

生協の現況 2020.10.1現在

組合員	31,344人
出資金	15億2,198万円
一人平均	48,557円

2020年度増加

組合員	430人
出資金	5,864万円



一人は万人のために万人は一人のために

2020年11月号

機関紙
東京ほくと



ほくとLINE



東京ほくと医療生活協同組合

住所 〒114-0003 東京都北区豊島3-4-15
発行「東京ほくと」編集委員会 TEL03(3913)9100
ホームページ <http://www.t-hokuto.coop>

「コロナさえなければ…」 ～医療現場で垣間見た困難～

国の責任で公的支援・救済を

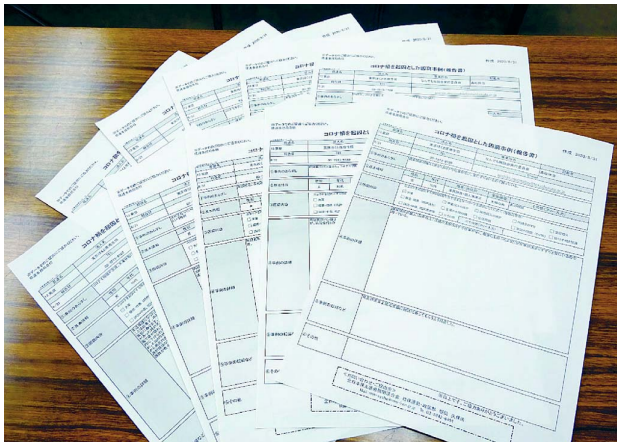
東京ほくと医療生活協同組合が加盟する全日本医師連は7月、「コロナ禍を起因とした困窮事例」の情報集中を全国の加盟法人へ求めました（個人が特定されないよう配慮して実施）。これは、事例を収集・発表し、国の責任において、全ての国民を公的支援で救済するよう求める世論と運動を強めることを目的としています。東京ほくとで集まった26件のうち、4つの事例を紹介します。

簡易宿泊所が満室 必要な人利用できず

期限つき住居を退去後、区の生活保護課に相談し、簡易宿泊所を案内された60代男性。新型コロナウイルス感染症の影響で路上生活されている方が多く宿泊しているために満室で、宿泊できませんでした。

手持ち金もほぼなく、ホテルに泊まるお金がないため、都内を歩き回っていましたが、力尽きて路上で座り込んでいたところ、通行人が救急要請し、当院に搬送されました。

整形外科的な検査と治療が必要となり、他院へ転送となったので相談員が関わったのはここまででした。治療費



寄せられた事例報告、患者と向き合うなかでコロナのあたえる影響が明らかに

都内から他県への施設入所は「お断り」

80代女性の入院患者さんは、認知症の進行が著しく自宅退院が難しい状態でした。経済的理由で、唯一のキーパーソンである親類がいるA県の有料老人ホーム入所をめざして支援しました。

は、幸いにもまだ生活保護受給が継続されていたので、ご本人の負担なく治療ができました。（地域連携室・柴本美帆）



コロナの影響を受けた相談にのっている地域連携室の職員

不可」とA県全域の介護施設から入所を断られて退院先がなくなってしまう。親類の方とも相談を重ね、最終的にはB県の有料老人ホームへ入所の運びとなりました。（同）

帰国できない外国人 無保険で受診希望

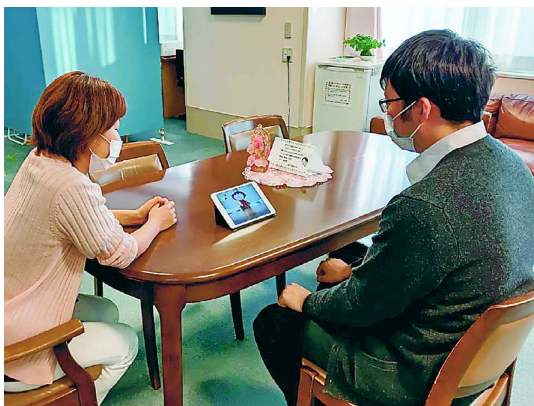
7月初旬、20代外国人男性の受診相談が入りました。「3月まで学生ビザで日本に滞在。母国へ帰ろうと考えたが、コロナウイルスで帰れなかった。3月以降、ビザが切れて働く

ことができない。難民申請の審査結果が出るまでは無保険」とのことでした。前月から皮膚が部分的に脱色して、皮膚科へ受診を希望しました。当院の無料低額診療事業の対象となるためには、保険加入が条件です。分割払いで自費診療を受けること、難民支援協会を通ずることを提案しました。結果的に、難民支援協会に一度相談へ行くことになりました。

受診援助をする上で、本人にとって不利益にならない方法・選択肢を提案できるように、日頃からアンテナを張って情報収集していることが大事だと感じました。（地域連携室・本多晴彦）

患者と家族の心を つなぐタブレットで面会

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、全国的に病院は面会制限をされており、王子生協病院も同様に行っています。最期が近づくと面会の許可をしますが、患者は「会えないと思った」と号泣し、家族は「こんなに具合が悪いと思わなかった」とショックを受けることがありました。



オンライン面会で顔が見える安心感を提供

特に新型コロナウイルス肺炎疑いの場合は、スタッフは感染予防しながら、「家族に最も期に合わせられないのではないかと」これまでに以上の対応に心がけが絶えません。面会できないなら自宅で療養、という患者さんも増えました。そこで、緩和ケア病棟では8月からタブレットでのテレビ電話のオンライン面会を始めました。（2面へ続く）

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

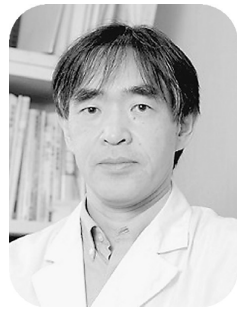
注射器

今年の8月15日は終戦から75年をむかえ、戦没者約310万人を悼み、東京で全国戦没者追悼式が行われた。この戦争では人類歴史上はじめて8月6日広島で、9日に長崎で原爆が投下され、すさまじい被害が広がった。両市とも毎年その日に平和公園で平和式典が行われ、75周年目の今年は安倍晋三首相（当時）が言葉を述べた。しかし首相は、2017年の国連総会で核兵器禁止条約が可決されたにもかかわらず一言もふれなかったことから、参加した被爆者から「どこの国の首相か」と怒りの声があがったと報じられた。そして、この8月28日に持病を理由に退陣を表明した。これを受け「安倍政治を継承する」とした菅内閣が発足することになった。国連での核兵器禁止条約が圧倒的多数で可決されたのは、日本の被爆者の粘り強い不屈の努力が世界中に広げられて強く影響した、と国連総会で高く評価されたことが明らかになった。この条約の実施については、50ヶ国による賛成で批准され90日後に発効される。すでに46ヶ国が批准に賛成しているのが実現は迫っている（10月19日現在）。日本も批准に参加する声を広げることが重要である。

▼自民党政権は、米国製高威力兵器の爆買いに続き「敵基地攻撃能力の保有」で海外での武力行使・平和憲法の改悪への方向をもとめている。終戦から75年の今こそ、平和への道へ確固とした努力をかけた。

理事会だより 10月24日

理事長あいさつ 今泉 貴雄



寒い日がみられるようになり... 秋がない」と言っていました。つい先日まで暑いと言っていたら、急に寒くなっています。くれぐれも体調管理に十分配慮してください。

新政権も政策の変化なし、無関心ではいられない

新しい内閣が発足し一ヶ月経ちました。久しぶりの首相交代で期待もありましたが、人は変わっても与党の方向性は変わらない、と思わせるようなニュースがあります。

2020年度も半年が過ぎました。この間、事業所や組合員の様々な活動において新型コロナウイルス感染症が大きな影響を与えています。理事会をはじめとした各会議、委員会の開催を制限したり規模を縮小したりしました。職員間でも密を避ける必要から職員集会や学習会を制限、また会食を制限するなどの対応もお願いしていました。感染症の収束が見えない中、諸活動はまだ従来通りとはいかず、これからもこのような状況が続くことを前提で進めていくこととなります。

こんな時期だからこそ健診、自身の健康管理を万全に

日本学術会議の会員の任命拒否問題や中曽根康弘元首相の合同葬に際して文部科学省から教育機関への通知など、私は嫌なものを感知しています。

医療活動においても、一時はかなり通院患者さんが減りました。ここにきてや

つと回復してきましたが、まだ以前の状況には戻っていません。

各健康診断については、夏までは実施できませんでしたが、例年より約2ヶ月遅れてやっと各区の健診が始まりました。北区では例年6月から10月が健診の時期ですが、今年は8月から来月1月までの予定です。

コロナの感染が広がる中、高齢者が外出を控えることで身体機能や認知機能が低下する可能性が指摘されています。また体調が悪くても受診を控えることで、かえって病状が悪化する懸念があるとの報告も耳にします。この機会に、自身の健康管理のために健診を受けるのもいいかもしれません。

インフルとコロナ 二重の対策、疑わしい時は無理せず休む

10月から、インフルエンザ予防接種が開始されています。コロナ感染のこともあって例年以上に希望者が多く、病院では接種を予約で対応していますが、予約が取れないとお叱りをいただいています。何とか希望する患者さんには接種できな

いかと担当部署のスタッフは頭を抱えている現状です。各事業所でメーカーにワクチンを追加発注していますが、その入荷次第になります。ご了承ください。

患者さんからは、「インフルエンザとコロナ感染との症状の違いはありますか」といった質問をよくされます。しかし、他の風邪も含めて、インフルエンザとコロナを区別することはほとんど不可能です。従って今年の冬は、発熱などの症状が出た場合には、この2つを常に疑っていくこととなります。

今までは私たちの行動形式では「インフルエンザなら休むけれど、風邪なら休まない・休めない」などの意識があったのではないのでしょうか。極端にいえば、熱に関しては解熱剤を使用して症状を軽くして出かける、用事を済ませますということもあったと思います。しかしこの冬は、いやウィズコロナの時代では、何らかの疑わしい症状がある場合には出掛けない・休むことが大切であるとの認識が必要で

《理事会議事録要旨》

報告事項 ①9月組織活動報告・加入80人、脱退67人、出資金増資686万円、増資者848人、班会開催48回、2項組合員1人。仲間増やし430人到達。ほくとLINE登録89人。10~12月生協強化月間。各区健診、健康チャレンジ開催中。荒川ラインウォーク、便チェック会中止、大腸がんチェック月間にキットは販売。9/9コロナと社会保障スタンディング12人(全体25人)参加。コロナ禍の災害時に備えた支部討議。マスクコンテスト30人参加。半年ぶりに王子生協病院事業所利用委員会開催。②9月決算報告。③事業所報告と新型コロナ対策について文書報告。④王子生協病院健診課未収金について議論、承認。⑤「地域で起こっている状況や支部のとりくみ」協議。⑥医療福祉生協連・全日本民医連・東京民医連理事会について文書報告。議決事項 ①「訪問看護ステーションの統合とサテライト化」について以上、議決した。

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。



村田 紫所長

今年、夏、5つの訪問看護事業所全てで、特別増資の目標を達成しました。各事業所に取り組みについて問い合わせたところ、当事業者を含め特別な取り組みはしていないことが確認できました。

訪問時に増資袋を手渡し、声を掛けさせていただいたのみでした。それはつまり、日頃の私たちの在宅における医療活動の評価で

直接会うことはできませんが、患者さんの表情がわかり好評です。9月中旬より、再び短時間の面会を家族1人まで可と変更になりました。コロナウイルス感染症

10月~12月は「生協強化月間」 医療活動が評価された結果

〜夏期の増資のとりくみから

今年、夏、5つの訪問看護事業所全てで、特別増資の目標を達成しました。各事業所に取り組みについて問い合わせたところ、当事業者を含め特別な取り組みはしていないことが確認できました。

訪問看護では、利用者さんだけでなく、常に介護者を含むご家族全員に目を向けて看護にあたっています。また在宅介護の方法を共に考え、疾患を持ちながらの在宅生活が少しでも苦痛なく、幸せになれるよう

は、時に大切な家族との距離を離してしまいます。しかし、心は離れないよう、患者さん、ご家族の絆を大切にしながら安心して療養出来るよう工夫していきたいと思っております。(緩和ケア病棟・山木佳那子)

医療と介護の現場

認定看護師や理学療法士との協力で褥瘡改善



褥瘡の悪化は、皮膚人暮らしをしています。頸髄損傷による四肢麻痺と下半身不随の方で、看護師が週2回、理学療法士が週1回、訪問していました。糖尿病もあり血糖コントロールが悪く、仙骨部褥瘡の悪化を繰り返し、深いポケットのある巨大褥瘡となっていました。地域包括ケア病棟入院や大病院の形成外科受診など行っても治療傾向は見られず、土日は他の訪問ステーションに入ってもらいながら、毎日2回の処置を継続しました。

褥瘡の悪化は、皮膚人暮らしをしています。頸髄損傷による四肢麻痺と下半身不随の方で、看護師が週2回、理学療法士が週1回、訪問していました。糖尿病もあり血糖コントロールが悪く、仙骨部褥瘡の悪化を繰り返し、深いポケットのある巨大褥瘡となっていました。地域包括ケア病棟入院や大病院の形成外科受診など行っても治療傾向は見られず、土日は他の訪問ステーションに入ってもらいながら、毎日2回の処置を継続しました。

〈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きますことが基本となっております。お困りの事があれば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

病気の話題

王子生協病院

内科 打矢 春花



乾燥肌はすべての年齢の方に見られますが、特に高齢者では9割の方にあるとも言われています。洗いや年齢を重ねることが原因です。皮脂や、皮膚の中の保湿成分が減り、皮膚が乾燥しやすくなるためです。さらに冬場の暖房器具の

少しの工夫で脱・乾燥肌

保湿で予防・改善できます

使用は湿度を下げ、乾燥がひどくなりがちです。皮膚のツヤがなくなり、細かいしわがふえたり、さらさらしたり、粉をふいたりします。かゆみがでることも多いです。掻きすぎると皮脂欠乏性皮膚炎や貨幣状湿疹という治療が必要な皮膚病になってしまいます。

「洗すぎ・こすりすぎ」のせいです。基本は手のひらを使っていただき、背中など手の届かないところは、柔らかいタオルやスポンジに泡をつけて、やさしく泡をのぼすだけで大丈夫です。ナイロンタオルを使うとその場ではすっきりし

てしまいます。浴室が寒いとつい湯温をあげがちです。事前に浴室を温めておくといいですよ。

④ お風呂から出たら、保湿成分のはいった市販の軟膏・クリーム・ローションをやさしく塗る

暖房器具、カイロで熱々に温めない
暖房を使うときは、加湿器やぬれタオルを干すなどして湿度に注意しましょう。暖房器具、カイロで熱々はとても気持ちがいいですが、乾燥や低温やけどでかゆくなりやすく、ひっかくと赤計に乾燥してしまいます。ヒートテックなどの機能性下着などをうまく利用しましょう。

乾燥肌を予防・改善するためには、病院のお薬は必要ありません。生活の中で気をつけることをお教えします。

① 中性・弱酸性の泡ポテインソープを使う
アルカリ性の石鹸・ボデーソープは、皮膚の保湿成分を減らすので避けましょ

② 手のひらや、綿やシルクの柔らかいタオル、柔らかいスポンジなどで洗う
背中やすねがかゆいのは「汚れが残っている。洗えていない」からではなく、

③ シャワーや湯船のお湯の温度は40度以下。湯船につかるなら保湿成分のはいった入浴剤を使い15分以内にする
熱いお湯は、皮脂や皮膚の中の保湿成分を溶かし出

自分が乾燥肌がよく分らない方、これらの工夫でよくなる方は、お気軽に王子生協病院内科、皮膚科にご相談ください。

⑤ 暖房を使うときは加湿をする。すねや背中を、

また、ノロウイルスが付着した生力キなどの生鮮食品、汚染された水から食中毒として感染することも

原因ウイルスの中では最も重症度が高いとされています。2歳以下の乳幼児では最も多くみられる胃腸炎で、つらい嘔吐や下痢などの症状が7日間程度続きます。時に痙攣や脳症を合併することもある怖いウイルスです。

以上、これからの時期に流行るウイルス性胃腸炎についてのお話でした。次回は、その予防や治療について書いていきたいと思います。

「明治の男尊女卑の時代に生まれ、女性は教養を身につけることなどできませんでした。女性たちを救うという決心のもと、多くの困難を乗り越えて医師になる夢を叶えた主役。多方面

王子生協病院 小児科から



これからの季節、新型コロナウイルスだけでなくインフルエンザの流行も心配ですが、今回は冬頃に流行る胃腸炎についてのお話です。

胃腸炎にかかると、胃腸の粘膜が炎症を起こし、腹痛・嘔吐・下痢などの症状

王子生協病院 小児科医 平山 美香

冬に流行る感染性胃腸炎

乳幼児は重症化の場合も

生ずることがあります。

一方、秋から冬にかけてのこれからの時期に流行することが多いのが、ウイルス性胃腸炎です。日本で最も多い胃腸炎はウイルス性

ルスで人への感染が可能です。感染した人からの嘔吐物や便を触った手についたウイルスが口に触れたり、

2月〜4月頃にはロタウイルスが流行することが多いのですが、急性胃腸炎の

以上、これからの時期に流行るウイルス性胃腸炎についてのお話でした。次回は、その予防や治療について書いていきたいと思います。

染でしばしば問題となるノロウイルスとロタウイルスです。

11月〜翌3月頃にはノロウイルスが流行します。ノロウイルスの感染力はきわめて強く、10個程度のウイルスで人への感染が可能です。

また、ノロウイルスが付着した生力キなどの生鮮食品、汚染された水から食中毒として感染することも

原因ウイルスの中では最も重症度が高いとされています。2歳以下の乳幼児では最も多くみられる胃腸炎で、つらい嘔吐や下痢などの症状が7日間程度続きます。時に痙攣や脳症を合併することもある怖いウイルスです。

以上、これからの時期に流行るウイルス性胃腸炎についてのお話でした。次回は、その予防や治療について書いていきたいと思います。

街づくり

支部ニュースから

地域の話題満載の手作りの支部ニュースが発行されています。そこからちょっと拝借して紹介します。

豊島4丁目 『みんな笑顔』

8月13日に、支部から3人が参加して映画「一粒の麦・荻野吟子の生涯」を観ました。2人があらずし紹介と感想を寄せてくれました。



一粒の麦

荻野吟子の生涯 山田火砂子 監督作品

「明治の男尊女卑の時代に生まれ、女性は教養を身につけることなどできませんでした。女性たちを救うという決心のもと、多くの困難を乗り越えて医師になる夢を叶えた主役。多方面

『北診だより』

コロナ禍で外出や活動が制限され、私の心を満たしてくれている2つを紹介いたします。

①4姉妹(大阪2人、福岡1人)とグループLINEでつながっています。コロナ禍になって頻りに連絡し合い、近況、相談ごと、

家庭菜園など話題はつきません。写真も送られるので以前に増してリアルに互いのことが共有できます。次は4人でLINE電話に挑戦します。②医療福祉生協の情報誌 comcom の記事を参考に、ペランダでオクラの種まきから初挑戦。芽が出るまで気を使い、虫がつくと妹たちにSOS、花が咲き、実が出現すると感動...とドキドキ



・ワクワクの連続でした。今度はキャベツに初挑戦です。(東十条支部 白坂弘子)

みんなで学ぼうSDGs

東京ほくとは、今年度からSDGsのとりくみを事業所と地域で進めていく方針を打ち出しています。毎号1項目ずつSDGsの17のゴールについて学び、自分たちができることを共に考えていきたいと思います。

③ すべての人に健康と福祉を



最近では聴き慣れないローマ字がいっぱいで、閉口されている方も多いのではないのでしょうか。今日は「MDGs」と「Health For All」というローマ字を追加してまいります。最近の健

康や福祉に関する世界の最先端のお話なので、どうしても日本語にならない言葉もあるのですが、それをわかりやすくしてみたいと思います。



東京保健生活組合 副理事長
大泉生協病院 院長
齋藤 文洋

コロナ禍の変化に対応するには

高齢者ケア委員会が学習会

毎年行う高齢者ケア委員会の学習会を、10月14日に開催。テーマは「コロナ禍での高齢者の生活変化について」。

齋藤さんは、コロナ禍で外出できない影響について、「デイサービス休止や、本人・家族の希望でデイを休み、フレイル進行や精神疾患の症状悪化、虐待ケース増加がある」と報告しました。「顔が見えることで支援が進むこともある。新しい生活様式の中で、住み慣れた地域で暮らすための工夫が重要」と話しました。

今泉貴雄院長の問題提起を受けて、北足立生協診療所土井絵里子師長、訪問看護ステーションなでしこ平松明美看護師、王子光昭苑高齢者あんしんセンター鮫島美幸さんが、地域の状況について報告しました。

その後、「各々が経験したこと」「東京ほくととしてできること」を話し合いま

SDGsの根幹にある目標

60年来めざして先頭を走り続ける私たち

の中で「健康とは、完全な肉体的、精神的及び社会的福祉の状態であり、単に疾病または病弱の存在しないことではない。到達しうる最高基準の健康を享有することは、人種、宗教、政治的信念または経済的もしくは社会的条件の差別なしに万人の有する基本的権利の一つである」としました。

その後1978年アルマアタ宣言が採択されます。この中で「Health For All（全ての人に健康を）」ということが謳われます。この精神は1986年の「ヘルスプロモーション」のためのオタワ憲章にも受け継

憲章で「健康のための前提条件」として示された8つの項目とほぼ同じです。その後、CO2排出と気候変動、新たなジェンダーの問題、国内における格差、世界のすべての人々への教育、健康的な生活と福祉の促進など新たな課題が現れました。

「すべての人に健康と福祉を」という、私たち医療福祉生協連、そして民医連が60年来めざしてきた目標がまさに全世界の国々との目標となり、その結果、私たちは世界とともに、その先頭を走り続けることになったのです。

様々な職種や組合員が参加して、活発な意見交換になりました。それぞれがコロナ対応の大変さを知る良い機会になりました。病院では現在面会制限があり、様々な影響が出ています。家族に会えないストレスから精神的に落ち着かなくなり、ご家族も会えなくて不安が増強します。

コロナのため他県に住んでいる家族が会いに来られず、状態が悪化してから入院となって近況を全く知らないなど、今までとは違う大変さがあります。法人内で行われていたサロンやカフェの活動は一部再開して

いますが、以前のような参加人数に戻っていません。今回、①外に出る工夫：サロン・カフェの継続、団地の広場で体操、待合室での工夫、②関わり方の工夫：フェイスシールドをする

と会話が伝わりづらいの



組合員と職員が活発に意見交換

無料 いのち・くらし・雇用
なんでも相談会
11月24日(火)
午後5時から6時まで
王子駅前三角公園
感染防止のためマスクの着用をお願いします。王子駅前三角公園にて感染対策を施した簡易テントを張り相談会場にしています。
雨天中止
主催：なんでも相談会実行委員会

病院・診療所・事業所だより
感染対策しながら要望に応じて選ぶリハビリ
楽しく運動する感覚でリハビリ
鹿浜通所リハビリ
月々土曜日、利用者さんがりハビリに励んでいます。その中で選べるリハビリ週間を設け、作業活動が興味を持ったプログラムを選択できるようにしています。まずは、ゲームを見ていただき、参加した皆さんで楽しみつつ運動ができました。今後も要望を聞きながら、より良いリハビリを提供していきます。(作業療法士・矢口真生)

街づくり
王子生協病院
病棟介護福祉士・倉持誠
病棟の介護職は、医療チームの一員として日常生活を支える視点から、介護や退院支援にかかわります。超高齢化社会で今後ますます介護職の需要が増える一方で、人材確保は大変難しくなっています。20代〜30代の若い担い手が不足し、福祉の専門学校等では定員割れや廃校も見られます。当院でも他人事ではなく、人材不足が深刻な状況にあり、病院介護職確保プロジェクトを立ち上げ、新卒採用に向けて検討し始めました。今後も病院での介護福祉士のやりがいなど魅力を発信し、人材確保に向けて力を入れていきたいと思えます。(地域包括ケア病棟介護福祉士・倉持誠)

<募集要項>
職 種：介護福祉士・常勤2名
応募資格：介護福祉士または介護福祉士取得見込み
勤務時間：日勤のほかに早番、遅番、当直があります
週休2日(祝日込み 4週8休)
給 与：基本給のほか夜勤手当、住宅手当、家族手当など ※交通費支給
連絡先：王子生協病院 看護部長
電話03(3912)2201(代)

コロナに負けるな!

小学生から応援メッセージ

奮闘する職員の心とあます

9月8日、北区の小学校3校からの「医療従事者に向けての応援メッセージ」422件を、北区役所の職員が王子生協病院に届けてくれました。北区の取り組みで、各医療機関に届けているそうです。職員用通路と病院会議室前に掲示しています。

なかには一枚で足りずに3枚使っている子や、色を塗ってくれたり、絵を描いてくれたりと、個性があふれています。消しゴムの跡も多く、高学年になると「清々しい季節になりました・」などと堅苦しい言葉を使った文章もあり、一生懸命に書いている姿が浮かび、癒されます。家族とコロナの話をしながら作成

の懸念」が広がっているのではないのでしょうか。コロナ禍の5・6月の2ヶ月間、機関紙「東京ほくと」の休刊を余儀なくされました。この間は組合員に情報が届かず、様々な活動がストップしました。現在は感染予防の取り組みを徹底し、制限はありますが活動を再開しています。

これからも続くであろうコロナ禍でも、組合員活動の情報、東京ほくとからのお知らせを共有するために「ほくとLINE」(東京ほくとLINE公式アカウント)をはじめました。随時情報発信しますので、多くの支部、委員会、班会、サロンで活用してください。(組織部・佐藤章)

「一緒に頑張ろう」メッセージ送る
そして、病院としてお礼の文書を各学校宛に送ることにしました。感染対策担当の打矢春花医師が「一緒に頑張ろうメッセージ」を作りました。2年生でも読めるように、漢字も選んでいます。お礼の言葉と、生活が変わってしまっているストレスの

解消の仕方を書きました。また、コロナにかかるのは誰でもありえること、感染予防をすれば流行しにくいことをやさしい表現で記しました。東京ほくとI

「助けようと必死な姿 ぼくは見ています」
小学生からのメッセージを一部紹介します。 「がんばればけんこうのためくすりがつくれるかもしれないから、がんばってください」(9年生) 「いつもわたしたちのいのちをまもってくださいありがとうございます。今、わたしはオペするとき使う物をばんきょうして使います。なぜかというわたしは、しょうらいのゆめがおいしゃさんになりた

いからです」(3年生) 「ぼくはいつも世界のために働いている医療関係者の人々に感謝しています。ぼくも『あんなふうになりたいな』と思う時もあるくらいです。これからも大変だと思いますが、みんなのためにがんばってください」(5年生) 「コロナウイルスと命がけで戦っている医療関係者のみなさま、いつもありがとうございます。みなさんがかん者さんたちを、助けようと必死に戦っているすがたを、ぼくは見ています。なにかできることがあったら何でも言ってください」(6年生)

「ぼくはいつも世界のために働いている医療関係者の人々に感謝しています。ぼくも『あんなふうになりたいな』と思う時もあるくらいです。これからも大変だと思いますが、みんなのためにがんばってください」(5年生) 「コロナウイルスと命がけで戦っている医療関係者のみなさま、いつもありがとうございます。みなさんがかん者さんたちを、助けようと必死に戦っているすがたを、ぼくは見ています。なにかできることがあったら何でも言ってください」(6年生)



子どもたちの言葉が職員の胸に響く

LINE

コロナ禍のなかでも仲間とつながり情報を共有するために

組合員のための
東京ほくとLINE
公式アカウントはじめました

新型コロナウイルス感染拡大が続く中、先行きの見えない不安や友達に会えない、外に出られないストレスで、皆さんの周りでは「コロナ疲れ」や「健康へ

登録方法 (登録は簡単(どなたでも登録できます))

1. LINEを開く
画面左下「ホーム」をタップ
2. 右上の「+」をタップ
3. QRコードをタップしコードを読み取り
4. QRコードの画像を読み込み友達登録をしてください
5. 「ほくとLINE」から定期的に情報が届きます

ほくとLINE
へようこそ

様々な情報が届きます
○東京ほくとホームページ・健康チャレンジ・機関紙「東京ほくと」をすぐ開くことができます。機関紙のトピックスや「なんでも相談会」などの企画案内が届きます。

12:45

東京ほくと...

機関紙「東京ほくと」10月号
10月15日発行です
1面「14年ぶりの新支部、加賀血谷支部」5面「水害から命を守るためにやっておきたいこと：平山

東京ほくと医療生協 ホームページ

健康チャレンジ 2020

機関紙最新号 東京ほくと

コロナに負けるな! ほくと「HOPE」ニュース

東京ほくと医療生協 加入・増資の案内

お問い合わせ フォームはこちら

メニュー

イチ押し! シネマ

日日は好日

目と耳で楽しむ 茶の趣や美しさ

私のおすすめ映画は、大森立嗣監督の「日日は好日」です。茶道の映画ですが、お茶をやったことがなくても楽しめる映画です。大学生の典子が母の勧めでお茶を習うことになる。それから四半世紀、挫折や失恋、大切な人との別れ。お茶を通してその瞬間を味わい、かみしめ、生きてきたお話です。

茶室の様子や茶道具の季節のよう生。

趣、お菓子の美しさ、自然の音や光、音楽と楽しめる作品です。主役の典子役は黒木華さん、お茶の先生役は樹木希林さん、いとこ役は多部未華子さん、と素敵な女優さんが出ています。

コロナ禍で自粛生活が続き、鬱々とした毎日を過ごしていた時に、心が癒され何回も見てしまいました。季節や自然の移り変わり、人との出会い、五感を使い味わっていくことの楽しさを教えてくれた作品です。

この映画の原作、森下紀子さんの「日日は好日」を読むとまた一段と映画の場面が生きて感じられて楽しむことができます。映画が上映されていた頃に出版された「好日日記」も一緒に読むと、もっと深くこの映画のことがわかります。何回観ても新しい発見があり、閉塞感のある中で気持ちを開放できる。素敵な映画です。(緩和ケア病棟 岡本やよい)

新入職員紹介 (3)

王子生協病院

大出 紗代(保健師)



趣味は旅行とバレエ観劇です。よろしくお願ひします。

王子生協病院

加藤 美穂(看護師)



コミュニケーション力と技術力を身につけて冷静に行動する看護師になりたいです。寝起きが良いです。

生協浮間診療所

津野湖の里(看護師)



患者さんを通じて自分自身と向き合い、自己研鑽することを大事にしています。

王子生協病院

中村 泰斗(理学療法士)



王子生協病院

照屋 陽風(事務)

軸を持っている理学療法士になりたいです。探求心を持ち続けて、患者に寄り添えるように頑張ります。



柔軟な対応を、誠実かつホスピタリティをもって行いたいです。入職以来、早寝早起きを継続しています。

都立尾久の原公園

尾久の原公園は旭電化尾久工場跡地にできた公園です。ジョギングする人、犬を連れて散歩する人、家族でお弁当を食べる人、サッカーやバドミントンをする人。のどかな日でした(熊谷 勲)



8

街スナップ

こまさんの



(1)

メロス言語学院
非常勤講師
中川ゆき子

東京ほととの診療圏の北区・荒川区・足立区には、それぞれ約100カ国からの在留外国人がいます。私たちが暮らす地域がより多様化する中で、やさしい日本語の需要が高まっています。今回からの連載で、どんな言葉が「やさしい」のか、考えていきましょう。

＊ ＊ ＊

もし駅で「すみません」と、カタコトの日本語

で話しかけられたら、どうしますか? 街中で「アノ」と話しかけられたら? 「英語は話せないから」と、笑顔で切りぬけようとしていませんか? このような時に役に立つ、「やさしい日本語」というものがあります。これは、阪神淡路大震災で外国人が多く被災したことから生まれた考え方です。去年の台風上陸の際、NHKが「やさしい日本語」でツイッターを発信して話題になったので、目にすることが



通信

(敬称略)

浮間 高橋明子
後期研修医の皆さん、とても頼もしいですね。
王子 大川重方(75)
日課は病院に薬をもらいに行くだけになりました。
豊島 横山きよ(72)
今年はインフルエンザ予防接種を早めました。
神谷 宮本房江(86)
初のインフルエンザ注射。怖かったですがホッと。
伊興 日木章子(63)

ドングリのハカマ探して、下ばかり見て歩いていきます。
王子 橋本美智恵(80)
皆さん、新型コロナで苦勞なさって大変ですね。
岸町 榎原一栄(90)
年とともに鈍くなる。少しでも元気で動きたいです。
西新井本町 斉藤直江(71)
早速インフルエンザ予防接種をしました。
豊島 横尾城治(81)
豊かな出会いがあり自分史第2部を開きたいです。
南千住 小池美樹

心も言葉もやさしく

英語ではなく日本語でOK

ある人もいるかもしれませぬ。ひらがなを多く使用し、簡単な日本語で表記します。
話す時には、ゆっくりと、簡単な単語を使って、短い文で話します。そして、文末は「ですます」を使った方が良いと言われています。日本語学習者が先に勉強するのが「ですます」だからです。例えば道案内なら、「銀行はその交差点を右折して左手にある」ではなく、「そこを右に曲がります。左に銀行があります」という具合に、外国人だからといって、みんな英語が得意なわけはありません。カタコトでも日本語の方がわかる人も少なくないのです。街角で外国人を見かけたら、ぜひ優しい心で「やさしい日本語」に挑戦してみてください。

医療や取り組み、コロナやインフルエンザ対策も載っていて勉強になります。
王子 井伊幸子(71)
子ども食堂で王一時代の母さん(保護者)に会いました。40年ぶり、感激。
新田 関根幸一(69)
月1回くらいのペースで通院しています。元気です。
堀船 荒井タカ子(79)
孫の結婚式に出席。「おはあちゃんありがと」に涙。
西尾久 小林清子(73)
支部でSDGs学習用に冊子買いましたがコロナで頓挫。連載読み合わせです。

パズル

第386回

豊島 中西洋子(70)
シルバーパスを運転手に見せずにスイカのようにペタン。習慣に笑いました。
舎人 小野田和恵(75)
王子生協と北足立生協にお世話になっています。孫の結婚式に出席しました。
王子 中澤政子(77)
車を廃車に。婚の運転でお墓参り、嬉しいですね。
南千住 茂垣満里子(85)
向島百花園で秋のトクネルに秋を感じました。
志茂 神田節子(69)
機関紙を配ると色んな花

〈ヒント〉7歳・5歳・3歳の節目に健やかな成長を祝う伝統行事「○○○サ〇」。
〈とき方〉二重枠の4文字を並べかえると答えです。
〈応募方法〉答え、住所、氏名、年齢を書いてT114-0003北区豊島3-7-1東京ほとと医療生協「機関紙編集部」まで。東京ほととホームページからも応募フォームで簡単に応募できるようにあります。
〈前回の答え〉タイイク(当選者) 岩田春江、小池美樹、小林清子、高橋明子、田澤加枝



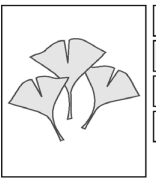
高齢者などを介抱し世話する。11月11日は○○○の日



30年前まで東京では11月だった。今月は「霜月」



ボージョレヌーヴォ解禁。多種で最近はおレンジも人気



実は栄養価が高く美味しいので食べすぎに要注意

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) *印=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

予防接種は、病院・各診療所にお問い合わせ下さい

内科	予約	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
		菅野	*池森 【腎・高血圧】 (2:30~)	今泉 藤沼 大野【心】	森岡 高島 *平山陽 大野【心】	高島	*松本 宮島 春田	森岡 *神田 渡邊郁	森岡 久保	高浪【呼】 村山(1:3・4・5週)	今泉 岸本 密山 笹島【循】			今泉(1・2・3・5週) 藤沼(1・3・5週)
一般		*松本 久保	森岡 *櫻井	岸本	*青柴	今泉 漆畑(1・2・3・5週) *青柴(4週)	親川 *王	宮島	近藤 *野島	*松本	星	森岡 密山	森岡 密山	森岡(1・3・5週) 小池(1・3・5週) 岸本(2・4週)
家庭医診療科		*上野		*打矢				佐野康	佐藤寿		漆畑(1・2・3・5週) 密山(4週)			
小児科	児健 予約	*平山美 診察	*平山美 診察・予防接種 乳健	*平山美 診察	*平山美 診察・予防接種 乳健		*名知 診察・乳健	*名知 診察・予防接種 乳健	*平山美 診察 食物経口負荷 試験(予約)	*平山美 (アレルギー予約)	*平山美 診察	*平山美 診察・予防接種 乳健		越智 診察・予防接種
緩和外来(予約)			○	○入院相談					○入院相談	○				
もの忘れ外来(予約)			○							○				
整形外科		西野	宮本(予約)	篠田				谷口		整形外科 医師		茂呂		整形外科 医師
皮膚科		*上田							井川				松田	
泌尿器科				戸出								田中		
上部内視鏡				○				○		○		○		○(3週)
下部内視鏡					○			○				○		
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 【呼】=呼吸器内科、【循】=循環器内科 (訪問診療)月・火・水・木・金・土 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

内科	予約	月		火			水		木	金			土
		午前	午後	午前	午後	夜間	午前	午後	午前	午後	夜間	午前	
										*伊藤			秋山 (2・3・4週)
一般		大場 餅取 (2・4週)	秋山	大場 秋山	大場	秋山	秋山	大場	秋山 大場	秋山	秋山	秋山	大場
専門		*皮膚科医						整形外科 渡会					
胃内視鏡		餅取(1・3週)											餅取(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
[訪問診療]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

内科	予約	月		火			水		木		金			土
		午前	午後	午前	午後	夜間	午前	午後	午前	午後	夜間	午前		
		田邊	菅野	泉水 (内・小) (予約) 伊沢	伊沢	伊沢 泉水 (内・小)	田邊 伊沢	伊沢	伊沢	伊沢 (2・4週)	田邊 伊沢	伊沢	門松 (内・小) 伊沢	田邊(1・3・5週) 古池(2・4週)
専門			*水谷(整形) (予約)	永井(整形) (予約)			桑野(糖) (予約)				*武井(整形) (予約)			

[受付時間]午前8:30~12:15 午後1:30~4:00 夜間5:00~7:30
[訪問診療]午後=月・火・水・木・金

鹿浜診療所

足立区新田2-4-15
☎3912-8491

月	火	水	木	金	土
午前	*平山 *櫻井	*櫻井 *林	*平山 *林	*平山	*王
午後	*平山		*平山		*神田

[受付時間]午前8:45~11:00、午後2:30~5:00、水2:00~5:00、金3:00~6:00、発熱風邪症状外来11:00~12:00(予約制)
[訪問診療]午前=金、午後=火・水・金※休診、代診は、お問い合わせください。

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(郁) *谷津(小)	渡邊(郁)	渡邊(郁)	渡邊(郁)	渡邊(前)(1・3・5週) *谷津(小)
午後		渡邊(郁) (2:30~)		渡邊(郁) (4:00~6:00) *高橋(内・小) (2:30~5:00)	

[受付時間]午前8:40~12:15、午後2:10~6:00
[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(隆) 日向	渡邊(隆)	渡邊(隆) 藤田 佐藤(只) (1・2・4週)	渡邊(隆)(予約) *稲葉(予約)	*中丸 丸山(2週) 藤田(4週)
午後	渡邊(隆)		佐藤(只) (1・2・4週)	*中丸(予約)	
夜間		渡邊(隆)		杉山(2・4週) 佐野(正) (1・3週)	

[受付時間]午前8:40~12:00、午後1:40~4:15、夜間5:40~7:45
[訪問診療]午後=月・火・水・木・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	藤沼 *安藤	*井口 佐藤(只)	*安藤 松本	藤沼 佐藤(只)	藤沼 *田中
午後	*安藤 *田中	*井口 *安藤	*田中 *安藤		佐野(康) *田中
夜間		大西 佐藤(只)			佐野(康) *田中

[受付時間]午前8:40~12:00、午後1:40~4:15、夜間5:40~7:45
[訪問診療]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

月	火	水	木	金	土
午前	佐藤(寿)	佐藤(寿) 中島(整形)2・4週	佐藤(寿)	村山(予約) *高橋	門松(予約) *高橋(小)
午後	郭	*高橋	*中丸	*高橋(1・2・4週)	門松
夜間	佐藤(寿)(1・2・3週) 八巻(4週)			*高橋(1・2・4週) 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
[訪問診療]午前=月・木(1・3週)、午後=月・火・水・木

往診運転手アルバイト急募

毎週月曜日(週1日)
8時45分出勤で往診終了まで(休憩1時間)
時給1,050円
軽自動車・オートマ・カーナビ付き
お問い合わせ:生協王子歯科・河合
電話03-3927-9573(9時~17時)

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 *望月	前田 *竹田 *望月	*竹田 *望月	前田 *竹田	前田 *竹田 *望月
午後	前田 *竹田 *望月	前田 *竹田 *望月	*竹田 *望月	前田 *竹田 (1・2週)	前田 *竹田 *望月
夜間			*竹田 (1・4週)	前田 (2・3週)	

[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
[訪問診療]月~金

歯プラン販売 11月4日、9日、13日、18日、24日、28日
「特売日」 12月3日、8日、18日、23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

北区豊島3-4-15
☎3912-6181

王子訪問看護ステーション

北区豊島3-19-3
☎5902-7156

十条訪問看護ステーション

北区中十条2-7-13 丸栄ビル一階
☎5963-7720

ヘルパーステーションのぞみ

北区豊島3-7-2
☎5390-5998

地域ケアセンターわかば

北区豊島3-19-3
☎5959-7875

居宅介護支援事業所ハピネス

北区東十条2-8-5
☎5390-6024

グループホーム ほくとひまわりの家

北区西が原2-24-8/リジナル飛鳥山1-2階
☎5980-6222

荒川生協診療所通所リハビリ(デイケア)

荒川区荒川4-54-5
☎3802-2810

あらかわ虹の里デイサービス

荒川区荒川4-54-5
☎3802-3541

虹の訪問看護ステーション

荒川区荒川4-54-5
☎3803-1179

ヘルパーステーション虹

荒川区荒川4-54-5
☎5850-3585

地域ケアセンターはけた

荒川区荒川4-54-5
☎3805-8388

都市型軽費老人ホーム ほくと西尾久虹の家

荒川区西尾久8-13-9
☎5855-7801

訪問看護ステーションなでしこ

荒川区西尾久8-13-9
☎5855-7761

デイサービスセンターなでしこ

荒川区西尾久8-13-9
☎5855-7447

訪問看護ステーションたんぽぽ

足立区新田3-26-1-101
☎5390-8451

鹿浜診療所通所リハビリ

足立区新田2-4-15
☎5902-7179

職員募集

- 医師 ●看護師 ●訪問看護師
- 事務 ●歯科衛生士 ●介護職員 ●医療ソーシャルワーカー
- セラピスト(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士)

【詳しくは
お問い合わせください】

法人総務部代表電話 03-3927-8864

◎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)

コロナに負けるな!! 手作りマスクコンテスト

今回の手作りマスクコンテストは、新型コロナウイルスの緊急事態宣言時にマスク不足で困っている中、マスクを手作りして人に差し上げている組合員がたくさんいることを知り、明るく楽しい気分になるよう企画しました。30名から52作品が出品されました。たくさんのご応募ありがとうございました。

デビュー賞

王子 永井ららさん



表地の手拭い柄が擦れないように縫い、裏地は熱がこもらず蒸れない様、快適な濡らすと冷えるクールタオルを使用し製作しました。

息子の愛で賞

南千住 村上広雄さん



次男が日暮里繊維街に行き気に入った生地を見つけて作ったそうです。どういわけか私に「酒の銘柄マーク」のマスクでした。

刺繍がきれいで賞

十条西 清水力伊さん



刺繍がきれいなので、ハンカチで、自分で作ってみました。

アイデア賞

王子本町 海老沢よし子さん



綿の紐を材料にかぎ針で作っています。王子本町の組合員さんにも作り方を教えて差し上げ、とても好評です。

アイデア賞

西尾久 小林清子さん



孫からのクリスマスプレゼントのラッピングを見つけました。不織布のしっかりしたものだったので、裏には綿の布を使って縫ってみたところ、我ながらしっかりしたものができました。

ダンディで賞

赤羽東 浜野妙さん作
モデル 畑中久明専務



「ほっとカフェ」で販売したマスクを畑中専務もお買い上げ、大臣もしていた話題のイケメンマスクです。

カッコいいで賞

豊島7.8 濱野紀美恵さん作
モデル 吉川彩子さん、巧くん



マスクを頂いた吉川さんより「濱野さんに、頂いた親子マスクです。カッコいいでしょう。ありがとうございました。」

かわいいで賞

神谷堀 石渡育子さん作
モデル 加々谷柁くん、麦ちゃん



「小学校、幼稚園では毎日2~3枚必要で、特に子ども用が手に入りづらい時期とても助かりました！子どもたちも楽しんでつけています。」母より

おもしろいで賞

江北生協診療所 看護師
西方美沙子さん、歩くん



息子の大好きなドラえもん生地で作りました。お陰で息子のマスク嫌いがなくなりました。



汐入 太鼓ミドリさん



汐入 三上芳子さん



町屋 新井勝子さん



南千住 村上一枝さん



荒川5.6 中嶋由美子さん



荒川5.6 五十嵐ひろ子さん



荒川町 吉田かついさん作
モデル 板屋キミさん



汐入 吉村ふさ子さん



西日暮里 飯塚ハル江さん



足立西部2 田沢きよみさん



北足立第1 稲富まき子さん作
モデル 稲富初江さん



王5 若林ふさ子さん



赤羽東 浜野妙さん作
モデル十条西 田中爽子さん



王子本町 久保みどりさん作
モデル十条東 小川早苗さん



神谷堀 榊輝美子さん



中里 倉科容子さん作
モデル 藤田美佐子さん



豊五 高橋リノさん



滝野川 佐藤雅子さん作
モデル豊島4 渡辺博さん



豊島5.6 ご近所さん作
モデル 平井和子さん



江刺尚子さん作
モデル 山崎たい子さん



豊島1.2 瀬田篤子さん作
モデル 渡邊絵理さん

このマスクコンテストは福祉たすけあい委員会・健康づくり委員会の共催で行われ、厳正なる審査の結果、賞を決定いたしました。上段9名には賞状と図書カードを、参加者全員にささやかな賞品を贈らせていただきました。



審査会