

生協の現況 2018.9.1現在	
組合員	32,557人
出資金	15億5,538万円
一人平均	47,774円

2018年度増加	
組合員	473人
出資金	3,992万円



一人は万人のために万人は一人のために

2018年
(10月号)
第470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/

みんなが安心して生活できる街づくり

地域の居場所・つながりの場に「オレンジカフェ」オープン

認知症の方と家族を支援

2015年の認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）の一つに、「認知症など高齢者にやさしい地域づくり」というのがあり、その中で自治体での「オレンジカフェ」の開設を促しています。「オレンジカフェ」とは、認知症について情報を共有し理解し合う場、認知症初期の適切な助言と支援につながる場として、認知症の方と家族の支援を目的としています。

「さくらカフェ」

北区では現在24か所でオレンジカフェが行われています。



みんなで元気よく体操（王子生協病院）

習や、公園を散歩したり、組合員さんの協力で季節に合わせた折り紙を貼って一つの作品を完成させたりしています。最近では、ハーモニカと共に参加者全員で合唱するのが定番となっています。参加される方は、ご夫婦



王子生協病院の「さくらカフェ」

ます。内2カ所で会場提供や看護師参加で東京ほくとが関わっています。

王子生協病院のメモリー外来（もの忘れ外来）に通院中の方やご家族から、軽度認知症の方で介護サービスを使えない方や、介護をするご家族が話し合える場がないという話をよく聞き、外来を行っている今泉貴雄医師の発案で「さくらカフェ」が2014年に発足しました。

病院の高齢者ケア委員会を主体に、カフェでは組合員ボランティアさんの協力の元、認知症についての学習や、公園を散歩したり、組合員さんの協力で季節に合わせた折り紙を貼って一つの作品を完成させたりしています。最近では、ハーモニカと共に参加者全員で合唱するのが定番となっています。

や親子で来られる方、ご本人一人での参加、ご家族だけの参加と様々ですが、

皆さん表情も豊かで、楽しそうに参加していただいています。ご家族同士の交流では、ご自身の経験や悩みについて話され、ご家族同士の会話の中からヒントをみつけてもらえるようにしています。

カフェをきっかけに、介護サービスの導入に至った方、普段家では見られない夫の元気な歌声を聞いて喜ばれる奥さんいらっしゃいました。病状の進行などから、具体的に介護サービスなどが必要と判断した場合はご家族の了承を得たうえで、医療相談員を通じて地域の高齢者あんしん（地域包括支援）センターにご



荒川生協診療所の泉水信一郎所長も参加者と楽しそう

紹介することもあります。今回北区のオレンジカフェに登録し、「さくらカフェ」として毎月開催することになりました。（王子生協病院認知症看護認定看護師・千葉幸子）

「オレンジカフェ」

荒川生協診療所の患者さんには認知症の方も多いため、お気軽に相談できる安全な場所が少なく、当事者や家族が孤立してしまっている実態があるのではないかと考え、そういった声にこたえられる場として、

9月15日（土）、診療所3階のリハビリ室にて、第一回目の「オレンジカフェ」を開催しました。

初めての取り組みということもあり、不安もありましたが、24人の方が参加くださり、大盛況でした。運営では、地域包括支援センターの保健師さん、荒川地区認知症キャラバンメイトの皆さんの心強い支援をいただくことができました。



転ばん体操のメンバーも参加

荒川区では初めての医療機関併設型カフェとして、行政でも注目されているようです。（荒川生協診療所事務局長・佐藤直史）

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

去年の10月頃、北朝鮮による長距離核ミサイルの連続発射により東アジアはもとより世界中が核による戦争の危機で重苦しい空気に包まれていたところ、本年4月27日、突然、韓国と北朝鮮による首脳会談が停戦中の板門店で行われ「戦争の脅威を解消するために共同で努力」現在の停戦状態を終息させるなどの共同宣言が出された。これに続いて6月12日には、シンガポールでアメリカと北朝鮮の首脳会談が行われ「朝鮮とアメリカは恒久的な平和体制を構築する」「朝鮮半島の完全な非核化を確保する」などの共同声明が発表された。この2つの文書によって世界中は驚いたり、そんなことは信じられないという疑問も出された。しかし、65年間も戦争状況にある朝鮮で戦争が終結し非核化が実現すれば、かつてない平和への道のりを歩むという声も強まってきた。これらは、現実までには、いろいろな曲折、段階を経なければならぬが、東アジアから世界平和への窓が開かれる歴史的意義をもつものとして前向きな世界の人々の声と運動の高まりこそが、きわめて大切な力となっていると言えよう。我が日本は、この朝鮮戦争突入2年目にアメリカと日米安保条約を結び、対米従属路線が強められ、米軍が日本に駐留する根拠にもなっているが、その必要性の根本も問われている。新しい平和の流れをみんなまで切り開くときだ。（大）

理事会だより 9月22日

自然災害には逆らえないが、人的要素はできるだけ避ける努力を

理事長あいさつ

今泉 貴雄

9月は防災月間

今年には自然災害が多い年だ... 大阪の出来事だけでも、大阪の地震があったなと思っ...

また日本は東日本大震災以降、地震の活発な時期に入っていること... 後首都圏での直下型地震も懸念されております...

この言葉を、皆さんはどのように解釈されますか？ 実際に災害に遭われて苦しんでいる方々が受け取る...

を認識して来るべき災害に備えていかなければならぬ... と思います。



せうの集会で講演する今泉理事長(9月22日)

西日本豪雨災害募金のご協力ありがとうございました... 9月末で48万976円のご協力をいただきました。

引き続きではありますが、北海道胆振東部地震義援金のご協力をお願いします... 振込み口座 三井住友銀行・神田支店

振込みの際にはお名前の前に「ポキン」と入力ください... 北海道民医連の職員は、現場での医療介護を守り、避難所訪問など地域住民の困難に寄り添い奮闘しています。

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。

良寛説法

ところで江戸時代の禅僧で、皆さんが名前を聞いたことのある方がいます...

私たちは、自然災害が発生することは逆らえないことであること... 災害には人的要素が多々あることを認識することが必要です...

災害には人的要素がある... 私たちは、自然災害が発生することは逆らえないことであること...

人的要素がある

私たちは、自然災害が発生することは逆らえないことであること...

災害には人的要素がある... 私たちは、自然災害が発生することは逆らえないことであること...

《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89人、脱退133人、出資金増資669万円、増資者1087人...

②8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、医師部報告。④医療福祉生協連、民医連関連報告。⑤HPHフェスティバル実行委員会報告。⑥都内での風疹発生について。⑦北海道胆振東部地震義援金募集。

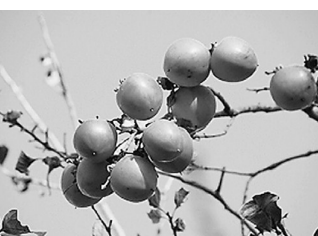
組合

振込みの際にはお名前の前に「ポキン」と入力ください。

王子生協病院緩和ケア病棟家族室利用料改定の件を確認した。

医療と介護の現場

患者さんとの時間の共有で在宅生活の準備をすすめる



回復期リハビリテーション病棟の専任相談員になったから1年が経ちました。担当した当初は、ご本人が回復していくなかでどのような関わりが必要なのか、いつ社会資源の情報提供をしていくのかなど戸惑うことや、支援方法に悩むことが多かったです。

回復期リハビリテーション病棟で患者さんと関わり、入院前のご退院後にもやりたいたいことなど、患者さん本人と話をする時間が比較的多く取れることに気が付き、今まで担当していた

中でも、入院当初は、寝たきりで、食事も口から食べられず、経鼻栄養をしていた方が、リハビリを行い、歩行できるようになりました。他にも、入院中の患者さんには、身体的な回復と合わせて、在宅での環境調整

「東京ほくと医療生協65年のあゆみ」紹介の先駆けとして

王子生協病院リハビリ課 理学療法士 渡辺 幸彦



はじめに、是非「東京ほくと医療生協65年のあゆみ」をご購読ください。リハビリテーション(以下リハ)に関連する部分は松本朋之くん(18歳)の植物状態からの生還P169、セラピストの活動P175です。ほくとのリハがどう発展してきたのか、原点は何なのかを知ることができます。

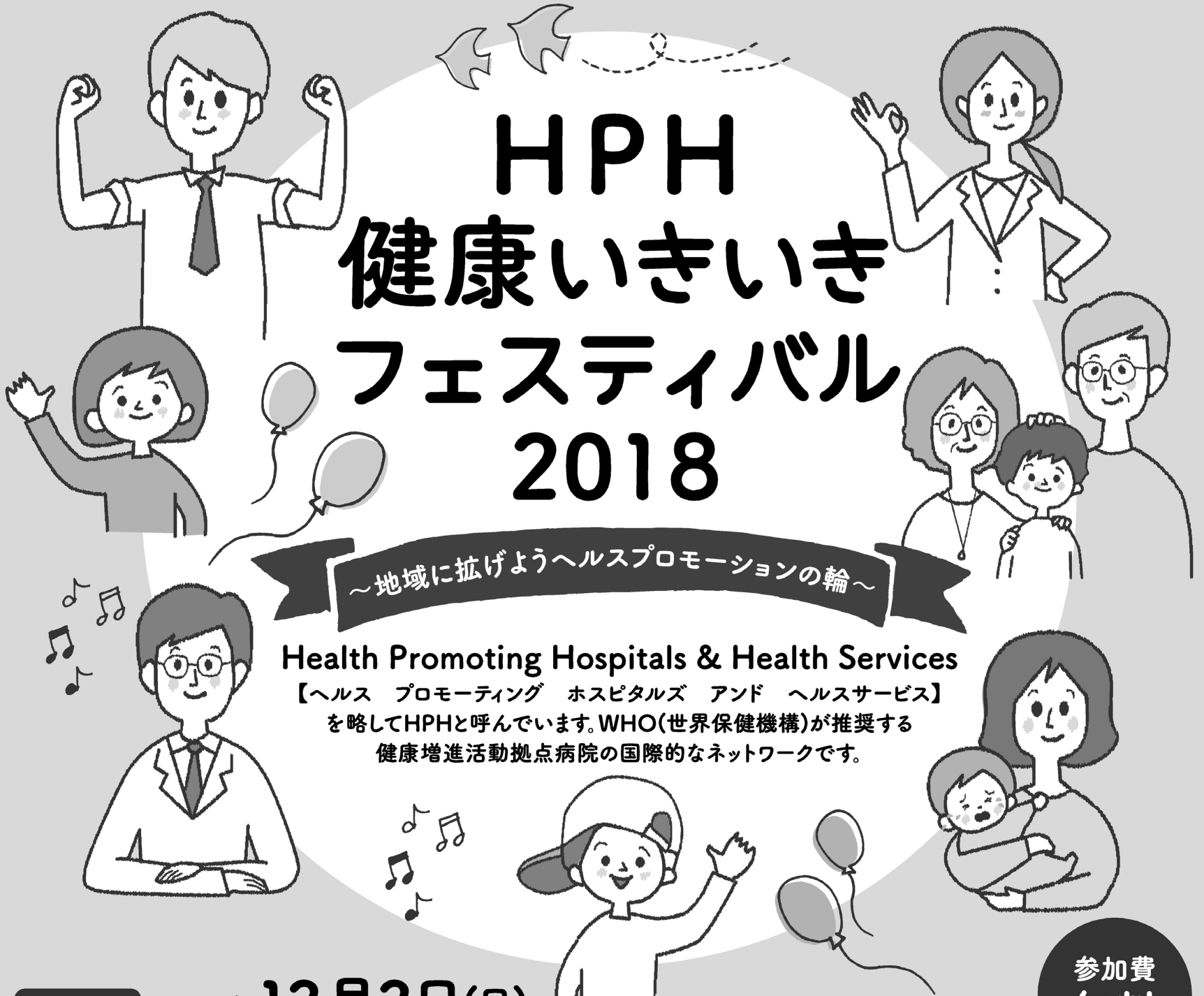
私は1990年東京北部医療生協に理学療法士として入職しました。90年代は医療技術の飛躍的な発展と「脳死」等の倫理や患者の権利、臓器別診療と総合的診療「家庭医」の必要性が議論された時期だと思えます。リハ分野はまだ、始まったばかりで理学療法士(P.T)は常勤3人、作業療法士(O.T)2人、非常勤2人、言語聴覚士(S.T)はいませんでした。みんな20代でした。

当時のリハは温泉地の病院で行うものでした。住まいに近い病院でリハを行います。在宅設定して帰すべきだと言う議論が始まったころでした。「地域リハビリテーション」が始まった頃だと思えます。王子生協病院はその先駆けとしてリハの充実に力を入れました。1990年、訪問リハに診療報酬が認められ、その年から訪問リハを開始しました。

現在ほくと全体でセラピストは、60人を超える集団になりました(常勤P.T41人、O.T12人、S.T8人、2018年9月現在)。この本はその時々のトピックスと出来事が時系列に記載されています。ほくとの歴史を知るとともに、この地域の変貌を知ることが出来ます。また、これからどう変わっていくのか変えていくのかを考えるのにヒントを与えてくれる一冊です。

〈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



HPH 健康いきいき フェスティバル 2018

～地域に広げようヘルスプロモーションの輪～

Health Promoting Hospitals & Health Services

【ヘルス プロモーティング ホスピタルズ アンド ヘルスサービス】
を略してHPHと呼んでいます。WHO(世界保健機構)が推奨する
健康増進活動拠点病院の国際的なネットワークです。

参加費
無料

開催日時 2018年 **12月2日(日)**
午前10時30分～午後2時30分

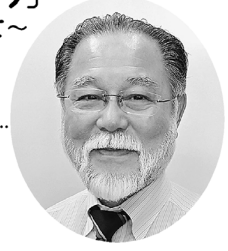
会場 **練馬区立Coconeri 3階 ココネリホール・産業イベントコーナー・研修室**
▶西武池袋線・都営大江戸線「練馬駅」北口から徒歩1分

● 集会内容 ● コーナーごとに同時進行します。開会・閉会集会あります。

① 学習ひろば (研修室)

● 記念講演 「ヘルスプロモーションの視点からのまちづくり」 11:10~12:10
～一人ひとりが健康づくりを楽しむHPH推進のまちづくりをめざして～

講演者 島内憲夫先生
順天堂大学国際教養学部副部長・特任教授



● 講演「小児の現場から 予防接種から見える子どもの健康」
講演者 篠田格先生 小豆沢病院院長 12:50~13:50

② 健康チェックひろば (産業イベントコーナー)

骨密度・足指力・握力・
脳年齢・血圧・
歯科チェック・
総合判定 **無料**

③ 交流ひろば (ココネリホール)

ステージ企画 ▶ みんなで歌おう・脳いきいき体操・認知症劇・笑いヨガ・スクエアステップ・吹き矢



④ 居場所紹介 (サロン紹介)

手作りパン・お菓子・飲み物も販売 / ポスター展示

⑤ 子どもひろば (ココネリホール)

カーレット(卓上カーリング)・折り紙・段ボール組立アート・バルーン・体操と歌・人形劇

10月~11月は「生協強化月間」

医療生協に加入いただける方をご紹介します

事業所や支部の活動を紹介しながら地域訪問

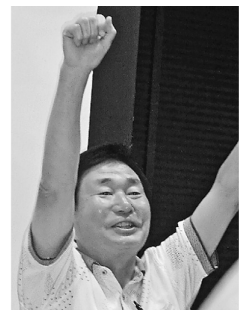
「ササエあい」のちか
らで、健康に老いることの
できる、くらしとまちをつ
くろう」をテーマに9月2
日せくの集会に13
1人が参加しまし
た。今年は2人の先
生が特別講演を行な
いました。

高年齢者の調査を行った資料
をもとに、さらに丁目ごと
の分析をすすめ、SDHの
視点から地域の活動を進め
ていこうと訴えがありまし
た。

く、そのために次世代を見
すえた仲間増やしに取り組
もうと呼びかけがされまし
た。



荒井支部長のリードでストレッチ体操



豊島5・6丁目支部
荒井毅支部長



特別講演を行なった
平山陽子医師

今泉貴雄理事長からはご
自身の食生活も交えたすこ
しおの話や人生100年を
考えた健康づくりが大切な
こと、そしてこの地域で未
永く生活し続けるために健
康なまちづくりをしてい
たい。

組合員と職員からは豊島
5・6丁目支部の荒井毅支
部長の呼びかけで全員でス
トレッチをしたあと、オー
トロックの大きなマンショ
ンでは組合員さんとのつな
がりがつくりづらく、今回
マンションの訪問をするこ
とが報告されました。

院4階病棟の
大畑わかかな
看護師からは
病院の加入1
00%デーの

実施や文閲に今泉院長の加
入パネル展示を実施するこ
と、緩和ケア病棟の紹介と
合わせ100%加入のため
の病室訪問の取り組みが報
告されました。

**仲間増やしの目
標は1600人**

今年の生協強化月間は10
月~11月に仲間増やし(生
協加入)1600人(年間
目標の80%)が目標です。
期間中は訪問行動を行な
い、事業所ごとに「公開学
習会」の開催、組合員宅に
掲示板の設置などを行ない
ます。

目標達成に向け組合員、
職員共に協力しい頑張り
ましょう。

(組織部長・佐藤章)

福祉たすけあいまつり おいしい昼食とうたごえが 響く「サロン」の活動交流

福祉たすけあいまつりが
8月31日飛鳥ホールで開催
されました。各支部で行わ
れている「サロン」活動の
紹介と交流の場として取り
組まれました。当日は会場
設営を9時から始め、ホー
ルに机とイスが並べられる
頃には、すでにロビーに出
足早く、手づくり品や雑貨
などが持ち込まれ、配置図
を確認して品物が広げられ
ていきました。手づくり
品、リサイクル品などが中
心になり、地域によっては
もっと並べるスペースをと
る声もありました。



雑貨を求めてにぎわうフロア

食事については、昨年同
様に五目ちらし、赤飯、サ
ンドイッチなどを中心に工
夫がみられ、黒ニンニク、中
華ちまきなど人気でした。
朝早くから準備された方、
当日参加できないけれど事
前に協力していただいた方
など苦労されたようです。
午前11時はまつりの始ま
ります。あっちこっちで交
流と昼食を買い求める人、



飛び入り登場の南京玉すだれ

当日は気温34度の暑さで
会場設置の自動販売機のお
茶は売り切れたとか。熱い
お茶も用意し利用いただき
ました。来年また元気でお
会いしましょう。
(理事・石川久美子)

北区戦跡めぐり

平和をかみしめた一日

身近な生活の場に戦争の痕跡

社保平和学校の第二回目
として北区戦跡めぐりを9
月16日に行いました。19人
の参加者が北区の戦跡をめぐり、今改めて「平和が一
番大事」という想いを確認
し合う貴重な機会となりま
した。

かつて北区には多くの軍
事施設(武器や弾丸、火薬
等を造る兵器工場)があり
ました。その面積を合計す
ると区の面積の1割にもあ
り、この割合は23区で最
も高いものとなっていま
す。こうした施設跡を現在
でも区内各所で確認するこ
とが出来ます。

飛鳥山公園の平和の女神
像から出発し、火薬を造る
のに用いられていた石板が
忠魂碑として残る四本木稻
荷神社、戦前は陸軍の兵器
工場であり、戦後はベトナム
戦争時に米軍の野戦病院
(キャンプ王子)として使
用された中央公園文化セン
ター、弾丸を造るのに使用



黒川さんの話を聞く参加者

北とびあ、軍
の物資を運ぶ
水路であった
豊島ドックを
埋め立てて造
られた豊島公
園までを半日
かけてめぐる
コースです。
区民の生涯
学習の場とし
て利用されて
いる中央公園
文化センター
は、戦後も占



北区中央図書館に残されている当時のレンガ壁

領軍に接収され米軍の施設
として、昭和46年に返還さ
れるまで保安司令部、極東
地区局、野戦病院等様々な
用途で使用されました。野
戦病院にはベトナムから多
くの傷病兵が搬送されたた
め、マラリアなどの感染を

恐れ、敷地に近づかないよ
うに大人から言われていた
と、当時の様子を参加者の
方が話されていました。
戦跡となっている軍事施
設の多くが現在では緑豊か
な公園となり、区民の憩い
の場となっていることが戦
後日本の平和を象徴してい
るように感じました。
戦後に生まれた世代にと
って戦争は本や映画の中で
知ることが多いですが、戦
争の記録である戦跡は身近
にあり、これらに触れるこ
とで平和について考えるき
っかけにしてほしいと、今
回案内して頂いた地域資料
専門員の黒川徳男さんがお
っしゃっていました。
(組織部・山崎 建)

小児科の常勤となりました

よるしくお願いいたします

王子生協病院小児科 医師 平山 美香

得意分野は小児アレルギー疾患です

みなさん、こんにちは。今月より小児科の常勤となりました平山美香と申します。当院では昨年の4月より月曜の外来を担当しているのですが、私の事をご存知の方も多いと思います。私は小児科専門医、アレルギー専門医の資格を取っていますので、小児科

一般に加え、食物アレルギー、気管支喘息、アトピー性皮膚炎などの小児アレルギー疾患を得意分野として扱っています。

＊ ＊ ＊

卒業後は大学病院などで小児科研修を行い、小児科専門医の資格を取得後、子育てをしながら一般小児科医として働くのは勤務していません。約10年前に食物アレルギーで有名な県

＊ ＊ ＊

当科でも今年10月以降は一般小児科外来に加え、完全予約制でアレルギー外来、食物経口負荷試験外来も設置しました。アレルギー外来では子どものアレルギー

＊ ＊ ＊

来に加えアレルギー外来も担当してまいりました。食物経口負荷試験については、外来、半日入院を併せて数百症例の担当をした経験もあります。

＊ ＊ ＊

食物経口負荷試験は、食物アレルギーが確定しているか疑われる場合に、病院内で食べてみて症状が誘発されるか確認する検査です。

＊ ＊ ＊

一般診療、アレルギー診療に関する今までの臨床経験のみならず子育ての経験も生かし、お子さん、ご家族のお気持ちに寄り添った診療をしていきたいと思っております。今後ともどうぞよろしくお願いたします。



立病院のアレルギー科で2年間アレルギー研修をして以来、小児科での一般外来に加えアレルギー外来も担当してまいりました。食物経口負荷試験については、外来、半日入院を併せて数百症例の担当をした経験もあります。

アレルギー全般を診ます。アトピー性皮膚炎に対してはスキンケア指導、悪化要因除去、外用療法の指導などを行います。アレルギー研修をした県立病院では、(主に乳幼児での)重症アトピー性皮膚炎の入院も取り扱ってまいりましたが、2週間後にはツルツルの皮膚に戻って退院していく様子を見て、石鹸の使い方も含めた体の洗い方、薬の塗り方の指導、湿疹の程度に合った外用薬の重要性を実感しています。

呼吸機能検査も追加します。治療は日本小児アレルギー学会のガイドラインを基本として、お子さんごとに決定していきます。

では、過去の症状や血液検査は参考にはなりません。実際に食べてみないと分からない事が多くあります。外来負荷試験の適応があるかどうかは、アレルギー外来受診後に判断します。食物アレルギーが確定しているか疑われる場合に、病院内で食べてみて症状が誘発されるか確認する検査です。

もう接種しましたか？ 肺炎球菌ワクチン

高齢者肺炎球菌ワクチンの補助期間が2019年3月で終了します

現在の日本人の死因の第3位は肺炎です。肺炎を起こす病原微生物の中で最も多いのが肺炎球菌です。日本人成人の10人に1人は鼻やのどに住みついているのですが、肺炎球菌は体内に侵入しても、脾臓(ひそ)

なるリスクも高くなるといわれています。肺炎球菌ワクチンは脾臓の免疫細胞にたたらきかけ、抗体が常に血液中に出ている状態にし、肺炎球菌が侵入したら退治してくれます。

肺炎が重症化しやすい高齢者や持病がある人は、予防のために肺炎球菌ワクチンの接種をお勧めします。

高齢者肺炎球菌予防接種は2014年10月から国の予防接種法により開始され、期間は2019年3月

な問題ありません。ところが高齢になると脾臓が縮小し、免疫細胞が減ってしまうため肺炎球菌に

必要があります。いつ接種するのがよいかなどかかります。医師とよく相談したうえで接種するようにしましょう。(保健師・高橋朋子)

「23価ワクチン」と「13価ワクチン」の2種類あり、前者が高齢者の公費助成の対象です。それぞれの特徴の違いは別表を参考にしてください。65歳以上になったら早めに定期接種(23価)をすませ、その後5年おきに自費で接種するのが理想的です。65歳以上であれば両方のワクチンを接種することもできますが、その場合は1年、期間をあける必要があります。いつ接種

必要があります。いつ接種するのがよいかなどかかります。医師とよく相談したうえで接種するようにしましょう。(保健師・高橋朋子)

*高齢者の場合	23価ワクチン	13価ワクチン
対応する菌	23種類	13種類
効果	肺炎球菌による重症化を防ぐ	鼻の保菌もしなくなる
効果の持続	5年間	一生
定期/任意	定期接種(補助あり) ~2019年3月まで 北区・荒川区・足立区 共に自己負担額4,000円 生活保護の方は無料	任意接種(補助なし) *乳幼児は補助あり
費用(自費の場合) *2018年9月現在	組合員 6,480円 一般 8,640円	組合員 9,720円 一般 11,880円

すこしお料理教室 親子丼

日時：10月31日(水)
午前10時半～午後1時
場所：豊島虹のセンター
定員：先着10人 参加費：600円

講師：吉田 朱花
管理栄養士

タオルマッサー講座

日時：11月16日(金)
午前10時～11時
場所：王子生協病院会議室
定員：先着26人 参加費：無料
長めのタオル持参

講師：竹田 伸一
作業療法士

申込は組織部 電話：3913-9100/FAX：3912-9333

土曜日糖尿病教室

・歯のお話・
・食事のお話・
・栄養のDVD視聴・

講師
生協王子歯科 歯科部長 前田 茂医師
王子生協病院 管理栄養士 宮城桃子

糖尿病と言われて治療はしているけど、歯科検診受けてないなあ。どうい食事したら、血糖値にいいのかなあ?など、患者さんや家族の疑問にお答えします。興味のある方はぜひご参加ください。

日時：11月10日 土曜日
午後2時～4時
場所：王子生協病院 会議室
無料 予約制
問い合わせ先：王子生協病院 管理室
伊藤まで
TEL (3912-2201) FAX (3912-7196)

呼吸機能検査も追加します。治療は日本小児アレルギー学会のガイドラインを基本として、お子さんごとに決定していきます。

食物経口負荷試験は、食物アレルギーが確定しているか疑われる場合に、病院内で食べてみて症状が誘発されるか確認する検査です。

一般診療、アレルギー診療に関する今までの臨床経験のみならず子育ての経験も生かし、お子さん、ご家族のお気持ちに寄り添った診療をしていきたいと思っております。今後ともどうぞよろしくお願いたします。

望月さんの周りには 人が集まってくるよなあ

左の絵を描いた望月彰人さん(56歳)は、2006年にクモ膜下出血を起こし、右麻痺と失語症の後遺症が残りました。昨年からは、リハビリの一環として望月さんの口から「もうやらない、できない」というのを聞いたことがありまして、文章と絵を書き(描き)写しています。

「何故、阪神タイガースなのかって?」もちろん阪神タイガースの大ファンだからです。利き手ではない左手で文章と絵を書くことは本当に大変です。けれども、きっと私だけではない、多くの人がそんな気持ちになっていると嬉しいです。だから、望月さんの周りには人が集まってくるのかなと思えました。(介護福祉士 須貝順子)





須貝さん(左)と望月さん(右)

病院・診療所・事業所だより

街づくり

「楽しいおしゃべり会」が始まった

荒川町支部

9月5日、蒸し暑い夏日になった日に、荒川生協診療所の会議室で7人が集まって「おしゃべり会」を始めました。まず、この暑い夏を乗り切ったことを喜び合ってから、血圧と体脂肪



「今年の夏は暑かったね」

測定をして、尿の塩分チェックもしました。例年にならぬ暑さだったせいも少し塩分も体脂肪も増えた人もありました。この暑さを乗り切ったためにそれぞれの工夫があったようです。お菓子と熱いお茶をいただきながらよもやま話。

そこへ佐藤直史事務長がみえたので、何でも聞いてみようということになりました。「お生まれは？」とか「お子さんは？」など親しみを込めて、若い事務長さんへの期待いっぱい眼差しで聞きました。次回からは、もう少し広いお部屋で開くことになりました。

涼しい季節になったら自然公園の散歩や図書館「ゆいの森」の見学をしてみよう

と話し合いました。(運営委員・岡部八千代) 老後や家族の介護について語り合う

中里支部

8月25日に、「老いて行く先どうするか、親の介護はどうするか」などの悩みを話していただきたく勉強会を計画しました。養護老



自身のこととしての質問が多くありました

人ホーム、サービス付高齢者住宅、グループホーム等々私たちが選択に迷います。どう決めたら正解なのか分からないことばかりです。居宅介護支援事業所ハピネスのケアマネジャーの佐藤淳子さんと上根恵美子さんにおいでいただき、お話と助言をお願いしました。

当日は猛暑のため予定していたのに足を踏み出せなかった方が多く、出席は定員の半分でしたが、その分出席者各人の想いが深く語り合われ貴重な時間を持つことができました。(運営委員・今崎則子)

平和公園の今と過去を映像でたどる

北足立平和のつどい

介護保険に関する北区のパンフレットやハピネスのカタログをいただき、それに沿って介護保険のしくみや利用の方法についてお話を聞きました。その後出席者それぞれの思いや質問がたくさん出され、家族としての対応の仕方など難しい問題も多々あることが分かりました。

9月15日、毎年恒例の3支部合同の「平和のつどい」を開きました。参加者は18人、NHKで放映された「4400人が暮らした町、吉川晃司の原点・広島平和公園」のドキュメントを観ました。広島平和公園の下に、原爆投下前には広島で一番栄



診療所の2階で平和のつどい

えた町・中島地区があったことをご存知でしょうか。ここにあった旅館をルートにもつミュージシャンで被ばく2世の吉川晃司さんが、失われた町の記憶を求め、平和公園の今と過去をたどったものです。参加者からは、「集會参加や現地を訪ねたりで知っているつもりでしたが、まだまだ知らないことが多くあると思った」「吉川晃司さんの勇気に元気をもらった」「72年経っても調べている人がいることで改めて大変なことだと思った」「真実を知ることが大事」という感想がだされました。(北足立第3支部支部長・朝日正子)

特設コーナーもにぎわって

夕入診療所 こども診療所体験

8月25日、今回で19回目となる「こども診療所体験」を開催しました。子ども14人、母親7人が参加しました。聴診器をあてて心臓の音を聴く医師体験、注射を打つ疑似体験、薬の調剤、エコーで心臓を見る検



夕入診療所前で全員集合

査、それぞれのコーナーで楽しく学びました。お母さんたちは「夏に流行る風邪」について学びました。また、待合室にはヨーヨー釣りやおもちゃの金魚すくいを特設し、好評でした。村山慎一所長より修了証が一人ひとりに渡され、記念写真を撮り、楽しいひと時をすごしました。

絵手紙ひろば

足立区江北 富田照子 なでしこ班



7月から8月にかけての酷暑の中、「必ず秋はやって来る、涼しくなるのよ」という人がいた。それを励みにこの夏を乗り切った。9月になると秋の味覚が回りの、こころよい風が吹いてきたではないか。日本の季節を大事にしたいと思う。

3支部交流と活動調整も行う

北足立生協診療所 事業所利用委員会

委員は3つの地域支部から支部長と運営委員2〜3人と理事3人で計11人。職員は事務長、師長、ケアマネジャーの3人と組織部の合計15人の構成です。まず初めに、投書の意見と診療所に対する地域での

次に診療所から経営状況

と患者動向、介護の状況などの報告があって、それに対して組合員としての意見や要望、感想などを出し合い、診療所がより患者・利用者にかかりやすくなるための検討を行います。

その後、それぞれの支部活動報告をして交流し、また3支部が統一した行事などを行う時の最初の打合せの場ともなっています。

地域の3つの支部が交流する場となっており、取り組み交流と調整も行っています。議論が白熱し、意見がまとまらないこともあり

ますが、何とか北足立生協診療所のためにと委員一同頑張っています。(事業所

利用委員長・朝日正子)

虹の箱

事業所利用委員会



利用委員会のメンバー

と患者動向、介護の状況などの報告があって、それに対して組合員としての意見や要望、感想などを出し合い、診療所がより患者・利用者にかかりやすくなるための検討を行います。

◆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

通信

敬称略

舎人 北原和子
夏休みが終わり、幼稚園が始まりました。ほっとし

わたしも配ってます

歩くと新しい発見があちこちに

足立区伊興

小川敦子さん(72歳)

今年もおいしい「新米」が出回り始めました。私も「東京ほくと」配達の新米



です。今年5月から28部を配っています。ようやく番地とお宅が頭に入ってきました。

機関紙が届くと夫とウオーキングを兼ねて配ります。今まで自転車です。

◎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)

ています。

王子 中澤政子(75)

秋は主人の兄弟会にクラス会にと楽しいことばかりです。

志茂 神田節子(67)

秋分の日を前に赤やピン

クのヒガンバナが咲き始めました。

伊興 岩田春江(67)

東大病院の眼科で入院手続き。差額ベッド料のある部屋になるかもしれないこと。

町屋 久道和男(72)

再開発で赤とんぼがいなくなったのは淋しいです。舎人 川崎美恵子(74)

今年友人が亡くなり、兄が入院中。

西新井本町 斉藤直江(69)

自治会長になり、忙しい毎日を送っています。

町屋 為我井雅子(75)

沖縄県知事選挙は辺野古基地反対のためにも勝たせたいです。

豊五 横山きよ(70)

暑さ寒さも彼岸まで、よ

うやく落ち着きました。

浮間 吉田勝彦(55)

機関紙配っています。運営委員もやっております。

王子 井伊幸子(69)

区民健診お世話になりました。年々健康になるよう嬉しんでいます。

南千住 茂垣満里子(83)

猛暑にやられ、皆さまのお陰で生かされています。

豊島 中西洋子(67)

今年の暑い夏、よく食べたのは冷や汁。よく飲んだのはゴーヤジュース。

西尾久 五十嵐つね子(90)

「秋ナスは嫁に食わすな」ってどうしてかね。嫁に聞くと嫁もどうしてだろうねと言っていました。

王五 田代幸子(73)

敬老のつどいに出席、元気な方々が多くて元気をいただけて帰りました。

荒川 並木義男(70)

年齢とともに地域活動から離れ、おかげさまで機関紙を楽しく読んでいます。

王五 若林ふさ子(67)

孫は小学1年で味の濃さが気になります。

医療生協の出版です！あなたの町の班会

「ほのぼのの会」は3時間だけの家族

豊島4丁目

サロン「ほのぼのの会」

食事会の後は楽しく交流する「ほのぼのの会」です。毎月こんなことをしようかと参加者の顔を浮かべながら決めていきます。80代、90代の1人暮らしが多くなってきました。レストラン、映画、演劇もいいね。

7月は映画「万引き家

「楽しかったね」と集合写真

族」を希望者で観賞。参加者のほとんどは、映画にかけるのは何年ぶりかしら？ 家族を超えた絆を描いているとはどんな映画？

カンヌ映画祭受賞の関心もあり、タクシー相乗りで映画館へ。

震災以降からでしょうか。ドラマなどで、「家族」

「絆」について考えさせられることが多いです。是枝監督は、家族の絆が連呼されることで絆って何だろうと、犯罪でつながった家族と社会では許されない絆のなかから、真の「つながり」と世の中について考えたとい

います。

「ほのぼのの会」への参加は、「3時間だけの家族」ですが、地域でもつながる仲間達です。血圧測定で安心し、毎月の診察で「先生が大丈夫だって」と医師の

話題。いつも元気な声が響きます。(杉山トセ子)

一味変わったパソコン班会

豊島7・8丁目支部

パソコン班

昨年パソコン班会に参加されている大嶋一精さんは地質学の専門家、気象についても詳しいということ、今年の異常なほどの猛暑であることもあり解説をしてもらいました。

内容は①なぜ、これほど暑いのか？②それをどうやったらパソコンで見られるのか？③どのような天気図なら暑いのか？④地方の気象のデータの読み取り方法です。

異常気象は西からの偏西風、南の高気圧、東の高気圧の関係で起こること。近年に起こっている異常気象は数が多い、地球温暖化が関係していると考えるのが自然かもしれないとのことでした。

ネット検索で気象庁のホームページを見れば読み解けることを教えてもらいました。

大嶋さんは中東まで行かれて、油田の鉱脈探索をされていた方で、その経験も聞くことができ、大いに刺激を受けました。

(理事・吉川勝正)

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。組合員になってご利用下さい。詳細は03-3927-8864(法人総務部)まで

- 10月17日(水) 午後2時～5時
場所：王子生協病院会議室(コープみらい豊島店ビル2F)
- 11月21日(水) 午後2時～5時
場所：荒川生協診療所2階面談室
- 12月19日(水) 午後2時～5時
場所：かえて薬局2階会議室(江北生協診療所向かい)

第363回 パズル

「ヒント」アキアカネのこと。正解者の中から5名様にも図書券を贈呈します。尚、

「とき方」二重ワクの5文字を並べるとある言葉になります。それが答えです。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」オキナワ島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も応募できます。

「しめきり」10月25日。

澤政子



この前線が停滞するとしとしととおいしいです



体育祭とも言う。みんなで協力して紅白対抗



電気やガスのお世話になります



セーターやマフラーを編みます

季節のスナップ

浜離宮恩賜庭園のキバナコスモスに止まるアゲハ蝶です。ここは都心のビル群に囲まれた園内に15万本が植えられています。(中澤義則)



「楽しかったね」と集合写真

「ほのぼのの会」への参加は、「3時間だけの家族」ですが、地域でもつながる仲間達です。血圧測定で安心し、毎月の診察で「先生が大丈夫だって」と医師の



左端が大嶋さん

「秋ナスは嫁に食わすな」ってどうしてかね。嫁に聞くと嫁もどうしてだろうねと言っていました。

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 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.

[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

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.

[受付時間]午前8:45~12:15

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・金、午後=月・火・水・金

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

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

歯グラン販売 10月3日、9日、18日、24日、29日 「特売日」 11月8日、14日、19日、28日

- 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
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。
看護師募集
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)