

2015年9月30日現在

- 組合員数 9,699人
- 出資金総額 243,063,000円
- 一世帯平均出資金額 25,060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

健康のはぐるま

http://www.katuseikyoku.or.jp/

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



まとめと閉会のあいさつをする中村常務理事

つながる安心! ひろがる“わ”

2015年度

生協強化月間

せーの集い

10月4日、本部会議室で41名参加で行われました。

今年のせーの集いは戦争法はじめ医療・介護など憲法を踏みこむ政治が行われ、私たちの暮らしや事業活動にとってきわめて重大な情勢の中で行われました。

同時に経営の改善も月間の課題です。安定した経営が東京葛飾医療生協の将来展望を開く中長期事業計画をすすめる上で大切な取り組みです。目標は年間目標の8割

組合員拡大について

上符 弘榮

強化月間の組合員拡大目標は、年間目標の8割です。金町南支部では、年間目標が20名です。強化月間目標は16名です。9月現在9名拡大している、7名の拡大で目標に到達します。

2013、14年は拡大目標を超過達成してきました。今年度も、1カ月の拡大を「0」にしないようにがんばってきまして、なかなか大変です。2カ月と20日間で7人の拡大を成し遂げるには、どうすればよいのかを考えました。

まず、訪問行動のなかで、拡大をすすめていきます。高砂の「介護をよくする会」との共催で「認知症の勉強会」を行います。そのご案内をしつつ組合員拡大をすすめます。又、運営委員を中心に、手配りさんや組合

員さんの協力を得ながら目標達成を目指して、頑張っていると思っております。

金町南支部 菅野カツ子

顔が見える活動

下千葉東支部運営委員会は、医療生協の顔が見える活動を如何に進めるか、について議論し、計画・準備をしています。

私たちは、医療生協活動の大きな柱である「健康な人づくり」「健康な町づくり」の一環として「歌の広場」「お楽しみ会」を取り組んでいきます。

現在の班会をより楽しく、何でも話し合える場へ中味の濃い場にして、更に「身近なところに班」作り、を進めて行きたいと考えています。

加えて、地域全体を視野に、医療生協の顔が見える活動をするためにも全戸訪問することになりました。①健康な生活を考えること。②困

りごとの連絡先。等について対話しながら、地域の人達とのつながりをつくり、地域の状況を把握することを目的に、訪問活動をするにしました。

そうした活動をねばり強く進めるためにも、支部として通信教育を全員で受講し、楽しく議論し、無理なく活動できるよう、取り組みを始めたところでは。

下千葉東支部 金生谷貞雄

安保法制を廃止させよう!

2015年9月30日の理事会で憲法違反の安保法制を廃止させるまで、本部宣伝カーの区内のアピールを継続することを決めました。

9月19日安保法制は政府与党によって強行採決がされましたが、憲法は国の最高法規であって、違憲立法はその効力を有しないとの憲法98条があります。この間、安倍政権は国会での野党的確かな質問に対して、論点的すり替えや説明の拒否を繰り返して、「法案の破たん」は明らかでした。国民への説得に失敗したにもかかわらず、安倍首相は「国民の理解が得られなくても決める」、「法案

が決まった後に国民の理解は広がる」と述べるなど、国民の批判や反対を無視しました。また、安倍首相は先にアメリカ議会演説で法案成立を約束し、日米防衛協力の指針新ガイドラインに合意し、自衛隊は法案成立を前提にした検討を進めてきていました。実際つのは、国会や民意を切り捨てる「アメリカ追随」です。

私たちが憲法の下で、平和的に生きることを願う、1日も早く安保法制を廃止させるために声を上げ、運動を広げましょう。

「家族やまわりの誰もが平和で安心して暮らせる世の中を、これからもずっと守ってゆきたい」の一心で、戦争法案廃案の行動を！と、週1日の運転手に立候補しました。

また、安倍首相は先にアメリカ議会演説で法案成立を約束し、日米防衛協力の指針新ガイドラインに合意し、自衛隊は法案成立を前提にした検討を進めてきていました。実際つのは、国会や民意を切り捨てる「アメリカ追随」です。

私たちが憲法の下で、平和的に生きることを願う、1日も早く安保法制を廃止させるために声を上げ、運動を広げましょう。

9月19日、安倍自公政権は、採決を強行しました。戦争法廃止へますます宣伝活動が大切になっていきます。廃止のためにこれからもガンバリましょう。

金町東支部 岩田敦之

水元支部 阿部千代子



アピールする高柳常務理事



先日、ある班会でのこと「マイナンバーって何なの、あんなものを貰ってどうするの」と。10月5日に施行されたマイナンバー法（利用開始来年1月）だが、物議の中心は「スーパーで食料品を買う時にそのカードを出せば消費税が返ってくるんだって」「1年に4千円返してもらうのに、個人情報一杯詰まったカードをいちいち持ち歩いたら危ないんじゃないの」と▼赤ちゃんからお年寄りまで12桁の番号を割り振って税金、保険料、年金等の情報を一元的に管理・利用する。国民は様々な手続きにいちいち役所に行く手間が省けると宣伝しているが、本音は個人情報を丸裸にし低所得者からも徴収を徹底し社会保障サービスを抑え込むのが狙いと言われている▼麻生財務相はテレビでふんぞり返って「嫌なら持っていないでいい、その代わり減税はない」と言い放ちました。班会での結論は、危険一杯のマイナンバーを止めて、消費税10%増税を止めさせようでした。(ま)

2015年 秋のバス旅行 里山で自然体験と栗ひろい

53名参加した栗ひろい



久シャトーに
帰路は、牛
拾いながらの栗
拾いです。

白鳥支部 参加者
加したいと思えます。

塩田育子
居宅「ほりきり」

楽ついでついで

9月20日、茨城県石岡

市にある朝日里山学校へ
栗拾いとジャム作りに行
ってきました。天気は恵
まれ、常盤道を目的に向
かってひた走
り、JAやさ
とにて採れた
て野菜のショ
ッピングをし
た後、美味し
い栗ご飯をい
ただき、ブル
ベリーのにッ
ヤム作りを楽
しました。

懐かしく楽しむ
子どもの頃に、山に登
り栗を拾った思い出があ
りますが、栗畑で拾うの
は今回が初めてで、栗の
木には実がいっぱいでそ
の下に実が落ちており、
私は袋いっぱい拾った
とが出来楽しかったで
す。

初めての体験
お天気にも恵まれ、満
席のバスに乗り出発。窓
から見える景色を楽し
み、昼頃には里山に到着
しました。バイキングの
栗ご飯を美味しくいただ
いて、皆でジャム作り体
験をし、出来たジャムは
お土産に持ち帰りました。
栗拾いは懐かしく楽し
く過ごしました。

第29回 日本高齢者大会

9月15・16日に和歌山
で開かれた日本高齢者大

会に参加してきました。
全国から260名を超え



る参加者が集い「まちか
ら村からの連帯で一人ぼ
っちの高齢者をなくそ
う。戦後70年、憲法をい
かし格差のない公正な社
会を」の願いの下、高齢
者問題の現状とこれから
のあり方について考え合
いました。

深刻な状況

年金が減らされ、医療
費・介護保険料負担額が
増え、高齢者の生活が大
きく追いつめられている
中、食生活を支えていく
のがヤットのこと。この

深刻な状況
上医療・介護
の費用負担が
増えると年金
支給額での生
活は破綻をき
たしてしまう
という現状。
その上、若い
人たちが派遣
切りなどに遭
い、親と同居
するという年
金親子の生
活の担い手と
なっている世帯も増えて
いる中、少くない家庭
で「親子共倒れ」の危機
に瀕している状況に大変
な深刻さを感じました。

東京大会に向けて
来年は東京で開催され
ます。多くの高齢者パワ
ーを結集し、高齢者の生
活向上・社会保障の前進
に向けて大きな力を発進
させていきましょう！
下千葉支部 西川正二



葛飾から7名が参加しました

笑いケア体操の紹介

9月23日 ふれあい健康まつり



体を伸ばしたり、笑ったり

「より良い介護・医療
をめざす水元ふれあいネ
ットワーク」主催の健康
まつりに参加してしまし
た。

ビル5階ホール、60人以
上の参加でした。
ホールの片隅ではミニ
バザー、物販販売が行な
われ、午前中のメイン企
画「寝床屋道楽」さんの
創作落語では、笑いの中
に現代社会の風刺が盛り
込まれた、大変勉強にな
る楽しい落語でした。昼
食後は会場の皆と一緒に
太極拳、マジックショー

で大笑いしました。
いよいよ葛生協会の笑い
ケア体操の出番です。健
康づくり委員の4シスタ
ーズが前に出て、恥ずか
しさに負けないように精
いっぱい大声で「いい
ぞ、いいぞ」「エイエイ
」と掛け声をかけながら会
場の皆さんと一体となっ
て、体を伸ばしたり、大
声で笑ったりし、熱気で
汗がにじんできました。
最後にコーラスグルー
プが中心になりみんなで
声をあげて歌いまし
た。

今回の健康まつりは、
大声で笑い、体を動か
し、大きな声で歌をうた
う、と3拍子揃った中身
で、健康増進に大いに役
立ったと思えました。
健康づくり委員
阿部千代子

みんなで持ち寄り、お昼のひと時



9月3日、関
川宅でお弁当を
持ち寄り2回目
の班会が開かれ
ました。

白鳥支部 おしゃべり班会

それは5月の
支部総会で、そ
れぞれの生活ぶ
りが話題にな
り、お昼は1人
で食事をしてい

ることが多いとのこと。
それならみんなで一緒に
食事をしてみないかと言
うことになり、食事を持
ち寄り、おしゃべりをし
ました。
当日は、小林さんが味
噌汁を作り、みんなが持
って来たおべんとうを、
突っつきながら楽しくお
しゃべりが交わされまし
た。
楽しかったので、隔月
の第1木曜日、関川宅に
て行う事になりました。
名称は「おしゃべり班
会」班長は関川さんに決
まりました。
白鳥支部
吉野 五郎

はがきで こんにちは

□「歌の広場」□

白鳥 篠田 仁美
和歌山県から8年前に引越してきました。数か月前、医療生協に入っている人に聞き、入会させていただきました。堀切の人なので一緒に「歌の広場」に連れて行って

もらい楽しんでいきます。

□日記は心の友□
お花茶屋 栗本 都子
5年日記を買って2年

目。最初は、5年くらいは生きられそうだと思う、毎日の出来事や去年は何があったか記録のつもりでした。

認知症があっても認めない母の所へ通っていません。昨年今頃は5日くらい。今では20日以上。話し相手になったり、オセロをしたり、マンドラのぬり絵をして3〜4時間過ごします。

日記は私の心の友
となっております。

□秋の味覚□
南水元
高畠 まつゑ

秋風が吹いてきている様子。朝晩はヒ



松戸市 高野誠一

新所長紹介

鈴木 瑞史 所長

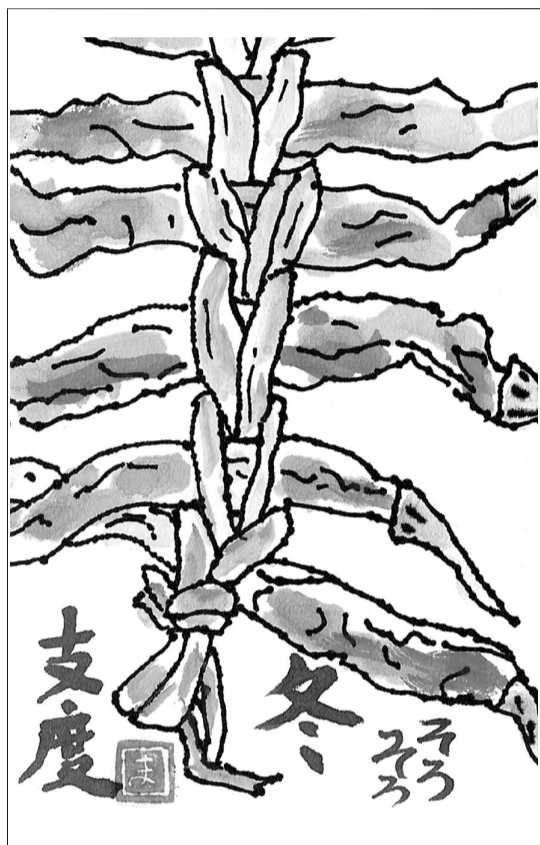
初めまして。本年10月1日より金町診療所所長を仰せつかりました鈴木瑞史と申します。私は今まで主に在宅医療を中心に診療おこなってまいりました。

在宅診療とは、患者様ご本人とご家族様の三者で人生を卒業されるその時まで様々な局面で、ともに考え、悩み、ともに笑う、「ともに歩む医療」と思っております。

医療生協の本旨に基づき、健診、外来、訪問診療の3本柱を軸として、がん、脳血管疾患、心疾患といった生命を脅かす3大疾病の早期発見、悪化予防を中心に、みなさ



ンヤリと肌寒さを感じたりします。秋の季節は食べ物美味しく、嬉しいう。楽しみに待つこととしまししょう。



柴又 小林満智子

水元支部 手配りさん交流会

10月10日水元支部の「手配りさん交流会」が19名の参加で行われ、お弁当を食べながら自己紹介を

まが住み慣れたこの地でずっと元気で、主体的に、楽しく、安心して暮らしていただけのように医療面で積極的にサポートしてまいりたいと思っております。

そのために、私の診療のモットーは在宅医療と同じように「なるべく専門用語を使わず、できるだけ楽しくわかりやすい医療」「個々の目的を常に共有し、いつまでも、共に歩んでいく医療」を展開してまいりたいとおもっております。お気軽にお越しください。



意見が出されました。交流することの大切さを改めて思いました。
水元支部 南部 和代

手配りさん募集中

ご覧いただいている「健康のはぐるま」の手配り率はお蔭さまで75%を突破しました。80%まで、あと約200部になりました。

手配りさんが増えることで、顔の見える組合員活動が進みます。ぜひ地域で手配りさんになってください。

事務局

独居の方のターミナルケア

「入院はダメー」(大声)
「注射はダメー」(シエスチャー)

耳が聞こえない、字が読めない、書けないというハンディキャップを抱え、末期の大腸がんとなった男性が強く望んだのは、「家で過ごしたい」でした。

医療・介護の現場から

金町診療所看護主任 廣川郁子

「入院はダメー」(大声)「注射はダメー」(シエスチャー)耳が聞こえない、字が読めない、書けないというハンディキャップを抱え、末期の大腸がんとなった男性が強く望んだのは、「家で過ごしたい」でした。

お世話をしています。さっそく往診、ケア

ももとは他院で手術目的の為に入院していましたが、警戒心が強かったため、常に近隣の方々の立会いのもと

術は行わず、ホスピスを希望され退院。その後、在宅診療の希望があり、金町診療所は「断らない」ということで隣人に付き添われ受診されました。

つながる安心

「自分らしく生きる」葛生協が一丸となって、これからもお手を伝いさせていただきます。

ザ・クロスワード

出題●モロス三勝

1	2	3	4	5	6
7			B		9
10					11
12	13	14	15		16
17		18			19
20			E	21	
23					25
26					27

【問題】A〜Fを並べてできる言葉は？

- 1 このが3回ある今年は何月か?
- 2 カイコが作ります
- 3 ……にかすがい
- 4 悲しみと喜び、……こも
- 5 腕のつけ根の下側
- 6 マラソンは……上競技
- 8 首都はローマ
- 11 動物の男
- 13 オートバイのレース
- 15 略称はUSA
- 16 日曜日の2日前
- 18 おべっか。お……言葉
- 22 お金を入れる鉄の箱
- 23 桃……3年柿8年
- 24 木と土の間にあります
- 25 浅くて平たい器です

クロスワードパズル前回 (2015年9月1日第209号) の答え

タイフウノメでした。

正解者の中から5名の方 (伊藤恭子・佐々木政司・柴田洋子・洞口ますえ・若林博子) に図書カードをお送りしました。

近況、感想、大歓迎
〒125-0063 葛飾区白鳥2-3-6
東京葛飾医療生協 はぐるま編集委員会

応募方法

はがきに答え、住所、氏名、年齢をお書きになり12月10日まで投函してください。5名の方に図書カードをお贈りします。

下千葉ブロック 未加入の利用者さん訪問計画!

下千葉ブロックの10月の運営委員会で医療生協特別強化月間の取り組みについて話し合いました。

ひろがる“わ”

より強固な医療生協を地域につくり医療と健康のネットワークを築くために組合員さんの拡大の

取組みを推進していくことを確認しました。未加入の下千葉診療所利用の患者さん宅を訪問して「インフルエンザ予防接種の組合員価格(通常価格より2千円安価)のこと、12月の餅つき大会のことを話しながら、医療生協加入のことを訴えたと理解してもらえ

るのではないかと等お互いの知恵と工夫を出し合いながら話し合いました。10月18日と11月15日10時から、運営委員と職員で協力して取り組むこととしました。良い結果に繋がるといいますね。

下千葉支部 西川正二

209号総代会発言

鈴木総代会への回答

十分な説明をせず物療室を閉鎖したことについて大変申し訳ありません

業構想計画での下千葉診療所リニューアルすめ

専務理事 上符弘榮

仲間と走ること

作業所の知的障害の仲間と土・日、水元公園・三郷公園でランニング練習を行っています。練習前に25分のストレッチ、スクワット等をやる

の四季折々の花や木々の緑に囲まれて走るの最高です。気持ちが高揚になり、ストレ

また、障害のある仲間たちとわたすげハイキングクラブを作り、毎月、奥多摩や秩父の里山に出かけます。

私の健康法

渡邊正春

と、寒くても体が温かくなりません。水元公園

10月の荒川(ハーフ)、12月の足立フレンドリマラン(ハーフ)、4月の霞ヶ浦マラン(フルマラン・10マイル)が締めく

皆様「私の健康法」をお寄せ下さい。(300字・写真)



ス解消になります。10月の荒川(ハーフ)、12月の足立フレンドリマラン(ハーフ)、4月の霞ヶ浦マラン(フルマラン・10マイル)が締めく

皆様「私の健康法」をお寄せ下さい。(300字・写真)

年末と年始の各支部の企画

	年末 もちつき大会	新年 新春のつどい
下千葉ブロック	12月5日(土) 下千葉診療所駐車場	1月23日(土) 会場未定
篠原支部	12月13日(日) 篠原診療所正面入口	会場未定
金町ブロック	12月12日(土) 金町診療所駐車場	1月23日(土) 金町地区センター
白鳥支部 亀青支部	12月12日(土) 葛生協センター	1月16日(土) 葛生協センター

※詳細は各支部、診療所でご確認ください※

インフルエンザワクチンを受けましょう

インフルエンザとは、インフルエンザウイルスによる感染症で、普通の風邪との違いは急激に発

症し、症状が重いのが特徴です。1〜5日の潜伏期間後38度以上の高熱や筋肉・関節痛、倦怠感などの全身症状の他、普通の風邪症状も伴います。

毎年11月〜4月に流行が見られます。予防はワクチン接種で、インフルエンザに感染しにくくなりますし、感染しても軽症ですむ、と証明されています。

ワクチン効果は接種し、およそ2週間後からで、約5か月間持続するといわれています。

今年からワクチンの内容が3種類から4種類になり、予防効果が期待されます。

ご不明な点は診療所にお問い合わせください。

総師長 鈴木 裕美子

2015年度予防接種料金のお知らせ

	組合員価格	非組合員価格
インフルエンザワクチン		
小児(13歳未満は2回)	2,000円×2回	3,000円×2回
一般(13歳以上は一般です)	3,000円	5,000円
65歳以上	2,500円	2,500円

※65歳以上で接種票をお持ちでない方は一般の料金になります。

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

所長 鈴木瑞史 東金町1-15-5 ☎(3607)5124

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00 ~ 12:30	鈴木(内科)	今村(内科) 松尾(循環器科)	渡邊(内科) 東條(往診)	佐藤(内科) 比嘉(ママチ予約) 鈴木(往診)	鈴木(内科) 岡田(往診)	園田(糖尿/予約第1週) 高橋(内科第1-3週) 岡田(内科第2-5週) 関根(第4週)
午後 2:00 ~ 4:30	鈴木(内科) 井奥(往診)	梅澤(内科) 鈴木(循環往診)	(休診)	鈴木(内科) 園田(予約) 比嘉(ママチ予約)	中村(内科) 鈴木(往診)	(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) 白川(整形外科)	清水(内科)	清水(検査) 三浦(内科)	草間(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(糖尿予約)	(休診)	清水(内科) 三浦(往診)	松田(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) 土肥(整形外科)	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(第1・3週) 園田(糖尿病) 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)