

いのち 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（2018年2月末日現在）
組合員数=17,029名 出資金総額=554.698千円

<http://www.fureaico-op.com>

2018 年 4月号 No.468



わくわくプロジェクト全体会

最高の医療生協をめざして 新五カ年計画案の 組織討議スタート

2018年度からスタートする五カ年計画づくりは、理事会で集中論議する従来の進め方から趣向を変えて、理事会と支部長をはじめとする、地域活動を担っている組合員、そして現場で働く職員を交えた総勢60名で構成するプロジェクト、その名も「わくわくプロジェクト」を昨年10月に立ち上げ進めました。

第1回全体会では理事長から、立案の意義と目的の理解、各プロジェクト推進のために必要なことを共有する上で講演がなされました。医療生協活動では3つの柱「健康づくり」「まちづくり」「組織づくり」、事業活動では5つの柱「医療・介護の質」「サービス」「人材（育成）」「財務」「成長」。この3つの柱と5つの柱がお互いに関連しあっていることを意識しながら、「最高の医療生協になる」「五カ年計画にするため、ビジョンと目標づくりを説かれました。

作業の進め方は、法人理念ふれあいクレドから「健康づくり」「まちづくり」「組織づくり」の3つのプロジェクトチームに分かれて進める事にしました。「組織づくり」「まちづくり」においては「組織のあり方」「働きやすさ改革」「人材確保と育成」の3部会に分かれて議論を進めてきました。

各プロジェクトチームの進捗状況を互いに共有する時間として計4回の全体会議を進めてきました。第54回総代会では「わくわくプロジェクトチーム」でまとめた骨子案から、新中期計画を提案させて頂きたいと思います。（専務理事 池田）

「健康づくりプロジェクト」

健康づくりチームは、ふれあいクレド、そして健康

の社会的決定要因（健康は周囲の環境や、社会条件に大きく左右される）という視点を大切に、議論を進めてきました。健康づくりを進めていくキーワードは、「食べる・動く・交わる・測る」です。あいうべ体操や、すこしお、ロコモ体操等の活動を広げ、人と交わることで、日々成果を測ることで健康づくりを進めます。また、健康づくりを進める上で大切なことは、担い手づくりです。「健康づくり倍増プラン」と題して、5年で担い手数を2倍にすることを目指します。そのために、健康づくりに関するアンケートを実施し、健康に関する意識調査を行います。健康づくり講座を見直し、担い手づくりに繋げていきます。健康づくり活動の入り口として、楽しみながら生協仲間づくりも進めていきます。身近でかかやすい事業所・生協活動・地域が「連携の“わ”」をつくり、健康な地域をつくるいきます。（梶原診療所医事課 山根）

「まちづくりプロジェクト」

「そもそもまちづくりとは何か」という議題から始まり、現状とその課題を整理しながら、「新五カ年計画」で、やるべき事を体系的に構成しながらまとめました。そして、まちづくりコンセプトを『元気で楽しく、独りぼっちにならない、させない（安心の）まちづくり』と掲げ、『まちづくりネットワークを皆さんと共に築いていく』ことを到達目標としました。そのためには以下の5つの視点が重要と考えました。

- ①日々の暮らしの中で、想いを寄せ合い、力を合わせる人と場がなければならない。
- ②声なき声を拾う仕組みをつくらなければならない。
- ③横のつながり（事業活動と生協活動）を強化し、ネットワークを張り巡らせなければならない。
- ④医療生協の強みを生かさなければならぬ。

⑤結果的に、普段からやっていて、自由で楽しくならなくてはならない。
みなさんの日々の小さな活動そのものがまちづくりです。ですので、日々の班・支部活動、さらには、日々の医療・介護の事業活動の中で、さまざまなアイデアを活かしながら、ふれあいの“わ”のもとに、まちづくりネットワークをつくりましょう。どうぞよろしく願いたします。（リハビリ部 溝口）

「組織づくり 生協基盤プロジェクト」

生協組織基盤づくりチームでは、「組織づくり」「幸せと健康を追求する基盤づくり」という認識に立ち議論してきました。生協がこれまで実践してきた保

健予防・介護予防・子育て支援・平和活動などの取り組みは、まさに人々の幸せと健康を追求する取り組みでありましたが、今後はこれらの取り組みに付加価値を加え、さらに子ども、現役世代、高齢期世代のそれぞれに合わせたアプローチを行うことで、新たな活動の担い手づくりにつなげることを基本コンセプトとしました。

各支部においては、高齢化と担い手不足という大きな課題を抱えています。健康づくりやまちづくりの活動を担う人づくりが喫緊の課題としてあります。担い手づくりにおいて、肝要なことは「ひとりひとりが主役」であることだと思いま

東京ふれあい医療生活協同組合の基本理念

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

ふれあいクレド(信条)

健康づくり

ひとりひとりが主役となり、いきいきと生きられるように、健康づくりをします。
そのために身近で相談しやすい医療・介護・福祉事業および生協活動が、連携の“わ”をつくり、最期まで地域で自分らしく生活できるようにします。

まちづくり

ひとりひとりが主役となり、地域社会で暮らせるように、平和で安心できるまちづくりをします。
そのために、人と人との“わ”を大切に、共に助け合い、支え合って、地域の問題に立ち向かいます。

組織づくり

ひとりひとりが主役となり、私たちの舞台である地域に貢献する組織づくりをします。
そのために、チームの“わ”を大切に、地域と協同します。健全な経営のもと、地域の要望に応えるため、常に自ら変革し、生協事業を継続・発展させていきます。

コラム 聴診器

今年の冬はひどい寒波だった。人に会うことに「今日は寒いですね、いつまでも寒いですがね」との会話が多かった気がした▼豪雪下の国道で千台を

超える車が立ち往生し、東京都心で氷点下4度の最低気温が観測された。オリンピックが始まった頃まで、そうしたニュースが溢れていた▼3月に入り低気圧が急速に発展し、関東地方は大荒れ、気温が17度にも上昇したのに、北海道では猛吹雪となり、気象庁が新五カ年計画案に基づき討議を

助の考え方を具現化するためには、この「ひとりのひとりが主役」は外すことができないフリーズで、時代が変わっても、対峙する課題が変わっても、みんなが主役であることを大切に、生協の組織づくりに取り組んでいきたいと思います。（組織部 目々澤）

「組織づくり 組織内部プロジェクト」

組織づくり（組織内部）チームでは、拡大を続けてきた東京ふれあい医療生協の事業組織内部で見られる様々な組織的課題について解決を図るべく、組織体制、働き方、人材の三つの視点から五カ年計画案の策定を行ってきました。

組織体制については組織図の再検討、本部機能の再検討、情報共有システムの開発、より滑らかな人事異動体制の構築が提案され、働き方については、長時間残業の改善、より利用しやすい育児休業・介護休業への変更、時差勤務の検討が提案されました。人材については階層別教育体制の構築、キャリアパスの制定、部署を跨いだ人材交流事業実施、院内学会の実施が提案されております。

これらの提案を今後5年間で推進するなかで、大局的視点を持った法人事業戦略立案機能の強化や、組織内交流の活発化、人材採用育成機能の充実を図り、職員一人ひとりが主役となって生き生きと働くことのできる法人になるよう取り組んでいきます。（訪問診療室 白瀬）

ふれあいファミリークリニック 創立5周年記念行事に約100名参加



2月10日、小台宮城支部 新春のついでに江南区民事務所で開催されました。今回は、ふれあいファミリークリニック創立5周年の記念も兼ねて行われ、当支部の組合員さんだけでなく、滝野川支部の組合員さんもお参加いただき、来賓・職員含め総勢100名弱程と賑やかな会になりました。



当生協顧問の本池先生の挨拶から始まり、続いて一石組織担当が乾杯の音頭を取り会がスタートしました。5周年を記念して、牛田事務長が動画を作りました。組合員さんの班活動を取材した様子や、マスコットキャラクターの鳥がクリニック内を紹介した映像、



職員のコメントなどが流れると会場内が大いに盛り上がりました。和気藹々と会は進み、組合員さんによる各班やサークルの踊りや歌を楽しみながらの会食となり、あっという間に時間が経ってしまうほどでした。

齋木院長からの挨拶では、5年間クリニックの歩みを共に支えてくださった組

合員さんへ感謝の気持ちが伝えられ、今後後も職員が一丸となって小台宮城地区の皆さんの健康を支えていく決意が伝えられました。

今後は10周年を目指し、組合員の皆さま・地域の方々に来てよかったと思えるクリニックを目指し、職員一同更なる努力をしていく所存です。

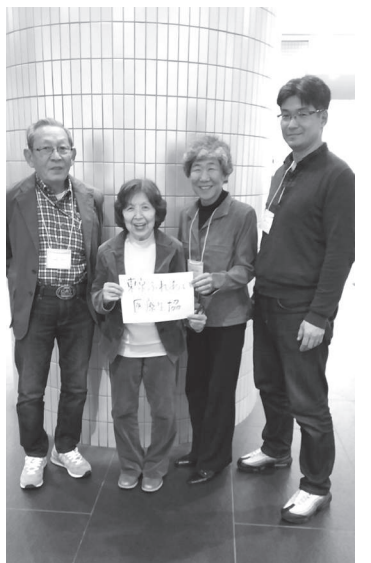


会の様子を映像にして、クリニックの待合室で流していますので、ご来院の際はぜひご覧頂けたらと思います。

これからもふれあいファミリークリニックをどうぞよろしくお願いいたします。

（医事 藤代）

医療福祉生協連「健康づくり学会」4名が参加



3月5日・6日の両日、埼玉県大宮で日本医療福祉生活協同組合連合会の11回「健康づくり学会」が開催され、私たち4名が参加しました。みんなつながれ、こころもからだも健康にのスローガンのもと、63生協、スタッフを含めると440名の参加となりました。

「健康長寿延伸のために、口の健康、社会参加、ロコモシンドロームの予防がいかんにか大切かを改めて学ぶことが出来ました。また、9つの分科会による110の演題発表がありました。

健康寿命を延ばすには、口の健康、社会参加、ロコモシンドロームの予防がいかんにか大切かを改めて学ぶことが出来ました。また、9つの分科会による110の演題発表がありました。

2日目は、①塩と上手な付き合い方 ②みんなに役立つ腰痛予防 ③食べる力の講演会がありました。腰痛の話は働く人にとっても、介護看護を受ける人にとっても、安全快適な状態を造る事が大切と思いました。

4年後の再開を確認し閉会となりました。

（組合員活動担当理事 石母田）

組合員作品コーナー ⑦



みついさんの作品
黒一点頑張っています。

絵手紙・手芸作品などを毎号交互に紹介していきます。
組合員さんの日頃の精進にご期待ください。

班・サークル活動紹介 ⑧



まほろば雀の会

男性が集う場を作ろうと、去年7月にマージャン班を結成しました。
認知症の予防も兼ねて、毎週水曜日の午後、ふれあいセンターで活動しています。
現在のメンバーは5名です。興味のある方は、生協本部・組織部にお問合せください。

「東京都生協連」組合員活動交流集会在開催される



3月10日、東京都生協連主催「組合員活動集会」が、中野区の東京都生協連会館にて開催され、都内11の医療生協、117名が参加。当生協から22名が参加しました。

第一部の分散会は、「四課題：仲間増やし、組合員訪問など」「社保、平和の取り組み」「健康づくりの取り組み」「子ども支援の取り組み」「たまり場の取り組み」の活動を共有しました。今年のスローガン「広がりはじめた生協のまちづくり」のとおり、生協内の活動に留まらず、地域に根ざした活動が数多く報告されました。

当生協からは、「子どもサポート活動」を山根職員、「子どもの居場所（かじわらの家）」を一石職員、「子ども食堂（みやまの家）」を赤松理事と丸山職員がそれぞれ報告しました。

第二部の記念講演は、本田宏氏（NPO法人医療制度研究会副理事長・元医師）を講師に迎えました。1時間の講演は、大変ユニークな語り口で笑いが絶えず、なおかつ、話の要点がまとめられており、あっという間に時間が過ぎてしまいました。憲法9条の改憲阻止と医療・介護など社会保障充実のためには、「信頼できる国づくり」が必要最低条件であること。また「国民第一の日本」を、子や孫の世代にバトンタッチするためには、どう行動すれば良いのかを皆で「考えて」一緒に声を挙げ続けて欲しいと語られて講演会は終了しました。

（理事 遠藤）

知って得する

小児科医・内科医 倉信 均

怖い子どもの便秘③

はじめに

第一回、二回と「怖い子どもの便秘」について述べてきました。少しは理解して頂いたと思うのですが、この便秘の話を読んで、色々疑問を感じたり、質問があるのではないかと思います。それに答えるかたちで問答をしていきたいと思っています。

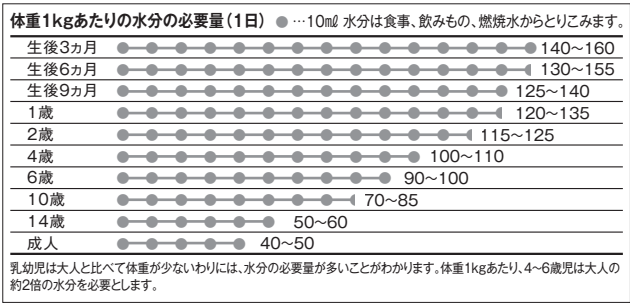
子どもの便秘 Q&A

①便秘の時は水分を多く摂ったほうが良いですか？

答え 乳幼児の1日の水分量を知っておくと良いでしょう。

便秘には色々な原因があります。水分が不足して便が硬くなり、便秘になることも考えられ、そういう意味では、便秘になった時水分を多く摂ることは理にかなっています。かといって、水分の摂り過ぎも問題があります。便秘の原因を探るとともに乳幼児の1日の水分量を知っておくと良いでしょう。

下図を参考にしてください。ただし、食事に含まれる水分量も含んでいます。



②綿棒で赤ちゃんの排便を促すことができますか？

答え 1つの方法として、綿棒を使うやり方もあります。

便秘になった場合、腸を刺激して排便を促すことが必要です。綿棒を肛門からくるくる回しながら挿入して、腸を刺激し排便を促すやり方があります。ただ、肛門を傷つける恐れがあるので1日3回以内に

どめた方が無難です。

また「綿棒で肛門を刺激するのは怖い」という方は、スポイトを買ってきて、冷水を肛門にピュッとかけてあげると、いわゆるウォシュレットの感覚で肛門反射がおき、排便が促される、という方法もあります。

③ベビーマッサージは赤ちゃんの便秘にもいいですか？

答え 腸の運動を促すことが出来ます。

おへそを中心に「の」の字を描くようにマッサージをすると、腸の運動を促すことが出来ます。オムツの交換の時にでもしてあげると良いでしょう。しかし、即効性はありません。お腹が張って痛がる時は、避けた方が良いでしょう。

④赤ちゃんの便秘が増えているようですが？

答え 色々な要因が重なっているのでは

最近便秘で受診される乳幼児が増えています。基本的には指導・治療により大半の方が治っていきます。しかし、一部、学童になっても治らない子どももいます。なぜ便秘の子どもが多くなっているのか、原因はハッキリしません。

やはり、大人の「遅寝遅起き」の生活習慣が子どもに影響しているとか、食生活が日本食から洋風に変化し、繊維質を摂らなくなったとか。乳幼児の時の決まった時間での排便ができなくなっているとか。色々な要因が重なっているものと思われます。また、排便は、自律神経によってコントロールされていますが、その発達が以前に比べて遅いのも原因かもしれません。

⑤2歳の子どもの便秘になり、病院を受診したところ下剤を処方されました。この年令から下剤を飲んで大丈夫ですか？

答え 下剤は最後の手段とを考えてください。

腹痛がひどくなり、苦痛で苦しみます。そういう時に一時的に浣腸したり、便を柔らかくするために下剤を服用します。

しかし、基本的に乳幼児に浣腸したり、下剤を服用させるのは身体によくありません。

⑥体質による便秘は治りますか？

答え 便秘になりにくい体質に変えていくことで克服します。

確かに、便秘しやすい体質はあります。しかし遺伝ではありません。その体質を克服するには、便秘しにくい体質に変えるしかありません。具体的には次の方法をためしてみてください。

(a)バランスのよい食事を摂る

バランスの良い食事を摂ることが基本ですが、さらに「便を柔らかくする食材」「腸の動きを整える食材」「便のカサを増やす食材」などを考えて摂取することが大切です。

(b)腸に刺激を与える運動

運動としては「前屈の態勢で行う運動」「腰を捻るような運動」「屈伸運動」などがよいでしょう。

(c)決まった時間にトイレに座る

朝食後(一番腸の動きが激しい)決まった時間にトイレに行くことで、条件反射が誘発され、排便につながります。

⑦幼児の場合、お菓子の食べ過ぎは便秘につながりますか？

答え 腸内細菌のバランスが崩れ、便秘になりやすくなります。

大腸の動きは腸内細菌によって大きく左右されます。腸内細菌が理想的なバランスで生息していなければ「いいうんち」もできず、出口にも移動できません。腸内細菌には、健康に良い働きをする善玉菌とそうでない悪玉菌があります。

善玉菌が優位であれば、腸内に酸がたくさん生成され、それが大腸の動きを活発にして、理想的な便をつくりだしてくれます。

お菓子、ジュースを摂り過ぎると栄養が偏り、また繊維質も摂れなくて、腸内細菌のバランスが崩れ、便秘になりやすくなります。

.....
まだまだ書きたいことはあるのですが紙面の都合もあり、この辺で終わりたいと思います。
詳しくもっと知りたい方は「乳幼児の便秘」倉信均、河野倫子(芽生え社)を読んで見て下さい。

キッズメディカル vol.68

「インフルエンザ大流行
～その判定は」

この記事を読まれる頃は、インフルエンザの流行は終息に向かっているでしょう。ただ、「どうしても知って頂きたい」と記事を書きました。最近、迅速キッドによりインフルエンザの判定が容易になりました。細い綿棒のようなもので鼻の奥をこすり、組織や分泌物を判定するやり方です。非常に簡便で行いやすい検査です。しかし、一定以上のウイルスの量がないと陰性と判定されます。

在宅の窓 Vol.95

今年度、医療・介護の同時改訂が行われます。予防訪問看護や訪問看護ステーションからのリハビリの単位数が下がることになりました。訪問看護は重度にならないと看てもらえないと思ってる方が多いのが現実です。

しかし、訪問看護は、悪くなる前に看護・リハビリが入ることで自分らしく生活できる事を支えるサービスです。当ステーションの利用者様も、訪問看護師、セラピストによるケアとリハビリによって、今もお独りで自分らしく暮らしている方がたくさんいます。好きなものを買いにコンビニまで行きたい。そんな願いも叶えられるように、最後まで自分らしく生きていくためのお手伝いをこれからもさせていただきます。

2017年度
理事会
から

2017年度
第9回理事会
開催日2月8日

▼【報告事項】
① 1月加入 36名増資
922千円 班会開催 1
月23日 ② 1月診療所外
来 102%・在宅数昨
年比 104% 訪問系延
数 117%

▼【協議検討事項】
① 12年度の経営状況経
常剰余 ▲116万円 ②
4/1常勤藤田医師・
宇藤医師採用人事 ③都
市計画道路2月2日土
壌汚染調査・用地買収
土地建物補償 ④ホルター
心電図購入

連載⑪ 「ふれあいクレド」があることが
当たり前になつてきましたか？
ふれあいクレド・チームより

「ふれあいクレド委員会」チームリーダーの渡辺章です。

2014年11月に「東京ふれあい医療生協理念策定プロジェクトチーム」が若手職員6名で結成されてから3年以上が経ちました。2017年2月には「ふれあいクレドチーム」に改称し、2017年6月には「ふれあいクレド委員会」に改称しました。法人の教育委員会やわくわくプロジェクト(次期5ヵ年計画)の事務局メンバーとしても活動しております。

「ふれあいクレド」を広める活動の1つとして、2017年4月から1年間にわたり、生命の炎への連載を行ってきました。当生協の組織理念として「ふれあいクレド」があることが当たり前になつてきたのでしょうか？

「ふれあいクレド」は2016年6月の総代会で承認されました。基本理念と3つのクレドから成り立っています。基本理念は、「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」です。自分が主役になって、自分ができる活動や仕事を地道に積み重ね、人と人とのふれあいの輪を広げながら、未来へつなげるまちを作っていく、そんな思いを込めています。繰り返し声に出して覚えて頂ければと思います。

普及活動の第1段階として、まずは、当生協に「ふれあいクレド」があること、をみなさんに知ってもらうことを目指しました。2018年6月の総代会で認知度のアンケートを取らせて頂く予定です。ご協力をよろしくお願いします。

普及活動の第2段階として、「ふれあいクレド」を生協活動や事業活動の中で利用することを目指しています。「ふれあいクレド」の3本柱は、健康づくり、まちづくり、組織づくりです。活動目標の項目を立てる際にぜひ使って頂ければと思います。

今後、最高の生協を作るために、さまざまな形で活動が続けていきます。ご協力、ご支援をよろしく願います。
(医師・渡辺章記)

健康づくり委員会

梶原地区

掲 示 板

●健康づくり委員会総会開催 ～地域の力を一つに～

日 時：4月19日(木) 午後2時～
内 容：2017年度の総括と2018年度の方針
場 所：ふれあいセンター ※どなたでも参加できます。

健康づくり委員会は、地域での健康に関する課題を明らかにし、地域住民と協同し健康づくりを推進し、明るいまちづくりを進めている委員会です。是非、お友達などお誘い合わせの上ご参加下さいますようお願い申し上げます。

お問い合わせ 03-3911-2005 組織部 一石

宮の前地区

●ふれあい粋、活き(いきいき)サロン「あつぶる会」健康チェック

日 時：4月12日(木) 午後1時30分～2時30分
場 所：あつぶる館(小台通り)

●西尾久東長寿会 健康チェック

日 時：4月18日(水) 午後1時～2時
場 所：西尾久東町会会館

●ふれあい粋、活き(いきいき)サロン さくらサロン宮の前

4月はお休みです。
日 時：5月16日(水) 午後2時～3時
場 所：宮の前診療所2階 さくらの部屋

利用委員会 掲示板

宮の前診療所



みなさん、こんにちは。宮の前診療所利用委員会です。

前回(29年11月)以降の虹の声は投書、委員からの声ともに0件でした。

診療所の設備、対応などに関してお気づきのことがあれば、何でも結構です。お気軽に声をお寄せください。

宮の前利用委員会では、平成30年2月14日院内ボランティア

意見交換会を行いました。職員含め22名の方が参加し、食事しながら意見交換しました。ボランティアさんからは「緑のエプロンの浸透力がすごい。診療所前を通行する方も送迎者への乗り降りの際に立ち止まってくれる」「玄関のドアが重く大変そうだったので手伝ってあげた」などの声がありました。職員からはなかなか目に付きにくい玄関の外の様子を配っていただけでいて職員としても安心です。患者さんからも緑のエプロン

ンをしたボランティアさんがいてありがたかったとの声も聞かれます。

当日はパワーアップミーティングで報告した「宮の前診療所の院内ボランティアの取り組み」を発表し、みんなで共有しました。改めて自分たちの活動を再認識でき、有意義な時間とすることができました。年に2回の意見交換会を引き続き行い、ボランティアさん同士、ボランティアさんと職員の交流を深めながら協力して院内ボランティアを進めていきたいと思っています。

院内ボランティアに興味のある方がいましたら、お気軽にお問い合わせください。

(事務長 北條)

受付

窓口から皆さんへ

春の暖かい日差しが気持ちのいい季節になりました。

ニュースなどでご存知の方もいると思いますが、地域包括ケアを推進させるため、かかりつけ医機能の強化を柱の一つとした診療報酬改訂が行われました。診療報酬とは診察や検査などの個々の診療行為に対して定められている価格のことを言います。厚生労働省で定められた点数にもとづいて計算をし、その一部負担を患者様から会計としていただいています。

そのため、4月から会計が今までと同じ内容であっても変わることもあります。が、ご理解のほどよろしくお願い致します。

診療報酬の算定のルールは複雑であるため、わかりにくい事も多いかと思えます。疑問に思うことがあれば、受付までお気軽にお尋ね下さい。

(宮の前診療所 北條)

2017年度 支部総会日程

支 部 名	開 催 日	時 間	会 場
堀船1丁目支部	2018年4月12日(木)	13時30分	堀船1丁目町会会館
堀船2丁目支部	2018年4月5日(木)	13時	堀船ふれあい館
梶原(堀船3丁目)支部	2018年4月20日(金)	17時	堀船3丁目町会会館
堀船4丁目支部	2018年4月14日(土)	13時	団地集会所
堀船集合住宅支部	2018年4月16日(月)	10時	ふれあいセンター
上中里支部	2018年4月20日(金)	12時30分	ふれあいセンターAB
栄町支部	2018年4月20日(金)	14時	不二ハイツ1階
飛鳥山支部	2018年4月21日(土)	13時30分	滝野川東ふれあい館
西尾久1・2・3丁目支部	2018年4月24日(火)	10時	さくらの部屋
西尾久4・5・6丁目支部	2018年4月24日(火)	14時	さくらの部屋
西尾久7・8丁目支部	2018年4月20日(金)	14時	西尾久7丁目南町会会館
東尾久支部	2018年4月20日(金)	10時	さくらの部屋
小台宮城支部	2018年4月13日(金)	14時	ファミリーセンター

第54回 通常総代会の お知らせ

東京ふれあい医療生活協同組合
第54回通常総代会を下記のとおり
開催いたします。

記

日時 2018年6月24日(日)
会場 北とびあ飛鳥ホール

詳細については、次月号で
ご案内いたします。

送迎・往診ドライバー募集

勤務場所	(北区堀船3丁目) 梶原診療所 梶原診療所デイサービス
就業時間	① 9:00～17:00 ② 9:00～12:30 ③ 13:30～17:00 (②③休憩なし)
資 格	普通自動車運転免許
時 給	1,000円

■勤務日・勤務時間は相談に応じます
■土曜日勤務可能な方大歓迎
※詳細は下記までお問い合わせください。

東京ふれあい医療生活協同組合
北区堀船3-30-16 生協本部
担当 天沼 ☎03-3911-3684