

健康づくり 生きがいづくり 友だちづくり まちづくり

# 友の会だより

中野共立健康友の会・広報委員会発行  
〒164-0001 中野区中野5-45-4

Eメール：a\_nozawa@kenyu-kai.or.jp  
Tel:03-3386-9139

くらしに役立つなんでも相談  
健康の悩み、生活・家庭の心配ごと  
など、なんでも気軽にご相談ください。



友の会コーナーへ

氷川神社例大祭と一緒に

## 中野共立健康まつり

つなげよう地域みんなで



大盛況 500人

打越町会・稲葉会長も  
飛び入りで餅つき



高円寺「葵新連」の阿波踊りに拍手喝采

9月20日、氷川神社例大祭とともに、中野共立診療所で共立健康まつりを開催。500人の参加で健康の輪を地域に広げました。10時の開会と共に、参加者が2階フロアーの血糖測定や、骨密度測定など、病院・診療所ならではの取り組みに殺到し、長い順番待ちになりました。健康に対する意識の高さ、健康まつりの催し物など共立病院、診療所に対する期待で大盛況でした。



職員の模擬店で買い物する山田院長



開会と同時に骨密度測定へ殺到



医局による救命救急講習会



血糖測定(上)・  
マッサージ(下)は大人気



山本先生(左)と平和隊の職員



シールズの若者に大きな拍手と声援

10月2日(金)、国民の声を無視し、戦争法案を強行した安倍政権を糾弾し退陣を求める「安倍政権NO!☆大行進」が日比谷野外音楽堂で開催され、2万人が会場と周辺を埋め尽くしました。

集会では各界から12人のリレートークがあり、健友会からも平和Tシャツを着た共立病院の山本英司副院長はじめ職員が登壇。2011年から反原連主催の金曜日の国会前行動に参加してきて166回目。

脱原発、辺野古基地建設反対、核兵器廃絶、戦争法廃止、憲法9条を守るのプラカードを掲げ、「平和を背負って一緒にがんばりましょう」とアピールしました。その後、今話題のシールズが先頭でリードしてデモ行進。銀座通りを途切れない隊列で「憲法守れ」「安倍はやめろ」と怒りのシュプレヒコールをとどろかせました。

### 安倍政権NO!☆大行進 日比谷野外音楽堂で発言 平和を背負ってがんばります!



参加者も一緒に太極拳



## 友の会 の 輪

10月～12月  
仲間増やし月間



友の会の英会話サークルに入って、見聞が広がりました。海外には行ったことがありませんが、オリンピックに向けて、世界の人と仲良く出来るような気がしませんか。英会話習ってみませんか。(K)

夫が亡くなり、腰も痛く家に閉じこもっていましたが、これではいけないと思い、何もわからず、友の会に入りました。皆さんが本当に親切で、前を向いて頑張ろうと思えます。(S)

お友達を紹介ください

○入会金500円のみで年会費はなし。  
○インフルエンザ予防接種は3300円のところ友の会員特別価格、2700円で受けられます。

# 下町情緒と 高層ビルが共存する街へ

## 健康ウォーク

10月1日、30人で隅田川と晴海運河に挟まれた、中央区の佃島、月島に行きました。住吉神社や船着き場、街のたたまいに歴史を感じる一方、再開発で高層ビルが立ち並び、東京スカイツリーの撮影スポットもある、独特の景観が楽しめます。



隅田川にかかる佃大橋をバックにして

久しぶりに訪れた参加者は、その様変わりには驚いていました。約4キロのウォーキングを楽しみ、散歩していた方が私たちの合唱の輪に入ってくる一幕もありました。

### 中野・杉並健康友の会まつり

#### —作品展— 9月16日～18日

中野・杉並健康友の会「作品展」がなかのゼロホールで行われ3日間で入場者は310人。多くの方が、作品に感動し、勇気をもらったなどと感想がありました。



共立健康友の会の作品



◇芸能まつり◇ 11月11日(水) 12時開演  
スマイルなかの芸能小劇場

### 短歌

#### 投稿欄

餅つきに歌に踊りに検査まで  
身心潤す健康まつり  
国会の自公の暴挙に怒りこめ  
ひざ痛忘れ地団太を踏み

中野区弥生町 塩原 美恵子(92歳)

## 私たちの 仲間

私は、久遠キリスト教会(阿佐ヶ谷北)でハンドベルを演奏するシヤロンベルクワイアに所属しています。

2年前、友の会の方の要請で初めて中野共立病院を訪れ、ボランティアとして3階病棟のお茶会で演奏をしました。大小のベルやテーブル、譜面台などを教会から運んで演奏したところ、入院患者様か

## ハンドベルを病棟で演奏



ら大変喜んでいただきました。全8曲を用意し、最初に、私たちが教会で慣れ親しんでいる讃美歌「いつくしみ深き」を演奏しました。皆さん静かに耳を傾けてくださり、曲が進むうちに思い、思いに歌い出し、笑顔が広がっていきま

うこと、感動する。病院で演奏するというのは初めての経験でしたが、お互い気持ちを通い合い、楽しかった、良かったの思いがあふれ、病院スタッフ、患者

### 久遠キリスト教会 シヤロンベルクワイア

宮内 マサ

とは素晴らしいリハビリになると聞いています。

#### また来てねと 笑顔と握手

訪問して5回。私たちは老人ホームにも何回か訪問演奏に行っていますが、最近94歳の婦人が亡くなりました。訪問の時、演奏した曲を本人がとても気に入

さんがまた来てねと笑顔と握手で送ってくれました。



ていたというご家族の希望により告別式の中で演奏し、家族友人に大変喜ばれました。ベルクワイアは佐藤先生を入れて現在10名で

訪問して5回。次回は11月に伺う予定です、少し早いです。私が演奏する曲の演奏をします。そして願わくば、教会での演奏も聴きにきていただきたいです。

# 2015年夏、記憶すべきこと



中野共立診療所  
所長 伊藤 浩一

述がある。

明治維新から7年目、1874年に明治政府は台湾に派兵、以後太平洋戦争敗戦の1945年まで70余年間戦争を続けた時代を、朝日新聞の従軍記者だった丸山静雄は、「70年戦争」と表した。憲法9条の解釈改憲が極まった2015年の夏までは、丸山を模すると「70年平和」となる。古稀が稀ではなくなっても70年前の歴史は遠くより、首相は戦争に関わりのない子や孫やその先の世代に謝罪を続ける宿命を背負わせてはならないと言った。しかし、加害の歴史を関連する共同体同士で共有し記憶し続けるのだから。



を絶対に正しいものにした。まつり上げ、いっさいの反対や批判を封じ去って、一挙に独裁政治体制を作り上げてしまおうことができるからである。

### 危うい民主主義

この夏、首相の権力は強大で民主主義と立憲主義がこんなにも危ういものだということを学習させられた。

「民主主義」という1948年文部省が作成した中3と高1に配布した教科書では、次のような記

### 征夷大將軍か

長谷部恭男・杉田敦両教授の朝日新聞紙上対談は、民主主義とは選挙で選ばれた代表による期限付き独裁で、国民に選ばれた政治家は憲法に縛られないという政治観を、現政権が持っている指摘していた。「首相に権

力の自己抑制の意識がなく、与党にも国会にも、外部抑制の行動や制度が

### 共闘は可能か

60年安保を記憶する世代は減っているだろうが、60年安保とともに、2015年夏の記憶を共同体の記憶とすべきものがある。

憲法の平和主義、立憲主義のために、シールズに励まされ多くの人々が立ち上がったが、護憲の立場でも自衛隊や安保条約についての考え方は隔たりが大きい。それを乗り越えた共闘は必要だがどうすれば可能だろうか。自衛のための最小限の武力は保持可能とした解釈改憲を始めた前まで立ち返るしかないのではないかという気がするが、解釈改憲の歴史も忘れてはならない歴史である。