

# サークル便り

## 折り紙サークル

折り紙サークルは第3火曜日午後2時から診療所1階にて楽しく行っています。



## 絵手紙サークル

第2・4土曜日午後2時から稲浜公民館で。絵手紙は「下手でもいい」と言われているように手軽にできます。私たちと一緒に楽しんでみませんか。



## 大正琴サークル

毎月第2、第4月曜日午後1時から4時まで、稲浜公民館で大正琴の稽古をしたり、うたを歌ったりして楽しんでいます。

## ポランティア部

清拭布作成作業は第2金曜日午後2時から3時ごろまで診療所内で行っています。おしゃべりしながらの作業で楽しくできます。ぜひ、ご参加下さい。

◎清拭用の布を診療所にお持ち寄り下さい。薄手の綿製の布(Tシャツ・シーツ・布団カバー等)が適しています。タオルケット等は厚すぎて不適です。よろしくお願いします。



検見川の浜から撮影／蓑田 瞳さん

## 診療体制表

	月	火	水	木	金	土
午前(予約制) (受付) 8:30~11:30	細山 (第3は休) 井上	井上	細山	細山	細山 (第1・3・4) 尾崎(第2) 井上(第2・5)	細山 (第1・2・4) 井上 (第3・5)
午後				乳児健診 (予約/月2回)		
夜間 (受付) 17:30~20:00		細山 (第3以外) 田中(第3)				

# 戦争法 廃止に！！

“安心して住み続けられるまちづくり”  
に取り組む友の会は、戦争法に反対です。

同封の「戦争法の廃止を求める統一署名」  
にご協力をお願いします。

2000万人署名に向け、診療所・労働組  
合・友の会の三者で取り組みます。

○署名用紙は5人まで記入できます。ご  
家族、お知り合いにもご協力をお願い  
します

○記入された署名は、お手数ですが診療  
所受付までお願いいたします

未来に、胸を張ろう。  
だから今、戦争法を廃止しよう。

戦争法の廃止を求める統一署名

戦争法とは、自衛隊の活動範囲を拡大し、海外に派兵することを可能にする法律である。これは、日本国憲法第9条の平和主義を根本的に否定し、日本を軍国主義国家へと変質させるものである。戦争法は、日本国民の生命と財産を危険にさらすだけでなく、アジアの平和と安定にも深刻な脅威を及ぼしている。戦争法を廃止し、日本を真の平和国家へと変えよう。

戦争法反対！戦争法を廃止しよう！

友の会 稲毛診療所

稲毛診療所  
健康友の会  
ニュース

稲毛診療所  
健康友の会  
千葉県美浜区  
稲毛海岸 4-11-3  
連絡先  
043-241-6961



検見川の浜から 撮影/蓑田 瞳さん



新春のご挨拶

稲毛診療所健康友の会  
会長 鈴木 洋

新年あけましておめでとうござい  
ます。

全国各地では、健康友の会と民医  
連に働く職員が力を合わせ、健康づ  
くり、高齢者の居場所づくり、見守り、  
助け合いなどを通じた「安心して住  
み続けられるまちづくり」の取り組  
みが広がり始めています。

稲毛診療所健康友の会は、絵手紙・  
折り紙・大正琴などのサークル活動、  
バス旅行などのリクレーション、機  
関誌の発行、会員のための健康診断、  
予防注射等も宣伝しながら、新たな  
会員を迎えてきました。

今年度は、何と言っても憲法違反  
の安全保障関連法「戦争法」を廃止  
することが私たちの悲願です。千葉  
民医連と千葉県健康友の会は、戦争  
法廃止総がかり行動実行委員会より  
提案された2千万署名達成に向けて、  
4万8千名を目標とする署名行動を  
起こすことを確認し、既に取り組み  
を始めました。  
戦争法廃止の世論をさらに高め、  
健康友の会の前進と発展をめざし、  
2月開催の定期総会を迎えようでは  
ありませんか。



新年に想う

稲毛診療所  
所長 細山 公子

新年おめでとうござい  
ます。今、安倍政権は、医療や福祉を充  
実することにはそっぽを向き、弱い  
立場の人が生きづらい社会になって  
きています。

消費税を上げて法人税を下げる…、  
国は、生活が苦しくなっている国民  
の声に耳を傾けるより、利益を上げ  
ている大企業がさらに利益を上げる  
ことのほうが大切なのか、と考えざ  
るを得ません。

私たちは、国民の生活を大切にす

る政府を望みます。  
昨年、診療所に電子カルテを導入  
しました。

所長が一番年長です。その分  
慣れるのに時間がかかり、診察がは  
かどらずに皆様にもご迷惑をかけま  
した。今年もその状況は続きますが、  
だんだん人並みに成長する予定です  
ので、温かく見守ってくださいよう  
お願いします。

本年もよろしくお願いたします。

# 友の会バザー

## ご協力ありがとうございました

2015年12月7日(月)に行いました、友の会バザーの収入は31,900円でした。

たくさんの献品の提供に心より感謝申し上げます。

毎年2回開催予定  
(5月と12月)



### ◆友の会拡大月間の報告◆

2015年10月～12月に、友の会会員を増やす月間に取り組みました。

期間中は会員の皆さんからのご紹介等ご協力をいただき、多くの会員さんが増えました。ありがとうございました。

新入会された、世帯数20世帯

会員数71名

「いつでも元気」

新規購読

1部

## 健康講座

2015年12月10日(木)に健康講座を開催しました。

稲毛診療所 細山所長から「住み慣れた地域で、いつまでも元気に生活するために」という演題で、健康寿命を伸ばすにはどうしたらよいか、生活への向き合い方、要介護になっても慌てないようにするために何が必要かなどのお話を聞き、いなげ共同薬局の尾崎薬剤師から薬手帳の活用についてアドバイスがありました。

最後に、千葉健生病院 理学療法士の竹部さんの指導で、座った姿勢のチェックと簡単にできるストレッチの指導をしてくださいました。



# 診療所からお知らせ

※終了期間が近づいています!!

●千葉市 平成27年度 特定健診・健康診  
査・がん検診等の検診期間は2月29日まで

## ■B型肝炎 予防注射について■

化学及血清療法研究所製ワクチンの出荷自  
粛要請の影響で、B型肝炎 ワクチンが不足し  
ており、現在、予約を中止しています。

～お願い～

予防注射時は必ず母子手帳をご持参ください。  
感染対策のため、一般診療時間と分けて接種  
時間を設けております。予約時間には遅れない  
ようご協力をお願いいたします。



**診療所主催  
震災支援バザーの  
お知らせ**

**3/7(月) 午前予定**

**お花や野菜等販売いたし  
ますので、ご協力ください。  
収益は全日本民医連を通  
じて被災地へ届けます。**

稲毛診療所健康友の会主催

# 第41回総会 新春のつどい

★日時：2016年2月20日（土）午後2時～4時  
1時45分～受付開始、2時～総会、  
2時45分より新春のつどいが始まります。

## 【場所】

ヴェルシオーネ若潮  
(旧 若潮会館)

～2階 扇寿(せんじゅ)の間です～

JR 稲毛海岸駅海側、三菱東京UFJ  
銀行の裏です。

【参加費】 2,000円

(食事は軽食を準備します)

☆申し込み締め切り：

2月13日です。

