

無差別・平等の医療と福祉の実現をめざしています



船橋二和病院ホームページアドレス  
https://www.futawa-hp.jp



船橋二和病院  
船橋二和病院健康友の会  
〒274-0805  
千葉県船橋市二和東5-1-1  
TEL 047(448)7111(病院)  
TEL 047(449)4417(健康友の会)  
発行責任者 加藤伸次  
月一回発行 1部50円

### 日本被団協ノーベル平和賞受賞記念講演会

# 核なき世界をめざして

## 世界から核兵器をなくす 運動のこれまでとこれから



2.19会場全景

2月19日(水)、南浜診療所健康友の会と共催で、日本被団協ノーベル平和賞受賞記念講演会を船橋商工会議所で開催し全体で126名、二和からは12名の職員を含む46名が参加しました。この会は、船橋原水協に加盟する新日本婦人の会船橋支部や全日本年金者組合船橋支部、千葉土建船橋習志野支部、船橋地区労働組合連合会、船橋平和委員会などの各団体の協賛を得て開催しました。

**生きられなかった人たちの  
無念を語るのが使命**

千葉県原爆被害者友愛会理事の小谷孝子さんは6才の時に広島で被爆、母親と兄、弟を亡くしました。生き残ったことに罪悪感を持って小谷さんに、「生きられなかった人たちの無念を語るのがあなたの使命」と姉から励まされ、当時3歳だった弟にみたてた人形「あっちゃん」と腹話術で被爆体験を国内外で語り続けていると話されました。会場では悲惨な被爆体験に涙を浮かべながら聴き入る姿がみられました。



腹話術で被爆体験を伝える小谷さん

被爆者自身が被爆の実相や悲惨さを語るためにも努力、被爆者でなければできない役割を果たしてこれら日本被団協の皆さまに感動するばかりでした。世界に核兵器が一万二千以上あるという危険な世界になっていることに愕然とします。しかし、2024年の国連総会では「核兵器禁止条約」の決議が国連加盟国の3分の2、前年より多い127か国の賛成で採

**ノーベル平和賞受賞は  
被爆者のたゆまぬ努力が評価されたもの**

原水爆禁止日本協議会の土田弥生事務局長は、被団協のノーベル平和賞は、被爆者が被爆体験・被爆の実相を語り続け、核兵器が人類の生存と相いれないことを訴え続けてきたことを評価したものであり、被爆80年になる今年、核兵器廃絶の運動を大きく後押しするものだと語りました。核兵器禁止条約締約国会議へのオブザーバー参加

**「核なき世界をめざして」の講演を聴いて**

平和部部長 渡邊正行  
択されるなど、危機に立ち向かう世界の動きは確実に強まっています。

日本が核兵器禁止条約に参加すれば、非核平和な日本、戦争しない国、非核平和の東アジアの実現への貢献になる等々の説明を聞きながら、そんな時代のくることを心から願いました。



講演する土田さん

2025年 学習会  
被爆の実相をひろげ、  
核兵器のない世界の実現を

2月、保健大学卒業式が行われました。今年度の受講者は26名で式当日は18名が参加され、保健大学学長の宮原院長より卒業証書が授与されました。卒業式を含め全8回の講座を受講され、健康についての知識を高めてくれた皆さんの表情は誇らしげで、はつらつとしていた印象でした。今回、卒業生の中から新たに7名の保健委員が誕生し、卒業後も地域の健康づくりをサポートしていただけることとなりました。また、コロナ禍で実施できていなかった病院探検に代わり、病院紹介のスライドショーを視聴しました。外来受診だけでは関わることのない様々な部署も二和病院を支えている様子がお伝えできました。



今年度初めて実行委員として関わらせていただき、

### 「保健大学を終えて」

保健大学実行委員 辻千尋

皆さんの健康意識の高さや人との関わりを大切にされている温かい思いが胸に響きました。コミュニケーションを通してお互いの価値観を知り、信頼関係を築いていくことができます。これからはすべての年代が手を取り合い、健康で住みやすい街づくりのために協力していけることを願っています。

核保有国	核兵器数
ロシア	5580
米国	5044
中国	500
フランス	290
イギリス	225
インド	172
パキスタン	170
イスラエル	90
北朝鮮	50

「軍事」対「軍事」  
「核」対「核」  
核兵器使用の危機

# 生き生き友の会・地域の活動 寒さ厳しい中元気に活動 2月

地区・委員会	開催日	企画内容	参加人数
全体	2/1	2025年友の会「新春のつどい」	167人
保健委員会	2/4	保健大学第7講座	29人
社保部	2/12	「税金の仕組みと連動した福祉・減額制度を学ぶ」	21人
事務局	2/13	船橋市政学習会	16人
二宮・三田	2/17	健康講座「足指力測定と体操」	26人
保健委員会	2/18	保健大学第8講座	26人
平和部	2/19	被団協ノーベル平和賞受賞記念講演会	126人
大穴・三咲	2/22	手配り者交流会「新春お楽しみ会」	19人
丸山	2/23	ウォーキング 成田山「梅まつり」①	21人
法典	2/25	ペン字教室	19人
御滝	//	書道を楽しむ会	3人
大穴・三咲	//	手作り企画「ひな人形作り」③	15人
病院	//	オレンジカフェ	13人
八木が谷	2/26	『いつでも元気』読者会	10人
習志野台	2/27	レッツ!笑いヨガ! & 『いつでも元気』読者会②	13人



丸山地区



習志野台地区

大穴・三咲地区



2月25日(火)に恒例行事のひな人形作りをしました。手作り企画は地区の強みを活かした企画です。針を持つのも苦手と言いながら皆さん一生懸命。いろいろな表情のおひな様が出来上がりました。

あなたと民医連をつなぐ月刊誌

## いつでも元気

MIN-IREN

2025 4月号 380円 好評発売中

響き合う健康観 国際HPHカンファ

けんこう教室 作業療法士の仕事(下)

新連載 消えたまち それでも

映画 104歳、哲代さんのひとり暮らし

まじの子カラ 静岡県西伊豆町

食と健康 ワンハンドおつまみで集まろう!

発行=病保健医療研究所 〒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



~月刊誌『いつでも元気』に掲載された体操を紹介しています~

## さあ、みんなで レッツ体操

### 太ももストレッチ・筋トレ

今回は太ももを中心に鍛えます。太ももは大きな筋肉で、体重や膝関節を支える役割のほか、立つ/座るといった日常動作にも使われます。しっかりと鍛えて、いつまでも自分の足で動けるようにしましょう! 呼吸は止めずに、無理なく行ってください。

#### ももの前側の筋トレ

- ①イスに座って右膝を伸ばし、そのまま5秒数える。
  - ②ゆっくりと下ろす。
- ※左足も同じように行う



お腹に力を入れて  
上半身はまっすぐ

#### ももの裏側のストレッチ

- ①イスに浅く座り、右足を前に伸ばして踵をつく。
  - ②上半身を少し前に傾けながら、両手を右のももから膝の上あたりへ動かす、ももの裏側を伸ばす。これを10秒間ずつ1~2回行う。
- ※左足も同じように行う



猫背にならないよう  
視線は前へ



押し花 二和東 兼松房子

会員の作品

### 作品募集

俳句・川柳・短歌、絵手紙、絵画、写真、書道など各種作品。俳句・川柳・短歌・写真はデータで、その他の作品は現物をお送りください。作品は後日お返しします。

◇郵送先・お問い合わせ  
〒274-0805  
船橋市二和東5丁目1-1  
船橋二和病院健康友の会宛  
電話:047-449-4417

◇futawa-tomo@min-iren-c.or.jp



絵手紙 二和東 K.O

### 年会費納入のお願い

前年の4月にご入会いただいた方は、年会費納入の時期です。また、それ以前にご入会の方で、年会費をお支払いいただけていない方も、年会費の納入をお願いいたします。

友の会事務所  
(月)金/10時~16時  
で受付いたします。

お問い合わせは友の会事務局まで。納入の際は会員証をお持ちください。

また、お近くの友の会役員が、お訪ねする場合もありますので、よろしくご協力ください。

友の会事務所  
047-449-4417