



あかりをつけましょ  
ぼんぼりに  
お花をあげましょ  
桃の花

旧家に伝わる年代物の豪華なおひなさまに  
しばし見入ってしまいました。よく見ると  
お皿に鯛がのっています。

—かつらぎ町 野半の里にて展示—

## 目次

- 健康づくりチャレンジ2010まとめ会—— 2、3
- 国保の問題はいのちの問題—— 3
- 第2デイケア—— 4
- 読者のひろば・歌は思い出とともに—— 5
- ハイキング・300回記念—— 6
- ためしてクッキング・パズル—— 7

「継続は力なり」「自分の体重を管理できるようになった」

## 第4回 医療生協

# 健康づくりチャレンジ

## まとめ集会



第4回医療生協「健康づくりチャレンジ」まとめ集会在1月19日（水）開かれ、優秀賞の授与や参加された方から「こうして目標を達成した」「できなかったが次回はどうしたい」などの意見が出され交流しました。

健康づくりチャレンジは、健康に関する9つのコースを選び自分で目標を立て、その目標達成のため3ヶ月と取り組みます。配布した専用のカレンダーに日々のとりくみ状況を記録し提出してもらいます。この間には目標達成に向けてサポートする講習などがあり、ダイエットだと栄養士から食事で気をつけるポイントなど専門的であるけれどもわかりやすい話が聞けます。無

このチャレンジ参加者の中には「朝と寝る前の1日2回体重計にのること」と目標を設定してそれだけで3kgやせることができた方も。現実の実態を正確に把握し、問題を意識することが改善につながることを示しているようです。また、家にひきこもりがちだった方が毎日歩くことに挑み、規則正しい生活を送ることができたり、使わなくなってきた筋肉をシニアエクササイズで鍛える方などいろいろな目標に向って健康づくりにとりくまれました。チャレンジしている人たちがお互いに情報交換したり励ましあって挫折しないでやり遂げられる利点もあります。

まとめ集會に出席された方からの「ウォーキングやシニ

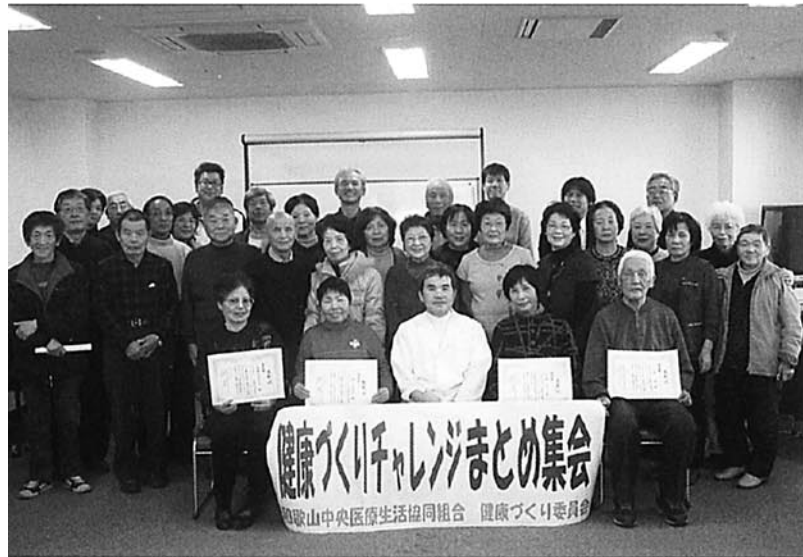


## 健康づくりチャレンジ2010集計票

	性別		グループ	年齢									合計
	男	女		～19	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80～	不明	
達成者数	42	162	137	0	1	4	11	28	79	51	8	22	204

	参加コース									
	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	合計
達成者数	76	26	39	14	13	4	9	18	78	277
	ウォーキング	転倒予防体操	自分なりの筋力アップ	バランスのよい食事	健康ダイエット	きつぱり禁煙	お酒ほどほど	お口さわやか歯磨き	なんでも好きなこと	

参加者総数	416名
延べ参加者数	604名
報告書提出者数	238名
達成者数	204名
のべ達成コース数	277名



アエクスサイズなど簡単なことを継続していくことが健康につながる。「初めての挑戦。朝4時半に起きてウォーキングした後、4〜5人でラジオ体操の輪が広がった」「日常生活が忙しい中、事業仕分けでなく自分を仕分けよう」とウォーキングした」などの体験話に笑ったりうなずきながら皆さん聞いていました。また、「日々のとりくみを書き込んでいくことが励みになった」「最初から高い目標を設定しないで長続きでき



る目標を持ってアドバイスを受けた」「体重が減少できなかったので体重を維持することに目標を変更した」などこれから新たにとりくむ方々へたいへん参考になる発言もありました。

今回は、416名の方が604の目標にチャレンジし、このうち277名の方が目標を達成されました。カレンダーの記入など特に優秀だと各地区から推薦された7名の方に優秀賞の賞状と記念品が贈られました。最後に健康づくり委員長の小西附属診療所長は「ウォーキングやシニアエクササイズは理にかなった健康づくり。医療生協本来の活動を通して健康づくりの実践を進めてください」とまとめました。

## 国保の問題はいのちの問題

### 払えない保険料

国民の三割が加入している国民健康保険。その国保料が高くて払えない、保険証とりあげ、短期保険証の発行、地方税回収機構の差し押さえなど全国的に問題になっています。所得二〇〇万円、子ども二人の四大家族で年間保険料が五〇万円を超える自治体も。失職したり長引く不況で年々売り上げが落ち込んでいる自営業者にとつては、保険料が払えない状況も出ています。全日本民主医療機関連合会に加盟している全国の病院や診療所から「患者さんが保険証をとりあげられた」「治療を中断して病気が悪化している」「救急搬送で来られた翌日に手遅れで亡くなった」など情報が寄せられ、国保の問題は直接いのちを左右する問題であることを発信しています。

### 国保の問題はなに

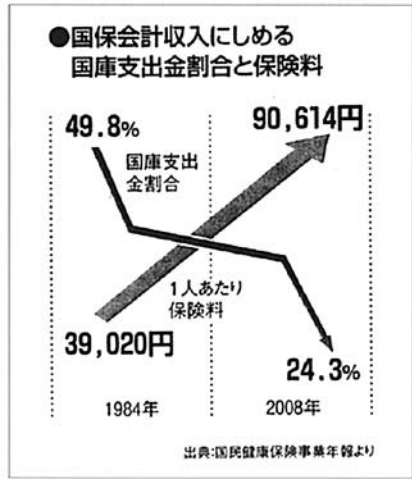
国保は事業主負担といった

ものがない代わりに国が補わなければなりません。決して相互扶助ではなく誰でも医療が受けられるよう保険として始まった社会保障です。ところが国保財政への国庫負担の割合が減少し赤字となつている市町村国保があります。不足分は一般会計から繰り入れることとなりますがこれも私たちの税金です。また、私たちの要求が実って独自の窓口医療費無料制度を実施した自治体や保険料収納率の低い自治体に対してペナルティー(罰則)として国庫負担を減らすなど国はあの手この手で社会保障予算を削り国民に負担をおしつけてきました。小泉内閣から続く構造改革による社会保障費削減です。

### 「広域化」

国保を市町村から県単位に統合する「国保の広域化」にも問題があります。中央社保協相野谷事務局長は、

①市町村が国保財政の赤字補



填や保険料の上昇を抑えるために行っていた一般会計からの繰り入れをやめ、大幅な保険料値上げにつながる、  
 ②住民運動などで勝ちとつた市町村独自の減免制度が統一化で失われる、  
 ③収納率向上が追及され、機械的な制裁措置が強まるなどとして今までの流れがいつそう強まると懸念しています。  
 一方、住民自身が国保料引き下げ運動を旺盛に展開し、国保料や減免措置の拡充など勝ち取ったところもあります。国保問題は、いのちや生存権にもつながる問題です。統一地方選挙の今年、改善に向け、主権者として反映させていきたいと思います。

# 介護予防・骨折後や片麻痺の方のリハビリに

## 附属診療所第2デイケア

昨年12月、リニューアルオープンされた附属診療所、もうご覧いただけましたか？

これまで生協病院にはデイケアと認知症デイサービス『よりのあい』がありましたが、時間のリハビリをというご希望に添えて附属診療所に第2デイケアが新築オープンしま

した。坂口主任さんにお話を聞いてきました。



「今までのデイケアと違うのは午前中3時間あるいは午後から2時間といった短い時間枠でリハビリにとりくんでいた点です。個別にリハビリメニューを組んで片マ

ヒ、骨折後の回復リハビリだけでなく、この頃歩くのがたいへんになってきた、よく転ぶようになったという方には足の筋力アップで歩く機能を後退させない予防運動、手先や指のトレーニングで、認知症にも有効です。」

広い部屋にはホットパツクやエルゴメーター（自転車こぎ）、ウォーキングできる機械や腕の上げ下ろしができる滑車などがありました。見学した日も7名ほどの方がそれぞれメニューでトレーニング

がされていましたが、ほぼ1



人に1人職員が付き添い介助していました。

利用料は介護保険要支援1の方が週1回（月4回まで何回利用しても）月額3千円、利用される方が多い介護度2の方が午前3時間利用されると1回700円ということでした。入浴や食事はありません。往復の送迎あります。ご利用に際しては、介護認定や医師の診断書が必要な方もいらっしやいますので一度和歌山生協病院デイケア室坂口さんまでご相談ください。見学にもお越しください。

### ●連絡先

073（471）7711

生協病院デイケア室

坂口主任まで

# 2011年からの第5次長期計画への 「意見・要望をお寄せください」

21世紀初頭の10年が過ぎました。私たちはこの間第3次、第4次の長期計画（各5カ年計画）を策定し、事業と運動を進めてきました。第3次計画では病院リニューアルと診療所での介護事業のための施設の増築・増築、第4次計画では、組合員の健康づくりと安心して住み続けられるまちづくりを進めることを第1の柱に、事業では海南・海草での介護施設の建設、病院・附属診療所第2次リニューアル（増築）です。「医療崩壊」「介護崩壊」といわれる厳しい情勢の中、和歌山中央医療生協は、組合員と職員の協同の力で事業と運動の維持・強化をはかってきましたが、昨年は医師体制の厳しさにより一つの診療所を休診とせざるを得ない事態が生まれました。

しかし、超高齢化、貧困と格差が進む社会状況の中で、地域住民と専門家の協同の力で医療・介護の事業にとりくみ、健康づくりを進める医療生協がますます地域の要求に

応えて役割を果たしていくことが求められます。第5次長期計画では、医師の確保と後継者対策を前進させ、医療・介護の事業をいっそう強化していく課題、地域と事業所（組合員と職員）の中で事業と運動の担い手づくり・リーダーづくり、地域での連携や他団体との共同を強めることを含めての健康づくり・安心して住み続けられるまちづくり、これらを進める上での医療生協組合員組織の拡大強化が主要な課題になると思われま

す。

医療生協では、2月理事会から次期長期計画と2011年度活動方針について討議を開始しました。討議を進める上で、①この5カ年でよかったことや今後の課題としたいこと、②向こう5年、10年を見通しての医療生協の事業と運動について、ご意見・ご要望、抱負など積極的に寄せ下さい。（メモや文章にして各地区事務局長が医療生協本部事務局に提出いただければ幸いです。）

# 読者のひろば

安心しました

大腸の検査をしていただいたので安心しました。ためしてクッキングは説明にしながら楽しんで作っています。

和歌山市 吉森登喜子さん  
生協芦原診療所

いつも生協芦原診療所でお世話になっていきます。こちらが忘れていても定期的に検査等について話してくれるので、心配なく感謝しています。

和歌山市 藤本 喜男さん

思わず力が入って

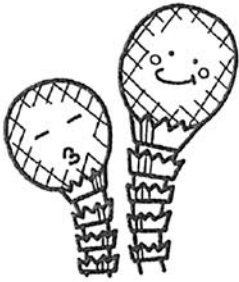
孫がバスケットボールを頑張っています。初めて試合の応援に行ったのですが、力が入り年甲斐もなく熱くなりました。孫に元気をもらっています。

和歌山市 岡崎 建二さん

高齢者や身体の不自由な方が楽に行けるお店紹介して(1月号記事)に応えて

私は車椅子生活をしていいますが、お城の前のタイフロンネットホテルの店をよく利用しています。障害者優先の駐車場があり、エレベーターでお店にも行け、トイレも広くきれいです。

和歌山市 上西 延子さん



ハイキング、レベルを参考に

医療生協ハイキングで、石山をレベル5として表現してくださったので、今年はウォーキングで体力をつけてレベルの低いところから参加してみようかなと思っています。

紀の川市 小嶋 旬子さん

元気が出てきた

健からバスルに初当選し名前が載りました。現在、左肩骨折で落ち込んでいましたが、元気が出てきました。

岩出市 宮村 靖子さん

「沖縄を返せ」

この歌は若かりし頃、黒田民主府政誕生の時代、越年登山(金剛山)「あかつきの大合唱」でスクラムを組んで歌いました。あの頃の大阪の仲間たちは今どうしているかな。還暦を迎え妙に青春時代がなつかしくなります。夫は和歌山のみんなでとりくんた『歌劇沖縄』を思い出すそうです。

御坊市 久保田 育代さん

「つぎぎのダンス」

小学校のとき、劇中でうさぎのダンスを踊るのですが、私はダンス部で劇に出られませんでした。踊りたくてそつと舞台を見ながら心の中で踊っていました。遠い昔のことなのに今でも踊れそうです。

す。

和歌山市 山元 静子さん

リクエスト

うさぎ年、『うさぎのダンス』で幕が開けた「歌は思い出とともに」。今年1年毎回うさぎが入った歌で続かないものかと考え『あわて床屋』

をリクエストします。歌詞がおもしろいのですが、記憶がまだらになっています。この機会に是非掲載してください。

和歌山市 谷口公弥子さん

## ♪歌は思い出とともに(15)

あわて床屋

春は早うから川辺の葦に蟹が店出し床屋でござる

※チヨッキン チヨッキン

チヨッキンナ 小蟹ぶつぶつ石鹸を溶かし

おやし 自慢でハサミを鳴らす

※くりかえし

そこへうさぎがお客にござる どうぞ急いで髪刈ってあくれ

※くりかえし

うさぎア気がせく蟹アあわてるし 早く早くと客アつめこむし

※くりかえし

じゃまなお耳はびよびよこするし そこであわててチヨンと切り落とす

※くりかえし

うさぎア怒るし蟹ア恥ヨかくし しかたなく穴へと逃げる

※くりかえし



※この歌につなぐるみなさんの思い出をハガキの余白に書いてお送りください。「健康とくらし」に掲載させていただきます方には記念品をお送りします。

# 医療生協ハイキング

## ●第304回 3月26日(土)～27日(日) 300回超え1泊ハイク

古座川上流マイクロバス使用 要予約 山レベル/体力4・技術4  
南紀月の瀬温泉ぼたん荘を予約しています。

昨年12月通算300回を超えて今回は記念ハイクとして日帰りでは行き難い古座川上流の名所を巡り、一枚岩の対岸の嶽ノ森山に登ります。隆起侵食地形の変わった地形が楽しめます。桜のシーズンに合わせて4月企画を3月末に前倒し開催しますので、4月は予定なしです。

集合場所：①南海和歌山市駅前 午前6:30集合、6:40出発

②JR和歌山駅東口 午前6:40集合、6:50出発

交通ルート：26日JR和歌山駅東口⇒阪和高速和歌山インター⇒田辺インター⇒国道42号線⇒和深⇒矢野坂⇒光泉寺大銀杏⇒七川ダム⇒まほろしの滝⇒滝の拝⇒ぼたん荘(電話0735-72-0376)

27日ぼたん荘⇒一枚岩見学⇒一枚岩トンネル手前登山口より嶽ノ森山(標高376m)登山。相瀬橋に下山、バス乗車⇒帰路につきます。都合がつけば温泉に入浴。

歩行時間：26日まほろしの滝往復1時間程度。27日嶽ノ森山3時間程度

※生協ハイクは当日参加もできる気楽な会です。  
※日頃のウォーキング訓練は必要です。少しでも坂を絡めたルートで体作りをしてください。  
※山のレベルを表示しています。大まかな表現ですので実際を表していません。生石山をレベル5として楽な山を5以下で、苦しい、難しい山を5以上で表現します。

参加申し込み：電話073-473-0668安田まで

参加費：18,000円(会費、バス代、入浴料、写真代を含む)  
先着50名

※申し込み後のキャンセルは特別な場合以外は受け付けいたしません。よろしくお祈いします。

## ●第305回 5月22日(日) 近場・里山ハイク 6km

海南市東部 黒沢山(509.4m) 山レベル/体力4・技術3  
下山時、一部道のない斜面を下ります。海南駅からオレンジバスで野上方面に入り、帰りもバスで海南駅に戻ります。

集合場所：JR和歌山駅午前8:05発海南行きオレンジバス乗車、8:20JR海南駅下車(230円)、8:50発登山口行きオレンジバス乗車、9:10西出大師前下車(390円)

コース：西出大師前バス停⇒溝の口地区⇒山橋⇒野上新地区⇒黒沢山方面林道⇒黒沢山⇒黒沢ゴルフ場北縁⇒林道⇒下佐々地区⇒バス乗車⇒JR海南駅(520円)

帰路：JR海南駅乗車、JR和歌山駅下車(230円)

参加費：300円(会費、写真代込み)



おかげさまで28年

# 通算300回達成!

～記念誌『遙か険し高嶺を望み行く』を発行～



## 医療生協ハイキング

生協ハイキングリーダー

瀬藤 幸生

生協病院長 古田 光明

医療生協ハイキング300

1982年に第1回生協ハイキングを開催し、昨年12月で300回を数えました。28年の長期に渡り活動ができたのは和歌山中央医療生協が順調に発展され新しい組合員が増えてきたお陰だと思っております。

12月5日(日)に300回記念ハイク兼記念宴会を有田矢櫃の国民宿舎くろ潮にて総勢52名で開催いたしました。350回、400回に向けての出発の決意を新たにしました。

と2千歩以上の歩行を増やすことが必要です。

医療生協は「健康づくり」を目標にしています。仲間と楽しくできる健康づくりにハイキングは適しています。体力増進だけでなく脳の活性化にも有効です。300回の山行の中で大きな事故もなく継続されていることは素晴らしいことです。今後も多くの仲間が参加し、元気で山行を続けられますことを願っております。(300回記念に寄せられたメッセージより)

# 豚肉チャンプル

1人分 268kcal、食塩 1.7g、たんぱく質 15.9g

## 【材料】4人分

- 豚バラ肉……………150g
- たけのこ（水煮）…100g
- もやし……………1/2袋
- もめん豆腐……………1丁
- 卵……………1個
- 塩……………小さじ1
- しょうゆ……………小さじ2
- 土生姜……………1/2かけ
- こしょう……………少々

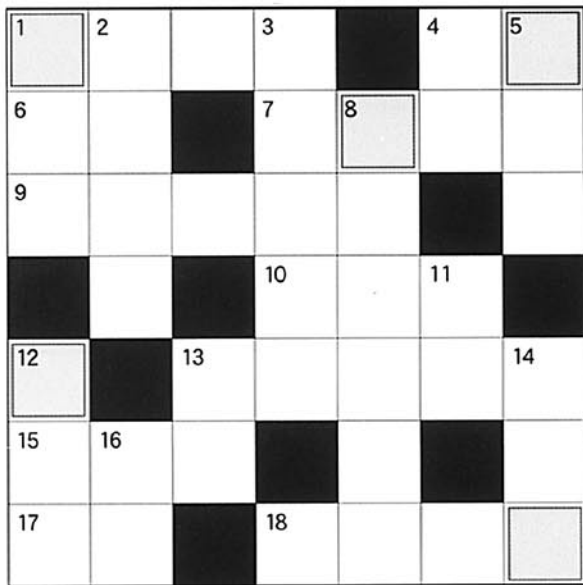
## 【作り方】

- ① 豚肉は4~5cm、たけのこは2~3mmのたんざく切り、生姜はみじん切り、木綿豆腐は重しをして水切りし、卵は割りほぐす。もやしはさっとゆでておく。
- ② フライパンを強めの火で熱し、豆腐を手で一口大に小さくしながら入れ、木べらでからいりし、水分が飛んだら中火にする。
- ③ 豚肉、たけのこ、生姜を入れてしょうゆをまわしかけ、豚肉の色が変わったらもやしを加えてさっと混ぜ、塩とこしょうで味をととのえる。
- ④ 全体に味がなじんだら卵をまわしかけ、フライパンの底から返すようにして大きく混ぜる。卵が固まったら火を止めて盛り付ける。

調理師の

# ためいてクッキング<sup>87</sup>

テフロン加工のフライパンを使った油を使わない豚肉の炒めもの



- 15 ♪「悪い〇〇〇〇に旅に出よう」
- 13 京都市街地北部、銀閣寺町から西大路通まで東西に走る通り
- 10 「この俳句、〇〇〇が多くて短歌になつて」
- 9 石版画
- 4 「〇〇から牡丹餅」
- 6 ジャフ島東の火山島。古典舞踊やガムラン音楽で有名
- 7 ♪「雨降りお月さん…一人て〇〇〇〇さしてゆ〜」
- 1 「会社を起〜して〇〇〇〇揚
- 「三ツのキー」
- 「ソノキ」

〈解き方〉  
2 重枠の5文字をつまみ並べると言葉がでます。  
それが答えです。  
ヒント お相伴にあずかつてひとくち

## あなたも挑戦してみませんか

- 16 中身がない。「〇〇元氣」「〇〇約束」
- 14 ♪「仰げば尊し…」の〇〇〇〇〇
- 13 講代大名で、近江彦根藩主
- 12 馬幹木
- 11 「好きな科目は〇〇工作よ」
- 8 小泉八雲の本名は〇〇〇〇〇〇〇〇
- 5 「〇〇〇〇は人のためならず」
- 4 程度。「〇〇が知れても」「〇〇を〜」
- 3 スチーブンソン著。ジム少年が主人公の海洋冒険小説
- 2 ギリシア神話で半人半漁姿の海神
- 1 雲雀と書く

ガ、それとも赤い風船に乗って…」

17 広告宣伝のため通行人に配つたりする

18 「懐かしい〇〇〇〇がそろつたね」

〈タテのキー〉

# 健くらパズル

懸賞付 No.151



解答/No.149 ポタンナベ (ぼたん鍋)

《応募方法》  
ハガキに、できた言葉と住所・氏名・年齢・電話番号をご記入ください。正解の方のうち、抽選で5名の方に図書カードをお送りします。

ハガキの余白に、紙面へのご意見、身の回りのできごと、短文などを書いてお寄せください。掲載させていただいた方には、編集委員会より記念品をお送りします。ご意見等掲載に際し匿名を希望される方はその旨をお書き添えください。

●宛先/8ページ下欄  
●切/4月末日必着  
●発表/本紙215号 (二〇一一年七月号)

《当選者発表》  
健くらパズルNo.149の正解は「ポタンナベ(牡丹鍋)」でした。応募総数45通すべて正解でした。抽選で次の5名の方々に図書カードをお送りします。

粉川美代子さん(和歌山市)  
小南 霞さん(和歌山市)  
中村 陽子さん(和歌山市)  
畠山 智子さん(紀の川市)  
吉森登喜子さん(和歌山市)

紙面に対するみなさまのご意見をお待ちしています。住所等変更があればご連絡下さい。

# 診療案内

## 和歌山生協病院附属診療所

受付 午前8:00～11:30 夜診4:30～7:00 診療開始時間 午前9:00～夜診5:00～

	午前				午後 内科 特診	夜診 内科
	新患	内科	外科	予約診		
月	診療	小西	三谷晃	坂口	田端	土生 三谷尚 喘息
火	小西	診療	畑	本田	上垣内	三谷晃 糖尿病
水	小西 木下	内田	畑	三谷晃	田端	村井 神経内科
木	小西	土生	畑	三谷尚	上垣内	心臓 土生
金	内田 小西	診療	村井	本田	田端	畑
土	交代診療					

## 生協こども診療所

受付 午前8:30～12:00 夜診4:00～7:00

午前診	午後診	夜診
交代診療 (木津・佐藤)		佐藤
佐藤	特診(佐藤) 予防接種	木津
木津	特診(木津) 予防接種	佐藤
木津	赤ちゃん外来 予防接種	
佐藤	予防接種	木津 特診(佐藤)
交代診療 土曜日のみ 受付は11:30迄	予防接種 火・水・金 木 火・金	いづれも午後 1:30 3:30 7:30

## 生協芦原診療所

受付 午前8:30～12:00 夜診4:30～7:00

午前	夜診
山本	
山本	
三谷尚	山本
山本	
山本	山本
山本 (交代診療)	

事業所の所在地・電話番号

- 時間外・深夜・休日の急患は、生協病院へご相談下さい。
- 往診等のご相談は各診療所まで

和歌山生協病院	和歌山市有本143-1	☎ (073)471-7711(代)
在宅介護支援センター和歌山生協病院		☎ (073)474-2711
訪問看護ステーション・レインボー		☎ (073)474-8737
ヘルパーステーション・協同		☎ (073)471-7728
和歌山生協病院附属診療所	和歌山市有本141-1	☎ (073)471-8171
生協こども診療所	和歌山市有本144-17	☎ (073)476-4455
〃	診療予約電話自動受付	☎ (073)471-0099
中之島診療所(休診中)	和歌山市中之島880-2	☎ (073)422-3476
中之島デイサービス		☎ (073)422-2003
中之島第2デイサービスいこら	和歌山市中之島867	☎ (073)422-3551
生協芦原診療所	和歌山市雄松町2丁目55	☎ (073)423-4349
訪問看護ステーション・生協みなみ		☎ (073)435-5661
河西診療所	和歌山市平井66-1	☎ (073)451-6177
おおみや診療所	岩出市宮50-1	☎ (0736)61-6151
総合介護支援センター デイサービスげんき	海南市沖野々394-3	☎ (073)487-3388

- 介護認定や介護サービスに関するご相談はもよりの事業所にお問い合わせ下さい

## 河西診療所

受付 午前8:30～12:00 夜診5:00～7:00

	午前	夜診
月	井戸	井戸
火	井戸 検査(第2・第4)	
水	井戸	坂口
木	内田	
金	井戸	井戸
土	井戸	

## おおみや診療所

受付 午前8:30～12:00 夜診4:30～7:00

	午前	夜診
月	奥村	奥村
火	奥村	
水	奥村	奥村
木	奥村	
金	奥村	診療
土	奥村	

## 中之島⇄附属診療所間送迎車時刻

中之島診療所前→附属診療所行き (行き)	附属診療所前→中之島診療所行き (かえり)
午前 8:40	午前 10:10
9:40	11:10
10:40	12:10

※現在、中之島診療所の診察は休止しています。(デイサービスはあこなっています)  
附属診療所間の送迎は上記時刻に対応しています。ご不便をおかけしますが、よろしくおねがいします。

## いま、和歌山中央医療生協は

- 組合員数----- 25,702人
  - 出資金--- 1,010,739,438円
  - 一世帯平均----- 39,325円  
出資額
- 2011年1月末日現在

和歌山中央医療生活協同組合  
☎ 073-474-5121 FAX 073-475-4288  
医療生協のホームページ  
<http://www.w-iryoseikyo.com/>

パズルの答え、ご意見・ご連絡は下記まで。  
(切り取ってはがきに貼っても結構です。)

(宛先)

〒640-8390  
和歌山市有本138-14  
和歌山中央医療生協

「健康とくらし」編集委員会

## 編集後記

柴田トヨさんの詩集を読んでいる。99歳の女性の人生が平易な言葉でユーモアと力強さをこめて語られている。自分の母や夫、一人息子、嫁、医師やヘルパーの医療人など、柴田さんの人生に関わった人たちへの思いが伝わり、時にホロリと。こんな詩には思わず「ヤリとする」「先生に」「私をおばあちゃんと呼ぶなで/今日は何曜日? 9+9はいくつ? /そんなバカな質問もしないでほしい/柴田さん 西条八十の詩は好きですか? 小泉内閣をどう思います? /こんな質問ならうれしいわ」私のお気に入りには『貯金』という詩だ。「私ね 人から褒めしさを貰ったら心に貯金をしておくの/さびしくなった時はそれを引き出して元気になる/あなたも今から積んでおきなさい/年金よりいいわ よううん、しっかり貯金しておこう」

(絢)