

友の会のページ

「お元気ですか」改題No.302
編集 代々木健康友の会
〒03(5411)9589
FAX 03(3404)3421

会費納入のご案内

会費納入は、郵便振替が便利です。
会費は年間1,000円です。
口座番号 00190-7-71019
加入者名 代々木健康友の会



3月9日に代々木病院

ふれあいコンサート

2階待合室で「友の会ふれあいコンサート」が開催されました。今回は会場設営のお手伝いをさせて頂きましたが、今回は出演者としての参加になりました。続いて大正琴の演奏がありました。コンサートは黒沢姉弟によるピアノ演奏で幕を開け、堂々とした演奏とお父さんも加わって披露した歌と体操で会場を沸かせていました。演奏の懐メロにも会場

多彩な出演者で大盛況

の反応は暖かく、拙い演奏にも関わらず皆さんが歌ってくれたのが嬉しかったです。コンサート最後には全員参加で合唱をしました。約40人の参加者の歌声と共にその日の「友の会ふれあいコンサート」は終了しました。今回初出演でしたが、普段こういう機会があまりないので良い経験ができました。 医事課職員 本間暁

東日本大震災・原発事故から2年



す全国連絡会の集



被災者と心ひとつに震災復興「原発ゼロ」へ、2年目の日、力を尽くさなければの思いを強くしました。

友の会は、代々木病院の職員のみならず日比谷公園で11時からおこなわれた原発をなくす全国連絡会の集

会をかわきりに、首都圏反原発連合の集会、デモ、首相官邸前での抗議行動など、終日、原発再稼動・新増設など原発を推進する安倍政権に、「原発いらない」「再稼動反対」の声を突きつけました。

被災者と心ひとつに、震災復興と「原発ゼロ」へ

東日本大震災から2

年。3月10日、日比谷公園、国会前は「原発ゼロ」を訴える人波であふれ

3・1ビギンデーに参加

3月1日、焼津市で行われたビギンデー集会に

もいられない気持ちとなりました。

を向けず、同じ過ちを繰り返す愚かさを再確認することができました。

薬害・公害・被爆など、これまで日本の国民をはじめ、世界中の罪なき人々が、これらの人権侵害を受けながら、人権の回復と未来への希望を求め闘ってきました。

待合室

子どもが生まれて早1年。初めての子どもだった

ので、生まれながらの子どもはミルクをあげるのも、おむつを替えるのも、お風呂に入れ

も子どものペースで健康に育ってくれば言うことはありません。原発や米軍基地問題、憲法改悪、消費税増税、社会保障の改悪、いじめ・教育の問題など、日本

子どもの未来を

が、今では普通にこなせるようになってきました。

早く、寝ているばかりだったのが、手足を動か

ですが、子どもの将来を考えるとそんなことは言

半年後には子どもを保育園に預けるようになり、免疫も切れたのか風邪や下痢など、体調崩すことが多くなり、月に何度も病院へ連れて行きます。子どもの名前です。で

増税・原発・改憲・TPP・米軍基地

安倍自公政権は、公約を投げ捨て、多数の力による暴走を始めました。特に、TPP交渉参加は許しがたい暴挙です。自民党の総選挙公約は「聖域なき関税撤廃を前提とするTPP交渉に反対する」「関税以外の5項目でも国益を守る」としていま

した。しかし、ことごとく踏みこむものではない。暴走はTPPにとどまりません。仰々しく宣伝している「アベノミクス」

「聖域なき関税撤廃を前提とするTPP交渉に反対する」「関税以外の5項目でも国益を守る」としていま

した。しかし、ことごとく踏みこむものではない。暴走はTPPにとどまりません。仰々しく宣伝している「アベノミクス」

房総の花摘みと
白浜温泉 戦跡赤山地下壕

85才の高齢者にとっ
て、楽しく嬉しい旅で
した。

1、2度訪れた事のあ
った地であっても、その
時々によって味わい方が
違い、嬉しい思い出とし
て人生の最後を飾ってい
ただけのような気がしま
す。ことさらに花畑は心
をいやしてくれます。地
下壕(松代)で聞いた話

渋谷区 高柳セツ子

以前から、友の会の皆
さんと書道の勉強がで
きたら、と願っていました。
た。幸い、事務局のサ
クル企画と出合うこと
になり、3月から実施の運

びとなりまして、初日
は9名の方が参加して
くださいました。

書道は、忙しい日々
の中で墨の香りを嗅ぎな
がら、真つ新紙に向かい

田谷区内の2ヶ所を開
いてきている書道サロ
ン」をめぐりました。

「墨の香(すみのか)」
の体験をもとに「友の会
サロン」として活かして
いたらと考えています。

をめぐらすこと、③お互
いの交流と親睦を大切
にすることです。これ
を中心

に据え「色紙書き」や
「書初め」、文化展への
参加や書道展覧会など、
その都度相談しながら進
めてゆきたいと思いま
す。

第一回の3月11日は、
文字の基本点画と言わ
れる「永字八法」を稽古
しました。

興味をお持ちの方、一
度見学にいらっしや
いませう。

2月28日、代々木診療
所を利用している患者
さんと地域の会員さん
を対象に15人の代々木
体操を行いました。

の方ばかりでしたが、
リズムに乗って、カッ
コよく、なんなくこな
していました。もたも
た見まねでやっていた
のは、スタッフ一同で
す。

代々木病院職員の本
田さんの指導でビデオ
を見ながら2回目とな
りました。

体操の後は、ホット
プレート2台を使って、
みんなの目の前で焼
きそばを作りながら食
べました。「こんな日
は外で食べたね」は皆
さんの感想でした。

書道サロンが
始まりました

始まりました

筆を入れてゆく行為
です。それはいつの時
と心のやすらぎをもた
してくれそうです。

書の勉強法はさまざま
ありますが、これまで
世

この会の特徴は、①毛
筆で実用書を初歩から
習うこと、②級段の資
格制度をとらないで、
テキスト(コピー)をも
とに個人に

世田谷区 内田満澄

お知らせ

ころばん体操

▽4月5日・12日・19日
・26日の毎週金曜日
▽10時30分～12時、日
本パティビル102号
(代々木病院のはす向
かいです)

▽参加費無料です。

墨の香 友の会
サロン(書道)

▽4月8日(月)午後1

ヨーガ教室

時30分
▽日本パティビル10
2号参加費3000円

▽4月1日・8日・15日
・22日の毎週月曜日
▽時間は午前10時～11
時30分

▽場所はふれあい会館
▽会費 月2100円
▽ただ今会員募集中

俳句の会

時より
▽4月3日(水)午後2
時より

▽代々木病院東館地下
会議室

▽会費 1000円で
す。

住宅リフォー
ム無料相談会

▽4月19日(金)午前10
～12時、代々木病院本
館二階待合室。

布遊び
(手づくり小物)

▽4月24日(水)午後2
時～4時まで

▽代々木病院東館地下
会議室です

▽参加費は500円です
(非会員は600円)

男の料理教室

二階待合室。

地域・
班だより

各地で「ころばん体操」と食する「班会開催」

神宮前の食事会

冷たい風の吹く2月20
日、外苑診療所と友の
会で久々の食事会を開
きました。メニューは炊
き込みご飯にすまし汁
と、菜の花のからし和
えでした。食卓を豪華
にしたのは、野村さん
自家製の漬物と木下さ
んの揚げたてのコロケ
でした。

代々木診療所で
「ころばん体操」

2月28日、代々木診
療所を利用している患
者さんと地域の会員さ
んを対象に15人の代
々木体操を行いました。

の所長の宮本先生の参
加でした。先生は参加
された地域のみなさん
とお話を楽しみました。
最後に中田看護師長
さんから「フロウイ
ル」についてお話があ
りました。食事会の部
屋はお日様とみなさん
のおしゃべりでほかほ
か。楽しいひと時でし
た。

陽だまりの温もりが感
じられる3月8日、代
々木ふれあい会館で代
々木1・2目の班会を開
きました。

代々木1・2班会
「ころばん体操」と
焼きそばパーティー
陽だまりの温もりが感
じられる3月8日、代
々木ふれあい会館で代
々木1・2目の班会を開
きました。

ころばん体操に参加
された方が2瓶看護
師長さんの勧めもあり、
友の会の「俳句の会」
に3月から仲間入り
です。

▽5月18日(土)午後6
時の予定です。千駄ヶ
谷 社会教育館

▽参加費1000円で
す。

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。
また、転居などで住所
が変更される場合は、
友の会事務局までご
連絡下さい。

1 階待合室の友の会
事務局は平日は10時
から4時まで、この
時間以外は2階広報
室で用件をつけたま
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

薬剤師募集中！
薬剤師さんをご紹介下さい。

株式会社外苑企画商事
本社事務室 ☎03-3402-2108

～どこの病院・診療所・医院の処方箋でもお受けいたします～
いつでもお気軽にご相談下さい。

- たくみ外苑薬局 東京都渋谷区千駄ヶ谷1-29-3日本パティビル
03-3497-5741
- 神宮前薬局 東京都渋谷区神宮前2-15-7大野ビル
03-3404-5990
- つくし薬局 東京都新宿区大久保2-7-12吉住ビル
03-5292-3952
- 在宅支援相談室新宿 (居宅介護支援事業所) 東京都新宿区大久保2-7-1大久保フジビル
03-5155-8420
- わかば薬局 千葉県流山市下花輪409-11
04-7159-8502
- ひばり薬局 千葉県野田市山崎1144-5
04-7122-6819
- ひいらぎ薬局 千葉県松戸市新松戸4-1
047-349-6801
- 江戸川台薬局 千葉県流山市江戸川台西2-141晴光ビル
04-7178-2851
- けやき天王台薬局 千葉県我孫子市柴崎台2-1-7向山第1ビル
04-7181-0006
- 三郷しいの木薬局 埼玉県三郷市田中新田146-23
048-950-6670