

今月のえがお(紹介は4面)



友の会だより

〒262-0032 千葉市花見川区幕張町5-391-3
TEL 043-276-4817・FAX 043-276-4821
メールアドレス chiba.kensei.tomo@gmail.com

千葉健生病院ホームページはこちら

ちばけんせいびょういん

検索



私たちは、人権を尊重し安全、安心、信頼納得の医療・介護をめざします。



発行 千葉健生病院健康友の会

日本政府は核兵器禁止条約に参加を!

原水爆禁止国民平和大行進2021各地で

広島、長崎の被爆から76年目の今年も、核兵器のない世界を実現するために元気に歩き続けています。コロナ感染拡大を防ぐため、マスクをし、ソーシャル・ディスタンスを守っての行動です。7月14日夕方、市民の皆さんに核兵器廃絶の訴えを、リレートーフで行いました。



大きなイラストで「核兵器なくそう」を訴えました

今年の「平和大行進」は、地域によって行動のスタイルは様々です。千葉健生病院グループでは、JR新検見川駅でのスタンディング行動に集中しました。暑さを避け午後4時からスタートし各団体から35人(内、友の会12人)が集まりました。リレートーフでは、5名の方に核兵器のない世界へむけた平和への思いを訴えました。友の会からは、南雲一吉会長が、「唯一の戦争被爆国、日本政府に核兵器禁止条約の署名・批准を求める署名」への熱い思いを訴えました。世界中の核兵器がなくなくなり、戦争がない平和な世界になることを願わずにはいられません。

核兵器のない世界を一緒に

第43回原爆死没者慰霊式典開かれる

7月17日、千葉県文化会館小ホールにて、千葉県原爆被爆者友愛会主催・千葉県千葉市後援の第43回千葉県原爆死没者慰霊式典が開かれました。今年の1月22日、国連において「核兵器禁止条約」が発効し、核兵器廃絶に向けた重い扉が開かれた年になりました。式典には被爆者や遺族、



我が家にはどれがいいかな

来賓、会員など70名が参加し、全員が1分間の黙とう。今年新たに慰霊碑に合祀(こうし)された12名の名前が読み上げられました。友愛会の児玉三智子会長が追悼の言葉を述べ、「私たちは、核兵器のない世界を求めこれからも歩み続けます。その道は決して平坦ではないでしょう。今、地

Dr. 岡田のひとり言 8月

ラ・フォル・ジュルネ

毎年GWの3日間は、有楽町の国際フォーラムで開催されるラ・フォル・ジュルネで1年分のクラシックコンサートをとまも聴きするのを楽しみにしていました。去年はコロナのために急遽中止。今年は開催のお知らせすらありませんでした。世界各国からオーケストラや音楽家が集まって、お客さんも万単位で集まるビックイベントですからこのご時世では全く無理。おかげで丸2年ほどコンサートホールでの生演奏を聴いておりません。自分一人で音

出しても、下手くそだしつまらないし。CDやレコードの演奏は、やはりコンサートホールの大音量と音響には全くかないません。おまけに、いつ聴いても同じ演奏だし。当たり前ですが、クラシックファンじゃない人には不思議かもしれません。が、同じ楽譜で演奏しているはずなのに、オケと指揮者の組み合わせで全然違った演奏になるのです。同じ指揮者でも若い時と年を取ってからは全然違うし。そこがまた面白いのですがね。例えば若いころの小澤



征爾の春の祭典、ティンパニの装飾音符を半拍の3連符にしちゃっているんですけど、そんな演奏はその時期の小澤だけ。また、ある指揮者はまじめすぎるのか、スコア(総譜)の間違えをそのまま演奏しちゃっていて面白いのですが、CDに残っちゃって

第4回 おやくに立てれば市開催

7月3日、おやくに立てれば市は、初めての土曜日に開催しました。梅雨のさなかの、雨が降る中、12人

の方がいらつしゃいました。初めて来られた方もあって、少しずつ広がっていることを感じます。

る政府で在ってほしい、原爆の壮絶な被害を知っている国だからこそ率先してできるのではないのでしょうか。『核兵器禁止条約』を力に核兵器廃絶へあきらめず、ねばり強く、先達の皆さんの願いと、私たちが受け継いだ運動の実現に向けて歩んでいきます」と決意を示しました。

この式典には、健生友の会から南雲一吉会長はじめ3名が参加しました。大きな会場大きな開催ではありませんが、友の会ができる「おやくに立てれば市」を続けていく意味はとて大きいと感じています。

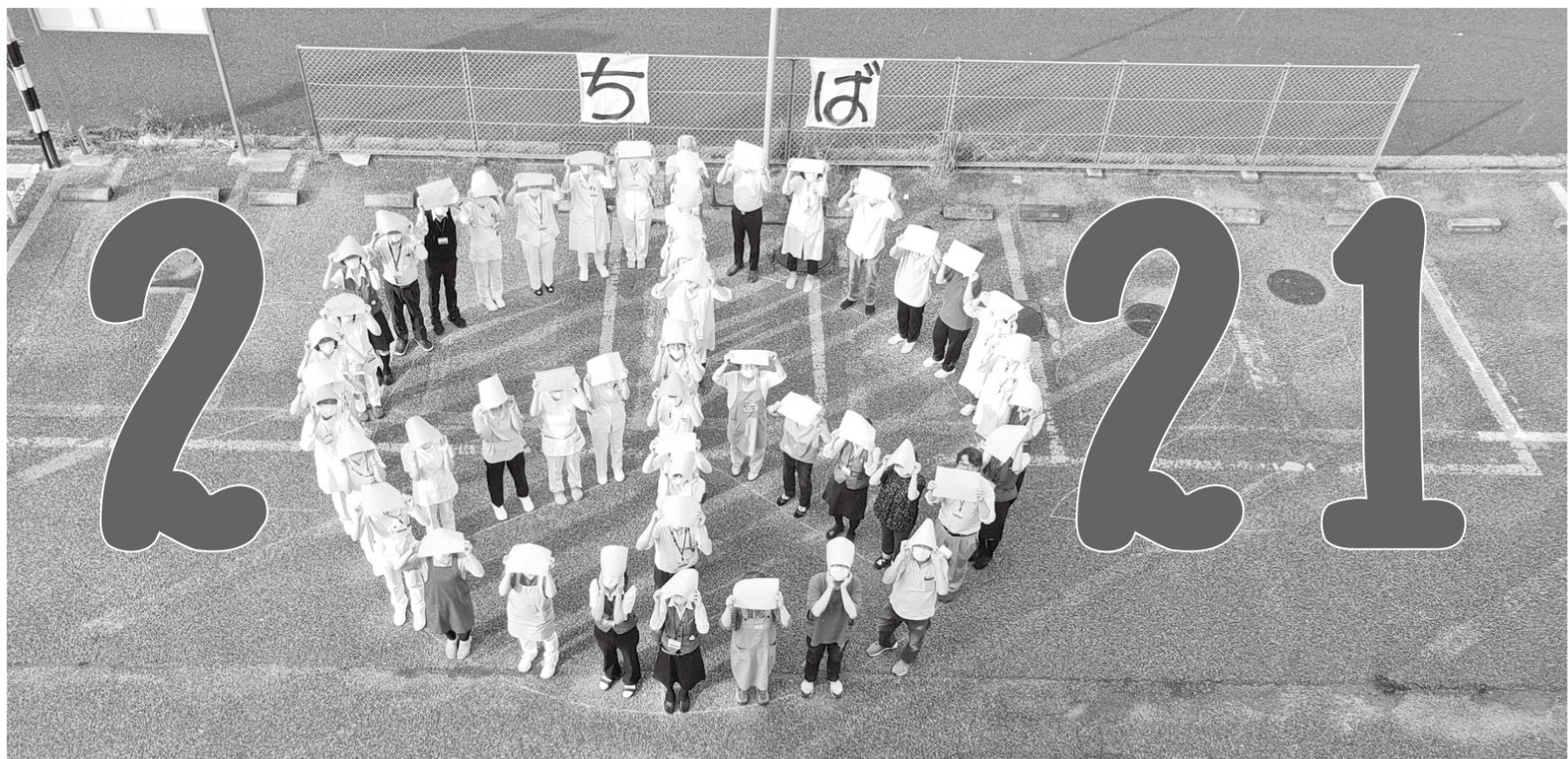
鼓動

先日、アメリカカザリガニが特定外来生物に指定されたというニュースを目にした。指定されると飼育にも国の許可が必要になるということだが、子どもが釣ったり、それを家に持って帰った場合などは今後決めていくとのことだった

▼子どもの頃の夏休みの楽しかったことを思い出した。近くに田んぼの中を流れる小川があった。駄菓子で串にさしてあるゲソを買って、田んぼの脇に生えている適當な枯れた雑草の茎に木綿糸を付け、これにゲソを付けてザリガニ釣りをした。そーっと引き上げるのだが水面から出るところでゲソを離して逃げてしまうので網も必需品だった。同じような体験をされた方も多いのではないかとと思う▼地球上には核兵器という人類を不幸にしかしないものがある。日本の生態系を守るためには、「子どものころはアメリカザリガニっていうザリガニがいて川で釣って遊んだんだよ」と話すときが来るのも仕方ないかなとも思う。「昔は地球上の人類を一発で何百万人も殺せる爆弾があったんだよ」と話せるような世界にしたいかなければならないと思う。唯一の戦争被爆国の日本には核兵器禁止条約を批准し、核兵器廃絶に向けてリーダーシップをとってほしい。(U)

2021年 平和行動

7/15、まくはり診療所前駐車場にて「人文字で平和をアピール」しました。小雨のふる中、総勢50人でピースマークを描きました。



ピースマーク参加：千葉健生病院、まくはり診療所、共同薬局
まくはりの郷、レストランまあぶる、友の会



世界の平和は、世界中の人の願いです。いま世界では、核兵器禁止条約の発効から核兵器廃絶へ進もう、という声があがっています。多くの国々が被爆者の声に耳を傾け、「核兵器による安全」ではなく、「核兵器のない世界による安全」を選択し、核兵器禁止条約を支持し、参加しつづけます。

わたしたちは、千葉健生病院グループとして、「平和行動」に取り組んでいます。病院、診療所、友の会にお立ち寄りの際は、「日本政府に核兵器禁止条約の署名批准を求める署名」「原発ゼロ基本法の制定を求める請願署名」「憲法を変えさせない、9条改憲発議に反対」などの、戦争のない世界、平和な世界を求める署名にご協力ください。

折り鶴 募集中

今年もたくさんの方の折り鶴をありがとうございます。折り鶴は3千羽集まり、「千葉県原爆死没者慰霊式典」と広島・長崎へ献架・献納しました。来年の折り鶴を会員のみならず募集いたします。よろしくお願いたします。

折り紙のサイズ

タテ・ヨコ
7.5cm



夏休み まちがいさがし

9月末メ切

まちがいはいくつ?



応募方法 ご応募の方全員におたのしみプレゼント!

友の会事務所まで、お葉書・FAX・メールにてお寄せ下さい。

〒262-0032 千葉市花見川区幕張町5-391-3

FAX: 043-276-4821

メールアドレス: chiba.kensei.tomo@gmail.com

たくさんのご応募ありがとうございました♡

医療・介護応援標語大会 結果発表

健生病院友の会賞

ペンネーム みかんの花

ありがとう 一声かける その笑顔

健生・まく診賞

ペンネーム ゆりちゃん

安心の 医療届ける 民医連

福祉会からたち賞

ペンネーム 木村杏 木村綾子

心に寄り添うみなさんの 医療・介護に助けられ
ともに明日の笑顔へ一歩

まくはりの郷賞

ペンネーム トコ

守って下さり ありがとう 必ずコロナ終息します

優秀賞

ペンネーム 池上義雄

コロナ禍で民医連応援します 先ずはまくはり診療所



みなさんは、「人生会議」という言葉を聞いたことがありますか? 事例を通して人生会議の重要性について一緒に考えましょう。

父親が突然病気を発症し、意思を伝えることができなくなってしまう、家族がこれからの療養について



まくはり
訪問看護ステーション
佐藤 智子

「人生会議」知っていますか?

訪問看護では、2019年から167名の方の意思決定に関わり、かかりつけ医やケアマネージャー、医療関係者だけでなくご家族とも共有しています。生活の不安には、本人の価値観、人生観、死生観が反映されており、最期の療養に繋がっています。

人生100年時代、高齢者といわれる世代となっても大きな病気がなく過ごされている方も大勢おり、医療者の介入がほとんどなく、最期の時を迎える方も多くいらっしゃると思います。そのような方も元気な頃から、近い方と自分の望

今後、「人生会議」の公開講座を予定しています



む医療や生活、生き方について話す習慣ができることを望んでいます。11月30日は人生会議の日です。ぜひ、近い方と人生会議してみませんか?

おうちで体操



一歩踏み出して足ストレッチ

千葉健生病院 リハビリテーション科
理学療法士 松本 佳織

足をあまり使わないと筋肉が固くなり十分に伸びなくなります。伸びなくなることで歩行が不安定になり、歩くことがおっくうになるという悪循環に陥ります。足の筋肉を伸ばして、元気に歩きましょう。

ポイント：背筋を伸ばし、余裕のある方はなるべく大きく踏み出しましょう。後ろ足の踵は床に付けたままにすることで、より筋肉が伸びます。10秒間とめて、左右3回ずつ行いましょう。ストレッチは痛いとは逆効果です。気持ち良い程度に伸ばしましょう。



①腰に手を当てて片足を前に踏み出す



②前に出した足を曲げる 左右10秒間保持×3回



③後ろ足の膝を深く曲げる 左右10秒間保持×3回

旧健生病院多目的室にて、友の会9条の会主催「ふれあい名画館」を毎月第3木曜日午後1時30分より開催してきました。
 娯楽、ドラマ、ドキュメンタリーなど、幅広い作品を上映しました。
 初回、2015年12月9日(木)、上映作品「蒲田行進曲」に20人の方々が参加



あいさつする沖山館長

7月15日、第62回ふれあい名画館「男はつらいよ(第一作)」の上映会を開催しました。17人が参加し、会場の友の会大会議室、新設した白い壁のスクリーンに笑いと感動があふれました。「シアター友の会」、こけら落とし上映とあって、古澤祐子事務局長、沖山直樹名画館館長があいさつをしました。

映画が大好きなみなさん
ごいっしょに楽しみましょう

ふれあい名画館 館長 沖山 直樹



スクリーン(白い壁)と黒いカーテン 友の会大会議室

第62回 ふれあい名画館

男はつらいよ

第一作 松竹・1969年



さくらと博の結婚式
 博の父(志村喬)の挨拶に感動の涙



さくら



マドンナ・光本幸子

- 上映作品 (予定)
- 第64回 9月 下記案内をご覧ください。
- 第65回 10月21日(木)
野火 1959年 大映 105分
 原作:大岡昇平 監督:市川崑
 出演:船越英二、滝沢修、佐野浅夫
- 第66回 11月18日(木)
乳母車 1956年 日活 110分
 原作:石坂洋二郎 監督:田坂具隆
 出演:芦川いづみ、石原裕次郎
- 第67回 12月16日(木)
地下水道 1956年 ポーランド 95分
 第二次世界大戦末期のワルシャワ。
 武装蜂起とドイツ軍の容赦ない攻撃。

され、まずまずのスタートでした。
 月例会とは別に番外上映会として「東京裁判(前・

後編)、「陸軍」などを上映しました。改憲反対の署名をすすめるながら、9条の会らしい上映会とは?と世話人会での議論を重ねた番外上映会でした。

長い間、上映会場であった旧健生病院多目的室が今年6月が最後、7月から友の会大会議室で開催することになりました。回を重ねて第62回となりました。これからもたくさんの方々の来場をお待ちしています。



切り絵サークル 大西 寿子

コロナ渦生活の・当惑・困惑・思惑
 — 佐原 生世 —

コロナ渦での自粛生活も二度目の夏になった。この「しおじ」が発行される頃には、延期になり注目されているオリンピックはどんな成果をもたらして終了し、又、東京都の四度目の緊急事態宣言も終了している?個人的にはワクチン接種の予約がやっと八月に。主治医のいない私、電話で、出向いて問合せをすると「申し訳ありません。患者様優先で予約を受けておりますのでその後のことは...」

もし、近所の歯科医院で接種の機能があれば、二年近く、月二回通院し、治療を受けている私も立派な患者様になるのだろうか?当惑! メリハリのない酸素不足の生活を、それなりに、願わくは、爽やかな秋空に「コロナ終息の宣言がなされ!」思惑!!

ふれあい名画館
 9月16日(木) 13時30分~
 友の会大会議室
「飢餓海峡」
 監督:内田吐夢 出演:三國連太郎 左幸子 高倉健

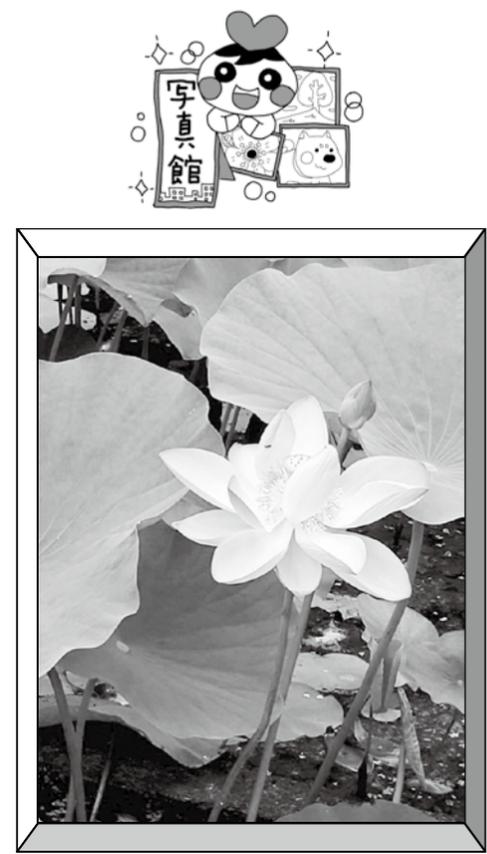
友の会デー (バザー)
 9月22日(水) 10時~11時
 友の会前駐車場 (雨天中止)

愛菜ちゃん(6歳)
 春から小学校に通っています。
 鬼滅の刃になりきっています。

今月の えがお (1面)

活動名	日	時間	会場
アジアの歴史を学ぶ会	9/27(日)	10:00~	友の会大会議室
囲碁	休 止		
うたごえ (こまどり)	休 止		
絵手紙	9/17(金)	13:00~	友の会大会議室
おりがみ (習志野)	9/13(日)	13:00~	津田沼サンロード研修室
おりがみ (友の会)	9/2(水)	13:30~	友の会事務所
切り絵 (きりえもん)	9/8(水)	13:30~	友の会大会議室
高齢者体操 (ストレッチ)	9/13(日)	13:30~	友の会大会議室
そばうち	9/16(水)	9:00~	友の会大会議室
大正琴 (琴の音)	休 止		
中国語教室	毎週水曜日	10:00~	友の会大会議室
スマホ・パソコンサークル	9/10・24(金)	13:30~	友の会大会議室
朗読の会 (いっぽの会)	9/3・17(金)	14:00~	幕張公民館
ヨガ (あかずきん)	休 止		

新型コロナウイルス感染状況によって、変更もあります。



花ハス
 東大旧緑地植物実験所
 幕張5丁目 奥山 怜子