

生協の現況 2022.5.1現在

組合員 30,302人
出資金 15億3,870万円
一人平均 50,779円

2022年度増加
組合員 67人
出資金 364万円



一人は万人のために万人は一人のために

2022年6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>

知って「憲法を身近に感じた」 ～本田宏さん憲法学習会～

世界では学費ゼロが当たり前

平均
131.4万円



国名	大学授業料 無料	給付制 奨学金
※ 日本	×	×
イギリス	×	○
フランス	○	○
フィンランド	○	○
デンマーク	○	○

デンマークは18歳未満の子供は親に扶養義務があるが、18歳を迎えると成人となり家を出るため扶養義務が国に移る。大学の勉強は厳しく、学費や生活費を稼ぐためにアルバイトなどに明け暮れている暇はない。そのため生活の心配がいらぬように、申請すれば国から給付型奨学金が給付される制度になっている。

国名	大学授業料 無料	給付制 奨学金
日本	2.1万円	0円
イギリス	0円	0円
フランス	0円	0円
フィンランド	0円	0円
デンマーク	0円	0円

「大学の初年度納付金の国際比較」文部科学省「教育指標の国際比較(2013年版)」

昨年3月衆議院厚生労働委員会
で参考人発言する本田さん



4月30日、NPO法人医療制度研究会副理事長である本田宏さんを講師に、オンライン学習会「憲法9条は世界と日本の宝として守ろう日本の平和と医療と人権」を開催しました。事業所や自宅などから職員53人、組合員23人が参加しました。

歴史や背景を学び、深めた人権と憲法

憲法改悪が狙われる状況、歴史から読み解く大切さ、改悪阻止のための運動など、多岐にわたる内容でした。講師の持ち味のユーモアあふれる語り口で、わかりやすく話されました。

参加者の感想

「争いの歴史を繰り返しながら現在があるけれど、経済がなり立たなくなると戦争を起こし、権力者や金持ちが生き残り、弱者や貧乏人が亡くなる。この構図はいつまで続くのでしょうか。経済が正しくまわるように、税金の使われ方などにも目を光らせないといいな」と思いました(王子生協病院栄養士・Aさん)

参加者から「おもしろくて飽きなかった」「樹液を吸い取る政治という表現がわかりやすかった」「無知だったと気づいた」など感想が寄せられました。(業務部長・佐藤直史)

「怖い印象がありました。でも、まずは知ることが大事だと感じました。憲法に少し近づけたと思います。ニュースを観ると何が正しいのかわからなくなりますが、講演を聞いてからは違う見方ができます。本田先生がSNSで発信すること

で、若い世代が気にかけてほしい。そこで私も協力ができると思います(王子生協病院・Bさん)

「日本は恵まれた平和な国だと思っています。お金を出して大学へ行くことが当たり前だと思っていたので、デンマークでは学費も生活費も出てくれることにびっくりしました。医療費と学費に税金が使われる国になれば、国民の満足度が上がり、お金を心配せず暮らせるのではないかと思います(看護職・Cさん)

「命が奪われているのに、戦争で利益を得ようとする社会になっていると認識しました。平和を守るために憲法を守ることが大事だと思いました。憲法9条だけでなく、幸福追求権や健康で文化的な生活を守る政治であれば、戦争は起きないと思います(王子生協病院管理室・Dさん)

「政治家が動かしやすい国民をつくりだしている、国の方針に疑問を持って追究していくことが必要だ、と思いました。私と同じ若い世代は社会の仕組みが理解できずにただ政治に文句を言う人が多いので、今日得た知識に感じたことも込めて周りに伝えていきます(組織部・Eさん)

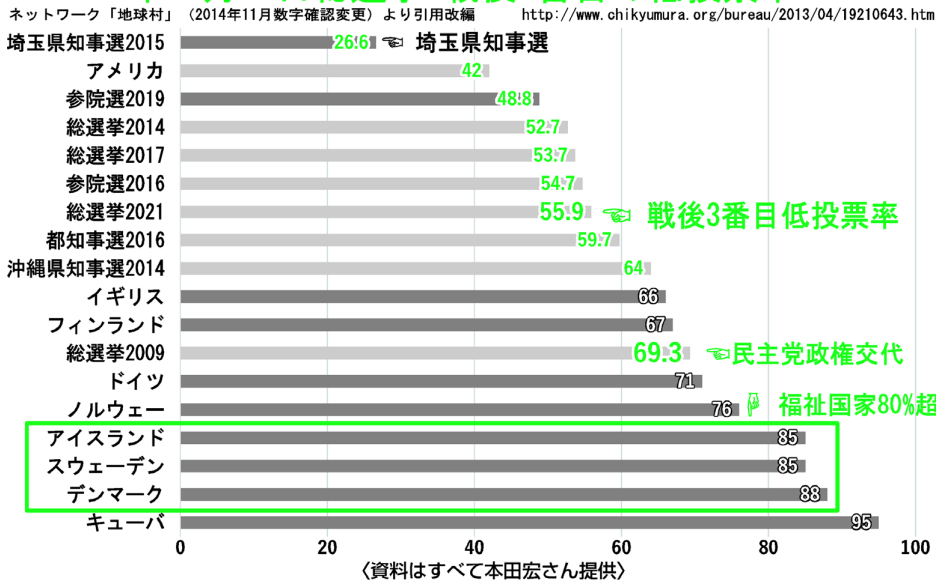
日本の学校は、考えない人間を5つの方法で生み出している

鈴木傾城氏ブログより引用改編
<http://www.blackz.com/?mc&c=2014011611554000900>

- 1 暗記を押し付けて「考えさせない」
- 2 苦手を押し付けて「考えさせない」
- 3 制服を押し付けて「考えさせない」
- 4 規則を押し付けて「考えさせない」
- 5 団体行動を押し付けて「考えさせない」



2021年10月31日総選挙 戦後3番目の低投票率55.9%



注射器

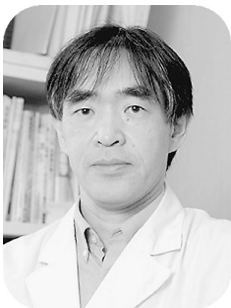
本年2月から5月までの4か月に、ロシアによるウクライナ侵略が世界的な大問題となり、その解決が厳しく求められています▼このようにときに、ウクライナ国連人権監視団のマチルダ・ボグナー団長が「ロシアによるウクライナ侵略の民間人死者数が、公式発表の3381人ではなく数千人を上回る」との見解を発表しました。また3月2日には、ロシアの侵略は国連憲章違反だと断定し、ロシア軍の無条件撤退を求める決議が加盟国193か国の7割超にあたる141か国の賛成で採決されました。しかも同月24日、ロシアの戦争犯罪を告発し国際人道法の順守を求める決議も、140か国の賛成で採択しました▼テレビのニュースを観ていると、ロシアのウクライナ攻撃では毎日のように住宅を破壊し弾丸を打ち続け、子どもや女性がバタバタ倒れている。この現実には断じて許されないことであり、厳しい反省が求められます。世界地図を広げると、ロシアが地球の土地面積で世界一の位置を占め、桁外れの巨大さです。そのロシアが、世界の多くの国々を無視して武力による支配をかつてなく強めることは、反省すべきです▼このような情勢の中でいま大事なことは、まさに命をかけて努力しているウクライナの子どもや女性・高齢者への支援。カンパは大切な激励となります。

(大)

理事会だより 5月28日

理事長あいさつ

今泉 貴雄



感染対策緩和が次々と
高い意識持ち対応必要

新型コロナウイルス感染症の患者は、相変わらず多数出ています。しかし社会はウィズコロナへ動き出しているようです。感染対策のため自粛やマナーとなっていた行動に、緩和が行われるようになってきました。オミクロン株は感染力が強いものの、重症化率は高くない、それも根拠として社会が動き出しているのでしょう。

王子生協病院では感染した患者の入院を受け入れ、対応可能なベッドを増やしてきました。今後通常の医療とどう併存していくべきか。2019年までとは地

域の情勢や患者の意識に変化が生じていることをふまえ、規制を緩めつつ医療・介護の担い手として高い意識をもって引き続き対応していくことが必要です。

沖縄本土復帰から50年
問題解決は日本全体で

沖縄が返還されて50年の節目にあたり、5月15日には式典が開かれて、新聞でも例年に増して沖縄の記事がありました。当時私は小学生で、学校が休みになったことを覚えています。

沖縄県は復帰した当時、アメリカの基地としてベトナム戦争で大きな役割を担っていました。その戦争が終わったのが1975年。沖縄復帰もベトナム戦争も、私のように「なんとなく知っている」世代は50代後半。それ以下の世代、多くの東京ほくと職員は授業で現代史として学んだくらいの方がほとんどです。

土地の多くを占めます。基地問題、アメリカ兵の基地外でのふるまい、経済状況などの問題が、復帰後50年経ても解決されていません。沖縄の問題でなく、日本全体の問題と改めて認識していく必要があります。

戦争体験者は高齢化
平和は築き上げるもの

戦後75年以上過ぎ、日本は今憲法下で、平和を築き上げてきました。私たちにとって当たり前の平和ですが、過去の戦争での反省と教訓、様々な犠牲がありました。現在まで続いている沖縄問題。時代を経てもなお風化させることなく考えていくべき内容です。

太平洋戦争の実体験を聞くことほど印象に残ることはありません。東京ほくとで訪問診療に携わり20年以上になりますが、当初は戦争の実体験を話してくれる患者さんが多くいました。しかし今は聞く機会も少なくなりました。

当時の記憶を語る世代が高齢になり、少なくなってきたと感じます。記憶に

残すとともに、これまでに
出された作品、歌や小説、映画なども使いながら平和について考えるのもいいかもしれません。沖縄における戦争をテーマとして、小説では「ひめゆりの塔」、歌やドラマでは「さとうきび畑」を思い出します。

ロシアのウクライナ侵攻で、平和への危機意識が高まっています。今まで当然と捉えていた平和は、これから築き上げていかなければならないことを肝に銘じ、どう行動すべきか考えていきましょう。

生活を考え、憲法を守る
軍拡でなく平和求めて

2022憲法大集会

5月3日、「改憲発議許さないー守ろう平和といのちとくらし 2022憲法大集会」が開かれました。3年ぶりの野外集会に15000人（主催者発表）が集まり、東京ほくとから7人が参加しました。オンラインでも配信され、自宅から視聴した仲間もいます。

各分野から市民代表がスピーチ。竹信三恵子さん（和光大学名誉教授）は貧困・労働をテーマに「9条は不戦の誓いであると同時に、国費を軍事ではなく私たちの生活のために使うしくみ。生活を考えるからこそ9条をなくしてはいけない」と訴えました。

連帯挨拶で中野晃一さん（V市民連合・上智大学国際教養学部教授）は朝日新聞の世論調査に触れ「一番優先すべき政治課題は」との問いで憲法は2%だったと発言。ほかの選択肢で景気、福祉、教育・子育てを合わせると68%と、改憲を多くの人は望んでいないと



職員はのぼり旗を持って参加



汚染された処理水や原発被ばく訴訟などの発言があった
(写真女性は門馬さん)

雨の中120人集う
避難者の思い大切に

さよなら原発in飛鳥山

「さよなら原発in飛鳥山」が、4月29日に開催されました。全体で120人、東京ほくとからは複数の組合員が参加しました。あいにくの雨で中止かと思いき、行かなかった方もいたと思います。公園いっぱいにながらステーションでアピールしました。（理事長社会保障平和委員長・小川早苗）

医療と介護の現場

「奇跡」の関わり10年目
訪問看護の醍醐味感じる



40歳代男性A氏、30歳代で脳腫瘍を発症。2012年春、数回の手術の甲斐なく「今年の夏は迎えられないでしょう」と末期がん宣告を受けました。

治療はせず緩和ケアに切り替えましたが、がんの進行は止まりました。同年9月がんセンターを退院、在宅医療を開始しました。

ベッド上で自力では全く動けず、言葉を発することできない状態でした。A氏は独身、父は他界、母は施設入所で、要介護5のA氏を介護できる身内はいま

10年経過した今年までに
身近にいた女性が「私が支える」と同年7月7日入籍

訪問看護が開始され、訪問診療、ヘルパー、訪問入浴、福祉用具とともにチームが組まれました。

余命宣告、当事業所との関わり、そして妻との入籍から、この7月7日に10年目を迎えます。定期的にレスパイト入院をしている王子生協病院の緩和ケア病棟で、東京ほくとのスタッフに囲まれてその日を迎えます。（訪問看護ステーションほくとサテライトなでしこ師長・村田紫）

役立ちました。
福島原発事故から11年。その間、復興五輪などと称して、コロナ禍にもかかわらずオリンピックが強行されました。

浪江町から北區に避難している門馬昌子さんのお話で、帰還する人はまだまだ少なく、そこで生活している人々の思いはどこかに置き去りにされているように感じました。政府は誰の方を向いているのでしょうか。

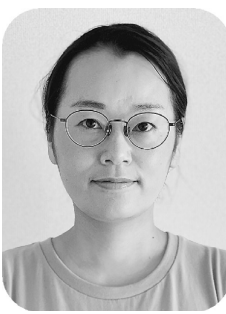
放射能汚染水やウクライナでの戦争など、不安な状況がとりまいています。東日本大震災の犠牲者のために黙祷をささげながら、諦めないことが大事だと考えていました。東京ほくとのフラスターも、雨に濡れながらステーションでアピールしました。（理事長社会保障平和委員長・小川早苗）

病気の 話

生協浮間診療所

所長 鍋島悠子

梅雨が始まり、熱中症に注意が必要な時期になりました。熱中症は真夏の屋外で発症すると思われています。しかし体が暑さに慣れていない梅雨の合間の、急に気温が上がった日なども



王子生協病院 小児科から

子どもの新型コロナウイルス感染症は、日本ではデルタ株流行中も家庭内感染が主でした。しかしデルタ株以来は、学校などでの感染が家庭に持ち込まれることが多くなってきました。保育園や学校での感染リスクは、地域社会の流行が大きいほど高くなるからです。

王子生協病院
小児科医師 平山美香

注意が必要です。

熱中症を起こす要因は3つあります。1つ目は環境です。強い日差しが当たる場所、気温や湿度が高い場所、体の熱が放出されづらくなります。特にエアコンをつけていない室内は、気

熱中症の防御と対応方法

気温・湿度が高い時期は特に注意

温、湿度ともに上昇しやすく危険です。

2つ目は体の状態です。高齢者や乳幼児は、暑さやのどの渇きへの反応が鈍いため、水分摂取が不十分になりやすい特徴があります。健康な成人でも、下痢

などによる脱水状態や二日酔いなど体調が悪い場合に、熱中症のリスクが高くなります。

汗、頭痛、吐き気、嘔吐、下痢などの症状が出ます。重い場合には意識障害などを引き起こし、最悪の場合に死亡することもあります。1990年の夏に、東京では200人が熱中症で亡くなっています。

熱中症にな

ってしまっ

た場合は、ま

ず体を冷やす必

要があります。

日陰や、

クーラーの効

いている涼し

い場所へ移動し、冷たいも

のを当てて体を冷やしまし

よう。特に首、足のつけ

根、わきの下には太い血管

があり、氷のうなどを当て

ることで効率よく体を冷や

すことができます。



そして汗が蒸発するよう

に服をゆるめ、あおいで風

を当てましょう。霧吹きな

どでミストをかけてあおぐ

ことも有効です。

さらに、水分や塩分をし

っかり摂り、病院の受診を

検討してください。嘔吐を

して水分摂取ができない

場合は迷わずに病院受診

をしましょう。ぐったりし

て意識がない場合は命の危

険があるため、すぐに救急

要請を行ってください。

熱中症は予防することが

できます。

症は無症状や軽症が多く、普通の風邪と見分けることが困難です。つまり、発熱、咽頭痛、咳、下痢などの風邪症状があれば、感染した疑いがあります。学校や保育園でクラスターが発生していたり、家族に感染の疑いがある場合は、要

れにいました。これは、第5波の病原性の問題なのか、感染者数が多かったからなのかは明らかではありません。これまでに国内でも、10代、10歳未満で数人ずつ死亡例も報告されてい

や肥満の子どもの重症化しやすいようです。ただし、新型コロナウイルス感染症の重症化だけでなく、基礎疾患が悪化して入院治療をした場合もあります。

て、子どもでも頻度が低くみられると報告されています。症状は微熱、咳、呼吸困難、動悸、胃部不快感、味覚・嗅覚障害、意識障害、胸痛、知覚障害、過眠、認知障害などです。6〜8か月間続いた症例も報告されています。

〜6週間後に全身性炎症により発熱が続く、腹痛・下痢、発疹などを認め、心臓の動きが悪くなるのが特徴です。健康な5〜13歳（川崎病は乳幼児）が好発年齢で、日本人などアジア人に少ないようです。しかし感染者の増加に伴って、わが国でも2021年には数例の症例報告が見られるようになりました。

最後に小児科からお知らせがあります。先月より発熱・風邪症状がある小児の受診は予約制になりました。9時30分〜11時（水曜日は10時30分）の時間帯で電話予約を取ることが出来ます。ぜひご利用ください。

基礎疾患は予めコントロールを

子どもの新型コロナウイルス感染

国内発生し

ます。

てから2021年2月頃ま

での流行第3波までは、子

どもで酸素投与が必要な中

等症患者はまれで、重症患

者はいませんでした。ここ

ろがデルタ株が多かった7

〜9月の第5波では、呼吸

管理が必要な重症患者もま

は、コントロール状態を良

くしておくことが大切で

す。また、2歳未満の子ど

もは比較的重くなる傾向が

あり、注意が必要です。

急性期の症状が改善した

後、6〜8週間続くさま

ざまな症状が後遺症とし



病院・診療所・事業所だより 街づくり

王子生協病院

ベンチをリニューアル 玄関に華やかさ添えて



木目調でフォルムがきれいなベンチ

新病院になって10年以上が経過、いろいろなものが少しずつ壊れてきました。玄関前のベンチもその一つです。当初は自動販売機会社が

4脚のベンチは華やかで、みどりのポランティアが手入れをしている花たちとよく似合っています。ポンドで補強してあったり、少し揺れたりしますが、癒し効果が増した玄関になりました。

（事務次長・伊藤里美）

汐入診療所

テントでかぜ症状対応 往診希望の方は連絡を

汐入診療所は、隅田川と汐入公園に囲まれた南千住にあります。診療所の玄関前にテントを2張設置して、夜はランタンを灯して発熱外来を行



かぜ症状の患者さんの診察・検査などを行うテント

薬を出すこともできます。昨年度は1591人診察、1220人に検査、493人がコロナ陽性でした。

特に今年の1・2月は電話が鳴りやまず、紹介されて新患が多く来院しました。

ワクチンも集団接種会場まで行けない方が当診を利用しています。往診もできますのでご相談ください。

（事務長・池田雅子）

新入医師紹介

大学では運動・哲学
楽しく働きたい

初期研修医 多々良祥敏



EUやNPO勤務
気軽な相談相手に

後期研修医 橋本 晴子



元ラグーマン、健
康の手助けしたい

後期研修医 高橋 駿太



料理でストレス発散
離島の経験活かして

総合診療 専門医 菊池 徹哉



ため「頼らざるを得ない家
庭医」でしたが、東京では
たくさんいる医師の中から
「選ばれる家庭医」になれ
るように頑張ります。

自然楽しみつつ散歩
生活に寄り添いたい

内科医 加藤 萌



診療所公式LINE

現在、東京ほくとの3診
療所が公式LINEアカウ
ントを立ち上げて活用して
います。登録者も増えて、
手軽な情報発信ツールとし
て使われています。

広報委員会が揭示
タイムリーに告知

北足立生協診療所

当診療所で
は、昨年6月
から公式LINE
NEを活用し
ています。この一年間で登
録者は700人以上になり
ました。



です。「ホームページに比
べてタイムリーに告知がで
きる」「お知らせを投稿す
ると通知がされるため気づ
いてもらいやすい」「イン
ターネットのページのリン
クを貼ることができ、その
まま閲覧してもらえる」な
どがあると思います。

デメリットは「LINE

が使えない患者、組合員に
タイムリーに情報をお知ら
せできない」ということが
あります。これに対して、
できるだけ機関紙と一緒に
地域に配付される「北足立
ニュース」に同じ内容を載
せることや、院内外に掲示
をしてお知らせすることを
心がけています。

新型コロナウイルスを診
療所で予約する際について
や、インフルエンザワクチ
ンについて発信していま
す。そのほか、当診療所の
カーポートで行われるパン
の移動販売や、パン販売に
合わせた組合員・職員によ
る青空健康チェックの告知
らせもしています。

LINEでのお知らせをす
るメリットは次のような点

LINEでのお知らせをす
るメリットは次のような点

LINEでのお知らせをす
るメリットは次のような点

LINEでのお知らせをす
るメリットは次のような点

LINEでのお知らせをす
るメリットは次のような点

(師長・土井絵里子)
情報発信で予約増
育児・健康関連も
鹿浜診療所

鹿浜診療所

当診療所で
は公式LINE
Eアカウント
を作成して活
用しています。診療所から
の最新情報を、タイムリー
に通知することができま
す。



ワクチンの情報や子育て
・健康に関する情報などを
配信しています。現在約3
00人の登録者がありま
す。

ワクチンの情報配信後は
予約が増える傾向があるの
で、タイムリーに活用でき
ているのではないかと推測
しています。東京ほくとの
診療所では、ほかに生協浮
間診療所でも公式LINE
アカウントがありますので
ぜひ活用してください。

(師長・七戸由美)

生協浮間
診療所
LINE



北足立生協診療所

お知らせ

こんにちは
新型コロナワクチン予防接
種 6月予約のご案内です

予約方法：足立区30ナカ
リ予約システムおよび足立区30
ナカリ予約・相談ダイヤル

予約受付中です

注意事項

★対象者：足立区にお住い
で接種券をお持ちの12歳以上
の方

★15歳以下の方は保護者同
様にご同意の上、接種をお願いします

鹿浜診療所

鹿浜診療所はゴールデンウィーク
中はカレンダー通り診療を行います。

4/29 (金) 休業
4/30 (土) 午前のみ
5/2 (月) 午前のみ
5/3 (火) 4 (水) 5 (木) 休業
5/6 (金) 午前午後
5/7 (土) 午前のみ

GW中も11:00から発熱・風邪外
来を行っています。
診療希望の方はお電話でご予約下
さい。
GW中に行ったPCR検査の結果は
4/30→5/2 5/6→5/7 5/7→5/9
となります。

※5/2は連休前のためPCR検査を
実施します。

コロナに負けるな！

職員や患者の感染から 見えた現状と対策

この原稿を書いている5

月中旬の東京都の新型コロナ新規陽性者はやや減少傾向で、4000人前後を推移しています。第6波のピークだった2月上旬の新規陽性者は2万人を超えていたので、3か月かけてやっとピークの2割くらいになってきた計算になります。新型コロナとの生活も3年目となりましたが、いまだ翻弄される日々が続いています。



2009年現地集団検診で診察

見られまし
た。今では原
因が判明し、
排水を止める
などの処置を
行うことで、
当時のような
激しい症

皆さんは、水俣病をご存知でしょうか。戦後、九州の不知火海沿岸に住む人々に見られた、しびれ、痙攣などの症状が特徴の神経疾患です。

チッソという企業の化学工場が海に流した排水に含まれていた有機水銀が原因で、この化学物質が海に住む魚介類に蓄積し、食べた人に様々な中毒症状が出現しました。同じ時期、新潟でも同じような患者さんが

者のリハビリ
時間に影響が
出ないように
、出勤でき
る職員で協力
して乗り越え
てきました。



防護具を装着してリハビリする入院患者さん

新型コロナ
の患者さんも
たくさん入院
してきました。
た。なかには治療により体
力が著しく低下したり、息
苦しさなどの後遺症が残る
方もいて、その方の状態に
合わせたリハビリを行って
きました(2021年度約
50人)。一時は人工呼吸器
の治療をするほど重症な方
もいましたが、本人の努力
と職員のチーム力の成果も

見られまし
た。今では原
因が判明し、
排水を止める
などの処置を
行うことで、
当時のような
激しい症

ノーマニナマタ 訴訟署名にご協力を

理事長／神経内科 今泉 貴雄

今でも手足のしびれ、ふらつきといった症状を持つ方が多くいます。「年を取れば、そのような症状は当たり前前」と思っている方が多く、水俣病であるとの認識も乏しいようです。

私たちの法人が加盟する全日本民主医療機関連合会では、集団検診を行い、国や企業を相手にした地域住民の訴訟に協力してきました。私自身、2009年に

あり、皆さん元気に退院しました。
感染予防の基本は①マスクなど個人防護具の着用、
②手指衛生、③3密回避です。実際にリハビリ場面を見たことのある方は想像できるとは思います。リハビリを提供する私たちと患者さんはとても近い距離で身

実は関東にも、子どもの頃に彼の地で魚介類を食べ過ぎて転居してきた人があります。しびれなどの症状があっても、水俣病について認識する機会も少なく、つらい思いをしている方も

体に触れてリハビリを行います(手足の関節を動かしたり、一緒に歩く練習をしたり...)。一回のリハビリ時間は通常30〜60分程度と長時間になるので、感染を広めやすい場面とも言えます。日頃から入念に健康管理やリハビリ環境の整備を行っているものの「自分かもしれない」という不安、患者さんにとっても大変な思いで仕事をしています。

すでに地球は1.1℃以上上昇してしまっています。そのため、達成するには2050年までに世界の二酸化炭素排出量を実質ゼロにすることが必要だと言われています。

行われた1000人を超える熊本での集団検診に初めて参加しました。翌年には、関東地方に移住された方を対象とした、関東水俣病検診にも参加しました。関東の集団検診でも、受診した49人のうち46人に水俣病の所見が認められました。「これまで親類がチッソに勤めていて、認定を受けなかった」「周りを見ていて水俣病かな、と思っていった(医療機関を受診していたが、原因不明と言われていた)」など、背景にあるものも見えてきました。

今回、改めてすべての被害者救済をめざして、ノーマニナマタ裁判への署名にとりくみます。私たちに

医療機関も環境に負荷 だからこそ今、行動を

東京ほくと気候変動対策プロジェクト(T-CAP)

1.5℃ これは何を表す数字でしょうか。

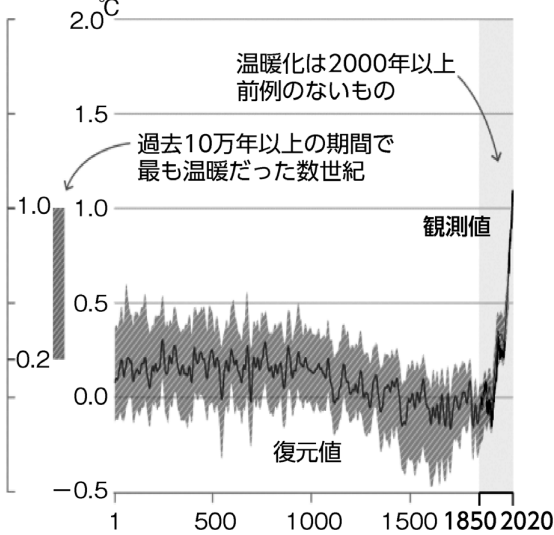
これは、2021年10月から11月にかけて行われた、国連気候変動枠組条約第26回締約国会議(COP26)にて合意された、気候変動による悪影響を最小限に抑えるために産業革命前からの気温上昇を1.5℃に抑えようという数値目標です。

すでに地球は1.1℃以上上昇してしまっています。そのため、達成するには2050年までに世界の二酸化炭素排出量を実質ゼロにすることが必要だと言われています。

私の勤務する東京ほくとも例外ではありません。先行研究によれば、日本の二酸化炭素排出量のうち、4・6%はヘルスケア部門から排出されています。

持続可能な社会の構築の必要性が言われる中、環境は大変重要な問題です。水俣病は、環境行政とは切り離すことのできない課題です。そのような視点から、私たちそれぞれの課題を受け止め、署名へご協力をお願いします。

世界平均気温(10年平均)の変化
復元値(1~2000年)及び観測値(1850~2020年)



IPCC第6次評価報告書 第1作業部会報告書より引用

SDHを知る

私たち自身や周りの人たちの健康を考えるとき、自己責任では片づけられない背景が存在します。「健康

①SDHってなんだろう

みなさんは「健康」です。か。「健康」の捉え方は人それぞれかもしれませんが、健康には遺伝子など生まれ持った身体的な要因だけでなく、生活習慣や環境など多くの要因が関与し

北足立生協診療所
所長 渡邊 隆将



ます。

——どうしてジェインソンは病院にいるの
それは、彼の足にひどい感染を起こしたからだよ。
——どうしてジェインソンの足には悪い病気があるの
それは、彼が足を切った

「社会の要因」が健康に影響

〜生協活動のつながりも含まれる〜

しまって、そこから感染を起したんだよ。
——どうしてジェインソンは足を切ってしまったの
それはね、彼が、アパートの隣の廃品置き場で遊んでいたから、そこには尖ったギザギザの鉄くずがあったからなんだよ。

——どうしてジェインソンは廃品置き場で遊んだの
それはね、彼が荒れ果てたところに住んでいるからだよ。その子どもたちはそんな場所で遊ぶし、だれも監督していないんだ。
——どうしてそういうところに住んでいたの
それはね、彼の両親が、もっと良いところに住む余裕がないからだ。
——どうしてもっと良いところに住む余裕がないの
それはね、彼のお父さんは仕事がなく、お母さんは病気だからね。
——お父さんにお仕事がないって、どうして

ないって、どうして
それはね、彼のお父さんはあまり教育を受けていないんだ。それで仕事が見つからないんだ。
——それはどうして：
ジェインソンをとりまく連鎖的な社会的状況が、ジェインソンの足の感染症を引き起こしているわけなので。このように、健康に影響を与える要因を最近では Social Determinants of Health (SDH: 健康の社会的決定要因) と言います。
SDHには経済状況や学歴、家族状況、友人とのつながりなどからなる「個人の社会・経済要因」と国の

政策や職場、地域における人のつながりの豊かさを含む「環境としての社会要因」があります。
構造的に格差が存在し改善が難しい要因も多数ありますが、私たちが生協活動で日頃からとりくんでいる人と人とのつながりといったような要因も、SDHに含まれています。近年の調査では、人とのつながりを多く持つことが病気を減らし、健康につながることもわかってきています。
つまり、班会や地域のつながりを増やしていく活動は、それ自体が健康づくりになっているというわけですね。健康づくりにつながる地域づくりを意識して、開かれた仲間づくりをぜひ進めていってください。

受診の仕方をアドバイス

段階を丁寧・簡素に話す

外国人が病気やけがをしたとき、スムーズに病院へ行くのは難しいものです。今回は、外国人が病院へ行く手助けをするための「やさしい日本語」をご紹介します。

①病院へ行く準備

クロス言語学院
非常勤講師
中川ゆき子



(8)



・頭が痛いですか。熱がありますか。内科へ行ってください。
・けがをしましたか。整形外科へ行ってください。
・子どもが病気ですか。小児科へ行ってください。
・病院へ行くとき、保険証とお金を持って行きます。クレジットカードが使いたいですか。病院に聞いてください。

・保険証がありませんか。大丈夫です。でも、お金は高くなります。
②病院へついたら
・受付へ行きます。保険証を出してください。
・問診表を書きます。悪いところ、痛いところを書いてください。わからないときは、病院の人に聞いてください。
・先生が名前を呼びます。番号で呼ぶかもしれません。部屋に入ってください。
③診察中
・何が悪いですか。いつからですか。先生に話してください。

・痛いところを、先生に見せてください。
④診察後
・受付の人が名前を呼びます。お金を払ってください。
・薬の処方箋をもらってください。
⑤薬局へ

・病院の後、薬局へ行きます。薬を買います。
・薬局で、保険証と処方箋を出してください。
・薬をもらいます。お金を払います。
(参考) 多言語問診票
<https://kripj.org/medical/>



2014年。僕はドラえもんに涙する大人になっていた。
STAND BY ME DORAEMON
8.8
あるのび太が、憧れ続けた
この作品でした。主人公で
な信頼できる夫を見つけた
ことのできる娘であってほ
しいし、しずかちゃんのお
父さんに認めてもらえるよ
うな息子に、それぞれ育っ
てほしいという夫婦で願っ
ています。この映画を観
てこれがわが家を感じた一
番の感想です。(ヘルパー
ステーションのぞみ・古谷
美江)

イチ押しシネマ

スタンドバイミー ドラえもん

長く愛される登場人物 子どもの将来と重ねる

思い返してみれば、最後にわが家が劇場へ観に行っただのは、ドラえもんの「スタンドバイミー」ドラえもん1でした。ドラえもんの作品は、子どもたちが生まれてから毎日のようにテレビやスカパーで観ており、すべての作品を知っていると思っています。

子どもたちが大きくなり初めて映画館で観た映画がこの作品でした。主人公であるのび太が、憧れ続けたことのできる娘であってほしいし、しずかちゃんのお父さんに認めてもらえるような息子に、それぞれ育ってほしいという夫婦で願っています。この映画を観てこれがわが家を感じた一番の感想です。(ヘルパーステーションのぞみ・古谷美江)

ひとこと通信 (敬称略)

豊島 藤澤留美子(69)

にんにく、ニラ、らっきょう、アスパラガス、アロエ。ゆり科の野菜で体力・免疫力つけましよう。

江北 田沢きよみ(70)

近所の遊歩道や公園が緑にあふれてきました。我が家のアジサイのつぼみも少し大きくなってきました。

王子 中澤政子(78)

今年もバラがたくさん花を咲かせ、アジサイの花が咲くのを待っています。

町屋 為我井雅子(80)

地域を走るコミュニティバス廃止から一か月半。復活を願って、浮間ルート実

現に励まされて頑張ります。

豊島 池田幾子(74)

50年前、沖縄本土復帰の日に、屋良朝苗知事が怒りと苦悩の表情で話をしていて映像を観ました。

滝野川 伴ひさ子(73)

孫が4月にピカピカの一年生になりました。早くも一か月が経ち、運動会にはりきっています。

王子 井伊幸子(72)

田舎の竹林で筍掘り。ジババ二人で、あと何年できるかな。

宮城 長井勉(57)

ウクライナや頻尿、認知症などすごく勉強になりました。コロナ記事など引き続き載せていただきたいと思います。

◎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)

豊島 菅原裕一(39)

プランターにミニトマトとパプリカの苗を植えました。

西尾久 鶴見一夫(75)

桑の木に実がつき、山里の桑畑で友人と一緒に食べ、赤紫色になった手を洗ったことを思い出しました。

豊島 中西洋子(71)

都電沿線のバラは今が盛りですね。

岸町 榎原一栄(92)

「子どもたちも反戦」の記事を読んで涙しました。この企画を続けてください。

舎人 湯川ちづ子(73)

地球が危ないのに戦争をやっている場合ではないと思います。

神谷 皆川武(27)

コロナも大変。ロシア・ウクライナの戦いの意味は何かわかりません。

江北 若林毅(56)

今は施設にいる本好きな母に差し入れます。コロナで月に一度しか今は面会できなくて、残念です。

志茂 神田節子(71)

動きすぎました。無理は禁物ですね。

江北 チャン愛

東京に引越してきました。これからどんな生活になるか楽しみです。

豊島 横山きよ(74)

認知症予防のためパズルなどで頭の体操をしています。

岩淵町 佐藤真美(64)

暑くなって喜んでいるのは、わが家の2匹のカメたちです。

王子 若林ふさ子(70)

万緑の季節、久しぶりに豊島3丁目から王子駅まで歩きました。途中、絵葉書を買って友人に出しました。

町屋 久道和男(75)

(季節のスナップについて) 小川さんありがとう。

トケイソウがいつも咲くところへ見に行きました。

神谷 宮本房江(88)

町屋駅前のバラが見事。思わず足止め休息。ウクライナ戦争反対、9条の署名をして家路に。

堀之内 小山慶子(74)

遊歩道を歩いてみると珍しかった小判草が、年々数が増えているように思います。



医療生協の出番です！あなたの町の班会

楽しく踊って健康づくり 援助金で知人誘いやすく (西尾久支部)

荒川音頭班

毎月第3日曜日午前、尾久ふれあい館で楽しく盆踊りを練習しています。昨年12月に運営委員6人で発足しました。

盆踊り好きが集まったに



町会の盆踊りを目指し練習に励む

もかわならず、東京音頭と炭坑節がやっどで、荒川音頭に至っては難しすぎて覚えられません。「たかが盆踊り、されど盆踊り」簡単そうですが、結構な運動量と難しさを実感しています。

目標は町会の盆踊りデビュー。コロナのため中止になりました。

無料の講師は、運営委員の植田和江さんです。浴衣姿での軽やかな踊りは素敵で思わず見とれてしまします。

2〜3曲踊れば休憩と水分補給。この時間がまた楽しく、お互いの健康法や街なかの情報などで盛り上がっています。

知り合いに気軽に声をか

け、毎回1〜2人新しい方の参加があります。4月には小林清子支部長のおすめ、初めて参加した方が組合員になってくださいました。

本部から班会援助金があり、参加費無料なので、知り合いを誘いやすいです。「楽しく」をモットーに健康な身体とこころづくりを目指し盆踊り班です。

(竹林章子)

茶話会で代替の活動 ハンドベルで楽しく (神谷堀支部)

食事会班

月一回、神谷堀公園ハイッ集会所でお食事を開催し、15〜20人あまりの方が参加して近況を語り合った

◆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	かえで薬局
北区豊島3-5-6 ☎3912-7478	足立区江北1-26-8 ☎3896-6620
しんでん薬局	わかくさ薬局
足立区新田2-12-7 ☎3911-2274	足立区入谷3-1-4 ☎3854-3054
ひまわり薬局	あらかわ虹薬局
北区東十条2-6-5 ☎3912-0293	荒川区荒川4-54-1 ☎3803-1005
ひまわり薬局浮間店	堀切虹薬局
北区浮間3-22-5 ☎3558-3081	葛飾区堀切7-12-1 ☎3604-9419

薬剤師募集

詳細は☎3944-1238東京メディエール



楽譜を見ながら音色合わせて

役で、知っている曲を演奏しています。さらに曲をリクエストして大久保さんに楽譜を作ってもらいました。

最近では支部の十八番の「芭蕉布」に挑戦しました。スマホで演奏を録画してみんなで聴くのも楽しいです。楽譜を見ながら自分のパートを鳴らすのですが、ベルを左右持ち替えた

り、パートを変えたりすることに、脳トレや認知症予防にもつながります。

近況を話したり、想い出の歌を紹介してみんなで聴いたり、語ったり、などなど茶話会を楽しくする一つとしてのハンドベル。これからも続けていきたいです。

(石渡育子)

