

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

生協の現況(2024年1月現在)

組合員数=15,404名
出資金総額=441,193千円

●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

2024年3月号 No.529

よって、
原発の運転は
許されない。

そして原発をとめる農家たち

原発をとめた裁判長

『日本と原発』『日本と再生』のスタッフ再集結!不屈の魂と新たな希望の誕生。

**福島原発事故から13年、
世界の潮流は
脱炭素と再生可能エネルギー**

世界に衝撃を与えた福島第1原発の事故から13年。事故を教訓に政策転換を図ったドイツは、昨年4月に原発ゼロを実現させ、2035年には再生可能エネルギーを100%にする計画へと進んでいます。昨年の国内総生産・GDPでそのドイツに抜かれて4位に転落した災害当事国の日本はどうでしょう。現政権は、原発再

3・11を忘れない

**『原発をとめた裁判長
そして原発をとめる農家たち』**

ふれあいセンターにて上映決定!

たドイツは、昨年4月に原発ゼロを実現させ、2035年には再生可能エネルギーを100%にする計画へと進んでいます。昨年の国内総生産・GDPでそのドイツに抜かれて4位に転落した災害当事国の日本はどうでしょう。現政権は、原発再

上映映画の概要

関西電力大飯原発の運転停止命令を下した樋口英明・福井地裁裁判長は、「豊かな国土とそこに国民が根を下ろして生活することが国富であり、これを取り戻すことができなくなるのが国富の喪失である」と説きます。定年退官後は日本のすべての原発に共通する危険性を説く活動を始めています。その「樋口理論」は誰にでもわかりやすく、頻発する地震列島の日本で原発は耐えられないことを教えてくれるものになっていきます。

一方で、再生可能エネルギーのソフトな発電パネルを設置した農地で、収穫高を高めながら農業を進めるソーラーシェアリングの取り組みが映像で紹介されます。強い紫外線は営農には障害となる場合があり、そこで太陽光発電農業を見出し実践する農業者たち。「原発を止めるために!」の思いと農業復活に立ち上がる不屈の魂。放射能被災で一度はあきらめた農業を太陽光発電と共によみがえらせる福島の人々。若き農業者たちのふるさとへの思い。

稼働や老朽原発の使用期間の延長、新設など原発回帰に急傾斜しています。世界の大勢とは真逆を向いているようです。昨年11月の国連気候変動対策の会議では「2030年までに再生可能エネルギー容量を世界全体で三倍に拡大する」(COP28)との文書を採択し、各国の取り組みを促しています。エネルギー問題を考えるうえで、CO₂排出の削減、ゼロカーボンに向けた地球の温暖化対策が不可欠の課題となっています。化石燃料の依存度を高める日本は、4年連続で不名誉な「化石賞」をいただいています。その脱却の方向は再生可能なグリーンエネルギーへ向かうべきなのが、何故原発なのでしょう。今では「自然エネルギー100%の電力確保できないと国際投資が受けられない」というのが世界の流れになっています。フクシマ以後は大きな変化が生まれているのです。

上映詳細

日時 2024年4月7日(日) 14:00~上映 参加費 500円(当日徴収)

主催 東京ふれあい医療生活協同組合・まちづくり委員会(社保・平和部会)・健康づくり委員会

お申込み方法

- Googleフォーム: QRコードからGoogleフォームへの入力
- メール: ichiishi@fureaico-op.com 件名は「映画上映会参加申し込み」をお願いいたします。
- お電話: 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。

*定員になり次第お申し込みを締め切ります。ご了承ください。

めながら農業を進めるソーラーシェアリングの取り組みが映像で紹介されます。強い紫外線は営農には障害となる場合があり、そこで太陽光発電農業を見出し実践する農業者たち。「原発を止めるために!」の思いと農業復活に立ち上がる不屈の魂。放射能被災で一度はあきらめた農業を太陽光発電と共によみがえらせる福島の人々。若き農業者たちのふるさとへの思い。

ぜひお問い合わせで鑑賞ください。(理事 佐藤有恒)

聴診器

若い頃はすべてに覚えられたのに、歳をとるにつれて物覚えが悪くなってきた。こう感じる人は多いのではないだろうか?

脳科学では歳をとって記憶力が低下したのではなく、記憶するための回路が変わったから若い頃と同じ学習方法では覚えにくくなるためだ。それも興味があることや楽しいことに関しては、記憶されやすくなる。また、理解できたことも記憶されやすい。

それを踏まえて勉強に励もうと思つたが、勉強も苦手という構図があるのでせっかくなを聞いても記憶からポロポロとこぼれていくこのほうが多い。この解決策は、好きなことと一緒に勉強をすることだ。すると、幾分記憶に残る確率が上がる。それが、自分自身はコロナ感染後から思考力と記憶力が低下している。確信してからもつづけて1年ほど経過するが、いまだに思考をまとめ記憶しようとする以前の1.5倍ほど時間がかかる場合がある。

コロナ後遺症は個人差が大きく、まったくない人もいれば日常生活に大きな影響がある人もい。寝たきりになってしまった若者もいる。今はまだ研究段階だが、1日でも早い後遺症の解明と特効薬の開発が待たれる。

(あま)

お知らせ Information

3月第59回 オレンジほっとラウンジ

日時 令和6年3月27日(水) 13:45~16:00

会場 昭和田区民センター2階第1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 「聞いて納得!老人ホームの種類と心構え」パート1

費用 500円(資料・お茶・お菓子代含む)

講師 介護施設研究所 齋藤 弘毅所長
【講師プロフィール】株式会社介護施設研究所は2013年12月に設立。有料老人ホームとサービス付き高齢者向け住宅の同居相談と紹介を事業としている。さらに、市役所・区役所や福祉団体、病院、企業などの求めに応じ、老人施設について中立公正な立場からの啓発活動を行っており、講演会は750回を超えている。

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/LbxYFQmDDrjFVjrz6>
お問い合わせMail 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 3/25(月)

長期住所不明組合員の脱退手続きに関する公告

東京ふれあい医療生活協同組合 理事長 野島 美幸

東京ふれあい医療生活協同組合定款第10条の2「組合員が第9条に定める住所の変更届を2年間行わなかったときは、脱退の予告があったものとみなし、理事会において脱退処理を行い、当該事業年度の終わりに当該組合員は脱退するものとする。」の規定に基づき、当該事業年度末において脱退処理手続きを行いますので、公告します。

生協本部・各事業所に「長期住所不明組合員の名簿」を備置します。ご自分のお名前が掲載されている組合員は、至急住所変更等の手続きをお願いいたします。

なお、長期住所不明組合員の自由脱退手続きをさせていただいた方でも、住所が判明した場合は、その時点で従来の出資金額をもって登録をさせていただきます。

閲覧期間:2024年3月8日~2024年3月22日 以上

機関紙『生命の炎』配布者募集のお知らせ

機関紙『生命の炎』は、北区・荒川区・足立区の3区に在住する組合員のもとへお届けしており、その大半が地域に住む組合員による手配りをしています。近年、高齢化に伴い、配布できる組合員が少なくなってきています。そこで新たに機関紙を配布していただく組合員を募集します。

月に1回、1人当たり10件程度の配布となります。軽いウォーキングがてらにぜひご協力ください。ご協力いただける方や詳しいお問い合わせは下記までご連絡ください。

お問合せ ふれあい活動推進部 03-3911-2005

植物紹介29

ヨモギ (キク科)

道端や草地、土手などに生える。草もちに入る。(中谷)

健康づくり委員会 掲示板

イキイキライフ体操教室のお知らせ

ストレッチ・筋力トレーニング等の基礎的な運動を中心に行っております。ご興味のある方は下記までお問い合わせ下さい。

堀船ブロック 場所:読売プリントディア東京北工場 1階
日時:毎週金曜日
第1部/10時~ 第2部/11時~ 第3部/13時~

宮の前ブロック 場所:さくらの部屋(宮の前診療所2階)
日時:毎週木曜日
第1部/9時30分~ 第2部/10時30分~
第3部/11時30分~

連絡先 東京ふれあい医療生協 ふれあい活動推進部(一石)
☎03-3911-2005 (受付時間:9時~12時、14時~17時)

2023年度 理事会から

1. 経営状況

2023年12月	総収益	1億1,790万円	各事業業務効率化と質の向上並びに経営改善に向けた営業活動等を行うも現時点ではまだまだ足りない状況です。更なる改善を厳しく実施していきます。
	業原価	719万円	
	その他経費	9,029万円	
	業外損益	42万円	
	経常剰余	293万円	

2. 地域活動

各種地域活動が活発に行われています。子育て教室やおぐっこプレーパーク(火おこし体験)やあらかわコフカフェへの協力等行っています。2月13日には梶原商店街にて「かしわら縁日」と題して小規模ながら、ポップコーン等の出店をだしました。健康づくり講座やオレンジほっとラウンジ等も定期的に開催しています。今後も様々な活動を継続していきます。皆さん是非ご参加ください。

3. すずしろ医療生協

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をしています。当該生協は練馬区(練馬駅前)で診療所一か所を運営する法人で、組合員数・資本金とも当生協の1/5以下の小規模生協です。2021年から実施する運営支援により2022年度は黒字決算、2023年度も12月時点で黒字となっています。他方、小規模生協のため、未来を担う役員確保や運営体制・内部統制の構築に苦慮しています。今後、単独で生協を未来に残し地域医療と組合員をまもっていく事は困難と判断され、東京都生協連及び当生協へ合併協議を要請するに至っています。規制緩和・競争激化・労働人口減少が進む医療介護業界において、今後生協を未来につなげていくために組織力と資本力が問われる時代となりました。東京ふれあい医療生協としても長期的な組織体制についても併せて検討を行っています。

各診療所医師の休診のお知らせ(3/1~4/15)

※2024年2月20日現在

梶原診療所(外来の休診は通常通り。※最新の情報はInstagram、LINEで日々更新しています)

川口医師 3/9(土)	鶴若医師 3/28(木)
堀内医師 3/16(土)	本池医師 3/29(金)、3/30(土)

宮の前診療所 ふれあいファミリークリニック

外来休診は通常通り 3/22(金)午前・午後、3/28(木)午後、4/4(木)午後
2024年4月より水曜の午前は休診、土曜は第1の午前のみ診療に変更になります。

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

切 前月の第1月曜日まで。

(5月号に掲載したい場合、4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。

知って得する 紙上「健康づくり講座」 第23講

介護のこと、医療のこと、もの忘れのこと、生活のこと こんなとき、どうしよう……?

梶原診療所 介護相談センター所長 坂爪 成明

今回は日々の暮らしの中で、例えば「今までできていたことが最近できなくなった」「介護が急に必要になったけど、どうすればいいの?」「こんな症状どこにかかればいいの?誰に聞けばいいの?」など、困ったことが起きたときにどうしたらいいかを紹介します。

問題解決に必要なことは、まず相談するアクションを起こす

介護のことならノ
●梶原診療所介護相談センター
【電話03-3911-7408(坂爪)ふれあいセンタービル3階】

- 例えば、
- ケアマネジャーをお願いしたい。
 - 介護認定を受けたい。
 - ヘルパーを頼みたい。
 - 介護ベッドを借りたい。
 - リハビリやデイサービスに通わせたい。



医療のことならノ
●梶原診療所相談室
【電話03-3911-5171(青木) 梶原診療所3階】

外来の患者さんやご家族の方はこちらにご相談ください。介護保険の申請や医療助成制度等のご案内、大病院等受診時の家族サポートのお手伝い等医療系のご相談はこちらになります。先生や看護師からつないでいただけます。



もの忘れのことならノ
●オレンジほっとクリニック
【電話03-3911-2661(武安)ふれあいセンタービル1階】
もの忘れが気になり始めたら、まずはここにご相談ください。受診までのサポートや認知症にかかわる介護者教室、認知症高齢者への地域活動の案内や活動等への支援を行っています。



生活のことならノ
●ふれあい活動推進部
【電話03-3911-2005(目々澤、一石) 梶原商店街の中にあります】
生活や暮らしの困りごと、わからないことがわからないとき、気軽に相談したい方はあれこれ考える前にまずはこちらにご相談ください。

困った時は!ノ
どこへ相談しても各担当者が必要な部署へつないでくださいます。また、丁寧に説明いたしますので安心感が違います!
もっと詳しく知りたい方は、3月30日(土)に予定している健康づくり講座へご参加ください。ご質問にお答えします!

健康づくり講座開催のお知らせ

日時 3月30日(土)午後2時~
場所 ふれあいセンター(都電「梶原」駅目の前ふれあいセンタービル1階)
講師 梶原診療所介護相談センター所長 坂爪成明

お申し込み先
ふれあい活動推進部(担当:一石) ☎03-3911-2005
(受付時間:平日9:00~17:00)

レンジで簡単! 減塩レシピ

「ニラの海苔酢和え」

減塩を意識しながらも、おいしく食べられるレシピを紹介します。
今回はこれから旬になる「ニラ」を使った和え物です。
電子レンジで加熱をするので簡単に作ることができます!

監修: 管理栄養士・高橋

材料(2人分)

- ニラ..... 1把
- えのき..... 1/4袋
- のり佃煮..... 大さじ1杯
- 酢..... 小さじ2杯

●1人分の塩分摂取量...0.5gのり佃煮を減塩タイプにすると1人前の塩分摂取量は0.3gに減らせます。

- 1 ニラは洗って5cmくらいの長さに切ります。
- 2 えのきは下の部分をカットして半分の長さに切ります。
- 3 ニラとえのきを耐熱容器に入れて軽くラップをして2分加熱します。
- 4 粗熱が取れるまでそのまま放置します。(生のように見えても冷めるまで放っておくと、しんなりするので大丈夫です!)
- 5 のり佃煮と酢を混ぜ合わせます。
- 6 冷めたニラとえのきを軽く絞ります。
- 7 ⑤と⑥を混ぜ合わせて出来上がり。

ワンポイント

- ◆酢を加えることでのり佃煮の塩分が少なくてもしっかりと味を付けることが出来ます。
- ◆酸味が苦手な場合は、酢の量を半分にするとういでしょう。
- ◆ゴマ油を加えるとナムル風になります。
- ◆抗酸化作用や抗菌作用のある栄養成分がニラには含まれているので、免疫力を高めることも期待できます。

キッズメディカル vol.125

RSウイルスワクチンが承認された

昨年、RSウイルスによる感染者が多発しました。主な症状は咳、しゃみ、みみ、ありふれた風邪のウイルスですが、最初に感染したときは重症化しやすく、乳幼児は気管支炎や肺炎になりやすいので注意が必要です(2回目以降は症状が軽くなり鼻風邪で済むことが多いようです)。

国内では2歳未満の子どものうち年間約12万~14万人が診断され、その4分の1が入院するといわれています。治療薬はなく、対症療法で経過を見るしかありません。症状が悪化した場合、生命が失われる危険性があり、乳幼児期には怖い病気の一つです。

今年になりこのRSウイルスに対するワクチンが承認されました。妊婦に1回接種。抗体を作り、その抗体が胎児に移行することで、生まれてきた子どもの発症や重症化を防ぐといわれています。このワクチンは産婦人科医が接種することになりますが、妊婦その家族はこの病気やワクチンについて理解を深め、積極的に接種することが大切だと考えます。(倉信)



組合員活動かわら版

2024年になり早2カ月が過ぎました。その間、新しくなったふれあいセンターで4年ぶりの新春のつどいの開催や手づくりみそ教室が行われました。今回はその活動を少しだけ紹介したいと思います。

宮の前エリア 新春の集い

2月14日(水)に行われ、西尾久支部と東尾久支部の組合員と職員併せて30人が参加しました。余興では、奥様のためにギターを弾いているという組合員の佐藤さんの演奏、マジックショーが行われ賑わいを見せました。
新春の集いは、この他の各支部でも開催されました。



手づくりみそ教室

2月17日(土)と28日(水)の2回開催されました。2日間合わせて28人が味噌を作りました。この作った味噌は自宅で作らせて、6カ月後に食べられるようになるそうです。



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!

1970年の開設以来、機関紙は「生命の炎」という名称を使用しています。
この数年で、「生命の炎」という名称に対して、組合員の皆様からは「今の時代には合っていない」「活動と題名が合わない」「題名が宗教っぽい」などの様々な意見が出されています。そこで、なぜ「生命の炎」という名称となったのか知っていたために、その由来を簡潔に説明させていただきます。

開設当時、医療生協で地域医療を実践したいという常勤医師確保は相当に困難な状況でした。開設に奔走した先人たちは、全国規模で医師を探して、ようやく鳥取大学医学部の加茂甫教授(故人以下、加茂教授)に巡り合いました。そして地域住民の医療生協創設の熱い思いを受けて、生協の礎を築いていただいたのは、加茂教授の指導を受けた同大学の学生サークルで学び育った若手医師たちでした。

若手医師たちは、農夫症や農業中毒などの健康破壊が進む愛媛の農村において、加茂教授のもと、農村に赴き農民たちと暮らしを共にする中で、農作業の実態調査や疾病予防、健康増進などの総合保健活動を長期にわたり実践しました。その活動を地域に広めるために手書きの機関紙をつくり住民に配りました。その機関紙のタイトルが「生命の炎」という名称でした。当時の機関紙には、厳しい環境の中でも生活改善をしながら、生命の炎を燃やし続けようという言葉がたくさん出てきます。機関紙「生命の炎」という名称には、この活動の教訓を東京でも引き継いでいこうという思いが込められています。温故知新ではありませんが、今後、組合員の意見を聴き、名称変更をどうかどうか判断してまい

ご意見はこちら

- 📧 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

締切は2024年4月8日(月)

りますので、忌憚のないご意見をいただければ幸いです。

(常務理事 福地 庸之)

※農夫症↓長年農業に従事した農民に現れる症候群。肩こり・腰痛・手足のしびれ・夜間多尿・息切れ・不眠・めまい・腹部膨満感などの症状。