用

ゆたかや化粧品店

営業時間 9:30~19:00(日曜定休※祭日は不定休)

〒114-0004 東京都北区堀船3-30-11

☎03-3911-0524

長期住所不明組合員の脱退手続きに関する

公告について

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おいて当該組合員は脱

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

<u>各事業所に掲載されている長期不明組合員名簿</u>に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。

東京ふれあい医療生活協同組合定款第10条の2の「組合員が第9条に定める



をどうするかないのちなどうするか

LINE公式アカウント 要認得 登録お願いします! 面談場

No. 507

http://www.fureaico-op.info

生協の現況(2022年1月末日現在) 組合員数=16,981名 出資金総額=493,900千円

●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

2·3月号 「おじゃましまーす

リモートインタビューの様子 記事外でも活発な意見交換がなされました。



3.11当日の品川駅付近の道路 3.11当日の新宿駅前

東京都帰宅困難者対策ハンドブックより 3.11東京では公共交通機関が麻痺し多くの帰宅困難者が発生しました。

聴コ 器厶

No. 507

2021年度 理事会 から

益 1億2,344万円 2,099万円

2021年度4月~12月累計 収 益 10億8,695万円 利 益 8,525万円

12月も順調に推移しており、累積欠損は解消にまで至りました。 一方で、1月以降感染再流行で感染症対策に追われる状況にあり ます。懸命に医療介護の継続に取り組んでまいりました。

2. コロナ対応

1. 経営状況

2021年度12月

感染が再拡大する状況で、職員の中からも感染者が出る状況とな りました。そのような中でも地域のいのちと健康をまもるべく、感 染予防に十分に注意しながら、法人全体で医療介護事業の継続に 取り組みました。職員の子どもが休校休園で学校がいけない状況 になっても職員による一時預かりを行う等、行ってきました。

3. 生協ビル関連

東京都の道路拡張事業のため、生協ビル解体を行います。そのた めに生協ビル内事業所及び本部棟の事業所について移転を行っ ています。解体後については検討中となっています。

3.11 あのとき、私は

今回、インタビューから、私たちは震災について未来につなげて いかなければいけないのだと実感しました。3.11を忘れないため にも、私たち自身の2011年3月11日も思い出し、あらためて被災 された全ての人に思いを馳せることができればと思います。

新 卒で入った会社は高層ビルの最上階にあ ことを覚えている。窓の外には火災が見え、ど うなるのか不安なまま、帰宅難民の一員として 歩いて家まで帰宅。家に帰ってテレビを確認す ると東北の様子が流れていたが、何もできない 悔しさと悲しさで涙したことは忘れない。

TEL 03-3911-2005

アドレスまでお送りください。

╆️ オカが普通じゃない! 支部の会議で旧診療 た。机の下にもぐったひとのことは鮮明に覚え ているが確か私は柱につかまっていたと思う。 隣の休憩室の重く大きな輪転機がゴロゴロと動 いていて尋常じゃないと感じた。

10階に住む私は、玄関ドアを開けるのがコワ いと思いながら帰宅した。案の定であった。その 後、水・食料の備蓄はやっている。 (阿部)

FAX 03-5944-6015

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。

木ム たち家族4人妹家族2人で祖母の葬儀参列の為、 駅到着直前、寝ていた子供たちを起こし始めたその 時、電車は急停車、直後に電車が倒れるのではないか というほどの大地震。そのまま電車は4時間停車。その 間何度も襲う大きな地震。当時長男7歳・次男3歳、じっ と我慢する姿を思い出す。駅到着後、交通機関はすべ て運休、徒歩で祖母宅へ向っている途中、前から走って くる父の笑顔と涙が忘れられない。

ることが弊店の特徴です。

行いますので、公告します。



MAIL soshiki@fureaico-op.com

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 北区掘船3-27-12

📝 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。)

※必ず原稿を送る方の名前、住所、連絡の取りやすい電話 ワード等で作成したデータをメールで送っていただいても構いません。その際は右記メール 番号を記載してください。





電話 (03) 3911-3630 集:『生命の炎』編集委員会 ●発行人:百瀬 文也

合いの様子を掲載します。常務理事を交えて災害時の対前月号に続き、福島のきられ 災害時の対応について、話し盟島のきらり健康生協の橋本

迎って得ずる 紙上「健康づくり講座」 第13講

~ 人生100年時代を生きる②-

宮の前診療所 土屋



自由な時間はどれくらい

「自らに由れば、人生は最後まで自分のものに できる」美術家・篠田桃紅さんの言葉です。わた したちには自由な時間はどれくらいあるのでしょ うか。60歳で定年、男女の平均寿命を80歳・87 歳として手にできる時間は男性20年×365日× 24時間=17.5万時間、女性23.7万時間、 睡眠・食事・入浴などを13時間とすると自由な 時間は11時間、男性8万時間、女性10.8万時 間になります。自立度変化の男女差は前回述べ たとおり男性で75歳ころから、女性70歳ころか ら低下し始めます。黄金の時間は男性60~75 歳の15年間で6万時間、女性60~70歳の10 年間で4万時間ということになります。定年後を 第2の人生と呼ぶなら自立度が低下し始める以 後を第3の人生と考え、それに向けてどう考えて 生きるかが大きな課題です。自由な時間ばかり ではない社会状況や経済状態があります。人生 なるようにしかならないところがありますが、黄金 の日々の過ごし方について考えましょう。

第2の人生(黄金の時間)の過ごし方

健康寿命に影響する要因は運動・食事・休 養でしょうか。これも大切ですが、最大の要因は 孤立・孤独です。社会的なつながりを持つ人と そうでない人を比べると早期死亡に倍のリスク があることが調査で分かってきました。また、孤 独は喫煙や肥満よりも健康に悪いことも分かっ てきました。黄金の時間の使い方のまず第一は 社会的なつながり(仕事でも、社会奉仕でも趣 味のサークルでも)に求めることが肝腎です。マ スコミやネット上の健康法よりも優先すべきです。 たとえば仕事量は減らしながら続ける、考えてい た第2の人生プランを実行に移す、新たな人間 関係づくりをボランティアや趣味の世界で築く、 孫と世代を超えたよき関係づくりなど、今までに ないつながりや絆づくりに取り組みましょう。男性 15年、女性10年続けます。

次の10年「いぶし銀の日々」

事業所からみなさんへ

後期高齢者の時の過ごし方です。15年ほど

前に尾久地域の90歳以上で元気な方の訪問 調査を町会の方と一緒に行いました。食事・運 動・諸活動・出身地などを聞き取りました。結果 は期待外れで一定の傾向はなく、家族の方に秘 訣を聞いてみると「マイペース」「ゴーイングマイ ウェイ」という答えが返ってきました。人とのつな がりの中で自分らしい生き方をしていることが共 通していました。がん・脳血管疾患・心臓病・認 知症・骨粗しょう症などの自立度リスクに配慮し ながらも健康第一主義に陥らないことが大切な

コロナ禍で人と会う、集うことが難しい状況の 中、電話や街角での声掛け、医療生協からの訪 問、一人暮らしの方への声掛けをすることで絆 を緩めず、町全体の健康レベルを維持していく ことが医療生協の「ピン・シャン・コロリの里づく り」と考えています。







食対応 日免疫

少させ

3回目のコロナワクチンの予約について

ます(最終勤務日 **健康づくり活**り梶原診療

ご理解の り感謝

1月16日より、水曜日の西本先 ②水曜日の夜の外来の終了につい











メデ

ルギー たりを考 でした。 しかで

Photo Gallery



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)

クリートの隙間などにも生え るのに対して、ノミノフスマ は田んぼの方へ行かないと みられない。ノミノフスマと は、小さな夜具の意味

『いつかあなたを

わすれても』

桜木 紫乃•文

オザワミカ・絵

がれるようになりま者さん向けの貧血教まりました。班が機能のまりで、2大疾病追放

ノミノフスマ (ナデシコ科)

ノミノツヅリが市街地のコン

高血圧と貧血が大き 高血圧と貧血が大き をはじめ多くの組 私たちは何をしたい **大きな転機に**

いるのか、生協とはどまりました。今この生がら生協についての

る安心のネットワークの中での皆様に寄り添い、支え合い て、私たち医療生協が、患者さんや地域 めることが大切です。その実践を通じ

よう前進することが肝要です。 とうか皆様、ご家族、ご友人、生協の 中間との「つながりを絶やさない」努力を強め、手を携え知恵を凝らして頑 ですることが肝要です。 クの中軸となれる 遅れとなりましたがな 改めて生協が歩んできた50年を振り返ることができればと思います。ふれあい医療生協が誕生してから50年が経ちました。コロナ禍で2年

組合員さん向けに「みんなで続ける

発展の緒に本池 孝二

具達は、それでも地域。医療生協もその仕組 は、職員が受付と血 員数は8 が、その2年後の保健大学開講を経こうした組織一丸となった取組み が見直され、カルテ改良も進められまれと密に連動すべく外来診療の在り方 て、28年重装備大型診療所建設、89年

でとるのだ」との詰問がかってやって、なぜく意識のない方が圧倒員宅訪問にも取り組員を訪問にも取り組 査、ワクチン接種などに最大限対応し協力して、発熱外来の設置やPCR検 自治体・行政や地域医療機関等と連携・ コロナ禍にあっていた。コロナ禍にあって いったことは皆様ご存知の通りです。年「壁のない病院構想」へと結実して保学校開講、92年宮の前診療所開設、94 まで私達は

医療生協も、たじろぎ呻吟しているの急拡大する中で、地域の皆さまも私達てきましたが、新たな変異株が世界で

んと向き合い、応える努力を強 ?一人の不安や疑問、深い悩み、う時だからこそ一層、患者様

年を振り返り