

社教館まつりでみなさんと交流

「げんき食堂」と健康チェック

2月11日、12日の両日、千駄ヶ谷社教館まつりが開かれました。社教館を利用しているグループが、いけばな、俳句、折り紙などを展示、合唱

友の会は、12日昼食を提供する模擬店を出店。



売場は行列！

友の会のページ

「お元気ですか」改題 No.349
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
2月1日現在会員数約4521人



くら健2月号の1面で、代々木病院がHPH（健康増進活動拠点病院）加盟病院として、地域まるごと健康づくりについて活動していることが掲載され、反響を呼んでいます。友の会も、いっしょに「ころばん体

みんなで「健康チャレンジ」を

「げんき食堂」のスタッフと男の料理教室参加者が牛丼、稲荷寿司、豚汁を作って販売しました。

9時から調理開始で15人のスタッフが慣れない調理場で右往左往「野菜はどう切るの?」「この味でどう?」「お稲荷さんが破けちゃう」と四苦八苦しなながら11時半開店に間に合わせ、食券販売には行列ができました。

途中、「ご飯が炊きあがらない。あと10分お待ちください」とアクシデントもありましたが、それぞれ150食を販売で

「げんき食堂」のスタッフと男の料理教室参加者が牛丼、稲荷寿司、豚汁を作って販売しました。

9時から調理開始で15人のスタッフが慣れない調理場で右往左往「野菜はどう切るの?」「この味でどう?」「お稲荷さんが破けちゃう」と四苦八苦しなながら11時半開店に間に合わせ、食券販売には行列ができました。

きました。

皆さんから「美味しかった」と声をかけられて、ホッとしたのが、率直な感想です。

町会や商店会の役員さんたちも食事に訪れ、交流しました。

精神科に受診している人たちが社会復帰に向けて就労支援をしている「みどり工房」もいっしょに出店、コーヒー、クッキーを販売しました。

11日の健康チェック（血圧、体脂肪、血管年齢、骨密度測定）は社教館まつりに参加した皆さんが受けに来て、日頃の自分の健康状態を知っていただけのようにと健診センター、広報室、友の会の6人に対応しまし



順番待ちができるほど盛況の健康チェック

待合室

新年になって2人の女史の発言や行動に驚いた。ひとりにはH

化した。この番組は彼女の会社が制作したものだ。沖縄問題の本を読み、多くはないが沖縄の基地反対運動に参加して

社長にたどり着いたようだ。もうひとりにはアパホテルを経営する元谷美生子社長。この社長はアパホ

に押しかけ何万人の中国人を惨殺した事件だ。この事件は参加した元日本兵の多くの証言があり、南京には事件の事実が多

驚きの発言に「怒」

きた私は強く立腹した。彼女は元国会議員の妻で彼女も各種選挙に立候補したがことごとく落選し、今の番組制作会社の

でもこの社長はこの事件を否定したい。この社長「日本会議」の会員であり司令塔のようなのだ。

年始めに不愉快に思ったことです。

幹事 大竹 明雄

今年も多彩です

友の会各部の計画

組織部

組織部は、年間600名の友の会員と50部の「いつでも元気」誌の拡大をめざし職員と協同して取り組みます。また、班会を基礎にして会員相互の交流や居場所作りを進めます。空白地域の班づくり、休眠班の活動を再開します。

友の会を担う担い手づくりにも取り組みます。

会長 布施 仁

保健文化部

友の会を担う担い手づくりにも取り組みます。

平和を守る運動では「ヒバクシャ署名」を中心に据えながら、6・9行動、部会前の宣伝行動に取り組んでいきます。

日本国憲法に真っ向から

幹事 中西 範子

友の会を担う担い手づくりにも取り組みます。

また、社教館祭り、鳩森神社の盆踊り大会、鳩森神社の例大祭、秋の町会対抗の運動会、年末の鳩森神社の餅つき大会にも積極的に取り組みます。

幹事 石井 正統

健康チェックは真夏、真冬以外4箇所毎月実施し、地域の健康づくりに貢献しています。日帰りバスハイイクは（のんびり出来、温泉あり、美味しい食事あり）の内容で計画中です。ふれあいコンサートは毎回、患者さんや職員、地域の方々が演奏し、内容も豊富で楽しい一時を過ごせると好評です。皆さんの参加をお待ちしております。

友の会を担う担い手づくりにも取り組みます。

また、社教館祭り、鳩森神社の盆踊り大会、鳩森神社の例大祭、秋の町会対抗の運動会、年末の鳩森神社の餅つき大会にも積極的に取り組みます。

幹事 石井 正統

健康チェックは真夏、真冬以外4箇所毎月実施し、地域の健康づくりに貢献しています。日帰りバスハイイクは（のんびり出来、温泉あり、美味しい食事あり）の内容で計画中です。ふれあいコンサートは毎回、患者さんや職員、地域の方々が演奏し、内容も豊富で楽しい一時を過ごせると好評です。皆さんの参加をお待ちしております。

友の会を担う担い手づくりにも取り組みます。

また、社教館祭り、鳩森神社の盆踊り大会、鳩森神社の例大祭、秋の町会対抗の運動会、年末の鳩森神社の餅つき大会にも積極的に取り組みます。

幹事 石井 正統

健康チェックは真夏、真冬以外4箇所毎月実施し、地域の健康づくりに貢献しています。日帰りバスハイイクは（のんびり出来、温泉あり、美味しい食事あり）の内容で計画中です。ふれあいコンサートは毎回、患者さんや職員、地域の方々が演奏し、内容も豊富で楽しい一時を過ごせると好評です。皆さんの参加をお待ちしております。

友の会を担う担い手づくりにも取り組みます。

また、社教館祭り、鳩森神社の盆踊り大会、鳩森神社の例大祭、秋の町会対抗の運動会、年末の鳩森神社の餅つき大会にも積極的に取り組みます。

幹事 石井 正統

健康チェックは真夏、真冬以外4箇所毎月実施し、地域の健康づくりに貢献しています。日帰りバスハイイクは（のんびり出来、温泉あり、美味しい食事あり）の内容で計画中です。ふれあいコンサートは毎回、患者さんや職員、地域の方々が演奏し、内容も豊富で楽しい一時を過ごせると好評です。皆さんの参加をお待ちしております。

友の会を担う担い手づくりにも取り組みます。

また、社教館祭り、鳩森神社の盆踊り大会、鳩森神社の例大祭、秋の町会対抗の運動会、年末の鳩森神社の餅つき大会にも積極的に取り組みます。

幹事 石井 正統

健康チェックは真夏、真冬以外4箇所毎月実施し、地域の健康づくりに貢献しています。日帰りバスハイイクは（のんびり出来、温泉あり、美味しい食事あり）の内容で計画中です。ふれあいコンサートは毎回、患者さんや職員、地域の方々が演奏し、内容も豊富で楽しい一時を過ごせると好評です。皆さんの参加をお待ちしております。

友の会を担う担い手づくりにも取り組みます。

また、社教館祭り、鳩森神社の盆踊り大会、鳩森神社の例大祭、秋の町会対抗の運動会、年末の鳩森神社の餅つき大会にも積極的に取り組みます。

幹事 石井 正統

健康チェックは真夏、真冬以外4箇所毎月実施し、地域の健康づくりに貢献しています。日帰りバスハイイクは（のんびり出来、温泉あり、美味しい食事あり）の内容で計画中です。ふれあいコンサートは毎回、患者さんや職員、地域の方々が演奏し、内容も豊富で楽しい一時を過ごせると好評です。皆さんの参加をお待ちしております。

友の会を担う担い手づくりにも取り組みます。

また、社教館祭り、鳩森神社の盆踊り大会、鳩森神社の例大祭、秋の町会対抗の運動会、年末の鳩森神社の餅つき大会にも積極的に取り組みます。

幹事 石井 正統

健康チェックは真夏、真冬以外4箇所毎月実施し、地域の健康づくりに貢献しています。日帰りバスハイイクは（のんびり出来、温泉あり、美味しい食事あり）の内容で計画中です。ふれあいコンサートは毎回、患者さんや職員、地域の方々が演奏し、内容も豊富で楽しい一時を過ごせると好評です。皆さんの参加をお待ちしております。

友の会を担う担い手づくりにも取り組みます。

また、社教館祭り、鳩森神社の盆踊り大会、鳩森神社の例大祭、秋の町会対抗の運動会、年末の鳩森神社の餅つき大会にも積極的に取り組みます。

幹事 石井 正統

健康チェックは真夏、真冬以外4箇所毎月実施し、地域の健康づくりに貢献しています。日帰りバスハイイクは（のんびり出来、温泉あり、美味しい食事あり）の内容で計画中です。ふれあいコンサートは毎回、患者さんや職員、地域の方々が演奏し、内容も豊富で楽しい一時を過ごせると好評です。皆さんの参加をお待ちしております。



まちかど健康チェック



総がかり行動

都政の焦点

豊洲への移転中止

署名活動の取り組みスタート

「豊洲移転中止署名をすすめる会」が発足しました。発起人は東京中央市場労働組合委員長の中澤誠さん、日本消費者連盟事務局長の瀬瀬美千世さん、土壌汚染が専門の東京農工大学名誉教授で

フェリス学院大学元学長の本間慎さんです。「東京都が築地市場の移転先としている豊洲新市場は、2017年1月に公表された地下水モニタリング最終調査で、環境基準の最大79倍もの有

害物質が新市場の広範囲にわたって検出されました。東京都は急ぎ、追加調査を行っています。すでに食の安全性は大きく損なわれてしまっています。市場は生鮮食料品を扱



2月18日、築地4丁目交差点で「豊洲市場移転中止署名スタート」大デモンストレーション。「築地を守ろう」「築地でいいじゃないか」の大合唱。

ら片道1,430円
▽持ち物 昼食、水、雨具、帽子、手袋、敷物
▽参加費 200円
※雨天の場合は中止。

つており、高い安全水準が求められます。『飲み水ではない』『健康被害は考えにくい』という説

明では、とても納得できません。『確かな安心を』『豊洲には移転させない』一わ

たしたちは、この思いを移転中止署名に託して、小池都知事に移転中止の決断を促していきたいと思っています。みなさまからのご賛同で協力を心から呼びかけます。(豊洲移転中止署名をすすめる会のホームページより)

友の会も思いはいいしよです。この署名に大いに取り組み、小池都知事に移転中止を迫りましょう。

①協議離婚は、離婚届に署名押印して役所に提出することで離婚する手続です。互いに離婚で合意できた場合には、この協議離婚で離婚します。

②審判離婚は、家庭裁判所による審判で離婚する手続ですが、異議申立てがなされると失効しますので、あまり実効性がなく、稀なケースといえます。

③協議離婚は、家庭裁判所による審判で離婚する手続ですが、異議申立てがなされると失効しますので、あまり実効性がなく、稀なケースといえます。

予告

早春の歩こう会

紺碧の奥多摩湖

早春の歩こう会は、紺碧の奥多摩湖です。小河内ダムの上を歩きます。

エメラルドグリーンの湖面に移る山々を湖畔から眺めます。
コースは、JR新宿駅↓奥多摩駅↓バスで奥多摩湖↓バスで奥多摩駅↓新宿です。歩行時間は、約2時間です。
▽日時 3月25日(土)
▽集合 JR新宿駅南口改札内に8時集合(時間厳守)
▽交通費 JR新宿駅か

ふれあいコンサートのご案内
多彩な出演者
お待ちたせです。コーラス・ハートビート、ピアノ・ハーモニカ・三味線
▽交通費 JR新宿駅か



前回のふれあいコンサート

▽3月18日(土)
▽午後2時〜3時30分
▽代々木病院本館2階待合室
歩きカメラ部
ブログ開設へ
カードも完成
ホームページで「代々木健康友の会 歩きカメラ」と検索してみてください。



カードもできました。(写真左) 楽しそうなデザインです。

③審判離婚は、家庭裁判所による審判で離婚する手続ですが、異議申立てがなされると失効しますので、あまり実効性がなく、稀なケースといえます。

④裁判離婚は、協議離婚が不成立になった場合、家庭裁判所に訴訟を提起し、④裁判離婚を求めることとなります。

お知らせ

ころばん体操

▽3月1日・8日・15日
▽3月29日の毎週水曜日
▽3月3日・10日・17日
▽24日・31日の毎週金曜日

書道サロン

▽3月6日・13日(月)
▽13時30分〜15時30分
▽日パビル102号

健康麻雀

▽3月8日・22日(水)
2時〜4時
▽日パビル102号

ヨーガ教室

▽3月6日・13日・27日

俳句の会

▽3月1日(水) 2時〜4時
▽千駄ヶ谷社教館(和室)です。

布遊び

▽3月17日(金) 午後2時〜4時まで
▽代々木病院東館地下会議室

歩きカメラ

▽3月は合評会です。水隔月で実施し、合間に合評会をおこないます。

住宅リフォー

▽3月はお休みです。次回は4月20日(木)です。

男の料理教室

▽3月25日(土) 午後6時〜

紙面なんでも 法律相談

①6 離婚の手続き

Q. 離婚したいのですが、どんな方法がありますか？

A. 離婚手続には①協議離婚②調停離婚③審判離婚④裁判離婚の4つがあります。

①協議離婚は、離婚届に署名押印して役所に提出することで離婚する手続です。互いに離婚で合意できた場合には、この協議離婚で離婚します。

②審判離婚は、家庭裁判所による審判で離婚する手続ですが、異議申立てがなされると失効しますので、あまり実効性がなく、稀なケースといえます。

③協議離婚は、家庭裁判所による審判で離婚する手続ですが、異議申立てがなされると失効しますので、あまり実効性がなく、稀なケースといえます。

④裁判離婚は、協議離婚が不成立になった場合、家庭裁判所に訴訟を提起し、④裁判離婚を求めることとなります。

③審判離婚は、家庭裁判所による審判で離婚する手続ですが、異議申立てがなされると失効しますので、あまり実効性がなく、稀なケースといえます。

④裁判離婚は、協議離婚が不成立になった場合、家庭裁判所に訴訟を提起し、④裁判離婚を求めることとなります。

③審判離婚は、家庭裁判所による審判で離婚する手続ですが、異議申立てがなされると失効しますので、あまり実効性がなく、稀なケースといえます。

楽しんでください

▽電話相談も承ります。
○会場の「日パビル102号」は、代々木病院はす向かい、たくみ外苑薬局となりの会議室です。

●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。

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局は平日は10時から4時まで、この時間以外には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



薬剤師募集!!

私たちの合言葉は「命は平等」
平和と人権を守る、民医連の薬局です

連絡先 (株)外苑企画商事 電話03(3402)2108

勝訴(離婚)するためには夫婦関係の破綻など離婚理由が存在すること、証拠が存することが必要です。親権は当然のこと、付帯請求として、財産分与・慰謝料・養育費も請求できます。ただし、訴訟上の和解などで解決するなど、判決で離婚に至るケースは全離婚事件の1%程度になっています。

離婚のことで悩まれている場合は、弁護士にご相談ください。

(弁護士・三浦佑哉) ご連絡は、代々木総合法律事務所 電話(3379)5211