

小池あきら都知事の実現で 東京から新しい政治の流れを

代々木健康友の会幹事会 支持決議あげる

支持決議あげる

都知事選挙の大争点 小池あきら都知事の実現で、東京から新しい政治の流れを。小池あきら都知事の実現で、東京から新しい政治の流れを。

「何がぜいたくか」とい



「何がぜいたくか」とい

「何がぜいたくか」とい

友の会幹事会

友の会幹事会

友の会幹事会

草の根 九条の会

渋谷で 5周年 のつどい

渋谷で5周年のつどい

渋谷で5周年のつどい



友の会幹事会

友の会幹事会

友の会幹事会

友の会幹事会

友の会幹事会

要求を高くかけて

大きな世論に



「高齢者医療費無料

「高齢者医療費無料

「高齢者医療費無料

友の会幹事会

友の会幹事会

友の会幹事会

友の会幹事会

告知

新緑の

山梨・下部温泉へ

春の一泊バスハイク

友の会幹事会

友の会幹事会

友の会幹事会

友の会幹事会

演劇鑑賞の

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

友の会割引について

俳句教室 5選

雪と灰日本列島はさみうち

病あり枯木のごとくわが心

どっしりの犬と目を閉じ猫日向

おとろえを日なたぼっこでまぎらわし

亡き母の水仙白寿迎えけり

柴崎 俊子

竹内 節子

葛城 初枝

中山 イツ子

早川 範子

待合室

待合室

うすれる「地域性」

うすれる「地域性」



幹事 塩見艸重

あなたと親戚をなくす月刊誌
MIN-IREN
いつでも元気 3月号 380円
巻頭エッセイ／日本より生まれ故郷を 田中優子
元気スペシャル
友の会とともに歩む医師研修
地域で「医療懇話会」を開催して 北海道
特集1 「派遣村、のない年末
改善されない雇用、ボランティアがないだ命 伊勢田 亮
特集2 こころの健康危機打開を
食と健康 読者のハガキから 鉄欠乏性貧血
発行＝読者健康医療研究所 〒113-0034 東京都文京区湯島2-4-4 平和と発展センター8階 電話 03(5842)5656(代) FAX 03(5842)5657

小春日和のバスハイク

「もう一度お風呂に」

参加者37名で、心配 にもかかわらず参加していたお天気も穏やかな小春日和でよかった。高速道路は、行きが志賀高原方面のスキーズ、すばらしい温泉なのでした。見晴らしの帰りは事故の渋滞があり帰着が30分遅れと大展望浴場に大満足で、「お風呂にもう一度入りたい」の要



望も出るほどでした。

富岡製糸の建物も日本の近代化の道を開いた歴史的にも大きな役割を果たしてきたことを学ぶことができ、有意義な時間を過ごせたとの感想も多くありました。

日頃の疲れ

「東京スカイツリー」

浅草寺に初詣に行った際

吾妻橋附近から撮影

渋谷区 三浦 進



里の行程、そして何より楽しみである舌切り雀のお宿での食事と磯部温泉に短時間ではありましたが、ひたることも出来、癒された想いで

私は、「後期高齢者」の一人ですが、今後は疲れない行程の旅であればと願っております。大変お世話になりました。

新宿 斎藤淑子

幹事 井田ヨネ

参加された方からの感想

高齢になるにつれ友の会の旅ほど嬉しいものはありません。言うまでもなく、役員の方々のあたたかいご配慮の中で実行されるからだと思えます。今回の富岡製糸場、蠅梅の

地域・班だより

霞ヶ丘班会認知症とは

高齢者にとって一番なりたくない病気は認知症です。代々木病院の中西看護師さんのお話を聞きました。認知症は誰にでも起こりうる病気ではないけれどコントロールできる

ひよんなことから初参加させていただきまして。どんな旅でどこへ行くのかも分からないミステリーツアーのような感覚でバスに乗りましたが、スタッフの皆さんの親しみのあるご対応に、より楽しい旅になりました。和気あいあいとした雰囲気があったかかったです。総合で80点をつけたいと思います。

江戸川 野本

これから行事

歩こう会

3月の歩こう会は、池波正太郎さんの小説の舞台です。小説「仕掛人・藤枝梅安」で鍼医者を開業していた梅安さんの自宅から江戸の玄関口東海道品川宿までを歩きます。途中

エコで布遊び いっしょに楽しませんか

布あそび（手づくり小物）は毎月第4水曜日、午後2時から代々木病院東館地下会議室で教室を開いています。3月は23日水曜日、食



午後2時からです。布でつくるネックレスをつくりま

ト、5月はツールケースをつくる予定です。初めての方も大歓迎です。問い合わせは友の会事務所まで



生活の改善、運動など生活習慣の見直し、気持ちを理解し寄り添うことが大切である。公的サービスを利用しながら介護者が疲れないよう工夫をすることも大事。認知症も他の病気と同様に早期発見、早期治療が大事

た。班会に参加しての感想が寄せられました。「患者さんの思いを直接聞けて良かった

「高年齢者の方たちが認知症やその他の脳の疾患や加齢による変化にとても強い関心をもっていて、さらに、自分がどうなるか不安に思っていることが良

「お彼岸」です 考えてみませんか

会員募集中!

緑豊かに囲まれた友の会共同墓地。現在240名の会員になりました。

三回忌、七回忌と節目になるご家族もいらっしゃるのではないでしようか。毎年、春分の日と秋分の日のことを「お彼岸」といい、お墓詣りをして先祖の霊を供養したりします。



共同墓地の全景

「暑さ寒さも彼岸まで」という言葉もあるように、この時期が季節の変わり目になります。今年の寒波は異常でした。全国で被害も多くありました。墓地委員の息子さんは実家・山形に雪下ろしのボランティアに出かけているそうです。早く暖かい日差しがほしいですね。

秋の彼岸頃には、第8回目になる友の会共

お電話をくだされば資料をお送りいたします。留守番電話の時はメッセージをお願いいたします。

墓地委員会

更される場合は、友の会事務局までご連絡下

す。

俳句の会

▽3月2日(水) 東館地下会議室 午後2時

▽会費1000円です。

男の料理教室

▽3月19日(土)。午後6時から千駄ヶ谷

社会教育館

▽参加費1000円

住宅リフォー ム相談会

▽3月はお休みです。▽次回は4月20日(水) 10時~12時まで

電話でのご相談も承ります。友の会事務所までご連絡ください。●転居などで住所が変

すべての行事等の問い合わせ、申し込みなどは、友の会事務局までお願いします。

1階待合室の友の会事務所は平日は10時から4時まで、この時間以外は2階広報室でご用件をうけたまわります。土曜日、休日はお休みです。

直通番号 (5411) 9589
ファックス (3404) 3421