

稲毛診療所 健康友の会 ニュース

稲毛診療所
健康友の会
千葉市美浜区
稲毛海岸 4-11-3
連絡先
043-241-6961



新年おめでとうございます。

稲毛診療所友の会
会長 阿部 喜志子

昨年はようやく、友の会行事も集まることができる様になりました。今年も宜しくお願い致します。みんなで語ることが普通にできる。これは、平和であるからこそ集まれる事なんだと実感いたします。

新たな戦争が起きるなんて、しかも子供たちの上にも容赦なく爆弾が飛び交っている、そんな現実です。その武器は、幕張メッセで行われた「武器見本市」に展示されていた武器もあるそうです。信じられない現実です。一刻も早く終戦にしなければ、思わ

に、宜しくお願い致します。



新年おめでとうございます。

稲毛診療所
所長 細山 公子

コロナ感染症による生活制限が解除され、人の往来が活発になった昨年でした。

それとともにインフルエンザなどいろいろな感染症の拡がりといった困った側面もありましたが、これも、私たちはいままで普通に人と交わりながら生活する中で、自然に免疫力をつけてきていたのだと、改めて教えてくれました。

そして、人が気兼ねなく集うつていいことあらためて実感させてくれました。友の会健康講座で骨粗鬆症の勉強会に集まった皆さんと顔を向かい合わせながら、また友の会で多くの会員さんたちとバス旅行に行けたらいいなと思いました。

しかし、私たちがこうしてささやかな喜びを感じている一方で、テレビからはパレスチナのカザ地区

12月14日

健康講座を開催

大変多くの方に参加していただきました。細山医師から「骨密度と骨粗しょう症」について病気との付き合い方や食事・運動・薬の有効性と骨密度検査の重要性についてお話していただきました。健生病院の澤田理学療法士による転倒予防体操で手軽にできる筋力アップをおこない、心も体もリフレッシュできました。



2023年12月4日

友の会バザー



近年ではない程に、大変多くの方に足を運んでいただきました。また、たくさんの献品をご提供していただきました。ご協力ありがとうございました。

健康チェック 10月16日

健生病院健康友の会の皆さんと合同で稲毛海岸駅前広場にて血圧測定、体脂肪測定、栄養相談、健康相談を行いました。

相談を聞くと、家に閉じこもりがちな方が多いことに気がつきました。友の会ではサークル活動や居場所づくりの活動を進めています。多くの人に知ってもらいたいと思いました。



診療所からお知らせ

《特定健診の終了期間が近づいています》

2023年度の特定健診・健康診査・がん検診等の受診期限は2月29日までです。健診は早期発見・早期治療につながります。新型コロナウイルス感染対策を行ないながら、比較的空いている日をご案内しますので、まずは診療所にお電話ください。

《新型コロナワクチン接種しています》

2023年9月1日から開始された新型コロナワクチン接種期限は3月30日(土)までです。手元に接種券が届いており、かつ前回接種から3ヶ月が経過していれば、この期間に1回接種することができます。昨年末で千葉市集団接種会場は終了しております。稲毛診療所は3月まで接種を行う予定です。接種を希望される方は、診療所にお電話ください。

おうち時間の過ごし方

朝デートで思うこと



(ムクの木は黒い実がなり、エノキの木には赤い実がなります)

少しの間だけ電車通勤となりました。京成稲毛駅から稲毛診療所までの道のりを、少しでも楽しく歩きたいと思い細山先生に良い道はないかと尋ねたところ、駅から一緒に通勤しようとなりました。束の間の朝デートの始まりです。

稲毛公園から浅間神社を抜けて国道にでるルートは、たくさんの木が生い茂り、静かで爽やかな空気が漂っていました。秋の時期は落ちている木の実で木々を確認するんだとか。ムクの木とエノキの木は似ているが木の実が全く違うことなど話しながら歩いていると、あっという間に診療所に着いてしまいました。別のルートでは昔ながらの倉をお持ちのお宅が多いことに気づかされ、地域の成り立ちを知ることができました。

人生を豊かにするという事は、こんな日常から生まれるのだなと改めて思いました。(職員)

稲毛海岸地区・高洲地区の公園・緑地に遊具設置を求める署名にご協力ください

稲毛海岸地区と高洲地区は近年住宅開発が進み子どもの人口が増えています。身近に公園があるものの、遊具がなかったり就学前の小さな子どもが遊べる遊具が少ないのが現状です。どの子どもでも安心して遊べる「インクルーシブ遊具」の設置を求める署名にご協力下さい。



豊砂公園のインクルーシブ遊具



さつまいもの神様を祀る神社

今回は稲毛診療所から少し離れて、幕張町にある史跡まで足を伸ばします。

京成線に乗っていると京成幕張駅付近で電車から比較的新しい神社が見えます。この神社は昆陽神社と

言い、江戸時代中期に甘藷(かんしょ・現在のサツマイモ)の普及に尽力した青木昆陽(あおきこんよう)という人物をたたえて建てられた神社です。

当時の将軍・徳川吉宗は、自身に仕えていた儒学者・蘭学者の青木昆陽に、飢饉救済のための作物として甘藷の栽培を命じました。彼はいくつかの地域で試作を実

施し、はじめて成功したのがここ幕張の地だったと言われています。この甘藷栽培は関東から全国へ普及し、多くの人々を飢饉から救いました。そして青木昆陽の没後に起きた天明の大飢饉下でも、甘藷を栽培していたおかげで幕張では餓死者は出なかったと言われています。この大きな功績をたたえ、青木昆陽は「芋神様」としてこの神社に祀られています。また神社を挟んで道の向かい側には、実際の甘藷の試作地が残されています。現在は千葉県指定史跡として指定されています。

この神社は京成幕張駅の踏切閉鎖工事にともない、2004年に建て直されたものだそうです。私たちの住むすぐ近くの地で栽培されたサツマイモが、全国の人々を飢えから救ったのだと思うと感慨深いです。



(左側の社が昆陽神社 すぐ傍を電車が通っていました)



(青木昆陽甘藷試作地 千葉県指定史跡)

サークル便り

新型コロナウイルス感染症にて活動をお休みしている
サークルもありますので、ご注意下さい。

絵筆紙サークル

活動中

毎月、第2・4の土曜日、午後2時より稲
浜公民館で活動しています。



折り紙サークル

お休み中

隔月、第三金曜午後に稲毛診療所待合にて活動。
折り紙サークルは現在、定例の活動は休止し
ていますが、診療所が訪問診療している在宅
の患者さんに誕生日プレゼントとしてお渡し
する作品を作成しています。

ボランティア部

お休み中

清拭布作成作業は第2金曜日午後2時か
ら3時ごろまで診療所内で行っています。
おしゃべりしながらの作業で楽しくでき
ます。ぜひ、ご参加下さい。(現在は、2ヶ
月に1回作業)

大正琴サークル

活動中

毎月第2、第4月曜日午後1時から4時まで、
稲浜公民館で大正琴の稽古をしたり、うたを
歌ったりして楽しんでいます。

おしゃべり会

活動中

隔月、第二木曜午後に稲毛診療所待合にて活動。
おしゃべり会はどなたでも参加できます。お茶
など飲みながら気軽におしゃべりをしましょう。

診療体制表

	月	火	水	木	金	土
午前(予約制) (受付) 8:30 ~ 11:30	細山 (第3は休) 井上	井上	細山	細山	細山 (第1・3・4) 尾崎(第2) 井上 (第2・5)	細山 (第1・2・4) 井上 (第3・5)
午後				乳児健診 (予約/月2回)		

夜間外来は2023年3月31日をもって終了しました



稲毛診療所ホームページにて
休診情報・医師変更をご覧いただけます。

あなたと民医連をつなぐ月刊紙

いつでも元気

MIN IREN

2024 2月号 380円 **好評発売中**

民医連で働く職員を追って

【かんこう教室】 脳がもたらす慢性的痛み
レッツ脳トレ

男の料理教室 京都

まちのすか 大分県玖珠町

食と健康 守っていききたい日本の豆腐

発行：(株)民医連研究所 〒113-0034 東京都文京区湯島2-4-4 平和と労働センター8階 電話 03(5842)5656 FAX 03(5842)5657

購読のお願い

会費納入のお願い

健康友の会は皆様の会費
で運営・活動をしています。
会費の納入をよろしくお
願いします。