




LINE公式アカウント
 登録をお願いします!
<http://www.fureaico-op.info>
 生協の現況(2022年12月現在)
 組合員数=16,402名 出資金総額=467,143千円
 ●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



太田静枝さん

※今回の記事の中で、太田さんの病名に係る内容が含まれています。十分に太田さんと相談して、記事を構成する上で記載が必要と判断し、病名公表に関してご本人の了解を得ております。

秋山 お生まれはどちらですか？
 太田 福島県の小名浜ってところね。
 秋山 私も福島県の郡山に、2年くらい住んでたんですよ。
 太田 あらホント、娘がね、本宮にいろのよ郡山市は本宮市の隣の市。女・女・男って三人兄弟の次女なんだけど。
 秋山 震災があったときは小名浜にいたんですか？
 太田 泉町ってところ。同じいわき市なんだけど。小

毎年3月が近づくにつれて、東日本大震災を思い出します。あれから12年。記憶が薄れつつある方も多いかと思いますが。今回は、当時被災地である福島県いわき市にお住まいだった、組合員の太田静枝さんにインタビューさせていただきました。
 辛い記憶にもかかわらず、なぜ東京にくることになったのか、今の思いも含めて明るくぐっばらんに話してくださいました。

太田さん、今日はよろしくお願ひします。インタビューを担当する本部の秋山です。

太田 はい、お願ひしますね。

※太田さんの人柄を伝えたいため、ところどころに方言が入ります。

3・11を忘れない
太田静枝さんの震災インタビュー



インタビュー:秋山

名浜から車で15分くらいところに住んでたの。ハワイアンセンターってご存じですかね。あそこからもやっぱり15分くらいいところで、震災にあって、その頃はまだおとうさんも生きてたんだよね。棚からね、神様が落ちてきたり、お神の水がこぼれたり。あと、大艦みたいな船がどーんと上がつてきちゃって。気仙沼とか石巻とおなじだよね。それと、あのあたりは、常磐温泉があったから、家の中に温泉が湧いちゃったの。まわり中、硫黄って言うの？そういうのも全部上がってきちゃってひどかったね。
 ※スパリゾートハワイアンズは1カ月後の4月11日の地震により施設が一部倒壊。2011年10月1日に部分オープンしている。

秋山 避難はされたんですか？

太田 おとうさんが車椅子で、息子が横浜に来るよって言ったけど、オレは放射能食って死んでもいいって言ったんですね。私が車乗って運ばなきゃならなかったし、おむつだったし、本人はもう動きたくないって、結果的に逃げなかったんです。
 秋山 それでは、東京にはどうして来られたんでしょう？
 太田 震災から5年くらいだったかしらね。私に子宮体ガンが見つかったの。

おとうさんには、ガンとは言えなかったんだけど



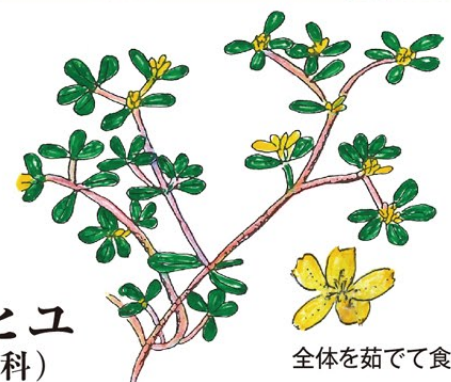
梶原の茶の間の様子

わかんねんだ。何日間くらいそうしてたんだか。

結局、卵巣も子宮も全部、それとリンパ節っての？2回に分けて手術したの。おとうさんにガンのこと伝えられたのは全部落ち着いてからね。

秋山 おとうさんと会えたんですか？

太田 全然会えない。コロナもあったでしょ。結局誰も死に目に会えないし。葬式はごも達がやってくれたわけね。3人で。誰も死に目には会えなかったしね。今でも、写真に向かってごめんねって。何もしてあげられなかったなって感じはあるよね。

植物紹介⑬

スベリヒユ
 (スベリヒユ科)
 全体を茹でて食用とする
 田や畑、農耕地やその周辺に生える。厚ぼったい感じで、ごろごろと太っている。丈夫な草なので、農家には大敵だ。茹でてうどんやソバに入れるとうまいそうだ。(中谷)

梶原診療所利用委員会
 梶原診療所利用委員会一同
 昨年とは利用委員会に多くの「虹の声」をお寄せいただきありがとうございました。みなさまの「声」を診療所に伝え、より良い診療所づくりに役立てることが出来ました。
 最も多くの「声」をいただいた「職員の接遇」については全職員を対象に「接遇改善のための研修会」を集中して行いました。もちろん研修をすれば改善するということではありませんが、これをスタートに今後も診療所として継続した接遇改善の活動をしていくことを目指します。

梶原診療所利用委員会一同

2022年度 理事会 から

1. 経営状況	2022年	11月	事業収益経常剰余	1億3229万円 1401万円
	累計		事業収益経常剰余	9億9177万円 4736万円

11月は昨年同様に1400万円を超える黒字となりました。これによって年間の経常利益も4736万円となっています。生協ビルの建て替えもあり、まだまだしっかりと黒字を出していく必要がありますが、黒字運営を維持しています。

2. 生協ビルについて

12月より生協ビルの全面解体を開始しています。もとの生協ビルはほとんど解体されました。今後は12月の竣工に向けて新しい生協ビル建設を着々と進めていきます。



3. 生協強化月間報告

10月から行っておりました生協強化月間には多くの皆さんからご協力をいただきました。ありがとうございます。コロナ禍以降初めての強化月間でしたが、久々の学習会や集会を喜んで参加してくださいる組合員さんも多くいらっしゃって、あらためて人と人とが集まる機会を大切にすることが東京ふれあいの役割と再確認いたしました。理事会としても今回の取り組みを新たなきっかけとして、次の取り組みにつなげていきたいと考えています。

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ました。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



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3-30-16
 TEL 03-3911-2005 FAX 03-5944-6015

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アドレスまでお送りください。

MAIL soshiki@fureaico-op.com
 切 前月の第1月曜日まで。

(4月号に掲載したい場合、3月の第1月曜日まで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。



コ
ラ
ム
聴
診
器

寒さが深まって朝起きるのがつらい今日この頃です。

みなさまは「えんがわ」といふ言葉、どんな景色を思い浮かべますか？私は子どもの頃の楽しかった思い出と共に、今は亡き母方の祖父母宅を思い出します。お寿司のえんがわを貰った先には思い浮かべる方もいらっしゃるのでは無いでしょうか。

そんなあったかい場所になればと、ふれあいファミリークリニックは足立区宮城の第三団地で毎月まちの保健室「えんがわ」を開催しています。

地域の皆さまと一緒にラジオ体操をして、そのあとに血圧測定や握力測定や体重測定などしながら困っていることや健康の相談などを受けています。

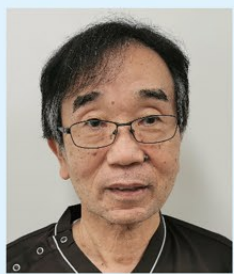
なんでも気軽に話したいだけならクリニックのスタッフ、お隣の薬局の職員さんそして地域包括の方と取り組んでいます。「コロナ禍でなかなか行えない、地域の皆さまとふれあう貴重な場としてこれからも頑張っていますので、お近くの方はぜひお寄りください。

うし

知って得する 紙上「健康づくり講座」 第 18 講

「熱がある!」「のどが痛い!」「咳が出る!」どうしよう?

梶原診療所
西本 明



コロナかも…
インフルエンザかも…
どうしよう…



現在、新型コロナ第8波の真っただ中。「コロナ受け入れ病院」「発熱外来」は全国でパニック状態です。また死者数も過去最高となっています。この文章が読まれるころには新型コロナ感染が少しは落ち着いて

いることを期待しています。「熱がある!」「のどが痛い」「咳が出る」。これらは「コロナかもしれない」「インフルエンザかも」という不安がつのります。どうしたらいいの?

Q 急に熱が出てのどが痛みます。どうしたらいいですか?

特に基礎疾患がなく、64歳以下の方は、「発熱外来」の混雑を避けるため、まずご自分で国が承認した抗原検査キットで新型コロナの検査を試みてください。事前に購入していなければ東京都が配布していますので0570-020-205(スマホでも専用サイトからも申し込みます)に電話し問い合わせください。原則翌日にキットが届きます。

ご自身で検査して陽性なら、「東京都陽性者登録センター」に登録してください。登録することでその後の援助を受けられます。症状が軽ければ手持ちの解熱剤等で経過を見てください。検査で陰性であっても熱が高い、喉の痛みが強い、咳が激しいなど症状がある場合は、かかりつけの診療所に電話し(ネット予約はできません)、「発熱外来」を受診してください。インフルエンザの検査も必要です。

65歳以上の方、基礎疾患をお持ちの方、妊婦の方、小児は「発熱外来」を受診してください。かかりつけの診療所にまず直接電話(発熱外来はネット予約はできません)してください。発熱外来は「新型コロナ感染」「インフルエンザ」「その他の感染症」の方が来院されるので、お互いの感染防止のため一緒に部屋で待っていただくことができないため、1人ずつ隔離します。そのため医療機関により、受け入れ体制に制限があります。

梶原診療所では、1日の受け入れは大人10人、小児10人程度が限界です。申し訳ありませんが感染ピーク時は当日受け入れが困難な場合もあります。その場合、東京都で「東京都発熱相談セン

ター」(24時間 電話03-6258-5780等)を開設していますのでご相談ください。

Q 診療所の発熱外来で新型コロナの検査が陽性でした。どうすればいいのですか?

特に基礎疾患がなく、64歳以下の方は前項と同じで、ご自身で登録していただきます。登録方法は受診時に診療所で説明します。また必要なお薬は受診時に診療所でお渡しします。

65歳以上の方、基礎疾患をお持ちの方、妊婦の方は診療所から保健所に「発生届」をすぐに提出します。帰宅後、保健所から連絡が入るので「入院」「療養施設」「自宅療養」等の相談をしてください。お薬は診療所でお渡しします。抗コロナウイルス薬の場合は、薬局からご自宅に宅配されます。また症状悪化時にも、保健所が対応してくれることになっています。

コロナ陽性の方は発症日翌日から7日間外出を控えてください。さらに自主的に3日間、感染予防行動をお願いします。

まだまだ新型コロナ感染は続きます。命を守るため4回目、5回目のワクチンをぜひ受けてください。



訪問介護を利用されているのは、介護保険対象の高齢者の方ばかりではなく、小児・障害者自立支援法の制度を利用されている方もいます。多くの方が、高年齢(障害)に

私たち「ほへえみヘルパーステーション」は北区を中心に荒川区・足立区の一部地域でサービスを提供している訪問介護事業所です。現在、33名の職員が在籍しています(職員7名、パート5名、登録ヘルパー21名)。

事業所からみなさんへ — ほへえみヘルパーステーション —

なんでも病気にいかかって身体の調子が悪くなっても「自分の家で暮らしたい」ときと思われたいのではないのでしょうか。もちろんさまざまな理由です。すべての方々が「自分の家」暮らしすることは出来ないかもしれませんが、それでも少しの支援があれば家で暮らせるような方々の手助けになるホームヘルパーです。ご自宅まで努力をします。益・暮れ正月・ゴールデンウィークであっても、また大雪・酷暑に見舞われても、65日ご利用者様の在宅での生活を支えるため、みんな笑顔でにぎやかに楽しく協力しながら日々ご自宅に訪問し、援助を行っています。



1995年 保健大学

1996年 健康まつり

1994年 西尾久班会

キッズ
メディカル
vol.114

「微熱が続く」
「ちょっと気になる」

人は、いったい何度から「熱が出た」というのでしょうか。
基本的に大人の場合は、37度以上、子どもの場合は37.5度以上をいい、大人に比べて少し高い値になります。なぜでしょうか？
これは脳の活性が高、熱を発生しやすいからです。さらに自律神経が発達していないため、外界の気温に影響されやすいからです。これは乳幼児の夏の体温は上がりやすく、冬の体温は低くなりやすいことからもうかがえます。
一般に子どもの微熱とは、37.5〜38度が一週間続く場合をいいます。その際、元気で食欲があれば心配いりません。他に症状(食欲がない、呼吸が苦しい、ぐったりしている、けいれんが起きるなど)がなく、1日の温度差が1度以内であれば問題ありません。もちろん微熱でも2週間以上続けば採血などの検査をします。その検査、異状がないという前提です。
さらに、体質や普段の生活、環境によっても微熱が出る場合があります。また感染症後に高体温が続く場合もあります。
このように体温の変化を知るためにも、基本的に元気がよくなる時の体温を測り、知っておくことが大切です。
また、医師に相談する場合、それまでの経過を話すことができるようにしておきましょう。
(倉信)

でも話聞いていると、家やられちゃった人も多かったり2万人も死んだんだもんね。秋山「私も動いていたこの寮も流されて。そのとき一緒に仕事してた人は亡くなった人もいて。コロナになってから3年くらい帰ってないんだけど。帰ろうかなって思っても、お盆だ、正月だって時期に増えちゃうから。帰ろうかって言う」と「今は来ないで」って。誰々が帰ってきたからコロナだってなったんじゃないかって。

太田「おんなじ福島県のいわき市から来た人はいくらで、東京で知り合ったんだよね。もともとは知らないよ。」
でも話聞いていると、家やられちゃった人も多かったり2万人も死んだんだもんね。秋山「私も動いていたこの寮も流されて。そのとき一緒に仕事してた人は亡くなった人もいて。コロナになってから3年くらい帰ってないんだけど。帰ろうかなって思っても、お盆だ、正月だって時期に増えちゃうから。帰ろうかって言う」と「今は来ないで」って。誰々が帰ってきたからコロナだってなったんじゃないかって。

茶の間に来てからはやっぱり、みんなと同じ時間を共有してさ、共感して。家にいてもひとりだからさ。いつもラジオ聞いたり、タブレットやってるくらいだから。
あとはね、社協で被災者の会が月に一回くらいやってたんですよ。西国の方とか、あとは横浜、名古屋、愛知県。みんなオンラインでやってくれて。音楽できる人の演奏を聴かせてもらったり、大きい金で豚汁作って、ちそうになったりして。
秋山「知ってる人に会ったりしますか？」
太田「おんなじ福島県のいわき市から来た人はいくらで、東京で知り合ったんだよね。もともとは知らないよ。」

太田さん、ありがとうございました



そういうのわかったっちゃうよね。どこの娘とか息子とかはわかるからね。
秋山「最近はどうですか? 今日お茶の間にいってましたよね?」
太田「うん、親しくさせてもらってね。参加費100円なんです。それでお茶とお菓子ももらって。場所提供してもらって。今日はクリスマスだってサンタの歌うたったりして。
本日は一石先生の体操教室(宮の前診療所2階)に行ってきた。こっちは出てくるって言う。
秋山「最後に、何かコメントを頂けますか。」
太田「健康だったからこそには来なかったよね。健康と、幸せと何がいいのかわからないね。
生きられたのは、東京に来て皆さんに助けられたからだと思うけど、心の中では、やっぱりこれで本当に良かったのになって迷うときはあります。
生きられたのは本当に最高。こうやってよくしてもらって。
私なんか、幸せな人生だったかなって思う。だってさ。ちっとも思わなかった。家も作ったのに、まさかこっちは来るとはねえ。だからやっぱり生きれたってことで、今はみんなとできるだけ、楽しく過ごすしかないもんね。せいかこの貴重な時間をね。贈り物だよ。私にしてみれば。」

50周年
企画
50年を振り返りそして未来へ

2020年に東京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年遅れとなりましたが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。

最先端の医療は地域の中に
研修・研究センター長、東京都地域連携型認知症疾患医療センター長 平原 佐斗司

1992年在宅緩和ケアを志して梶原診療所に赴任した。在宅医療のパイオニア佐藤智先生に師事し、この地域で30余年ライフワークである地域医療、在宅医療に関わったことは幸せなことであった。
1997年ミシガン大学老年医学セミナーに参加、チームアプローチの理念にインスパイヤーされ、在宅医療の実践の傍々な生協事業の立ち上げを担った。1998年ふれあい訪問看護ステーション、地域医療課設立。1999年介護相談センター設立、高齢者ケア外来開設。2000年はほへみヘルパーステーション設立。2003年にはこれら在宅部門をまとめた在宅サポートセンター設立となった。2008年に訪問診療部門を完全独立させた地域医療連携室を設置。2011年にすまい地域づくりの会の立ち上げ、ソーシャルワーク部門設立、2012年かあさんの茶の間開設リハビリテーション科を開設した。
2013年梶原診療所病棟開棟、2014年に旧梶原に在宅総合ケアセンター移設、9月にはオンラインほっとクリニックを開設し、翌年には北区担当の地域連携型認知症疾患医療センターの指定を受けた。
北区においても、2012年から北区高齢者あしんセンターサポート医となり、2013年に北区在宅ケアネット設立(在宅医療多職種連携研修会等実施)、現在まで区と協力し北区の多職種連携をけん引している。
医師をはじめ専門職がここで学びたくなるマグネット診療所を目指して、この20年余、研修・教育に力を入ってきた。2002年東京医科歯科大学の医学部学生、2004年からは初期研修医を受け入れ、2006年から家庭医療レジデンシーの受け入れ、看護大学院生の受け入れ、2008年には研修活動をサポートする部門として研修センターを設置した。そして、2009年に在宅医療の専門医プログラムを開始。依頼ほぼ毎年在宅専門医を排出し、名実ともに在宅医を育成するN.O.Pプログラムと評価されている。ここで学んだ医師が全国にたぐはげの種のように広がり、別の地域で地域医療を支えていることは誇らしくある。
赴任した30年前はたった一つの診療所であった。地域に必要な事業や活動とともに作り上げてくれた多職種の仲間感謝する。そして、いつも新しい刺激を与えてくれる医師仲間感謝する。現場の課題を解決するための提案の多くを受け入れてくれた生協に感謝する。そして、自分を医師として育ててくれた地域の皆様に感謝する。
患者さんの中にこそ、地域の中にこそ最先端の医療がある。未来をつなぐ人々たち、曇りなき眼でしっかり見定めてほしい。

※文中「マグネット診療所」とは、患者・医師・看護師を磁石のように引きつけて離さない魅力ある医療機関という意

1992年 入職時

1993年 屋形船懇親会

1994年 西尾久班会

1995年 保健大学

1996年 健康まつり