

生協の現況 2015.10.1現在	
組合員	33,772人
出資金	15億5,122万円
一人平均	45,932円

今期増加	
組合員	599人
出資金	5,550万円



一人は万人のために万人は一人のために

2015年
(11月号)
第435号

東京ほくと医療生活協同組合
住所 114-0003 北区豊島3-4-15
発行 「東京ほくと」編集委員会
☎03 (3913) 9100
Home Page : <http://www.t-hokuto.coop/>

安心して暮らせる まちづくりを一緒に

医療福祉生協にご加入を！

10月～12月
生協強化月間



サロン「ほっとカフェこだま」で、思い思いにおしゃべりやちぎり絵を楽しむ人たち

協同のとりくみで “サロン”の仲間が加入

王子3丁目町会と協同で開催している王子支部の「ほっとカフェこだま」で、いま組合員が増えています。この月間で組合員になっただいた中澤正彦さんは町会の役員で、町会のサロン立ち上げのときから参加、2年になります。「私



新しく加入した中澤正彦さん

はひとりが好きなんだよ。パスルしたり本を読んだり

10月から12月まで「生協強化月間」として医療福祉生協を強く大きくする運動が始まりました。各事業所や、地域の組合員さんを通して多くの仲間を「東京ほくと」へ迎え入れようという行動中です。

「お誕生日おめでとう」 からつながり広げて

「こんにちはー北足立生協診療所の平です」という明るい声に、家の奥から「はあ〜い」という返事が響きます。北足立第2支部では「誕生月訪問」を行い1年になりました。70歳以上の組合員を運営委員で毎月訪ねています。「お誕生日おめでとう」がいきます。



原機世さん(左)と、支部運営委員の平町江さん(右)

と用意したプレゼントを渡します。自作の絵手紙を添えるときもあります。訪問先の原機世さんは「家族以外の人から誕生日を祝ってもらうなんて嬉しいよ」と言います。この日は原さんのご家族に加入いただく約束をしていて、手続きを行いました。



「お誕生日おめでとう」の訪問に嫌がる人はいません。この訪問で自身の誕生日に気付く人もいます。診療所のこと、病気のこと、家族のこと、あがりこんで話し込むこともしばしばあります。こういう地域のお付き合いから新しく組合員になっていただく方が増えています。

王子生協病院は「無料低額診療」事業を行っています
医療費でお困りの方は「相談ください」
☎3912-2201

注射器

9月19日の明け方、安倍自公政権は、参院本会議で安保法制「戦争法の採決を強行した

▼強行の瞬間から国民の声を一顧だにしない、暴走に暴走を重ねる安倍政権は断じて許さない。廃止にむけて最後まで断固たたかひ抜くという新たなスタートの朝となった▼
▼言うまでもなく憲法は、国民主権、民主主義、基本的的人権、戦争放棄を基本理念としている。この憲法の解釈を勝手に変えて戦争する国へ突っ走るのは、この憲法理念の破壊であることがハッキリした。それは、一内閣の閣議決定の権限外ではないか。ほとんどの憲法学者、元内閣法制局長官、元最高裁判事、有識者が違憲と立憲主義の否定とへのべている▼
▼ところで法案強行から10日目の9月29日、安倍首相は国連総会で壇上立った。記者会見で「積極平和主義は理解された」と述べた。ところが主旨は「安保理常任理事国にしたい」と述べたのだが、聴衆はガラガラで演説を聞く代表がわずかだったことが明らかになった。慢心の異常さおとし「べし」全国津々浦々で憲法守れの行動が続く、その一方で野党による政権つくりもテーマになる新展開も期待される。(大)

理事会だより 10月17日

憲法をくらしに活かし 安心で気持ちを通う街に

理事長あいさつ

大山美宏



法案に賛成した政党の議員を落とす運動のほかに、衆議院、参議院で与党の過半数を破って、廃案勢力が過半数をとるにはどうしたらいいのかが、「国民連合政府」の提唱、小沢一郎氏の「オリーブの木（オリーブの木は平和の象徴で丈夫で実がなると言われ、95年にイタリアでできた政党連合で政権をとったが内紛や指導者不足で衰退）の運動など活発に論議されています。ジャーナリストの鳥越俊太郎氏は「日本で初めての市民革命を起こそうではないか」とまで言うています。TPP合意、川内原発2号機の再稼働など国民の望んでいないことを平気でやる安倍内閣をいかに早く辞めさせるかです。

10月2日、日比谷での競争法反対集会とデモに、王子生協病院3階看護師とクアワーカー6人で参加してきました。執拗に、したたかに、忘れない、あきらめない姿勢を示すためです。19日は参議院で可決された日ということ、全国的に行動が提起されています。

戦争法廃案の継続した運動を

戦争法案の廃案の運動を担った勢力のなかで、引き続き戦争法を廃案にし、集団的自衛権を容認した閣議決定を取り消すための運動をいかにつくるのか、戦争

沖繩では、沖縄県民の新天地反対の民意を真正面から受けとめて、翁長知事が

生活保護基準相当で暮らす高齢者及びその恐れのある高齢者が「下流老人の定義ですが、政府の統計で貧困率は高齢男性の場合は38・3%、高齢女性のみは世帯で52・2%半数以上になっている」という記事です。1品でも徒歩2分の近処分所得が122万円以下、2人で170万円以下、首都圏の一人暮らし高齢者の月額生活保護が13万円、年間156万円です。

憲法をくらしに活かす

気付きあうくらし

また、全国の医療福祉協会のなかには、就学援助金を得ている子どもたちを対象に「無料学習塾」や子どもの居場所づくりで「子ども応援ひろば」などの取り組みが始まっています。小児科の患者さんを対象に元教師の組合員の方たちを中心にできております。是非、近いうちにそのような運動もつくりたいものと思えます。

毎日本新聞に23区内で「スパイもコンビニもない北區栄町」という記事が載りました。栄町は2400人の住人のうち町に一人が70歳以上のいう町で、唯一の八百屋が高齢者の支えになっているという記事です。

《理事会議事録要旨》

報告事項

①9月組織活動報告
組合員加入85人、出資金増資871万円、増資者1,127人、班会開催96回、2項組合員0人。生協強化月間で9月地域運営委員会で部長が訴え、各事業所に組織委員会理事が訪問し訴える。せへの行動218人参加110人加入。健康チャレンジ711人申込。24時間畜尿成分測定参加者募集。③王子生協病院、診療所群、看護部、福祉事業部報告。④医療福祉生協連、民医連関係報告。⑤医学対大運動報告。⑥監事会、王子生協病院業務監査報告。

生協強化月間、健康チャレンジの現到達の報告を受け、活動の交流を行った。組合員、職員との活動交流会について報告を受けた。

低い国民年金だけの方の大部分が当てはまります。この方たちの社会的関係をつくりあげるか、連帯をつくりあげるか絆になるのかが問われています。

王子生協病院は、個室も含め全室差額ベッド料はいただいておりません。

医療と介護の現場

「自宅で生活したい」
要望に寄り添う

9月、新規の男性利用者の申込がありました。現在入院中、要介護5、重度脳塞栓。入院中は常に車椅子から床にずれ落ち、繰り返しの転落が見られたため、拘束ベルトを使用していた。またベッド上では、ベッドの下の物が気になり手を伸ばしベッドから転落など、常時見守りが必要としていました。

ケアマネジャーを中心とし、自宅でも奥さんが介護出来る体制作りや、転倒時手すりや床ずれ防止マットの緊急対応など様々な在宅サービスが組み込まれ、話し合いの中で、座っていると

お尻が痛くなり、痛みの軽減のため、自分なりに座る位置をずらしていることが判明。体力も無く、座位が可能な時間も短められた。ご夫婦の望まれていたため、自宅でも少しずつ軌道に乗り始めました。

「自宅で生活したい」という思いに寄り添いサポートすることが、私たちの使命であると同時に喜びややりがいにつながっています。

(デイサービスセンターにてご相談員・柳沢敦子)

日本の民主主義の夜明けだ

憲法いかし、いのちまもる

10・22国民集会に3500人

戦争する国づくりを許さない、社会保障の解体も許さないをスローガンに日比谷野外音楽堂にて、10月22日に国民集会が開催され、東京ほくとからも40人が参加しました。

前の従軍看護婦の黒衣をツートンカラーであしらった格好で登場、組合員さんが戦争反対の想いをこめて作ってくれたエピソードが紹介されました。

呼びかけ人の一人、医療制度研究会の本田宏さんからは、現在起きていることは日本の民主主義の夜明け、キューバ革命を引き合いに出し、「ヤシの木よりも高く理想を掲げよ」と訴えました。

生協や民医連以外にも、開業医、大学病院などで働く仲間が次々と現在の医療がいかにひどくなっているかを発言。精神科医の香山リカさんは、「私たちは孤立していない、政府に対して声をあげていきましよう」との発言もありました。

集会後、銀座から三越前までシユプレヒコイルあけながらパレードを行いました。

（組織部・森松伸治）

（組合員の資格および脱退・減資について）

※東京都に住所または勤務地を有する方は組合員となります（定款第6条）。転居やお亡くなりになられた場合はご連絡ください。

※当医療生協からの脱退・減資につきましては、定款第10条（自由脱退）および第17条（出資口数の減少）によって、事業年度末の90日前（12月31日）までにご連絡をいただき、年度末（3月31日）に処理させていただきますことが基本となっております。お困りの事があればお気軽にご相談ください。

東京ほくと医療生活協同組合 本部組織部 TEL：03-3913-9100



高血圧予防に「すこしお生活」をはじめましょう

かんたんにも、確実にできることから

医療福祉生協連では今年度、「少しの塩分」で「すこやかな生活」をめざす「すこしお生活」の普及にとりかかっています。個人でできる減塩から「減塩メニュー」の飲食店を増やす、「販売」に塩分表示をする「など自治体や他団体にも働きかけ、地域まるごと健康づくりの実践をよびかけています。



宮城桃子 管理栄養士

日本人に多い高血圧

皆さんは『日本人の食事摂取基準』という言葉をご存知ですか？
厚生労働省が現在の日本人の食生活をふまえて一日にどれだけの栄養素を取ればいいのかを示した基準で、今年5年ぶりにさまざまな栄養素・必要数値が改定されました。今回改定された栄養素の一つが「食塩」。なんと食塩の1日の摂取目標量がさらに厳しくなりました。



減塩

これは日本人に高血圧の方が多いこと（65歳以上では3人に1人）、高血圧は脳卒中・心臓病・腎臓病など命に関わる疾患を招く恐れがあり、予防が非常に重要であると言われて

います。昨今の減塩ブームで梅干し・味噌・醤油・めんつゆなど減塩商品が身近な存在になりましたが、それでも日本人の食塩摂取量は平均10.4g（国民健康・栄養調査結果より）と、諸外国と比べて多めです。

実践しやすい減塩
では、実際に「減塩」を実践してみよう。まず何から始めたらいいのでしょうか。



減塩
これは日本人に高血圧の方が多いこと（65歳以上では3人に1人）、高血圧は脳卒中・心臓病・腎臓病など命に関わる疾患を招く恐れがあり、予防が非常に重要であると言われて

※日本人の食事摂取基準2015変更点（厚労省）

	(2010年)	(2015年)
男性	9.0g未満	8.0g未満
女性	7.5g未満	7.0g未満

※医療福祉生協連の目標値
8.0g未満

★味噌汁は一日1杯が望ましい。
★味噌汁を食べる食事のときは梅干し・漬物はお休み（定食屋・牛丼屋など）。
★味噌汁はダシを効かせて味噌を控える。かつおぶしの香りは人間の嗅覚と相性はいいです。

病気の話題

赤羽東診療所所長 医師 高橋 慶

インフルエンザとは
インフルエンザはカゼと似た症状ですが、カゼとは別の病気です。咳や鼻水や高熱はカゼと共通する症状ですが、他に関節の痛みや全身のだるさ特徴的で



赤羽東診療所所長 医師 高橋 慶

す。典型的な症状だと、普段元気な人でも病院や診療所までやっとな歩いてきた、というようなどいなるさになります。

インフルエンザは感染力が強く、カゼよりも重症の合併症になる場合が多い病気です。重い合併症としては肺炎や脳炎があります。

インフルエンザの予防

予防接種

手洗いは感染予防に有効ですが、もっとも効果のある予防法は予防接種です。予防接種を受けたのにインフルエンザにかかってし

があり、感染しても軽症ですむ効果もあります。子どもや高齢者がインフルエンザになると肺炎などの合併症になることがあります。本人が予防接種を受けるのはもちろんですが、

小さいお子さんや高齢の方がいる家庭では、同居している方も予防接種を受けて、感染の機会を減らすことが重要です。

他人にうつさないためにインフルエンザに限らず、咳が出るときにはマスクをし、それに合わせて自分がインフルエンザだったときに他の人にうつす確率を減らすことができます。

また、高熱と咳や鼻水といったインフルエンザが疑



待合室で3分ストレッチ（鹿浜診療所）



赤羽東診療所の2階でしっかりラジオ体操

たぐいま健康チャレンジ

2015年度健康チャレンジ挑戦者が750人を超えました。2ヵ月間、それぞれのテーマに添って、健康づくりを行います。

所長のひと声で盛りあがり

鹿浜診療所

鹿浜診療所では職員全員でチャレンジしています。どうしようか迷っているところに、「チャレンジが成功したらごほうびを考えよう」という田辺康一 所長のひと声で大盛り上がり。みんなで登録することになりました。

無理なくできること仕事にも役に立つことを考えた結果、「週3日・お昼に3分ストレッチ」に決定。ストレッチが得意な看護職員が教えてくれます。実際始めると、まず肩まわりが気持ちよくなります。背中をまっすぐすべりにして上半身を前に倒すストレッチは、もも・膝やお尻などの普段伸ばさないところが「イタ気持ちいい」と好評

診療所で毎週ラジオ体操

赤羽東支部

一人でも多くの方に健康習慣をつけていただきたいと、支部では、昨年はDVDを用意し、ラジオ体操に取り組みました。今でも毎月曜日診療所の2階で行っています。「来週も来るよ」という組合員さんの声に背中を押され2年目に入りました。診療の待ち時間に参加する方もいます。今年は昨年より一人でも多くの方のチャレンジ参加を目標にして、「ほっとカフェ」のお客様やラジオ体操に参加されている方、ご家族にも声をかけて、昨年より多くの方に挑戦していただきます。

博子

（健康づくり委員・佐藤）

10月12日、秋晴れの赤羽公園で健康まつりが行われました。いつもより1ヵ月も早いまつりで準備が大変でしたがなんとか間に合いました。

会場でみんなでラジオ体操をしました。青空の下での体操は本当に気持ち良かったです。

「ウォーキングしりとりに」で脳の活性化

赤羽公園に1000人

〈赤羽東診療所〉



かったです。体操の後はウォーキングです。公園の中を歩くグループと北運動場まで歩くグループに分かれました。

て出発です。でもただ歩くのではなく「しりとりに」をしながら歩くのです。頭と体を同時に動かして脳を活性化させましょう。

ウォーキングに出る前に準備体操が運かったり「んを言ってしまった人が先頭になって歩きます。緊張感もあり、楽しくもありとても良い企画でした。

模擬店販売ではいつものお店が並びます。カレー、けんちん、ワカメの3種類のうどんはおかわり続出のおいしさで

す。職員出店の味噌田楽はメイドカフェ風の装いでいつもと違う姿にお客さんも大喜びでした。赤羽東定番の手づくりパンやケーキ、水ようかん、甘酒なども完売になりました。

健康チェックでは赤羽西支部の4人の委員さんお手伝いをいただきました。(理事・浜野 妙)

地域の団体と共同の区民まつりに2千人公園に「健康コーナー」

〈荒川地域〉



10月18日よく晴れた秋空の下、荒川公園にて荒川区民まつりが行われました。このまつりには地域の多くの団体が参加します。東京

ほくと医療生協は公園の一角に「健康まつりコーナー」を設け荒川、汐入地域の職員、組合員42人が参加しました。

健康チェックでは体年齢測定、乳がんチェック、骨密度も行い述べ85人のチェックを行いました。デイサービスでは手作りのパザールを行いました。子どもコーナーではスーパースーツ、くいや伍たおしに子どもたちの歓声があがっていました。

毎年好評のチョココレクトと組合員おしるこは完売しました。

秋晴れのもと各地域で健康まつり



人気のもちつきに長蛇の列



こども太鼓で幕開け



災害釜を紹介しながら豚汁販売

舞台は、こどもからお年寄りまで多くの方の出演をいただきました。こどもたちの空手の披露、手話ダンスや民謡踊り、フラダンス、コーラスなど日頃の趣味をいかしての出演は、地域の顔なじみがあり、演者も観る

10月25日、豊島公園で開催、お天気に恵まれ4千人

舞台、売店、健康チェック… 豊島公園、4千人で賑わう

〈王子生協病院〉

の人たちで賑わいました。こども太鼓の勇壮な音からまつりが始まり、もちつき、44店の模擬店、フリーマーケット、こどもコーナーなど多くの人でいっぱいでした。

方も楽しんでいました。馴染みになってきた王子生協病院職員によるウクレレは、「みんなと歌いたい」とよく知られている曲が演奏されました。

模擬店は早々に完売、2つの商店街有志の方やコープみらいからの出店もありました。王子生協病院職員が災害用を使用する大釜で豚汁をつくり販売、地域の方々に披露しました。

先着100人への野菜渡しには長蛇の列、今泉院長と大山理事長が野菜を渡しました。

血圧測定、骨密度、血管年齢など職員によるチェックと相談にも多くの方が立ち寄りしました。

街づくり

王子生協病院

少しずつ声が出て 2回目の「歌の会」

9月26日に3階回復期リハビリ病棟で、「歌の会」を行いました。夕飯前の短い時間で、みなで歌を唄おうという企画です。3人のボランティアの方が、ピアノの伴奏にのって一緒に



ボランティアの方と歌の会

歌ってくださいました。曲は、「虫の声」や「まっかな秋」など季節を感じるものや、「この道」や「ふるさと」など、知っている歌ばかりで患者さんからも「良かった」と言われました。

初めは、歌詞を見ているだけの方も少しずつ声が出るようになってきて、歌うようになりました。今回は、特別に演歌の「二天城越え」も披露してください、美声に聞き入る場面もありました。女性の患者さんから「昔を思い出したわよ」と、意味深い発言も出ています。今回で2回目となりますが、前回同様、患者さんからまた来てくださいたいと言われています。

(事務次長・伊藤里美)

生協王子歯科

1階に虹の箱コーナー設置して2年

1階入り口に虹の箱を設置して2年が経ちました。職員に目にもありますので、是非ご覧ください。

(投書の川柳から)

緊急時 地獄に仏 王子 歯科 戦争法 刃かくして 平和説き かなしさに 一人歩いて だんご買っ

(事務次長・河合紀子)



1階エレベーター横

戦争する国にしない

一人ひとりが集まれ
ば大きな力になる

王子生協病院3階
回復期リハビリ病棟看護師
横石 朋世(とよよ) 27歳



横石朋世看護師

学生時代、ニュースや政治に無関心でした。当院に入職すると憲法や政治のことを研修で学ぶ機会が多くなり、そこで初めて政治が医

療に関係すると気が付き興味が増えました。医療介護の現状を学ぶほど、政府に対する憤りが募り、特に安倍法案に対する憤りは強く感じました。

仕事上患者さんから戦争の話や伺う機会が多く、想像するにできない程残酷なことをまた繰り返すのか、今の時代の先軍方に願うだけではない程恥ずべき行為だと感じました。法案が通った時、国民の声を無視して強行採決した政府に対し、憤りを通り返し悲しく感じま

した。それはすでに私の中では諦めたかと思いましたが、職場の人に誘われ、なんと参加した国会デモ。正直、特に強い思いがあるわけではありませんでした。テレビで見えていたのが、実際にいくと、人の多さに驚き、皆が皆フラカードを持ち集結している様子が映りました。

デモ行進までの待ち時間、周囲の会話が聞こえてきます。縮脛に列に並び、初対面同士でフラカードや蛍光色の宣伝物を渡し合っていました。「あ、ここに

いる人は皆同じ思いなのか」と思った途端、異様に見えていた光景がお祭りの様に見えてきました。「主張してもいいのだ、我慢しなくてもいいのだ」と気付いた私は楽しくなり、フラ

カードを持って力いっぱい叫んでいました。一人では何もできないけれど、集まれば大きな力になる。何かが変わえられるかもしれない。またそう信じたことができる機会となりました。

苦勞の人生を孫たちには味わせない

横尾 城治(76歳)

1944年夏、名古屋市中区、キラキラとたくさんの焼夷弾が燃えながら落ちてきました。当時私は5歳、家は真っ赤に燃えてなくなり、配給されたばかりのお米と多くの思い

し、中学の中退、58年間の勤勞人生が始まりました。苦勞の連続はここから始まり、

「集団的自衛権」「9条破壊」には断固として反対です。私には7歳と9歳の孫がいます。この少年たちの未来が学徒出陣であつと言う間に中国戦線で戦死した父の弟と重なります。侵略戦争が正しいという安倍首相と閣僚たち、この状態をそのままにして、「まあ良い、好きにして」とは言えませぬ。靖国派が幅をきかす政治は「ノーパッサン」です。新しい、希望あるたたかいに命の限り加わりたと思います。



横尾城治さん

もチームでの話し合いが欠かせません。医療者・介護者は一人一人に最良のケアをしたいと取り組んでいますが、本人

倫理委員会ってなあに？

さまざま視点から検討 一人では判断しない

東京ほくと医療生協の倫理委員会は、医師・看護師・介護職・事務職・弁護士で構成されています。そこに一般人の感覚を取り入れたいとの意向を受け組合員として数年前から参加しています。

毎回「認知症ケアの倫理」という本の学習をしています。初めに耳にする専門用語に戸惑い、経験が乏しいため判断できないことにしばしば遭遇します。現場の方から出される困



事例をもとに学習会(5月14日)

難事例をお聴きすると、改めて医療・介護の大変さを実感します。患者・入所者・利用者にとってどうするのが一番幸せなのか、毎日の業務に追われながら大急ぎで判断しなければならぬことばかりです。常に倫理委員会が存在していれば良いのですが、隔月開催なので日々の事例に対処することは出来ません。そこで現場の方にお願いしているのは、一人で判断しないことです。倫理委員がいれば

が日頃からどう生きたいのかという意思表示しておくことも大切です。そこで倫理委員会では「私の医療に関する希望書」を作成しました。何度が学習会も開かれたので、書いた方も多いのではないのでしょうか。

今、倫理委員会では臨床研究の審査を数多く扱っています。個人や大学の共同研究が盛んに行われ、患者さんや職員に協力してもらっています。患者さんの不利益にならないか、個人情報取り扱い扱いは大丈夫か...等を確認し許可を出しています。

5月には学習会を開催しました。様々な職種の方々の参加で病院編・介護編の事例をもとにグループ討議

組合員職員活動交流集会

2016年2月13日(土) 午後1時半~受付

赤羽会館 4階 大ホール・小ホール・集会室

いのちの平等これからも地域とともに

- *平和を守り、運動をつなぎ受け継いでいこう
- *人権を大切に、いのちが輝く取り組みをひろげよう
- *地域で支えあう、ほくらしい地域包括ケアをすすめよう
- *組合員、職員が思いを共有し、学びと成長でほくを発展させよう

分科会

- 平和運動の継承
- 人権・いのち輝く実践
- 支えあひほくらしい地域包括ケア

全体会 (俳優)宝田明氏 戦争体験と平和について

病院・診療所・事業所だより

軽費老人ホーム西尾久虹の家 しみ食事会

今年度、虹の家では3人の新しい入所者を迎えました。幸いなことに、退所された方も、次回がこれを食べたいと、要望もきけるようになりました。(施設長・古谷裕昭)

要望にこたえて「お楽しみ食事会」

今年度、虹の家では3人の新しい入所者を迎えました。幸いなことに、退所された方も、次回がこれを食べたいと、要望もきけるようになりました。(施設長・古谷裕昭)

入所者9人せいぞろい

利用者さん主役で 自主的なりハビリを

一人ひとりの目標に合わせて、「できることは自分で」をモットーに日々がんばっています。

一人ひとりの目標に合わせて、「できることは自分で」をモットーに日々がんばっています。

一人ひとりの目標に合わせて、「できることは自分で」をモットーに日々がんばっています。

入所者9人せいぞろい

(看護師・折幸子)



小学校の元校長先生の高橋さんをお訪ねしました。機関紙「東京ほくと」の注射器の執筆者です。山形から東京に出てきて、足立区内の小学校を5校まわった教育のベテランです。

忘れられない祝賀会

13年前、北足立生協診療所の開設祝賀会を入谷中学校の体育館で実施を予定していました。その前日に「飲

酒をどうもなう集会に体育館は貸せない」との連絡に高橋さんは、教育委員会や中学校校長にかけあい、再認可されたという経過がありました。退職しても地域で役割を發揮する意義を身を持って感じたときまでした。

このことは社会全体の責任
最近のこと
もめぐる環境について聞

第二の人生に 医療生協との出会いを

足立伊興4丁目 高橋昭一さん(83歳)



そういう風の中、これも育てられてい

く、「こゝものためと言いながら、安倍政権による教育課程の改訂などは、こどもが豊かに正常な発達ができるのか疑問に思う。道徳教育が教科になり、教科書を縛り、やがて戦争法、徴兵制につながっていく。

「私は戦前に育つていました。最終になって憲法が公布されて9条を読んだときは感動しました。これで誰にも命を預けることはないんだ」と思いました。

「第二の人生で医療生協と出合えるか否かは幸福の度合いが違います。理屈を言っているよりは参加することが大事」と組合員さんに呼び掛けをいただきました。(聞き手・高沢恵子)

医学生・地域から好評 秋田大学で出張「老いゼミナール」

10月3日、秋田大学医学部学園祭にて「老いゼミナール出張版」を開催しました。秋田大学出身の漆畑宗介研修医と泉水信一郎医師(医学学生委員長)が参加しました。



秋田大学での老いゼミナール

「老いゼミナール」が強く変わった「認知症にはいろんな種類があることに気付いた」「人の価値観が違ってほしい」と思ったこと、自分がしてほしかったこと、自分が違っていたので、人に何かしようと思ったときに、本当にその人の気持ちになって考えていなかったのだと気付いた」という感想、地域の方からは「普段から認知症になったときのことを家族と話しておくことが大切さに気付きました」とそれぞれ好評でした。

さて、今後の老いゼミナールの予定は、12月12日、12月26日となっています。場所は面ども病院会議室です。



ももよこ からの便利

馬場百代

(9)

朝5時、東の空を赤く染めて陽が昇る。人も車も草木も、空飛ぶハトも、一気に命吹き返すように輝く。平和な朝の営みが続くように。

ジャズとワインで楽しく

中里支部がサロンコンサート



5人の霧困アクトコンサート

滝野川会館の小ホールで行っている「サロンコンサート」は29回になりました。

今回は「100年ちょっとでもトレンジショナル」と言っただ」との思いです。1900年〜1920年代のジャズ草創期をこの呼ぶのだそうです。

どこかブルースを感じていたりしていて懐かしい音でした。今回はヴォーカルも入ってギター、コルネット、サクソ、ベースの5人編成です。おなじみになっているギターの阿部貴さんによる曲の解説は、コンサート

を楽しく親しみやすくしてくれました。

休憩時にはお茶とワインとおつまみが用意されていました。二部はワインの力もあってか会場が和らいで手拍子も入りやすい雰囲気。友人は「踊りたくなっちゃった」と言っていました。が、私はもう少しスタンダードナンバーを入れてほしいかったかな。

帰りにマンションのエレベーター前で、コンサートプログラムを示して「私も行ってました」と声をかけられ、私が郵便受けに入れたチラシを見てコンサートに来てくれたようです。少し嬉しかったです。(中里支部・佐藤よし)

◆どこの病院・医院の処方せんでもお受けいたします◆
いつでも気軽に相談できるあなたのまちの薬局です。

あすか薬局 北区豊島3-5-6 ☎3912-7478	かえで薬局 足立区江北1-26-8 ☎3896-6620
すずらん薬局 北区志茂4-14-1 ☎3598-3085	わかくさ薬局 足立区入谷3-1-4 ☎3854-3054
しんでん薬局 足立区新田2-12-7 ☎3911-2274	あらかわ虹薬局 荒川区荒川4-54-4 ☎3803-1005
ひまわり薬局 北区東十条2-6-5 ☎3912-0293	堀切虹薬局 葛飾区堀切7-12-1 ☎3604-9419
ひまわり薬局浮間店 北区浮間3-22-5 ☎3558-3081	薬剤師募集 詳細は3914-0700ひまわり企画まで

王子生協病院学生室
電話3912-7210

通信

(敬称略)

滝野川 加藤陽子(63)
猛暑も去り、めっきり秋らしくなりました。虫歯の治療中ですが早く治して秋

わたしも配ってます

機関紙配付が
安否確認にも
堀船十目

佐藤美江子

「東京ほくと」はもともとほつちの会社の従業員さんだけに配っていたのです



◎王子生協病院は、無料低額診療事業にとりくんでいます。
都電なり
新田 荒川雪江(56)
地域包括支援移行について内容を知らたいです。
東伊興 高橋珠江
朝夕めっきり寒くなりました。冬の用意をし始めました。



季節のスタッフ

荒川河川敷の「足立凧まつり」に初めて参加しました。思い思いの手作り凧が夜空を舞っていました。(高藤直江)



大正琴を前にして

豊島3丁目支部
さくら班
楽しいよ
「大正琴を持っているのだから教えてくれる人がいないかしら」の声に始まり、大正琴の先生をして13丁目の組合員の石川芳

医療生協の出番です！あなたの町の班会

た、あるお宅では、チラシなどでポストがいっぱいで、旅行かな、と思っていまして、翌月も同じ状態で、異様さを感じ支部長さんに連絡しました。
ニュースを配ることが安否確認にもなるんだなと思えました。
夏場活躍したスタレをきれいに拭き掃除。
伊興 日本幸子
ぶどう狩りに出かけ味覚の秋を楽しみました。
荒川 荒壁チエコ(46)
道路を歩けばキンモクセイのほのかない香りが秋を感じさせてくれます。
町屋 伝法台孝江

母81歳で老老介護です。豊五 横山きよ(67)
健康結果は異常無し、健康一番で過ごしたいです。王子 伊藤あや子(67)
戦争法案が可決されてしまい、より一層仲間を増やし連憲立法審査権を活用してたたかいたいですね。王五 田代幸子(70)
新米が届きサンマの塩焼きときのコンテで味覚の秋を味わう幸せなり。王子 中澤政子(72)
パスルで脳トレに頑張っています。空気が澄みきっていて気持ちいいですね。

江さんにご協力を願って大正琴の「班」をつくりました。
初めて楽器に触る人ばかりでしたが、なんともう5年が過ぎました。練習もなかなかできないので、すまない私たちに「楽しければいいよ」と今でも繰り返す。最初から教えてくれました。「さくら」を弾けるようになるのに1年以上もかかりました。今日でお別れなどでオプガードなんて言葉を最近覚えました。
もっぱら「楽しければいいよ。でも上手になったわよ」のほめ言葉に助けられ「もっともっとゆっくりに弾いて」「できない私に合わせて」と生徒がいっぱいて大正琴班です。健康とくらしの「おしゃべり



絵に何がかくれているか集中

に花映かせ、この調子でいつまでも楽しく続けよう。
(班長・田那辺八重子)
東十条支部
さくらんぼ班
皆で助け合い
脳いきいき班会

「ニング班会を行っています。10年ほど続いている体操「スリム班」のなかで新しい班をつくらうというのが始まりで、様々な方の協力がありました。また若い班です。
物忘れや物覚えが鈍くなり、困ることが多くなり始めた年齢となり、脳をイキイキと活性化させるために、間違ひ探し、簡単な計算、クロスワードなどをみんなでやっています。
お茶を飲みながら約2時間の班会です。クイズなど難しくして頭をひねることもありますが、皆で助け合いながらがんばっています。興味のある方、お待ちしていますのでぜひみてください。
(代表・佐藤よし)

木綿の古布を提供してください
木綿の古布(タオル、シャツ、浴衣、木綿のシャツなど15cmから30cmぐらい)切っていないでも結構です。病院または最寄りの事業所にお届けいただくかお電話いただければ、お伺いします。
ご連絡は組織部 電話3913-9100

車いすをお譲りください
使用可能な車いすがあればお譲りください
ご連絡は王子生協病院看護師長室
電話3912-2201(代表)

第328回 パズル

〈ヒント〉「ありがと」の図書券を贈呈します。尚、ハガキの余白に簡単なお便りを書いて頂ければ幸いです。お名前、年齢をご紹介し、その旨明記下さい。〈抽選対象外〉住所、氏名、年齢を書いて
〒114-0003北區豊島3-7-1東京ほくと医療生協「機関紙編集部」まで
遠藤久美子、川崎世津子、荒壁チエコ、富田修司、内藤章雄

冷たい季節風
煙の野菜や地面に降ります
走ると早くなります
漬物、サラダ、揚げ物などおいしい季節

看護師(准看護師)募集

資格 正看護師、准看護師、保健師
勤務形態 常勤(変則3交代夜勤)
休暇 4週8休、年始年末休暇、夏季休暇、有給休暇あり

電話連絡の上、
履歴書をご持参下さい

パート勤務希望者は相談に応じます。

ヘルパー資格の介護者も非常勤で募集しています。

王子生協病院 電話 03-3912-2201 (看護部長室/油座、深山、佐藤)

外来診療体制のご案内

11月1日現在の体制です(詳しくは、病院・診療所にお問い合わせ下さい) 色文字=女性医師

王子生協病院 北区豊島3-4-15
☎3912-2201

診療予約専用電話 03-3912-7248

実施予防接種は、病院・各診療所にお問い合わせ下さい

内科	予約	月		火			水			木		金			土
		午前	午後	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	午前	午後	夜間	午前
一般	松本市川 野(2-4週)	池森 【腎・高血圧】 (2・30)	今泉 内科医 平山(9:15~) 大野【心】	森岡 高島 大野【心】	高島	藤沼 菅野 春田	森岡 野村 泉木 神井 高浪【呼】	曾 (11/11終了)	森岡 野村 内科医	井上 小野	高浪 森岡	深山(1-3-5) 内科医(2-4)	松山 福留	泉木(1-3-4-5) 金子 星野(2・4)	今泉(1~3) 藤沼(1-3-5週) 平沼 (11/21終了)
家庭医診療科		藤沼	重島	重島			高橋		守屋			重島			
小児科	若林	若林 予防接種 2:00~2:30 診察2:30~5:00 受付4:30まで	若林	若林 予防接種 2:00~3:00 診察3:30~6:00 受付6:00まで		若林	若林 乳児健診2:00~ 診察3:30~5:00 受付4:30まで		宮野			若林	若林 予防接種 2:00~3:00 診察3:30~6:00 受付6:00まで		若林(1-3)乳児健診・診察 岡田(1-3-5)は予防接種・診察 2・4は診察のみ
緩和外来		○													
もの忘れ外来															
外科									奈良岡						
整形外科	杉村		篠田			谷口			整形医師			茂田			整形医師
皮膚科		渡邊							松下					河合	
泌尿器科			川村									森山			
理学療法 リハビリ	○		○			○			○		○	○			○
上部内視鏡			○			○			○		○	○			○(3週)
下部内視鏡				○				○					○		
栄養指導								○							○
健康診断	会社や個人で行う健康診断は、全て予約制となっております。※「協会けんぽ」の健康指定をとっています。電話3912-5181														

(受付時間)午前8:30~11:30/午後1:30~4:00/夜間5:00~7:30 【心】=心療内科、【呼】=呼吸器内科、【備】=循環器内科

救急・急患の方は随時受け付けています。

生協北診療所 北区東十条2-8-5
☎3913-5271

内科	予約	月		火			水			木		金			土
		午前	午後	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	午前	午後	夜間	午前
一般	大場 顔取 (2・4週)		秋山	大場 秋山	大場	秋山	秋山	秋山	大場	秋山 大場	秋山	大場	大場	大場	
専門	皮膚科医			泌尿器科医					整形外科 渡会						大場・顔取
胃内視鏡	顔取(1-3週)														

(受付時間)午前8:30~11:30、午後1:00~4:15、夜間4:45~7:00 【神】=神経内科

透析センター 3912-9334

生協王子歯科 北区豊島3-19-3
☎3927-9573

内科	予約	月	火	水	木	金	土
		午前	午後	午前	午後	午前	午後
午前		前田 野口	前田 野口	前田	前田 野口	竹田 野口	前田 野口
午後		前田 野口	前田 野口	前田 野口	前田 野口 (1週)	前田 野口	前田 野口
夜間				竹田 野口			前田

(予約時間)午前9:00~12:00 午後1:30~4:30 夜間7:30
まで ※夜間によって担当医が変わります。歯組は受付まで
(往診)月~金

荒川生協診療所 荒川区荒川4-54-5
☎3802-2601

内科	予約	月		火			水			木		金			土
		午前	午後	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	午前	午後	夜間	午前
一般	菅野 石田	大高	菅野 伊沢	伊沢	伊沢 菅野	石田 伊沢	伊沢	伊沢	菅野 (予約) 伊沢	伊沢 (2-4週)	菅野 伊沢	伊沢	門松 伊沢		菅野(1-3週) 中原(2-4週) 古池(2-4週)
専門	大野(整形) (2:00~4:30)	永井(整形) (予約)				梅松(矯) (予約)			小倉(整形)					古池(外) (1-3週)	

(受付時間)午前8:30~12:15 午後1:30~4:00 夜間5:00~7:30
(定期往診)午後=月・火・水(2-4)・金

鹿浜診療所 足立区新田2-4-15
☎3912-8491

内科	予約	月	火	水	木	金	土
		午前	午後	午前	午後	午前	午後
午前		田辺 石川	石川	田辺 石川	阿部 藤田	藤田 石川 (1-3週) 中山(4週) 田辺(2-5週) 三浦(2-4週) 五木田 (2-4-5) 整形外科	藤田 (1-3週) 中山(4週) 田辺(2-5週) 三浦(2-4週) 五木田 (2-4-5) 整形外科
午後		田辺	石川		藤田		

(受付時間)午前8:30~12:00、午後2:00~4:00、水金2:30~6:00
(定期往診)午後=月・火・水・金

江北生協診療所 足立区江北2-24-1
☎3857-6636

内科	予約	月	火	水	木	金	土
		午前	午後	午前	午後	午前	午後
午前		渡邊 谷津(小)	渡邊	渡邊 重島	渡邊 中丸(小)	渡邊	渡邊(1-3-5週) 谷津(小)
午後			渡邊 (2-3-4-5週)		高橋(小)		
夜間		渡邊			渡邊		

(受付時間)午前8:40~12:15、午後1:40~4:30、夜間5:40~8:00
(定期往診)午後=月・金

北足立生協診療所 足立区入谷3-1-5
☎3896-9971

内科	予約	月	火	水	木	金	土
		午前	午後	午前	午後	午前	午後
午前		渡邊 山田	渡邊 吉田(予約)	渡邊(予約) 吉田	渡邊(予約) 吉田(1-3) 孫	吉田	渡邊(1-4) 吉田(2-3-5)
午後		渡邊	吉田	吉田			
夜間		渡邊	吉田				

(受付時間)午前8:40~12:00、午後1:40~4:15、夜間5:40~7:45
(定期往診)午後=月・火・水・金 午前=2・4木

赤羽東診療所 北区志茂4-14-2
☎3901-5201

内科	予約	月	火	水	木	金	土
		午前	午後	午前	午後	午前	午後
午前		野島	高橋	高橋	野島	阿部	高橋(1-3-5週) 野島(2-4週)
午後			高橋	阿部		高橋	

(受付時間)午前8:45~12:15、午後1:45~4:15(水)、午後3:15~6:30(火・金)
(定期往診)午前=木、午後=月・水・金 土曜日は担当医が不在の場合、休診とさせていただきます

生協浮間診療所 北区浮間3-22-1
☎3558-8361

内科	予約	月	火	水	木	金	土
		午前	午後	午前	午後	午前	午後
午前		阿部 野島	阿部 野島	阿部 野島	藤沼 野村	藤沼 野村	藤沼(2-4-5) 野村(1-3) 阿部(2-4-5) 野村(1-3) (午前)
午後		阿部(1-3-5) 野島(2-4)	阿部 野村	藤沼(2-3-4) 野村	藤沼 野村	藤沼 野村	
夜間			大上 野島	西野			

(受付時間)午前8:00~12:00、午後2:00~4:30、夜間5:30~7:30
(定期往診)午前=火・水・木、午後=月・火・水・金

汐入診療所 荒川区南千住8-10-3-101
☎3807-2302

内科	予約	月	火	水	木	金	土
		午前	午後	午前	午後	午前	午後
午前		村山 青木	村山 青木 中丸(整形)	青木 中丸	門松(予約) 高橋(小)	高橋(小)	高橋(1-1) 野村(1-4) 佐野(2) 野村(1)
午後		青木(1-3) 野(2-4)	高橋	中丸	高橋 (1-2-4)	門松	
夜間		村山(1-2-3-5) 八巻(4)			高橋 門松(3)		

(受付時間)午前9:00~12:00、午後2:00~4:30、夜間5:30~7:30
(定期往診)月(午後)、水(午後)、金(午前、午後) 第3木曜日は休診

歯ブラシ販売 11月9日、18日、28日
「特売日」 12月2日、8日、18日、24日、28日
組合員の方、組合員の提示をお願いします。価格は窓口にお問い合わせ下さい

- 王子生協病院・在宅医療部 北区豊島3-4-15 ☎3912-6181
- 王子訪問看護ステーション 北区豊島3-19-3 ☎5903-7180
- 十条訪問看護ステーション 足立区東十条7-13 丸栄ビル9階 ☎5963-7720
- ヘルパスステーションのぞみ 北区豊島3-7-2 ☎5390-5998
- 地域ケアセンターわかば 北区豊島3-7-2 ☎5959-7876
- 福祉用具サービスハピネス 北区豊島3-7-6 ☎5903-7180
- 居宅介護支援事業所ハピネス 北区東十条2-8-5 ☎5390-8024
- 老人保健施設ほくとはなみずき 北区東十条2-8-5 ☎5900-5873
- 訪問看護グループホーム ほくとひまわり家 北区西目黒2-24-8 ジュエル東横ビル9階 ☎5980-6222
- 荒川生協診療所通所リハビリ(デイケア) 荒川区荒川14-54-5 ☎3802-2610
- あらかわ虹の里デイサービス 荒川区荒川14-54-5 ☎3803-3541
- 虹の訪問看護ステーション 荒川区荒川14-54-5 ☎3803-1178
- ヘルパスステーション虹 荒川区荒川14-54-5 ☎3803-1178
- 地域ケアセンターはけた 荒川区荒川14-54-5 ☎3803-8388
- 訪問看護ほくと西尾久虹の家 荒川区西尾久8-13-9 ☎5955-7801
- 居宅介護支援事業所なでしこ 荒川区西尾久8-13-9 ☎5955-7781
- 訪問看護ステーションなでしこ 荒川区西尾久8-13-9 ☎5955-7781
- デイサービスセンターなでしこ 荒川区西尾久8-13-9 ☎5955-7447
- 訪問看護ステーションたんぽぽ 足立区新田2-16-20-102 ☎5390-8451

お知らせ
債券の新規募集は終了させていただきました。
多くの方のご協力をありがとうございました。
尚、現在ご協力いただいている債券の更新については引き続きご継続をお願いいたします。