

<b>生協の現況</b> 2016.9.1現在	
組合員	33,490人
出資金	15億5,623万円
一人平均	46,469円
-----	
2016年度増加	
組合員	487人
出資金	5,037万円



一人は万人のために万人は一人のために

2016年  
(10月号)  
第446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/>

# 「困ったときはお互いさま」 協同して解決していくまちづくり



9月4日、「せ〜の集会」を開催し148人が参加しました。生協月間方針説明と意思統一、組合員と職員の活動の紹介を行いました

・荒川区すべ  
てで85歳以上  
の人口は2倍  
から3倍へと  
増加します。  
社会保障改善  
の運動とともに、高齢者に  
なっても安心  
して住み続け  
られるため  
に、ますます  
医療生協の役  
割が求められ  
ます。  
班やサロン  
をとおして  
仲間づくり  
東京ほくと  
には、組合員  
同士で支え合  
う「班」サロ

生協強化月間の今年のテーマは「困ったときはお互いさま。一人の困った！に東京ほくと、地域、自治体やさまざまな団体もかわって、協同して解決していくまちづくりをすすめます」。そのために、10月12日に組織を強く大きくする運動をとりくみます。

## 組合員ふやしにご協力ください お知り合いを組合員に

高齢者の孤立化、  
孤独死は共通の問題  
安倍政権がすすめる社会  
保障改悪により貧困格差が  
止まりません。定例開催し  
ている「何でも相談会」に  
は生活に困窮し問題を抱え  
た方が相談に訪れます。高  
齢者の孤立化、孤独死はど  
こでも共通の問題であり、  
老後破産や介護殺人なども

大きな社会問題となってい  
ます。  
高齢になっても安心して  
住み続けられる街づくり

今後、東京ほくとなどの地域  
の高齢化はどのように進む  
のでしょうか？20年、30年  
後には8割、7割へ人口が  
減少します。0歳〜65歳未  
満が減少、65〜75歳未満は  
微増、しかし北区・足立区



佐藤章 組織部長

ン」があり、一緒に活動し、  
お茶を飲んだり、井戸端会  
議をしたり、なんでも話し  
合える仲間がいます。組合  
員同士で近所さんで「困っ  
た、ちょっと助けて」と言  
い合える助け合いのあるま  
ちづくりを進めましょう。  
そして地域の様々な組織と

つながり、協同の取り組み  
をすすめます。

東京ほくと医療生協  
12km内の地域医療活動

荒川と隅田川沿い、京浜  
東北線沿いに事業所が川の  
流れにそって北西から南東  
へ点在しています。王子生  
協病院を中心に直径12kmの  
円にすっぽりと入ります。  
一番北は北足立生協診療  
所、東が荒川区一番東の汐  
入診療所、西は生協浮間診  
療所です。病院・診療所・

歯科が10カ所、訪問看護ス  
テーションが5カ所、介護  
施設が12カ所。すべてが12  
km内に入り、広範な地域  
をカバーしています。外来  
から在宅療養支援診療所と  
支援病院として24時間体制  
で地域医療を展開していま  
す。

### 多彩な医療福祉生協活動

その12km内に37支部の  
班・サロン活動がありま  
す。現在サロン活動は21カ  
所、班は178班が活動中  
です。様々な地域で多彩な  
内容で開催されています。  
商店街の店舗で毎日開催し  
ているカフェ、町会や社会

### 直径12kmの円



せ〜の集会での  
佐藤組織部長の  
発言要旨

福祉協議会と  
協力し開催し  
ているサロン  
もあります。  
職員参加によ  
る学習班会も  
好評です。  
組合員と職  
員が協同する  
ことで必ず安  
心して住み続  
けられる助け  
合いのまちづ  
くりがすすみ  
ます。(4面  
に活動紹介)

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ご相談ください  
☎3912-2201

### 注射器

「この吾を平和  
であれと母が産  
む」これは某新聞  
に毎日掲載される  
「平和の俳句」と  
いう読者からの投  
句である。愛知県に住むこの  
作者は、敗戦の年に生まれ  
た。私と同年である▼私は  
1945年7月、東京の調布  
で生まれた。調布には飛行場  
があり、その頃には米軍の戦  
闘機が連日連夜、焼夷弾を落  
としていた。そんな状況の中  
で、母は私を産みおとしたの  
だ。想像を絶する恐怖と不安  
の中での出産。今さらながら  
母の強さを想う▼戦後、食料  
難に苦しめられ、貧しくはあ  
っても、私が今こうして生き  
ていられるのは、戦争がなか  
ったからである。冒頭に紹介  
した俳句の作者も、きっと同  
じ想いでこの句を作ったのだ  
ろうと思う▼私は自分の目で  
戦争の有様を見てはいない。  
だが、あの敗戦の年にこの世  
に産みおとされた、そして生  
きてきたという存在自体が、  
平和の象徴とも言える▼幼い  
頃、両親や兄弟たちが、戦争  
中の話をあれやこれやと話し  
あっているのを側で見ていた  
私は、話に加われないのが悔  
しくて「アタシだって、お母  
さんのおなかの中で、ヘソの  
穴から見てたモン！」と拗ね  
て言ったそうである。まんざ  
ら嘘ではないかもしれない▼  
いよいよ日本の自衛隊を海外  
で、武力で戦わせる準備が整  
ってきたようだ。「平和憲  
法」違反の政治がまかり通ろ  
うとしている。「平和であ  
れ」と願う母親(もちろん父  
親も)たち、手をつなごう。

(小)

理事会だより 9月27日

理事長あいさつ  
大山美宏



軍事攻撃はテロを呼び起こす

2001年の9月11日から15年、アメリカはアフガニスタンとイラクの政権を転覆させました。中東地域はさらに不安定さを増し、混乱に拍車がかかり、テロは拡散し、テロの脅威はまったく減少していません。ニューヨークの真中でテロが起きる事態です。

軍事攻撃で、ISを組織的に封じ込められるにしても、ISという現象は消滅させることはできません。逆に軍事作戦は多くの無辜の民を殺し、一般市民の憎悪を呼び起こします。そして新たなテロ予備軍をつくりだすことになるのが教訓ではないでしょうか。

軍事作戦でないものをつくりださないといけないと思います。戦争法をめぐる動き

る辺野古の埋立承認取り消しに対する福岡地裁の判決は、「違法」と断じ、辺野古に基地をつくれと、まさに政府の代弁者に成り下がりました。ここには三権分立もなければ、司法の権威もありません。大学生でオール沖縄会議の共同代表の玉木愛さんは、「いつまで沖縄を捨石にするのか」「ひどい判決が出たけど私は落胆しないし、県民の民意も決して揺るぎません」「安倍政権はアメリカの奴隷のようです」と述べています。軍事力での解決はあり得ない

沖縄の民意は揺るがない

沖縄では野党統一候補の伊波洋一氏が勝利した参議院選挙翌日の7月11日に資材を搬入、22日には全国から機動隊を導入し、反対する住民を暴力的に排除しヘリパッド建設を開始しました。さらに自衛隊のヘリコプターまで導入されました。沖縄には人権も法治主義もない、緊急事態条項の先取りのような状況です。そして翁長雄志知事によ

り、日本人は大使館員若干名しかいない、それも夜は自衛隊の基地にいるという状態です。政府軍が国連PKOを攻撃するなど、まさに政府が崩壊している状態です。スーダンはいギリス・エジプト統治時代、イギリス単独統治の時代に分割

《理事会議事録要旨》

報告事項

- ① 8月組織活動報告・組合員加入96人、出資金増資723万円、増資者1207人、新班1班、班会開催66回、2項組合員2人。夏期増資到達の確認。10/2を中心をせへの行動実施100人の仲間増やし目標に取り組む。健康づくり学校豊島教室11月予定、すこしお料理学習会企画。日本高齢者大会に172人参加、次の沖縄開催への参加を協議。福祉たすけあいまつりに300人参加。10月より事業所で医療介護評価アンケート実施。
- ② 王子生協病院、診療所群、訪問看護ステーション、福祉事業部の報告。
- ③ 医療福祉生協連、民医連関係について報告。
- ④ 監事監査所見報告。
- ⑤ 理事人事報告。

生協強化月間の取り組みを報告交流。

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。

いよいよ国会で憲法論議 9条の会を盛り上げる

9月26日より臨時国会が始まりました。自民党の憲法草案を試案にして討論を始める。9月25日には、3年ぶりに9条の会第6回全国交流討論会が開かれ、新たに12人の世話人が決められました。内橋克人、高遠菜穂子、伊藤真、伊藤千尋各氏など、小生が一度は逢っている方などが入っています。ますます全国の9条の会の運動を盛りあげていかなければと思います。

患者・家族の強みを活かす支援

ソーシャルワーカーは患者さんとその家族に関わる経済的、社会的、心理的な悩みなどの相談を受け、社会福祉の専門家として面接などを通して、問題解決のお手伝いをします。

医療と介護の現場

問題解決のお手伝い



私は問題の解決者ではなく、患者さんやご家族が自ら生活していく力を引き出す支援者でありたいと思っています。しかし支援はソーシャルワーカーだけが行うものではありません。病院

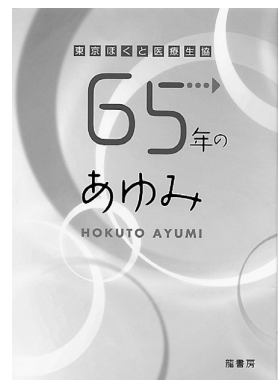
「東京ほくと医療生協65年のあゆみ」紹介

医療生協運動の背景を学び いっそうすすめる決意

編集委員 高橋金雄 (元ひまわり企画事務局長)

退職してもうすぐ2年になります。「65年史」を送っていただき、素晴らしい出来栄えに感激しています。戦前・戦後の歴史から解きほぐし、医療をめぐる真相についても幕末、明治にさかのぼって掘り起こしています。私たちの運動を取り巻く背景についても詳細に描かれています。私は医療生協に参加して

以来、28年間、主に「運動」の側面を担ってきましたが、安倍内閣の下で今後さらに社会保障への攻撃が激化します。先輩諸氏の経験に学び、運動を一層進めて行くうえでも、こうした内容をもちよき学習、把握していく必要があると思います。編纂に携わった加藤氏の見識と造詣の深さはもちろんですが、委員の皆様が、委員の皆様の努力に敬意を表します。



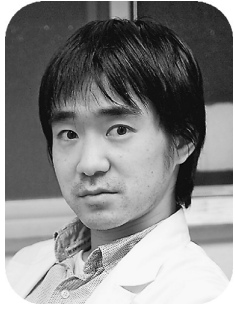
1冊定価2,500円のところ、組合員価格1,000円にて販売しています。3913-9100まで

「追伸」たまたま、戦前の歴史を調べる機会がありました。15年戦争の契機となった満州事変の際に29人の日本軍の戦死者があり、そのうち28人が私の田舎、宮城県人であったことが分かりました。所属は青森第5普通科連隊(八甲田雪中行軍遭難事件で有名)でした。今度の南スーダンへの自衛隊派遣も青森の自衛隊の部隊だと言われている。何とかこれを食い止めた。反応も日増しによくなっています。

や地域や行政など社会には多くの支援者という社会資源があり、「患者さんが安心して自分らしく生活して」例えば、家族の協力が強くなると、社会保障制度などに関心を持ち情報収集出来るようになったこと、これからの患者さんやご家族の持っている強みに気づき、活用しながら支援していきたく思います。(王子生協病院医療ソーシャルワーカー・瀬尾真奈美)

〈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



今年もインフルエンザの時期がやってきました。インフルエンザは毎年11〜12月頃から流行が始まり、1〜3月頃にピークを迎えるのが例年の動向です。

汐入診療所所長  
医師 村山 慎一

### 病気の話

今年もインフルエンザの時期がやってきました。インフルエンザは毎年11〜12月頃から流行が始まり、1〜3月頃にピークを迎えるのが例年の動向です。

生活環境の変化で季節外の罹患今年も足立区や茨城県などで9月にインフルエンザによる学級閉鎖があり、季節外れの罹患がみられています。通常は寒暖差が大きく湿度が下がり乾燥が強くなる時期に流行するのが一般的です。エアコンが強く効いた空間で長時間過ごすとも冷えやすくなり、体の免疫力が落ち、風邪をひきやすくなります。湿度が低くなるとウイルスも活発に動き出すと考えられ、沖縄では毎年夏にもインフルエンザは散発的にでており、季節外に罹患すること

が、一般的にはワクチンの接種は11月以降で接種するのが望ましいと考えます。あまり早く接種をした場合シーズン終わりにワクチンの効果がきれてくる可能性があります。予防接種の回数、13歳未満では接種の回数は

ク者として、高齢者・妊婦・小児・喘息やCOPD(慢性閉塞性肺疾患)・慢性心疾患・糖尿病・腎臓病などの基礎疾患のある方は、インフルエンザの症状が重くなる、持病が悪化する重篤化する場合があり注意が必要です。ワクチンを接種して

いる場合は、症状が軽微で、通常の風邪とわからない場合もあります。検査キットとして、鼻汁抗原を検査する迅速キットを病院や各診療所には置いてあります。罹患して時間経過した段階で受診した場合、抗インフルエンザ薬は使用せず、対症療法のみであったり、麻黄湯を使用する場合もあります。主治医に相談してみてください。

インフルエンザワクチンは65歳未満は組合員価格3500円(一般5500円)で予約の上、実施しています。公費対象(65歳以上)の方は区によって異なりますので、予約票でご確認ください。

## インフルエンザについて

が、一般的にはワクチンの接種は11月以降で接種するのが望ましいと考えます。あまり早く接種をした場合シーズン終わりにワクチンの効果がきれてくる可能性があります。予防接種の回数、13歳未満では接種の回数は

いる場合は、症状が軽微で、通常の風邪とわからない場合もあります。検査キットとして、鼻汁抗原を検査する迅速キットを病院や各診療所には置いてあります。罹患して時間経過した段階で受診した場合、抗インフルエンザ薬は使用せず、対症療法のみであったり、麻黄湯を使用する場合もあります。主治医に相談してみてください。

インフルエンザワクチンは65歳未満は組合員価格3500円(一般5500円)で予約の上、実施しています。公費対象(65歳以上)の方は区によって異なりますので、予約票でご確認ください。

「来年も来たい」とても楽しかったという感想、保護者の方は、「貴重な経験をさせてもらった」「しっかり手洗いのすることの大切さがわかった」「車椅子の操作が大変」「この体験を将来の仕事にしてくれたらいいなあ」などの感想が寄せられ職員もとても嬉しくなりました。泉水所長は、年2回春と夏に行いたいと計画しています。次回も、もっと良いものを体験できるように頑張ります。皆さんまた来てくださいね。(看護師長・乾いっ子)

# だし・野菜・乳製品で「すこしお」チャレンジ

## ポイントは食材の「旨味」を利用



王子生協病院  
管理栄養士  
生島まほろ

今年も健康づくり委員会の呼びかけで10月〜11月で「健康チャレンジ」が開催されます。5種類のチャレンジコースがありますが、その中に「すこしお(減塩)チャレンジコース」を取り入れています。1日6g未満の食事を目標にし、ソルトパーパーや塩分測定器などを活用し、カリウムを多

く含む野菜や果物を取るよ うに心がけたりと「すこしお」はさまざまな取り組みができます。

### だしを使って 減塩しよう

塩6gとは小さじスプーン(5cc)のすり切り1杯分です。実際に目で見て確認してみましよう。まず、すこしおのポイントとしては食材のもつ「旨味」を利用することです。昆布やかつお節、煮干しなどのだし、野菜スープ、鶏がらスープなどを活用しましょう。また減塩しょうゆや減塩みそ、だしわり醤油などを利用することも良いです。

カリウムについて 野菜や豆類、イモ類、海藻類、果物類などに含まれるカリウムはナトリウムを排泄し、血圧を下げる効果があります。1食にどれか1品以上は取り入れましよう。またカリウムは加熱調理や水に浸すことによつて減少してしま うため、生野菜の摂取を心掛ましよう。味噌汁は野菜を入れて

だしの種類	材料(だし4カップ分)	とり方
昆布だし	昆布 15〜20g 水 4カップ	昆布を水につけ、30分ほど置いたら、中火にかけて7〜8分煮る。
かつお昆布だし	昆布 10g (3×25cm) 削り節 20g 水 5カップ	昆布を水につけ、30分ほど置いたら、沸騰したら火を止めて、削り節を加え、5分ほど煮る。
煮干しだし	煮干し 30〜40g 水 5カップ	煮干しを水につけ、30分ほど置いたら、中火にかけて1時間ほど煮る。

※だしは作り置きして、製氷皿に小分けにして冷凍しておくとう便利です。

具だくさんになると、カリウムが溶け出した煮汁も一緒に摂ることができるので効果的です。また缶詰の果物やジュースは加工の段階

### その他の すこしお方法

牛乳や乳製品に多く含まれるカルシウムは血液中のナトリウムを体外に排泄してくれるため、血圧を下げ効果があります。また乳製品のたんばく質は少量の塩分でも味を引き立てる効果があります。魚介類に含まれるタウリンは交感神経抑制作用があり、食塩由来の高血圧が改善されたり、コレステロールを低下させて心臓の機能を高めるなどの働きもあります。

# 「せいの集会」での発言

思いやりの言葉と  
心で治してほしい

足立西部第1支部  
副支部長 新井 初江



新井初江（右）副支部部長

でもらいます。診療所を大切に思っている組合員の気持ちを分かってもらいます。班会では、私たち患者はどのような医師や看護師を望むかをお話しします。

子育て支援  
「mamababy's」

生協浮間診療所看護師長

小串 路恵

医学生さんをボランティアの班会に迎え、朝8時からお掃除を手伝ってもらい、時にはトイレ掃除も

地域の親子を対象に子どもに起こりやすい病気や事故等を講義する企画を立ち上げました。小児科専門医を持つ家庭医が中心となり、看護師と共同で企画運営をしています。年間のべ172人が参加しました。

母親同士、診療所スタッフと交流が生まれています。待合室のミニ学習会に毎回20人が参加

生協北診療所看護師長  
松木久美子



松木久美子 看護師長

東十条支部では、担い手さんが高齢になり、班会などの集まりに参加できなくなっています。そこで「組合員さんで診療所を利用していない人や、地域の人たちとつながりを持ちたい」と、誰もが気軽に参加できるミニ学習会を待合室で開催しました。毎回20人ぐら

いが参加しています。みんなで相談し積み上げてきた活動

西尾久支部  
支部長 小林 清子

自らたてた年間目標はきっちりにぎって離さず、みんなの方法を考えて4課題をやり上げてきました。やりきるためにはどうするか集まって相談する方法が見つかります。仲間を頼ると勇気が出て、一歩が踏み出せるのです。運営委員が増えると裾野が広がって仲間増やしにつながります。

新班づくりと新たな運営委員迎えて

神谷堀支部

支部長 奥山 英子



森悦子理事があいさつ

りと、この小さなテントの中にいろんな風景がありました。収益は9万5千円を超えました。(荒川生協診療所医事課・高松真美)

北足立平和集会

毎夏 平和を考える

北足立生協診療所開設以来、毎夏「平和のつどい」を開催し、戦争体験者のお話を聞くなど、平和の願いを確認し合ってきました。

今年9月3日にNHK

で放映された「きのこ雲の下で何が起きたのか」のDVD鑑賞会を14人の参加で行いました。そのリアルさに参加した女性は「今まで以上に原爆の悲惨さが分かった」と感想、他の人はそのひどさを黙っていられない



奥山英子 支部長

支部組合員の誕生月訪問を2012年から開始しました。訪問時の要求で、ストレッチ班を作りました。体操とおしゃべりで交流を深め、若手2人に運営委員をお願いしました。

あそこもここもだんだんつながって

豊島1・2丁目支部

支部長 沼田 和子

機関紙は63人で配付、平均9・3部です。この数年間で新たな配付者は62人増え、37人が減りました。1軒1軒を訪ね、配付してく



ポスターで報告しました

「被爆者の声を語り継ぐ」と友人に話したと報告がありました。(理事・森悦子)

ヒロシマ報告会

組合員と職員

被爆者の声を語り継ぐ

9月8日「原水禁世界大会・ピースアクションinヒロシマ報告会」を開催しました。30人以上が参加しました。「実際に現地へ行き、自分の目で見て、直接話を聞いたからこそ、深い学びになったし感じる事も

れる方を探します。自分だけが組合員と思っていた人は、名簿を見て「あそこもここも組合員」と嬉しそうでした。だんだんつながっていくように思います。

地域のつながりを職員と組合員活動で

王子生協病院

外来看護師長 小野 美絵

外来に通院中、診察時に、先生と話す以外人と接することは無いといっていた方がいました。組織部の援助で支部の新春のつどいに誘ってもらいました。東京ほくとの事業所と組合員活動とが連携することでいつまでも安心して住み続けられるまちづくりが可能になればと思います。



平和ビアパーティー広島での写真を紹介

あった「被爆者の声を聞ける最後の世代として、語り継いでいきたい」という共通の想い、決意が語られました。(王子生協病院事務次長・灰野真紀)

平和ビアパーティー

足立西部第2支部

2人から貴重な体験報告

9月10日「平和ビアパーティー」を開きました。

「ピースアクションinヒロシマ」に参加した、大畑タカさん、田沢きよみさんの「報告会」も兼ねました。とても貴重な体験をさせてもらったこと、そして皆さんに送っていただいたことにお礼がありました。「平和ビアパーティー」は毎年の恒例行事になっています。(理事・松本和彦)

## 福祉たすけあいまつり

### お腹を満たし身体をほぐし 300人で楽しい夏の1日

今年も300人が集まって「福祉たすけあいまつり」を開催しました。

8月31日、北とびあ飛鳥ホールには開会前からロビーに多くの人が待ち構えていました。毎年のごとくが、暑い夏の日、ここで

お食事をしておしゃべりをして、舞台を楽しみ、みんなで歌い踊り、そして掘り出し物を見つけて帰ります。

福祉たすけあいまつり

今年も300人が集まって「福祉たすけあいまつり」を開催しました。

8月31日、北とびあ飛鳥ホールには開会前からロビーに多くの人が待ち構えていました。毎年のごとくが、暑い夏の日、ここでお食事をしておしゃべりをして、舞台を楽しみ、みんなで歌い踊り、そして掘り出し物を見つけて帰ります。

福祉たすけあいまつり

今年も300人が集まって「福祉たすけあいまつり」を開催しました。

8月31日、北とびあ飛鳥ホールには開会前からロビーに多くの人が待ち構えていました。毎年のごとくが、暑い夏の日、ここでお食事をしておしゃべりをして、舞台を楽しみ、みんなで歌い踊り、そして掘り出し物を見つけて帰ります。

福祉たすけあいまつり

今年も300人が集まって「福祉たすけあいまつり」を開催しました。

8月31日、北とびあ飛鳥ホールには開会前からロビーに多くの人が待ち構えていました。毎年のごとくが、暑い夏の日、ここでお食事をしておしゃべりをして、舞台を楽しみ、みんなで歌い踊り、そして掘り出し物を見つけて帰ります。

福祉たすけあいまつり

今年も300人が集まって「福祉たすけあいまつり」を開催しました。

8月31日、北とびあ飛鳥ホールには開会前からロビーに多くの人が待ち構えていました。毎年のごとくが、暑い夏の日、ここでお食事をしておしゃべりをして、舞台を楽しみ、みんなで歌い踊り、そして掘り出し物を見つけて帰ります。

福祉たすけあいまつり

今年も300人が集まって「福祉たすけあいまつり」を開催しました。

8月31日、北とびあ飛鳥ホールには開会前からロビーに多くの人が待ち構えていました。毎年のごとくが、暑い夏の日、ここでお食事をしておしゃべりをして、舞台を楽しみ、みんなで歌い踊り、そして掘り出し物を見つけて帰ります。



高齢者をテーマに寸劇

「寸劇」は高齢者の生活を考えさせられるものでした。最後は「笑いケア体操」で、「ホッホッ・ハッハッ」の元気なかけ声で楽しく心も身体もほぐれました。



「笑いケア体操」で身体をほぐしました

# 地域のお祭りに 「健康チェック」で 医療生協をアピール

## ツインシティフェ スタフアイナル

町屋、東尾久支部

9月18日荒川区町屋の区立原公園においてツインシティフェスタが開催されました。東京ほくからは、町屋支部、東尾久支部から組合員7人と荒川生協診療所などから職員4人が健康チェック、すこしおグッズ販売、ピースアクションワカメの販売などで出店しました。18回をむかえるツイ



健康チェック (町屋、東尾久支部)

ンフェスタは、毎回5千人が参加するお祭りですが、今年でついに最終回となるファイナルステージとなり

ました。  
(組織部・森松伸治)  
健康チェックの結果をもって健康相談  
(団地まつり)  
豊五団地支部

9月10日に豊島五丁目団地商店街が主催する「わくわく祭り」がありました。王子生協病院職員と組合員14人が参加しました。骨密



看護師による健康相談 (豊五支部)

度、からだ年齢、血圧測定、乳がん自己チェックを行い、65人の健康チェックを行いました。なかでも、骨密度、からだ年齢の人氣が高くてたくさんの方が測っていました。  
(組織部・富田早貴)

血圧が気になる方に  
看護師から説明  
(町会防災訓練)

南千住支部

9月11日、南千住6丁目本町会防災訓練に参加し、健康チェックを行いました。南千住支部は毎年参加していますので、顔見知りも多く、近況報告を聞き、世間話をしながら血圧と体脂肪を測りました。訓練には子ども、子育て中の親子、お年寄り幅広く20



南千住支部は防災訓練に参加して

0人が参加しました。看護師さんが一人ひとりに説明を行ったのでとても好評でした。  
(運営委員・村上二枝)

健康チェックで  
話が盛り上がり  
(文化センター祭り)

王子本町支部

王子中央公園の文化センターを利用しての団体が



王子本町支部の健康チェック

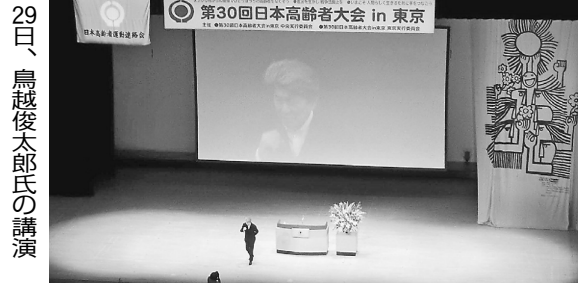
参加する「文化センター祭り」が9月10・11日に行われ、健康チェックで参加しました。いつもの血圧と体脂肪に加えて、足指力測定とお口の酸性度チェックを行いました。通院ではやらない健康チェックをすることで話が盛り上がることもあり健康への意識付けができたと感じました。  
(組織部・飯塚佐希子)

# 日本高齢者大会に東京9千人のパワー結集

## 東京ほくから172人参加

8月28・29日に第30回

「日本高齢者大会」が開かれ、全国からのべ9千人が集まりました。東京ほくからは172人が参加しました。28日は大正大学を会場に50の講座と分科会で学び体験し交流しました。会場はお国ことばが飛び交い、満員で立ち見の会場もありました。



29日、鳥越俊太郎氏の講演

「資料を駆使したわかりやすい講義、いい話が聞けたなあ。高齢者の運動は凄

いパワー」(滝野川・すこやかさんより)「平和を守ってきた高齢者ならではの闘い、オール沖縄を学んでの世論つくりを力強く感じた」(東京ほくとときたあだちより)「東京ほくとでも、組合員全体の地域包括ケアを考えていなくては」(王子支部・生き生き21より)「安保法制により日本が否応なしに戦いにまきこまれてしまうかも。戦争反対の想いを強くした」(王子支部・生き生き21より)と感想をいただいでいま



29日、国際フォーラムでの全体会



28日、どの分科会も満員

また、生協北診療所で診療されている渡會公治医師が講師の「ロコモ体操」には当生協からも多くの方が参加しました。  
29日は国際フォーラムの

会場がいっぱいとなりました。400人の歌声で幕開け、記念講演では、先の都知事選挙に立候補した鳥越俊太郎氏の演台前で話す姿に、大変好感が持たれたようです。「日本人は風に弱いと感じた。今の政権には危険性を感じる。二度と戦争への道を許してはならない」(堀船支部ニュース)と語りました。  
「高齢者」という言葉に皆さん抵抗を感じ、「自分は縁がないと思ってた」という声を多く聞きました。内容的には年齢に関係なく、とても豊富な内容です。ばらしい講師陣の学習分科会でした。私たちの住む東京で行われたことで「高齢者大会」のファンは増えたと思います。「来年の沖繩大会に参加したい」と言う声が多く出ています。沖繩での開催の意義を感じ取り、運動を助け、多くの代表団を送りましょう。

### 街づくり

#### 江北生協診療所

## 9月から電子カルテ運用 徐々に慣れてきました

9月1日より江北生協診療所に電子カルテが導入されました。6月から準備をはじめ7月から実際に電子カルテを使っているところでの説明や、診察の流れに沿ってのテストを重ね、開始当日は操作が不慣れなため、普段よりお待たせしてしまい、患者さんには大変迷惑をおかけしましたが、温かい目で見守っていただき、おかげで徐々に慣れてきました。新しく機械が入ったの？大変ね。時間なんていなくてもあるんだから気にしないで」とやさしく言ってくださる方もいて、この地域の方々の温かさを感じました。  
(看護師長・荏司弘美)



電子カルテで会計もすみやかに

### 病院・診療所・事業所だより

#### 荒川生協診療所通所リハビリ

## 大爆笑の楽しいひととき 白熱のレクリエーション

午後2時、バチと皆さん本気モード。朝から黙々とキーパーの責任はなかなかリハビリに取り組みだ利用表もびっくりの試合に涙を流して大爆笑の楽しいひとときです。通所リハビリでは、主に歩行や入浴など日常生活動作の練習を行っています。皆さんが、皆で協力し一緒に笑いあう時間とても大切で、麻痺がある方や、筋力の弱い方でも参加できるようにスタッフも工夫しています。「楽しい1日が終わっちゃうみたいです」という利用者さんの声で、あっという間の6時間が今日も過ぎいきます。(作業療法士・板垣史那子)



真剣そのものボール転がし

# うなのさんの 街スケッチ

—19—

正式名、王子6丁目公園。都営住宅やマンションに接して、道路をはさんで児童館と並んでいる。小さな公園ですが、近くの保育園の子どもやママたちに大人気の「ロボット型すべり台」です。同じ形のは全国各地の公園にあって、どこでも「ロボット公園」と言われ人気が高いようです。ロボット(無人兵器)が人を殺さないように、いつまでも人間の友だちでいて欲しい。(上野正美)



ロボット公園

# ズームアップ ひと

もの静かでひと一言確認しながらお話しされ、患者さんを想う「やさしさ」を実感しました。王子生協病院リハビリ課には50人が所属しており、法人全体のリハビリ部会には70人近く在籍しているそうです。近年入職してくる職員は「私

## 人と接すること、リハビリが好き リハビリは地域での暮らしの質を高めること

王子生協病院事務次長・理学療法士 松浦広典

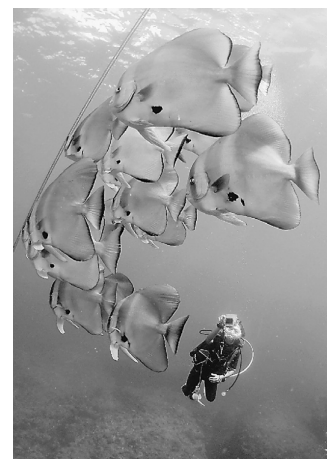
介護保険がスタートし、回復期リハビリ病棟ができ、療法の必要度はとて

趣味はスキューバダイビングです。若い時は沖縄やサイパンにでかけ、澄みきった海を泳いでいました。今は年に1回ぐらい、奥さんの実家がある三宅島に里帰り合わせて、潜るそうです。魚と優雅(?)



シヨンを大事にして、その目的を聞きだし、訓練の励みにします。「人と接すること、リハビリすることが好き」と松浦さんは言います。

に泳ぐ松浦さんを想像しましょう。海の自然破壊のニュースはとても気になります。



宮古島の海で松浦さんが撮影 (聞き手・高沢恵子)

とについて練習します。先日は美容師に復職を希望される方がいて、実際に髪をカットしてもらったそうです。一人暮らしや経済的、家屋の状況などで、思うようにいかないこともありま

## 虹の箱

王子生協病院

朝の受付開始時の混雑の対応について投書をいただきました。事業所利用委員会及び担当部署で協議し、次のように変更しました。

### 朝の混雑回避へ 受付方法を変更しました

7月までは、順番を重視した受付を行っていたた



8時45分からの受付をスムーズに

そこで8月より朝の受付時のみ、向かって左側を『予約のみの方』右側を『一般受付の方』と、2台ある再来機両方を使用するように変更しました。再来機の手前で予約の有無を確認し整理券の順番に左右へ患者さんを誘導しています。対応する職員も増やしました。受付方法を変更したことにより、これまでよりもお待たせせず受付をして頂けるようになりました。

(医事課長・山崎建)

### 高校生看護体験の巻

#### 緊張した表情で病院に到着

暑い夏、今年も高校生看護体験の季節がやってきました。7月末から8月末まで、今年も90人近い高校生を1回に10人から16人を受け入れます。すでに20数年前から「夏の高校生看護体験」が定着、多いときは200人近い高校生を受け入れてきました。病院内でピンクのエプロンをした看護の行列を見たことがある方もいらっしゃると思います。



看護師さんとの語らいに緊張もほぐれて

冬から準備が始まり、学校にお知らせを配布、高校に訪問して進路担当の教員に具体的に説明にも行きます。いわゆる営業です。「医療系に進みたい」「看護師になりたいけどどんな仕事か体験してみたい」と申込みはどんどん来ます。

初めて参加の学生から2、3回目、さらには5、6回の学生もいます。1年生から3年生まで、最近では男性も増えました。さて当日は、制服姿や私服の高校生が、案内されたはがきを片手に王子生協病院の玄関へ集まります。緊張した表情に不安も重なり、笑顔はありません。本日の体験者が全員集合しました。まずはひと安心。時には「迷子になって…」などらしいですが、「駅間違えちゃって」どこかと聞くと「八王子なんです」どうして「八」をつけてしまったのか：残念！

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

# 通信

(敬称略)

新田 荒川雪江(57)  
初めて川越の街並み歩き、  
蔵は涼しかったです。

志茂 佐藤晴利(67)  
豊洲市場は狭く不衛生だ  
とか、税金の無駄使いです。

上中里 佐々木芳枝(82)  
長年の組合員ですが、交  
通の乗り換えが嫌で新病院  
にまだ伺っていません。

志茂 神田節子(65)  
十五夜の日、きれいな月  
を見ました。

王五 田代幸子(71)  
防災フェアに参加し、参  
考になりました。

志茂 佐藤勝廣(74)  
コンビにに手すりを付け

伊興 岩田春江(65)  
骨密度が昨年より減って  
しまい、ちょっとガツカリ。

舎人 三輪アイ子(77)  
「秋天の高さや人に使わ

## ◎王子生協病院は、無料低額診療事業にとりくんではいます。

る「20歳のときの句です。

荒川 荒壁智子(47)

台風が来て洪水、家が傾

いてすごかったです。

豊島 落合マシミ(77)

皆さんのひと言が我が身

に感じます。

東伊興 高橋珠江

平和は本当に素敵です。

虫たちが秋を知らせに来る

のですから。

舎人 内田豊子(64)

残暑が厳しく、秋が待ち

遠しいこの頃です。

豊五 横山きよ(68)

彼岸を過ぎ、しのぎやす

い気候になりました。

町屋 久道和男(69)

心付けは増資にまわして

病院を發展させましょう。

王子 宇佐見信子(68)

誕生月に胃カメラ・腹部

超音波の検査をします。

王子本町 間所貞夫(89)

体内にカテーテルを導入

しているのは大変苦しいこ

とです。

荒川 岡部八千代(73)

高齢者大会に参加、全国

の仲間の活動に触れられて

充実した一日でした。

上十条 小沼まつ江

弟夫婦が来てくれました

た。どんな薬や美味しい食

べ物より元気に。

王五 若林ふさ子(65)

無言館と上田城に行きま

した。

豊島 児島孝徳(50)

秋はあっとい間にやっ

てきます。

志茂 慶田喜代子

10年近く機関紙を配って

います。

岸町 白武立吉

吉田沙保里選手ご苦労さ

までした。

王子 黒木文江(83)

あれよあれよという間に

秋です。1年は早いです。

王子 藤本ヒロ子(76)

高齢者大会に2日間参加

しました。

町屋 大泉紀美子(77)

喜寿を迎え、踊りで舞台

に上がることになりました。

## 住民無視の建設計画をみたなな

私が行った  
9月9日も機

沖繩民医連では「沖繩平  
和を守るたたい一方針に  
基づき、8月から辺野古と  
高江の座り込み行動を開始  
しました。その運動に呼応  
し全日本民医連の仲間が支  
援を行っています。9月9  
日に伊藤里美さんが参加し  
ました。

沖繩・高江へリパッ  
ド建設強行を見て

王子生協病院  
事務次長 伊藤 里美

沖繩県国頭郡東村高江で

は、ヘリパッド(ヘリコプ  
ターの簡易発着所)建設が  
強行的に行われようとして  
います。6つのヘリパッド  
建設は、現在2つ出来上が  
り、オスプレイも離発着を  
行っています。ヘリパッド  
は民家から400mのどこ  
ろに建設され、既に騒音に  
よる健康被害も出ていま  
す。ヘリパッドが出来る事  
で、人が住めなくなってい  
まう可能性もあります。

きちんとした説明も無  
く、建設反対決議を出して  
も無視されている住民は、  
座り込みなどの行動を起こ  
すしか手段がありません。  
しかし全国から動員された  
機動隊500人もの導入  
で、排除されてしまいま



伊藤里美さん



正面は防衛局により  
造られた塀

### ドキュメンタリー映画 標的の村


日 時 11月19日(土) 1回・午後2時半  
2回・午後6時半 各90分

場 所 北区豊島ふれあい館第1ホール

鑑賞料 800円(高校生以下無料)  
(直接会場にお越しください)

内 容  
日本にある米軍基地・専用施設の74%が集中する  
沖繩。事故が多発している新型輸送機「オスプレイ」  
着陸帯の建設に反対した東村・高江集落の住  
民たちのたたかいと、戦後いまなおつづく沖繩の犠  
牲・弾圧・差別を描いた衝撃のドキュメンタリー

主催：東京ほくと医療生協「標的の村を上映する有志の会」  
問い合わせ：090-9818-8485(岩阪)



## 第339回 パズル

「ヒント」ごはん粒が輝  
いている「9月末から販売  
されるようです。  
「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。  
「応募方法」ハガキに答え、  
住所、氏名、年齢を書いて  
〒114-0003 北区豊  
島3-7-1 東京ほくと医  
療生協「機関紙」編集部まで  
へしめきり」10月25日。  
正解者の中から5名様に  
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  
しますので匿名希望の方は  
その旨明記下さい。へ抽選  
対象外へ

「前回の答え」ボウサイ  
(当選者)(応募39)  
佐々木芳枝、慶田喜代  
子、大泉紀美子、高橋珠江、  
児島孝徳



鳥から稲穂を守ります

9月には神様が集まります

イチヨウの実、  
ちょっと臭います

煮ても、ふかしても、焼  
いてもよし、秋の香り