

友の会のページ

「お元気ですか」改題No.451
編集 代々木健康友の会
TEL 03(5411)9589
FAX 03(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日現在の会員約3,122人

ご案内

代々木健康友の会第58回定期総会

日時 10月25日(土)午後1時30分開会(1時開場)
場所 代々木病院東館3階・多目的ルーム

代々木健康友の会の定期総会を上記のとおり開催します。コロナ感染は収束しておりませんのでしっかり感染対策をしての開催となります。総会議案については「くらしと健康」10月号に掲載します。

胃がんとピロリ菌

健康講座 がんを知ろう！

7月26日、第16回健康講座が開かれ、酷暑の中46名が参加しました。今回は、代々木病院の消化器内科の小森那々子先生が、がんの代表的な



熱心に聞いている参加者たち

胃がんとピロリ菌をテーマに講演しました。まずは胃の基礎知識、解剖図・断面図で説明、胃がんは、がんの罹患率では大腸がん、肺がんに

つづいて3位ですが、早期発見であれば治療が可能というところで、罹患率は高いが死亡率は横ばいとなっていること。病院では、内視鏡による早期発見をすすめる、それに伴う治療をおこなうことで治る方が多いとの説明でした。

「ブルが細くなり、苦痛自体は少なくなります。予防として、一番いい食べ物としては芋、カボチャ、いわゆるカリウム

の多い食材で、良くないのが多量な塩分、喫煙です。野菜をしっかりと食べ、減塩して禁煙をしてピロリ菌の除菌ということでした。

ピロリ菌に関しては、感染しやすくがんになるわけではなく、長い年月をかけて慢性胃炎、胃の粘膜が炎症などでがんがでやすくなるこのことで、成人して除菌すると胃がんのリスクは三分の一に減ることから、一年ごとの内視鏡をしましょうと訴えました。

参加者から、「ポリープとの関係」、「ピロリ菌の自然減は?」、「ピロリ菌だけの検査はできるのか」など寄せられ、小森先生が丁寧に返答されました。友の会幹事会

代々木健康友の会が寄贈

代々木病院正面玄関に「デジタルサインージ」

8月、代々木病院正面玄関の看板をデジタルサインージ(写真一面・映像による表示装置)に取り換え工事をおこないました。このデジタルサインージは友の会から寄贈しました。

2020年と2021

その後、2022年の総

医療、代々木病院を守つ

待合室

朝、自宅から歩き出すと「何か、胸が苦しいな」と感じるが、100メートルほど歩くと痛みはなくなり、通常の歩行に。そんな事が続いた10日後、激しい胸の痛み。覚悟を決めて「これは代々木病院だ」と、タクシーで病院へ。内科から、すぐに救急外来に回され、

その場にいらつしゃった代田先生が「心筋梗塞ですね。時間との勝負。直ちに広尾病院に回します」と、代々木病院に感謝！

助かった命、社会進歩に生かします

「対応が遅れていたら大変でした」と、翌朝の看護師さんの言葉に「代々木病院に感謝」と、心から思いました。助かった命です。これからも医療と介護、社会進歩のために働きます。渋谷区 小峰久雄

長崎原爆跡を訪れる

被爆の実相の伝える必要が

長崎の原爆から80年。もうそんな経っている



血染めの白衣

のかと改めて感じる。長崎は3回目だが、浦上天主堂だけでなくもつと長崎の史跡を巡りたいと思い、長崎医科大学現・長崎大学医学部や如聖堂城山国民学校などを自力で調べて訪れた。長崎医科大学は正門門柱とゲストハウスが被爆遺構になっている。門柱は爆風によって傾いている様子がそのまま残っている。この長崎医科大学は892人が犠牲になった。当時大学生だった西森さんは長崎医科大学付属医院の

友の会幹事 石井拓海

てほしいという願いが込められています。

いま、全国の医療機関のほとんどが深刻な経営危機に直面しています。

代々木病院も友の会も病院を守ろうと様々な活動、努力をしているところです。

友の会幹事会

会費納入と寄付へのご協力

日頃から友の会活動へのご協力に感謝申しました。紙面をお借りしてお礼を申し上げます。今年も多くの方から会費を納入していただき、ありがとうございます。また、会費納入と寄付へのご協力、今後とも、皆さまのご理解とご協力をお願い申し上げます。友の会幹事会

友の会幹事会

大京町・内藤町・信濃町地域班会

『お口の健康管理』が大事！

講師の「お口のことで 困っていることありませ んか？」に、「歯が年々 少なくなつて…」と嘆く



お口の健康づくりもお忘れなく

某氏に、「28本の歯の手入れが大変で…」から始まった学習会。『摂食・嚥下障害問題紙』で口腔機能の点検を。歯だけでなく、嚥む力や舌の動き、呑み込み等幅広く見直しました。

「そう云えばこの頃…」と思ふ。いまだに、今更ながら歯科点検で安心していただくことに反省しき

新宿区 平田宏子

「膝と腰に効く」セルフチェックと予防

▽9月6日(土)10時30分～11時45分

先月号に掲載した記事で、「膝と腰に効く」セルフチェックと予防について、開催日時を記載

おしらせ

歩き力メラ

西荻窪の横丁を探索

▽日時 9月6日(土)

9時・JR新宿駅南口改札内集合

▽参加費 300円

ご希望の方は友の会事務所に「ご連絡ください」。

こころばん体操

▽毎週水曜日の午後1時

しておりませんでした。申し訳ありません。定数もありますので、ご希望の方は、友の会に問い合わせください。

(JR代々木駅から徒歩3分)

▽会費 月500円

俳句の会

▽9月4日(木)午後1時30分～4時

▽場所 代々木病院東館3階

▽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)

▽9月19日(金)午後2時～4時まで

▽場所 代々木病院東館3階

▽参加費 500円

男の料理教室

▽9月20日(土)午後6時より

秩父宮ラグビー場の移転・建て替え 反対のスタンディング

猛暑の真ただ中の7月26日神宮外苑にて「文科大臣は秩父宮ラグビー場の財産処分をしないで」と訴える集会がありま

した。秩父宮ラグビー場の移転建て替えがもうすでに始まっています。隣の建国記念



ファンの願いを込めて

文庫の杜も半分近くの樹木が切られてしまいました。新宿区の区道もかなりの安価で三井不動産へ売却されてしまいました。た、専門家の話ではラグビー場は耐震工事でまだまだ使用可能だそうです。

多くのラグビーファンの願いは屋外型で天然芝のラグビーの聖地ともいえる秩父宮ラグビー場の存続です。屋根付きの人工芝の建物などは望んでいません。それは音楽などのイベントにも併用するための利益重視の開発です。元ラグビー選手の平尾剛氏からも応援メッセージが届きました。また、先日国会議員になられたラサール石井さんはじめ福島みずほ、吉良よし子、小池晃、松尾あきひろ、船田元、安部知子氏などが超党派で応援してくれています。今後の国会での議員の方々の頑張りにも期待したいと思

います。幹事 中垣り

紙面なんでも 法律相談

⑨7 通信販売の定期購入を止めたい場合、どうするの？

Q 高齢の父が、栄養ドリンクの定期購入をしていました。本人は以前から購入を止めたいと言っていました。未だに商品が届いているようです。どうしたらいいですか。

A 定期購入を解約する連絡窓口として、電話しか設けていない業者が多く、電話が繋がりにくく、繋がっても解約しないように説得されてしまうケースがあるようです。

Q 電話が繋がらない場合は、どうしたらいいですか？

A 解約窓口以外の電話番号にかけて、解約用の電話が繋がらないと伝えて、電話を回してもらったり、折り返し電話をもらう方法があります。また、「解約用の電

話」が繋がらない場合は、どうしたらいいですか？

A 電話で解約を伝える場合は、あなたと一緒に居るときに電話をかけるとういでしょう。電話以外の方法であれば、

Q 連絡するのが父だと、断りきれないかもしれないのですが、どうしたらいいですか？

A 電話で解約を伝える場合は、あなたと一緒に居るときに電話をかけるとういでしょう。電話以外の方法であれば、

▽千駄ヶ谷社会教育館2階▽参加費1000円

▽千駄ヶ谷社会教育館2階▽参加費1000円

▽千駄ヶ谷社会教育館2階▽参加費1000円

▽千駄ヶ谷社会教育館2階▽参加費1000円

86) 2472

- 福祉用具のレンタル・住宅改修
- 友の会向け特価チラシ配布
- 友の会健康講座・地区サロンにて福祉用具説明会開催
- 介護用品の販売についてお気軽にご相談下さい。

(株) 福祉協同サービス

江東営業所 江東区大島1丁目21-12
電話 03-5875-0795

あなたと民医連をつなぐ月刊誌

いつでも元気

MIN-IREN

2025 9月号 380円 好評発売中

遺骨は今も海の底

けんこう教室 認知症が気になるあなたへ(中)

米不足 本当のこと

PEASドキュメンタリー映画「ウナイ」

まじのチカラ 特別編 長野県上田市

食と健康 気候変動と梅干し

発行＝新保健康医療研究所 〒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



Q 購入が1回限りのものか、定期購入なのか、その場合は2回目以降の価格、解約や返品

Q 購入が1回限りのものか、定期購入なのか、その場合は2回目以降の価格、解約や返品

弁護士 松本恵美子

ご相談は、代々木総合法律事務所(03-3379-5211)まで。どんなことでもお気軽にどうぞ。尚、予約が必要です。電話での相談は受け付けておりません。