

生協の現況 2023.10.1現在

組合員 29,321人
出資金 14億8,991万円
一人平均 50,814円

2023年度増加
組合員 474人
出資金 3,983万円



一人は万人のために万人は一人のために

2023年11月号

機関紙
東京ほくと



ほくとLINE

10分にまわす!!



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>

楽しめることをやってつなげよう

～仲間を増やして活動広げ～



地域組合員と職員が会し、生協強化月間のスタートを切った



今井好一さん

誰もが長生きできる社会は良い

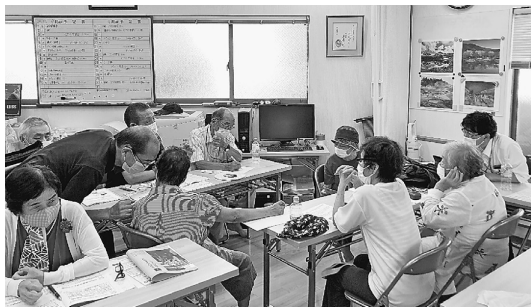
9月30日、4年ぶりに「せーの」集会が開催され、6会場で組合員・職員が105人参加しました。せーの集会とは、10月・12月の「生協強化月間」に向けて「さあ、ここから皆でがんばろう」と思いをひとつにする集会です。コロナ前までは、毎年9月に開催していました。

多世代にアプローチ健康に役立つ活動を

はじめに佐藤章組織部長から、今年の月間のテーマ「日頃の活動に自信を持って生協の魅力を広げよう仲間を増やそう」と、班会やサロンの再開、新しい班づくり、新たな運営委員・配付者増やし、楽しい活動のつながりで組合員増やしなど提案がされました。講演「多世代とともに安心で健康なまちづくり」では、全国のは、全国の生協の報告とあわせて、東京ほくとの進んでいるところや課題の指摘を受けました。どの支部も高齢化で担い手（運営委員・配付者）が減った、班会が開けなくなっている、共通の悩みがあります。しかし

講演では「高齢化は問題ではなく社会的背景」「元氣な高齢者が増えている」「誰でも長生きできる社会。これはいいいこと」と考えると、私たちがアプローチする人たちも見えてきました。

「地域の人に見える形で、誰でも参加できる」「入りやすい居場所や班会を」「家族や組合員以外にも健康チャレンジを広げる（若い世代や子どもがやってみたい内容、時期、期間の工夫を）」「荒川ラインウォーキング（駅伝風、子どもの部を追加、一般公募、中継地点を楽しく）」「関心があることをイベント化（荒川ゴミ拾い、フードバンク、各事業所めぐり）」「大人の遠足（映画、散歩、写真）」「インドア派に将棋大会、オセロ大会」「元氣な高齢者や定年を迎える世代とつながる」などやりたいことがたくさん出されました。



グループに分かれ発表に交流

支部運営委員会で参加者を募り、班にしようという計画です。

十条地域では2支部が一緒に「地域に見える活動をしたいい」と公園を借り、11月からモルックを始めます。ここには先にモルックを始めたい東十条支部からもルール説明などで参加します。

今回は講演や進んでいる支部の活動報告を聞くだけでなく、参加型の集会になりました。そして参加者全員が、講演をもとに主体的に意見を出し合い、課題のほかにやりたいことを共有できました。話し合った「やりたいこと」についてさらに地域運営会議や支部でアイデアを出し合い豊かにして、月間中に「カタチ」にしたいですね。

（副理事長・白坂弘子）

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

注射器

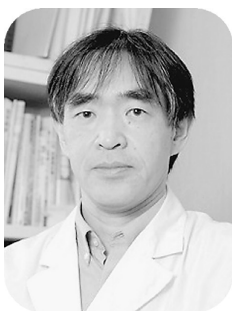
タモリが昨年未のテレビ番組「徹子の部屋」で日本の現状を「新しい戦前」と発言したと注目を集めてい

ます。ちょうど日本の安全保障政策の大転換となる「安保三文書」が閣議決定された直後のことでもあり、いっそう注目を集めたようです▼ある知識人はこれに関して「日本はずでに新しい戦中になっているのかもしれない」と座談会で発言しています。この二人の発言は、このところの日本の軍事強化への前めり姿勢に対する危機感を背景にしているのは間違いないでしょう▼私たちは「危機感」を共有しているのでしょうか。耐えがたい物価高に四苦八苦し、ガソリンの相次ぐ値上げに悲鳴を上げ、社会保障の切り捨てにじわじわと首を締められています。一方で、来年度の国家予算では防衛費が7・7兆円となり、ついに文科省予算と逆転し、中小企業対策費は減少しています▼なぜこんな事態になっているのか、国民生活を犠牲にして防衛費が伸びるのはなぜか。私たちは思いをめぐらせて、よく考えなければならぬと思うのです。岸田政権が強引に進めるこの道が本当に正しいのか、想像力を働かせる必要があることを、先に紹介したタモリ発言は改めて思い起こさせてくれます。串田孫一という知識人が、晩年いよいよ中々さまさまなニュースに怒りを募らせ、テレビの画面にスリッパを投げつけていたことを思い出しました。（小）

理事会だより 10月25日

理事長あいさつ

今泉 貴雄



寒暖差を感じる季節
中東で市民が犠牲に

この前からひと月で急に寒暖差を感じる季節になっています。先日まで半袖でも過ごせたことが、嘘のようにも思えます。最近の気候はダイナミックというか、季節の移ろいがグラデーションでなく、境目がはっきりしてきた印象です。

この一か月間、世界で起こったことに、中東でのパレスチナとイスラエルの衝突があります。この衝突でも、犠牲者には子どもなど市民が多く含まれています。一日も早い平和が来ることを祈らずにはいられません。昨年からウクライナとロシアの戦争に続いて生じた衝突であり、ますます

す世界が混沌として不安が募ります。

季節はスポーツの秋です。生協のとりのくみとしては、健康チャレンジ月間です。皆さんは、どのようなチャレンジを行っていますか。

継続できる運動を推奨
効果を実感して励みに

王子生協病院医局では数年前から、医局員全体のとりくみとして朝礼時に運動を行っています。健康チャレンジ月間にあわせて、短時間でできる運動をリハビリスタッフがつくり、始めました。

当初はチャレンジ月間だけの予定でした。しかし、せっかくなのでものをつくらせようとしたことでもあるし、健康に良いことを続けてもいいのではと意見もあり、今日まで続けています。

健康を意識したとりのくみを長続きさせるポイント。個々の捉え方にもよりますが、無理のない運動であること、短時間やすきま時間などで行うこと、仲間が

いること、そして習慣化して意識しないで行えること、などでしょうか。

そのようなことを思うと、普段から歩くことを意識することが大切だと思います。コロナ感染の拡大が生じていたこともあり、私は通勤で駅から病院までバスを使っていたのをやめ、歩くことにしました。

駅から病院まで距離にして1.5kmにも満たない距離ですが、当初は朝病院に着くと脚が重く感じていました。しかし続けるうちにそのようなことはなくなり、歩くこと、続けることの効果を実感しています。

厚生労働省は70歳以上の方では男性6700歩、女性5900歩以上を目標にしています。この歩数を一つの目安として、自分の身体機能に合わせて、無理なく体を動かすことが必要です。このことは、身体機能だけでなく認知機能についても重要です。

久々の健康まつり開催
交流の場として第一歩

生協ではこの時期に、健康まつりがあります。新型コロナウイルスが広がる3年間、鹿

浜診療所が昨年開いた以外には開催できていませんでした。

今年は、新型コロナウイルス感染症が2類から5類へ変更されて感染症への意識も変わる中、各事業所で健康まつり（王子生協病院では健康フェア）が開催されます。

感染症を広げない視点も必要であり、今までのような開催とはなりません。それでも活動が再開されたことで、組合員・職員の交流の場になれば幸いです。今年の開催を第一歩として、来年以降へと続けていきたいと思います。

ケアマネジャー試験の合格までに数年を要した私は、どうしてもケアマネジャーに就きたい希望があり、今年異動しました。ケアマネジャーの仕事が、これほどまでに膨大で、細部まで神経を使うとは思ってもいませんでした。

訪問看護でまわった患者も担当するようになってきました。Aさんはベッド上寝たきり状態ですが、いつも鋭い視線を向けます。話

医療と介護の現場

訪問看護から介護支援へ
利用者は私を覚えていた



訪問看護の最終日に妻に「さんが声をあげて泣く姿を目の当たりにして、私は驚きました。これまで7年間の訪問で、たった一度もAさんの声を聞いたことはありませんでした。」

かったのです。

Bさんは難病です。以前はリハビリをして入浴介助もしていましたが、現在はベッド上生活です。ダジャ

介護新署名キックオフ集会

安心して暮らし続けたい
～署名で制度改悪を止める～

ありますが、保険料や介護サービス利用料負担は増え続けていて、利用者の生活に重くのしかかっています。

必要なサービスが受けられないと、利用者の生活の質は低下し、要介護の重度化につながる危険性があります。そしてヘルパーの生活支援が総合事業に移行されることは、生活を支える視点を持った専門職がサービスに入る重要性を全否定される内容です。

専門職が定期的に支援に入りつつ、たすけあいの視点を保持ボランティアの力が発揮されることは、利用者の要介護の重度化予防につながります。「専門職からボランティアへ」ではなく互いに連携して、要介護認定を受けた方が住み慣れた地域で住み続けられるよう支援体制を組む。それが生協らしい地域包括ケアではないのでしょうか。

介護従事者の給与は全産

業平均より月額7万円以上も低いとのデータもあり、介護人材確保はとても厳しい状況です。介護従事者の処遇改善は待たなしの状況です。

しかし現行の制度では利用料に影響するため、全面的には賛成できません。全額公費により、現在対象外のケアマネジャーや病院介護職なども対象に含めて改善してほしいものです。

「介護の社会化」のために始まった介護保険制度。その実現に向けて、皆さんの署名へのご協力をよろしくお願いします。（福祉事業部長・西村祐子）

今月号に署名を折り込んでいます。一筆でも多くの署名を、支部運営委員や組織部まで寄せてください。

〈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

◎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。

《理事会議事録要旨》

報告事項

- ①9月組織活動報告：加入70人、脱退69人、出資金増資389万円、増資者683人、班会開催69回、新班結成3班、2項組合員3人。健康チャレンジ参加申込300人。9/26なんでも相談会11件。防災の企画と来年度たすけあいまつり検討。
 - ②9月決算報告。
 - ③新生存権裁判（生活保護基準引き下げ違憲訴訟）学習会。
 - ④組織活動、専門委員会、事業所報告。
 - ⑤専門委員会から今年度の重点課題ととりくみを報告、意見交換。
 - ⑥イスラエルとパレスチナの即時停戦を求める理事会声明文を確認。
 - ⑦地域サポートケア委員会の役割と活動報告。
 - ⑧管理者・役員人事報告。
 - ⑨東京民医連理事会、医療福祉生協連文書報告。
- 決議事項
なし

病気の 話

王子生協病院

専攻医 高橋駿太



皆さんは今までに頭痛を感じたことはありませんか。日本人の4人に1人は日常的に頭痛を自覚しているという調査があります。風邪

を引いたときやアイスクリームを食べたときに自覚する頭痛などを考えると、ほとんどの方が頭痛を感じたことがあるといえます。頭痛は大きく2つに分類されます。片頭痛や緊張性頭痛のように数年前から繰り返し生じて、命に関わらないものを「二次性頭痛」といいます。

頭痛のタイプは大きく2つ

適切な治療・対処で和らげて

そして、脳卒中や髄膜炎などの病気に伴って生じるものを「二次性頭痛」といいます。頭痛で受診する患者は二次性頭痛を心配していることが多く、私たち医療者も二次性頭痛ではないかと

する、などがあります。くも膜下出血では野球のバットで頭を殴られたような痛みと表現されることがあります。そのような症状があればなるべく早く受診するようにしましょう。

薬剤で症状を和らげることができま。特に、片頭痛の薬物治療は日進月歩であり、頭痛発作に対する薬だけでなく、発作を予防する薬も続々と開発されています。当院で

いう視点で診察しています。二次性頭痛を疑う症状としては、突然発症し人生最悪の痛み、発熱や嘔吐を伴う、片方の手足が動かしにくい、頭痛がどんどん悪化

一次性頭痛は命に関わるものではないのですが、繰り返し生じるので生活の質(QOL)に大きな影響を与えることがあります。二次性頭痛でないことがわかれば、鎮痛薬やそのほかの

も処方できるものがあるの。日常的に片頭痛で困りの方はぜひご相談ください。

そして、頭痛薬の使い過ぎで生じる頭痛(薬物乱用頭痛)もあります。市販の頭痛薬を1か月で15日以上内服しているようならご相談ください。

日常生活に支障はないけれど頭痛が続く、入浴やマッサージで良くなるようなら、緊張性頭痛の可能性が。こちらは通常の鎮痛薬以外の選択肢があまりないのが現状ですが、頸部や頭部のマッサージ、蒸しタオルなどで温めるなどでも症状が緩和されること



が多いです。

はじめに記載したようなアイスクリームやかき氷を食べているときに感じる頭痛は、以前はアイスクリー

あなたは健康診断を毎年受けていますか。「体調不良は特にない」「時間がたつと病気が見つかる」とわい」と健診を見送っていても、病気の多くは自覚症状なく進行していきます。

体の状態を知り生活改善

～気軽に受けたい健診～

管疾患や心筋梗塞など、重篤な病気につながるリスクがないかを調べる
③健診後の受診や保健指導で、早期治療や生活改善についてのサポートが受けられる
④それにより将来的に長期入院や長期治療が避けられ、本人や家族にとって負担が少なくなる

定期的に健診を受け、自身の体がどういう状態にあるのかを知り「普段の生活習慣で続けていくことと直すことは何か」を考えるきっかけや材料にしたいと思います。

生活習慣の改善には継続が必要ですが多く、ときには誘惑とたたかわなければならぬこともあるでしょう。一人では心が折れることもあるかもしれませんが、そんなときは、地域の医療生協の仲間とともに自身を支えていってもらえら

そうして健診結果で精密検査や治療が必要な場合には、王子生協病院や各診療所へ気軽に相談ください。皆さんと健診でお会いできることを、職員一同心待ちにしています。

(王子生協病院健診課長・渡辺路子)

暮らしと看護

(45)



皆さんは日々過ごす中で寂しいと感じることはありますか。私は一人であるときよりも、誰かといて共感や理解がし合えないときに寂しく感じている気がします。

い症状を一人で抱えながら「この先どれだけ体が動かなくなるのか」「こんなに

す。人生のどの瞬間も独りということ。人生は寂しいものであって当然であるらしいのです。

強い孤独感へ愛ある看護

独生独死独去独来

王子生協病院緩和ケア病棟 主任 杉田芙美子

つらいのは自分だけなのか」という不安から「寂しい」という表現をしていた患者がいました。

のそばにいてもそのつらさを本当の意味で理解はできず、強く共感することも困難だと思っています。

ここ緩和ケア病棟では、余命が限られた人が多く入院しています。今あるつら

り死に、独り去り独り来る」という言葉がありま

患者がこの緩和ケア病棟で人生のラストスパートを生きていくなら、人生を大事に思い、自分自身が大切にされていると思えれば、寂しくても最期まで生きていく希望となるのではない

私に患者に愛をもって「あなたは独りではなく、私たちの大切な患者。ここに来てくれたことへ感謝し、あなたの人生をあきらめず共に居る」ことを伝え

しさをを感じる時があります。しかし人生は寂しいもの。それは逃れることができないものなのです。



自分や家族のために定期的に受けましょう

無料法律相談 案内

東京ほくとでは、東京北法律事務所のご協力で無料法律相談会を毎月開催しています。相続、借家借地、債務整理など、民事に関わる相談ができます。

- 12月13日午後2時～5時 かえで薬局 2階会議室(江北生協診療所向かい)
- 1月17日午後2時～5時 王子生協病院応接室(コープみらい豊島店2階)
- 2月21日午後2時～5時 荒川生協診療所2階面談室
- ・相談は無料(※継続した相談は有料になる場合あり)
- ・完全予約制 申込は本部総務部(3927-8864)まで

管疾患や心筋梗塞など、重篤な病気につながるリスクがないかを調べる
③健診後の受診や保健指導で、早期治療や生活改善についてのサポートが受けられる
④それにより将来的に長期入院や長期治療が避けられ、本人や家族にとって負担が少なくなる

マイナ保険証の狙い知る

～本田宏さんから学ぶ～

秋の北区社保協学習会



「個人番号制度は世界の常識ではない」と熱弁

9月16日、北区社会保障推進協議会主催の学習会「保険証廃止の問題点」マイナンバーカード一本化は何のため」が行われまし

た。

組合員・職員15人が集まったほか、オンライン参加の組合員・職員も多数いました。講師の本田宏さん

加賀皿谷支部学習会

以前、支部でマイナンバーカード学習会を開催したくらいから、不具合が大き

(NPO)法人医療制度研究会理事長)の楽しく熱い「本田節」で、あつという間の充実した時間でした。「マイナンバーは本国民に必要か」「マイナンバーカードとマイナンバーカードの違いは」「マイナンバーカードに保険証を紐づけてカードを紛失したら、再発行までどうするか」「マイナンバーの細かい内容をメディアがとりあげないのはなぜ」「マイナ

ンバー事業で誰が儲かるの」「個人情報漏洩は大丈夫か」など、講演内容は多岐にわたりました。参加者から本田さんにいろいろな質問があり、質疑応答の時間もありました。この学習会で、保険証廃止があつてはいいかと確信し、マイナンバーカードは不要だと再確認できました。私たちが今できることを考えさせてくれた学習会でした。

(王子生協病院健診課・細野みゆき)

く報道されるようになりました。マイナンバーカードをつかった人自身も不安が

けではなく、関わる方々の気持ちに寄り添い続けなくてはいいかと、私は襟を正される思いでした。

そんな思いを受け、来年度の企画会議も始めています。来年度はある施設を参考に、子どもたちを対象にした言語聴覚士の仕事体験ができるような企画を練っているところですよ。

日々の業務の合間でのイベントの企画運営は大変なことが多いです。しかし、少しでも「言語聴覚士」「言語聴覚療法対象領域」について広く認知してもらえよう、この事業へ引き続き携わっていきたく考えています。荒川生協診療所通所リハビリテーション主任

／言語聴覚士・小林祐貴

生活や気持ちを支える ～体験や講演、個別相談も～ 言語聴覚士のしごと展

8月5日、東京ほくと言語聴覚士3人が関わっているイベント「言語聴覚士のしごと展(東京都言語聴覚士会主催)」を開催しました。組合員や職員が子どもを連れての参加もあり、総勢608人(講演会参加



ゲームのように楽しく機器を体験

者36人)が参加しました。

ALS(筋萎縮性側索硬化症)当事者の講演や、コミュニケーション機器(視線入力)体験、透明文字盤の作成体験、言語聴覚障害に係る資料の掲示、個別相談を行いました。

企画者として参加しながら、講演会の中で私が感銘を受けたALS当事者の信念を紹介しました。

「①普通の日々を普通に過ごす」「②今の積み重ねが、

将来を創る」

「③どんな外に出ていき、たくさんの方々とつながっていく」

「④どんな外に出ていき、たくさんの方々とつながっていく」

活動を広げる好機に
～経験を語りつなげる～
原水禁・ピースアクション報告会
9月13日、王子生協病院会議室で、ピースアクションinヒロシマ(8月4日、6日)と原水爆禁止世界大会(長崎・8月7日、9日)の代表団による合同報告会が開催されました。4年ぶりに現地参加となった今年、報告会には35人の参加がありました。報告会参加者からは「報告を聞き、若い方たちの参加もあり、うれしく思った」「今ある格差社会、失われた30年、低賃金、大企業中心の世の中、すべてで金のない人は死ぬ」とばかりな世界。国民総背番号制にして政府が管理して、政府の都合よく動かしていく社会をめざしているのがわかりました。参加者は19人で、質問もたくさん出ました。「マイナンバーカードを持とうかずっと迷っていた。講演を聞き、カードをつくらず最後までたたかおうと思った」など感想が寄せられ、本田さんの次回講演を望む声が相次ぎました。(加賀皿谷支部長・塚本辰雄)



「マイナンバー事業の裏に政官財の癒着」と聞き、憤りの声も出た

ある格差社会、失われた30年、低賃金、大企業中心の世の中、すべてで金のない人は死ぬ」とばかりな世界。国民総背番号制にして政府が管理して、政府の都合よく動かしていく社会をめざしているのがわかりました。参加者は19人で、質問もたくさん出ました。「マイナンバーカードを持とうかずっと迷っていた。講演を聞き、カードをつくらず最後までたたかおうと思った」など感想が寄せられ、本田さんの次回講演を望む声が相次ぎました。(加賀皿谷支部長・塚本辰雄)

診療所職員が地域で訴え ～残した方がいい保険証～

9月11日の王子駅前宣伝に続き、10月23日には町屋駅前で「保険証廃止反対」を求める署名宣伝行動を行いました。荒川生協診療所を中心に、職員・理事・会務役員計11人が参加。30分ほどで18筆が集まりました。



30分で18筆集まる関心の高さ

交替でマイクを持ち、マイナ保険証のトラブルが収束しない実態や、保険証廃止によって受診できなくなる方が生まれる危険性をアピール。署名に協力しようとする方も多く「保険証は残した方がいいよね」という会話も目立ちました。「生協にはいつもお世話になってます」と挨拶をいただく場面もあり、地域の中で命と生活をまもる場として診療所が存在していると感じました。

東京ほくとは、労働組合と共闘して定期的に署名行動を行っています。引き続き、保険証存続の声を広げていきたいと思います。(東京民医労ほくと医療支部執行委員長・大島野江子)



参加者それぞれの観点から報告がされた

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。

※参加者の詳しい報告は、本紙9月号をご覧ください。

ナ情報 最新 患者や病院の負担増える 〜今秋から変化したコロナ対応〜

秋は寒暖差が大きく、風邪予防が大切ですね。新型コロナウイルス感染症（以下、コロナ）は、今年5月8日より感染症法上5類感染症になったことで報道が少なくなり、情報が捉えにくくなっています。

8月末にも第9波と呼べる感染のピークがあったのを知っていますか。東京都の定点17・01から計算すると、一日約14630人がコロナと診断されていました。

国は10月1日よりコロナの公費支援や医療提供体制を引き下げました（表参照）。王子生協病院は、主に軽症・中等症Ⅰ（酸素飽和度93%以上）のコロナ患者専用の病床を空けていました。しかし国の方針で病

床確保料が入ってこなくなったため、10月からその病床はなくなっています。今後は、インフルエンザで入院が必要な患者と同様に、コロナで入院が必要ない患者には隔離が可能な病床を準備できるか、その都度調整していきます。

中等症Ⅱ・重症（酸素飽和度93%以下、人工呼吸器などが必要）のコロナ患者の病床についても、東京都のコロナ入院患者数に合わせ病床数を変えるようになり、10月にはコロナ入院数1500人未満へと落ち着いたため、確保病床は不要とされ、必要などきはどの病院も一般病床でみるように言われています。

9月までは保健所や東京都職員が、入院先が限定される透析患者などの行き先と一緒に探してくれていました。しかし流行期は、当日に入院先が決まらないこともあり、10月からは、各医療機関が病院探しを直接するよう変わりました。コロナの確保病床が少なくなる中、入院先を探しきれぬか私たちも心配です。

そして、介護が必要な方が入院先に行くための移動手段で介護タクシーを利用することがあります。こちらは感染対策や利用後の消毒などで3万円以上の高額になり、利用者負担が大きいです。介護タクシー利用時の補助についても国に検討してほしいと思っています。

は、9月までは保健所や東京都職員が、入院先が限定される透析患者などの行き先と一緒に探してくれていました。しかし流行期は、当日に入院先が決まらないこともあり、10月からは、各医療機関が病院探しを直接するよう変わりました。コロナの確保病床が少なくなる中、入院先を探しきれぬか私たちも心配です。

この秋冬は早くからインフルエンザも流行しています。10月には東京都の定点10を超えて流行注意報が出されています。

コロナもインフルエンザも感染対策は概ね一緒で、予防としてワクチン接種もできます。ワクチンは発症を予防する効果、発症しても重症化防止に有効とされています。

この秋冬は早くからインフルエンザも流行しています。10月には東京都の定点10を超えて流行注意報が出されています。

コロナもインフルエンザも感染対策は概ね一緒で、予防としてワクチン接種もできます。ワクチンは発症を予防する効果、発症しても重症化防止に有効とされています。

この秋冬は早くからインフルエンザも流行しています。10月には東京都の定点10を超えて流行注意報が出されています。

コロナもインフルエンザも感染対策は概ね一緒で、予防としてワクチン接種もできます。ワクチンは発症を予防する効果、発症しても重症化防止に有効とされています。

この秋冬は早くからインフルエンザも流行しています。10月には東京都の定点10を超えて流行注意報が出されています。

コロナもインフルエンザも感染対策は概ね一緒で、予防としてワクチン接種もできます。ワクチンは発症を予防する効果、発症しても重症化防止に有効とされています。

新型コロナウイルス感染症 今年10月～来年3月までの主な施策の方向性		
	今年5月8日～9月30日	今年10月1日～来年3月31日
公費負担（入院）	入院医療費を公費負担（高額療養費の自己負担限度額から2万円減額）	減額幅を見直した上で、来年3月末まで公費支援を継続（高額療養費の自己負担限度額から1万円減額）
病床確保	病床確保料を補助	病床確保料の対象を「重症・中等症Ⅱを中心とした入院患者」にした上で、補助を継続※国が示す感染状況などに応じた段階や即応病床数の目安に応じて支給
入院調整	保健所による入院調整、入院調整本部による広域的な調整を実施	病院対病院、病院対診療所の進展を踏まえ、終了
宿泊療養施設	高齢者・妊婦支援型を確保	終了
患者移送体制	民間救急や陰圧車を活用した透析患者などの移送体制を確保	利用実績を踏まえ、他の疾患との公平性の観点から、終了
ワクチン公費負担	全額公費負担（特例臨時接種の延長に伴い継続）	
治療薬の公費負担	全額公費負担	コロナ治療薬の費用は、他え求で疾病との公平性を踏まつつ、一定の自己負担を求めた上で、来年3月末まで公費支援を継続

コロナ患者の自己負担金が10月から増えましたが、高額なコロナ治療薬を処方された場合も無料だったのが、保険の負担割合によって約30000～90000円の薬代がかかることになりました。これらは来年3月末までの方針です。4月からはさらに公費支援などが引き下げられる可能性や、診療報酬・介護報酬同時改定もあり、今後の動向が気になります。

コロナは7～8月、12～1月に毎年流行がやってきます。人の行き来が増えるタイミングで流行が拡大する傾向があります。数年前より重症になる確率は下がりましたが、高齢者や基礎疾患を持つ患者はハイリスクです。

この秋冬は早くからインフルエンザも流行しています。10月には東京都の定点10を超えて流行注意報が出されています。

コロナもインフルエンザも感染対策は概ね一緒で、予防としてワクチン接種もできます。ワクチンは発症を予防する効果、発症しても重症化防止に有効とされています。

この秋冬は早くからインフルエンザも流行しています。10月には東京都の定点10を超えて流行注意報が出されています。

コロナもインフルエンザも感染対策は概ね一緒で、予防としてワクチン接種もできます。ワクチンは発症を予防する効果、発症しても重症化防止に有効とされています。



「心臓の音、聴こえたよ」

3班を編成。名札と「体験」のしおりを持って、職員と一緒にまわりました。①平山陽子所長の診察室…スライドを見て体のしくみを教わり、聴診器をあてて心臓の音を聴きました。②しんでん薬局・中を見学し、ラムネを薬に見立てて袋に詰めました。③リハビリ室…車椅子の乗車体験など行いました。④処置室…看護師と傷の手当てをしました。

「楽しかった」「おもちゃのレントゲンを見たよ」など感想が出されました。修了証と体験時の写真をおみやげに、帰路につきました。（看護師・菅原晴美）

目を輝かせ「楽しい」 診療所子ども医療体験



聴診器の使い方を所長に教わる

8月3日「子ども医療体験」を4年ぶりに開催しました。参加者は1年生～3年生の12人。申込開始から数日で満員となりました。今回は、日常的に欠かせない手洗いから始まり、好きなおもちゃのレントゲン撮影、エコーの機械に触れる、薬剤師として調剤する体験などを行いました。普段は着ることがない白衣やナース服を着て、医療現場を「見て・感じて・触れる」体験。興味津々な子どもたちの目を輝かせる姿に、職員は元気をもらいました。

地域の皆さんにも協力してもらい、楽しい時間となりました。来年の夏も子どもたちの元気な声が聴けるように準備します。（看護師・金井妙）

街づくり 退院前の自宅訪問再開 患者の意欲も向上して

王子生協病院

新型コロナウイルス感染症が拡大し始めてから、リハビリ業務をする上でもさまざまなことができなかった。その一つが患者宅訪問です。

コロナ前は退院を控えた患者の自宅に伺い「自宅で安全に生活できそうか」「手すりやスロープ、介護用品が必要か」など実際に患者とやってみて確認し、必要

な提案をしてきました。それがこの3年間、残念ながらほとんどできなくなっていました。しかし今年に入り、感染対策を工夫してできるだけ患者宅訪問が実施できるようになってきました。

デイサービスセンター
なでしこ

当事業所では、10月31日のハロウィンに向けてかぼちゃのおぼけをつくりました。トイレットペーパーの芯のまわりに、切った色紙をつけていき、最後に目と口をつけました。

10月はイベントが盛りだくさんで、防災訓練や運動会も実施しました。今後も運動だけではなく、楽しくできる催しを皆でやっています。（所長・佐々木朱美）



利用者がつくった表情豊かなかぼちゃのおぼけ

容赦なく奪われた自由 （天皇に身を捧ぐ教育で）

北足立第3支部 高橋昭一さん（91歳）

全国の学校に奉安殿という社がありました。そこに天皇・皇后の写真と「教育勅語」のコピーが入っていました。毎朝、最敬礼をして教室に向かいました。絶対主義的天皇制がしかれ、国民から権利と自由を

私の戦争体験

⑨



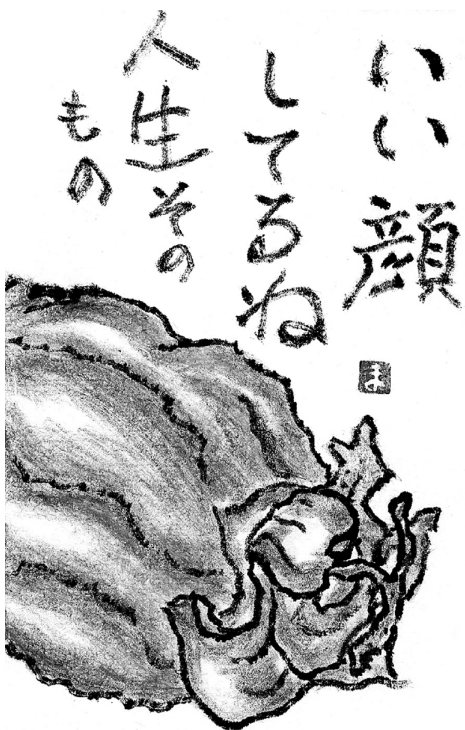
戦前、四大節という祝日がありました。元日・紀元節・天皇節・明治節です。その式のために学校長が奉読し、講話で内容の徹底を

はかったのです。

筆頭教科の「修身科」で、小1から勅語の徳目を教えこまれました。1941年から小学校が国民学校となり、初等科6年、高等科2年の義務教育となりました。教科書も変わって、天皇に尽くす思想がますます強いものとなりました。忘れられないのは、敵国語排除で「ドレミファソラシド」が「ハニホヘトイロハ」に変わって混乱したと。友人と二人でノートの名前をローマ字で書いたのを見つかり、往復ビンタをくらったことです。

絵手紙

足立区舎人 平町江



干すと渋柿が甘い干し柿になりおいしくいただける。昔ながらの知恵ですね。年月が経つと、人もますます「味」を増してくるようです。

（編集部）

預かった」と尻を叩かれて直滑降。メガネが飛んで困りました。後年気づいたのは「背中に弾薬を背負わせれば、敵地特攻の基礎訓練ではなかったのか」と。

このように教育勅語教育は、子どもから精神の自由・学ぶことの自由・身体行動の自由・進路の自由などを奪いました。

戦意高揚の感情を揺さぶったものに、軍歌がありました。明治・大正・昭和まで数十曲があり、団体行動のたび歌わされたのです。終戦近くになると、高等科は雨の日以外は授業がなくなり勤労動員にかり出され

患者の背景知る重要性 医師めざす意欲も湧き

高校生リピーター企画

10月14日、東京民医連主催の高校生企画（ケースカンファレンス）が開催され

ました。高校生18人（王子生協病院つながり学生2人）と東京民医連のつながり医

生3人が参加。医師が患者との関わりで感じたことを紹介する企画です。

研修医と実例をもとに考えた



イチ押し！ シネマ

中村哲が導いた命の水

ラジオから男性の声、静ました。現在山形空港になっ

る飛行場づくりに、桑畑や果樹園を切り倒したあとの地ならし作業。農家への作業奉仕。そして終戦。

戦争は新しい憲法を生み出しました。その憲法から「生きる教育」を授かり、いろいろとある中で教職を選んで就きました。

「荒野に希望の灯をともし」

灯をともし

かなのに力がある。映画監督の谷津賢二さん。アフガニスタンで水路をつくった医師の中村哲さんを20年以上撮影したこの監督が、ドキュメンタリー映画をつくったようです。

それからずいぶん経ってから「荒野に希望の灯をともし」上映会へ出かけました。監督は、自ら映像を撮り多くの報道番組に提供しているの、観たことのある場面がたくさんありました。俳優の石橋蓮司さんが中村さんの書いた文章を朗

読する形で進んでいくこの映画は、静かに心にじわじわと沁みてきました。



飛び出せ「医学生」
※健康の社会的決定要因

◇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



読する形で進んでいくこの映画は、静かに心にじわじわと沁みてきました。1984年からアフガニスタン・パキスタンで貧困に苦しむ人々に寄り添う医療活動が続けてきた、中村さん。2000年に大干ばつが起きたため「医療で人々を救うのは限界」と用水路の建設を始めるのはあまりに有名です。

監督は中村哲さんを「仁も儀もある人」と映画上映後のトークショーで言っていました。そして本棚には、医学や土木の書籍の中に「クレヨンしんちゃん」の単行本がきれいに並んでいたと話していました。（ヘルパーステーション 虹所長・吉田道）

わたしも配ってます

庭の草木で会話・交流
診療所企画を機に加入
足立区鹿浜

山内よし枝さん(82歳)

私が東京ほくとの組合員になったきっかけは、鹿浜診療所の新春のつどいバスハイクに参加したことです。その後参加するたび



に、知り合いを誘って加入を勧めてきました。「何かお手伝いできることがあれば」と声をかけながら機関紙の配付をしています。配付の楽しみは庭の草木を見ての交流。四季折々の会話や交換して挿し木をして育てるのも楽しみです。わが家の大きな柏紫陽花を皆さんに楽しんでほしい、欲しい方には差し上げています。楽しみながら配付をしています。

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



ひとこと通信

(敬称略)

今月も投稿者が多く、抜粋して掲載します。ご了承ください。

宮城 小池新一(75)

あつという間に暑さが去り、秋ですね。冬が早そうな感じです。

豊島 藤澤留美子(71)

シルバーパスを購入して早一年。明るく元気で素直な「婆さん」でいたい。

江北 田沢きよみ(72)

気仙沼市東日本大震災遺構・伝承館で、校舎3階に

◎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)

車が入る映像など見ました。津波のすごさに驚き。

南千住 茂垣満里子(88)

6月と9月に汐入で、ネムの花を楽しみました。

王子 中澤政子(80)

今年も弟から新米・栗・ぎんなんなどたくさん送ってきました。嬉しいです。

南千住 柳正枝(71)

孫とバレーボールの応援で声を出しストレス発散。

志茂 神田節子(72)

原田マハの本にはまっています。

伊興 日本章子(66)

真っ青な空は秋らしいのですが、日中はまだ汗ばむ陽気です。

荒川 田中早苗(65)

コロナ、インフルエンザ予防接種で乗り切ります。

豊島 田島明佳(32)

家族みんな風邪を引きました。

町屋 為我井雅子(81)

歯科の担当医が愛犬を抱いた写真が「スームアップ人」に。心なごみました。

王子 井伊幸子(74)

食べて、寝て、インフルエンザを乗り切ります。

岩淵町 佐藤真美(66)

一気に気温が下がり、秋を楽しむ間もなく冬を迎えるかのようです。

豊島 池田幾子(75)

咲かないと思ったアサガオが、9月になり小さな花をつけました。変ですね。

堀之内 小山慶子(76)

一緒に旅した親友が、3日後にコロナに感染。

栄町 野口哲世(72)

すこしおレシビを毎回参考に使っています。

志茂 砂川恭子(84)

急に寒くなり、日中は暑く着るものに迷いますね。

江北 清水勇太(10)

バタフライのタイムを更新できてうれしいです。

豊島 中西洋子(73)

一気に秋へ。山梨県にぶどう狩りへ行きました。

王子 若林ふさ子(70)

俳句の吟行で柴又へ。草だんごをお土産に。真さんの独り言聞く、鰯雲

東伊興 藤井明(73)

毎朝ウォーキングとラジオ体操をしています。朝は寒いですが続けます。

赤羽南 滝口雅子(40)

ハロウィンで渋谷へ来ないでという主張、迷惑をかけるればいいですね。

神谷 宮本房江

赤とんぼに背を押され秩父礼所巡りを 里山の栗拾い最高 栗ご飯は

豊島 横山きよ(75)

健康診断の結果はまあまあでした。健康に気をつけて過ごしたいです。

医療生協の出番です！あなたの町の班会です

何歳でも鍛えられる
新班結成でさらに活気
浮間第2支部

筋トレA班

「筋トレA班」は約6年前から始めました。1年前に加わったCさんを含めて



年齢を感じさせない筋力をキープ

5人で活動しています。きっかけは接骨院のトレーニングルームを主宰する整体師と知りあったことです。「筋力は何歳になっても鍛えられる」との言葉を信じて、このトレーニングルームで筋トレをやってきました。効果をそれぞれが実感しているところです。

週2回、2時間励んでいます。74歳、88歳までの男性1人、女性4人。「健康寿命をのぼそう」と、前半は怪我をしないようストレッチを入念に。後半はダン

ベルやバーベルなど用具を駆使して、身の丈に合った筋トレを各自行います。毎月最後の金曜には、体組成計で計測、記録を各人で管理しています。記録は大きくは変化しませんが、年単位でみると興味深い結果が読み取れます。

季節の歌を楽しもう
思い出話も体操も
堀船支部

童謡班



湖畔で気持ち良く皆で歌って、秋の歌や歌いたいの歌をいつものように歌っていました。

9月の童謡班は、まもなくお月見の時期だったので「お月さま」が出てくる歌を探して歌いました。月が出た出た、月が出たヨイヨイと良い気持ちになって、

合間に体操の元お姉さんも登場。全身を動かして、リンパマッサージを教える時間も。これも気持ちの良い時間です。家に帰ってからも、月が出てくる歌が見つかって嬉しかった方もいたそう。

(河原みゆき)

第422回

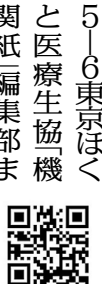
パズル

ヒント 11/29は「パ〇〇〇〇」人民連帯国際デー。国際法違反のイスラエル入植により平和に生きる権利を奪われ続けている人々。これによる国連登録の難民は590万人。

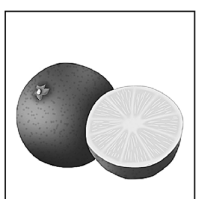
「とき方」二重枠の4文字を並べかえると答えです。〈応募方法〉答え、住所、氏名、年齢を書いてT-114-0003北区豊島3-5-6東京ほくと医療生協「機関紙編集部」

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、年齢を紹介する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。

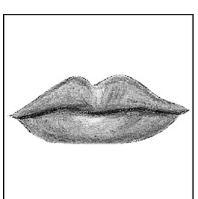
〈前回の答え〉ソシヨウ(当選者) 応募34 池田幾子、小山慶子、田沢きよみ、為我井雅子、柳正枝



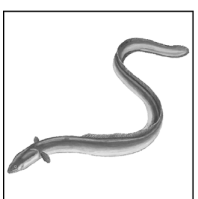
起源は紀元前18世紀の古代バビロニア帝国。太陰暦をつくり、予定を組むようになったといわれる



収穫量は徳島が1位。レモンを上回るビタミンCを含む。果汁の酸味で、減塩調理にも活躍する



松尾芭蕉の俳句「物言えば〇〇〇〇寒し秋の風」。余計なことを言うとい災いを招くという意味



日本では縄文時代に食べるようになり、現在の蒲焼スタイルは室町時代から。欧米でもよく食べられる

♪春 高樓の花の宴
「あら、これは春の月ね」などと大笑いしながら歌いました。

その後は童謡班特製の歌

集にそって、秋の歌

や歌いたいの歌をいつも

のように歌っていました。

歌っているうちに関連



参加してみませんか

〈班会案内〉

11月15日～12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】

- 11月15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
- 11月15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
- 11月15日午後2時～4時 りぼん班（折り紙）豊島虹のセンター
- 11月17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
- 11月19日午前9時～正午 麻雀班 堀船センター
- 11月22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）
- 11月22日午後1時半～4時 童謡班（軽体操）堀船ふれあい館
- 11月24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
- 11月24日午後2時～4時 スイトピー班（脳トレ）豊島虹のセンター
- 11月27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
- 11月28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
- 11月29日正午～午後4時 愛唱歌を歌う会 わくわくステーション（豊5団地）
- 11月29日午後1時～4時半 お散歩班 北区防災センター、古河庭園
- 12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
- 12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
○12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】

- 11月18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
- 11月19日午前10時～11時半 荒川音頭班（盆踊り）尾久ふれあい館
- 11月21日午後1時～3時 うたう班（音楽鑑賞）班長宅（荒川町）
- 11月25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
- 12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
- 12月2日午後4時半～6時 うたごえ広場（参加費300円）南千住3丁目UR住宅2号棟1階集会所
- 12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
- 12月9日午後2時～3時 お抹茶サロン班 南千住ふれあい館
- 12月11日午後1時半～3時 はらっぱ班（体操）区立原公園
- 12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】

- 11月17日午後2時～3時半 げんきかい（サロン）はんの木
- 11月20日午前10時～11時半 おさんぼ班 はんの木
- 11月21日午後3時～4時 スクエアステップ班 江南住区センター
- 11月22日午前10時～11時 コカリナ班（楽器演奏）はんの木
- 11月23日午後1時半～3時半 あみもの班 おじゃんせ
- 11月28日午前10時～正午 らくらく体操班 おじゃんせ
- 12月4日午前10時～11時半 おさんぼ班 はんの木

- 12月6日午前9時半～11時半 なでしこ班（絵手紙）かえて薬局2階
- 12月7日午前10時～正午 つまみ細工体操班 はんの木
- 12月12日午前10時～正午 らくらく体操班 おじゃんせ
- 12月13日午前10時～11時 コカリナ班（楽器演奏）はんの木
- 12月14日午前10時～正午 パッチワーク班 おじゃんせ
- 12月14日午前10時～正午 あみもの班 おじゃんせ

〈企画案内〉

- 健康まつり
- ◆王子生協病院健康フェア 11月18日午後1時～4時 王子生協病院、豊島虹のセンター、つどいの広場なないろ
- ◆鹿浜健康まつり 11月25日午後 鹿浜診療所

- 11月17日午後2時～3時 さくらカフェ 豊島虹のセンター

- 11月30日午後 癒し体験広場 フットケア
- 12月14日午後 癒し体験広場 タッチケア
- 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）

- 2024年2月3日午後（予定）健康チャレンジ報告学習会＋骨密度学習会 会場未定

問い合わせ先：組織部（03-3913-9100）

ご参加ください

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 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 甲状腺]	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
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			谷口	篠田	茂呂		保坂			整形外科医師
その他		宮崎(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 救急・急患の方は随時受け付けています。
【腎】＝腎臓内科、【心】＝心療内科

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 餌取(2・4週) 餌取 (内視鏡1・3週)	大場 秋山	秋山	大場 渡会 整形外科医師 (2・4週)	伊藤 (予約) 秋山 平山陽	秋山 (2・3・4週) 大場 餌取 (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 田中	菊池 田中	春日 松本 吉村	藤沼 吉村 菊池	藤沼 吉村	菊池・吉村 (1・3週) 佐野康・田中 (2・4週)
午後	佐野康 田中	佐野康 吉村	田中 吉村		佐野康	
夜間		菊池 田中			佐野康 吉村	

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

(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 渡邊隆	泉水(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 薬野(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	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・4・5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)	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	金	土
午前	平山陽 櫻井	櫻井	平山陽 林	平山陽	丸山
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	竹田 前田	望月 竹田 前田	望月 竹田	望月 竹田 前田	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 前田	望月 竹田 前田 (5週)	望月 竹田 前田	望月 竹田 前田
夜 間			竹田 (1・3・5週)	望月 (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1日、8日、18日、24日、28日
「特売日」 12月8日、13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

- 在宅医療部(王子生協病院) 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リッセル飛鳥山1・2階 ☎ 5980-6222
- 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 荒川区荒川4-54-5 ☎ 3803-1179
- 訪問看護ステーションほくと サ テ ラ イ ト 虹 荒川区荒川4-54-5 ☎ 3802-2810
- 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 ☎ 3803-1179
- あらかわ虹の里デイサービス 荒川区荒川4-54-5 ☎ 5850-3585
- ヘルパーステーション虹 荒川区荒川4-54-5 ☎ 3805-8388
- 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 サ テ ラ イ ト な で し こ 荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5855-7801
- 都市型軽費老人ホーム ほくと西尾久虹の家 荒川区西尾久8-13-9 ☎ 5855-7447
- デイサービスセンターなでしこ 足立区新田2-4-15 ☎ 5390-8451
- 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2階 足立区新田2-4-15 ☎ 5902-7179
- 鹿浜診療所通所リハビリ