

西都保健生協の
組織現勢

(2023年10月31日現在)

- 組合員数.....13,405人
- 出資金総額.....4億7,505万円
※一組合員平均35,438円

西都保健
生協だより

きずな

No.624 2023年11月号

- 編集・発行
西都保健生活協同組合
機関誌編集委員会
毎月第3水曜日発行1部50円
- 生協事務所
〒204-0013
清瀬市上清戸2-1-41
☎042-493-6129
☎042-493-6155
<http://www.saito.coop>



▲看護師が班会に出席して大腸がんの学習会。
みなさん真剣ですね。

7面に紹介のデイケアのナースです▶

東村山の北多摩生協診療所では、毎年150名以上の方が大腸がん(便潜血)チェック(以下「大腸がんチェック」)に参加してくれています。これは、組合員さんによる隣近所の方への声掛け、地域の購買生協や新婦人などの協力団体への声掛けにより培ってきた人数であり、その後も参加しつつ、そして検

「大腸がん(便潜血)チェック」の広がり

西都保健生活協同組合では20年以上前から、組合員さんを中心に地域の方たちの健康づくりをと「大腸がん(便潜血)チェック班会」を行ってきました。当初は組織部の職員が中心に行っていましたが10年ほど前からは診療所職員も加わり検査のみでなく、検査の目的、大腸がんは早期発見、早期治療ができる疾患であること、精査の必要性、出血の原因となる疾患について、また、がん予防のための生活習慣についてなどの学習会を行っています。

大腸がん(便潜血)チェック班会で●北多摩生協診療所

健康の社会的決定要因
について考える組合員さんとともに
地域の健康づくり

学習会の大切さ

査の必要性に参加されていない方に伝え地域に浸透させてくれている結果でもあります。

コロナ以前は班会を開催し、診療所職員による学習会後に自分たちで検査を実施して結果を確認する方法を行っていました。職員が参加することで医学的側面・看護的側面から詳しい情報が提供され活発な意見交流を行ってきました。しかしコロナ禍となり、感染予防の重視から検査会社への委託に切り替え、班会(学習会)は行わず、検査結果と学習資料のみを送る形となりました。

大腸がん(便潜血)チェック
を行いますか?

1月～3月にそれぞれの地域で大腸がんの学習と便潜血チェックを行います。
詳しくは各支部のニュースをご参照ください。

た。結果、手遅れとなってしまう方がいたのです。この反省をもとに、学習会の大切さを組合員さんと確認し大腸がんチェック班会を再開しました。

2年ぶりの班会では検査をされた組合員以外の地域の方も参加され、学習会後の意見交流では「検査の結果陽性であり精査をしたところ、ポリープが見つかった」「がんと診断されたが早期発見から早めの対処が行えた」などこの2年間の経験談が報告され大腸がんチェック班会の大切さを確認する場となりました。

西東京生協歯科

西東京

〒202-0001

電話 042-439-0071

西東京市ひばりが丘2-6-29

FAX 042-439-0085

診療時間	午前9:00 ～12:00	午後1:30 ～4:30	夜間5:30 ～8:00
月	島崎・吉川 [訪問]飯村	小石・吉川 [訪問]飯村・島崎	小石 松田(月2回)
火	長谷川 飯村 [訪問]小石・渡邊	長谷川 飯村 [訪問]小石・渡邊	
水	小石・会沢 飯村(月3回)	第1・2・4休診 小石(第3・5) 飯村(第3・5)	
木	伊波・小石 [訪問]飯村・砂川	伊波・小石 [訪問]飯村・砂川	
金	小石・伊波 飯村(10:30～13:00) [訪問]吉川	小石 飯村(15:00～18:00) [訪問]吉川	
土	飯村・小石(隔週)	飯村・小石(隔週)	

● 診療は予約制です。電話でお申し込みください。

● 急患は随時受け付けています。

● 月曜夜間の松田外来は月2回18:30～20:00です。

みその診療所

小平

〒187-0041

電話 042-342-7270

小平市美園町1-2-16

FAX 042-342-7361

受付時間	午前8:50 ～11:30	午後2:20 ～4:30	
月	小野田(内)● 小松(内)	小野田(訪問) 山本(糖)●	
火	定(内) 木嶋(内1・3) 谷口(糖2・4)●	永田(糖)● 小野田(訪問・午糖) 大沼(内・呼)(2:20～6:00)	
水	井上(内・呼) 小野田(訪問午前)		
木	松田(内)	今村(内・消)	
金	小野田(内)● 竹中(内・呼)	高橋(内・循) 鈴木(糖)● 小野田(訪問)	
土	小野田(内1・3)● 定(内)		

● 受付時間 午前8:50～/午後2:20～/火6:00まで

● 禁煙外来、睡眠時無呼吸外来を行っています。

● 名前のあとの●は予約外来です。

富士見通り診療所

東久留米

〒203-0053

電話 042-471-2291

東久留米市本町3-3-23

FAX 042-472-0131

診療時間	午前9:00 ～11:30	午後2:00 ～4:30	夜間5:30 ～7:00
月	橋爪(内)	橋爪(内)	橋爪(内)
火	松井(内)	松原(内1・3) ※2・4・5は休診	
水	橋爪(内)	橋爪(内) ※第5は休診	
木	三輪(内)	大道寺(内) 松原(訪問) 三輪(訪問)	大道寺(内)
金	橋爪(内)	橋爪(内)	
土	橋爪(内1・3・5) 担当医(内2・4)		

● 受付時間は診療開始の20分前からです。

● 禁煙、睡眠時無呼吸外来は橋爪医師です。

● 新型コロナワクチン接種は予約制で行っています。

● 健診は火・木・土曜でご予約をお願いします。

みその歯科

小平

〒187-0041

電話 042-347-3680

小平市美園町1-2-16

FAX 042-342-7250

診療時間	午前9:00 ～11:30	午後1:30 ～4:30	夜間5:30 ～8:00
月	中野・原田・久保・齋藤 [訪問]高橋	中野・原田・久保・齋藤 [訪問]高橋	
火	高橋・松田・原田・久保 [訪問]齋藤・伊藤	松田・原田・高橋 12:30～3:30・久保(隔週) [訪問]齋藤・伊藤	中野・松田
水	中野・原田・久保(1・3・5) [訪問]久保(2・4)	中野・原田・久保 (1・2・4は休診)	
木	原田・高橋 松田(1・3・5) [訪問]中野	12:30～3:30 高橋・松田・久保 [訪問]中野・原田	久保 松田
金	中野・久保(1・4)・原田(1・3) 会沢(2・4・5)・伊藤 [訪問]桐原・久保(2・3)・原田(2・4)	会沢(2・4・5)・中野 久保・伊藤・原田(1・3) [訪問]桐原・原田(2・4)	
土	原田・会沢・久保 (上記各週交互)伊藤(毎週) [訪問]桐原・中野(隔週)	原田・会沢・久保 (上記各週交互)伊藤(毎週) [訪問]桐原・中野(隔週)	

● 診療は予約制です。電話でお申し込みください。

● 急患は随時受け付けています。

医療、看護、介護のご相談はお気軽に

介護事業所

生協事務所

協力

● さいと訪問看護ステーション tel.042-346-1661 / fax.042-346-1668

● さいと訪問看護ステーション 清瀬事業所 tel.042-491-1255 / fax.042-496-7004

● さいと訪問看護ステーション 東村山事業所 tel.042-393-6518 / fax.042-393-6554

● 泉居宅介護支援事業所 tel.042-348-8534 / fax.042-344-7155

● ケアプランセンターきずな tel.042-496-7815 / fax.042-496-7816

● かるかも居宅介護支援事業所 tel.042-390-8781 / fax.042-396-9021

● ヘルパーステーションこだま tel.042-346-1400 / fax.042-346-1405

● ヘルパーステーション虹(東村山) tel.042-399-0720 / fax.042-399-0721

● グループホーム虹の家 tel.042-496-7720 / fax.042-492-8811

● 西都保健生活協同組合 tel.042-493-6129 / fax.042-493-6155

● 小平協議会 tel.042-346-1441 / fax.042-346-1466

● 清瀬東支部 tel & fax.042-495-4872

● 清瀬西支部 tel.042-496-0302

● 東村山協議会 tel.042-395-5786

● 東久留米の3支部 tel & fax.042-470-0722

● 西東京支部 tel & fax.042-465-3721

● NPO法人 西都虹の会 tel.042-493-6129 / fax.042-493-6155

● デイサービス なないろ tel.042-497-8390 / fax.042-497-8391

● NPO法人 ぶなの樹会 tel & fax.042-495-2700

● NPO法人 第二こだま tel & fax.042-343-0456

北多摩生協診療所

東村山

〒189-0014

電話 042-393-5903

東村山市本町4-2-32

FAX 042-395-5612

診療時間	午前9:00 ～12:00	午後2:00 ～4:30	夜間6:00 ～7:30
月	徐(内)	鈴木(神経内科) 訪問診療	
火	片山(内) 訪問診療		
水	太田(内科)	太田(糖尿) 訪問診療	
木	徐(内・消化器) 三谷(糖尿)	吉田(内科・循環器) 松井(内・神経内科)	吉田(内科・循環器)
金	徐(内) 訪問診療	古谷(内・呼吸器) 訪問診療	
土	星(内・呼吸器2) 赤羽(内・呼吸器4) 松井(内・神1・3・5)		

● 受付時間 午前8:40～/午後1:30～/夜間5:30～

● 禁煙外来、エコー検査もを行っています。

● 訪問診療新規受付中! ご相談ください。

● 発熱、せき症状がある場合は必ず事前に電話を!

北多摩クリニック

清瀬

〒204-0013

電話 042-496-7760

清瀬市上清戸2-1-41

FAX 042-496-7761

診療時間	午前9:00 ～12:00	午後4:00 ～6:00	訪問診療
月	保坂(内)		保坂
火	保坂(内)		保坂 歯科訪問診療
水	保坂(内)		保坂
木	小島(内)	保坂(内)	保坂
金	保坂(内)		保坂 歯科訪問診療
土	保坂(内)		

● 受付時間は診療開始の10分前からです。

● エコー検査を行っています。

● 各種健診・土建健診は診療時間内に行っています。

● 特定・高齢者健診を実施中。ご予約はお早めに。

清瀬診療所

清瀬

〒204-0021

電話 042-493-2727

清瀬市元町1-13-27

FAX 042-493-2751

診療時間	午前9:00 ～12:00	午後2:00 ～4:30	夜間5:30 ～7:30
月	穂苅(内)		
火	大亀(内) 相引(内)	大亀(内)	大亀(内) (17:30～19:30)
水	穂苅(内) 内視鏡検査	大亀(内・予約)	
木	大道寺(内) 阿部(健・内)	桑木(循・予約) 阿部(内・更年期)	
金	大亀(内) 伊藤(内・予約のみ) 内視鏡検査	伊藤(内)	大亀(内) (17:00～19:00)
土	伊藤(内) (受付は11:30まで)		

● 各種健診、人間ドック、エコー検査、内視鏡検査実施中(予約制)

● 健康相談、栄養相談を行っています。

● 更年期症状・もの忘れ、ご相談ください。

● 訪問診療を行っています(火・水・木・金)

大腸がんチェックの検査結果

年 度	実施者	陽性者	精査	所見有
2020年度	197名	37名 (18.8%)	21名	10名
2021年度	165名	13名 (7.9%)	8名	3名
2022年度	146名	15名 (10.3%)	(未集計)	



▲ 外来や往診で活躍中の診療所の看護師さん。

東村山市の自治体健診には大腸がん検診は含まれていませんでした。対市交渉を行い続けやつと3年前より74歳以下を対象に費用を

地域の健康を守る

検査を委託すること
でこれまで以上に集計
や追跡が行えるようにな
りました。
2020年度から3
年間の大腸がんチェッ
クの結果は左表のとおり
です。この結果から
も早期発見が力ギであ
ることが良く分かると
思います。

組合員さんとともに
地域の健康づくり

大腸がん
(便潜血チェック) 班会で
北多摩生協診療所

徴収しての選択検査と
して加わりました。他
の地域でも年齢制限や
事前申し込み制である
などと聞いています。
手軽に行える検査であ
るのになぜこのような
ハードルを設けるので
しょうか。地域の健康
を守るためには健診項
目の1つとして誰もが
無料で受けられるよう
訴え続ける必要があります。
そして私たちが実施
している大腸がんチェ
ック班会も検査会社
に委託するために検査
器費用が掛かるように

なっていました。私
たち生協の健康づく
りとしても、希望する
誰もが検査できるよう
再検討が必要と思いま
す。私たちは医療生協
職員として大腸がんチ
ェック班会を継続しつ
つ、便潜血チェックで
得た結果も含め行政に
検査の必要性を伝え続
け、地域の健康づくり
を継続する必要がある
と考えています。(看
護師長 杉崎美佳)



まんが・波来土

のであり、個人が任意で取得するマイナンバーカードとの一体化には道理がないと説明。トラブルが頻発し欠陥システムと言え、危険なカードを、なぜ政府は保険証廃止をし

「健康保険証廃止の中止を！」学習集会を開催
マイナンバーカード強制の狙いは

理事会社保委員会は
10月14日、東京民医連
理事で東京社会保険推
進協議会の事務局長・
窪田光さんを講師に、
清瀬けやきホールにお
いて33名の参加で学習
会を開催しました。
健康保険証はすべて
の国民が持つ「医療を
受ける権利」を示すも
のであり、個人が任
意で取得するマイ
ナンバーカードとの
一体化には道理
がないと説明。ト
ラブルが頻発し欠
陥システムと言え
る危険なカードを、
なぜ政府は保険証
廃止をし



府は個人の情報を把握
し「公平な支援」との
観点から国民を選別し
社会保障費の削減をも
くろみます。顔認証
(生体情報)で監視し、
個人の人物像を作り出
し(プロファイリン
グ)、企業や政府に都
合よく誘導や制限、排
除することが可能とな
ります。それは人権侵
害そのものです。
そのような恐ろしい
社会にしないためには
国民一人ひとりが自分
のプライバシーを権力
に安易に握らせない、
主権者としての自覚を
持つことが必要です。
窪田さんは「国民
皆保険の危機」とい
うピンチを『個人情報
を主権者がコント
ロールする権利確
立』のチャンスに変
えよう」と呼びかけ、
「保険証廃止するな」
の運動をさらに広げ
ようと訴えました。
終了後、清瀬駅頭
の署名行動では19筆
が集まりました。
(組織部 松原真理)

事業所 だより Vol.19

北多摩クリニック これからの季節 感染性胃腸炎にご用心

今、注目されている感染症は新型コロナウイルスやインフルエンザが主ですが、感染性の胃腸炎で受診される方もいます。代表的なノロウイルスなどでは吐しゃ物の処理などを誤ると感染が広がります。対処の仕方についてもいっしょに考えていきたいと思います。



クリニックの看護師



したものを食べた場合に感染します（経口感染）。また、ノロウイルスは非常に感染力が高く、感染者の吐

物や排泄物の小さなしぶきが飛び、それを吸い込む事によって感染する事もあります（飛沫（ひまつ）感染）。

治療は…

ウイルスによる胃腸炎に抗生物質は効きません。吐き気や下痢などの症状を緩和する対症療法が治療となります。

基本的にはこまめに水分（白湯や麦茶、薄めたスポーツ飲料など）を摂取することが大切です。

発熱や腹痛がある場合は解熱鎮

痛剤を使用することもあります。様々な症状の対処をしながら次第に楽になるのを待ちます。

細菌性胃腸炎に対しては細菌の種類や症状の程度に合わせて抗生物質を使用することもあります。高熱や激しい下痢、血便などを伴う時にはためらわずに医療機関に相談しましょう。

いずれも、最も重要なのは「予防」です。手洗いや調理器具の清潔な取り扱いをしましょう。調理や食事の前、トイレの後もしっかり手洗いをしましょう。

嘔吐物処理のポイント

便や嘔吐物の処理を行う場合は、まず十分に換気



を行い室内のウイルス量を減らします。その上で、

①使い捨て手袋やマスクを着用した状態でペーパータオル等で嘔吐物を広く覆います。

②その上に0・1%の次亜塩素酸ナトリウム溶液（注1）を静かにかけ10分以上放置しましょう。

③嘔吐物をペーパータオルごと外側からウイルスが広がらないように拭き取り、準備しておいたビニール袋に入れます。

④拭き取った後の床は次亜塩素酸ナトリウムが含まれた消毒液を使用して十分拭き取ります。

処理後はていねいに手洗いとうがいをして口腔内に残存しているウイルス量を減らします。

何か症状があった場合は我慢せず各診療所又はかかりつけ医にご相談ください。

（北多摩クリニック 看護師長 下川久美子／事務長 江野澤領）

注1 市販の家庭用漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）を水に薄めたもので代用可能です。色落ちする可能性がありますのでご注意ください。

健康サポート室より

生活習慣病シリーズ Part

6

清瀬診療所 管理栄養士
飯塚 理恵

脂質異常症③

高中性脂肪(トリグリセライド)血症の食事

タイプ別にポイントを押さえよう

表1 適正なエネルギー摂取量計算例

適正体重の目安

身長(m)×身長(m)×22(BMI)

例) 身長160cmの場合

 $1.6m \times 1.6m \times 22 = \text{約} 56kg$

1日の適正エネルギー摂取量

標準体重×身体活動量(下記より選ぶ)

A, 軽労作(デスクワーク、主婦など)

25～30kcal

B, 普通の労作(立仕事が多い職業)

30～35kcal

C, 重い労作(力仕事の多い職業)

35～40kcal

例) A, 軽労作の場合

 $56kg \times 25kcal = 1,400kcal$

C, 重い労作

 $56kg \times 40kcal = 2,240kcal$

まず、ご自身の適正体重と適正なエネルギー摂取量を計算しましょう(表1)。

適正エネルギー摂取量が1400kcalの方は1食470kcal程度を目安とします。2240kcalの方は1食750kcal程度です。間食や飲み物のカロリーも合わせます。食べ過ぎるとエネルギーが

適量を摂取し、
適正体重をめざす

糖質を含む食品は穀類、イモ類、果物、菓子類などですが、摂りすぎると中性脂肪に変わってしまいます。1食の主食(ご飯やイモ、果物など)の摂り方は、適正エネルギー摂取量が12

糖質で摂取する熱量は
全体の50～60%まで

使い切れず体重が増え、食べる量よりも使うエネルギーの方が多いと体重が減ります。

脂質異常症でも、LDLコレステロール(悪玉コレステロール)が高いタイプや中性脂肪が高いタイプ等それぞれです。基本の注意点は同じですが、食事の点では少し異なる点もあります。今月は中性脂肪を下げて、HDLコレステロール(善玉コレステロール)を上げる食事に焦点を当ててみます。



食物繊維を 摂るためには



食物繊維を多くとるには、主食を玄米、胚芽米や麦飯、全粒粉のパン、蕎麦

を1切れ程度食べると適量が摂れます。1日に魚を1切れ程度食べると適量が摂れます。1日に魚を1切れ程度食べると適量が摂れます。1日に魚を1切れ程度食べると適量が摂れます。

n-3系多価不飽和脂肪酸を摂るようにする

EPAやDHAといったn-3系多価不飽和脂肪酸はイワシ、アジ、サバ、サンマなどの青魚に多く含まれます。1日に魚を1切れ程度食べると適量が摂れます。1日に魚を1切れ程度食べると適量が摂れます。

などにし、3度の食事ごとにたっぷり2皿の野菜類・海藻・きのこ・こんにやくなどを食べましょう。豆類や大豆の加工品である納豆にも多く含まれています。

アルコールの制限

中性脂肪が高い方はアルコールの摂取量が関係します。禁酒して数値の改善を確認します。酒類の種類にかかわらずやめておきましょう。節酒を指示された場合は、1日に日本酒なら1合、ビールなら500mL程度、ワイン(アルコール度数14)なら180mL程度までで楽しむようにしましょう。

参考・厚生労働省生活習慣病予防のための健康情報サイト e-ヘルスネット



図1



あたまの体操

まちがいさがし

2枚の絵には間違いが8つあります。
探してみましょう!

A



B



※このページの答えは7ページにあります。

出題・MISORA

ちょっと
教えて

からだところの

Q&A



脂質異常症の薬を勧められました。
生活改善すればなんとかなりませんか？

A

脂質異常症など生活習慣病といわれる疾患では、食事や運動などでの生活習慣を改善したり体重をコントロールすることで値が改善することがあり、薬での治療が必要なくなる場合があります。しかし、体質や他の病気が原因で脂質異常症をきたす場合もあります。検査値だけでなく体質・



生活・他の病気・動脈硬化の進行リスクなど、医師に総合的に治療の必要性を判断してもらうことが大切です。自己判断しないようにしましょう。

猿渡トレーナーの体操ワンポイント

リラックスして
行いましょう

ふくらはぎほぐし

皆さんこんにちは！ 今回のワンポイントは「ふくらはぎほぐし」です。ふくらはぎに疲れが溜まった後にぜひやってみてくださいね！



1

この辺にふくらはぎが
来るように挟む



① 仰向きに寝て、膝の後ろで両手こぶしを挟む。

2

バタ
バタ

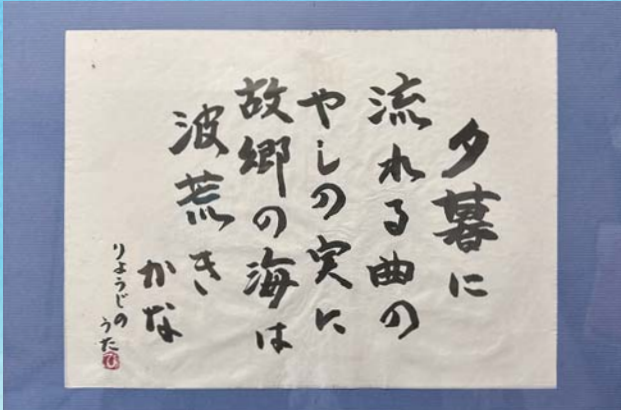
ふくらはぎがちょっと痛いですが
スッキリしますよー！



② 膝を交互にバタバタ曲げ伸ばしをする。(20～30秒)



紅葉と水車のコラボです。
野火止の四季・秋
小平市 田辺 崇博さん



故郷
東村山市 高田 諒治さん

東村山市は4月から9月の夕暮れ時に「やしの実」が流れます。その音楽を聞くと、故郷の島根の海を思い出すという歌です。諒治さんが作り、亡くなられた奥さまが書いたと教えてくれました。数日後、諒治さんも天国に。きっと久しぶりに奥さまに会え、島根を思い出していると思います。



めいみの感力

東久留米市 新田 めいみさん・美子さん
好きに好きに。親子で「さをり」を織るめいみは、重度の知的障がいがあります。写真のゾウさんは、洋服を作った際に残った端切れを、めいみが黙々と張り付けて仕上げた作品です。生きる力、優しさが皆さんに伝わりますように。



ひなたちゃん
小平市 米村 富士子さん
愛犬ひなたちゃん 毛を一本ずつ丁寧に一生懸命描いて努力賞をもらいました。

	支 部	10月の 加入者	組合員 総 数	10月の出資金		出資金 総 額	
				人数	額 (円)		
支部ごとの組織状況	小 平	一 中	3	572	5	25,000	9,521,000
		二 中	0	273	1	5,000	7,050,000
		三 花	0	445	3	25,000	22,901,000
		四 中	0	210	0	0	6,785,000
		五 中	1	196	6	55,000	11,545,000
		上 水	0	120	0	0	9,755,000
		大沼天神	5	496	6	50,000	10,280,000
		美園萩山	4	812	7	2,125,000	48,926,500
	事 業 所	4		38	327,500		
	清瀬	東	7	2,011	26	294,000	79,488,500
		西	17	1,229	30	301,000	67,961,500
	東村山	中 央	11	881	26	185,000	32,454,000
		美住富士見	0	303	0	0	7,420,000
		野 火 止	3	694	5	25,000	18,750,500
		北 山	2	302	3	25,000	13,606,000
	東久留米	東	0	585	2	10,000	21,479,500
		中 央	0	1,251	10	98,000	27,046,500
		西	7	901	9	155,000	30,062,500
	西 東 京	2	1,085	9	65,000	21,595,000	
	そ の 他	0	1,039	8	45,000	28,418,000	
合 計		66	13,405	194	3,815,500	475,045,500	

**理事会
だより**

55期第5回定例理事会
日時・10月25日（水）

新型コロナウイルス感染症予防にあたり密を避けるため会場を分散しリモートによる会議としました。

【報告事項】

1 経営活動報告
9月の経常利益は314万円の黒字、予算差250万円超過、前年差11万円減益。累計で2398万円の黒字、予算差2306万円超過、前年差1286万円増益。前月に看取りが多かったため在宅収益が予算前年共に大きく減収となりました。一方外来診療は、インフルエンザなど発熱患者の対応が増えたため収益が増加、健診も堅調でコロナを含む予防接種、歯科の自費収益などが予算を超え、医業収益は予算を217万円超過しました。

2 償却資産等購入申請
虹の家の廊下天井埋込エアコンの買替について全員一致で承認しました。

3 組織強化月間
健康チャレンジの取り組みなど楽しい企画や所長や事務長からの手紙を未加入の利用者へ配達するなど、工夫をこらした取り組みで仲間増やしを展開中です。

組合員の ひろば 拡大版

紙上文化祭

想いを作品に込めて

日ごろ組合員のみなさんが行っている活動を紹介します。作品の写真につけられたコメントから作者の想いが伝わってきます。組合員のひろばはみなさんの作品でできるコーナーです。ぜひみなさんも投稿してみてください。



ステキなくす玉

北多摩生協診デイケアの利用者さんと職員みんなで力をあわせた作品です。コロナでどこにも出かけられないので、観光地の大きな写真の前で座り「行った気になる記念写真」を撮っていましたが、今年の夏、仙台の七夕祭りの写真を撮った後、七夕飾りなら本物を自分たちで作れるねと職員の岡崎さんがひらめきました。お花や短冊を一つ一つ作ってくす玉に貼り付けました。



しゃくなげ

小平市 中島 恭子さん



襖絵 西東京市 森本 律子さん
ふすまに描いてみました。
まだ未完成です。



ブローチ

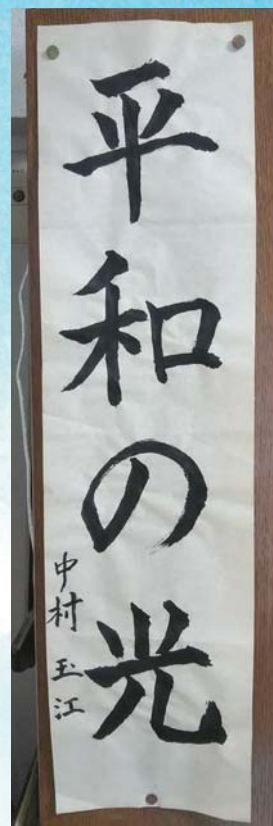
小平・上水中支部 ちくちく班のみなさん
この可愛い花々は、牛乳パックと布で作ったブローチです。



からすうり

小平市 緑川 恵子さん

絵画教室で先生がどさっと持ってきてくれた「からすうり」みんなで描きました。



書 東村山市 中村 玉江さん

「戦争はしてはいけないもの」との思いを込めて書きました。結婚式も憲法前文の前で誓いをたてました。子どもたちにも9条の内容を伝え、戦争反対を家族で誓いました。



花の刺繍

清瀬市 S.Kさん

刺繍チャレンジ第一号作品です。