

生協の現況 2023.5.1現在

組合員 29,593人
出資金 14億9,956万円
一人平均 50,673円

2023年度増加
組合員 77人
出資金 511万円



一人は万人のために万人は一人のために

2023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3-5-6
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>

コロナ5類化で 変わること・変わらないこと ～感染予防はぬかりなく～

5月16日に音無くぬぎ緑地で開かれたストレッチ交流会では
リハビリ技師からアドバイスも



5月8日から、新型コロナ感染症が「5類感染症」になりました。これまで入院措置（調整・依頼）などは、行政の指示のもと限られた医療機関で対応していました。それが幅広い医療機関による通常の診療となり、行政の役割も医療機関支援へと変わりました。

国は、対応する医療機関の維持・拡大をしながら、新型コロナ療養の医療費には9月末まで公費支援を継続するとしています。自治体ごとのPCR検査センターや薬局などの無料PCR検査、隔離療養目的のホテルもなくなりました。東京都は、中等症Ⅱ以上および特別な配慮が必要な患者（透析、妊婦、小児、精神など）に対してのみ病院や支援型療養施設への入院調整が行われます。

全組合員活動を元気に再開



5月25日、江北平成公園での健康チェックには診療所スタッフも久々に参加

今後の医療機関へのかかり方について、下記のQ&Aをご参照ください。新型コロナ感染症は5類感染症となり、マスクの着用も個人の判断となりました。しかし医療機関や高齢者施設などに行く際には、引き続きマスク着用の協力をお願いします。（東京ほくと新型コロナ感染症対策本部）

今後の組合員活動について

新型コロナの感染症法上の位置づけが5類に移行されたことより、これまでの活動制限を見直しました。今後は、下記の行動基準を参考にしながら、楽しく安心して参加する組合員活動

新型コロナウイルス 5類化におけるQ&A

	質問内容	回答
Q1	発熱や風邪症状のときの医療機関のかかり方は変わるのでしょうか	王子生協病院と法人内の診療所ではこれまで通り、発熱外来、かぜ外来として事前に相談の上で受診していただくことを基本としています
Q2	コロナ陽性だったときの医療費はどうなりますか	【入院】高額療養費限度額2万円減額＋コロナ治療薬公費 【外来】コロナ治療薬公費 *9月末まで
Q3	コロナ陽性だったときの治療薬はあるのでしょうか	医師の診断のもと、状態にあわせて治療薬を使用します コロナ治療薬以外の解熱剤などは、保険にあわせた自己負担となります
Q4	コロナで入院する場合、ほかの患者とは隔離されるのでしょうか	これまで通り、隔離となります
Q5	インフルエンザと新型コロナでは、予防や行動制限に違いがあるのでしょうか	インフルエンザも新型コロナも接触や飛沫で感染するため、基本的な予防行動は同じです
Q6	今後も新型コロナワクチンは必要ですか	引き続き半年に1回、65歳以上の高齢者、基礎疾患のある方などリスクのある方はワクチンの接種が推奨されています。当面は無料です

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

を一緒につくっていきましょう。
●組合員活動では「マスク着用推奨」を基本とします

（カフェ、麻雀も含む）。
●室内の活動では十分な換気を行ってください。
●サロン、カフェでは黙食をお願いします。
以上、ご理解・ご協力をお願いいたします。



近所に住む仲良し小学生「ウーちゃん」と私の会話。「ウーちゃん、おかえり」「私、ウーちゃんじゃないもん」「どうしたの」「知らないの？皆一人ひとりに番号がついたから、今度から番号で呼ばなきゃいけないんだよ。私は234...12桁もあるから覚えきれないけど。マイナンバー制度っていうんだって」「誰が決めたの」「岸田さん、国の総理大臣。福祉とかを不正にもらっちゃったり、税金をごまかしたりできないようになるらしいよ。役所の仕事もスピーディにできるとか」▼ウーちゃんの解説は続く。「おばあちゃん、ボートとしてたらダメだよ。今度、健康保険証じゃ病院にかかれなくなるんだって。マイナンバーを持っていかないと、自費になっちゃうんだよ。おばあちゃん、2つも病院にかかっているでしょ」「そうだよ。マイナカードで病院にかかって別人のデータを渡されて、現場がパニックになったっていう記事が載ってた。そういう事故が全国で何千件も起こっているんだって。処方箋が間違っていたら大変なことだよ」▼「おばあちゃん、戦争反対とか憲法改悪反対とか、いつも言っているよね。だからマイナカード制度もやめてって大声で叫ばなくちゃ」「誰に叫びをぶついたらいいのかな」「岸田さんに抗議に行くんだよ。ボートとしないんだよ」ウーちゃん、ありがたう。おばあちゃん、元気がわいてきた。（小）

理事会だより 5月20日

理事長あいさつ
今泉 貴雄



災害拠点連携への備え
5類化で感じる疎外感

全国で比較的大きい地震が発生しています。東京でも首都直下型地震のリスクがあり、地震の備えをしていく必要があります。今年

は関東大震災からちょうど100年になるんですね。

王子生協病院は区の災害拠点連携病院、すなわち被災者の治療を行う役割があり、敷地内に区や諸団体と連携して緊急医療救護所を設置していきます。本来ならコロナ前から準備しておくべきでしたが、コロナ対応に追われて充分できていませんでした。今年度は対応を進めていきます。

今年8日からコロナの感染症法上の位置づけが5類

《理事会議事録要旨》

報告事項

①4月組織活動報告：加入77人、脱退55人、出資金増資510万円、増資者631人、班会開催57回、新班結成2班、2項組員1人。2つの学習会（①骨密度、骨粗しょう症、②腸内細菌）を開催予定。5/30マイナ保険証反対王子駅頭宣伝、6/1北区戦跡ウォーキング（豊島地域）。②4月決算報告。③2022年度決算報告および2023年予算報告。④組織活動、理事会専門委員会、事業所報告。⑤第83回総代会のスケジュール報告。⑥役員推薦委員会報告。⑦新型コロナウイルス感染対応の現状と対策報告。⑧総代選挙管理委員会報告。⑨春闘の回答報告。⑩出資金残高通知の発送について報告。

議決事項

①第83回通常総代会の役員改選に伴う役員定数配分の件
②第83回通常総代会の委任状と書面議決書の取り扱いの件
③2023年度借入金最高限度額の承認の件
④王子生協病院の非常用照明（LED）交換の件以上、議決した。

に変わりました。以前よりマスクなしの方を街なかで見ることが多くなってき

ましたが、医療・介護の現場では、常に感染症に不安を抱えながら仕事をしていくことに変わりありません。

インフルエンザと同じと言われても、違いはあります。コロナは発症前から他

者へ感染力があるため、院内感染がより発生しやすいことにつながります。ゴー

ルデンウィークは2類の時期でしたが、今までは考えられない人混み、行列が生じていました。それを見た

介護職の方が「医療・介護職だけのこのされていく心境」と言っていました。

4月から新しい職員を迎え入れましたが、今年も職員の歓迎会は開けません。街なかの喧騒とは別の、私たちにとっての現実です。

人口減少と労働力不足
安易な政策で対応不可

50年後の日本の総人口が8700万人になるとのニュースが、4月末に流れました。50年後は関係のない

世界と考えると、今年入職した職員が後期高齢者になることで、私たちの次世代の未来です。

人口減少により生じる問題は、少子高齢化に伴う労働者人口の減少です。その対策として国は、ロボットやAIなど技術革新や、外国労働者を受け入れるこ

とにより乗り切ろうとしています。しかし医療・介護

の職は人が行う人へのサービスであり、ほかの職業と比べて機械化が困難で人員の削減とはならない仕事だ

と思います。それに外国人労働者を受け入れると言っても、バブル後の日本では賃金が抑制され続けているため、外国人にとり魅力が

なくなってきたのだそうです。

バブル後30年と言われますが、30年は世代交代の期間でもあります。日本の人口減少は急に発生したわけでもなく、30年前の予測は今よりは穏やかな減少ではありますが、すでに予想されていたわけです。この30年間、国の政策として人口問題にも経済にも対応できなかったことになるので

持続可能な社会づくり
新しい価値観に基づき

50年を待たず、高齢者の人口は今後しばらく増え、ますます要介護者が増える現実があります。将来にわたり、医療・介護に携わる労働者の需要はあり、今以上に必要になります。

さまざまな理由から供給は増えておらず、医療・介護に関わる人材不足はかなり深刻になることが予想され

ます。ほかの産業でも同じで、将来は少なくなる労働者を多くの産業で奪い合うような状況が生じかねません。

この人口減少時代であって、持続可能な社会のあり方や社会保障制度をいかに考えるか。今までと違う価値観が必要だと思います。

第二次世界大戦後からバブル期まで、多少の不況はあっても成長し続けた世界観を抱き続け、それがいいこととしているのかもしれない。大きなことはいいことだ」とメロディが流れていたかつてのコマーシ

ヤルを思い出します。

この大きいことは良い、つまり成長し続ける世界観を脱して、新しい価値観に基づかないといけないと思

います。50年後の人口予想を聞いた衝撃から、医療・介護職として要介護者を支える問題は50年後を待たずに、いろいろな問題として迫っていることを改めて考えさせられました。

「近所の銭湯に行って、友人たちと世間話する時間が一番大切。この時間は無くしたくない」と話してくれたAさん（80代女性）とは3年前に出会いました。脳梗塞を発症したAさんは入院先の主治医に勧められ、初めて介護認定を受けました。担当ケアマネジャーとして、入院先に面会に行き話すと、冒頭の言葉が聞きました。

医療と介護の現場

意思を尊重して調整
利用者と一緒に考える



Aさんには身寄りがいませんが、50年以上暮らしてきた地域にAさんの知り合いがいます。Aさんは心配されていたのです。

私たちはケアマネジャーは、本人が生活を続ける上で必要だと思われる介護保険のサービス提案、利用できるように調整をします。しかし、それはケアマネジャーの大事な役割の一つです。今、Aさんは友人たち、そして介護保険サービスを通して新しくできた仲間たちと笑顔で過ごしています。（地域ケアセンターはケアマネジャー・堀さや子）

法会
憲大 戦争は良いことなし
命を大切に社会に

5月3日、憲法記念日に

行われる「憲法大集会」に行きました。「あらたな戦前にさせない！守ろう平和」とのちとくらし」を掲げた大集会で、約25000人が関東近県から有明防災

行動する意義を考えた

第94回中央メーデー

5月1日の第94回中央メーデーには東京ほくとから、コロナ禍で現地参加ができずにいた若手職員と新

入職員を中心に27人が参加しました。事前のメーデー学習会では、労働者が権利を要求するた



メーデー初参加者もシュプレヒコール



「戦争反対をこれからもアピールする」とプラカードを掲げる

場のあちこちで昔の仲間に見える場所もあります。赤羽東支部からも4人で行き、東京ほくとの旗を探して、私たちの場所にたどり着きました。敷物を持ち、食べ物や飲み物を分けて大人の遠足気分ながらでした。東京ほくとの旗をめぐってたくさんの方が訪れてくれました。診療所でお世話になった看護師や大山美宏前理事長にも会えました。「9条を守る十条の会」の小川早苗理事からは手づくりおはぎの差し入れもあり、などを学ぶこと。そして当日は街なかを練り歩いていく大切さを実感する場となりました。（民医東京ほくと医療生協部会・吉野潤一）

◎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。

病気の 話

王子生協病院
後期研修医 辻 麻理子

6月は平均気温が20度を
超え、湿度も高くなる月で
す。今回のテーマはこれか
らの時期に気をつけたい熱
中症についてです。

熱中症と聞くと、どのよ
うなイメージを持たれるで
しょうか。炎天下で汗をい



王子生協病院 小児科から



スギ花粉症の有病率は日
本人の3人に1人以上と推
定されています。10代〜50
代の人は45%以上と、さら
に多くの人が発症していま
す。

今シーズンはスギ花粉の
飛散量が多く、ひどい症状
に悩まされた人も多かった
ようです。そのため、最近
はスギの舌下免疫療法に関

王子生協病院

小児科医 平山美香

っぱいかいて…実は必ずし
もそれだけではない熱中
症。65歳以上に限ると、70
%近くが屋内で起こって
います。

熱中症とは、熱によって
起こるさまざまな体の不調
を指します。人は汗をかく
ことで熱を体

水分補給などで防ぐ熱中症

エアコンは除湿機能を活用

もに多量の塩気が失われ電
解質の乱れが生じたりする
ことで体調を崩します。

水分不足、夏バテによる
食事量低下、窓を閉めきる
ことによる多湿環境、冷房
機器不使用など、屋内でも
十分にリスクはあるので
す。真夏に限らず梅雨の晴

する相談が増えてきまし
た。

花粉症を含むアレルギー
性鼻炎の治療法は、従来は
症状を和らげるために内服
薬や点鼻薬を服用する対処
療法がメインでした。近年

は「口の中にスギ花粉など
のアレルゲンを入れて治
す」舌下免疫療法を選択す
る患者が増えてきており、
重要な治療法として定着し
つつあります。

舌下免疫療法はアレルゲ
ン免疫療法の一つです。ア
レルゲン免疫療法は、アレ
ルギーの原因であるアレル
ゲンを少量から量を増やし
て繰り返し体内に入れてい
く減感作療法です。徐々に

れ間にも、身体が暑さに慣
れていず汗を上手にかけな
いことで熱中症になりやす
いです。めまいや立ちくら
み、こむら返りなどの症状
が出たときには、一度疑っ
てみてください。

高齢者は6割が無自覚の

た経験がある」との調査結
果もあります。

お好きな飲み物を何種類
か用意したり、食事面でも
果物やゼリーなど自分に合
った水分を摂りやすい方法
を探ったりしてみましょ
う。温かいものでもよく、

うちに水分不足となってお
り、その影響で汗をかきに
くく熱中症になりやすいと
言われています。口渇感の

低下や頻尿回避のため約2
割が水分補給を意識的に控
えたことがあり、介護従事
者の約9割が「利用者に水
分補給を勧めた際に断られ
る

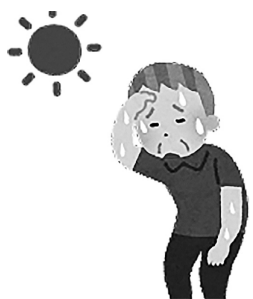
体がアレルゲンに慣れ、ア
レルギー反応を起こしにく
い体質に改善していくこと
が期待できる治療法です。
約100年も前から注射に
よる治療法がありました。

舌下免疫療法で治す

アレルギーに慣れて体質改善

近年「口の中にアレルゲン
を入れて治す」という舌下
免疫療法薬が商品化され、
より身近な治療法となりま
した。

舌下免疫療法には現在、
スギ花粉症と通年性のダニ
アレルギー性鼻炎の2種類



器やペットボトルを利用
し、飲水量を把握すること
も重要です。

エアコンを好まれない方
もいると思います。冷え
すぎる、非経済的なのではな
いかとの考えなど、原因は
さまざまです。

設定温度を調整して、暑
く感じなくても部屋の温度
や湿度が基準（目安28度ま
たは湿度70%）を超えたら
エアコンのスイッチを入れ
る、冷房がいやでも除湿機
能は利用する、IoT（＊）

飲み薬や点眼薬だけでは
効果が不十分な方や少しで
も薬を減らしたい方、高校
・大学などの受験期がスギ
花粉症と重なるので少しで
も良くしておきたい方など

に勧めたい治
療法です。た
だし、約80%
の方に症状の
改善がみられ
ますが、約20
%の方には効果がないよう
です。

スギ舌下免疫療法はスギ
花粉が飛散している時期は
治療を新たに開始すること
はできないので、6月〜11
月頃が治療開始時期とな
ります。しかしながら残念な

を活用して遠隔からでも家
族が空調を調節する、風が
直接当たらないよう扇風機
を壁に向けてつける、など
の工夫が有効です。

一人暮らしや高齢者のみ
の家庭には、見守りサービ
スや介護サービスなども活
用し定期的に様子を確認し
てもらうことも安心につな
がります。お困りの際はま
ず主治医やお近くの地域包
括支援センターに相談して
みてください。自分に合っ
た工夫をして、楽しく夏を
乗り切りましょう。

＊IoT…「モノのインタ
ーネット」の意味で、身
のまわりのあらゆるモノ
がインターネットにつな
がるしくみのこと。利便
性向上が期待される。



ことに、今年4月に製薬会
社の出荷調整が始まりまし
た。全国的にも治療を希望
する人が増え、製薬会社の
想定を大幅に上回る注文が
継続しているためです。
ダニ舌下免疫療法は、い
つでも始めることができます。
スギ舌下免疫療法に関
しては、入荷が難しい場合
は新規に開始することはで
きませんが、ご興味のある
方はお気軽にご相談下さ
い。

多様な効果得られる 内臓活性化「チネイザン」

癒し体験広場で実感

チネイザンを直取すると
気内臓（Chii 氣 Nei 内
Tsang 臓）、臓器の内
側にある本来の気を活性化
する施術のことです。

東洋医学では、内臓には
さまざまな感情が宿るとき
れ、内臓と心は密接につな
がっていると考えられま
す。例えば、肝臓は優しさ、
心臓は喜び、脾臓はおおら
かさなど、ポジティブな感
情ともつながっています。

臓器に宿った感情には、
社会生活を送るうちに押さ
え込んでしまったものも多
く、心の叫びが隠されてい
ることがあります。そして
押さえ込まれた感情は、心
身の不調として現れます。

内臓と心を見つめることで
初めて、人は自分を深く見
直せるでしょう。その手助
けをするのがチネイザンで
す。

チネイザンに期待される
効果は次のように挙げられ
ます。臓器全般の機能向
上。便秘や下痢など、お通



施術直後から改善、さらに効果の
持続を実感する体験者の声もある

じの改善。肩こりや腰痛な
ど肉体的痛みの軽減。疲れ
やすさやだるさの軽減。む
くみや冷えの緩和。心身の
ストレス緩和、深いリラク
ゼーション、安心感。不眠
解消、感情の安定、気力、
集中力の向上。生きがいの
再発見、本来の自分の生き
方を見つけて出す。

チネイザンを知らない方
が多いと思います。これは
単なるお腹のマッサージで
はなく、自分を深く見つめ
直すきっかけを得ることが
できます。リラクゼーショ
ンとともに、新たな自分に
出会えるかもしれません。
ぜひ体験してください。

年齢・性別に関係なく、
施術ベットの自力で横にな
ることができれば誰でも受
けられるマッサージです。
お腹に直接触りますので、
上下分かれた服装で来ても
らうようお願いします。

※急性炎症がある方、妊娠
中の方は遠慮いただきます
のでご了承ください。

（訪問看護ステーションほ
くとサテライト十条看護師
・白神千晴）

「癒し体験広場」のチネイザン
とタッチケアは毎月第2木曜午
後、フットケアは毎月第4木曜
午後開催中。予約は訪問看護
ステーションほくとまで（59
0217156）

新入医師紹介

スポーツで青春を謳歌
温泉通いでリラックス

初期研修医 高山 修一



青森県弘前市で大学時代を過ごし「出身地近辺で働きたい」という思いより、このたび東京に戻りました。スポーツが好きで、中学では軟式野球部、高校・大学ではラグビー部に所属し、青春を捧げていました。

中高一貫男子校で恋愛面はやや不満を抱きつつも、部活や学校行事を通して男同士の熱い友情を深め泥臭い青春を謳歌するには最適であったように思います。そういった環境で培った熱いハートを活かして、来院した患者、地域の皆さんの元気づくりに精一杯貢献する所存です。

熱血すぎても気疲れしてしまつたため、そういったときに私がおすすめる趣味は温泉です。幸いにも日本は世界有数の温泉地の一つで、あらゆる地域で老若男女が楽しむことができます。私自身も頻繁に温泉に通つたため、機会があれば良い温泉についてお話を聞けることでも嬉しいですよ。若さと元気を充分に発揮

して、皆さんが良い人生を送れるよう最大限の力添えをしたいと考えています。

ヨガ資格取得で100
オートハープ演奏も

初期研修医 津須ちひろ



出身大学は東北大学ですが、埼玉の旧浦和出身で、就職を機に関東に戻ってきました。高校生までは文系選択、英語が一番好きな科目で、ずっと海外で働くことが夢でした。しかし高校3年生まで「海外に行つて何がしたいのか」を考えたことがありませんでした。

大学進学に向けて担任と保護者との三者面談の場で初めてそのことに気づき、海外に行くなら自分が提供できる何らかの技術を持つていきたい、と考えました。それから理系に転科したり（文系でも技術の習得は可能ですが、当時の短絡的な考えで技術＝理系と飛びつきました）、他学部に入つてみたりと紆余曲折を経て、現在に至ります。人と少し違うだけで後ろ指を指す傾向が顕著な日本の文化があまり好きではなく、将来的に海外をめざすつもりです。「医師＋αの人

間でいたい」と在学中にヨガのインストラクターの資格を取り、オートハープという楽器を始めました。機会があれば皆さんの前でも披露できたら嬉しいです。

福岡出身で徐々に東へ
ダンスで皆を健康に

後期研修医 森 悠太郎



広島大学を卒業し、昨年まで奈良県の天理よろづ相談所病院で初期研修を行っていました。福岡出身で東京での生活は初めてですが、少しずつ地域を知りながら、地域に密着した医療を心がけたいと思います。

高校生の頃から地域医療に興味があり、身のまわりのできるだけ多くの人に健康であり続けてほしいという思いから、家庭医をめざすこととしました。診療所の医師として、診療所に来てくれる方の「健康」に寄り添い一緒に考え「健康」の手伝いをできたらなと思っています。診療所に来ない方も健康にできる方法はないか、日々考えているところでもあります。私は学生時代からダンスをして、今も休日は踊って楽しんでます。ダンスは運動になるし、皆でやると楽しいし、頭の体操にもなるんです。ダンスで皆さん

を健康にできたらいいなと思ったりしています。皆さんの健康と笑顔のために協力をさせてください。

地元で医療従事に喜び
患者まると診る魅力

後期研修医 瀧 良輔



出身は足立区です。筑波大学を卒業して、初期研修を筑波大学附属病院で過ごし、茨城県内で医療に従事していました。このたび地元に戻り、地元の医療に関われることを大変嬉しく思っています。

総合診療医としての研修を進めていくことになりましたが、総合診療には大学の臨床実習で興味を持ちました。患者とのコミュニケーションを大事にし、患者をまるごと診る、そうした「あなた」を専門とする医療に大変感銘を受け、志すようになりました。研修では入院した方、外来に来る方、健診に来る方、お宅に伺う方、さまざまな方の医療に関わることになるかと思っています。その中で自分なりに患者との関係を築きながら、より良い医療を提供できるように精進したいと思っています。今は王子周辺で一人暮らしをしており、北区について医療以外でも知ることがで

きたらと考えています。

自然に囲まれ長野育ち
動物に命の大切さ学ぶ

後期研修医 春日 みわ



生まれも育ちも長野県の田舎で、山に囲まれて育ちました。幼い頃は家に犬、猫、アヒル、15羽くらいのニワトリなどがいました。ニワトリは私を見下して、ニワトリ小屋に入ると蹴りかかれ、怖くてよく泣かれました。毎朝卵を産んでくれましたが、ある日から山のキツネが降りてきてニワトリを連れ去るようになり、1羽、1羽と減っていききました。

対策をしましたがキツネの方が上手で、ついに全ていなくなってしまうしました。空っぽの小屋がとても切なかつたです。そんな田舎の家で育ちました。家庭医の勉強をするため、4月から東京ほくとで働いています。初めて長野県から出て都会生活を始め、ドキドキしています。医師として5年目になります。今までも患者を知ろうとする姿勢を大事にして診療してきました。そして家庭医の勉強を始めてから、姿勢だけでなくそのための技術を身につけようと思つてがんばっています。

未熟な部分はまだまだありますが、精一杯がんばります。

街歩きで理解深めたい
大学院での学び活かす

総合内科医 山崎 愛子



大学を卒業後、内科専門医を取得し、総合内科医として千葉や静岡の急性期病院に勤務していました。さまざまな患者に接する中で「どうしたら病気を予防することができるか」「日本の医療システムの問題点は何か」と考えるようになり、聖路加国際大学公衆衛生大学院へ進学しました。

大学院では主に疫学や統計学、行動科学、医療政策を学びました。学生時代から離島・へき地医療に興味があり、地域に根ざした医療をしたいと考えていました。そして大学院での学びを活かすことができる診療の場を探して、この4月から王子生協病院で勤務しています。疾患だけでなく社会的背景や生活も考慮し、いかに患者のQOLを上げられるかを常に考えているスタッフに感銘を受けています。私自身も個々の患者のニーズに合った医療を提供していけるよう、精進します。街歩きが好きで、王子や住んでいる街の歴史や文化

について理解を深めていきたいです。定食屋やカフェ

地域の人々が集う場所

「新しくなった「なないろ」」

豊島地域の新しい交流の

スペース「つどいの広場な

ないろ」が誕生。王子生協

病院からバス通りに向かっ

て80m、道を挟んで組織部

の向かいにあります。

地域の子どもから高齢者

まで幅広い年代の方が出

会、集う場所として活用し

てほしいと、旧「なないろ」

にプラスしたネーミングと

しました。これまで旧「な

ないろ」を活用した学習支

援「ロコ・クラブ」や訪問

看護ステーションほくとが

主催する「癒し体験広場」

が、引き続き定例でこのス

ペースを活用しています。

4月末に色鉛筆をモチー

フにした看板を設置しまし

た。豊島1・2丁目支部に



健康チェック会で初めて「なないろ」の中へ入る方がほとんどだった

に目がないので、おすすめがあれば教えてください。

くりを目的に、薬剤師によるお薬相談や福祉用具相談会なども予定しています。（看護部長・高橋朋子）

健康チェック・

相談会

5月6日、新型コロナウイルス感染症対策緩和に向けての動きが進む中「つどいの広場なないろ」で健康チェック・相談会を開催しました。18〜87歳までの幅広い年齢層の方が42人参加、職員は7人が対応しました。家族や友人と一緒に参加した方もいました。

初めに体脂肪率、血圧、血管年齢、骨密度などを測定。測定中は結果を見て一喜一憂、参加者同士や地域の組合員との会話が弾んでとても楽しそうでした。測定後は、看護師や保健師による測定結果の振り返りと生活習慣や健康に関する医療相談を行いました。「コロナ禍で運動ができていなかった」「これを機に生活習慣を改善したい」という声がありました。生活を見直す良い機会になると思います。定例開催になるので、ぜひ参加してください。（健康づくり委員／保健師・丸山友花）

きょうと看護

(43)

当ステーションのある足立区は、①四方を河川に囲まれている（荒川・隅田川・綾瀬川・中川・毛長川）、②標高の高低差がほとんどなく平坦、③地盤が軟弱な沖積層、④木造住宅密集地域が多く存在、⑤幹線道路沿道以外では狭い道が多い、など特徴があります。土砂災害の恐れはなくて

も、大水害や液状化、火災延焼の危険が高い特性があります。

主な訪問先の新田・宮城、小台地区は、荒川氾濫時に水没する可能性のある地域です。2019年の台風19号では浸水被害がありました。したが、当日は雨が激しくなってきたり「どこに避難したらよいか」「手段が無い」などの問い合わせに「垂直避難」しかアドバイスできませんでした。

訪看での災害対策を検討 ～予め利用者の現状把握も～

訪問看護ステーションほくと
サテライトたんぽぽ師長 佐藤 利枝

訪問看護ステーションほくとは災害対策委員会を決めたことを基に、当ステーションの災害対策について紹介します。

1. 災害時の職員の動き
小さい子どもがいるスタッフや帰宅困難となりうる

を把握しているか、③避難する方法・手段があるか、④個別支援計画の対象となっているか
避難場所や方法の手段が曖昧な方に避難場所を提示しました。要介護者や手帳保持者で自力での避難が困

スタッフの災害時の動きを把握しました。

2. 災害時の利用者の安否確認・訪問看護
昨年6月、以下の情報把握のため、利用者や家族にアンケートを実施。

①避難するか、②避難場所
3. 災害時のシミュレーション

きたら、ウェブのアプリを使って簡単に受付をしてもらうだけでパッケージを渡し、支援につながる形です。いわば「緊急対応版『どこも食堂』」のイメージ。

現在まで都内31か所の法人に「受け付けスポット」を引き受けていただき、今年4月より東京ほくとにもお願いすることとなりました。プロジェクト開始から現在までのべ300件以上の利用があり、これを入りに公的支援につながった方も少なくありません。

現在、困窮する若い方の割合が非常に増えています。そうした方はたとえ困ったとしても、いわゆる昔

からの炊き出しや相談会へ訪れるのは抵抗が大きいと聞きます。

そんなとき、今いる場所の近くで、かつ一般的な相談機関ではない（商店も含む）場所で支援にアクセスできるようにすれば、よりハードルを下げるのが可能となります。もし組合員の方で「受け付けスポット」を引き受けてくれる方がいましたら、どうかご連絡ください。一緒に都市の中でセーフティネットづくりを進めませんか。

●詳細やご連絡は「せかいビバーク」<https://sekai-biyouac.jp/>のホームページから

ヨ

【震災】スタッフの安全確保、状況に応じた動きを想定。利用者の安否確認（災害伝言ダイヤルの利用）。

利用者の避難状況の把握。訪問優先順位に従い、2人体制で訪問

【水害】自宅が浸水予定地域のスタッフは、居住地域の避難所へ避難。出勤可能になった職員から出勤し、スタッフ、利用者の安否確認。訪問が可能となつてから、優先順位に沿って訪問

4. 考察
災害時のスタッフの動きから稼働人数を把握し、支援計画につながりました。それに基づいた訪問優先度を作成し、震災直後・3日後・7日後の支援計画を立てました。

利用者は「避難方法がわからない」「避難所に行っても大変」と避難そのものを諦めていることが多かった。場所を提示して「避難所と第一避難場所の違いがわかった」「避難時どこに向かえばいいのかわかっていた」など意見もあり、災害時の意識づけができました。

当ステーションで水害時個別避難計画書が作成されている利用者は3人でした。そのほか必要としている方は優先順位が低く、まだ個別計画を作成されていない状況です。今後もケアマネジャーや福祉事務所などと情報共有して、災害時の看護につなげていきたいです。

班会開催の意義を知る

第12回健康づくり学会

4月15日、健康づくり学会にオンラインで参加しました。東京ほとからは計20人が参加しました。

私は医療生協の班会の意義が良くわかっていませんでした。しかし今回「班会に参加することで人と関わり合う・笑い合う・支え合う・周りの人が元気なら自分も元気になる。そして健康になる」と知りました。

班会参加者（年3回以上班会に出席した方）は施設入所、入院、死亡、要支援

王子生協病院

新入職員と顔合わせ 画面越しにエール

4月に入職した職員の配置が決まり落ち着いたところで、5月16日に「オンライン対面式」を行いました。コロナが5類になりましたが、感染を考慮してオンライン対応としました。新入職員はカメラの前で名前を書いた紙でアピールしながら自己紹介。医師4人、看護師6人、理学療法士1人と、4月に着任した栄養士が挨拶しました。



歓迎会が開けない分、互いに心をこめて交流

「がんばりたいこと」「好

生協北診療所

組合員が職員癒す音色 トーンチャイム演奏会

当診療所は外来透視治療も行える診療所です。職員は10年以上勤務しているベテラン揃いで、近年は新型コロナウイルスとの戦いでした。発熱外来やワクチン対応、そしてコロナ罹患した方も隔離対応で透視治療を行いました。



コロナ禍も練習を重ねたトーンチャイムの音色が職員に届いた

わたしも配ってます

3年ぶりの対人の活動支部に新しい方も迎え
清水力伊さん(80歳)
若葉の候になってきました。5月6日、なないろで健康チェック会に参加して和気あいあい、楽しいひとときを過ごしました。
私は血圧を担当し、皆さ



んに「今日は高い」と言われました。血圧はその都度変わるから気にしないでと言ったあげました。人に接するのが3年ぶりで楽しかったです。
十条西支部ではお互いに歳を重ねて、運営委員に新しい方が入ってきました。難しいこともあります。が、がんばります。そんな私は「東京ほくと」を配付しています。

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

家賃が払えない困窮
急がれる公的住宅支援
「家賃が払えない」という、賃貸住宅に住む高齢者の住まいの相談が深刻です。70代後半男性のAさん

は「8万円の家賃を払うのが厳しい。家賃の低い住居をUR団地でも探したが空いていない」



住まいの困難を抱える方が増えている

め、無年金です。「50代の子どもと二人暮らしで、8万円の家賃を払うのが厳しくなっ

と。パートナーに先立たれ一人暮らしとなって、年金収入が減るとい困窮のパートナーが増えています。
団地の掲示板に張られた相談会のチラシを見て来た70代後半女性のBさん。2年前に足を痛めて仕事を辞

私の名曲アルバム

「いつも何処かで」

桑田佳祐

サザンオールスターズのボーカル・桑田佳祐さんのソロ活動35周年記念のベストアルバムです。CMなどで流れている曲もあり、馴染みのある曲ばかりで心地よいアルバムです。

このアルバムの一押しの曲は「時代遅れのRock'n'Roll Band」です。昨

年の紅白歌合戦で演奏されたのを観た方も多いのではないのでしょうか。桑田佳祐 feat. 佐野元春、世良公則、Char、野口五郎と当時66歳の同級生仲間で結成。

桑田さんから4人それぞれに手紙を書いて送りました。「今あえて時代遅れな

いのち・暮らし・雇用
無料
なんでも相談会
6月27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

「子供の命を全力で大人が守ること、それが自由という名の誇りだ」
「No More War 悲しみの黒い雲が地球を覆うけど」
「力の弱い者が夢見ることさえ拒むと言うのか」
「いっになれば矛盾だらけの戦争(レース)は終わるんだろ」
「この世に大切なひとりひとりが居て、歌え Rock'n'Roll Band」
最後は「闇を照らす、ダサイ Rock'n'Roll Band」と自分たちをダサイと言ってしまう格好良さ。
とにかくメロディーと歌詞が素晴らしい、聞くと心に響きます。平和を願わずにはいられません。ミュージックビデオも素敵な仕上がりなので、機会があればぜひ YouTube で見てみてください。(江北生協診療所事務長・杉浦弘美)

◇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。		★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 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	
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	

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。

ひとこと通信 (敬称略)

◎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 田中松雄(86)
コロナの扱いが5類に移
行しましたが、高齢の私は
マスクを外せません。

舎人 近藤雅弘(58)

(医療と介護の現場) 延
命には、本人の生きる力と
家族の深い愛情の両方が揃
い奇跡が起こるのですね。

王子 井伊幸子(73)

ウォーキングの記事に刺
激され、旧古河庭園へ。バ
ラに元気をもらいました。

豊島 坊谷さだ子

故郷で4年ぶりの「鮮魚
祭り」。大好物の魚づくし。

町屋 為我井雅子(81)

(すこしおレシビ) 春野

菜たっぷりのメンチカツ、
おいしくできました。

豊島 田島明佳(31)

家庭菜園の小松菜を収穫
しようか悩んでいます。

岩淵町 佐藤真美(65)

レモンの葉にいたアゲハ

の幼虫がさなぎになりました。
羽化が楽しみです。

古千谷本町 友谷孝子(75)

絵手紙の「痛い」と部品

交換できたかなあ」の言
葉。関節症に悩まれ、本
当にそうできたかと共感。

豊島 中西洋子(72)

マイナ保険証のトラブル
出ましたね。保険証との一
体化はやめてもらいたい。

東伊興 藤井明(72)

タバコはずっと吸ってい
ません。禁煙教育も大事。

王子 藤本ヒロ子(83)

6回目コロナワクチンを
王子生協病院で接種予定。

町屋 久道和男(76)

納得できず、マイナ保険
証の手続きをしています。

西尾久 鶴見一夫(76)

お天気だけの会話。で

も、無いよりずっとまし。

赤羽南 滝口雅子(40)

天井で音がしたら猫でし

た。そして能登で地震。猫

は心の友です。

舎人 田中進(68)

舎人公園のネモフィラが

一面きれいでした。来月は
白山神社のアジサイでも。

伊興 日木章子(66)

急に暑くなったので、ポ

ピーも見ずにアジサイの季
節に。菖蒲も抜けました。

王子 若林ふさ子(70)

祭に戻ってきました。神
田祭と三社祭と江戸っ子の
出番。元気が出ますね。

堀船 河原みゆき(65)

病院ホームページから動
画「糖尿病患者の防災準
備」を見ました。イイネ。

江北 清水勇太(10)

学校からもらった米で、
バケツ稲作を始めました。

豊島 藤澤留美子(70)

抵抗力をしっかりとつけ、
何ごとにも負けない心身を
つくっていきましょう。

鹿浜 梅原恭子(76)

区ボランティア祭や団体
で、10年習っている大正琴
の発表会があります。

志茂 神田節子(72)

娘と孫が来て、母の日の

プレゼントをくれました。

豊島 菅原裕一(40)

フランクにゴーヤを植
えました。

滝野川 伴ひさ子(74)

アジサイが咲き出して、
梅雨入り間近でしょうか。

豊島 横山きよ(75)

コロナワクチンを王子生
協病院で接種。何回接種す
ればいいんでしょうか。

南千住 茂垣満里子(87)

近頃、話題についていけ
ません。楽しみだった新聞
も携帯を使わなくては...

豊島 植野風夏(25)

当たったら禁煙します。

医療生協の出番です！あなたの町の班会

男性の活動の場増やし
環境整備・運営に協力
(豊島団地支部)

豊島 将棋班

人とのつながりが、班会
を支えてくれました。班会
でのコミュニケーションの
場所を借り、活動と健康づ



新班の準備・運営にいろいろな
協力をもらい活動開始

くりを横に広げようと、目
先を変えてみました。

女性性は班活動に積極的
に参加しています。しかし、
男性の参加があまり見られ
ないので「囲碁・将棋班」
をつくり、男性の参加を期
待しました。

運営委員が囲碁・将棋盤
を探し、提供者がいて借り
ることができました。そし
て会場にはアクリル板のパ
ーテーションが揃ってい
て、コロナ禍でも周囲を気
にせず、盤に集中できます。

班会には囲碁初心者の方
性が参加しましたが、協力
者が相手をしてくれて、次
回から新しい方が相手をし

てくれていきます。細々と班
の形になってきています。

今までは囲碁の方ばかり
でしたが、将棋のベテラン
の方がみえるようになりま
した。改めてわが班を支え
てくださる人々のつながり
が嬉しいのです。

(春日南海子)

20年間毎週続ける体操
会話や歩くのも楽しく
(荒川町支部)

コロナ班

私たちは毎週土曜、荒川
生協診療所3階でコロナバ
ン体操を行っています。健康
チェックをして、荒川コロ
バン体操推進リーダーのも

とで音楽をかけながらのコ
ロバン体操。

休憩をはさみ2部構成
で、セラバンド体操も行い
ます。休憩時には時折仲間
の差し入れで、もぐもぐタ
イムにも変身します。

最初は身体慣らしで軽い
体操、ストレッチをしてか

ら本番に入ります。コロナ
禍では、近くの荒川自然公
園に出向き、運動場の周り
をひとまわりしてからいつ
も通りに行いました。

メンバーの入れ替えはあ
りますが、皆仲良く20年以
上続いています。女性が多
いせいか、何気ない雑談の
中に勉強になる話が多く、
助かることもあります。

私は昨年、家の中で3回
転びました。1回目は尻も
ち、2回目は階段の最下段
を踏み外し、3回目は高さ
50cmある玄関の石畳にもの
を取ろうと手を伸ばし、落
下。幸い打ち身と擦過傷で
済んだのは、コロバン体操
をしていたおかげ。たかが
コロバン、されどコロバン
体操です。

(森好恵)

第417回 パズル

「ヒント」6月20日は「世
界○○○○の日」。今年は
「安全を求める権利(人道
的対応、庇護を求める権
利、安全へのアクセス)」

を並べかえろと答えます。
〈応募方法〉答え、住所、
正解者の中から5名に図
書券を贈呈します。ハガキ
の余白にひとことを書いて
ください。名前、年齢を紹
介しますので匿名希望の方
はその旨明記下さい。〈抽
選対象外〉となります。

〈前回の答え〉キンエン
(当選者) (応募38) 赤川理
恵、佐藤真美、友谷孝子、
藤本ヒロ子、茂垣満里子

氏名、年齢を書いてT-1
4-0003北区豊島3-
5-6東京ほくと医療生協
「機関紙」編集部

まで。東京ほくと医療生協
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。

〈しめきり〉6月29日。

正解者の中から5名に図
書券を贈呈します。ハガキ
の余白にひとことを書いて
ください。名前、年齢を紹
介しますので匿名希望の方
はその旨明記下さい。〈抽
選対象外〉となります。

〈前回の答え〉キンエン
(当選者) (応募38) 赤川理
恵、佐藤真美、友谷孝子、
藤本ヒロ子、茂垣満里子

ハート形の葉が3枚集ま
った形の道端に咲く多年草。
花は黄色で、オクラに似た
実、ゴマのような種がある

水が「ある」「ない」と語
源には諸説ある和風月
名。「田に水を張る」水
張月という別名もある

国内に180種いる。強い刺
激を受けると死んだふりをし
て臭い液体を出す。農薬代
わりに使われる種もある

明治初期に欧米から導
入。繊細で育て方が難しく、
温度差に弱い。ビタミン
豊富で抗酸化成分も含む

バ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ

パ



参加してみませんか

〈班会案内〉

6月15日～7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】

- 6月15日午前10時～正午 ほっとカフェバザー（バザー一品・パン販売・健康チェック）ほっとカフェ（赤羽東）
- 6月21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
- 6月21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
- 6月21日午後2時～4時 りぼん班（折り紙）豊島虹のセンター
- 6月22日午前10時～正午 ほっとカフェバザー（バザー一品・パン販売・健康チェック）ほっとカフェ（赤羽東）
- 6月23日午後2時～4時 スイトピー班（脳トレ）豊島虹のセンター
- 6月26日午前10時半～正午 茶話会（ハンドベル、紙芝居、ゲーム ※食事なし・参加費100円）神谷堀集会所
- 6月28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）
- 6月28日午後1時半～4時 童謡班（軽体操）堀船ふれあい館
- 7月8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
- 7月12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】

- 6月17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
- 6月18日午前10時～11時半 荒川音頭班（盆踊り）尾久ふれあい館
- 6月18日午前11時半～正午 ロングピロピロ班 尾久ふれあい館
- 6月20日午後1時～3時 うたう班（音楽鑑賞）班長宅（荒川町）
- 6月24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
- 7月1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
- 7月8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
- 7月10日午後1時半～3時 はらっば班（体操）区立原公園
- 7月11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】

- 6月16日午後2時～3時半 げんきかい（サロン）はんの木
- 6月18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19日午前10時～11時半 おさんぼ班 はんの木
- 6月21日午前9時半～ なでしこ班（絵手紙）かえで薬局2階
- 6月22日午前10時～正午 あみもの班 おじゃんせ
- 6月25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27日午前10時～正午 らくらく体

操班 おじゃんせ

- 6月28日午前10時～11時 コカリナ班（楽器演奏）はんの木
- 7月2日午後0時半～3時 ピンポン班（卓球）入谷小学校体育館
- 7月3日午前10時～11時半 おさんぼ班 はんの木
- 7月9日午後0時半～3時 ピンポン班（卓球）入谷小学校体育館
- 7月11日午前10時～正午 らくらく体操班 おじゃんせ
- 7月12日午前10時～11時 コカリナ班（楽器演奏）はんの木
- 7月13日午前10時～正午 パッチワーク班 おじゃんせ
- 7月13日午後1時半～3時半 あみもの班 おじゃんせ

〈企画案内〉

- 6月15日午後3時45分～5時15分 第2回T-CAP学習会「マイクロプラスチック・ストーリーから学ぶ気候変動」オンライン（3区に視聴会場あり）
- 8月30日午後2時～4時 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～」北とびあ飛鳥ホール
- 癒し体験広場 第2木曜午後 チネイザン・タッチケア、第4木曜午後 フットケア つどいの広場なないろ（組織部向かいビル1階）
- 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

6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

診療予約専用電話 03-3912-7248

健康診断予約専用電話 03-3912-5181

		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	○	○ 〔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 乳 児 健 康 予 防 接 種		○	○	○	○		○	○	○ 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

生協浮間診療所

北区浮間3-22-1 ☎3558-8361

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
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）

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

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

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）

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

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

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

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	○	○	○	○ (1・2週)	○	○
夜間			○ (2・4週)		○ (1・3・5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
「特売日」

6月 8日、13日、19日、28日

7月 8日、12日、18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 北区豊島3-4-15 ☎ 3912-6181
- ヘルパーステーションのぞみ 北区豊島3-19-3 ☎ 5902-7156
- 地域ケアセンターわかば 北区豊島3-7-2 ☎ 5390-5998
- 訪問看護ステーションほくと 北区豊島3-19-3 ☎ 5959-7875
- サ テ ラ イ ト 十 条 北区中十条2-7-13 ☎ 5963-7720
- 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 北区西ヶ原2-24-8リッシェル飛鳥山1・2階 ☎ 5980-6222
- グループホームほくとひまわりの家 荒川区荒川4-54-5 ☎ 3803-1179
- 訪問看護ステーションほくと 荒川区荒川4-54-5 ☎ 3802-2810
- サ テ ラ イ ト 虹 荒川区荒川4-54-5 ☎ 3803-1179
- 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 ☎ 5850-3585
- あらかわ虹の里デイサービス 荒川区荒川4-54-5 ☎ 3805-8388
- ヘルパーステーション虹 荒川区荒川4-54-5 ☎ 5855-7761
- 地域ケアセンターはけた 荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5855-7761
- 訪問看護ステーションほくと 荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5855-7801
- サテライトなでしこ 荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5855-7447
- 都市型軽費老人ホーム 荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5390-8451
- ほくと西尾久虹の家 足立区新田2-4-15 ☎ 5902-7179
- デイサービスセンターなでしこ 足立区新田2-4-15 ☎ 5902-7179
- 訪問看護ステーションほくと 足立区新田2-4-15 ☎ 5902-7179
- サテライトたんぽぽ 足立区新田2-4-15 ☎ 5902-7179
- 鹿浜診療所通所リハビリ 足立区新田2-4-15 ☎ 5902-7179