

●日本国憲法より●
第13条 すべて国民は、個人として尊重される。生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しない限り、立法その他の国政の上で、最大の尊重を必要とする。
第25条 すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。国は、すべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。



第677号

発行所
 弘前市大字野田2丁目2の1
津軽保健生活協同組合
 発行責任者 三浦良成
 電話 0172-33-7515
 ホームページ <http://www.kensei-hp.jp>
 Eメール kenkou@r66.7-dj.com
 印刷所 やまと印刷株式会社
 ©組合員の購読料は出資金に含まれます

主な記事

2・3面 新春座談会

4面 各事業所からごあいさつ

8面 虹 ショートステイの紹介



©SAKAMOTO TAKASHI

2019年 謹賀新年



質量ともに
 大きな前進



理事長
安田 肇

新年明けましておめでとうございます。

健生病院、健生クリニックが扇町に移転して1年3カ月が経過します。新しい環境での医療活動は手探り状態からの立ち上げでしたが、地域の生協組合員のご支援と全職員の奮闘により、新しい病院クリニックは予想以上に順調なスタートをきることができました。

患者動向では、外来、入院そして健診活動ともに、旧病院と比べて、より多くの方々に利用いただくことができました。旧病院では施設的な制約が大きかった手術や内視鏡、分娩、救急、集中治療分野など、ほとんどの領域で質量ともに大きな前進が見られました。今後も健生病院、健生クリニックの医療内容を、向上させられるよう、真摯にとりくんでまいりたいと思います。

法人としては、大きな借入金をかかえ、新しい病院、クリニックの医療活動を軌道に乗せることが最優先課題です。しかし、同時に、地域で大きな役割を果たしている健生クリニック以外の3診療所の今後のあり方を、医師体制の強化も含めて検討することが、ここ数年以内の重要課題であると認識しています。

更に、その先の、藤代健生病院の10年以内での建て替えを見据えて、精神科医療活動を強化していく必要があります。これらの課題について、着実に方針を立て、実践していきたいと考えています。

これからの法人の医療介護活動を実りあるものにするために、今後とも、組合員の皆様のご支援をたまわりますようお願い申し上げます。





2019年 新春座談会

地域全体の健康に貢献します

司会

田中 研 常務理事

出席者

健生病院 伊藤 真弘 院長 健生病院 寺島 由美 総看護長
健生クリニック 飯田 寿徳 所長 健生病院 泉谷 雅人 事務局長

この1年を振り返って

田中 新健生病院・クリニックが開院して1年3カ月が経過し、2度目の新年を迎えました。この間を振り返って率直な感想をお願いします。

伊藤 最初の半年は、まずは引越しです(笑)。医療活動を軌道に乗せるとい期間でした。4月以降は診療報酬の改定を受け

て、病院がどういふうに変わっていくのか手探りで進めてきました。課題も明らかになりつつあります、この間の到達も明らかになりました。

飯田 クリニックは、整形外科と小児科が病院に戻り、外来としては内科と精神科、泌尿器科、リハビリ、訪問診療と少しスリム化

したんです。実はいまの健生病院の位置は中弘南黒の中心でして、特に近くなった南黒地区の平川市・黒石市からの新患の方が大幅に増えています。そのため、日々新患の対応に追われているのがクリニックの現状ですね。

泉谷 4月に事務局長になりましたが、これまで怒涛の毎日でした。地域の情勢が目まぐるしく変わり、今後の地域医療構想のなかで健生病院がどのような役割を果たすべきなのか、また病院事務局は何をすべきなのかを模索する中で、少しずつその役割が明らかになってきた1年だったと思います。

寺島 病棟編成の変更もあり、新しい枠組みで職場の看護チーム

地域のニーズにどう応えるか

伊藤 地域のなかで、医療を取り巻く情勢が大きく変わりつつあります。中核病院構想が動き始め、2022年の開院に向けて準備が進んでいます。健生病院は、中核病院とともにこの地域の2次医療をきちんと担っていくという役割が求められています。健生病院では今、入退院患者数が毎月1000人を超えています。去年の

を作りあげていく時期でした。若い新しい人たちを育てあげていくと思いが描いていましたが、まもなく外来も増え、入院患者も増え、手術件数も増え、内視鏡検査も増え、どこも部署も目の前の業務をこなすことが一杯の状況になりました。この状況を何とか整理してやりくりしていこうと、日々努力してきた1年でした。

田中 本間に、あつという間に時間が過ぎるとい1年だったと思います。新しい病院では、例えば緩和ケア病棟の開設などもあり、新しい医療活動も始められました。

これまでの医療活動の到達点とこのころはどうでしょう。

今頃は9000人弱でした。結果的に在院日数は短くなり、入院患者数は15%くらい増えています。今後、より急性期にシフトした医療活動をしないといけないということ、地域の医療ニーズに応える点でも、経営的な課題をクリアする点でも必要なことと考えています。一方で亜急性期・慢性期の患者さんへのような対応ができるのかと言えば、健生病院だけではなかなか難しく地域の医療機関との連携が必要です。また、医療活動がより急性期へシフトする中でスタッフ、医師への労働の負荷が強くなっています。

で、今後改善が必要です。

緩和ケア病棟は14床の小さな病棟です。市内では初めての緩和ケア病棟ということもあり、大病院、国立病院を中心に、市内からの紹介患者さんが7割くらいを占めています。稼働率は9割を超え、相談外来は週に5、6件と大きなニーズがあります。

飯田 クリニックの医療は、機能的には健生病院の外来部門といえます。病院の外来機能として複合的な病態を持った患者さんが多く来ます。また最近では健診精査が多いですね。掛かりやすさと総合的な診断ができるということから受診者が増えているのが現状だと思います。いま内科の診察室は10室あるのですが、患者さんがあふれていて、スペースからもはや限界です。リハビリ部門も定員が埋まっていてこれ以上は増やせないとどこまでできています。もう一棟建てていくくらい需要があります(笑)。

クリニックとして伸ばせるのは、外に出る部門で、在宅医療・訪問リハビリの分野です。現在、

病院看護の役割

寺島 地域の中での健生病院の機能・立ち位置が変わってきています。地域包括ケアが重視される

医療のなかで、病院における看護の役割は何かと考えると、急性期病院の看護師としては、本当に具



訪問診療の管理件数は190件弱で、今年度末までに200件に到達したいと思っています。在宅分野の専門研修に出ている医師が4月には戻って来ますし、その他の医師にも訪問診療に参加してもらっています。さらに訪問診療の枠を拡げ、地域の高齢者への目配りをして、将来的には300件を目標として地域医療に貢献していきたいと思っています。

田中 開設以来、看護の現場が大変な状況だと聞いていますが、看護部として特に重視してきたことなどについて…。

合の悪い短期間だけ病院にいる患者さんに、入院のきっかけとなった「苦痛からの早期回復」をポイントに、病気を早く直す過程に関わって支援していかないとはいけません、と考えて、やってきました。その



伊藤 真弘



寺島 由美

ため今年度「看護部の理念」を一部改訂しました。「命と生活にやさしく寄り添い、在宅や施設になく介護・看護を目指します」と、早く回復していただいで次の病院や介護にバトンタッチしていく看護をしていこうということをキーワードにしました。また、津軽保健生協全体では、在宅支援も一定のウエイトを占めていて、地域の中での認知度もあります。将来的に在宅をも担えるような看護師を育成していきたい、と若い看護師に話をして頑張っています。

田中 経営的な面についてはどうでしょうか。

泉谷 新築移転により、これまで

失敗する訳にいかない事業

田中 新築移転事業は、約100億円の投資をしております。ほぼ自己資金がままに、設備、建物の老朽化もあり、実施せざるを得なかったという状況ですが、法人の事業収益の6割以上は健生病院・健生クリニックが弾きだしているところから言えば、この事業は失敗する訳にはいかない事業です。そのなかで、非常に順調に推移しているのは喜ばしい

ことで、先程病院の立ち位置というお話がありました。中核病院構想が段々明らかになって来つつあるというなかで、急性期の病院としての健生病院と外来部門としてのクリニックが、どのようなポジションを追求すべきなのか、コメントをいただきたい。

伊藤 地域のニーズの点では、急性期の医療機関として内容的に

で通院されていた方の足が遠のくこともなく、新規の方が増え続けています。組合員さんの強力な支援のたまものです。病床稼働も高く推移しており、結果として収益も伸びています。移転前と比較すると1割強の増収になっております。昨年4月の診療報酬の改訂がプラスに作用していることもありますが、地域の多くの方が健生病院を選んでいただき、頼りにしていただいているからだ認識しています。また特筆されるのが保健予防活動です。新築移転と同時に「健診プロジェクト」を立ち上げ、1日10件の健診を増やす取り組みをし、多くの企業や個人の方に健診を受けて頂くことができました。多くのスタッフ、医師の奮闘により、経営面では予算を大幅に上回る事ができました。

も量的にも質的にもふさわしい医療活動が求められています。中核病院ができていくなかで、健生病院としては、もともと救急からリハビリまで、と言うように急性期から回復期まで念頭においた医療活動の領域を持っています。また外来でも慢性疾患管理というところで各科にまたがる形でやってきていますけれども、すべての分野が健生病院とクリニックでカバーできるというようにはなりません。サテライトの診療所の機能とか、地域の開業医の先生方との連携のなかで、全体として地域のニーズに添えていく。そのなかで、健生病院の要求されている役割をより強く、より深く発揮していくことが、今後の健生病院の立ち位置として必要となるでしょう。



飯田 寿徳

飯田 病院機能は急性期にシフトするとしても、クリニックは「かかりやすさ」を大切にし、地域のニーズに添えていきたいと考えています。そうは言っても何でも抱えきれものではありませんから、一部の慢性疾患で落ち着いている方は近隣の診療所に紹介するなどして、クリニックとして担わなければいけない医療をきちんと明らかにし、組合員の方々に理解していただいたうえで、診療の

も含めて、地域全体の健康にどのように貢献できるのか、公正な医療をどのように展開できるのか、そのひとつの拠点になっていくということは、歴史的にもまた現代社会においても健生病院に求めら

最近ではアメリカの内科学会ですえ、医療の質を大きく左右する重要な要素として、「公正さ・正義・ジャスティス」ということが謳われるようになってきています。私たちは地域に出るといこと

地域とともに発展していく

れている役割だと思えます。そういう医療活動をしていきたいです。

飯田 この地域に高齢者世帯と

か単身世帯などがますます増えていき、いわゆる「おひとりさま」が増えていきます。認知症の問題もすごく大きい。経済的な問題も含めて、病院に來れない人を病院にどう掛かれるようにするか、高齢者社会の進行に伴い、それを支えるためのうまい仕組みを作れないか。実際、私たちも含めて地域の実情、高齢者の実態を分かっている部分も多いです。地域を理解し、地域に介入できる職員を育てたい。それらを踏まえたうえで医療活動をしたと考えています。

て、中核病院とも力を合わせながら、全体としてマンパワーを互いに支援しながらやっていくことが必要です。



泉谷 雅人

課題を日々しっかりやっていくということ。新病院建設の借入金が多にあるなかで必要利益を確保し続けていくことは簡単ではありません。健生病院が存続し続けるためにも経営課題には挑戦し続けていきます。また、生協の病院として、医療活動の場としてだけでなく組合員さんとの交流、地域貢献活動ができる場としていきたいと思っています。

寺島 みなさん話されたように、地域のなかの病院であることとして培ってきたものです。先程の理念を実現するような活動として、いつも掲げていて実現しないんですが(笑)、新年度こそは看護集団を「地域の訪問活動」に出していきたい。いま看護集団の平均年齢が若返っています。若い看護集団をこれからの津軽保健生協や民医連、健生病院を支えていく人々として、育てていきたいと思っています。

田中 これからも大変な状況は続きますが、私たちの運動の力強い継続を願って、しっかり活動していきたいでしょう。



田中 研



協同の取り組みを

藤代健生病院 院長 関谷 修

あけましておめでとうございます。

昨年、日本社会でも、国際社会においても様々な出来事がありました。中でも、他人への寛容さの減少、つまり排除の傾向、そして問答無用の強さを志向するような暴力的な傾向が際立って来たように感じます。

現在、私は「治安維持法と精神疾患」をテーマに調査を続けていますが、昨今の社会情勢は治安維持法の苛烈な歴史を通して見ると実に深く理解できます。どれだけ装いを凝らしたところで、権力の本音はいつの時代でも同じです。そして、権力に蹂躪された人々の悲劇は繰り返し生み出されています。

こういった時代において、私たちが取れるたった一つの手段が協同の取り組みです。組合員のみなさんと一緒に手を取り合い、一緒に目標に向かって力を合わせる。こういった経験を今年もさらに積み重ねて行きたいと心から願っております。どうぞ、よろしくお願いいたします。

ごあいさつ
2019

津軽保健生協の 全職員を代表して



希望の年にしましょう

津軽医院 院長 石森 伸二

2019年の新しい年を迎えます。

安倍首相は今年を憲法を変える年にしようとしています。首相はこれまで、みっともない憲法だとか酷い言葉を投げつけています。最近では政治家が理想の国家像を示すのが憲法だ、この議論に参加しない政治家は職場放棄だと言っています。

しかし憲法は政治家の理想の国家像を示すものではありません。一人ひとりの個人の尊厳を守り、そのために国家権力を制限するのが憲法であることを、全く理解できず無視しています。

もう一つ盛んに言っているのは9条に自衛隊を明記し、自衛隊員に誇りを持ってもらうと言っています。しかし、これは心の中の問題です。心の問題を理由にするのは最悪です。心の強制に繋がります。

9条に自衛隊を明記しても変わらないと言っているのも大うそです。国内外に「これから日本は自衛戦争をする国になります」という宣言になります。国民は「兵役の義務」を負います。憲法上の歯止めはなくなります。

この憲法改悪を打ち破り、希望の年にしましょう。みなさん、よろしくお願いいたします。



組合員さんの協力があればこそ

健生五所川原診療所 所長 津川 信彦

新年あけましておめでとうございます。

開設以来当診療所は「誰もが健康で安心して暮らせるまちづくりする診療所でありたい」を掲げ、地域医療を進めてまいりました。

昨年は西北五地域における保健所や自治体との連携協力が、在宅医療・介護連携推進事業や認知症初期集中支援推進事業で大きく進展した年になりました。20年前になりますが、私は当時の理事長より所長の任を拝命して以来、どうかやっとその責務を無事果たすことができた思いです。

今の時代だからこそ、基本に忠実であり、組合員さんの声に耳を傾けることが私たちの使命だと思っております。「健やか力推進クリニック宣言」という私たちの夢は、組合員さんの協力があればこそ実現するものと信じております。新しい年が更に良い年になるよう祈念致しまして、私の新年のあいさつとさせていただきます。



南黒全体の健康水準を高めたい

健生黒石診療所 所長 坂戸慶一郎

新年あけましておめでとうございます。

健生黒石診療所では日常の外来診療・在宅診療だけでなく、南黒地域全体の健康水準を高めたいという思いのもと、日頃スタッフ一丸となり診療を行っております。

2018年は診療所の駐車場と花壇の修繕を行いました。駐車場は白線を引き直し出入り口の段差を無くし、快適に駐車をすることができるようになりました。黒石支部ボランティア白鳥の会の皆様に花々の手入れをしていただいている花壇は、恐らく花壇建設後初めての補修と土の入れ替えを行い、2019年からより一層素晴らしい花壇になるかと思われま。黒石支部以外の組合員の皆様も健生黒石診療所へお越しの際は是非御覧下さい。

本年もどうぞ宜しくお願い致します。



「断らない介護」の実践

健生介護センター 虹 施設長 小野富士子

新年あけましておめでとうございます。

当施設は、4つの事業を行っております。自宅へ迎えに行き、虹で入浴や食事、レクリエーションなどができる「デイサービス」、自宅で介護されているが一時的に宿泊して介護が受けられる「ショートステイ」、認知症の方の生活をお手伝いさせていただく「グループホーム」、介護保険制度の利用に欠かせないケアマネがいる「居宅介護事業所」です。

国の政策では介護保険制度の見直しをして、利用を困難にしました。それによって全国の介護事業所は厳しい経営を強いられています。当事業所も存続の為に、経営見直し、業務改善など本部の経営方針のもと取り組んでおります。そして、全職員が「断らない介護」の実践、介護の質向上に努め個別の介護援助をめざして頑張っております。

医療処置が必要な方、認知症のある方、介護度の重い方などもお受けしておりますので、是非ご相談ください。お待ちしております。



24時間365日対応

健生訪問看護ステーション たまち 統括所長 田中 由紀

新年あけましておめでとうございます。

「健生訪問看護ステーションたまち」は昨年9月末に、津軽保健生協会館3階に引っ越しをしました。隣には「健生ヘルパーセンター かけはし」があり、どちらも在宅生活を支援している事業所です。

訪問看護たまちは、かかりつけ医の指示書に基づき、看護師が定期的にご自宅に伺い、生活や療養に必要な医療処置や看護サービスを提供します。弘前市唯一の機能強化型事業所として24時間365日対応をしています。

支所が2カ所(弘前市藤代と黒石市ちとせ)あり、中弘南黒を広範囲に訪問しています。

また、たまちでは居宅支援業務も行っており、介護支援専門員がケアプラン作成や介護相談などにも関わっています。

かけはしでは、ヘルパーが自宅に訪問し、身体介護や生活援助などを行っています。

今年度も看護師やヘルパーの訪問で、皆様の健康や住み慣れたご自宅での安心な生活をお手伝いしますので、どうぞよろしくお願いいたします。

津軽保健生協会館に展示

11/5

秋田豊氏から絵画寄贈される



長らく中学校教師を務めてきた秋田氏は、野球部の監督もしながら、美術教育に心血を注いできました。

菅町町会長も務めている秋田氏は「旧健生病院感謝の集い」に招かれた際、地域住民を大切にする津軽保健生協へ貢献したいとの念を抱きました。棟方寅雄氏の絵画が旧健生病院に飾られているのを見ていたが、自身も新病院開院を祝って、油絵を寄贈することを思いつき、半年をかけて制作したという、入魂の

大作「室内静物」を寄贈してくださいました。

11月5日の理事会で受贈式が行われました。秋田氏は、恩師嶋海健次郎氏や棟方寅雄氏など地元の優れた先人美術家を引き合いに出しながらあいさつを述べ、健生病院の発展を祝いました。

氏は現在、大潮会弘前支部長、弘前美術作家連盟などの要職を務めるほか、「ヨークカルチャーセンター弘前」で絵の指導をしています。



11月13日は下町支部が担当

「母ちゃん食堂」は組合員さんたちのご協力があってこそその取り組みです。お料理を作っていたのは勿論、お米、野菜の提供も大変助かっています。本当にありがとうございます。

弘前大学医学部の学生さん達向けに始めた「母ちゃん食堂」の取り組みは2015年4月からスタートし3年が経過しました。当初月2回の開催でしたが、年々回数を増やし、今年度4月からは週2回月曜日と水曜日開催し、

多いときは25名、平均すると16〜17人の医学生が訪れてくれます。普段はコンビニ弁当や外食が多くどうしても偏った食事になりがちな学生さん達に、栄養満点、野菜たっぷりの家庭的な味を食べていただこうというコンセプトで始めたのが「母ちゃん食堂」です。そして何より医学生さんと組合員さん、私たちが知り合おうきっかけとなっています。

お料理の提供だけではなく、津川武一先生の思いや、班会での学習や予防医療の取り組みなどを学生さんに語っていただき、医療生協活動、民医連の医療活動を知って

引き続き、ご支援ご協力をお願い致します。
（青森民医連 医師医学生室 伊藤しのぶ）

「美味しい！」笑顔とこの一言が私たちの励みです。

あつてこそその取り組みです。お料理を作っていたのは勿論、お米、野菜の提供も大変助かっています。本当にありがとうございます。

「平和、貧困、SDH（健康の社会的決定要因）、緩和ケアなど」に参加しています。

医師不足は深刻です。全職員・全組合員が力を合わせて、将来青森で民医連医療を担ってくれる医師、地域医療に力を尽くしてくれる医師を確保することが必要です。医学生とともに学び、育ち合ひましよう。

「母ちゃん食堂」大盛況!

医師確保の取り組み

すくすくエンジェル

4カ月健診のあかちゃんたちです



大鶴 千春さん・艾慈ちゃん
おねえちゃんたちと仲良くね♡



福田 優さん・楓菜ちゃん
たくさん笑ってね♡



山谷 真衣さん・直音統ちゃん
元気いっぱい大きくなってね!!



一戸未来さん・七花ちゃん
明るく元気な子になってね!



工藤 歩さん・祐翔ちゃん
祐翔が元気でいられますように



佐藤 和樹さん・莉乃ちゃん
健康で丈夫に育ってね!



成田 幸加さん・陽翔ちゃん
たくましく優しい子になってね。



藤出 裕呼さん・航生ちゃん
元気に育ってね♡



小村由莉香さん・直樹ちゃん
大きいたくましく育ってね!



坂本 恵美さん・翔汰朗ちゃん
元気に育ってね♡



佐藤 春奈さん・のどかちゃん
おねえちゃんと仲良く楽しく育ってね



大巻 真純さん・仁奈ちゃん
大きく育ってね。



三上 沙貴さん・来蓮ちゃん
家族一緒においしくごはん食べようね



木村美沙子さん・洗南ちゃん
元気に育ってね



三宅 未来さん・蓮ちゃん
すくすく育ってね♡



松岡 知里さん・美央ちゃん
家族みんなで仲良く暮らそうね!!



内城 聡子さん・柚葉ちゃん
元気にすくすく育ってくれてありがとう♡



山口みずほさん・蓮斗ちゃん
元気に大きくなってね!!



一戸 美里さん・和依里ちゃん
元気に育ってね♡



信田美紗子さん・悠成ちゃん
元気に育ってね!



工藤 由珠さん・蒼斗ちゃん
元気に育って下さい。



石田有希恵さん・都晃ちゃん
元気に育って下さい



石岡 美香さん・来夏ちゃん
お姉ちゃんたちと仲よく元気に大きくなってね♡



館山 樹里さん・さきちゃん
元気に大きく♡



泉谷はる香さん・咲月ちゃん
元気に大きくなってね



木村 里美さん・芽衣ちゃん
元気にすくすく育ってね!
大好き♡



石岡 礼奈さん・弥久莉ちゃん
元気に育ってね!!



大川みことさん・妃茉莉ちゃん
大きく育ってね!



七戸 慈子さん・煌大ちゃん
元気に大きく育ってくれたらうれしいです



山本 由姫さん・俐紅ちゃん
元気に大きくなってね!!



秋元 裕紀さん・もも華ちゃん
産まれてきてくれてありがとう



岩谷絵梨香さん・幸樹ちゃん
元気に育ってね。

四中りんご支部

11/28

初めまして、美欧羅班です

四中りんご支部に「美欧羅(ビオラ)班」が誕生しました。

9月のお試し班会を経て、11月28日、11人中9人の参加で班会を行いました。会場は清水交流センターで、ほとんどの方が近くに住まいです。班長は、自称「やりたがり」の阿保さんに決まりました。阿保さんは「清水交流センターに泊まったらどうですか?」と言われるほどの利用者が愛好者。この度も太

「わたなのいきいき体操」と決めました。来春の班レクが楽しみです。

極拳や3B体操のお仲間を美欧羅班に誘ってくださいました。全員のにぎやかな自己紹介に続いて今後の班会メニューについて話し合いました。「班レクで八食センターに行きたい!」と声があがりました。「今年度中に3回班会をやればいいの!」と第1火曜日を設定。1月は「みそ汁塩分測定」と「わたなのいきいき体操」、2月は「尿チェック」と「貧血チェック」と

(理事・武田しき)



困ったときは組合員の中へ ——歴史に学ぶ生協学校開催!

2018年度生協学校が、10月25日、津軽保健生協ホールで開かれ、42人が参加しました。

「歴史に学び一緒に考えよう」をテーマに、DVD「津軽に生きる」

の上映、講演は草創期の津軽保健生協に28歳で入職した津川文義(津軽保健生協名誉役員)さんです。90歳

とは思えぬ力のこもったお話でした。

「当時津川診療所に来られる患者さんのほとんどが結核。ストレプトマイシン注射一本が1

い状況の連続。それを打開したのが医療生協構想だった。「医療を民衆の手に」に詳しいことが書かれているので読んでほしい。」と述べました。さらに、「医者が偉いという世の中で津川先生が1952年に生協を設立。患者が増え斎吉旅館に移った時には90床に。津軽各地に移動診療・往診などで津川先生には休みはなかったと思う。職員もみんな、患者のために一生懸命であった。しかし経営は2000万の赤字、家計が苦しい順に月給が支払われた。ようやく銀行から1000万円借りることができて助かった。出資金を募り組合員を増やしていった。みなさんとともに

万円の代官町の薬局から借入金して治療。患者さんが支払えない場合もあり、苦しい

内科からの紙風船

64



核戦争に勝者はありません

理事長 安田 肇

2018年6月14日発行のニューイングランド医学雑誌に「2017年ノーベル平和賞と世界終末時計 核兵器の廃絶が われわれの滅亡か」という論文が掲載されました。昨年度のノーベル賞に関する話題ですが、内容を紹介させていただきます。

アメリカの科学誌「原子力科学者会報」の表紙を飾っている世界終末時計が、真夜中まであと2分の時刻まで進みました。アメリカとソビエトが立て続けに水爆の実験を行い、東西冷戦が極期に達した1953年と同一時刻です。ベルリンの壁が崩壊し、冷戦が終結した1991年の、真夜中まであと17分と比較するとはるかに厳しい状況にあります。

こうした中、2017年度のノーベル平和賞に、同年7月の国連での核兵器禁止条約の成立に貢献した核兵器廃絶国際キャンペーンICANが授与されたことは大変意義があることだと述べています。ICANは核戦争防止国際医師会議IPPNWを母体に、2007年、オーストラリアで発足し、世界的な活動を展開しています。核兵器の悲惨さを一番知っているのは医療者であり、IPPNWも核兵器反対の取り組みには大きな役割を果たし、1985年にノーベル平和賞が授与されました。

核戦争に勝者はありません。限定的な核戦争がおり、現在、世界の核保有国が保有している原爆の1%

が使われたとしても(とはいっても、広島型原爆100発分に相当しますが)、直接、戦争に関与しない国も大きな打撃を受けることが分かっています。原爆によって発生する何百万トンの煤煙によって世界的な寒冷化、乾燥化が数十年にもわたって続き、農業が壊滅的な打撃を受け、アジアとアフリカを中心に20億人以上の餓死者が生まれると推測されています。

核兵器の発射については、その予防対策が極めて脆弱で、ヒューマンエラーや、サイバー攻撃によって意図しない形で核戦争が起こる可能性があることも指摘されています。

ICANは世界100カ国以上500あまりの組織と共同して、核兵器廃絶に取り組んでいます。その一つ、アメリカの草の根の市民運動「Back from the Brink(「崖っぷちから引き返す」の意)」には医療従事者も参加していて、核戦争を阻止するための第一歩として、5つの目標を掲げています。その中に、「大統領が、単独で誰からのチェックも受けず、核攻撃ができる仕組みをやめさせよう」という項目がありました。医療にあてはめると、患者に対して危険性の高い治療を、医師一人の判断でやると決めてしまうようなもので、改めて、現実がそうでない状況に思い至り恐ろしいと思いました。

- 各支部予定**
- 1/11(金) 東中支部 健康チェック●桃太郎温泉
 - 1/15(火) 南石川支部 健康出前講座(大腸がんについて)●石川公民館
 - 1/16(水) 木造新田支部 新年会(活動者交流集会)
 - 1/19(土) 東中支部 健康まつり・新年会●城東集会所
 - 1/24(木) 四中さくら支部 活動者交流集会・DVD「津軽に生きる」鑑賞●つがる地球村
 - 1/26(土) 和徳支部 新年会・うつの学習会●堅田集会所
 - 1/26(土) 大鰐碓ヶ関支部 活動者交流集会●関の庄
 - 1/27(日) 平賀支部 活動者交流集会●柏木温泉
 - 1/28(月) 文京支部 組合員交流会●ロマンチックピア相馬
 - 1/29(火) 四中りんご支部 健康づくり講座●清水交流センター
 - 1/29(火) 河西支部 活動者交流集会兼新年のつどい●鰐カム

- 10月定例理事会 (11/5)**
- 9年度の月次決算報告
 - 9年度の組合員活動報告
 - 2019年度の総代選挙等の日程について
 - 旧健生病院跡地利用およびコープあおもりの協議到達について
- 【審議事項】**
- 2018年末一時金回答について
 - 生協本部建設事務局の廃止に関する件
 - 出資金・組合債の相続について
 - 2018年度津軽保健上半期経営のまとめと下半期の課題(案)

- 11月定例理事会 (12/3)**
- 10年度の月次決算報告
 - 10年度の組合員活動報告
 - 青森県生活協同組合連合会理事会報告
 - 健生介護センター虹の給食に関する例コープフーズとの契約について
- 【審議事項】**
- 2019年度総代選挙に関する件
 - 第94回通常総代会の招集について
 - 生活協同組合コープあおもりの土地売却について
 - 社会福祉法人花への旧ホームあじさい売却および旧ホームあじさい備品について
 - 年末一時金の第三次回答について
 - 組合員利用料の新設(妊婦健診時のグルコース検査料)

- 11月臨時理事会 (11/19)**
- 年末一時金の第二次回答について



寒波はやって来るが…

弘前市 幸山 明人
また冬が来ます。寒くなり…

炊き込みご飯

平川市 工藤久美子
運動していると所々で白鳥を見かけるようになり、寒くなってきた。

天寿を全う

弘前市 ひまわり
知人が91歳で天寿を全うしたと言っ知らせが。先日会ったときのいつも通りの笑顔にはそんな気が全くなかったけど、

いざよひの部屋番

弘前市 山崎ひろみ
入院中の友人に会いに養生へ。病室にごきぎんの模様のパネル美しかったです。でも初めて行ったから途中で何回も迷子になり…

「内科からの紙風船」

弘前市 成田 洋子
高齢者自動車事故、安田先生の記事を読みホッとしました。75歳を過ぎたのですが、現在も必要なので運転しています。勇気づけられました。

津川武一コーナー

五所川原市 千葉 育子
養生病院の歴史、津川先生の思い出…白戸さん…三上さんの働きのから学んだ苦労のお話に感動！

人生夢だらけ

平川市 菊池 覚
「読者サロン」を読んでみると心が安らぎます。「前向きに歩む人生夢だらけ」の概で頑張っていることと今頃です。

日々感謝です

黒石市 中村 明子
生かされていること、暖かいお風呂に入れること、ご飯を食べられること、少しのバイトができること、何でも話せる友人がいること…

学習発表会を参観

弘前市 齋藤 祐子
孫の学習発表会を見に行き、子供達の成長に胸があつくなるひとときを過ごすことができました。

いざよひで産みたい！

弘前市 花村 与奈
この新聞見て、赤ちゃん産むのは養生と決めました♡ 赤ちゃんの写真いっぱいの子供の見て、決めました!! 来週受診行きますネ♡

養生で第一子を出産

平川市 みたらし
初めての出産とすぐ始まった育児で想像を絶する大変さでしたが、スッタフの方々にとても助けていただきました。分娩から入院中、何度も呼び出しボタン押してすみません。息子は今日も元気です。

ガーデンソング

弘前市 伊藤やつえ
65歳で仕事を終わり、体重が4kg増えちよつと苦しいズボン！ フレイル予防して、新年も元気にガーデンソングを楽しもうと思っています。

楽しい料理欄

中泊町 工藤 義弘
「さつま芋のはちみつ味噌けんぴ」を妻が作ってくれました。すくおおいしくて、3度も作ってくれました。また、簡単でおいしいおやつなど紹介して下さい。

自宅できのびる…

藤崎町 飯塚 洋
「自宅でできる運動習慣づくり」を読みました。ウォーキングはしているのですが、この記事には参考にすることがたくさんあります。自分の毎日にぜひ取り入れたいと思います。

中里支部です！

中泊町 加藤 則子
こんにちは！ 中里支部です。スローガン、100歳まで生きよう！ 年一回は健康診断に行きましょう！ を掲げ、過日弘前市の花咲温泉にクリエーション。20名の参加でしたが、笑顔の花ざかりでした。

新年会を心待ちに

五所川原市 斉藤 春子
朝夕の風が冷たくなり日も短くなりました。気持ち的に淋しく感じる今日この頃ですが、「支部新年会」を楽しみに毎日りんご畑でガンバっています！

ウチのおばあちゃん

青森市 ぐんまめいけつ
おばあちゃんは、毎日りんごを食べてとても元気です。近所の友達と仲良く話をし、おいしいものを食べて、とても楽しそうです。インフルエンスの予防注射を早く受けてね。

医療安全管理室

黒石市 阿部 誠
いつも看護師さんの献身的な仕事ぶりには頭が下がります。また医療安全管理室など積極的な対応で安心できますね。遠くなったものの…

緩和ケア病棟の記事

黒石市 佐々木義博
スタッフの皆さんの柔らかく優しいさのじみ出ている写真を拝見して、心安らぐ思いました。また文中何度も「寄り添う」ということが述べられていました。看護・医療の場に限りませんね…

じっくり読んでます

藤崎町 とくちゃん
毎号じっくり読んでいます。「楽しいお料理」の芋けんぴ作ってみました。いつも楽しみ！

嬉しい出来事

弘前市 いちごパイ
看護師募集の記事に孫の写真が載っていました。祖母にとっては本当に嬉しいことです。ポスターでも貼られているので…

健康パズル 新年拡大版

1月は当選者ワクも拡大！ 20名に図書カードをお送りします

16x16 grid for health puzzle with numbers 1-17 and empty cells.

《ヒント》 宝船に乗っています

4x4 grid for puzzle with letters: 1ギ, 2フ, 3ヨ, 4ボ, 5ウ, 6ヨ, 7ウ, 8ウ, 9ジ, 10ン, 11ン, 12ン, 13ン, 14ン.

- 《タテのカギ》 2飲食店の勘定は、おーと言ったりする 3二期(いちご) 4ワラで編んだ敷物 5冬。寒波を連れてくる大将です 7一等、二等が出た宝くじ売場には、の 貼紙が 8今年の干支のお肉が入った料理はぼたん 9殿中松の 10体の一部。 11この支払い 12殿様が住むような立派な邸宅 13も振らず一心不乱にとりくんでいます 14コマは 15日本語は横書きにも 16橋。菅 17時計。毎朝やさしく、さびしく、起こしてくれる

- 《ヨコのカギ》 1うがいとで風邪やインフルエンザ撃退！ 4茶わん。栗の甘露煮やぎんなんが入っていることも 6その作家が書いた本 7二段重ねの餅にだいたい乗るお正月の必須アイテム 9殿中松の 11体の一部。大笑いするとはずれますよ 13この支払い 15日本語は横書きにも 16橋。菅 17時計。毎朝やさしく、さびしく、起こしてくれる

藤代健生病院 家族教室のご案内 [精神科で活用できる制度とは?] 1月12日(土) 講師: 竹田PSW [こんな時どうする?] 1月26日(土) 講師: 小林CP

応募方法 とき方カギに従ってマスをうめて下さい。二重の枠の中に入った文字をうまくつなげるとひとつの言葉になります。 ハガキやメールでパズルの答えと、「興味を感じた記事」や、「日頃の想い、身のまわりのこと」をご記入下さい。おたよりは一部紙面に掲載させていただきます。

職場紹介

健生介護センター虹

Vol.12

ショートステイ

岩木山が目の前に

在宅介護をしていると、介護する側の体調不良や、急な用事で家を空けるといった理由で一時的に介護ができなくなったり、退院後にまっすぐ自宅に帰るのが不安になったりすることがあります。そんなときに利用できるのがショートステイ（短期入所生活介護）です。要介護の方が1泊～短期間で一時的に施設に入所し、介護を受けることができるサービスです。

健生介護センター虹には38室全個室のショートステイがあります。全室洗面、トイレ、冷暖房が完備され快適に過ごしていただけたと思います。自室で静かに過ごしたい方はもちろん、他の利用者様と交流できるように誰でも利用できるホールも完備しています。虹ショートステイのホー

ルは津軽のシンボルである岩木山が一望でき四季を感じて頂ける自慢のホールです。

入居に関しては健生病院サポートセンターや各居宅支援事業所のケアマネージャーを通じてお申込みいただけます。入退所時は送迎も行っておりますのでご相談ください。

入居中はお食事の支援や、入浴介助、その他日常生活に関するお手伝いをいたします。体調管理は看護スタッフが健康チェックや処

置などを行います。2018年9月から天然保湿成分を配合したボディソープを利用したミスト浴を導入し、車椅子のまま入ることが出来て好評です。また、入居者の皆様に楽しんでいただくために毎週水曜日にレクリエーションも開催しております。四季の飾りつけや年間行事も企画して



丹念に新聞を読む

り、今秋には紅葉を見ながらの夕食レクや、デイサービス、グループホームの方々と共同でハロウィンパーティーも行われ入居者様に楽しんで



食事前のホール

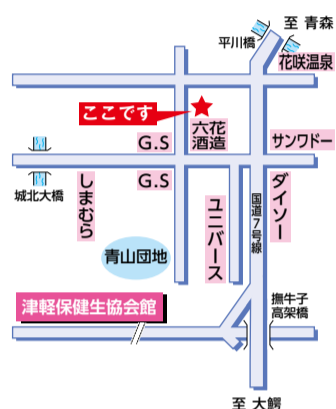
いただきました。

私たちは、入居者の皆様やご家族様が安心してご利用していただけるように日々努力しています。見学も受け付けていますので、介護認定を

これから受けられる方でも、ぜひ当施設にご相談ください。お待ちしております。

(健生介護センター虹 ショートステイ 管理介護長・白戸法子)

弘前市向外瀬字豊田292の1 TEL 0172-35-7611



看護師のみなさん看護学生
看護学校をのぞく高校生の方へ
青森民医連 健生病院☆模代健生病院

奨学金制度

看護学生・看護学部学生
月額 40,000円

お申込み・お問合せ先
津軽保健生活協同組合 看護介護部 津川
学生専用携帯 090-4556-3962 固定電話(総務経由) 0172-33-7515

津軽保健生協のホームページもご参照ください。

楽しいお料理



☆献立紹介…
健生病院
管理栄養士

小山 知織

豆腐の甘酒みそ漬

<材料>

- 絹ごし豆腐1/2丁(200g)
- ①(味噌大さじ2 甘酒大さじ1)

<作り方>

- 豆腐はキッチンペーパーで包み、重石をして約30分おき水切りする。
- ①を混ぜ合わせる。
- 水切りした豆腐の周りに②をまんべんなく塗りキッチンペーパーで包み、さらにラップで包んで密閉容器に入れ冷蔵庫に4～5日寝かせる。
- 表面の味噌をぬぐい、8等分に切って器に盛る。

1切れ当たり(1/8量) エネルギー24Kcal 塩分0.5g



冷酒代わりに

さっぱり梅酒のゼリー

<材料>5個分

- 梅酒100ml 水200ml 砂糖大さじ1
- 粉ゼラチン5g 水大さじ2
- 桜の塩漬け5個

<作り方>

- ①水に粉ゼラチンをふり入れておく。

- ②鍋に梅酒を入れ火にかける。沸騰したら2～3分火にかけてアルコール分を飛ばす。水と砂糖を加えて溶かす。①のゼラチンを加えて溶かし、沸騰する前に火からおろす。
- ③パットに流し粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やし固める。
- ④フォークで潰しながら器に盛り、水で戻した桜の塩漬けを飾る。

1個当たり エネルギー40Kcal 塩分0g

募集中

「健康」新聞

手配りさん大募集!!

10～15部くらい手配り出来る方
ご協力出来る方は組織部 ☎0172-35-8933)へ!

このような時、ご連絡ください

- ・住所、氏名が変わった時…。
 - ・引っ越しされた時…。
 - ・「健康」新聞が2部届いている時…。
 - ・組合員がお亡くなりになられた時…。
- 津軽保健生活協同組合 総務部
電話0172-33-7515