

憲法集会

戦争準備ではなく、平和の準備を

「改憲・大軍拡NO」を訴える

平和憲法施行から76年、戦争と平和をめぐる戦後最大の岐路の中、「新たな戦前にさせない」守ろう 平和といのちとくらし 2023憲法大集会」が有明防災公



有明防災公園に2万5千人集まる

田健氏が「岸田政権は敵基地攻撃能力の保有を明記した安保3文書を閣議決定するなど戦争の準備をしているが、やるべきは平和の準備、任期中に改憲すると言っているが、絶対に止めないといけない」とアピールしました。

市民3氏によるメインスピーチでは室蘭工業大学の清末愛砂教授(憲法学)が、敵基地攻撃能力を盛り込んだ安保関連3文書について「憲法を無視し、解釈改憲で大軍拡の道を開いた。『新たな戦前』を避けるため、つなかりの輪を広げよう」



ころばんサークル見学・体験を通して

体験を通して



新宿御苑にて

代々木健康友の会の地域活動に職員として参加をさせていただきまし

今回は新宿御苑にて体験・散策を行いました。会員の方たちはとても気さくで、初参加の私に御苑内の日本庭園についてお話してくれるなど、景

ご存じですか「レスパイト入院」

レスパイトとは、「一時休止」「一時預かり」「休息」「息抜き」という

意味です。一時的に在宅での介護が困難になったとき、病院に患者さんを入院させることができる、介護家族支援短期入院をレスパイト入院とい

います。つまり、ご自宅で療養中の患者さんが一時的に入院することによって、介護している家族の休息や医療の対応、冠婚葬祭の出席などができる

仕組みになっています。代々木病院の地域包括ケア病棟では、このレスパイト入院の受け入れをおこなっています。具体的な入院について、ご相談されてはいかがでしょうか。

ご相談は、代々木病院患者サポートセンター
電話 (5411) 95833まで

待合室



4月22日16時から神宮外苑絵画館前広場にて再開発による樹木伐

採反対デモがありました。3月28日に亡くなった坂本龍一さんの遺志を受け継ぐアーティストたちが次々と演奏や訴えをつないで20時まで続きました。

命のことは

した。夕方から夜になり冷え込んできたにもかかわらず、私が到着した19時にもまだ多くの人々が地面に座り、その周りを囲んで立っている人も皆感動し、坂本さんの思い

が伝わったのだと感じて、彼は偉大な音楽家だったのだと再認識しました。彼の最後の言葉「樹々は差別なく万人に恩恵をもたらすが開発は一部の既得権者と富裕層にだけ恩恵をもたらす。百年かけて守り続けてきた樹々を犠牲にすべきではない。」何とか森の破壊を食い止めたかと思いを強くしました。

幹事 中垣 るい

選挙結果に思う

危険な補完勢力が受け皿か 国民を無視した政治にNO!

東京の統一地方選挙・後半戦(4月23日投票)がおこなわれた。結果は、自民党が30議席減、公明党が11議席減、日本維新の会が53議席増、都民ファーストが20議席増、立憲民主党と国民民主党、社民党の合計が6議席増、共産党が19議席減などでした。

統一地方選挙の結果は、日本維新の会が自民党への批判票の受け皿となったと評するマスコミも多いのですが、大阪では公立病院の廃止・縮小やカシノ誘致、さらに大問題なのは「核には核を」と「核武装」まで主張する日本維新の会です。

「身を切る改革」「古い政治を壊す、新しい政治をつくる」と一見

いま、国会では「悪法オンパレード」ともいえる状況で、岸田政権と自民・公明・維新・国民の「悪政4党連

5月3日、朝日新聞社がおこなった世論調査で、

友の会事務局長 伊香忠志

国民のいのちとくらしにかかわる重大な法案にもかかわらず、1か月程度の審議で、公聴会もなく、国民の声を全く聴かない異常ぶりです。

専門家は、「政治不信」の原因は、政治と「有権者との距離の遠さ」ではないかと分析しています。

「軍拡財源確保法案」を創設する「軍拡財源法案」など、悪法が次々と成立されようとしています。

結果でした。

歴史探訪

山本宣治 終焉の地を訪ねて



命とくらしを守れと

小雨降る5月13日、水道橋駅に集まった参加者6名は、千代田区労協の雄さん（山宣の孫の夫）

の案内で山宣の39年9カ月の短いながらも反戦平和、治安維持法に反対し続けた生涯、その縁の地神田神保町を巡ってきました。

※西神田小学校跡地（応援演説の途中で中止させられた所）、※正則学園高校（英語を学んだ所）※光栄館跡地（右翼暴漢に命を奪われた所）、1985年以来たくさんの人々が山宣の功績を後

紙面なんでも

⑦4

法律相談

借金が払えなくなったら？

Q 私には、現在、サラ金や銀行などから400万円の借金があります。昨年までは、働きながらなんとか月々返済してきました。ところが、今年になって勤めていた会社から業績不振を理由に解雇されてしまいました。とりあえず失業保険で食いつないでいますが、新しい仕事を見つけて返済できない状態です。すでに、各社から支払の督促が舞い込んでいますが、今後借金を返済するめどが全く立っていません。私は、今後どうしたらよいでしょう。

A このままの借金を抱えた状態では目途が立ちませんから、あなたの場合、何とか最低限の生活が維持できる程度にまで、借金の額を減免する必要があります。そのための主な方法としては、①各債権者と個別に交渉して月々の支払額を減額する任意整理の方法、②借金の支払いを全面的にまぬかれる破産という方法、③借金の額を支払い可能な額まで減額し、その残金を分割払いする個人再生という方法、の3つの方法があります。このいずれの方法を選ぶかは、不動産などの資産を持っているか、勤め先を見つけていることが

出来るか、健康かどうか、などあなたの個人的な状況を検討して判断することになります。

しかし、破産や個人再生を選ぶ場合は、裁判所を利用しなければなりません。また、任意整理の場合も、自分で債権者と交渉してもなかなか債権者との間で合意することは困難です。従って、いずれの手段をとるにしても、弁護士と相談することが必要です。ただ、これらの方法を適切にとればたいいの借金は処理できるのも事実です。従って、おひとりでお悩んでいるので、早期に弁護士に相談することをお勧めします。

弁護士 生駒 巖

歩こう会

清澄庭園と

深川江戸資料館へ

6月の歩こう会は、江戸情緒を探して清澄庭園と深川江戸資料館を訪れます。清澄庭園は、紀伊国屋文左衛門の屋敷跡と伝えられています。享保年間の下総国の藩主の下屋敷となって庭園のもとが形造られ、明治になって岩崎弥太郎が造園工事を進めました。各地から集めた名石や三つの中島を配置した大きな池が有名です。また深川江戸資料館には、吹き抜けの空間に江戸末期の深川の街並み、大店、土蔵、船宿や長屋を実物大の模型で再現してあります。

▽6月7日（水）
▽集合時間 午前10時JR千駄ヶ谷駅改札入口集合。
▽交通費 片道272円。入園料550円（65歳以上470円）
▽参加費 200円 歩行時間：約2時間 昼食を取らずに解散します。
※雨天中止です。

歩きカメラ

動物園と水生物園 井之頭自然文化園へ

井之頭自然文化園は、「動物園」と「水生物園」に分かれています。

「動物園」カピバラ、ヤマネコ、リスなどの展示施設のほかに、山野草園、シヤクナゲ園、ツバキ園、彫刻園などが散在します。メリーゴーランドなどがある小さな遊園地も併設しています。

「水生物園」には淡水魚、両生類、カメ類やサギ類など水辺にすむ鳥たちの展示があります。

さらに、森の中には彫刻家の作品が200点以上展示されています。

▽6月10日（土）
▽集合 JR新宿駅南口（改札内）9時集合
▽入園料 65歳以上200円、一般は400円
▽参加費 300円
▽雨天の場合は中止となります。
▽参加を希望される方は友の会事務所までご連絡ください。

おしらせ

ころばん体操 青空ストレッチ

▽6月14日（水）、28日（水）2時～3時
▽集合 鳩森神社境内
▽参加費 100円
▽健康運動指導士の亀田由紀子さんの指導のもとでおこないます。
※雨天の場合は中止です。

ころばん サークル

ストレッチと新宿御苑を散策します。
▽6月21日（水）午後2時～4時
▽集合 午後1時30分千駄ヶ谷駅
▽参加費 100円
※雨天の場合は中止です。水

ヨーガ教室

▽6月5日・12日・19日・26日の月曜日
▽時間 午前10～11時30分
▽場所はふれあい会館（JR代々木駅から徒歩

俳句の会

▽6月1日（木）午後2時～4時
▽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
布遊び（手づくり小物）

安心と安全・
信頼される薬局をめざします

たくみ外苑薬局
つくし薬局

あなたと民医連をつなぐ月刊誌

いつでも元気

2023 6月号 380円

好評発売中

民医連70年 希望を創る

けんこう教室 新型コロナ 何が変わる？

きらきら発電 宮城

レッツ脳トレ

まのチカラ 広島県安芸太田町

食と健康 歯の健康と食生活

発行＝㈱保健医療研究所 〒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 FAX 03(5842)5657

