

友の会のページ

「お元気ですか」改題No.415
編集Ⅱ代々木健康友の会
☎03(5411)9589
FAX03(5786)2472

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
9月1日現在会員数約3,567人

代々木健康友の会第55回定期総会

10月23日(日)10時開会(9時30分開場)

全理連ビル9階会議室(JR代々木駅徒歩5分)

コロナ禍ですが、感染予防を万全にして、通常通りの総会を開催します。しかし、感染予防の観点から時間を短縮し、会場での飲食はしないで過ごします。広い会場ですので密にはなりません。

終了は午前12時を予定しています。昼食のご用意はありません。ご参加の方は、同封したアンケート用紙の下部に申込記入欄があり

ますので、ご記入の上、投函してください。総会議案は、4面に掲載してあります。ぜひ、ご意見をお寄せください。署名用紙も同封しております。ご協力ください。

また、友の会会員には特別割引の各種検診、友の会ドック券を同封しております。ドック券は一年間有効です。ご家族の方も利用できます。ぜひ、ご活用ください。

10月1日〜12月27日

仲間増やし「月間」です

ご協力ください

格差と貧困が広がり、深刻な物価高はくらしを直撃しています。ロシアによるウクライナ侵略から半年以上が経ちました。くらしと平和守れの大きな世論にしまし

友の会は、昨年に続いて、今回も「希望するみなさんにワクチンを届けよう」と取り組んでいます。ワクチン接種のお手伝いなど地域との結びつきも広がり、コロナ禍ですが地域の「健康づくり」に一層取り組んでいます。



病院正面玄関前で訴え

助け合いや支えあい、地域の健康づくりを進めるうえで、強く大きな友の会にするために、会員のみなさんのご協力をお願いします。

「早期発見」「早期治療」―日頃の身体の点検が大事です。検診を友の会会員の特典割引料金で実施します。友の会に未加入の方は、会員になることで特典が受けられます。友の会ドックも好評です。ぜひ、ご利用ください。

「健診月間」でさらに健康づくりを友の会会員の特別割引です。ご利用ください。

「友の会に入りませんか」と声をかけてください。また、ご紹介もお願います。友の会にまだ

加入されていない患者さん、ぜひ、この機会に入会をお願いします。友の会 常任幹事会

「検診料金表」(税込)

検査項目	友の会料金	一般料金
乳がん検診(マンモと乳房エコー)	3,000円	4,950円
乳がん検診と子宮がん検診	7,000円	9,350円
前立腺がん検診(PSA検査)	1,200円	3,300円
大腸がん検診(便潜血2日法)	500円	2,200円
外来人間ドック	26,250円	38,500円

紙面なんでも

法律相談

⑥7 遺言書と遺留分

Q 私の母がなくなりました。母には、東京都内に自宅の土地建物、1000万円くらいの預金がありました。父は先に死亡しており、母には、私と兄の二人の子供がいます。母の死亡後、財産を整理していたところ、母が自分で書いた遺言書が出てきました。その遺言書には、「兄に母の全財産を相続させる」とだけ書いてあります。そこで、兄と相談したところ、兄は「俺に全財産を相続させるといのは母の意思だから、お前には一円も上げられない」といっています。私には、相続権は全くないのでしょうか。

A この場合、お母さまの相続人は、あなたとお兄さんの二人になりますね。お母さまの遺言書がなければ、お母さまの財産は、法律の定めに従って(民法第900条)、お兄さんとあなたとが2分の1ずつ相続します。

しかし、被相続人(この場合はお母さま)の遺言書があると、法律の定めではなく、その遺言書の内容に従って相続が行われることになります。従って、この場合、お兄さんに全財産を相続させるとい内容ですので、遺言書にそのまま従えば全財産はお兄さんが取得することになります。

しかし、それでもあなたの権利が全くなくなるわけではありません。民法には、遺留分という定めがあります。これは、一定の相続人には、相続に際し、遺言書でも奪えない最低限の権利があるという制度です。あなたの場合、お母さまの財産

に対し、法律で定められた本来の相続分2分の1のさらに半分、4分の1の権利は遺留分として確保されることになります(民法第1046条)。

ただし、注意すべきことがあります。遺留分の権利は、お母さまの死亡を知った時から1年以内に行使しないとその権利が消滅してしまうということです(民法第1048条)。従って、お母さまがお亡くなりになった1年以内に、お兄様に対して、遺留分を行使する必要があると。

旧東海道品川花街道散歩

歩きカメラ

9月10日、6人の参加で京急鰺洲駅に集合、まず目の前の八幡神社へ。本殿の前に三対の狛犬が鎮座しています。金ぴかのお神輿。広い池には大きな錦鯉。旧東海道に出ると青果店にシャインマスカットが1パック千円も

カッターが1パック千円も少ない。安い、欲しい。品川花街道は地域のみなさんが手入れをして、四季の花を咲かせています。

公園近くには鈴ヶ森刑場跡。ここは江戸時代に重罪人を、実際に処刑した場所。磔、火炙りなど

の跡を示す、礎石が残っています。どうしても気になるのが、シャインマスカット。旧東海道を歩かないで、電車で二駅鰺洲まで戻って、あの青果店で遂にゲット。

品川区 馬島潤一

お知らせ

こころばん体操・青空ストレッチ

- ▽10月12日(水)、26日(水) 午後2時〜3時
- ▽場所 鳩森神社の境内
- ▽参加費 1000円
- ▽健康運動指導士の亀田

歩きカメラ

由紀子さんの指導のもとでおこないます。

- 狭山丘陵 八国山緑地周辺で一枚
- ▽10月8日(土)
- ▽集合場所 西武新宿駅
- ▽集合時間 9時
- ※現地に近い方は西武園

ヨーガ教室

- ▽10月3日・17日・24日・31日の月曜日
- ▽時間 午前10〜11時30分
- ▽場所 ふれあい会館(JR代々木駅から徒歩

俳句の会

- ▽10月6日(木) 午後2時〜4時
- ▽場所 千駄ヶ谷社会教育館
- ▽講師は飯田史郎先生(新俳人連盟会長)
- ▽参加費 1000円

布遊び

(手づくり小物)

- ▽10月21日(金) 午後2時〜4時
- ▽千駄ヶ谷社会教育館
- ▽参加費 500円

歩こう会

- 都電のバラを観る会
- ▽10月30日(日)

代々木総合法律事務所 弁護士 生駒 巖

▽9時JR大塚駅改札外
▽参加費 2000円。
※雨天中止です。
※参加ご希望の方は友の会にご連絡ください。電話(5411)9589

代々木健康友の会 第55回定期総会方針案

私たちがめぐる情勢

今、戦争か平和か、新自由主義の継続かいのちと暮らしを守る社会かの大きな転換点にあります。格差と貧困が広がり、深刻な物価高はくらしを直撃しています。

ロシアによるウクライナ侵略から半年以上が経ちました。ロシアの蛮行は、ウクライナの主権を大規模に侵害した国連憲章違反の暴挙です。ロシアは侵略をやめよ、国際法を守れ、核兵器の脅しは許さない―この声を上げていきましょう。

ロシアのウクライナ侵略を機に、軍拡、改憲の危険な動きが加速しています。岸田首相は、参院選後「できる限り早く(憲法改定の)発議を」と宣言しました。さらに、軍事費を5年以内に増額する大軍拡の動きが強っています。5兆円規模で、この財源はというと、消費税増税や社会保障削減にあることは明らかです。平和を壊し、暮らしを押しつぶす大軍拡の道を断固として止めなければなりません。

核兵器のない世界を求めて、相次いで国際会議が開かれました。核兵器禁止条約が世界の圧倒的多数の国々で支持され、批准国が増えているなかで、唯一の戦争被爆国である日本が核兵器禁止条約へ参加し、核廃絶の先頭に立つべきです。

新型コロナウイルスの新規感染者が爆発的に拡大、「第七波」では医療が逼迫、中等症や軽症で自宅待機を強いられ、適切な医療を受けられずに命を落とす人が続出しました。

代々木病院は、コロナ陽性患者、発熱外来の受け入れに奔走し、「ワクチン難民をつくらない」の方針で接種体制とワクチンの確保に全力をあげています。

コロナ危機のもとでも病床削減や病院統合をすすめる政府に対する批判が高まりました。その中で、小池都知事は14の都立・公社病院の独立行政法人化を強行しました。都立・公社病院は最大時で2210床のコロナ病床を確保し、障害者、透析患者、妊婦などの入院先が困難な患者を積極的に受け入れてきました。これらの医療を後退させず、充実させるとともに、独法化された病院を直営に戻すことを求めています。

東京五輪の舞台裏で贈収賄が表面化

し、招致の際の不透明な金の動きも問題となっており徹底説明すべきです。

安倍元首相の銃撃事件を機に、旧統一教会がクローズアップされています。旧統一教会は、高額な献金や違法な勧誘などの反社会的活動をおこなっています。その団体と自民党とはズブズブの関係で国政を揺るがす大問題となっています。徹底究明されると同時に、責任を明確にし、関係を本気で断ち切ることが求められています。故安倍元首相の「国葬」について「法の下

の平等」に反すると批判が大きく広がりしました。前回の総会直後に総選挙、今年は参議院選挙がおこなわれました。総選挙では市民と野党の共闘で候補者を一本化したところでは62の小選挙区で勝利しましたが、全体では、自民党が議席を増やす結果でした。参院選では、市民と野党の共闘が成功しませんでした。が、「本気の共闘」で希望ある政治への転換を求めています。

沖縄県知事選挙で、「オール沖縄」の玉城デニー候補が圧倒的勝利を勝ち取りました。「辺野古に新基地ノー」「普天間基地は即時閉鎖・撤去を」のゆるがない沖縄県民の勝利です。引き続き、基地のない平和で豊かな沖縄をつくるためにたたかきましょう。

杉並区では市民と野党の共闘で23区初の女性区長が誕生しました。来春には統一地方選挙がおこなわれます。「共闘」を成功させ、平和とくらしを守る地方政治の実現に力をつくします。

一年間の活動のまとめ

今年度も新型コロナウイルスに左右され、一定の自粛のなかで活動せざるを得ませんでした。その中でも、ワクチン接種の予約や送迎、平和と社会保障を守る活動、屋外を中止とした健康づくり、「お元気ですかコール」など、制限のあるなかでも取り組んできました。

情勢との関係では、ロシアによるウクライナ侵略に対し「ただちにロシアはウクライナから撤退を」と街頭でのスタンディングをおこないました。

また、大軍拡と改憲ノー、核兵器廃絶を求めるなど平和とくらし守れの宣伝、署名行動を、病院と労働組合、友の会の「三者共闘」で積極的に取り組みました。

昨年について、今回も「希望するみなさんにワクチンを届けよう」と取り組みました。前回、友の会で予約をお手伝いしたみなさんに案内はがきを送付、電話でも「3回目をどうしますか」とご連絡し、3回目と4回目のワクチン予約は337人、会場への送迎は28人でした。

地域まるごと健康づくりの活動では、「ころばん体操」を鳩森神社の境内で月2回実施、参加者から「みんなできると熱気が違う」と感想が寄せられています。

病院への送迎活動は、実施日数80回、延べ120人でした。施設入所や訪問診療に切り替わったり、入院などで実働は減少傾向にあります。

歩きカメラ、歩こう会など比較的感受性を心配しない屋外の取り組みを重視し、開催回数を拡大して取り組みました。サークル活動では、ヨガ教室は下田先生の録音テープで継続し、新しい参加者も増えています。俳句の会、布あそびもコロナ感染予防をしてつづけています。

友の会の「仲間増やし月間」は目標の100人に届きませんでした。前年を超え、67人、いつでも元気11部を拡大しました。文関前の宣伝、地域の患者さんを訪問、「いかがお過ごしですか」と電話をかけ、手紙で加入のお誘いなど頑張りました。ワクチン接種予約でのお手伝いでの感謝から加入もありました。組織部会前にも、門前宣伝で入会を訴え、電話でも声かけをしています。

「くらし健」正月号の鳩森神社・神職さんと友の会会長の対談は、活動の広がりを感じたなど評価されています。

鳩森神社を中心に計画されていたもちつき、社教館祭り、例大祭での神輿は中止となり、盆踊りは人数制限をしての実施でした。今後、コロナを心配せず、地域のみなさんと交流、親睦を深められることを望みます。

共同墓地の会では着実に新入会員が増えていきます。9月23日の第20回目の記念すべき合同慰霊祭には100人が集い、登録会員355名、納骨は182名となっています。

今後の友の会活動

新型コロナウイルスによる繰り返しの「波」にもかかわらず、政府の無策ぶりが露呈、医療ひっ迫など深刻な被害と不安が広がっています。

成り行き任せの対応から、これまでのコロナ対策の教訓を生かし、検査、医療、保健所、ワクチンなどの対応を抜本的に改善することを求めます。

ロシアのウクライナ侵略の最大の教訓は、軍事同盟抑止力の強化では戦争を防げず、引き金となったことで、戦争を避けるための対話による外交こそが平和を守る力です。

平和を壊し、暮らしを押しつぶす大軍拡の道を断固として止めようではありませんか。

かつてない憲法の危機という認識の

も、平和憲法を守りぬくこと、地域の健康をまもるために医療、介護、福祉などのちを守る自治体づくりに取り組みます。

コロナ禍でも、感染予防を徹底して屋外での「ころばん体操」「歩こう会」「歩きカメラ」を実施します。日帰り旅行などができないなか、隔月には足を伸ばして郊外の自然を満喫できる企画も検討します。「ころばん体操」は脳トレや替え歌なども取り入れた魅力ある内容を広げます。

引き続き、ワクチン予約でお困りの方、何でもコールセンターの活動を継続し、コロナ禍でも地域の健康づくり、会員さんの「困った」にこたえる活動を強めます。

コロナで中断している「医療懇談会」、青空健康チェックなど「地域の健康づくり」、班会、おしゃべり会など屋外の公園などでの実施も検討します。また、熱中症対策での地域訪問、鳩森神社、商店会を中心とした地域のイベントが再開できるよう祈願しています。

物価高騰などくらしを直撃するなか、10月から75歳以上の医療費が2倍化されます。地域の社保協などと協力し、暮らし守れ、消費税を5%に、年金削減やめよの運動を強めます。

世界的に地球温暖化で、日本でも異常な高温と水害が発生し、深刻な被害が出ています。気候危機の打開はいよいよ待ったなしの緊急課題です。いまこそ、思い切った省エネ、再生可能エネルギーが求められています。

岸田首相は、原発再稼働と新原発増設を明言しました。原発事故の重大さ、被災者の苦しみを目を向けない、許しがたい態度で認められません。原発再稼働を強行するくわだてに對して、地域の諸団体と共同を強め阻止するたたかいをすすめます。



「ロシアは侵略やめよ」千駄ヶ谷駅でスタンディング



鳩森神社で「ころばん体操」



歩こう会 昭和記念公園へ