

新入職員、入職式 専門性を生かして成長を

4月1日に東京勤務者医療会と外苑企画商事などの関連団体の入職式が新入職員81名が参加して東葛病院で行われました。冒頭、下(しも)理事長から医療人としての力量を高めて安心して住み続けられるまちづくりのために各自の専門性を発揮してほしいという期待が述べられました。

私は、全国の共同組織は、現在371万人にな

代々木病院に入職されたみなさん
心からの歓迎とエールを送ります

4月4日、代々木病院に配属された職員のみなさんを対象に、代々木健



康友の会の紹介と入会の訴えをする機会がありました。

友の会は、楽しく健康づくりをモットーに職員、患者さんはもちろん、地域のみなさんと様々な共同で、安心できる街づくりをおこなっていることをお話ししました。

この日、9人の方が友の会に入会され、いつでも元気の購読はお二人でした。

成長していったほしいこと、居場所づくりや憲法9条を守る活動などの共同組織の活動内容を報告し、是非友の会に入会して一緒に地域で自分の専門性を活かしてその中で

友の会会長 布施 仁

友の会事務局長 伊香忠志



仲間増やしの待合室行動

代田先生が訴え

友の会の仲間増やしの取り組みを月一回待合室で行っています。待合室で診察をお待ちの患者さんに「友の会に入りませ

3月13日は代田先生がお話をされました。

「今日は友の会の拡大でお話をさせて頂きました。今、経済的にも生活が厳しいです。病院の経営も大変厳しいです。日本の国は医療にかけるお金が削られています。そんな中、他の病院は差額ベットを徴収し、診療以外の収入で運営しなければならぬ。いのち、健康は金次第の世の中で、



話をされた後お一人おひとりに入会の呼びかけをさせて頂きました。

待合室

2年前に出発直前に腹痛で断念したエベレスト・トレッキングへ70歳を目前に再挑戦してきました。

3月15日出発、約12時間後にカトマンズに着。成田で預けたスーツ



ケースがいくら探しても我々夫婦二人分が無く、深夜になりホテルへ。(スーツケースは乗り換えの香港で降ろされていたらしい) 次の日トレッキング用品がないまま何とかなるだろうとメンバ

(余計な出費でした) 出発してみると心配をよそに、初めて会った他のメンバーに何かと助けてもらいながら、楽しいトレッキングになりました。

「雪道を朝4時に出発してエベレストビューホテル(3880m)へ行きました。そこでは暖かい紅茶を飲みながら雲の合間に見えるエベレストを始め6000m級の山々に囲まれた素晴らしい景色でした。

ネパール・エベレスト 街道トレッキング

10人と飛行機でルクラへ(2850m)、ここからトレッキングの始まりです。そこで、標高4000mは氷点下になるので厚手のダウンとストック等買い揃えました。

も渡り沢山の牛やトレッカーとすれ違い山々の景色を眺めながら歩き、大きな町シエルパ族の故郷ナムチエ・バザールへ(3440m)に感激。ヘッドランプを付けて

た。1週間分の汗と汚れ落とし、服を着替えさっぱり、来年は70歳まだ大丈夫そうだと安心して旅でした。

中野区 中西 孝

銚子犬吠埼

春のバスハイク
間近です。
ぜひ申し込みを

くら健4月号でお知らせした春のバスハイク「国定公園・銚子犬吠埼」のご案内です。

5月18日(土)代々木病院7時50分出発し、最初の見学はヒゲタしょう

ゆ工場...しょうゆの種類やできるまでを聞き、展示されたフレスコ画や昔の道具・容器、広告などを見て購入もできます。



銚子駅から犬吠埼までは銚子電鉄で、レトロな車内と個性的な駅名愛称と駅舎が見所のひとつです。ぬれ煎餅も売っています。

昼食は犬吠埼温泉郷の露天風呂の宿・ホテルニユー大新で、この天然温泉は海のミネラル分を多く含み保湿効果があるといわれています。食後



は温泉入浴か、犬吠埼灯台までの散策をお楽しみください。

帰りの君浜では海産物の買い物(干物や魚を使ったカレーの缶詰など)ができます。

友の会日帰りバスハイク 申し込み書

友の会事務局にお持ちいただくFAX (03-3404-3421) にてお申し込み下さい

ふりがな		住所	〒
お名前	年齢 才	電話	
所属	友の会 会員 家族 一般		

歩こう会

大宮公園の桜を満喫

3月30日(土)の歩こう会は「大宮公園に花見に行こう」を計画しました。17人が参加しました。新宿から埼京線に乗り大宮で降りて、歩くこと20分、一番長いといわれている氷川参道を歩きまわりました。木々の新芽がちらほら、参道の両側には地元ならではの店が並んでいました。



大宮公園の桜はソメイヨシノが約1000本あり一斉に咲きほこった様子は見事なものでした。屋台が桜を囲むように無数に並び、焼きそばやお好み焼き、唐揚げの量の多さにびっくりしました。花冷えでしうかたので1時ごろ公園を出て帰路につきま

お知らせ

こころばん体操

▽5月8日・15日・22日・29日の毎週水曜日(1日はお休みです)
▽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

▽5月13日・20日・27日

俳句の会

の月曜日
▽時間 午前10時~11時30分
▽場所:ふれあい会館
▽会費月2100円
▽5月2日(木)
▽午後2時~4時まで
▽場所 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

歩きカメラ

鎌倉篇

今回は春爛漫の鎌倉へ。いったいどんな写真を撮ろうかといざ出発。鎌倉といってもとても広く、名所・旧跡もたくさんありますが。私たちの先生が選んだのは「ハイランド」!?



鎌倉駅からバスに乗り、「ハイランド」入口にある浄明寺と竹林で有名な報国寺で手始めにバス迷ってしまいま

歩きカメラ

小京都といわれる川越の町並み、水辺の景色など撮影したいですね。
▽6月1日(土)
▽集合場所 西武新宿駅改札口。集合時間9時
▽参加費 2000円
▽雨天の場合は中止です
参加希望者は友の会事務所まで

書道サロン

▽5月17日(金) 午後2時~4時

布遊び

(手づくり小物)

健康麻雀

▽5月22日(水)
▽時間 午後2時15分から4時まで
▽場所 東館地下会議室です。
▽参加費1回毎2000円

男の料理教室

▽5月25日(土) 午後6時~

社保セミナー

どうなっている地域医療(仮称)

▽講師 豊田恵太さん(代々木病院患者サポートセンター課長、ソーシャルワーカー)
▽5月11日(土) 2時よ

紙面なんでも

法律相談

④「ペットのトラブル2」

Q 中古マンションを購入しました。私は昔から猫を飼っており、今度のマンションでもぜひ飼いたいと思っていました。そこで、不動産業者に聞いたところ、管理規約でペットは禁止されてないと聞き、このマンションの購入を決めました。ところが、マンション購入後、ペット飼育禁止であることが分かりました。A ペットが飼えないことはなぜ分かったのですか。Q マンション入居後、管理組合からマンションの規約集をもらったところ、その規約集の中にペット飼育細則というものがあり、そこに書いてありました。A 不動産業者は、そのことを知らなかったのですか。Q マンション入居後、管理組合からマンションの規約集をもらったところ、その規約集の中にペット飼育細則というものがあり、そこに書いてありました。A 不動産業者は、そのことを知らなかったのですか。Q マンション入居後、管理組合からマンションの規約集をもらったところ、その規約集の中にペット飼育細則というものがあり、そこに書いてありました。A 不動産業者は、そのことを知らなかったのですか。

いつでも元気 MIN-HIREN 2019 5月号 380円 好評発売中
巻頭エッセイ/柴門琴音さん
けんこう教室 健康寿命を延ばすには
特集 子育て世代実情調査
ふるさとを返せ 福島
安心の種をまく
新連載 ピリ辛歳時記
発行=新保健康研究所 〒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

住宅リフォー △相談会
▽5月はお休みです。
▽場所 千駄ヶ谷社教館 6時から
▽参加費1000円
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までご連絡下さい。
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