

# いのち ほのお 生命の炎

●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 3-31-15  
電話 (03) 3911-3630

●編集：「生命の炎」編集委員会

生協の現況(2016年1月末日現在)  
組合員数=16,238名 出資金総額=558,633千円

http://www.fureaico-op.com

東京ふれあい医療生協 2016年 3月号 No.445

## 戦争法廃止署名 北区で横断的な組織が発足



「戦争法廃止を求める統一署名」運動を北区内で進める横断的な組織、「なくそう戦争法！総がかり行動北区実行委員会」が2月8日、北区で発足しました(上の写真)。



「戦争法廃止を求める統一署名」運動を北区内で進める横断的な組織、「なくそう戦争法！総がかり行動北区実行委員会」が2月8日、北区で発足しました(上の写真)。

### 地域住民向け講演会

地域にお住まいの皆さん向け講演会を開催

#### 『認知症と“とも”に生きる』

～自分と家族・ご近所の為に、いま私たちができること～

最近になり、新聞やテレビなどで認知症が話題にされることが多くなりました。

当生協でも、2015年9月東京都より、オレンジほっとクリニックが、北区で唯一の「地域連携型認知症疾患医療センター」の認可を受け、地域の認知症診療・ケアに力を入れております。今回の講演会では、オレンジほっとクリニックの地域での役割や、認知症予防・認知症ケアをテーマとして取り上げながら、『認知症と“とも”に生きる』という型ごとについて、皆さんと一緒に考えていければと思います。ご興味のある方は、ぜひご参加下さい。

日時：2016年3月26日(土) 14時～16時  
会場：北区昭和町区民センター  
定員：約80名(申し込み不要/参加費無料)  
主催・お問い合わせ：オレンジほっとクリニック  
小山・土肥(☎:03-6903-3061)



▲梶原診療所前での呼びかけ



▲ポスター

署名の方々

区内の様々な組織との共闘などを確認しました。当生協ではすでに署名運動を開始していますが、今後はこの組織と連携を取りながら積極的に運動を展開することになります。

当生協への署名提出先は最寄りの診療所および生協本部。提出締め切りは、4月10日です。なお、署名用紙は当生協のホームページからダウンロードできます。組合員の皆さんの協力を重ねてお願い致します。

### 2年越しの準備が実を結び 滝野川いよいよ支部結成へ

2014年8月30日、滝野川・西ヶ原地区では支部結成準備会を発足させ、活動に取り組んできました。

この地域では、機関紙の郵送世帯が多いことが課題の一つとなっており、まずは重点エリアを絞って、機関紙手配り100%を目指したいと思えます。住み慣れた地域で、自分らしい暮らしができるように、支部の活動を通じて地域の方々に生協を知っていただけるようにがんばっていきます。

つきましては、支部結成総会を下記の通りに行います。みなさまに激励いただければ、幸いに思いますので、よろしくお願ひします。

日時：2016年4月24日(日) 午後2時より  
会場：滝野川東ふれあい館 3階(都電滝野川1丁目 電停より徒歩3分)

医療福祉生協運動のさらなる発展めざし

### 2015年度 組合員活動交流集会

- とき 4月16日(土) 13:30～
- ところ 昭和町区民センター・1階ホール
- 記念講演 「医療福祉生協の健康作り活動」  
(医療福祉生協連健康づくり委員長・岡山医療生協理事)
- 先進的・特徴的な組合員活動の報告とそれに対する質疑
- 当生協の理念づくり(報告)

新しい年を迎えてすでに2カ月。七草・節分と過ぎました。毎年3月に思い出すのは、5年前の東日本大震災による地震と津波と原発事故です。発生当日、私たち役員は旧梶原診療所の2階事務室で打合せをしている時、激しい揺れを体験し合は打ち切りとなり、急いで自宅へ帰りました。留守番をしている犬の無事と家財などの様子を確認してテレビをつけると、地震と津波による災害の恐ろしさばかりが放送され、また、原発の恐ろしさを知り驚愕で心が苦しくなりました。5年たった今でも、機能不全に陥った当時の政治状況が頭をよぎります。また、復興予算(23・3兆円)の膨らみすぎなどの問題で、未だ復興が手問取っている現状に疑問を抱いていきます。そんな中で、原発再稼働の動きが加速しています。過去の問題として葬ってはいけないうか? それとも年齢のせいでしょうか? (水)

### コラム 器





# 支部主催・新春の集い

## 13箇所では500名が参加 各支部の様子を写真で紹介します。

(掲載は開催日時順)



1. 堀船2丁目支部 開催日:1月15日  
会場:ふれあいセンター 参加人数 30名



2. 西尾久4・5・6丁目支部 開催日:1月20日  
会場:尾久ふれあい館 参加人数 48名



3. 栄町支部 開催日:1月22日  
会場:ふれあいセンター 参加人数 20名



4. 堀船1丁目支部 開催日:1月23日  
会場:堀船1丁目町会会館 参加人数 22名



5. 梶原支部 開催日:1月23日  
会場:堀船3丁目町会会館 参加人数 23名



6. 堀船4丁目支部 開催日:1月23日  
会場:堀船4丁目団地集会所 参加人数 35名



7. 西尾久7・8丁目支部 開催日:1月23日  
会場:ふれあいセンター 参加人数 30名



8. 小台宮城支部 開催日:1月23日  
会場:江南区民事務所 参加人数 95名



9. 西尾久1・2・3丁目支部 開催日:1月27日  
会場:尾久ふれあい館 参加人数 40名



10. 上中里支部 開催日:1月30日  
会場:ふれあいセンター 参加人数 40名



11. 東尾久支部 開催日:2月3日  
会場:シルバー人材センター 参加人数 49名



12. 滝野川・西ヶ原準備支部 開催日:2月6日  
会場:滝野川東ふれあい館 参加人数 33名



13. 堀船集合住宅地区 開催日:2月6日  
会場:ふれあいセンター 参加人数 27名

いきました。  
出来ないうや、催し物に來られない方などに気軽に参加してもらおうか、これからの課題です。役員さんがいてこそ、支部が成り立っています。支部役員の皆さんにはとても感謝しています」と話していました。

西巻支部長は、「いろいろな活動に参加  
また、宮の前さくらサロンの開催や、尾久飲食業環境衛生同業組合事務所を借りての月1回のコープカフェ(荒川生協連絡会主催)の手伝いをしています。なお、コープカフェのお手伝いは東尾久支部と6回ずつ分担しています。

宮の前診療所を地域の人たちに知ってもらうために、近隣の住民や商店街協会のイベント(女子医大通り・宮の前わくわくコミュニティ)にも参加し、商店街の皆さんとの結びつきを強めています。

予防運動」など、地元の警察や消防署のお話しなども交えています。  
宮の前診療所を地域の人たちに知ってもらうために、近隣の住民や商店街協会のイベント(女子医大通り・宮の前わくわくコミュニティ)にも参加し、商店街の皆さんとの結びつきを強めています。

### 支部活動紹介-2 =西尾久1・2・3丁目支部=



西尾久1・2・3丁目支部(西巻幸子支部長、組合員数1,023名)は、小台通りに沿った地域にあります。支部結成は2013年、当時の西尾久支部が1・2・3丁目と4・5・6丁目の2つに分割され現在に至っています。

支部長、副支部長、会計、会計監査が各1名、運営委員10名で、毎月第1土曜日に支部会議を開き、年間活動計画に沿って話し合いをして様々な取り組みを決めています。担当理事は遠藤英夫さんです。運営委員さんの中には、院内ボランティアや、ウォーキング・編み物などのサークル活動、班会などで楽しく活動している人もいます。

支部としては年2回の機関紙配布者懇談会、勉強会、運営委員との月1回の食事を開催しています。勉強会は「オレオレ詐欺」や「火災予防運動」など、地元の警察や消防署のお話しなども交えています。

# 知って得する健康知識

158

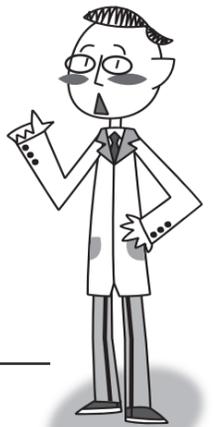
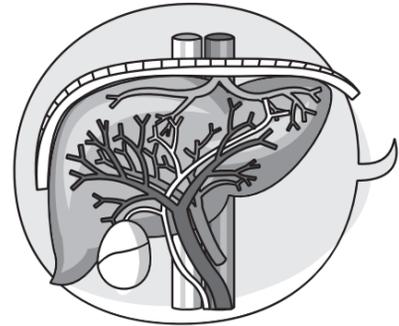
## 肝臓の働き

肝臓の働きは表に示すように、8つあります。したがって、肝臓を悪くすると、後述のような状態になり、症状として現れます。

## タンパク質合成

アルブミン合成が不良となり、低アルブミン血症になり浮腫みや腹水が出現します。これは、浸透圧という現象です。現実として、よく見かける現象としては、ナメクジに、塩をかけると、ナメクジが小さくなる現象です。

生体の膜の外側と内側で濃度が違うと、水分は、濃度が薄い方から濃い方に移動します。すなわち、外側の塩分濃度が濃いと水分はナメクジの内側から、かけられた塩分濃度の濃い外側に移動するため、ナメクジが小さくなります。この原理と同じで、血管内のタンパク濃度が低くなると血管内に、水分を保持できなくなり、血管の外に、水分が



# 肝臓 沈黙の臓器

梶原診療所 内科

神田光悦

## 肝臓の働き

- 1) タンパク質合成 アルブミン合成
- 2) 糖代謝 グリコーゲン⇒ブドウ糖合成
- 3) 脂質代謝 コレステロール合成
- 4) 解毒作用
- 5) ビタミン合成 ビタミンK合成
- 6) 胆汁合成 (ビリルビン・胆汁酸合成=消化酵素)
- 7) プロトロンビン (血液を凝固させる成分) 合成
- 8) 造血作用 (胎児期のみ)
- 9) その他

が合成されます。このようにして、血糖値が保たれています。このグリコーゲンから、ブドウ糖の代謝の経路には、肝臓から分泌されるインスリンの作用があります。後述します。

実は、人間にとって一番大切である脳細胞は、ブドウ糖しか栄養として利用できません。したがって、血中ブドウ糖(血糖値)が低くなると、脳細胞は生きていけなくなります。そのため、極端に低血糖になると、脳細胞は死んでしまい、脳死状態になります。

## ブドウ糖合成

肝臓では、エネルギーとして余ったブドウ糖、脂肪は、グリコーゲンとして蓄積されます。また、ブドウ糖が足らなくなった場合、グリコーゲンからブドウ糖

## 脳細胞とブドウ糖

以前テレビのCMで「脳細胞は、ブドウ糖をエネルギーにして、活動している」というのを見たことがありますが、基本的に脳糖をとらなくても、肝臓が

次回へ続く

# 在宅の窓

74

## 梶原診療所送迎ドライバー

私たち梶原診療所・デイサービス・訪問診療に携わる運転者は現在10名在籍しており、その日課の始まりは車両の清掃からです。患者・利用者の方々の送迎では、密室での会話、ドラマチックなものはありません。Aさん(女性)「実娘は義母と私の二人の面倒を見てくれていて、本当に有難い」。Bさん(女性)「90歳を過ぎ、これから一人どうしたら良いか」など、傾聴を通してこちらが試されることもあります。また、Cさん(女性)は花が好きとのことで、送迎の際には都電の線路沿いを低



(ドライバー 五明記)

# キッズ メディカル 50

## 「お休みロジャー」読みましたか？

今年も、毎月読んで頂きたい絵本を、待合室に置くことにしています。第1回は「おやすみロジャー」にしました。心理学・言語学者が、「子どもがなぜ眠くならないのか」を研究し、書き上げた本です。自然に眠くなるような指示が多数散りばめられています。



ある人は「寝かしつけるのに1時間以上かかりますが、この本を読んであげたら10分もしないうちにぐっすり、本の途中で寝てしまいました。」と話しています。一度読んでみてください。

福島原発事故から5年、チェルノブイリ原発事故から30年 脱原発社会をめざすために、みんなの力を結集しよう！

## 原発のない未来へ！ 3・26 全国大集会

つながろうフクシマ まもろういのち

in 代々木公園

日時:2016年3月26日(土) 11時30分~ (オープニングライブ) 12時30分~ (メインステージライブ・集会) 14時40分(3コースに分かれてデモ) 場所:代々木公園 (サッカー場・野外ステージ・ケヤキ並木)

## 当生協の集合場所

12時 JR王子駅(中央口改札)・JR田端駅(北口改札)の2か所 (東京ふれあい医療生協の旗・プラカードが目印)

※直接、会場へ行かれても、もちろん大丈夫です。 みんなで一緒に参加しましょう！



## お知らせ

住所や氏名・連絡先などの変更、組合員ご本人がお亡くなりになった場合は医療生協にご連絡ください

転居等の際に住所変更等のお届けがされない場合、生協からの機関紙などのお知らせを発信しても、長期にわたって届かないということが発生します。そして、一定期間(2年以上)医療生協との音信が途絶えた場合、医療生協はその組合員から「脱退の予告があったもの」とみなし定款第10条の2により、この事実を公告した後、事業年度末に「自由脱退」したものと

事務手続きを進めます。住所や氏名・連絡先などの変更、組合員ご本人がお亡くなりになった場合は、速やかに医療生協にご連絡くださるようお願いいたします。

生協本部 ☎03-3911-3630

