

在宅で医療・介護が受けられるよう 「総がかり」で支援

地域から代々木病院へ
の送迎活動を始めて2年
半になります。みなさん
年を重ねて、足腰が弱く
なったり、物忘れが出た
りと生活にも支障が出
るようになっていきます。
一人では通院できない方
は訪問診療に切り替え
り、ヘルパーさんが同乗

して利用されています。
送迎開始直後から利用
されている70歳代で目の
不自由なご主人と物忘れ
がある奥さんがおりま
す。ご夫婦で支え合っ
て生活していると感心す
るほどでした。これまで
介護につなげようと努力
してきたのですが、今年

になってご主人の激やせ
が心配になり「ご飯はち
ゃんと食べてる？」と声
をかけていました。公共
料金の支払いを忘れてラ
イフラインが止まること
もありました。

友の会だけでは対処で
きないので地域包括支援
センター、介護のふれあ
いサポートセンター、病
院の外来師長さんと連
携、協議して、「総がか
り」で在宅での生活支援
をしようかと相談しまし
た。地域包括支援センタ
ーの方から、家の中に入
った感想として、家の中
は食事後のカラヤベツト
ボトル、衣類などが散乱
していて、足の踏み場も
ないような状況だとお聞
きし、友の会は家族の立
合のもと家の片づけをす
ることにしました。

その後、病棟の担当
医、看護師、医療連携室
と包括支援センターの
方々とどうしたら在宅支
援できるかなどの相談を
おこなっています。
今後一人暮らしの高齢
者や老々世帯、認知症患
者の増大などにより、目
が離せない事態がすすむ
ことになるでしょう。

まさに、「無差別平等
の医療と福祉の実現」を
掲げる代々木病院・友の
会が、医療だけではな
く、生活の問題も共有し
てそれぞれの役割をしっ
かり果たしていくことが
求められていると痛感し
ています。

事務局長 伊香忠志



片付けボランティアご苦労様でした。(自宅前で)

地域と交流

商店街主催のサクラランボ狩り

千駄ヶ谷大通り商店会
主催の「さくらんぼ狩
り」に行ってきました。
群馬県の沼田にある農園
でのさくらんぼ食べ放
題。みなさん思いのほか
沢山食べられたようで
「食べ放題はさくらんぼ
が一番ね」という声にみ
なうなずいていました。

日ごろ、友の会として
地域の行事に参加するこ
とが多いので、見たこと
のある顔ばかりで、気軽
にみなさんとお話するこ
とができました。ラーメ
ン屋さん、不動産屋さ
ん、元本屋さんなど千駄
ヶ谷界隈にあるお店の皆
さんの顔と名前がピツタ

りした楽しい一日とな
りました。
理事長のご挨拶のなか
でも代々木病院はとも
頼りにされています。こ
れからも友の会、そして
病院も地域の方々とのつ
ながりをもっと深めてい
きたいですね。

幹事 石井正統



参加した布施会長。地
域のみなさんと楽しく
交流しました

友の会の ページ

「お元気ですか」改題№365
編集Ⅱ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
6月1日現在会員数約4284人

暑い夏到来です。昨年
の梅雨明けの発表は7月
19日でした。明けたとた
んに猛暑続きでした。
総務省のデ
ータでは、昨
年5月から9
月の全国の熱
中症による救
急搬送は5万人を超え、
年齢別にみると高齢者が
最も多く48.9%、発生
場所は住居が最も多い37

%と報告されています。
今年の梅雨の傾向は、
「雨量が多く・蒸し暑
い」のが特徴のようで
す。湿気が多く、ムシム
シする日が多く、梅雨の
晴れ間となるような日に
は、真夏日が続出した

り、場所によっては猛暑
となって厳しい暑さに見
舞われる日もありそうで
す。
「くら健」5月号に宮
本先生の「高齢者のかく
れ脱水に注意」という記
事が掲載されました。十

熱中症対策の季節

病院・友の会は広報力ー の運行、高齢者訪問を



分な水分の補給、クーラ
ーを使い室温を25℃26度
に心がけ、熱中症対策を
しっかりおこない暑さを
乗り切りましょう。

待合室

昨年5月に
長男を出産
し、産休育休
を経て職場復
帰しました。

本代表の試合の日は家で
ケンタッキーを食べなが
らユニフォームを着てみ
んな揃って応援します。
その日はやはり夜更か
しになってしまいかもし
れませんが、好きな
事も我慢せ
ず、楽しみながら、自分
らしく無理せず仕事と子
育ての両立の仕方を見つ
けていこうと思います。

健康センター 遠藤裕子

産後職場復帰

元々、介護支援専門員と
して働いてお
りました。復
職後は代々木
病院の健診センターの受
付に配属されました。慣
れない仕事の内容と、働
きながらの子育てで疲れ
がたまり体調を崩してし

はもしかしたら終わって
いるかもしれないが、
サッカー大好きな我が家
では、ずっと楽しみにし
てきたイベントです。日

健康センター 遠藤裕子

安倍9条改憲ノー！3000万署名 改憲発議中止までとりくみます

安倍9条改憲NO！全
国民アクションは、5
月7日、「安倍9条改憲
NO！憲法を生かす全国
統一署名」の第一次署名
提出集会を開きました。
1350万人超に達した
ことが報告され、全国
津々浦々で広げた成果だ
として、3000万人を
何としても集めて世論を
変えようと呼びかけてい
ます。

代々木病院と友の会の
が噴出しています。政治
にウソがまん延し、日本
の民主主義が危機に瀕し
ています。安倍政権に
は、改憲どころか、政権
を担当する資格がありま
せん。

友の会は、改憲発議を
阻止するまで、駅頭宣伝
や会員訪問を行います。
憲法9条を守るの署名
を広げましょう。

友の会幹事会

友の会共同墓地の会 第8回定期総会開催

一般社団法人代々木健
康友の会共同墓地の会の
第8回定期総会が5月20
日開催され、事業報告と
事業計画、決算と予算な
どが提案され討論をおこ
ないました。

「墓地がいっぱいにな
ったらどうなるのか。」
という質問がありまし
た。建立の際、墓碑は3
60名分、納骨堂は30
0柱分をつくりました。
その後、増設し、680

名分となりました。現在、
会員は308人、納骨堂
には138柱分が納骨さ
れております。いっばい
になるのには相当の歳月
がかかります。その時は
会員の総意で決まること
になります。

出席者、委任状など過
半数の参加を確認し全議
案を採択しました。

歩こう会

三度目の正直「猿島」へ

5月26日に7名が参加して歩こう会が行われました。横須賀市にある三笠橋から船で10分の東京湾に浮かぶ豊かな緑色の森におおわれた無人島猿島に行ってきました。かつては旧陸軍・海軍の要塞として使用されていました。一般人の立ち入りは禁止されていたためタブノキなどの自然林が残っています。現在は釣り、バーベキューと海水浴場としてにぎわっています。木立にはウグイスが鳴きガクアジサイが咲いていました。切通しには、レンガ造りの司令部跡や、弾薬庫や兵舎跡

新宿区 夏山かすみ



歴史探訪

牛込柳町から箱根山まで



今回は約50年前に鉛中毒が発生した大きな社会問題となった牛込柳町から旧大日本帝国陸軍戸山学校にあった箱根山まで歩きました。夏目漱石生誕の地、夏目坂から早稲田方面に下る、お寺の境内、早稲田大学などの敷地内に東京

ここにあり、今から30年前の新築工事の時、地中から多数の白骨が発見されました。細菌戦の研究のために731部隊が中国から運んできたホルマリ

青空健康チエックを再開

春の訪れとともに始まっている青空健康チエック。5月の第一勧業信用組合前の青空健康チエックをわずか1時間に8人の方々が受けられました。私は血圧が低いので、太りすぎだと判っているんだよ、体重が減って心配なの、いつもより血圧高いわ などと健康に対して日ごろから気にかけている様子が伺えました。



道行くサラリーマンの方たちや地域の方々に健康チエックを受けてみませんか、血圧測りませんか、血管年齢測ってみませんかと大きな声で呼びかけると、こちらの方を見て微笑みながら軽く会釈して通り過ぎる方、何

幹事 中西 範子

健康チエックは代々木病院玄関前で第2水曜日、鳩森神社の鳥居前が第3水曜日、第一勧業信用組合前で第4火曜日、時間は11時30分〜12時30分、代々木診療所前で第4水曜日の12時〜13時に実施しています。

紙面なんでも 法律相談

③ 上司のいじめがひどくてメンタルに

Q 職場の上司が、何かにつけて私に因縁をつけ、「馬鹿野郎」「辞めろ」と等と暴言を吐いてきます。毎朝会社に行くのが憂鬱で仕方ありません。パワハラではないでしょうか？

A パワハラについて直接の法律はありませんが、厚労省は「職場のパワハラ」の定義や典型例を示しています。発言では、パワハラについて「同じ職場で働く者に対して、職務上の地位や人間関係などの職場内の優位性を背景に、業務の適正な範囲を超えて、精神的・身体的苦痛を与える又は職場環境を悪化させる行為」と定義しており、職場内の力関係や業務

保する必要があります。また、パワハラのない良好な職場環境を実現するためには、会社と対等に交渉できる立場が保障されている労働組合のパックアップが不可欠で、その面からの検討も必要です。

以上のとおり、働く人にとって、パワハラにどう対抗していくかは決して容易な問題ではなく、早い段階で専門家にご相談いただき、作戦を練ったうえで対応していくのがよいと考えます。

(弁護士・酒井健雄)

ご連絡は代々木総合法律事務所 電話03(379)5211

お知らせ

こころばん体操

▽7月4日・11日・18日
・25日の毎週水曜日
▽時間 午後2時から午後3時30分
▽場所 代々木病院本館2階待合室。
▽参加費100円(毎回)

ヨーガ教室

▽7月2日・9日・23日

・30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

▽7月5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

書道サロン

▽7月2日・23日(月)
▽午後2時15分〜3時30分
▽東館地下会議室です
▽参加費1回毎300円
※書道に必要な道具

布遊び

▽7月20日(金)14時〜
▽参加費1000円

健康麻雀

▽7月25日(水)2時15分〜4時
▽東館地下会議室です。
▽参加費1回毎200円

男の料理教室

▽7月28日(土)午後6時

歩きカメラ

▽千駄ヶ谷社教館
▽参加費1000円
隔月で実施しています。7月は合評会になりますのでお休みです。

住宅リフォー

7月はお休みです。電話相談も承ります。

●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。

務所までご連絡下さい。

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所は平日は10時から4時ま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 株式会社企画商事 電話04(7157)0141