

東京ほくと

2025年

10月号

第552号

特 集

戦後80年恒久平和を願って
～東京ほくとの平和活動～

- 原水禁・ピースアクション参加報告と代表団派遣支援企画
- 核廃絶と恒久平和を訴える活動

内 容

子ども医療体験
病気の話
本の紹介
生協活動に参加しませんか
事業所案内



 東京ほくと医療生活協同組合

〒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：3913-9100

2025年9月1日現在 組合員数／28,436人 出資金額／1,373,520,000円

ホームページ



バラと都電～三ノ輪橋停留所
撮影／中澤義則



原水爆禁止世界大会(長崎大会)・ ピースアクション in ヒロシマへ



組合員・職員が一致団結し、
財政支援を行い代表団派遣を応援しました

東京ほくと平和バザー(王子生協病院)

東京ほくから代表団を送り出すために職員・組合員11人で実行委員会を立ち上げ、4月から様々な企画や財政活動を行ってきました。7月25日に平和バザーを開催しました。組合員手づくりのパンは大人気で完売しました。



この頃は連日危険な暑さが続いており、来場者が少ないかと心配しましたが、多くの人が立ち寄ってくれました。7月29日には王子生協病院内で、会場へ出ることができない職員向けに開催しました。来場者を含め、多くの人々の協力が無事に終えることができました。

(理事 小川早苗)

汐入支部 平和バザー

8月2日、汐入支部主催で毎年恒例の平和バザーを開催しました。スタッフは、支部の運営委員と職員の12人。汗だくでの大奮闘でした。「男はつらいよ」劇中の寅さんのような値引き交渉が行われて会場に笑いがあふれる一幕もありました。



来場者は例年よりかなり少なく、売り上げも下がりました。それもそのはず、この日は熱中症警戒アラートが報じられていました。こうした状況でも診療所の看護師が患者さんに声を掛けたことで人が流れ、売り上げにつながりました。終了後の反省会では、来年から猛暑の時期を避けて春の涼しい時期に開催することを決めました。(汐入支部 金田泰弘)

王子生協病院 平和カレー

王子生協病院では毎年、原水爆禁止世界大会とピースアクションへの代表団参加へ向けて、組合員・職員が団結しカレー販売を行っています。今年は7月14日に行い、東京ほくからピースアクションinヒロシマに8人、原水禁世界大会長崎大会に2人を派遣しました。



カレー販売の当日は職員13人、組合員8人合計21人が集まり調理し、148食のカレーを売り切りました。組合員手作りのパンとケーキも併売し、こちらも早々に売り切れました。(王子生協病院 事務長 松浦広典)

足立西部第1・第2支部 平和カレー

戦争をなくすこと、二度と核兵器が使用されない世界をつくること、これはみんなの願いです。今年是被爆・戦後80年となる節目の年。数年ぶりに再開となった昨年を上回る意気込みが感じられました。お米15kgや人参は全量カンパで賄いました。要員用の炊き込みご飯とアイスクリームの差し入れ、事前の包丁研ぎなども多くの方が支援してくれ、昨年を大幅に超える延べ35人が準備に参加しました。カレーは昨年売り上げた141食を上回る180食もの注文がありました。

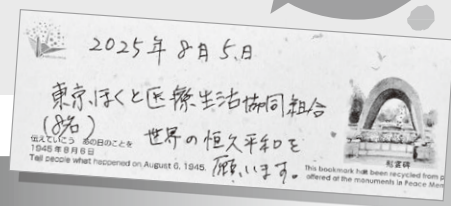


会場は調理する人、配達する人、食べる人が交じりにぎやかに。一段落したところで感想を述べあい、「折り鶴」「青い空」を歌って和やかに終了しました。

(足立西部第1支部 支部長 松本和彦)

東京ほくとでは、日々のちと健康をまもる活動をすすめています。また、その活動を破壊する一切の戦争政策に反対し、核兵器をなくし、平和と環境を守るとりくみも同時にすすめています。そのとりくみの一環として、毎年夏には募金や物品販売、カレー販売、バザーなどの財政活動を行い、原水爆禁止世界大会やピースアクションに組合員・職員の代表を派遣しています。今年はピースアクションinヒロシマに8人、原水爆禁止世界大会長崎大会に2人を派遣(2泊3日)しました。2面には財政活動を、3面には代表の参加報告を掲載しました。また4面では普段とりくんでいる平和活動を紹介しました。

世界の
恒久平和を
願います。



戦争のない日本に生きるからこそ 平和への関心と戦争体験の承継が大切

入職までは戦争に対して一般的な知識しか持っていませんでしたが、入職後、戦争や平和について考える機会を持てました。中でも研修で戦争の資料を見たことや被爆者の話を聞いたことにより、当時の人々の記憶・感情など、戦争がもたらした影響に興味を持ちました。

ピースアクションに参加することで様々なことを体験し、勉強になりました。原爆資料館や、被爆当時

の状態で保存された施設を訪問したことで、原爆投下直後から被爆者の子孫に至るまで長年にわたる放射能の影響で命が脅かされてきたこと、差別や貧困で苦しみ続けた人がいることを知りました。

また恒久平和を実現するためになされているとりくみについても知りました。ピースアクションのクライマックスを飾るイベント「虹のひろば」では被爆者の証言をもとに、

ダンスや絵、新聞記事など様々な手段で平和を表現していました。

戦争のない日本で生活している私たちにできることは、こうした平和活動を受け継ぎ、平和に関心を持つことだと思いました。そのためにはまず何が起きたかを知ること、見て聞いて考えることが大切だと感じました。

(荒川生協診療所 医事課
大宮玲花)



ノーモア・ヒロシマ ノーモア・ナガサキ ノーモア・ヒバクシャ

「筑紫野の緑の道を」と遠い昔に聞いた荒木栄^(※1)の唄に出てくる板付基地^(※2)の痕跡残る福岡空港を経由し、長崎へ入りました。

全体会では、ノーベル平和賞を受賞した日本原水爆被害者団体協議会・田中熙巳^{てるみ}さんの証言や「空白の10年間^(※3)」、国連への働きかけなどのとりくみが報告されました。

世界が核廃絶の運動をここまで進められたのは、日本の被爆者が長い間、自らの体験を根気強く発信し続けたからです。そして「核兵器禁止条約」を122の国が批准するまでに至りました。参加者から「世界の核保有国を含めた諸外国のとりくみが非常に質の高い運動になってい

る」という声を聞きました。分科会では海外での草の根運動の経験報告があり、どの報告からも「核抑止論が戦争を止めたことはない」との発言が聞かれました。

会場に若い人達が多く参加している事に驚きました。私達の宿舎にも福島の中学生在が「生徒会で募集していたので」と大勢泊まっていました。「生きているうちに核廃絶を」という必死の訴えが若い世代に受け継がれている事に希望を感じました。

オンライン動画で日本学術会議前会長の梶田隆章氏の講演を聞きました。物理学者として科学をどう扱うかという使命について述べられていたことに感動しました。

今回の旅程を企画し送り出してくれた東京ほくとの組合員、職員へ感謝の気持ちでいっぱいです。

(理事 山田康子)

(※1)福岡県出身のソングライター。主に労働歌を歌った

(※2)返還福岡空港は戦後米軍が接收し、一部を除き返還されるまで板付基地と呼ばれた

(※3)原爆投下後約10年間、被爆の実態や放射線障害はGHQによって隠蔽され、被爆者は支援を受けられなかった





恒久平和を訴える活動

知人宅をまわり署名集める

7月31日に江北駅前で、「日本政府に核兵器禁止条約の署名・批准を求める署名」宣伝行動を12人で行いました。人通りも少なく、暑さのせいか足を止める人はまばらです。民家の庭に知人の姿を発見し、声を掛け行動の趣旨を話したところ「元気に活動している姿を見るとこっちも元気が出るよ」と快く賛同し署名してくれました。また、近くで靴屋を営む知人宅にも署名のお願いに行き、平和活動について短い会話を交わしたあと、署名をいただきました。その後も別の知人宅をまわり、4人の署名を集めました。今回の署名行動で22筆が集まりました。(足立西部第2支部 支部長 田中真理子)



被爆国として、世界の先頭に立ち核廃絶を訴えよ

8月6日。広島に原爆が投下された日、王子生協病院に職員13人と組合員7人が集まり、「日本政府に核兵器禁止条約の署名・批准を求める署名」宣伝行動をしました。立っているだけでも暑く、汗だくになりながら、病院待合室や玄関前で来院患者に訴えました。40分で31筆の署名を集めました。

広島に続き長崎にも原爆が投下された日本。去年は日本原水爆被害者団体協議会がノーベル平和賞を受賞しました。今年は被爆80年。唯一の被爆国として先頭に立って、核兵器廃絶を世界に、日本政府に、訴えます。

(王子支部 支部長 川井久子)



一筆ずつ想いが伝わるようお声かけ

「日本政府に核兵器禁止条約の署名・批准を求める署名」宣伝行動に参加しました。毎回参加していると一人ひとりに声かけすることが楽しくなってきます。反対ではないが…と去っていく人の後ろ姿を見ながら、少し想いが伝わらなかったかなと思うこともあります。また、先ほど声かけした人に後ろから「やはり署名します」と言われたときは、とてもうれしくなります。想いはさまざまですが、一筆ずつに想いを込めて、自分たちの声かけが届くようにお願いしています。(王子支部 運営委員 倉科容子)

若者から活動参加の相談も

8月23日から24日にかけて開催し、およそ700人が来場しました。東京ほくとも協賛団体として毎年実行委員会に参加して運営に携わっています。今年は講演や映画などの企画が多く、それを目的に来場する方が多いと感じました。参加者は協賛団体が持ち寄った豊富な資料に興味深く閲覧していました。

東京ほくとはピースアクションや原水禁に参加した代表団の報告ポスターを展示しました。「日本政府に核兵器禁止条約の署名・批准を求める署名」も47筆が集まりました。

開催中に「学校で平和や戦争について考える企画を準備中で、運営方法を知りたい」「来年の戦争展に実行委員として参加したい」という高校生からの相談があり、開催後に実行委員会で共有したところ、若者が活動に加わることは嬉しいと盛り上がりました。

(組織部 瀬尾真奈美)



病
気

話

の

冬場から春先(例年12月～3月)に流行するインフルエンザは、38℃以上の急な高熱、頭痛、関節や筋肉の痛み、全身の倦怠感、のどの痛み、咳や鼻水などが特徴です。

子どもではまれに急性脳症を発症し、高齢者や基礎疾患のある方は肺炎などの重症化リスクがあります。

ワクチンには重症化や死亡を防ぐ効果があります。流行がピークを迎える1月末～3月上旬に備えて12月中旬までの接種完了が理想的です。

定期接種の対象は「65歳以上の方」または「60～64歳で一定の基礎疾患がある方(心臓・腎臓・呼吸器機能障害など)」になります。国内では2024年3月から「2歳以上19歳未満の方」を対象に、鼻に噴霧して接種する弱毒生ワクチンも承認されましたが、生ワクチンである点から接種してはいけない場合や医師と相談を要する場合があります。

日常生活の注意点については、

インフルエンザについて

ワクチン接種と日常生活での予防が大切

北足立生協診療所 医師

羽尾貴明



次の①～④を意識しましょう。

①手洗い・うがいの徹底：帰宅時には石鹸と流水で手洗いを

し、ウイルスを室内に持ち込まないように。喉の痛みや咳など上気道症状だけでなく、嘔気や下痢などの症状を予防するうえでも、うがい是有用とされています。

②不織布マスクの着用：ウイルスを体内に取り込まないためにも、外出時はマスクの着用が重要な予防策となります。

③乾燥の予防：室内が乾燥していると気道粘膜の防御機能が低下し、感染しやすくなります。室内の湿度は50～60%に保つと予防にも効果的です。

④十分な休息・栄養の維持：①～③を頑張っている、自分の体が免疫力を発揮できなくては、感染は防げません。日々の体調管理も大切に。

インフルエンザの予防には、ワクチンと日常の予防行動が重要です。地域で声をかけ合い、高齢者や子どもをしっかり守りながら、この冬を安心して乗り切りましょう。

生協活動に参加しませんか？



東京ほくとでは現在、生協の仲間づくりを広めるため、各地域で組合員集会を行っています(詳細は折込される支部ニュースや企画案内をご覧ください)。

毎年人気の骨密度測定器(写真右)のほか、今年は血管年齢チェックやストレス測定ができる機器を導入しました(写真左)。この機会に健康チェック会や体操などに参加して体の状態を知り、活発に活動しましょう！

問合せ：東京ほくと組織部 TEL.3913-9100 まで
(広報誌や折込も確認ください)

●地域の広場

フットケア・タッチケア・チネイザン開催中 **要予約**
※申し込み、問い合わせは訪問看護ステーションほくと(5902-7156)

訪問看護のホーム
ページで日程の確認
と予約ができます



●病院・診療所の健康まつりなど

(詳細は折込確認。または支部、診療所にお尋ねください)

	日	時 間	場 所
荒川・汐入健康まつり	10月18日	午後1時30分～4時	荒川生協診療所
みんなの北診 健康のつどい	10月26日	午前10時～午後1時	みんなの北診療所、 北区立神谷南公園
江北生協診療所 健康まつり	11月1日	午後1時～3時	江北生協診療所、 江北ふれあい公園
鹿浜ふれあいまつり	11月8日	午後2時～3時30分	鹿浜診療所
王子生協病院まつり	11月16日	午前11時～午後2時	王子生協病院

※各院所または
組織部でも診療
体制表を受け取
ることができます

班
会
予
定



診
療
体
制
表



●署名宣伝行動 10月20日 午後2時～3時 場所：都電町屋駅前

●なんでも相談会 10月28日、11月25日 第4火曜日実施 午後5時～6時
場所：王子駅前公園(雨天中止)

●フードパントリーとしま虹 12月27日(土) 午後3時～5時
場所：つどいの広場なないろ(雨天決行)

※お米・麺類などの食品をぜひお寄せください

※ご寄付：東京シティ信用金庫 東王子支店 普通0887262 フードパントリーとしま虹

法 律 相 談

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

完全予約制

相談は無料

(継続した相談は
有料になる場合あり)

▶ 11月19日(水)午後2時～5時
荒川生協診療所2階面談室
▶ 12月10日(水)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)

申込：本部総務部(3927-8864) ※開催日の前々日締切

OSUSUME

本の紹介

福岡伸一 著 「できそこないの男たち」
(光文社新書)

多くの男性が定年後に地域社会と
の接点が希薄になりがちなことは社会問題として取
り上げられます。この話を法人のH理事にしたとこ
ろ、一言「簡単よ、おばさんになればいいのよ」。

著者は生物学者であり、本書は生命の基本仕様が
女性であることについて探求し、男性の存在意義を
考察しています。性決定遺伝子のSR Y 遺伝子の発見
物語は推理小説のように面白いです。男性であるこ
との意味、社会における役割、そして未来へ向けて
どのように生きるべきか——。H理事のアドバイスは
慧眼。これらの問いに向き合うきっかけを与えてく
れる本書は、特に男性にこそ読んでもらいたいです。

(本部総務部 佐藤章)

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。				★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			処方せん受付FAX 03-3911-9899		
あらかわ虹薬局 荒川区荒川4-54-1 ☎3803-1005			処方せん受付FAX 03-3803-1004		
ひまわり薬局 浮間店 北区浮間3-22-5 ☎3558-3081			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			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			処方せん受付FAX 03-3896-6621		

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。

10年ぶりに「組合員と職員の活動交流集会」開催！

〔日時〕 2026年2月14日(土) 12時～午後4時頃

〔場所〕 ほととぎあペガサスホール(15階)

〔内容〕 組合員と職員が日頃の活動を発表し合い、お互いを知り・交流し・学びも得られる機会、また組合員ではない人にもほととの活動を知ってもらう機会にしたいので、お誘い合わせのうえご参加ください。

実行委員長の生協王子歯科望月裕美先生によるミニ講座「オーラルフレイルを防ごう(仮)」も企画しています。

詳細は続報をお待ちください。

(実行委員会事務局 小林祐貴(福祉事業部))

みんな集まれ！東京ほととモルック大会 開催！

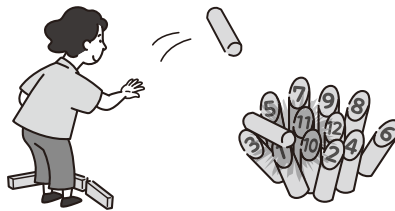
〔日時〕 2026年3月8日(日) 雨天中止

午前10時～12時30分(予定)

〔場所〕 赤羽公園

※申し込みなどの詳細は広報誌

12月号の折込でお知らせします



●王子生協病院は訪問診療も含め「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

TEL.3912-2201

●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**

配付ボランティア募集中

広報誌「東京ほとと」を配付していただけの方を募集しています(5部～10部でも構いません)

組織部(3913-9100)



東京ほととの事業所一覧

医科・歯科事業所

●北区

王子生協病院

北区豊島3-4-15

TEL.03-3912-2201

みんなの北診療所

北区神谷1-31-5 鶴八ビル1階

TEL.03-3913-5271

生協浮間診療所

北区浮間3-22-1

TEL.03-3558-8361

生協王子歯科

北区豊島3-19-3 豊島ビル2・3階

TEL.03-3927-9573

●足立区

江北生協診療所

足立区江北2-24-1

TEL.03-3857-6636

鹿浜診療所

足立区新田2-4-15

TEL.03-3912-8491

北足立生協診療所

足立区入谷3-1-5

TEL.03-3896-9971

●荒川区

荒川生協診療所

荒川区荒川4-54-5

TEL.03-3802-2601

汐入診療所

荒川区南千住8-10-3-101

TEL.03-3807-2302

介護事業所

●居宅介護支援事業所

地域ケアセンターわかば

北区豊島3-19-3 豊島ビル4階

TEL.03-5959-7875

居宅介護支援事業所 ハピネス

北区東十条2-6-5

第二富士ビル1階

TEL.03-5390-6024

地域ケアセンターはけた

荒川区荒川4-54-5

TEL.03-3805-8388

●訪問介護

ヘルパーステーションのぞみ

北区豊島3-7-2

TEL.03-5390-5998

ヘルパーステーションのぞみ

荒川営業所(サテライト)

荒川区荒川4-54-5

TEL.03-5850-3585

●訪問看護

訪問看護ステーションほとと

北区豊島3-19-3 豊島ビル1階

TEL.03-5902-7156

サテライト十条

北区東十条2-6-5 第二富士ビル2階

TEL.03-5963-7720

サテライトたんぽぽ

足立区新田2-4-15(鹿浜診療所内)

TEL.03-5390-8451

サテライト虹

荒川区荒川4-54-5 荒川生協診療所2階

TEL.03-3803-1179

サテライトなでしこ

荒川区西尾久8-13-9 西尾久ビル

TEL.03-5855-7761

●通所介護

デイサービスセンター なでしこ

荒川区西尾久8-13-9 西尾久ビル

TEL.03-5855-7447

●地域密着型通所介護

あらかわ虹の里デイサービス

荒川区荒川4-54-5

TEL.03-3802-3541

●通所リハビリテーション

鹿浜診療所

足立区新田2-4-15

TEL.03-5902-7179

●認知症対応型共同生活介護 (認知症対応型グループホーム)

ほととみまわりの家

北区西ヶ原2-24-8

リッセル飛鳥山

TEL.03-5980-6222

●都市型軽費老人ホーム

ほとと西尾久虹の家

荒川区西尾久8-13-9 西尾久ビル

TEL.03-5855-7801

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。 東京ほとと医療生活協同組合 本部組織部 TEL.3913-9100



学んで!

触れて!

夏休み 子ども医療体験

東京ほくとの事業所では毎年子ども医療体験を実施しています。今年も病院と診療所の4事業所で実施されました。そのうち2事業所の様子を紹介します

王子生協病院 臨床検査技師 上村ひな

8月2日に開催しました。33人の小学生が参加し、以下の催しを体験しました。

- ①車いす体験
- ②持参した「レントゲンで撮影したいもの」を観察
- ③エコーを使ってゼリーの中身当て
- ④歯科医師になりきり 抜歯や入れ歯はめチャレンジなど
- ⑤好きな色の白衣を着て、聴診器で身体の音を聴く
- ⑥足が速くなる薬、お金が貯まる薬など夢のお薬づくり(中身はお菓子)



盛りだくさんの内容で、最後に修了証を渡しました。②ではカブトムシの標本を持ってきた子もいたそうです。大変好評でした。⑥では、中身のお菓子を基準にして、作りたいお薬を選ぶ子もいたとか。どのブースも賑やかな声があがり、スタッフ一同、子どもたちの楽しそうな姿を見て癒されました。

鹿浜診療所

看護師長 七戸由美

7月24日に開催しました。白衣に着替えて医師・看護師・薬剤師・リハビリのブースを回りました。

- 医師** 聴診器で心臓の音を聞く、超音波エコー体験、ゼリーに閉じ込めた果物や野菜をエコーで観察しました
- 看護師** 包帯の巻き方。お友達の手や足に包帯を巻きました
- 薬剤師** 近隣の新田薬局の協力で、夢の処方箋体験。「誰に」「どのように」効くお薬にするかを考えて、色とりどりのラムネやグミを薬袋に詰めました
- リハビリ** 高齢者体験。重りをつけての杖歩行や電動車いすの体験をしました

参加者からは「楽しかった」「また来年も参加したい」との感想がありました。



田口初枝さん



田結弘明さん

