

生協の現況 2023.11.1現在

組合員	29,398人
出資金	14億9,235万円
一人平均	50,763円

2023年度増加	
組合員	609人
出資金	4,605万円



一人は万人のために万人は一人のために

2023年12月号

機関紙 東京ほくと



ほくとLINE

1つにまかせない!



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

組合員と職員が力あわせて

さまざまな生協活動が本格始動

10月〜12月 生協強化月間

増資で医療・介護・組合員活動の支援を

10月から感染対策をとりながらの生協強化月間が始まりました。多くの組合員が創意工夫し地域で仲間増やし、健康づくり、暮らしをまもる活動に奮闘しています。

今年度、7000人の生協加入者が増えています(11月23日現在)。コロナ禍で中止していた班やサロンも復活し、今年度になり新班が21班誕生しています。

支部の運営委員、機関紙の配付者は皆さんの奮闘で46人増えています。地域での健康チェックは昨年度を大きく上回り、8000回以上となっています。

また今年度は東京ほくとの施設で初めてのフードバンクを開催し、多くの方が来所しました。このような困りごとの解決やたすけあい活動、居場所づくり、健康づくり、フレイル予防のとりくみなど、地域での生協活動が進んでいます。

【冬の特別増資にご協力を】

東京ほくこの事業所では、今後も感染対応しながら、地域の医療・介護を守るため全力で奮闘します。当法人の事業活動は出資金によって支えられていま



5組に分かれ、地域訪問をした堀船支部の皆さんと職員

す。出資金は主に、医療機器の購入や施設拡充、組合員活動の充実に使われています。現在、各地域で増資活動をしていきます。組合員による訪問のほか、病院・診療所の窓口、介護施設、職員の訪問などで「冬の特別増資」の訴えも行ってい

ます。病院・診療所・介護事業所を支えるため、安心のネットワークを広げるためにも、冬の応援増資に引き続きご協力をお願いします。(組織部長・佐藤章)

職員が組合員と地域訪問 住民と対話しニーズ知る

堀船支部

少し汗ばむような秋の午後、数年ぶりに「せー」の行



訪問先では組合員、患者からいろいろな話が聞ける

動に町へ出ることにしました。ちょっと緊張しましたが、当日、職員の人数が急遽増えて、5組に分かれることができました。

王子生協病院健康フェアの声かけやマイナ保険証関連の署名依頼で多くの方がドアを開けて対応してくれて、すぐに緊張もほぐれ、

今月も職員と組合員が地域を訪問する予定が組まれています。生協強化月間に、各地域・職場で積極的に訪問行動を組んでいきましょう。

イスラエルとパレスチナの即時停戦を求めます

今月始まったハマスによるイスラエル攻撃とそれに反撃する形でイスラエルがガザを攻撃する応酬が、多くの命を奪っています。いかなる理由があろうとも、双方の攻撃に断固抗議します。軍用施設ではなく明らかに市民を狙い、甚大な被害を生んでいることにも、激しい怒りを禁じえません。

国際法違反であるイスラエル入植地があるヨルダン川西岸地区、イスラエル軍が完全に包囲するガザ地区では、今回の攻撃以前から人権蹂躪の生活を強いられていました。その封鎖された狭い居住区で、隣国へ逃げる選択肢がなく攻撃される人々の恐怖を思うと、一日も早い停戦、攻撃中止を願うばかりです。

今回はイスラエルとパレスチナの2国間の戦争だと単純化できません。パレスチナ自治区では2006年以降選挙が行われず、イスラム教原理主義集団ハマスの支持率は直近で38%であり、パレスチナ国民が支持しているとはいえないからです。今回のイスラエル攻撃も、パレスチナの市民には事前に周知されていませんでした。

両国の犠牲者は圧倒的に市民が多く、ガザでは病院も爆撃されて最も弱い立場の人々に被害が集中しています。平均年齢が低いパレスチナでは、子ども・若者の犠牲が多く、国の未来が危ぶまれています。「私たちはこれからどう生きていけばいいの」と泣き叫ぶ子どもが報道されました。

抗う術もなく、ただ命を奪われないことを祈るしかないガザの人々。こんな状況が地球上のどこにも存在してはいけません。

アメリカなどの主要国がイスラエル支持を表明する中、攻撃の激化や長期化が懸念されます。戦闘を行う地域に住む人々の人権を無視し、資金・兵器供与などの軍事支援を行う国も非難に値するでしょう。パンカーバスター(地中貫通型爆弾)のような非人道的な兵器を供給するなど、支援国は使用国と等しく同罪です。

私たちは、対話による即時停戦を求めます。誰かが利するためでなく、国際協調で解決を求めることで、この地域での和平が追求できます。

全日本民主医療機関連合会(民医連)に加盟する東京ほくと医療生活協同組合は、あらゆる戦力を否定し、平和な世界でこそ、誰もが安心して暮らせることを求めます。そしてこの攻撃に反対するすべての人々に連帯し、パレスチナやイスラエルの人々が平和に生きられる社会を構成していくことを応援します。

2023年10月28日
東京ほくと医療生活協同組合 理事会

注射器

中・高校生の部活動の地域移管が問題となっています。心も体もやわらかい時期に、共通の目的を持って自主的・自発的・自治的な活動を体験するのが部活です。

学校が決めた教科・特別活動とは違い、目的を持ってより高い技術・文化・科学の獲得をめざして仲間とともに困難さに挑戦し、今ある自分を乗り越えようとする▼遊びは疲れたらやめればいですが、部活は自分一人では成し遂げられない高い課題を仲間とともに乗り越え、やればできる自分をつくり、今ある自分を乗り越えさせてくれます。二緒にいますから仲間なのではない。一緒に生きるから仲間なのだ。多くの体験者が語っているように、共同の目的を追求してともに困難に挑戦し、乗り越えるから「生涯の友」となるのです▼加えて異年齢集団であること。異なる学年の経験や技術、知識の違いを通して、教え合い、学び合い、互いに尊重し合う授業との違いを学びます。そして学校生活の内と外を結び活動もあります。練習試合や交流など、活動が豊かになるほど教師の負担は増え、過重労働を強いられます▼活動での事故の増加、指導を巡っての体罰問題、勝利主義、公私格差、校内の部間格差など校内で解決を求められる課題も多いといわれます。このような状況での地域移管ではなく、まずは指導教師の負担を減らす教員定数を増やすことが最優先課題なのです。(昭)

理事会だより 11月25日

理事長あいさつ 今泉 貴雄



パレスチナ攻撃止まず 根本的解決は遠いのか

このところ、寒い日もみられます。ひと月前は半袖でもいられたので、急激な変化で衣類の選択など、戸惑うばかりです。今年「秋がなかった」、そんな季節の移ろいです。

このひと月あまり、中東情勢が連日報道されています。民間人に多大な犠牲が生じて、多くの国から停戦するよう言われても、イスラエルは攻撃の手をゆるめません。

アラブとイスラエルの対立には歴史的、民族的背景があり、なかなか解決が難しいことを否が応でも感じさせられます。いくら正当性を主張し、いずれかが戦

《理事会議事録要旨》

報告事項

①10月組織活動報告：加入135人、脱退58人、出資金増資621万円、増資者718人、班会開催82回、新班結成4班、2項組合員12人。10/7職員と組合員が健診を増やすため討議。12月より各区健康づくり連絡会休止。10/24なんでも相談会で10件相談。11/2ガザ停戦を求めるスタンディング行動。11/3憲法大行動、11/12～13日本高齢者大会参加。「保険で良い歯科医療を」署名、10月最終で1,365筆。②10月決算報告および公認会計士事務所の経営分析報告、討議。③「介護保険制度と介護従事者の処遇改善を求める」学習会。④医療福祉生協連主催「まちづくり活動責任者会議」報告。⑤組織活動、専門委員会、事業所報告。⑥東京民医連理事会、医療福祉生協連文書報告。

決議事項

①荒川生協診療所通所リハビリテーション事業終了の件
②王子生協病院の起立練習傾斜ベッド・チルトテーブル購入の件
③診断用X線装置購入（生協浮間、北足立生協、鹿浜、江北生協の各診療所）の件
④冬季一時金資金借入の件以上、議決した。

いに勝つても、より深い対立が残る可能性がありま。そのことが世界中で不安を生じます。根本的平和が訪れることを願います。

健康テーマにまつり開催
感染対策のため規模縮小

コロナ禍で3年できなかった健康まつりを、地域の皆さんの協力も得て、王子生協病院で先日開催しました。今年は感染対策も考慮し、病院近辺の法人施設も利用して、屋内で飲食を伴わない形式で行いました。

従来のような屋外で出店もあつた賑やかな開催ではありません。しかし病院スタッフと組合員の交流を目的に、原点に立ち帰り、医療生協として健康をテーマにしました。コンパクトでしたが、参加した方から評価いただけると思います。

病院以外に、診療所を中心にした健康まつりが開催されました。今年度の経験を生かし、次年度へ向けていければと思います。

コロナ感染症が蔓延したこの3年間、私たちの活動

はコロナを中心にしていく必要がありました。コロナにかかった患者に対応し、行政からさまざまな補助がありました。しかし10月からは補助がほとんどなくなり、これからは補助に頼ることなく、経営を成り立たせる必要があります。

コロナ前とコロナ後で、医療・介護活動において違いが出ています。コロナがもたらしたことで、またコロナとは関係ないものが顕性化してきたことです。その違いを踏まえ、今後私たちの医療・介護の構想を考えたい必要があります。

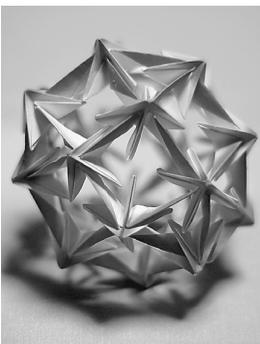
医師確保で構想実現を流動的な労働が背景に
医師が確保できなければ、医療構想そのものが成り立たなくなります。当法人の強みは、家庭医を中心とした医師集団であると言えます。家庭医は年齢や性別、疾患に関係なく患者の抱える問題に向き合い、解決を図る診療スタイルをとる医師です。総合病院では臓器別の専門医が幅を利かせていますが、中小病院やクリニックでは、このような家庭医、総合診療医の需

要があります。当法人での医師入職にはいくつかの経路があります。一つは大学卒業後すぐの初期研修医、その研修終了後の後期研修医、そしてその後も勤務する医師。これらは言わば研修を通じて入職する医師です。そのほかは、研修と関係なく就職する中途採用医師です。20年くらい前までは、初期研修から入職した医師がそのまま残り、常勤医となつて法人の医療を支えてきました。私もそのような医師です。当時は初期研修を病院の一活動として力を入れる医療機関はほとんどなく、王子生協病院はその点ではあまり例のない病院でした。

しかし最近では初期研修が必須となり、後期研修制度と相まって、医師のキャリアとして専門医取得が一般的となり医師の働き方がより流動的になっていきます。そのため利用者から「医師がコロコロ代わる」と印象を持たれることも多いです。ウイズコロナの時代、私たちの医療構想を持ち、それに見合った医師の確保をめざす必要があります。

医療と介護の現場

患者と家族の気持ち汲み 同方向を見て信じ支える



Aさんは関西出身の80代の男性です。東京の大学に進学、学校教諭を勤めた後、60代から映画評論家の道へと転向された方です。さまざまな疾患があり、

入院によるADL(※)の低下、心機能も思わしくなく貧血もある、腎機能もゆるやか。そんな体調の中、妻の丁寧な介護と万全な準備、本人のがんばりの結果、退院後1年で、目標

で、退院後の生活をイメージします。介護が負担になつてはいけない、病状が悪化しては大変と予防策を講じることが多くあります。しかし「まずやってみる。身近で支える私たちが患者と家族の力を信じる。成功体験は今後の自信につながり、うまくいかなければ今後には生かすことができる」。

それは大きな賭けかもしませんが、見守るのではなく一緒に同じ方向を見ることも大切です。(訪問看護ステーションほくとサテライト虹師長・羽田野梢)

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

現場の切実な訴え響く

必要不可欠な分野へ歳出を

10月19日、日比谷野外音楽堂で「いのちをまもる19総行動」が開かれました。秋晴れの中、有楽町駅から日比谷公園に向かう道々

にも参加者が連れ立って歩いていました。全国規模の集会で、医療団体・労働組合の実行委員会主催です。参加者3000人、会場

がいっぱいになり、旗がはためいていました。東京はくところは11人が参加しました。「サ・ニュースペーパー」のコントにはシイ共産

党委員長やスガ元総理が登場し、会場を沸かせました。保育士から「定年退職時

給与の手取りは26万円。保育士をもう一人増やしてと

いう運動にとりくんでい

る」と報告がありました。介護士は月収が総産業平均より7000円も低いのに、政府が増額を提案しているのは月6000円のアップ。「桁違う」と怒りのアピール。

看護師からはコロナが5類になつても現場の忙しさは変わらず、救急搬送が受けられない状態を話しました。各地から上京した人々がステーションに登場して、訴えました。3歳くらいの子連れママたちがいるので、アピールの最中に脇でチョコチョコと駆けまわっていました。

その後、厚労省へ要請パレードを行いました。戦争の準備のために税金を使うよりも、いのちをまもる医療・介護・福祉にまわすこと、声を大きくして訴えましょう。(社会保障平和委員・山田康子)



医療・介護・福祉の充実を求め、発言が続いた

◎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

荒川生協診療所

所長 田邊 康一



日本でも、ピロリ菌に感染している人が少なくなってきました。胃や十二指腸の潰瘍と、胃がんのほとんどはピロリ菌が原因でした。おかげで胃がんの数は減ってきています。その代

王子生協病院 小児科から



近年、子どものアレルギー疾患は増え続けています。それに伴い、激しいアレルギー症状「アナフィラキシー」を起したことがある子どもも増えてい

ます。文部科学省の「平成25年度報告書」によると、アナフィラキシーを起したことがあ

王子生協病院
小児科医師 平山美香

わりに増えているのが逆流性食道炎です。

もともと胃の中には消化のための胃酸（塩酸）と消化液があつて、食事を溶かしています。胃には自分が出した胃酸から自分を守る働きがありま

逆流性食道炎のしくみ

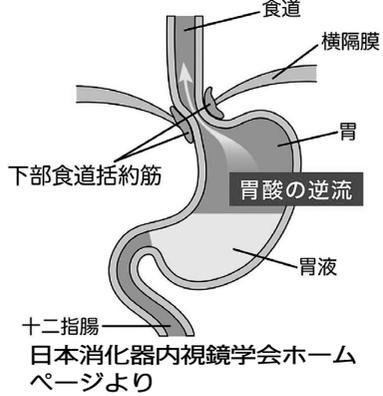
治療は薬だけに頼らない

その働きを邪魔して潰瘍を起して

食事をすると、消化するために胃酸が出ます。脂肪の多い食事などでは胃酸が増えます。食事は重いので胃の下に溜まり、その上に胃酸の層

働きを邪魔するものもあります。太っていたり背骨が曲がっていたりしても腹圧が上が

あまり悪化することがなく、症状に対する治療でよいものがほとんどです。症状が強いと



慢性の咳の原因にもなります。胸やけなどの症状は軽いこともあります。症状が軽くても治療が必要になることがあります。

一方、食道には胃酸から自分を守る働きがありません。胃酸が逆流すると胸やけを起し、簡単に腫れた

ができます。pH1~2の強酸の層です。食べ過ぎがあると、この層が上がって

開く「食道裂孔ヘルニア」があるときさらに逆流しやすくなり、常に逆流が起

逆流性食道炎には2種類あります。一つは食後などが落ちると逆流します。血

逆流がひどい場合は手術が行われることもあります。古くは開腹手術で胃と

生0.4%、高校生0.3%となっています。アナフィラキシーは、

は誘因のほとんどが食物です。ほかの誘因として、

食物は胃や腸で消化され吸収されるまでに時間がか

仰向けに寝かせます。助けを呼んで人を集め、必要に応じて救急搬送してくださ

使用したのでは遅すぎると言われています。エピペン

アナフィラキシーの危険性

エピペンは迷ったら打つ

状況が出てから短時間のうちに複数の臓器や全身に広がる激しいアレルギー反応で

呼吸器・消化器・循環器・神経などです。血圧低下や意識障害を伴

ります。アナフィラキシーで全てが心停止するわけではあり

内でも分泌されるホルモンで、心拍数や血圧を上げる

エピペン登録医がいます。アナフィラキシーになった

前後です。アナフィラキシーで最も頻度が高いのは、IGE抗体

体が関与する即時型反応によるものです。その中でも

アドレナリン自己注射薬（商品名：エピペン）を処方

「迷ったら打つ」ようにしましょう。ショックになってから

相談下さい。

ことが最も多く、子どもで

物5分との報告がありま

よう。原則として立たせず

よう。原則として立たせず



糖尿病を学び治せる機会

～幅広く栄養・運動についても～

王子生協病院の地域公開講座「土曜日糖尿病教室」の第2弾を、

に合った食事を知ろう」というテーマで、自分の標準体重や一日に必要なエネルギーの計算方法、食事の基本的な組み合わせ方や間食のとりの方を説明。運動面では、代謝の良い運動方法や椅子に座ったままでもできる簡単な運動を行いました。

10月7日に開催しました。「糖尿病についてのお話」「栄養と食事」「運動」の3つのテーマで、

「標準体重を知れたのが良かった」「間食のとりを厳しくした方がいい」など再認識できる学習の場になったようです。



専門医が理解しやすい言葉で説明

今年度はあと1回（来年3月）同じテーマで行う予定です。参加者の要望に応じて、次回もさらなる内容を加味した糖尿病教室の開催をしていきたいと思っています。

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。

- 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
 - 3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）
- ・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



好天の中、犬とともに楽しく歩いた

10月28日、地域包括支援センター主催のイベントに...

犬がゆるく人をつなぐ ~自然と増える笑顔と会話~

私は以前、犬を飼って...

「いつもの葉がほしい」「足が痛い」「眠れない」...

王子駅に7人が集まり、国会前に向かいました。

憲法生かし平和な国に

国連決議棄権に怒りも

王子駅に7人が集まり、国会前に向かいました。11月3日は77年前に日本国憲法が公布された日です。

無辜の市民が多く犠牲に

激化する攻撃で人権蹂躞



10月7日、イスラム組織ハマス(イスラム抵抗運...

となつています。イスラエルの被害は1400人です...

が待っているのです。そこにはすでに150万人が避難し、難民キャンプや野宿を強いられるのが実態なのです。

赤羽文化センター

10月14・15日、4年ぶりの通常開催となった赤羽文化センターまつり。



機関紙で宣伝しながら健康チェック

約120人の健康チェックを実施。コロナ以前の6割程度ですが、非接触に努め消毒に気を取...

まつりで健康チェック

活動をPRする場に

滝野川文化センター

11月11・12日開かれた滝野川文化センターまつりに、中里支部を中心に神谷・赤羽東・堀船支部から、



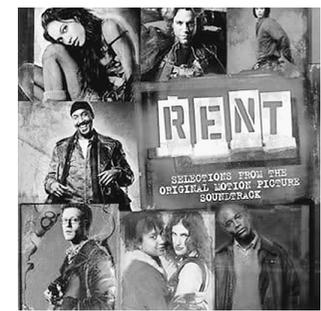
来場者が積極的に質問も

2日間でのべ13人が参加しました。突然の冬の到来を思わせるような寒い日に、少ないながら来館された方々は会場を熱心にまわっていました。

私の名曲アルバム

「RENT」オリジナルサウンドトラック

私が一時期はまって、今でもときどき聞いているアルバムです。「RENT」を知らない方でも「seasons of love」は耳にしたことがあるかもしれません。



「RENT」は1996年に始まったミュージカルで、2005年に映画製作されました。最近是一年、数年おきに来日公演があり、日本でもミュージカル化され公演されています。

地域包括ケア

身近な相談先という役割

入院以外にも多様な支援

地域包括ケアと聞いて皆さんはどんなイメージを持ちますか。厚労省は団塊の世代が75歳以上となる2025年をメドに、重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの実現していくと掲げました。



地域包括ケアの実現に必要な王子生協病院の地域包括ケア病棟

住み慣れた地域で自分らしく暮らすといっても、病気になるれば医療費はかかり、介護する方がいない独居生活や老々介護、経済的な問題や家族背景が複雑

な方など、多くの課題がある方が多いのが現実です。私が王子生協病院の入院調整担当になり、法人内外から入院相談以外にも「介護者が病気になる。どうしよう」「在宅で過ごしているが、なんだか体が動かなくなってきた」「生活が大変どうしよう」「困っている方がいて、どこに相談したらいいかわからない」など多くの相談が寄せられます。

地域のニーズに柔軟に対応する、必要性が高い病棟だと思っています。心不全や肺炎、脳血管疾患をはじめ急性期に近い医療も行い、要介護者のショートステイを受け入れ、介護者の休む時間を確保するレスパイト入院も積極的に

口腔機能低下を学び予防

ゲーム感覚で筋トレも

11月2日の歯科ミニ学習会は口腔フレイルを予防するというテーマで、11人が参加しました。講師は生協王子歯科の望月裕美所長と



楽しく実践して学ぶ

歯科衛生士でした。参加者の口腔チェック、ゴクン検査、噛む力と舌の力のチェック、表情筋トレーニングの前に準備体操、最後は2チームに分かれてのゲームでした。学習会は楽しく、90分はあっという間に過ぎました。

食べることは生きることにつながるという事例を数人見られました。口から食べるのが成功すると、生命の維持ができるので、周囲は安堵したのです。今後は学習した内容を生活に取り入れていきたいと思われました。(王子団地支部・松茂良昭代)

高齢になるにつれ、個体の差はあるにしても徐々にフレイル状態になっていきます。その中で、口腔フレイルになると「食

いきました。心残りののは、排便処置がでできなかったことです。便秘を気にしていたため座薬や流腸を行っていたのですが、少し高さを下げただけで苦し

きょうりと看護

(46)

心に残ったケースとして50代女性のAさんがいます。子宮体癌の治療が終了後、当院の訪問診療を利用していました。

服薬が困難になり麻薬は注射に変更しましたが、呼吸苦が出現したため入院。高流量の酸素を吸入しても

呼吸苦は楽にならず、ベッドの頭の高さを下げるとさらに苦しくなってしまう状態でした。本来は会話できる方です

が、呼吸苦のため筆談でコミュニケーションをとりました。前月に海外旅行をしていたと聞き、気晴らしに

患者が明日どう迎えるか

意思尊重するも心残り

王子生協病院急性期一般病棟 看護師 大場桃果

単位とされてきました。一人暮らしで、家族は持病のある兄のみ。任意後見契約・死後事務委任契約・

で痛みや呼吸を緩和することに努めていました。契約終了後は緩和ケア病棟に移る予定で、日程も決まっ

なっていました。オムツでの排便は精神的にどうしてもできないとの

「明日」を迎えること、一日の重みについて考えるケースでした。



「明日」を迎えること、一日の重みについて考えるケースでした。

「集って楽しい」場に認知症を語り考えたい



困りごとを地域で気軽に話せるように

北足立生協診療所では、今年度から地域包括支援センターと協働し(足立区地域包括ケア推進事業)、軽度の認知症の方や認知症が不安な方々を対象に、定期的なミーティングを開いています。

「私、認知症になっちゃってさ、こんなことに困っているの」と堂々と語る舎人・入谷・古千谷の街になるよう、継続していきたいと考えています。(看護師・池田玲子)

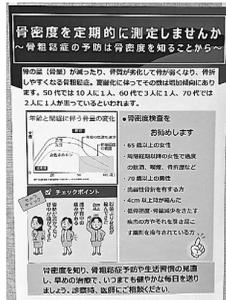
北足立生協診療所

認知症の方が集い、体験や希望、思いを語り合っている。

ポスター掲示でお勧め検査受ける大切さ明記

王子生協病院

これまで新型コロナウイルスの流行で控えていた検査などを受けてもらおうと、さまざまな検査を紹介する努力が書かれています。ポスターを見て、自分には一度、検査を受けることはまるかと思っただけで、検査を受ける機会が書かれています。



テーマ絞ってポスターを作成

今後は、胸部レントゲンのポスターも貼り出す予定です。(放射線課長・古城勇佑)



病院・診療所・事業所だより

街づくり

わたしも配っています

積立増資を20年継続
配付時の挨拶うれしく

荒川区東尾久
被川登美子さん(80歳)

私が今あるのは、前支部長の外立亮一さんからの声かけでした。「運営委員になってくれないかな」と。



いろんなことを教わりました。はじめは「歩こう会」の下見で、前に担当していた人が行けなくなったからでした。

歩こう会は汐入診療所前事務長の山田忠一さんが引き継ぎました。そんな中、他支部の方々が増資などに届けてくれました。しばらく顔を覚えていませんが元気でしょうか。

そして、りんごご積立金(今の積立増資)を1993年から続けています。長いでしょう。

機関紙は仕分けとポストおろしを8件、そして夫の22部を配っています。顔が合えば挨拶をして声をかけますが、ほとんどポストに入れていきます。

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》

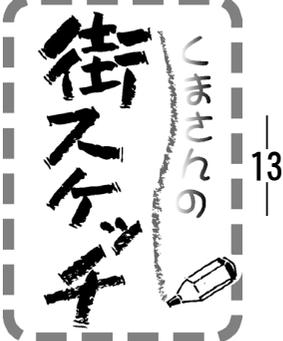
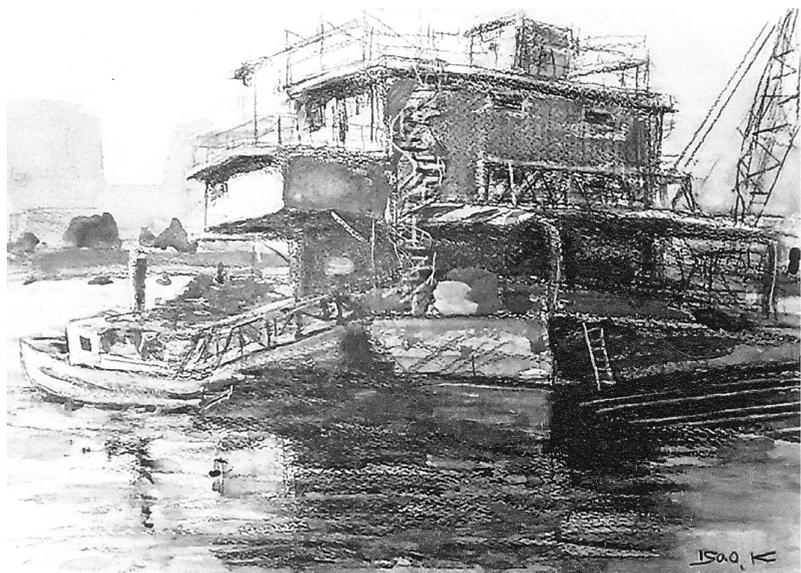
組織部 ☎03-3913-9100



「ごんごん」ともてもらえるときは、とてもうれしいです。これからも元気で楽しんでいきます。

隅田川 伊澤造船

長きにわたり躍動感あるスケッチを提供し続けてくださった熊谷勲さんが、今年8月28日深夜に永眠されました。読者の反応が良く、次回を楽しみにされていた方もいるため、ご遺族の了承を得て、年頭にお預かりした作品を掲載します。(編集部)



虹の箱

歯科運営委員会

9月21日、コロナ禍で中止になっていた歯科巡視を4年ぶりに実施しました。歯科運営委員会から2人、理事會事業所利用委員会から3人が参加しました。法定管理関連や施設・設備を詳細にチェックして、

指摘受けて改善試みる

4年ぶり歯科巡視実施

職員が気づかない点を指摘してもらいました。主に以下の通りです。
・「さすまた」があるのは驚いた
・どの階にいるかわからなくなる
・エレベーター上に表示して欲しい
・1階にある休診案内は外に向けて貼ってあるが、目線より上でわかりづらい。
貼る位置を検討して欲しい
これら指摘への対応として、休診の表示を貼る位置と大きさを変更したほか、1・2・3階の表示をしま

する活動をしていると報告されました。職場ごとに「節電にのりくみ、脱炭素社会をめざそう」などスローガンを立ててとりくむ姿は刺激となりました。

「私たちも活動したい」報告に前向きな反応が

東京ほくと気候アクションプロジェクト(T-CAP)

11月12日に開催された第8回J-HPHカンファレンス2023の教育講演「気候正義とヘルスプロモーション」低炭素社会・経済への公正な移行のために私たちができること」に、指定報告者としてT-CAPから私が参加しました。この間の活動を報告したところ、自分たちも映画「マイクログラスチック・ストーリー」上映会をぜひやりたいなどと反響がありました。



全国のHPH加盟院所から集まり、気候危機について情報を共有

福岡医療団からは、法人・職場・個人がそれぞれ目標を立てて気候危機を回避

宮城県民主医療機関連合会からは公害による環境対応の歴史、石炭火力発電差し止め訴訟について報告があり「電力は東京へ、利益は大阪へ、汚染とリスクは

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

ホームレス即座に救えたツール活用で適切に支援

無職の40代男性Kさんは「地方から上京すれば何とかなる」と考えたものの、所持金は数百円の状態で柳



衣食住が欠ける相談者が来場することも

「働きたい」と意思が確認され、住まいや収入を得るための相談となりました。大学講師でもある東京ほくと理事がこの間臨時で手を貸してくれています。そしてこの日はKさんに自立支援や生活保護を選択肢として説明しました。しかし北区内に即入居できるシェルターを持つ団体はありません。当日参加していた組織部職員が「いろいろな東京ファン」とつながりがあったことから組織部で預かることになった「せかいびばーク」の制度をKさんに活用することにしました。

職員の雰囲気が良い
総じて建物や医療機器は老朽化していますが、職員が清潔感のある安全・安心の医療に努めていることが評価され、職員の励みとなりました。(生協王子歯科医師・前田茂)

水事業所利用委員会・医療福祉生協の「いのちの章」典の一の実践(本人の同意、安全安心、必要な時にサービスを受けられるか、参加と協同など)はどうあるべきかを念頭に議論する委員会

被災地・宮城へ」という著しい不公正さに心が締めつけられました。(東京ほくと気候アクションプロジェクト代表・西川昭)

一泊分の宿泊・一食分の食事・翌日の移動などを可能にするパッケージ「緊急おたすけパック」を手渡し「つくりい東京ファン」担当者につなげました。翌日には、生活保護申請につながりました。

なんでも相談会の相談員が連携し、ホームレスの社会復帰の支援に新たなツールを使用したケースでした。(なんでも相談会事務局長・森松伸治)

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。

通信

(敬称略)

舎人 川崎美恵子(79)
体調が悪くなり、友達や近所や夫に親切にしてもらい、私は幸せ者です。

豊島 田島明佳(32)
ディズニーへ行ってきました。

西尾久 鶴見一夫(77)
毎日テレビゲームを楽しんでいます。プレステIIが欲しいのですが…。

岩淵町 佐藤真美(66)
夏日から一気に冬になり、あわてて冬のコートを出しました。

江北 清水勇太(10)
「子どもお薬教室」で薬剤師体験がうれしかったです。勉強になりました。

王子 井伊幸子(74)
友達から手づくり干し柿をもらいました。最高においしかったです。

宮城 長井勉(58)
予防接種がすべて終わ



季節のスナップ

昭和記念公園のかたらいのイチヨウ並木で、黄葉を熱心にスマホで撮っている子どもの姿に見とれていました。(北出千萬城)

◎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)

り、寒い冬に備えています。
豊島 中西洋子(73)
高齢者大会に行きました。前回は60代、今回は70代の参加。まさに高齢者ね。

町屋 為我井雅子(81)
戦争を体験した私は、憲法9条を持つ日本が先頭に立ち、イスラエル停戦を呼びかけるべきと思います。

志茂 神田節子(72)
ほっとカフェの仲間がくるゆず味噌は最高です。加賀 深谷夏美(67)
秋とは思えない暖かさは海水温上昇のせい。地球温暖化を身近に感じます。

神谷 宮本房江(90)
ハナミズキ 赤く染まりて 冬来たる
東伊興 藤井明(73)

浮間第2支部筋トレA班を見習って、私も1月から少しずつ体を動かします。
鹿浜 梅原恭子(77)
失語症ボランティアで、若者が「喜寿」を知らず。私

も昔は知りませんでした。
豊島 横山きよ(75)
旧古河庭園の秋バラを見ました。良かったです。

伊興 岩田春江(72)
上野鈴本演芸場で手品・切り絵・漫才・大神楽曲芸・落語を堪能しました。
王子 中澤政子(80)
もううれしい年賀状。今年も書き始めます。

新田 荒川雪江(64)
「私の戦争体験」が勉強になります。ガザとイスラエルの戦いも心が痛みます。

西ヶ原 江口邦子(85)
折を見て読み返して、なるほどと楽しんでいきます。
舎人 松山雪子(79)
今年の冬は、コロナ・带状疱疹・インフルエンザと

予防接種三昧の日々です。
西新井本町 斉藤定美(74)
年賀はがきの発売時期だと思ったら、元同僚の喪中がき。寂しいです。

南千住 鶴沢俊夫(71)
岸田流「題材適所」「丁寧な説明」の解釈にあきれ。自公抜き連立政権を。
豊島 横尾城治(84)
私「あと10年生きる」妻「迷惑。私の人生返して」
私「めいっばい生きる」
荒川町 今徳芳子(73)
映画「福田村事件」、高麗博物館で朝鮮人虐殺を描く展示から深く知りました。
王子 若林ふさ子(70)
「注射器」タモリの発言に同感。新しい戦前への危機感を共有したいです。

医療生協の出番です！あなたの町の班会です

医療生協の出番です！あなたの町の班会です



若いも若きも楽しめるモルック

年4月から再開できるようになり、区民センターの予約も大変です。組織部職員が講師になり、毎回5〜6人の参加で楽しく行っています。間違えて止まったり後戻りしたりしてしまいましたが、後継者がいるので危険です。意外と頭も使いますが、ワイワイ楽しみながらやっています。もう少し人数が増えればいいなと思っています。(小田桐文字)

他支部もモルックに参加
作戦練って勝つ楽しみも
東十条支部 モルック班

モルックは、木の棒(モルック)を投げて数字がついたピンを倒し、チームでぴったり50点を獲得するフィンランド生まれのゲームです。関根寛さん(生協北診療所前事務長)から紹介されたのがきっかけで、5

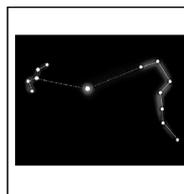
第423回

パズル

「ヒント」12月3日は国連が制定した「国際○○○○○○○○○○」があるという者デー。WHOの調査では世界の人口の約15%にあたる10億人に何らかの「○○○○○○○○○○」があると推測される。
〈とき方〉二重棒の4文字を並べかえると答えです。



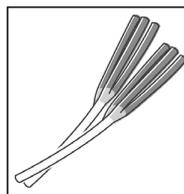
一年の厄災を断ち切るため大晦日に食べる風習は江戸時代から定着。北海道ではこれではなく寿司が定番



冬の星座・カシオペア座を探し目印。真北にあり、方角を知るのに昔から重宝された。明るさは2等星



一部の生物が活動を停止し、体温を低下させ食料の少ない冬季を過ごす。暑い地域では「夏眠」がある



日本書紀にも記され、古くから栽培。冬に美味しいのは白い部分が多い種。気血のめぐりをよくする食材

〈応募方法〉答え、住所、氏名、年齢を書いて〒114-0003 北区豊島3-4-0003 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。
〈しめくり〉12月30日。正解者の中から10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〉(パ)レスチナ
(当選者) (応募32) 今徳芳子、梅原恭子、江口邦子、久道和男、松山雪子

◇どこの病院・医院の処方せんでもお受けいたします◇
いつでも気軽に相談できるあなたのまちの薬局です。

★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	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	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	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
わかくさ薬局 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	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	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	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



参加してみませんか

〈班会案内〉

12月15日～1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】

- 12月15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20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
- 12月20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
- 12月22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24日午前9時～正午 麻雀班 堀船センター
- 12月25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
- 12月26日午後1時～1時半 和飾り班(和飾り作成) 浮間虹のセンター
- 12月27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)
- 12月27日午後1時半～4時 童謡班(軽体操) 堀船ふれあい館
- 1月10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)

- 1月12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
- 1月13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】

- 12月16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
- 12月17日午前10時～11時半 荒川音頭班(盆踊り) 尾久ふれあい館
- 12月19日午後1時～3時 うたう班(音楽鑑賞) 班長宅(荒川町)
- 12月23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
- 1月6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
- 1月8日午後1時半～3時 はらっぱ班(体操) 区立原公園
- 1月9日午前10時～正午 なかよし班(体操) 組合員事務所(荒川町)
- 1月13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

【足立区】

- 12月18日午前10時～11時半 おさんぽ班 はんの木
- 12月26日午前10時～正午 らくらく体操班 おじゃんせ
- 1月9日午前10時～正午 らくらく体操班 おじゃんせ

- 1月10日午前10時～11時 コカリナ班(楽器演奏) はんの木
- 1月11日午前10時～正午 あみもの班 おじゃんせ

〈企画案内〉

- 12月22日午後2時～ 加賀血谷支部学習会「即時停戦を！イスラエル問題について」講師：森松伸治さん 押血谷住区センター
 - 12月30日正午～午後3時 年越したすけあいフェス(フードバンク) 赤羽公園(赤羽会館側)
 - 1月19日午後2時～3時 さくらカフェ 豊島虹のセンター
 - 2月3日午後 健康チャレンジ報告学習会+骨密度学習会 会場未定
 - 2月25日 北区高齢者大会 会場：建設労働会館
- 問い合わせ先：組織部(03-3913-9100)



外来診療体制のご案内 12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

内科	予約	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
		菅野	池森 [腎・高血圧]	今泉 藤沼 大野[心]	森岡 平山 大野[心]	高島	今泉 松本	森岡 神田 渡邊	森岡 佐藤寿 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 古島(4週)	森岡 櫻井 佐藤温	平山 岸本 辻	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 瀧	松本 高橋英[呼]	岸本 高橋誠	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(1・2・3週)		打矢										
小児科	乳健 予約	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)	安			谷口	篠田	茂呂		保坂			整形外科医師
その他		宮崎(皮膚科)		早稲田(泌尿器科)				皮膚科医師			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 餅取(2・4週) 餅取 (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	秋山 (2・3・4週) 大場 餅取 (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	佐野康(1・2・4週) 吉村(1・3週) 田中(2・4週) 菊池(3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(1・2・4週) 須田(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	伊沢 泉水 (予約)	田邊(1・3・5週) 伊沢	伊沢	金澤 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)

汐入診療所 荒川区南千住8-10-3 ☎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) 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

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 前田	望月 竹田 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 前田	望月 竹田 前田 (2・4週)	望月 竹田 前田	望月 竹田 前田
夜間			竹田 (2・4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 12月8日、13日、18日、28日 「特売日」 1月5日、10日、18日、24日、29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
- サテライト十条 北区東十条2-8-5 ☎5390-6024
- 居宅介護支援事業所ハピネス 北区西ヶ原2-24-8リッセル飛鳥山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 ☎5855-7801
- 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 荒川区西尾久8-13-9 ☎5902-7179
- ほくと西尾久虹の家 デイサービスセンターなでしこ 足立区新田2-4-15
- 訪問看護ステーションほくと 鹿浜診療所2階 ☎5390-8451
- サテライトたんぼぼ 足立区新田2-4-15 ☎5902-7179
- 鹿浜診療所通所リハビリ

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

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。