

2023年3月31日現在

●組合員数

●出資金総額

●平均出資金額

6,848人

152,826,000円

22,317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

https://www.katsuseikyoku.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

曳舟川親水公園の白鳥
北公園前。3月30日、満
開の桜の下で再開予定の
班会の準備として顔合わ
て参加された方が加入し
てくれ、これからの班会
がとても楽しみです。



桜が咲いてから今ひと
つ雨降りが続き、心配し
ていた4月1日は、久し
ぶりの快晴でお花見日和
となりました。
支部長が目立つオレン
ジの上着を身につけ場所
取り。運営委員は手分け
してお弁当と飲み物買い
出しにわかれ弁当班はコ

第52回通常総代会開催のお知らせ

東京葛飾医療生活協同組合の定款第59条に基づき、下記の通り第52回通常総代
会を開催します。

記

1. 開催日時

2. 開催場所

3. 議案

2023年6月24日（土）午後2時開会

足立区勤労福祉会館第1ホール（綾瀬プルミエ2階）
東京都足立区綾瀬1-34-7

第1号議案

第2号議案

第3号議案

第4号議案

2022年度事業報告、決算報告・損失処理案決定の件、監査報告

2023年度事業計画、予算決定の件

訪問看護ステーションの統合（大規模化）の件

議案決議効力発生の件

2023年4月12日
東京葛飾医療生活協同組合
理事長 折笠勉

総代選挙に関する公告

2023年度 第52回通常総代会の開催にあたり、東京葛飾医療生活協同組合の定
款第54条および総代選挙規約に基づき、総代選挙を実施します。組合員からの総
代への立候補を以下の通り受け付けます。

(1) 総代の選挙区および定数

総代定数152

①下千葉支部

②下千葉東支部

③篠原支部

④水元支部

⑤金町東支部

⑥金町南支部

⑦白鳥支部

⑧亀青支部

⑨職員

25名

14名

16名

20名

14名

23名

15名

15名

10名

(2) 立候補資格

2023年3月31日以前から継続して組合員名簿に登録されている組合員本人。
但し、役員および総代選挙管理委員は総代の候補者となることはできません。

(3) 立候補の受付方法および受付期間

□受付方法

「総代立候補届」に必要事項を記載の上、下千葉診療所、篠原診療所、金町診
療所または本部事務局へご提出ください。

□受付期間

2023年4月17日（月）9：00から5月2日（火）16：00までの各事業所の診療
・営業時間内。

2023年4月12日 東京葛飾医療生活協同組合
総代選挙管理委員長 井口二郎

青戸平和公園で亀青支部

ープ葛飾白鳥店へ。レジ
で「お花見ですか」と職
員から声をかけられる。
12時を前に次々、組合
員さんが集まり、初めて
参加した組合員さんも
「花びらの舞い散る下で
お弁当をたべるのも楽し
いね」と感想を述べてい
ました。
60個もの手作りの五目
いなりや、差し入れの揚
げ物、手作りの漬物、イ
チゴを味わいながらハー
モニカに合わせて懐かし
い童謡をみんなで声を出
して楽しみました。
参加は22名でした。
亀青支部
渡辺キヨ子

“きてみて”楽しい まちかどサロン

5月20日（土）12時半～14時半

堀切憩い交流館で地域交流を行います。今回はバザー・健
康相談・ボッチャ体験などをメインに楽しいひと時を過ごし
たいと計画しました。ご家族・お友達を誘って遊びに来てく
ださいね。

篠原支部

聴心器

▼近年「耳が遠くなっ
てネー」という言葉を
聞く様になった。自分
のテレビ音量も以前よ
り高くなっている。最
近めまい症状で近くの
耳鼻科を複数受診し耳
から来ていると診断さ
れた。そこで今までに
ない検査を体験。左右
の耳を別々に質の違う
低音から高音の聴力、
左右の耳別の騒音のも
とでのそれぞれの聴
力、見る角度による平
衡感覚等々、その時の
耳の状況を正しく知る
検査だと思う▼いま高
齢者の間で「補聴器は
つけているが良く聞こ
えない」という人が
増えたと聞いた。多分
その人の耳の状況と補
聴器の機能がマッチし
ていないのではない
か。専門家に調整して
もらったらいいのにな
あと思っていた▼そん
な折、もと台東区議の
方がここに着目し学習
会や講演に取り組み、
多くの人たちから喜ば
れていると聞いた。「聴
こえなかった人が聴こ
える様になった」とい
う状況は私の想像でし
かないが、その人にと
っては、新しい人生が
拓けると言うことにな
るのではないか。（K）

健康寿命の延伸を目標に 楽しくチャレンジ

今年新春お年玉企画として登場！エントリ―された組合員は1000名の目標に対して125名が参加。報告書の提出は111名。提出者全員に歯ブラシ、また目標達成者89名の中から厳選なる抽選で5名の方にお米券をプレゼントしました。ご参加ありがとうございました。

日本橋出発、2/4京都三条大橋到着、492kmにブラボー！
☆睡眠はあらゆる活力の原点



☆逆三角形をめざして腕立て伏せ20回を1日3回。やらないと物足りない身体に



☆10分以上の歯磨き励行。力を抜いて磨くのは難しい

☆お金をかけないでテニスの壁打ち、なわとび、爽快、体重、血圧減少
☆1日一万歩目標11/30



☆ラジオ体操に毎日参加、寒い中でも大勢で行えて気持ちがよい一日に

☆昨年2月の退院後一日

7000〜10000歩を一年間実行、確信に

☆からだ休養を目標に12時就寝としたがダメ。意志の弱さ再確認
☆からだ休養「ねるぞー」の目標。仕事多忙でかわらず

＜未提出の声＞

☆夫婦でウォーキング、歯磨きの目標をたてたがコロナに感染。寝てました

＜お米券をゲット！の声＞

☆いつも産直のお米を購入。今回思いがけずお米券をプレゼントしてもらいとても嬉しい！これからも太極拳続けます。

(Ikさん)

健康寿命の延伸を目標に引き続き楽しくチャレンジしてください。

健康づくり委員

高柳ゆみ

あちらこちらで 映画会

参加してみませんか

3月8日(水)、金町診療所の待合室を借りて映画の上映会を行いました。

作品は倍賞美津子主演の「ユキエ」。1998年作。

あらすじは、アメリカルイジアナ州に住む60代

でアルツハイマーになっ

た日本人妻「ユキエ」とそれをやさしく見守る米国人の夫。父親を心配して施設に入れることを勧める2人の息子と、妻のこと

は俺が一番よく知っているのだから最後まで一緒に暮らして面倒をみ

いと主張する夫。

深い家族愛で結ばれて

いる父と子が、激しく口論する姿に認知症の介護問題が浮き彫りにされ

る。26年前の映画でした。今はいろんなケアがあるでしょうが、それでも国の対応は追いつかな

いばかりか逆に後退する傾向です。

この映画を観て、夫婦間、家族間の愛情とそれを超える介護の深刻な現状を考えさせられました。参加したみなさんは、「感動した」「誰も

が突き当たる問題だが難し

楽しく体を動かしました



2022年度下千葉ミニ保険学校は3月15日に第3回を実施しました。今回は、ほりきり訪問看護ステーションの看護師を講師に迎え、座りながらの体操・ストレッチを学びました。

とができたと思います。体操の後は修了式として3回全て受講された5名の方へ修了証書授与を行いました。3回を通して延べ20名の参加でした。

講師の皆さんご協力ありがとうございました。ごとうございました。下千葉診療所 事務長 渡邊 愛



気になる！いくらあればいいの？ 介護に関するお金の話

3月11日わがまち学習会 頂きました。会でおきのとうの学習会が行われました。今回は消費者生活コンサルタントで相談員をされている廣重美希さんにお話して

どのご意見ありました。今回はそのようなご意見に参考になればと企画しました。

医療制度、介護保険制度を有効に利用すれば、年金だけで施設利用も可能である事が話されました。又、在宅で過ごしている高齢者の被害の問題も近くの消費者生活センターに相談するようアドバイスしていただきました。

現実には地域の中でおきている相談もあり、とても有意義な学習会でした。

地域活動委員

萩原佐知子

今年原水禁大会は長崎、代表派遣は2名です、今から代表を選びましょう。

費用は一人当たり12万円×2名24万円+諸費用1万円=25万円

各支部・各事業所で代表派遣募金の取り組みをお願いします。集めた募金は本部へ届けてください。



2019年長崎代表团

■ヨコのカギ

- 1 5月の第2日曜日
- 4 水族館でショーを行うこともあります
- 7 元素記号はFe
- 8 端午の節句、和菓子
- 10 食品・食器を洗う場所
- 12 スペアのことで
- 13 月額を決めて契約
- 15 侍。こうも言います
- 16 ……心、……河岸
- 17 4WDは……駆動車
- 19 「……をかく」とは一生涯懸命に努力すること
- 20 収穫後の畑で……拾い
- 22 「佐藤錦」が有名です
- 25 ……年波には勝てぬ？
- 26 シラスは……などの稚魚です
- 27 プロフェッショナル



- 24 2321 191816 15141196 54321
- タテのカギ
- 1 「？」は……マーク
- 2 目に青葉といえは
- 3 ……注射、……脂肪
- 4 ……の片思い
- 5 初夏や晩秋の寒い日の農作物はこれに要注意
- 相撲の勝敗表の「○」
- 口頭でなく……で報告
- 紙で作った器のこと
- 魚を取ります
- 愛玩鳥として知られます。くちばしはピンク
- 「五月蠅い」の読み方
- カーニバルで有名な街
- 松潤が所属しているアイドルグループ
- 相棒はナット
- ……の実はマルベリーとも呼ばれます
- やがて俺になるかも？

クロスワードパズル前回（2023年3月1日第254号）の答え

ゴ ニ ン バ ヤ シ でした。

正解者の中から3名の方（石渡洋子・佐山京子・蒔田良一）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5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。

股関節手術をして

70才になるという頃からすわったり立ったりにへんだなと思いはじめ、だんだん痛くなってきた。

私の健康法

下千葉診療所で診て貰いましたから手術以外

「下千葉支部 清水 静江



と思ったのですが、すごい格好で動いているのを見て早く手術しなさいと言ってくれる人が何人か居ましたが、80才すぎては病院に入

ったきりなるから手術はしない方がよいと言う人も何人か居ました。いよいよ動けなくな

はがきでコンには

□旅行したい□

水元 高橋八郎

毎回隔から隔まで読ませていただいております。コロナも少し落ち着い



桜満開の井の頭公園

てきたので外出とか、旅行に行きたいし、友達とも会いたいと思っています。今後ともよろしくお願ひします。

【お詫び】

254号の高森さん投稿の2件の手配りは誤りで23件の手配りでした。訂正してお詫び申し上げます。

【後期高齢者】

東金町 松沢志津子

今年ついに、つれが後期高齢者になり、保険証が送られてきました。い

【今年93歳】

東金町 金子ハナ子

久しぶりにクイズに挑戦してみました。年を取るの

【マスク】

西亀有 後藤喜美子

マスク着用は自由になるが、感染もこわいけ

「健康のはぐるま」手配りさん募集中

お読みいただいている機関紙「健康のはぐるま」の大半は区内在住の組員さんによるボランティアで配布しています。近年、高齢化に伴い、配布できる組合員さんが少なくな

2ヵ月に1回、1人当たり10件程度の配布です。軽いウォーキングがてらにぜひご協力ください。地域などのお問い合わせは下記までご連絡ください。

お問い合わせ 本部事務局 03-5680-7166 (松田)



視点を变えてみる

新緑がまぶしい季節になりました。日差しが暖かく、風がほどよい湿気をまと

医療・介護の現場から

篠原診療所

事務長 石川直子



どに浮かれた人も多かったのではないでしょう

家族や友人が自分と同じような状態になっ

トレスとなつて症状を引き起こすことが多い

とが大切です。

診療のご案内

※各診療所とも訪問診療・健康診断・午前中の送迎を行っております。各診療所にお問い合わせください。

下千葉診療所 所長 三浦寧子

葛飾区堀切 7－13－24 ☎ (3602) 2254

受付時間	月	火	水	木	金	土
午 前 8：30～12：30 (診察 9：00～13：00)	小 林 (循・内科) 三 浦 (内科)	三 浦 (内科)	三 浦 (内科)	三 浦 (内科) 園 田 (糖尿病)	三 浦 (内科) 矢 野 (往診)	三 浦 (内科) 第 1 ・ 3 週 清水基規 第 2 ・ 4 ・ 5 週 園田 (糖尿病) 第 3 週
午 後 13：00～16：30 (診察14：00～17：00)	三 浦 (内科)	三 浦 (内科) 15：00～16：30	(休 診)	三 浦 (内科)	青 山 (内科・神経内科) 三 浦 (内科)	(休 診)
夜 間 17：00～19：30 (診察18：00～19：30)	(休 診)	(休 診)	吉 田 (内科)	(休 診)	(休 診)	

篠原診療所 所長 清水基規

葛飾区四つ木 4－15－15 ☎ (3697) 0765

受付時間	月	火	水	木	金	土
午 前 8：30～12：30 (診察 9：00～13：00)	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 12：30～16：30 (診察14：00～17：00)	※清水基規 (内科・予約) 清水義人 (往診)	清水基規 (内科) 西 條 (糖尿病・予約)	(休診)	清水基規 (内科)	高宮 (循・内科)	(休診)
備 考	※月曜日の午後外来と火曜日午後の糖尿病外来は完全予約制です。					

金町診療所 所長 鈴木瑞史

葛飾区金町 1－15－ 5 ☎ (3607) 5124

受付時間	月	火	水	木	金	土
午 前 8：30～12：00 (診察 9：00～13：00)	鈴木 (内科・泌尿器)	鈴木 (内科・泌尿器) 松尾 (循環器予約)	中田 (内科) 鈴木 (往診)	三土 (内科) 鈴木 (往診)	鈴木 (内科・泌尿器) 佐々木 (往診)	鈴木 第 1 ・ 3 ・ 4 ・ 5 週 横田 第 2 週
午 後 12：30～16：30 (診察14：00～17：00)	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 (往診) (内科・泌尿器) (15：00～16：30)	(休 診)
夜 間 17：00～20：00 (診察18：30～20：00)	(休 診)	(休 診)	露木 (内科)	(休 診)	(休 診)	

診療所看護師(パート)・介護職員

急募

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：02-2121-2323

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！