

友の会のページ

「お元気ですか」改題 №355
編集 代々木健康友の会
FAX 03(3404)3421
TEL 03(5411)9589

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
8月1日現在会員数約4,425人

ひざ・腰痛の予防と対策 健康講座

▽9月30日(土) 午後2時から4時
▽代々木病院2階待合室

「膝が痛い」「腰が痛い」は「年のせい」とあきらめていませんか
痛みのメカニズムを学んで、予防と対策を

▽お話は 代々木病院整形外科医
正田修己先生

参加費無料です。
どなたでも参加できます。

代々木健康友の会第51回定期総会のご案内

日時：11月5日(日)午前10時開会(9時30分開場)
会場：全理連ビル9階会議室(JR代々木駅徒歩3分)

ぜひご参加ください。

議案は「くら健」10月号に掲載します。



外来看護師 高田絵里子

測定の前準備を待つ間も、普段で自身で体調に気を付けている話や質問、時には千駄ヶ谷の街並みの変化まで話してください。年一度でも、地域の方が健康に興味をもって、頂けることは、とてもいいことではないでしょうか。

鳩森八幡神社 お祭りで健康チェック

毎年恒例の夏祭りでの健康チェックは7月21日(金)と22日(土)に鳩森神社の境内で行い、2日間で100人の方が利用されました。地域の方々が気軽にきて下さる会場だと感じました。日中に病院前でも行うことがあります、やほ



原水爆禁止2017年世界大会in 長崎に参加して



渋谷からの代表团

8月7日長崎市民会館体育館で開会総会。国連事務次長の軍縮担当上級代表を務める中満泉さんが参加、原水禁運動の「草の根活動」にエール。田上長崎市長さんの世界大会歓迎のメッセージがありました。

8日フォーラム、特別集会、13分科会に参加。交流会等多岐にわたる関連行事と「映像のひろば」に参加。「永遠なる平和を」、「戦争のない未来を」、「ハンヒキヴィ・ワン」「不毛の地」の上映と討論がおこなわれました。

9日閉会総会。サプライズに国連のエレン・ホワイト議長のメッセージを紹介。「1945年8月に始まった核軍備撤廃に向けた長い道のりの中で、特別に素晴らしい年になりました。大いなる楽観主義をもって、国連はニューヨークの本部で去る7月7日核兵器禁止条約を採択しました…」の報告に会場沸く。11時2分原爆投下時間に黙祷。感動的な3日間でした。

幹事 塩見 謹二

広報カーと訪問で 熱中症に気をつけて！

曇りのむし暑い日だった7月25日に、代々木病院の職員の方々と代々木健康友の会で、熱中症対策の地域訪問活動をしました。職員の方が2名と友の会の私の3人でひと組になって訪問しました。代々木病院の近くの千駄ヶ谷地域をまわりましたが、留守宅も多かったですが、何軒かお話しをすることができました。私の母もそうですが、歳をとると暑くても暑さを感じません。「クーラーをつかっていますか?」「水分をこまめにとって」

幹事 立川 健一

私は、熱中症簡易計の担当だったので、器械の調子が悪く測れませんでした。暑かった取り組みでしたが、地域に根ざした活動をしているのだと実感しました。また、機会をみてやりたいと思いました。

7月25日の朝10時から熱中症予防の宣伝行動に参加しました。暑さはまだまだこれから続きます。ゆっくりと車が進む中、千駄ヶ谷駅、神宮前の路上では、いつも見慣れた街のはずなのに、何か懐かしく、路上に入ると久しぶりに来たという思いに心が高鳴りました。特に神宮前都営住宅の周りでは、「熱いと感じなくとも水分を採るようにしましょう」と

幹事 吉田ケエ子

待合室

去る6月13日。石橋勝さんがご逝去されました。訃報を聞いて駆けつけました。何時ものように眠っているようでした。何処に行っても寝つきの早さは、一番でした。子どもと一緒にスキーツアーや友の会の旅行等、色々な事を思い出している。石橋さんの子どもと私の子どもが

幹事・墓地理事 塩見謹二

友の会元会長 故 石橋勝さんを偲ぶ

の家をセンターにして一緒に生活し、それぞれ出勤しながら活動をした。お互いの子ども達5人は私の家で一緒に生活した。子どもが保育園児の時も一緒に生活した。子どもが保育園児の時も一緒に生活した。子どもが保育園児の時も一緒に生活した。

幹事・墓地理事 塩見謹二

頃は私達も若かった。2、3カ月前までは酸素瓶から酸素を吸いながら新聞も配達をしていたそうです。死因の病名は、間質性肺炎(肺線維症)だそうでした。自らも理事を務めた友の会の共同墓地に9月23日の合同慰霊祭の日に納骨されます。心よりご冥福をお祈り申し上げます。

代々木健康友の会の「元氣食堂」が紹介されています。ぜひお読みください。

あなたと民医連をつなぐ月刊誌

いつでも元氣

MIN-IREN

2017 9月号 380円 好評発売中

巻頭エッセイ/崔江以子さん (へいしーを歩かないかわさき市民ネットワーク)

特集 避難所を考える

「築地を守れ」の声、広げた
げんこう教室 健康診断で元氣な明日を
まちのチカラ 茨城県大洗町
食と健康 中性脂肪が高い方の食事

発行=駒倉健康研究所 〒113-0034 東京都文京区湯島2-4-4 平和と労働センター8階 電話 03(5842)5656(代表) FAX 03(5842)5657

戦争を語り継ぐ会

「父親は空気のような存在」

—戦没者遺児・上田さん—



今回は戦没者遺児として生きてきた上田美毎（うんだよしかつ）さん（写真・左上）にお話を伺いました。上田さんの父親は1941年、33歳で戦争に招集され、11日後に美毎さんが生まれました。父親とは会ったこともなく「空気のような存在」と感じていました。父親を思い出せるのは、写真、戦地から寄せられた検閲された手紙、遺品などしかありません。

また母親は、貧窮のどん底にあり、わずかに残された畑を耕し、夜は裁縫をし、家にあるものすべてを売り払って生活していました。青白い顔をし、腰はまがり、がりがりに痩せた母親を、美毎さんは涙をにじませながら語ってくれました。いまでも救急車のサイレンを聞くと空襲警報を思い出した胸がいたくなり、またビザは、当時小麦粉を平たくして焼いたものを思い出し食べる気がしないそうです。

父親の遺骨は放置され、国家はなんの保障もしてくれず、極貧のなかで生きてきた上田美毎さんと同様の方々は日本にそして世界にも数多くいるのでしょうか。

戦争には絶対反対し、二度と戦争が起こらないようみんな頑張ってください。

幹事 石井正統

紙面なんでも 法律相談

② 「キヤッチセールスで商品を購入したが、解約したい」

Q 私は、街で声をかけられアンケートに協力したところ、後日、電話で呼び出されて近くの喫茶店で化粧品を購入を勧められました。高いなと思いながらも「これを使えば10歳は若く見える」などと言われ断りきれずに購入しました。ですが、家に帰ってから、やはりいらなかったと思うので解約したいのですが、できますか？

A 営業所以外の場所などに誘い、売買契約などをさせる行為は、キヤッチセールスと呼ばれ、特定商取引に関する法律（「特商法」）2条1項1号の訪問販売の一種です。

特商法では、売買契約の書面が交付されてから8日以内であれば、理由を問わず書面で売買契約の撤回（クーリング・オフ）をすることができま

す。特商法9条1項、2項。日曜日に売買契約書を交わしたのであれば、次の日曜日までなら

クーリング・オフが出来ることとなります。

もっとも、8日を過ぎてももった場合でも、そもそも契約書が交付されていない場合や、交付されていても契約書面が特商法4条、5条の法定記載事項を満たしていない場合には、クーリング・オフができません。

本件の場合でも、契約後に家に帰ってからすぐに解約したいと思ったのですから、クーリング・オフにより解約できます。クーリング・オフを通知する場合は、記録が残るように内容証明郵便で通知するべきでしょう。

（弁護士 林 治）
ご相談はお気軽に代々木総合法律事務所まで
電話03（3379）5211

9月の歩こう会

東京湾唯一の自然島「猿島」

元々は旧陸・海軍の要塞として利用され一般人は立ち入りが禁止されていたところ。貴重な自然や歴史遺産が残っており、都会では味わえない無人島の魅力を楽しめます。

コースは京浜急行横須賀中央駅→三笠橋→猿島（渡船）→三笠橋→京浜急行横須賀中央駅です。猿島は階段が多く健脚向きです。歩行時間は約2時間です。

▽日時 9月16日（土）
▽集合 JR品川駅の京浜急行との乗り換え口
▽集合 JR品川駅の京浜急行との乗り換え口
※雨天中止です。

お知らせ

ヨーガ教室

▽9月4日・11日・25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

俳句の会

▽9月7日（木）2時～4時

▽千駄ヶ谷社教館

▽講師は飯田史郎先生（新俳人連盟会長）

▽参加費1000円

▽10月は5日（木）です

書道サロン

▽9月11日・25日（月）

▽午前9時30分～11時

▽東館地下会議室です

▽参加費一回300円

▽書道に必要な道具

布遊び

（手づくり小物）

▽9月15日（金）14時～16時

▽参加費500円（非会員600円）

▽千駄ヶ谷社教館

男の料理教室

▽9月16日（土）午後6時

▽千駄ヶ谷社教館

友の会共同墓地の会 第15回合同慰霊祭

今年で15回を迎える友の会共同墓地の慰霊祭。現在会員数308名、内112人の方の遺骨を納骨しています。

慰霊祭には毎年120名が参加、献花、納骨、遺族の方のご挨拶をいただいています。希望者にご案内

今年で15回を迎える友の会共同墓地の慰霊祭。現在会員数308名、内112人の方の遺骨を納骨しています。

慰霊祭には毎年120名が参加、献花、納骨、遺族の方のご挨拶をいただいています。希望者にご案内



昨年の慰霊祭

は本堂でのお経をあげることも可能です。

自然豊かな千葉・木更津市の山の中にある共同墓地の慰霊祭です。見学だけでも歓迎です。参加してみたいかがですか。

▽9月23日（土・祝日）

▽バスで参加される方は代々木病院午前8時集合です。

▽式典は千葉県・木更津市の真福寺で10時の予定です。

▽参加費1000円

健康麻雀

▽9月27日（水）2時15分～4時

▽一回になりました。

▽東館地下会議室です。

▽参加費一回200円

▽電話相談も承ります。

歩きカメラ

▽9月は合評会でお休みです。

▽千駄ヶ谷社教館

住宅リフォー ム相談会

▽9月はお休みです。

10月は20日（金）です

代々木病院2F待合室

10時～12時

※電話相談も承ります。

ころばん体操は休止しています。

会場が日パビルから変更になっています。ご注文

意ください。務所までご連絡下さい。

●転居などで住所が変更される場合は、友の会事務

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、友の会事務所でご連絡下さい。

1階待合室の友の会事務所は平日は10時から4時まで、この時間以外は広報室で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) 95809
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04(7157)0141