



健友会 電話 03-3387-3051

医師 看護師 ヘルパー

健友

第134号 2022年5月

発行 社会医療法人社団健友会
中野・杉並健康友の会
〒164-0001 中野区中野 5-44-3
TEL 03-3387-3051 FAX 03-3388-1381
編集「健友」編集委員会
ホームページアドレス www.kenyu-kai.or.jp/

あなたは憲法の何条が好きですか？

明治維新の1868年から、日本がアジア・太平洋戦争に敗れた1945年までの77年間は、日本が度重なる戦争を繰り返してきた時代でした。多くの命の犠牲の上に、「紛争は武力では解決できない。2度と戦争はしない」と誓つて日本国憲法とともに戦後の道を歩み続け、ちょうど今年は77年目に当たります。その憲法が今、ウクライナ情勢に便乗した「核共有」や「敵基地攻撃の保有」を憲法審査会で議論されるなど、最大の危機を迎えています。

5月3日は憲法記念日。憲法への思いを3人の方に聞いてみました。

憲法前文

日本国憲法の条文では、なんといって
も「前文」が一番大事であり、好きで
ある。憲法全体へ染み渡るような格式の
高さと、日本だけでなく全世界の普遍的
な理想を掲げており、それらを率先して
行動し実現させようという意思が感じられ
る。国際社会において、各国と協調して
いくことの大切さも表明している。



前文の精神・思想から考えれば、三権分立・基本的人権の尊重・平和主義という憲法の柱がよく理解できる。中学校の社会の教科書を思い出す。そういえば高校の「公民」は得意科目だったなあ。

中野共立病院 院長 山本英司

日本国憲法

日本国民は、恒久の平和を願し、人間相互の関係を支配する崇高な理想を深く自覚するのであつて、平和を愛する諸国民の公正と信義に信頼して、わわらの安全と生存を保持しようと決意した。われらは、平和を維持し、專制と隸從、圧迫と偏狭を地上から永遠に除去しようとする国際社会において努めてゐる全世界の国民が、ひわれらは、全世界の国民が、ひとしく恐怖と欠乏から免かれ平和のうちに生存する権利を有することを確認する。

前文 拔粃

第二章 戦争の放棄 [戦争の放棄と戦力及び交戦権の否認]

第九条 日本国民は、正義と秩序を基調とする国際平和を誠実に希求し、国權の發動たる戦争と、武力による威嚇又は武力の行使は、国際紛争を解決する手段としては、永久にこれを放棄する。

2 前項の目的を達するため陸海空軍その他の戦力は、これを保持しない。国の交戦権はこれを認めない。

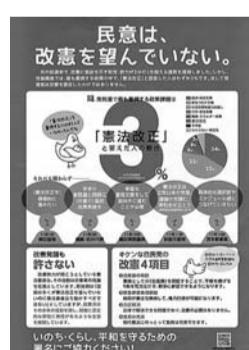
憲法九條

「あなたの好きな憲法の条文は」とたずねられると、即座に九条の「戦争を永久に放棄する」が浮かびます。私は戦争中、政府の命令で中国領の内蒙古で暮らしました。夫は役人でした。当時日本はイギリスに追従して他国を侵略していました。敗戦で引き揚げの途、子どもを亡くし私は結核になり、10年の闘病生活を送らなければなりませんでした。平和が当然とされている現在にも関わらず、ウクライナの侵略が強行される事態は座視できません。日本の憲法が世界の星になることを心から願うのです。

桜川健康友の会 滕又喜子（101歳）



・「憲法改正を許さない全国署名」のお願い



「憲法改正」に反対する署名と、切手のない返信封筒を同封しています。ぜひ署名にご協力ください。



憲法九条：戦争の放棄、戦力および交戦権の否認

ロシアのウクライナ侵攻から2か月あまり、毎日当たり前のように報道されています。訪問先の利用者さんと「なぜ、一国の大統領の決断で戦争が起ころのか。なぜ、世界の国々は止められないのか」「戦争に関係のない一般市民が毎日亡くなっている」「子どもたちの映像は特につらい」と話しています。私たち医療者は平和であってこそ本来の医療活動ができるも

小学3年生になる息子は「戦争はだめなこと、ウクライナでの戦争はやめさせなければいけない。子どもでも分かることなのに、どうして大人が分からぬの」とテレビから流れてくる映像を見ながら言いました。私は何よりも平和が大切であると考え、改めて憲法九条を守らなければいけないと思います。

中野共立病院 訪問リハビリ事業所 小島秀之

市に「憲法擁護・非核都市の宣言を掲げる首長として、貴国に対し一刻も早い平和的解決、決して核兵器を使用しないよう強く求めます」との区民の声を代表した抗議文を送りました。嬉しかったです。▼5月には中野区で6月には杉並区で区長選挙が行われます。平和を願う私たちの思いを託せる街にするため、わたしは選挙に行きます。

いくつが今こそ大切だと感じていましたが何をしてよいか考えあぐねていました。4年前に区民の代表として誕生した酒井直人中野区長が、3月1日にい

2月24日から始まったロシアによるウクライナへの無法な軍事侵攻、本当に許せません▼日本国憲法では、主権者である国民は幸せな生活を送る権利があり、それを保障するために戦争は行わないと定めています。さらに「全世界の国民が、ひとしく恐怖と欠乏から免かれ、平和のうちに生存する権利を有することを確認する」と、世界中の人々の、生きる権利を認め合う事を宣言しています▼わたしは、この日本国憲法を守り、世界に拡げて

84歳一人暮らし、膝と腰に疾患がある女性は、「ケア24」のすすめで介護保険を申請しました。

84歳一人暮らし、膝と腰に疾患がある女性は、「ケア24」のすすめで介護保険を申請しました。



友の会でころばん体操

息子と一緒に暮らす80代女性は、最近忘れっぽいなど不安を感じ、人づてに「地域包括センター」へ相談してみたら良いですよ」と聞いて、「ケア24」へ相談に来ました。

活状況や不安を聞きとり、この方には、地域の体操教室、茶話会への参加を紹介しました。その後、運動や人と交流する機会が増え、自宅での生活を継続できています。

地域の見守りから「ケア24」へ

コロナ禍で外出が減り、物忘れが増えた、認知症になってしまったのでは?と心配になっている方はいませんか。認知症予防、認知症になつても住みなれた地域や自宅での生活を続けていくことは可能です。健友会が杉並区から業務委託されている地域包括支援センター「ケア24西荻」で私が担当した事例を紹介します。

コロナ禍で外出が減り、物忘れが増えた、認知症になつてしまつたのでは?と心配になっている方はいませんか。認知症予防、認知症になつても住みなれた地域や自宅での生活を続けていくことは可能です。健友会が杉並区から業務委託されている地域包括支援センター「ケア24西荻」で私が担当した事例を紹介します。

ケア24西荻 看護師 鈴木香菜

コロナ禍で外出が減り、物忘れが増えた、認知症になつてしまつたのでは?と心配になっている方はいませんか。認知症予防、認知症になつても住みなれた地域や自宅での生活を続けていくことは可能です。健友会が杉並区から業務委託されている地域包括支援センター「ケア24西荻」で私が担当した事例を紹介します。

高齢者のなんでも相談窓口

「地域包括支援センター」

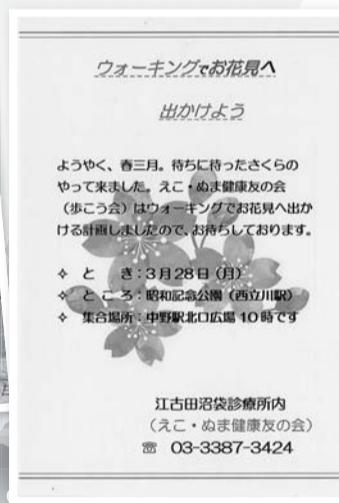
シリーズ 住みなれた自宅で

(5)

歩こう会は絶やさずに

えこ・ぬま健康友の会 粉川律子

コロナ前は多くの会員さんと、居場所・サロン、ひまわり食事会、歩こう会と季節の行事で、週1回はお会いしていました。コロナ禍でも、せめて歩こう会は開催しようと、役員会で計画しています。3月は昭和記念公園、4月は塩船観音つつじ公園、そして5月は神代植物園へ。混んでいる電車を避け、下り方面の公園等から選びます。会長がはがきで案内を送付。今回は参加できない方から「足が痛く残念」との連絡をもらったり、会員さんの状況も確認できます。また、初めて参加した方から「広い公園で美味しい空気を吸うと元気が出る」との感想がありました。



善福寺公園合同ウォーキング

桃井健康友の会 遊佐正子

4月6日、善福寺公園にて西荻・天沼・桃井健康友の会は合同ウォーキングを行いました。参加者は26人。コロナ禍以前は毎年、合同のバス旅行を行ってきましたが久々の再会です。空の青、ピンクの桜、木々の緑に縁どられた池の周りを思い思いに散策、会話がはずみます。枝垂れ桜も見ごろでした。広場のベンチで、用意した歌集を手に皆で合唱大会。ケアマネージャーの窪田麻美さんの巧みなリードで次々と歌い上げました。またの日を約束して解散、春の日を満喫しました。

健友会の事業所では無料低額診療事業をしています

医療費のお支払でお困りの方はご相談ください

無料低額診療事業とは…経済的理由により必要な医療が受けられない方々に、安心して治療を受けていたための事業です。

利用するためには…収入状況等確認・申請による審査のうえ、適用となれば医療費の保険診療分が無料または低額になります。

(対象となる方) 経済的な理由で治療費の支払いが困難な方

実施事業所

中野共立病院	-----	03-3386-3166(代)
中野共立病院附属	-----	
中野共立診療所	-----	03-3386-7311(代)
川島診療所	医科	03-3372-4438
	歯科	03-3373-2741

編集部から

原稿のお願いに勝又さんをご自宅に訪ねると、変わらない元気な姿で迎えてくれました。「4月で101歳になったのよ」と笑顔で言います。依頼に快く応じてくれ、翌日さっそく書き上げたとの電話をいただきました。著書『戦前戦後をまっすぐに生きて』に、引き揚げで祖国が見えたとき、途中長女を病で失うという大きな悲しみの中にあっても、「生きて帰ることができたのだから少しでも世の中に役立つことをしなければ」の思いを持ったと記されています。日本が内蒙ゴを侵略していた事実は、引き揚げ後知ったそうですが、今のウクライナに重なります。

薬剤師募集中!

薬剤師さんをご紹介ください。

薬剤師も地域へ、在宅医療を旺盛に展開

株式会社 東京医療問題研究所 本社事務局電話 3389-6911
〒164-0001 中野区中野5-47-10
ホームページ <http://www.toiken.co.jp>

- 青葉調剤薬局 中野区中野5-47-10 3389-7110
- ちひろ薬局 中野区沼袋2-30-7 3387-3426
- わかば薬局 中野区弥生町3-27-11 3372-5664
- すみれ薬局 中野区東中野3-17-17 3362-2510
- 桃園薬局 中野区中野3-3-2 3384-5527
- 西荻みなみ薬局 杉並区西荻南1-14-19 3335-7200
- なごみ薬局 杉並区天沼3-28-8 5347-0671