

●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。

協同で創る健やかライフ

健康

第683号

発行所
〒036-8045 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

健康 第683号 2019.7

主な記事

1~4面 総代会特集

5面 リハビリテーション科

8面 訪問看護ステーション たまち紹介



総代会で総代から発言中



理事長 安田 肇

2019年度 第94回 通常総代会 開催 6/24

医療活動と経営活動を前進させていこう!

前進させていこう!

2017年10月3日に念願の新健生病院、健生クリニックを開設することができ、2018年度は医療活動と経営活動を軌道に乗せることが目標の年でした。職員の献身的な努力と組合員の皆さまの絶大なご支援もあり、医療、介護分野での事業収益は104億円と前年度より6億4千万円増加して、初めて100億円を突破、経常利益では予算を2億2千万円あまり超過達成することができました。

ご存知のように、弘前市立病院と国立病院機構弘前病院の合併による中核病院構想が一時的に迷走し、それに伴って新しくなった健生病院の救急医療分野で果たす役割が拡大しています。救急車の搬入件数は、従来、年間2000件前後だったものが、2018年度は2300件に増加、救急外来の総受診者数も二次救急病院として大きな役割を果たしています。手術件数も前年度と比較して100件あまり増加して1071件となりました。また、分娩数や消化器内視鏡件数も着実に増加しています。今後、中核病院が完成した後も、健生病院は津軽医

療圏における救急医療、あるいは急性期医療の分野で大切な役割を果たしていきます。藤代健生病院も健生クリニック精神科と連携しながら、多くの新規患者を受け入れ、津軽地域の精神科医療の分野で大きな役割を果たしています。生協全体では、予算を超過達成しましたが、一方で、介護事業は経営的な面で苦戦を強いられています。2000年に介護保険制度が発足し、家族が介護から解放される時が来た、誰もが期待しました。ところが介護保険が開始して2年がたち、介護費が5兆円を超えた段階で、早くも介護費用抑制に向けて舵が切れ、やっばやに介護報酬のマイナス改定が行われました。

さらに、厚生労働省は、軽症者をサービス対象者からはずす、自己負担の引き上げ、サービスを受けにくくする、保険料をとりやすい40歳から64歳までの第2号被保険者について、収入に応じて負担する制度に切り替えるなどの重大な方針をめぐり打ち出しました。介護保険事業としては単独では採算がとりにくくなりました。結果として、津軽保健の介護事業としても、比較的軽症者から重症者中心の介護サービスにシフトせざるを得ない流れになりました。現在、虹グループホームを看護小規模多機能型居宅介護に切り替える方向で

検討しています。介護分野は医療福祉生協として大切な事業です。介護保険制度の急激な変化に合わせた適切な対応をしていく必要があります。今後とも、社会保障運動として介護保険の改悪に対してどう対峙していくのかという視点と、法人の経営問題として介護事業をどう考えていくのかという視点のバランスを考えながら、介護分野のかじ取りを行っていききたいと思います。また、無料低額診療制度の活動も重要ですので、日常診療の忙しさにまぎれず継続して取り組んでいければと思います。本日の総代会では、法人の事業活動、医療福祉生協としての健康づくり活動について活発な議論がなされることを期待するとともに、組合員の皆様には、この場を借りて、改めて、今後、一層のご支援をお願い申し上げます。

◆ 総代会の流れ ◆

津軽保健生協の第94回通常総代会が、6月24日、板柳町の「あぶる」で各支部の総代296人の出席によって開催されました。

安田肇理事長のあいさつに続いて来賓の佐藤真人・県民医連事務局長と、安藤晴美・日本共産党県会議員のあいさつがありました。

三浦良成専務から1号議案の18年度の事業報告・決算報告があり、総代からの質疑応答が行われました。続いて2号議案の19年度の事業計画・予算などの提案がありました。

昼食休憩の後、新人研修医が紹介され、支部・班・組合員・永年勤続者の表彰が行われました。

その後議事が再開され、2号議案の補足説明があり、質疑応答が行われました。また3号議案の役員報酬の提案があり、質疑応答が行われました。審議が終了し、議場は閉鎖されて各議案の採決が行われ、すべての議案が多数の賛成で承認されました。

最後に、特別決議とスローガンの提案、採択があり、力強く読み上げられ、相馬裕副理事長のあいさつで閉会となりました。

第94回 通常総代会スローガン

- 1 平和憲法の改悪を許さず、九条をまもっていこう
2 全事業所の経営改善を進め、経営の黒字化、欠損金の解消を実現しよう
3 医療・介護・年金等の改悪を阻止し、社会保障を良くする運動を広めよう
4 日本医療福祉生活協同組合連合会の方針に結集し、いのちとくらしを守る活動を推進しよう
5 医師・看護師をはじめとした専門職の確保と育成を進め、地域で医療・介護の活動を広めていこう
6 生協組合員の拡大と支部・支部への結果を推進し、生協組織を大きく、強くしていこう

医療活動と経営活動を前進させていこう!

(本号は、総代会の決定内容をお伝えするため、10日ほど発行が遅れました)



新人医師紹介

検討しています。介護分野は医療福祉生協として大切な事業です。介護保険制度の急激な変化に合わせた適切な対応をしていく必要があります。今後とも、社会保障運動として介護保険の改悪に対してどう対峙していくのかという視点と、法人の経営問題として介護事業をどう考えていくのかという視点のバランスを考えながら、介護分野のかじ取りを行っていききたいと思います。また、無料低額診療制度の活動も重要ですので、日常診療の忙しさにまぎれず継続して取り組んでいければと思います。本日の総代会では、法人の事業活動、医療福祉生協としての健康づくり活動について活発な議論がなされることを期待するとともに、組合員の皆様には、この場を借りて、改めて、今後、一層のご支援をお願い申し上げます。

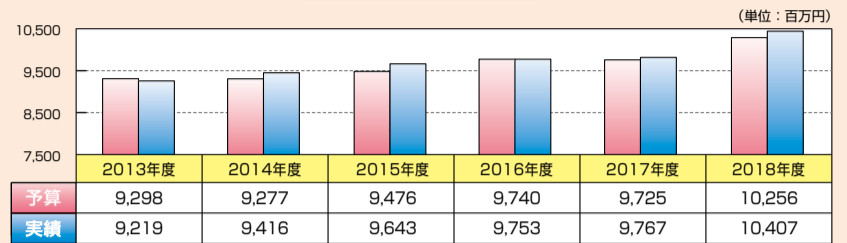
2018年度 経営活動 まとめ

事業収益は104.1億円となり、予算を1.5億円、前年実績を6.4億円上回りました。特に健生病院が病床稼働・回転を高め、手術・分娩・救急車受入件数を大きく増加させたことが収益の大幅な増加につながっています。事業費用は107億円であり、予算を6千万円下回りました。経常剰余金は△2.9億円となり、予算を2.2億円上回ることができました。経常剰余金が赤字である要因は、新築移転事業のため減価償却費が8億円以上となっているためです。

特別利益として旧病院跡地の売却益が1.8億円、旧健生病院解体工事などにより特別損失が4.2億円あり、当期剰余金は△5.3億円となりました。

新築移転のため累積欠損は10.1億円となり、自己資本比率が4.1%まで低下しました。今後は経営を黒字化し、欠損金の解消および自己資本比率の向上が目標となります。引き続き、津軽保健生協全事業所の経営改革を推進していかねばなりません。

事業収益



2019年度 経営活動 方針

重点課題

- 1 憲法、平和、社会保障、いのちとくらしを守る運動を進めます。
- 2 健康づくりをとおしてくらしとまちづくりを推進します。
- 3 医療福祉生協の「総合力」を活かした地域包括ケアを推進します。
- 4 医師確保・養成を成功させ、経営幹部を育成します。
- 5 復興・被災地支援を続けます。

看護小規模多機能型居宅介護施設の開設

- 1 介護事業の経営改革の一環として、現在の「健生介護センター虹」の機能を再編し、「小規模多機能型居宅介護施設(看多機)」を設置します。
- 2 看多機は医療ニーズの高い高齢者の在宅生活を支えるため、訪問看護、訪問介護、通所サービス、宿泊サービスが一つの事業所で一体的に受けられる介護サービスです。医療依存度の高い方や介護の必要な方の、在宅療養生活や緩和ケアを支援します。

- 3 2020年4月開設を目指し、改修工事を行います。改修工事の概算見積額は約3千万円です。

旧健生病院跡地によるまちづくりの推進

健生病院跡地には、生活協同組合コープあおもりが445坪の新店舗を建設中で、11月オープン予定です。津軽保健生協会館の駐車場工事はコープあおもりと同時期に行います。今後、駐車場の安全性について最大限努力します。両生協の協力の力でさまざまな企画を検討し、まちづくりを推進していきます。

経営活動および予算方針

- 1 健生病院、健生クリニックの経営改革を進めます。
- 2 藤代健生病院ほか各診療所の経営改革をさらに進めます。
- 3 在宅医療を強化していきます。
- 4 介護事業再編以外にも、さらなる収益増加を目指します。
- 5 2019年度予算は、事業収益は106億円で前年対比1.9億円の増加を目指します。法人全体の償却前経常剰余金は7.5億円で、到達すれば必要資金を獲得できる予算です。同時に今後の経営目標として経営の黒字化を目指し、累積欠損金の解消に努めます。

2018年度 組合員活動 まとめ

日本医療福祉生協の理念「健康をつくる・平和をつくる・いのち輝く社会をつくる」、2018年度の中心テーマ「協同の力で、いのち輝く社会をつくる」に基づき、当生協でも組合員のつながりを大切に、健康で明るいまちづくり活動に取り組みました。

四課題の取り組み

- ①仲間ふやし 11支部、3事業所が目標達成しました。

年間目標	達成(達成比)	前年比
3,000名	2,033名(67.8%)	95.4%

- ②出資金ふやし 6支部、1事業所が目標達成しました。

年間目標	達成(達成比)	前年比
2億円	9,429万円(47.0%)	78.4%

減資および脱退	△1億2,763万円
純減	3,334万円

出資金総額(18年度末)

15億9,766万円

- ③班づくり 達成支部
四中りんご①、南①、尾上①、板柳②、五所川原①

- ④担い手づくり 1支部が目標を達成しました。

年間目標	達成(達成比)	前年比
555名	137名(24.7%)	87.3%

生協強化月間

生協四課題を前進させるために、春と秋に月間を設定し、また対話訪問の件数を、春・秋ともに500件に目標設定しました。春は7支部、1事業所が達成し、秋は6支部、2事業所が達成しました。

地域まるごと健康づくり

健康チャレンジは、目標の1,000名に対して1,728名の申し込み、1,454名の報告者、と目標を大きく上回りました。その他、つながりマップ、禁煙の普及、すこしお生活運動などに取り組みました。

2019年度 組合員活動 方針

活動スローガン 「協同の力で、いのち輝く社会をつくる」

- 1 2019年度の四課題の達成を追求しましょう
 - ①仲間ふやし 3,000人(支部1,000人、事業所2,000人)
 - ②出資、増資 2億円
 - ③班づくり 74班(1支部2班)
 - ④担い手づくり 370人(1支部10人)
 生協強化月間に取り組みましょう。
春は各ブロックもしくは支部単位で実施。秋は全国の医療福

- 2 「つくろうチャレンジ」に取り組みましょう
 - ①「つながりマップ」の作成と活用をします。
 - ②「居場所(たまり場)」づくりに取り組みます。
- 3 地域まるごと健康づくりを広げましょう
 - ①「健康チャレンジ」の普及拡大に取り組みます。
 - ②「8つの生活習慣と2つの健康指標」を広めます。
- 4 支部活動の運営と発展に取り組みます
- 5 事業利用・ボランティア活動を充実させていきます
- 6 長期住所不明組合員の訪問調査に取り組みます

主な総代の発言と回答の要旨

第1号議案

森岡 陽子総代 (大成支部)



【発言】《健康チャレンジ》昨年度の健康チャレンジは、目標をはるかに上回る参加者がありました。

た。各小学校や事業所を支部組合員の方
がまわっていた成果です。お子さん
の感想では、早起きが苦でなくなっ
た、ゲームの時間が少なくなったな
ど、たくさんの方が記されました。残
念なことに組合員、職員の参加がまだ
少ないのです。これは誰のためでも
なく自分のため、家族のためです。生活
習慣病を無くさないことには「短命県返
上」はできません。ぜひとも全組合員、
全職員に健康チャレンジへの参加をお願
いしたいと思います。

浅利 直志総代 (常盤支部)



【発言】《監査報告、介護事業の将来、総代会の位置付け》監査報告のなかには説明を求めた、とあるが、その内容は何か。介護事業の将来展望について。総代会の定款における位置付けについて。

【答】 監査報告については、監事5人が必要に応じて各事業所などにも説明を求め、監査報告書を理事会に提出しております。
介護事業については、2000年に始まった介護保険制度は開始2年で抑制政策となり、軽症の人は総合事業へ、重症者を中心とする流れとなっています。津軽保健生協も重症者中心の「看護小規模多機能型居宅介護」にシフトする方向に

なりました。介護保険については社会保険を守る運動として取り組みを続けていきます。
総代会の位置付けは、定款では総代会の設置および総代会の議決事項として定款の変更、規約の設定、予算および事業計画の設定などを定めています。

三ヶ田 謙総代 (河西支部)



【発言】《藤代健生病院の将来像》今後どのような方針なのか。
【答】 第四次長計では建設費の高騰もあり、健生病院・健生クリニックのみの新築移転を位置付けました。借入金返済および経営改革を進め、第五次長計において藤代健生病院のアルカディア移転を検討していきます。

宇野 俊衛総代 (黒石支部)



【発言】 当期未処理損失金の内訳をお知らせください。
【答】 2017年度の累積欠損が4.8億円、今期剰余金が△5.3億円となったため、10.1億円を損失処理しました。

佐藤ケイ子総代 (黒石支部)



【発言】 当期未処理損失金には、銀行からの借入れ金を含むのでしょうか。
【答】 銀行からの長期借入金は86.1億円であり、当期未処理損失金には含まれません。

外崎 文夫名誉役員



【発言】 《監査の方法、患者からの未収金問題》
【答】 患者からの未収金問題では、昨年会計監査報告では未収金を大きな問題点として指摘しており、総代会でも報告、議論をしていくべきではないか。
【答】 医療・介護現場では診療を断ることができないため、未収金発生は避けられません。また、理事の職務執行について不正および定款違反などの事実がないことから議案書の監査報告となっています。未収金を含め会計監査の指摘事項については現在対応中ですが、今後とも指摘にそって一歩一歩改善していきたいと考えています。

第2号議案

西崎 昭吉総代 (尾上支部)



【発言】 《医療生協の人づくりおよび労働組合との関係》人づくりおよび労働組合との関係についてどのように考えているか。敵対・対立的な関係は良くないのではないかと。
【答】 生協の人づくりについては生協運動への確信、人間性を育てていきたいと考えています。労働組合との関係では立場が異なる場面もありますが、敵対している訳ではありません。基本的には平和・社会保障を守る運動などで協力関係にあり、今後とも一緒に運動を進めていきたいと考えています。

浅利 直志総代 (常盤支部)

【発言】 《支部活動を元気にする方策は》
【答】 支部活動を元気にする、継承していくという点で、モデルになるところを研修するなどの計画、対策はありますか。

【答】 今後支部活動を元気にしていくため、モデルとなるような法人・支部への研修などについて検討していきます。

太田 正幸名誉役員



【発言】 《平和運動の取り組み》地域の平和運動などで生協職員の参加が少ない。地域の平和運動を津軽保健生協としてきちんと位置付けていくべきである。
【答】 地域との共闘は本当に大事な課題です。3000万署名、沖縄辺野古の基地反対などの運動に取り組んできましたが、地域との共闘が少なかつたことを率直に反省し、今後位置付けていきます。

亀川 富雄総代 (深浦・岩崎支部)



【発言】 《医療過疎の岩崎地区の組合員の処遇》
【答】 深浦から20キロ離れた岩崎地区には組合員バスも来ません。出資金は相当頑張っています。組合員をこういう風に大事にするという具体的な対策を聞きたいです。
【答】 本来であれば医師派遣ができればいいのですが、現状がそこまでではありません。組合員バスが鯉ヶ沢までは行っていますが、そこからどうやって接合するか、今後もう少し考えてみたいと思います。

齊藤 正俊総代 (四中りんご支部)



【発言】 《救急車の受け入れ》
【答】 年中はER医師4名が担当し、夜間はER医師および各科医師が交代で対応しています。また、健生病院各科が救急医療をバックアップしています。今

か心配です。

後とも地域住民・組合員のためにがんばっていききたいと考えています。

第3号議案

【発言】 浅利 直志総代 (常盤支部)

《常勤理事のこと、役員報酬の内訳》役員報酬1.1億円の内訳を明確にしてほしい。

【答】 役員報酬の内訳は、医師である理事長1名、副理事長3名、専務理事1名、常務理事1名の計6名分の報酬として約1億円以内、使用人兼務役員6名分及び非常勤理事30名の理事報酬として880万円以内、監事5名の報酬として120万円以内の合わせて1.1億円の提案となっています。



表彰の部一覧

1. (1) 班会開催の部

③ 3年連続指標班として

班会を開催した班の部

文京支部…文京班

東中支部…ほほえみ班

あかり班

南石川支部…乳井班

平賀支部…桔梗班

⑤ 5年連続指標班として

班会を開催した班の部

時敏支部…じゃがいも班

大成支部…ゴールド班

南石川支部…石川

コスモス班

常盤支部…ひよこ班

さくら班

五所川原支部…コスモス班

(2) 特別表彰の部

④ 課題を達成した支部

の部

該当支部なし

② 新聞配布者を10名以上

増やした支部の部

和徳支部

指標班とは

① 班長が選出されている

② 機関紙が配布されている

③ 年3回以上班会をひら

いている

④ 全国四課題に取り組ん

でいる



表彰される代表者

2. 生協活動に貢献した総代・支部役員・担い手で第二線から退いた組合員の部

北東支部…阿保 サナ(故人)

櫻庭 省子

加藤 セツ

河西支部…下山ミツエ

田中 洋子

今泉 力(故人)

大成支部…柴田 恵子

中村 大介

中村 智恵美

中村 廣子

藤森 英恵

三大支部…柴田 文男

新田 幸子(故人)

四中りんご支部…成田 兼弘

東中支部…葛西 博

南支部…福原 秋雄(故人)

工藤 智美

八木澤ことゑ

黒石支部…工藤 チヤ(故人)

尾上支部…中村 徳造(故人)

広田 靖徳(故人)

樋口ハナエ(故人)

白戸 キミ

小田切由美子

平賀支部…工藤 久子(故人)

大鰐碓ヶ関支部…伊藤 チヨ

浪岡支部…佐々木由紀子

常盤支部…佐々木フサ子(故人)

藤崎支部…村上 一彦(故人)

新谷長右工門(故人)

伊藤 勝美(故人)

板柳支部…三浦さつよ(故人)

鶴田支部…石村 孝憲(故人)

五所川原支部…石岡 昭子

金木支部…内海 明

山形 玲子

秋元 文治

中里支部…石川 良市(故人)

成田 興保(故人)

市浦支部…工藤 陽子

米谷 由一(故人)

木造新田支部…三浦 洋子

山谷 正市(故人)

白戸 キミ
小田切由美子
平賀支部…工藤 久子(故人)
大鰐碓ヶ関支部…伊藤 チヨ
浪岡支部…佐々木由紀子
常盤支部…佐々木フサ子(故人)
藤崎支部…村上 一彦(故人)
新谷長右工門(故人)
伊藤 勝美(故人)
板柳支部…三浦さつよ(故人)
鶴田支部…石村 孝憲(故人)
五所川原支部…石岡 昭子
金木支部…内海 明
山形 玲子
秋元 文治
中里支部…石川 良市(故人)
成田 興保(故人)
市浦支部…工藤 陽子
米谷 由一(故人)
木造新田支部…三浦 洋子
山谷 正市(故人)

消費税10%増税を中止に追い込もう

専務・三浦良成

日本経済失速の無謀な政策

安倍首相は統計数値による賃金の上昇を景気回復の根拠として消費税の10%への引き上げを決定しましたが、その前提が完全に崩れ去りました。内閣府が1〜3月期のGDP(国内総生産)が前...

低所得家庭を直撃

そもそも消費税は、高所得者が得をし、低所得者が損をする逆進性の強い税です。貧困と格差が著しく増大している日本において消費税10%への増税は、国民の家計、とくに低所得家庭を直撃します。また、複数税率の導入では、整理のための事務作業が膨大となり、



第33回 西北健康まつり

記念講演



整形外科 相馬 裕 (健生病院副院長)

特別演奏会

五所川原第一高等学校 三味線部

Event schedule table with columns for activity name and time.

健康コーナー (無料)
出店コーナー (多数)
喫茶コーナー
平和コーナー など

主催 津軽保健生活協同組合・西北健康まつり実行委員会
後援 つがる市・五所川原市
協賛 つがる市社会福祉協議会・つがる市商工会

お問い合わせ
各支部役員または、
健生五所川原診療所
☎ 0173-35-2542

2019年度 まちかど健康チェック

6/20 現在

Large table listing health check events by date, branch name, time, and venue.



リハビリテーション科 ご活用ください 連携して回復、自宅復帰をめざす

療法士など 91 名

365 日、リハビリを実施

健生病院のリハビリテーション（リハ）科は、2004年の回復期リハ病棟開設を契機に、質量ともに大幅な充実がはかられました。2018年12月現在で、健生病院所属の療法士は89名（理学療法士34名 作業療法士38名 言語聴覚士17名）で、更に、歯科衛生士2名がリハ科に所属し、連携して働いています。

発達障害や脳性麻痺の小児から、脳卒中、骨折の術後や肺炎後の廃用症候群（急性期の安静臥床により身体機能が低下した状態）の高齢者まで、様々な年齢層、様々な疾患の患者を対象に、ハイケアユニットに入室した集中治療中の患者から、回復期、そして生活期の通院、訪問リハまで幅広い病期にわたってリハを実施しています。



歩行訓練の前にまず筋肉をリラックス

入院すると、病気の治療と並行して、遅くとも翌日からリハが開始され、全身状態が許せば、土日も含めて1年間365日リハビリを実施しています。

入院期間休みなくリハを行うことの有用性、安全性については慈恵医科大学のグループがアメリカリハ医学会誌に2016年に報告しています。3072名の脳卒中患者について、週7日リハを行った群と、週5ないし6日を行った群を比較すると、週7日リハを行った群で回復良好な患者が多い傾向にありました。一方で、死亡数には差はありませんでした。

リハ（＝運動）を効果的かつ安全に行うためには、栄養の視点が重要です。健生病院では、入院患者の栄養状態を評価し、病院食のみでは摂取栄養が不足している場合には、適切な栄養補助食品を提供するようにしています。

栄養管理にも配慮

コーネル大学のグループによる2009年のアメリカ神経学会誌への報告によれば、入院リハを行った栄養状態の悪い脳卒中患者116名を、通常の栄養管理を行う群と、集中的な栄養介入を行い高カロリー、高蛋白質の補助



機能回復に向けて着々と

食を追加提供する群を比較すると、後者で機能回復が良好で自宅復帰率が向上していました。

多くの合併症をかかえた患者に対して、今後も安全で適切なリハビリを実施できるよう努力していきたいと考えています。

（副院長 安田 肇）



回復期リハ病棟の医師



対馬 千穂さん・乙ちゃん
元気に育ってネ！



福島 佑美さん・廉人ちゃん
産まれてきてくれて
ありがとう！！



鈴木 美穂さん・昂大ちゃん
ますます大きくなーれっ！！



齋藤奈菜子さん・優杏ちゃん
元気にすくすく育ってね！



岩川 佳苗さん・叶空ちゃん
元気に育ってね！



工藤あゆみさん・望朱ちゃん
優しい子に育ってね♡



チャンティ テウイオアンさん
・藤本 唯ちゃん
心身ともに健康で！



石川 真妃さん・彩葉ちゃん
元気に生まれてきてくれて
ありがとう



金子 彩乃さん・琥珀ちゃん
元気にすくすく育ってね♡



花田 聡子さん・類橋ちゃん
健康で楽しくすごしてね。



対馬 悠さん・冨侑ちゃん
いっぱい運動して、
大きくなーれ。

すくすく
エンジェル
4カ月健診のあかちゃんたちです



6月8日、弘前市石渡のやすらぎ温泉で、20

19年度木造新田支部総会が行なわれました。農

木造新田支部 支部総会 今後の活動を活発に！

6/8

作業をひと休みして、支部から38名と2名の職員が参加しました。
山口久支部長のあいさつ、次に八島組織部長から津軽保健生協の現状と課題について報告がありました。2018年度の活動のまとめと会計報告、2019年度の活動方

針、予算案、役員体勢が確認されました。活動の重点として出前講座や認知症サポーターの養成、健康チャレンジの取り組み、西北健康まつりの成功に向けて意見が出ました。
その後「健診結果の数値の見方について」を学習。新加入2名、4名から増資があり、健康新聞手配り者が1名増えました。
今後の木造新田支部の活動を活発にしようと、交流を深めました。
（組織部・繁田勇）



いきいき診療所 14

津軽医院

1931年からの古い歴史を持ち 地域に密着した活動

津軽医院では地域のいのちの健康を守るため、外来の他、通所リハビリテーション、老人保健施設、居宅介護支援事業所を運営し、53名のスタッフが日々奮闘しています。

もともと津軽医院は、1931年から津軽養生療院（現在の弘前市立病院）の浪岡分院として地域医療に貢献してまいりました。その後は津軽医療生活協同組合を設立し、「津軽病院」として民医連に加盟しました。そして1990年津軽保健生活協同組合と合併し、津軽保健生活協同組合津軽医院として現在に至ります。

津軽医院大会開催

5月29日、津軽医院大会が開催されました。23名の職員及び本部の田中常務が参加しました。石森院長より民医連に加盟する病院のあり方や職員としての心構え、田中常務から津軽保健全体の経営状況の報告の他、格差と貧困のない、本当の意味での「平和」な社会を作るため、全職員が目的意識を持ち取り組むことが必要であるというお話がありました。その後、民医連綱領と歴史についてのDVD学習会を行い

ました。職員全員が真剣に聞き入っている光景が印象的でした。大会の後半では、津軽医院全体及び各職場・委員会のまとめと方針の発表があり、その後活発な質疑応答がなされました。最後は2019年の事業活動の柱に向かって一致団結して取り組んでいくことを意思統一しました。

真剣さと盛り上がりを持ち合わせた有意義な津軽医院大会となりました。（事務長・兵藤尚子）

健康づくり活動のひとつとして、毎月第3水曜日にとく浪岡店で健康チェックを行っています。血圧・体脂肪測定・生活習慣チェックの結果をもとに、健康に関するアド

毎月の健康チェック

バイスを行い、健康に不安がある方には津軽医院の受診や健診を勧めます。支部の方々の積極的な呼びかけで毎回盛り上がりを見せ、地域でも話題になっています。定例で行っていますので、近くまで来られた方はぜひお立ち寄りください。

困ったときはおたがいさま... 「くらしのたすけあいの会」

◆病気や腰痛などで助けられない時の家事援助や、産前産後のお手伝い、病院の付き添いなど、ちょっと困ったとき、組合員どうし、お互いさまの気持ちで助けあえた...こんな思いを形にしたのが「くらしのたすけあいの会」の活動です。

◆今から21年前、全国の生協で「たすけあいの会」の活動が広がるなか、青森県内の生協は県生協連のもとに協同で会を発足させました。弘前・黒石地域には2000年に誕生しました。

◆援助を必要とする人、援助する人双方が会員になり、活動は有償で行われます（趣旨に賛同して協力する賛助会員の制度もあり、いずれも年会費は一口1,000円）。

◆活動日は月曜日から金曜日（祝日を除く）午前10時～午後5時を基本としています。1時間当たり500円（庭仕事と時間外は600円）の活動費と交通費実費が利用

詳細は地域事務局（電話090-8780-3225）にご連絡ください。（青森県生協連 事務長・三浦雅子）

◆弘前・黒石地域は活動会員が少なく、依頼が入っても援助できない場合も多い状況です。「ちょっと自由になる時間、誰かのお役にたてるなら...」そんな方は、是非活動会員になってください。

今年も200本を植樹 5/19



5月19日、青森市眺望山自然休養林で「第19回生協ふれあいの森植樹祭」が開催され、県内より約80名の参加がありました。「生協ふれあいの森」は、青森森林管理署と青森県生活協同組合連合会（以下県生協連）が2001年に協定を締結し、県内2カ所（眺望山、仙人平）に「生協ふれあいの森」をつくりました。県生協連では、毎年5～6月に森林管理署のご協力のもと植樹祭を開催。この18年間で3080名が参加し、7030本のヒバを植樹しています。子供連れの参加が多く、

200本あった苗木もあつという間になくなりました。森林と私たちのくらしとの身近な関わりについてや環境保全、リサイクルへの意識を少しでも持って欲しいと思いました。（組織部・金枝維子）



弘前・黒石地域会員 2019年度のつどい

2019年5月6日に北海道礼文島を発った2019国民平和大行進の参加者が、6月2日に青森に到着し、五所川原・浪岡・黒石・弘前と引き継ぎが行なわれました。6月6日は天候にも恵まれ、約90名の参加者が弘前市役所で出発集会を開催し、秋田矢立峠まで平和行進を行い秋田へ引き継ぎました。今年の北海道―東京（日本海）コースの通し行進者の矢部常次さん

思いよ 平和大行進 届け！



6月5日 弘前での黒石からの引き継ぎ集会

バラの香り

弘前市 齊藤けい子
弘前駅10時集合!! 100円バスで新緑の弘前公園へ。植物園のバラの香りに包まれ、若菜班の自主班会は免許返納者の方にとってもやさしい企画でした。

鉢植えと祖母

今別町 あじさい
5月に入り、お花の苗を買い、次々と鉢に植えました。一人で外出できない91歳の祖母は、お花を眺め、毎日嬉しそうです。かれんなお花に感謝してお話しています。

支部の運営に参加して

弘前市 秋桜
いつも班会で楽しく過ごしていましたが、令和元年、初めて支部の運営委員として会議に参加。議案・活動方針「健康」新聞仕分けなど、いろいろあることに気づかれました。楽しみの陰には裏方のボランティアがあるんですね。少しでも力になれば、この思いになりました。

咲け咲け、ひまわり

弘前市 福岡 庸子
ひまわりの種をたくさん撒きました。大きく、いっぱい、いっぱい咲けばいいナァ〜!

天地が警告している…

弘前市 小野寺妙太郎
最近の自然災害の多さと、5月の異常な暑さは不気味で不安になります。温暖化や自然破壊にもっと気をつけるようにという警告なのではないでしょうか。

こまめに清掃

黒石市 佐々木博
健康クリニックと藤代健生病院にそれぞれお世話になっています。(とくに、藤代は年季の入った建物にもかかわらず)一日中こまめに掃除されているんだろな、とスタッフに頭が下がります。

亡夫を想うあなたへ

板柳町 ありがとう
弘前市のありがとっさん、私も3回目の春を迎え、大好きな夫に「チュー、大好きだよ」と今も言っています。弘前市のありがとっさん、頑張って生きましようね。

餌ねだるヒナの声

五所川原市 年金ばっちゃん
毎年近くの木に来ていた郭公が、今年は遠くで鳴いているのが聞こえるだけで寂しいのですが、隣のアパートの排気口に雀が巣を作り、子育て真っ最中で、餌をねだるヒナの声が聞こえてきます。私も庭に古米を撒いて、子育て応援しています。

親切な対応に感謝

弘前市 橋本 啓
義母が転んで骨を折り、整形外科にお世話になっていました。親切な対応に感謝しています。

思いもよらぬ入院に

弘前市 みきちゃんクラブ
勤務中に倒れ、緊急入院に。内視鏡で出血性胃潰瘍でした。9日という「超短期間」で退院になりましたが、「胃がん」の可能性があるため検査しています。ちなみに彼女がいるんですが、心配をかけてしまい、何としても完治せねば、と思いました。

「読者サロン」で運転のこと

弘前市 アップルおばさん
ふたりの方が高齢者の交通事故の取り上げられています。同感です。私も80歳を越えたので、いつ免許を返還すべきかと悩んでいるのです。

新鮮野菜が楽しみ

つがる市 佐々木むつ子
畑の仕事がだんだんふえ新鮮野菜たべるのが楽しみです。

目標は一万歩

青森市 山内 公弥
特定保健指導により、万歩計をいただき、毎日一万歩を目標にして歩いております。体重も少しづつ減ってきているので、頑張っ続けたいと思います。

母の日と誕生日

弘前市 相馬 昭子
今年母の日と私の誕生日が重なりました。娘から今年もコチョコウランが届きました。そこで一句、「窓ぎわの小さなホホと赤い紅 今日も元氣明日も笑顔」

楽しみたい、旅行・川柳

大鰐町 香田 宏司
五月で定年になりました。これから好きな旅行や川柳を作句したいと思っています。大先輩の須郷井蛙さんに負けない句を作りたいですね。

咳にはマスクだよ

弘前市 ちかすけ
「咳エチケット」取り上げていただいて、「待ってました!」という気持ちで読みました。マスクもせずにゲホゲホッと咳してる人、よくいますよね。

蓋付きのゴミ箱

青森市 砂田 貴彦
咳エチケットの記事がとても参考になりました。勉強になりました。特にエチケット3の「すぐに蓋付きのゴミ箱に捨てる」という点です。自宅のゴミ箱の形を点検しようと思いました。

「医心伝心」を読んで

弘前市 ひまわり
「ヘアードネーション」を読みました。私もかなり長い間、髪を長く伸ばしていたが、ある日、ふと鬱陶しさを感じて束ねていた根元からバッサリと切った。かなり心地よい重さと分量であった。捨てがたく利用方法は見つからず、針刺しとなり、今も使用している。

健康パズル

応募方法
とき方カギに従ってマス目をうめ下さい。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。おたよりは一紙紙面に掲載させていただきます。
(紙上ペンネーム可)
締切日7月25日必着。正解者の中から10人に図書カードをお送りします。
送り先 T036-180045
弘前市野田2-12-11
津軽保健生協・健康パズル係
住所が変わりました
Eメール kekou@667-dj.com

第682号(6/1付)パズルの正解「ケッコンシキ」結婚式
ケ シ キ ゼ
キ コ リ
ラ ベ ン ダ ー
ツ ツ カ カ
コ カ ラ シ

タテのカギ
2 空気がない状態
3 海のギャング
4 この辺では津軽じょんがら節が有名
5 芥川龍之介や太宰治最近では村上春樹も同じ仲間
ヨコのカギ
1 取材をして記事を書く
4 これが入っているリンゴは特に美味しい
5 種を飛ばして遊んだ人も多いのでは?
6 隠れた名店を知っている人。食
7 たまにはいいじゃない。自分へのご

《ヒント》
シーズン到来!

発行が遅れたため、締切を伸ばします。そのため7月号の当選者の発表は9月号に掲載します。

- 正解者多数のため、抽選で次の10名の方に図書カードを差し上げます。(敬称略)
弘前市 石岡アキ子
青森市 齊藤けい子
黒石市 横山のか
平川市 大澤美津子
五所川原市 砂田 貴彦
板柳町 種市真奈美
(鶴田町) 酒井 知可
(板柳町) 森 きみ子
(板柳町) 大谷 順子
(板柳町) 田中 小よ子

7月の主な行事予定
7/21 西北健康まつり つがる市 ハーモニー未来館
《休診のお知らせ》8月1日(木)は津軽保健生協の創立記念日です。そのため病院・診療所は休診いたします。また8月13日(火)・14日(水)はお盆休みのため休診いたします。

- 【報告事項】
● 第94回通常総代会での組合員・班等の表彰等の件
● 賃金規程の改定(藤代健生病院の責任夜勤手当)
● 第94回通常総代会議案書の承認
【審議事項】
● 第94回通常総代会での組合員・班等の表彰等の件
● 賃金規程の改定(藤代健生病院の責任夜勤手当)
● 第94回通常総代会議案書の承認

- 【報告事項】
● 専門委員会報告
● 4月度の月次決算報告
● 4月度の組合員活動報告
● 青森県医療事業協同組合理事会報告
● 青森県生活協同組合連合会理事会報告(第7回・第8回)
● たすけあいの会報告
● 第2回表彰選考委員会報告
【審議事項】
● 第94回通常総代会議案書の承認

- 【報告事項】
● 役員報酬審議会の報告
● 協働公認会計士共同事務所による2018年度決算所見
● 青森県民医連網領学習会(キックオフ集合)のご案内
【審議事項】
● 2019年度役員報酬の提案
● 第94回通常総代会議案書(案)

- 【報告事項】
● 5月定例理事会(6/3)
● 5月臨時理事会(5/20)

職場紹介

Vol.17

健生訪問看護ステーション

たまち の特徴

医師との連携を緊密に

- ・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。
- ・緊急時にもかかりつけ医と連携し、病状の観察、緊急の処置などを行います。
- ・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ます。
- ・医療依存度の高い利用者様の訪問をしています。
- ・精神科疾患や認知症を抱えた利用者様の訪問をしています。
- ・ターミナルケアや在宅看取りも数多く経験しています。
- ・訪問看護研修協力ステーションとして、多くの学生や研修生を受け入れています。2018年度

は学生など120名の受け入れをしました。

たまち訪問件数	2018年度	2017年度
管理件数(月平均)	326件	320件
延べ訪問件数(年間)	19745件	18354件

訪問看護のサービス内容

- ・かかりつけ医師の指示に基づく医療処置
血圧、体温、脈拍などの測定、病状の観察、痰吸引など
食事摂取や水分補給ができなくなった時の点滴実施
 - ・在宅酸素療法や胃ろう・尿カテーテルなどのチューブ管理
 - ・床ずれ予防や傷の処置
 - ・日常生活の看護
食事、排泄、口腔ケアなどの介助や薬の管理
 - ・筋力低下や拘縮予防などのリハビリテーション
 - ・介護者の健康管理や介護相談
 - ・認知症ケアや緩和ケアなど
- ※自宅以外の有料老人ホームなどにも訪問をしています。
※訪問看護を利用する場合は、かかりつけ医師や担当のケアマネージャーにまずご相談下さい。

居宅介護支援事業所を併設

介護支援専門員が介護保険の申請代行、認定調査、ケアプラン作成、介護相談などを行っていますのでお気軽にご相談下さい。

在宅介護支援センターを併設

「たまち」は、弘前市第一地域包括支援センターから業務委託を受けています。地域の高齢者やそのご家族の福祉の向上を目的に、相談支援や地域の実態把握、関連機関等との調整、ネットワークづくり等を行っています。

健生訪問看護ステーションたまちは、住み慣れた場所で安心して在宅生活が送れるようにお手伝いしております。

(統括所長・田中由紀)

[連絡先・0172-36-8833]



朝のミーティング スタッフ一同

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!

各 支 部 予 定

- 7/3(水) 河西支部 支部レク ●八幡平・八幡沼
- 7/4(木) 文京支部 支部レク ●碓ヶ関方面
- 7/11(木) 和徳支部 サロンつくし(脳トレ) ●生協会館4F
- 7/12(金) 文京支部 中三健康チェック ●中三弘前店
- 7/19(金) 岩木支部 支部レク ●鱈ヶ沢方面
- 7/25(木) 和徳支部 サロンつくし(抹茶・折紙) ●生協会館4F
- 7/26(金) 目屋支部 支部レク ●五所川原方面
- 7/29(月) 南中央支部 支部レク ●未定

楽しいお料理

☆献立紹介…
健生病院
管理栄養士

小山 知織

トマトの炊き込みごはん



<材料4人分>

- 米2合 トマト中1個(150g) エリンギ50g 乾燥ひじき5g 生姜10g
- ①(だし汁300ml 醤油大さじ2 酒大さじ1 みりん大さじ1)

青じその葉4枚

<作り方>

- ①米は研いでザルにあげておく。
- ②トマトはヘタを取り、反対側に十字の切り目を入れる。エリンギは食べや

すい大きさに切る。ひじきは水でよく洗っておく。生姜と青じそは千切りにする。

③炊飯釜に米を入れ中央にトマトを置く。周りにエリンギ、ひじき、生姜を散らし①の調味料を加えて炊く。

④炊きあがったらトマトを崩しながら全体を混ぜ合わせる。器に盛り青じそを散らす。

1人分あたり エネルギー 302Kcal 塩分1.4g

カラダのこと、健康のこと、
「小学生 夏休み」
みんなと楽しく知るチャンス!

診療所キッズパーク

日時/2019年7月23日(火)
14:00~18:00

会場/健生黒石診療所
黒石市黒石5丁目1番地

参加無料
お申し込みは7月15日(月)まで

TEL 0172-55-7736

藤代健生病院 家族教室のご案内

「精神科リハビリテーションとは」 「精神科訪問看護について」

- 7月13日(土) 講師：鎌田 晋
- 7月27日(土) 講師：斉藤みどり

時間*ともに9時30分~11時30分の開催です。
参加費*無料です。

会場・藤代健生病院 デイケア棟2階 多目的室
お問い合わせ・参加希望 地域連携室 TEL0172-36-5181

臨時 管理栄養士・栄養士・調理師 募集

勤務地 健生病院 他
募集人員 若干名
連絡先 健生病院栄養科 野呂
TEL 0172-55-7736
まずはお電話を