

2022年11月30日現在

- 組合員数 7,009人
- 出資金総額 160,103,000円
- 平均出資金額 22,842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



https://www.katsuseikyo.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 ほりきり訪問看護ステーション ☎3690-7112  
 篠原診療所 ☎3697-0765 かなまち訪問看護ステーション ☎3609-3060  
 金町診療所 ☎3607-5124 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



# 謹賀新年

白馬岳のモルゲンロート 写真 入月孝広

## 新年あけまして おめでとうございます

東京葛飾医療生活協同組合 理事長 折笠 勉



**工夫した活動**  
 さて、コロナ禍は四年目となり、昨年は多くの組合員、職員の身近の方組合員のみならずも感染されるなど、様々な苦勞を強いられた一年でした。コロナは再び広がっており、安心はできませんが、

昨年「敵基地攻撃能力」を盛り込んだ三文書を閣議決定し大軍拡に踏み出しました。また、その財源確保のための大増税も表明しました。このような中で、地域のみ皆さんの生活と健康を守る葛生協の役割は一層大きくなっています。

統一教会（現・世界平和統一家庭連合）の問題も重大です。被害者救済を図るための新しい法律と改正消費者契約法はできましたが、マインドコントロールされ騙されて既に「献金」したお金を戻させることが難しい他、統一教会に入っている親の子どもを救うことができないなど、「被害者を救済」とはいえない法律です。地域の方々がこのようなカルト集団に騙されないようにする上でも私たちの活動は重要です。

命と健康を守る生協活動の土台でもある憲法を守る運動などの社保活動や、組合員拡大、増資や班会、支部活動にも様々な工夫をすすめてみましょう。

また葛飾区との共催で災害時の備えについての学習会を2年ぶりに開催することができました。

昨年、困難な状況下でも生活支援・相談プロジェクトの取り組みへの参加、憲法九条を守る署名運動などを進めてきました。生協活動も工夫して取り組んできました。孤独になりがちな組合員の連絡、組合員拡大や増資などに取り組みました。

ワクチン接種の広がり、新薬が流通する中、手洗い、マスクなど感染防止対策をしっかりと行った上で、各支部で組合員や地域の方々への訪問を開始し、一人で心細かった、会えてよかったなど歓迎されています。今年こそ感染対策をしっかりとった上で、訪問や様々な班活動に取り組みしましょう。

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。

医療と経営を守る活動では、なんとか黒字を維持しています。今、理事会は中期計画（案）の内容を充実させるため検討を進めています。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。

昨年、困難な状況下でも生活支援・相談プロジェクトの取り組みへの参加、憲法九条を守る署名運動などを進めてきました。生協活動も工夫して取り組んできました。孤独になりがちな組合員の連絡、組合員拡大や増資などに取り組みました。

▼第35回日本高齢者大会が11月23・24日京都で開催されました。学習講座でコロナ・気候変動打開の運動と課題と今後の社会について学んできました▼この夏パキスタンでは記録的な大雨により大洪水が発生し、死者が多数報告されています。気候変動の原因が気温上昇によると分析されました。激甚化する気象災害や海面上昇等による直接被害に加え、これらが引き起こす感染症・文化や生物多様性の喪失等はどう対処するか▼2021年10月に開催されたCOP26では気候変動による損失や被害は切迫した問題であると同時に先進国に対し化石燃料企業の責任、そして途上国との連帯を問うものでもあります▼パリ協定では世界が気温上昇を産業革命前と比べ1.5℃に抑える努力を追求することが示されています。石炭火力を終わらせて再生可能エネルギーのさらなる普及拡大が必要で私たちがこころした取り組みを政府や企業に求めていくことが大きな一歩になります。



(佐)



# 2023年 わたしたちの年

水元支部

南部和代

先日、「100年と希望」というドキュメンタリー映画を観た。若者がちが世の中を変えようと頑張っていた。

白鳥支部

関川冬樹

常日頃、自分たちの周りには若者の影がない。あと思っていたが、居る所にはいるんだなあと思

老齢になり、今後のことを考えると嫌なニュースばかりで気になるけれど、新年を迎え、気持ちを変えて家の中に閉じこもってばかり居る前に、前

そして、足腰が確実に

向きに若者達と手を携えて暮らしやすい地域、安心して老後を過ごせる国にする為にまだまだ頑張らなければと決心しています。

弱くなりました。

若いころ「もっとしっかりしろ」と先輩に向かって言ったこともありましたが、自分が年を取ってから、その先輩以上に

私にとって、人生の折り返し点をはるかに過ぎましたので、ピンピンコロリを目指して、毎日薬を飲みながら「だらしない」生活をしていきたいと思

## 不安な現状を 安心できるように

水元支部学習会



生協強化月間に何か動きを起さなければの想いで開催した集会でした。参加者が目標の20名に達した事にひと安心でした。

講師は、高齢者総合相談センター水元公園の泉聖子さんです。区が発行する最新版の冊子をもとに、高齢者保健福祉サービスについて説明していただきました。

参加された皆さんから、住み慣れたこの町で最後まで安心して暮らし続けたいが、対応できる施策はと疑問が出され、介護保険制度の実際が論

最後に「健康のはぐるま」を広げて、健康チャレンジを説明して参加を呼びかけると、11名の方がエントリーシートを提出して下さいました。

らベストです。

水元支部

中村初枝

## 在宅で住み続けたい 住み続けられるように

2022年12月10日、今年度2回目のわがまち学習会を「在宅で過ごす方法」の内容でほりきり訪問看護ステーション鈴木和美所長にお話ししていただきました。

参加者に在宅を希望する方、施設を希望する方、約3分の2の方が在宅を希望されました。

施設を希望する方は「在宅を希望したいが家族に迷惑をかけたくない」との理由でした。

厚労省の調査でも在宅を希望される方が多いが実際に在宅で療養される方は少ないとの報告です。

本日のアンケートの結果で「お話がとてもよく分かった。在宅サービスを利用して最期を迎えたい」とのご意見もいただきました。

今元気で今後どうしたいのか家族で話し合っておく必要があります。社会福祉協議会で発行されているエンディングノートが紹介されました。

次回の学習会は3月11日、経済的な支援方法などを予定しています。ご参加をお待ちしております。

地域活動委員  
萩原 佐知子

## SNSを知ろう実践編

11月6日第2回「SNSを知ろう会」は3つのグループに分かれ、それぞれ指導者に入ってもらいました。

高齢の元教師が中学生のアドバイスを聞きながらメモを取っている姿はとても微笑ましかったです。

SNSは若い人ほど日常生活で切り離せないものになっていると同時に、葛生協の活動に参加してもらえる良い機会でした。

小さい子供もいれて24名の参加でした。

金町南支部 菅野カツ子

参加された皆さんから、住み慣れたこの町で最後まで安心して暮らし続けたいが、対応できる施策はと疑問が出され、介護保険制度の実際が論

緊急通報システムに賛同いただいた方も2名いらっしゃいました。短い時間でしたが共に学び交流が出来てよかったです。このつながりを今後の活動に生かしていきたい

在宅で最後まで自宅に住み続けるためのサービス

50歳以上の方が多いが、実際に在宅で療養される方は少ないとの報告です。

地域活動委員  
萩原 佐知子

## 病気の話②

健康診断の結果、アルブミンが低下する

### アルブミン

今年、健康診断は受けれましたか？65歳以上の方は健診結果の中にアルブミンという項目があったと思いませんか？

病気が原因の場合は治療が必要ですが、栄養状態の低下の場合は良質なタンパク質を摂取する事で改善します。

### かかりつけ医に相談

腎臓病などタンパク質を制限される病気もあるため、健診結果を見ていただき、アルブミンが低かった場合は、かかりつけ医にご相談ください。

### 肉・魚介・乳製品・卵・大豆

良質なタンパク質とは、肉類、魚介類、乳製品、卵、大豆製品などです。

下千葉診療所所長 三浦寧子

## 診療所で映画会

マリリン・モンロー主演

2022年11月9日

(水)の午後、金町診療所の待合室をお借りして映画会をしました。

参加者は11人。映画のタイトルは「帰らざる河」。1954年のアメリカ映画。マリリン・モンロー主演の西部劇です。

流れがきびしいため帰ってきた者がいないゴールドラッシュに沸く新開地の町へ9歳になる息子の行方を探し訪ねた服役を終えた父親。町酒場で

生きる流れ者の歌手にか

金町東支部 澁澤登美江



初めて参加した二人は、とても感動したと言っています。

地域活動委員  
萩原 佐知子

# 2022年は ワクチンの年

2022年は予防接種でも忙しい一年でした。インフルエンザなども併せると年間4回もワクチンを打った方もいらっしゃるかもしれません。

熱が出て大変だった方も多いと思います。今後のワクチンがどうなるか気になるところですが、回数や有料化の話などもまた具体的にになっておりませ

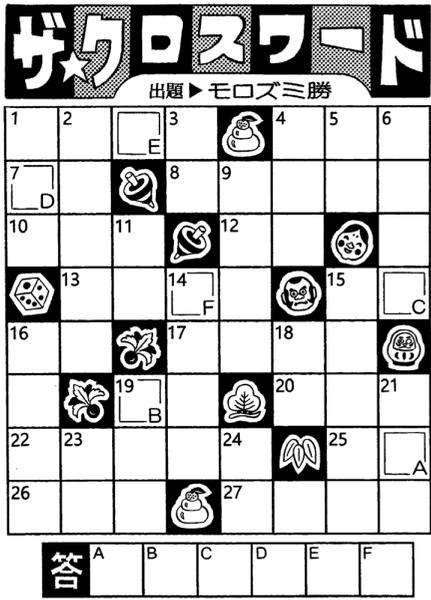
## 医療・介護の現場から

金町診療所  
事務長 菅野 穰

情報が入りまじました。診療所からもお知らせします。効果も期待したいです。

症状が軽いという普通の風邪だと思ってしまうが、まだまだ油断はできません。

お知らせの貼り紙やチラシなどにご注意ください。さて、冬も本番になりましたが、コロナの流行が続いています。今はたしかに私たちの相談ください。



- ヨコのカギ
- 1 正月遊びの道具の一つ
  - 4 「土筆」って読める?
  - 7 「……の内」は1月1日から7日まで
  - 8 正月、お供えといえ
  - 10 ……だこ、冷や……
  - 12 野暮の反対
  - 13 夏季五輪開催年に大統領選挙がある国
  - 15 年賀状の数え方
  - 16 陸地に入り込んだ海
  - 17 新聞の……漫画
  - 19 矛盾は……とタテ
  - 20 悪天候で壊れた箇所を応急……で仮修繕
  - 22 行列の……はこちら
  - 25 兄は弟より年が……
  - 26 カムフラージュ
  - 27 火事で……に帰する

【問題】二重ワクの文字を、A～Fの順に並べてできる言葉は、なに?

- タテのカギ
- 1 初語で授かる縁起物
  - 2 お相撲さんの感謝の言葉。「……です」
  - 3 初夢で見ると縁起よし幼児の代表的な玩具
  - 4 糸を出して網を張る節足動物
  - 5 見ることと聞くこと外側から見た様子
  - 6 「産業の……」といわれる半導体不足は深刻
  - 7 全国……支援で観光業は一息ついたかな
  - 8 食後に使う人もいます「公魚」と書く魚
  - 9 ……帯……高
  - 10 直立二足……するヒト
  - 11 鉄道……証明
  - 12 岩石で構成された海岸きれいにすること

クロスワードパズル前回 (2022年11月1日第252号) の答え

ヒナ タ ポ ツ コ でした。

正解者の中から3名の方 (大山艶子・尾芦秀子・鈴木雅恵) に図書カードをお送りしました。

## お米券ゲットしましょう

健康チャレンジ報告シートは

2月17日までに提出ください

外に出る□ 堀切 清水静江  
一人では足りないので外に出ようと思つて葛生協の映画会や保健学校に

マイナンバーカード□ 東金町 松沢志津子  
国はマイナンバーカードと健康保険証を一緒にしようとしているが全く認められません。マイナンバーカードが利用出来る医療機関も少ないし、あえてマイナンバーカードを使用するメリットも全くないからです。

## 組合員の皆様へ

組合員の資格の喪失や死亡等の法定脱退の場合は随時脱退手続きに従って出資金を払い戻しますが、自由脱退の場合は、事業年度の末日の90日前までに予告し、当該事業年度の終わりにおいて脱退手続きを行い、出資金を払い戻します。

なお、加入時の届出内容 (住所や都内勤務先等) に変更があった場合には速やかにご連絡下さい。

組合員の皆様のご理解とご協力をお願いします。

## 急募

### 診療所看護師(パート)・介護職員

お電話をお待ちしています。

連絡先: 03-5680-7166 本部

## ◎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。

## 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!

## 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<br>9:00<br>~<br>13:00 | 鈴木 (内科・泌尿器)         | 松尾 (循環器・予約) 鈴木 (内科・泌尿器) | 千葉 (内科) | 中村 (内科) 鈴木 (往診) | 鈴木 (内科・泌尿器) 大内 (往診)   | 鈴木 (内科・泌尿器) 横田 (内科) 第2週 関根 (内科) 第4週 |
| 午後<br>2:00<br>~<br>5:00  | 鈴木 (内科・泌尿器) 井奥 (往診) | 村上 (内科) 鈴木 (往診)         | (休診)    | 鈴木 (内科・泌尿器)     | 鈴木 (内科・泌尿器) 3:00~4:30 | (休診)                                |
| 夜間<br>6:30<br>~<br>8:00  | (休診)                | (休診)                    | 露木 (内科) | (休診)            | (休診)                  | (休診)                                |

## 篠原診療所

所長 清水基規 四ツ木4-15-15 ☎(3697)0765

| 診察時間                     | 月                   | 火                    | 水         | 木                   | 金          | 土                   |
|--------------------------|---------------------|----------------------|-----------|---------------------|------------|---------------------|
| 午前<br>9:00<br>~<br>13:00 | 清水義人 (内科) 清水基規 (検査) | 清水基規 (内科)            | 清水義人 (内科) | 清水義人 (内科) 清水基規 (往診) | 清水基規 (内科)  | 村上 第1・3・5週 園田 第2・4週 |
| 午後<br>2:00<br>~<br>5:00  | 清水基規 (内科) 清水義人 (往診) | 清水基規 (内科) 西条 (糖尿・予約) | (休診)      | 清水基規 (内科)           | 重田 (循環・内科) | (休診)                |
| 夜間                       | (休診)                | (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<br>9:00<br>~<br>13:00 | 小林 (循環・内科) 三浦 (往診) | 三浦 (内科)           | 三浦 (内科) | 園田 (糖尿病) 三浦 (内科) | 三浦 (内科) 高島 (往診)      | 三浦 (内科) 第1・3週 園田 (糖尿病) 第3週 清水 第2・4・5週 |
| 午後<br>2:00<br>~<br>5:00  | 三浦 (内科)            | 三浦 (内科) 3:00~4:30 | (休診)    | 三浦 (内科)          | 松本 (内科・神経内科) 三浦 (往診) | (休診)                                  |
| 夜間<br>6:00<br>~<br>7:30  | (休診)               | (休診)              | 吉田 (内科) | (休診)             | (休診)                 | (休診)                                  |

※火2時~3時は往診体制です

●近況、感想、大歓迎  
〒125-0063 葛飾区白鳥2-3-6  
東京葛飾医療生活協 是ぐるま編集委員会  
はがきに答え、住所、氏名、年齢をお書きになり1月31日まで  
に投函してください。3名の方に図書カードをお贈りします。

## 〔応募方法〕

# 久しぶりのイベント 楽しい時間を過ごしました

## 篠原支部

篠原支部で「地域健康フェスタ」というイベントを行いました。掘切憩い交流館をお借りして、健康チェックや血管年齢測定、体験コーナーを設けてポッチャや脳トレにチャレンジしていただきました。

クリスマスツリーの飾りをおりがみで作る手作りコーナーでは、クローバー班の方々がお手伝いしてくださり、可愛い作品の作り方を教えてくれました。

他にもお手伝いしてくださった組合員の方々、



参加してくださった地域の方と久しぶりにイベントができ、楽しい時間を過ごせました。

コロナで集まる事がなかなかできず今回のイベントで色々な方とお話することができて改めて人と人の関わり大切さも感じました。

「出来ることがあればお手伝いするから言ってね」と声をかけてくださる組合員さんもいてとても嬉しく思いました。

また皆さんと交流できる楽しいイベントを開催したいと思えました。

篠原診療所  
松永亜樹

## 私の決まり事

近ければ自転車、遠ければバス等を利用しながら買い物に行く日が多い。10時から午後4時位までが私の自由時間と常。

## 私の健康法

白鳥支部 工藤 忍

夕方5時前後に温かい飲み物をゆっくりに飲みひと休み。

しています。

これが健康法と言えるかどうか分かりませんが、私なりの決まり事で日々過ごしています。

現在84歳、持病もなく元気で生活しています。



決めてはいます。その間に散歩、買い物、近所では参加してお話を聞いたり、おしゃべりしたり

皆様の「私の健康法」をお寄せ下さい。(400字・写真)

## 続けています

### コロナに負けるな 生活支援プロジェクト



11月19日、お天気にも恵まれ「コロナに負けない！生活支援・相談プロジェクト」が開催されました。

7回目を迎えますが、回数を重ねる毎に利用者の方の数も増え、今回は330名を超える方々に支援物資を配ることができました。

それに伴い、今までにないほど多くの方々から支援品やカンパが寄せられ、プロジェクトを支えるボランティアも葛生協からの23名を含め12団体・93名となり、設営・袋詰め・配布・相談にと大奮闘しました。

アンケートには「来て

よかった」、「助かります」とのご回答をいただきましたが「年金が少ない」、「健康保険料や介護保険料が高い」、「子どもへの補助があれば」など切実な声も寄せられています。

また、相談コーナーでは苦しい生活状況をお話される方の姿もありました。次回も葛生協として協力していきます。組合員の皆さんも一緒に参加してみませんか。

専務理事 矢島 渉

## 朝倉彫塑館リベンジ

### 金町南支部



12月14日、歩こう会の班会を久しぶりに楽しむことができました。

谷中銀座・「夕焼けだんだん」・朝倉彫塑館と色々歩きました。

案内は谷根千

地域に詳しい運営委員の矢嶋春海さんが詳しく説明してくれました。

以前別の集まりで地域の散歩をした時は「朝倉彫塑館」がリベンジの中心で入れなかったのがリベンジ大成功。

天気が良くておさんぽ日

金町南支部  
菅野カツ子

和。久しぶりのちょっと遠くの散歩でも楽しかった。

又、庭園や美術館へ行くきたいとの希望があったので是非開催したいと思っています。

## 2月11日(土) バレンタイン行動

亀有駅 午後2時集合です

医療福祉生協の「健康づくり」や「くらしを支える」とりくみの紹介と社会保障拡充のアピールと安心してくらし続けられるまちづくりへの参加を呼びかけます。

新型コロナウイルス感染予防に配慮しながら、地域住民へ医療福祉生協の存在をアピールしましょう。

社保・平和委員会

## ミニ保険学校

### 下千葉ブロック

下千葉ブロックでは12月14日に第1回目の保健学校を開催しました。

保健学校のテーマは「健康寿命をのびそう」です。今回は少人数で行うコンパクトなものです



の薬剤師小池彩子さんに講師をお願いし、お薬のことや薬剤師のお仕事についてお話ししていただきました。

参加者は7名でした。皆さんからの質問や疑問点などに丁寧に答えてくださり和やかな保健学校でした。薬局や薬剤師さんが身近に感じられたのではないかと思います。

今回は1月26日栄養士さんのお話です。

下千葉診療所  
事務局長 渡邊 愛

