

生協の現況 2015.9.1現在

組合員	33,745人
出資金	15億4,975万円
一人平均	45,925円

2015年度増加	
組合員	514人
出資金	4,678万円



東京ほくと

一人は万人のために万人は一人のために

2015年
(10月号)
第434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/>

貧困は自己責任ではありません

王子生協病院は「無料低額診療」事業を行っています

日本の相対的貧困率は16・1%と高く
ひとり親世帯の貧困率は54・6%に

王子生協病院では、2015年4月より無料低額診療事業を開始しました。無料低額診療事業とは、経済的に困難な方に対して、診療費の自己負担分の減免を行うもので、憲法25条の理念の具体化として1991

王子生協病院
医療ソーシャルワーカー
主任 遠藤 賀子

年に施行された社会福祉事業法に定められています。無料低額診療事業はソーシャルワーカーの配置や相談の実施など基準を満たした事業所が都に申請をします。この事業の利用は、経済的な理由で診療費の支払いが困難な方が対象となります。申請の際には、家族状況や収入状況などについて相談員が聞き取り、年金

証書や給与明細など、経済状態が分かるものを提示いただいています。

高い日本の貧困率

患者さんから生活状況を聞くと、厳しい状況のなかでなんとか暮らしてこられたのだと感じます。日本の相対的貧困率は16・1%と高く、子どもの貧困率も16・3%になります。これは子ども6人に1人は貧困にあるということになります。さらに、ひとり親世帯の貧困率は54・6%にもほり、半数以上は貧困の中にあるという驚くべき数字です。(平成25年国民生活基礎調査の概況)

医療費や食費は我慢



王子生協病院は1カ月でのべ7100人の方が利用します

住宅費や保険料など、どうしても減らせない出費がいくつもある中では、支出を減らすと、医療費や食費など我慢できるところは我慢してしまいます。しかし、医療費を我慢した結果、我慢しきれずに病院にいられた時には症状が重篤になってしまっている方もおおいきました。

貧弱な経済政策

政府の経済政策は生活に多大な影響を及ぼしており、不景気や自由化の波の中で必死にがんばろうとしても、個人の力ではその波の中でおぼれてしまうこと

迫っています。2000年以降、都営住宅は、建て替えはありますが、戸数は増えています。欧州では「住まいは人権」と言われますが、日本の公共政策にはそのような考えが見られません。

があります。「貧困は自己責任ではない」ということが患者さんの話を聞いてみるとはっきりと分かります。経済格差が健康格差に直結していると感じます。政府は1980年代頃、無料低額診療事業は、社会情勢等の変化に伴い必要性の薄らいた事業であると考えていた時期がありました。しかし、生活保護を受給することの困難さ、貧困の拡大、格差拡大の情勢を考えれば、無料低額診療事業の必要性はむしろ増えています。医療費の支払いに不安がある方は、まずはご相談ください。(電話)0912-22001

医療費でお困りの方はご相談ください

注射器

ひいて、風邪をひいてしまった。それもかなりひどい。今夏の厳しい暑さに負けない体力づくりに励んできたつもりだった。朝6時半のラジオ体操が始まり夜には通っている体操教室のメニューを軽くなし、食事の気をつけ、水分も摂り、睡眠も十分にとって、思いっきり限りの対策をとってきたのに：▼というわけで、この文章をどう書いたらいいのか、頭がボーッとしていてまよまよ困った。困った。困った。困った。今さらパスもできない。Tさん(この機関紙の編集担当の優しい女性)に迷惑をかけるれない▼それにしても今年の夏は暑かった。異常気象のせいだけではない。日本を戦争する国にする。安保法案をゴリ押ししようとする安倍自公政権に対する怒りが、国会周辺のみならず、日本列島のあちこちから湧き起こっていることも無縁ではないように思う▼「戦争法案やめる」「憲法まもれ」「民主主義を守れ」誰の子も殺さない！など、怒りの声は若者、高齢者、母親、労働者、学者などあらゆる階層から、勇気をもって発せられた▼国民の半数以上が「法案反対」とする世論調査が何度も発表された。にもかかわらず、安倍内閣は9月19日未明、この憲法違反の法案を自民、公明、次世代、日本を元気にする会、新党改革の「賛成多数」で可決成立させた▼私たちは、この歴史的暴挙を決して忘れない。来年の夏は今年以上に熱くなる。

理事会だより 9月19日

憲法を地域に活かし安心して住み続けられるまちをつくる

理事長あいさつ

大山 美宏



軍の半分以上は餓死です。若い青春をむごい死に追いやりました。

私たちは、この戦争の反省と心からの謝罪の上にたち、平和憲法を守りこま

で誰一人として戦争に行かず、他国民を殺すことな

く、憲法9条を守り続けてきたのです。

峠三吉という原爆詩人は「ちづをかえせ、ははをかえせ、としよをかえせ、こどもをかえせ……くすれぬへいわをかえせ」と書きました。広島平和祈念公園の慰霊碑には「安らかに眠ってください。過ちは繰り返させぬから」と刻んであります。

守り続けてきた「平和」憲法前文には「政府の行為によって再び戦争の惨禍がおきることのないやうにすることを決意し、ここに主権が国民に存することを宣言し……」

国民の厳粛な信託によるものであって、その権威は国民に由来し、その権力は国民の代表者がこれを行使し、その福利は国民がこれを享受する」と書かれています。

私たちは再び過去の戦争をおこさせない「過ちは繰り返さない」と誓い、国民に主権があること、立憲主義を確認したのです。

違憲の法案は無効

戦争法案は、違憲であり、立憲主義の否定であり、議会制民主主義の破壊です。その過ちにつながるものです。違憲の法案は無効です。引き続き違憲の声、安倍内閣への不信任を広げていくこと、参議院選挙で自民、公明の議員を落選させること、また違憲立法審査権を活用して無効であることを争うこと、そして個々の法案の発動を許さないたたかいを引き続き、潮が引くことのないよう運動を続けていく決意を固めたいと思います。「これからが本場のたたかいです、始まりです」と落合恵子さんも述べています。

仲間としてつながる

先日、せくらの集いで民医連副会長の長瀬文雄さんの講演は、どうだったでしょうか。人権を守るために地域で仲間を増やし、平和を守るために政治的話をするのが健康につながるという話でした。私も感動しました。多くのみなさんが涙なしては聞けなかったと感想を寄せています。

「安心して住み続けられるまち」づくりは創造的で実践的な課題です。貧困で塾にも行けない子どもへ無料子ども塾の取り組みや、生活保護の方や、年金5万円未満の方へ、経済的に制限があると、社会的関係も結ばなくなり、仲間となることごとつ健康資源です。地域包括ケア」というのは非常に負い発想です。憲法を地域に活かす「安心して住み続けられるまちづくり」が上位の概念であると考えます。子どもからお年寄りまで安心して住めることです。なんのために仲間を増やし、生協を強く大きくするのかわ、どれだけ地域が社会的ネットワークで豊かにつながっているかが、課題ではないでしょうか。ひとりぼっちと孤独は違うのです。強化月間をがんばりましょう。

《理事会議事録要旨》

報告事項

①8月組織活動報告

組合員加入113人、出資金増資679万円、増資者1,158人、班会開催68回、2項組合員2人。夏期増資月間6千万円に対し78%到達。せへの集会152人参加、せへの週間200人の仲間増やし目標確認。健康チャレンジを他団体へ申し入れ。転ばん体操22人参加。健康づくり学校鹿浜教室10/29より開校。8.30戦争法案反対総がかり行動に315人参加。9/11ピースアクション報告会に60人参加。8/26福祉たすけあいまつり280人参加。医療介護評価アンケート10月より実施。②8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、民医連関係報告。⑤これからの社保平和活動の予定紹介。⑥組合員と職員との活動交流集会実行委員会報告。⑦通信教育受講推進。⑧インフルエンザワクチン予防接種自費料金確認。

◎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。

憲法違反の戦争法案の強行採決に抗議し、すみやかに廃止を求めます

2015年9月28日 東京ほくと医療生協理事長 大山 美宏

安倍内閣は9月19日、参議院本会議で、安全保障関連法案、いわゆる戦争法案を強行採決し成立させました。

国民の7割～8割が「説明が不十分」、過半数が成立に「反対」「評価しない」という国民世論を無視しての暴挙に、満身の怒りをこめて糾弾します。

国会審議の中で明らかになったことは、自衛隊がアメリカの要請に応じて海外で戦争に参加するためのものであること、圧倒的多数の憲法学者や歴代の内閣法制局長官が表明しているように、憲法違反の法律であることです。

東京ほくと医療生協は、この間「戦争法案の廃案をめざすほくとの会」を立ち上げ、反対運動に取り組んできました。

安保闘争以来と言われる全国的な運動の広がり、特に若い世代が自らの意思で国会あるいは全国各地で反対運動に立ち上がっていることは、日本の未来にとつての希望です。

私たちは「政府の行為によって再び戦争の惨禍が起こることのないように決意」するとしての憲法を守り抜き、すみやかに戦争法の廃止を求めて、引き続き運動をすすめる決意です。

以上

〈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れます（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。お困りの事があれが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

医療と介護の現場

利用を中止せざるをえない費用負担増



「訪問看護を利用して良かった。知ってこればもっと早く利用したかった」と思えるような関わりが出来るように頑張りたいと思います。

（訪問看護ステーションたんぼば看護師・福岡麻紀子）

8月、介護保険の改訂で費用負担が2割に引き上げられました。当ステーションの利用者の方で、週に2回の看護師訪問と1回のリハビリのサービスの利用から、リハビリのサービスを終了した方がおられます。ご家族はリハビリの必要は理解していましたが経済的な理由でやむを得ずの判断でした。

今日、請求書をお渡しする際、その金額に驚き、さらにこれが他のすべてのサービスに関わることで、負担の大きさを実感しました。

わりの中で、毎回訪問する「看護師さんにお世話になってから、痛いところもないし調子も良くて元気だ」といって、毎回の訪問で、どたくさんの方から色々な言葉をいただきます。質の高い良いケアが提供できるように日々スタッフ

よ、何かあっても入院しないで家で看護師さんのお世話に「たんぼば便り」を作成し介護者を含めての健康づくりを取り組んでいます。

近年、病院から在宅へと療養の環境が変わりつつあり、訪問看護師などの在宅で関わる職種の需要が高まってきています。たくさんの方に自宅で療養できて良かったと思えるような関わりが出来るといいなと思います。



鹿浜診療所にて、金曜日
の午前中に「もの忘れ外
来」を開設しました。今回
はその宣伝をさせていただきます。

鹿浜診療所副所長
医師 石川 美緒

病気の 話

「おしっこが間に合わない、 くしゃみしたら漏れた」と 焦ったことはありませんか

尿失禁について

女性のそんな症状の8割は、骨盤底筋トレーニングで治るといわれています。
骨盤底筋とは、骨盤の底で膀胱や子宮、直腸などが下がらないように支えている筋肉群です。骨盤底筋がゆるんで収縮する力が弱まると、尿道や膣が十分に締まらなくなってしまうのです。ゆるんでしまった骨盤底筋をきかえて、尿失禁を改善しましょう。

トレーニング紹介

あおむけの姿勢で

(図1)
あおむけに寝て足を肩幅に開きます。そして、両膝を立てて体の力を抜き、肛門と膣を締めます。締めたままゆっくり5つ数えたら、力を抜き、また締めなおしましょう。

新聞や本を読みながら

(図2)
床に膝をつき、クッションなどの上にひじを立て、手を頭に乗せます。この姿勢で、肛門と膣を締めます。締めたままゆっくり5つ数えたら力を抜き、また締めなおしましょう。

いすに腰掛けて

(図3)

床に膝をつき、クッションなどの上にひじを立て、手を頭に乗せます。この姿勢で、肛門と膣を締めます。締めたままゆっくり5つ数えたら力を抜き、また締めなおしましょう。

テーブルに手をついて

(図4)

足を肩幅に開き、手も肩幅に開いてテーブルにつきま。上半身の重みを全て腕に乗せて、背中をまっすぐに伸ばし、肩とお腹の力を抜いて肛門と膣を締めます。この姿勢で、ゆっくり5つ数えたら力を抜き、また締めなおしましょう。

乗り物に乗っているとや、家でテレビを見ているときに気軽にできません。床につけた足を肩幅に開き、背中をまっすぐに伸ばし、肩の力を抜いて腰やお腹に力が入らないように気をつけながら、ゆっくり肛門と膣を締めます。この姿勢で、ゆっくり5つ数えたら力を抜き、また締めなおしましょう。



「おしっこを我慢したら、膀胱炎になるよ」と思っていますか

実は膀胱訓練も大切ですが、逆に膀胱に尿がたまる前に排尿していると、膀胱は伸びることがないので、縮んで小さくなります。そうなるとうまく頻りにトイレに行きたくなります。そこで、尿意を我慢し

定の時間で行くようにします。もともと膀胱には500cc程度の尿をためる機能があります。何時間でも出たのか記録し、自分の排尿のリズムをつかんでいきましょう。

王子生協病院泌尿器科(火曜日女性医師)でもご相談のついでに、是非お尋ねください。(王子生協病院総看護師長・油座よしや)

目を輝かせ病院探検

王子生協病院が「子ども探検隊」開催

王子生協病院で8月29日、近隣地域の方々に王子生協病院を知ってもらう機会として、「子ども探検隊」を開催しました。子ども29人、保護者が17人の参加。探検隊長は1年目研修医の坂本雄飛医師が務めました。運営スタッフは職員に加え、組合員さん、高校生がボランティアとして参加



廊下を車イスで移動します

今年入職したばかりです。スタッフに加わった医事課の高宮翼さんは、「大人でも新たな発見が多くあり、子どもたちからたくさん元気をもりました。また、普段一緒に仕事をしない他課の人と意見交換が出来、どのような仕事をしているかなどを知ることができました。と一つの大きなイベントをなした達成感を感じていました。

鹿浜診療所の「もの忘れ外来」

「変だった」と数年前のこととを思い返す、というようなペースで進んでいくものです。

「2〜3日前から急に『これは何か』と言ったり、家族の顔がわからない

急変はご注意ください！

特に、「急にぼけてしまった」と周りの方が思うケースは要注意です。一番多いアルツハイマー型認知症は、発症は緩やかで、思い返してみれば「あのときか

様子で、変なことばかり言うんです」という相談を受けた方が実は肺炎を起して意識がおかしくなった、ということもあります。また「反応が鈍くなって、元気もなくなってきたら寝て

いますが、もの忘れ外来は特に、探偵のような情報収集が必要だと思っています。もの忘れの経過はもちろん、これまでのような一生を過ごしてきたのか、職業、性格、何が得意だったか、もともと何が苦手だ

お話を聞く必要もあります。情報収集を医師だけで行うのは無理があるので、当院では、初回の外来で、医師が患者さんご自身とお話をしたり、記憶のテストをしている間に、看護師がご家族の方から情報収集を

基本的には、もの忘れ外来で初回、次回くらいまで診させていただきます。後には、一般外来の受診を基本としています。周りの人から、「あの人も忘れ外来に入っていく」と思われるのを嫌がる方も多いのでは？と思っても、なかなか主治医の先生に伝えることが難しくシレンマに陥った、という経験からです。

まずはご相談を

認知症は、その方的一部分でしかありませんし、身

まずは診療所窓口までご相談ください。

体疾患や薬が認知機能に影響することも多く、基本的には、普段身体管理をしている医師が、認知症も診ることができれば理想的なのではと思っています。なかには、ご家族としては認知症ではないかと疑っているけれども、本人はがんとして認めず受診しないので困っている、という場合も多いためです。その場合も、まずは診療所窓口までご相談ください。

医療生協・民医連の活動に確信をもち ひとりひとりがいのちの主人公に 生協強化月間「せ〜の集会」

小さな力を集めて大きく

9月6日、豊島ふれあいの集会所を開催、全日本民医連副会長の長瀬文雄氏に



全日本民医連副会長 長瀬 文雄氏



組合員と職員、仲間ふやしの決意を確かめました

「いま伝えたいこと、いのちの主人公に」と題して講演いただきました。新生児のターミナル医療について、民医連の病院の経験を紹介し、参加した152人の気持ちをまずひきつけました。

「胸に届いた」今日ほどハンカチを使った集会はない。「小さな力を集めて大きくしていくことの重要性」素直に泣いたり笑ったりしながら聞いた。今の日本が危険である

「こがわかつた」「健康増進病院の活動に興味あり」「目をそむけてはいけない現実が自分の知らないところで起きています」という感想がありました。

そして、「この感動を広げていきたい」「自身の言葉で発信したい」「言い続けていくこと」「地域の方と力を合わせて働く」というこれからの自身の決意を固めた方も多かったです。

10月12日は生協を強く 大きくする「生協強化月間」

仲間増やしにご協力ください 訪問行動の決意

足立西部第一支部
新井初江支部長



足立区は新田地域に大型マンションが建ち並び、江北地域は都営住宅の建て替

滝野川支部
佐藤雅子支部長



骨密度測定を受けたある女性は「毎年、ここでチェックを受けている。去年より数値が改善されていてよかった」とおっしゃってくださいました。

坂東信光事務局長



東十条地域も新築マンションが建ち始めています。そこへの宣伝も兼ねて、訪問計画を立てています。



富田治男支部長
富田治男支部長

富田治男支部長

病院・診療所・事業所だより

荒川生協診療所

あらかわ暮らしの保健室
あらかわ暮らしの保健室は今年5月に開設しました。通院患者さんの高齢化が進み、往診や施設への移行、受診したくても受診できなかった方々が自宅や方々が小児や青年層に対して当診療所が知られていないこともあり、これからは、日常的な予防医療の段階から、家庭医のいる診療所の存在を知ってもらい、何かあったらすぐに気軽に相談してもらいたいと開始しました。

気軽にご相談ください あらかわ暮らしの保健室

あらかわ暮らしの保健室は今年5月に開設しました。通院患者さんの高齢化が進み、往診や施設への移行、受診したくても受診できなかった方々が自宅や方々が小児や青年層に対して当診療所が知られていないこともあり、これからは、日常的な予防医療の段階から、家庭医のいる診療所の存在を知ってもらい、何かあったらすぐに気軽に相談してもらいたいと開始しました。



はロコモ体操・8月は子ども診療所・9月はババキッズを行ってきました。10月31日は診療所音楽祭を開催する予定です。

《たとえはこんな相談》
「看護師！こんな時はどこを受診するの？」
「介護職！介護施設の見学や介護方法を教えて」
「リハビリ！長続きできる体操教えて」
「事務！治療代や検査費用はどのくらいかかるの？」
また、憩いの場所としての利用も歓迎です。ぜひ、一度お越しください。
(看護師長・乾いつ子)



お茶とお菓子で憩いの場となっています

毎年ここで健康チェック

各支部で地域の行事に参加して健康チェックを行っています。「ここで健康チェックすることを楽しみにしている」など好評です。地域の行事に参加し医療生協をアピール

王手本町支部
中央文化センター祭り
9月12、13日北区中央公園文化センターにて「文化センター祭り」が開催され



ました。文化センターで開催されているサークル活動の美術・工芸作品展示、合唱・演奏、ダンス・太極拳の演技発表などがあり、地

元の方が多くいらっしゃっています。王手本町支部は健康チェックで10人が参加しました。今年度健康チェックに新たに加わった「足指力」も実施、初めて測るという方はびっくりしていました。

「私の体は何歳？」真剣なまなざしです。担当して実施してもらい、両日合わせて90人以上の方が訪れてくださいました。

骨密度測定を受けたある女性は「毎年、ここでチェックを受けている。去年より数値が改善されていてよかった」とおっしゃってくださいました。

（組織部・飯塚佐希子）
模擬店など楽しみながら参加型のお祭り
町屋部・東尾久支部
ツインフェスタ

9月20日、荒川区町屋の区立原公園において、ツインフェスタ2015が開催されました。通称



健康チェックの値を記入します

「ツインフェスタ」は地元区民マンションの住民が実行委員会をつくり、荒川区の後援を受けて毎年開かれています。フリーマーケット

東十条地域も新築マンションが建ち始めています。そこへの宣伝も兼ねて、訪問計画を立てています。

病院・診療所・事業所だより



お茶とお菓子で憩いの場となっています

はロコモ体操・8月は子ども診療所・9月はババキッズを行ってきました。10月31日は診療所音楽祭を開催する予定です。

《たとえはこんな相談》
「看護師！こんな時はどこを受診するの？」
「介護職！介護施設の見学や介護方法を教えて」
「リハビリ！長続きできる体操教えて」
「事務！治療代や検査費用はどのくらいかかるの？」
また、憩いの場所としての利用も歓迎です。ぜひ、一度お越しください。
(看護師長・乾いつ子)



(2)

荒川生協診療所
通所リハビリ

理学療法士 倉持 陽平

私は東京ほくとへ入職して6年目の理学療法士です。王子生協病院リハビリテーション課より荒川生協診療所・通所リハビリへ異動して約3年です。生まれは北病院（現在は生協北診療所）、風邪をひき、怪我をすれば王子生協病院にお世話になり北区豊島で育ちました。現在は荒川生協診療所・通所リハビリで地域・在宅で行われるリハビリ

地域包括支援事業への移行

さて、今年4月に介護保険改定が行われ、介護現場で働く職員は報酬引き下げや新設の加算取得などに向けて苦勞を強いられています。また、サービスを利用する利用者さんにとっても厳しい環境へと移り変わってきています。特に要支援1及び2の利用者さんにとっては、2017年4月から今まで通りの介護保険サービス利用が出来なくなり

に携わっています。

ます。要支援1及び2は切り離され、地域包括支援事業への移行が決まっているのです。

この町に住み続けるお手伝い

そんな現状を踏まえて私たち荒川通所リハビリでは、介護保険からの切り離しが迫る2017年までの間、「現在利用されている

要支援の方に、どのように地域包括支援事業への移行をお願いしていくべきなのか検討を行ってきました。その中でひとつの取り組みを現在始めています。

実際に紹介する

具体的には地域包括支援事業も含め区内で行われている様々な地域活動（ころばん体操、ばんざい体操、お元気ランチ、元気アップ



教室、いきいきサロンなど）へ実際に足を運び、地域の活動を知る取り組みを始めました。各職員がそれぞれ見たい地域活動を自ら選び、そこで感じた事を共有します。報告の中で、「あの人ならここに通えそう」「あの人に通って欲しい」といったイメージと少し違っていた...などの意見があります。この取り組みを進めていくことで、区

内で行われている事業を職員がより深く知り、利用者さんの個性にあった地域での活動場所を、自信を持って伝えたり勧めたり出来るようになっていければいいと考えています。

2017年にむけて

以上の取り組み以外にも、2017年を見据えて取り組むべき課題は山積しています。議論が煮詰まり棚上げになっている課題も複数あるのが現状です。しかし利用者さんの通所リハビリ卒業後の生活へ視点を広げていくためにも、このような取り組みを継続し荒川地域の組合員さんに少しでも貢献できる職場作りを今後も進めていきます。

地域医療への熱意を感じた

今年も夏の実習や学習に励む

今年の夏も医学生の実習や学習会、高校生の医師体験の受け入れを行いました。

様々なスタッフ、組合員さんにご協力いただきました。学習会では、医学生と職員が一緒に健康の定義やヘルスプロモーション、戦争法案、貧困問題、憲法など



医学生の実習では、病院や診療所での訪問診療同行や外来見学、医療ソーシャルワーカー、栄養士、介護支援専門員などの職種業務同行、図書館で地域調べ、実際に町を歩くフィールドワーク、ほっとカフェ訪問、組合員さんとの懇談



実習の報告を受けました

高校生の医師体験では、血圧測定、医師業務同行、リハビリ棟での患者さんの食事介助などを体験してもらいました。

を学びました。

9月15日・16日に日本高齢者大会in和歌山に、東京ほくとから組合員2人（田那辺八重子、永塚勝康）、職員1人（森松伸治）が参加しました。

学び、たたかいへの勇気をももらった

日本高齢者大会in和歌山

※ご親族やお知り合いの方に医学生がいらっしゃいましたら、ぜひご紹介ください。

王子生協病院学生室 39127210

高齢者大会の魅力のひとつは、一日目の学習講座・分科会にあります。内容は



南海電に乗りかえるところ 右端が永塚さん、左端が田那辺さん

健康、生きがい、地域包括、高齢者のコミュニケーションから憲法や人権問題。そして原発、基地問題、中東情勢などといった社会運動など幅広い分野にわたります。参加者が多様な学びを選択し、夕食時の交流も盛

り上がります。二つ目の魅力は二日目の全体会の記念講演で、今回は安斎育郎氏「戦後70年日本の未来へのメッセージ」でした。戦争法といかにたたかうかを科学の目で分析、たたかいの展望のお話に勇気をもりました。

大会スローガンである「まちから村からの連帯で、ひとりぼっちの高齢者をなくそう」は私たち医療福祉生協の運動ともマッチしたものです。次回開催地は東京です。分科会会場は西栗鴨の正大大学となります。来年の高齢者大会にむけておおいに学び、この大会の魅力を広げていきましょう。（組織部・森松伸治）

病院・診療所・事業所だより 街づくり



会場が広いので、子どもの様子を見ながら学習

子どもたちの様子を見ながら学習... 当日は8組のお母さんとお子さんたちに参加いただきました。一緒におやつを頂き、あっと言う間の1時間半は、参加いただいたお母さんたちも楽しくわかりやすかったです。ぜひまた開催して欲しいとの声を受け、不定期ですが子どもの病気に関係することだけでなく、保育士さんを中心とした遊びに関することなどもテーマにして開催を考えております。次回は10月17日（土）「こどもまつり」。家族みんなで楽しみたいので、ぜひご参加お待ちしております。（看護師・石原佳子）

鹿浜診療所
わいわい、がやがや 第1回ベビーカフェ
この数年で新しいマンションが建ち、子どもを受診数が増えてきている鹿浜診療所では、お母さんとお母さん同士も対象とした「ベビーカフェ」を8月17日に開催しました。第1回目のテーマは「子どもにスキンケア」。外来受診に来たお母さんたちからよく質問を受けたり、間違に子育てについて質問＆タイム。子どもたちもバイスしていたこともあったため、子どもにスキンケアについて学ぶ機会が意外と無いのではないかと思いいテーマに選びました。当日は8組のお母さんとお子さんたちに参加いただきました。一緒におやつを頂き、あっと言う間の1時間半は、参加いただいたお母さんたちも楽しくわかりやすかったです。ぜひまた開催して欲しいとの声を受け、不定期ですが子どもの病気に関係することだけでなく、保育士さんを中心とした遊びに関することなどもテーマにして開催を考えております。次回は10月17日（土）「こどもまつり」。家族みんなで楽しみたいので、ぜひご参加お待ちしております。（看護師・石原佳子）



通信

(敬称略)

豊島 工藤文子(75)
パズルを考えて脳を使う

わたしも配ってます

楽しい語らいあり
仲間と一緒に元気

王子3丁目尾長橋住宅
渡辺 泰庸(74歳)

毎月、「東京ほくと」の仕
分け作業と配付に関わって
います。無口なM氏とおし
ゃべりな私、男2人の他女



性7人、総勢10人の支部運
営委員で仕分け作業をして
います。8500部程のチラ
シを折り込み、担い手さん
別に束ね、ビニール袋に入
れます。その後は血圧測定
とお茶を飲みながらの楽し
い語らい、あとは配達が待
っています。



季節のスナップ

「ヒガンバナ」滝野川5丁目の住宅街の道路脇にある小さな
花壇に咲いていました。沢山の花が一つにまとまって見事な
花になりました。別名「葉見ず。花見ず」です。(岩垂 健)

◎王子生協病院は、無料低額診療事業にとりくんでいます。

よつこ心がけています。
伊興 岩田春江(64)
特定健診を診療所のお迎
えの車でつれてもらいまし
た。大変助かりました。
東伊興 高橋珠江

戦争法案反対行動に参加
しました。
志茂 神田節子(64)
元気がちの植込み込みに
今年もヒガンバナが咲き始
めました。
王子 伊藤あや子(67)
未曾有の災害続きで心が
押しつぶされる思いです。
豊五 石井直(67)
「東京マラソン」走りま
す。
南千住 茂垣満里子(80)
自然災害が皆さまを苦し
めています。
豊五 横山きよ(67)
暑さ寒さも彼岸まで。
西新井本町 松本友子(70)
健康チャレンジに私も申
し込みます。体脂肪を減ら
すことが目標です。
王五 田代幸子(70)
今回の水害で水の力の恐
ろさを知りました。

浮間 梅木明美(80)
80歳を目標に頑張ってい
ました。まだまだいけそう
だと10年延長しました。
王子本町 間所貞夫(89)
病院の健康まつりに手話
を勉強した方に会場を巡回
してもらいます。
王子 黒木文江(81)
災害、天のすることはと
うにもなりません。
滝野川 加藤藤俊(70)
大暑を乗り越え、秋を迎
えられ嬉しく思います。
東十条 端妙子(76)
秋が早めに来た感じがし
ます。
志茂 大塚克子(84)

医療生協の出番です！あなたの町の班会

一人よりみんなで
楽しく体操

組合員を訪問したり、外
で顔を合わせたりすると腰
や脚、肩の痛みでつらい思
いをしてる人が多いと感じ
ていました。どこかに痛



気持ちいい体操

6月は腰痛予防体操、7
月は膝痛予防体操、8月は
肩痛予防体操をテーマに班
会を開きました。すると一
人で体操するよりみんな
で行った方が楽しいので
日ごろの運動不足や自分の
体のどこが硬いかなどに
気づかされました。参加者
は7人前後ですが、2時間
のうち半分はおしゃべりに
花が咲き、とても楽しく満

みがあると気持ちも沈んで
しまいます。でも痛みを体
験している人は、どうした
ら改善できるかを体験して
いる人も多いためです。み
んなで集まって経験交流す
れば、つらい痛みも乗り越
えられるのではないと思
うので、少しでも痛みが
改善できればと声をかけま
した。

足できる集まりになってい
ます。(班長・奥山英子)
北足第3支部
いきいきサロン班
すいとん味わいな
がら戦争法案反対



会場は地域の集会所「おじゃんせ」
いつも人が集います

「ほくといきいきサロ
ン」は、月1回第4水曜日
10時~12時まで開催してい
ます。メインはおしゃべり
すいとんを食べながら、
みんなで戦争反対の署名を
して、おしゃべりがはみ
ます。すいとんのお代わり
もしてにぎやかでした。
会場となっている「おじ
ゃんせ」は来年10周年を迎
えます。地域の集まりのこ
ろとして多くの団体を利用
し、北足第3支部も運営
委員会や班会などに利用さ
せていただいています。
(理事・森悦子)

大人ぬり絵に夢中です。
西尾久 宮崎幸子(83)
10月の文化祭・高年者大
会の踊りの特訓中です。
上十条 田中爽子(80)
秋の七草リンドウの花
紫色できれいです。
新田 荒川雪江(56)
安保健案が可決されてし
まいました。強引なやり方
にがっかりです。
王五 若林ふさ子(64)
爽りの秋です。
舎人 松山雪子(71)
秋晴れを期待して元気に
頑張ります。
上十条 小沼まつ江(83)
「美しい日本」といった
人が日本を汚そうとしてい
ます。
上十条 植杉トシ子(68)
水害にあった人たちは大
変だと思えます。
豊島 折原のり子(76)
リンドウとワレモコウを
玄関に飾っています。
町屋 久道和男(68)
福祉たすけあい祭り、写
真から熱気が伝わります。
西尾久 吉田みゆき(56)
あいうべ体操を歯科医院
で習いました。

第327回 パズル

〈ヒント〉今年の夏は多く
の人が集まりました
〈とき方〉二重ワクの4支
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、
その旨明記下さい。へ抽選
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
〈しめきり〉10月25日。
正解者の中から5名様に
カネ



北の地域から、山頂から
1年中出回っていますが、
やはり秋のものはおいしい



カラ、そのままゆると
素朴な味でおいしい
稲の穂が風に食べられない
ように守ります

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

10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	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	午後	
予約																
一般	松本 市川 郭(2-4週)	森岡	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 香田	森岡 山本 一松 高浪【呼】		泉水 田 森岡	山本	今泉 高橋(9:30) 岸本(9:30) 森岡【心】 仁王【心】	村山 仁王【心】	泉山(1:3-4:5) 金子 星野(2-4)	森岡(1:3-5) 小池(1:3-5) 森川(2-4) 内科医	今泉(1~4) 藤沼(1:3-5週) 平岩	
家庭医診療科		藤沼	重島	重島			高橋			守屋						
小児科	若林	若林 予防接種 2:00~2:30 診察3:30~5:00 受付4:30まで	若林	若林 予防接種 2:00~3:00 診察3:30~5:00 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3:30~5:00 受付6:00まで	若林(1:3-5)乳児健診・診察 岡和日 (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						整形医師	
皮膚科		渡邊								松下						
泌尿器科			川村													
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」の健診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、【循】=循環器内科

生協北診療所 北区東十条2-8-5
☎3913-5271

内科	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
予約														
一部予約														
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
専門	皮膚科医		泌尿器科医						整形外科 渡会					
胃内視鏡	顔取(1-3週)													大場・顔取

(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

透折センター 3912-9334

荒川生協診療所 荒川区荒川4-54-5
☎3802-2601

内科	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
予約														
一般	菅野 石田	大宮	菅野 伊沢	伊沢	伊沢 菅野	石田 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)	晴海(皮膚)			梅粉(糖) (予約)				小倉(整形)			古屋(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

鹿浜診療所 足立区新田2-4-15
☎3912-8491

内科	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
予約														
一般	田辺 石川	石川	田辺 石川	田辺	阿部	藤田 石川 (1-3週) 中丸(4週) 田中(2-5週) 三浦(皮) 石木田 (2-4-5) (整形外科)								
専門														

(受付時間)午前8:30~12:00、午後2:00~4:00、水金2:30~6:00

江北生協診療所 足立区江北2-24-1
☎3857-6636

内科	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
予約														
一般	渡邊 経津(小)	渡邊	渡邊 重島	渡邊 中丸(小)		渡邊	渡邊 渡邊(小)							
専門														

(受付時間)午前8:40~12:15、午後1:40~4:30、夜間5:40~8:00

北足立生協診療所 足立区入谷3-1-5
☎3896-9971

内科	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
予約														
一般	藤田 中丸	渡邊 吉田(予約)	渡邊 田中(予約)	吉田 藤田	吉田 中丸	吉田 中丸	田中 吉田(2-4)							
専門														

(受付時間)午前8:40~12:00、午後1:40~4:15、夜間5:40~7:45

赤羽東診療所 北区志茂4-14-2
☎3901-5201

内科	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
予約														
一般	野島	高橋	高橋	野島	阿部	高橋(1:3-5週) 野島(2-4週)								
専門														

(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)

生協浮間診療所 北区浮間3-22-1
☎3558-8361

内科	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
予約														
一般	阿部 重島	阿部 上野	阿部 上野	藤沼 野村	藤沼 野村	藤沼(3-5) 藤沼(1-4) 上野(1-5) 藤沼(2-3-4)	藤沼 野村		藤沼 野村	藤沼 野村	藤沼(2-3-4) 藤沼(2) (午前)	藤沼 野村		
専門														

(受付時間)午前8:40~12:00、午後1:40~4:15(水2:00~)、夜間5:40~7:45

汐入診療所 荒川区南千住8-10-3-101
☎3807-2302

内科	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
予約														
一般	村山 青木	村山	村山 青木 中丸(整形)	青木 藤田(小)	門松(予約) 高橋(小)									
専門														

(受付時間)午前9:00~12:00、午後2:00~4:30、夜間5:30~7:30

生協王子歯科 北区豊島3-19-3
☎3927-9573

内科	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
予約														
一般	前田 野口	前田 野口	前田 野口	前田 野口	前田 野口	前田 野口	前田 野口	前田 野口	前田 野口	前田 野口	前田 野口	前田 野口	前田 野口	前田 野口
専門														

(予約時間)午前9:00~12:00 午後1:30~4:30 夜間7:30まで

※週によって担当医が変わります。詳細は受付まで

(往診)月~金

歯ブラシ貼着 10月14日、19日、28日
「特等日」 11月4日、9日、18日、28日
 組合員の方、組合員証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 ☎5959-7878
- 十条訪問看護ステーション 北区中千代2-7-13 丸栄ビル南 ☎5963-7720
- ヘルパー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 ☎5959-7878
- 福祉用具サービスハピネス 北区豊島3-7-5 ☎3911-5110
- 居宅介護支援事業所ハピネス 北区東十条2-8-5 ☎5390-6004
- 老人保健施設ほくとはなみずき 北区東十条2-9-5 ☎5902-5873
- 訪問看護グループホームほくとひまわりの家 足立区豊2-26-9カシヤビル南階102 ☎5969-5222
- 荒川生協診療所通所リハビリ(デイケア) 荒川区荒川4-54-5 ☎3802-2610
- あらかわ虹の里デイサービス 荒川区荒川14-54-5 ☎3802-3541
- 虹の訪問看護ステーション 荒川区荒川14-54-5 ☎3803-1178
- ヘルパーステーション虹 荒川区荒川14-54-5 ☎5959-7878
- 地域ケアセンターはけた 荒川区荒川14-54-5 ☎3906-8388
- ほくと西尾久虹の家 豊島区西尾久8-13-9 ☎5955-7901
- 居宅介護支援事業所なでしこ 豊島区西尾久8-13-9 ☎5955-7781
- 訪問看護ステーションなでしこ 豊島区西尾久8-13-9 ☎5955-7781
- デイサービスセンターなでしこ 豊島区西尾久8-13-9 ☎5955-7447
- 訪問看護ステーションたんぼぼ 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。