

生協の現況 2018.7.1現在	
組合員	32,731人
出資金	15億6,111万円
一人平均	47,695円

2018年度増加	
組合員	249人
出資金	2,144万円



一人は万人のために万人は一人のために

2018年
(8月号)
第468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/>

笑顔のまちづくり いつでも元気いっぱい

支部が主役のまち

今年は異常な暑さでテレビでは、「外出するな、冷房をつけろ」と注意情報が流れています。そんな合間をぬって支部では、班会やイベントとともに汗を流し、地域を巻き込みながら町づくりの一役を担う活動が行われています。

東京ふれあい医療 生協卓球班と交流

ピンポン班

(北足立支部)

北足立地域の「ピンポン班」は10年前の3月に、卓球台提供のお話があったことから、旧入谷南小学校の体育館に置かせてもらい、体育館の卓球台10台も借りて、卓球を行うことにしま

した。月2回の練習から毎週1回と回数を増やし、「ピンポン班」と命名、現在に至っています。

健康チェック、準備体操の後にシングルゲーム、休憩後に男女のミックスダブルスを行います。ミックスダブルスでは笑い声が体育館に響き渡ります。班員は31人、毎回20人ぐらいが参加します。メンバー構成は50歳代から80歳代まで幅広くです。病氣治療の方



体育館の中は30人の熱気であふれていました



ただいま対戦中です

ものんびりとピンポンを楽しんでいます。

「もぐもぐタイム」のごとく休憩に差し入れをつまんだり、午前中ピンポン班で、午後はボウリング班へとはしごする人もいます。時には研修に来た医師に参加していただくこともあります。緊急時対応のマニユアルを確認し看護師長さんの指導も受けています。

今年の3月、東京都生協

感謝をこめて お好み焼き大会

ほっとカフェ

(赤羽東支部)

開設7周年を迎え、感謝の気持ちをこめて、恒例の

連の組合員活動交流会でピンポン班の活動を紹介したところ、東京ふれあい医療生協の方から、卓球班があるので、「一緒に行きませんか」との申し出があり、7月11日に旧入谷南小学校まで来ていただき、ふれあい9人、ほくと21人が参加してゲームを行いました。練習のあとに、シングルとダブルスを行いともに汗をかきました。(理事・横田敏夫)



カフェの前で談笑

「お好み焼き大会」を7月3日に開催しました。ホットプレート3台で275枚のお好み焼きを提供しました。特製のお好み焼きは、毎回好評です。

例年になく早い梅雨明けで、最高気温は32度を超えました。朝のうちから途切れることなくお客さんに

立ち寄っていただきました。小さいお子さんとお母さんのグループが4組も立ち寄ってくれたことは嬉しいことでした。もちろんカフェの常連さんにはたくさん予約に協力していただきました。

ブレーカーが落ちるのでクーラーなしでの準備は大変でしたが、新たに迎えた



スタッフはお好み焼きづくりで汗かく

運営委員さんが大きな戦力となつて、無事に終えることができました。実は、収支は赤字なのですが、これからもカフェが継続できれば大丈夫！(支部長・小林京子)

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

冒頭から冴えない話で恐縮です。この春、突然リウマチを発症しました。右手、左手の手指が腫れて指は曲がらず、痛いなんの！包丁は持てず衣服の着脱もままならない有様▼王子生協病院の主治医に紹介状をもらって、女子医大を受診。幸い薬物治療が効果を発揮して現在は痛みも軽くなり、日常生活は何とかやれるまでに回復。ヤレヤレです▼リウマチという病氣は体の中に細菌や毒素をもつ異物が入ってきたときに、本来はそれらをやっつけて体を守る免疫物質が、何らかの原因で暴走し、血管や骨関節を攻撃し傷つけてしまふ、というやっかいな病氣です▼なぜ「みんな敵だ！」とばかりに暴れるのか、なぜ女性に多いのか、原因はいまだわからないのだそうです。医師からの指導は①定期受診②薬をきちんと服用する③力ぜをひかない④ストレスを貯めない▼①と②はきちんと守っています。③も気をつけて暮らしています。問題は④です。アベさんのお陰でストレスの種が次から次へと降りそそぐ時代に生きているのですから、「貯めてはダメ」と言われてもムリ。それに、この異常な暑さ！▼海暑(じょくしょ)という暑さを表現する言葉があります。酷暑、猛暑など他にも暑さを表現する言葉はありますが、私はこの海暑という言葉がいちばんピッタリきます。ムシムシとジクジクと、怒りを含んだような暑さ。でもムリとひるんではいけない。悪政とも病氣とも、たたかってこそ、と思う今日この頃です。(小)

理事会だより 8月1日

この8月に思う
忘れてはならないこと

理事長あいさつ
今泉 貴雄



支援は、法人としても考えていきます。

平成の大事業であった地下鉄サリン事件の死刑囚に刑が執行されました。犯行に関わった人たちは、私とほぼ同じ世代であり、しかも高学歴です。刑が執行されても、この事件は忘れてはならないと思います。

戦争体験者の話

総代会から1ヶ月、いろいろなことがありました。7月初めに西日本を中心に、記録的な豪雨で大規模な水害が生じ、200人を超える方が亡くなりました。まだまだ避難所での生活を与儀なくされている大勢の方がいます。復興には様々な支援が必要です。先日、乾招雄専務理事がボランティアとして参加し、病院で報告会が開かれました。できる人的、金銭的な

8月に入りました。6日、9日の原爆投下、そして15日の終戦の日を迎えました。この戦争について、親から当時どうであったか、聞くことがありました。親は関東の田舎で、尋常小学校に通う子どもでした。空襲警報がだされ防空壕に逃げ込んだこと、近くの街が空襲にあり、夜空が赤くな

って見たこと、あと少し戦争が長引けば、親も兵隊に行ったかもしれないなどと話してくれました。終戦を迎え、73年目になります。私のように戦争を体験していなくても親から直接戦争当時の話を聞いている方は、おそらく50歳くらいまでの方になるのかな、と思います。私が医師になりたての頃には、戦争当時の状況を話してくれる方がおられました。最近では少なくなりましたが、おられます。

被爆者の方(東友会)で、他の区から毎月1回定期的に当院に通院されています。8月になると、広島での被爆のことを話されておりました。もちろん外来での1コマですので、ごくごく簡単な話です。私にとっては、被爆者が身近にいることで、貴重な経験でした。しかし、もうその話も聞くことができなくなりました。今年に入り、認知機能の低下が生じたことで、

王子生協病院への通院ができなくなり、近所の病院に切り替わってしまいました。

実体験から学ぶ

様々な災害、事件などが生じた際に、記憶を風化させないことの重要性が言われます。私たちは映像や本などのメディアを通じて、または遺物を見たりすることで記憶に留めています。そのこと以上に実際に経験された方に直接話を聞くことは大変印象に残ります。そのことを思うと、この終戦後73年の年月を経たことに直接の話を聞くことができる機会がそう長くは残されていないことを改めて考えさせられました。

そのような想いをもって今年の原水禁世界大会やピースアクションinヒロシマに参加される方も貴重な体験になるように、送り出したいと思います。

医療と介護の現場

自身の意思を伝えるということ



A氏は約8年前の事故により遷延性意識障害を患った60歳代の男性です。重度の場合は植物状態といわれる昏睡状態を呈します。受傷から長い年月、様々な働きかけで今は表情や意思を少しずつ表出できるようになってきています。

当事業所からは週2回のリハビリ、看護師で月1回の訪問をしています。かつてのA氏のコミュニケーションは、右母指の動きでYES/NOを表出してもらっていましたが、不確実なこともありました。現在、

「このように話ができる」というように会話ができている一方、私の筆談では、A氏の指先に手を添い単語を書いても取っていません。看護師の訪問回数も少ないため、私が筆談を試みることもできるのは数ヶ月に1回です。それでも少しずつですがA氏の意思が読み取れるようになってきています。

私たちは自分の意思を相手に伝えるということ、普段当たり前のように行っています。受傷から長い年月、A氏は自分の意思が表出できていない状況です。が、筆談を行うことで少しずつ自分の意思を表出できるようになりました。それは、その方らしい生活がおくれるようになるということだと思います。支援できるような日々奮闘していきたいです。

「東京ほくと医療生協65年のあゆみ」紹介

病気でなく、病人を看る、生活と労働の視点をもつ

北区豊島 油座よしや (看護師)



この仕事なら人の役に立てるかもしれない。そう思って看護師という職業を選び、長い間ほくとで働いてきました。3人の子育てをしながら、先輩同僚はもちろん、職場保育所や地域の保育園に助けられました。

1980年に出された「看護婦のおやしがるん」の本は映画化もされ、夫の協力を引き出すきっかけになりました。夜勤の無い給料の低さ、夜勤12回の過酷さ、日勤が終わらず職場で出前をとり、子どもと夕食をとった日々。どれも懐かしく、仲間がいたから出来たことだと痛感します。

私は外科病棟が長く、当時の病治療は切って治すことが主流でしたから、癌を中心とした広範囲の切除を行いました。そのことが術後の生活に影響を与えるため、看護はその影響を少なくすることに力を注ぎました。

1995年に生協浮間診療所開設に携わり、貴重な体験をしました。動けなくなった患者さんが、何年もの間、直接診察を受けていなかったのです。往診を行うことで医療管理ができ、当たり前の医療が受けられるようになりとても喜んでもらえました。

〈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



一階部分の半分まで堆積した土砂

寄せられた募金は、全日本民主医療機関連合会・日本医療福祉生活協同組合を通して現地に届けます。一部は支援ボランティアに関わる費用に使わせていただきます。

振り込み口座
三井住友銀行・神田支店
普通預金：7733589
名義：東京ほくと医療生活協同組合

振り込みの際にはお名前の前に「ポキン」と入力ください。

東京ほくと医療生協の事業所が加盟する全日本民主医療機関連合会では、8月末までの現地支援を決定しました。7月14日に乾招雄専務理事が土砂のかき出しボランティアに参加しました。

「やってもやっても終わらない」「何をやればいいのかかわからない」など避難生活のストレスが大きくなっています。引き続き職員が参加予定です。組合員の支援参加も募っています。

西日本豪雨災害支援募金の協力を願っています

◎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。

健康チャレンジコース

健康チャレンジコースから好きなコースを1つ選びましょう！
自分で目標を決める「マイチャレンジコース」もあります。

1 いきいき運動コース 週2日以上



- 30分以上の運動を続ける
- ウォーキング、ストレッチ、筋力アップに取り組む

2 すこしお(減塩)チャレンジコース 週5日以上



- 塩分1日6g未満の食事
- ソルトペーパー、塩分測定器の活用
- カリウムを多く含む野菜、果物を摂る

3 お口さわやか健康コース 週6日以上



- 1日1回よごれを落としきる歯みがき
- あいうべ体操で口元トレーニング
- 定期的にお口の健康チェック

4 血圧、体重チェックコース 週5日以上



- 定期的に血圧または体重を測定する
- 安静時血圧135/85mmHg未満を保つ

5 マイチャレンジコース 週〇日以上



- 自分で自由に目標を決めて取り組む
- 例)「禁煙に取り組む」「休肝日をつくる」など
- ※チャレンジ内容を具体的に記入しましょう

健康チャレンジ2018

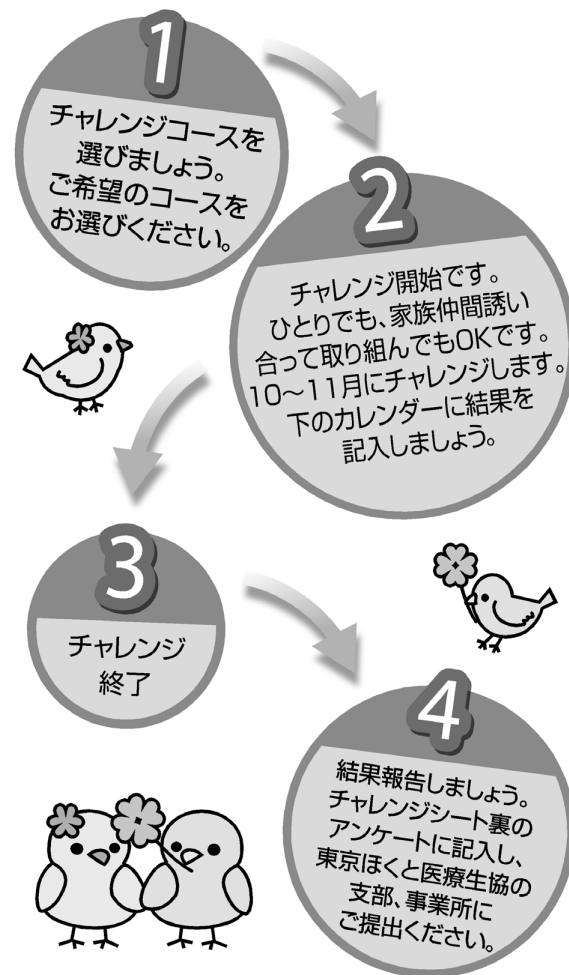
取り組み期間

2018年10月1日～11月30日

最終提出締切

2018年12月22日

健康チャレンジのとりくみ方



東京ほくと医療生活協同組合
健康づくり委員会 問い合わせ先 組織部 〒114-0003 北区豊島 3-7-1 ミオ・マール豊島 101
TEL 03-3913-9100 FAX 03-3912-9333

この紙面のカレンダーに記入してチャレンジできます
ご連絡いただければカラー刷りのチャレンジシートをお送りします

10月

チャレンジコース名

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

11月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	



熱心に聞き入る参加者

7月7日に、荒川健康づくり委員会主催で「健康づくり委員会OB会」の学習会の一環として、「ライフセラモニートラスト・一級葬祭ディレクター・結城健司氏」による「終活講座」を開催しました。

死を意識して人生を総括

関心高い「終活講座」

「終活について、最近ではテレビなどでも取り上げられたりしているのを目にしたことはあるのではないのでしょうか。中には「縁起でもない」とか、「まだ早い」「自分は関係ない」などなかなか話題にするのもどうかと思われるかもしれませんが、だからこそ「荒川健康づくり委員会」で取り上げてみました。

参加者は職員も併せて26人。参加理由としては、や

目の前の困っていることから始める「ささえあい活動」

支部長学習交流会



「さわえあいシート」で事前報告

「ひとりのぼっちじゃないで、健康に老いることのできる、くらしをまぢまぢをくろう」をテーマに7月4日、支部長学習交流会を行いました。今泉貴雄理事長、乾招雄専務理事はじめ、支部長、運営委員、理事、職員合わせて49人が参加しました。今回は組合員が日頃から行っている見守り活動や気になる事例を「ささえあいシート」で事前に報告してもらい、全国のささえあいの取り組みの学習とグループ討議をおこないました。事例報告は129件でした。

見守り活動について話し合いました。報告は129件でした。

はり「テーマに関心がある」「知識を得たい」など皆さん興味を持っての参加でした。講座は「人生の終わりのための活動。人間が自らの死を意識して人生の最後を迎えるにあたって行う様々な準備やそこに向けた総括を意味する言葉」ということで始まりました。感想は、どの方も高評価で「わかりやすくよかったです」「エンディングノートの活用についてわかった」「具体的な話が聞いて良かった」「今回の話では足りないの、次回の開催をしてほしい」などの感想が寄せられました。

(汐入診療所看護師長・鈴木良恵)

介護サービス学習会

(老後の疑問をやさしく解説)

日時 8月25日(土) 午後2時～
場所 滝野川会館2階和洋裁室

講師：居宅介護支援事業所 ハビネス・ケアマネジャー (佐藤淳子、上長根恵美子)

「すいとん」を食べながら 浮間第1・第2支部

戦中・戦後のくらしを語る

8月14日(火)12時より～
浮間虹のセンター 喫茶室「虹」

なんでも相談会

日時 8月26日(火) 午後5時～ 場所 王子駅前三角公園

弁護士、医師、看護師、医療ソーシャルワーカー、介護関係の専門家が対応します。

平和のための 北区の戦争展

日付 8月18日(土)、19日(日)
会場 北とびあ 地下展示ホール

8/18午後2時 「はだしのゲン」上映

お問い合わせは 組織部 TEL 3913-9100

認知症の方へ意識的な声かけ、食をどうしての見守りや気になる場合は地域包括支援センターへ、なかには血圧計を持つての見守り活動で診療所へ受診予約のお手伝いをしていました。また事業所からの事例で、ゴミ出し、薬の飲み忘れ、受診日・検査日忘れの方が増加し、ひとりの暮らしで交流が少なく、孤食、話し相手がない高齢患者さんが増えている実態も見えてきました。

見守り活動として患者さん、利用者さんの手助けができることはないか話し合ったところ、「班会やサロンに誘ったらどうか」「見守りで機関紙配付ルートは大事、部数を少なくしなれば見守れない」などの意見がよせられました。

学習講演として医療福祉生協連の江本淳氏から全国のささえあいの取り組み事例を紹介していただきました。有償・無償のボランティア活動や医療生協だけでなく地域の町会、社協、地域包括支援センターとのささえあいの活動も報告されました。

アドバイスをとして、ささえあい活動はシステムだけ先に作ってもうまくいかなかった。

江本 淳氏

今回の参加者からは「自分ひとりかと思っていたがこんなに多くの方が見守り活動していたことに驚いた」「班会参加が孤立の予防に役立っており、見守りにもつながっている」「患者さんが気軽に参加できるサロンがあるといい」「やっぱり支部サロンづくりが重要」「小さなことから始めよう」など感想が寄せられました。

(組織部長・佐藤章)

病院・診療所・事業所だより

夏を元気に乗り切るお楽しみ食事会

西尾久虹の家では、毎月1回「お楽しみ食事会」と称して、普段提供されない、店屋物や入所者の希望に添った食事を提供しています。お寿司や井ぶりを物を出し、この日はビールと耐ハイも少しですがお出しします。

7月はうな井です

このように入所者さんから希望を聞くのですが、いろいろと希望を出してくる女性陣とは対照的に「何でもい」が口癖な男性陣です。いつも女性陣の希望したものを男性陣が黙って食べているという感じになっています。

(施設長・古谷裕昭)

西尾久虹の家

6月は、入所者さんの「美味しいシウマイが食べたい」との希望で調理のスタッフが中華のメニューを手作りしました。シウマイ・えびちり・魚と野菜の炒め物・ふかひれスープ・くだもの豪華な食事です。昨年の夏には、手頃でおいしいヒレ肉を探し、手作り和牛ステーキを提供しました。

街づくり

王子生協病院

王子生協病院では、組合員さんを対象にお手軽に受けることのできる人間ドック『とくとくドック』を実施しています。当院で基本健診(事業所健診、生協健診、区民健診など)を実施した6ヵ月以内に限り、通常料金よりも1万円お安い料金で人間ドックを受けることができます。

カードでの支払もできて安心だよ

腹部エコー・呼吸機能・眼底検査
便潜血・血液検査に加え、
胃レントゲンまたは胃カメラ検査を実施します。

	通常料金(*1)	とくとくドック料金
胃レントゲンコース (人間ドックA)	37,800円 (税込)	27,800円 (税込)
胃内視鏡コース (人間ドックB)	42,150円 (税込)	32,150円 (税込)

(*1) 東京ほくと医療生協の組合員(出資金5口5000円以上)が対象となります。



(22)

2018年4月から就任しました緩和ケア病棟病棟長を紹介いたします。

2008年、当法人理事のご紹介を経て入職しました。外科、内科混合病棟から就業し、新病院への引越

しにも大きな力を発揮し、2014年緩和ケア病棟開設時、一般病棟から異動、看護副主任、後に看護主任として活躍します。

看護副主任業務は、後継者育成が大きな内容で、当法人は看護学校、看護大学卒業後の1年目、2年目、

3年目までを育成プログラムに基づき研修を進めています。将来の「東京ほくとが目指す看護師像」を作る土台となる重要な仕事になります。

後の主任業務は、教育を兼務することもありますが、主に師長のサポートになります。非常に多岐にわたる業務になりますが、看護の対象になる患者さん・ご家族・組合員さんへ安全

での確かなケアを提供することを、安全管理マネージャントを重点に多職種との連

消防庁から救急救命士の研修受け入れ

王子生協病院

救急救命士の方が外来に研修にきています。この研修は、症状の観察や手技の再教育目的でおこなわれています。処置室を中心に研修してもらっていますので、救急受け入れから診察、検査、入院までの流れを実際に見てもらっています。

日頃、救命士の方と接することが多い外来では、救急要請数の増加や救急隊の勤務体制、いろいろな患者さんの情報共有など、意見交換できる良い機会となっています。最近では、転送での救急車の利用を制限するよう消防庁から言われて



処置室で研修中(右)



います。救急要請数の増加で、軽症の方でも救急車を呼んでしまうことも原因の一つだそうです。当院の救急車受入数は、1ヵ月平均50件になります。病状(外科や整形の適応

と考えられる場合)や入院になりそうな患者さんでベッドが空いていないときなど、受け入れできずにやむを得ずお断りすることもあります。断らない外来づくりが課題ですが、皆さんも救急車を使うことになる前に早めの受診を心がけてください。

(外来看護師長・小野美絵)

にこやかな笑顔と大きなひとみに癒されて

王子生協病院緩和ケア病棟看護師長 大畑わかなさん

携が進めます。2018年4月、緩和ケ



左=前任の上野恵美子看護師 右=大畑わかな看護師長

ア病棟前任者の定年退職に伴いバトンが渡されました。これまでの大畑さんは、特に患者さん、家族さんから、「あー今日は大畑

さん居るのねー!」とよく声を掛けられています。このことは、日頃から、患者さん、ご家族さんとの会話を大事にし、内容をよく聴

いていることが、安心として評価されているのだと思います。看護のスキルは技術もそうですが、コミュニケーションです。にこやかな笑顔に大きなひとみで

最後にこの場をお借りして、緩和ケア病棟立ち上げからこれまでに多くの患者さん、ご家族さん、組合員さん、職員の皆さんに多大なご協力頂き、本当にありがとうございました。

王子生協病院緩和ケア病棟(前任) 上野恵美子

ドキドキ...でも最後は笑顔

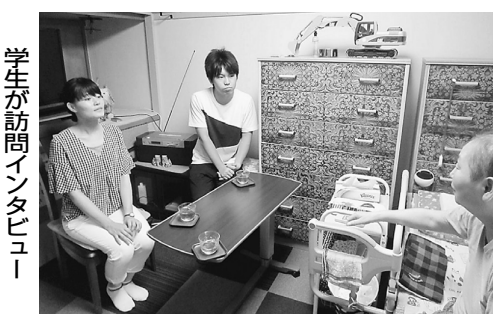
初めての在宅訪問インタビュー

異常な暑さが続く中、7月21日の看護奨学生さんの学びは「自宅やグループホーム在住の患者さん訪問インタビュー」です。2人1組で在宅医療部の看護師さんと一緒に自宅へ、訪問診療を受けながら、自宅で家族の介護や訪問看護を受け療

養されている姿を見るのは初めての経験です。緊張して言葉が出ませんが、看護師さんの巧みな会話でコミュニケーション技法も学びます。

1時間の訪問にご家族も快く看護学生を受け入れてくれました。最後に記念写真です。後日看護学生からのメッセージをつけて患者さんに渡しました。

看護学生室だより



学生が訪問インタビュー

別の3人の学生は「グループホームほくと ひまわりの家に訪問です。利用者さんから温かく歓迎され、お部屋も案内され会話が弾みます。学生は「職員の方かと思うほど案内もお話も上手」と勘違いするほど。さらにお風呂や食堂など見学。この日19才の誕生日を迎えた学生の堀田さん。職員の声かけで「ハッピーバースデー」をみんなで合唱。90歳の入所者さんの笑顔がなによりのプレゼント。この日参加した7人の学生は、病気になるっても地域に住み続けられる、訪問診療や介護関係の支えがあることを、患者さんを通じて学びました。(看護学生室・安藤和美)

すこしおレシピ (分量はきちんと計りましょう)

減塩冷やし中華 《材料 2人分》

- 中華麺.....2玉
- きゅうり.....1本
- トマト.....1/4個
- 卵.....1個
- 鶏むね肉(皮無し).....100g
- 砂糖.....小さじ1
- ★スープ
- 減塩しょうゆ.....小さじ4
- 砂糖.....小さじ4
- 酢.....大さじ4
- ごま油.....小さじ4

《作り方》

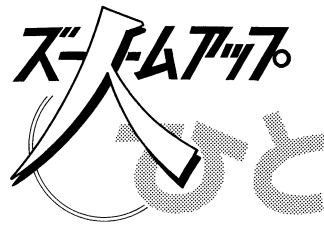
- ①鶏むね肉に砂糖をすり込む。厚みがある所は火の通りを良くするために薄く切っておく。器にのせラップをかけ、ラップに穴を数か所あける。



- ②電子レンジに5分ほど(500w位)かける。(火の通りが確認できればOK)粗熱をとり、手でほぐす。
- ③卵を鍋に入れ、水を卵がかぶる位入れる。10~14分ほど好みの固さにゆでる。ゆで上がったたら冷水にとり、殻をむく。半分に切る。
- ④きゅうりを千切りにする。
- ⑤トマトをくし切りにする。
- ⑥鍋にたっぷりのお湯を沸騰させ、中華麺を3分ゆでる。ゆで上がったたらざるにあげる。氷水にとってよく冷やし、冷えたら水気をきっておく。器に麺を盛り付ける。
- ⑦鶏肉、卵、きゅうり、トマトをトッピングする。
- ⑧★スープの材料を小皿にとって合わせる。⑥にかけて、完成。

◎すこしおポイント

ロースハムや錦糸卵などは塩分が含まれているので、具で減塩の工夫をしましょう。中華麺にも塩分が含まれます。(茹でた麺1食分で約0.4g)スープは出汁で割って作ることもありますが、その分塩気が薄まってしまうので、更に醤油や塩を足してしまいがち。少量の減塩スープでもおいしく食べられます。



山家和子さん手書きの地図をたよりに荒川区西日暮里のお宅をお尋ねしました。

お生まれは埼玉県の深谷。障がい児教育に携わりたくて保育学校に行きました。というのも、ご実家がブロックや土管の製造をおこなっていて、住み込みで働く障がいを持った人を見てそう思っていたからです。

しかし希望がかなわず、入間市の保育園に就職しました。その頃は子どもをいつでも預かるように住み込みでした。入間市はお茶の産地。茶摘みの頃は朝6時から開園、日曜日も開園しました。

子どもたちを見守る眼に「平和」への想い

荒川区西日暮里 山家 和子さん(85歳)

昭和30年頃、とんとん景気が良くなっていく時期で、保育園も次々にできました。新園の鳩ヶ谷、東京北区の豊島、結婚して住んでいた荒川に異動しました。東京に移ってからは20年以上上園長さんをしてこ

ろ必要条件です。それぞれの園での子どものつながりが今でも続いています。自身の保育園時



山家 和子さん(85歳)

代が長かったからと、男の子で保育士になっている子がいました。西尾久のときにイランから来た子どもがいて滑り台の上から大きな声で名前を呼びながら「イランまで聞こえるかな」と言ったときの感動、与野までザリガニ取りに行ったこと、ピーマン嫌いの子のためにピーマンを植えて好きにさせてしまったことなど、話しながらちよっと涙が...

なんでも相談会だより

毎月第4火曜、午後5時 王子駅前三角公園で実施

障がい者がささえる家庭生活保護基準切り下げの影響ここにも

「駒込病院への行き方を教えてほしい」というAさん(荒川区在住30代女性)でしたが、じっくり聞いてみると生活相談でした。Aさんは母親と二人暮らしですが、ご自身は愛の手帳(知的障がい者)を持っている方です。お母さんも難病のパーキンソン病療養中で、通所リハビリにも通



「ひとりで悩まないで」の声かけで和らぎます

て満足な相談は得られずに帰されたそうです。相談員の生活と健康を守る会の片岡さんはその場で計算して、お母さんの年金が約8万円と合わせると生活保護基準とほとんど同じという結果でした。収入面で生活保護を受給できないのは、生活保護の基準が低すぎるのが問題です。真夏の工場で汗びっしょりになって働く障がい者がささえる家庭、本当に大変だと思えます。守る会の片岡さんの「一人で悩まないで」の声掛けにAさんの表情は少し和らいだとのこと。荒川区の守る会と協力して面接を進めることにしています。(組織部・森松伸治)

絵手紙

北区堀船 早坂充子

新聞ちぎり絵

増資行動後、皆で昼食中に愛媛県西予市の川沿いに住む妹から電話、「濁流で床上浸水、大変!」。無事を確認したのは2日後。日ごと増す広域の惨状に胸が痛む。「想定外」で終わらせてはならない。



虹の箱

事業所利用委員会

「来てよかった」といえる診療所に

荒川生協診療所事業所利用委員会

当診の委員会は、毎月第3木曜日の午後7時から開催です。それまでに虹の箱の投書の確認をして、あれば事務長に渡して委員会で討議にかけられます。投書は多い時には3通の時もあり、職員の接遇、会計時間、

設備の問題等々書かれています。それを所長、師長、事務長、介護職員、理事、地域4支部の組合員が皆で検討して、個人名があれば個人にも結果を返しています。他に委員会では診療所の



泉水所長も参加しての委員会

経営の検討もしていて、毎月の経営状況の報告がされて、私たち組合員も経営向上のために何か必要かと真剣に討議しています。また当委員会には介護職員も参加していて介護事業所の報告も受けています。普段診療所と縁のない人にも診療所を知ってもらおう機会になればと、委員会主催で診療所を使つての音楽会など楽しい行事を行っています。職員皆が親切をモットーとして具合の悪い人が来て良かったと言える様にするのが委員会の仕事だと思っています。(西日暮里支部利用委員 芝崎用平)

◆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4-54-1 ☎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)

浮間 吉田勝彦(54)
浮間第一支部の運営委員
になりました。
浦和区 狭間みなみ(23)

わたしも配っています

北区の坂のある
地域での配付

赤羽西2丁目

佐田八重子さん

私の住む赤羽西地域は、
非常に坂道と階段が多いと

理由は、前任者が健康上の
理由でできなくなった地域
を引き継ぐ形で、2016

◎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)

り切りです。

王子 橋本幸男

母親がお世話になり、看
取りをしていただき感謝で
す。忘れません。

伊興 日本章子

ホオズキの色が連日の暑
さをさらに感じさせます。

年4月から機関紙の配付を
始めました。

いつも、赤羽西支部主催
のお茶会のと折り込みを
し、帰りに電動自転車で、
赤羽駅南口から真正寺坂付
近まで配るようになっていま
す。

西新井本町 松本友子

7月号の高砂部屋からお
客様「数日後の感想、みな
覚えていませんでした」が
おかしかったです。

伊興 岩田春江(67)

突然の災害で急に「避難
して」と言われても、場所
を指定して言ってほしい。

王五 田代幸子(73)

酷暑の中で仕事をしてい
る方、熱中症にお気を付け
ください。

王子本町 小山由美子

主人が7ヵ月入院させて
いただき、退院後自宅で頑
張っています。

町屋 久道和男(71)

原発は地球に生きる者と
共存することはない。
浮間 新谷好子(69)

伊興 岩田春江(67)

突然の災害で急に「避難
して」と言われても、場所
を指定して言ってほしい。

王五 井伊幸子(68)

双子の孫とランドセルを
見に。無事注文も完了し
安心。

豊五 横山きよ(70)

熱中症に気を付けて。
豊島 中西洋子(67)

アの花が次から次へと花を
咲かせています。

東十条 遠藤久美子(64)

西日本の大雨被害に心が
痛みます。

舎人 北原和子

次々と生るトマトを子ど
もが畑で食べています。

西新井本町 齊藤直江

今年の夏は暑く、寝られ
ない夜が続いています。

新田 荒川雪江(59)

孫の成長は早く、4歳で
自動販売機のボタンに手が
届くようになりました。

医療生協の出番です！あなたの町の班会

みんなの願いです。

(理事・板屋キミ)

ハーモニカ演奏で15

曲のうたごえが響く

豊五団地支部

ハーモニカ豊五班

30年以上活動していま
す。その間には班員が亡く
なったり、施設入所などで
少しずつ減ってきていま
す。若い方がいないのが悩
みです。荒川7丁目の都営
住宅を仲道アパートと呼
び、その組合員でつくる

静から動へと歌を取り入れ
た班会を2015年4月に
発足しました。2016年
に年金者組合東京北区ハ
モニカクラブの方々に、伴

一人であるよりみんな
とおしゃべりに笑顔

荒川町支部

仲道班



今年で59回目を迎える「いたばし花火大会」。荒川をはさんで両岸の板橋区と埼玉県戸田市で同時開催される。合わせて約1万2000発の花火が打ち上げられる。(中澤義則)

季節の スナップ



来た順に血圧と体脂肪チェック

一段落したところで、お
茶しながら政治のことに話
題沸騰、オスプレイを買う
よりも医療と福祉に税金を
使い、安心して暮らせるよ
うにしてほしいというのが



アットホームでリラックスして

曲は愛唱歌、懐かしい
曲、季節を織り込んだ曲な
ど心配りをしていただいで
います。15曲をハーモニカ
演奏することは大変な体力
だと思えます。自然に拍手
が出ます。終わると、コー
ヒーとお菓子で歓談、一番
にぎやかなひと時です。
(班長・春日南海子)

行き一安心。

新田 匿名(28)

この時期、お弁当にすご
く気を付けています。

昭和町 岡本敦子(70)

機関紙の配達の日がバラ
バラですね。月初めであつ
たり20日過ぎであったり。

大変申し訳ありません。

地域組合員さんの手配りで
行っているため、個々の都
合の良い日に配達していま
す。できるだけ早く配付す
るよう努めます。

(編集委員会)

第361回 パズル

〈ヒント〉8月6日この地
に原爆が落とされた

〈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
東京ほくとホームページか
ら応募できます。

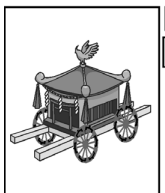
〈締めきり〉8月25日。



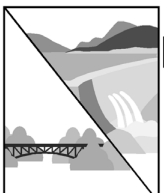
海の中の鳥居が有名



太陽に向かって咲く花



お祭りに引く



富山県にあるダム、
関西の電力を発電

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。〈抽選
対象外〉

〈前回の答え〉オリヒメ
(当選者) (応募22)

小山由美子、松本友子、
岡本敦子、新谷好子、永尾
靖子

法律相談会

無料

8月22日(水) 午後2時~5時
場所:荒川生協診療所2階面談室

9月19日(水) 午後2時~5時
場所:かえで薬局2階会議室(江北生協診療所隣)

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3927-8864(法人事務局)まで

外来診療体制のご案内

8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
3912-2201 健康診断予約専用電話 03-3912-5181

実施予防接種は、病院・各診療所にお問い合わせ下さい

Table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金, 土) and times (午前, 午後, 夜間). Rows include various medical departments like 内科, 家庭医診療科, 小児科, etc.

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

Table with columns for days of the week and times. Rows include 内科, 専門, 胃内視鏡.

(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

生協王子歯科

北区豊島3-19-3 3927-9573

Table with columns for days of the week and times. Rows include 午前, 午後, 夜間.

(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

荒川生協診療所

荒川区荒川4-54-5 3802-2601

Table with columns for days of the week and times. Rows include 内科, 専門.

(受付時間)午前8:30~12:15 午後1:30~4:00 夜間5:00~7:30 認知症予防外来(1・3・5週土曜・予約制)
(定期往診)午後=月・火・水・木(2・4週)・金

鹿浜診療所

足立区新田2-4-15 3912-8491

Table with columns for days of the week and times. Rows include 午前, 午後.

(受付時間)午前8:45~12:00、午後3:00~6:00
(定期往診)午前=金、午後=火・水

赤羽東診療所

北区志茂4-14-2 3901-5201

Table with columns for days of the week and times. Rows include 午前, 午後.

(受付時間)午前8:45~12:15

江北生協診療所

足立区江北2-24-1 3857-6636

Table with columns for days of the week and times. Rows include 午前, 午後, 夜間.

(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

生協浮間診療所

北区浮間3-22-1 3558-8361

Table with columns for days of the week and times. Rows include 午前, 午後, 夜間.

(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、午後=月・火・水・金

北足立生協診療所

足立区入谷3-1-5 3896-9971

Table with columns for days of the week and times. Rows include 午前, 午後, 夜間.

(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・木・金

汐入診療所

荒川区南千住8-10-3-101 3807-2302

Table with columns for days of the week and times. Rows include 午前, 午後, 夜間.

(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

歯ブラシ販売 8月3日、8日、18日、23日、28日
「特売日」 9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
都市型軽費老人ホームほくと西尾久虹の家
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ぼぼ
鹿浜診療所通所リハビリ

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。

看護補助者募集
資格:ヘルパー、介護福祉士、無資格者(経験あり)
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。
電話連絡の上、履歴書をご持参下さい
資格:正看護師
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
王子生協病院 電話 03-3912-2201 (看護師長室/佐藤、深山、平井)