

Tokyo Fureai Medical Coop  
**東京ふれあい医療生協**

LINE公式アカウント  
登録をお願いします!

http://www.fureaico-op.info  
配布停止は4面をご覧ください

# 生命の炎

いのち

2024年5月号 No.531

生協の現況(2024年3月現在)

組合員数=14,637名  
出資金総額=413,157千円

●発行所:東京ふれあい医療生活協同組合  
〒114-0004  
東京都北区堀船3-27-12  
電話 (03)3911-3630

●編集:『生命の炎』編集委員会  
●発行人:百瀬 文也



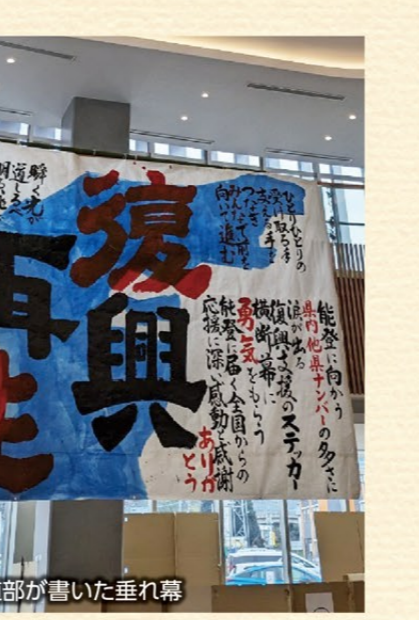
4月4日～6日、日本医療福祉生活協同組合連合会(医療福祉生協連)や購買生協の仲間たちと能登半島の被災地支援に行きました。被災地の現実の一端を垣間見ることができ、様々なことを考える機会となりました。

1日目は、金沢市内で水やカップ麺、果物などの支援物資を買い込み、能登半島を北上。宿舎のある能登町に向かう途中、地割れ、土砂崩れや倒木(余震や雨、雪解けなどで発生したものも多い)で寸断された道路や、そこを復旧するために工事に取り組

## 特別企画

# 能登半島の現状

### 復興までのみちのり



2024年(令和6年)1月1日16時10分能登半島において、マグニチュード7.6の直下型地震が発生しました。被災地の皆様には、心よりお見舞い申し上げます。この度、医療福祉生協連より「令和6年能登半島地震」被災地域支援ボランティアの募集があり、4月1日にふれあい活動推進部に入職した渡辺学職員が、当生協を代表して被災地の支援を行ってきました。渡辺職員から見た能登のリアルな現状を報告します。

能登町役場の庁舎内は被災住民や支援者らでごった返り、職員さんたちも忙しそうに動き回っていました。この日は健康福祉課の方の指示で、町会会館のような場所に水をお届けしました。

能登町は4月1日時点、上下水道の復旧率が8割(輪島市で7割、珠洲市では1割)。もう少し水道が戻れば、金沢などに避難している人たちが帰還しやすくなるかもしれないとのことでした。

2日目は、半壊した住宅の家具や畳などの被災廃棄物の整理・搬出のボランティア。日生協の仲間と千葉県から来た職人さんたちと作業をしました。長年住んだ住居を壊さなければならぬことは、本当にお辛いだらうと思います。それでも前向きに生活再建に向かう姿にこちらが励まされました。

ちなみに、公的な補償金は半壊で5万、全壊で50万、建て直しでも200万程度だそう。「お見舞金」のレベルだそうです。

3日目は珠洲市へ。圧倒的に復旧が遅れていて、元日のままになっている地区もありました。多くの市民が避難所や金沢などの二次避難所から戻れていません。2003年に白紙撤回となった珠洲原発建設予定地も見ましたが地形が変わるほど



医療福祉生協連 能登半島地震支援活動: <https://www.hew.coop/post-39268/>  
コープいしかわ: <https://www.ishikawa.coop/>

\*地名は「能登」、役場等の施設は「能都」と表記

### お知らせ Information

## 5月第61回 オレンジほっとラウンジ

日時 5月15日(水)13:45~16:00

会場 昭和田区民センター2階第2ホール  
(下記案内図参照 住所:北区昭和田3丁目10-7)

テーマ 応急救護訓練 心肺蘇生法、AEDの使い方、熱中症の予防と対策など実技と講義を学びます。

講師 滝野川消防署職員

費用 500円(資料・お茶・お菓子代含む)

オレンジほっとラウンジは地域の皆さんの学び・発見・交流の場として、健康・予防・介護に関する「ミニ講座」とその後お茶とお菓子をいただきながら、質疑応答や意見交換を行います。

お申し込み・お問い合わせ先

下記URLもしくは右のQRコードから必要事項を記載のうえ、お申し込みください。

お申し込みURL <https://forms.gle/tLtw8EV4ULeh6o2AA>

お問い合わせMail [takeyasu@fureaico-op.com](mailto:takeyasu@fureaico-op.com)

オレンジほっとラウンジ事務局  
TEL. 03-3911-2661

締切日 5/13(月)

### 2023年度 理事会から

1. 経営状況  
2024年2月状況 総収益 1億1,080万円  
業原価 709万円  
その他経費 1億1,282万円  
業外損益 38万円  
経常剰余 -872万円

厳しい経営状況が続いております。外来・訪問ともに患者数を伸ばしより質の高い医療を提供していくべく運営改善を図っています。例年2月は赤字となっており、昨年度-1600万円と比較すると改善はしているものの、まだまだ継続して改善が必要です。

2. 地域活動  
法令・定款に基づき3月末をもって長期住所不明者の脱退処理を行っています。3月には歌声喫茶はもちろん、太極拳や空手、原発に関する映画の上映など、様々な形で新ふれあいセンターが利用されています。また、他団体と協賛した取り組みも継続しています。おぐっこプレーパークでは多くの子ども達が参加し楽しく過ごしています。

3. 2024年度方針  
2024年6月23日13時総代会を行います。総代会にむけて議案討議を理事会では行っていきます。あわせて医療生協らしい地域医療、医療生協のあるまちづくり、新しい時代の組合員活動の追求、未来のための生協の変革、を果たしていくため具体的な取り組みを検討しています。

4. ずすろ医療生協  
東京都生活協同組合連合会協力のもと、当該医療生協との合併等に関する協議しています。2021年度より継続している支援により、2022年度に続き2023年度も黒字で決算となる見込みです。2024年度は所長医師の入替も行い、さらにしっかりとした運営体制で改善が進んでいく方針となっています。適正な経営を継続できる運営状況としながらも長期的視点で生協を続けていくための方向性の検討を続けます。

### 機関紙名『生命の炎』の名称について

#### ご意見をお聞かせください!

『生命の炎』2024年3月号に掲載した「機関紙名へのご意見募集」に送っていただき、ありがとうございました。引き続き、募集いたしますので皆さん、ご意見お待ちしております!

投書は 診療所内に設置されている「虹の箱」へお入れください。

封書は 〒114-0004 東京都北区堀船3-31-15  
東京ふれあい医療生協「機関紙名ご意見係」

お電話は 03-3911-2005(ふれあい活動推進部・一石)もしくは03-3911-3630(本部・秋山)までお願いいたします。

メールは ichiishi@fureaico-op.com  
件名は「機関紙名へのご意見」でお願いいたします。

Google フォームは QRコードより入力ください

締切 2024年5/31(金)

ご意見・ご質問・紹介したい記事などございましたらお気軽にお寄せください。

宛先 東京ふれあい医療生活協同組合 機関紙編集委員会  
〒114-0004 北区堀船3-27-12

TEL 03-3911-2005 FAX 03-5944-6015

MAIL [soshiki@fureaico-op.com](mailto:soshiki@fureaico-op.com)

メ 切 前月の第1月曜日まで。

(7月号に掲載したい場合、6月の第1月曜日までに原稿を送ってください。)

※必ず原稿を送る方の名前、住所、連絡の取りやすい電話番号を記載してください。

### 聴診器

「きここの世界の共通言語は、英語じゃなくて笑顔だ」と思うシンガーソングライターの高橋優さんの「福笑い」という歌の歌詞だ。全く共感する。

私達ホモサピエンスが繁栄したのは、他者と協力・協同することが出来たからだという説がある。表情は意思を伝える大切なツールで、笑顔は今も昔も人とつながる鍵である。

近年、社会的なつながりや人とのつながりが健康度を高めるという研究がなされ科学的に証明されてきている。

「笑い、健康効果でネット検索してみると、笑いで高血圧大阪府より「笑い」と健康」啓発冊子が発行されていた。

笑いには、NK細胞というガンやウイルスをやっつけるガンやウイルスをやっつける免疫細胞の活性化や、ストレス低下、様々な病気の改善の可能性等が示されていた。

誰しも、人とつながりながら健康に幸福に長生きを目指したいものだ。コロナ禍以降、マスクで顔を合わせざる場面やお馴染みとなったが、マスク越しでも、電話越しでも、笑顔は伝わってくる。どのような状況下でも人間の本来は人と人とつながる事なのではないだろうか。素敵な笑顔で、身近な人やあなたの大切な人とつながってほしい。

(やまね)

### 健康づくり委員会 掲示板

#### 健康づくり講座

テーマ 「慢性腎臓病・高血圧の予防と治療」  
～塩と病気と減塩料理～

日時 5月31日(金)14:00~

場所 ふれあいセンター

講師 梶原診療所 西本 明医師、高橋 知子管理栄養士

### 防災学習会開催のお知らせ

テーマ ①災害の備え、今できることは何か?  
②令和6年能登半島地震復興支援ボランティアレポート

日時 5月26日(日)14:00~

場所 ふれあいセンター

### 植物紹介③

#### キュウリグサ

(ムラサキ科)

揉むとキュウリの匂いがする。堀船公園に咲いているが、田んぼ道に多い。ワスレナグサに似るが、花茎は2mmで4分の1しかない。(中谷)

#### 各診療所医師の 休診のお知らせ(5/1~6/15)

※2024年4月18日現在

梶原診療所 外来の休診は通常通り 宮の前診療所  
5/17(金)PM 倉信医師 5/25(土) 東医師

※最新の情報はInstagram、LINEで日々更新しています

ふれあいファミリークリニック  
5/4(土)の診療はゴールデンウィーク中の為、  
5/18(土)AMに変更になります。  
6/7(金)午後

※2024年4月より水曜の午前が休診、土曜は第1の午前のみ診療に変更になりました

### 機関紙の電子化について

生命の炎の電子化を積極的に推進しております。紙の機関紙送付が不要になった場合は下記連絡先までご連絡ください。QRコードからメールアドレス読み込み可能です。メールの場合は、●氏名 ●組合員番号(わかれば) ●生年月日 ●住所を記載してください。メール宛先 [ichiishi@fureaico-op.com](mailto:ichiishi@fureaico-op.com) ふれあい活動推進部: 03-3911-2005 (受付時間:平日9:00~17:00)

### LINE公式アカウントのお知らせ

LINE公式アカウント「東京ふれあい医療生協」を開設しました。イベント情報やお知らせを中心に、機関紙の更新など、様々な情報をお届けします。梶原診療所とふれあいファミリークリニックの診療予約も、LINEから可能になります。ぜひ東京ふれあい医療生協LINE公式アカウントを、「友だち」追加してください。LINEの「友だち追加」画面から、「QRコード」を選択し、右のQRコードを読み込んで追加可能です。



# 知って得する 紙上「健康づくり講座」第23講

## 〈後編〉 介護保険で使えるサービスいろいろ!!

梶原診療所 介護相談センター所長 坂爪 成明

今回は、「困ったとき、どこに相談すればいいの?」というタイトルで困りごとに応じた連絡先のご紹介を行いました。今回は介護保険で使える東京ふれあい医療生協の在宅サービスについて紹介していきます。

### ① 訪問介護 (ほほえみヘルパーステーション)

ヘルパーが自宅を訪問し、身体介護や生活援助等のサービスを行います。  
**身体介護:** 食事、排せつ、入浴、着替え、通院・外出介助等  
**生活援助:** 掃除、洗濯、買い物、調理等  
 ただし、ご自分でできないところを上手にお手伝いするのが基本。単なるお手伝いとはそこが違います。

### ② 訪問看護 (ふれあい訪問看護ステーション)

看護師が自宅を訪問し、医師の指示のもと病状の観察と体温、血圧、脈等の健康チェックを行います。医療的なケアから医療器具の管理、認知症のケア、服薬管理や指導、ターミナル(終末期の看護)のサポート等もを行います。

### ③ 訪問・通所リハビリ (梶原診療所リハビリ)

PT(理学療法士)、OT(作業療法士)が運動や作業活動を通して個別に評価し、その方に見合った訓練を行います。  
 ST(言語聴覚士)は言語障害、聴覚障害、声や発音障害に対し検査・評価・訓練を行います。また、嚥下障害に対する訓練も行います。

### どんな場合にどんなサービスが利用できるの?

- 参考例とともに紹介します。( )内は利用が想定されるサービス。
- ひとりでも外を歩けなくなった場合
    - 1) 福祉用具レンタル(多点杖、歩行者、車いす等)
    - 2) 住宅改修(玄関段差解消、手すり設置等)
    - 3) 訪問リハビリ(上下肢運動、歩行訓練、福祉用具の活用等トータルアドバイス等)
    - 4) 通所リハビリ・デイサービス(通所によるリハビリ・機能訓練等)
    - 5) 訪問介護(ヘルパーによる通院等外出介助)
  - 認知症の進行が心配になってきた場合
    - 1) デイサービス(外出・社会交流・活動機会の支援)
    - 2) 認知症対応型デイサービス(中・重度認知症の方が利用できるデイサービス)
    - 3) デイケア(クリニック等が運営するリハビリテーション)
    - 4) 訪問看護(医療依存の高い認知症の方への支援等)



東京ふれあい医療生協では、  
 デイサービス、福祉用具、ショートステイのサービスは行っておりません。

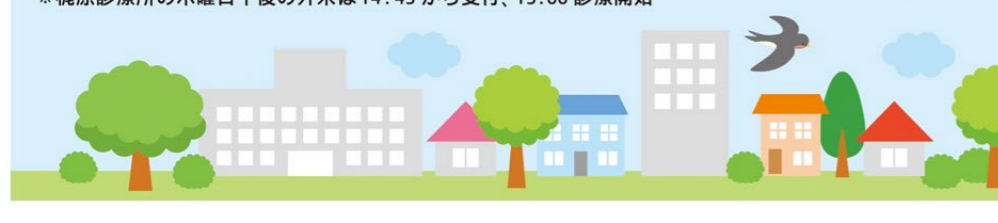
★日常生活の中でいろいろな生活支障・生活不安を感じたら、  
 介護相談センター 03-3911-7408 へご相談ください!!  
 (ただし、突然の来所は対応できない場合もございますので、まずはお電話ください)

# 診療ダイヤ変更

『生命の炎』2024年4月号において、診療ダイヤに誤りがありましたので訂正を掲載いたします。患者様・関係者様には大変ご迷惑をおかけいたしました。

梶原診療所			オレンジほっとクリニック		
	内科・小児科	整形外科	月曜日	火曜日	水曜日
月曜日	午前	倉信・西本・渡辺・堀(腫瘍内科)	平原 岡田(7月-)	日誌	谷田貝・田辺
	午後	倉信・西本・渡辺	藤田	田辺(2・4週) 島山(2・4週)	笹田
	夜間	夜間休診	木曜日	金曜日	土曜日
火曜日	午前	倉信・島山	平原 村上(7月-)	田辺 平原(第1・3週)	土曜休診
	午後	倉信・西本	福原真理	角	
	夜間	夜間休診	※火曜日午後の島山医師は7~9月のみに なります		
水曜日	午前	倉信・西本・渡辺・福垣(腫瘍内科)	倉信	渡辺	
	午後	倉信・西本・渡辺・安藤	渡辺・東	渡辺	
	夜間	夜間休診			
木曜日	午前	倉信・西本・渡辺	渡辺	渡辺	
	午後	西本・渡辺	渡辺		
	夜間	夜間休診			
金曜日	午前	渡辺・時田・島山	渡辺		
	午後	倉信・渡辺・柳澤・岡田	渡辺		
	夜間	夜間休診			
土曜日	午前	西本(内科 第1・3・5)・倉信(内科・小児科 第2・4・5)・有野(整形外科 第1)			
	午後	渡辺(内科・小児科・整形外科 第1・2・3・4)・吉田(整形外科 第1・3・5)			

※梶原診療所の木曜日午後の外来は14:45から受付、15:00診療開始



## キッズメデイカル vol.127

# 麻疹が流行っている

先日の医師会休日診療に、麻疹に感染した親子が1組いらっしやいました。どうも東京で麻疹が流行っているようです。

麻疹(一般的にははしかといいますが)は麻疹ウイルスに感染することによって引き起こされる病気です。麻疹は、感染力が強く、一縷の空間に居るだけで感染します。感染してから10日ほどして咳や鼻水、微熱などの症状が2~3日続き、一旦熱が下がった後39度以上の高熱と湿疹が出ます。肺炎・中耳炎を合併しやすい、1000人に一人は脳炎を起します。治療は対症療法しかなく合併症があればそれに合わせた治療を行います。

麻疹に罹患した人は、体内に抗体ができて麻疹にはかかりません。罹患していない人の唯一の予防法はワクチンを接種することです。現在は1歳以上2回接種を行います。

最近の流行で問題視されている人とは、「1回しか麻疹の予防接種を受けていない30~40代の人」「1歳未満の予防接種を受けていない乳児」「予防接種を受けていない一般人です。自分が麻疹の抗体を持っているかどうか、確認してみることが必要ですね。

診療所には麻疹の抗体検査ができます(自費)。不安な方はご相談ください。(倉信)

## 新入職員紹介

今年度、東京ふれあい医療生協に入職した職員です!

**松本 茜**  
梶原診療所・医事課

- 血液型 A型
- 出身地 茨城県
- 趣味 爬虫類の飼育、ぬいぐるみづくり

新卒で入職しました。慣れないことばかりですが、精一杯頑張ります!

**渡辺 学**  
ふれあい活動推進部

- 出身地 山梨県
- 趣味 散歩、ごみ拾い

組合員・職員のみなさまのお役に立てるように頑張ります。妻と一緒に子育てに奮闘中

**池田 麻美子**  
梶原診療所・検査課

- 血液型 O型
- 出身地 東京都
- 趣味 茶道(大日本茶道学会 茶道教授許状所持)

臨床検査技師です。1日も早く戦力になるよう頑張りますので、よろしくお願いいたします。

**岩白 鈴音**  
梶原診療所 リハビリテーション課

- 血液型 O型
- 出身地 富山県
- 趣味 ダンス

元気いっぱい頑張ります!梶原のことも知りたいです!

**村上 朝彦**  
梶原診療所・訪問診療常勤医師  
ふれあいファミリークリニック  
オレンジほっとクリニック非常勤医師

- 血液型 A型
- 出身地 栃木県
- 趣味 テレビゲーム

新人です。若輩者ですが、いろいろ大目に見てください。

**富山 彩乃**  
東京医科歯科大学 総合診療科  
梶原診療所 内科常勤医師  
ふれあいファミリークリニック 非常勤医師

- 血液型 O型
- 出身地 東京都
- 趣味 旅行、食歩歩き

不慣れなことも多く、ご迷惑をお掛けすることもあるかと思いますが、よろしくお願いいたします。

**福原 真理**  
梶原診療所・訪問診療  
オレンジほっとクリニック非常勤医師

- 血液型 A型
- 出身地 神奈川県
- 趣味 洋裁

老年病内科・老年精神科の専門医です。

**島袋 恵多**  
梶原診療所  
整形外科非常勤医師

- 血液型 B型
- 出身地 沖縄県
- 趣味 フットサル、乗馬など

よろしくお願いいたします!

**大山 弘晃**  
梶原診療所  
内視鏡検査非常勤医師

- 血液型 A型
- 出身地 北海道
- 趣味 テニス

内視鏡検査を担当します。よろしくお願いいたします。

**松永 圭悟**  
梶原診療所  
内視鏡検査非常勤医師

- 血液型 A型
- 出身地 静岡県
- 趣味 散歩

検査・診察を受ける方が苦痛なく過ごせるよう努めます。よろしくお願いいたします。

**福原 慧**  
梶原診療所  
訪問診療・非常勤医師

- 血液型 A型
- 出身地 埼玉県
- 趣味 下の横好きで続けている音楽の勉強

丁寧な診察を心がけていきたいと思ひます。よろしくお願いいたします。

**横田 英博**  
梶原診療所  
訪問診療・非常勤医師

- 血液型 B型
- 出身地 福島県
- 趣味 ドラム演奏

みなさまの幸せな生活を健康の面からサポートさせていただきます。よろしくお願いいたします。

## 梶原診療所に広報委員会ができました!

1月18日に新しく発足した梶原診療所広報委員会は、梶原診療所のイメージ向上や情報発信を担当するチームです。

主にLINEやInstagram、FacebookなどのSNSを活用して広報活動を展開します。2月1日には当院の特徴である「都電沿いの病院」をイメージし、東京都交通局に許可を得て都電風窓フィルムをデザインしました。

こちらは風除室に車掌帽子があり、帽子をかぶって窓ガラスに顔を向けると都電の運転手のようになる仕組みとなっております。

子ども達に人気で、3月からの風除室とInstagramには、「梶原診療所の小さな車掌さん」として写真を掲載しています。是非フォローといいね!おまちしています。

LINEでは、急な休診のお知らせや発熱外来の予約が埋まってしまったなど最新の情報のお届けと、予約の確認ができるようになりました。こちらも友達登録をお願いします。

今後はパンフレット作成や、ホームページリニューアルに向けて動き出そうとしています。組合員の皆様や地域の皆様にとって、利用しやすい梶原診療所を目指して頑張っていきたいと思ひますので、今後ともよろしくお願いいたします。

