

生協の現況 2023.7.1現在

組合員 29,384人
出資金 14億8,771万円
一人平均 50,630円

2023年度増加
組合員 223人
出資金 1,667万円



一人は万人のために万人は一人のために

2023年8月号

機関紙
東京ほくと



ほくとLINE

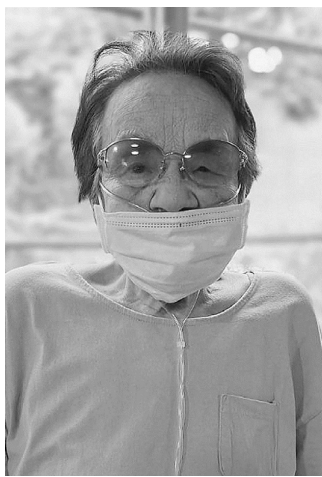


東京ほくと医療生活協同組合

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 TEL03(3913)9100
ホームページ <http://www.t-hokuto.coop>

戦争で命も生活も街も壊され

～当時の記憶に涙止まらず～



私の戦争体験

⑦

北区神谷
小根久保ひで(89)

戦後も熾烈な暮らしが待っていた

開戦で変わった日常

私の家は、浜松市で織屋を営んでいました。女工・職工家族を含め20人ほどが朝食をとっているときでした。中学に行こうと玄関口に立った兄の声が響きました。

「父さーん、ついに始まったよ」兄の片手に握られた新聞が、興奮から来る震えてパタパタと音を立てていました。戦争が始まった日です。小学2年の寒い朝でした。

ラジオは「勝った、勝った」の大本営発表が続きました。日ならずして日常は

変わり始めました。鉄の織機は資源供出を命ぜられ、粉々に壊されて日通の倉庫に山積みされました。

工場は「敵機の目標になるから」と取り壊され、東北から来ていた女工たちも里に帰りました。父は徴用で軍需工場へ、兄は学徒動員で名古屋の工場へ行き、男手がいなくなりました。

30代の母が、2つ上の兄、私(終戦時小学6年)、1944年生まれの子を含め5人を育てながら家庭を守っていました。

「みんなでこの家を守っていいこうね」と母が言っていたのを覚えています。弱音を吐く姿を見たことがなく、毅然としていました。

母は土族の出なのでそのせいかと思います。浜松の艦砲射撃で被災した人々が避難してくる行列を見て、母が「阿鼻叫喚」と言ったことは忘れられません。

分散授業となぎなた練習

戦局が進んでも実害はなかったのです

小根久保さんは、入る29古屋へ。通り道の浜松市は年中警報のサイレンが鳴



工場の横に掘られた防空壕が爆撃で崩れ、火が迫る中で必死に助けた。「私だけでなく、皆助け合っていた」(小島節子さん絵・談※)

せん。

戦時中は、体操の時間に激しくなるにつれて分散教育に代わり、それぞれの部落にあるお寺の本堂が教室となりました。

分散教育になる前は、一学年6クラス、一クラス60人の大きな小学校でした。分散教育になり空いた学校には、軍隊が駐屯しました。終戦前の1年間くらいだったと思います。

元の小学校の一部が学校として使われていて、私はそこに通いました。そこから軍隊の様子が見えました。

勉強は普通にできましたが、校庭を使うことはできませんでした。校庭で遊ぶことや運動会などはできま

た心地がしませんでした。

浜松に艦砲射撃があったのは、その一週間くらい後でした。「二億総動員」「無を有に」と東條英機首相(当時)の国民に向けた叱咤激励は激しいものでした。

浜松での家屋や人的な被害の数字はわかりません。戦後初めて浜松の街を見たとき、鉄筋の建物7階建てのビル・消防署・市の公会堂の3棟だけが残っていました。

あとは何もなくなりました。木造の家などは片づけられていた、道路だけがきれいに目立っていました。そんな光景が印象に残っています。

親族や近所で戦死者足元の土を届けに

母方の親類、母のいとこや甥っ子に出征したり戦死したりした人がいます。日中戦争で中国に出征した親族は無事でしたが、太平洋戦争になり南方に出征した母の甥っ子は戦死。インパール作戦かニューギニアでと聞きました。

終戦後1年くらいして戦友が「もう動けないから、自分の靴を持って行って履いてくれ」と言われた」と消息を知らせてくれて、倒れた足元の土を持ってきてくれました。

前の家の人も戦死するなど、戦争で亡くなった人は近所にかかりました。1926年以前に生まれた人が出征したと思います。

(2面に続く)

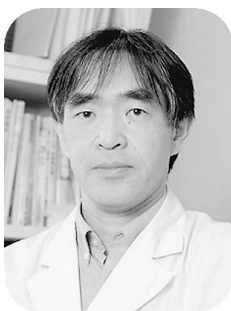


健康保険証を来秋に廃止し、マイナンバーカードに置き換えることを強制する政府の方針に、全国から怒りの声が上がっています。自民・公明・維新・国民の4党が賛成し、マイナンバー法を6月に強行採決。マイナンバーカードの誤登録が次々と発覚するたびに言い訳だけで、見直しや廃止は明言しませんでした。別人の情報をもとに医療行為が行われると、命の危険もあります▼保険証は更新期に自動的に送付されてきましたが、申請しないとマイナ保険証も資格確認書も交付されなくなりました。資格確認書は毎年更新、マイナ保険証は5年に1度の更新で、すっかり忘れると「無保険者」になる危険があります▼岸田政権は、本人の申請に基づく交付を原則としています。しかし「高齢者や障害者で申請が難しい人はどうするのだ」など相次ぐ批判の中で、本人が申請しなくても交付できるよう検討すると言いました。誰がどのように申請するかは、具体的にわかっていません▼そうした「資格確認書」を発行する費用や業務負担は膨大になります。保険証の廃止をしなければなりません。そもそもマイナンバーカードの取得は個人の自由です。個人情報や財界の利益に使うことや国民に分断と不安をもたらす保険証の廃止は、即刻やめるべきです。署名運動も始まっています。みんなで声を上げていきましょう。(湯)

理事会だより 7月22日

理事長あいさつ

今泉 貴雄



このところ暑い日々が続いています。これから夏本番ですが、バテ気味の方もいるかもしれません。熱中症に注意して、体調管理を万全にしていきたいものです。

感染者増えるコロナ検査・受診避ける方も

新型コロナウイルスについては、今回も触れざるを得ない状況です。このところ、職員が感染症に罹患したり、今までの濃厚接触者にあたりするケースが増えています。第9波に入ったとも言われ、患者が増えていることを実感しています。

感染者が増えている理由はいくつもあります。マスクを着けない方が増えていること、前回の感染症流行

から時間が経ったことなども影響しているかとは思いますが。

そのほかには、新型コロナウイルスに感染しても軽症で過ごす方が多いため、医療費がかかることも影響しているか、受診しない方や受診しても検査を希望しない方がいます。そんなことも新型コロナウイルスに対する意識を低める影響を及ぼしているとの声を聞きます。

依然続く面会制限の理由 感染拡大リスク変わらず

私たちはマスク、シールドを着けて日常診療を行い、自身が感染しない・相手にうつすことのないように注意しています。皆さんに発熱や上気道炎症状がある場合には、受診前の連絡や予約して受診など、どの医療機関でもまだ要求されます。入院患者の面会も、制限が続けられています。

外来では、さまざまな基礎疾患を持つ方が診療のために待合で控えています。新型コロナウイルス感染症は、蔓延した当初と比べて最近

状が軽い方が多く、風邪との鑑別が困難です。それで待合や診察室でほかの患者にうつしたり、医療スタッフにうつしたりする可能性があります。

さらにコロナウイルスは発症2日前から感染力があるため、症状のない面会者があっても発症し、面会した患者が感染してしまうこともあります。それだけでなく、周囲にいたほかの患者、同居者への感染などまで引き起こす可能性があります。そのことを理解してご協力をお願いします。

病院の立ち位置を理解 地域連携で患者支える

今後2年間の課題は、経営的課題および後継者対策の2点です。経営的課題については、王子生協病院の働きについて、まず地域におけるポジショニングを理解する必要があります。

現在の医療は、各医療機関がほかの医療機関と連携の上で地域住民を支える、いわば地域完結型医療となっています。王子生協病院はかかりつけ医として、急



前期で退任した理事が総代会で壇上に並んだ

性期医療では規模、専門性から対応できる病気が限られ、より高い専門性が必要とする患者は他院へ紹介しています。

入院では、在宅療養中の患者の肺炎などの治療を担います。ほかの医療機関で入院治療を要した患者が自宅に退院するまで、在宅調整やリハビリを行うために紹介を受けて入院してもらうことも行います。

そしてがん患者限定ですが、緩和ケアを提供する病棟もあります。このような働きを病院内に4つある病棟で分担しています。

そういった病院の担い手である医師は、家庭医を中心にした若手が主です。さらに、医師になって数年目の研修医がいて、ほかと比べて女性医師が多いことも特徴かといえます。ここしばらくく当法人は、その特徴を活かしていくことが重要です。

昨年10月からケアマネジャーとして勤務しています。担当ケースは徐々に増えてきています。

毎月、最低1回モニタリングするために利用者宅に訪問をしています。引き継いだケースは特に、一度の挨拶だけでは私が担当のケアマネジャーということを確認してもらえず、説明するのに時間を要します。

医療と介護の現場

利用者宅訪問で関係構築 意思尊重しながら提案も



「これは良いものが難しくなっています。毎日磨いては…」と言いつづけています。

耳が遠い方で、毎月訪問する際の電話連絡が大変です。

現在、訪問の際に来月の訪問日時を書いた紙を置いておくようにしています。それでも、うたた寝をしてしまいがちでなかなか起きることがありません。が、概ねうまくいっています。

3回に1回くらい私を名前前で呼んでくれるようになりました。少しずつですが、信頼関係が築けているような気がします。

（地域ケアセンターわかば・古河直美）

私の戦争体験

（1面から）

吹かない「神風」信じて

生とか死とか考えるべくもない小学6年の少女にも勝つことが生だったのです。そんな中で、心のどこかで「神風」が吹くことを信じていたのかもしれません。

私は軍国教育をまったく受けていないので、戦争は終わりました。一人でも多く殺す。負ける「死」と思っていました。

玉音放送があると聞いて「天皇さんの声が聴けるなんて、なんて幸せなんだろう」と緊張して聴きました。こんな形でこの戦争が終わるとは思っていませんでした。もっと身近で戦闘状態になると思っていたの

たかと、私はこの年になってこそ思えるのです。

まだ40歳前だったあの頃の両親に「よくぞ耐え抜いてくれました」と手を取って頭を下げる気持ちです。あの灰の中から立ち上がった同年輩の皆さんにも、敬意を表します。

※浜松佐藤町診療所（静岡健全会）の大城智昭さん、生協きたはま診療所（浜北医療生活協同組合）の杉山大さんがつないでくださり、浜松市在住の小島節子さん（94）のご厚意で作品を掲載できました。

小島さんお手製の紙芝居を用いて浜松の空襲を語りつくす班会を、浜松佐藤町診療所の待合で行ったそうです。



カワイ楽器のピアノ工場で作られていた「落下タンク」（ガソリンを入れるタンク）。鉄が不足し、骨組みもベニヤ板で、表は布地を貼った（小島節子さん絵・談※）

《理事会議事録要旨》

報告事項

①6月組織活動報告：加入78人、脱退301人、出資金増資749万円、増資者904人、班会開催85回、新班結成1班、2項組員1人。8/24健康づくり学習会。8月に健康づくりサポーターブラッシュアップセミナー。7/26国民平和大行進。8/4～6ピースアクションinヒロシマ、8/7～9原水爆禁止世界大会。8/30「2023・福祉たすけあいまつり」。②6月決算報告。③組織活動、事業所報告。④2023年度理事会専門委員会を確認。⑤第1回理事会専門委員会を開催し、委員長・副委員長および開催日程を協議。⑥東京民医連理事会報告、癒し体験広場の案内は文書で行われた。

議決事項

①定款33条に基づく、職務代行順位の件以上、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。

病気の 話

生協王子歯科所長
口腔外科専門医

望月 裕美

【口腔がんの特徴】

口の中（口腔）は食べ物や外来異物が体内に入り込む門であり、慢性的な誤咬などの物理的刺激や摂取物



の化学的刺激を口腔粘膜が受けやすいため、良性腫瘍である線維腫（皮膚にできるタコのようなもの）や治療する口内炎なども多くあります。

一方、口腔がんの約90％は、口腔粘膜

をつかさどる扁平上皮の表面にできる

扁平上皮がん

で、舌がんが

最も多く口腔がんの約40％、次いで下歯茎のがん（下顎歯肉がん）が約25％、上歯茎のがん（上顎歯肉がん）、舌と下歯茎の間を占める口腔底のがん（口腔底がん）、頬粘膜のがん（頬

粘膜がん）がそれぞれ10％程度です。

ほかに唾液腺組織にできる唾液腺がん、上下顎骨や顎顔面の筋肉などにできる

がんもありますが、比較的まれと言われています。

【原因と考えられるもの】虫歯で崩壊した歯、合わない義歯や壊れた詰め物、かぶせ物による慢性的な物理的刺激、持続的な長期間の慢性炎症によって正常な細胞が悪性になり、細胞がん細胞に変わる（悪性転化）こともあります。

口腔がん、病変は受診を

早期治療で術後機能保持

【初期症状】

初期の変化は自覚症状がないことがあります。しかし、粘膜が周囲に比べて過度に白くまたは赤いことに加えて、不整に盛り上がりたり陥没したりしている、

血が出やすい、口内炎の周りが硬い、何か月も長引く口内炎、といった変化は嚴重に経過を追う必要があります。

慢性炎症の一つである歯周病を治療せずに放置したり、不良な歯の修復物などによって口内炎が生じたまま粘膜を慢性的に傷害したりすることはお勧めできません。

【診断・治療】がんが増大すると切除範囲が広くなり、嚥む・飲み込む・話すといった口腔機能が障害され、顎や頬の痛みは皮膚切除により顔が大きく変化します。

顎のリンパ節への転移は

ろがあるで紹介されました。行政、スーパーマーケット、個々でごみを減らす努力をしている仙台市。レジ袋を廃止している京都府長岡京市。行政や議会には「Don't（しないで）」ではなく「Let's（一緒にしましょう）」とアプローチして、一緒にビフォー・アフターのデータをとるなどして動くことが大切と話しました。

私はいは、仕事帰りに「サミット」のイートインコーナーで昼食をとることがあります。無料の緑茶、水、氷があって、客はコーナーの紙コップを使いますが、熱いせいか2個重ねるなど遠慮がないと感じます。

私はマイボトルを持ち歩いて使います。マイボトルを使用して水を購入できる自動販売機もあるそうです。ごみを減らすことに、企業や行政が積極的になってほしいです。自分（個人）から環境問題にとりくむことが求められていると思います。環境汚染、地球温暖化の現実に向き合いたい。（理事・田口正子）



佐竹敦子監督

プラスチックは減らせる 映画と講演セットで学ぶ

第2回T-CAP学習会

映画「マイクロプラスチック・ストーリー」ぼくらが作る2050年」を事前に視聴してから、6月15日に学習会「マイクロプラスチック・ストーリー」から学ぶ第2回気候変動学習会」に参加しました。

北区・足立区に視察会場を設け、自宅からの参加者など49人が参加しました。

実験道具は本格的なもの

実験道具は本格的なもの

「ごみはリサイクルだけでなく、減らすこと」私もとりくもうと思いました。

自治体でも成果を上げているところ



© Cafeteria Culture 2022

（理事・田口正子）

〈夏バテ予防に〉

さっぱり冷たいすこしおレモンスープ

レモンに含まれるクエン酸は、疲労回復に効果があります。ごまに含まれるビタミンB1も同様の効果があります。クエン酸、ビタミンB1、適度な塩分がとれるスープはいかがでしょうか。

夏は汗をかくからといって、塩分をとりすぎないように気をつけましょう。3食しっかり食事をとること＋こまめな水分補給＋涼しく過ごすための暑さ対策で熱中症を予防しましょう。塩分は1人前あたり1.0gです。

《材料 2人前》
乾燥春雨…25g
水…170ml
レモン…1個
★鶏がらスープの素（中華スープの素）…小さじ1
★お湯…50ml
濃口醤油…小さじ1
白炒りごま…小さじ1
小ねぎ…適量

《作り方》
①レモンを絞り、茶こしで汁をこす
②★の材料を混ぜあわせる



③ボウルか大きめのお椀に水、濃口醤油、①②を混ぜ、冷やしておく
④春雨を分量外のお湯で3分ゆで、冷水で洗って冷まし、ざるにあけて水気を切る
⑤器に③④を盛りつける。白炒りごまと刻んだ小ねぎをふりかける。お好みでレモンを切ってトッピングする

や治療施設を紹介することができそうです。気になる病変があったら、気軽に受診してください。

参考文献：小村健・口腔粘膜・舌の腫瘍・MB Derma.186:47-53, 2011.

☆料理のポイント：レモンの汁は好みで量を調整してください。小ねぎを三つ葉やパセリに代えてもよいです。皮つきでレモンをトッピングする場合は、切る前に皮をよく洗ってください
（管理栄養士・吉田朱花）



もしばなカードがあると自分の大切なものに気づけることも

7月13日、王子生協病院急性期一般病棟の千葉幸子師長（認知症看護認定看護師）を講師に「〜最期まで自分らしく生きるための準備を〜もしばなゲームでACPを実践してみよう」というテーマの生協模擬班会がありました。参加者は17

自分らしく生きる準備

〜事前に話し合うのが大切〜

生協模擬班会

人（組員9人、職員8人）でした。

最初に「ACPについて考えてみよう」というところから始まりました。ACP（アドバンス・ケア・プランニング）は現在「人生会議」と呼ばれ「将来（事前）に備えて本人の価値観を話し合い、共有（対話）する、繰り返し話し合うプロセス」のことです。

終活とACPには違いがあります。終活は「より良い最期を迎える準備をする」と。ACPは「最期まで自分らしく生きるための準備をすること」「自分で前もって考え、周囲の信頼

平和事前学習

広島・長崎へ代表派遣

学習と財政活動で準備

今年の原水爆禁止世界大会（原水禁、日本原水協主催）に東京ほくとから職員6人、ピースアクションinヒロシマ・ナガサキ（生協連主催）には職員1人と組合員3人が現地で参加します。7月4日の事前学習会には、右記の参加職員と組合員が出席。原爆投下後の状況を米軍が撮影した動画と、アニメを視聴しました。白黒の古い資料ですが、街中がガレキの山となった

様子や、無表情で治療を受ける人たちが生々しく映りました。アニメでは、原爆が今落とされたらどうなるか、現実的な問題がわかりやすく表現されました。「原水禁世界大会とは」という講義もありました。「いろいろなことを現地で学び体感して、平和・戦争と向き合いたい」「今の世界で原水爆が投下されてもおかしくない状況になっているため、世界的に原水



送り出してもらう感謝も込めてカレーの準備を進める現地参加者

爆でどのような影響が出るのか改めて学習したい」「個人でも積極的に学ぶ姿勢を持ち、世界大会当日までしっかりと準備していきたい」「核兵器のみならず、原発などについての学習を深めること、真実を伝えること。多くの人の意見や考

えを聞きたいです」など、参加者から決意表明が出されました。財政活動として、バッジやワカメ、チョコなどの物品販売も行っています。原水禁に持っていく千羽鶴は各職場で折ったものと、回復期リハビリテーション病棟の患者が折った鶴を持っていく予定です。今泉貴雄理事長も折りました。ピースアクションには、王子本町支部の運営委員が一人で千羽折ってくれた鶴を持参します。

する人たちと話し合い、共有することが重要」です。日本では、①死は「縁起でもない話」とタブー視されがち、②家族や医療者に意思決定をゆだねようとすると国民性…など、家族と話し合う人は少ないのではないのでしょうか。アンケートでは「家族や医療・介護関係者と話し合っている」39・5%、「話し合ったことはない」55・1%でした。「あらかじめ話し合う・繰り返し話し合うことに賛成」が64・9%、「どのような医療・療養を受けたいかなど記載した書面をあらかじめ作成しておくことに賛成」が66・0%、意思表示の書面を作成した人は8・1%という調査結果があります。

「やめてよ、そんな話」と却下されたことがあります。難しい問題です。そこで、どのような考えを持っていくか、気心の知れた人たちと話し合うきっかけに「もしばなゲーム」を使ってみようという試みです。1チーム4〜5人、いろいろな文言が書かれたトラップのようなカードを無作為に5枚配ります。自分のカードが意に沿わないと、ほかのカードと交換します。最終的にカード3枚が残り、その3枚のカードを選んだ理由を皆に聞いてもらって話し合っていきます。ぜひ皆さんも班会でやってみて下さい。楽しい班会になること請け合いです。（理事・朝日正子）

いました。鹿浜診療所からアルファ米、職員からキャベツやキュウリのカンパをもらいました。前日に現地参加予定者が野菜切りをし、栄養課で煮込んだ特製カレーです。退

職者や子ども食堂ボランティアに手伝ってもらい、特製のコールスローとセロリとかぶの漬物つきで150食を完売しました。参加経験者から、暑さ対策や見どころなどのアドバ

平和の財政活動にご協力ください

今年は原水爆禁止世界大会など夏の平和の企画へ参加を再開します。高齢者大会が東京で開かれることもあり、それも含めた財政活動を行っています。現在は以下を取り扱っていますので、ぜひ購入してください。

- | | |
|-----------------------|--------|
| ・チョコレート各種 | 800円 |
| ・松永の深むし茶（100g） | 800円 |
| ・小豆島手延べ素麺 島の光（300g） | 600円 |
| ・小豆島手延べ素麺 島の光（2kg箱入り） | 3,500円 |
| 《被災地応援》 | |
| ・三陸塩蔵わかめ（200g） | 700円 |

＊購入希望の方は、組織部までご連絡ください（03—3913—9100、宅配不可）

支部ニュースから

地域の話題満載の支部ニュースが毎月・隔月発行されています。

『堀船支部 ニュース』

5月31日、11人が2グループに分かれて出発です。荒川自然公園は広く、ウォーキング用道路があります。白鳥池からゆっくり歩きながら、草花や公園まわりの景色にも、話が弾みましました。道路を渡るとバラ園、健康の広場、小さい池にはカメがゆったりしていました。

『東十条支部 ニュース』

小雨がパラつきましたが、高架下なので大丈夫。15人が参加して2回目のモルックを楽しみました。

初めての方、途中から参加の方もいましたが、実践しながらルールを覚えましました。最後の試合では、3人一組に。チームはそれぞれ「8のピン狙ったらいい」「私が倒せなかったらチームは失格ね」と皆さん張り切っていました。



高架下では天気を気にせずモルックを楽しめる



おさんぽ班でゆっくり景色を楽しみながら散策

イスがありました。久しぶりのとりくみに、いろいろな方たちの力が必要だと改めて感じました。4年ぶりとなる現地での

参加。平和への想いや話を聞いて、多くのことを感じ学んできて欲しいです。（東京ほくと原水禁世界大会実行委員・伊藤里美）

新入職員紹介

(下)

4月に11人（医師除く）が入職しました。ご紹介します。

王子生協病院
回復期リハビリテーション病棟

池田 美優（看護師）

と思います。（東京出身）
王子生協病院
地域包括ケア病棟

上 綾乃（看護師）



趣味は音楽を聴くことです。水泳が得意です。

（埼玉出身）

王子生協病院 外来在宅部

高木 明日香（看護師）



北足生協診療所

柴崎 恋（事務）

精いっぱいがんばります。（東京出身）

王子生協病院
佐々木 新（理学療法士）



趣味、特技はハンドボールと野球です。（青森出身）

イチ押し！ シネマ

「インディ・ジョーンズと運命のダイヤル」

と思っています。

多忙なときは助けられ
対話しながら配りたい

ないときもありましたが、
そんなときは夫に助けてもらいました。

平野智子さん（71歳）

手配りを始めて10年以上
過ぎました。その頃は仕事
が忙しいときと重なり、す
ぐ皆さんに配ることができ

最近では時間ができたので、
散歩を兼ねながら配っています。
コロナも少し落ち着いてきたようなので、
これからは組合員の方とお話しながら渡せたらいいな



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

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。



は思えないアクションにチャレンジしています。地下鉄を馬に乗って走る姿、走行中の列車の上で闘う姿

人間の想像を超える力を持つ謎に満ちた伝説の秘宝を巡り、考古学者にして冒険家のインディが全世界を股にかけ陸・空・海と全方位で、元ナチスの科学者フオラーを相手に争奪戦を繰

ますが、80歳とは思えないアクションにチャレンジしています。地下鉄を馬に乗って走る姿、走行中の列車の上で闘う姿

期待裏切らない完結編手に汗握る疑似体験も最近見た映画で印象に残った映画は「インディ・ジョーンズと運命のダイヤル」。「インディ・ジョーンズ」シリーズの完結編です。

「スター・ウォーズ」と本シリーズが有名作品で、若きハリソン・フォードも「現在もカッコいいなあ」と思う俳優です。7月13日に81歳の誕生日を迎えるハリソン・フォードの体や顔の皺からは老いを感じ

り広げるストーリーです。子どものころに日曜劇場で放映された「魔宮の伝説」を見て、考古学っておもしろいなあと「インディ・ジョーンズ」シリーズが大好きになりました。どの作品でも手に汗握るドキドキ感が味わえる作品です。映画好きの父と一緒に見ていたことを思い出します。

からは年齢を感じさせません。本シリーズでは絶体絶命のピンチが何度も訪れ、ハラハラ・ドキドキの連続の疑似体験ができる素晴らしい映画です。完結編の「運命のダイヤル」でも、興奮して最後まで映画スクリーンから目を離すことはできませんでした。



おもうと思

ありのまま知れる体験

王子生協病院

います。最後は見学したこと

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士をめざす大学生・専門学校生を対象に、今年から「1dayインターンシップ」を始めました。私たちが患者とリハビリをしているところやカンファレンスの見学を通して、ありのままの姿を学生に知ってもらいたいと熱望しています。（事務次長・松浦広典）

か、授業や実習、国家試験などさくばらんに懇談します。私たちは記憶の糸をたぐり寄せながら、学生のときの思い出を話します。スタッフと一緒に行動して仕事内容がわかるだけでなく、一日の流れや私たちが「どのように患者に接しているか」「どんな雰囲気職場か」など感じてもらうことができます。この企画参加をきっかけに、できれば「東京ほくと」で一緒に働く仲間になってもいいなと熱望しています。（事務次長・松浦広典）

病院・診療所・事業所だより

街づくり

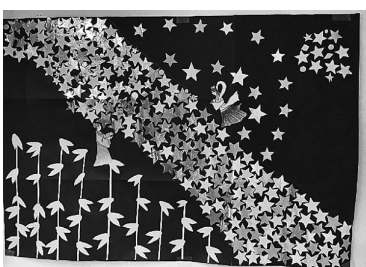
あらかわ虹の里デイサービス

毎月、季節にあわせた作

季節にあわせて制作

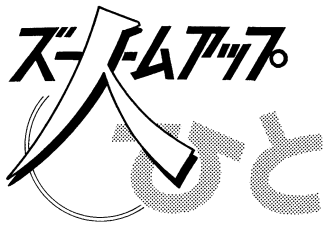
なる、本人の希望を読み取る」です。

当事業所は地域密着型通所介護で一日定員10人の小規模デイサービスです。職員のモチベーションは「隣発力、恥はかき捨て、明るくひょうきん、面倒くさがらない、家族の立場に



利用者が協力して作り上げた天の川の作品

写真の作品は、利用者全員で仕上げました。星の型を取って切り抜く作業が大変で「手が痛い」などの声も聞こえました。実際の天の川はなかなか見られないので、雰囲気だけでも感じてもらえたらいいなと思いました。（主任・中村由美子）



私は1988年に小豆沢
歯科に入職しました。王子
生協病院歯科、北病院歯
科、生協王子歯科所長を歴
任して昨年7月に定年退
職。今年4月をもって、所
長を望月裕美歯科医師と交
代しました。

定年後は楽器で充実生活

新理事の健康づくりは散歩

生協王子歯科 前田 茂(66歳)



元総理大臣
銃撃、ロシ
アによるウ
クライナ侵
攻など、予
想だにしな
かったこと
が勃発しま
した。

皆さん、心から感謝しま
す。その間、世の中は平成
から令和へと変わりました
。歯科医院の数はコンピ
ニの数を超え、阪神淡路大
震災、東日本大震災、安倍

状況です。
そのような世の中を変え
るべく、医療生協・民医連
は日々活動しています。私
も一歯科医師として、活動
の一翼を微力ながら務めて
きました。少
しはお役に立
てたでしょう
か。

ために、以前習っていたエ
レクトーン演奏を復活しよ
うと思います。そして、私
は昔からSF小説を読むの
が大好きです。ドイツの
「ペリーローダンシリーズ
」というSFシリーズが

高齡者の金品トラブル
重要文書など紛失も
6月27日、王子駅前公園
で68回目となる「なんでも
相談会」が開催されまし
た。相談に来た方は12人
で、高齡者の多様な心配事
が寄せられました。

コン修理を断られた。いず
れも高齡者の相談でした。
以前に都営団地に関する
相談にのったお札に来た方
もいました。相談会を知る
きっかけは「公園にあった
のぼり」「ポストに入って
いた相談会のチラシ」「機
関紙の折り込み」など、つ
ながり方もさまざまです。
(なんでも相談会事務局長
・森松伸治)

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



相談会に来られず、電話相談
になるケースも続いている

科学者の倫理観を問う

東京民医連奨学生ミーティング

新聞ちぎり絵 堀船支部・早坂充子

真っ赤な伊勢海老には、見るだけでも
元気をもらえます。見て食べて、猛暑に
もコロナにも負けない夏を過ごしたいで
すね (編集部)



7月15日に東京民医連主
催「奨学生ミーティング」
が、明治大学生田キャンパ
ス内の「登戸研究所資料
館」で開催されました。東
京民医連の奨学生5人を含
む医学生9人が参加。登戸
研究所の当時の日本におけ
る立ち位置や研究開発背
景、技術を館内ガイドに解
説してもらいました。



戦時に科学者が果たした
役割を学び議論した

た生物化学兵器や風船爆
弾、偽札製造などの研究開
発、所員の日記、保存運動
の経緯などの資料を見学し
ました。戦中において、い
かにして科学者、研究者、
ディスカッションでは、
学生から「科学の力はどう
使うかで良くも悪くもな
る。科学者だからこそ倫理
観がいっそう求められる」
「私は人を殺すために医療
者になったのではなく、人
の命を助けるために医療者
になった。仮に日本が今後
戦争に走ったとしてもその
初心を忘れずにいたい」な
どの感想がありました。
(医学生担当・麻生誠明)

◇どの病院・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	E PARK 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	E PARK 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	E PARK 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	E PARK 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	E PARK 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	E PARK 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

★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。

ひとこと通信

(敬称略)

豊島 中西洋子(72)
今年は梅干、梅ジュース、梅酢をつくってみました。炭酸で割って飲んでい

新田 荒川雪江(64)
毎日暑いですが、水分補給して仕事をがんばっています。

王子 井伊幸子(73)
トラブル続きのマイナ保険証。来年秋の保険証廃止は無理なのは。

南千住 篠原文男(74)
「注射器」「トラブル続出の制度」まったく同感です。本の紹介は興味深く、読んでみたいと思います。

王子本町 鈴木幸子(82)
日差しを避けてウォークしています。

豊島 藤澤留美子(70)
ゲリラ豪雨で各地が大変。災害対策が一番の国防です。線状降水帯という言葉

◎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)

葉を頻繁に耳にします。
伊興 岩田春江(72)
箱の中でじゃがいもはグニャグニャ、玉ねぎ・里芋は芽が伸び驚きました。「生きている」と感心。

西尾久 鶴見一夫(77)
今年は梅が安価でしたので、梅酒以外に梅シロップと梅サワーも作りました。

宋町 野口哲世(72)
(医療と介護の現場について)切実な問題ですね。西新井本町 斉藤直江(73)
団地の一角に、花壇をつくり花を育てています。

豊島 菅原裕一(41)
プランターのミニトマトに実がなりました。竹の塚 西宮千尋(42)
昔、生協トラックから「一人から皆へ、皆から一人へ」と流れました。この曲と共に歩もうと言いたい。

王子 中澤政子(79)
熱中症にならぬよう、水分補給をしっかりします。東日暮里 渡邊喜久子(68)
5年ぶりに奈良へ行って

志茂 神田節子(72)
ベイビープールのコンサートに行ってきました。豊島 田島明佳(32)
暑いと思ったらエアコン。暑さを感じない人は、テレビの横に大きい温度計

置きました。マスクをつけている人はまだ多かったです。
宮城 長井勉(58)
総代会や新入職員紹介など内容の濃い記事が多く、ためになります。

神谷 宮本房江
つり銭が 今年2度目の見舞金 九州・秋田の雨よ東京に

王子 稲垣美智子(76)
今年の夏はすごく暑い日が続きます。しっかり食べて、部屋はエアコンかけて元気に過ごしましょう。

町屋 久道和男(76)
新入職員の皆さん、私たちの健康を託します。大変心強く思っています。



季節のスナップ

ホテルニューオータニの日本庭園に行きました。都心とは思えない落ち着いた空間です。2022年8月撮影(小川早苗)

なかなかないうちにいきません。私は、アサガオがいまだに折れません。器用さ、繊細さ、色彩感覚。とにかく奥の深さを感じ

話をしながら楽しく開催
折り紙の奥深さ感じて
(南千住支部)

今年4月、折り紙班を立ち上げました。若い頃はすぐ覚えた折り紙。村上千元支部長の手ほどきを受け、意気揚々と始めてみました。



指先に集中しながらも、楽しく折り進める

医療生協の出番です！あなたの町の班会

東伊興 藤井明(72)
教職員組合の手伝いをしています。教員の長時間過

豊島 横山きよ(75)
認知症予防のため、クイズなど頭の体操をしています。

密労働の実態などニュースに載せて啓蒙しています。赤羽南 滝口雅子(40)

夏を楽しみましょう。4年ぶりのお祭り。王子 若林ふさ子(70)

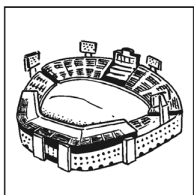
頭と体をトレーニング
多様な題材使い音読も
(豊島1・2丁目支部)

当班は、毎月第4金曜に脳トレをやっています。血圧、体温を測ってから始めます。

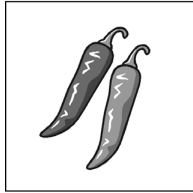
まず1分間発言。思っていること、嬉しかったこと、困ったこと、見たことなど、なんでもいいのです。次は、転倒予防体操。転ぶと骨折につながるので行っています。片足立ち、つ



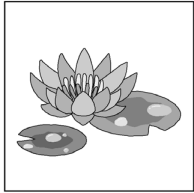
踊り子がチームごとに踊りを披露する祭で、高知発祥。約70年の歴史があり、今では全国に広がる



兵庫県西宮市にある球場名。ここで開かれる大会出場をめざして、高校球児がしのぎを削る



中南米原産で、日本には16世紀に伝来。カプサイシンを多く含むナス科の野菜。生薬名は蕃椒(ばんしょう)



クロード・モネが数多く描いた花。蓮に似ているが、花が咲く位置や葉の形、開花時期などが違う

第419回 パズル
「ヒント」8月4日は日。本栄養士会が定めた「〇〇の日」。「楽しく食べて、未来の私の笑顔をつくるきっかけの日」として「応募方法」答え、住所、氏名、年齢を書いてT-14-0003北区豊島3-5-6東京ほくと医療生協まで。東京ほくとホームページからも応募フォームで簡単に応募できます。〈しめきり〉8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、その旨明記下さい。〈抽選対象外〉となります。〈前回の答え〉クミアイ(当選者)(応募29) 斉藤直江、菅原裕一、西宮千尋、藤澤留美子、若林ふさ子

7月末に栃木の実家へ帰省しました。祭に俳句を一句。三姉妹は仲良しです。

7月末に栃木の実家へ帰省しました。祭に俳句を一句。三姉妹は仲良しです。

7月末に栃木の実家へ帰省しました。祭に俳句を一句。三姉妹は仲良しです。



音読前の体操では気分もスッキリに

音読の良いところは、文字

を覚えて、その意味や読み方を理解し、声を出す。そして自分の声を聞くという行動の連続です。頭はフル回転、脳が活性化するので。「帯状痙攣について」「骨も老化する」や日本国憲法(前文)など、いろいろ読みます。残りの時間はクイズに挑戦。一人で難しい問題も「三人寄れば文殊の知恵」。ワイワイ言いながら、楽しいときを過ごします。参加者は高齢者です。月一回の脳トレを楽しみに、参加してくれています。元気に過ごせるよう続けたいと思います。(海老沼久子)

〈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



参加してみませんか

〈班会案内〉

8月15日～9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】

- 8月16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
- 8月16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
- 8月18日午前10時～11時半 トーンチャイム班 生協北診療所講義室
- 8月22日午前10時～11時半 モルック班 東十条二丁目高架下児童遊園
- 8月23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）
- 8月23日午後1時半～4時 童謡班（軽体操）堀船ふれあい館
- 8月25日午前10時～11時半 トーンチャイム班 生協北診療所講義室
- 8月28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
- 9月1日午前10時～11時半 トーンチャイム班 生協北診療所講義室
- 9月8日午前10時～11時半 トーンチャイム班 生協北診療所講義室
- 9月9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

【荒川区】

- 8月15日午後1時～3時 うたう班（音楽鑑賞）班長宅（荒川町）
- 8月19日午前10時～正午 ひまわり班（ころばん体操）荒川生協診療所3階
- 8月20日午前10時～11時半荒川音頭班（盆踊り）尾久ふれあい館

- 8月20日午前11時半～正午 ロングピロピロ班 尾久ふれあい館
- 8月26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
- 9月2日午前10時～正午 コロバン班（ころばん体操）荒川生協診療所3階
- 9月9日午前10時～正午 花の木班（仕分け、ころばん体操）荒川生協診療所3階
- 9月11日午後1時半～3時 はらっぱ班（体操）区立原公園
- 9月12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】

- 8月18日午後2時～3時半 げんきかい（サロン）はんの木
- 8月20日午前10時～正午 パッチワーク班 おじゃんせ
- 8月20日午後0時半～3時 ピンポン班（卓球）入谷小学校体育館
- 8月21日午前10時～11時半 おさんぼ班 はんの木
- 8月22日午前10時～正午 らくらく体操班 おじゃんせ
- 8月23日午前10時～11時 コカリナ班（楽器演奏）はんの木
- 8月24日午前10時～正午 あみもの班 おじゃんせ
- 8月27日午後0時半～3時 ピンポン班（卓球）入谷小学校体育館
- 9月3日午後0時半～3時 ピンポン班（卓球）入谷小学校体育館
- 9月4日午前10時～11時半 おさんぼ班 はんの木
- 9月6日午前9時半～ なでしこ班（絵手紙）かえで薬局2階
- 9月10日午後0時半～3時 ピンポン班（卓球）入谷小学校体育館
- 9月12日午前10時～正午 らくらく体操班 おじゃんせ
- 9月13日午前10時～11時 コカリナ班

- （楽器演奏）はんの木
- 9月14日午前10時～正午 あみもの班 おじゃんせ

〈企画案内〉

- 8月17日午後 癒し体験広場 チネイザン
- 9月14日午後 癒し体験広場 チネイザン
- つどいの広場なないろ（組織部向かいビル1階）※予約先：訪問看護ステーションほくと（03-5902-7156）
- 8月18日午後2時～3時 さくらカフェ 豊島虹のセンター
- 【平和のための戦争展】荒川区：8月20日午前9時半～午後7時 サンパル荒川4階
- 北区：8月26日正午～午後8時、8月27日午前9時半～午後5時 北とびあ地下展示ホール
- 足立区：8月26日午後1時～8月27日午前10時 足立教育会館3階
- 8月24日午前10時半～11時半 健康づくり学習会「腸内細菌の働きってなあに」オンライン、豊島虹のセンター、集まり処はんの木
- 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
- 9月2日午後1時半～2時半 なないろフードバンク つどいの広場なないろ
- 9月2日午後1時半～3時 健康チェック・相談会 つどいの広場なないろ
- 9月14日午後1時半～2時半 荒川コープカフェ 東尾久本町通りふれあい館

主催：荒川区まちづくり

問い合わせ先：組織部（03-3913-9100）

外来診療体制のご案内

8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

		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	菅野	池森 【腎・高血圧】	今泉 藤沼 大野【心】	森岡 平山陽 大野【心】	高島	今泉 松本 春田	森岡 神田 渡邊郁	森岡 高橋英【呼】 笹島【循】	村山 内科医師【も の忘れ外来】	密山	密山 森岡		今泉 藤沼 高島
	一 般	松本 佐藤温	森岡 櫻井 佐藤温	平山陽 岸本 辻 橋本（1・2週）	青柴 松永 佐藤温【糖尿病 甲狀腺】	今泉 神田（1・3週） 佐藤温（2・4・5週）	王 佐藤温 武田	松永 菊池	田 佐藤温 尾林	松本 高橋英【呼】	岸本 高橋駿	加藤	森岡 密山（1・3・5週） 内科医師（2・4週）	森岡・東（1・3・5週） 岸本（2・4週） 佐藤温
家庭医診療科		上野		打矢							佐藤寿			
小 児 乳 児 健 診 予 防 接 種		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
			○					○入院相談	○入院相談	○		○入院相談		
緩和と外来（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			谷口	篠田	茂呂		保坂			整形外科医師
その他		宮寄（皮膚科）		早稻田（泌尿器科）				石井（皮膚科）			田中（泌尿器科）		松崎（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	大場 館取（2・4週） 皮膚科医 館取 （内視鏡1・3週）	大場 秋山	秋山	大場 整形外科医師 渡会	伊藤 （予約） 秋山 平山陽	秋山 （2・3・4週） 大場 館取 （内視鏡1・3週）
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

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 春日	菊池 田中	春日 松本	藤沼 菊池 春日	藤沼 田中 春日	菊池・春日（1・3週） 佐野康・田中（2・4週）
午後	佐野康	佐野康	田中		佐野康 田中	
夜間		菊池 田中			佐野康 春日	

（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	渡邊郁 中丸（内・小）	渡邊郁	渡邊郁	渡邊郁 中丸（内・小）	渡邊郁	渡邊郁・ 須田（1）（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	丸山 藤田	渡邊隆 藤田 森	渡邊隆 丸山 森	藤田 森 稲葉	藤田 森 杉山	渡邊隆（1・3週） 丸山・藤田（2・4週） 森
午後	藤田 丸山	渡邊隆 森	丸山		藤田 森	

（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	栗木（内・小） （予約） 伊沢 赤井（整形） （予約）	田邊（1・3・5週） 伊沢	伊沢	田邊 伊沢 福井（整形） （予約）	田邊（1・3・5週） 古池（2・4週）
午後		伊沢 泉水	伊沢 養野（糖尿病） （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 人 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 中島（整形）2・4週	佐藤寿	村山（予約） 高橋（小）	門松（予約） 高橋（小）	門松（1週） 佐藤寿（2・3・4週） 佐野正（5週） 名知（小）（1・5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	平山陽 櫻井	櫻井	平山陽 林	平山陽	丸山	平山陽 （1・3・5週） 伊藤 （2・4週）
午後			平山陽		神田	

（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

法人総務部（代） メールアドレス
03-3927-8864 t-ho7u5b@t-hokuto.coop

生協王子歯科

北区豊島3-19-3 ☎3927-9573

	月	火	水	木	金	土
午 前	望月 竹田 前田	望月 竹田 前田	望月 竹田	望月 前田	望月 竹田 前田	望月 竹田 前田
午 後	竹田 前田	望月 竹田 前田	望月 竹田	望月 竹田 （1・2・3週）	望月 竹田 前田	望月 竹田 前田
夜 間			竹田 （1・2週）		前田 （4週）	

夜間診療については事前にお問い合わせ下さい

（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

歯プラン販売

8月 3日、8日、18日、24日、28日

「特売日」

9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 ホ ャ ー ス

北区東十条2-8-5 ☎ 5390-6024

居宅介護支援事業所ハビネス

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

荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5855-7761

地域ケアセンターはけた

荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5855-7801

訪問看護ステーションほくと

荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5855-7447

サ テ ラ イ ト な で し こ

足立区新田2-4-15 ☎ 5390-8451

都市型軽費老人ホーム

鹿浜診療所2階 ☎ 5902-7179

ほくと西尾久虹の家

足立区新田2-4-15 ☎ 5390-8451

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 ぼ

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