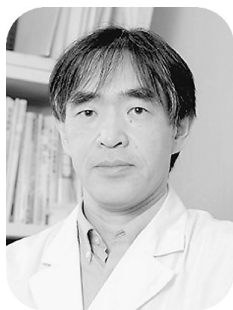


あけまして おめでとうございます

東京ほくと医療生活協同組合

理事長 今泉貴雄



新型コロナウイルス感染症、ほぼその対策で終始した2020年が終わり新年を迎えました。昨年の年明けに中国の都市で感染症が流行ってきている、とのニュースが入ってきましたが、まさかこのような事態になるとは予想もできませんでした。

昨年は感染が拡大、物資の不足が生じるなか、組合員の皆さんには様々な支援をしていただきまして大変ありがとうございました。改めて組合員との絆を感じた次第です。年明けでも各事業所では引き続き感染に注意して、皆さんの健康増進のための活動を行っていきます。

このウイルスは人類に対して感染症の脅威をあらためて呼び起こしただけでなく、私たちの社会の営みに関して、大きな問題をもたらしました。一言でいうなら、社会のいろいろな局面で分断をもたらした、といえます。感染症に対しては皆が3密を避け、感染防御の対策を講じることである程度は予防できる可能性があると思います。しかし、感染症にまつわりあらゆる偏見が生じ、差別が起きているニュースを聞くと、感染症への恐怖以上に、大きな問題を投げかけたものと思います。

アの構築のために、互助組織である生協の強みとして、法人としても私たちは何ができるのか模索してきました。しかしこの感染症の出現、拡大により、当法人の諸活動、生協活動をどのように行いか、再検討が必要になっていきます。

法人の運営に関しては、医療・介護活動そのものに影響があり、経営的に大きな打撃となりました。組合員の諸活動に関しても、様々な制限が生じました。この数年皆さんも幾度となく耳にしてきた地域包括ケ

ほくと応援 増資の振込先

郵便振込（通信欄に組合員番号をお書きください）
記号：001601
番号：77824
振込先：東京ほくと医療生活協同組合

《理事会議事録要旨》

報告事項

①11月組織活動報告・加入221人、脱退44人、出資金増資757万円、増資者941人、班会開催55回、新班結成1班、2項組合員10人。仲間増やし780人到達。生協強化月間のうち10～11月に仲間増やし350人、増資目標達成7支部・7事業所。健康チャレンジ報告225人提出。すこしおモニター56人、1～2月ウォーキング月間。各種署名に取り組む。11/24なんでも相談会6件相談。ささえあい依頼書、事業所窓口へ置く。王子・北・北足立・鹿浜で事業所利用委員会。②11月決算報告。③次期理事体制、来年度予算方針案、新型コロナウイルス感染状況について提起・討議。④事業所報告。⑤「2020年度上半期概要 監査所見」について報告。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「機械器具等購入決裁規定」について
②「役員推薦委員会の設置」について
以上、議決した。

コロナに負けるな！

政府の財政支援薄く

医療・介護へ痛烈な打撃

コロナウイルス感染症は東京ほくとの経営に大変な打撃を与えました。昨年4月～10月の累計経常損失は約1億3千万円。予算（予定）は10月終了時点で累計2千7百万円の黒字でした。つまり、予算より約1億6千万円も不足している状況です。

第1波のときの損失（赤字）が大きく、また外来患者数は昨年と比べ約2割減少、会社健診や小児予防接種控えなども影響しています。そのため6月には資金

のコロナ支援制度をしっかりと利用し、実際に入金もされています。それなのになぜ前述のような経営危機に陥っているのでしょうか。その要因は、第一に新自由主義のもとで社会保障を削減し、医療・介護経営基盤を脆弱な状況にしてきた

政府の低医療・介護政策にあります。低い診療報酬制度の下で、やっとの思いで必死に経営を維持してきたところ、コロナ禍で一挙に危機的状況に追いやられました。

第二に政府の支援策が不十分です。日本中の医療・介護関係者は、昨年水準の事業収益の確保を要求しました。政府はただちに経営支援をするべきでした。ところが、感染対策費・慰労金、一部の病院に限った資金支援、資金貸付などで、医療・介護体制全体を支えようとしていません。



王子生協病院は30人以上のコロナ感染者の入院を受け入れ、その他の事業所の職員も日々コロナウイルスと向き合っており、地域の医療・介護を精いっぱい支えて

きました。その結果半年で約2億円もの資金を減少させてしまったにもかかわらず、重症者ではないなどの理由から補填は約8千万円しか受けられていません（2020年11月現在）。

こうした窮状を訴えるべく、東京民主医療機関連合会は東京都に対する第3次要請を行いました（11月30日）。東京ほくと医療生協の畑中久明専務が参加し、都民のいのちと暮らしを守ることに同時に、医療や介護事業所を守るための対策を改めて強く要望しました。

地域で求められている医療・介護に添えていくため、これからも抜本的な支援策を要望し、運動を強めていきたいと思っています。（経理部長・柳川憲二）

丑年座談会

（より1面
続く）

村田 私は生まれも育ちも豊島町で、王子生協病院を知ったのは「親子で遊ぶう会」でした。働こうと思ったとき、王子生協は敷居が高くて北病院の訪問看護部にパートで入りました。訪問看護歴25年です。

実母がお世話になり、「ほくと」の良さを痛感しました。温かな看護の力に感謝しかありません。病棟の多忙さに疲弊している看護師の方々に、日々行っている看護に自信と誇りを持ち続けていただければ、

盛り上がりましたね。では最後に新年の抱負を。

田統括所長として 村今年は大仕事を

大川原 知識を増やし、余裕を持って患者主体の看護ができるようになりた

い。聞く立場から聞かれる立場になる可能性もあるの、責任を強く持つて励みます。

落合 昨年は組合員さんに防護服を手作りしていたなど、たくさん応援してもらったので、今年は恩返しできるように、共に歩んでいけるように貢献したいですね。

横田 コロナで組合員さんが大きく集まることのできなかった。会議、学習会も人数制限。ストレス溜まっているんです。今年こそは総代会やりたいね。国がオリンピックやるというんだから、私たちがやって

って問題ないだろう（笑）。村田 大きく出ましたね（笑）。今年4月1日、5つの訪問看護ステーションが合併します。統括所長として大仕事をやり遂げます。

4人の親を看取り、3人の子どもも自立しました。趣味を増やして楽しくやっていきたいですね。民医連とは離れられないです。コロナにかからない、健康でいること、これは世界中の希望ですね。今日はありがとうございました。（文/石原妙子・編集委員、川井久子・編集委員）

◎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。

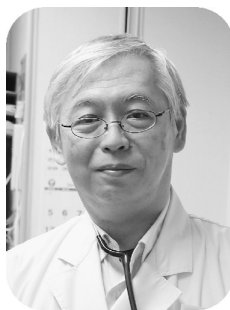
立場・経歴・年代が違う4人、話はつきない



病気の 話

荒川生協診療所

所長 田邊 康一



2581人。これがこの原稿を書いている12月13日時点での新型コロナウイルス感染症（以下コロナと略）による日本での累計死亡者数で

す。第3波はいまだ減り始める気配もなく、この数字の増加はしばらく続くでしょう。ここに至っても政府は頑なにGOTOを止めようとしません。人の移動が感染症対策に逆行するのは常識ですが、ここまでくると人災です。すね。(12月22日追記。政府もついにGOTOの一時中止を決めました。遅い！)

戦後の日本で5千人以上の死者が出た自然災害は3回しかありません(伊勢湾台風(5098人)・阪神

捨てるウンチで拾う命

人と接触なく検診可能

がんは細胞の老化と関係があり、高齢化に伴い増えます。コロナも高齢者と持病のある方で死亡率が増えています。ところで、コロナが出てくるまで、先進国でがん死

亡が増えていたのは実は日本だけでした。大腸がんの死亡者数は日本とアメリカでほぼ同数だったのです。そして、日本での大腸がんでの死亡者数は毎年5万人なのです。毎年です。大腸がんは、発生してから命を奪う大きさになるまでに10年以上かかります。しかし早期がんの間はそれほど長くはないかもしれません。毎年検査をしたとして、がんが見つかる機会は3〜7回程度といわれます。毎年欠かさずの検診が重要です。去年大丈夫だったから今年はパス、はお勧めできません。そのために大腸がん検診は、人と接触しなくてもできるほとんど唯一の検診です。捨てる便で拾う命。ところがコロナ禍で検診をける人が減っています。いくら効果のある検診でも、受けなければ意味がありません。

生協では、毎年同じ時期に月間を設けて便チェックをお勧めしているのです。コロナで家に閉じこもり、フレイルや認知機能の悪化を来す人が増えていきます。アルコール多飲やDVの問題もあります。受診控えによる持病の悪化も心配です。検診を控えて数年後に病気や病気による死亡が増えたら、今何のためにコロナ対策をしているのかわかりません。マスクを着け、3密を避け、多人数の会食を避けてリスクを減らしたうえで、検診は受けることをお勧めします。特に大腸がん検診は。

「産後うつ」について

(下)

家族ができること

家族にうつ病が疑われた時は、メンタルヘルス・ファーストエイド(「こころの応急処置」の考え方に沿って支援しましょう。対応原則は「り・は・あ・さ・る」にまとめられます。

よう

「ちょっとしんどそうだね」と声をかけ心配していることを伝えます。思いを聞きながら危機的状況にないかを評価します。「死にたい」「消えてしまいたい」「自分を傷つけたい」「赤ちゃんを傷つけてしまいたい」などの危機的状況があればできるだけ早く病院に受診する必要があります。

鹿浜診療所

所長 平山 陽子



①「り」：声をかけ、リスクを評価し支援を始めます。②「は」：決めつけず、批判せずに話を聞きましょう。ゆったりとした態度で話を聞きます。自分の価値観をいったん脇に置いて相手の気持ち、ものの見方、経験を尊重しましょう。アイコンタクトをし、あいづちを打ち、相手の言葉を繰り返

を提供し続け、決して見捨てないというメッセージを伝えます。生活において実際的な支援が必要かどうかをたずねます。家事や育児を分担しましょう。「もしかするとうつ病かもしれない」と伝え、本人が望むなら病気に関する情報を提供します。(誰でもかかりうる病

優しく手を差し伸べて

〜耳を傾けることから始めよう〜

相談」などが利用できます。本人が受診を嫌がる時は①の危機的状況になれば無理強いせず、気が変わればいつでも声をかけてもらうよう話します。時々こちらからも声をかけます。

⑤「る」：その他のヘルプやセルフヘルプなどのサポートを勧めましょう

必要があります。少子化で

医療機関が
できること

産前産後は
医療機関を頻
繁に訪れる時

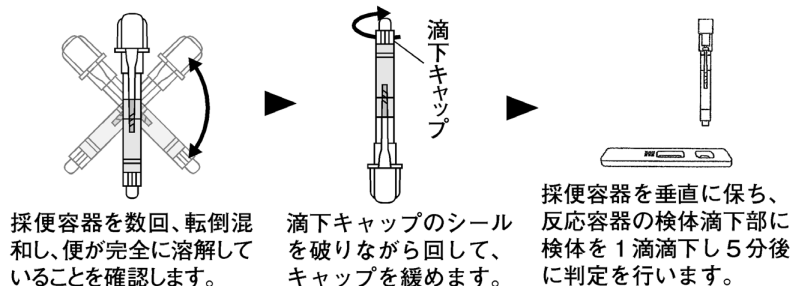
期です。産科医院では妊産婦に赤ちゃんへの気持ちについて尋ね、うつ病のスクリーニングを行うなどの取り組みを始めています。予防接種や乳児健診で産後の母親が小児科やかかりつけ医を訪れる場合にも、母親のこころの状態をたずねる必要があります。少子化で

・いまこケア(自宅)でできる心のセルフケアの方法を紹介)・厚生労働省：こころの相談窓口(電話やSNSで相談)

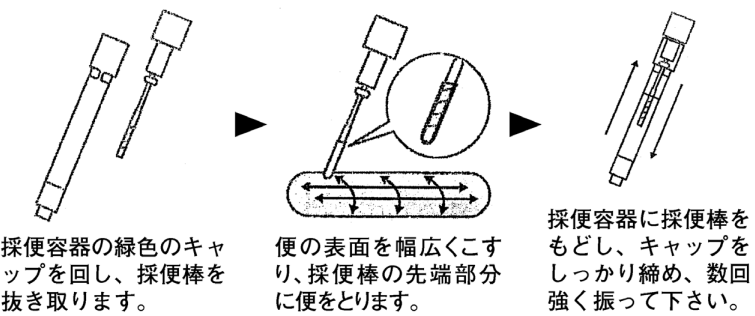
2〜3月は便(潜血)チェック月間
毎年のチェックが
大切です
〜結果がすぐにわかります〜



(測定法)



(採便法)



(判定)





医局

気を緩めず感染症対策を行い、地域の健康を守っていきます



回復期リハビリテーション病棟

回り回らしさを追求して、他職種と共に退院支援頑張っていきます



緩和ケア病棟

「私らしさ」を尊重し生活を支える全人的緩和ケアを提供します



急性期一般病棟

コロナ患者さんと急性期の患者さんの受け入れを頑張っていきます



地域包括ケア病棟

面会制限の中、患者さんの状況を家族と共有して退院支援を行います



外来在宅部

安全安心の生活のため看護の質を高め、健康づくりをサポートします



リハビリテーション課

今年も「自分でできることの素晴らしさ」を追求していきます

王子生協病院



検査課

大変な状況は続きますが明るく元気にがんばります



放射線課

笑顔で元気に働き、地域医療に貢献します



栄養課

職員が心をひとつにして安全で美味しい食事づくりに頑張ります



地域連携室

コロナ禍でも円滑な支援を頑張ります



医事課

みんなと一緒にコロナを乗り越えよう



健診課

感染対策を徹底し、健康リスク低減のために皆さんをお待ちしています



総務課

コロナに負けず、少数先鋭で職員の窓口、送迎対応に励みます



管理室

この困難に負けないで、病院と地域を守ります



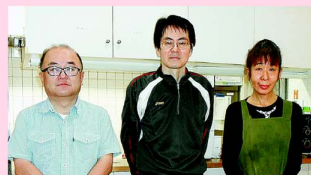
虹の訪問看護ステーション

不自由な生活が続いていますがそこで健康に皆で頑張っていきます



グループホームほくとひまわりの家

入所者さんがご家族と自由に会える日常が一日も早く戻りますように



ほくと西尾久虹の家

入所者さんがコロナ禍でも安心して日常を楽しんでいただきます



王子訪問看護ステーション

所長交代しました。地域の支えとなれるよう力を合わせてがんばります



十条訪問看護ステーション

どんな時でも「私らしく生きる」を笑顔でお手伝い



訪問看護ステーションなでしこ

今年もマスクの奥には笑顔いっぱい訪問させていただきます



訪問看護ステーションたんぽぽ

コロナに負けず元気いっぱいがんばります



デイサービスセンターなでしこ

マスクの下は笑顔



ヘルパーステーションのぞみ

結束を強め、お互いをフォローし、皆さんの力になります



ヘルパーステーション虹

健康に気をつけ、一人ひとりの個性を生かしながら笑顔で業務遂行



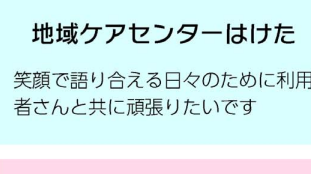
地域ケアセンターわかば

コロナ禍を乗り越えるほくとの事業継続、共に働く皆さんを待ってます



居宅介護支援事業所ハピネス

利用者が安心して生活を送れるよう相談窓口として役割を果たします



地域ケアセンターはけた

笑顔で語り合える日々のために利用者さんと共に頑張りたいです



医学生担当・看護学生室

医師・看護師の後継者獲得と育成に力を合わせて頑張ります



本部総務部・経理部・役員室

医療・福祉の情勢は厳しいですが、みんなで力を合わせます



本部組織部

いのち・くらし・生きがい大事に地域と共に誰ひとり取り残さない



生協北診療所

新年を迎え新診療所建設の第一歩を組合員・職員と共にめざします



荒川生協診療所・通所リハビリ・あらかわ虹の里デイサービス

心も体もコロナに負けず、みんな笑顔でがんばります



生協浮間診療所

今年もがんばります。よろしくお願ひします



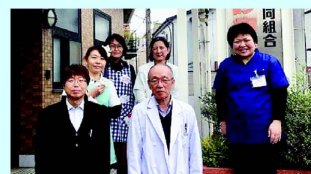
鹿浜診療所

感染対策をしっかりして安心してかかる場所であり続けます



鹿浜診療所通所リハビリ

感染対策は万全に利用者へ寄り添う通リハをめざして頑張ります



江北生協診療所

今後も地域に密着し、地域で頼りとされる医療・保健予防を実践します



北足立生協診療所

今年も家庭医のいる診療所として診療、医学教育に取り組んでいます



汐入診療所

昨年は皆さんの協力のもと感染対策しました。今年も感染対策をします



生協王子歯科

食べることは生きること。健康寿命延伸のために歯科医療を提供します

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

⑤ ジェンダー平等を実現しよう



「ジェンダー平等を実現しよう」という言葉を聞いて、どう思われますか？

「ジェンダー」とは社会的・文化的につくられた性別

セクシュアルマイノリティと人権を考える会

健生会にしき訪問看護ステーション 事務

近藤 歩



絵手紙「結」

田結 弘明

(25)

旬のレンコンとクワイ。どちらも調理前にアク抜きが必要でひと手間かかりますが、塩分を排出する作用があり、すこしお生活ではぜひ食べたい食材です

(編集部)

多様な性を尊重し合う社会に

「日常の性差がマイノリティを生んでいる」

も就学や就職での性別による差別があったりします。と語っていましたが、私はジェンダーの専門家というわけではありません。

ただ生まれたときに規定された性別(戸籍の性別)に違和感を持ち、違う性別で生活しているいわゆる

レズビアン(女性同性愛者)、ゲイ(男性同性愛者)、バイセクシュアル(両性愛者)、トランスジェンダーの頭文字で性的少数者の総称として使われることも増えてきました。

「LGBTの人たちが『ジェンダー平等』と何が関係あるの?」と思われる方もおられるかもしれませんが、でも私たちは数々の「当たり前」と常に対峙してきました。

「異性を好きになるのが当たり前」「自分の性別に違和感を持つなんておかしい」他人に言われることも

「トランスジェンダー」の当事者です。日本では「性同一性障害」という疾患名の方が有名かもしれませんが、最近では「LGBT」という言葉を聞いた事のある方も増えているかもしれません。LGBTはそれぞれ

「異性を好きになるのが当たり前」「自分の性別に違和感を持つなんておかしい」他人に言われることも

い、お葬式に参列することすらできなかった、そんな話がたくさんあります。見た目と戸籍の性別が違うことで病院で奇異な目で見られた、受診を拒否された、そんな声も寄せられています。

健康チェックもしっかりと。事前に話し合っ、検温、手指の消毒を徹底し、スタッフはさらに手袋・マスク着用、飛沫感染予防にビニールクロスで対面の仕切りをつくり、考える準備はしたつもりでした。生活習慣チェック、血圧(希望者のみ)、体脂肪・BMI、口腔内Phチェック、健康相談、骨密度(有料)に加えて、ラジオ体操、スクエアステップ体験と輪投げコーナーを広げた公園内にゆったりと設けました。

2時間だけの活動でしたが、反省点もあります。マスクで聞こえにくいせいか、いろいろ説明をするとき、スタッフと参加者がどうしても近づいて話してしまいます。口腔内Phチェックはとくに口の中に試験紙を入れるのでマスクを外すことになり、チェック項目から外した方が良かったと思います。結果的に100人以上の参加があり、増資もしていただき、コロナ禍の開催としては十分な成果が得られたと思っています。

赤羽東支部「秋のつどい」100人以上の参加で盛況

子連れも行列、増資の成果も

11月29日、秋晴れの赤羽公園で「秋のつどい」(健



検査の間も看護師がアドバイス

しい企画がいっぱいの「健康まつり」は、この状況下では中止としました。でも、支部の「ほつとカフ



子どもたちの参加でにぎやかな会場

(赤羽東支部長・小林京子)



健康チェックもしっかりと



要員もラジオ体操でウォームアップ

外来診療体制のご案内

1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
☎3912-2201

診療予約専用電話 03-3912-7248
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

		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	予 約	菅野	※池森 【腎・高血圧】 (2:30～)	今泉 藤沼 大野【心】	森岡 ※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) 高島(1・3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 防 接 種	※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

		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									※伊藤			秋山 (2・3・4週)
	一 般 予 約	大場 餌取 (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	大場
専 門		※皮膚科医							整形外科 渡会				
胃内視鏡		餌取(1・3週)											餌取(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

		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	田 邊	菅野	泉水 (内・小) (予約) 伊沢	伊沢	伊沢		田邊 伊沢	伊沢	伊沢	伊沢 (2・4週)	田邊 伊沢	伊沢	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 [かぜ専用外来]月・水・土11:00～12:15 火・水・木・金15:00～16:00(予約制)

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	午前 ※平山 (2・4・5週) 内科医・ 小児科医 (3週) ※三浦(皮) 月2回
午 後	※平山		※平山		※神田	

[受付時間]午前8：45～11:00、午後月2：30～5：00、水・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※水曜午後の時間を変更しました。

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) ※中丸(内・小)	渡邊(郁)	渡邊(郁)(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) 白 向	渡邊(隆)	渡邊(隆) 藤 田 佐藤(只)	渡邊(隆)(予約) ※稲葉(予約)	※中丸 杉 山 丸山(3週)	渡邊(隆) (3・5週) 藤田(5週) 丸山(3週)
午 後	渡邊(隆)		佐藤 (只)		※中丸(予約)	
夜 間		渡邊(隆)			杉山(2週) 佐野(正) (3・4・5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 ※鍋島	※安藤 松 本	藤 沼 佐藤(只)	藤 沼 ※田中	※田中 佐藤(只) (2・4週)
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)	佐藤(寿)(3・4週) 金山(2週) 佐野(正)(4週) ※名知(小)
午 後	郭	※高橋	※中丸	※高橋(1・2・4週)	門 松	
夜 間	佐藤(寿)(1・2・3・5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

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。

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)

ひとこと通信 (敬称略)

南千住 茂垣満里子(85)
オノ・ヨーコさん、愛を
貫き通せる有義な人生が
尊いですね。ポインセチア
の紅が私のしぼんだ姿に元
気をくれました。

豊島 吉川とよ子

ジムで柔軟体操していま
すが、体が硬くなかなかう
まういきません。コロナ早
く収まってほしいです。

志茂 神田節子(69)

姉が送ってくれた柚子で
シャーベットを作りました

た。食べるのが楽しみで
す。

王子 若林ふさ子(69)

生協王子歯科でお世話に
なりました。大事な歯を大
切にと改めて思いました。

早くカフェが開かれると良
いですね。「注射器」も心
に響きました。

町屋 為我井雅子(78)

豊川保育園児からの応援
メッセージの記事、嬉しく
なりました。小さいながら
も現実のコロナのことも受
け止めながら心やさしく育
つ姿に感動を覚えました。

豊島 菅原裕一

子ども2人、インフルエ

ンザ予防接種でお世話にな
りました。2人とも泣かず
にがんばりました。

滝野川 石山信行(72)

先生、看護師さんをはじめ
病院の皆さんにはただただ
感謝しかありません。

王子 中澤政子(77)

昨年も新潟から新米が届
きました。食欲をそそりま
す。

舎人 川崎美恵子(76)

いつまで続くかわからな
いコロナのため、病院の先
生や看護師さんたちは命が
けでがんばってくれていま
す。本当に頭が下がります。

豊島 中西洋子(70)

板橋赤塚にある東京大仏

に行きました。乗蓮寺にあ
り平和へ願いを込めてつく
られたそう。周りを囲む石
像、特にがまん鬼はコロ
ナ禍に笑えます。

町屋 大泉紀美子(80)

心やさしい保健師さんに
会えたこと、本当に幸せで
した。食欲が出て元気を取
り戻したことが、一生忘れ
ることはありません。人生
色々です。

王子 井伊幸子(71)

娘が最近出産しました。
平山先生の「産後うつ」の
記事をもっと読んであげ
ました。

岩淵町 千波千代(94)

体を動かすと認知症の予
防になるかと思って、「お

たっしや教室」に毎週通っ
ています。

豊島 西山ふみ子(70)

今年はコロナで始まりコロ
ナで終わる一年となって
しまい、疲れも日々増して
くる感じがします。医療現場で
働いている方たちは大変な
心労のことと思います。

志茂 阿部栄子(69)

「東京ほくと」を配り始
めて3年、先日初めて組
員の方に会いました。同年
代で嬉しくなりました。

王子 長谷川正和

煩惱の数がこれ以上増え
ないことを願っています。

上十条 田中爽子(85)

歳を重ねるごとに一年過
ぎるのが早く感じられます

が、今年はコロナ禍で早い
ようでした。

西尾久 吉田みゆき(61)

父が亡くなりました。看
取りに間に合う時間に着き
ましたが、「県外はダメ」
と、私だけが会えませんでした。

豊島 横山きよ(72)

健診結果はすべて良との
ことでした。健康一番で過
ごしたいです。

岸町 榎原一栄(90)

初めて杖をついて歩いて
います。便利です。

西新井本町 齊藤直江(71)

2021年はいい年にし
たいですね。

医療生協の出番です！あなたの町の班会

秋を感じながら舎人公園ウォーキング

北足立第3支部

コロナ禍、用事がなければ外へ出ず。政府の無策に怒り、ひたすらコロナ情報を聞き、鬱々の毎日。11月21日、皆で歩きました。

した。男性が多いのが嬉しかったです。熱を測って、準備体操の後、思い思いのコース(初めて舎人公園に来た方はガイドが先導)を歩きました。

私は家から急ぎ足で25分、「腰が少し痛いかな」と思いつつ歩きました。秋桜や木々が秋の風情を醸し出しています。身近にこんな広い公園があったなんて。寒さ対策もしながらしっかりと身体を動かしたいですね。最後にお土産をいただいて帰りました。

の大きなリスクが伴います。受け入れる側は、しっかりと準備が必要です。豊島団地支部は、ほっとカフェ、脳トレ、ハーモニイ豊島、新聞仕分け班、支部委員会班の5班が必ず月1度集まります。各班代表者と組織部職員が参加して、再開にあたっての準備相談会を設けました。

ジェル、マスク予備などを買い、各班に分け活用するようお願いしました。また、ほっとカフェ、脳トレ、

ハーモニイ班はお茶、お菓子は引き続き出すことに変わりましたが、お菓子は個包装に、紙コップ、使い捨てマドラーに変えました。

再開お知らせを作り、いつも参加されていた方々に配りました。1回目は参加者9人で、マスク作りを静かに終わりました。最近慣れきて密になりつつあります。慣れは禁物です。いつも緊張を忘れないよう。

(春日南海子)



季節のスナップ

六義園で新春に行われる目黒流貫井雛子保存会による獅子舞と貫井雛子の模様です。2020年撮影(中澤義則)



落ち葉を踏みしめながらウォーキング

感染対策して班会準備ほっとカフェも再開

豊島5丁目団地支部

班会再開にあたり、大変緊張しました。参加者は高齢者であるのでコロナ感染



豊島5丁目団地支部のカフェでマスクづくり

第388回

パズル

へとき方」二重枠の4文字を並べかえて○にあてはめると答えです。昨年までは「○○○○ケン」、今年から「大学入学共通テスト」に替わりました。

「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フォームで簡単に応募できます。ぜひご利用ください。

「前回の答え」ジョヤノカネ(当選者)(応募22)石山信行、川崎美恵子、西山ふみ子、長谷川正和、吉田みゆき

「正月の便り」最近終活などで送らない人も増加

「春の七草」数少ない日本原産の野菜でもある

「五穀豊穡を願う」祝いの3種のうち、別名「ごまめ」

「モダンなデザインも増えてきた」玄関を飾る正月飾り

