

夏到来！ 鳩森神社で盆おどり

大賑わいの境内

夏の風物詩といえば盆踊り。7月19日・20日に千駄ヶ谷盆おどり大会を5年ぶりに二日間、通常開催されました。

初日は、梅雨明けのムシムシ感、熱帯夜でした。会場は盛り上がりっぱなし。今年は、特に、学校は夏休みに入る日というところもあり、圧倒的に、小さな子を連れた親子連れの方々が多く、ヨロヨロ釣りやくじ引きなどに列をつくってしました。子どもたちは、さあ夏休みだ！と大騒ぎです。

病院、友の会は例年通り「健康チェック」で参加しました。血圧測定と体脂肪測定は病棟の看護師長さんらが



河邊院長（左から2人目）が健康チェックでアドバイス

担当。小さなお子さん連れの若いカップルは「やった！血管年齢は大丈夫だった」と歓声を、お父さんは「自信あるから、大丈夫」と言っていたが、体脂肪には「おかしい」と笑いが。血管年齢の測定時に「代々木病院ってどこに」と聞いてくる女性、



5年ぶりに通常開催

ますと話していました。河邊院長も地域のみなさんと交流したり、テントで結果にアドバイスを。二日目は残念ながら雷雨の模様で、健康チェックは途中で撤退しましたが健康チェックには二日間で90人が利用しました。地域の方々の対話が

楽しい二日間でした。事務局長 伊香忠志

待合室

5月31日に第55回千駄ヶ谷大通り商店振興組合の通常総会が千駄ヶ谷社教館で開催されました。総会には約30名の組合員が参加しました。

んだがや盆踊り大会、「餅つき大会」やまちづくり活動を通じて活力のあるまちづくりをおこなう。今年総会は、2年に一回の役員改選があり、画、予算案を全員一致で採択しました。

地域との共同さらに前へ

29年間理事長を務められました。総会では、新たなホープの牛久保さん、今年度の事業報告、決算報告、今年度の事業計画、千治さんが理事長に選任

され、50代の若い新理事長に期待が寄せられました。牛久保さんには友の会の取り組みでは必ずと言っていいほど挨拶をいただきお世話になりました。牛久保さんご苦勞様でした。また、今後ともよろしくお願いいたします。

都知事選挙では何が

福祉・暮らし第一の都政

7月7日投票で行われた都知事選挙では何が問われたのでしょうか。医療と福祉にかかわる

ちも「神宮の森を守る」と訴えてきました。また、今回の都知事選挙、きちんと政策論戦がたたかれたのが疑問です。

また、物価高騰は暮らしを直撃し、さらに、貧困と格差が拡大しています。国民健康保険料は毎年引き上げられ、東京は日本一高い保険料となっています。

小池都知事が公務を理由にテレビ討論会を拒否していました。朝日新聞の社説(7月9日付)では、「他候補からは小池氏が応じなかったと批判された。もしそうなら、なぜ現職として受けて立ち、有権者に判断の材料を示そうとしなかったのか。不都合なテーマでの論争を避けたなら、信任を得たと胸を張ってはいえまい。トップとしての説明責任の重さを改めて自覚しなければならぬ」と書かれるほどでした。

切実な課題を訴え街宣行動



今、都政は、暮らしに対する支援が薄く、もっぱら大企業のための大規模な再開発ラッシュです。その典型がたぐさんの樹木を切っ超高層ビルを建てる神宮外苑再開発でした。私た

戦争を語り継ぐ会

悲惨な戦後の生活実態 8/21 ぜひご参加下さい



アジア太平洋戦争でPTSD(心的外傷後ストレス障害)を発症した兵士は830万帰還兵の300万人前後と推定され、悲惨な戦後の生活を続けました。しかしその実態は調査もされず、社会に隠され、長い間国民は知ることができませんでした。

黒井さんも父親が過酷な戦争体験によりPTSDを発症していたことを父親の死後気づき、「PTSDの日本兵家族会」の役員

▽8月21日(水)午後3時から 東館地下食堂にて▽参加費無料です。ぜひ、ご参加ください。

※お話をあと、原水禁世界大会に参加した方々の報告も合わせてお聞きください。

会員のみなさんには日ごろから友の会へのご理解とご協力をいただき感謝申し上げます。

会費納入と平和と社会保障、地域活動募金のお願い

友の会は、核兵器のない世界、核兵器禁止条約の批准を求める運動を継続して強めようとする。また、町会、商店会とのつながりを深め、鳩森

行動をおこなっています。8月4日から始まる原水禁禁止世界大会・in地域のみなさんと共同

と、平和と社会保障、地域活動への募金のお願いの案内を送らせていただきます。

ぜひ、ご協力ください。

尚、友の会事務局でも受け付けておりますので、病院受診の際にお立ち寄りください。

友の会 幹事会

友の会のページ

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
8月1日現在会員数約3,344人

「お元気でるか」改題No.437
編集 代々木健康友の会
☎03(5411)9589
FAX 03(5786)2472

まずは班会から

～久々に広尾地域で～

渋谷区広尾地域は、この地域の住の友の会役員の不在のまま、久しく友の会活動ができないでいます。この地域からこころばな体操に来ている方と相談をして、まずは、「班会」というこ



話が尽きず再開催を約束

とで、6月17日に地域の会員さん4人と布施会長

など友の会幹事3人の7人の参加で開催しました。

班会では、自己紹介、友の会を知ったきっかけ、関わりなどを話してもらい、友の会からは、布施会長が健康作り、サークル活動、祭りへの参加を通じて地域交流など友の会活動紹介を紹介しました。

その後は、フリートークで、「こころばな体操に参加して歩きが改善した」、「整形やりハビリなどの分野で外来医療を充実させ、「病院に活気取り戻せないか」、「健康保険証が廃止後されたら資格証は自己申請になるの?」、「健康まつりは楽しかった」、「86歳まで生きたので、もう充分」など話が尽きませんでした。最後に「また、集まる」ということになりました。

幹事 嘉瀬秀治

地域のみなさんと

防災食を食べて交流

千駄ヶ谷のつながりを考える会

6月26日、「であい」「ふれあい」「かたりあ」「3あい」千駄ヶ谷のつながりを考える会という集まりに参加してきました。渋谷区社会福祉協議会、地域包括支援センターのサポートで自主的に取り組んでいる集まりでした。

当日の参加は14名で、いろんな団体の取り組みを共有し、協力し合おうという主旨で毎月第4水曜日に開催されているとこのことでした。この日は、防災食作り体験と試食で、アルファ米のワカメ御飯を水からとお湯から、それぞれ作る作業と試食でした。家で食するものと遜色なく、美味しかったです。

地域の町会長さんの紹介で初めて参加したのですが、今後どんな交流ができるか楽しみです。

事務局長 伊香忠志

幹事 下光彰二

友の会の共同墓地は、

今年の慰霊祭^{9/23}

～建立から22年～

建立から22年が経ち、会員370人、納骨は191人になっていきます。昨年、将来600人相当の納骨を収容できるようにカロート(納骨スペース)を増設し、将来にわたって継続できる共同墓地をめざしています。

今年22回目となる合同



昨年の合同慰霊祭

慰霊祭は9月23日(月・祝)に実施します。

千葉県木更津市の墓地で少し東京からは距離がありますが、慰霊祭は貸し切りバスで参加できます。自家用車の参加もできます。見学も大歓迎です。

問い合わせは友の会事務局にお願いします。

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

あなたと民医連をつなぐ月刊誌

いつでも元気

MIN-IREN

2024 8月号 380円 好評発売中

ちどり助け愛たい 岡山

署名を集めた少年

けんこう教室 ジェンダーと健康

詩でつづる平和と人権

まのチカラ 東京都八丈島

食と健康 夏野菜で元気

発行=徳保健康医療研究所 〒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

紙面なんでも 法律相談

⑧6 給湯器を設置したら隣人から苦情

Q 私は、2月頃、家庭用ヒートポンプ給湯器を設置しました。ところが、隣人から低周波音で被害を受けていると言われました。低周波音とはどのようなものなのでしょうか。どのように対応したら良いでしょうか。

A 家庭用ヒートポンプ給湯器は、エコキュートと呼ばれ、大気圧の約200倍の圧力によってコンプレッサーが長稼働するため、周囲に低周波音が発生します。低周波音に晒されると、遠くからゴゴと渦巻くような風のような音が耳の奥から微かに聞こえてきて寝付けなくなり、睡眠障害、頭痛、耳の痛み、筋肉痛など自律神経失調症の症状が発症する

ことがあります。低周波音に晒されたすべての人に発症するのではなく、発症しない人もいます。そこで、消費者安全調査委員会などの指導のもと日本冷凍空調工業会は、エコキュートの販売・取付け関わる業者に対し、「家庭用ヒートポンプ給湯器の備え付けガイドブック」によって、据付け後の試運転による運転音の確認を行うこと、販売後の対応としては、苦情が発生した場合には、

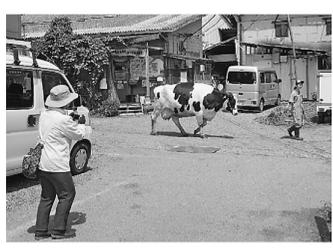
弁護士 新宅正雄

ご相談は、代々木総合法律事務所(03-3337-9152)まで。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。

歩きカメラ

八王子の磯沼牧場で一枚

7月の歩きカメラは43回を数えました。



牛を運動場へ連れて行く

東京八王子にある磯沼牧場へ、梅雨の合間の暑い日

い日に8人の歩きカメラの面々だった。京王線で八王子のひとつ手前の北野で高尾と八王子方面へ分かれませんが、それを高尾方面へ乗り継いで2つ目。山田駅から徒歩5分ぐらいで牧場の匂いがしてきたら磯沼牧場は近い。

若い女性が元気に働いていた。牛を広々とした運動場へ連れて行くのに、嫌がる牛をトラクターで引いていたり、尻を叩きながら引っ張ったり押ししたり、楽しそうだった。7種の牛が100頭飼われています。運動広場のすぐ上におしゃれな軽食&カフェのFARM BASELが

おしらせ

こころばな体操

▽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。

▽8月7日、21日、28日(14日はお休みです)

▽参加費100円

▽屋内です。雨天でも

ヨーガ教室

▽8月5日・19日・26日の月曜日。12日はお休みです。

▽時間 午前10時~11時30分

▽場所はふれあい会館(JR代々木駅から徒歩3分)

歩こう会

▽会費 月500円

▽8月はお休みです。

▽大宮八幡宮と和堀公園

▽9月7日(土)

▽千駄ヶ谷駅9時30分集合

▽詳細は9月号でお知らせします。

▽水俳句の会、布遊び、歩

こころばな歩きカメラは、

8月はお休みです。

水問合わせ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局は、病院玄関右奥・検査室前に移転しております。

平日は10時から4時まで、留守の場合は組織広報室でご用件をうけたまわります。土曜日・休日はお休みです。直通番号(5411)9589、FAX(5786)2472