

生協の現況 2023.4.1現在

組合員	29,571人
出資金	15億0,168万円
一人平均	50,782円

2022年度増加	
組合員	1,004人
出資金	9,076万円



一人は万人のために万人は一人のために

2023年5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3-5-6
 発行「東京ほくと」編集委員会 TEL.03(3913)9100
 ホームページ <http://www.t-hokuto.coop>

春も会話も歩くのも楽しい

～荒川ラインウォーキング～

組合員・職員が交流しながら

3月30日、桜の満開期を少し過ぎていましたが、春の植物が咲き乱れる中、第9回荒川ラインウォーキングを開催しました。初めての午後開催で、60人が参加しました。

昨年度の参加者の要望に応え、今回新たに5キロコースを新設しました。3キロ・5キロ・7キロ・9キロの4コースから体力に見合ったコースを参加者が選択し、ゆっくり・楽しく河川敷を歩きました。

スタート前には、リハビリ課職員、看護師・保健師と一緒に準備体操や体調管理を十分に行い、参加者は安心して歩き始めました。心地よい春日和で、事前申

込よりも長いコースでチャレンジする参加者が多くいました。

参加証の裏面には昨年同様「脳トレ」を掲載していましたが、問題がいつもと違うスタイルの脳トレだったため、周囲の参加者同士で「どう解くのだろう」「いつもと違う頭を使っている気がする」と楽しそうに会話をしながら考えていました。今回の脳トレは難しかったようですが、正解者の中から抽選で5人にロングピロピロをプレゼントしました。

数十年ぶりで仕事仲間と再会した参加者がいました。日頃ともに生協活動を



天気にも恵まれ気持ちよく歩く



準備運動にも余念なく

話をしながら歩くのも感懐深いと思いました。

参加者全員が怪我や事故に遭うことなく無事に終えることができました。コロナ禍で組合員活動に参加できなかった職員が参加しやすい日時で開催して、組合員と職員が互いに顔の見える距離で交流することができたと思います。来年も開



しばらく会えなかった他支部の方との交流も



歩ききった達成感あふれるゴール地点

参加者の声

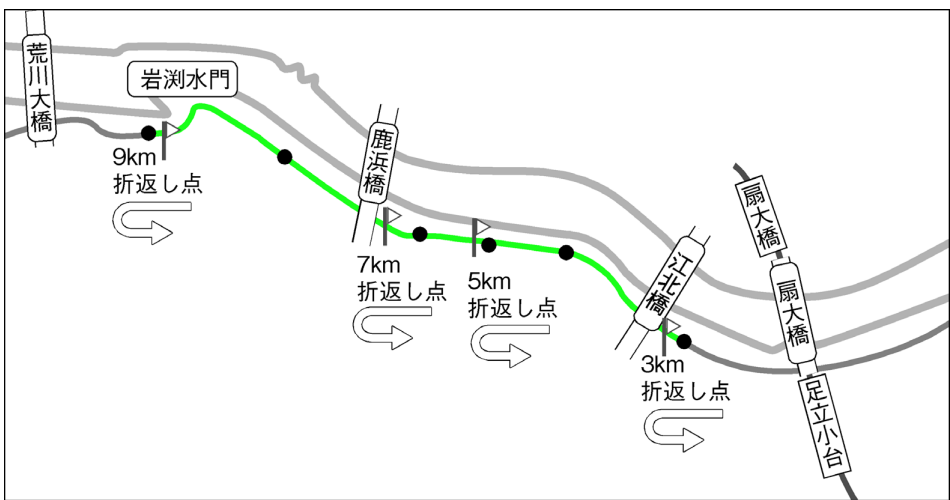
神谷支部から4人が参加しました。うち89歳のMさんはなんと9キロ、私は7キロ、それぞれ完歩。

生協北診療所の事業所利用委員会と青年職員がウォークしながらの歓迎交流となりました。先輩たちが築いた医療生協の姿を語り「君ら未来の人たちがどうかそれを守り発展させてほしい」と願い、私は久しぶりに「厭世」な気分が晴れました。「おつかれ生」の

おいしい一日となりました。(神谷支部・高橋哲)

私はコロナ禍で入職したため、なかなか組合員が参加する生協活動を知る機会がありませんでした。生協北診療所職員(当時)として今回参加して、健康づくり活動の一端を知ることができました。

一緒に歩いた組合員の健脚ぶりに驚くとともに、荒川沿いの景色を楽しみながら何があるかを知り、話しながら歩いて組合員のことも知ることができました。楽しい時間を過ごすことができました。(荒川生協診療所・都築章吾)



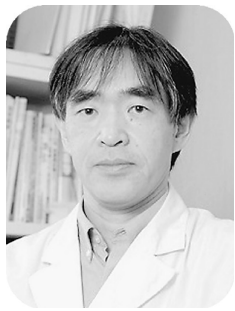
年々季節の移り変わりが早く感じられる。満開の桜を楽しんだのも束の間、早くも新緑の鮮やかな景色に。自然界だけではなく、人間の世界もまた▼今やかつての戦争など知る人はほとんどいない時代になったことに怖れを感じるこの頃だ。かなり高齢の方でも、それは子どもの頃のことではない。直に空襲などの経験がなくても、疎開先での苦労や飢え、不潔さなど、テレビで見るウクライナの映像に重ねる人もいよう▼私たちの平穏な暮らしは、一為政者の思惑一つである日突然一変する様を見せつけられてきた。にもかかわらず、我が国の政府はこぞとばかり軍備拡張に突き進む方向である。国会では討議もせず、議員の質問にも答えようとせず、我々の税金を投入するということ(安保3文書の改定)。そんなことが許されていいのだろうか▼近頃、国際協力という言葉は軍事に関することのみに使われている。新たな戦前などと呼ばれる所にか。最近ある新聞で「社会の現実を問う努力の中からしか新しいものは生まれない」という一文を目にした。現実を問うとはどういうことだろう▼4月の統一地方選挙では、私たちの直面している諸課題に真面目に向き合ってくれる党や人を選べたらどうか。かつての戦前には望めなかった自由を手にした私たちは、それを大切に守り育てていく義務がある。(今)



年々季節の移り変わりが早く感じられる。満開の桜を楽しんだのも束の間、早くも新緑の鮮やかな景色に。自然界だけではなく、人間の世界もまた▼今やかつての戦争など知る人はほとんどいない時代になったことに怖れを感じるこの頃だ。かなり高齢の方でも、それは子どもの頃のことではない。直に空襲などの経験がなくても、疎開先での苦労や飢え、不潔さなど、テレビで見るウクライナの映像に重ねる人もいよう▼私たちの平穏な暮らしは、一為政者の思惑一つである日突然一変する様を見せつけられてきた。にもかかわらず、我が国の政府はこぞとばかり軍備拡張に突き進む方向である。国会では討議もせず、議員の質問にも答えようとせず、我々の税金を投入するということ(安保3文書の改定)。そんなことが許されていいのだろうか▼近頃、国際協力という言葉は軍事に関することのみに使われている。新たな戦前などと呼ばれる所にか。最近ある新聞で「社会の現実を問う努力の中からしか新しいものは生まれない」という一文を目にした。現実を問うとはどういうことだろう▼4月の統一地方選挙では、私たちの直面している諸課題に真面目に向き合ってくれる党や人を選べたらどうか。かつての戦前には望めなかった自由を手にした私たちは、それを大切に守り育てていく義務がある。(今)

理事会だより 4月22日

理事長あいさつ
今泉 貴雄



元に戻らず新たな活動
非常時対応が日常的に

来月から新型コロナウイルス感染症は取扱区分が5類となり、ウィズコロナにおける初めての年度となります。

この間、さまざまな場面での感染症は社会に影響をおよぼしてきました。

分類が移行して経営的にどのような影響が生じ、どう対応すべきか、大切な年度になります。これまでと違ったり方、構造上の変化も含めて対応を求められ、まさに正念場といえます。

この3年間は、新型コロナ対応で多くの労力を費しました。コロナが広がる中、地域医療を担う医療機関として、通常医療に加えてできる範囲でコロナにか

かった方を診る。その最前線に在るとの使命感もあり、職員と話し合って受け入れを開始しました。

3年間におよぶ外来、入院での受け入れになりました。非常時の医療でしたが、3年続くこととなり前の意識になります。私たちはコロナ前と同じような活動に戻すのではなく、ウィズコロナで新たな活動を進めていくこととなります。

例えば私たちは業務中にマスク、シールドといった防御をして通常の医療・介護を行います。これは私たちが感染しないためだけでなく、業務を通じて利用者・患者へ感染させないようにする姿勢からです。

ウィズコロナの日常診療地域にいる生涯の主治医
コロナに代表される感染症以外の非日常の対応は、近い将来予想される地震災害時における医療・介護もあります。当法人でも、より具体的に準備を進めていく必要があります。

非日常の医療について話

《理事会議事録要旨》

報告事項

①3月組織活動報告：加入91人、脱退680人、出資金増資1,455万円、増資者706人、班会開催63回、新班結成1班、2項組合員3人。担い手増やしは昨年の約2.5倍。7/4ピースアクション長崎大会学習会。8/30「2023・福祉たすけあいまつり～自分らしく豊かにくらせるまちづくりを!!～さあ、集まろう、ひろげよう」開催。理事会事業所利用委員会各事業所ホームページの改善点を議論。②3月決算報告。③今年度予算方針説明。④総代会開催方法と規模報告。⑤新型コロナウイルス感染対応の現状と対策報告。⑥5/8以降は全生協活動可能。

議決事項

①長期住所不明組合員の自由脱退処理の件
②第83回通常総代会議案の件
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。



3年ぶりに対面で要求伝えて交渉

さまざまな分野で交渉 継続した要求で変化も

北区自治体交渉

3月16日、東京ほくとも加盟する区民要求実現北区連絡会※(以下、区民要求連)が、多様な分野で北区と交渉しました。東京ほくとから4人、全体で13人が参加。行政側は12人の担当

責任者が参加しました。

コロナ禍でも文書による要請と回答を続け、対面での交渉は3年ぶりでした(要請書は30分野、300以上の項目で構成され、これに行政側から文書回答が寄せられる)。参加者からは、わずか1時間だが有意義な懇談だったと感想が出されています。

昨年陳情するも継続審査となった補聴器助成について「高価で年金生活では購入できない」と参加者が改めて発言しました。東京23区の大半で助成制度を実施していることや「中野や世田谷では全会派一致で採

医療と介護の現場

愛情深い夫に支えられて
桜満開期まで奇跡の延命



10年前の早春、認知症のAさん(70歳代女性)の訪問看護が始まりました。子どもはなく、夫と2人暮らし。2人は面倒見がよく、友人も多く、誰からも慕われる仲の良い夫婦。
60代で認知症を発症し、訪問看護開始。当初は食事、会話、排泄もできず、3か月で全てできなくなり、寝たきり状態に。生命の危機も危ぶまれ、高齢の夫の介護力に不安も感じつつ、訪問看護師として普段は勧めない胃ろう造設を提案しました。約2か

月弱の入院期間中、夫は一日を妻のベッドサイドで過ごす毎日でした。
退院後は往診、毎日2回のヘルパー、週2回の訪問入浴、週3回の訪問看護が入る生活となりました。Aさんはこの間体調を崩すこと

なく、夫の愛情いっぱい、日々の介護の中過ごしました。しかし夫も80歳半ばとなり、体調が極めて不安定で、中等度の認知症も発症。夫にも訪問看護が必要

な状態で、3年前から2人の支援が始まりました。夫の愛情が深すぎ、過剰に栄養を与えたり、過剰に暖かくして日常的に熱を出したり、2人でコロナにな

ったりとエピソードは尽きません。Aさんが終末期になり、医師は「年は越せません」「桜の花は見られませんが、何れも余命宣告をしましたが、夫の愛情と本人の生きる力で奇跡的な延命を果たしました。3月に桜が満開中、夫と姪に見守られ旅立ちました。

訪問看護師歴28年、在宅生活に寄り添い「家は人が生きる場で、家や家族には命を支える力がある」と信じています。(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)

扱」と指摘すると「事務処理のシステム、体制の検討を行う」と回答がありました。私たちは、補正予算での実現を迫りました。

なんでも相談会の事例から、精神的な妄想を抱える孤立、高齢者の近所トラブルなど、孤立の現状と対策について私が発言しました。これまでの見守りの枠組みを越える対策の必要性を提案すると、行政側も「縦割りでない総合的な窓口を区が設置すること」は、今日参加している複数課の共通課題。皆さんに相談しながら行政が果たす役割を考えた」と認識を共有する場面もありました。

王子生協病院の佐藤未智子総師長が看護師不足について、福祉事業部の西村祐子部長が「いきいき生活援助員」養成の限界について

《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、組合員になることができます(定款第6条)。転居や亡く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)までに連絡をいただき、年度末(3月31日)に処理することが基本となっています。お困りのこと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

生協浮間診療所 総合診療専門医・家庭医療専門医

菊池 徹哉



皆さんは「けんしん」と言ったらどんなことを思い浮かべるでしょうか。適切

なタイミングで適切な「けんしん」を受けてもらうため、今回は「けんしん」の種類、役割を説明します。

「けんしん」は「健診」と「検診」があります。まず「健診」は全身の健康状態を確認することが目的です。その人の状況に合わせた様々な健診があります。

働いている人が健康で働けるように受ける一般健診、赤ちゃんとお母さんがともに健康で出産できるように受ける妊婦健診、生まれた赤ちゃんが健康で育つように受ける乳児健診、生活習慣病を予防するために受ける特定健診などがあり

ます。特に特定健診は、高血圧、糖尿病、脂質異常症などのいわゆる生活習慣病を未然に防ぐためにも重要です。

一方「検診」はある特定の疾患を発見するために行

「けんしん」で健康維持

2種類の役割知り 受けましょう

われる検査のことを言います。がん検診、歯科検診などがあります。

がん検診は適切な年齢で必要な検査を受けることが重要です。40歳以上は大腸

がん(便潜血検査 毎年)、胃がん(バリウム検査 毎年)、肺がん(胸部X線検査 毎年)、50歳以上では胃がん検診(胃力メラ 2〜3年に1回)が大事になります。女性は20歳以上で

がんと診断されると言われています。医学の進歩によってがんは治る病気になっています。治るためには、早期発見であればあるほど治癒の確率が高くなります。

「病院の外から受けるから受けてもいい」という方がと

きどきいます

子宮がん検診(2年に1回)、40歳以上で乳がん検診(2年に1回)が必要で

が、定期通院では治療している項目しか検査していないことがあります。特にがんの検査は行っていないことが多いと思います。心配な方は主治医に「けんし

暮らしの看護

(42)

いま災害が身近で日常のように起きています。最近ではトルコの地震で、建物の倒壊などでたくさんの方が亡くなっています。

日本でも地震、水害や風害など天災が多く起きています。私は外来で勤務している、王子生協病院糖尿病チームのメンバーとして災害に向けて糖尿病患者にできることは何かを考えまし

た。

思い出すのは2011年の東日本大震災が起きたとき。被災地では避難の際にインシュリン、内服薬などの薬剤や治療内容がわかる情報を持ち

糖尿病患者の防災準備

配信動画で確認を

出せない状況で避難生活を送った方が多くいました。そして震災により医療機関の機能停止、薬剤関係の供給停止や遅れなどで治療が困難になりました。避難所生活での食事の問題やストレスなど、多くの問題を抱

の定時開催が中止になり、代わりに当院のホームページの健康のとらぐみで「糖尿病患者の災害時に備えてすべきこと(準備編)」を動画として掲載する流れとなりました。

災害時のイメージを持つ

ておく」「かかりつけの医師に、医療機関が機能停止時の対応や治療薬の投与方法について日頃から相談」などをポイントとして挙げました。



えた影響で血糖コントロール不良や症状が悪化して亡くなった方もいました。東日本大震災の教訓を踏まえ、これからいつ起こるかかわからない天災を通して糖尿病患者が災害時に備えてすべきことを考えました。コロナ禍で糖尿病教室

て自分の命を守る行動ができるように「防災訓練の参加」「避難所や逃げるルートの確認」「連絡手段や正確な災害情報の取得方法」「災害直後に持ち出せるように、避難袋のほか治療に必要な薬や治療内容がわかる情報など置き場所を決め

ておく」「かかりつけの医師に、医療機関が機能停止時の対応や治療薬の投与方法について日頃から相談」などをポイントとして挙げました。

き合って話す機会がなく、震災時に対しての思いや声を聞いていません。今後は、患者の声を直接聞ける機会を作れたらと思います。

- す
- こ
- し
- お
- レ
- シ
- ピ

春野菜たっぷりのメンチカツ

春野菜は水分が多くて柔らかいのが特徴。パン粉をつけるための卵がなくても作れるレシピです。塩分は1人あたり1.2g。



- 《材料 2人前》
- ◎春キャベツ…80g
- ◎新玉ねぎ(皮むき)…100g(中1/2個)
- ◎牛豚合い挽き肉…150g
- ◎塩…小さじ1/8
- ◎コショウ…少々
- ◎パン粉…大さじ1
- △小麦粉…大さじ1
- △牛乳…大さじ2
- 衣用パン粉…適量(少し多めに用意すると衣がつけやすい)
- 揚げ油…適量(使用する鍋に1cm以上浸かる量)
- つけあわせ春キャベツ…60g
- レモン汁または酢…小さじ1
- コショウ…少々
- 中濃ソース…大さじ1

《作り方》

- 1 春キャベツ、新玉ねぎを0.5

- 1 cmくらいのみじん切りにする
- 2 ボウルに◎の材料を入れ、2分程度こねる。ボウルのままラップをして冷蔵庫で15分ほど寝かせる
- 3 つけあわせ春キャベツを千切りにする。ボウルか深皿に入れて冷蔵庫へ入れておく。
- 4 △を混ぜ合わせる
- 5 ②を冷蔵庫から出し、軽くこねる。4等分にして、厚さを2cmくらいの円形になるように形を整える(厚さは好みで良いが、薄い方が火は通りやすい)

- 6 ⑤を④液に両面つける。その後パン粉を両面つける
- 7 揚げ油を160〜170℃くらいまで加熱する(菜箸を入れて気泡が上がるくらい)。
- 8 ⑥を入れて片面1分、裏返して1分火を通す。もう1回繰り返して片面2回揚げる。取り出してキッチンペーパーなどにのせて油を切っておく
- 9 ③のつけあわせ春キャベツにレモン汁(酢)、コショウを和える
- 10 皿につけあわせとメンチカツを盛りつける。中濃ソースは別皿(醤油皿など小さい器)に盛る

☆料理のポイント：ソースはメンチカツに直接かけるのではなく別皿に計量、つけて食べることで減塩になります。つけあわせのキャベツも酢やレモン汁、コショウで味つけることでドレッシングを使わず減塩になります。食べる直前に和えることでキャベツの食感が残ります。パン粉にも少量ですが塩分が含まれています。(管理栄養士・吉田朱花)

ん」を受けた方が良いかを確認して下さい。「けんしん」を定期的に受けることで、早期発見や早期治療につながり、重大な疾患を未然に防ぐことができます。ぜひ「けんしん」を受けて健康を守りましょう。

いのち・暮らし・雇用
無料
なんでも相談会
5月23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

「マイナ保険証」の問題点

準備不足の制度導入

一昨年10月からマイナンバーカードと健康保険証が一体となった「マイナ保険証」の運用が始まりました。今年4月1日からはオンライン資格確認が原則として義務づけられ、全国の医療機関はシステム導入をやむを得ず行うこととなりました。

当法人の各事業所もマイナンバーカード制度に反対の立場ですが、オンライン資格確認システムを導入しました。政府が強引に押し進めるマイナンバーカード（マイナ保険証）制度にはメリットもありますが、多くのデメリット（問題点）もあります。

「マイナに負けるな！」

新型コロナウイルスはやはり始めた2020年初春、透析の利用者とその家族が感染し、2人とも亡くなりました。透析を受けた利用者の中には、透析を受けた後に酸素ボンベをつけて自宅に戻り、亡くなっていくものだと感じました。

親子で透析を受けていた利用者の娘が亡くなって、同居していた母は神奈川の子どもの家に泣く泣く転居していきましました。コロナは、人の運命をむげに変えていくものだと感じました。



生協北診療所で車を連ねて透析患者送迎の待機をする運輸課職員

（感染対策のための個人用防護具）を着ての個別送迎

た。雪が降ろうが台風の暴雨であろうが、コロナ感染者であろうが、送迎を必要とする透析の利用者にサービスを提供してきましました。コロナ感染疑いの方や発熱など有症状の方は他の利用者と隔離し、職員がPPE

になりまます。蒸れる暑い日には、冷房の吹き出し口に防護服の裾を当て風船のように膨らませて暑さをしのいでいました。

運輸課では職員の半数がコロナに感染し、出勤可能な職員で業務につくという大変な時期もありました。そのときは多くの方に援助をしてもらいました。その経験から、それまで以上に感染対策を徹底するようにになりました。

最近では、コロナで重症化するリスクが減り、ウィズ

になりまます。蒸れる暑い日には、冷房の吹き出し口に防護服の裾を当て風船のように膨らませて暑さをしのいでいました。

人類が感染症とともに進化してきた事実から、どこかの時点で人類の叡智によってコロナとの折り合いがつかないか期待されます。利用者や患者が安心・安全に送迎を利用できる日を待ちわびています。

（本部運輸課・酒田和久）

① 個人情報漏えい

多くの人が抱く不安は、個人情報漏えい（セキュリティへの不自信）です。サイバー攻撃や各種大手民間企業、医療機関の個人情報漏えいなど、大切な個人データの流出は社会問題となっております。マイナンバーカードには個人番号・住所・氏名などの個人情報が内蔵されているため、万が一紛失した場合は個人情報漏洩のリスクがあります。政府にも個人情報の扱い（法令遵守）に徹底した対応が必要とす。

② 災害時のシステムダウン

官公庁書類や医療機関の受付（保険証確認）など、すべてをオンラインシステムで処理できることは大きなメリットです。しかしシステムにトラブルが発生した場合のデメリットも大きいということになります。自然災害やサイバー攻撃によるシステムダウンが起これば、医療機関での利用や、自身を証明する身分証明書としての役割も果たせなくなります。

③ 医療費負担増

マイナ保険証に対応している医療機関や薬局では、利用すると初診料に加え「医療情報・システム基盤整備体制充実加算」が算定され、患者負担額が増加します（今年12月までは再診料にも加算あり）。

政府は来年秋までに、従来の健康保険証の廃止をめざすことを宣言していま

す。日本は国民皆保険制度なので保険者から保険証が発行されなければ、マイナンバーカードでなければ、保険資格確認ができません。事実上の完全義務化を強制的に実施しようとしています。

しかしながら、各種医療証（公費負担医療受給者証・乳幼児医療費証・介護保険証・特定疾病療養受療証など）の確認はマイナンバーカードで行うことができません。今まで通り持参することになります。医療保険制度を無視した準備不足の強引な制度導入は許せません。

当法人は、常に受療権を守ることを根幹に据え、医療・介護現場に大

混乱をおよぼす「マイナンバーカードと健康保険証の一体化」は「健康保険証の廃止」に強く抗議します。撤回を求める立場で職員と組合員、地域の諸団体の皆さんがともに力を合わせてとりくみを進めていきたいと思います。（荒川生協診療所事務長・酒井和彦）

王子生協病院において、各病棟に看護補助者とは、各病棟に看護補助者としてケアワーカーが配置されています。今年3月、病棟ケアワーカーを対象とした研修会が2回に分けて行われました。

3時間をかけて約20項目の動画を視聴しました。医療制度の概要に始まり、業務における責任および倫理、医療安全、業務にあたる上での具体的な知識と技術を学び、合間に意見を出し合う形となりました。

各病棟のケアワーカーが混在しての受講であったため、同じ院内でも業務内容や方法に差異があり、他病棟からの意見を聞くことができる貴重な機会となりました。次回より、研修内容に即した実技などを取り入れていきたいと考えています。（地域包括ケア病棟副主任・杉田真哉）

王子生協病院において、各病棟に看護補助者とは、各病棟に看護補助者としてケアワーカーが配置されています。今年3月、病棟ケアワーカーを対象とした研修会が2回に分けて行われました。

3時間をかけて約20項目の動画を視聴しました。医療制度の概要に始まり、業務における責任および倫理、医療安全、業務にあたる上での具体的な知識と技術を学び、合間に意見を出し合う形となりました。

各病棟のケアワーカーが混在しての受講であったため、同じ院内でも業務内容や方法に差異があり、他病棟からの意見を聞くことができる貴重な機会となりました。次回より、研修内容に即した実技などを取り入れていきたいと考えています。（地域包括ケア病棟副主任・杉田真哉）

王子生協病院において、各病棟に看護補助者とは、各病棟に看護補助者としてケアワーカーが配置されています。今年3月、病棟ケアワーカーを対象とした研修会が2回に分けて行われました。

3時間をかけて約20項目の動画を視聴しました。医療制度の概要に始まり、業務における責任および倫理、医療安全、業務にあたる上での具体的な知識と技術を学び、合間に意見を出し合う形となりました。

各病棟のケアワーカーが混在しての受講であったため、同じ院内でも業務内容や方法に差異があり、他病棟からの意見を聞くことができる貴重な機会となりました。次回より、研修内容に即した実技などを取り入れていきたいと考えています。（地域包括ケア病棟副主任・杉田真哉）



東京ほくとの病院・診療所にも、やむを得ずシステムを導入

第83回通常総代会告示

- 東京ほくと医療生活協同組合定款第60条に基づき、第83回通常総代会を次の通り開催します。
- 日時：6月24日午後1時30分開会 会場：滝野川会館
- 第1号議案 2022年度活動のまとめ、事業報告および決算関係書類承認の件
 - 第2号議案 2023年度活動方針、事業活動計画および予算承認の件
 - 第3号議案 役員（理事・監事）選任の件
 - 第4号議案 役員報酬限度額の件

2023年度 第1回土曜日糖尿病教室

- 日時：5月20日午後2時～3時半
- 会場：王子生協病院会議室（総務課棟）
- 講師：佐藤温洋医師、理学療法士、管理栄養士
- 申込締切：5月19日
- 予約制
- 王子生協病院管理室
- 伊藤里美（3912-2201）

王子生協病院 新加算取得のため研修 他病棟との意見交換も

昨年、診療報酬改定を受け、新たに看護補助体制充実加算が新設となり、加算取得要件の一つとして、所定の研修受講が義務づけられます。

王子生協病院において、各病棟に看護補助者としてケアワーカーが配置されています。今年3月、病棟ケアワーカーを対象とした研修会が2回に分けて行われました。

3時間をかけて約20項目の動画を視聴しました。医療制度の概要に始まり、業務における責任および倫理、医療安全、業務にあたる上での具体的な知識と技術を学び、合間に意見を出し合う形となりました。

各病棟のケアワーカーが混在しての受講であったため、同じ院内でも業務内容や方法に差異があり、他病棟からの意見を聞くことができる貴重な機会となりました。次回より、研修内容に即した実技などを取り入れていきたいと考えています。（地域包括ケア病棟副主任・杉田真哉）

地域でも気候変動対策 政治変えて実質的改善

東京ほくと気候アクション プロジェクト(T-CAP)

3月中旬、北区長・区議選と荒川区議選を翌月に控え、立候補表明者(3月15日現在)を対象にT-CAPから公開質問状を送付しました。対象者99人全員へ送付を試み、うち72人へ送付完了しました。(残り27人は連絡先不明など)

個別の意向と見られる内容が多かった印象です。具体的な政策を問い、その政策を実行するためにどう行動するか、区独自に取り組む必要があるか、国・都へ働きかけるか、と4項目の質問を設けました。

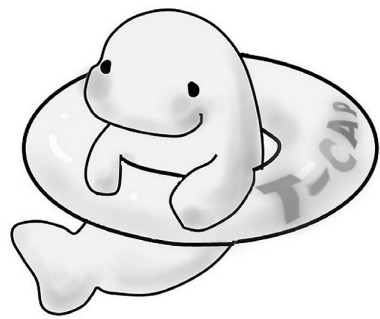
北区長選3人、北区議選7人、荒川区議選15人(うち6人は所属政党での共通回答)から回答を得ました。保守・革新そして現役・新人を問わず回答があ

り、個別の意向と見られる内容が多かった印象です。具体的な政策を問い、その政策を実行するためにどう行動するか、区独自に取り組む必要があるか、国・都へ働きかけるか、と4項目の質問を設けました。

「う」を選択し、国や都へ原発政策や温暖化対策などに関する提言・要求を「区政と連動するため積極的に行う」を選択したのも一人を除き全員でした。

回答結果からは、気候変動が地方選挙でも論点に上がりうるようになったことがわかりました。選挙公報などに掲載されにくい世間的にはまだマイナーな争点でも、政策に組み込む積極的な候補が多くなることも知ることができました。

今回の公開質問状は単なる意識調査ではありません。気候危機に立ち向かうには政治を変えて、気候変動対策を実行することが必



T-CAPキャラクターのジュゴン「まもるん」

要です。私たちが有権者が選挙のたびに各候補の政策を知り、気候変動に対する具体的な政策を掲げる候補を選ぶことが、変えていく一歩になります。

今後、政策を実現したかの評価や、無回答の議員へのアプローチなど課題は残ります。地域の皆さんでこの結果を共有し、今後の区政で気候変動対策がいかに進展を遂げられるかを考えていきましょう。(T-CAP事務局長・下川麻衣)

東京ほくとへご支援と励ましを寄せてくださった組合員、関係者、諸団体の皆さんへ

新型コロナウイルス感染拡大が続いたこの3年間、多くの皆さんから励ましとご支援をいただきました。改めて感謝申し上げます。新しい感染症という未曾有の危機に直面する中で、あたたかい励ましと支援がどれほど職員心の支えになったかわかりません。

初は特に感染防護員が枯渇していたことから、医療・介護現場で働く職員が大変喜んで元気をもらいました。

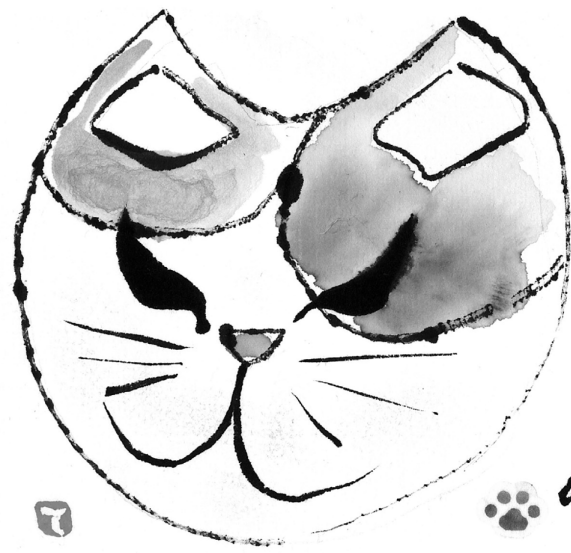
感染症法の分類は5類に移行しますが、まだ慎重な対策を続けていく必要があります。そして、コロナ禍で進んだ貧困格差、受療権や暮らしを支えるとりくみが求められています。

これからの皆さんとともに「誰もが安心して暮らせるまちづくり」や暮らしを支える事業と運動を全力で進めていきます。ご支援・ご協力のほどよろしくお願



物心ともに支えていただき職員は安心して働くことができた

東京ほくと医療生協
職員一同



痛いとい 部品交換 できたらなあ

足立区江北 富田照子 なでしこ班

皆さんと楽しく活動、いつまでも続けられること願ひ80歳になりました

絵手紙 びろば

『Let's通信教育』学びは新たな発見に満ちている
~医療福祉生協の通信教育のご案内~

6月~7月は「医療福祉生協教育学習月間」です。組合員・職員を対象に、通信教育受講者を募集しています。

いろいろなコースがあり、通信教育の学びがさまざまな活動の「困った」の解決の力をつけることにもつながります。皆さんの豊かな組合員活動の学習にピッタリです。資格対策や自己啓発コースもありますのでぜひ役立ててください。

申込締切/7月末
受講開始/9月1日から

おすすめは「医療福祉生協の2030年ビジョン」です。医療福祉生協の理念と活動を学べて事例報告などもあり、これからの私たちの組合員活動の道しるべとなると思います。今年度第1回の申込期間は5月中旬~7月末で、9月1日から順次開講となります。(組織部長・佐藤章)

★おすすめコース	税込受講料
医療福祉生協の2030年ビジョン	7,700円
医療福祉生協と明るいまちづくり	5,170円
医療福祉生協と憲法	5,170円
地域まるごと健康づくり	7,150円
医療福祉生協のいのちの章典	7,150円
医療福祉生協の支部運営委員・班長	5,170円

*詳細なパンフレットがあります。希望する方は東京ほくと組織部までご連絡下さい (Tel. 3913-9100)

◇どの病院・医院の処方せんでもお受けいたします◇
★処方せんは、EPARKアプリ、ファクシミリからも受付しております。
★店舗での待ち時間なくお渡し可能です。ご利用ください。

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

福祉用具 レンタル・販売

福祉用具プランニング城北営業所

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。

わたしも配っています

家族のあとを継ぎ配付慣れない地域も覚えて

荒川区南千住
村上千元さん(56歳)

父が亡くなり、代わりに手配りを始めました。足が悪い父だったので、改めてすごいなと思いました。今は27件に配っています



季節のスナップ

今、夏鳥は繁殖期。オオタカは枝をくわえて巣に運び、巣を補修してメスの鳥を待ち、2〜3羽の子どもをつくりまわす。巣立ちをしたら、半年から1年くらい狩りの方法を教えるそうです。(名和孝夫)

◎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)

配達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



1周1時間くらいです。1週1時間くらいの手配りを始めて5度目くらいになります。はじめの頃は地図とにらめっこでした。地図を見て悩んでいたら、宅配便のお兄さんが「どこ探しているの」と言っていた。スマホの地図を見せてくれました。業務用の有料アプリなので、すべての家名前がついていました。親切なドライバーさんのおかげで、今はコースも頭に入

ひとこと通信

(敬称略)

- 豊島 横山きよ(75) 都電沿い、バラがきれい。
- 東伊興 藤井明(72) 障がいのある子どもに關わる仕事で自閉症は知っていても、理解が足りません。
- 王子 中澤政子(79) 「ひとこと通信」見たと親しい友人より電話、嬉しい。
- 東日暮里 渡邊喜久子(68)

イチ押し! シネマ

「天使のくれた時間」

本当の幸せは何か

私は、仕事で心が疲れたときこそ、感情を動かしてくれる映画を観ています。私がおすすめする映画は「天使のくれた時間」です。主人公ジャックは「仕事の成功こそ一人の幸せだ」と恋人(ケイト)と別れ、旅立っていきます。13年後、大手投資会社社長とな

朝、上野公園へ歩き高齢者から元気をもらいます。豊島 藤澤留美子(70) 有権者は友達誘って投票へ。よく考えて行動を。江北 清水せつ子(73) 庭のツツジが満開になり、とても癒やされます。志茂 神田節子(72) 姉弟が山菜など春の味覚を送ってくれました。

ようやくマスクが取れて外出、電車ではまだマスク。堀船 河原みゆき(65) 年金の積立金がまたアメリカの銀行に投資され破綻したと。何やってるのよ。豊島 中西洋子(72) 満開の桜が咲く頃、98歳の母が永眠。「戦争はいやだ」母の遺言です。

節。パズル楽しみです。舎人 川崎美恵子(79) 兄が先日亡くなり、桜も散り、毎日涙の日々。岸町 榎原一栄(93) 誕生日を孫やひ孫が祝ってくれました。93歳です。豊島 田島明佳(31) 新しい区長に期待。子どもたちに未来ある政策を。南千住 鶴沢俊夫(71) 外食で大幅値上げにビックリ。一日も早い年金の改定で、生活苦を助けて。

町屋 久道和男(76) 季節のスナップを見て、昔つくった句を思い出しました。ランドセル 夢もつめたか 一年生 東十条 中村光延(44) 荒川ラインウォーキングに参加したいです。子どもが大きくなったら挑戦です。宮城 長井勉(58) 带状疱疹ワクチンや漫画など読みやすかったです。

町屋 為我雅子 選挙アナウンサーをして「ひとこと通信」で知っているわと驚かれました。赤羽南 滝口雅子(40) また犬を飼いたいです。伊興 日木章子(66) 舎人公園のネモフィラが見事です。栄町 向後美智子(75) 白いつるバラがつぼみをつけ、気分はルンルンです。

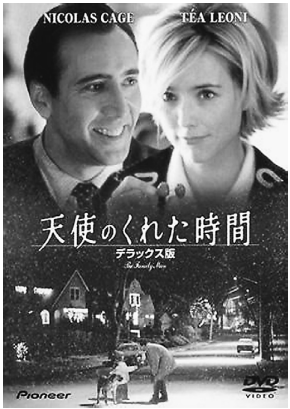
伊興 岩田春江(71) マイナンバーカード作りたくない。紙の保険証は負担が多く、おかしいです。滝野川 伴ひさ子(74) 毎日、小学生の旗振り。ピカピカの1年生、可愛い。豊島 田中松雄(85) 嫌なニュースばかり。明るい話題がほしいですね。西尾久 鶴見一夫(76) 花の咲くのが昔より早いです。なにか忙しい。

王子 稲垣美智子(75) たジャックは、優雅な独身生活を満喫していました。ある日、高級マンションのベッドで寝ていたはずのジャックは、見知らぬ庶民的な家のベッドで目を覚まします。隣には13年前に別れたはずのケイトが寝ており、覚えのない2人の子どもまでいるのです。13年前にケイトと別れていなかったら...という世界に生まれました。あわてて高級マンションに戻りますが、警備員や友人はジャックを知らず、会社も別人が社

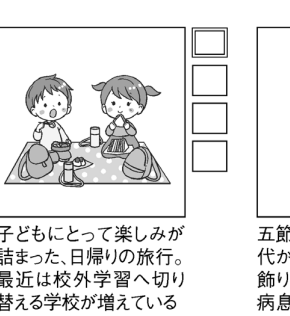
王子 伊藤あや子(74) また暑くなって雨の季節になりました。また暑くなって雨の季節になりました。また暑くなって雨の季節になりました。また暑くなって雨の季節になりました。

急いで背中がつつぱり「ギックリ背中」3週間。やっとなりになりました。王子本町 鈴木孝周(86) 「ひとこと通信」は大変に参考になります。

長になっていました。そこからジャックは、ケイトや子どもとのふれあいを通じて、本当の幸せとは何かに気づいていきます。そこで元の世界に戻り、ジャックはケイトに会いに行きます。結末は観てのお楽しみ。この映画が良いのは、人



生で本当に幸せなことは何か、思い出させるところです。本当に人生を豊かにしてくれるのは、大切な人とのつながりだと思えます。家族、友人、仲間、身近な人々を大切にできているだろうか。感謝を伝えられているだろうか。一緒に笑ったり悩んだりできているだろうか...と感情を動かしている直すことができます。



紀元前から栽培されている、低カロリーながらさまざまな栄養素を含む野菜。シュークリームのモデル

子どもにとって楽しみが詰まった、日帰りの旅行。最近では校外学習へ切り替える学校が増えている

第416回

パズル

「ヒント」5月31日は「世で。東京ほくとホームペー界○○○○デー」。WHO シからも応募フォームで「各国政府がタバコ栽培補助金を廃止し食糧への作物代替プログラムへ充てるよう働きかける」と発表。〈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3-5-6東京ほくと医療生協「機関紙」編集部まで

〈前回の答え〉イシヨウ(当選者) 応募37 稲垣美智子、河原みゆき、鶴見一夫、中澤政子、日木章子

紀元前から栽培されている、低カロリーながらさまざまな栄養素を含む野菜。シュークリームのモデル

花は白が有名だが赤や紫などもある。根や花に毒が多くあるので、特にペットや子どもは要注意

子どもにとって楽しみが詰まった、日帰りの旅行。最近では校外学習へ切り替える学校が増えている

五節句の一つで、奈良時代から始まった。兜などを飾り、菖蒲湯に浸かり無病息災を祈ったりする



参加してみませんか

<班会案内>

5月15日～6月14日に活動している班会です。興味のある方は、まず組織部までご連絡ください(03-3913-9100)。

【北区】

- 5月17日午後1時半～3時 きよふじ班(日常の情報交換)堀船ふれあい館
- 5月17日午後1時半～3時 さくら班(つどい・サロン)堀船ふれあい館
- 5月17日午後2時～4時 りぼん班(折り紙)豊島虹のセンター
- 5月18日午前10時～正午 ほっとカフェバザー(バザー品・パン販売・健康チェック)ほっとカフェ(赤羽東)
- 5月24日正午～午後4時 囲碁・将棋班 わくわくステーション(豊5団地)
- 5月24日午後1時半～4時 童謡班(軽体操)堀船ふれあい館
- 5月25日午前10時～正午 ほっとカフェバザー(バザー品・パン販売・健康チェック)ほっとカフェ(赤羽東)
- 5月26日午後2時～4時 スイトピー班(脳トレ)豊島虹のセンター
- 5月31日午後1時半～3時 お散歩班(堀船)荒川自然公園
- 6月10日午前10時～正午 ほっとカフェこだま(サロン・ゲーム)王子3丁目町会会館
- 6月14日正午～午後4時 ほっとカフェひまわり(つどい・サロン)わくわくステーション(豊5団地)

【荒川区】

- 5月16日午後1時～3時 うたう班(音楽鑑賞)班長宅(荒川町)
- 5月20日午前10時～正午 ひまわり班(ころぼん体操)荒川生協診療所3階
- 5月21日午前10時～11時半荒川音頭班(盆踊り)尾久ふれあい館
- 5月21日午前11時半～正午 ロングピロピロ班 尾久ふれあい館
- 5月23日午後2時～3時 町屋班(おしゃべり)組合員宅(町屋)
- 5月27日午前10時～正午 朗読班(本の朗読と説明)荒川区山吹ふれあい館
- 6月3日午前10時～正午 コロバン班(ころぼん体操)荒川生協診療所3階
- 6月10日午前10時～正午 花の木班(仕分け、ころぼん体操)荒川生協診療所3階
- 6月10日午後2時～3時半 折り紙班 南千住ふれあい館
- 6月12日午後1時半～3時 はらっば班(体操)区立原公園
- 6月13日午前10時～正午 なかよし班(体操)組合員事務所(荒川町)

【足立区】

- 5月15日午前10時～11時半 おさんぽ班 ほんの木
- 5月17日午前9時半～ なでしこ班(絵手紙)かえで薬局2階
- 5月19日午後2時～3時半 げんきかい(サロン)ほんの木
- 5月21日午後0時半～3時 ピンポン班(卓球)入谷小学校体育館

- 5月23日午前10時～正午 らくらく体操班 おじゃんせ
- 5月24日午前10時～11時 コカリナ班(楽器演奏)ほんの木
- 5月25日午前10時～ブルースカイ班(健康チェックと体操)江北平成公園広場
- 5月25日午前10時～正午 あみもの班 おじゃんせ
- 5月28日午後0時半～3時 ピンポン班(卓球)入谷小学校体育館
- 6月4日午後0時半～3時 ピンポン班(卓球)入谷小学校体育館
- 6月5日午前10時～11時半 おさんぽ班 ほんの木
- 6月7日午前10時～11時 コカリナ班(楽器演奏)ほんの木
- 6月8日午前10時～正午 パッチワーク班 おじゃんせ
- 6月8日午後1時半～3時半 あみもの班 おじゃんせ
- 6月11日午後0時半～3時 ピンポン班(卓球)入谷小学校体育館
- 6月13日午前10時～正午 らくらく体操班 おじゃんせ

<企画案内>

- 癒し体験広場 第2木曜午後 チネイザン、第4木曜午後 フットケア つどいの広場なないろ(組織部向かい)
 - さくらカフェ 第3金曜午後2時～4時
- 問い合わせ先: 組織部(03-3913-9100)

外来診療体制のご案内

5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)

王子生協病院 北区豊島3-4-15 ☎3912-2201 透析センター ☎3912-9334
 診療予約専用電話 03-3912-7248 健康診断予約専用電話 03-3912-5181

内科	予約	月			火			水		木			金		土
		午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間
		○	○(腎・高血圧)	○(心)	○(心)	○	○	○	○	○(呼)(循)	○(もの忘れ外来)	○	○		○
	一般	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○(呼)	○	○	○	○
家庭医診療科		○								○		○			
小児科		○	○	○	○			○	○	○	○(食物経口負荷試験)	○(アレルギー)	○	○	○
緩和外来(予約)			○	○入院相談						○入院相談	○		○入院相談		
整形外科		○	○	○	○			○	○	○		○			○
その他		○(皮膚科)		○(泌尿器科)				○(皮膚科)				○(泌尿器科)		○(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、[腎]=腎臓内科、[心]=心療内科 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	○(内) [皮膚科]	○	○	○(内) [整形]	○	○
午後	○	○	○		○	

(受付時間)午前8:30～11:30、午後1:00～4:15

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	○(内) [整形]	○(内・小) [整形]	○	○	○(内) [整形]	○
午後		○	○(内) [糖尿病]		○	
夜間					○(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)

生協王子歯科 北区豊島3-19-3 ☎3927-9573

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	○(4週)	○	○
夜間			○(2・4週)		○(3週)	

(予約時間)午前9:00～12:00 午後1:30～4:30 夜間7:30まで 夜間診療については事前にお問い合わせ下さい 週によって担当医が変わります。詳細は受付まで

生協浮間診療所 北区浮間3-22-1 ☎3558-8361

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○(1・3・4週)
午後	○	○	○		○	
夜間	○				○	

(受付時間)午前8:40～12:00、午後1:40～4:15、夜間5:40～7:15 (かぜ外来)(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	○	○(内) [整形] (2・4週)	○	○	○	○
午後	○	○	○	○(1・2・4週)	○	
夜間					○	

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

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	○(内・小)	○	○	○(内・小)	○	○(内・小)
午後		○			○(内・小)	

(受付時間)午前8:40～12:15、午後2:10～6:00 金曜午後の診療時間はお問い合わせください

鹿浜診療所 足立区新田2-4-15 ☎3912-8491

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○(内・小) [皮膚科、月2回]
午後			○		○	

(受付時間)午前8:45～11:00、午後水・金:2:45～6:00、(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

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	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○		○	

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

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。

職員募集

- 医師 ●看護師 ●理学療法士
- 作業療法士 ●言語聴覚士 ●介護職員
- 調理補助員 ●病棟ケアワーカー ●事務

【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

歯プラン販売 5月 2日、8日、18日、24日、29日
「特売日」 6月 8日、13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 北区豊島3-4-15 ☎3912-6181
- 訪問看護ステーションほくと 北区豊島3-19-3 ☎5902-7156
- 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
- 訪問看護ステーションほくと 北区中十条2-7-13 ☎5963-7720
- サテライト十条 居宅介護支援事業所ハビネス 北区東十条2-8-5 ☎5390-6024
- 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 北区西ヶ原2-24-8リッセル飛鳥山1-2階 ☎5980-6222
- 訪問看護ステーションほくと 荒川区荒川4-54-5 ☎3803-1179
- サテライト虹 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 ☎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
- 訪問看護ステーションほくと 荒川区西尾久8-13-9 ☎5855-7761
- サテライトなでしこ 都市型軽費老人ホーム 荒川区西尾久8-13-9 ☎5855-7801
- ほくと西尾久虹の家 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ほくと 足立区新田2-4-15 ☎5390-8451
- サテライトたんぽぽ 鹿浜診療所2階 足立区新田2-4-15 ☎5902-7179