

組合員10,000名をめざして
出資金一世帯5万円が目標

組合員数 4,887名
出資金総額 168,779,800円
(1人平均出資金額34,536円)

医療生協 3月 だより

隔月発行：次回5月10日予定
編集——広報委員会

北多摩中央医療生活協同組合

〒184-0004 東京都小金井市本町1-15-9 3階
TEL.042 (382) 9112/FAX.042 (382) 9107
ホームページアドレス
https://www.kitatama.coop/

《第7次中期構想4年目》～さらなる飛躍のために～ 「経営・組織強化」と「健康づくり・まちづくり」で大きな飛躍を

2025年度の北多摩中央医療生協の役割と事業活動

三輪看護部長より土井専務理事へのインタビュー

きたる総代会に向けて土井専務理事より改めて
お話を伺いました。

三輪専務理事(以下・三輪)：2025年度の医療を取り巻く状況と、当生協としての事業活動について、どのような方針を考えていますか？

土井専務理事(以下・土井)：医療を取り巻く状況は、国内では医療機関の経営難が深刻です。帝国データバンクによると2024年に医療機関の倒産や廃業が786件と史上最高で、なかでも医科診療所は618件と最も多かったそうです。また、日本病院会の相澤孝夫会長は四病



2019年に経営困難に陥りましたが、様々な費用を削りダウンサイジングを図りながら所長配置を行い、未だ資金面では厳しい状況にはありますが、組合員の協力もあり、この3年

【重点課題】
地域のニーズに
追いつけず、専門性の
科・かかりつけ医機
能の充実を図りま
す。今年には認知症
患者を外来で丁寧
診ていくことに焦
点を当て体制の確
立に入ります。同
時に「断らない医
療」に取り組ま
す。高齢者が
増えてきているな
か、地域の医療機
関や施設などとこ
れ以上連携し、住
み慣れた自宅で過
すことのできる在
宅訪問診療をす
め、可能な限り生
活支援の援助も
行います。2025
年度は、在宅管
理に軸を置き、
地域との連携強
化を図り、また、
これ以上土建健
診を積極的に受
けるなど、他団
体との連携も大
切にし外来増を
追求します。

この間の公共料金の引き上げや物価高の影響が大きいこと、考えられていますか？

土井：2025年度の重点課題として、経営の強化を図ります。三輪：日常診療をすす

北多摩中央医療生協第41回通常総代会開催告知

2025年3月1日
北多摩中央医療生活協同組合 理事長 君塚雄二
北多摩中央医療生活協同組合は定款59条(総代会の招集手続き)に基づき下記の通り第41回通常総代会を開催致します。

- 1. 開催日時 2025年6月28日(土) 午後1時開場 1時30分～4時30分(予定)
 - 2. 開催場所 三鷹産業プラザ 7階会議室
 - 3. 議案
第1号議案 2024年度活動報告、2025年度活動方針承認の件
第2号議案 2024年度決算報告、損失処理案、監事監査報告、2025年度予算案承認の件
第3号議案 役員選任の件
第4号議案 2025年度役員報酬限度額決定の件
第5号議案 議案決議効力発生等の件
- 対象：組合員総代(組合員)
※第41回通常総代会は引き続き新型コロナウイルス感染症防止対策のため、昨年同様規模を縮小して開催することとさせていただきます。
※参加規模 100名(総代75名 理事22名 監事2名 職員1名)以上

三輪：これまで以上に地域との連携を図り、住み慣れた自宅で過ごすことなども支援していただくことを柱として取り組んでいくのです。役割りというものは、他の医療機関や施設への適切な紹介も含め、地域連携、地域とのネットワークを結ぶことが単独の診療所ではできない利点であると考えています。三輪：地域により求められる医療生協としての役割の発揮ですね。2025年度の方針の柱をより多くの組合員に理解していただくよう、職員や理事に協力をお願いいたします。健康な時は医療生協のメリットはあまり感じませんが、医療生協があることで体調を崩したときに、安心して医療を受けることが出来ます。私たちの医療生協は小さな法人、ケアマネージャーを軸にした法人内の各事業所の役割を十二分に発揮

①同一電子カルテの
もとで法人全体の
一体管理
②目標を持ち在宅管
理を増やす
③ケアマネジャーを
軸に
④積極的な患者送迎
の展開
⑤幹部の後継者対策
⑥段階的な施設改修
⑦資金対策(顧問税
理士と懇談)
⑧中長期的な課題と
しての法人合同の
あり方の検討

「勝利」が見える。(鈴)

厚労大臣は2月14日、長期間の治療が必要な人の負担増の部分を見送るとした。この修正は、がん患者団体の抗議と去る総選挙で自公政権を少数で党に追い込んだことにある。しかしそれは一部の修正に過ぎず、「現役世代の保険料を軽減するた

の「がわ」
療養費制度
改善について

長期治療患者・家族にとっての「命綱」である「高額療養費制度」改善について

第41回通常総代会議案要旨

2024年度重点課題のふりかえり

テーマ すべての事業所で「まず診る・援助する・何とかする」を実践します。「誰一人取り残されない」社会をめざします。

1) 経営活動の到達点 (2025年1月末現在)

経常剰余：6,420千円 予算差▲4,200千円、前年差▲4,375千円。

2024年度の基本方針は①現状の正確な経営認識の一致を図る ②必要利益の予算化と実践を確実に実行 ③両診療所の一体管理をすすめる ④特に管理者後継者対策をすすめる 以上を柱として活動に取り組むことを重点に行いました。2024年度は診療報酬改定、コロナ補助金の打ち切りなどがあり、医科分野の経営は厳しく、逆に介護分野が前進した年となりました。医科では外来患者は依然減少していますが、第三四半期は外来患者および在宅管理患者は徐々に増えてきています。特に在宅の往診患者がこの数か月間は依頼も多くなっています。介護では居宅事業の体制整備とともに介護全体で利用者増が図られました。一方、長い間、当生協の訪問看護を担ってきた「のがわ訪問看護ステーション」は、小規模事業所での運営と存続が厳しく、小規模であるがゆえに加算が取れず体制維持の困難も重なり、やむを得ず2024年度末で休止することを判断しました。

1月までの事業所別経常剰余 単位：千円

	累計経常剰余	累計予算差	累計前年差
むさし小金井	3,486	-1,955	-6,750
みなみうら	-873	-4,458	-158
のがわ訪看	-1,536	-1,510	-1,856
デイサービス	2,895	1,575	2,727
介護相談室	2,163	1,771	2,019

2) 医療・介護・健康づくり活動の到達・会じゃ・利用者動向延数 (4月～12月迄)

医療・介護活動の基本姿勢「まず診る」「援助する」「何とかする」を今年も実践することで組合員・地域住民に届いてきました。両診療所での外来患者は第一・第二四半期が前年未達でしたが、第三四半期では予算と前年を超過しています。同時に在宅患者延数ではこれまで減少傾向が続いていましたが、今年に入りほぼ予算で推移し、前年からは超過となってきています。インフルエンザとコロナのワクチンの影響もありますが、やはり基本姿勢を貫くことが地域との信頼も構築することとなり、僅かではありますが増加傾向に転じています。デイサービスこがねいは昨年来前年比で大幅増加、のがわ介護相談室も相談件数やケアプラン数を増やしています。それぞれ体制整備を図り、患者・利用者を増やしました。



累計	むさし小金井診療所		みなみうら生協診療所		のがわ訪問看護 S T		デイサービス 小金井	のがわ介護相談室
	外来	往診	外来	往診	医療	介護		
実績	3,834	790	4,857	775	308	1,782	2,508	1,496
予算	4,116	809	5,349	758	200	2,120	2,607	1,390
前年	3,995	698	5,168	730	231	1,948	2,078	1,324
予算比	-282	-19	-492	17	108	-338	-99	106
前年比	-161	92	-311	45	77	-166	430	172

3) 組織、平和社保、まちづくり活動の到達

1) 全国四課題到達 (2025年1月末現在)

	目標	到達	前年差
組合員拡大	250名	97人	▲47人
出資金増	10,000千円	9,249千円	2,350千円
班づくり・班会開催	50班・500回	1班・423回	▲3班・▲47回

組合員拡大 年度目標250名 到達97人 目標比38.8% 前年比67.3% 班会や知り合いからの紹介、健康チェックを受けに来た方への訪問行動、予防接種を受けに来た方への声掛けなどを行いました。

①出資金増 目標1,000万円 到達9,249千円 目標比92.4% 前年比134.1% 積立増資を重視し、前年より117%増加しました。設備投資充実に向けての特別増資運動も行いました。

②班づくり・班会開催 50班・500回 到達 1班・423回 目標比0.2・84.6% 前年比20.5・90%

三鷹南支部でカラオケ班が作られました。

“すこしお、班会が小金井ブロック2支部、調布支部で行われました。

◎社保活動では、2024年12月2日から新たな健康保険証を発行せず健康保険証をマイナンバーカードに一本化したのに伴い、各支部・ブロックでも現行の健康保険証を利用できるように求め、「保険証のこせ」の運動を続けてきました。また、多摩地域や全国各地でPFAS汚染が明らかになり、PFASが健康被害をもたらすこととなり、健康被害を予防し、住民の皆様とPFAS汚染対策に取り組む運動をすすめるため、学習会や講演会を開催し、検査を両診療所でも始めました。

◎健康づくり活動では地域での健康チェックが例年になく多く行われ、行政や他団体との協力も進みました。(下表参照) 1ブロック・5支部8ヶ所、健康チェックは275人、支部組合員参加者は延54人、職員参加は12人。今回の特徴は、小金井公園支部が20数年ぶりに、小金井中央支部では初めての場所で健康チェックを広く、地域に宣伝し成功したことです。今までつながりのない方が健康チェックを受け、今後の活動に活かしていく確信になりました。“すこしお、の取り組みでは小金井北支部、小金井公園支部、調布支部では班会、小金井ブロックでは夏と冬の2回、東京保健生協の組織部長(管理栄養士)を講師に“すこしお、講習会を開催しました。

支部名	日付	行事名	健康チェック人数	組合員/職員参加
武蔵野	9月12日	秋のつどい	12	12 3
	10月20日	こどもまつり	20	6 1
調布	9月29日	調布土建住宅デー	100	7 2
	11月10日	狛江土建住宅デー	33	5
小金井南	10月4日	骨密度測定会	20	2 1
小金井ブロック	10月26日	小金井消費者展	28	5 1
小金井公園	11月13日	健康チェック	25	7 2
小金井中央	11月23日	健康チェック	37	10 2



◎高齢者(花束)訪問 12月18日報告済支部集計

年度	実施支部	対象者数	本人対話	家族対話	施設	死亡
2024	9	487	313	22	7	14
2023	14	748	239	44	19	14

実施した支部の共通した反応は、「大変歓迎されている」ことはもちろんですが「話し相手がない」方の数が増えていることなどが出されました。益々、医療生協の活動(班会、お助け隊、認知症予防等)の役割が求められています。



2025年度事業活動方針案

2025年度事業活動方針案

《2025年度の剰余目標 2,000万円》

2025年度は守りの経営から、さらに成果を出すことが求められる年度となります。これまで以上に役職員が一丸となって知恵を出し合い、経営基盤の確立をしていくことが極めて重要です。そのためにも、出来るだけ早い時期から次年度の予算を全職員と役員で作上げ共通の認識に立って進めていくことします。

- ① 経営状況の的確な把握
- ② 管理者が正確に把握する（理事も含め）
- ③ 全職員に正確に知らせる
- ④ 正確な経営情報をもとにして、すべての職員が知恵と力を合わせ経営を立て直す
- ⑤ 中期計画に基づく必要利益を確保する
- ⑥ 組合員の理解と参画 組合員増と利用者増

医療・介護活動の取り組み

《すべての事業所で「まず診る・援助する・何とかする」を実践します》

地域のニーズに応えるため、専門性の追求ではなく総合内科・かかりつけ医機能の充実を図ります。今年は認知症の患者を外来で丁寧に診ていくことに焦点を当て体制の確立に入ります。同時に「断らない医療」に取り組みます。高齢者が増えてきているなかで、地域の医療機関や施設などとこれまで以上に連携し、住み慣れた自宅で過ごすことのできる在宅訪問診療をすすめ、可能な限り生活支援の援助も行います。2025年度は、在宅管理に軸を置き、地域との連携強化を図り、また、これまで以上に土建健診を積極的に受けるなど、他団体との連携も大切に外来増を追求します。

- ① 同一電子カルテのもとで法人全体の一体管理
- ② 目標を持ち在宅管理を増やす
- ③ ケアマネジャーを軸に
- ④ 積極的な患者送迎の展開
- ⑤ 幹部の後継者対策
- ⑥ 段階的な施設改修
- ⑦ 資金対策（顧問税理士と懇談）
- ⑧ 中長期構想として法人合同のあり方の検討

組織、健康づくり活動の取り組み

1) 全国四課題目標

	25年度目標	24年度到達	第7次中期到達(2026)
仲間増やし	250人	4,887人	6,000人
出資金増	1千万円	1億7千万円	2億円
班づくり	10班	37班	200班
担い手づくり	50人	250人	600人

- 創意工夫した活動などさらに広げ、仲間増やし班づくり、班会開催に繋がります。
- 花東訪問など緩やかな関係づくりを進め、「困りごと」に対応し広がりを作ります。
- 積立出資金を重視し、200人の積立増資者を登録します。
- 医療生協だより配布者「10部に1人」を目標に増やし、活動を広げます。

2) 健康づくり

- 支部が組合員だけではなく、地域住民を対象に医療生協の健康づくりをすすめます。
- 2本柱である健康チェックと健診活動を進め、各支部で認知症予防、フレイル予防、オーラルフレイル予防に年に1回以上取り組み、「健康寿命」を意識します。
- 「すこしお」の取り組みを行います。すこしおレシピの交流やメニューを配信します。
- 健康ヘルスチャレンジに取り組み、創意工夫し1支部10名以上の参加を目指します。
- 今年も認知症に関する様々な対応に取り組みます。

3) 後継者づくり

- 職員の後継者づくりと活動を広げるため組織活動を担う後継者づくりに取り組みます。

平和・社保・まちづくりの取り組み

1) まちづくり

- 組合員や地域住民の「困った事」の相談にのる機能を高めます。
- ちょこっとお助け隊の活動をさらに広げます。
- 地域の様々な団体と手を結び、医療生協らしく健康づくりに貢献し、安心して住みつけられるまちづくりを進めます。購買生協、大学生協、農協等の連携を強めていきます。

2) 平和社保活動

- 日本国憲法を継続的に学習し、大軍拡や増税を許さない取り組みをすすめます。
- 2025年原水爆禁止世界大会に代表派遣を行います。
- 「現行の健康保険証を存続させる運動」を引き続き強めます。
- 有機フッ素化合物の学習と健康への影響、住み続けられるまちづくりを推進します。
- 「防災」の取り組みを重視します。（我が家の防災計画）を支部、班で作成します。
- 今年も参議院選挙があり、私たちの要求を実現できる国づくりをすすめましょう。

「みなし自由脱退」手続きに関するお知らせ

北多摩中央医療生活協同組合は、2025年3月31日をもって「住所不明組合員のみなし自由脱退手続き」を行います。定款第10条2項、3項及びみなし自由脱退規則に基づいて、「みなし自由脱退」対象者の公告を行います。

2025年2月1日
北多摩中央医療生活協同組合
理事長 君塚 雄二

1、「みなし自由脱退」対象の組合員とは

- 毎年1月1日を基準日として
- (1) 「出資金残高通知書」や「医療生協だより」が届かず、住所不明が2年以上続いている組合員

2、公告期間

2025年2月3日～2025年8月3日

3、連絡がない場合「みなし自由脱退」の手続きを行います

期間内に連絡がなく、実在が確認できないときは、定款10条2項「脱退の予告があったもの」とみなし、「自由脱退」の手続きを行います。この方法によって脱退した組合員については、後日、本人からの申し出があった場合、規則に基づいて出資金の返還、あるいは組合員資格を回復します。

4、閲覧場所

- (1) 北多摩中央医療生活協同組合本部
小金井市本町1-15-9 むさし小金井診療所3階
- (2) むさし小金井診療所
小金井市本町1-15-9
- (3) みなみうら生協診療所
三鷹市下連雀7-1-27

お問い合わせ先
北多摩中央医療生活協同組合本部事務局
042-382-9112

2025年1月25日

北多摩中央医療生活協同組合
総代選挙管理委員会

第41回通常総代会総代選挙公告

- 1、立候補資格：2025年1月31日までに加入している組合員本人
- 2、総代定数：150名
- 3、選挙区及び定数：下記に基づきます。
- 4、選挙の方法：選挙区定数をもとに選挙区の実情により推薦又は投票で行います。
- 5、受付期間：2025年4月1日（火）～4月15日（火）
- 6、受付方法：北多摩中央医療生活協同組合の所定の用紙に記入の上、本部に提出してください。

NO	選挙区名	総代数
1	小金井東支部	8
2	小金井公園支部	8
3	小金井桜支部	5
4	小金井北支部	7
5	小金井南支部	7
6	小金井前原支部	8
7	小金井中央支部	11
8	三鷹下連雀支部	15
9	三鷹西支部	4
10	三鷹上連雀南支部	5
11	三鷹牟礼北野支部	9
12	三鷹南支部	8
13	三鷹井の頭支部	4
14	三鷹上連雀北支部	2
15	三鷹大沢支部	4
16	調布支部	35
17	武蔵野支部	7
18	職員	3
	合計	150

医療介護事業所活動

みなみうら生協診療所

事務長 四郎丸 修

診療所では今、4月 はもちろん、住所や電
からの電子カルテ移行 話番号など変更がある
に向けて準備を進めて 方はお知らせくださ
います。今までは紙の

カルテで、お一人お一人 特に電話番号は、固
人のカルテがとも厚 定電話をやめて携帯電
くなり重くなっています 話だけにされている方
も多いようですので、

これまでの記録をも ようしくお願い致しま
とに電子カルテに移行 します。保険情報

いのちを脅かす高額療養費 制度の改悪は許さない！

むさし小金井診療所

事務長 深見 知克

医療機関や薬局での 5年8月から段階的に
自己負担額が高額にな 引き上げ、一般的な現
った場合の負担限度額 役世代（年収約370
の引き上げを政府は検 万円〜770万円）で
討しています。202 は約10%増（月額約8

【自己負担上限額の見直し】

①各所得区分ごとの自己負担限度額の引上げ（2025年8月〜）

考え方	引上げ幅
年収約1,160万円〜	+15%
年収約770〜1,160万円	+12.5%
年収約370〜770万円	+10%
〜年収約370万円	+5%
住民税非課税	+2.7%
住民税非課税（所得が一定以下）	+2.7%

■ 前回見直しを行った約10年前からの平均給与の伸び率が約9.5〜約12%であることを踏まえ、平均的な所得層の引き上げ幅を10%に設定。

②各所得区分の細分化（2026年8月〜、2027年8月〜）

○各所得区分（住民税非課税を除く）を3区分に細分化し、それぞれの所得に応じて、自己負担上限額を引上げ（激変緩和措置として2段階で引上げ）

（参考）過去の見直しにおいても、協会けんぽ加入者の標準的な報酬月額額の25%となるように自己負担上限額を設定している。

【外来特別の見直し（2026年8月〜）】 ※ []内は年間上限額

所得区分	現行	見直し後
一般（2割負担）	18,000円 [年14.4万円]	28,000円 [年22.4万円]
一般（1割負担）		20,000円 [年16.0万円]
住民税非課税	8,000円	13,000円
住民税非課税（所得が一定以下）	8,000円	8,000円 (据え置き)

高額の診療や検査をす ることが少なく、限度 額に達するケースはほ んどありませんが、 在宅医療の患者さんで は、診療所の外来では、 高額な治療や検査をす ることが少なく、限度 額に達するケースはほ んどありませんが、 在宅医療の患者さんで は、診療所の外来では、

利用する組合員さんが 増えています

むさし小金井診療所

事務長 深見 知克

むさし小金井診療所 エックや訪問行動から
を利用する組合員さん の新規医療生協加入と
が増えています。創立 定期受診となる方がい
時に加入したけど、退 らっしゃいました。各
職を機に自宅近くで診 支部組合員の活動が利
察を受けたい、転院し 用者増や経営改善の結
て違う医療機関で受診 果として表れてきてい
していたけど戻りたい ます。健診やインフル
など、今年度は組合員 エンザ予防接種の終わ
の利用が徐々に増えて った3月からは花粉症
います。また、健康チ 症状で受診される方が

のがわ介護相談室

所長 阿部由紀子

のがわ介護相談室 アマネーシヤの事務
は、介護保険の色々な 所です。3人の職員で、
サービスを調整するケ 120名ほどの利用者

さんのケアプランを作 っ
ています。 毎年寒い時期は転倒 事故が増える印象があ
りますが、なぜか今年 は転倒したり痛くなっ たりする方が多いので
す。転倒して骨折し入 院したり、具合が悪く 受診したら以前頭を
打った所に血腫ができ ていたり、ちよつとし た打ち身がきつかけで
全身痛くて動けなくな ったり…。骨そのもの も弱く脆くなってお
り、少しのダメージで、 それこそくしゃみ一つ で圧迫骨折を起こした りします。

のがわ訪問看護ステーション 休止のお知らせ

のがわ訪問看護ステーション

所長 岩井 美香

令和6年度3月末を 緊急対応の携帯電話当
もちまして訪問看護事 番を少人数で対応する ことを終了することな りました。ここ数年は
「転ばぬ先の手す り」のレンタルや、心 身を活性化するデイサ ービスの利用ができて きました。気がなること がありましたら、お気軽に
ご相談ください！

令和6年度3月末を 緊急対応の携帯電話当
もちまして訪問看護事 番を少人数で対応する ことを終了することな りました。ここ数年は
「転ばぬ先の手す り」のレンタルや、心 身を活性化するデイサ ービスの利用ができて きました。気がなること がありましたら、お気軽に
ご相談ください！

法律相談

認知症と成年後見(3)

ひめしやら法律事務所 弁護士 岸 敦子



ひめしやら法律事務所 弁護士 岸 敦子

加齢は病気ではな く、誰もが行く道、通 る道です。長年使って きた身体に色々と「ガ 増えます。むさし小金 井診療所でもアレギ
ーの診察は出来ませぬ ので相談ください。引 き続き発熱患者さんの 診察は可能な限り対応 しますので、来院前に 電話連絡をしてから来 院ください。年に数 回、小金井市の休日当 番診療も行っています。 近いところでは3 月30日(日)9時〜17 時で担当します。万が 一の時にはご利用くだ さい。

ひめしやら法律事務所 弁護士 岸 敦子
今回は法定後見のお 話です。重度の認知症 の方がいて、その方に 成年後見人(以下では 「後見人」といいます) がいる場合、基本的に は、後見人がその認知 症の方(以下では「ご 本人」といいます)を 代理して銀行取引や 介護サービスの利用契 約等をすることになり ます。銀行口座であれ ば、後見人はご本人の 通帳やカードを預か り、銀行に成年後見開 始の届出をして、ご本 人の代理人として口座 の管理を始めます。 では、ご本人は、自 分では何もできなくな ってしまうのでしょ うか。実はそうではな く、「日用品の購入その他 日常生活に関する行 為」(民法9条)は、ご 本人が一人ですること ができます。実際、成年 後見人がついていて も、医療や介護のサー ビスを受けながら、自 宅で生活するご本人も

無料法律相談のご案内

北多摩中央医療生活協同組合は、ひめしやら法律事務所のご協力にて無料法律相談会をむさし小金井診療所にて開催しております。財産問題、家庭問題、悪徳商法、雇用問題、金銭問題等、など民事に関する問題や成年後見も含め相談に女性弁護士が対応いたします。相談にあたりましては、事前の予約が必要です。

日時	3/27(木) 14:00~16:00
	4/17(木) 14:00~16:00
	5/15(木) 14:00~16:00
	6/12(木) 14:00~16:00

※相談時間は30分となります
場所・問い合わせ
むさし小金井診療所(TEL 042-382-9111)
みなみうら生協診療所 (TEL 0422-48-4121)

支部活動

子供食堂への支援協力

理事長

君塚 雄二



三鷹ブロックでは生協間連携の街づくりプロジェクトの一環として好評です。居酒屋の雰囲気(のんき)子供食堂のボランティアスタッフによる手作りスナック作りで大人と子供(のんき)子供食堂を一緒に楽しんでいます。昨年12月の利用者交流スペースより毎月第三日曜日にスペース利用支援が始まりました。今後は様々なアイデアを考察して続けて行きたいと思っています。2月16日は利用者の入園相談や保育者30名(大人と子供)な生活相談も含めアドでした。東京都生協連

スに本店する予定で

す。

の取材も入り3月5日 香氣食堂ホームページの街づくりプロジェクト <https://nonki-mi> ト講演会でも紹介 taka.com/nonki/



ストップPFAS小泉昭夫先生の講演会を開催

武蔵野支部支部長

太田 尚之

12月8日、ストップPFAS、小泉昭夫氏の講演会を開催しました。40名が参加し、会場はしばしばになりました。はじめに、東京民医連の市民運動部長の山根さんから健康会の山根さんから健康会(立川)のPFASの

相談外来、血液検査の取り組みなどお話しをいただきました。次に、質疑応答では、「自

Sの影響、血液検査の意義、日本の規制値がゆるいこと等、ちょっと専門的で難しい点もありましたが、ユーモアも交え、分かりやす



より血液検査の申し込みがあり、お一人が医療生協に新規加入されました。

PFASを良く知り、正しく恐れること。また、政府に騙されな

いことなど、健康をまもるために、PFAS対策の運動をさらに広

市との懇談会を行いました

調布担当理事

任海 千鶴

医療生協調布支部も参加している調布社会保障推進協議会は毎年調布市宛てに要望書を提出し意見交換会を行っています。

今年1月に市の19課と一日かけて行いました。参加した市民は延べ70人ほど。生活保護受給者へエアコンの修理費支給、介護保険ではヘルパーへの給料補助、お年寄りのため

に街中にベンチを設置する、PFAS対策など30項目を求めました。制度がありながらPR不足で利用者がいない市税減免制度や国保加入者への医療費減免制度の低所得者への活用も求めました。

これまでに私たちは学校給食の無償化実施や補聴器購入助成など実現させてきました。

私の戦争体験

武蔵野支部 中田 正雄

実家は青果業を両親がやっていた。第二次世界大戦が始まりました。武蔵野市八幡町には中島製作所があり、飛行機を作るエンジン工場があり、二人労働者が働いていました。そこにアメリカ軍B29機が東から飛来して一トン爆弾を落とす。多くの死者が出た。その時、父は昭和19年12月末に国から赤紙一枚で召集され、フイリピンに船で行きました。昭和20年3月6日戦死の通知があったと母親が話してくれました。私はまだ3歳6ヶ月です。何もわかりません。母親はこれから3人子供を抱えてどうしたら良かったもので食事をして

いかと途方に迷っていたが、生きて頑張らな

いと頑張った話して

くれました。青果業組

なら商業高校に入学

して、事務簿記二級に

合格したら、母親は喜

んでくれました。高校

二年の時、運転免許に

合格して三輪トラック

の「クロガネ」を買っ

て、学校から帰ってき

てはすぐに店番や配達

をしました。その頃は

よく売れました。早く

結婚して母親を楽にし

たいと思っていたらお

客さんが横須賀の神社

にいい子がいると世話

をされました。母親は

大変喜んでくれました。

母は82歳でこの世を去

りました。優しい母親

でした。

私の「塩分控えめの工夫」

健康づくり委員 理事 佐藤 恵美子



私は味噌汁が好きなのでほぼ毎日作ります。その時味噌(手作り)が少なめでも美味しくなるので出汁をつくりま

す。1リットルくらいの水に昆布8cmくらいに切ったもの、4枚くらいと、煮干し6匹くらい入れて一晩おきます(冷蔵庫で3日は保存可能)味噌汁、煮物に使います。(だいたい目安です。)最後に出汁を取った昆布も、みそ汁や煮物に入れます。味噌少なめでも美味しい!!



12月に小金井支部ですこしお料理を作りました。小西管理栄養士指導の下、「鯖のカレームニエル」「麻婆きのこ」など、少

しの塩で美味しく出来たので、家でも作り好評

でした。

「少しの塩ですこやかに、皆様のすこしおの工夫をお寄せください。

クロスワード? Qパズル

タテのカギ

- 1、春から中学生 今は何?
- 2、テレビのあれがみあたらない ビデオとヘアコンの

これはあるのになあ

- 3、野党○○○○
- 4、船は鉄製なのに水に○○

なんて

- 5、富有柿とならぶ代表的な柿といえば 太郎でも三郎でもないんだね

6、四角い形の四方のかどの

- 10、級給 紀約 共通する偏は

12、ペンセットのことです

14、雨を英語で

16、うな○○ カツ○○ 牛○○

17、無言のうちに心が通じ合うという意味の四字熟語といえば

北多摩中央医療生活協同組

1		2	3	4	5	6
		E	H	I		F
		7				
8	G		A		D	9
				10		
	C			L		
11	12		13			14
		K		J		
15		16				
		M				
17						

解き方: ABC...の枠内の文字を順に並べてください

作: 大泉生協病院 事務 倉持雅臣

ヨコのカギ

- 1、医療機関のうち ベット数19以下の施設のこと
- 7、山野などの荒れ地にコースをつくって競うオートバイレースといえば
- 8、電車やバスが決まった時間、路線をはしること 電車の○○○○状況は予定通りです
- 9、地球表面積の約4分の3を占めているものといえば
- 10、甲賀とならぶ忍者の里といえば
- 11、なくて七○○とは だれにでも○○はあるということです
- 13、最後に残った刺し身の○○○○ 遠慮のかたまりだなあ
- 15、行き過ぎることのない適度な程度 ○○ ○を守った態度
- 17、無言のうちに心が通じ合うという意味の四字熟語といえば

読者の声

●1月に80歳になりました。毎朝近くの公園で4分間、中国健康体操に参加しています。(所沢・SY)

●政権与党の過半数割れ、いよいよ国民の反撃が始まった感あり。(府中・MM)

●知人で退職(60歳)してからヘルパーになった人がいます。色々な利用者さんと会って教えられたり、喜ばれたり、と人の役に立っている幸せを嬉しそうに話していました。「お正月はまとめて休めるの?」と聞いたら「利用者さんの介護は休みなしなの、サラリーマンとは大きな違いよ」と叱られました。私もそう遠くない時に看護や介護が必要となる。彼女のよう人が近くにいてくれたら。(武蔵野・HN)

●229号の読者の声欄、小井井SAさんの投稿で同じような方がいて頑張っておられることに励まされました。なかなか支部の集いなどに参加できませんが、お便りは楽しみに読んでいます。(小井井・TA)

●今年もいろいろな情報を楽しみにしています。各地域の活躍もあり、私たちがまだまだ頑張っていないかと思えます。(三鷹・TI)

●八潮市の陥没事故、まだ救出されない。下水管の老朽化は、だいぶ前から指摘されているのに、陥没も各地でおきていたのと思う。国はお金の使い方考えてほしい。(小井井・TA)

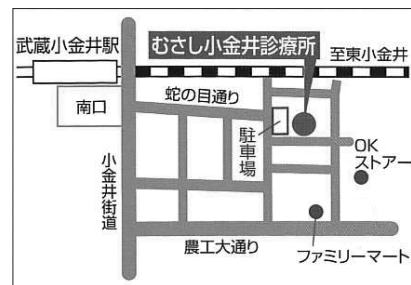
在宅医療の相談もお受けしています

○自宅での療養を希望される方 ○外来への通院が困難な方 ○必要時には入院の手配や各専門機関へ紹介いたします。

むさし小金井診療所

TEL 042-382-9111

小金井市本町1-15-9



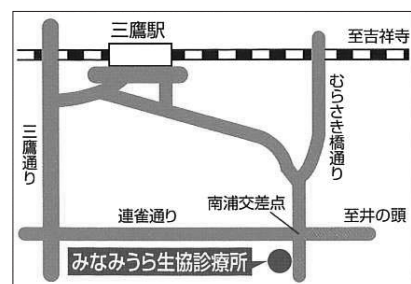
	月	火	水	木	金	土
午前 9時~12時	外来	池本(内科・糖)	竹村(内科)	竹村(内科)	竹村(内科)	池本(内科・糖)
午後 13時30分~16時30分	外来	★注意! 外来診療はありません	村田	★注意! 外来診療はありません	★注意! 外来診療はありません	★注意! 外来診療はありません
往診		竹村(2・4週)	竹村	竹村	竹村(1・3週)	
お知らせ	※この体制は出張等で変わる場合がございます。※風邪症状のある方は、来院前に電話で連絡をいただきますようお願いいたします。※送迎サービスを行っています。希望される方はご相談ください。※8:45分から受付を開始いたします。					

※エコー検査は予約により実施しています。※駐車場をご希望の方はお問い合わせください。※糖・糖尿病 呼・呼吸器 リ・リウマチ

みなみうら生協診療所

TEL 0422-48-4121

三鷹市下連雀7-1-27



	月	火	水	木	金	土
午前 9時~12時	外来	榮	榮	菅原	榮	榮
午後 2時~4時	外来	榮		菅原		
在宅		榮	榮	井坂	榮	
夜間 5時~7時	外来			谷口		

※エコー検査は予約により実施しています。 ※学会等で医師が交代する場合があります。必要に応じてご連絡ください。 ※臨時で受診される時には必ず事前にお電話でご相談ください。