

| | |
|-------------------------|------------|
| 生協の現況 2019.6.1現在 | |
| 組合員 | 32,107人 |
| 出資金 | 15億3,979万円 |
| 一人平均 | 47,958円 |
| ----- | |
| 2019年度増加 | |
| 組合員 | 136人 |
| 出資金 | 9,274万円 |



一人は万人のために万人は一人のために

2019年
(7月号)
第479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/

健康づくりをぜひいっしょに

地域の健康づくりのサポーター

「健康づくり学校」での講座学ぼう

医療福祉生協では、普段のくらしや仕事の中で健康チェックと健康診断を健康づくりの2本柱としてすすめています。健康チェックは班や支部、地域の様々なところで行います。その中心的な役割を担い、健康づくりを広げるサポーターを育成するために毎年、「健康づくり学校」を開催しています。

6講座を医療の専門家から3日間学びます。豊島教室が6月6・13・20日に行われました。

1. 健康チェックの基本

血圧と体脂肪測定、尿チエックの方法を保健師から学びました。尿は全身を駆け巡った血液であること、そしてチェックペーパーで自宅で簡単に調べることができます。「尿チェックで身体が塩漬けになっていることがわかりましたので、

2. 健康と運動

講師は理学療法士、自分に合わせた運動の強度と頻度を知らず、目標心拍数を計算式から求めました。その後、実際に運動前のストレッチや正しいウォーキングの仕方を学び「帰りは身体が軽くなった」「ストレッチを家族に教えようと思つた」「ウォーキングをこれからも続けるよ」と思つた。

3. 健康を育む食事

管理栄養士から、自分のBMIや適正体重、一日に必要なカロリーの計算方法を学びました。あらためて食べ過ぎを再確認した方が多かつたようです。炭水化物・たんぱく質・脂質・食物繊維をバランスよく摂ることが大切で、気になる塩分は1日6g、そして適切な飲酒量は純アルコール量で20gということでした。

4. お口の健康チェック

自分の歯と歯ぐき・舌を観察し、あいうべ体操を歯科衛生士から学びました。実際に歯の染め出しをして、汚れを落とさざる歯みがきを行いました。

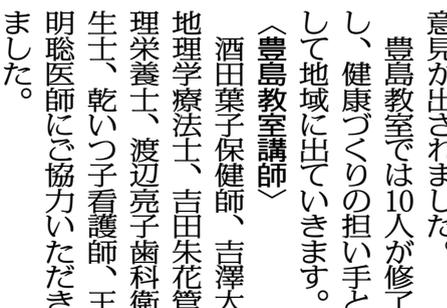
5. 救命救急

看護師による「救命救急」を学習しました。2人1組で実際にAEDを使った講習です。「講習を生かして実際の時は焦らないようにしたい」「常にAEDの場所を確認する癖をつけたい」「勇気を出してAEDや心臓マッサージをしてあげたい」など、積極的な感想がありました。

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



10人の修了生とスタッフ



塩分チェックペーパーで測定中

救命救急の実践

鏡を手に歯みがき

注射器
「子どもの権利条約」が日本で批准されて25年になります。子どもの権利として大きく「生きる権利」「育つ権利」「守られる権利」「参加する権利」の4つ権利が認められています。しかし、今、社会・学校・家庭でこの権利が守られ、十分保障されているでしょうか。親の虐待、いじめによる自死行為、学校での体罰など、心の痛む事故や事件が多すぎます。そのため、全国学力テストなどテスト漬け教育の実態など学校教育の問題も深刻です。このような日本の状況に対して「国連・子どもの権利条約委員会」から日本政府に、今年2月の第4次まで勧告が出されています。▼日本政府の条約に対する基本的な姿勢や問題点が的確に指摘されています。特に、日本の教育システムがあまりに競争的のため「子どもたちは強いストレスを感じ、発達上のゆがみを受け、からだや精神の健康に悪影響をもたらしている」と指摘し、適切な処置を求めています。▼子どものストレスを取り除くためには、学力テストを中止すること。少人数学級でゆっくり学ばせること。そのために教員を増やすことなどです。教育に金をかけたからといって倍増は勧告を無視し続けています。▼米軍への莫大な思いやり、空母化や戦闘機を買いあさる政府を倒し、切実な子どもたちの要求や権利を実現するチャンスが今度の参議院選挙です。この一票をあげて子どもたちの悲鳴にこたえてあげようではありませんか。(昭)

6月29日総代会にて、専務理事が交替しました。会場でのあいさつを紹介します。

新任のあいさつ

個人の尊厳を大切に 医療福祉生協の役割を大きく

新専務理事 畑中 久明

王子生協病院の建て替え

と、その後の経営困難という大きな課題に専務理事として奮闘してきました。乾招雄さんに敬意と感謝の意



を表現したいと思います。私は長野県木曾町の出身です。平家物語に登場する源義仲と田御前のゆかりのあるところ。4人兄弟で、一番下の妹は短大生の頃、2年ほど王子駅の近くに下宿していました。すぐ上の兄は上中里に暮らしていた頃があったと話していました。私も学生時代に

一度訪ねて来たことがありました。私は、今泉理事長の前任の大山先生と立川相互病院と一緒に働いておりました。人の縁は大切にしように親から言われてきましたので、今回、東京ほくと医療福祉生協の専務理事に就く決意をしたわけです。

少し身近に感じていただけでしたでしょうか。今後は組合員活動を通じてより親しくさせていただきたいと思っております。

医療福祉生協は長い歴史をもち、地域に根ざし、地域の人の手によって今日まで発展し、活動の輪を広げています。その医療福祉生協の専務理事になること

に身の引き締まる思いです。新しい挑戦です。精一杯頑張ろうと思っております。政府は自己責任を全面的に出して、高齢化が進む日本の問題にまともに向き合おうとしていません。今も大きな問題になっている年金についても大変無責任です。そんな中で日本国憲法にある個人の尊厳が大切にされる社会をめざす医療福祉生協の役割が大変大きくなっていきます。

本日、確認された活動方針を具体化し、生協が地域に役立つ組織として、事業と運動が前進していくように努力していきますのでよろしくお願ひします。

退任のあいさつ

「いのちの平等、これからも地域とともに」の想いを胸に

前専務理事 乾 招雄

旧東京北部医療生協に入職し32年が経ち、専務理事になって7年半となりました。当時は王子生協病院のみでした。足立保健生協、北病院、荒川生協との法人合同を経て、現在の東京ほくとになりました。

入職2年目で医学生担当



に任命されました。当時、医学生は大学病院で研修するのが当たり前とされていきました。そういう中で、150床の小さな王子生協病院に毎年、卒業後の医師が入職して来たことは驚くべきことです。医学生に熱く語りかける当時の医学生委員長藤沼康樹医師の姿に感動し、事務としての姿勢を深く考えさせられました。最初に面談した医学生は、若かりし日の今泉貴雄青年でした。彼は自らの意

思で王子生協病院での初期研修を決意し、今ここに理事長として役割を担っていることは、大変感慨深いものがあります。王子生協病院の事務長に任命されたのは32歳の時でした。3人の子どもがまだ小さかったため、保育園に送って行くのが結構大変で、夜は職場保育に度々お世話になりました。

東日本大震災の年2011年11月に、専務理事を引き受けました。新病院建設の1期棟完成目前で経営危機となった時です。大場俊英理事長に代わり大山美宏先生が着任され、緩和ケア病棟の開設を決断しました。新病院スタート時に東京市民医連より看護師支援を

受けたこと、耐震化と老朽化対策が求められていた老健はなみずきを廃止すると結論づけて職員に説明した時の厳しい視線、一時金など労働組合との交渉も深夜近くに及ぶこともしばしばでした。そうした経験を重ねる中で、少しずつ、経営の見通しがもてる状況に変化しつつあります。

「いのちの平等、これからも地域とともに」これは新病院建設のスローガンで、私は大好きな言葉です。これからも地域と一緒に、喜び、困難があれば共闘すること、忘れることなく、東京ほくと医療福祉生協がますます発展することを祈念いたします。

「いのちの平等、これからも地域とともに」これは新病院建設のスローガンで、私は大好きな言葉です。これからも地域と一緒に、喜び、困難があれば共闘すること、忘れることなく、東京ほくと医療福祉生協がますます発展することを祈念いたします。

退院調整の仕事を行うようになり、3年経過しました。他院所の見学・看護協会の研修、訪問看護実習を終え、現在の流れをどうにか形にしてみました。

退院調整支援は、入院時の年齢・家族構成・住環境・介護保険、そして本人や家族からの情報とともに、担当のケアマネジャーから入院前の生活環境の収集を行います。入院を機に変化すると思われる生活行動

（食事・排泄・移動・更衣・入浴）などを早めに予測し、家族や本人の意向とす

心にかけています。しかし、現状は、高齢者が高齢者を介護する「老老介護」の方が多く、本人は

家に戻りたいが戻れない、自宅に退院しても、2階に上がったとき外にでられない（退院支援看護師・菊池良美）

医療と介護の現場

多職種でつくるチームで在宅医療・介護をサポート



り合わせを行いながら、院内の多職種と連携をとり、自宅にスムーズに退院できるように支援していくことを目指しています。また居室が2階や3階で、入院前は問題なく利用していた階段、退院後は階段の生活についてサポートが必要になります。本人や家族の希望を伺いながら、在宅医療を支える医療・介護のチーム全体で、住み慣れた自宅で自分らしい暮らしができるようサポートしていきます。

そのなかで、多職種と連携を取りながら整理し、退院後の生活についてサポート調整を行います。本人や家族の希望を伺いながら、在宅医療を支える医療・介護のチーム全体で、住み慣れた自宅で自分らしい暮らしができるようサポートしていきます。

東京ほくと社保平和学校今年も開催

浪江町消防団物語アニメーション映画

『無念』上映通し今を学ぶ

浪江町消防団物語アニメーション映画「無念」の上映を通じて原発問題被災地の今を学ぶことを社保学校の第1講座としました。6月3日、北とびあ第1研修室に57人の組合員と職員が参加しました。

原発事故により、助かる命があることを知りながら救助活動を中断し、避難せざるをえなかった浪江町消防団の、その時の様子と心情を描いた映画です。参加者の感想からは、「死ぬまでこの無念を忘れることができない、その思いを多くの被災者が胸に抱えて今も生きています」「知らされていない現実がまだまだたくさん



初めに、くらしの活動委員会、森悦子理事よりあいさつ



ある。国の果たす責任を今一度求めることが大事。また、被災地の方も参加されており、浪江出身の方は「真実に基づいて語られている」「隣の田村の出身者の方は「ふるさとは年寄りしかいない。何年かしたら誰も住まない所になってしまう」など、現実を直視

した感想が出されています。主催者くらしの活動委員会の小川早苗理事は「あの日3・11とそれに続く日々を思い起こさせてくれる映画です。もう終わったこととして忘れ去らせようとする勢力がいる一方、忘れないこと、思い出すこと、とても大事なことで改めて考えさせられました。とても良い学びになりました。」と語っていました。

〈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。
※当医療福祉生協からの脱退・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。お困りの事がありましたら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

◎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。

厚生労働省による 風しんの追加的対策について

30〜50歳代の男性を中心に流行

現在、風しんが30〜50歳代の男性を中心に流行しています。風しんは、季節的には春から初夏にかけて最も多く発生し、「三日ばしか」ともいわれています。感染者のせきやくしゃみ、



手についたウイルスからうつり、感染力はインフルエンザの5倍です。大人がかかる発熱、赤い点状の発疹以外に関節炎など症状が重くなることもあります。また、風しんに抵抗力のない女性が妊娠に気付くにくい妊娠初期から妊娠6ヵ月ごろまでに風しんにかかるとおなかの赤ちゃんに難聴や白内障、心臓病など重い障害が高率でおこることが危惧されます。

各自自治体ではすでに妊娠希望する女性やその家族を対象に抗体検査や予防接種を助成しているところがあります。厚生労働省は追加対策として過去に予防接種の機会が少なく、特に抗体保有率が低い昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までに生まれた男性を対象に2021年度末までの3年間に限り、風しんの抗体検査、予防接種が無料で受けられるようになりました。

北区、足立区、荒川区では昭和47年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性に一律に風しん予防接種のクーポン券を送付しています。昭和37年4月2日から昭和47年4月1日の間に生まれた男性の方は各区とも申込によってクーポン券が送付されますので各区の窓口にお問い合わせください。申し込みをお願いします。



風しんの抗体検査・予防接種が原則「無料」で受けられます！

対象者：1962（昭和37）年4月2日～1979（昭和54）年4月1日生まれの男性
クーポン券発送：上記の対象者で生まれた期間により区から自動的に発送される方と申込により発送される方がいますのでご注意ください

北区 窓口：健康推進課 ☎3908-9034 ハガキ、ファックスで申し込み
足立区 窓口：電話申請 ☎3880-5892
窓口申請 保健予防課、各保健センター
荒川区 窓口：健康推進課 ☎3802-3111

クーポン券が届いたら ⇒ 医療機関に申し込み ⇒ 抗体検査 ＊血液検査

抗体検査結果 ① 抗体あり 終了
② 抗体なし ⇒ 再度受診して 予防接種をうけましょう

病気の 話

王子生協病院
医師 神田 美穂

高血圧治療ガイドラインが今年改訂され、75歳未満の高血圧の人は診察室での血圧が130/80mmHg未満（家庭血圧125/75



未満）でコントロールするのがよいと示されました。今まではもう少し高くても大丈夫と言っていたのに、どうしてこんなことが起るのでしょうか。

それは、世界の様々な研究で、120/80より血圧が高くなれば高くなるほど、脳卒中や心筋梗塞になりやすくなり、死亡率が高くなるという事実が明らかになりました。

30/80未満が良いのだからと判断されました。なお、75歳以上の方はもとも血圧が変動しやすく、急激な血圧低下により転倒が増えてしまうため、まずは140/90未満が目標になります。

状態が、1・2分安静にして測定しましょう。朝晩など決まった時間に毎日測定するとよいです。高血圧の人も正常な人も定期的な家庭血圧を測定して血圧が高ければ、診療所や病院などで相談をしましょう。

衣高血圧の人が将来的に高血圧に移行することが多いと報告されています。また、血圧が正常の人よりも脳卒中や心筋梗塞になるリスクがあり、注意が必要です。

生活習慣の見直し

では、血圧を下げるためにはどうしたら良いのでしょうか。まず、生活習慣を見直すことが重要です。

「白衣高血圧」について皆さんは聞いたことがあるのではないのでしょうか。医師の前だから高くなるけれど、家庭血圧は大丈夫だからと安心していませんか。実は、白衣高血圧は将来的に高血圧に移行するリスクが高いと報告されています。また、血圧が正常の人よりも脳卒中や心筋梗塞になるリスクがあり、注意が必要です。

高血圧治療の目標値が変わりました

毎日の家庭血圧測定

まず、血圧を把握するためには、家庭血圧の測定が重要です。手首のものよりも二の腕に巻いて測るものの方が正確です。座った

「白衣高血圧」について皆さんは聞いたことがあるのではないのでしょうか。医師の前だから高くなるけれど、家庭血圧は大丈夫だからと安心していませんか。実は、白衣高血圧は将来的に高血圧に移行するリスクが高いと報告されています。また、血圧が正常の人よりも脳卒中や心筋梗塞になるリスクがあり、注意が必要です。

では、血圧を下げるためにはどうしたら良いのでしょうか。まず、生活習慣を見直すことが重要です。

「白衣高血圧」について皆さんは聞いたことがあるのではないのでしょうか。医師の前だから高くなるけれど、家庭血圧は大丈夫だからと安心していませんか。実は、白衣高血圧は将来的に高血圧に移行するリスクが高いと報告されています。また、血圧が正常の人よりも脳卒中や心筋梗塞になるリスクがあり、注意が必要です。

北区おぢやのこ祭祭 20年連続参加で表彰

北区の団体とともに活動アピール



おぢやのこ大使

北区社会福祉協議会主催の「おぢやのこ祭祭」が6月8・9日の2日間、滝野川会館で行われました。このイベントは「まちづくり」に大切な出会いやネットワークづくりの場として、みんなが知り合えるような祭りをつくってほしいという目的で実施されています。さまざまな団体、グループや個人が集まり、みんなが喜ぶこのまちをより良くしていきたいとの想いで活動しています。

今年で26年目のこのお祭りに、東京ほくと医療生協健康づくり委員会も毎年「健康チェック」で参加しています。そして今年も連続20年参加ということで「おぢやのこ大使」に選ばれました。開会式の壇上で表彰状をいただき、「おぢやのこ大使」と大きく書かれたタスキと月桂樹の冠で記念写真を撮り、団体のPRもさせていただきました。いつものチェックに加え、「骨密度測定」や「足指力チェック」も行いました。骨密度測定は毎年大人気で、おぢやのこで毎年測るのを楽しみに訪れる人も多くいます。今年から始めた「足指力チェック」は自分の足の筋力を知るパロメーターにもなり、真剣に取り組んでいました。



毎年健康チェックに訪れる人も

（理事・浜野妙）

地域包括ケアの構築で「老いても安心して住める街」に

第79回通常総代会

全議案を承認・決定

6月29日(土)北区滝野川会館大ホールにて、第79回通常総代会を開催、総勢371人、総代288人(委

任含む)が参加しました。

①2018年度活動のまとめ、事業計画及び決算関係書類承認の件、②201

「地域の主治医、生涯の主治医」の実践

東条浩と医療生協 理事長 今泉 貴雄

これからの時代についてキーワードを上げます。一つは、高齢化社会、地域包括ケアです。



病院の規模別に役割が変

第79回通常総代会発言集

地域生協での健康チェック

赤羽東部の組合員数は現在200人、健康チェック目標は1500回。活動の拠点は「ほっとカフェ」を中心に行っています。



小林 京子

「毎月の健康チェックを楽しみにしている」とコップみらいのおおき合いが始まりました。ブロック委員さんと顔見知りになり、半年くらい経った頃に、「すこしお」料理を紹介し講師派遣も可能なことを伝えました。すこしおレシピ本とcomcomのレシピ集の中から作りやすい料理を選ん



代議員証を掲げて議決する総代

- 選出された新役員
- 《理事長》 今泉 貴雄
 - 《副理事長》 清水起美子
 - 《専務理事》 畑中 久明
 - 《常務理事》
 - 上野やす代 白坂 弘子
 - 阿部研一郎 加藤 智
 - 後藤 大基 佐藤 章
 - 高橋 朋子 西村 祐子
 - 柳川 憲一 土井 周次
 - 《理事》



新役員38人が紹介されました

- 北区
- 小川 久美代 石原 妙子
 - 小川 早苗 梶野 和子
 - 川井 久子 吉川 勝正
 - 佐藤 節子 田口 正子
 - 浜野 妙 本田 郁子
 - 渡辺 博
 - 足立区
 - 朝日 正子 佐藤 純子
 - 古川よし子 松本 和彦
 - 横田 敏夫
 - 荒川区

- 板屋 キミ 佐藤 仁
- 三井 隆良 村上 広雄
- 横田 亀雄
- 職員
- 平山 陽子
- 《監事》
- 稲辺 光弘 今村幸次郎
- 早坂 充子
- 《退任理事・監事》
- 乾 招雄 田沢きよみ
- 豊島 文子 森 悦子
- 折井 敬行 杉山トセ子

9年度活動方針、事業計画及び予算承認の件、③定款変更の件、④監事監督規則変更の件、⑤役員(理事・監事)選任の件の5つの議案が賛成多数で承認・決定されました。

役員の変更時にあたり、理事35人、監事3人が新たに選任されました。

そのような状況のなか、働き方改革がスタートしました。これが3つ目のキーワードと考えます。労働環境の整備はまったなしの状況です。医師、看護、介護職、あらゆる職種について改善が必要です。

これからの時代、地域包括ケアを構築する一員として地域に根ざし「地域の主治医、生涯の主治医」として

でもらい、共催の企画が決められました。

運動サポーターとして活動した1年間

健康づくり委員会 荒井 毅



2017年度に14人の「運動サポーター」が誕生しました。依頼があれば、自分の支部以外にも出張して、班会などで体操を行なっています。荒川ラインウォークでの整理体操や、転ばん塾での援助も続けています。2018年の9月に「フットアアップ研修」を受講し、タオルを使ったストレッチを習得してバリエーションが増えました。

王子生協病院の吉田信行管理栄養士に「減塩の大切さ」のお話をいただき、託児付で30人が参加しました。調理は赤羽東支部の3人がサポートしました。参加者からは「すこしお」という物足りない味なのではと想像しただけで、日々の食卓に十分活用できる味だった。健康でいられるため減塩の大切さがわかった」などの感想をいただきました。赤ちゃんのママ世代とおばあちゃん世代の交流ができ、良かったという声もあって今年も計画をしています。

食材を提供する地域生協でも健康づくりに関する情報を求めているということ

清水起美子 副理事長

稲辺 光弘 監事

実践する医療・介護、また組合員活動の役割がますます重要になります。2018年度、王子生協病院で障害者病棟を地域包括ケア病棟に変更し、経営的には改善が得られました。また法人内の課題を抽出し、一歩ずつではありますが、改善をすすめてまいりました。

一方、後継者育成の課題では、不十分と言わざるをえません。新たな所長が生まれないことで、赤羽東診療所を閉院とせざるをえませんでした。

地域で組織を支えてきたさっている組合員の方々も、生協活動は地域包括ケア支援にも使用されるようになり、居場所づくりの一役買っています。

今後多数多くの運動サポーターに参加していただき、自らの健康も向上させ、周りの方にも運動の楽しさを普及していきます。



王子生協病院の地域連携室には4人の医療ソーシャルワーカーがいます。王子駅前公園で開催されるなんでも相談会に相談員として欠かさず参加してきました。立ち寄り、多様な生活問題を各分野の専門家に相談できる機会であり、最大の魅力だと思えます。相談をきっかけに医療機関に繋がったり、本人の望む生活を取り戻せた事例を紹介します。



王子生協病院での入院療養により体調は回復し、生活保護の受給も決定し退院となりました。住所不定のため、一旦、無料低額宿泊所で生活することになり、退院後も定期的に王子生協病院に通院していました。

ある日、生活保護担当者から「Aさんの親族が見つかり、40年ぶりに地元へ帰通院していました。」

参加していた医療ソーシャルワーカーは「まずは王子生協病院に来院するようにAさんに勧めてほしい」と友人に助言し、30年ぶりに医療機関と繋がりました。Aさんは内臓、皮膚、

組合員活動とともに、社会への働きかけも重要で、私たちがそして次世代のために住みやすい社会を構築するためには、意思表明をする、いい機会です。まずは、参議院選挙での投票に活かしましょう。選挙権の行使、社会への働きかけを重要なキーワードとしてあげさせていただきます。

アシステムの重要な要素である、との確信をもっていた。また新たな組合員への挑戦が重要であり、皆様方と一緒に活動の輪を広げていきたいと思えます。

組合員活動とともに、社会への働きかけも重要で、私たちがそして次世代のために住みやすい社会を構築するためには、意思表明をする、いい機会です。まずは、参議院選挙での投票に活かしましょう。選挙権の行使、社会への働きかけを重要なキーワードとしてあげさせていただきます。



王子生協病院での入院療養により体調は回復し、生活保護の受給も決定し退院となりました。住所不定のため、一旦、無料低額宿泊所で生活することになり、退院後も定期的に王子生協病院に通院していました。

王子生協病院での入院療養により体調は回復し、生活保護の受給も決定し退院となりました。住所不定のため、一旦、無料低額宿泊所で生活することになり、退院後も定期的に王子生協病院に通院していました。

王子生協病院での入院療養により体調は回復し、生活保護の受給も決定し退院となりました。住所不定のため、一旦、無料低額宿泊所で生活することになり、退院後も定期的に王子生協病院に通院していました。

王子生協病院での入院療養により体調は回復し、生活保護の受給も決定し退院となりました。住所不定のため、一旦、無料低額宿泊所で生活することになり、退院後も定期的に王子生協病院に通院していました。



王子生協病院での入院療養により体調は回復し、生活保護の受給も決定し退院となりました。住所不定のため、一旦、無料低額宿泊所で生活することになり、退院後も定期的に王子生協病院に通院していました。

通信

(敬称略)

王五 若林ふさ子(68)
みんなで汗かきコロコロ体
操の記事を読んで反響があ

わたしも 配っています

母から引き継ぎ
配っています

北区豊島

山田志都子75歳

豊島中央通り商店街でお
店を経営していましたが、
今は人に貸し出して、



一人暮らしです。ご近所の
方々に支えていただき毎日
感謝の日々を送っていま
す。王子生協病院も母の代
からお世話になっており、
その母から受け継いで「東
京ほくと」を配っていま
す。



季節の スナップ

東武鬼怒川線下今市～鬼怒川温泉間12.4Kmを走るS
L大樹(C11形207号機)。鬼怒川温泉駅前の転車台(次
の運行のため向きを変える場所)に乗っているところ
(中澤義則)

◎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)

りました。私も励まされた
思いです。

王五 田代幸子(74)

小さな恋人のサクランボ
が届く。初夏のお土産、感
謝の気持ちでいただいでま
す。

西新井本町 斉藤直江
(69)

あじさいがきれいに咲い
ていますね。

舎人 川崎美恵子(75)

夫婦で毎年三社に行っ
ております。今年も宮入を楽
しんできました。

舎人 松山雪子(75)

高校野球の季節、若さあ
ふれる全力プレーにテレビ
を通して声援を届けたいと
思います。

新田 荒川雪江(60)

2ヵ月休んでも利用者様
は待っていてくださり感謝
です。

町屋 久道和男(73)

今年も熱中症に気を付け
る頃になりました。休みと

水分補給に気を付けて乗り
越します。

神谷 宮本房江(86)

秩父の札所めぐりに
「新緑とあじさいに春を
押されて」

王子 黒木文江(84)

梅雨に入り、体に十分気
をつけて過ごしましょう。

豊島区 内海裕美子(56)

王子生協に入職2ヵ月、
優しいスタッフに支えられ
て今日に至っています。

南千住 茂垣満里子(83)

昨年、脱水で入院、点滴
で助かりました。

豊島 守谷富美子(83)

東京ほくとを配っていま
す。3丁目支部委員の方が
頑張っているのを励まされ

季節の花が見事に満開 病院の癒しの空間に

王子生協病院「みどりのボランティア」

王子生協病院のボランテ
ィアは、「案内ボランティア」
「病棟ボランティア」
「みどりのボランティア」
があり、多くのボランティ
アさんが活動しています。
今回は、みどりのボラン
ティアを紹介します。病院
の周囲の植栽と、4階病棟
の庭園、生協王子歯科があ
る豊島ヒルの花壇などの手
入れをしています。病院建
替えから3年経った頃、駐
車場のヤマモモの木に実が
なっているのに気付き、手
入れをお願いした頃から活
発な活動が始まりました。



あじさいがきれい



4階の庭園で作業するボランテ
ィアさんたち

病院の1階と保育園の間
の庭園は、今はアジサイが
満開です。春先にはイチゴ
や、チューリップ、菜の花
やスズランなども咲いてい
ました。ボランティアさん
は季節に合わせて水撒きや
土の手入れをしてしてくれ
ているため、枯れかけていま
しるが元気になった草花もあ
り、いつも何かしらのお花
が咲いています。夏に向け
てヘチマやゴーヤ、朝顔な
どの種も撒いています。駐
車場や駐輪場にあるヤマモ
モは毎年実っていて、みん
なで剪定し収穫していま
す。
昨年は近所の方も収穫に
参加しました。ジャムやヤ

来院された時は、1階の
庭園をぜひご覧ください。
ベンチもあるので、休憩に
はちょうどいいところで
す。
ボランティア活動に興味
のある方がいましたらお声
かけください。
(王子生協病院事務次長
・伊藤里美)

ます。

志茂 神田節子(68)

マンションの植え込みに
サフランもどきのピンクの
花がかわいく咲いていま
す。

岸町 榎原一栄(89)

今年のころばん体操に参
加します。皆さんに会える
のが楽しみです。

町屋 大泉紀美子(78)

月1回いきいきサロンに
行っています。友達たくさ
んできて話が弾み楽しみに
しています。

町屋 為我井雅子(77)

初夏から夏にかけては若
アユの旬、頭から尻尾まで
すべて食べられ美味しい。
王子 中澤政子(75)

自動車を廃車にしまし
た。不便を感じています
が、一大決心です。

西尾久 小林清子

届いた残高通知を見た方
から増資が届けられていま
す。幾つものドラマがあっ
て嬉しくなります。

豊島 中西洋子

6年生の孫の運動会を見
に行きました。ワクワクし
ていたのにあまりの盛り上
がりのなさにちょっと残
念。

舎人 北原和子(41)

妊娠8ヵ月、お腹の中で
元気に蹴飛ばしています。
王子 井伊幸子(69)

「宝島」を読み終えた日
に図書カードが届きまし

た。

豊五 横山きよ(71)

梅雨時のあじさいは心が
なごみます。

東十条 端妙子(80)

熱中症、食中毒の季節、
気を付けて夏を乗り切りた
いです。

伊興 日木章子

今年は紫陽花の花が良く
咲き、背丈以上に大きくな
りました。
6月号371回パズルの
絵解きに誤りがあり、お詫
ひします。

第372回

パズル

〈ヒント〉日本一の山

〈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

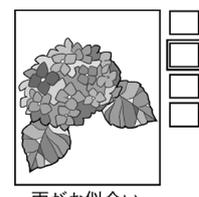
東京ほくとホームページ
からも応募できます。

〈しめきり〉7月25日。

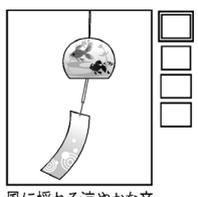
〈対象外〉

〈前回の答え〉カタツムリ
(当選者)(応募31)

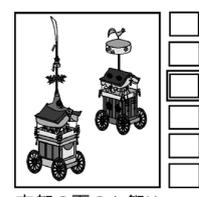
大泉紀美子、茂垣満里
子、守谷富美子、端妙子、
下山道子



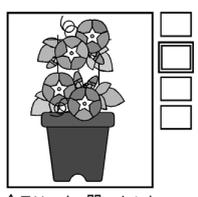
雨がお似合い



風に揺れる涼やかな音



京都の夏のお祭り



今日はいつ開いたかな

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3927-8864(法人
事務局)まで

8月21日(水) 午後2時~5時

場所: 荒川生協診療所2階面談室

9月18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)

外来診療体制のご案内

7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

[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

[定期往診]午後=月・火・水・木・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・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.

[受付時間]午前8:40~12:15、午後2:10~6:00

[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

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・火・水・木・金、午後=月・火・水・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=月・木(1・3週)、午後=月・火・水・木

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

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、乾、平井)