

生協の現況 2015.11.1現在	
組合員	33,987人
出資金	15億4,856万円
一人平均	45,563円
-----	
2015年度増加	
組合員	894人
出資金	6,359万円



一人は万人のために万人は一人のために

2015年  
(12月号)  
第436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/

# 街並みの変化に 「新しいつながり」を考える

## 支部単位で「つながりマップ」をつくる

誰もが安心してくらし続けることができる地域をつくるためには、くらしを支え合うつながりを広げることが必要です。医療福祉生協連では「協同の力で、のち輝く社会をつくる」活動のひとつである「つながりマップ」づくりが提起されました。つながりマップは地域全体が

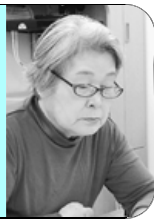
### マンション建設で街並みが変わる？

10年前に支部分割を行い、北区豊島4丁目のみの支部です。王子生協病院の診療圏内に位置し、通院している方は多く、約1200世帯のうち44%が組合員です。約30年前から石神井川沿いにマンションが建ち並び、現在は4棟あります。最近、4丁目と隣接する3丁目に13階建てのマンションが建ち、4丁目にも印刷局宿舍と工場跡地にマンション建設が予定されており、バス通りの拡幅もすすんで、街並みが変わってまいります。

### 地図を見ながらの機関紙配布ルート

地図を見ながら、この地域を一人の人が配付しているのは「無理があるよね」と。配付で安否確認はなかなか難しいですが、部数が少ないと声掛けができるかもしれません。44%の加入率は軒並み組合員と言う感があります。またマンションに

も多くの子育て中の組合員がいますが、その人たちのつながる手立てにも苦心しています。



坂見順子さん  
集まる場所がほしいね  
うちのマンションの集会所が  
使えないか聞いてみるわ。



杉山トセ子さん  
Aさんは機関紙をこの地域  
全部配っているのだから、分けま  
しょう。



山下ともし子さん  
先日加入した人ばかりじゃ  
ないのあたりには戸建て住  
宅が建ったわ。

暮らしやすいものになるよう、地域の現状を知り、私たちができるところ、他の組織や人々と連携できることをわかるようにするものです。東京ほくと医療生協では、現在各支部単位で「つながりマップ」を作成中です。11月19日、豊島4丁目支部のマップづくり取材しました。

### 近くの商店街の役割りは大きい

比較的狭い地域なので公的な施設はありません。コンビニもありません。民間



伊藤フミ子支部長  
商店街に肉屋と豆腐屋がなくなつたので不便。八百屋でその分いろいろ売っている。



北区豊島4丁目支部の「つながりマップ」

ころにあんしんセンター（地域包括支援センター）、コンビニ、そして王子生協病院があり、比較的住みやすい地域です。買い物は商店街と隣接した団地のスーパー、大型スーパーが比較的近くにありますが、高齢者にとってはすぐ近くの商店街の存在が大きいようです。

### 新しい施設と災害今度、調査しよう

石神井川沿いのUR所有の土地に大きな商業施設とともに公園やマンション建設が予定されており、災害の拠点にもなりそうです。今後どのような内容になるのか注視していく必要があるようです。荒川が氾濫すると6mまで水没するとのこと、また火事があったとき消火栓がわからなくて大変だったという話もあり、「今度、調査しよう」ということになりました。

今回は、機関紙配付ルートを書き込み、街並みマップづくりからスタートしました。次回、この地図の上に公的施設や介護施設、学校などを重ねていきます。

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

### 注射券

「今日は12月8日ですね」と言う  
と以前はそれらしい  
回答があつて話  
がはずんだもので  
あつた。いま時  
「12月8日ですね」と言つて  
も反応がない。戦中は遠く  
つた▼1941年(昭和16  
年)12月8日は真珠湾の奇襲  
攻撃と対英宣戦布告の日で  
ある。この日からいわゆる大  
東亜戦争が始まった。翌17年  
からこの日を大詔奉戴日と  
定め奉国戦争完遂の日とした  
▼毎月8日、神社・寺院での  
必勝祈願のために学校では隊  
列をつくり参拝させられた  
ものである。そして15歳にな  
ると少年兵として志願でき  
た。当時、教育勅語にもつ  
く修身教育によって1日も早  
く国家(天皇)のために尽く  
す(死ぬ)ことを徹底して教  
えられた。いわば「死への教  
育」である▼この歴史から学  
べば戦後教育は「生への教  
育」の転換であった。それが  
今、安倍政権は教育諸法を改  
悪し、集団的自衛権行使へ  
と、再び子どもたちを戦場へ  
から出そうとしている▼子ど  
もを「人材」として戦争する  
国家に奉仕する「死への教  
育」を許してはならない。人  
は国のための人材などでは  
なく自分を豊かに、すべてを  
豊かにするために生きるため  
である。子どもを豊かにするた  
めにおとなの役割をどう果た  
せばいいのか問われている

▼来る年もまた、真に「人間らしい成長・発達とはどういふことか」を問いつけ、全ての子どもたちの生きる命と希望を育む年にしたい。(昭)

理事会だより 11月21日

署名がもつ大きな力を信じ 2千万署名を集める

理事長あいさつ 大山美宏

11月13日、パリで発生した同時テロの犠牲者に、心からの哀悼を捧げます。テロをなくすにはこうしたらいいのかわかりませんが、戦争をやめ、武力行使をやめ、貧困と差別、宗教的対立をなくし、融和を図ることがテロ根絶への道と考えます。また、日本が集団的自衛権を擁護し、海外で武力行使におよばば、当然日本へのテロ攻撃のリスクが高まります。まさに、戦争法を廃止することが求められます。

戦争法廃止 2千万署名運動



署名の大きな力

1949年9月、ソビエト連邦による原爆保有声明が発せられ、1950年1月、アメリカ合衆国のトルーマン大統領は、これに

抗し水爆製造命令を出すなど、米ソを中心とした核軍備競争が拡大し、国際緊張が高まりました。そして1950年に朝鮮戦争が開始されました。

こうした中、1950年3月16・19日にストックホルムで開かれた平和擁護世界大会第3回常任委員会は

(1)原子兵器の無条件禁止、(2)原子兵器禁止のための厳格な国際管理の実現、(3)最初に原子兵器を使用した政府(アメリカ)を人類に対する犯罪者とみなす」とのアピールを採択、発表し

社会保障費削減の予算編成 医療を守り患者の安全第一に

さて、政府は2016年度の予算編成方針で、年1兆円増加する社会保障関係費の伸びを5千億円圧縮する、財務省は次年度の診療報酬改定で1700億円の削減を提案しています。薬価のみでなく、診療報酬本

体も引き下げるといふ名目10年ぶりのマイナス改定を狙っています。病院の機能分化と連携の強化、7対1病床の一層の削減、門前薬局の評価を相

《理事会議事録要旨》

報告事項 ①10月組織活動報告 組合員加入295人、出資金増資809万円、増資者1,139人、班会開催108回、2項組合員9人。せ〜の週間・行動の振り返り、一斉行動115人の仲間増やし。冬の増資にむけ12月行動設定のよびかけ。②10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上半期決算修正と公認会計士の決算所見報告。⑤医療福祉生協連、民医連関係報告。⑥組合員職員活動交流集会実行委員会報告。⑦医学対大運動報告。⑧監事会報告。

決議事項 ①歴史編纂通史の発行、②王子生協病院PACS(医療用画像管理システム)購入、③王子生協病院の浴槽設置(入院患者さんよりの寄付)、以上確認した。生協強化月間前半の振り返りを行い、後半の目標達成にむけて意思統一を行った。

◎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。

ケアマネジャー交代希望。Sさんを受け持ち一年の連絡がありました。母半が経とうとしていたことと合わないで交代してほろろでした。「なぜ合わない」とSさんの息子さんに今まで気づかなかったから所長宛の電話です。

医療と介護の現場

日々の対話を大切に 相互の理解を



前日、通所での様子など本人と話をす中で、「脈が速くてシャワーしかできなかった」との訴え、脈拍測定すると一分間に110以上もありました。数日後定期受診すること、息子さんへも連絡し医師へ相談をしようとした。ご本人も了承されました。夕方息子さんへ電話、訪問時間を約束していただきありがとうございます。

力に依りて自立した日常生活を送ることができるよう支援すること、ご本人・ごケアマネジャー・渡邊喜久家族の意向だけでなく心身子

平和で安心なまちづくりを 北区高齢者集会に130人 記念講演と各団体の活動紹介



柴野徹夫氏による記念講演

11月15日「広く手をつないで平和で安心なまちづくり」をテーマに第27回北区高齢者集会が東京土建北支部会館で開催されました。午前にはちぎり絵・折り紙・切り絵の体験やパズルなどの催し、「東京ほくと」では骨密度と血圧・体脂肪・体年齢などの健康チェックを行いました。

午後にはハーモニカの演奏でオープニング、「記念講演」講師のジャーナリスト柴野徹夫氏は車椅子で登場されました。まず13日にフランスで起こったテロ事件の新聞を広げて、日本もこれからはテロの標的にされるというお話から始まり、原発事故後は20回近く福島に行ってきたことは「未だに何も解決していない

《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く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

# 杖の正しい選び方

## 福祉用具サービスマン「ハピネス」

杖は左右のバランスを補正し、疲労を軽減する道具です。日常よく使うものだからこそ、自分にあった杖を選ぶことが大切です。

### 杖の適正な長さ

杖の適正な長さの決め方は、腕をリラックスした状態に垂らし真っ直ぐに立ちます。杖の先を同じ側の足先の前方20cmにおき、肘は30〜40度曲げた位置がよいく、この状態で杖の長さを決めてください。杖が短すぎると体勢が前屈みになり、腰痛や肩こりの原因となり、最も適度、シャフトの

### ヒートショックとは

暖かい場所から寒い場所への移動などによる急激な温度の変化によって、血圧が上下に大きく変動して起こる健康被害のことです。不整脈や失神を起し、急死に至る危険な状態です。気温の下がる冬場に多く、入浴時に多く発生します。

2011年、東京都健康長寿医療センター研究所の調査では、1年間で全国1万7千人の人がヒートショックに関連した「入浴中急死」に至ったと推計され、これは同年交通事故死(4611人)の4倍を超え、そのうち高齢者は1万

長さの調節も可能です。

### 杖の太さと材質

杖のシャフトの太さは、太い方が丈夫ですが重くなります。細くても簡単には折れるわけはありませんので、重さと安定感をポイントに選びましょう。

杖のシャフトの素材は3種類です。  
・アルミ 軽くて強く、加工性にも優れています。  
・カーボンファイバー 軽く強度があります。



ハピネス山岸も「福祉用具サービスマン」の責任者として、福祉用具の相談にかかっています。

・木 長さの調節ができません。  
杖のグリップを決める

太さは、一般に、握ったときに、親指と人差し指が第一関節あたりで重なるものが力を入れやすく握りやすい太さです。また、柄の角度も大切で、小指側のほうがやや高くなっているものが、自然に足より前方につくことができます。男性は太め、女性は細めなど、手の大きさに合わせて決めましょう。

・材質は、木製、握った時に温かさと柔らかさがあり

### 入浴時は特に注意

寒い脱衣室や浴室で服を脱ぐと寒さの刺激で血管が収縮して血圧が上がります。その後、浴室の温かい湯につかると血管が拡張して、今度は反対に急激に血圧が低下します。この急激な血圧の変動が夫神の原因の一つと考えられています。

## ヒートショックとその予防

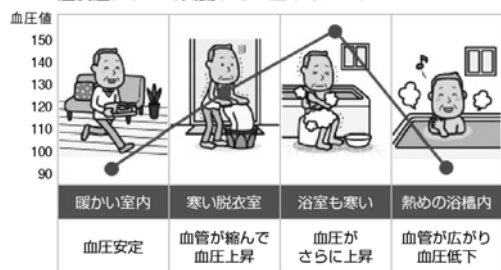
### 入浴時など室内の温度変化にとくに気をつけましょう

脱ぐと寒さの刺激で血管が収縮して血圧が上がります。その後、浴室の温かい湯につかると血管が拡張して、今度は反対に急激に血圧が低下します。この急激な血圧の変動が夫神の原因の一つと考えられています。

特に高齢の方は健康であっても体温を維持する生理

ので注意が必要です。ヒートショックを防ぐために、自宅の生活空間全体を一定温度に暖かく保つ事が大切です。寒い季節、脱衣室や浴室、トイレは暖房器具

### 温度差によって変動する血圧のイメージ



①体調のすぐれない時は入浴しない  
②脱衣室に暖房機器を置くなどして暖めておく  
③浴槽に湯を溜めるとき高い位置に設置したシャワーから注ぐと浴室全体を暖めることができる  
④温度はぬるめの41℃以下  
⑤入浴前に湯船のふたを開けたり、床や壁に熱いシャワーをあてたりして浴

・樹脂(アクリル)製 透明度があり、加工性にも優れています。形状が様々で手にフィットするように作られています。  
・発泡(スポンジ) 素材に滑りにくく手に掛かる圧力を吸収し、掌の痛みを軽減します。  
形状は、T字型、L字型、丸型等、握りやすいものを選んでください。  
・自分に合っていますか? 杖の長さは合っていますか? 痛みや故障のない方の手で正しく杖を握っていますか?  
・さあ歩き始めましょう  
ご自分に合った杖を正しく使ってください。

・歩み始めるときは、杖を握った手を前方に突きましょ。杖を突きだす長さは歩幅と同じです。  
・痛みや故障のある足が1歩めです  
突き出した杖の幅と同じ歩幅で、痛みや故障のある足を出しましょう。  
・良い足を踏み出した足のところで連ひましょ  
続いて痛みや故障のある足を踏み出したところまで歩きましょう。  
・良い足を踏み出したところまで歩きましょう。  
杖の長さは合っていますか? 痛みや故障のない方の手で正しく杖を握っていますか?  
・さあ歩き始めましょう  
ご自分に合った杖を正しく使ってください。

## 塩分チェックの値や体脂肪率にショック

### 健康づくり学校「鹿浜教室」



田沢きよみさん

何回も受けようと思っていた保健学校、今年から「健康づくり学校」と名称が替わりました。鹿浜診療所で全6回の予定で受講しています。

初日は入学式の後、「生活習慣病と予防」について鹿浜診療所田辺康一先生が講師でした。モニターに先生自身の北海道の写真が話の切り替えに入り、がん、高血圧、糖尿病、認知症を

講師で「体験しよう健康チェック」。体脂肪計の使い方、尿をとり、塩分・潜血チェック。あかんべえをして貧血チェック、血圧計の



鹿浜診療所の2階で11人が受講しています

使用の方を学びました。今は水銀血圧計じゃないんですね。みんなで実践し、「あんなに塩分がある、ショック、体脂肪率のこの数字は...」自分でチェックすることも必要と感じました。そして健康チャレンジに挑戦することも大事だとわかりました。  
3回目は、管理栄養士の生島まほろさんが講師で「健康を育む食生活」。まずセルフチェック、自分の体重は適正?一日に必要なカロリーは?計算法に自分の数字を入れ計算しました。改めて「健康に生きるために必要な栄養について」を学びました。自分に必要なカロリー以上の飲食は×。三度の食事は三大栄養素(食物繊維をバランス良くとれ、減塩で食事をつくらう)と思いました。次回は歯ブラシ、タオル、鏡忘れないようにしなごちゃ... (足立西部第1支部運営委員・田沢きよみ)



楽しい雰囲気 健康まつり

雨のなかでも大盛況 1500枚のチケット販売

〈生協北診療所 11・8〉

今年の健康まつりは朝から本降りの雨。駐輪場のテントでは早くから福引や、屋台の準備が進められていました。職員が手際よくシートを張り、玄関からテ

トまで濡れないスペースが出来ました。日頃あまり接する機会のない若い職員が大勢参加していて、とても頼もしく感じられました。大場俊英所長

先生による野菜プレゼントからまつりが始まる。待合室にも人が多く流れ各支部のブースがにぎわいはじめました。例年、道路に広がっていた輪投げコーナーはレントゲン室前の廊下に移動。こも

お子さんと老健の利用者さんたちで大盛況。午後は、理学療法



雨の中、工夫して駐輪場にテントを張りました

士による体操・ビンゴゲーム・歌声という盛り山なプログラムに最後まで大勢残っていました。

盛りだくさんの舞台 晴天に恵まれ1000人

〈江北生協診療所 11・1〉

第17回健康まつりの11月1日は晴天に恵まれました



車いすに乗ったお年寄りがテントの前で炊き込みごはんを美味しく食べていると、娘さんが「えっ、お父さんこんなに食べるのじゃないの!」食事あげて

北ふれあい公園では早朝から準備がすすめられ、開会の10時には準備が完了。実行委員長の開会宣言のあと、舞台では「平和の歌声」「民謡」「詩吟」「豊心会太鼓」「寸劇おぼすて山(橋山節考)」「AED実演」と続きました。

人も例年より多く、健康チェックや血管年齢測定も行列ができました。模擬店は早々と完売、抽選の品物も足らなくなるほど。『今まで一番良かったかな』という声も寄せられました。千人以上の参加で健康チェックは305回、組合員も4人増えました。

(実行委員長・松本和彦)

ひとりよりみんなで運動 楽しく続けた3ヵ月間

転ばん塾

健康づくり委員会主催



理学療法士の協力を得てストレッチ体操

9月から11月まで週1回1時間、計11回の「転ばん塾」の体操教室を行いました。昨年からは始めており、今回で3回目となりました。日頃、運動習慣のない方たちを対象に運動の習慣をつけてもらうことを目的として行っています。

王子生協病院の理学療法士の協力を得て、①ストレッチ体操、②足指力、③呼吸法、④ウォーキングの4項目の学習実施と、組合員さん指導によるロコモ体

3ヵ月の「転ばん塾」を終えて、参加者からは「ひとりでは続けられないが、みんなで行うことで楽しく続けられた」ということが共通していました。初めて参加した方が多く、普段外に出ないの「運動が苦手」「腰の手術の後、歩くのが億劫だった」「身体を動かす基礎ができていなかった」という声が上がりました。そして「次回も参加したい」「健康について関心が高まった」「資料を見直して家でも行いたい」などの感想をいただきました。

高橋哲健康づくり委員長より、「3ヵ月間頑張った自分に拍手、指導してくれた理学療法士に拍手、準備してくれた職員に拍手」と挨拶がありました。



雨上がりの気持ちいい公園でウォーキング

迷ったあけく6階病棟の4年目になる医療活動交流会

多くの職員が参加出来るようにと、10月29日の大曜日午後、外来を休診にして行いました。演題はポスター発表も含め、27演題がエントリーし、全職場から100人が参加しました。各部署からの報告に加え、今年から始まった無料低額診療事業の報告や、各委員会やプロジェクトの報告もありました。患者さんの対応の映像では、会場が涙する場面もありました。



(采善課・吉田朱花)

みんなで奏でる音が響き渡る医療活動交流会

4年目となる今年の王子生協病院医療活動交流会は、実行委員

「伝説の患者さん、患者さんから学ぶ個性看護」と放射線課の「マンモグラ

「王子生協病院オーケストラ」が選ばれました。実行委員形式としては初めての試みでしたが、多職種連携の学習会も行い、これまでの交流会を振り返って、交流会に初参加のメンバーでも実行委員として携わることができました。アンケートでは、いろいろな職場の頑張りや取り組みがわかった、多職種連携を学べるという声も出ており、また来年も継続していきたいと思

病院・診療所・事業所だより

街づくり

王子生協病院

迷ったあけく6階病棟の4年目になる医療活動交流会



「飛出せ 医学生」



王子生協病院学生室 電話391217210

### 「医学生を」ご紹介ください 民医連奨学生を増やす大運動実施

ただ今、来年4月まで「民医連奨学生数を飛躍させる大運動」の実施中です。私たちの医療活動の維持・発展のため、全国で100人の奨学生増を目標に掲げました。

実習受入れの時には、班会活動参加、ほっとカフェ訪問、組合員さん宅訪問です。

今後は、医学生紹介のお願いや、学生向け企画など、様々なお知らせを皆さんのお手元に届けますので、ぜひご協力をお願いします。

## 「私らしさ」を大切にして「衣食住」の生活を支える

### 王子生協病院 緩和ケア学習会



田直子医長

王子生協病院の緩和ケア病棟が開設して1年半を迎えました。開設初年度は、地域の方々に向けて年4回の講座を行いました。今年11月12日に「家族が見た緩和ケア」と題して、ご家族の方においでいただきました。開会の挨拶で大山美宏理事長から「自分の人生に肯定感をもてる人生を」と非常に印象的な挨拶をいた

### 田医長のお話や入院の経験など

はじめに、「緩和ケアとは」を緩和ケア病棟の田直子医長からお話しいただきました。日本では1990年代頃から各地に緩和ケア病棟が設立され、「重い病を抱える患者や家族ひとり一人の身体や心など様々なつらさをやわらげ、より豊かな人生をおくること」ができるように心がけていくケアであること、そして、患者・家族を中心にして行うチーム医療であることが話されました。



涙ながらに語るご家族の方と想いを共有しました。



4階ベランダで収穫されたはつか大根が出され会は終わりました。(緩和ケア病棟看護士長・上野恵美子)

心して療養が出来たこと。「患者の痛み苦しみを和らげるだけでなく、家族の想いも和らげる場所であることがわかった。そのことが患者にとっても自身の病気を受け入れることができるのが緩和ケアだと思えた」と貴重な経験をお話しいただきました。

またお一人からは、緩和ケアとは「私たちと一緒に悩み、考え、寄り添ってもらった、家族のよいなもの」と、「自宅」に戻り家族として過ごすことができたのは宝物です」とお話を頂きました。

お二人の言葉は、これから療養する患者さん、ご家族さんにもとより、王子生協病院の職員として励みになる言葉でした。これから「自分らしさを提供できる緩和ケア病棟」を目指したいです。最後に、緩和ケア病棟の1年間の活動報告を美濃佳那子看護士より報告されました。集まった30数人の方々から、もっとこの医療活動を知らせてほしいと意見が出され会は終わりました。

### 仲間と語り合い共に学ぶ 「ほくと介護職仲間の会」

「ほくと仲間の会」は、介護職の仲間と共に学び、共に語ることが出来る場づくりとして2014年6月に発足しました。10月22日は3回目となり、参加すること全職場職員と顔を合わせる事が出来ます。テーブルにはお茶とおにぎりが用意され、仕事終わりの職員は一息つきながら学習会前の交流の時間を楽しまします。

大山理事長からは「認知症の方と接する皆さんに必要なのはコミュニケーションです。認知症対



「介護職ほくと仲間の会」の学習交流会

今回の学習会は、聖徳大学社会福祉学科の篠崎良勝教授から「介護の専門性」今後求められるもの「観察・確認の専門性を考えよう」をテーマに、介護技術の根拠を分析するP. E. I. P. (へいご)観察・確認視点における中心主題の分類規定について学びました。仲間の会では学習会の内容も、参加者全員にアンケートをとり、現場で活かせる学びを行なっています。次回企画は事業所紹介で、各事業所の特長を紹介いたします。これからも介護職員の仲間作りをすすめていきたいと思えます。(ディサラービスセンターまで)生活相談員・柳沢敦子

## 病院・診療所・事業所だより

### 生協浮間診療所

### こどもの笑顔があふれる診療所へ



テーマパーク「ママ&ベビー」

浮間地域はここ1、2年マンションの建設が相次ぎ、北区の中でも人口が増加している特異な地域です。生協浮間診療所でも外来患者が増初めの子育てで、不安や疑問を持つお母さんや支援するための子どもとお母さんの学習・相談の場「mamababy's」。特にmamababy'sは2カ月に1回定期的に開催しており、徐々に地域に定着したのとなっています。(事務局長・金盛行雄)

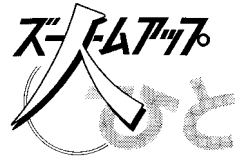
### 汐入診療所

### 困りごとの相談受け 受診につながる

診療所は今、年22年目になりました。4月からは新しく、念願だった看護師(中)国語が話せます。7月からは荒川区の健診も始まりました。11月の最終月に向けて電話かけや受診時の声かけなどを行いました。地域からは困っている高齢者の相談や地域包括から困難事例の相談を受けたり、こちらから相談したりで、外来受診にいたる例が多くなっています。



汐入診療所の職員 (看護師長・鈴木良恵)



今年8月11日より、坂東信光さんがはなみずきの事務長に就任しました。

美人の奥様と可愛い2人のお子さんのいる優しいパパで、花の1歳です。介護施設の事務長は、契約や営業、入所・ショート・通所リハビリの各保険請求、福利厚生・財務管理の実務の他に、各介護サービスごとにちがう法令順守、

各区分ごとにちがう行政対応など業務が多岐にわたっています。坂東さんは、事務主任時代からの多くの業

### やわらかい物腰と説得力 課題山積も力合わせ解決

老人保健施設ほくとはなみずき 事務長 坂東 信光さん



務に関わってききました。また、社会福祉士である坂東さんは、相談員や施設

寄り添ってききました。物腰は柔らかく、身をもって実践してきたので、話す言葉に説得力があります。

でもこういった課題も、事務長が交代して視点が変わることで問題点がクリアになり、結果として今までより整理・共有・分担される等、解決に向けたアプローチが実効あるものに変わってきています。

ケアマネジャーとして、はなみずきの入退所調整を通じて、ままならない現実と制度の矛盾の中で利用者さんやご家族の方に向き合い、

こと、そして雨や雪のたびに発生する雨漏りをはじめ次々と壊れる設備や機器の取替・修理など、正直、毎日シャワーのように課題が

坂東事務長に交代して2カ月、大場俊英施設長はじめ若い外山勝人看護師長や各主任たちが現場スタッフと力を合わせた結果、はなみずきの10月経常利益は念願の「黒字」を達成しました。



11月8日の日曜日に、普段顔を合わせない王子生協病院のボランティアさんとの交流の場として遠足を行いました。医事課や看護の職員と、その子どもまで合わせて15人で王子の公園に集

### 雨の中の語りもいいね 王子生協病院の院内ボランティアさん集合

合です。自己紹介を行ったから電車に乗って新橋まで移動しました。

そのあとは、カレッタ汐留で美味しい黒豚料理を食べ、築地場外市場まで足を延ばしました。閉店間近のお店が多かったですが、美味しそうなものも売っており、またゆっくり来たい場所でした。築地本願寺に寄り、お参りして、有楽町まで散歩して帰路につきました。短い時間でしたが、普段の病院では出来ない会話がたくさん出来ました。企画をしてくれた五十嵐さんに感謝しながら、また交流会を考えていこうと思っています。

雨の中、浜離宮恩賜庭園を散策

（事務次長・伊藤里美）



田結 弘明

(14)



あわただしく一年が過ぎた。春の統一地方選挙から夏の「戦争法案」廃案の運動へ、全世界が国会前に集結、そしてテロの動きと合わせて「平和」が脅かされる年になった。

### 虹の箱

事業所利用委員会

### 王子生協病院の投書から

皆さんからの投書の中で、多くの方が共感されると思われる投書とそれへの回答を掲載させていただきます。



各階のエレベータを降りた所の受付の下です。このように掲示いたしました。

投書：王子生協病院の病室に面会用の椅子がなくて困りました。せめて丸椅子でもあればと思います。

回答：申し訳ないですが病室の面会者用の椅子は、ベッドの周囲が狭く患者さんの移動や医療者がケアを提供する際に妨げになるために常時置いてはけません。面会の方から利用希望があれば、食堂やナースステーション受付の下に椅子を用意していますので職員に声をかけてください。掲示がなかったので今後わかりやすい掲示をさせていただきます。ご利用後はご面倒ですが元の位置にお戻し下さい。

◆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

# 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、午後5時半終了  
会場：北区赤羽会館

分科会 午後2時～

- 支えあい・ほくとがめざす地域包括ケアを考えよう
- 人権を守り、いのち輝く実践をすすめよう
- 戦争法廃止！平和運動を未来につなごう

全体会講演 午後4時～

## 『まもろう憲法9条！』 ～つなげよう平和へのおもい～

俳優 宝田 明さん



映画「ゴジラ」、ミュージカル「マイフェアレディ」など俳優として大活躍されている宝田明さん。8月の原水爆禁止世界大会でも自らの戦争体験を語り、平和への思いを訴えています。

◎王子生協病院は、無料低額診療事業にとりくんでいます。

## 通信

(敬称略)

東伊興 高橋珠江  
気持ちよく手洗い、うがいをするために、洗面所の掃除に4時間。  
志茂 神田節子(64)  
「すこしお生活」参考にしました。塩分とりすぎなので気をつけたいです。  
王五 田代幸子(70)  
あわただしくなる前に毎日プチ掃除。  
新田 荒川雪江(56)  
今年もあつと言つ間に終わりですね。  
堀船 大野より子  
5年ぶりに社交ダンスを始めました。認知予防と運動のためです。

動のため頑張っています。  
上十条 小沼まつ江(83)  
寒くなり、おでん屋さんや焼き芋屋さんの屋台を思い出しました。  
町屋 久道相男(68)  
ご飯大好きなので味噌汁や漬物も大好き。昼食のラーメンやうどんの汁は半分残します。  
王子 黒木文江(81)  
健康でこまごまきたことを感謝。  
西尾久 菊地サチ子(82)  
若い人たちからの年賀状は、明るい希望、私まで嬉しくなり、同年代の友人の健康の知らせは新年の希望、頑張れます。

もひもじかった戦後を思い出してしまいます。  
町屋 伝法谷孝江(71)  
バスル楽しみに、認知防止になります。  
豊島 柏原千代(90)  
バスルで頭の体操、教独にも凝っています。  
王子 中澤政子(72)  
主人の兄弟会、今年も夫婦元気に参加できました。  
王子本町 間所貞夫(89)  
若い人たちがやるのだから、来年は私も手話の中级に挑戦します。  
王五 若林ふさ子(64)  
骨密度検査をしました。要注意です。  
志茂 大塚克子(85)  
秋も深まり、晴天が多いです。

豊島 折原のり子(76)  
冷奴のメニューが湯豆腐に変わりました。  
東日喜里 白水唐人(65)  
紙面に登場される方々の活動に熟年パワーを感じています。  
赤羽 押田富(87)  
プリザードフラワーを習っています。デイサービスにクリスマス用のフラワーを持っています。  
荒川 荒壁テコ(46)  
あと1ヵ月で今年も終わり、冬の初めに風邪をひきました。  
王子 伊藤あや子(67)  
我が国もテロがいつ起きるか心配。笑って喜らせるように。



## 季節のスマップ

荒川区では、都電荒川線沿線にボランティアとともにバラを植栽。春と秋には色とりどりのバラが咲き誇っていて乗客や道行く人の目を楽しませている。(中澤義則) 写真は三ノ輪橋停留場

## みんなで歌って元気

### 「10周年歌のつどい」に80人

赤羽東支部・さわやかドリルクラブ  
10月31日、志茂東ふれあい館で、赤羽東支部・さわやかドリルクラブの「10周年歌のつどい」が開かれ80人が参加しました。  
ドリルクラブは10年前に川島隆太教授のドリル本を使って読み書きや歌を歌って「脳を元気に」と集まったグループです。北区社会



大出久美子さん  
第一部は「みんなであつたおう」のコーナーです。ドリルクラブがいつも歌っている童謡や唱歌を大出さんのリードで大きな声で歌いました。会場の皆さんの気持ちが一つになって



ドリルクラブにかかわった人たち80人が集まりました

第一部は「みんなであつたおう」のコーナーです。ドリルクラブがいつも歌っている童謡や唱歌を大出さんのリードで大きな声で歌いました。会場の皆さんの気持ちが一つになって

されたケーキが提供され、淹れたてのコーヒーやお茶とともに皆さんに楽しんでいただきました。  
第二部はお待ちかね大出久美子さんのコンサートです。大出さんは北区出身の紅白歌合戦連続出場歌手M・Kさんのお姉さんです。カラオケ教室を都内各地でいくつも開いている実力派のレッスン教師です。私たちも知っているM・Kさんの歌をたくさん歌ってくださり、最新曲の歌唱指導もしていただきました。迫力ある歌声はさすがプロ！大出さんの気さくな人柄と元気パワー全開の進行で参加者は満足、満足のひと時でした。(理事・浜野 妙)

## 常勤事務職員募集

業務内容 医療事務、他  
応募資格 2016年3月大卒予定者及び既卒30歳くらいまでの方(キャリア形成のため)  
募集人員 若干名  
応募 履歴書・職歴書・志望理由(800字以内)・成績証明書(新卒予定者のみ)をお送り下さい。書類選考の上、採用試験・面接のご案内を送付します。

東京ほくと医療生活協同組合 本部総務部  
〒114-0003東京都北区豊島3-19-3  
問い合わせはメールでお願いします  
daiki\_goto@tokyohokuto.or.jp

(担当 東京ほくと医療生活協 本部総務部 後藤)

## 第329回

# パズル

ヒント 先日、ダブル選券がありました  
へとき方 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。  
第二部はお待ちかね大出久美子さんのコンサートです。大出さんは北区出身の紅白歌合戦連続出場歌手M・Kさんのお姉さんです。カラオケ教室を都内各地でいくつも開いている実力派のレッスン教師です。私たちも知っているM・Kさんの歌をたくさん歌ってくださり、最新曲の歌唱指導もしていただきました。迫力ある歌声はさすがプロ！大出さんの気さくな人柄と元気パワー全開の進行で参加者は満足、満足のひと時でした。(理事・浜野 妙)



真冬の雨上がり。水たまりにできます。滑らないように。

雪まつりで有名な都市

おじいちゃんは大丈夫？

高層や北極の極地近くで見られます。

乾燥しています。火の用心。



# 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

12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	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前
一般	松本市川(2-4週)	森岡	岸本松本	内科医	今泉田内科医	足立金山松本	森岡野村内科医	井上小野	高浪森岡	榎山(1-3-5)鈴木(2-4)	榎島森岡福留	泉水(1-3-4-5)金子里野(2-4)	森岡(1-3-5)小池(1-3-5)森川(2-4)内科医				
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	若林	若林	若林	若林	若林	宮野		若林	若林	若林	若林	若林	若林	若林	若林
緩和外来																	
もの忘れ外来																	
整形外科	杉村		額田			谷口			奈良園			茂呂					整形医師
皮膚科		渡邊		川村				松下				河合					
泌尿器科												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」の健診指定をしております。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	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前
一般	大場領取(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	大場	大場	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	領取(1-3週)																大草・領取

(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

透析センター 3912-9334

荒川生協診療所 荒川区荒川4-54-5  
☎3802-2601

内科	予約	月			火			水			木			金			土
		午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前
一般	大場領取(2-4週)	普野伊沢	伊沢	伊沢	伊沢	伊沢	伊沢	普野伊沢	伊沢(2-4週)	普野伊沢	伊沢	伊沢	伊沢	伊沢	伊沢	伊沢	伊沢
専門	小倉(整形) (2-4週)	永井(整形) (予約)						梅村(聴) (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

(定期往診)午後=月・火・水・木(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	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前
一般	田辺	田辺	田辺	田辺	田辺	田辺	田辺	田辺	田辺	田辺	田辺	田辺	田辺	田辺	田辺	田辺	田辺
専門																	

(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	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前
一般	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊
専門																	

(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	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前
一般	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊	渡邊
専門																	

(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	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前
一般	野島	高橋	高橋	野島	高橋	高橋	野島	高橋	高橋	野島	高橋	高橋	野島	高橋	高橋	野島	高橋
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)

(定期往診)午前=木、午後=月・水・金 土曜日は急患のみ診察、有給休暇は休診

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	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前
一般	野島	野島	野島	野島	野島	野島	野島	野島	野島	野島	野島	野島	野島	野島	野島	野島	野島
専門																	

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

(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8-10-3101  
☎3807-2302

内科	予約	月			火			水			木			金			土
		午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前
一般	村山	村山	村山	村山	村山	村山	村山	村山	村山	村山	村山	村山	村山	村山	村山	村山	村山
専門																	

(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木曜午後は休診

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	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前
一般	前田	前田	前田	前田	前田	前田	前田	前田	前田	前田	前田	前田	前田	前田	前田	前田	前田
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 12月2日、8日、18日、24日、28日**  
**「特吉日」 1月8日、13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 ☎3912-8181
- 王子訪問看護ステーション 北区豊島3-19-3 ☎5903-7156
- 十条訪問看護ステーション 北区中十条2-13 丸森ビル一階 ☎5963-7720
- ヘルパスステーションのぞみ 北区豊島3-7-2 ☎5959-7875
- 地域ケアセンターわかば 北区豊島3-7-8 ☎3911-8110
- 福祉用具サービスハピネス 北区東十条2-8-5 ☎5390-6004
- 居宅介護支援事業所ハピネス 北区東十条2-8-5 ☎5902-5873
- 老人保健施設ほくとはなみずき 北区東十条2-8-5 ☎5902-5873
- 認知症グループホームほくとはなみずき 北区東十条2-8-5 ☎5902-5873
- 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4-54-5 ☎3802-3541
- 虹の訪問看護ステーション 荒川区荒川4-54-5 ☎3903-1179
- ヘルパスステーション虹 荒川区荒川4-54-5 ☎3903-1179
- 地域ケアセンターはけた 荒川区荒川4-54-5 ☎3903-8388
- 老人保健施設ほくと西尾久虹の家 荒川区西尾久8-13-9 ☎5855-7801
- 居宅介護支援事業所なでしこ 荒川区西尾久8-13-9 ☎5855-7781
- 訪問看護ステーションなでしこ 荒川区西尾久8-13-9 ☎5855-7781
- デイサービスセンターなでしこ 荒川区西尾久8-13-9 ☎5855-7447
- 訪問看護ステーションたんぽぽ 足立区新田2-16-20102 ☎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。