

友の会のページ

「お元気で」改題No.380
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
10月1日現在会員数約3979人

健康講座のご案内 暮らしに役立つ リハビリテーション

□11月30日(土)

- 代々木病院2階待合室
- お話し 代々木病院リハビリテーション科長 小谷 博史医師
- 参加費無料です。お気軽にどうぞ



10月6日(日) 地域で毎年恒例の「千駄ヶ谷まつり」が鳩森小学校で開催され、渋谷区長をはじめ、多くの地域団体、地域住民が参加しました。開会式では小雨が降る中でしたが、鳩森小学校の鼓笛隊が元氣よく演奏を

千駄ヶ谷まつりで健康チェック

してスタートしました。

友の会は、校舎内の職員室の前で、血圧・脂質・骨密度・血管年齢の測定を行い、80人近くの方が「健康チェック」に訪れました。親子連れが30〜40代のお父さん、お母さんも多く、子どもが

見守る中(?)「健康チェック」をしました。骨密度測定は女性に喜ばれていました。血管年齢測定で高く出た父親へ、子どもから「ねえ、お父さん何歳だったの?」と突っ込まれ、うなるお父さんも。49歳女性は「昨年血

管年齢測定で20歳以上も高かった。この一年間食事を改善しました。今日は20歳以上も若く出た。とても嬉しい。今後も継続します」と話していました。楽しみながらの「健康チェック」で、健康予防に関心を持って



憲法 いのち

社会保障を守る

10・17国民大集会に参加

台風19号の被害が拡大するなか、命を守る国民集会が日比谷野外音楽堂で開かれました。雨が降り出すなか友の会からは7人が参加しました。

また共産党国会議員の

田村智子さんと倉林明子さんがかけつけ、台風被害にあわれた方々の支援に力を注いでおり、「保険証なしで受診できるように」、「窓口負担なしでも病院にかかれるように」と共産党として国に

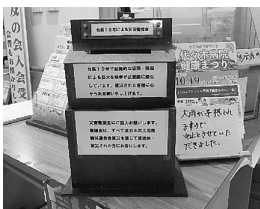
対して働きかけを行っているとお話しされました。

集会のあと銀座までデモ行進しました。

幹事 石井正統



台風19号による記録的な大雨、強風による甚大な被害が広範囲に及びました。災害にあわれた皆様に心からお見舞い申し上げます。被災者支援の募金活動に取り組んでいます。募金は全日本民医連を通じて自治体・被災者に届けられます。ぜひ、ご協力をお願いします。



病院友の会窓口にも募金箱を設置

第33回 日本高齢者大会 in 福島



「まちから村からの連絡会は日程を追加して、帯でとりぼっちの高齢者をなくそう」「みんなで築こう!憲法輝く原発ゼロの日本 長寿をともに喜びあえる社会」をテーマに、9月25日・26日磐梯熱海温泉で4100人が参加して開催されました。東京高齢期運動連

「まちから村からの連絡会は日程を追加して、帯でとりぼっちの高齢者をなくそう」「みんなで築こう!憲法輝く原発ゼロの日本 長寿をともに喜びあえる社会」をテーマに、9月25日・26日磐梯熱海温泉で4100人が参加して開催されました。東京高齢期運動連

幹事 塩見謹二

30数年、ほぼ毎年歯茎の痛みで近所の歯科医院に通って10カ月が経ち、19回通院しました。

待合室

最初は、これまでの歯科医院の10分、15分の治療から代々木歯科では30分、1時間の治療になり、歯の状態をしっかりと見ていただいた。最初は、「15分磨いて」に衝撃を受け、実際、何と15分は長い

「歯」向かうは、自身の不摂生

いた。何と大間違いを犯して、40年の喫煙から脱出し、この7月から禁煙、まだ若葉マーカーが試運転中である。血圧対策もあり、時間が許す限りウォー

キングもしている。最大の難関は「痛風」である。プリン体とのたたかいである。尿酸値を下げるため大好きなビールを控えている。遅まきながら「健康づくり」に励んでいる。

友の会の仲間増やし月間に取り組んでいます。まだ友の会にご入会いただいていない患者さん、地域のみなさん。ぜひ、ご入会を。各種検診など、友の会会員割引で実施しています。この機会に、健康チェックをしませんか。



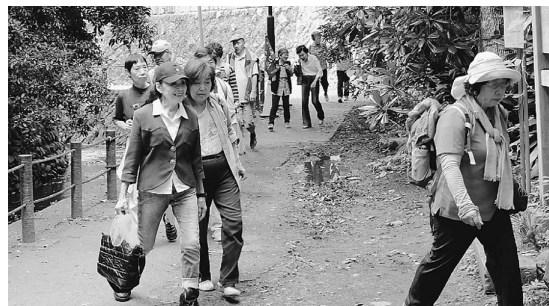
待合室で入会を訴える河邊院長(写真左)

歩こう会

小さい秋を感じた
等々力溪谷

9月16日、心配していた天気も好転、曇り空の中16人で等々力溪谷を目指し出発。「日頃の行いが良いから、心配してたのよ」と会話が弾むなか、溪谷へ。道路からちよっと下がった溪谷は気温が低く、木々が川を覆うように茂り、滝や苔や

た。その後浄真寺へ闍魔様にお賽銭を入れると大きな声で読経を発し、その内容に笑ったり感心しながら、広い境内をぐるりと一周九品仏を観たり御朱印をもらったりしました。大きな銀杏の木の下には銀杏の実がたくさん落ちていました。昼食は近くの公園のベンチで、おかずやお菓子の交換をし「美味しいね、何処で売ってるの」



あなたと民医連をつなぐ月報誌

いつでも元気

MIN-IREN

2019 11月号 380円 好評発売中

ひんこう教室 慢性のせき
台風被害の現場から 千葉
映画 誰がために憲法はある
介護福祉士のやりがい 福岡
始めよう健康吹き矢 東京
食と健康 減塩で防ぐ高血圧

発行＝南河内医療研究所 〒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

紙面なんでも

法律相談

④6 民事裁判の実際

Q 民事裁判ではどんなことをするのですか？

A 民事裁判では、テレビドラマのように法廷で激しく振舞うことは稀で、書類(書面)のやり取りを中心に、淡々と進みます。ある程度審理が進むと、裁判官の助言のもとに和解(話し合いによる解決)を検討することが一般的です。この段階での和解協議は、「もし判決になれば、こんな内容になりますよ」と裁判官がヒントを出すことが多いので、和解で裁判が終了することも多いです。

和解が成立しなければ、多くのケースでは法廷で証人尋問を行い、判決が出されます。判決に不服があれば控訴して争い(高等裁判所で第2ラウンド)、それでも不服があれば上告して争うこと(最高裁判所で最終ラウンド)になります。ところが、長い時間と費用をかけて民事裁判で勝訴しても、相手が支払わない場合は、別途、取り立て(強制執行)をしなければなりません。何もしないでも裁判所がサービスで取り立てしてくれるわけではないのです。

しかも、この強制執行は、こちら側から相手の財産を探し出さなければなりません。不動産であれば、登記を取れば所有者が分かりますが、預貯金は、どこの金融機関のどの支店に口座を持っているか、通常は分かりません(弁護士であれば、金融機関に口座の有無を照会することができます)。

そして、調査を尽くしても財産が見つからないければ(隠しているか、本当に財産がないか)、せっかく裁判で勝訴しても、「回収不能」となってしまうのです。

したがって、弁護士は、相談者に対して、勝訴の見込みだけでなく、回収可能性も含めて、裁判を起すべきかアドバイスすることになります。

弁護士 鳥飼 康二

ご相談は、代々木総合法律事務所 電話03(379)5211

友の会共同墓地の会

第17回合同慰霊祭



9月23日友の会共同墓地の会の合同慰霊祭がおこなわれ、これまでの最多の150名が参加しました。今回は13人の遺骨を納骨しました。遺族の方々から、故人の思い出などを語っていただきました。会員数は317

人、納骨は154人となっています。今回納骨された方で、元代々木病院で看護師長として働いていた小林美智子さんの息子さんに投稿していただきました。

末、2016年夏に他界して以降、毎週日曜夕方テレビ電話で会話をすることを習慣としており、「来週までお互い元気に過ごしましょう」と電話を切り、翌週に「数時間後に電話だな」と思っていた矢先に、脳出血で倒れたとの一報に触れた時はとても信じることができませんでした。父が2年半の闘病の病院に運ばれてから永

眠するまでの9日間、毎日夜や足をマッサージし母のぬくもりを感じたこと、驚くほど大勢に弔問いただいた葬儀で頂戴した母の言動に触れたり、青山の無名戦士の墓の合葬を通じ誇りを持って見送れたこと、1年間身近に遺骨を置けたことで、前向きに受け入れることができたように思います。

9月23日の合同慰霊祭で、時間を見つけては国内外の旅行に出掛けるなど仲の良かった父の隣に納骨でき一区切りとなりました。これからは母と父の思いに心を傾け、姿勢を模範に、関わる方々に誠実に生きて参ります。

仙台市 小林徹夫

お知らせ

ころばん体操

▽11月6日・13日・20日・27日(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 27日は健診センターです。

▽参加費100円(毎回)

ヨーガ教室

▽11月11日・18日・25日の毎週月曜日

俳句の会

▽時間 午前10時～11時30分
▽場所はふれあい会館
▽会費月2100円

▽11月7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

書道サロン

▽11月11日・25日の月曜日
▽時間 午後2時15分～3時30分
▽代々木病院東館地下会議室
▽参加費1回毎500円
▽水道に必要の道具をご持参ください。予備はありません。

布遊び

(手づくり小物)

▽11月15日(金) 午後2時～4時
▽参加費 300円

歩きカメラ

▽11月23日(土)
▽集合・新宿南口改札内9時集合
▽撮影場所 タヤけ小やけふれあいの里(八王子) 台風被害により、変更する場合があります。必ず事前申し込みを友の会へ。

健康麻雀

▽11月27日(水)
▽時間 午後2時15分から4時まで
▽場所 代々木病院東館地下会議室
▽参加費1回毎200円

男の料理教室

▽11月30日(土) 午後6時より
▽場所 千駄ヶ谷社教館6時から
▽参加費1000円

住宅リフォー
△相談会

11月はお休みです。次回は12月20日(金)の予定です。

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) 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04(7157)0141