

ひとはみんなのために、みんなはひとりのために

 栃木保健医療生活協同組合

健康とくらし

2023年7月

531号

特集
2～5面

第48回通常総代会

生協ふたば診療所の千嶋巖医師が、NHK「おはよう日本」の取材を受け、その模様が去る6月25日(日) 早朝に放送されました(関連記事7面)。

千嶋医師は飲酒が原因で肝機能障害のある80代の男性患者さんに、ふたば診療所がふれあいコープと協同で運営する「つながるカフェカムカム」をすすめます。その患者さんはもともと社交的な人でしたが、妻と死別し、孤独感から飲酒の量が増えたといいます。「カムカム」で他者と笑顔で接する様子が映し出されていました。

「こっち(お酒)の方はどう?」と診察室で千嶋医師が尋ねると、「前は3合だったけど、今は2合にする気になった」「する気になったんだね」と。人とのつながりが孤独感を埋め飲酒コントロールが成功していることがうかがえます。

「社会的処方」。本紙でもたびたび取り上げてきた言葉ですが、医師が薬を処方するだけでなく、社会のつながりの力で、病気の原因を取り除いたり病状の改善に取り組むというものです。

今回登場した千嶋医師は、栃木医療センター所属の医師だった時期から、SDH(健康の社会的決定要因)と社会的処方について、関口真紀理事長や村井邦彦医師(宇都宮市医師会理事・村井クリニック院長)らと勉強会を開いていました。のちにその勉強会が宇都宮市医師会の社会支援部へと発展しています。

地域のつながりの力で健康なまちづくりに貢献する。栃木保健医療生活協が行ってきた地域活動は、「社会的処方」そのものと言えます。高齢者から子どもまで、多世代がつながる居場所を広げていきましょう。

待合室

「ポストコロナ」に次の一歩を

第48回総代会開かれる

栃木保健医療生協第48回通常総代会は、6月24日（土）栃木県総合文化センターサブホールで開かれました。

総代実参加46人（書面参加57人で合計103人98%）、オブザーバー1人、役員員54人、総勢101人が参加しました。



会場の様子

社会の問題に
目を向けよう



関口真紀理事長

関口真紀理事長は開会あいさつで、「川の流れに例えると、私たちは下流で苦しんでいる人を救おうと治療やケアに当たっているが、問題は上流にある。格差や貧困、戦争など。この上流にある問題に目を向けよう。軍事費拡大は社会保障の削減を伴う。私たちは理念に沿って、川の下流で苦しむ人たちを見捨てない。川の upstream にある社会の問題に目を向け、役員員が力を合わせて声を上げよう」と話しました。

昨年
は新しい1歩、
今年
は次の1歩

続いて、宮本進専務理事が議案提案を行いました。「2022年度は予算を達成でき『2030ビジョン』で決めた本部・虹の新築や出資金1000円への改革を実施する『新しい1歩』を踏み出せた。2023年度は『次の1歩』を踏み出すことが課題。コロナ5類後の社会の変化で、経営環境は厳しくなるが、地域の組合員と事業所で働く職員がともに力を合わせよう。」

また『2030ビジョン』の補強案として、歯科事業の準備を進める。新しいアイデアや工夫を出し合い、地域での支えあいや多世代の居場所づくりをすすめる」と呼びかけました。

議案提案後の質疑では、役員報酬について、剰余金の処分についてなどの質問に理事会を代表して宮本専務が答えました。

その後、討論では総代や職員など4人が発言し、その他3通の発言通告を文書発言とすることが確認されました。（発言の要旨は別項に掲載）

提案された9つの議案が、事前に提出された書面議決書を含め全会一致で採択されました。



議事提案に耳を傾ける参加者

武井副理事長を選出

採決後に開かれた理事会

で、新理事の武井大医師が副理事長に選任されたことを理事長が報告し、紹介された武井副理事長は「毎日楽しくやっていきたい。困難を抱えている人でも健康で暮らせるように、みんなで協力して取り組んでいきたい」と抱負を語りました。

総代会は「特別決議」を採択し、北岡吉民副理事長が閉会あいさつをし「気軽に楽しく、地域でつながることを、居場所をつくることを一緒に取り組みましょう」と結びました。



体操でリフレッシュ

表彰された新班一覧

※2022年度中に班を結成し、3回以上班会を開催した班

●宇都宮北西支部

ガレット班（そば打ち）
やまとも班（里山歩き）
パソコン班、ポッチャ宝会
おしゃべり手芸班

●宇都宮南支部

楽そば班（そば打ち）
ひまわり班（そば打ち）

●佐野支部

ことばあそび班（俳句など）

●下都賀ブロック

栃木ひまわり班
（ハイキングなど）
健康づくり班
（レインボー体操）



新班表彰

総代会特別決議

人と人とのつながりの力で、安心して暮らせる
まちづくり、平和で心安らぐ社会づくりに貢献
しよう

平和な社会の実現

ロシアによるウクライナ侵攻は一年以上経過し、現在も続いています。多数の子どもや女性たち、罪のない市民が犠牲になっている光景からは目をそむけたくありません。しかし、平和憲法を持つ私たちは、決して現実から目を背けずに平和な社会の実現に力を合わせましょう。

戦争終結と世界の平和を求める世論とは裏腹に、軍拡や核兵器の使用をほめかして対抗しようとする動きがあることに警戒が必要です。ミサイルや核兵器の配備では平和は実現しません。今こそ日本国憲法を高く掲げ、真の平和を願う世界中の人々と連帯したたかいましよう。

安心して暮らせるまちづくり

私たちは、「みらいに向かって次の一步を踏み出そう」と第48回通常総代会で新しい事業経営や地域活動の方針を決議しました。新型コロナウイルスの拡大

という社会全体を覆うパンデミックを経験し、当たり前だった社会生活が分断され、地域の中で孤立し苦しむ人たちが少なくないことを目の当たりにしました。一方で、班会や居場所づくりなど、私たちが地道に続けてきた活動は、人と人をつなぎつけ、安心して暮らし続けられるまちづくりに貢献できる素晴らしい取り組みであることを確認することができました。みなさん、コロナ禍は去ったとは言えませんが、感染対策をし、地域活動を力強く再開しましょう。一人一人が主人公として役割をもって参加できる居場所、子どもから高齢者まで、多世代がつどい笑顔あふれる居場所を、組合員がいるその周りに、大いに広げてまいりましょう。

事業の前進と発展

栃木保健医療生協は昨年の総代会で「2030ビジョ

ン」を策定し、社会の変化を念頭に、栃木保健医療生協の事業と運動をどう発展させるかを議論してきました。その初年度だった昨年、虹・本部棟の新築移転を実行し、地域交流スペース虹の杜を開きました。今年25周年を迎える生協ふたば診療所の増築の課題も前に進めることができました。これらの事業面での前進は、私たちの医療活動の発展が力になっています。長年の在宅医療の取り組みを通じ地域の基幹病院との連携が強化され、医師体制の強化につながっています。

さて、次の一步が重要です。医療活動の強みを生かし、医療と介護事業、地域の組合員によるまちづくり、居場所づくりの活動とも結んで安心して暮らせるまちづくりをすすみましょう。

社会づくりに貢献を

「マイナ保険証」問題は誰

もが安心して医療にかかれる権利を脅かすものであり大問題です。多様性を認め合う社会を望む声に反し、難民申請者を強制送還する「入管法改正」や、LGBTQなどのマイノリティーの人たちにますます肩身の狭い思いをさせる「LGBTQ理解法」など、社会を分断し、差別と偏見を助長する動きがあることを憂慮します。私たちは、子どもや高齢者、外国人も、LGBTQ当事者のみなさんも、誰もが普通に平穏な暮らしができる社会づくりに貢献したいと思っています。

未来をつくる次の一步

栃木保健医療生協は再来年50周年を迎えます。これまでの歴史に学び、未来をつくる取り組みをすすみましょう。その一つの目標が、組合員ふやし、出資金ふやしの取り組みです。私たちと一緒に学び、行動し、笑いあえる仲間をふやしましょう。私たちのまわりにつながるの居場所を広げましょう。

右決議します。

二〇二三年六月二四日

栃木保健医療生活協同組合

第四八回通常総代会

第48回通常総代会 各号議案の議決状況

各号議案が下記の通り圧倒的多数の賛成で議決されました。

第1号議案	2022年度事業報告の承認の件	賛成101	保留0	反対0
第2号議案	2022年度決算報告及び剰余金処分案の承認の件 および監査報告	賛成101	保留0	反対0
第3号議案	2023年度事業計画決定の件	賛成101	保留0	反対0
第4号議案	2023年度予算決定の件	賛成101	保留0	反対0
第5号議案	栃木保健医療生協2030ビジョンの補強案承認の件	賛成101	保留0	反対0
第6号議案	監事監査規則改定の件	賛成101	保留0	反対0
第8号議案	役員補充選任の件	賛成101	保留0	反対0
第7号議案	2023年度役員報酬決定の件	賛成101	保留0	反対0
第9号議案	定款一部改定の件	賛成101	保留0	反対0
※ 9号議案は定款変更の特別議決議案のため出席総代の3分の2の賛成が必要				

総代会での資格審査報告

総代105人中、実出席は46人、書面議決による出席が57人。出席数は合計103人。定款により議長は議決に参加しないため、議長2人を除いた101人で議決を行う。1～8号議案は過半数で議決、9号議案は特別議決が必要なため3分の2以上で議決となる。

新副理事長 挨拶



宇都宮協立診療所
所長代行 武井 大

医療生協に就職し、誇りを持って働き、毎日楽しく過ごしています。先輩方がつくってきたものから学び、これからさらに力強くしていきたいと感じます。

苦難の中でも健康で暮らすためには、首尾一貫感覚を持っていることが大事だと言われています。これは3つの要素で構成されています。1つ目は把握可能感。自分の置かれている状況やこの先をなんとなく分かるな、と思う感覚です。2つ目は処理可能感と言われており、何とかかなりそうだと思えること。3つ目の有意味感、この活動意味があるよね、と思えることです。

医療生協の活動の中で、苦難の中でもこの3つを持ちながら活動している方がたくさんいらっしゃると思います。私自身も、苦難があっても健康で楽しく活動できればと思います。若い医師や職員と一緒に盛り返していければと思いますので、今後ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

総代会発言

地域と職場組合員の発言をご紹介します。

奨学生から看護師になりました

宇都宮協立診療所 古谷万由輝看護師

高校生の時、ふたば診療所や協立診療所で看護師体験に参加し、患者さんと医療者の距離が近く、親身に接する先輩看護師の姿に接し「自分もこんな看護師になりたい」と奨学生になり、この春協立診療所の看護師になりました。看護師として勉強の毎日ですが、平和チームの一員として学び、視野の広がりを感じています。



発言をする看護師の古谷さん

地域活動の発展を目指し生まれた「出前シェフ」

那須支部 木庭光雄総代

出前シェフの活動について報告します。コロナ感染拡大に伴い、おしゃべりサロンが開けなくなりました。最近になって会場は借りられるようになりましたが、調理や食事はダメ。独りぼっちで孤立する仲間たちが心配と相談をし、私が言い出さず「出前シェフ」を開始。食べたいメニューを聞いて自宅に伺い、キッチン借りて調理しみんなで食べます。それぞれの自宅で台所を借りる困難さがありますが、活動を外に向けて考え、何ができるか工夫することが大事です。



笑顔あふれる出前シェフ



「虹の杜」にて交流会

班会を通して顔の見える関係づくり

宇都宮北西支部 小澤美江総代（代読：清水美代子総代）

コロナ禍でも班会を重視し、新班が5つできました。班会は趣味の活動を通して人が集う楽しさ、医療生協の活動のやりがいを見つける場になり、仲間ふやしにもつながります。月3回実施している地域訪問では組合員の所在確認や顔の見える関係づくりを意識しました。力を合わせ、関心を持ち、頼りになるおせっかいおばさん精神で活動を続けていけたらと思います。



全日本民医連の役員と記念写真

医師・後継者対策をみんなの課題に

宇都宮協立診療所 武井大医師

現場の医師として、また医師の養成に責任あるものとして発言します。私は大学3年生の時に当法人とのかかわりがスタートし、25年以上が経ちました。就職当時の2010年は医師5人でしたが、今では12人になりましたので大きく発展したと言えます。しかし、半分は今後のキャリアを模索しながら学びに来ている若い医師であり、医師体制は流動的で安定はしていません。診療所では医師は自然増にはなりません。組合員のみなさんと力を合わせて医師を増やす取り組みをすすめましょう。

平和の問題も一緒に学び、平和や人権を意識して日々の業務に取り組んでいかなければならないと思います。

以下3つの発言通告が出され、文書発言としました。



デイサービスからさわでクリスマス会

「デイサービスからさわ」総合事業として再出発

（文書発言）安蘇支部 中島純子総代

「デイサービスからさわ」は、2001年9月から開始し、2021年4月からは「いきいき元気館たぬま」で佐野市の介護予防日常生活支援総合事業として再出発しています。日中を自宅で一人過ごす高齢者にとってかけがえのない居場所であると同時に、ボランティアにとってもやりがいを感じられる貴重な居場所です。佐野市の協力で音楽療法士、リンパ療法士などのスペシャリスト派遣などもあります。今後も佐野市と協力して、活動を継続したいと思います。



秋のウォーキング企画

健康づくり委員会の活動報告

（文書発言）健康づくり委員会 鈴木良枝総代

コロナ禍で今までの活動が制限される時期を経て、ウォーキング企画や「虹の杜」での健康チェックなど、組合員と地域の方の健康増進につながる活動を行いました。今後は各支部や班会などに委員が出向き、健康チェックを実施していきたいと考えています。健康づくりの活動を通して、元気なまちづくりに貢献していきます。



「陽だまり」で松ぼっくりワークショップ

子どもから高齢者までつながる居場所を

（文書発言）宇都宮東支部 藤田史子総代

東支部のたまり場「陽だまり」の活動に参加し、地域でのつながりの場があることの大切さを知りました。私は子どもの居場所を運営するNPO法人のボランティアもしています。今後、子どもから高齢者まで多世代がつながる居場所が地域の中に広がることを望んでいます。その中で少しでも協力できることがあればうれしく思います。

通所介護 デイサービス虹 合同避難訓練に学ぶ

新しい建物になり、コロナも5類になったこともあり、デイサービスと各事業所合同の避難訓練をおこないました。全体での避難訓練は初めてでしたが、皆さんの協力のおかげで、滞りなく避難ができました。消火器の取り扱いも消防署の方に教えて頂き、防災意識も高まりました。

所長 榎 忠光
028-600-1601



体験利用・見学を実施しています。
(体験利用は昼食代600円がかかります)
まずはお問合せください。



健康が一番！

宇都宮市

荒井 満さん
荒井シゲ子さん 92(95)



宇都宮中央支部総会に「名刺代わりに」とスケッチブックを持参してくださった荒井さん。小さな御朱印帳を持ち歩き、行く先々で風景や建造物をスケッチしています。定年退職後にはシゲ子さんと2人で約50力国を旅行し、書き溜めた絵と思い出を本にしました。

元気の秘訣は、前向きに明るく生きること。「セカンドオピニオンで協立診療所にかかってから、薬が三分の一になり、体調が良くなりました。持病はあるけれど、残っている機能を使って生活をする。生きているのだから、好奇心を持って過ごすことが良いですね」と語りました。

図書館の郵送貸出で読書を楽しみます



日課は2人で近所の公園へ散歩に行くこと。
珍しい五つ葉のクローバーを見つけました

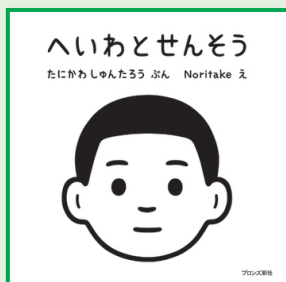


趣味のスケッチ。
スケッチブックは計30冊以上になりました



おすすめ絵本

「へいわのボク」と「せんそうのボク」では、なにが変わるのだろう。平和と戦争のちがいがみえてくる、子どもだけでなく大人にもおすすめしたい一冊です。



文：たにかわ しゅんたろう
絵：Noritake
出版社：ブロンズ新社



組合員のポッチャをやってみよう！
(6/3 日光ゆかい班)
数年ぶりに班会開催が実現しました。健康チェックと体操をした後、ポッチャを楽しみました。
2チームに分かれて競い、1点差の好試合に盛り上がりました。



口と手を動かして
(6/13 宇都宮北西支部・はなみずき班)
和紙や折り紙を使って、祝袋とキツネのポチ袋を作りました。祝袋は折線、切線に注意して、1万円が入るサイズに。お喋りをしながら楽しく作業をしました。

組合員のいきいき活動

NHKおはよう日本で 「社会的処方」を特集



生協ふたば診療所
千嶋巖 医師

「人生100年時代」という特集で、「社会的処方」の実践例として千嶋巖医師が取材を受け、6月25日(日)に診療所とまちの保健室「つながるカフェ★カムカム」の様子が放送されました。

肝機能の低下がみられる患者さんの診察では、お酒が増えた背景に、孤独感や、妻を亡くしたことによる喪失感があると千嶋医師は推察しました。そこで、人と人とのつながりの場があればと「カムカム」を紹介。患者さんが元気に通い、明るさを取り戻し、お酒の量も減ってきたことが紹介されました。



つながるカフェ★カムカムの様子

文芸コーナー

俳句・川柳

わが家から見える唐沢^{からさわ}みどり濃く

佐野市 坂本美知子さん

虫籠が早く明けてと梅雨にいう

宇都宮市 小池 貞雄さん

子を思い先行く母はお参りに

ペンネーム ガンバルバーバ

ひめさゆり会津のやまに咲きほこる

宇都宮市 橋本とめ子さん

ヒマワリの大地に注げ平和の陽

ペンネーム 草詩

かわず鳴く懐深き細き田に

宇都宮市 小太刀節子さん

短歌

からむり

蝸牛ツノ揺らしつつ雨やどり梅雨空のもとあじさいの葉に

ペンネーム レインブーツ

絵・写真



田んぼと夕陽
宇都宮市 齊藤千恵さん



五つ葉のクローバーを発見!
宇都宮市 狐塚節子さん



幸運の四つ葉のクローバー(壬戌年)
宇都宮市 井上隆夫さん

読者の声

口いこいの喜び

コロナワクチン6回目終了。娘にサクラランボ狩りに連れて行ってもらいました。口いこいにはおぼったサクラランボの美味を心ゆくまで味わいました。

6月号の表紙の写真とっても素敵ですね!!田舎に移住した方が田んぼの蛙の鳴き声がうるさいと、田んぼに張り紙をしたとか。それに対し別の方が、その声に癒されていると反応!そんな話を聞きました。

楽しみにしています

今年は免許証の更新も終了し、81才まで運転ができる予定です。また、家計簿や日記帳等は結婚してからずっと続けております。が、最近記憶力が衰えてきた為、新聞や雑誌等に載っているクイズを見て、家の掃除終了後にお茶を飲みながら解いていくのを楽しみにしております。

幸福は足元に

愛犬との散歩中の楽しみは四つ葉のクローバーを探すこと。先日四つ葉ならぬ五つ葉のクローバーを見つけました(文芸コーナーに写真有り)

宇都宮市 森田信子さん
宇都宮市 狐塚節子さん

6月号を読んで...

訪問看護ステーション虹の活動が詳しく紹介されていました。その体制や取り組み姿勢に触れ、「守られている」という大きな安心感をもらいました。

ちよと良い社会に

私は少し便利になった頃が好きです。机の上でボタンをクリックして全てが終わる時代についていけません。体を動かし汗を流し、人と人の「ふれあい」を感じながら、ちよと良い。なんの不便もない現保険証をカードにする必要があるのでしょうか。

明るい世界の訪れ

長い間経過観察中だった白内障。いよいよ手術の時が来てしまい、近日常に行うことになった。ドキドキしながら過ごしている。明るく見えるようになることなので、楽しみにしています。

クイズに当選!

この度はグルメカードをいただきありがとうございました。自分で応募していたことを忘れていました。友人に「名前載っていたでしょ」と言われました。クイズを解いて投稿はしますが、まず当たらないと思っています。それが当選となり、驚いています。これからも頑張ります。

宇都宮市 菊池洋子さん
宇都宮市 近藤弘子さん

医療メモ

適切な排泄ケアのために

汚れたパンツを押し入れに隠したり、トイレ以外の場所で排泄など認知症高齢者の問題行動はなぜ起きるのか。尿意や便意が無くなったかのように理解され機械的にオムツ着用させれば逆効果だ。尿意、便意はあってもこの感覚が何であるか思い出せない、どうしたらいいかわからない、あるいはトイレがどこかわからないことでうろたえる。その行動を察知したら介護者がさりげなくトイレへ誘導しよう。

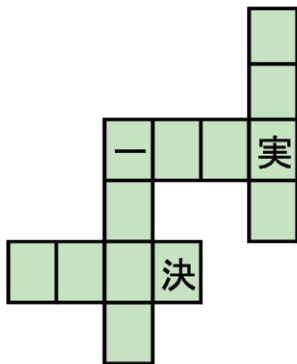
生協ふたば診療所 医師 天谷静雄

出資金情報

いま生協は

- ①加入組合員(6月)
……52人
 - ②組合員総数
……11,798人
 - ③増資金額(6月)
……618,000円
 - ④出資金総額
……329,091,500円
 - ⑤一人平均出資額
……27,894円
- (2023年6月30日現在)

一言害議謹虚衆直利



下表の全ての漢字を使って、10個の空欄を埋め、4つの4字熟語を完成しなさい。

抽選で3名の方にグルメカードをプレゼント!

応募締切 8月15日 消印有効

5月号クイズの答えと当選者

宇都宮市 大脇敏昭さん
ペンネーム ガンバルバーバ
ペンネーム 82歳のおおばあば



宇都宮協立診療所の外来診療表

〒320-0061 宇都宮市宝木町2-1016-5

TEL 028-650-7881(代)
FAX 028-650-7884

新患の方、急患の方、予約日はまだだけれど具合が悪くなった方などは予約がなくても診察ができますので、ご来院ください。

夜6時以降や休診日は、宇都宮市の夜間休日救急診療所へお願いします。☎ 028-625-2211

	月	火	水	木	金	土
9:00 ～ 11:45	植木(予約) 関口 武井 軽部/川口 (内視鏡)	関口(予約) 池田 川口	軽部(予約) 水曜担当医 (山本/平野)	軽部(予約) 関口 川口	軽部(予約) 関口 瀬山 平野(内視鏡)	交替制 11:45まで受付 午後休診
15:00 ～ 18:00	軽部(予約) 月曜担当医 (関口/植木)	山本(予約) 火曜担当医 (関口/池田)	休診	軽部(予約) 木曜担当医 (東山/平野/池田)	軽部(予約) 瀬山(予約) 金曜担当医 (池田/武井)	
	18:00まで受付	16:30まで受付		18:00まで受付	16:30まで受付	

※両診療所、新型コロナウイルス感染症対策中のため診療体制が変更になることがあります。※乳児検診(4ヵ月、10ヵ月)希望の方は、事前にお電話下さい。

●火曜日と金曜日の受付は午後4時30分までです。●「予約」と書いてあるところは時間予約がとれます。予約をとった患者さんのみの診療となります。●予約の無い方は、予約の無い患者さんを診る医師がおりますので、そちらをご利用ください。●申し訳ありませんが、電話での診療予約はできません。来院時、窓口でお願いします。予約の変更は電話でもできます。●土曜日は、交替制となっています。担当する医師は外来に掲示します。

お知らせ
と
お願い
予約の変更や診療時間や検査の問い合わせは、朝9時から夜7時の間にお願いします。朝の玄関の開錠時間は8時35分頃(朝礼後)です。受付開始時間は、朝は8時35分から、午後は2時30分からです。ご協力をお願いします。病棟の面会は事前予約制となっております。外来終了後、玄関を施錠します。

生協ふたば診療所の外来診療表

〒321-0164 宇都宮市双葉1-13-56

TEL 028-684-6200
FAX 028-684-6208

	月	火	水	木	金	土
8:45 ～ 11:45	北岡 鈴木(胃カメラあり) 千嶋	北岡(胃カメラあり) 武井 千嶋	鈴木 天谷	北岡 植木 古橋	天谷 千嶋	交替制
16:00 ～ 18:00	天谷	軽部(予約) 鈴木	休診	千嶋	関口	休診

【投稿の募集要項】クイズコーナーの解答、文芸コーナー、読者の声を募集しています。／手紙、はがき、FAX、メール、診療所や班会での手渡し、どのような形で受付します。／毎月の投稿締め切りは翌月15日です。／お名前(ペンネーム可)、住所、連絡先を明記してください。／感想やご意見などは、文意を変えずに編集させていただきます。掲載作品は原則として返却いたしません。返却希望の方は必ず投稿時にお申し出ください。

1世帯あたり1通、郵送もしくは組合員による手配りで毎月お届けしています。本人が住んでいない、お引越しなどの場合はお手続きが必要です。

連絡・投稿先



栃木保健医療生活協同組合

「健康とくらし」編集委員会 宛

〒320-0061 栃木県宇都宮市宝木町2-1028-17

電話 028-600-1606 FAX 028-600-1607

HP <https://www.tochigihoken.or.jp/>

メール chiiki@tochigihoken.or.jp

発行人：関口真紀 印刷所：(株)マルダイ印刷

毎月1回20日発行

HPはこちら



組合員宅の5年生が、田んぼで捕まえたメダカやナマズを水槽に入れて、世話をしている光景に出会い嬉しく思いました。小さな生命に触れ合う機会が少なくなりましたが、チョット気にかけて見回せば、気がつくものがいっぱいあります。子どもと一緒に発見を楽しむ大人でありたいと思います。小暑から大暑、いよいよ本格的な夏の暑さです。体調に気を付けて暑さを乗り切りましょう。

(増)

編集後記