

生協の現況 2017.10.1現在	
組合員	32,997人
出資金	15億6,284万円
一人平均	47,363円
2017年度増加	
組合員	564人
出資金	6,024万円



2017年
(11月号)
第459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/>

精いっぱい「生きる」をささえる



緩和ケア病棟の職員（10・12公開講座会場で）、右から石河医師、上野看護師長、田医師、遠藤医療ソーシャルワーカー、大畑看護師

王子生協病院 緩和ケア病棟

地域公開講座を開催

王子生協病院で緩和ケア病棟が開設して4年目、病院159床のうち25床が緩和ケア病床です。医師、看護師、薬剤師、医療ソーシャルワーカー、理学療法士など職種を超えてチームで関わっています。

開設後から、地域公開講座を行っており、今年は10月12日、「地域が求める緩和ケアを考える」をテーマとして開催しました。緩和ケア病棟の石河医師、上野恵美子看護師

長のお話で、組合員と職員合わせて30人が参加しました。これまでの講座では「緩和ケアとは何か？、どのようなケアなのか？」を学びました。では、働く職員は「緩和ケアをどう捉え、どうケアを提供しよう」として、このことをお話しすることで「より深い緩和ケア」を理解していただけたと考

遺された時間を精一杯生きた家族

石河医師のお話は、医師として10年目に訪問診療の際に出会ったご遺族のお話でした。未告知の時代で奥

さんの告知を受け、患者であるご主人へは未告知で治療が始まりました。しかし、「再発」を機にご主人への告知がなされ、2人で同じ空間で多くの涙をながし、翌日から2人でたたかいはじめました。いつか終わりは来ましたが、ご主人は残された時間を精一杯生き、それを支えたご家族に多く



王子生協病院会議室に30人が集まりました

患者さんの笑顔をとるもどす看護

上野看護師長のお話は、長い看護経験から、「看護でいかに患者さん、ご家族に笑顔がやってくるか」を求めて働き続けているというお話でした。笑顔は阻害する痛みを全人的に捉えることが話されました。また、緩和ケアは、緩和ケア病棟には限らず、看護師であるならばどの環境でも提供できるという内容でした。根底には、東京ほくと医療生協の看護師像があるのです。

最後に、田直子病棟医長から、王子生協病院緩和ケア病棟は地域住民の方に使っていたために開設したこと、様々な疑問、意見をいただき、より安心した緩和ケア病棟を目指していきます、と話されました。

緩和ケア学習会に参加して

王五団地・理事 石原妙子



私のたった一人の妹は29年前に骨腫瘍で亡くなりました。その頃緩和ケア病棟

はほとんどなかったのですが、最後に入院した病院では建物が出来上がっていました。開設を待つばかりでした。林の中にあるクリーム色の建物でした。妹はそこに入ることなく、発症して1年足らずで37歳の短い生涯を閉じました。

石河先生が「患者さんとの出会い」というテーマで、直に告知された患者さ

んのことを話されました。実は妹もちょっとしたことから自分の病名を知ることとなりました。本人に告知することは今でも普通になっていますが、当時はまだだでした。それは家族にとっても同じことですが、本人もうすうす感じているところにはっきりと言われるのはさらに厳しいものであったでしょう。

注射器

本紙8月号で生協王子歯科の前田茂所長が「貧困による子どもの歯と口の健康格差」が治療の自己負担免除のもとでも改善されないのは、貧困格差解消のための社会保障の拡充がなされていないからだと語られている。貧困によって子どもの発達に、もたらすゆがみや社会保障について考えさせられた。子ども6人に1人は貧困だという先進国最低の貧困率・貧困格差の中で、日本の子どもたちはあえていっている▼経済的理由による小・中学生の就学援助受給者は増え続けている（憲法によれば本来無償であるはず）。貧困や孤立によって学校から遠ざかる高校中退者は全国で7万人。生活保護世帯の子どもの退学率は全体の3倍。この子たちの健康度も気になる▼経済格差が学習意欲や生きる希望に大きく影響をあたえている。ある大学教授は「熱意の低下は貧困と密接。貧困世帯で親が時間と精神的に余裕をもてない場合、子どもは物心両面で我慢する機会が増え、意欲や自己肯定感が低くなりがちだ」と指摘している▼高すぎる学費・教育費は高校生だけでなく大学生もまた厳しい。大学の学費は30年来上がり続けて15倍にもなっている。学費が払えず中退者は約8万人。そして奨学金利用者の7割は有利子。4年終わって返済金は766万円▼給食費の無償・学割の拡大・給費制奨学金・大学授業料の大幅値下げなどで子どもたちを貧困から救いたい。

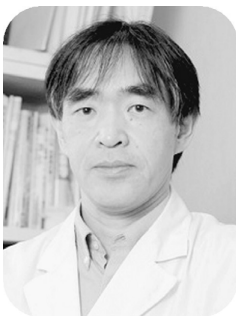
王子生協病院は「無料低額診療」事業を行っています
医療費でお困りの方はご相談ください
☎3912—2201

理事会だより 10月21日

専門医機構が決める
研修・施設設定に問題あり

理事長あいさつ

今泉貴雄



いろいろな問題点があります。

◇ ◇ ◇

目まぐるしい1ヵ月でした。この間、私たちにとても大きな変化がありました。新専門医制度のことです。本来なら今年度当初からのスタートの予定でしたが、延期となり、いよいよ来年度から実施されます。医師は2年間の初期研修期間を終え、その後は各学会に所属して数年の力リキュラムを経て専門医になる資格を得ることが出来ます。これまで各学会が決めた研修期間と内容で良かったのですが、これからは第三者的立場の専門医機構が研修内容、施設等を設定し、専門医を認定することになります。一見いいようにも思えるかもしれませんが、い

機会が減ったということですが、6月総代会で研修報告をした2年目医師の丸山晃史^{（丸山晃史）}医師も来年春からは当院でのプログラムによって専門医をめざす予定ですが、研修をどのように組み立てるか、改めて考え直さないとけなくなっています。

◇ ◇ ◇

さて、この研修制度は当院だけの問題ではなく、中小病院の将来の担い手にも及ぶものではないかと思えます。皆様からは、いつも医師が忙しいとの指摘を受けており、医師の確保を行うようにとの叱咤も受けております。私は、病院医師を中心にした視点が多いですが、今年は今まで以上に医師体制が厳しいなかで、日々奮闘している医師に頭



10月15日の健康まつり、雨の中の先着野菜わたし、右端が今泉理事長

出資金が「東京ほくと」の活動を支えています

安心の医療と介護をすすめるため、冬の「特別増資」へのご協力をお願いします。

◎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。

《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93人、脱退84人、出資金増資708万円、増資者924人、班会開催11回、2項組合員1人。せくの行動後の再訪問行動の企画を。運動サポーター養成講座15人参加。健康チャレンジシ620人登録。9条を守る3千万署名を取り組む。各事業所利用委員会報告確認。②9月決算報告。③王子生協病院、診療所群、訪問看護ステーション、福祉事業部報告。④ISO9001認証について説明。⑤医学対アンケート依頼説明。議決事項

議決事項

①王子生協病院のX線透視撮影装置の修理。②一日食塩摂取推定量検査を検診のオプション項目として実施、金額を200円、実費は540円以上確認した。

「地域ケアセンターはけた」で働くようになり、1年4ヵ月が過ぎましたが、まだ慣れずに「今日はどんなことがあるんだろう？」と緊張の毎日です。そのような日々の中で、急に入院される方や、ご本人の強い希望で退院される方などの対応に戸惑ってしまうことがあります。同居の方や家族同居の方でも介護に携われない事情の家族などケアマネとして「今、一番にやらなければならないこと」を考えます。自分で判断に困ったときは、先輩たちの

医療と介護の現場

介護サービスを
受け入れる難しさ



また、訪問看護や、訪問介護、通所施設などのサービスをもっと利用してほ

しいと思う方で、経済的にそれほど困っていないくても「利用料を今以上払いたくない」と、必要なサービスを受け入れられない方もいらっしゃるかもしれません。そのため、服薬管理がきちんとできておらず、病状が悪化したり、筋力低下や体力低下となっ

今後ともご本人や家族と何が必要かを話し合い、ご本人のために必要になるようにしていきたいと思いたす。(地域ケアセンターはけた・ケアマネジャー・鹿野恭子)

「東京ほくと医療生協65年のあゆみ」紹介
民医連と医療生協の活動に
ささえられた歴史

豊島4丁目在住(元職員・管理栄養士) 中西洋子(67歳)



私が入職した時(1972年)

私は、50床の「労働者クラブ」王子生協病院でした。3階建ての病院の後方にバラックのような建物があり、栄養課がありました。が、もと外科病棟だったそうです。あまりの古さに驚きました。数年後に病院の増改築があるという話と栄養士を3人も採用してくれることに希望をもちまし

に伊藤淑子医師がいらしてからだと思います。生協法人になってからは、組織部や地域保健部の保健師さんとともに保健学校や栄養学校も旺盛に行い、地域の班活動にも積極的に参加し、医療活動と健康づくりの活動と社会保障の活動が大きな3本柱になって、私が働き続ける原動力になったと思います。

この間、経営危機、医師や看護師不足などの多くの困難に直面しながらも4つの法人の合併と2013年には、念願の新病院建設をやり遂げ、まさに感無量という感じです。今日の東京ほくと歴史は、まさに民医連という医療従事者の集団にささえられ、医療生協という組合員さんの大きな力によってつくられたと実感できると思います。

〈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く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

家族みんなで「すこしお」とりくみ

食品表示の栄養分に注目

「すこしお」という言葉をご存知ですか? 「すこしお」とは少しの塩分で健やかな生活を営む医療福祉生協の取り組みのことをいいます。つまり「減塩」です。

塩分の取りすぎは 高血圧、動脈硬化へ

塩分の取りすぎは高血圧、動脈硬化へとつながります。『脳梗塞』『心筋梗塞』などの疾患になると、半身にマヒが残って歩けなくなったり、食事がうまく

食べられなくなったり、最悪の場合死亡します。

血圧を上げない方法で一番効果があるのは食事です。「すこしお」は血圧を下げる薬の13倍以上の効果があります。皆さんは普段、食事にどれくらい塩分が入っているのか気にして食べていますか?

塩分が多い食品といえば、梅干しやたくあんなどの漬物、味噌汁、カップ麺などの加工食品、色々思い浮かぶと思います。「この

食品には塩分がどれくらい入っているんだろう…」と思ったときに、何を確認するとよいでしょうか?

食品のパッケージに記載してある栄養成分表示です。食品のエネルギー・タンパク質・脂質・炭水化物

・食塩相当量は表示が義務化されています。そのため、食塩相当量を確認することが一番確実です。



「すこしお」のコツは、調味料は計量スプーンでしっかり計ること (5. 30すこしお料理教室)

を食塩の量に換算した値です。食塩とはNaCl、ナトリウムはNaなので栄養成分表示のナトリウムは食塩NaCl中のNa量を表しているだけです。その

ため食塩量とナトリウム量は異なるのです。

2020年以降は 食塩相当量のみ

食塩相当量ではなく、ナトリウム量の表示のみの場合は、ナトリウム400mg

の表示となります。例えば、納豆1パックの食品成分表示(上記の表)を見てみると、たれ・からのナトリウムは199mgと書いてあります。約400mgの半分なので、1gの半分の約0.5gの塩分相当量ということになります。また子どもの頃の食嗜好は大人になってからの食生活に結び付きやすいため、子どもの時から薄味に慣れておくことがポイントです。

栄養成分表示			
表示単位1パック納豆40g当たり			
エネルギー	74 kcal	(78 kcal)	
たんぱく質	6.1g	(6.3g)	
脂質	4.1g	(4.1g)	
炭水化物	4.6g	(5.5g)	
ナトリウム	1mg	(199mg)	
食塩相当量	0g	(0.5g)	

※この数値は目安です。()内は、たれ・からしを混ぜた場合の数値です

血圧が上がったから取り組むではなく、家族みんなで、お友達みんなで、「すこしお」に取り組みましょう。

(王子生協病院管理栄養士・宮城桃子)

健康チャレンジサポート企画

すこしお学習会

梅干しやみそ汁も 減塩にサポート

9月30日、「すこしお学習会」を開催しました。参加者は20人。講師は生島まほろ管理栄養士。



広い公園でウォーキング

腹筋を意識して歩くこと活かしたい

10月4日、足立区の舎人公園に26人の組合員が集まり、王子生協病院理学療法士の氏家香代子さんと小泉唯香さんを講師にロコモ体操とウォーキングについて学びました。



家族みんなで「すこしお」とりくみましょう

健康チャレンジで一番人氣がある「いきいき運動コース」の学習も兼ねての取り組みです。テキストで歩き方を学習し、その後体操とウォーキングの実習です。実習では一斉に広い公園を、元氣よく姿勢よく歩き、それを2人の講師がチェックし、改善点を伝えていきました。参加者からは、「腹筋を意識する事を教わった」「腕に力が入っている」と注意されたので、直していきたい」など個別指導が特に良かったとの感想が出されていました。

病気の 話

王子生協病院副総看護師長

感染対策委員会

感染管理認定看護師

深山 晴海

ノロウイルスによる感染性胃腸炎は、特に冬期に流行します。牡蠣などの2枚貝の生食による食中毒が有名ですが、保育園(所)、幼稚園、小学校などで発生した集団感染の大半は、誰かがまずノロウイルスに感染し、施設内でヒトからヒトへ感染して拡がっていま

症状・感染経路

ノロウイルスに感染すると、1〜2日の潜伏期間(感染から発病までの期間)の後に、主に下痢、おう吐、はき気、腹痛の症状があらわれます。

軽度の発熱を伴うこともあります。小児ではおう吐が多く、おう吐・下痢は一日数回からひどい時には10回以上の時もあります。

ノロウイルスは特效薬がありませんので、症状が続く間は脱水にならないように水分を補給することが大切です。症状は平均1〜2

す。

日で消失しますが、子どもや高齢の方は重症化した

り、まれにおう吐した物をのどに詰めて窒息することがありますのでよく観察することが大切です。

感染経路は、経口感染(ウイルスで汚染された食

予防

①手洗い

最も重要で、効果的な予防方法は「流水・石けんによる手洗い」です。帰宅

時、調理を行う前、食事の前、トイレの後、おう吐物

ノロウイルスに注意!

品や加熱不十分な調理での飲食」と接触感染(ノロウイルス感染者の吐物や便から人の手を介して)があります。また、吐物や便から舞い上がるエアロゾルを吸入することによって感染する場合があります。

の処理をした後、オムツ交換など排泄の介助を行った後は、流水と石けんでしっかり手を洗い、清潔なタオルまたはペーパータオルで拭きます。

②調理と配膳について

ノロウイルスは症状が消

え、おうちでできる対策を

と、おうちでできる対策を

と、おうちでできる対策を

と、おうちでできる対策を

王子生協病院健康まつり

小雨のなか800人が参加

人気のおもち販売に行列

10月15日(日)、豊島公園にて王子生協病院健康まつりが開催されました。

1週間前から天気予報を気にしながら雨の傘マークをうらめしく眺めていました。組合員さんや職員からは「雨のときはどうするか?」という問合せに実行委員会は縮小して「小雨決行」の決断を行いました。雨でも、参加者は約800人。気温も上がらない寒い健康まつりとなってしまいました。

当日は予定通り、開会前に実行委員長と理事長により先着100人の方に野菜のプレゼントがされました。午前10時にこども太鼓の音で幕開け、実行委員長の田直子医師によるあいさ

つで健康まつりは始まりました。

〈模擬店〉

豚汁チームは「雨でもやる」とテントを持参し、空いたテントはお隣の店舗に貸し出してくれました。晴れでも美味しい豚汁ですが、この日は美味しさが増。他の人が食べているのを見て、たまたま買いに走ったときにはすでに売り切れており、悔しい思いをしました。

商品にビニールをかける、別場所での調理してお店に並べる、ジュースのお店では温かいジュースを売るなど、各店舗は臨機応変に雨の日に対応していました。



もちつきコーナーには傘の行列ができました

〈もち〉

雨が降っても、もちは大人気。行列の待ち時間は30分、それでも多くの方が並んで買っていました。

〈舞台〉

雨でもできる演奏やPR



規模を縮小してこども太鼓の演奏

生協王子歯科による8020表彰



杵もつ手に力はいります



おもちを詰める要員の方たち

が行なわれました。和太鼓の演奏は雨の中でも迫力があり、通行中の方も足を止めていました。生協王子歯科で行う8020(80歳で自分の歯20本)表彰には3人の方が来てくださいました。歯が有りしつかりかめると、80を過ぎても雨の外出できるくらい元気でした。見習いたいです。

健康チェックには今年か



舞台上にテントを張り、王子生協病院職員によるウクレレ演奏



テントの中で豚汁チーム大奮闘

雨で結束力がさらに強く 多くの方がたに助けられて開催

荒川区民いきいき祭り

10月15日(日)、荒川区民いきいき祭りは、2年連続の雨になってしまいました。

事前の実行委員会では、各支部から組合員が参加した方がよい、何か出品したいなど意

気込みが感じられていました。雨の中でも6人の方がいらしてくださいました。歯周病で抜けそうな歯をボンドでくっつけて相談に来た方は、翌日、受診にきてくださいました。

悪天候開催になりましたが、地域の方と職員の連携尽力により無事に開催することができました。ありがとうございました。

(実行委員・飯塚佐希子)

西日暮里からお菓子を購入し、子どもたちが喜んでくれたらいいかと販売。東尾久は富田治男支部長を中心に手編みの小物のバザーを出品。

職員の健康チェックは中止になりましたが、バザーとチョコ販売に集中しました。

「ななほし子ども食堂」は炊き込みご飯をボランティアさんとして完売。子ども食堂にいつも来てくれる親子が来てくれ、大感激でした。また、11日

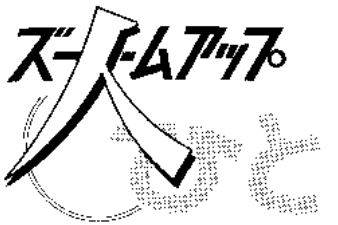
から荒川生協診療所の事務長就任の佐藤護師長・乾いつ子



テント張りのお店にもお客さんが来てくれました



子どもたちが立ち寄ってくれました



全日本民医連事務局に36年間勤め、事務局次長を退いた後に定年退職。これからの人生を楽しもうと思っていた矢先にご主人が亡くなり、1年間は片付けで気を紛らわせたが、2年目には「淋しい」という思いになりました。その頃に、家族ぐるみでお付き合いしていた友人に、「小林さん歌うこと好きでしょ」と北区の「第九の合唱」に誘われ

「注射器」執筆は チクッと、でも温かく

王子6丁目 小林 克枝さん(72歳)

れました。毎年7月から半年間の練習を行います。ドイツ語で歌う200人の合

ム「注射器」を執筆するようになりしました。もともと文章を書くのが好きで「テーマ」を決め、前文に入る前に起承転結を考えます。全日本民医連当時は、雑誌「民医連医療」の編集や医



みを入れなくては」と常に思っているそうです。またどのくらい関心を持って読んでもらっているのかが気になる」とも。

療活動部では方針討議にかける素案づくりなど「固い文章」に四苦八苦。組合員さんが対象の機関紙は、「注射器の名の通りチクッと刺すと同時に温か

います。しかし、初めて寄稿いただいた注射器では、小林さんの超長寿の飼ひ猫の生命力と人間の長寿社会の話題に寄せた文章は記憶に残っており、生活のにお

いがします。という題材にするのかを選ぶのが難しく苦労されています。「今一番やりたいことは？」と聞くと、「スカイダイビング」と思いがけない答え。「飛行機から飛び降りるスリルを体験してみたい」とニコリ。スキーは「永遠のボーゲン」と笑いながら「集中力を高められるので、出来る限り長くやりたいな」と。また「地方自治や協同組合運動でユニークな歴史をもつイタリアのポローニャ地方を訪ねてみたい」と沢山の夢をお持ちの小林さんです。



演奏者と聴衆の一体感に酔いしれました

民族の歴史と哀しみ感じて 中里支部がサロンコンサート

10月17日、何日が続いた雨も上がり、ほっとした日でした。第30回サロンコン

サートを滝野川会館小ホールにて行いました。



いちよ・たかこ・やぎりんトリオにチェロの古谷真未さんを加えて4人の演奏と歌が響きました。

「時代を越え、国境を越えて愛される歌と旋律を、うた・ハープ・ケーナ・チェロで」とプログラムの冒頭にあった言葉そのまの目の前の演奏に、胸が締め

付けられるような切なさを感じた。感動を味わえたひとときでした。一曲一曲に民族の歴史や、人間の深い哀しみ、希望を感じることが出来たのも、間に語られるお話しの方も大きかったと思います。平和を愛する演奏者と聴衆の一体感に酔いしれた一夜でした。

(運営委員・今崎則子)

絵手紙「結」

田結 弘明

(19)

大荒れの「政治の秋」が終わりました。日本の進む道を誤らないよう、取り返しがつかないことにならないよう、みんなの光る眼で見えていきましょう。



平和憲法を守る決意新たに

早乙女さんが特別ゲスト 北足立・平和集会

9月30日に、北足立の3支部合同で「平和集会」を開催し、30人が参加しました。北足立地域住人で作家



早乙女勝元さんの静かな語りは、脳にひびきました

の早乙女勝元さんに特別ゲストに来ていただきお話を伺いました。話の前に、聖路加病院元院長の日野原先生(当時95歳)に東京大空襲の実体験を聞いた自己作成のDVDを鑑賞しました。

早乙女さんの平和活動の原点を知ることが出来た講演となったのと同時に、参加者も平和憲法を守る決意を新たにしました。(組織部・川口幸一)

◆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4-54-1 ☎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3944-1238東京メディエール

ひとこと通信

(敬称略)

神谷 宮本房江(83)
越谷・草加の宿場めぐりを
してきました。芭蕉翁が
かつて歩いた道を。

わたしも 配ってます

悩みは手配りさん
が減っていること

東尾久8丁目
富田治男さん(70歳)

私たちの「手配り」は、
折り込み、仕分けから始ま

私は、「組合員さんの健
康に役立つニュース」とい



ります。まず手配りさんご
とに大封筒に入れて約50人
に届けます。それを各手配
りさんに配っていただくの
です。



季節の スナップ

秩父の山を従えて、青空に伸びゆくコスモス。可憐な
なかに秋の主演の気品が漂っていました。高麗川沿い
の巾着田横に残されたコスモス畑で。(高沢恵子)

◎転居及び氏名変更、お亡くなりになられた場合はご連絡ください。(組織部3913-9100)

王子 井伊幸子(68)
「憲法」を学ぶシリーズ
が始まりました。しっかり
学びたいと思います。

中十条 間所貞夫(91)

あと1ヵ月で90歳を越え
ます。残りの人生を明るく
歩むつもりです。

荒川 岡部八千代(74)
軽井沢のくぬぎ林で芝栗
を見つけ、尾花や野菊の草
原を歩き、澄みきった空
をすって楽しい旅になりま
した。

のよい香りがします。
豊五 横山きよ(69)
健診結果は異常なし、健
康一番。

新田 荒川雪江(58)

これからの長寿社会にき
ちんと追いついていける社
会保障であって欲しいで
す。

王子 中澤政子(74)

秋はクラス会や兄弟会の
計画で嬉しいです。

町屋 久道利男(70)

荒川生協診療所の新事務
長に会うのが楽しみです。
豊島 中西洋子(67)
黒部に行ってきました。

医療生協の出番です！あなたの町の班会

班名にこだわって
楽しく熱唱

浮間第1支部

矢歌真詞班(やかまし)

矢歌真詞班ができたのは
今年の2月で、班長は朝日
美枝さんです。そして毎月
1回、「だいあな」という
お店で12時〜4時まで、昼
食代込み千円で班員の歌を



聴いたり自分の好きな歌を
歌ったりします。
班の名前は朝日さんと揖
斐正吉さんと私でつけまし
た。「喧しい」をもっときれ
いな漢字に出来ないかあれ
やこれやと考えてつけまし
た。いつも8人ほどの班員
とその友達が参加します。
その中で組合員さんになっ
てくれる方もいます。

それぞれに得意な歌があ
ってその歌が流行ってい
いた頃を想い出し、話に
花が咲きます。思い切り
声をだして歌うことはと
ても身体にもいいしスト
レスの発散にもなりま
す。時々政治の不満を
ぶついたりおかしい話に
笑い転げたり楽しいひと
ときを過ごしています。
(支部長・佐藤節子)

山々の紅葉の美しさは格別
でした。

南千住 茂垣満里子(82)

今日、用事に出た時に区
役所に寄り期日前投票、雨
が冷たいが1票を無駄にし
たことはありません。

王五 田代幸子(72)

日々寒くなってきました
た。インフルエンザ予防接
種受けようと思います。

志茂 竹内敦(64)

今年は、続けて降る雨が
多く、傘の出番が多いで
す。



歴史を訪ねて
元氣ウォーキング

北足立第1支部

歴史ぶらり班

今年の4月に、フリーパ
スを利用し、東京の歴史を
見聞きして歩こうと班をつ
くりました。若い人も歓迎
です。集まる組合員さんは
元気で働いている人、地域



でボランティア活動をして
いる人もいますので、日程
を決める時が大変ですが、
楽しみに開催しています。
10月5日「赤ひげ」の舞
台となった「小石川養生
所」跡地の小石川植物園に
出かけました。関東大震災
で避難した人々を収容した
震災記念碑があり、そのと
きに使用した井戸は今でも
現存しています。

園内を秋の七草を探し
ながら散策、メンバーに
よる木々の説明案内もあ
り、いつのまにか2時間
歩いていました。全員が
1万歩以上歩いています
が、疲れることなく元氣
です。
班会には組合員でない
人もお誘いし、その中か
ら仲間が増えそうです。
(班長・山田久代)

法律相談会

無料

東京北法律事務所の協力により「法律相談会」を開催してい
ます。完全予約制です。詳細は39
27-8864(法人事務局)まで

11月15日(水) 14時~17時

場所:荒川生協ホール2階(荒川生協診療所隣り)

12月20日(水) 14時~17時

場所:かえて薬局2階会議室(江北生協診療所隣)

王子生協病院

ボランティア講習会

日時 11月30日(木) 午後1時半~4時

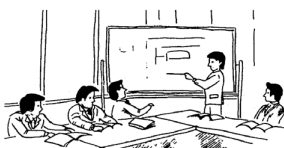
会場 王子生協病院会議室(総務課棟)

内容 「感染予防について」「救急対応について」など

※病院ボランティアと職員で行う学習会です。
※ボランティアの経験のある方、興味のある方もお待ちし
ています。

問い合わせ先

03-3912-2201
(1805) 管理室伊藤



第352回

パズル

〈ヒント〉そろそろ必要か
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。〈抽選
対象外〉

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
〈当選者〉(応募20)

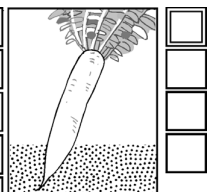
宮本房江、菊池房子、岡
部八千代、佐藤時一郎、松
本和代

正解者の中から5名様に

〈しめきり〉11月20日。



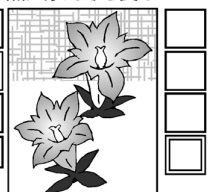
曼珠沙華ともいう



煮てもよし、おろして
魚に添えてもよし



ハロウィンに登場



秋の野山に紫の花

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 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
☎3912-2201 健康診断予約専用電話 03-3912-5181

		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
内 科	予 約	菅野	池森 【腎・高血圧】 (2:30～)	今泉 内科医 大野【心】	森岡 高島(2:50～) 大野【心】 立石【循】(3週)	高島	藤沼 春田 中村 松本	森岡 泉水 一松 神田		田 森岡 高橋(9:30～)	高浪【呼】	今泉 岸本 密山(1:3-5週) 笹島【循】 仁王【心】	村山 密山(1:3-5週) 仁王【心】		今泉(1・2・3・5週) 藤沼(1・3・5週)
	一 般	松本 山本正 打矢	森岡 平山陽	岸本 松本 漆畑	中村 伊藤	今泉 田 飯島	高圓 金山 櫻井	中村	森岡 内科医	小野 青木	森岡 西巻	星 王	笹島 森岡	金子 笹島	森岡(1・3・5週) 小池(1・3・5週) 又吉(2・4週) 笹島
家庭医診療科				重島	重島		石川	藤沼		平山陽					
小 児 乳 児 健 児 予 防 接 種		平山美 診察・予防接種		山田 診察 川島(9:30～) 乳健・予防接種	山田 診察・予防接種 4:30受付終了		山口 診察・予防接種	山口 乳健・予防接種 診察3:30～ 4:30受付終了		西村 診察・予防接種		友利 診察・予防接種			岡和田 診察・予防接種
		○													
緩和外来		○													
もの忘れ外来											○				
整形外科		西野	宮本(3:00受付終了)	篠田			谷口			整形外科医師		茂呂			整形外科医師
皮 膚 科			藤井						松下					河合	
泌尿器科				石岡								安田			
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8:45～11:30/午後1:45～4:00/夜間5:15～7:30 【心】＝心療内科、【呼】＝呼吸器内科、【循】＝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

		月		火			水		木	金			土
		午 前	午 後	午 前	午 後	夜 間	午 前	午 後	午 前	午 前	午 後	夜 間	午 前
内 科	予 約							新見【神】		伊藤			秋山
	一 部 予 約 般	大場 館取 (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							整形外科 渡会				
胃内視鏡		館取(1・3週)											館取(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

[定期往診]午後＝月・水・金

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

		月		火			水		木		金			土
		午 前	午 後	午 前	午 後	夜 間	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	夜 間	午 前
内 科		泉水 (内・小) 伊藤	菅野	泉水 (内・小) 伊沢	伊沢	伊沢 泉水 (内・小)	伊沢	伊沢	伊沢	伊沢 (2・4週)	泉水 (内・小) 伊沢	伊沢	門松 (内・小) 伊沢	泉水(1・3週) 中原(2・4週) 古池(2・4週)
	専 門		河野【整形】 (2:00～4:30)	永井【整形】 (予約)			門脇【糖】 (予約)			武井【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

		月	火	水	木	金	土
午 前	石 川 藤 田	石 川	田 辺	櫻 井	石 川 平 山	午前 (1・3週) 田辺(2・4週) 三浦(仮・月週)	
	午 後	藤 田	石 川		神 田		

[受付時間]午前8:45～12:00、午後月1:45～4:00、水金2:45～6:00

[定期往診]午前＝火・金、午後＝火・水・金

江 北 生 協 診 療 所 足立区江北2-24-1
☎3857-6636

		月	火	水	木	金	土
午 前	渡 邊 谷津【小】	渡 邊	渡 邊 萩 野 (9:30～)	渡 邊 中丸【内・小】	渡 邊	渡 邊(1・3・5週) 谷津【小】	
	午 後		渡 邊 (2・3・4・5週)		高橋【内・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

[定期訪問診療]午後＝月・金

北足立生協診療所 足立区入谷3-1-5
☎3896-9971

		月	火	水	木	金	土
午 前	渡 邊 山 田(1・2・ 4週予約)	山田(1・2・4週) 古田(予約) 渡邊(乳健)	渡邊(予約) 古 田	孫	古 田	古田(2週) 山田(1・4週) 渡邊(3週)	
	午 後	山 田	山 田	古 田(1・2・3・5週) 渡邊(4週)			
夜 間			渡 邊 山 田		佐 野 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]午前＝木(2・4週)、午後＝月・火・水(1・4週)・金

赤 羽 東 診 療 所 北区志茂4-14-2
☎3901-5201

		月	火	水	木	金	土
午 前	野 島	高 橋	高 橋	野 島	高 橋	阪阪(1・2・3・5週) 野島(4週)	
	午 後		高 橋		高 橋		

[受付時間]午前8:45～12:15、午後3:15～6:30(火・金)

[定期往診]午前＝火、午後＝月・水・金

生協浮間診療所 北区浮間3-22-1
☎3558-8361

		月	火	水	木	金	土
午 前	上 野 藤 沼	上 野 井 口	重 島 太 田	藤 沼 上 野	藤 沼 上 野 山 田	重島(1・4週) 上野(1・2週)	
	午 後	藤 沼 佐 藤	井 口	上 野 重 島	藤 沼 上 野	永田(2・4週) (午前)	
夜 間			大 西 上 野		藤 沼 重 島		

[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]午前＝月・水・木・金、午後＝月(2・4週)・火・水・金

汐 入 診 療 所 荒川区南千住8-10-3-101
☎3807-2302

		月	火	水	木	金	土
午 前	村 山	村 山 中島【整形】1・3週	伊 藤	伊 藤 高橋【小】	門松(予約) 高橋【小】	村山(1・2週) 佐野(3週) 伊藤(4週) 名知【小】	
	午 後	村山(1・3週) 郭(2・4週)	高 橋	中 丸	高 橋 (1・2・4・5週)	門 松 伊 藤	
夜 間		村山(1・2・3週) 八巻(4週)			高 橋 門松(3週)		

[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]午前＝金、午後＝月・水・金

生協王子歯科 北区豊島3-19-3
☎3927-9573

		月	火	水	木	金	土
午 前	前田 竹田 野口	前田 竹田 野口	前田 竹田	前田 竹田 野口	竹田 野口	前田 竹田 野口	
	午 後	前田 竹田 野口	前田 竹田 野口	前田 竹田 野口	前田 竹田 野口 (1・2・3週)	前田 竹田 野口	前田 竹田 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 ※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

歯ブラシ販売 11月 4日、10日、18日、28日
「特売日」 12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
王子訪問看護ステーション
十条訪問看護ステーション
ヘルパーステーションのぞみ
地域ケアセンターわかば
福祉用具サービスハピネス
居宅介護支援事業所ハピネス
グループホーム ほくとひまわりの家
荒川生協診療所通所リハビリ(デイケア)
あらかわ虹の里デイサービス
虹の訪問看護ステーション
ヘルパーステーション虹
地域ケアセンターはけた
グループホーム ほくと西尾久虹の家
居宅介護支援事業所なでしこ
訪問看護ステーションなでしこ
デイサービスセンターなでしこ
訪問看護ステーションたんぽぽ
鹿浜診療所通所リハビリ

北区豊島3-4-15 ☎ 3912-6181
北区豊島3-19-3 ☎ 5902-7156
北区中十条2-7-13 丸栄ビル一階 ☎ 5963-7720
北区豊島3-7-2 ☎ 5390-5998
北区豊島3-7-2 ☎ 5959-7875
北区豊島3-7-6 ☎ 3911-5110
北区東十条2-8-5 ☎ 5390-6024
北区西ヶ原2-24-8ツシメビル1-2階 ☎ 5980-6222
荒川区荒川4-54-5 ☎ 3802-2810
荒川区荒川4-54-5 ☎ 3802-3541
荒川区荒川4-54-5 ☎ 3803-1179
荒川区荒川4-54-5 ☎ 5850-3585
荒川区荒川4-54-5 ☎ 3805-8388
荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5855-7801
荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5855-7781
荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5855-7447
足立区新田3-26-1-101 ☎ 5390-8451
足立区新田2-4-15 ☎ 5902-7179

お知らせ

債券の新規募集は行っていません。
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。

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

夜勤看護補助者募集

資格:ヘルパー、介護福祉士、無資格者(3年以上の経験)

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 (看護師長室/佐藤、深山、平井)