

友の会のページ

「お元気ですか」改題No.455
編集 代々木健康友の会
☎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
2月1日現在の会員約3,082人



代々木駅前での「地域医療守れ」宣伝行動

この間、みなさんに「住民の医療を受ける権利を保障するために医療機関の維持・存続への支援を求める請願署名は、1月15日現在で、3300筆が寄せられました。全国では、72万人の署名に到達している」と聞いており、友の会は、8月から会員

地域医療守れ署名3300筆！ 秋の拡大月間のご協力ありがとうございました。

みなさんにお話し、団地のみなさんに独自に訴えをつくらせて45筆を集めていただいたり、多くのみなさんが、5人、10人と集めていただきました。また、駅での宣伝署名行動や地域を訪問しての訴えなど、これまでになく取り組みとなりました。全国の医療機関の7割

が赤字のなか、医療機関の倒産、廃業が相次ぎ、深刻な事態となっていることを受け、「地域の病院を守ろう」と頑張っていた結果です。引き続き、診療報酬の引き上げや国・自治体の支援を求めていきます。*****

友の会の仲間増やし月間の活動に取り組みできました。また、40人の方が新たに友の会に加入していただきました。また、この期間だけの無料大腸がん検診や健康講座のおさそい

など、地域の方々に「ごいっしょに健康づくり」を訴えました。また、入院患者さん、地域の患者さんには、河邊院長名でお手紙を差し上げ、入会を訴えました。中には、友の会の割引ドックを受けたいから、と入会、無料大腸がん検診は160人に検査キットを渡し、61名が検査を受けました。早期発見、早期治療でころばん体操やサークル参加者に検査をすすめました。

友の会幹事会

第4回よよぎリハ活

「膝・腰に効く！ホームエクササイズ」

3月7日(土)午前10:30～



本年も「地域の方々を元気に♪」

本年もよろしくお願いたします。第4回「膝・腰に効く！ホームエクササイズ」が3月7日(土)に開催されます。前回は25名の方々に参加いただき、膝・腰に関するセルフチェック・講

義・自宅でも続けられる予防体操を行いました。今回も引き続き、膝と腰の代表的な疾患である変形性膝関節症・腰椎圧迫骨折についての講義と膝・腰に関連する体操を行います。

今回は特に、体操の内容をボリウムアップしてお届けする予定です。資料も準備しておりますので、ご自宅に持ち帰り継続していただけたら幸いです。

理学療法士 引田真生子

◇

▽3月7日(土) 午前10時30分～11時45分

▽代々木病院東館3階多目的ルーム

▽参加費無料です。

健康まつりの予告

今年の健康まつりは、5月16日(土)午後実施します。楽しい企画を準備中です。

代々木病院のホームページ(QRコード)で随時進捗状況をお知らせします。ぜひ、ご覧ください。



診療報酬が3%超え

さらに10%増引き上げ必要

医療機関への診療報酬が12年ぶりに引き上げられ、30年ぶりの3%超えです。民医連をはじめとする医療機関の運動や世論の成果です。

しかし、3%では医療危機から脱することはできない」と述べています。

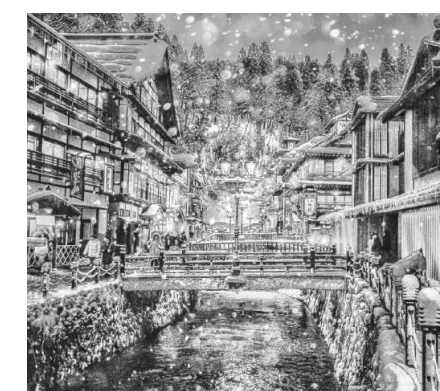
さらに、建物や設備の修繕、医療機器の更新などを考えれば、医療団体が求めている10%増への引き上げが求められています。

しかし、財源問題が残る。大幅な患者負担増が物価高騰に加え、生活を直撃することとは間違いありません。

いまこそ、国の財政支援と予算を国民の暮らしに振り分けることを望むものです。そうした政治を求めます。



友の会幹事会



幻想的な銀山温泉で一枚

総務課の高橋と申します。私は元々、私の最近の趣味に写真撮影が好きで、よく全国各地に撮影に行っていました。

時には冬に日帰りで山形の銀山温泉に行き、温泉にも入らず撮影だけして帰宅する程熱中していました。

気が付いたら月に2度のオフ会(旅行)を開くほど熱中していた私は、これではお金も体力も尽きてしまうと気が付き、今度はスマホゲームの世



旅行・カメラ→カラオケ→スマホゲーム
↓節約料理

しかしこれではお金も体力も尽きてしまうと考え、次はカラオケのアプリに入り浸るようになりました。そこでは歌をうたうだけではなく、なんと全国各地に居る歌好きの人々と繋がることが出来るのです。

友の会職員幹事

高橋草太

歩きカメラ

原宿表参道から青山、
乃木坂まで東京繁華街
散歩

歩きカメラは52回目でした。朝10時集合だったので原宿はすいていました。原宿表参道から青山根津美術館、乃木坂の新国立美術館まで。

歩きカメラどころじゃないくらいになって、皆さんとはぐれてしまいました。

消しませんか。参加を待ちしております。



新国立美術館の空中カフェ

つて、それが表参道の左右にあり、原宿の昔ながらの路面店が並んでいます。

乃木坂の新国立美術館についたら、名物の空中カフェでまったりして解散しました。

たまには東京繁華街散歩も良いものです。

友の会幹事 下光彰二

歩こう会予告

東京湾野鳥公園へ



カワセミに会えるかも

埋立地に蘇った野鳥の楽園。いろいろな小鳥のさえずりが聞こえる小道を歩きます。観察小屋でもしかしたらオオタカやカワセミに会えるかもしれません。寒くて閉じこもりがちの日々ですが、いっしょに運動不足を解消します。

お知らせ

こころばん体操

▽毎週水曜日の午後1時30分から2時30分、代々木病院東館3階です。
▽2月4日、18日、25日の水曜日
▽参加費100円
*屋内ですので雨天でも実施します。

ヨーガ教室

▽2月2日、9日、16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3分)
▽会費 年間500円

俳句の会

▽2月5日(木) 午後2時～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
男の料理教室

3種類の鍋を作る

男の料理教室



女性の参加も歓迎です！

1月10日(土)の男の料理教室は、9名の参加でした。レシピは「塩ちゃんこ」と「寄せ鍋」と「キムチ鍋」の3種類の鍋を作りました。

2月は7日(土)に、千駄ヶ谷社教館2F調理室で午後6時から行います。「鶏むね肉と白菜のクリーム煮」と「スペアリブの煮物」の予定です(都合により変更することあり)。参加費は、1000円です。エプロンと帽子かバンダナをお持ちください。女性の参加も歓迎です。

紙面なんでも

法律相談

100

カスタマーハラスメントへの対応

私は、社会福祉施設の職員ですが、入所された利用者の方から、挨拶しても目を合わさず無視される、新人職員が挨拶に来ないと公然と文句を言われる、等の扱いを受け、その方の特定のお気に入り職員が偏つてその方の担当となる、お気に入り職員が私的な買物につき合わされ、お土産を買ってもらう、等が行われ、職場ではみな困っています。施設の担当者に対処を申し入れても、その利用者を変えるのは容易ではない、と逃げ腰です。どうしたら良いでしょうか？

まず、利用者と施設との間の利用契約書を確認しましょう。契約書には通常、施設側から利用者に対する「契約解除」条項があり、「従業員の生命・身体・財産を傷つけること等により契約を継続し難い重大事情」などの解除要件が規定されているので、この適用を要求できる場合があります。また労働契約法5条では、使用者は、労働者の生命、身体等の安全を確保できよう、労働者を「働かざるやうに就業環境で就業させる義務」があります。利用者のパワーハラスメントに該当する行為としては、精神的な攻撃(暴言)、人間関係からの切り離し(仲間外し、無視)、過大な要求(業務上必要なことの強要や仕事の妨害等)が考えられ、施設には、具体的な是正措置をとるべき雇用管理上の措置義務があり、時に損害賠償責任が生じます。また2025年には、労

総施策法改正で、職場におけるカスタマーハラスメントの防止措置が事業主に義務付けられ、ハラスメント対策強化が図られます。①労働者を守る毅然とした方針を明確にし、施設内外に示す、②労働者が安心して相談できる窓口を設置し、広く相談に応じる、③相談があった場合、速やかに事実確認を行い、被害者への配慮と再発防止策を講じる、④悪質な言動に対し、警告やサービス拒否など具体的な対処方針を定め、実行できる体制を整えること等が求められます。これらを活用して、職場の環境を整えましょう。

弁護士 須藤正樹

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。



○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

2026 2月号 380円

好評発売中

日本軍の住民虐殺 久米島

けんこう教室 糖尿病の予防と治療

いのちの水が危ない 熊本

民医連の理念 ここに 岩手

まちのチカラ 愛媛県愛南町

食と健康 家計お助けレシピ



発行=福祉医療研究所 〒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