

送迎活動、げんき食堂 5年目を迎えて

送迎、げんき食堂を始めて丸4年になりました。

送迎活動は神宮前、千駄ヶ谷地域の助け合い、支え合いの活動として定着しています。

送迎は月水金と第2火曜日の午前中実施しています。登録者は41人になります。

外苑診療所が閉鎖され、神宮前の医療と介護を守っていたことはじめられた送迎活動は、どんな通院困難でも中断することなく、通院を保証する活動となっています。一人ひとりの会員に直接あ

あうことで、日常の生活、介護の状況も把握できることで支援が必要の人には包括支援センターやふれあいサポートと連携して介護認定などのサポートをしています。困難な利用者さんは外来看護部の看護師さんで自宅を訪問し、患者さんの状況を知る機会を作っています。

送迎活動は通院の足であり、健康維持のための足となっています。

げんき食堂は神宮前地域の居場所づくりとして月2回、第一、第二火曜日の11時半から開いてお

り15人から18人が来店しています。

食事の内容は「おなか友の会副会長 清見温子

みんなで食べるので「美味しい」が倍増に優しい」をモットーにメニューを考え、冬は甘みのある根菜類を、春には芽吹きを楽しみながら、夏は食欲そそるものを、秋は食欲の秋を満喫する、そんなことを考えながら実現に近づけられよう頑張っています。なお、いっそう地域の人の支えられ、助けられながら続けら



る。予想以上の人数で驚きで、普段聞けない選手同士の裏話が続々と。監督のモノマネも披露してくれました。

待合室

昨年12月、都内某ホテルで行われたブル

トに参加しました。私は野球が大好きで、球場に足を運ぶだけでなく、オフシーズンの楽しみ

オフシーズンの楽しみ

3選手。トークセッションでは「〇〇選手は生憎だ」、「△△選手はアイドルオタク」、「□□選手は九九ができない」な選手とツーショット写

真。一緒に肩を組んだ写真を撮ってもらい、一生の思い出になりました。3月に開幕するプロ野球。今年もたくさん観戦して、またシーズン終わりに面白いお話を聞かせてもらいたいと思います。

一宮淳史

新年度 友の会の専門部活動のとりくみ

●組織部

今期の組織部は班会の開催に力を入れていきま

す。千駄ヶ谷、代々木、神宮前をはじめ、げんき食堂、各サークルでも開催し、担い手を増やしていきたいと思います。また新しい班づくりにもチャレンジしていきます。

かでも400人の仲間を増やし、50部の「いつでも元気」の読者増をめざしてがんばります。

●社保・平和・保健文化部会

社保・保健文化部は、安倍政権の改憲策動を許さないため「改憲発議に反対する全国緊急署名」に取り組みます。また長崎と広島に原爆が投下されて75年目を迎え原水禁大会など核廃絶に向けた活動をすすめます。医療では、75歳以上の医療費の窓口負担を2割にする改憲法案に反対します。そのため社保セミナーなど学習をすすめる、渋谷社保協など他団体と協力して取り組みます。

また、保健文化部会、安倍政権の改憲策動を許さないため「改憲発議に反対する全国緊急署名」に取り組みます。また長崎と広島に原爆が投下されて75年目を迎え原水禁大会など核廃絶に向けた活動をすすめます。医療では、75歳以上の医療費の窓口負担を2割にする改憲法案に反対します。そのため社保セミナーなど学習をすすめる、渋谷社保協など他団体と協力して取り組みます。

また、保健文化部会、安倍政権の改憲策動を許さないため「改憲発議に反対する全国緊急署名」に取り組みます。また長崎と広島に原爆が投下されて75年目を迎え原水禁大会など核廃絶に向けた活動をすすめます。医療では、75歳以上の医療費の窓口負担を2割にする改憲法案に反対します。そのため社保セミナーなど学習をすすめる、渋谷社保協など他団体と協力して取り組みます。

また、保健文化部会、安倍政権の改憲策動を許さないため「改憲発議に反対する全国緊急署名」に取り組みます。また長崎と広島に原爆が投下されて75年目を迎え原水禁大会など核廃絶に向けた活動をすすめます。医療では、75歳以上の医療費の窓口負担を2割にする改憲法案に反対します。そのため社保セミナーなど学習をすすめる、渋谷社保協など他団体と協力して取り組みます。

また、保健文化部会、安倍政権の改憲策動を許さないため「改憲発議に反対する全国緊急署名」に取り組みます。また長崎と広島に原爆が投下されて75年目を迎え原水禁大会など核廃絶に向けた活動をすすめます。医療では、75歳以上の医療費の窓口負担を2割にする改憲法案に反対します。そのため社保セミナーなど学習をすすめる、渋谷社保協など他団体と協力して取り組みます。

また、保健文化部会、安倍政権の改憲策動を許さないため「改憲発議に反対する全国緊急署名」に取り組みます。また長崎と広島に原爆が投下されて75年目を迎え原水禁大会など核廃絶に向けた活動をすすめます。医療では、75歳以上の医療費の窓口負担を2割にする改憲法案に反対します。そのため社保セミナーなど学習をすすめる、渋谷社保協など他団体と協力して取り組みます。

また、保健文化部会、安倍政権の改憲策動を許さないため「改憲発議に反対する全国緊急署名」に取り組みます。また長崎と広島に原爆が投下されて75年目を迎え原水禁大会など核廃絶に向けた活動をすすめます。医療では、75歳以上の医療費の窓口負担を2割にする改憲法案に反対します。そのため社保セミナーなど学習をすすめる、渋谷社保協など他団体と協力して取り組みます。

友の会 仲間増やし月間 ご協力ありがとうございました

昨年10月1日から12月まで、友の会は病院のみなさんと「友の会仲間増やし月間」に取り組みました。全体で106人、内友の会は独自に30人を増やしました。ご協力をお願いしたみなさん、新たにご入会いただいたみなさん、ありがとうございました。

させ、地域のみなさんに健康講座のご案内をしながら、「ごいっしょに健康づくり」しましょうと訴えました。友の会独自には、千駄ヶ谷まつりの健康チェックで入会をすすめたり、病院の退職者のみなさんへの訴えや共同墓地のご親族に入会案内を送るなど、新しい取り組みもおこないました。また、友の会の役員はサークル活動やこ

ん体操、ヨガ教室の参加者、知人、友人にも声をかけて拡大しました。友の会独自目標の50人には届きませんでした。今後、全体として年間目標400人の拡大に頑張る決意です。

友の会 常任幹事会



安全運行で送迎

友の会のページ

「お元気ですか」改題No.383
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4018人



班会のようす

また、保健文化部会、安倍政権の改憲策動を許さないため「改憲発議に反対する全国緊急署名」に取り組みます。また長崎と広島に原爆が投下されて75年目を迎え原水禁大会など核廃絶に向けた活動をすすめます。医療では、75歳以上の医療費の窓口負担を2割にする改憲法案に反対します。そのため社保セミナーなど学習をすすめる、渋谷社保協など他団体と協力して取り組みます。



鳩森神社の境内で健康チェック

また、保健文化部会、安倍政権の改憲策動を許さないため「改憲発議に反対する全国緊急署名」に取り組みます。また長崎と広島に原爆が投下されて75年目を迎え原水禁大会など核廃絶に向けた活動をすすめます。医療では、75歳以上の医療費の窓口負担を2割にする改憲法案に反対します。そのため社保セミナーなど学習をすすめる、渋谷社保協など他団体と協力して取り組みます。



待合室で入会の訴えをする河邊院長

あなたと民医連をつなぐ月刊誌

いつでも元気
MIN-IREN

2020 2月号 380円

好評発売中

けんこう教室 高血圧

韓国で若手職員が研修

医師会が健康格差に挑戦 栃木

大泉町で多文化共生 群馬

まちのチカラ 兵庫県福崎町

食と健康 和ハーブで体ぽかぽか

発行＝株式会社民医連 〒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



27年、成熟集団 ヨーガ教室班会

年2回行っている班会をしていただきました。

を12月9日に開きました。

伊香さんは朝日・東京

・赤旗・毎日新聞の記事

を見る会・消費税増税・医

療・災害など劣悪な安倍

政権によって何が起きて

いるのか、そのことが暮

らしにどう影響があるか

などについて、友の会事

務局長の伊香さんにお話

谷中・根津界隈で 久々の「歩きカメラ」



久しぶりの歩きカメラでしたが、やっぱり「食べ歩きカメラ」になった。なにしろ、雪交じりの谷中見物だったので、食べ物屋さんや喫茶店に心が引かれたのだ。寒さにくじけそうにな

くつも体に貼って完全武装の突撃隊だった。評判とおり谷中は面白い感度高めの街になってた。トルコ・ステンドグラスのお店が、自作体験できるので店内が満員で20人ぐらい作業してい

た。今や観光は体験型が流行っているんですね。そんなことを谷中、根津で勉強してきました。幹事 下光彩二

委員の発言でも「HPHとはなんぞや」の声が多く聞かれました。学習や研修、実践で認識を新たにし、日ごろの医療活動を通して、HPHについて考えることを確認しました。

※HPHとはヘルス・プロモーション・ホスピタル「健康増進活動拠点病院」のことです。患者の健康だけでなく、医療スタッフや地域住民に対しても保健衛生活動を行い、また組織を「健康的な組織」に変革しようとして

1988年に始まったもので、こうした理念をより広く浸透させていくための国際的なネットワークが築かれています。

④後遺障害認定のためには、診断書を医師に書いてもらいます。また、日常生活状況報告書という資料をつくり、事故前にはできていたこと(走ったり、家事をしたり、等)が事故後できなくなったと説明することもあります。

⑤の交渉で話がまとまらない場合には、調停(裁判所での話し合い)か訴訟(裁判所に判断を仰ぐ)という手続きに進みます。(弁護士・水谷陽子) ご相談は、代々木総合法律事務所 電話03(379)5211



代々木病院に HPH委員会立ち上げ

HPH(ヘルスプロモーション)委員会は12月27日天笠委員長、日向事務次長と井口副看護師長を始め、検査室、精神デ

の視点で活動を点検し、地域や会員と一緒に楽しく健康づくりを進めていきます。編集部

Q 散歩中に自動車にぶつけられる交通事故に遭い、怪我をしました。現在通院中ですが、今後どのように損害賠償を受け

③は完治だけでなく、症状固定(治療による症状の改善がもう望めないという状況)も含みます。症状が残っている場合には、後遺障害の認定を受けられる可能性があります。

④の結果、後遺障害の有無や等級が明らかになれば、⑤の交渉に移り、損害賠償の金額を話し合います。後遺障害の等級によって増額があり、後遺障害が認定されなくても、事故で生じた特別な苦痛などを主張することで、賠償の増額が実現することもあります。加害者の保険会社の提示額は不当に低いことがありますので、ぜひ弁護士に相談や依頼をしてください。

紙面なんでも

法律相談

④8 交通事故にあったら

費用負担で弁護士に依頼できます。

④の結果、後遺障害の有無や等級が明らかになれば、⑤の交渉に移り、損害賠償の金額を話し合います。後遺障害の等級によって増額があり、後遺障害が認定されなくても、事故で生じた特別な苦痛などを主張することで、賠償の増額が実現することもあります。加害者の保険会社の提示額は不当に低いことがありますので、ぜひ弁護士に相談や依頼をしてください。

お知らせ

ころばん体操

ころばん体操

▽2月5日・12日・19日

・26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

▽参加費100円(毎回)

▽2月3日・10日・17日

▽2月3日・10日・17日

▽2月3日・10日・17日

▽2月3日・10日・17日

▽2月3日・10日・17日

▽2月3日・10日・17日

▽2月3日・10日・17日

俳句の会

▽2月13日(木)

(第2木曜日に変更)

▽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

▽参加費1000円

▽参加費1000円

▽参加費1000円

▽参加費1000円

▽参加費1000円

歩きカメラ

▽2月21日(金)午後2時~4時

▽場所 千駄ヶ谷社教館

▽参加費500円(非会員600円)

▽参加費500円

▽参加費500円

▽参加費500円

▽参加費500円

▽参加費500円

▽参加費500円

健康麻雀

▽2月26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

▽参加費1回毎200円

▽参加費1回毎200円

▽参加費1回毎200円

▽参加費1回毎200円

▽参加費1回毎200円

住宅リフォー ム相談会

▽2月20日(木)

▽時間 午前10時~12時

▽場所 病院1階待合室

電話相談も承ります。

(電話は友の会まで)

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受け

たまわります。土曜日・休日はお休みです。

直通番号 (5411)9589



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