

生協の現況 2021.12.1現在

組合員 30,802人
 出資金 15億4,189万円
 一人平均 50,058円

2021年度増加
 組合員 684人
 出資金 6,924万円



2022年1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 ☎03(3913)9100
 ホームページ <http://www.t-hokuto.coop>

あけまして おめでとうございます

1月

三春の虎

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					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					

2022 ぶん
ちぎりえ

2月

やさいをたっぷり

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				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		

3月

元気に

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				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						



4月

ピカピカの一年生

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				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

5月

竹林

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				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

6月

和歌山の
三宅柑

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				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	

7月

ごぶさた
しています

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						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					

8月

ほげ
ほげ

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				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

9月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				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	

10月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						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

とおりやんせ

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				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	

12月

かわらぬ
こいせいの
アト

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				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

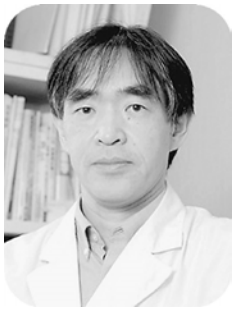
しんぶんちぎり絵
早坂 充子
(堀船支部)

あけまして

おめでとーございます

東京ほくと医療生活協同組合

理事長 今泉 貴雄



組合員の皆さん、昨年は大変ありがとうございました。この一年も新型コロナウイルス感染症の対応で終始した、といっても過言ではありません。

組合員活動を通して感染者を出さずに済みまし。ありがとございます。

昨春から始まったコロナワクチン接種は、多くの方が受けたかと思。新たなオミクロン株による感染の恐れもある中、この春からは3回目接種が行われます。ワクチン接種およびマスク着用、密を避ける行動で感染が収まることを願います。

なのか、考えていくことが必要です。私自身はまだその答えを見出せずにいます。皆さんで考えて、前に進んでいきましょう。

コロナ感染症対策に追われていたが、これはあくまで非常時における医療です。従来からの課題である地域包括ケアについては、あまり議論されてきませんでした。感染症が拡大する状況ではやむを得なかった面もあります。

これからの社会は、人口減少、高齢化社会の大波に向かいます。そのような社会でもより良い生活ができるよう、コロナがもたらした新しい価値観、行動様式の下、私たちの組織は何ができるか、役割は何か、考えていきたいと思。私たちがの強み、魅力は何でしょうか。生協活動という理念、活動形態を言い換えれば、人と人の絆を大切にすることです。そのことを強みと確信して、これからも事業を進めていきます。

この感染は人と人との断絶をもたらし、今までの価値観、判断を否定した側面があります。私たちは、このパンデミック終息後を見据えていくことが必要です。以前に戻ることではなく、新しい価値観があり、それを受け入れなければなりません。今後、私たちの行動にどのような影響を与え、私たちはどのように行動すべき

《理事会議事録要旨》

報告事項

①11月組織活動報告・加入157人、脱退65人、出資金増資568万円、増資者788人、班会開催50回、新班結成2班、2項組合員7人。3区の健康づくり連絡会再開。1/14堀船地域で「いのちと健康を守る」署名配布。12/21なんでも相談会事例検討会。②11月決算報告。③組織活動、委員会活動、事業所報告。④新型コロナウイルス感染対策委員会報告。⑤2022年度予算方針案および重点課題の協議。⑥医療福祉生協連・全日本民医連・東京民医連理事会報告。⑦組合員活動まとめ方針作成委員会立ち上げ。⑧「気候変動対策をすすめるためのプロジェクト委員会」メンバー募集。⑨医療福祉生協連東京エリア方針討論集会ほか研修案内。

議決事項

①王子生協病院・多項目自動血球分析装置の老朽化に伴う買替え、②生協王子歯科・歯科用吸引装置ポンプ購入以上、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。

80代のA氏は、10年ほど前に妻に先立たれてから一人暮らし。このころは感染のこともあり、唯一出入りのあった甥御・姪御さんも電話のみのやり取りになって、ご近所のおつきあひも乏しく、寂しいと言っていました。遠方の法人外病院まで車でなんとか通院可能です。治療中の糖尿病が悪化し、血糖値のコントロール目的で入院、80代で初めて自己注射が開始となりました。週一回のみの自己注射は手元が震え、白内障で目

も悪く、困難でした。その段階で先方の病院から、通常は窓口である地域連携室ではなく、病棟看護士から訪問看護の依頼がありました。自己注射のスキルや副作用の経過、内服や生活の調整などについて、師から訪問看護の依頼がありました。自己注射のスキルや副作用の経過、内服や生活の調整などについて、師から訪問看護の依頼がありました。自己注射のスキルや副作用の経過、内服や生活の調整などについて、師から訪問看護の依頼がありました。



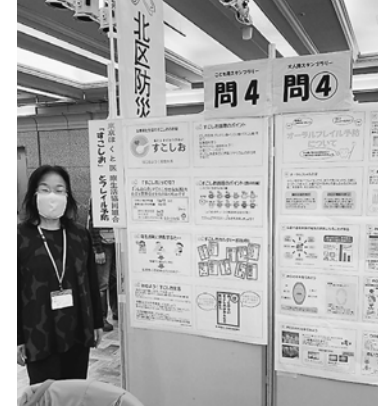
初めは自宅での生活に必要な調整

健康づくりで地域に貢献すこしおと体操で学び提供

11月27日、消費生活フェア2021「第49回北区消費生活展」私たちのくらしにきたく〜が開催され、全体で延べ320人が参加しました。東京ほくと健康づくり委員会も参加する消費生活フェア実行委員会と北区が毎年開催するイベントで、消費者団体と共催団体が、役立つ情報を市民に提供する場です。前回はコロナで中止、今年は規模を縮小して開催されました。各団体ブースでは、日頃の活動を発表しながら、スタンプリ形式で来場者に学んでもらいます。私たちは毎年「健康チェックコーナー」も設けますが、今

急な退院になりました。結果的に退院翌日に肺炎、嘔吐で救急搬送され再入院したのです。胃カメラの結果は問題なく、自己注射による副作用が疑われました。医療は進化しており、治療も様々です。住み慣れた自宅でも治療が継続可能な時代が来ています。今回の病院の役割は、自

活を考えてもらいました。塩分控えめ最強グッズの「ちょっとかけスプレー」は8本売れました。醤油を霧状に噴霧し、食卓で塩分を少なくできる道具です。午後は、志村侑哉理学療法士が「座ったままできる体をほぐす体操」を舞台で指導しました。東京ほくとの体操は人気で、例年皆さんが楽しみにしています。コロナ禍で大勢が参加する催しは、北区としても初めてでした。皆で気をつけながら、できることから



すこしおとオーラルフレイルについて、ポスターを用いて説明

「気候変動対策をすすめるためのプロジェクト委員会」メンバー募集

東京ほくとは、気候変動対策をすすめるプロジェクト委員会を立ち上げるのに際して、メンバーを募集します
○応募資格：東京ほくとの組合員
○人数：8人（法人常勤理事会にてメンバー選考）
○委員会活動：月1回委員会開催、およびウェブで交流
○申込：組織部（03-3913-9100）
「気候変動に危機感を持っている」「具体的に行動してみたい」という方、気軽にご連絡ください



注射器

昨年、歴史上初めて核兵器禁止条約が122か国の圧倒的多数により国連総会で可決されました。この条約は、批准を実行する各国の数が多くなることによって条約の生命力が発揮されますが、日本はまだ批准に至っていません。世界唯一の被爆国である日本の役割は極めて重要です。政権与党にはその努力が全く見えず、核兵器禁止について明確な方向を示すことを国民が求める新年としたものです。2012年に安倍政権が発足し、現時点の2021年の日本の防衛予算、つまり軍事費は5兆5330億円に大膨張し続けています。この国防の支出で「敵基地攻撃能力を拡大する」と主張し、飛行機や戦艦に兵器をたくさんつくり、アメリカの軍事産業・軍事力強化に走り続けている実態もあります。そのようなことで、日本がアメリカに協力していくことがあっていいものでしょうか。核兵器が国際法で違法化されたことにより、世界では100以上の銀行が核兵器製造企業への融資をやめました。日本の銀行にも同様の傾向があり、「経済界において、核兵器はタブーという動きが大きくなっている」と「核禁止条約が核軍拡への圧力になった」との声もあります。反核・平和への新しいスタートの年にしましょう。

(大)

病気の話

荒川生協診療所

所長 田邊 康一



コロナ下で大腸がんが減っています。先日読んだ医療情報サイト「ケアネット」によれば、昨年10月に欧州で開催された「欧州消化器病週間」で、スペイン

ではパンデミック前後で大腸がんが40%以上減少したと報告されました。インフルエンザもコロナ下で激減していますが、これは(たぶん)皆がマスクをしているからでしょう。B型肝炎、エンザ山形株にいたっては、絶滅したのでは、とまで言われています。

早期発見で治す、大腸がん

～ 昨年の陽性者も外来で相談を

「穴が開いて腹膜炎を起す」、大腸からの出血などの合併症の割合も増え、ステージ4で見つかる人の割合も増えているそうです。今後とも検診控えや受診控えが続くようなら、数年後

に行きます。昨年と今年は、コロナ感染予防の観点からオンライン開催となり、当院からはHPH委員会の4人が参加しました。今回のメインテーマは「ポストコロナ時代を展望する」でした。私の視聴した「コロナ禍の健康格差解消の実践とこれからの課

に進行がんで見つかる大腸がんが増えることが予想されます。検診で早期発見できる他の疾患についてもたぶん同じでしょう。運動(身体活動)はがんを減らすことがわかってい

が、私が診ている糖尿病患者さんでも、この間体重が増えたり、糖尿病コントロールが悪化したりする方が多くみられました。大腸がんは早期に発見できれば治すことができるがんです。検診でのスクリーニング方法(便潜血反応)

も決まっています。発見さえできれば、確立した治療法もあります。この間大腸がん検診(便チェック)を行っていないという方、便チェック月間の機会に、ぜひ便潜血検査を受けましょう。幸い、大腸がん検診は家にいてもできる検診です。

「昨年検診(便チェック)を受けて陽性だったがコロナで精密検査をやっていない」という方が、仮に今回の便チェックで陰性(異常なし)でも、精密検査を受けた方がよい場合があります。ぜひ外来で相談してください。

必要理由は、①75%の患者が死の直前に意思表示ができない、②ACPを行っておくと終末期における患者の希望が尊重される、③遺族の満足度が高く、遺族の抑うつやPTSD、不安障害が減少する、…と挙げられました。「ACPは自分と家族への贈り物」として

第6回J-HPHカンファレンス2021

11月13日、日本HPHネットワーク主催のJ-HPHカンファレンスが開催されました。

動を行い、積極的に「健康的な組織づくり」をめざします。まさに私たち医療生協のとらぐみそのものといえる活動です。

「ポストコロナ時代を展望する」でした。私の視聴した「コロナ禍の健康格差解消の実践とこれからの課

「ACPは直訳すると「前もってケアプランを立てておくこと」です。ACPが必要な理由は、①75%の患者が死の直前に意思表示ができない、②ACPを行っておくと終末期における患者の希望が尊重される、③遺族の満足度が高く、遺族の抑うつやPTSD、不安障害が減少する、…と挙げられました。「ACPは自分と家族への贈り物」として

コロナ禍で活かすHPH

健康格差の課題を考える

Health Services (健康増進活動拠点病院)の略で、ヘルスプロモーションを実践するためにWHOが開始した国際的な病院のネットワークです。日本では118施設、世界では800以上の施設がこのネットワークに加え、王子生協病院も2017年7月に加入しました。

例年のカンファレンスは、全国から多くの会員が集まり、日々の実践の活動報告や国内外を問わずヘルスプロモーションの先頭で活躍されている先生方をお招きした講演やセミナーを

題では、生活困窮者に対するフードバンクと住まいの提供について報告されていました。

「ACPは直訳すると「前もってケアプランを立てておくこと」です。ACPが必要な理由は、①75%の患者が死の直前に意思表示ができない、②ACPを行っておくと終末期における患者の希望が尊重される、③遺族の満足度が高く、遺族の抑うつやPTSD、不安障害が減少する、…と挙げられました。「ACPは自分と家族への贈り物」として

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～

ハウジングファースト

これまでの支援のあり方

- 支援、行政が「家に住むこと」についてその可否を「判定」「許可」「決定」する
- 住まいは人権である
- 家は無条件で提供する
- 本人が「決定」する
- 支援者は生活の支援を提供する



「つくろい東京ファンド」が昨年増設した個室シェルター

「つくろい東京ファンド」が昨年増設した個室シェルター



具体的な設問で、自分に引き寄せて考えた

予め立てておくケアプラン 周り話し合うことが重要

倫理委員会ACP学習会

11月11日、「最後まで自分らしく生きるために準備できること」と題して、東京ほくと倫理委員会主催の学習会が開かれました。講師は平山陽子委員長で、ウエブ(ZOOM)で22人が参加しました。

「ACPは直訳すると「前もってケアプランを立てておくこと」です。ACPが必要な理由は、①75%の患者が死の直前に意思表示ができない、②ACPを行っておくと終末期における患者の希望が尊重される、③遺族の満足度が高く、遺族の抑うつやPTSD、不安障害が減少する、…と挙げられました。「ACPは自分と家族への贈り物」として

「ACPは直訳すると「前もってケアプランを立てておくこと」です。ACPが必要な理由は、①75%の患者が死の直前に意思表示ができない、②ACPを行っておくと終末期における患者の希望が尊重される、③遺族の満足度が高く、遺族の抑うつやPTSD、不安障害が減少する、…と挙げられました。「ACPは自分と家族への贈り物」として

「ACPは直訳すると「前もってケアプランを立てておくこと」です。ACPが必要な理由は、①75%の患者が死の直前に意思表示ができない、②ACPを行っておくと終末期における患者の希望が尊重される、③遺族の満足度が高く、遺族の抑うつやPTSD、不安障害が減少する、…と挙げられました。「ACPは自分と家族への贈り物」として

「ACPは直訳すると「前もってケアプランを立てておくこと」です。ACPが必要な理由は、①75%の患者が死の直前に意思表示ができない、②ACPを行っておくと終末期における患者の希望が尊重される、③遺族の満足度が高く、遺族の抑うつやPTSD、不安障害が減少する、…と挙げられました。「ACPは自分と家族への贈り物」として

「ACPは直訳すると「前もってケアプランを立てておくこと」です。ACPが必要な理由は、①75%の患者が死の直前に意思表示ができない、②ACPを行っておくと終末期における患者の希望が尊重される、③遺族の満足度が高く、遺族の抑うつやPTSD、不安障害が減少する、…と挙げられました。「ACPは自分と家族への贈り物」として

「ACPは直訳すると「前もってケアプランを立てておくこと」です。ACPが必要な理由は、①75%の患者が死の直前に意思表示ができない、②ACPを行っておくと終末期における患者の希望が尊重される、③遺族の満足度が高く、遺族の抑うつやPTSD、不安障害が減少する、…と挙げられました。「ACPは自分と家族への贈り物」として

「ACPは直訳すると「前もってケアプランを立てておくこと」です。ACPが必要な理由は、①75%の患者が死の直前に意思表示ができない、②ACPを行っておくと終末期における患者の希望が尊重される、③遺族の満足度が高く、遺族の抑うつやPTSD、不安障害が減少する、…と挙げられました。「ACPは自分と家族への贈り物」として

「ACPは直訳すると「前もってケアプランを立てておくこと」です。ACPが必要な理由は、①75%の患者が死の直前に意思表示ができない、②ACPを行っておくと終末期における患者の希望が尊重される、③遺族の満足度が高く、遺族の抑うつやPTSD、不安障害が減少する、…と挙げられました。「ACPは自分と家族への贈り物」として

「ACPは直訳すると「前もってケアプランを立てておくこと」です。ACPが必要な理由は、①75%の患者が死の直前に意思表示ができない、②ACPを行っておくと終末期における患者の希望が尊重される、③遺族の満足度が高く、遺族の抑うつやPTSD、不安障害が減少する、…と挙げられました。「ACPは自分と家族への贈り物」として

(理事・松本和彦)

足立



加賀皿谷支部

コロナ禍でもみんなが健康に元気に暮らせるよう、医療充実への声もあげてがんばります



宮城小台支部

地域では高齢者が多いので、住民の健康な生活を誰ひとり取り残さないをモットーにがんばります



鹿浜第1支部

SDGsって何なのか、この疑問を解くためにまずは学習をします



鹿浜第2支部

この町で今年、私たちはSDGs目標の3番目「すべての人に健康と福祉を」に、未来のためにとりくみます

荒川



荒川5・6丁目支部

SDGsを心に刻んで、子ども達に笑顔で暮らせる地球を手渡しましょうね



荒川町支部

支部でSDGsの理解を深めるために学習会を開催し、地球環境を守る取り組みをすすめます



足立西部第1支部

東京女子医大病院(450床)がオープンしました。江北生協診療所と協力して「住み続けられるまちづくりを」



足立西部第2支部

自宅から出る生ゴミを堆肥にし野菜や花作り。紙類をなるべく資源に出すなどするのを継続します



北足立第1支部

春・夏・秋・冬を楽しみ、水の流れ清らかに。お隣同士声かけ・助けあい始めましょう



北足立第2支部

誰ひとり取り残さない、あたりまえに教育・医療が受けられて、平等に生きられる社会を



北足立第3支部

海に漂うマイクロプラスチック。魚や人類に影響を及ぼす環境汚染の学習会にとりくみます



西尾久支部

命のためのきれいな水をいつでも使える日常。この環境を守ることを、みんなで気にかけることから始めます



町屋支部

格差・貧困のない社会を築くため、コロナに気をつけて、がんばりましょう



東尾久支部

地域での人と人のつながりを保ち、皆で元気に過ごすために一緒に歩きましょう

北



王5団地支部

ジェンダー平等、多様性を尊重し、垣根のない社会をみんなで築きましょう



東京ほくと SDGs実現に向けた 2022年の抱負



王子支部

ジェンダー平等や多様性について学習し、意識を高めていきたいと思います



王子本町支部

健康診断を受けることで、健康維持だけでなく制度の持続改善につながります。今年は皆で健康診断を受けます



新型コロナが流行してまもなく2年が経過するこの新春、各支部に「SDGsに関して、支部として今年やってみたいこと・やれること」を記してもらいました。大きな集まりを持つことができない時期ですが、紙面上で全支部が集まりました。今年もよろしくお願いいたします



南千住支部

レジ袋使用を減らします。私たちのカバンには常にマイバッグが入っています



汐入支部

インフルエンザの流行を抑えるために、荒川区でも予防接種が無料化されるよう行動します



滝野川支部

すべての人に健康と福祉を届けるために、地域のつながりを強めていきます



中里支部

気候変動や省エネルギーについて、自分たちができることを考えます



十条西支部

SDGs目標①③⑧⑩⑪に関連して、すべての人に健康で幸せなまちづくりをめざしましょう



十条東支部

子どもや孫が健康で安全に暮らせるよう、あらゆる不平等を無くしましょう



神谷支部

SDGsの気になる目標を出し合って、みんなで勉強していきます



神谷堀支部

笑ってつながって健康づくり。SDGs目標③を基本に、SDGsを学び身近なところから実践します



豊島4丁目支部

平和のとりにくみとして、戦争体験された方の思いを継承する企画を夏に行いたいです



豊島5・6丁目支部

太平洋戦争から80年。二度と戦争をしない誓いが日本国憲法。これを守り、未来につなげたいです



東十条支部

SDGsってどの目標も繋がっています。だからひとりひとりができることをやりましょう



浮間第1支部

貧困が見えなくなっていると感じます。子どもは誰かが助けなくては。子どもの貧困問題に関心を持ちましょう



浮間第2支部

環境に優しいので、すべての合成洗剤をやめ石けんに変えました。コロナにも有効なので大いに広めたいです



赤羽西支部

SDGs目標⑩に、赤羽西支部で学習してとりくみます



赤羽東支部

ほっとカフェの活用をもっと工夫して地域の皆さんの役に立つ、楽しい場所にします



堀船支部

日頃からSDGsで実践できることを見つけ、会話の中やニュースで情報交換しましょう



豊島5丁目団地支部

「16.平和と公正をすべての人に」の学習をこれからもすすめ、実現をめざします



豊島7・8丁目支部

政府は社会保障を削減、そして格差は正は待たない。地域の声に応じて健康的な生活できるように健康づくりにとりくみます

みんなで学ぼうSDGs

東京ほくとは、昨年度からSDGsのとりの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ましょう。

15 陸の豊かさを守ろう

コロナが広がる前は、アジアやアフリカを飛び回っていました。どこに行っても心配なのは、森林が壊されていることでした。これらの地域では、貧しい

北海道大学名誉教授

小野 有五



浜離宮恩賜庭園で、新春に行われる鷹狩の技「放鷹術(ほうようじゅつ)」の実演の様です。2020年撮影(中澤義則)

季節のスナップ



たちが多いのです。何年か一回、森を燃やす焼き畑農業もあります。

木々を燃やせば、灰は肥料になり、また数年、畑にしたあと耕作を止めると、そこには木が生え、また森ができてきます。適当な間隔をおけば、これは持続

自然な森を守り、活用しよう

貧困が根底で関係している

貧困をなくすことも大事な目標ですが、陸の豊かさを守ることは、それとつながっているのです。

日本ではどうでしょう。日本は森林が豊かな国ですが、自然林は減ってしまい、人工林が増えていきます。本州以南では杉が、北海道は

可能のお手本です。でも森が再生するのを待たずに焼いてしまつと、裸地が広がってしまつのです。

すべてに共通する原因は、貧困です。いけないとわかっていても、貧しいために木を切り、充分な間隔を置かずに森を焼いてしまつのです。SDGsでは、

コロナに負けるな!

カレー120食職員へ提供

地域とOBの応援に感謝

11月24日、王子生協病院職員に「応援カレー」がふるまわれました。今回は、コロナワクチン接種で援助してくれた職員OBたちによるカンパと、豊島中央通り商店街の鳥庄(東京ほくと)11月号掲載)の皆さんからの鶏肉の寄付で、子ども食堂のボランティアさんが作ってくれる、という

大変嬉しいカレーでした。昨年5月〜10月、コロナワクチン接種を毎日50人〜100人に、総数で10707人分の接種を行いました。職員だけでは到底できず、元職員にお手伝いをしていたきました。おかげで、ほとんどワクチン廃棄することなく、順調に終わることができまし



大量のカレーを作る皆さんは笑顔、コツを共有しながら終始良い雰囲気だった



カレーを食べた職員が感謝の言葉を綴った方々に後日渡した

お礼のメッセージには、「ワクチンのお手伝いだけでなく、カレーまで...本当にありがとございます!」組合員さんの笑顔に支えられながら、これからは力を合わせて頑張ります!この優しさ、患者さん方に還元していきます!と書かれていました。地域の方の支えを再認識して、パワーをもらって、職員が改めてがんばろうと思った日でした。(王子生協病院事務次長・伊藤里美)

帯林の破壊を減らすには、日本の森をもっと活用すべきです。

人工林を伐採したあとには、広葉樹を中心とした自然の森に変えていかないと、山の動物たちは食べものがなくなり、人里に出てきてトラブルを生んでいきます。陸に生きているのは人間だけではない。動物や鳥、昆虫もみな生きているのです。生きものたちはみんな、それぞれ生きていくための環境を必要としています。それを、私たちはずっと奪ってききました。これからは、それをもとに戻していく努力が必要です。

陸と海をつないでいるのは川です。川は陸から栄養を海に運び、海から川を遡ってくるサケなどの魚が、川で産卵し、そのあと死ぬことで、海の栄養を山に戻してくれています。

自然の川には必ず川にそって森があり、それが魚にすまい環境を与えてくれるのです。しかし、川沿いの森も、ほとんどが伐採されています。川もコンクリートで固められ、ダムが増え、魚のすめない川が増えています。陸の豊かさを守るには、川の自然も大事にする必要があるのです。

た。今、コロナは下火となつていますが、新しい変異株やインフルエンザの流行も考えると、まだまだ緊張が取れません。そんな中で

当日は、豊島虹のセンターで8人のボランティアさんがカレー120食を作ってくれました。感染対策として、個別に盛りつけたものをバナナと一緒に配布、各自で食べました。骨つき鶏肉はホロホロにやわらかく、トマトが効いたカレーにみんな大満足。「美味しかった」という声があちこちで聞かれました。

第400回 パズル

「ヒント」1月17日は「〇」に応募できます

「〇〇〇戦争」開戦の日(1991年)。イラクで甚大な犠牲が出ました

「とき方」二重棒の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3-7-11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

「前回の答え」シンケン(当選者)(応募34)

池田幾子、並木隆、町田利津子、圓山早苗、吉田明代



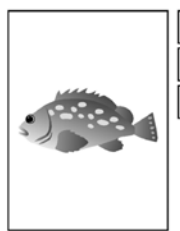
戦国時代に刃物で切る縁起が悪いとされ、木槌(きづち)で細かく割る方法が定番



目隠して、おかめなどの顔のパーツを置いていく正月の遊び。笑う門には福来たる



学名はギリシャ神話に由来、「ナルシスト」の語源にもなった。香水の原料となる芳香



北海道東部ではめんめと呼ぶ。深海性の高級魚。大きな目と口を持つ真っ赤な魚



豊島 池田幾子

雨の日に、濡れた銀杏の木々が黄金に輝き、辺りを明るくしていました。

西尾久 仲重貴子

いつも楽しく読んでいます。内容がとても充実していて勉強になります。

王子 中澤政子(78)

新潟から新米・栗・銀杏が送られてきました。

新田 荒川雪江(63)

昨年は、小田和正の音楽特番「クリスマスの約束」を放送したそうです。

滝野川 柳橋満利子(90)

一日3食10笑54歩を目標にした一年。今年も引き続きがんばります。

町屋 久道和男(75)

「飲酒は楽しく適量を」、つい適量より一杯余分に飲んでしまいます。

豊島 藤澤留美子(69)

主権者の人権がおびやかされているこの国…。一刻も早く正常化を。

舎人 湯川ちづ子

特定健診で肺がん検診も受けた方が良かったら、診療所に教えてもらいました。

王子 若林ふさ子(70)

「季節のスナップ」の東京タワー、クリスマスの灯も良いですね。おさんぽ班の飛鳥山も行きたいです。

西尾久 小林清子(75)

同じ地域の方の「ひとこと」が嬉しいです。堀船 吉田明代(78)

やっと班会会で血圧と体脂肪が測れました。

南千住 茂垣満里子(86)

国内外の女性が耐えてきました。野兎はジェンダーの未来を開きました。

豊島 菅原裕一

ふるさと納税をしました。毎年、年末になってしまっています。

宮城 長井勉(56)

酒と肝臓、自宅療養の記事に考え込みました。国の厚い支援を望みます。

岸町 横原一栄(91)

散歩でピンクの花を見て、「さざんかの宿」と一節。西尾久 大塚一恵(68)

干し野菜。平らなザルに広げて、朝から暗くなる前まで干します。味が濃く、調味料も少なくてヘルシーに。

王子 深沢健次

政治家の金銭問題、呆れるばかり。ムヒカのような政治家が出てほしいです。

町屋 為我井雅子(80)

「あなたの町の班会」とてもいいですね。他支部の活動に学び、楽しい活動を企画したいです。

豊島 中西洋子

今年こそ良い年にしたい、と滋賀県の信楽でタヌキを買ってきました。

伊興 日木章子

イチヨウの黄色が眩しいほどです。赤や黄色の色様々で…と歌のとおり。

神谷 宮本房江(87)

野沢温泉外湯めぐり、13のうち11湯入湯。熱かったですが、最高でした。

西尾久 鶴見一夫(75)

◎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)

都電から見えたヒマラヤ杉、公孫樹、今日は桜の巨木たちも切られ、残念です。

豊島 芳賀栄子

いつも楽しみです。詩やスナップなどの切り抜き、ノートを時々見直して、楽しんでいきます。

竹の塚 西宮千尋

今年1歳になる娘にも人権がある。この子が百歳になる頃にはあらゆる差別や格差がなくなつてほしい。

王子 井伊幸子

数年ぶりに風邪を引きました。熱はなかったですが、つらかったです。

町屋 並木隆(38)

荒川生協診療所で装具を作り替え、とても良く仕上がりました。

豊島 横山きよ

インフルエンザの予防接種を早めました。

中野区 圓山早苗(82)

毎月、生協北診療所に通っています。東京ほくと」を読み、勉強しています。

豊島 横尾城治

王子生協病院3階には、障害者にとって力強い味方の理学療法士がいます。

葛飾区 町田利津子(69)

医療・介護の現場はコロナで大変だろうと、いつも頭が下がります。

町屋 中島喜美子(81)

最近グラウンドゴルフを始めました。運動は良いと認識しました。

岩淵町 佐藤真美

クリスマスにハイビスカスが一輪咲きました。

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) ※=女性医師

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 departments like 内科, 家庭医診療科, etc.

生協北診療所 (Seikyo Kita Clinic) schedule table with columns for days and times.

荒川生協診療所 (Araikawa Seikyo Clinic) schedule table with columns for days and times.

生協王子歯科 (Seikyo Oji Dental) schedule table with columns for days and times.

鹿浜診療所 (Kaminami Clinic) schedule table with columns for days and times.

生協浮間診療所 (Seikyo Ukiwa Clinic) schedule table with columns for days and times.

歯ブランチ販売 (Teeth Branch Sales) advertisement for 1/8, 1/12, 1/18, 1/28 and 2/3, 2/8, 2/18, 2/22.

江北生協診療所 (Kaiho Seikyo Clinic) schedule table with columns for days and times.

汐入診療所 (Shiwa Clinic) schedule table with columns for days and times.

北足立生協診療所 (Kitaadachi Seikyo Clinic) schedule table with columns for days and times.

お知らせ (Notice) and 職員募集 (Staff Recruitment) section.