

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

いのち
生命の炎

2026年
3月号 No. 549

生協の現況(2026年1月現在)
組合員数=14,245名
出資金総額=434,629千円

●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

おかげさまで **55周年**

ありがとうございます!

みなさまのおかげで **55周年**



講演後、組合員・職員が同じテーブルで、生協のこれらについてディスカッションを行いました。組合員・職員が垣根を越えお互いの話に耳を傾けている姿は、「まさに生協!!」と思える光景でした。



日本医療福祉生活協同組合連合会の片山専務理事の基調講演が行われました。「生協とは何か?」がとても分かりやすかったですとの声を多くいただきました。



組合員、職員を合わせて100名の方が参加しました

片山専務理事の基調講演から

医療福祉生協は、単に医療や介護のサービスを提供する場所ではありません。健康をつくり、平和をつくり、いのち輝く社会を地域から築いていく運動体です。孤立が健康リスクを高める時代だからこそ、「まずは集まる」「つながる」ことそのものが健康づくりになります。組合員の参加は、事業を支える力であると同時に、参加する人自身の生きがいと成長につながる価値でもあります。職員は専門性をもってその協力を支え、ともに地域をつくる仲間です。誰のための生協か——それは、地域で生きる私たち自身のため。東京ふれあい医療生協があつてよかった、と言えるまちを、“ともに”つくる。それが生協です。

55周年「医療・介護・福祉×協同 私たちの未来展望カフェ」

1月31日に55周年の締めくくりとして「医療・介護・福祉×協同 私たちの未来展望カフェ」を開催しました。組合員、職員を合わせて100名の方が参加しました。

1970年に産声を上げた「生協梶原診療所」は、55年を経た現在、東京ふれあい医療生活協同組合として5つの診療所と5つの介護事業所を擁する地域医療・福祉の拠点へと発展しました。山あり谷ありの半世紀を支えたのは組合員と職員の献身そして地域の皆様の期待でした。二人はみんなのために、みんなを一人のために「地域まるごと健康づくり」を掲げて歩んできた歴史を踏まえ、困難な医療・福祉情勢の中でも地域の信頼に応えるべく「自己研鑽と課題探索を軸に55周年事業を進めてきました。」

2024年12月9日、池上彰さん(当生協組合員)の記念講演「社会変化と協同組合の果たすべき役割を皮切りに、1年間にわたる事業を展開しました。テーマは「平和(戦後80年)防災(阪神淡路大震災30年)先人に学ぶ」に加え、2025年が国連の「国際協同組合年」であることを踏まえ、「健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる」を持続可能な生協運動の前進をめざしました。

平和の分野では、初の試みとして原爆パネル展に続き、被爆体験伝承者による「語り部」を開催し、多くの参加者に深い感動を与えました。戦争は人間の営みによって引き起こされる最大の惨事であり、だからこそ人間の知恵で防ぐことができると伝承者も語りました。分断や排除の空気が強まる昨今、協同の営みを基盤とする生協の活動は、個人の尊厳を守る価値ある行動として再評価されつつあります。東京都生協連と東友会(都内在住被爆者の会)主催の広島・長崎ヒストリアへの職員参加にあたり、30万円を超えるカンパが寄せられるなど、平和への関心の高さが示されました。ヒストリアには職員、組合員も名が参加しました。今後も独自派遣を含め、平和をつくる運動を継続していく必要があります。

特別企画として、被爆二世である倉信均医師が提唱するキッズ・メタリック「生命に関する読書感想文」には11名の小中学生が応募し、子どもたちの清らかな感性に学ぶ貴重な機会となりました。また、同医師のお孫さんたちの広島資料館訪問記や、子息の中学生時代の弁論文も紙面を飾りました。

防災では、阪神・淡路大震災から30年、東日本大震災と原発事故から14年を迎える中、何となくこの医療生協、福島きらり健康生協とオンラインで結んだ防災学習交流会や、防災士による学習会を実施しました。自然災害は避けられませんが、被害を最小限に抑える備えは可能です。自助の重要性、行政支援策を活かした家屋・家具の転倒防止などを学びました。また、核廃棄物を含め制御不能な原発が地震列島の日本と向き合っていることを、福島を経験から再確認しました。

本池氏は90年代の経営危機を支えた職員の献身と組合員の増資運動の教訓を語り、土屋氏は「組合員が生協の『お互いさま』の心に根差し、組合員が地域に愛着を持ち、患者でありながら、専門家を使う経営者であることへの覚悟を促し、担い手を生み出すことがこれからの生協発展の鍵だと述べました。

各卓の議論は熱気に満ち、組合員と職員が共に生協の未来を語り合う貴重な場となりました。地域活動の実践事例も紹介され、クラブを軸に健康まつりを広げる展望が示されました。

55周年事業は、生協の原点を再確認する機会となりました。あなたが主役でいられるまち、ふれあいの“わ”が未来をつくる(当生協基本理念)を胸に、60周年に向けて新たな歩みを進めていきたいと思います。



元理事長である本池学二医師は、理事長時代の思いや歴史を語ってくださいました。

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・練馬区の4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下さる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 組織部 03-3911-2005
(繋がらない場合は03-3911-3630)



- 2025年度 **理事会** から
- 経営状況** 2025年度12月
総収益1億2,487万円 単月剰余565万円
外来収益等が減少しているものの何と単月黒字を達成しています。引き続き費用削減・増収に取り組めます。
 - 経営・運営方針及び予算づくり**
2026年度事業方針について検討。各事業所主体での予算づくりも進めております。
 - 55周年企画の振り返りと新しい地域活動方針づくり**
2025年度を通して、55周年企画を行ってきました。1月31日にはファイナル企画を行い、すべての取り組みを無事終えることができました。55周年企画での取り組みは引き続き様々な形で次につなげていきたいと考えております。また理事会では併せて、医療生協を取り巻く環境が変わり続ける現代において、大切なものを守りつつ新しい地域活動へ前進するための方針づくりを行っていくことを確認いたしました。
 - 協定締結**
すずしろ診療所と大泉生協病院(東京保健生協)との間で、ともに良い地域医療を提供していくための協定を締結いたしました。
 - 診療報酬改定への対応**
2026年度診療報酬改定について確認し、その対応を適切に行います。

2026年3月1日
東京ふれあい医療生活協同組合
理事長 野島美幸

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:2026年3月9日~2026年3月23日

以上

※2026年2月19日現在

各診療所医師の休診のお知らせ(3/1~4/15)

梶原診療所
3/2(月)AM、3/23(月)AM 堀医師(内科)
3/27(金)AM 時田医師(内科)
3/27(金)PM、3/31(火)AM 鶴若医師(内科)
※最新の情報はInstagram、LINEで日々更新しています

宮の前診療所
3/12(木)AM 内科のみ休診(整形は診療あり)
※毎週金曜日の夜間診療は当面、休診
※詳細は診療所へお問い合わせください

ふれあいファミリークリニック
3/2(月)PM 田邊医師
3/26(木) 鶴若医師
※3月の土曜診療7日AM

「東京ふれあい医療生協」LINE公式アカウント

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。

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が可能です。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 ichishi@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)

コープクラブ「フラワーアレンジメント教室」祝!開催60回!メンバー募集中!

2025年12月の開催でコープクラブ「フラワーアレンジメント教室」が開催60回になりました。80代の方も元気に活動をしています。ぜひ、みなさんも参加してみませんか?

場所 ふれあいセンター
日時 毎月第3土曜日
申込先 ふれあい活動推進部 03-3911-2005(一石)

お知らせ Information

3月第80回 オレンジほっとラウンジ

日時 3月19日(木)13時30分~15時45分
会場 ふれあいセンター
テーマ 「ボランティア活動で社会参加をひろげよう」
講師 社会福祉法人 北区社会福祉協議会 地域福祉係 係長 小原 宗一
費用 300円

内容 高齢者のボランティア活動への参加がいま注目されています。これまではボランティア活動のもたらす社会貢献の効果について期待されることが多かったのですが、最近ではボランティア活動に参加する個人にとって介護予防、認知症予防、社会的孤立防止などの効果も期待されるようになってきています。超高齢社会を迎えるにあたり、地域でボランティア活動に参加する意義や効果について学んでみましょう。

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/vGkcjiMhF8cxw5ZG8>

オレンジほっとクリニック 締切日 **3/16(月)**
TEL. 03-3911-2661

宮の前診療所のホームページが新しくなりました!

宮の前診療所

診療所のご案内 外来診療 訪問診療 健康診断 予防接種 お知らせ ご予約について

頼れる町医者

外国人医師・健康診断・予防接種まで
地域の皆様から愛されて喜ばれる
患者のパートナーを目指しています

スマートフォンからご覧いただけます

ぜひご覧ください♪

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。

(例: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。

知って得する 紙上「健康づくり講座」 第36講

存亡の危機にある介護保険

NPO法人東京福祉・まちづくりネット代表理事、
社会福祉士、成年後見人
鹿倉 泰祐



1月18日(日)、ふれあいセンターで介護保険をテーマに学習会を開催しました。国ではいま、自己負担2割の対象拡大や軽度者への給付縮小など、制度の見直しが議論されています。一方で、介護事業所の倒産や人材不足は深刻さを増し、現場は危機的な状況です。私たちの暮らしを支える介護保険制度はいまどこへ向かっているのか……。講師の鹿倉さんに、現状と課題について寄稿いただきました。

介護保険の自己負担は拡大へ

介護保険は、介護が必要になった人の生活を支える制度です。介護保険の利用は、65歳以上の方であれば、病气やけがの原因を問いません。区役所の介護保険課や地域包括支援センターに相談し、要介護認定(要支援・要介護)を受け、介護サービスを利用します。

この介護保険制度は、3年ごとに国や自治体で計画の見直しをします。国の審議会では、昨年末に「介護保険制度の見直しに関する意見」が発表されました。

この審議会では、地域包括ケアシステムの議論も行われましたが、政府の狙いは、国の負担を減らすために自己負担2割の対象者を拡大することや軽度者(要介護1と2)への給付の縮小へのお墨付きを得ることでした。今後、政府は「改正案」を国会へ提出する予定です。

倒産・休廃業・解散で介護は崖っぷち

近年、介護業界は経営環境の悪化により倒産・廃業が急増しています。事業所の倒産は昨年は、過去最多の176件、休廃業・解散は過去最多の653件です。この内、訪問介護事業所の倒産は91件、休廃業・解散では465件です。

国の調査では、全国の介護事業者の4割が赤字です。都の調査でも事業所の4割は赤字で、半分近くを占める小規模事業者は5割が赤字です。

経営環境の悪化の背景には、人手不足(低賃金)や物価高の問題があります。そもそも国が定める介護報酬が、その賃金や物価を十分に反映していないのです。介護報酬の改定は、2000年の制度発足から現在までを比較すると1.4%しか増えていません。その間に消費税は5%も上がりました。

しかも前回の2024年度の改定は、介護報酬は全体では1.59%の増額でしたが、訪問介護は「身体介護」「生活援助」など全てで減額となり、関係者に衝撃が広がったのです。

人材不足で介護サービスは危機

介護サービスは、ヘルパーさんなどの職員がいなければ提供できません。しかし、この介護職員が大幅に不足しています。

都内では、介護関係の有効求人倍率は約8倍です。介護職員を採用しようとして

も応募者が来ません。結果として、ケアマネージャーが見つからない、ヘルパーさんが派遣できない、という問題が発生しています。

都内の介護職員数は、2020年度を境に減少傾向です。2020年の18万6千人の介護職員が、2023年には約1万人が減少しています。全国でも2022年の介護職員数は215万4千人ですが、それ以降は減少傾向にあります。

さて、国が介護サービスの量から計算した介護職員の必要数は、2026年度は240万人、2040年度は272万人です。介護サービスを必要としている人は今後増え続けます。人材が不足し、結果的に介護サービスが受けられないという実態が発生するのは必然です。

介護職員の賃金と待遇の改善を

介護職員と一般産業の職員の賃金格差は約8万円です。しかも、近年の春闘でも介護業界は後れを取り、全産業との賃金格差が拡大しています。

政府は、最大で月額1万9千円の臨時人材確保対策を昨年決定しましたが、深刻な人材不足や低賃金問題を解決するには全く不十分で、焼け石に水です。

さて、衆議院選挙では、自民党が全465議席中316議席を獲得し、単独で定数の3分の2を上回りました。単独政党が獲得した議席数として戦後最多です。この結果が、介護保険制度の見直しに与える影響はわかりませんが、若年世代の社会保障負担への不信感もあり、社会保障料負担の削減=自己負担の拡大と家族介護の拡大が危惧されます。

しかし、暮らしを支える介護や社会保障制度が削られては生活が成り立ちません。私たちが、介護や社会保障への予算配分を政府に求めることが大事です。高市政権の2026年度の当初予算案で、防衛予算は9兆353億円です。みなさん、「大砲かパターか」という言葉を知っているでしょうか。私は、毎日の暮らしを支える介護や社会保障、つまり「大砲」ではなく「パター」が一番大事だと考えます。



キッズメディカル vol.142

喘息の治療は、発作の後が勝負です

喘息治療の目標は、発作を軽くすることだけではなく、発作を起さない状態を維持することが最も重要です。喘息は「慢性的な気道の炎症」です。家のホコリやダニなどのアレルギーが引き金となり、気管支に分泌物が増え、同時に気管支の平滑筋が収縮することで発作が起こります。咳が止まらない、息苦しいなどの症状が現れ、呼吸困難が強くなることもあります。重症の場合には、命に関わることもあります。

喘息治療は2つに分かれます

- 1 発作を治療する(発作時治療)
- 2 発作を抑え、発作を起さない(長期管理・予防治療)

発作を予防することが目的のため、すぐに症状が楽になるわけではないかもしれません。吸入ステロイド薬(抗炎症作用)を中心に、必要に応じてロイコトリエン受容体拮抗薬などを併用します。

※吸入ステロイド薬の中には、抗炎症作用と気管支拡張作用の両方を併せ持つ配合剤もあります。

吸入薬使用時の注意点

5歳以下のお子さんで吸入がうまくできない場合は、医師に相談してください。

吸入後は必ずうがいをしましょう。

吸入ステロイド薬の使用後、口腔内にカンジダ(カビの一種)が発生することがあります。これを予防するためにも、吸入後のうがいは必須です。

最後に
喘息の経口薬では、副作用として頻脈や手のふるえが出る場合があります。ただし、多くは一時的で重大な副作用になることはまれです。発作時には自己判断で中止せず、医師の指示に従って服用してください。

喘息治療で最も大切なのは、発作がない時こそ予防治療を継続することです。症状が落ち着いても自己判断でやめず、コントローラを続けることです。

(倉信)

事業所! おじやまします! リターンズ Vol.2

ほほえみヘルパーステーション

近年世の中では医療・介護事業所が人手不足や物価高騰などにより大変厳しい状況にあると言われています。しかし一方で、患者さんや利用者さんは、それらの利用なくして生活できないのが現状です。

この狭間で奮闘している、ほほえみヘルパーステーションに地域理事の前澤常務理事が訪問し、お話を伺いました。前澤さんご自身はお元気ですが、ご主人が介護を必要としており、支える側・支えられる側双方の立場からの質問となりました。

Qーご主人を介護しているのですか?
Aー介護職員がご自宅に訪問し、その人が生活するのに必要な援助をしています。

Qー介護費用はどれくらいですか?
Aー介護サービスの利用者負担は1〜3割です。例えば利用料金が1000円の場合、1割負担で100円、2割で200円、3割で300円となります。

Qー高齢者の方が困っていると訴えることはどんなことですか?
Aー重たいものを持たないため買い物に困る、掃除機を使えないという声はよく聞きます。また、歩行に不安があり通院が思うようにできないという訴えも多いです。

Qーこういった方々に援助はできないのですか?
Aー介護保険では病院の入り口までが原則です。院内での付き添いは自費対応となります。ただし、担当者会議(利用者・家族と介護サービス関係者が話し合う会議)で院内介助が必要と判断された場合は、保険サービスとして利用できる場合もあります。

Qー人手不足が叫ばれている状況ですが、こちらではどうですか?
Aー常勤職員、パートを含め長時間働ける人は10人ほどいます。しかし、登録ヘルパーは不足しており、何とかやりくりしている状況です。登録ヘルパーは事業所に常駐せず、自宅から利用者宅へ直接伺います。1日30分から勤務可能で、訪問介護を支える大切な存在です。

現在、介護業界では事業所の倒産や休廃業も増えています。人手不足や低賃金、物価高の影響は大きく、当事業所も厳しい経営状況のなかで運営を続けています。それでも、地域で暮らす方々の生活を支える役割はなくなりません。

Qー最後に、訪問介護の仕事のやりがいは何ですか?
Aー「ありがと」「助かります」と感謝の言葉をもらうと、本当に元氣になります。利用者さんから昔の話や人生経験を聞かせてもらうこともあり、私たちが自身が学ばせてもらっています。「あなたが来てくれるから安心」と言われると、この仕事をしていて良かったと心から思います。

テレビでヘルパーさんがいないと俺たちは生きていけない! という言葉を耳にしたことがあります。そのとき胸に引っかかった感覚が、今も残っています。今回、事業所の現状を聞きながら、あの言葉の重みを改めて思い返しました。

ほほえみヘルパーステーションは、地域にとって欠かせない存在です。支える人がいてこそ、支えられる人の暮らしが守られます。

現在、登録ヘルパーを募集しています
資格を活かしたい方、地域に貢献したい方、一緒に働いてみませんか。
ほほえみヘルパーステーション
☎03-5902-7800

「ご出資ありがとうございます!」 Vol.1

2025年、東京ふれあい医療協では様々なことに出資金を活用させていただきました。今回から連載でその一部を紹介していきます。

【梶原診療所】スパイロメーター

呼吸機能調べる検査機器です。息を吸ったり吐いたりする際の空気の量や速さを測定し、肺や気道の状態を調べられます。

気管支喘息 肺気腫 間質性肺炎

などのご病気の方に使われます。呼吸機能に不安を感じる方は、主治医にご相談ください。



すずしろ通信 07号

すずしろ診療所の外来受付時間が4月1日より変更になります。

すずしろ診療所 外来受付時間 変更のお知らせ

○有賀所長
○関口医師

〈2026年3月31日まで〉

外来受付時間	月	火	水	木	金	土
8:15-11:30 (火・土は9:00-)	○	○	○	○	○	○
15:00-16:30 (月は13:30-)	○	訪問診療	○	○	○	訪問診療

訪問診療をご希望の方はお知らせください **休診日:日曜・祝日・年末年始**

〈2026年4月1日から〉

外来受付時間	月	火	水	木	金	土
8:15-11:30 (火・土は9:00-)	○	○	○	○	○	○
15:00-16:30	○	訪問診療	○	訪問診療	○	訪問診療

訪問診療をご希望の方はお知らせください **休診日:日曜・祝日・年末年始・夏季臨時**

すずしろ診療所 03-3557-1131