



# 理事会だより 1月16日

## 命の尊厳を守る政治へ 今年も粘り強くたたかう

理事長あいさつ

### 大山美宏

昨年、暮れに高遠奈緒子さんの講演を聞く機会がありました。私が川崎協同病院の院長時代に、イラクのファルージャから医師夫妻の研修を3ヶ月受け入れたときからの縁でしたので、北とびあで聞かせていただきました。感じることがいくつかあります。

1つは、世界の先進国の中で24時間ずっと観るこの出来るニュースチャンネルがないのは日本であり、時に国際ニュースをNHKでやっていますが、それも情報が選択されています。日本はすでにISに対する



### 《理事会議事録要旨》

#### 報告事項

①12月組織活動報告  
組合員加入163人、出資金増資1,918万円、増資者2,059人、班会開催95回、2項組合員5人。年間目標に対し仲間増やし64.1%、出資金61.5%到達。新春の集い予定。2-3月便潜血チェック月間。高齢者大会in東京にむけて地域実行委員会発足。認知症サポーターフォローアップ研修3/10。  
②12月決算報告。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、医民連関係報告。⑤いのちの章典実践交流集会」取り組み報告。⑥組合員職員活動交流集会実行委員会報告。⑦「ほくと・戦争法廃止2000万署名推進プロジェクト」行動提起と報告。

#### 議決事項

本部経理の財務大将ハードウェアの入替について確認。

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す。

3つ目は、イスラムは世界で16億人、9割はスンニ派、ただイランではシーア派が人口の9割、イラクでは6割、サウジではスンニ派が85%、シーア派が15%、シリアではスンニ派が7割です。問題は宗教と政治を分離した世俗政治か、一体となった宗教国家かで大きく違い、サダム時代のイラクは世俗主義でタリバンと敵対していました。今の政権のほうが宗教国家で、それが別な派の住民弾圧に乗り出し、過激派を作り出す根拠となっていると

車ではなく、アメリカ軍であった、自衛隊は嫌いだと話していたそうです。また、自民党の牙城のような裕福な住宅街へ入り、ある大きな家の訪問で老夫婦の2人とも戦争孤児であり戦争を絶対なくさなければと、戦争法廃止の署名をしていただいたそうです。選挙では分かれていても戦争絶対反対は共通です。

### 医療崩壊の 診療報酬改定

中央社会保険医療協議会が2016年度診療報酬改定の整理案をとりまとめました。医療費削減が全面に

でています。7対1病床（急性期）を減らすため、重症患者の割合を25%にあげる、自宅に退院した在宅復帰率もあけるといっています。また、大病院の受診に伴い新たに5千〜1万円の定額負担を義務付けるといいます。より一層在宅へ地域へと誘導されます。

機能分担と連携と云って聞きました。乗ったタクシーの運転手も戦争孤児で機銃掃射をあげケガをしたが、助けてくれたのは日本

2つ目は、英語で聞いた話すことに躊躇しないことです。通訳がおかしいのであれば正しく情報に接することはできない、世界の人も正しい文法で話などしていない、日本人同士の話し合いでもそんなに正しい日本語文法で話しているわけではないでしょう。以前「さだまさしさん」の話で、金がなくなると電話で母に「金、金、金」と言っていてガチャンとやっていたとのこと、まさにそうだな、恐れることはないと思いま

世俗政治への脱皮、貧困と差別をなくし、そしてひとり一人の命の尊厳を守る政治へ、民主主義への発展なしにはテロはなくなりません。軍力はかえってテロを増大させ生み出していると感じました。

安倍首相が参議院選挙で国会議員の3分の2以上の議席を獲得して改選する意向を明確にしました。私たちが与野勢力を半減させる国民運動を強化しなければなりません。今年も平和・憲法をめくりたいかいつの一年ですが、粘り強さを発揮

1月19日、寒さ厳しいなか戦争法に反対する、総がかり行動の国会包囲（全体5800人）に東京ほくとから、現場の看護師や青年職員、地域の組合員ら13人が参加し「安倍政権は直ちに退陣」「野党は共闘」な

どのコールをしました。集会では市民連合（水）をはじめ民医連など多くの団体が発言。次の選挙では、戦争法に反対する投票先の受け皿が必要、「共産党アレルギーなんて言っている場合じゃない。野党は共闘して」と訴える声や「貧困は戦争の元」と反貧困ネットワークや保険協会なども医療改悪と戦争もつな

「戦争させない・9条壊すな！ 総がかり行動実行委員会」は、毎月第3火曜日を地元地域での戦争法に反対する行動を、19日は国会包囲への参加を呼びかけ



思い思いのプラカード持って寒さにめげずに参加

「戦争させない・9条壊すな！ 総がかり行動実行委員会」は、毎月第3火曜日を地元地域での戦争法に反対する行動を、19日は国会包囲への参加を呼びかけ

私たちの仕事はこのように困っていることやもっと良くなればよいと考えることを忘れてはいけないと思

1つであると思います。今後病院以外の無料低額事業が進んでいくといいなと思

## 19行動で国会に行こう

### 総がかり行動国会包囲1・19

また、東京ほくと「戦争法廃止2千万署名推進P J」も1月に発足。戦争法の廃止を求める統一署名を東京ほくとで2万筆を目標に取り組んでいます。引き続き署名を取ってくれる人をふやしましょう。そして主権者・国民の力でこの戦争法を廃止に追い込みましょう。（組織部 森松伸治）  
水市民連合②安民法制の廃止と立憲主義の回復を求める市民連合③安民法制の廃止④立憲主義の回復⑤個人の尊厳を擁護する政治の実現を目指す市民の集まり。参院選での野党共闘を促し、候補の推薦や支援、「2千万人署名」を通じて社会に訴えかけている。SEALDs、安民法制連に反対するママの会などで構成。

## 医療と介護の現場

その人の人生に関わる仕事



難病の医療費助成対象疾患が増えたことや当院の無料低額診療の開始などはそれらの声が表現されたものになっています。



# 現代人の強い味方

## 雑穀米

### ぜひ食生活に取り入れてみては

王手生協病院

管理栄養士 宮城 桃子

雑穀とは、一般的に「白米と小麦以外の穀物」として定義されています。やせた土地や過酷な気候条件でもたくましく育つものが多く、長期保存も可能になりました。太古の昔から世界各地で人間の食生活にとっても重要な役割を担っていました。

#### 栄養価

雑穀は骨の原材料カルシウム・血圧を下げるカリウム・鉄分などのミネラル類・ビタミンB群をはじめとしたビタミン類・そしてなんと！とても食物繊維を含み、栄養価は白米に勝ります。日頃、とても忙しい、苦手な野菜が多い、など栄養を気にすることが難しいという場合、主食を白米のみから雑穀を加えた雑穀米に替えてみるだけで、おかげで満足感を得られ、食べ

#### 効果

雑穀には、血中コレステロール値を下げる効果や、脂質代謝改善機能がある他、血糖値の上昇を穏やかにする働きがあります。つまり生活習慣病やメタボリックシンドロームを予防する働きがあるのです。また、噛み応えのある雑穀を日々の生活に取り入れることで、咀嚼力が身に付きま

現在、日本でも入手しやすいのは「あわ・ひえ・きび・もろこし・ハト麦・大麦・そば・古代米・アマランス」といった種類です。特に「キヌア」はその栄養価の高さからNASAも注目する21世紀のスーパーフ

とつとして広く普及しています。大腸に「がん」やポリプがあるとなれば腸を通り過ぎるときにこすれて血液が便に付着します。微量の血液は便に混じってしまう



栄養食品の「雑穀米」

過ぎの予防にもなります。そして、忘れてはいけないのが豊富に得られる食物繊維です。この食物繊維が身体に不要なものを排泄し、腸内環境を整え便秘解消を手伝ってくれる強い味方なのです。

水溶性食物繊維です。一緒に食べることで相乗効果が得られます。現在、雑穀は単品でも、便利な雑穀ミックスとしてもスーパーで手に入りま

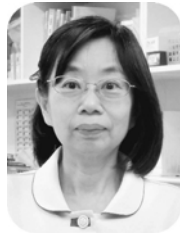
#### こんな時の強い味方

- 便秘解消⇒ハト麦・大麦・そば
- 生活習慣病予防⇒あわ・ひえ・大麦・きび・古代米
- 美肌⇒あわ・ハト麦・きび
- アンチエイジング⇒もろこし・そば・古代米
- 貧血⇒あわ・ひえ・アマランス

王手生協病院

検査技師 小野寺初枝

「便チェック月間」の季節がやってきました。東京ほくと医療生協では毎年2月、3月を便潜血チェック月間として、組合員の皆さんに便潜血検査をおすすめしています。かつて大腸がんは日本では少ない「が



#### 毎年の検査

便潜血検査とは糞便中に含まれる微量の血液（ヒトヘモグロビン）の有無を免疫学的に調べる検査で、大腸がんを診断する検査のひ

### 毎年のチェックで早期発見「大腸がん」死亡率が減少

と肉眼で見ただけではわかりません。この便にまじった少量の血液を調べるのが便潜血検査です。

大腸がんは持続的に出血しているとはかぎらないので、2日間の便を1セット

検査を受けることが重要ですが、「陰性」になったとしてもがんやポリプの出血していない時に陰性になっている可能性もありますので毎年検査を受け続けることが大切です。

検査を受けることが重要ですが、「陰性」になったとしてもがんやポリプの出血していない時に陰性になっている可能性もありますので毎年検査を受け続けることが大切です。

#### 食事制限不要で検査費用も安い

検査に使うものは便です。採取方法も簡単です。痛みもありません。動物の血液（肉や魚）には反応しないので食事制限も不要です。検査費用も安いです。これまでの多くの研究から、便潜血検査による大腸がん検診は早期発見をして死亡率の減少に有効であることが証明されています。

＜便潜血キット＞  
ご自身でチェックでき、その場で結果がわかります。「便潜血キット」の購入は、支部の役員または、組織部（3913-9100）までお問い合わせ下さい。  
1セット2回法600円（税込）です。



## 第4回 荒川ラインウォーキング



ご家族で仲間どうして誘いあってご参加ください。

- 開催日 3月26日(土) 雨天中止
- コース 扇大橋から①～③の各地点を折り返すコースです
  - ①江北橋コース(約3km)
  - ②鹿浜橋コース(約7km)
  - ③岩淵水門コース(約9km)\*健脚の方、マラソン、自転車
- 当日受付場所 扇大橋下 舎人ライナー足立小台駅 徒歩3分
- 受付時間 午前9時～10時
- スタート時間 午前10時

- 終了時間(予定) 午後1時
- 参加費 無料
- 参加資格 東京ほくと医療生協の組合員と家族(一般の方でも当日医療生協の加入が可能な方)
- 事前申し込み 参加を希望される方はエントリーシートにて事前登録をお願いします(申し込み締め切り 3月12日まで)



申し込み先  
組織部へFAX (3912-9333) でお願います  
お問合せは、組織部電話 (3913-9100)

#### 申し込み先

# 支部の特色いかして「新春のつどい」

## 優雅な舞に うっとりして

豊島1-2丁目支部

新春のつどいを1月21日に行いました。定刻前に全員そろい、久しぶりに会った人たちが初参加の人たちも、顔見知りでにぎやかなおしゃべりの中、始まりました。

開会の挨拶後、司会者から紹介された王子生協病院の阿部研一郎事務長のお話しは、難しい医療情勢をやさしく、そこでの東京ほくととの役割や新病院の機能、

始まったばかりの無料低額診療の説明など、資料にそった話で、参加者はうなずきながら聞きました。

地元のお店のお弁当に舌



優雅な2人の舞にうっとり

鼓をうった後、二部が始まりました。優雅に2つの扇で舞う祝い唄、しっとりとした渡の情話が伝わってくる男女の2人舞いが披露されました。「健康食事」の講義をするのは、腹話術の人形「まぐん」。遠いところへ参加くださった年金者組合のハーモニカ演奏に「アンコール」の声、声、声で会場が一つ

になりました。欠席の男性2人分の力仕事を大勢のお手伝いに加えられて無事、閉会の挨拶となりました。署名と増資の協力を頂きました。(支部長・沼田和子)

## 支部の出し物 を楽しんで

荒川地域

1月23日に荒川地域の新春のつどいが川口の「ゆの郷」にて行われました。組合員、職員合わせて41人が参加しました。温泉に入り、支部紹介、カラオケと楽しみました。

横田雄雄理事から「今年自分たちの思いや願いを



汐入支部は16人で参加しました

伝える年にして「こう」との挨拶があり、新春のつど

いが始まりました。村上広雄理事の乾杯で食事、歓談を楽しみました。

支部の紹介と出し物では、荒川町支部は斉藤正さんの三線に合わせ、「涙そうそう」を歌いました。西日暮里支部の山家利和さんからは「健康川柳」が披露され、とても好評でした。東尾久、汐入支部は合唱、次に歓談をしながら、カラオケを楽しみました。

最後に佐藤仁理事から「今年も健康でいきましょう。健康でいるためには、まずは平和であることが必要です」と閉会の挨拶があり、無事に新春のつどいを終えました。(組織部・富田早貴)

# 第五福竜丸&江東区戦跡巡りフィールドワーク

# 青年社保平和プロジェクト



第五福竜丸の実物を見ました

12月23日に第五福竜丸&江東区戦跡巡りフィールドワークを行いました。昨年の原水爆禁止世界大会に関わったメンバーで、もっと戦争について学習したい、原水爆について知りたいという意思からの企画です。

11月に、講師を依頼するために東京空襲犠牲者遺族会本部へ行き、事務局長の榎本喜久治さんと当日のルートについて打ち合わせを行いました。

メールやポスターなどで参加者を募集し、東京ほくととの職員だけでなく、新婦人や医療福祉協連など多方面から集まりました。また、今まで企画してきた中

でも若手職員の参加が多く、平和に対して熱心な姿勢がみられました。

今回の企画に必要な資金は、青年社保平和プロジェクトとして健康まつりに出店し「手づくり野菜団子」を販売したり、企画へのカンパを募ったりして資金を工

## 仲間の意見や感想を力に

## 戦争の被害の大きさ実感

面しました。多くの方のご協力により無事に開催することができました。

当日、王子駅前からバスで出発しました。江東区には東京大空襲の慰霊碑が多く存在し、代表的な自衛院精工や、深川高校などを巡

りました。

第五福竜丸展示館では、ヒキニ環礁でアメリカの水爆実験の被害を受けたマグロ漁船、第五福竜丸の実物や、ヒキニ水爆被害に関する写真などを観覧しました。展示館の方に第五福竜丸が水爆被害にあった当時

のお話もして頂きました。東京大空襲戦災資料センターでは、東京大空襲を実際に経験した方から当時の被害が大きかった地区をしるした地図や、被災品や空襲を描いた絵画などから

今回の企画はグループで行くことで、なかなか一人では行かない所に行くことができたこと、感想交流で様々な意見や感想を聞くことができたことが良かったです。(王子生協病院栄養士・吉田朱花)

# 街づくり

## 王子生協病院 情勢の変化に対応し 今年もガンバル



今年もよろしくをお願いします

王子生協病院ではこの数年、年初めに全職員集会を行うのが恒例です。今年も仕事始めとなった1月4日、お昼の時間帯を利用して、新病院完成から3年が経過する2016年、情勢も刻々と変化し、貧困・平和が予断を許さない問題となっています。医療福祉・社会保障に目を向ければ、地域包括ケア政策が進む中、4月には診療報酬の改訂もありません。今年も課題は多いですが、みんなで力を合わせて頑張っていこうと思

います。(事務次長・灰野真紀)

## 王子生協病院

し、会議室に総勢100人近くが大集合しました。集会では、今泉雄雄院長

# 病院・診療所・事業所だより

## 老人保健施設ほくとはなみずき

ほくとはなみずきは、53床のベッドを有する介護老人保健施設です。往診可能な診療所をはじめ、ショートステイと、通所リハビリ

## 自宅介護のサポートも行います

リハビリマネジメント加算(Ⅰ)口腔機能向上加算を取得し、在宅強化型老健として届け出、地域の医療介護の連携に向けて、地域での先駆的、積極的な取り組みを行ってきました。



行事には地域の方の協力をお願いします

これらも病院、自宅から地域への橋渡しとしての役割を担いつつ、施設を定期的・効率的に利用されることで、住み慣れた地域での在宅介護継続をお手伝いしていきたいです。(事務長・坂東信光)



王子生協病院  
医師 打矢 春花

東京ほくと医療生協に就職して、もうすぐ8年になる、家庭医療専門医の打矢です。北足立・汐入・荒川・鹿浜・豊川通り診療所で働いていたこともあり、現在は王子生協病院で働いています。地域の方々の、日々を健康に、また生活の中で「病気のこ」が占める割合をできるだけ小さくし続けることを目標に仕事をしています。

らず、女性医師にとって子育てしながら働き続けることはハードルが高いことだと感じていました。

## 女性医師が子どもをもち働き続けること

—多くの人に支えられて—

小さな子どもがいる女性常勤医師の一人として、この原稿のお話をいただきました。多くの職業でそうだと思いますが、女性医師も「仕事をしっかりやるなら、子どもは産むな」「子どもができたら辞めてもらう、もしくはパート」と上司から言われる職業でありました。マタハラ・セクハラと世間の目が厳しくなってきたから、かなり改善しているようですが、医学生時代に出会った、活躍している女性医師の方々のほとんどはお子さんがいらっしゃ

東京ほくと医療生協は、子育てのことを考えたわけて



妊娠中も出産後も私の

ではなく、家庭医療を学びつつ実践できる職場として選んだのですが、実際に働いてみると、子育て、しかも幼児を育てつつ常勤として働く先輩・同僚女性医師が何人もいて、子育てをしながら働き続ける勇気ももらいました。有難いことに息子を授かり、2015年5月に無事出産しました。約半年の産休育休をいただき、10月から任事に復帰しました。病棟の仕事が中心ですが、1月からは外来にも出ています。

息子は、保育園不足で、年度初めの4月までは保育園に入園できないので、今は夫が育児休暇をとって面倒をみています。大きな問題もなく順調に成長し、家の中をずりずり這いまわたり、歌うように声を出したり、パパと一緒に絵本を読んだり散歩をしたり、パパ手作りの離乳食を食べたりして、楽しく過ごしているようです。

赤羽東診療所  
1月21日、職員8人で学習会を開きました。テーマは「認知症患者さんへのコミュニケーション」。講師は、王子生協病院の認知症看護認定看護師の千葉幸子さんです。



サービス向上に毎月の学習会

講義の内容は①認知症とは、②認知症の方が生きていく世界について、③認知症を持つ方のかかわり方。実際に、認知症の患者さんが置かれている状況をスライドでみて、「不安な感情」「緊張の状態」「焦る感覚」「孤独感」など、認知症患者さんの感情を職員が疑似体験しました。さっそく、高橋慶所長からは、診察室で家族の方へどう説明を行うかなどの意見が出され、サービス向上につながる学習会でした。診療所では毎月学習会を開き今年も「がん末期患者さんとのコミュニケーション」「外来で役立つリハビリ」など学び診療に活かします。(赤羽東診療所事務局長・津久井康弘)

## 高校生たちに「医療を知って感じてもらう」

ほくとウィンターセミナー

昨年末、高校生向けイベント「ほくとウィンターセミナー」を行いました。医師・看護師・リハビリ技師・薬剤師を目指す高校生が、外来医療を模擬体験するという内容です。模擬患者さんとして、病院ボランティア委員の皆さんにご協力いただきました。



ボランティアさんの協力で看護体験

私たちの迫真のアドリア演技に戸惑い、慌てながら、専門職スタッフの援助を受けながら頑張っていました。体験の後は、互いに感じたことを話し合いました。

王子生協病院学生室  
電話391217210

## ほくとの看護に共感 「看護師内定者のつどい」

「看護師内定者のつどい」

12月26日に、2016年看護師内定者の「国家試験激励会」を王子生協病院でおこないました。2月の国家試験に向けて勉強中ですが、気分転換も兼ねてラースパートの励みになるようにと、毎年おこなっている企画です。

年末の土曜日にも関わらず、病院や診療所・訪問看護ステーションなど、たくさんの方々が駆けつけてくれました。テーブルには職員手作りのケーキや食事、差し入れのお花などが並び、昨年入職した新人看護師や、職員から応援メッセージが手渡されて終始にぎやかな会になりました。

地域ではインフルエンザが流行している中、ひまわりの家の利用者さんは、風邪をひく方もなく無事に新年を迎えました。

たこともあり、数人の利用者さんで近くの七社神社にお参りしました。今年も健康で美味しいものがいっぱい食べられますよう、楽しいことがいっぱいありますようお願いしてきました。(施設長・古河直美)



職員もかけつけ記念写真

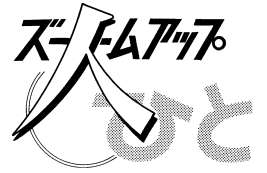
王子生協病院学生室  
電話391217210

王子生協病院学生室  
電話391217210

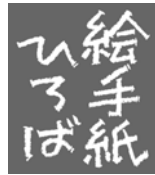
年末には年越しそば、お正月には滝野川支部直伝のどろろすっきり白玉のお雑煮、お節料理で新しい年を迎えました。正月飾りのお花も利用者さんの御手前を拝借、飾り付けをお願いしました。お天気が良かったので、お天気が良かった。



近くの七社神社に行きました



今や「新聞ちぎり絵」は早坂さんと、サロンや班会で「教えてほしい」との依頼が相次いでいます。先日、医療生協の班会で講師に行ったとき、「班会に歩いてくるだけでも大変なのに、ちぎりの絵を上手につくって満足して帰っていくのを見るととても嬉しい」と。「新聞はすぐそばにあり身近だから気軽にできる」と早坂さん。新聞の



北区堀船 早坂充子 新聞ちぎり絵



東日本大震災からまもなく5年、東北は雪の中だろうか。暦は立春。毎年、春はやってくるが被災地の本当の春はまだ遠い。

### 世代を超えた仲間がいることが嬉しい

堀船2丁目在住 早坂 充子さん(66歳)

おもしろい柄を見つけたときは、何に使うかイメージが湧いてきます。簡単なものよりの、複雑で時間をかけて送ってもいいのよ」と。



医療生協活動は30年を超えています。堀船支部の理事も務めました。医療生協

「世代を超えた友人ができたこと、みんな仲間なんだよね。今は、運営委員と東京はくとの監事を担っています。医療・健康・平和に関心をもち活動してきました。今、なにがやりたいか考えたとき、歌を歌いたいと思った」そうです。「24の瞳」の映画を観たのがきっかけで「童謡班」を結成、

月に一回集まり、童謡を歌っています。キーボードとハーモニカの演奏でみんなが知っている歌を2時間30分、童謡を歌っています。

今、気になるのは医療生協活動ががんばってくれた方が認知症になったこと。早くみつけれなかったかな、自分もならないようにするには...と考えています。中に目の不自由な方がいて、歌っていると「情景が浮かぶ」と喜んで参加していただいています。医療生協や趣味で知り合った人たちのつながりを大事にしています。困ったときに助け舟を出してもらったことがあります。「その人にとってはなんでもないことだけれど、私は救われる思いがした。だから私のなんでもないことが人を救うこともあるのかなと思う」と。

### 虹の箱

事業所利用委員会

### 木の剪定で明るく 季節の花を愛でる 王子生協病院ボランティア委員会

2010年の10月から開始した王子生協病院のボランティアの活動は、5年以上が経過しました。この間、外来の案内・病棟、植栽の手入れや模擬患者など、活動が広がっています。その中で、特に2015年は植栽の手入れをする「みどりのボランティア」の活動が目立ちました。病院の周囲の木々は病院完成の時に植えられて3年が経過しています。気付けば結構大きく育っていて、山モモの実がなり、鳩まで巣を作る始末です。そこで、4人のみどりのボランティアさんに木々の剪定をお願いしました。



男性の力が頼り、木の剪定

まず、職員自転車置き場のもで練習をし、試行錯誤しながらやっていたまいしたが、徐々に慣れてチームワークもよく、1日で8本の剪定が出来るようになっていました。おかげで自転車置き場もすっきりして随分明るくなりました。他にも草取りや落ち葉も拾い、空いているスペースに花を植えるなど大活躍でした。

今年のみどりのボランティアさんは4階病棟の庭園の世話や、1階でみどりのカーテンを作る計画をたてています。気持ち良く病院を利用してもらえるよう、事業所利用委員会とも連携し活動を広げていきたいと考えていますので、ボランティア活動に興味のある方は是非お手伝いをお願いいたします。

(事務次長・伊藤里美)

### ◆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なかの薬局です。

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

**「乳がん」定期検診 受けていますか?**

学習会「乳がんについて」

- 2月26日(金) 午後2時~3時半
- 講師: 高浪 巖 医師
- 会場: 王子生協病院会議室
- 問合せ: 王子生協病院健診課

TEL: 3-9-1-2-5-1-8-1 (平日9時-5時)

主催: 福祉のまちづくり・北

**お回の中から乳幼児の健康を考える**

日時: 3月15日(火) 10:00~11:30

場所: 北とびあ 7階 第2研修室

講師: 生協王子歯科 野口 謙吾 医師

対象: 乳幼児のお父さん、お母さん

申込み先: TEL 3913-9100 高沢まで



# 通信

(敬称略)

西新井本町 齊藤定美(66)  
江北生協診療所の清掃ボランティアをしています。  
隣の公園から診療所の敷地

## \*わたしも配っています\*

多くの人に生協病院を知ってもらいたい  
田端1丁目在住  
野上登美子(80歳)



「東京ほくと」を配り始めて30年が過ぎました。主に

に近所で、その当時から組合員です。読んでくださることを急じつつ投函しています。

## ◎王子生協病院は、無料低額診療事業にとりくんでいます。

内には落葉が入り、清掃も大変でした。  
滝野川 加藤錦俊(71)  
小生、持病があり1日8種類の薬を服用しておりさすが頑張って1日一日を過ごしております。  
滝野川 柴崎雅允(69)

今年の目標は診察に行かぬこと。医療費にかかった分を出資金に回します。  
王五 田代幸子(70)  
寒い日は鍋料理が一番、魚の切り落とし、野菜たっぷり温まります。  
舎人 内田豊子(64)

みんなが元気で過ごせますように。舎人公園で初日の出を見ました。  
王子 伊藤あや子(67)  
暖かなお正月、あと言う間に1月も終わり、今年もあつという間に過ぎてしまえう。  
王子 井伊幸子(66)

介がりました。「俳句は生きている証」の敷地あきらかに希望をいただきました。私も俳句を詠むことで友人の輪が広がりました。  
上十条 小沼まつ江(83)  
最近、テレビでは重みのない謝罪が繰り返されていますね。  
豊島 落合マシミ(76)

健康第一でウォーキングを始めました。土手の桜のつぼみがふくらんできたような感じがします。  
新田 荒川雪江(57)  
1月の初めにまたひとつ年をとりました。まだまだ元気で働いていたいです。  
志茂 大塚克子(85)

舎人 川崎美恵子(72)  
「東京ほくときたあだち」で成さんの写真を拝見しました。楽しい人で大好きで懐かしく思いました。  
岸町 白武立吉  
貧乏所帯ですが「さわやか」なお正月を迎えることができました。感謝です。  
南十住 茂垣満里子(80)

口が2羽飛んできました。なぜか嬉しくなりました。王子本町 間所貞夫(90)  
私が移転対策チームの会長になりました。住民の皆様が安全に何の不安もなく明るい住居に落ち着くことを見守っています。  
王子 中澤政子(72)  
半年に一度、歯のクリーニングに行ってきたりしました。  
上十条 森田ムツ子(73)  
生協北診の渡会先生に受診、かべ体操10セットが目

わして病院のことや、要望新聞の記事などについて伺ってみたいと常々思っています。それには、先ず、自分が病院のことを知る事が先決だと思ひ、皆さんを誘って病院を見学させてもらいたいと思ひます。  
王五 若林ふさ子(65)  
「スームアップ人」に紹

ポストにほくとさんからの封筒を発見。嬉しくて皆にラインで報告しました。  
王子 藤本ヒロ子(76)  
1年、かみ始めて毎日を楽しみに生きます。  
王五 若林ふさ子(65)  
「スームアップ人」に紹

隣に住宅地があるという異様に驚きました。  
今回のフィールドワークを通して、沖縄での戦後のたたかいは今でも続いていると感じました。戦争を体験した人にとって当時の悲しみや恐怖が消えることはいまありませんし、今でも基地があることで沖縄県民の生活が制限されていることは

た。健康第一でウォーキングを始めました。土手の桜のつぼみがふくらんできたような感じがします。  
新田 荒川雪江(57)  
1月の初めにまたひとつ年をとりました。まだまだ元気で働いていたいです。  
志茂 大塚克子(85)  
皆さまお元気を春を迎えましよう。  
町屋 久道和男(69)  
うえのさんの街スケッチ、船方神社の狛犬さん、暖かくなったから見に行く予定です。

た。健康第一でウォーキングを始めました。土手の桜のつぼみがふくらんできたような感じがします。  
新田 荒川雪江(57)  
1月の初めにまたひとつ年をとりました。まだまだ元気で働いていたいです。  
志茂 大塚克子(85)  
皆さまお元気を春を迎えましよう。  
町屋 久道和男(69)  
うえのさんの街スケッチ、船方神社の狛犬さん、暖かくなったから見に行く予定です。

た。健康第一でウォーキングを始めました。土手の桜のつぼみがふくらんできたような感じがします。  
新田 荒川雪江(57)  
1月の初めにまたひとつ年をとりました。まだまだ元気で働いていたいです。  
志茂 大塚克子(85)  
皆さまお元気を春を迎えましよう。  
町屋 久道和男(69)  
うえのさんの街スケッチ、船方神社の狛犬さん、暖かくなったから見に行く予定です。

## 情報や感じたことを 周囲に発信していく

東京民医連平和学校受講と沖縄フィールドワーク  
王子生協病院医事課 千葉 恵

「平和学校」とは一年をかけて民医連で働く人たちが集まり平和や憲法について学び、意見を交換・発表する場です。  
昨年12月に3日間の沖縄フィールドワークに参加しました。ひめゆり平和祈念資料館見学では、元白梅学徒隊の方のお話を伺い「70年経った今でも戦争の記憶は消えない」という言葉

に、改めて戦争の悲惨さを感じ、二度と戦争を起してはならないと強く思いました。  
辺野古のテント村とキャンプシュワブゲート前では、座り込みで反対の声を上げる県民とそれを監視する警察や機動隊とで、緊迫した空気が漂っていました。私は、日本政府が民意を無視して新たな基地を強行的に建設しようとしている事実を感じました。  
その後、嘉手納基地と普天間基地の外観を展望台から見学し、基地の実態を目

た。健康第一でウォーキングを始めました。土手の桜のつぼみがふくらんできたような感じがします。  
新田 荒川雪江(57)  
1月の初めにまたひとつ年をとりました。まだまだ元気で働いていたいです。  
志茂 大塚克子(85)  
皆さまお元気を春を迎えましよう。  
町屋 久道和男(69)  
うえのさんの街スケッチ、船方神社の狛犬さん、暖かくなったから見に行く予定です。



## 季節のスナップ

1650年以上の歴史のある鷹狩(放鷹術)。代々の将軍家の鷹狩の場であった浜離宮恩賜庭園では1月2日、3日に「諏訪流放鷹術披露」が開催されました。(中澤義則)



の当たりにし、基地のすぐ



辺野古の座り込み

の当たりにし、基地のすぐ

### 第331回 パズル

〈ヒント〉意外と中は暖かいぞうです。  
〈とぎ方〉二重ワクの4文字を並べるとある言葉になります。それが答えです。  
〈応募方法〉ハガキに答え、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(当選者)(応募31)小森り、川崎美恵子、竹田房子、内田豊子、柴崎雅允

