はカメラマンが失敗、写真がなくてごめんなさい。

編集後記

〇多くの原稿をいただき感謝します。2頁増(予算はなんとかなった)となりました。

〇でも、可成り削って、やっと収める。文意を損なわぬようにと気をつけました。

(木村)

編集・発行
県職労退職者こだま会
発行人 鈴木志げ子
発行日 2001.2.1

No.51

〒231-0023
横浜市中央区山下町57-1
神奈川県職労内
TEL 045-212-3179(代表)