

2020年11月30日現在

●組合員数

7,367人

●出資金総額

169,401,000円

●平均出資金額

22,995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

下千葉診療所

☎3602-2254

篠原診療所

☎3697-0765

金町診療所

☎3607-5124

☎(5680)7166 FAX(5680)7167

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



岩手・宮古市浄土ヶ浜
写真 入月孝広

もちつき
新春のつどい

大変残念ですが中止とさせていただきます

昨年の様子

あけましておめでとうございます
本年もよろしく申し上げます

東京葛飾医療生活協同組合
理事長 折笠 勉

今年こそ明るい
年にしましょう

今もコロナ禍で医療
現場も生活も大変で
す。

昨年、困難な状況下
で、国保料の引き下げ
など社会保障を充実さ
せる運動、憲法九条を
守る三千万署名運動な
どを進めました。

生協活動では、支部
長会議や支部委員会な
ど機関会議を工夫して
開催し、班会開催をは
じめマスクづくりや孤
独になりがちな組合員
の訪問、組合員拡大や
増資などに取り組みま
した。しかし、スワン
の会、ふきのとう在宅
介護の会、がん患者家
族の会などは残念なが
ら開けませんでした。

今年こそ豊かに取り組
みを広げていきましょ
う。

医療と経営を
守るため奮闘

他団体と連携し、P
CR検査体制の確立、
保健所の人員体制の拡
充、発熱専門医療機関
や病床確保を区に要望
しました。

職員もテレビ会議な
で、感染のリスクを最
小限にする工夫をしな
がら、医療と経営を守る
ため奮闘し、年度当初
大幅な赤字状況を打開
し十月には黒字に転
化、年度では赤黒ト
ンの見通しにできま
した。

心よりの感謝します

各診療所も在宅医療
に力を入れ、介護関係
の各事業所も法人全体
の黒字化に貢献しまし
た。心より感謝致しま
す。

さて今年も、憲法を
守る運動を広げましょ
う。また、組合員拡大、
増資や班会、支部活動
にも様々な工夫をして
すすめましょう。経営
では中断していた新し
い中期計画を策定し実
践に足を踏み出せるよ
う役職員一丸となって
頑張ります。

最後に皆様のご健康
をご祈念し、年頭のご
挨拶と致します。

聴心器

▼新語流行語大賞2020は、「三密」。次点は「コロナ禍」。その他「自粛警察」、「オンライン〇〇」、「GOTO 〇〇」、「アベノマスク」もだ。▼中国で最初に新型コロナウイルスの発症が2019年の12月。それから全世界と国内にも広まって、収束する気配が見られない「失われた一年」が経過した。新しい年を迎えても「年末年始は静かに過ごす」外出自粛が求められ、年の初めの高揚感を感じられない。▼国内の新型コロナウイルス感染拡大は、昨春「第一波・緊急事態宣言」からこれまでの「第三波」まで、政府の支離滅裂な説明不足や行き当たりばったりの感染対策によって、医療が逼迫、各地で「医療崩壊」の危機となっている。▼コロナ禍の困難でも、専門家の科学的な知見や提言、医療関係者の献身的な努力が続けられていく。世論調査も政府のコロナ対策を評価せず、6割超。今年は「総選挙」が必ず行われる。コロナ収束と政治の転換が実現する2021年に。(石)

2020年度 生協強化月間

＊ こんな申だけど！ 今、できる事やりました！！ ＊

お手紙大作戦

かなまち訪問看護
ステーション

ここ数年強化月間にお来た時点で再度話をする手紙を作り利用者の方に組合員になってもらえるように、受け持ち看護師が説明しながら訪問に回っています。

新規加入だけでなく増資も沢山の方からお預かりしています。

手紙は強化月間の時期だけにはなってしまう訪問を重ね信頼関係が

やっぱり訪問行動

水元支部

いつも「はぐるま」を配布しているが声掛けができていない方達へ「困りごとはありませんか？」と感染予防対策を講じ4人が2組になって訪問行動に取り組み、15人の方と対話できた。奥様が老健施設入所中

また、足のしびれがあるため必要な買い物以外は外出していないが子どもが手伝ってくれている等、独居の方が多かった。介護生活16年で往診の時に検診してもらったと喜んでくれる方、診察の時に医師と話が噛み合わず困ったが解決した等、総じて好印象を持ってくださっている方が多く、すぐに支援が必要な方はい

なかったが、困りごとがあったら連絡してくださいと「葛生協」と「あいうべ体操」のパンフレットを渡した。強化月間の取り組みが遅れているがコロナ禍でも感染予防をしながら少しでも組合員さんとの繋がりを強める活動を継続していかねばと考えられている。

佐々木正子

職員へエール

診療所のお手伝い

下千葉ブロック



出口がみえない中、頑張っている職員に少しでも力になりたいと10/25と11/8の日曜日「土建健診」の手伝いをしました。実施するにあたり感染症対策の学習を事前に行い、当日は運営委員3人が職員の指導のもと検温・消毒・身長・体重・聴力・視力、事前問診票の確認など多岐にわたりました。予約時間に基づいてスムーズに案内し待ち時間を少なく密をさけ

るよう心がけました。2日間で60人ほどの会員の来診され、下千葉診療所には、はじめて足を運ぶ方も多くいたようです。みなさんと少しだけお話もできた事で今後の医療生協へのお誘いの道が広がったかなと思えました。久しぶりにいい汗かきました。来る年が穏やかに過ごせますよう祈念いたします。

高柳ゆみ



小澤さん一家、右下は板井看護師

います。全員組合員になっていただきます。今年度の目標とされてた15人も11月19日に達成することができました。

所長 小泉ひとみ

毎月1名仲間増やし

金町南支部

「人が集まる」という事が難しい現在、毎年4月に行っていた手配りさき交流会も、地域ごとに金町地域を予定していましたが、コロナ感染が拡大する中で、やむなく延期することになりました。

11/14柴又、細田、鎌倉・高砂地域、20日新宿地域で行いました。12/5金町地域を予定していましたが、コロナ感染が拡大する中で、やむなく延期することになりました。

は「生協強化月間」、金町南支部は組合員拡大目標(20名)を毎年達成してきましたが、4月から12月まで、毎月1名を増やし、計9名の拡大になりました。4月に加入した90歳代の組合員さんは、金町診療所の送迎や対応に感謝していると、毎月増やし、組合員ふやしも友人を紹介してくれました。手配りさんも1名ふえました。

ばれました。高齢や難聴で、班会等には参加できない人達6人の訪問も定期的に続けています。

菅野力ツ子

お詫びと訂正

240号2面のお名前に誤りがございました。水元支部 中村初枝 亀青支部 間根山正守 以上のように訂正し、ここに謹んでお詫び申し上げます。

編集委員会



小さな班会

東京新聞記者望月衣野子氏の講演のライブ配信を6人で視聴しました。これも新しい試みでした。10月・12月



『核のない平和な世界、日本へ』

1月22日 東京理科大前へGO!!

3年半前、国際社会は核兵器を違法な存在と位置づけました。この間日本政府はこの核兵器禁止条約に一貫して背を向け続けています。この条約は昨年10月批准国が50カ国を越えこの1月22日から発行する新しい時代に入ります。

私たちは昨年8月15日条約の早期批准を求め、同11月15日50カ国批准を歓迎し、日本政府には早期批准を求めて、東京理科大前(新宿6丁目)でスタンディングを行いました。ご存知のように日本政府は「核保有国との橋渡しをする」と言いながら保有国の代弁者にな

代表 菅野勝祐

- ヨコのカギ
- 1

元日の朝の太陽
- 5

ブラジルのカーニバルで有名な都市
- 7

まわりがみな敵の意を……楚歌という
- 8

公道を走る陸上競技
- 10

88歳は米寿、77歳は？
- 12

サケやマスの魚卵
- 13

獣を入れる囲い
- 14

目付き。……パッチリ
- 16

えらい人。……伝
- 17

冬は熱……とっくり？
- 18

白鵬・鶴竜などの名
- 20

新飲料などの試し飲み
- 22

戦後のベビーブーム期に生まれた……の世代
- 24

飾り気がない
- 26

弓矢の標的
- 27

門松を飾っておく期間

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			27		

答 A B C D E F

- 25 23 21 19 17 16 15 13 11 9 6 5 4 3 2 1
- タテのカギ
- 2

本で一膳と数えます
- 爪を切りとる
- 扉のちようつがい
- でたらめ。悪宣伝
- 利子のことです
- 反対語はオフライン
- 人類初の動力飛行機を作った……兄弟
- 挿絵画家・竹久……
- 新年の子どもの楽しみ
- 前歯のことです
- 故郷をこう言うことも
- 風邪。流行性……
- 機知に富んだ短い話
- フゲ田サザエさんの実家の姓は？
- ……でしよの林修先生
- 良薬は……に苦し

クロスワードパズル前回（2020年11月1日第240号）の答え

リフレッシュ

正解者の中から3名の方（伊藤のり子・須田輝子・永堀トミイ）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
東京葛飾区医療生協 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2月15日までに投函してください。3名の方に図書カードをお送りします。

はがきで
コメントは

読んでいるうちに50年も前のことをいろいろ思い出しました。
□食べることも大好き□
水元 古内明枝

□86歳それなりに□
四つ木 井上弘子
篠原診療所にお世話になっております。おかげ様でそれなりの健康を保っております。腰痛だけは年令相応とのこと。痛み止め薬と湿布しか方法はないとのことです。
□昔を思い出し□
堀切 清水静江
「健康のはぐるま」を皆様からの投稿を待ちしております

健診結果はかかりつけ医へ

昨年8月から始まった葛飾区の自治体健診や、インフルエンザワクチン接種で混雑していた外来は12月中旬ごろより落ち着きを取り戻しました。
師走に入り、気温が下がり冬本番を迎えたことで血圧が高くなっている方が目立ちます。話を聞くと外出（運動量）が減り体重が増加傾向だと言った人が多いようです。
健康診査の結果で要再検査や要精検の項目を医療・介護の現場から篠原診療所事務長 石川直子

りつけ医に必ず提示してくださいー生活習慣病の予防に必要なのは血圧・コレステロール・血糖のコントロールです。その名の如く生活習慣に影響され引き起こされますが、逆に改善も見込める病気です。健診結果はかか一緒に正月で乱れ

た生活を見直し、改善に努めましょう！
篠原診療所では、引き続きコロナ感染予防対策として受診時間の調整をしていますので、受診当日に来院もしくは電話で確認のうえお越しください。カゼ症状のある方は熱が無くても直接来院せずにお電話でまずご相談ください。
あたたかな春が待ち遠しいですね！

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 ～ 12：00	鈴木 木 （内科・ 泌尿器）	松 尾 （循環器予約） 鈴木 木 （内科・ 泌尿器）	齊 藤 （内科）	竹 下 （内科） 鈴木 木 （往診）	鈴木 木 （内科・ 泌尿器） 第1・3・ 5週 安 田 （往診） 横 田 （内科） 第2週 関 根 （内科） 第4週	
午後 2：00 ～ 4：30	鈴木 木 （内科・ 泌尿器） 井 奥 （往診）	村 上 （内科） 鈴木 木 （往診）	（休 診）	鈴木 木 （内科・ 泌尿器）	鈴木 木 （往診・ 内科） （泌尿器） 3：00 ～ 4：30	（休 診）
夜間 6：30 ～ 8：00	（休 診）	（休 診）	露 木 （内科）	（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）	藤 綱 （内科）	清 水 （内科）	清 水 （検査） 佐 藤 （内科）	松 本 （内科）	園 田 第2・4週 村 上 第1・ 3・5週
午後 2：00 ～ 4：30	村 上 （内科） 清 水 （往診）	清 水 （内科） 西 條 （糖尿病予約）	（休 診）	清 水 （内科） 佐 藤 （往診）	鎌 田 （内科・ 循環器）	（休 診）
夜間 6：00 ～ 7：30	（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	新 富 （内科・検査）	三 浦 （内科） 中 山 （整形外科）	三 浦 （内科）	園 田 （糖尿病） 三 浦 （内科）	三 浦 （内科） 松 林 （往診）	三 浦 （内科） 第1・3週 石 崎 第2週 園 田 （糖尿病） 第3週 吉 田 第4週 石 崎 第5週
午後 2：00 ～ 4：30	三 浦 （内科）	三 浦 （内科） 3：00 ～ 4：30	（休 診）	三 浦 （内科）	松 林 （内科・ 神経内科） 三 浦 （往診）	（休 診）
夜間 6：00 ～ 7：30	（休 診）	（休 診）	吉 田 （内科）	（休 診）	（休 診）	

※火2：00～3：00は往診体制です

こころと体を守るために

総師長 磯田 まゆみ

昨年、春からずっと、手洗いマスク、そして三密の回避。テレビも新型コロナウイルス感染のニュースを聞かない日はないですね。

皆さん、夜は長く眠れますか？美味しく食事出来ていますか？そして、体を動かしていますか？心と体を守るために、ニュースは必要最小限に、家族やお友達に電話して楽しくおしゃべり、散歩や体操をして体を動かして、美味しいものを食べて気分転換しましょう。もちろん感染予防はなくてはならないですけれどね。

まずはお電話を
診療所に来る利用者が減っています。「元氣だから行かない」は喜ばしいですが、「具合が悪いけど、いつも飲んでる薬がないけれど、コロナが怖いから行かない」は病気の悪化が心配です。各診療所で待合室の混雑や待ち時間短縮の対策をしています。電話で問合せのうえ受診してください。

カゼ症状や熱があるときは、直接来院しないでまずは電話でお問合せください。

色々忙しい毎日

原稿の依頼を受けて、はたと考えてしまいました。自分の「健康」についてあまり真剣に考えていませんでした。

皆さんがラジオ体操や散歩を続けておいでですが、どうも私には続けるという事が苦手です。

私の健康法

水元支部 中村

初枝

四人家族
ですので、
日々の家事
をこなすの

毎年の健康は必ず受ける事で、日常的に何かを必ず続けるとかいうことには至っていません

のようです。



父が四三歳の時、脳溢血で死亡していますので、高血圧の遺伝子がある事は承知しています。塩分を抑える食事に留意しなければならぬのに漬物が大好き

に体はいつも動かしています。それと、別の意味で地域での「運動」には色々係わっていますのでいつも忙しいし、常に明日の行動しか考えていません

2020年12月18日で

110歳を迎えた野島光三郎さん

職員からたくさんのメッセージ

手づくりのタオルケーキも
プレゼントしました

