

2018年9月30日現在

- 組合員数 8,168人
- 出資金総額 183,561,000円
- 平均出資金額 22,473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



下千葉診療所ブロック

南綾瀬地区センターで下千葉診療所ブロックの「せーの集会」が開催されました。問根山正守実行委員長の挨拶に続いて矢島渉専務理事から医療生協強化月間の意義が訴

つながり広げ、仲間増やしも楽しく
10月6日 下千葉診療所ブロック

協月間
強化
2018年度
地域に顔の見える活動を
すすめていきましよう

篠原診療所の待合室で「せーの集会」を行ないました。葛飾原爆被爆者の会(葛友会)の方々とスミダ薬局薬剤師の若林さんに来ていただきました。はじめに被爆体験談を葛友会の奥田秋子さんより聞かせていただきました。当時17歳だった奥田さんのお話は想像を絶するものでした。

核の恐ろしさ、威力、放射能の怖さなど計り知れないものでした。映像と共にお話してください。その中でも印象に残った言葉が「歴史は忘れたこ

組織づくりは 平和な世界から

10月3日 篠原ブロック

篠原診療所の待合室で「せーの集会」を行ないました。葛飾原爆被爆者の会(葛友会)の方々とスミダ薬局薬剤師の若林さんに来ていただきました。はじめに被爆体験談を葛友会の奥田秋子さんより聞かせていただきました。当時17歳だった奥田さんのお話は想像を絶するものでした。

核の恐ろしさ、威力、放射能の怖さなど計り知れないものでした。映像と共にお話してください。その中でも印象に残った言葉が「歴史は忘れたこ



篠原ブロック



金町ブロック

葛生協の歴史に
触れながら活動
10月6日 金町ブロック

鈴木富士雄さんの司会で始まりました。健康友の会・水元東金町ブロック長の市原睦夫

次に、事業所利用委員会長・関谷一朗さんから「これまでの私たちの活動を振り返って」と題しての発言、常務理事中村から、葛生協が生協組織となる経過や歴史にも触れ、これからの運動の進め方について提案報告しました。

休憩を挟んで、土岐志津子さんの素敵な歌の披露と金町診療所・畠山薫看護師による「嚙下体操」をとてもわかりやすく指導してもらいました。

さらに金町南支部からの報告、金町診療所からの診療案内、かなまち訪問看護ステーションからは「オレオレ詐欺」を未然に防いだ事例紹介、と盛り沢山の内容でした。

水元支部 中村初枝

聴心器

▼沖縄知事選挙で翁長さんの遺志を継ぐ候補者が勝利して本当に良かったです。戦後73年もの長い間ずっと基地負担を強いられて来た、沖縄の人々の真意が再び確認されたのだ。もういい加減、平和を望む声に耳を傾ける時が来ている▼朝鮮半島をめぐる胎動は希望を感じさせるものがあり、北東アジアの平和・安定した流れが進めば、沖縄の基地の存在そのものが問われるのだ。歴史的にも地理的にも、沖縄はアジアの国々との行き来が盛んな国であったのだから、その旺盛な力の発揮を、むしろ進めるべき時が来たのだ。▼地元紙・沖縄タイムスは社説で「相手の強大な組織力をはねのけての圧勝だ。その政治的意味は大きい」米紙・ニューヨークタイムズも社説で、「望んでもいない不公平で危険な負担を押しつけておいて、安全保障もあったものではない」と述べ、米軍基地縮小を日米両政府に求めた。とのニュースが報道された。これこそ正論です。(初)

WHO ウォークイベント



10月7日(日) 参加しました。
 のウォークイベント 野島英夫顧問のガイド
 ントには17名が 堀切草圃園駅を出発し

野島さんの手作りマップ

ました。赤札堂裏の「リ
 ストラ地蔵」の由来を聞
 いた後、小谷野神社、正
 覚寺、銭座後、東京拘置
 所、下山事件碑をめぐ
 り、最後に新撰組が滞在
 していた金子家へ、慶応
 4年3月13日から4月1
 日までの20日間、新撰組
 の一隊(甲陽鎮撫隊)当
 初48名が最終的には23
 0名まで膨れ上がったそ
 うです。
 近くにも歴史的な場所
 が沢山あることを知った
 ウォーキングでした。
 社保平和委員会
 入月孝広

日頃からのご協力 ありがとうございます



前回好評だった手配り
 さん交流会「まだ、やら
 ないのか」と言われてい
 た交流会を開きました。
 朝から小雨の降るあい
 にくの天気でしたが、11
 名の方がロイヤルホスト

の一角に集まって
 楽しい食事会にな
 りました。
 「日頃から手配
 りなど有難うござ
 います、これから
 もご協力をおねが
 いします」とあい
 さつしました。
 2時間ほど、和
 気あいあいとおし
 ゃべりをしながらの食事
 会になりました。

食事が終わる頃は、す
 っかりと雨が上がり暑
 い日差しが戻ってしま
 した。また、こういう交流
 会をしたいと考えていま
 す。
 白鳥支部 関川冬樹

ゆたかな高齢期を めざして

9月21日、杉並公会堂
 で会場鳴り響くトランプ
 の演奏で始まった今年
 で29回を迎える東京高齢
 者のつどいが800名の
 参加で開かれました。
 今年の高齢者のつどい
 は、誰もが高齢になっ
 ても安心して暮らせる社
 会。高齢者の幸せは、後
 に続く青年に未来への希
 望をあたえ、子どもたち
 の笑顔が見られる。「ゆ
 たかな高齢期を」のスロ
 ーガンの下で開かれまし
 た。
 社保平和委員会
 吉野五郎

さわやかな秋空のもと 里山で栗ひろい



9月9日恒例の秋のバ
 スハイキングに行っ
 いました。
 残暑厳しい毎日では
 が、当日はさわやかな秋
 空のもと里山で栗拾いの
 体験をしました。時期が
 少々早くて小粒な栗でし
 たが、たくさん収穫でき
 ました。
 朝日里山学校ではブル
 ーベリージャム作りを体
 験しジャムはおみやげに
 持ち帰りました。
 昼食は手作りの栗ご
 飯、てんぷら、ト
 ン汁などお腹いっ
 ぱいになりました。
 帰りはビンゴゲ
 ームで最後の一人
 にあたるまで楽し
 みました。
 沢山のお土産を
 積んで無事葛飾に
 帰ってまいりまし
 た。お疲れさまで
 した。
 次回は春になり
 ます。ご希望の内
 容がありましたら
 ご提案お待ちしております
 おります。
 文化レクレーシ
 ョン 萩原佐知子

今年で4回目の参加と
 なる「水元ふれあいネッ
 トワーク」主催の健康ま
 つり。
 9月17日秋晴れの敬老
 の日、ご案内を受けて健
 康づくり委員5人で「笑
 いケア体操」を披露。
 ヨガの呼吸法と笑う動
 作を取り入れた体操。無
 理な笑いは不要です。童
 心にかえって手拍子で
 「いぞ・いぞ・いぞ」両
 手をあげて「エイー」
 そして「ハハハ」と息を
 はきます。そして掛け声
 の(ホッホッハハハ)で
 みんながいつのまにか笑
 顔に。うっすらと汗もか
 き初参加の方から「楽し
 い!今後、どこにいけば
 やれます
 か?」の声
 が。シルバ
 ー川柳をみ
 んなで音読
 し大笑い。
 健康チエッ
 クの足指力
 に興味深
 度30人の方
 が測定に。
 葛飾医療
 生協への加
 入もありま
 した。
 地域の男
 性コーラス
 フォルテ」
 の歌声に元

汗もかき、加入もあった 「笑いケア体操」



今年で4回目の参加と
 なる「水元ふれあいネッ
 トワーク」主催の健康ま
 つり。
 9月17日秋晴れの敬老
 の日、ご案内を受けて健
 康づくり委員5人で「笑
 いケア体操」を披露。
 ヨガの呼吸法と笑う動
 作を取り入れた体操。無
 理な笑いは不要です。童
 心にかえって手拍子で
 「いぞ・いぞ・いぞ」両
 手をあげて「エイー」
 そして「ハハハ」と息を
 はきます。そして掛け声
 の(ホッホッハハハ)で
 みんながいつのまにか笑
 顔に。うっすらと汗もか
 き初参加の方から「楽し
 い!今後、どこにいけば
 やれます
 か?」の声
 が。シルバ
 ー川柳をみ
 んなで音読
 し大笑い。
 健康チエッ
 クの足指力
 に興味深
 度30人の方
 が測定に。
 葛飾医療
 生協への加
 入もありま
 した。
 地域の男
 性コーラス
 フォルテ」
 の歌声に元

金町南支部 江戸時代を想像しながら 歩きました



10月10日曳舟川親水公
 園を歩きました。
 江戸時代、上水路(飲
 料水)として開削され、
 その後農用水路の役割
 を果たし、曳舟川と名を
 変えてからは船頭が土手
 から綱で船をひく「引き
 舟」が行われ、水路とし
 て利用されました。江戸
 時代後期には、浮世絵
 (歌川広重)や紀行文な
 どに数多く登場するよう
 になりました。
 日差しはまだ厳しかっ
 たが、公園にはススキや
 萩がみられ、さくらの葉
 は紅く色づき風は爽やか
 でした。
 案内の菅野さんの話を
 聞きながら、園内の所々
 にある案内図を見つつ、
 ゆっくり歩きました。
 亀有から白鳥を通りお
 花茶屋商店街まで1時間
 30分歩きました。
 素適な公園でしたが案内
 内図が壊れていたりと池に
 水がなかったり手入れが
 行き届いていないよう
 で、残念な面もあり、区
 民のやすらぎの場所にも
 きちんと予算を付けても
 らいたいものだとの話が
 でした。
 金町南支部 菅野カツ子

認知症を よく知ろう!!

を分り、見守り、安心して暮らせる街づくり。まさしく医療福祉生協の目指す安心のネットワークづくりと合致する内容です。

認知症は誰にでも起こりうる脳の病気です。

DVDで若年性アルツハイマーの方達の座談会の模様を見て、特に何も問題ないように見える若い人が洋服を上手く着られない、会社勤務をしていないが隣に居る社長を見てあの人誰?等々、でも周りのサポートで日常生活が送れている様子をみて参加者の皆さんちょっと驚きの様子です。

昨年(2017)に続き9月25日水元支部主催でサポーター養成講座第2弾を20名の参加で開催しました。講師は高齢者総合相談センター水元の主任介護支援専門員・重原真理子さんです。

認知症を理解し、本人や介護する家族の気持ち

はがきで ハンドカク

□公的支援を望む□

柏市 山田淳子

自然のありがたさを日々感じつつ生きていくのだが、この間大災害をまのあたりにし、その恐ろしさも心の底から感じている。災害を重ねて経験している地域もあり、今のところ無事な地域に住んでいる私は申し訳ない思いをしている。こんな災害の時にこそ、公的な支援が必要だと思う。人命をより大事にする政治を切望します。

□近況報告□

東金町 秋山みさ子

葛飾の住民になって5年近くになり、いつの間にか老人の仲間入り、自分でもおどろいています。

「健康のはぐるま」も毎回拝見し日常生活のお手本としています。体は悪いところばかりですが

インフルエンザワクチン 予防接種を受けましょう

今年もインフルエンザの予防接種の時期になりました。診療所にもワクチンが入荷されています。

そもそもインフルエンザとは、インフルエンザウイルスによって引き起こされる呼吸器感染症。風邪に比べて症状が重く、乳幼児や高齢者では重症化することもあります。

知りたい、他の地域でもやってくれるの?等々意見を頂き1年後を待たずに開催することを約束して閉会しました
水元支部 佐々木正子

す。

症状は、高熱や関節痛、筋肉痛、咳、のどの痛み、鼻水等とかげの症状と似ています。潜伏期間は1〜4日(平均2日)で多くの場合1週間程度で治りますが、乳幼児や高齢者、基礎疾患を持つ方の中には、肺炎を併発したり、基礎疾患の悪化を招く場合があります。

予防接種は、インフルエンザの発病の可能性を減らし、その重症化になるのを予防するためのワクチンです。しかし、接種しても罹ってしまう人もいますので、一番は外

出する際には、マスクを着用し、帰って来たら手洗いがい、お部屋も適度な湿度(50〜60%)を保ち普段の健康管理をしっかりして予防しましょう。

下千葉診療所

栗原麻美

予防接種料金

インフルエンザ ワクチン	組合員価格	非組合員価格
小児	2,000円×2回	3,000円×2回
一般(13歳以上)	3,000円	5,000円
65歳以上	2,500円	2,500円

※65歳以上で自治体の接種票をお持ちでない方は一般の料金になります。

年末年始の企画

	もちつき大会	新春のつどい
下千葉 ブロック	12月1日(土)	1月26日(土)
篠原支部	12月16日(日)	2月2日(土)
金町 ブロック	12月8日(土)	1月19日(土)
白鳥支部	12月8日(土)	1月26日(土)
亀青支部		2月

※詳細は各支部・診療所でご確認ください

我が家にも「キンモクセイ」があり、仕事に行く時や帰ってきた時、花の香りに優しく包まれる気がします。この匂いが好きです、季節を感じます。

□四季を感じる□

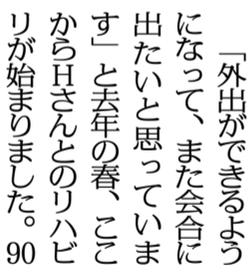
四つ木 兼子恵子

週2回のデイサービスの入浴等のケアでも助かっています。

す。我が家の樹ももうすこしで咲きそうです。台風風の雨風で花が落ちませんにように!

て20年になります。家族5人共に篠原診療所にお世話になり、健康に過ごして参りました。これからもよろしくお願い致します。

リハビリ卒業の日



9月のバス旅行に参加

「外出ができるようになって、また会合に出たいと思っていまして」と去年の春、ここからHさんとのリハビリが始まりました。90歳の中をやる状態でした。

医療・介護の現場から

ほりきり訪問看護ステーション

作業療法士

リハビリのスタッフは、利用者様がやりたいことを、どのようにすればできるようにするかを一緒に考え、安全にできるように練習をしていくのが役割です。

【問題】A〜Fを並べてできる言葉は?

タテのカギ

- 誤解されやすいが、秋の季語
- 国旗は赤地に白十字
- あるところに道は開ける
- 座...音放送
- 陸上から海に向う
- フレッシュヤーズのこと
- 夢を食う動物
- 真夏は帽子が必須
- 以心...の心で通じる
- 「ベガルタ」の本拠地
- 合...南蛮
- 思春期の子と親の間で減る
- オスとメスの一組
- ...に上下の隔てなし

クロスワードパズル前回(2018年9月1日第227号)の答え

キンモクセイでした。

正解者の中から3名の方(大江文雄・古澤和子・吉村悦子)に図書カードをお送りしました。

ヨコのカギ

- 女性誌の定番。……特集
- 女性首相の国の一つ
- …タッチ。ランナーズ…
- スーパーでマネキンが客にすすめる
- ……電話にして外出
- 創意と……をこらす
- 西の市で売る縁起物
- ……心あれば水心あり
- 落語などの演芸場
- …帝国。「…のめざめ」
- お付き合いが大事
- 神無月、……、師走
- 俳優が言われたくない
- 森鷗外の小説
- 山の彼方の空遠く……
- 住むと人の言う
- 「拝啓」で始まる手紙につける末尾の言葉

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11月30日まで投函してください。3名の方に図書カードをお贈りします。



高野誠一 高野誠一

