

生協の現況	2022.10.1現在
組合員	29,905人
出資金	15億1,203万円
一人平均	50,561円
2022年度増加	
組合員	396人
出資金	3,960万円

東京ほくと

一人は万人のために万人は一人のために

2022年11月号

機関紙 東京ほくと

ほくとLINE

東京ほくとと医療生活協同組合

住所 〒114-0003 東京都北区豊島3-5-6

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>

高齢者医療の窓口負担2割化

～世代間対立あおり さらに悪化へ～



4月25日に王子駅前で組合員・職員が訴え、通行人が耳を傾けた

国の責任で社会保障充実を

75歳以上の約2割
370万人が対象

10月1日より75歳以上の一部の医療費窓口負担が2割に倍化されました。今回の制度変更は「単身世帯で年収200万円以上、夫婦とも75歳の世帯で年収320万円以上」が対象となり、75歳以上の約2割、370万人が対象です。

受診控えで一層の重症化が心配です。政府も受診控えで1050億円が減ると見込んでいます。さすがに負担が重いと考えたのか、「配慮措置」を設けていま

す。配慮するなら制度そのものを見直すべきです。

この制度変更の理由に「現役世代の保険料の軽減」を挙げています。しかし、現役世代の保険料軽減は月33円にすぎません。負担が減るのは公費分1140億円です。

ここに大きな狙いがあります。「給付は高齢者、負担は現役世代中心」と、とさう世代間の対立をあおり、社会保障制度の改悪をすすめています。社会保障は憲法にあるとおり国の責任です。世代が双方で負担し合うものではありません。

ん。

そして今回の制度にひどい仕組みが含まれています。今後は、国会の審議抜きで政令によって2割負担の対象者を拡大することができるよう。菅義偉政権の田村憲久元厚労大臣は「これで終わりでない」と言い、経団連も「原則2割負担を基本」と主張しています。税金は、軍事費ではなく社会保障の充実にこそあてべきです。

配慮措置とは

○2022年10月1日から2025年9月30日までの3年間

○外来と薬局での窓口一部負担が対象。入院は対象外。入院では今まで1割で5万円の場合10万円になります。外来と入院で1世帯あたり57600円を超え

側で自己負担額を合算して後日、差額が高額療養費の口座に払い戻されます

○払い戻し先となる高額療養費の口座は、登録が必要です。今回2割負担となる方が高額療養費の口座登録をしていない方には、各都道府県の後期高齢者医療広域連合や市区町村から申請書が郵送されます。すでに高額療養費の口座を登録している場合には申請書は郵送されません

○電話や訪問で高額療養費の口座登録を求めていることはありません。医療費の還付を装った詐欺などには十分注意しましょう

わからないこと、支払いで困っていることがあれば、病院や診療所、薬局の窓口で相談してください。

（常務理事・畑中久明）

○例：1か月の外来医療費全体額が50,000円の場合
(厚生労働省のホームページより)

窓口負担割合1割のとき	① 5,000円
窓口負担割合2割のとき	② 10,000円
負担増	③ (②-①) 5,000円
窓口負担増の上限	④ 3,000円
払い戻しなど	(③-④) 2,000円

○複数の医療機関・薬局などで受診した場合、保険者



4団体が主催した「10・1怒りの新宿デモ」(日本高齢期運動連絡会・ニュースNo.355より)

注射器

ウクライナ各地では、10月にロシアのプーチン政権がミサイル攻撃をひろげ、死者や負傷者が急拡大していることに怒りが広がって、平和をまもるの声が高まり続けています。10月10日には、さらにロシアがウクライナ全土に報復攻撃を強行して20人が死去、105人が負傷。ロシア国防省は「すべての標的に命中した」と自慢している

ありさまで、怒りがさらに高まっています▼このほどウクライナの人権団体「市民自由センター」にノーベル平和賞が贈られました。「長年にわたり市民の基本的人権や権力を批判する活動を続けてきた」「正政や侵害に抗する人々のたたかいが平和や民主主義を守るため、いかに大切か」との受賞理由に、世界中から納得できるという声が高まっています▼これまで国連総会では、ロシアのウクライナ侵攻をめぐり4つの決議が可決されています。しかし人道支援決議は賛成140か国、反対5か国で決定し、あとの3つの決議も同じものとして、国連は平和のためにキツパリと意思を表明しています。ロシアによるウクライナ侵攻のこれからについて、国連のグテーレス事務総長は「平和を前進させる市民社会の力にスポットライトを当てるもの」と評価・発言しています。まさに市民社会である私たちが力を合わせ、職場・地域で行動し、平和を勝ち取るために努力しましょう。心から訴えます。(大)

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

理事会だより 10月22日

理事長あいさつ
今泉 貴雄



礼で体操を行っています。リハビリテーション科スタッフが考えた体操メニューを、森岡良介医師の号令のもと行います。短い時間ですが、一週間コースで日替わりの腕や腰、脚の運動など多岐にわたります。

今年もあと2か月。街なかで年末年始のよそおいも見られます。日は短く、特に仕事帰りは暗くなり寂しさを感じる時期です。一方で、これから街はイルミネーションなどで色づき、心ウキウキする方も多いのではないのでしょうか。

秋は「食欲の秋」、スポーツの秋、読書の秋」と形容する言葉は多いです。今年の秋は天候が不順ですね。

健康チャレンジの秋
運動を継続で習慣化

先日から東京ほくとの健康チャレンジが始まっています。皆さんはどのようなチャレンジをしていますか。

王子生協病院医局では、数年前から医局員全員で朝

《理事会議事録要旨》

報告事項

9月組織活動報告：加入64人、脱退62人、出資金増資374万円、増資者695人、班会開催37回、新班結成2班、2項組員4人。健康チャレンジ申込132人。9/28秋の社会保障学習会「いのちとくらしを守るために今必要なことは何か」40人参加。②9月決算報告。③組織活動、理事会専門委員会報告。④新型コロナウイルス感染対応の現状と対策報告。⑤事業所報告。⑥2022年度上半期総括と下期課題について報告。⑦生協王子歯科の漏水事故の報告。⑧介護保険制度改定について学習。⑨医療福祉生協連・全日本民医連・東京民医連理事会報告。⑩旧あすか薬局跡地（組織部新事務所）改修費報告。⑪生協北診療所建替の現状と課題について報告。⑫第1回支部・理事のあり方会議の報告。

議決事項

①生協王子歯科 歯科用診察台購入
②就業規則の一部改定（王子生協病院看護師処遇改善手当）
以上、議決した。

均して一日約4km歩いていることがわかりました。平均4kmを毎日歩くと、一年間で約1500kmになります。この距離は、東京から遠く北海道最北端の宗谷岬まで歩いたことに相当するようです。想像を膨らませると、楽しくなりますね。

江戸時代、旅行といえは歩いていくしかありませんでした。東海道中膝栗毛や松尾芭蕉の奥の細道を連想します。松尾芭蕉が奥の細道で歩いた距離は約2400kmだそうです。毎日歩いて、東海道を歩く気分になったり、奥の細道の経路をたどってみたい：そんな楽しみ方はどうでしょう。

旅できずとも疑似体験
励まし合いながら散歩

この2年半、コロナの感染が広がり、旅行ができずにいます。ここに来て行動制限が緩和され全国旅行支援も始まったとはいえ、感染は収まったわけでもなく、第8波の不安もあります。

江戸時代の旅は歩行で
歩く距離を意識・想像

以前には万歩計で歩数を記録しましたが、今ではスマホのアプリで万歩計機能があります。そのアプリで見ると、私はこの一年、平

均して一日約4km歩いていることがわかりました。平均4kmを毎日歩くと、一年間で約1500kmになります。この距離は、東京から遠く北海道最北端の宗谷岬まで歩いたことに相当するようです。想像を膨らませると、楽しくなりますね。

「グーグルマップ」「ストリートビュー」でたどり疑似体験もいいかもしれません。

習慣化は難しいと感じる方もいるでしょう。仲間がいることが励みになり、結果的に継続していけることもよくあります。一緒にやる、お互い励まし合うことも考えていきましょう。動機づけ、習慣化、仲間と一緒に、そんなことが健康チャレンジに込められています。

私の外来診療では、認知症や認知機能低下について相談されることが多くあります。認知機能へのとりくみとして、できる方には一日30分くらいの散歩を薦めています。健康問題、認知症予防。特別なことが必要でなく、日々の営みでコツコツ行っていく必要があります。

〈増資の振込先〉

- ・郵便振込（通信欄に組員番号をお書きください）
記号 00160-1
番号 77824
振込先 東京ほくと医療生活協同組合
・手数料がかかります



芝田英昭立教大教授

歴史から学ぶ人権擁護

秋の社会保障学習会

「社会保障を充実させる責任は誰にあるの」

9月28日、立教大学教授で水彩画家の芝田英昭さんを講師にお迎えし、北区社会保障推進協議会主催の学習会が開催されました。数か所の会場とオンラインで、40人が参加しました。

「くらしと社会保障」を

テーマに、人間の尊厳・人権・能力・協同について話されました。講師の息女が悪性脳腫瘍のため22歳で亡くなった経験語り、一気

せられました。

重い障害を持って生まれ、またさまざまな傷病によって、自らの意思で行動できなくなる場合もあります。この状態では、人間特有の複雑な思考能力を発揮できないように見受けられますが、人間としての尊厳は否定されるのでしょうか。

19世紀末以降に優生学が

浸透し、犯罪者や精神障害者への断種がアメリカで行われる。それがナチスの断種法に大きな影響を与えて劣等民族などの虐殺へとエスカレートした、とは衝撃的でした。第二次世界大戦後も、日本の旧優生保護法、スウェーデン・ノルウ

医療と介護の現場

入居者とともに11年
安心して生活する場所



何か要望がありますか」と思っていたら、これ以上ない嬉しさだなと思います。ここがこの方にとって居心地の良い場所、安心できる場所、抱えているような心持でいるようです。

「私はいつまでここに居たいの」と口癖のように聞いてくることもよくあります。その際は「好んで職員や他利用者が家族と」

と答えるのですが「ほかに行く場所が無い」と不安も抱えているようです。当事業所にとってなくてはならない存在であり、いなくはない利用者です。ほかの利用者もそうです。一人ひとりが安心して生活でき、みんなで支え合いながら、利用者・職員が楽しく過ごせる場所になればと日々思っています。

（ほくとひまわりの施設 設長・村越快博）

＊ADL：日常生活を送るため最低限必要な日常的動作。介護・医療・福祉などで利用者や患者の状態把握に使われる指標

〈組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員となります（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く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

◎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。

ジャーナリスト

布施 祐仁

一体いつになったら、この戦争は終わるのだろうか。終戦の時期を予測できる者はいないだろうが、唯一はつきりしているのは、ロシアが侵略を止めれば戦争はただちに終わることだ。

Мир в Украине!
ウクライナに
平和を！



いまロシアがやっていることは、1990年にイラクのサダム・フセイン政権が行った暴挙と同じである。イラクは隣国クウェートに侵攻し、全土を制圧・占領すると、一方的にイラクへの併合を決定した。ロ

シアも9月末、ウクライナ東・南部4州の併合を一方的に決定した。
イラクがクウェートを侵攻したときには、国連安全保障理事会がイラク軍の即時無条件撤退を要求する決議を採択し、まず経済制裁

を課した。それでもイラクが侵略を止めなかったため、最終的には多国籍軍が編成され、軍事力によって侵略を鎮圧した。国連憲章違反の侵略が発生した場合、侵略国以外のすべての国連加盟国が侵略を止めさ

国際連帯で平和国家へ 侵略への抵抗に支援を

せるために協力するという「集団安全保障」の機能が発動されたのである。
一方、今回のロシアによるウクライナ侵攻では、国連加盟国の7割超が侵略を非難しているにもかかわらず、安保理常任理事国であ

るロシアの拒否権行使で国連の集団安全保障は機能不全に陥っている。
国連の集団安全保障が機能しない以上、各国が個別に侵略に抵抗するウクライナを支援するほかない。ウクライナは国際社会に武器

の提供を求めているが、これまで紛争当事国への武器移転を行わない方針を堅持してきた日本は、財政支援や人道支援などを積極的にやっていくべきだと考える。
「領土よりも人命の方が

大事」「一刻も早く停戦してほしい」という声も聞く。気持ちは理解するが、それを判断するのはウクライナ国民である。私たちはウクライナ国民の意思を尊重し、ウクライナ国民が侵略への抵抗を続けている限り、最大限の支援を行うべきである。一

刻も早い停戦のために私たちができるのは、ロシアに対して「領土的野心を捨てろ」と言い続けることである。
やっかいなことに、「大国」は一度戦争を始める

ロシアだけでなく、ベトナム戦争での米国しかり、かつての大日本帝国しかりである。
「大国」は自分たちを「特別な存在」と考え、周辺の中小国を見下して勢力下に置こうとする。今回のウクライナ侵略は、まさにロシアの大国主義が最大の要因だと私はみている。

核兵器廃絶運動が示しているように、このやっかいな大国主義と対峙できるのは、世界の市民社会と世界の圧倒的多数を占める中小国の政府との連帯だけである。日本も大国主義（と超大国追随主義）を捨て、この連帯の輪に加わってこそ、真の「平和国家」への道が開ける。

ウクライナ人道支援募金にご協力を

東京ほくと医療生協が加盟する「全日本民主医療機関連合会」では、ウクライナ市民へ食料・水。医療品などの人道支援募金にとりこんでいます。この募金は、ウクライナ医療支援で活動中のピースウィンズ・ジャパン、国連児童基金（ユニセフ）、国連難民高等弁務官事務所（UNHCR）へ届け、ウクライナの人々に直接届く支援に充てます。
ご協力くださる方は、お近くの支部の役員や組織部職員までご連絡ください。（組織部：3913-9100）

隠された軍の重要拠点

科学の過ちを語りつぐ施設
人権と平和を学ぶ体験型連続学習会

9月3日、東京民医連「人権と平和を学ぶ体験型連続学習会」第3回に東京ほくとから2人参加しました。

明治大学登戸研究所資料館は旧日本陸軍が開設、秘密戦の兵器・資材を研究・開発しました。「第九陸軍技術研究所」ですが、研究・開発内容を知られないよう、秘匿名で呼びました。

登戸研究所はアジア太平洋戦争において秘密戦の中枢を担い、軍から重要視された研究所でしたが、終戦

とともに閉鎖。1950年代に跡地の一部を明治大学が購入し、科学研究が「戦争」という大義名分のもとで人間性を失った事例を未来に語りつぐ目的で、2010年に平和教育の資料館として開館されました。

風船爆弾・偽札・毒物など兵器の開発当時に関わった方の証言をもとに作成した資料がありました。ほかにも、当時の模型やコピーも展示されていました。

「非人道的な行為が行われ、隠されていた。職場で自分なりに伝えていく」「職人の技術がこうしたことに使われたのは虚しい。携わった女学生の青春の思い出と聞き、複雑」参加した職員の感想です。戦争や平和について自分のこととして考えていくために、現場での体験が大切です。（医学生担当・佐々木由希）



施設職員から詳しい説明を受ける参加者

ランドセルをリユース 子どもの笑顔の好循環

こども食堂サザンクロス代表 南谷 素子

「こども食堂サザンクロス」は食でつながる仲間を大切に、子どもたちの成長を見守る居場所です。「ぐるぐるランド」は、こども食堂サザンクロスがとりくむランドセルのリユース活動です。6年間思い出が詰まったランドセルを荒川区内でぐるぐる循環するということで「ぐるぐる」、ランドセルの「ランド」が名前の由来です。

ランドセルをクリーニングして安価で提供し、新し

い子どもに背負われる。残ったランドセルは、荒川区子ども応援ネットワークのパントリーに提供します。それ以外は海外に送ります。誰かのために、という気持ちでSDGs活動になりました。

始まりは2019年。石川県でランドセルリサイクル活動をしている方に、荒川区で集まったランドセルを1個400円ほど引き取っていただき、こども食堂の食材資金としていまし

た。

石川県までランドセルを送るのは大変なので、荒川区内でランドセルリサイクル活動をやろうと決意しました。活動としては2021年4月に始めました。

荒川社会福祉協議会と区生涯学習課の協力で、区内小学校PTA連合会に活動の紹介とランドセルを集めたい旨を伝えました。そして卒業式終了後に、各小学校でランドセルを回収してもらいました。そのほか直

接こども食堂などに届ける方、送付される方もいました。送料は着払としました。知的障害者の生活介護施設である荒川生活実習所の利用者にも協力いただい



思いの詰まったランドセルを有効活用

て、ランドセルのクリーニングを行っています。今後、も障害のある方、ひきこもりの方々が仕事として作業できることを考えています。
現在ランドセルは250個以上も集まり、イベント出店や展示販売会を行い、地域に届けています。

●送った方の言葉

「大切に使ったランドセルを、次の必要としている新1年生に贈ってください」「こどものランドセルでま

なご、一人親家庭のつづきが聞えて来ました。ランドセルを譲りたい方は荒川区社会福祉協議会（南千住1-13-20）へ持参ください。

福祉用具サービスハピネス

移転と事業所名変更のお知らせ

福祉用具サービスハピネスは12月1日（木）より
一般社団法人福祉用具プランニング 城北営業所へ事業所名変更となり旧組織部の事務所へ移転します
新住所 北区豊島3-7-1 ミオマーレ豊島1階 ☎ 03-3911-5110
組合員さん向け特別価格商品販売をはじめました 詳しくはお問い合わせください。

た新しい思い出を作ってもらえることがとても嬉しい」
「置いておくのも場所に困り、リサイクルとして引き取ってもらえると嬉しい」
「ランドセルは高価なのでリサイクル品で助かる人がたくさんいる」
●受け取った方の言葉
「入学が近いのに高価で購入できずにいて、やっと購入できて本当に良かった」
「いつ買えるか不安だった。リサイクルのランドセルを見たとき、涙が出るほど嬉しかった」
など、一人親家庭のつづきが聞えて来ました。

SDHを知る

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

③ 健康格差はなくせるか(下)

健康格差を減らす
とりくみを

前回は、日本でも地域ごとに明らかな健康格差があること、格差は子どもの頃から始まること、これまでの健康教室などのアプロ

鹿浜診療所
所長 平山 陽子



ただけでは格差が無くせないことなどをお話ししました。

それでは、健康格差を減らすためにどんな対策が有効なのでしょう。健康を

個人の責任にせず、集団や地域全体に働きかける「ポピュレーションアプローチ」が有効です。対策をミクロレベル(個人、家庭)、

「住んでいるだけで健康になる地域」が理想です。足立区では「野菜たっぷり

(健康的な学校給食の提供、全生徒対象の包括的教育など)も重要です。コロナ禍で孤立はより深刻化していますが、社会的孤立は不健康につながります。ソーシャルキャピタル

につながらないか注視する必要があります。高齢者の医療費自己負担2割への引き上げは、生活に余裕のない方を病院から遠ざけてしまふ恐れがあり、格差を拡大します。

レベルごとの対策を考える

健康を個人の責任にしない

子育て支援が重要です。家庭における健康的な生活習慣は、一生の健康に影響を与えます。貧困家庭やひとり親家庭などは、特に支援が必要です。

メニュー」を提供する「ベジタバライフ協力店」を区が募集し、割引券を提供したところ、多くの飲食店が参加するようになりました。(現在827店舗)

加する人が多い地域ほど、要介護高齢者が少ないという研究結果があります。気軽に参加できる開かれた「班会」や、誰でも立ち寄って相談ができる「ほっとカフェ」などはまさにソーシャルキャピタルです。

最低賃金の引き上げ、ワークシェアリング、短時間労働者の社会保険加入は、労働者の健康と生活を改善します。カナダでは多くの家庭医が最低賃金引き上げのデモに参加しています。

病院でも気になる親子を見つけたら積極的に声をかけ「困ったときにいつでも相談に乗ってくれる」とい

職場単位のとりのくみ(残業を減らす、健康的な昼食の提供、職員の運動を勧める)や学校でのとりのくみ

あらゆる政策が格差拡大

(参考文献)「健康格差社会への処方箋」近藤克則(2017年医学書院)

戦死を寸前で免れた父 空襲で燃える空に恐れた

小田桐文子さん(84歳)



私は京都の伏見区で、子煩悩な父と専業主婦の母、7歳の私を筆頭に4人の姉妹で住んでいました。家の

近くには伏見稲荷があり、お稲荷さんに遊びに行ったり、鴨川まで泳ぎに行ったりして過ごしていました。

父が横須賀の海軍に行くことになったのは、戦争の終わる数年前。当時30代だ

た。食べるものに困り、母と一番下の妹と一緒に農家のツテを頼って、着物と引き換えに食べ物を分けてもらいました。5月頃、親切

た。父が着の身着のまま戦争から帰ってきたのは、終戦から1年後のこと。戻ってから「1日入隊が早かったら戦艦大和に乗ることに

った父は、会社の同僚から「おっさんが戦争に行くようになったら負けだ、もう駄目だ」と言われたそうです。

その頃は万歳三唱で駅から送り出すようなことはなく、ただ一人列車に乗って横須賀に向かいました。知

た。食の妹が防空壕に行くたびにひどく泣くんですよ。最後の方は「もう何が

た。父が着の身着のまま戦争から帰ってきたのは、終戦から1年後のこと。戻ってから「1日入隊が早かったら戦艦大和に乗ることに

往診運転手募集

業務内容：医師・看護師を同乗して患者宅をまわる
午前8：30～12：30 午後13：00～17：00
午前、午後合わせて週約3回
ある程度運転歴がある方 時給1,080円
連絡先 王子生協病院総務課(直通) 03-3912-6619

病院・診療所・事業所だより

高齢化でも安全・安心 法人内サービス利用で

ほくと西尾久虹の家

「都市型軽費老人ホーム」とはどんな人が入所しているの?そんな疑問にお答えします。10月現在の入所者は女性4人、男性4人。80・90代4人、70代以下4人で、年々高齢化しています。

要介護認定を受けている方が4人で、残りの方は自立です。利用しているサービスは訪問系サービス4人、通所系サービス4人、訪問診療4人、訪問服薬4人です。



感染対策しながら入所者で食事

成長できる看護師に

王子生協病院



まとめのため集まった3年目看護師

見えた努力を認め合い、先輩からも自身では気づかない成長や伸びしろなどの評価を伝えてもらいました。講義「中堅以降のキャリアアップ」で、先輩方もやりたいことを模索し悩みつ

(所長・古谷裕昭)

さらなる改悪の見込み

介護保険の改善求める

2000年度から開始し

た介護保険制度は、3年ごとに介護保険法改正および報酬改定が繰り返されると法令上定められています。

現在、2024年度の見直しに向け、すでに多くの項目が改悪の方向で議論されています。

介護サービス利用料金の自己負担割合は「原則1割」から、2015年度には、一定額以上の収入のある場合「2割負担」、2018年度には「3割負担」が導入されました。2024年度からは、さらにその対象者の拡大が検討されて

います。

要介護1・2の利用者のヘルパーサービスの生活援助も、2018年度より導入された「介護予防・日常生活支援総合事業」へ移行。これまで自己負担はなかったケアプラン作成の費用も有料化、歩行時に使用する杖なども貸与から購入へ、介護職員の配置基準引き下げなど「改正」とはほど遠い状況です。

東京ほくとは「介護保険制度の改善を求める請願署名」にとりくんでいます。

「改悪案」が国会を通過する前にSTOPの声を届けることが重要です。

介護保険サービスを利用したいタイミングで、利用できない・しづらい制度にならないように、署名へ協力をよろしく願います。(福祉事業部長・西村祐子)

わたしも配ってます

つながり活かし組合員増

増えたら地域外にも配付 荒川区西尾久 岩井節子さん(80歳)

現在「東京ほくと」を二十数部配付しています。剣道は師範の腕前。学童の見守りを今も続けています。

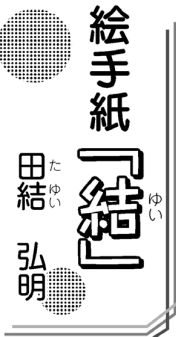
ることが重要です。

介護保険サービスを利用したいタイミングで、利用できない・しづらい制度にならないように、署名へ協力をよろしく願います。(福祉事業部長・西村祐子)

本番に近い環境で練習 学生とつながり大切に

医学・看護受験生合同模擬面接

ギリシャ神話や釈迦の伝説に登場するなど、古くから私たちに馴染みの深いザクロ(栢榴)。赤く甘酸っぱい実に、秋を感じますね。(編集部)



(28)



初めてお会いしたのが保健学校OB会で、そこで運営委員をお願いしました。知り合いが多く、次々と組

配付ボランティア 募集中



機関紙「東京ほくと」を配付していただける方(担い手さん)を募集しています(5部・10部でもかまいません)

組織部 ☎03-3913-9100

なんでも相談会だより

毎月第4火曜、午後5時 王子駅前三角公園で実施

深刻な8050問題 女性の困窮も広がる

9月27日、王子駅前三角公園で63回目となるなんでも相談会が開催され、10人が相談にきました。

来た50代女性は、精神や身体の病気を抱えながら営業(非正規)で働いています。同居の80代の両親は健在ですが、将来を考えると



本番をイメージできるよう工夫して模擬面接を実施



飛び出せ「医学生」

9月30日、王子生協病院にて、看護学生室・医学生室合同で受験生を対象にした模擬面接を行いました。会議室を学生の控室、応接室を面接会場に設定し、学生1人に対して面接官2人で面接が進みます。

医学部や看護学部からの推薦入試、一般入試で行われる面接試験に向けて、高校生や予備校生が参加する企画です。職員が面接官となり、

面接の際の姿勢や表情、話し方などの態度を確認し、志望動機や自己アピールなど、実際に聞かれる質問を想定して質疑を行います。面接官には、法人内のさまざまな職場から協力をもらいました。今年は、感染対策に注意して対面での開催。遠方に住んでいる受験生にはオンライン開催も併用しています。9月30日、10月1日・11日の3日間で15人、10月31日のオンライン開催に1人から申し込みがありました。参加者からは「慣れたと

ところで言う面接練習とは違い、本番同様の緊張感ある雰囲気でもとても良かった」「的確な講評やアドバイスをもらい、改善点が見つかった」など感想が寄せられました。合格把握後にも病院体験などを企画し、医学生・看護学生になってからもつながりを持ち続けることを目標に、今後もとりくみます。(医学生担当・小西藍子)

◇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 北区豊島3-8-5 ☎3912-7478	EPARK アプリをご利用の方は、QRコードを読み取ってください	処方せん受付FAX 03-3911-9899
ひまわり薬局 北区東十条2-6-5 ☎3912-0293	EPARK アプリをご利用の方は、QRコードを読み取ってください	処方せん受付FAX 03-3927-5400
ひまわり薬局 浮間店 北区浮間3-22-5 ☎3558-3081	EPARK アプリをご利用の方は、QRコードを読み取ってください	処方せん受付FAX 03-3558-3353
わかさ薬局 足立区入谷3-1-4 ☎3854-3054	EPARK アプリをご利用の方は、QRコードを読み取ってください	処方せん受付FAX 03-3854-3055
かえで薬局 足立区江北1-26-8 ☎3896-6620	EPARK アプリをご利用の方は、QRコードを読み取ってください	処方せん受付FAX 03-3896-6621
しんでん薬局 足立区新田2-12-7 ☎3911-2274	EPARK アプリをご利用の方は、QRコードを読み取ってください	処方せん受付FAX 03-3911-2156
あらかわ虹薬局 荒川区荒川4-54-1 ☎3803-1005	EPARK アプリをご利用の方は、QRコードを読み取ってください	処方せん受付FAX 03-3803-1004



女性の姿が目立つようになった相談会

す。生活と健康を守る会が継続フォローしていくことになりました。

なんでも相談会を主催する北区社会保障推進協議会

(社保協)が北区役所に自治体交渉で問い合わせました。すると、高齢者を含む3人以上で暮らす世帯の20世帯に1世帯が、8050世帯(80代の親と同居する50代の子の世帯、多方面でリスクが高まる世代)でした。ほかに「アルバイト先の時給が最低賃金以下。どうすればよいか」「コロナで仕事を失い、体調を崩して免許証が更新できなかった、離婚、終活、オンライン詐欺...といった女性からの相談が多くを占めました。社会に広がる女性の困窮、孤独を実感した相談会でした。(なんでも相談会事務局長・森松伸治)

通信

(敬称略)

豊島 横山きよ(74)

今年はインフルエンザが流行すること。予防接種を早めにやりました。

王子本町 島村旭陽(8)

お母さんとやりました。

しらないたさんのことがあんだなと思いました。

伊興 日本幸子(65)

今年の柿は小ぶりですが、たくさん実をつけました。自然に左右されていますね。大事にいただきます。

王子 井伊幸子(73)

インフルエンザ予防接種を予約しました。この冬も元気で乗り切ります。

江北 若林毅(56)

だいぶ寒くなってきましたね。皆さん体調には気を付けましょう。

赤羽北 今西亮(70)

年賀状を書く季節です。年に一回、字を書くことはボケ防止の一つ。さらにひ

◎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)

とことを添えて。

南千住 篠原文男(73)

(コロナに負けるなを)読んで、今までのコロナ対応の経緯をおさらいできました。

王子本町 鈴木孝周(85)

健康保険が2割負担となり、ふところが痛いです。

鹿浜 梅原恭子(75)

読みごたえ満点。健康格差の身近な統計や圧倒的な戦争体験。日本語ボランティアサークルで「やさしい日本語」を伝えます。

栄町 野口哲世(71)

パスルは時々出しています。が、今回ののは難しかった。

宮城 長井勉(57)

配付している方の記事、理事長挨拶など読んでいます。寒くなりますが、がんばって配付します。

豊島 藤澤留美子(69)

健康保険証は持ち歩く、マイナンバーカードは自宅保管。一緒にしたら危ない。何を考えているの、この国のリーダーたち。

王子 中澤政子(79)

食欲の秋。たくさん食べて、コロナ・インフルエンザをやっつけよう。

王子本町 田村春美(76)

数か月前から膝が痛くなり、散歩、運動ほか、リハビリの毎日です。

伊興 岩田春江(71)

インフルエンザ予防接種をいつしようと迷ううち、年の瀬が迫って忙しくなります。早く決めなければ。

江北 清水健太郎(42)

最近、健康のためにウォーキングをしています。

南千住 柳正枝(70)

食欲の秋。たくさん食べて、コロナ・インフルエンザをやっつけよう。

王子本町 田村春美(76)

数か月前から膝が痛くなり、散歩、運動ほか、リハビリの毎日です。

伊興 岩田春江(71)

インフルエンザ予防接種をいつしようと迷ううち、年の瀬が迫って忙しくなります。早く決めなければ。

江北 清水健太郎(42)

最近、健康のためにウォーキングをしています。

医療生協の出番です！あなたの町の班会

賑やかに楽しく踊る
企画で披露、健康に
(浮間第1支部)
フラダンス班

2014年9月2日にこの班が誕生して、8年。先生の都合などでたまに変更がありますが、第1と第3木曜に練習をしています。覚えの悪い私たちが、先生は怒りもせずに根気強く教えてくれます。そのおかげで、コロナ前には新年会などイベントでフラダンスを踊ることができました。最初は5人のメンバーで始まりましたが2人が引越や病気のため辞めてしまいました。あとのメンバーは



皆で踊ると自然と表情も明るく

そのまま続け、新しい仲間も1人増えて、賑やかに踊るを楽しんでいます。1人若くて覚えの悪い人がいて、私たちはその人をお手本にして踊っています。音楽に合わせて踊るのってとても楽しいです。曲が流れると何となくそれらしく身体が動いていくものです。健康のためにもこれからも続けていきたいと思っています。(佐藤節子)

先生が快復するまで何とか皆でがんばろうと、分担を決め、順番に号令をかけながら進めました。軌道に乗ってきたところでコロナ感染拡大と先生が亡くなりました。コロナがおさまらず、体操も休みが続きました。4年ほど前に、発足時から指導してくれた先生が病気になる、危機に直面しました。

17年目の支部合同班運動にバリエーション

(北足立第2・第3支部) うぐわく体操班

「百舌鳥」が庭先にきました。部屋の中からそっとシャッターを押しました。(小林清子)



季節の スナップ

王子本町 鈴木幸子(82) クイズをいつも楽しんでます。認知症予防に役立つと思い、挑戦します。町屋 為我井雅子(80) パズルを解くのが楽しみです。ヒントを参考に、絵をよく見て答えをひねり出します。いろいろな記事にも学べて嬉しいですよ。王子 若林ふさ子(70) 機関紙コンテスト特別賞受賞おめでとう。交通の便が悪い地域にバスが通ったこと、私も喜んでいました。江北 田沢きよみ(71) 馬肥ゆる秋 私も肥ゆる秋ではなく、健康チャレンジに参加して、肥えない秋にしたいと思っています。豊島 中西洋子(72) 初めてショートステイに行った97歳の母親が、迎えた娘に厳しい一言。西尾久 鶴見一夫(76) 神社で銀杏(ぎんなん)



体操にとどまらず体を動かす

そこで①密にならないよう前半組と後半組10人ずつに分かれる、②体温を測る、③換気をする、④マスク着用、⑤おしゃべりは自重、⑥終わったからお茶を飲まない、などを決めて再開しました。

内容も①歩く、②ストレッチ、③気功体操、と大まかに決めました。あとはそれぞれのグループで工夫しながら、1時間を無駄なく使って進めることにしました。悩みは先生がいなくて、早く探したいと思っています。(市井厚子)

を拾い、むいて茹でて食べました。ねっとりとした実で美味しかったです。

岸町 横原一栄(92)

娘と二人でクイズに挑戦しています。

西新井本町 松本友子(77)

ベランダ菜園で秋茄子が実をつけています。味噌汁にぬか漬けにと楽しみます。

豊島 中西洋子(72)

初めてショートステイに行った97歳の母親が、迎えた娘に厳しい一言。西尾久 鶴見一夫(76) 神社で銀杏(ぎんなん)

王子 若林ふさ子(70)

機関紙コンテスト特別賞受賞おめでとう。交通の便

第410回

パズル

〈ヒント〉11月19日は国連が制定した「世界○○○○日」で、世界各地で企画などが催される。海外では、今も9億6000万人が屋外で排泄、一日8000人の子どもの下痢症状で死亡している。

〈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〒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とホームページ

〈前回の答え〉メンタル(当選者)(応募31)井伊幸子、篠原文男、島村旭陽、鈴木孝周、田村春美

健康増進目的で、気軽な運動としてママチャリからロードバイクまで色々な車種を用いている人が増えている

標高が高い森林・竹林に生息。愛らしい外見に反し、動物の死骸も食する。寒さに強く、木登りが得意

健康増進目的で、気軽な運動としてママチャリからロードバイクまで色々な車種を用いている人が増えている

標高が高い森林・竹林に生息。愛らしい外見に反し、動物の死骸も食する。寒さに強く、木登りが得意

健康増進目的で、気軽な運動としてママチャリからロードバイクまで色々な車種を用いている人が増えている

標高が高い森林・竹林に生息。愛らしい外見に反し、動物の死骸も食する。寒さに強く、木登りが得意

健康増進目的で、気軽な運動としてママチャリからロードバイクまで色々な車種を用いている人が増えている

標高が高い森林・竹林に生息。愛らしい外見に反し、動物の死骸も食する。寒さに強く、木登りが得意

健康増進目的で、気軽な運動としてママチャリからロードバイクまで色々な車種を用いている人が増えている

標高が高い森林・竹林に生息。愛らしい外見に反し、動物の死骸も食する。寒さに強く、木登りが得意

健康増進目的で、気軽な運動としてママチャリからロードバイクまで色々な車種を用いている人が増えている

標高が高い森林・竹林に生息。愛らしい外見に反し、動物の死骸も食する。寒さに強く、木登りが得意

健康増進目的で、気軽な運動としてママチャリからロードバイクまで色々な車種を用いている人が増えている

標高が高い森林・竹林に生息。愛らしい外見に反し、動物の死骸も食する。寒さに強く、木登りが得意

健康増進目的で、気軽な運動としてママチャリからロードバイクまで色々な車種を用いている人が増えている

標高が高い森林・竹林に生息。愛らしい外見に反し、動物の死骸も食する。寒さに強く、木登りが得意

健康増進目的で、気軽な運動としてママチャリからロードバイクまで色々な車種を用いている人が増えている

標高が高い森林・竹林に生息。愛らしい外見に反し、動物の死骸も食する。寒さに強く、木登りが得意

健康増進目的で、気軽な運動としてママチャリからロードバイクまで色々な車種を用いている人が増えている

標高が高い森林・竹林に生息。愛らしい外見に反し、動物の死骸も食する。寒さに強く、木登りが得意

健康増進目的で、気軽な運動としてママチャリからロードバイクまで色々な車種を用いている人が増えている

標高が高い森林・竹林に生息。愛らしい外見に反し、動物の死骸も食する。寒さに強く、木登りが得意

健康増進目的で、気軽な運動としてママチャリからロードバイクまで色々な車種を用いている人が増えている

標高が高い森林・竹林に生息。愛らしい外見に反し、動物の死骸も食する。寒さに強く、木登りが得意

いまさんち (1)



アンケートを実施したサテライト虹のスタッフ（前列左が小林さん）



前回アンケートでは、法人在宅医療部、診療所、訪問看護ステーションにおいて「連携がうまくいっている」との回答が約80%でした。さらに連携を深めていくためには、相手の立場

2018年度看護介護活動研究交流集会での発表をもとに、荒川生協診療所と汐入診療所、訪問看護ステーションほくとサテライト虹に再度アンケートを配布し、合計15人の回答から考察しました。



連携の必要性を相互確認
～視点の違いを看護に活かす～

訪問看護ステーションほくとサテライト虹 小林 裕美

を重ねていくことが必要であると考察しました。前回アンケート以降、連携は良くなっている印象が

や職場の状況に配慮した上で相手を理解し、状況や思いをどのように伝えていくのか、お互いの工夫や努力

訪問看護師と診療所の看護師は同じ看護職ですが、役割や視点の違いから必要とする情報に違いがあります。そのことも再認識でき、今後は情報を伝えるだけでなく、積極的に情報を得てエビデンスに基づいた看護を提供していきたいと思

訪問看護師と診療所の看護師は同じ看護職ですが、役割や視点の違いから必要とする情報に違いがあります。そのことも再認識でき、今後は情報を伝えるだけでなく、積極的に情報を得てエビデンスに基づいた看護を提供していきたいと思

あるものの、私の考える連携と他者が考える連携が同じかという疑問がありました。そこで荒川生協診療所、汐入診療所、訪問看護ステーションほくとサテライト虹の医師・看護師・理学療法士に協力してもらい、昨秋にアンケートを行って考察しました。

あるものの、私の考える連携と他者が考える連携が同じかという疑問がありました。そこで荒川生協診療所、汐入診療所、訪問看護ステーションほくとサテライト虹の医師・看護師・理学療法士に協力してもらい、昨秋にアンケートを行って考察しました。

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ください) 色文字=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	夜間	午前	午後
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【心】 大野【心】	高島	松本 春田	森岡 神田 渡邊	森岡 高橋【呼】 笹島【循】	村山(1:3-4:5週) 内科医師【も の忘れ外来】	今泉 岸本 密山	密山	今泉(1:2-3:5週) 藤沼(1:3-5週) 高島(3:5週)
	一般	松本	森岡 櫻井	岸本 辻	青柴 松永	今泉 神田(1:3週) 青柴(2-4週)	王 鈴木	松永 菊池	田 野島 尾林 武田(1週)	松本 高橋【呼】	星 武田(1週)	森岡 密山	森岡(1:3-5週) 東(1:3-5週) 岸本(2-4週)
家庭医診療科		上野		打矢					佐藤寿		平山陽		
小児 乳児 健 予防接種	小児 健 診察	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	○		○入院相談	
整形外科		西野	宮本(予約)	木下(1:3-5週) 岸本(2-4週)			谷口	篠田	茂呂		保坂		整形外科医師
その他		上田(皮膚科)		早稲田(泌尿器科)			杉本(皮膚科)				田中(泌尿器科)		松田(皮膚科)

(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 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

透析センター
3912-9334

	月	火	水	木	金	土
午前	大場 領取 (2-4週) 皮膚科 領取 (1-3週) 胃内視鏡	大場 秋山	秋山	大場 整形外科 渡会	伊藤 (予約) 秋山 大場	秋山 (2:3-4週) 大場 領取 (1-3週) 胃内視鏡
午後	秋山	大場	秋山		秋山	

(受付時間)午前8:30~11:30、午後1:00~4:15
9月30日で夜間診療は終了しました

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 菊池 橋本	菊池 橋本	鍋島 松本 橋本	藤沼 菊池 橋本	藤沼 菊池 橋本	鍋島・菊池 橋本 (2-4週)
午後	鍋島	鍋島	田中	佐野(康) 橋本		
夜間		大西 菊池		佐野(康) 橋本		

(受付時間)午前8:40~12:00、午後1:40~4:15、夜間5:40~7:45
[かぜ外来] (予約制)
・12月から夜間外来の受付時間が変更となります
・来年1月から火曜午後の外来は終了します

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) 渡邊(隆)	渡邊(郁) 渡邊(隆)内・小	渡邊(郁)	渡邊(郁) 中丸(内・小)	渡邊(郁)	渡邊(郁)(1:3-5週) 須田(丸)(1:3-5週) 中丸(内・小)(2-4週)
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

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) 丸山	丸山 日向	渡邊(隆) 日向	丸山 藤田 稲葉(予約)	杉山 日向	渡邊(隆)(1:3週) 丸山(2-4-5週) 日向(2-4-5週)
午後	渡邊(隆) 丸山	丸山	日向		日向	

(受付時間)午前8:40~12:00、午後月・金1:40~6:15、火・水1:40~4:15

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	田邊 水谷(整形) (予約)	伊沢 永井(整形) (予約)	田邊(1:3-5週) 伊沢	伊沢	田邊 伊沢 武井(整形) (予約)	田邊(1:3-5週) 古池(2-4週)
午後		伊沢 泉水	伊沢 森野(糖) (予約)		伊沢	
夜間					門松 (内・小)	

(受付時間)午前8:30~12:15 午後1:30~4:00 夜間5:00~7:00
[かぜ専用外来]月・土11:30~12:15 火・水・金15:30~16:00(予約制)

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) 中丸(整形)2-4週	佐藤(寿)	村山(予約) 高橋	門松(予約) 高橋(小)	佐藤(寿)(2-4週) 金山(1週) 佐野(正)(3週) 名知(小)(1-3週)
午後	郭	高橋	中丸	高橋(1:2-4週) 中丸(3週)	門松	
夜間				高橋(1:2-4週) 中丸(3週)		

(受付時間)午前9:00~12:00、午後2:00~4:30、夜間5:30~7:30

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	平山 林	平山	林	平山 (1:3-5週) 伊藤 (2-4週) 三浦(皮) 月2回
午後			平山		神田	

(受付時間)午前8:45~11:00、午後水:3:30~6:00、金:3:00~6:00、
[発熱風邪症状外来]11:00~12:00(予約制) 皮膚科診療日はお問い合わせください

お知らせ

訪問診療につきましては、病院・診療所へお問い合わせください。

【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

職員募集

- 医師 ●看護師
- 介護職員 ●調理補助員
- 病棟ケアワーカー ●事務

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	前田 竹田 望月	竹田 望月	前田 望月	前田 竹田 望月	前田 竹田 望月
午後	前田 竹田 望月	前田 竹田 望月	竹田 望月 (2週)	竹田 望月	前田 竹田 望月	前田 竹田 望月
夜間			竹田 (1:3週)		前田 (2-4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

歯ブラシ販売 11月2日、8日、18日、24日、28日

「特売日」 12月8日、14日、19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

訪問看護ステーションほくと

ヘルパーステーションのぞみ

地域ケアセンターわかば

訪問看護ステーションほくと

サテライト十条

居宅介護支援事業所ハビネス

認知症対応型共同生活介護

グループホームほくとひまわりの家

訪問看護ステーションほくと

サテライトなでしこ

都市型軽費老人ホーム

ほくと西尾久虹の家

デイサービスセンターなでしこ

訪問看護ステーションほくと

サテライトたんぽぽ

鹿浜診療所通所リハビリ

- 北区豊島3-4-15 ☎ 3912-6181
- 北区豊島3-19-3 ☎ 5902-7156
- 北区豊島3-7-2 ☎ 5390-5998
- 北区豊島3-19-3 ☎ 5959-7875
- 北区中十条2-7-13 ☎ 5963-7720
- 北区東十条2-8-5 ☎ 5390-6024
- 北区西ヶ原2-24-8リッセル飛鳥山1-2階 ☎ 5980-6222
- 荒川区荒川4-54-5 ☎ 3803-1179
- 荒川区荒川4-54-5 ☎ 3802-2810
- 荒川区荒川4-54-5 ☎ 3803-1179
- 荒川区荒川4-54-5 ☎ 5850-3585
- 荒川区荒川4-54-5 ☎ 3805-8388
- 荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5855-7761
- 荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5855-7801
- 荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5855-7447
- 足立区新田2-4-15 ☎ 5390-8451
- 鹿浜診療所2階 ☎ 5902-7179
- 足立区新田2-4-15 ☎ 5902-7179