

2014年12月25日現在

- 組合員数 9,720人
- 出資金総額 271,410,000円
- 組合員平均出資金額 27,920円

※住所、氏名を変更された方は組織部までお知らせください。 ☎5680-7166

健康はぐるま

東京葛飾医療生活協同組合

- 〒125-0063 葛飾区白鳥2-3-6
 ☎(5680)7166 FAX(5680)7167
 下千葉診療所 ☎3602-2254
 篠原診療所 ☎3697-0765
 金町診療所 ☎3607-5124
- ほりきり訪問看護ステーション ☎3690-7112
 かなまち訪問看護ステーション ☎3609-3060
 ヘルパーステーション虹の輪 ☎5629-7229
 居宅介護支援事業所「ほりきり」 ☎3690-2080



三陸田野畑村羅賀の漁村

2011年3月、住民は高台に移転、近くのホテルは2階まで津波におそわれた

杉戸町 入月孝広

年末恒例のもちつき大会



篠原で

葛生協センターで

下千葉ブロックには230名、金町ブロックには150名、白鳥・亀有支部には200名、篠原支部には100名の人たちが集まり、もちつきを楽しみました。

年頭にあたって

東京葛飾医療生活協同組合
理事長 野島 英夫

あらたまの年の若水くむ今朝は そぞろにもものうれしかりけり



樋口一葉の十八歳の歌です。「お正月の若水を汲む、今朝はなんとなくうれしいなあ」と言っています。小説家として生きていこうと決意した頃で、若さあふれ未来に希望いっぱいのがさします。

でも現実には、父親を亡くし、生活のすべてが一葉にかかり、極貧の中にありました。女性のほとんどは、どんなに才能があっても、学業や職業から遠ざけられていました。まし

て、この時代は一葉一家を支えてくれる社会保障もありませんでした。そんな境遇に彼女は、どんなにか戸惑い歯噛みしたろうと思

国民の大部分は、無権利の状態におかれ、一葉が亡くなる2年前には日清戦争もおこり戦争の時代への火ぶたがきられました。

それから120年。日本国民はさまざま犠牲のうえに平和憲法を獲得し、この70年、曲がりなりにも平和を維持し、社会保障を制度化させ、女性の地位も向上させてきました。一葉が知ったら、きっと驚くことでしょう。

医療生協の理念は「健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる」を目標にしています。これは憲法25条・9条・13条に対応したものです。

安倍政権が、日本を海外で戦争ができる国、医療や介護を中心に社会保障の大後退、そして消費税の増税などに突き進もうとしています。国民世論と連帯しながらこうした暴走を許さない運動を広げていきたいと思います。

そして、組合員同士の協同の力を強め、より強固な組織づくりをすすめていきたいと思います。



今年2016年度から使用する中学校教科書の採択の年です。中学生が学びやすく、先生方が教えやすい教科書を。何よりも、真実を学び教えることのできる教科書の採択が望まれます。▼前回の採択では、大田区や武蔵村山市などで侵略戦争を肯定し賛美する教科書が採択されました。初めて体系的な歴史や憲法、今日の政治・経済のしくみを学ぶ中学生にとって、誤った歴史観・憲法観が押しつけられるとしたらこんな不幸なことはありません。何としても日本の歴史・憲法・社会のしくみなどを正しく学ぶことができる教科書が採択されねばならないと思います。▼教科書問題という教育関係者の問題と受けとられ、今一步関心の薄い風潮が感じられるようですが、区民の声をしっかりと区教育委員会に届け、反映させていく必要があります。▼集団的自衛権という名で若者を戦場に送らせないためにも誤った歴史観を教え込む教科書を絶対に採択させてはなりません。(正)

葛飾何でも無料相談会開く

31件の相談が

43名の要員で

4月に続いて今年度2回目の「葛飾何でも無料相談会」を11月19日、亀有リリオパークで開催しました。弁護士をはじめ税理士・元教師・建設労



医療や介護の相談に耳を傾ける鈴木裕美子総師長（左）と萩原佐知子所長

走り寄って来る人も

相談員として看護師とケアマネージャーが医療・介護相談を受け持ちました。

時折、テントが揺れる。かなりの寒風が吹く中でしたが、準備が整い相談会開始の合図が送られると同時にテントに向かっ

区の後援も要請

「葛飾区には毎回後援をお願いし、会場費の負担や相談員の派遣等も依頼してきていますが、まだ葛飾区後援の相談会には至っていません。それ

も広報課を通じて、相談内容によっては行政の対応をしていただけるように区長への申し入れを行っています。

4月には40件を超える相談があり、今回は2時間の時間短縮にも関わらず31件の相談がありました。今後とも行政への働きかけをしながら相談会の開催を継続していくと考えています。



ジョージ星さんのマジック

葛飾高齢者のつどい開く

10月25日、葛飾土建会館において「葛飾高齢者のつどい」が10年ぶりに開催され50名を超える参

加者で成功しました。つどいはジョージ星さんのマジックで開幕。会場が楽しい雰囲気になりました。学習講演では、日本高齢期運動連絡会の篠崎次男さんが「一人ぼっちをなくす運動について」と題して、全国の取り組みや高齢者の現状、地域での取り組みの

重要性についてわかりやすく話されました。最後に、高齢者運動をすすめる恒常的な組織作りが提案され、結成をめざして取り組むことになりました。

全職員集会で社会保障を学ぶ

東京葛飾医療生協では隔月に全職員集会を行っています。11月26日の全職員集会では、公文昭夫氏を講師に迎え学習会を行いました。

学習会では、社会保障制度改革推進法案と安倍政権により実施中の社会保障制度改革がどんなものか、また、今後予定されている実施内容などの

解説をしていただきました。医療・介護・年金制度など、もっとも社会の助けを必要としている人たちを守る仕組みが加速

度的に改悪されていくことに強い危機感を感じました。また、全ての人の人権が尊重される社会をめざす私たち医療生協としては、とても認められないものではありません。

折しも、特定秘密保護法が施行されました。今後ますます国民の人権無視や、弱い立場にある人に冷たい政治が行われようとしています。

これからの医療生協活動を通じて、社会保障の改善を求めていきたいと思えます。

生協強化月間に組合員訪問

10月1日から12月20日までの2014年度生協強化月間では、新しく122名の方に医療生協に

ご加入いただきました。また、たくさんの方の組合員みなさんに増資の協力をいただきました。

東京葛飾医療生協では、2014年度に400名の組合員を迎え、1万5千口の増資を目標に掲げ、月間ではその80%をめざすこととしました。

仲間増やしでは214名と53%に、増資では5101口と34%に到達しました。ご協力の心より感謝申し上げます。

月間を前に開催したせ

年度目標達成まで奮闘

197名の組合員さんを訪問しました。

気持ち良く晴れ渡った土曜日の午後ということ

で留守も多い中でしたが93名の組合員さんと話をすることができました。

「はぐるまをよく見てい

いたします。専務理事 上符弘榮



講師の公文昭夫さん

下千葉診療所 菅野 稷

みかん狩りを楽しみました

11月23日晴れ。ここ2、3日とは違う暖かい日となりました。

文化レクリエーション委員会の日帰りバス旅行は静岡へ向かって出発しました。

バスガイドさんの案内で、まずは東京タワーのベストビューポイントから。青空をバックに赤いタワーは少女が背伸びを

楽しみました。「みかんは木ごとに味が違う。一個甘かったらその木はみんな甘い」というみかん園の方の言葉を聞くと、参加者は一目散においしい木を見つけに走り出しました。そして、30分後にはネットに詰め放題のみかんを抱えてここにこ

で戻ってきました。帰路も笑い声で全く寝れず。笑顔で「また来年もね」という楽しい一日でした。



組合員分布を確認し出発

専務理事 上符弘榮

文レク委員会 萩原 忍



第8回民商まつりには健康チェックとバザーで参加しました



富士山をバックに集合写真

はがきで ノットがは

杉戸町 入月孝広



□マスクとマフラー□

東金町 吉田清美
いよいよ空気が冷たくなり
気管支喘息の私はマスクとマフラーが手放せない季節になりました。
東京都の無料医療証をもらっています。今後どうなるのか不安です。風邪をひかずノドを痛めないよう注意しています。

□楽しい仕分作業□

新宿 岡本隆子
組合員の皆様と1ヶ月おきに集まり「健康のはぐるま」の仕分を楽しくさせていたしております。これも元氣だからと自分に言い聞かせ……。最近足を悪くしました。毎日頑張っています。

□お花茶屋 栗本都子

あっという間に秋を飛び越え冬の到来。季節も時代もゆっくと流れてほしい。未来を考えたら、一番大切なことは庶民を捨てる政治はやめてほしいと思うこと。

□過活動膀胱の予防□

奥戸 熊谷正彦
「おしっこの話」の講演会を聞き事が出来ました。高齢になると、おしっこが近い「過活動膀胱」と思いました。

良い事は長く続けよう

胸になり、それを改善するには骨盤底筋体操と腹式呼吸が効果あるとのこと音楽に合わせて実施しました。



松戸市 高野直人

皆さまからの投稿をお待ちしております

癌末期の訪問看護

51歳女性。外陰癌で余命1〜2ヵ月という方の訪問看護を通して改めて考えさせられることがありましたのでご報告させていただきます。



癌末期の訪問看護は介護保険ではなく医療保険の対応になります。

この方は最初から入院の希望があり、入院できるまでの間の訪問看護の依頼でした。

家族は仕事があり、働かなくてははいけません。

本人は痛い、苦し

い中、一人で家にいなければなりません。家族との話し合いで少しでも一人の時間を短くしようとする人が時間差出勤をし、妹と叔母が訪問をし、その間に私たち訪問看護が入るといいます。

定をたてました。しかし、痛みが激しく、薬も効いていないように、トイレに動くとき痛でしばらくうめき声をあげているという繰

り返しの中、一人にしておくと不安等もありご主人が仕事を休むようになりまし

ました。主治医には状態報告とともに痛みのコントロールを依頼し、少しずつ痛み止め

の量を増やしてはもらいましたが、痛みが消失することはありませんでした。

訪問看護の現場から

かなまち訪問看護ステーション

所長 小泉ひとみ

入院までの2週間という本当に短い期間で

癌末期で治療もできず在宅に帰ってくる人が増えていきます。緩和ケア病棟もすぐには入

れず「待ち」の状態です。患者さんが望んで

訪問看護では癌の侵襲による皮膚のただれや崩れに対して洗浄を失することはありませ

た。訪問看護では癌の侵襲による皮膚のただれや崩れに対して洗浄を失することはありませ

た。訪問看護では癌の侵襲による皮膚のただれや崩れに対して洗浄を失することはありませ

ふり返ってみると

してさしあげることし

回数たった6回の訪問看護しかできませんでしたが、自分達には何か他にできたことはないのか?と今でも考えさせられます。予定

通り2週間後に入院できたのが何よりの救いでした。そして、入院が決まったときご主人から連絡があり「本当にありがとございませ

た。もっと早い段階で訪問看護に伺っていただければ、主治医との連携は万全だったか、緩和ケア病棟にも無理を承知で連絡を入れていただ

肺炎球菌ワクチンについて

下千葉診療所 所長 三浦 寧子

肺炎は、日本人の死因の中で第3位となり、肺炎で亡くなる人は年間約12万人に達します。その多くが65歳

肺炎の原因は肺炎球菌

肺炎の原因は肺炎球菌です。そのため、高齢者には肺炎球菌ワクチンによる肺炎予防が薦められています。

肺炎球菌ワクチンを数年以内に再接種した場合、注射部位に痛みや発赤・硬結がみられ

る。再接種の検討もめします。

再接種の検討もめします。

再接種の検討もめします。

再接種の検討もめします。

再接種の検討もめします。



肺炎は、日本人の死因の中で第3位となり、肺炎で亡くなる人は年間約12万人に達します。その多くが65歳

肺炎の原因は肺炎球菌です。そのため、高齢者には肺炎球菌ワクチンによる肺炎予防が薦められています。

肺炎球菌ワクチンを数年以内に再接種した場合、注射部位に痛みや発赤・硬結がみられ

る。再接種の検討もめします。

再接種の検討もめします。

再接種の検討もめします。

再接種の検討もめします。

再接種の検討もめします。

ザクロスワード

出題●モロズミ勝

1	2	3	4	5	6
7			8	9	
10		11		12	
13		14		15	
16		17		18	
19		20		21	
22		23		24	
25		26			

- ヨコのカギ
- この絵を枕の下に敷くと、良い初夢が見られます
 - ……風小僧の寒太郎
 - ラグビーやサッカーは……オフで試合開始
 - マリモで有名な湖
 - 公園清掃の……運動
 - 難病が……的に全快
 - 料亭のお……で新年会
 - ……の密猟が後を絶ちません
 - 紙……をこねて工作
 - 悪い評判。……返上
 - ……から目薬
 - 満員で……詰めの電車
 - 冗談。しゃれ
 - 燃料にする木
 - エビで釣れることも
 - 第16代米国大統領

- タテのカギ
- ……で暖を取ります
 - 御嶽山や阿蘇山
 - 朝飯前の……な仕事
 - 睡眠中に出る液体
 - ……賀新年
 - 電線の近くでは危険です
 - ……一発のピンチ
 - 豪州の最大都市
 - マッサンが製造する酒
 - 熱い食べ物に苦手です
 - 兄弟姉妹の息子
 - 感染症患者を……
 - 漢詩や和歌に節をつけて歌います
 - ほろ……加減で千鳥足
 - 鳶(とんび)が……を生む

クロスワードパズル前回(2014年11月1日第204号)の答え

トリノイチでした。

正解者の中から5名の方(石井三和子、村瀬昭一、八町サヨ子、山本玄容、脇坂久子)に図書券をお送りしました。

近況、感想、大歓迎

〒125-0063 葛飾区白鳥2-13-10 東京葛飾医療生協

応募方法

はがきに答え、住所、氏名、年齢をお書きになり2月10日まで投函してください。5名の方に図書券をお贈りいたします。

介護保険事業がどう変わるか

介護保険課長と懇談行つ



利谷十四男介護保険課長

区の体制づくりの状況を介護保険課長の出前講座で学習懇談しました。職員(ケアマネ、介護福祉士)7人を含めて理事長、理事、介護家族など25名が参加しました。

☆3つの主な改正点☆

①はボランティア主体の体制になりますが、平成29年が期限なのでまだ具体化は進んでいません。

②は要介護度の制限で特養入所待機が緩和され、増設の根拠が弱まるという見方です。しかし特養入所希望は広く潜在しています。参加したケアマネから13点制が入所申し込みの壁になっているとして、その見直しに強い要望が出ました。

③では施設利用負担額が著しく増す低所得者に区の補助を望む提案に対して、課長は負担の公平性を強調して理解を示しませんでした。

昨年(2014年)6月、介護保険制度が改正されました。これまでになかったほどの「大改悪」といわれています。

事業所利用委員会は10月22日、改正による葛飾

2つの健康目標

62歳で退職して10年になる。当時、2つの健康目標を持った。普通に元気であるとともに、体を鍛えて多少の悪条件・環境でも元気に暮らせる身体を作る

私の健康法<7>

小松伸哉

ひとつは、頭と体をバランスよく老化させたいということであった。

悲しい。頭脳相心の体であり、身体相心に頭脳が働く老人になりた

退職後まじめにやり始めたテニス。当初30分の練習が続かず、ま

ともに走れなかった。

皆様の「私の健康法」をお寄せ下さい。(300字・写真)



体が元気で頭だけが退化すると介護する人が大変だし、頭が明晰なままで、五体いこうとが効かなくなるのも

一方、頭脳の方は、「加齢による衰え」が鍛錬を上回っており、

不安な日々を送っている。もっと努力をとも

思うが、どうすればよいか、先輩方の経験も聞かせてほしい。



8回を重ねた懇談会

出資金はこのように使っています

足指力計測器を買いました

足の親指と第2指でつまみをはさむだけで、足指力(下肢筋力)を簡単に測ることが出来る足指力計測器を購入し、班会や健康チェックで活用しています。母趾および第2指の間の随意的圧迫筋力は足の機能、さらには移動能力に大きく影響し、転倒予防にもつながると言われています。



足指力計測器チェッカーくん

保健委員会

東京葛飾医療生活協同組合 組合員の皆様へ

医療生協の事業と運動を支える出資金の増資と仲間増やしにご協力ください!

◎急病・診療所が休診の時

救急車 119番
迷ったら #7119(携帯・PHS・プッシュ回線)
ダイヤル回線: 3212-2323

医療機関などの案内・平日夜間診療所(小児科)、休日応急診療所などの案内
広報 かつしかをご覧ください。

金町診療所

休日当番 2月22日(日)

所長 須藤 駿 東金町1-15-5 ☎(3607)5124

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00 ~ 12:30	須藤 (内科)	今村 (内科) 松尾 (循環器科)	新井 (内科) 菅 (往診)	佐藤 (神経内科) 9:00~11:30 比嘉 (カマチ予科)	須藤 (内科) 内田 (往診)	小柳津 (内科) 第2・5週 高橋 (内科) 第1・3週 関根 (第4週)
午後 2:00 ~ 4:30	須藤 (内科) 井奥 (往診)	須藤 (隔週往診) 岡田 (内科)	(休診)	園田 (内科) 比嘉 (カマチ予科)	中村 (内科)	(休診)
夜間 6:00 ~ 8:00	(休診)	(休診)	6:30~8:00 露木 (内科・外科)	(休診)	(休診)	(休診)

篠原診療所

所長 清水義人

四ツ木4-15-15 ☎(3697)0765

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00 ~ 12:30	清水 (内科)	川越 (内科) 田原 (整形外科)	清水 (内科)	清水 (検査) 三浦 (内科)	鈴木 (内科)	園田 (第2・4週) 村上 (第1・3・5週)
午後 2:00 ~ 4:30	清水 (往診)	清水 (内科) 川越 (糖尿病予科)	(休診)	清水 (内科) 三浦 (往診)	平澤 (内科・循環器)	(休診)
夜間 6:00 ~ 7:30	吉田 (内科)	(休診)	(休診)	(休診)	(休診)	(休診)

下千葉診療所

所長 三浦寧子

堀切7-13-24 ☎(3602)2254

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00 ~ 12:30	三浦 (内科)	三浦 (内科) 大隈 (整形外科) 9:00~12:00	三浦 (内科)	須藤 (内科) 園田 (糖尿病) 東 (往診)	三浦 (内科) 増田 (内科)	三浦 (内科) 園田 (糖尿病) 第3週 吉田 (第4週) 中村 (内科) 第2・5週
午後 2:00 ~ 4:30	三浦 (内科) 東條 (往診)	三浦 (内科)	(休診)	東 (内科) 須藤 (往診)	三浦 (往診) 増田 (内科・検査)	(休診)
夜間 6:00 ~ 7:30	(休診)	(休診)	吉田 (内科)	(休診)	(休診)	(休診)