東京西部保健生協の現勢

(5月末日時点)

組合員: 8,243人 出資金: 184,004,620円

東京西部保健生協

No. 3 1 7 2021年7月1日発行 く健康なくらしとまちづくり

東京西部保健生活協同組合

TEL 03(3381)0877 FAX 03(3381)1405 http://www.seibu.coop/ 発行責任者:吉岡尚志



だれもが安心してくらせる

まちづくりをめざして

4回通



課題はいのちとくらしの再建

理事長 吉岡 尚志

のねがいに応えない政治に国民は怒って る法案を強行しようとしています。国民 の一部負担金を1割から2割に引き上げ

や世界で、命とくらし、経済に大きな影 すが、その中で政府はオリンピックを強 きく遅れ、世界で最下位争いをしていま 急事態宣言が続く中、ワクチン接種は大 らの方が一層心配になってきました。緊 響を及ぼしてきました。しかし、これか コロナ禍が始まって早1年半。日本 ました。 の中で職員、組合員の力を大きく伸ばし 標を達成することができ、この取り組み なども組合員、役職員の協同によって目 求に応え、整形外科の設置などにも挑戦 体化が進んでいます。この1年間、困難 事業と運動のありかたについて検討と具 ン」を確認しました。これからの生協の し、経営的にも改善を重ねてきました。 な条件の中で、事業を伸ばし、地域の要 また、仲間増やしや出資・増資の目標 昨年の総代会では中期計画「覚醒プラ

力を合わせ、 目を迎えて東京西部保健生協のすべての に結集して一緒に頑張りましょう。71年 せるまちづくりをめざして医療福祉生協 杉並において、だれもが安心してくら 次の発展段階に押し上げま

民の中に不安と不満が渦巻いています。

方、菅政権は年収200万円を超え

る高齢者について75歳以上の高齢者医療

ド株など新たな変異種が次々と生まれて 行し、感染を広げかねない状況です。イン

います。補償は少ない上、支給が遅れ、国

専務に聞きました



専務理事 松本 弘道

持が難しくなりました。そんな中で 化にみまわれました。組合員の支部 年計画の初年度として多くの成果を も精一杯知恵を出して活動し、5か 協の大きな財産であるつながりの維 活動も長期間にわたり制限され、生 宣言でまた二桁減少という大きな変 上げることのできた年だったと思い

○どんな成果ですか?

常務理事

岩間正夫

常務理事 専務理事

新井陽子

松本弘道

常務理事

小山豊

理事長

吉岡尚志

新役員紹介

●各分野で組合員の要望が形になった の開設、3診療所での発熱外来検査 所での整形外科外来の再開と物療室 の本稼働、上井草診療所では胃カメ ラの再開とリハ外来の開設とリハビ 施設認可の取得、せいきょう診療 医療分野では、在宅医療センター

理事

鎗田登美雄

真野守信 石川雅之

沼崎眞美

理事

深見知克

榎本富美子 佐々木賢勇 古山成江

常務理事

安来志保

理事

笠原譲

小畑久美

井上深雪

松ノ木・梅里支部 古山

●コロナに翻弄され、生協の足腰が強

くなった年

4月から6月までは患者さんが2

きたと思ったら、12月から非常事態 割ほど減少し、夏から少し回復して 2020年度は

どんな年でしたか?

初めて出資金残高通知を発行

風に勁草を知る』という言葉があり を訴え、増勢で締めることが出来ま 多くの名簿整理の回答があり脱退と した。中国の「後漢書」の中に『疾 しない決意で職場と支部で加入増資 減資が多く発生しましたが、減勢に 初めて出資金現在高通知を発行し

拡大が着実にすすみました。生協と 習交流会を通して課題を共通認識し ケアプランの件数の大幅な増加、 ながら取組みをすすめました。 康づくりの推進など、覚醒プラン学 が都市型軽費老人ホームの補助事業 しては、結果は不採用となりました ルパーステーションでの身体介護の りました。介護分野では訪問看護と への申請、順天堂大学と共同した健

○経営はどうでしたか?

●2年連続の黒字

の経常剰余をあげることが出来まし 二年連続の黒字に出来たことは特筆 865万確保も含めて、505万円 た。役職員と組合員の奮闘と協同で していいと考えます。 コロナ禍において、補助金等の1

○生協の足腰が強くなった?

ます。困難や試練に直面したときに、

既存事業所を充実していくとともに、 応していく必要があり、そのために、 見による精神的なストレスなどの健 ていくことになると、複数の専門家 くりをすすめることの宣言です。コ 地域の疑問や不安に寄り添い健康づ そ事業と生協をみんなで強く元気に をまもるために めに顔の見える支部活動に踏込んで が警告しています。経済の混迷によ この先何年もこのウイルスと共存し 迎え、ワクチン ロナ禍の国民生活への影響は限界を 展開する事が望まれています。新型 極的にすすめて 要求に沿って新たな事業の検討も積 康阻害因子に、 る生活・就業環境の変化や、自粛や偏 コロナに負けず地域のくらしと健康 これが全ての取組みの肝と考え、 地域では、支えあいをひろげるた に、コロナ禍だからこ 長期的・総合的に対 /接種がすすんでも、 いく必要があります。

監事 監事 監事 役退 仕される 山田恭永 菅井 一郎 櫻木友子 服部敦子

佐々木尚子

藤井眞人

安達亮則

していきましょ

和田道代

井上務

阿部俊文 大門孝司 原田道子 渡邊雅俊 中島宏冶 健一郎 山崎一彦

の一年の奮闘が 固さ、真価がわ 典型的な結果と コロナ禍とい はじめてその音 がり、困難が生 | 思の強さや節操の堅 なりました。 ?評価を得て協同が広)疾風の中で、 私たち かるという意味です。 |協を強く大きくした

施設の認可など提供内容の充実を図

○2021年度はどんな年に?

コロナを正しく

、恐れ、正しく闘う

対応の悪さは他国と比 低です。日本の政府の %で、これも日本は最

べてもひどすぎないで

りだしましょう」とな 残念ですが、コロナに えないのはなによりも の場だった診療所が使 い活動をみんなでつく りました。長年の活動

が広まりもう

コロナ感染

1年半。 コロ いるかどうか

%。G7諸国はほぼ35 種率は5月末で約5 ワクチン接種がやっと はじまりましたが、接 では最低クラスです。 を調べるPCR検査数 日本の割合は世界

う誰もが限界です。 粛してきましたが、も すか。私たちは自粛自 今年の東京西部保健

とが減り、なにより楽 悪くなります。笑うこ 話をしないので活舌も 正しく闘う」です。 生協のスローガンは は、筋力が落ちるし、 「コロナを正しく恐れ、 恐れてばかりいて

しくないです。 支部総会で、「新し

り合いは人とのつなが 負けてはいられませ ん。生きる楽しさと張

くりだしましょう。 りです。ころばん体操 新しい楽しい活動をつ はもちろん、みんなで

貝の皆さま

り、「顎の見こうですが、それを逆手に取数135名の小さな支部

昨年立ち上げた組合員

地区のたすけ愛づく

支部長 ・

大塚 政子

③絵手紙の会を4月

べりカフェの開催

し再開する事ができま 民商さんの2階をお借

討論のまとめ

コロナ禍であって

支部からの発言

で

発言集

助け

新任役員さんの抱負

。どうぞ、よろしく具献できるよう努め

致します

めり、それでいい、生協に務めてい

各自が出来る事助け合い活動の説

がけやき

上井草診療所デイケービスを7月末で廃上井草診療所デイサ アに変更します

総代 小倉 総代 小倉

担へな上げ、 貸出」に゛みんなのたま 祉協議会事業の さんちゃ 取り扱い方のんち、が名 「車椅子

上井草・

今川支部

1年度にすすめたいの活動報告と202

総代会方針

事を引き受ける事にな事を引き受ける事にな

気持ちを新たにして

退職後に医療生協の

私が育ったまち、

富美子

域との連携を深める取

や連絡先を記る明をし、各自が 単発、 田堀支部に話を聞き、

に沿って、コ 来年度は、 ター 多いので、更に連携を沿上井草居宅からの依頼だ 上井草・今 協力員を増や

〝若い〟分、

を工夫して行っていきた



助け合いボランティア



生協活動については理事 佐々木 賢勇

ながりをつくる事業と活の方々の健康を守り、つ緊張していますが、地域

するタイミングで、定期4月から整形外科を開設診療所まで遠く行けない

万南和泉方面からは、

和田堀診療所

智史

送迎バスを走らせる事に

た。セラッえ、バリハビリを行ってきまして、外来リハビリ、訪問ア、外来リハビリ、訪問

ア、外来J 指示に基づ

ッハビリ、訪問っいて、デイケ

の場をもとう工夫して組合員交流

和田堀診療所3階の組

リを行い、デイトた。セラピストジ

、デイケア診療ピストがリハビ

成田東西支部

も充実してきまれ

所で行ってほしいワクチン接種を診療 松ノ木 梅里支部

一緒させて頂いる

びた皆様、大変

大変お世話

します。

長い間、

任

理

あ

が、その医療機関の中でられるようになりましたがかかりつけ医でも受けをでも受ける。 拓子総代

田東西支部として交流の

①外に出て何かでき

3つの診療所の名前はな

し合い

と時間が重ならないよ民健診も通常の患者さ

6月から始まる区

で過ごせるよう、私たち家原所では皆さんの困り診療所では皆さんの困り

に、せいきょう診療所3コロナ感染対策のため

ない状況が続いていま階での組合員活動が出来

真どうしの交流が途絶。 大切に続けてきた組

つながりが希薄にな

そこで成

の理解を得て、7月からていた部屋を組合員さん

上井草・今川支部

現状、将来予測について組合員の出資金校正の

芳秀総代

後まで行うリハビリ、コロナワクチン対
送迎バスの運行、リハビリに特化し、最外へ目を受けた組合活動、社協との連携 健康チェックところばん体操を充実する為、地域の皆様と一緒に活動し、 させ、協力する事を決意致し

きこ度り組合員・職員の皆さんと苦楽を共に過事になりました。職員・理事として50余年もの長長を退任し、この度理事を退任する て採用され

上と発展に微力を尽くしたいと思っ医療生協らしい平和と社会保障の向 健一郎

得していまっ ができ、ここ 葉(出会い、

これからは若い方の知恵と行

集(出会い、ふれあい、支え合い)に出会れ、医療生協が分かってきました。私の好きまま支部長になりましたが、学習会まま支部長になりましたが、学習会は、原西支部が独立し、何もわからないす。 山崎 一彦 す。 機能のある理事会の運営を望みます。組合員として、組織の発展に務めま は合員として、組織の発展に務めま

ヶ丘生協診療所を所長医師急逝や退職等の事情 で閉鎖(廃止)せざるを得なかった事は、とても で閉鎖(廃止)せざるを得なかった事は、とても で閉鎖(廃止)せざるを得なかった事は、とても きる社会に!健康で元気に、長生き きる社会に!健康で元気に、長生き 仲良くお付き合いください。

屋を継ぎ、職人としていに住み、家業であるいに住み、家業である。 ·宗土建一般労働組合 ・ 鎗田 登美雄 い加

深雪

します

東京西部保健生協の

願い致した について考えながら活 して行きたい

活動を上 い致します。



?に、地域のないさま」の気 ます。ようしていきたい よろし

きた社会保障制度を拡充させるべく、力を合わせて奮闘していく、所存です。社会保障に関する問題を深めていく、地域の題を深めていく、地域の期を深めていく、地域の力に重動にも積極的に参加していきたいと思っています。 下でないがしろにされております。新自由主義のお並民商の役員をして監事 山田 恭永

沼崎

眞美





42年、昨年還暦を迎えました。コロナ禍で生協の りなからず影響を受けて 少なからず影響を受けて かなからず影響を受けて



第317号 (2)

家庭医かるのメッセージ ⑩ 新型コロナウイルス

今回はこのワクチンについて2021年5月12日時点で分かってい

どんな人におすすめ?

16歳以上のすべてのひとに推奨されています。

接種してはいけない人は?

ることについてお知らせしたいと思います。

ポリエチレングリコール(PEG)またはポリソルベートを含 む薬剤やその他新型コロナワクチンと共通する添加剤に重いアレ (アナフィラキシー)があった人と、1回目の新型コ ロナウイルスワクチン接種で重いアレルギー反応(アナフィラキ シー)があった人は、接種することができません。 他のワクチンや新型コロナワクチンと無関係な薬剤等に重いアレ ルギー反応(アナフィラキシー)があった人は、かかりつけ医お よびワクチン接種担当医に十分相談した上で接種を決めてくださ

効果は?

2回接種した場合、有症状の新型コロナウイルス感染や検査で 診断される新型コロナウイルス感染のリスクを 95.0% (ファイ ザー社)、94.1% (モデルナ社)、70.4% (アストラゼネカ社)減 らすことが報告されています。季節性インフルエンザワクチンの 予防効果は50%程度と言われていますので、かなり高い効果があ ると言えます。

ワクチンの副反応

吉岡理事長が参議院厚生 労働委員会で意見陳述を行う

っていかに大きな負担をもたのの万円で暮らす高齢者にとを減らす」と回答し、年収2 費**2**倍化法案、 5月3日、75 表委員 自己負担を2倍化すると少な 高齢者緊急ア くとも3割の高齢者が る日 3月にまとめた「75歳以上 かを、 日本高齢期運動連絡会代倍化法案、負担増に反対月31日、75歳以上の医療 の立場で行 ンケ 、ました。 -」では、 「受診

社協職員から説明を受けました

す。公明党は都議会での発が保障されるのかというも

東京西部指定居宅介護支援事業所 〒166-0011 梅里2-21-1 1F ☎03-5306-2521

仲間増やしと増資の取り組み 2020年度は、組合員の皆様と職員が一丸となって取り組んだ結 果、増資、仲間増やしがともに目標を達成する事が出来ました。

皆様、ありがとうございました。

ご協力をお願いします 順天堂大学と東京西部保健生協が、介護予防についての共同研究

第1回目の測定会を開催します。事前に質問票へご記入頂き、当 日は確認と身長・体重・握力・歩行速度の計測を行います。

7月の予定

和田区民集会所 8日(木)

10時~12時、13時30分~15時30分

方南区民集会所 9日(金)、27日(火) 13時~15時

時間10時~12時

語り継ごう「戦争体験」を募集

短い文章でも構いませんので、お寄せください。

四宮区民集会所 5日(月)、12日(月)、19日(月)

ョンなど、一時的に参加、レクリエーシ 散歩、行 行事

組合員のひろば

を行います。 無料で すいすを必要とする 貸し出し

椅子貸出窓口」

何子貸出事業の

【局所症状】接種部位の痛み、腫れ、発赤、接種した側の脇の下

大半の人がどれか1つ以上の副反応が出ます。症状は殆どの場

合接種後3日以内に起こり、1~3日で自然に消えてなくなりま

す。後遺症は残りません。接種の1、2日後までは予定を入れな

接種直後に出現する重いアレルギー反応 (アナフィラキシー)

は20万人に1人程度と報告されています。この副反応は極めてま

します。接種直後は指示に従ってその場で15-30分経過観察し、

3 密避ける、マスク、手洗いなどの基本的感染対策は継続する

べきと言われています。変異株の問題やワクチンを接種した人も

どんどん感染するということもあり得ますし、効果がどのくらい

続くのかもわかっていません。残念ながらワクチン接種者は絶対

現時点では集団接種のみとなっております。接種会場が遠い、

人が集まるところに行くのが怖い、という方もいらっしゃると思

いますが、ワクチン管理や緊急時の迅速な対応という点では、集 団接種会場での接種の方が安全性は高いと考えられます。なるべ

万が一体調に変化があればすぐに申し出てください。

ワクチン接種後も感染対策は必要です!!

に大丈夫だということはまだ言えません。

く接種するようにしましょう。

その場で適切に治療すれば殆どの場合で速やかに快復

【全身症状】発熱、倦怠感、頭痛、寒気、筋肉痛、関節痛

のリンパ節の腫れ

いようにしましょう。

杉並区での接種

とする陳情が昨年11月に出き されないままの状態でした。 されないままの状態でした。 されましたが、なんと5対3 されましたが、なんと5対3 されましたが、なんと5対3 言の安を3審 。 審さし区約 議れい議に 平和のコーナー

同じ、政府に忖度するものでした。維新は全く発言なし。これた。維新は全く発言なし。これた。維新は全く発言なし。これが議会の実態です。 本会議と違って人数の少ない 委員会ではもっと自由に、議員 が意見を述べ合うものであって ほしいものです。陳情を出された方は、平和行進や署名運動を た方は、平和行進や署名運動を た方は、平和行進や署名運動を たわに応えた意見が欲しかった として知られており、採択して としいと訴えたわけですから、 それに応えた意見が欲しかった と思います。傍聴されていた杉並の被爆者団体の方など、どん なこ サント思いで きいことで

参加を求める陳情核兵器禁止条約に

区議会で

3対5不採提

阿佐谷北· 本天沼支部

松下さんちが

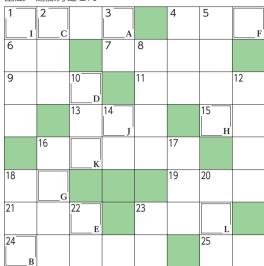
半いすの貸出場所にいさんちがなのたまり場

上井草診療所デイケア



タテ・ヨコのヒントを読み、 言葉でマスを埋めてください

出題:近藤秀雄さん



解き方:A~Lの枠内の文字を順に並べてください

4 3 2 1 今年の干支 ヨコのカギの21の作者 天皇〇〇〇説 右へ進路をとる の代表作

波で消される文字 道ですれ違うこと 〇〇〇の恋 1、3、5、7等 0

23 22 20 18

のカギ

化学記号はK ○○より証拠 公園にある 思い込み ○○○違

青酸○

コのカギ

グッドモーニング

○○○だ○○○だ 浜口京子のパパ

コーヒー

島のかげ

所属団体に払うお金

酒はおことわり

13 昔のことがわかる絵 洞窟などにあ る

海の遠い方 15

海でなくてもプールでも着る 16

天皇は以前国民を○○の者と言った 18

階段にあると老人はありがたい 19

21 ○○○なる古城のほとり

23 腕

24 細かく切ること

25 風呂を英語で

答えは、ハガキに書いて送って下さい。ひとこと本紙の感想・ 身近におきたことなどお書きください。**正解者の中から抽選で** 5名の方にクオカード(500円)をお送りします。

〒166-0012 東京都杉並区和田2の22の2 東京西部保健生協「くみあいだより」係

締切:7月31日必着 発表:9月号

申込は本部(03-3381-0877)まで写真、俳句などをお寄せ下さい。 お電話ください

何空 日々の暮らしのはげみとなりぬ米寿を過ぎて始めし短歌なり 80 なく凌霄花の芸婦へ電話してる 花み 房た 10 L n れば本 n 美智子作

短歌の会「神無月」の皆さん

さを感じ、痛みも和らぐよ **症状に合わせた施術に温か**

◆コロナの中、

ろいゆく季節を感じ、私の 静かな送迎運転を受け、

子作





オリンピック・パラリンピックのマスコット 清水淑子作(和泉)

診療所にご厄介になりま

た。市民本位の貴重で絶

クロスワード当選者

過ごしています。

唯一クロ 日々、

スワードで愉しませて頂

神的にも不安の中、

のなかのばら」 答え「わらべはみたり 会 田 泉 石井 渡邊多賀子 好江

きます」「ごちそうさまでした」 たが、いかがでしたか?「いただ回からお料理コーナーを作りまし られたように感じました。 あり、自分の信念を貫いた生き様 フガンに命の水を」を観る機会が が言える事は幸せと感じます 先日、 中村哲医師のDVD くみあいだよりをお読み頂きま ありがとうございます。 人としての生き方を教え

るご発展を祈っています。

上井草診療所のリハビリ

1週2回通院しています。

移

対的な命綱として、

さらな

編集後記

NEW!

~低栄養にならないために たんぱく質を摂りましょう~ たんぱく質は筋肉などからだを つくる栄養素です。

たんぱく質は魚・肉・卵・大豆製 品・乳製品に多く含まれます。

冷やし鉢

暑くなると食欲が低下しがち ですが食べやすい冷たいおか ずを紹介いたします

材料〔2人分〕

豚肉ロース(しゃぶしゃぶ用)………… 120g オクラ ……………… 4本 プチトマト …………………………… 4ケ だし汁 ……………………… 200~300cc (市販の白だしを使用すると手軽にできます) 薄口醤油 ……… 大さじ1杯 みりん …………………… 小さじ2杯

〈作り方〉

- 1. なすはヘタを切り落とし、ピーラーで皮を格 子状にむき、水にさらす。耐熱皿になすを入 れてふんわりラップし電子レンジに2~3分 程かける。冷めてから一口大にカット。
- 2. 南瓜は皮を少し残し一口大サイズにカット し、なす同様電子レンジに2~3分程かける。
- 3. オクラはヘタとガクをカットし、塩を付けて

まな板で板ずりするとうぶげが取れる。 そのまま熱湯で1分程度茹でる。冷水で冷ま し、縦半分にカット。

4. 豚肉に片栗粉をまぶす。

鍋にお湯を沸かし、豚肉を1枚ずつ入れ、火 が通るまで弱火~中火で加熱(強火で沸騰し し過ぎると肉が硬くなる)冷水に入れ冷やし、 ペーパーなどで水気を切る。

5. トマトは湯剥きするために十文字に浅い切り 目を入れる。

水切りお玉にトマトをのせて熱湯にくぐら せ、冷水に取る。 切り目から皮をむく。

6. 小鍋にだし汁、薄口醤油、みりんを入れて一

火を止めて、なす、南瓜を入れて5分程弱火

度沸騰させます。 から中火で落とし蓋をして煮ます。 粗熱を取り、③オクラと⑤トマトを入れて冷 蔵庫で冷まします。

7. 器に⑥のなす、南瓜、オクラ、トマト④豚肉 しゃぶしゃぶを盛り付けます。



調理師:西村直子

〈料理のポイント〉

*野菜は南瓜を冬瓜に変えても良いでしょう 他、ズッキーニ、パプリカ、いんげんなど夏野菜を 活用しましょう。

*肉に片栗粉を付けることで柔らかく仕上がります。

*肉の用意が面倒な時は、豆腐や卵豆腐などでたんぱ く質を摂りましょう

*味が薄い場合は醤油ではなく少し塩を追加すること で色よく出来ます

*腎機能低下がある方はたんぱく質の摂り方について は医師、管理栄養士にご相談下さい。

中野共立病院 管理栄養士 大竹美枝子

せいきょう診療所 〒166-0014 松ノ木3-23-8 ☎03-3313-7365

上井草診療所 〒167-0035 今川3-30-10 ☎03-3395-2400

和田堀診療所 〒166-0012 和田2-42-5 ☎03-3381-6840