

●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699号

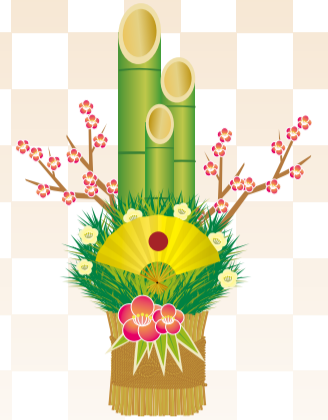
発行所
〒036-8045
弘前市大字野田2丁目2の1
津軽保健生活協同組合
発行責任者 村上 渡
電話 0172-33-7515
ホームページ <http://www.kensei-hp.jp>
Eメール kengkou@r66.7-dj.com
印刷所 やまと印刷株式会社
◎組合員の購読料は出資金に含まれます

健康 第699号 2021.1

2021年

謹賀新年

—この試練を乗り越えよう—



ごあいさつ

理事長
安田 肇



新年明けましておめでとうございます。

2020年は、新型コロナウイルス感染の世界的な流行という、誰もが予想していなかった事態が発生しました。弘前市内にクラスター（感染者集団）が発生し、健生病院では、発熱外来の実施、ドライブスルーでのPCR検査を連日行うなど、市の新型コロナウイルス対策の一翼を担いました。

津軽保健生協として、①新型コロナウイルスへの対策を行いつつ、地域から求められる一般診療に対応する、②患者、職員を新型コロナウイルスから守るため最大限の感染対策を行う、③経済的に困窮している患者への支援を行う、④経営的な損失を最小限にとどめるように努める、を基本方針としました。

全国的に外出の自粛、飲食店の営業時間短縮要請などが出され、診療所や病院では受診控えが起り、健康診断が縮小されています。こうした動きは感染予防対策として重要ですが、一方で、経済的困窮者の増加、うつ病などの精神疾患の増加、がん検診受診率の低下による進行がんの増加などが危惧されます。

なにか心配なことがございましたら、当生協の医療、介護、生活相談の専門家をご活用いただければと思います。

組合員の皆様には、改めて、一層のご支援をお願い申し上げます。

「お山参詣一五穀豊穰・無病息災・家内安全」縦115×横78cm ©齋藤二郎

ごあいさつ
2021

津軽保健生協の 全職員を代表して



コロナに負けず健やかに

健生クリニック 所長
飯田 寿徳

あけましておめでとうございます。

昨年1年間はとにかく“コロナ、コロナ”に明け暮れた1年でした。3月のいわゆる第一波をうけ4月初旬からと、10月12日の弘前市飲食店から発生した大規模クラスターの影響で、それぞれ約1ヵ月間電話での再診利用の呼びかけを行いました。このため受診者の皆様には大変ご迷惑をおかけいたしました。経営的にも大打撃で、収入が大幅に減少しました。受診者が減少する一方で感染予防にかかる経費が増大し、非常に苦しい経営状態です。

コロナ感染は全国的には拡大を続けており、一時も油断できない事態が継続しています。受診の際には体温測定と行動歴の確認をお願いしており、クリニック内にコロナを持ち込まない対策を行っています。

私自身は今年還暦を迎えました。初心に帰って健康に留意して今年1年頑張りたいと思っています。組合員の皆さんもコロナに負けず健やかな1年をお過ごし下さい。



模索と奮闘を続ける

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。

2019年6月、健康増進法の改定を受けて病院敷地内を禁煙としました。でも、タバコの魅力は他には代え難いという患者さんもいます。たくさんの人たちが禁煙に協力してくれた一方で、密かに喫煙場所が敷地の境界付近へと移動して行きました。国家間の領土問題と一脈通じるのでしょうか。事態の深刻さが中央よりも辺縁であからさまになりました。

何度も患者さんたちと話し合い、職員有志で吸い殻を拾い、格好の喫煙所となっていた屋根付きのバス停を撤去し、患者さんに禁煙誓約書を書いて頂き、警備の方にパトロールをお願いするなど、幾重にも対策を講じて来ましたが、それでも禁煙の徹底は難しかったです。

聞くところによると、永田町のセンセ方も人目を忍び一服してらっしゃるとのこと。悪法も法なりと自ら国民に知らしめてくださり、私めも多少は胸のつかえが取れた次第。

さて、これからも知恵を絞り、穏やかなトーンで禁煙を訴え続けたいと思います。本年も、そして、その先も私たちの模索と奮闘を見守っていただきますよう宜しくお願い申し上げます。



皆さんの困難を受けとめます

津軽医院 院長 石森 伸二

新年あけましておめでとうございます。

昨年は新型コロナウイルス感染拡大に伴い、大きな緊張と不安の中で一年を過ごしました。

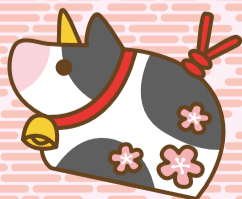
医療活動にも制限が加わり、胃カメラや健康診断の一時中止がありました。生協活動でも班会や健康まつり、まちかど健康チェックの中止がありました。感染の拡大は仕事が減る、仕事を失うなど、暮らしを直撃していると思われます。

津軽医院は医療生協、民医連の診療所としてアンテナを高く揚げ、皆さんの困難を受けとめようとしています。一緒に解決の力になりたいと思っています。診察室での訴え、会話の中にSOSがないか注意を払っています。

職員間の情報交換、院内の各種カンファレンス、ファルマ調剤薬局やケアマネジャーさんからの情報も大きな役割を果たしています。困りごとがありましたら是非相談して下さい。必要ならこちらから出かけて行きます。

1月22日には核兵器禁止条約が発効します。大きな希望です。

そして皆で、今のコロナ危機を乗り越えましょう。





佐藤 梨香さん・有心ちゃん
元気にたくましく
育ってね♡



工藤 雪絵さん・悠真ちゃん
お姉ちゃんと
仲良くね



葛西 緩南さん・杏寿ちゃん
元気にスクスク
育ってね



三上 優さん・菜奈ちゃん
毎日いやしを
ありがとう



高谷 真那さん・真莉ちゃん
お兄ちゃんと仲良く、
皆から愛される人になってね



手塚友美子さん・彩巴ちゃん
思いやりのある
優しい子になってね♡



木村 由子さん・栄真ちゃん
元気にスクスクと大きく
育ってね



助川 みほさん・陽音ちゃん
宇宙一かわいい
宝物です♡



奈良岡舞子さん・知樹ちゃん
やさしく元気な男の子に
なってね♡



金子 真希さん・陽海ちゃん
元気にすくすく
育ってね♡



對馬 夏美さん・琉偉ちゃん
にいと仲良くね♡



倉光 梨沙さん・大鳳ちゃん
元気に育ってね!!



須藤 哲子さん・海詩ちゃん
優しい子になってね♡



二階堂史絵さん・鈴ちゃん
すくすく大きくなーれ!



石岡 彰子さん・晃芽ちゃん
お兄ちゃんと一緒に、
いっぱい遊ぼうね!

すくすくエンジェル

4ヵ月健診のあかちゃんたちです



澤田 舞子さん・歩乃歌ちゃん
やさしく元気に
大きくなーれ



秋元 名歩さん・豪太ちゃん
元気で優しい子に
なってね!



五戸 仁美さん・悠乃ちゃん
元気いっぱい
大きく育ってね!



北口 絵理さん・珠以ちゃん
明るく元気に育ってね!



宇野 有紀さん・杏瑚ちゃん
すくすく元気に
大きくなあれ!



山谷 由美子さん・元ちゃん
いっぱい遊んで
大きくなってね!



工藤 祐理さん・生来ちゃん
元気に大きくなってね☆



葛西 彩さん・俄伽ちゃん
たくさん笑って
大きくなってね



小林日夏子さん・夏希ちゃん
はるとお兄ちゃんと
仲良くね♡



葛西ひとみさん・楓葉ちゃん
お兄ちゃんと
仲良くね☆



三戸 紫乃さん・六咲ちゃん
元気いっぱい
楽しくね!!



山口 夏海さん・瑠心ちゃん
元気にすくすく
育ってね♡



樋川美来野さん・琉翔ちゃん
お兄ちゃんと仲良く♡
食べすぎ注意♡♡



竹浪優衣花さん・橙利ちゃん
元気にすくすく
育ってね♡



櫻庭あゆみさん・夢歩ちゃん
周りに夢を与えられる
人生を歩んでね。



年頭のごあいさつ

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。

昨年2020年は新型コロナウイルスが発生し、これまで経験したことのない流行となりました。健生黒石診療所では、黒石支部の組合員の皆様にご協力いただき、週に一度の診療所内ボランティア活動、毎年好評であった診療所キッズパークのお手伝い、黒石よさ参参加、地域への訪問行動などが中止となりました。

未だ収束が見えない中ではありますが、2021年は、こうした活動が新たな様式を取り入れながら組合員の皆様と一緒に再開できるよう願っております。

また、健生黒石診療所の『プライマリ・ヘルス・ケア(全ての人に健康を)』の発展を通じて、患者・組合員・地域の方々の健康と生活をサポートする』という理念のもと、新型コロナウイルス感染拡大防止対策を徹底し、日々の外来診療・在宅医療・健康診断などの医療活動に職員一丸となり取り組んで参ります。

本年もどうぞよろしくお願い致します。



在宅での生活を支えて

健生訪問看護ステーション たまち
統括所長 田中 由紀

新年明けましておめでとうございます。

昨年度は、多くの方にたまちの訪問看護と居宅をご利用頂きありがとうございました。また、4月にオープンした看多機「ナーシングホームたまち」は、少しずつ地域の方にも知ってもらい、相談やサービス利用も増えてきています。空き状況については、日々変化していますのでお問い合わせ下さい。

地域でも新型コロナの感染が広がりましたが、たまちの各事業所では、感染防止対策を徹底し事業を継続してきました。

今後も病院やクリニック、ケアマネ等と連携し、安心して在宅での療養生活が送れるようにお手伝い致します。お困りのことがありましたら是非ご相談下さい。



2021年は、よりアクティブに!

健生介護センター虹 施設長
白戸 法子

新年、あけましておめでとうございます。

昨年4月から虹の建物内に「ナーシングホームたまち」が開設され、訪問看護ステーションや居宅介護支援事業所も同時に移転となり、駐車場の足りないほど職員人口が増えて賑やかになりました。

2020年は新型コロナウイルスに年中振り回されていたように思います。感染防止の面から利用者様の屋外レクリエーションを中止したこともありましたが、屋内で楽しんでいただくために、ショートステイ職員と給食課が協力して、おやつバイキングやクリスマス会などを開催できました。

昨年の経験を糧に2021年は安全面に配慮しながらさらに工夫をして、利用者様に喜んでいただけるようなアクティブなショートステイと居宅介護支援を目指していきたいと思っております。

- 【審議事項】
〔議決事項〕
- 2020年度年末一時金について
 - コンピューター断層撮影(CT)装置2台取得の件
- 11月臨時理事会
(11月14日)

- 10月定例理事会
(郵送実施)
- 【報告事項】
- 10月度の主な経過報告と11月・12月・1月の主な行事予定
 - 専門委員会報告
 - 9月度の月次仮決算報告
 - 9月度の組合員活動報告
 - 2021年度総代選挙日程について
 - 役員定数等検討委員会の委員および委員会開催について
- 【審議事項】
〔議決事項〕
- 支部運営要綱改訂
 - 運営費の管理と支給方法に関する内規制定について
 - 移動型X線撮影装置取得の件

- 11月定例理事会
(12月5日)
- 【報告事項】
- 一般事業報告
 - 11月度の主な経過報告と12月・1月・2月の主な行事予定
 - 10月度の組合員活動報告
 - 役員定数等検討委員会報告
 - 2020年度下半期の組合員活動
 - 2020年度秋の生協強化月間(延長特別月間)
- 【審議事項】
〔議決事項〕
- 第96回通常総代会の招集について
 - CT装置取得に関する件
 - 2021年度総代選挙に関する件
- 【協議事項】
- 津軽保健生協創立70周年記念事業の考え方(案)
- 経営課題
 - 上半期のまとめ
 - 10月度の月次仮決算報告
 - 2020年度上半期決算所見

健生の コロナ対応 その経過

インタビュー
健生病院
伊藤 真弘 院長

2020年は津軽保健生協にとって大変な年となりました。コロナ感染症が全国に広まり、総代会は開催時間と出席人数を大幅に減少して開催し、組合員活動も制限を余儀なくされました。

特に弘前市にクラスターが発生した10月以降、健生病院・健生クリニックは他医療機関と協力しながら新型コロナウイルス対応にあたり、津軽圏域内で重要な役割を担っています。この間の取り組みについて、健生病院の伊藤真弘院長に村上渡専務が聞きました。

コロナ発生に素早い対応

移転後における健生病院の医療活動の成果として、救急の受け入れを含めた急性期医療に関しては、国立弘前病院・弘前市立病院・健生病院で圏内の医療を支えていくという合意形成が医療関係者の中で徐々に作られていきました。2020年10月の新型コロナウイルス感染者の発生と拡大という状況の中でも、相互で協力しながら連携して診療にあ

たことで地域の中での役割も大きくなってきたというところは確かだと思えます。それは自分たちが自覚しているだけではなく、周囲も同じように認識し、全体として連携が進んだということが大きな前進でした。新型コロナウイルス対応はその流れを押し進めたと言えます。そもそも地域の救急医療は健生病院抜きにしては考えられなくなっています。



伊藤院長

2020年度は初めから新型コロナウイルスに追われ、具体的には診療の縮小も含めて対策してきました。そして弘前保健所管内で初めて感染者が発生して以降は、健生病院のPCR検体採取100件以上実施の取り組みが新聞報道等で紹介されることもありました。実は100件以上の検体採取を実施する体制を作ったのは要請に応じたものではなく、自発的に構築したものです。

10月12日に初めてコロナ感染が発表され、その後すぐにPCR検査の陽性率が非常に高い状況が生まれ、続々と陽性者や濃厚接触者が発生しました。検査対象者がどれほどいるのかわからなかったが、PCR検査をきちんとやらないと陽性者を捉えることができないだろうと思われ、独自で体制を強化。1日100件実施可能と申し出たら本当に100件以上が割りふられたというのが実情です。

それまで病棟の一部にコロナ病床を確保して病棟全体で対応していましたが、



毎朝8時30分から検温実施中

10月12日から新型コロナウイルス受け入れを担う専任の看護チームを立ち上げました。10月19日から全体の診療を縮小して、院内にウイルスを持ち込ませない、院内でウイルスが拡大しない方策をとりました。

津軽地域の感染状況に応じて、コロナ病床の確保場所や確保数の変更、一部の病床を休ませながら対応しています。休床の理由としては、コロナ対応と通常診療ですべてを全力で走っているという空気があり、たい

院内感染を起こさない

へん強い疲弊感が生まれてきたということ、看護の人手が必要だったということとです。発熱外来やPCR検査対応にはたいへん多くの人手を要します。発熱外来は医師2名＋看護師3名で5名、PCR検体採取では1名、PCR検査採取では1名、検査技師・事務で6～7名が必要です。PCR検体採取はドライブスルー方式で実施しているため、交通誘導員が別途5～6名必要となります。

病院として一貫して重要視していることは、院内の感染拡大を起こさないことです。そのため、①待合室の密を避ける、②院内に入る人数を制限する、③8時30分まで入場を待たせたい、④という取り組みを徹底し、という取り組みを実施しています。院内の感染拡大防止の最大の目的は、診療・患者・職員を守ることです。患者・利用者の方々にたいへん申し訳ありませんが今後もしばらく継続していくこととなります。

病院内でクラスターが発生

職員のストレスへの目配り

全体を通して、明らかに大変だったのは、人手の確保、職員のストレス、業務が増大して時間とともに疲弊感が強くなったことだと

2017年10月に弘前市扇町に新築移転して以降、健生病院の医療活動は大きく拡大しています。地域社会の要求に応じて、健生病院は今、地域の医療を守るうえで基幹的な急性期病院としての機能を求められ、役割はより一層明確なものになってきています。

健生の断らない救急

2019年8月に開催された青森県津軽医療構想調整会議では、健生病院の「断らない救急」を高く評価する声が挙がりました。救急車の受け入れが年間2403件(2019年)で地域全体の約3割を担っていること、開業医の先生方が対応に苦慮した患者を健生病院ERが素早く受け入れることなどが話され、その果たしている役割から、津軽地域の医療供給体制では無くてはならない病院だと健生病院に大きな期待が寄せられています。

移転前と比較すれば(2016年と2019年の比較)、救急車の受け入れは約400件の増加、外来延べ受診者数は約1万件の増加、新入院数は約1000件増加しています。このことは、より多くの地域住民の「いのちと健康」を守っているという事実であり、医療関係者からの評価につながっています。



健生病院・健生クリニック

弘前市では夜間の二次救急受け入れを輪番制としており、参加する病院で二次救急輪番協議会を開き、年間の受け持ち日数を決めていきます。10年程前は最大10病院が参加して支えていましたが、医師不足が深刻化して参加病院の離脱が続く、現在は5病院に半減しています。残った病院の負担が増え、おのり、「地域医療を守る」という各病院の使命感で成り立っているのが現状です。だからこそ健生病院の「断らない救急」は高く評価され、地域の急性期病院として大きな役割を担っていると云えます。

3年を
返って
長 泉谷 雅人



組合員から寄せられた「援メッセージ」を力

職員に対してはアンケートを実施したり、匿名で投稿できるシステムを設置したりして意見や思いを募りました。すべてを解決することは難しいですが、そのような場がストレスの放出先になったという一面もあります。

また組合員さんから職員への「応援メッセージ」も募り、掲示しました。職員の気持ちは当然さまざまありますが、不安や不満ももちろんありますが、全体としては健生病院としての役割を果たしていかなくてはならないという空気を感じることができました。

一方で、救急を断らざるをえない状況もあり、これまで地域から得てきた信頼を失ってしまうのではないかと危惧するようない見もありました。コロナが大変というよりは、コロナが感染拡大している中で的一般

職員の努力と対策

健生病院の職員というところで周囲から距離を置かれるような対応をされたようなケースがそれなりにあったと聞いています。また、コロナに優先的に関わる職員・家族の双方から、感染の心配があるから家に帰りたいという思いがあり、一定期間をホテルで過ごす職員もいました。

健生病院の職員というところで周囲から距離を置かれるような対応をされたようなケースがそれなりにあったと聞いています。また、コロナに優先的に関わる職員・家族の双方から、感染の心配があるから家に帰りたいという思いがあり、一定期間をホテルで過ごす職員もいました。

診療・一般救急の維持が非常に大変であることは、医療現場にいない限りはなかなかわからないかもしれせん。メディアや行政もあまりわかっていないように思います。

また、事務室も危険で、前にも横にも人がいる状態で自分の机でご飯を食べる

この一年も「コロナ」態勢

健生病院においても、入院をうまく受け入れられなかったり、入院環境が変わったり、ベッドを確保するために退院を促進したりすることで、利用される方にはご迷惑をおかけしています。一般診療の維持とコロナ対応の両立がたいへん難しいということにご理解をいただきたいと思ひます。

先のこととはわかりませんが、この状況はしばらく続くとも見ています。診療体制や診療制限、入館制限などが今のまま続くということではなく、2021年度

ではありません。まさにウイズコロナで、感染リスクが常に存在する中で、持続可能な生活をどう構築していくのか考えていくことが必要なのだと思ひます。

コロナ対応を含めて地域住民の健康を守るといふ点で、病院としてしっかりと貢献し続けていくための形を模索していきます。

新型コロナウィルス対応により経営・財政状況の厳しさが増えています。補助金の活用などで最大限の回復を図るべく、行政と協議を進めているところです。

検体採取急増 スタッフ疲弊

健生病院 1日120件



車に乗った患者から、検体採取してテントに一時保管するスタッフら＝21日午後、健生病院駐車場

弘前管内感染拡大



弘前保健所管内の新型コロナウイルス感染症拡大を受け、弘前市医師会の弘前PCRセンターで、市内の医療機関に検体採取依頼するケースが急増している。健生病院の検体採取は21日、約200件に上った。同病院は日曜日上った。同病院は日曜日上った。同病院は日曜日上った。

弘前PCRセンターは、市医師会が予約を受け付けている。水曜日と金曜日の定期の検査に加え、弘前市の依頼を受け、17日と19日の検査も実施された。21日の検体採取は計120件に上った。

(©東奥日報20年10月23日)

弘前PCRセンターは、市医師会が予約を受け付けている。水曜日と金曜日の定期の検査に加え、弘前市の依頼を受け、17日と19日の検査も実施された。21日の検体採取は計120件に上った。

弘前PCRセンターは、市医師会が予約を受け付けている。水曜日と金曜日の定期の検査に加え、弘前市の依頼を受け、17日と19日の検査も実施された。21日の検体採取は計120件に上った。



寒さの中駐車場でドライブスルーのPCR検査

弘前PCRセンターは、市医師会が予約を受け付けている。水曜日と金曜日の定期の検査に加え、弘前市の依頼を受け、17日と19日の検査も実施された。21日の検体採取は計120件に上った。

弘前PCRセンターは、市医師会が予約を受け付けている。水曜日と金曜日の定期の検査に加え、弘前市の依頼を受け、17日と19日の検査も実施された。21日の検体採取は計120件に上った。

広がる医療格差

2012年に成立の社会保障制度改革推進法は、社会保障を解体してきまされた。診療報酬・介護報酬・年金・生活保護費などを下げ続け、国民のいのちと健康を蔑ろにしています。

全国的な様々な団体の病院と交流する機会があり、医療情勢や今後の医療の在り方を含めて将来構想を意見交換しました。

地域医療を守る

健生病院の患者には、複数の疾患を持ち、また社会的な問題や経済的な問題など複雑な背景をもっている方もおり、私たちは人権保障の視点で向き合い続けてきました。それは、憲法25条で保障された人間らしく生きる権利を守ることであり、具体的には、差額ベッド料を徴収しない、経済的困難を抱えた人には「無料低額診療」を実施し、24時間365日どんな患者さんも断らない医療と介護を実践し続けています。

新築移転 振り返り

健生病院 事務局

さからビジネス効率を重視した運営を余儀なくされ、その結果、生活背景の困難な人やお金のない人を断らざるを得ず、より裕福な人を呼び込み、差額ベッド料で収入を上げていくことを生き残り戦略としていました。

このまま国の医療費削減の動きが進めば、病院にかかれる人とかかれぬ人の健康格差はさらに広がり、国民の受療権は保証されず、お金の有無でいのちが左右される事態が予想されます。

「核兵器禁止条約」が1月発効 日本政府にも条約批准を求める

1945年8月、広島、長崎に原爆が投下されてから75年が経過しました。核兵器の開発、保有、使用を広く禁じる核兵器禁止条約は、批准の要件となる50の国と地域に達し、2021年1月22日に発効することになりました。「生きていくうちに核兵器のない世界を」と願う被爆者の想いに、寄り添い活動してきた私たちの運動が実を結



毎年行われてきた「国民平和民主大行進」

び、大きな一歩を踏み出しました。これまで津軽保健生協は、核兵器廃絶に向けた活動としてヒバクシャ国際署名をはじめ、NPT再検討会議やピキニデー集会、原水爆禁止世界大会への代表派遣に取り組んできました。しかし日本政府は唯一の被爆国でありながら、依然として条約に参加しない姿勢を示しています。組合員の皆さんと協力して核兵器廃絶の世論を高めるべく、「日本政府に核兵器禁止条約の署名・批准を求める署名」に取り組んでいきます。

2020年度 秋の生協強化月間の延長（特別月間） 「新型コロナウイルス感染の深刻な影響が続くなか、くらしを支える事業の継続と、新しいつながりづくりに取り組みしましょう」

特別月間期間：2020年12月7日～2021年3月31日

特別月間の目的：

つながりを大切に、困りごとをかかえている人の声を聞き、困った、の解決の実践を上げましょう。

また、事業所を守り現場で働く職員を励ますために、組合員の思いとして「増資運動」に取り組みましょう。

- ①新型コロナウイルス感染拡大による影響を跳ねのけ、四課題達成を目指します。
- ②法人・事業所、地域医療介護を守るために「増資運動」に取り組めます。

10月1日～11月30日に計画していた秋の生協強化月間は、10月中旬に弘前市内で新型コロナウイルスのクラスター発生に伴い中止としました。

現在、感染拡大が落ち着いて来たことと、今年度は新型コロナウイルスの影響により生協四課題（仲間ふやし・出資金ふやし・班づくり・担い手ふやし）が例年と比べると進んでいない状況もあり、あらためて津軽保健生協独自の取り組みとして、生協強化月間を延長する事となりました。

コロナ禍での強化月間となりますが、感染対策を徹底した訪問行動などを中心に取り組めます。組合員の皆様にはご協力とご支援を宜しくお願いいたします。尚、再び津軽地域で感染が拡大した場合は中止とします。

(組織部部长 八島 将仁)

口座振替による増資のご案内

- 口座振替増資とは●
- ・預金口座により定期的に自動で増資金額が引き落とされます
- ・安全に増資活動ができます
- ・生協が確実に強化されます

コツコツ定期増資ははじめませんか？
ご協力をお願いします。

お問い合わせ。お申込み先

TEL.0172-35-8933

《ミニパネル展開催》
また、2021年1月18日、29日には生協会館で「核兵器禁止条約発効記念ミニパネル展」の開催を予定しておりますので、ぜひお越しください。(社会保障・平和委員会 浅原夏希)

私が絵を描く楽しさに気づいたのは小学校4年生の時、絵が好きで担任と出会ったことがきっかけでした。
学校から帰った後、外に出かけ岩木山やアカシアの木を見ながら、「この色を出すためにはどうすればいいんだろう」と考

今一回面に選んでいただいたものは「お山参詣」という絵で15年前に描いたものです。お山参詣は以前参加したことがあり、参加者と観客が一体となつて祭りを楽しんでいる様子を描きたいと思っていました。また、岩木山の大神様の気持ちを想像し、描くときは本殿から見下ろしている構図にしようと思

入院中、特に印象に残ったことがありません。一つは一人一人の患者に対する職員の雰囲気や言葉遣いの暖かさ、もう一つはベッドメイク、清掃、ごみの運搬、心のこもった給食など隔々まで行き届いたおもてなしで

私は3月で80歳になります。体調も回復し始めているので、自分のできる範囲の力を出して頑張ろうと思っています。絵も音楽も再スタートしたいです。



えるのが楽しくて、絵に対する興味を大きくしてくれました。

心のこもった対応

長年、津軽保健生協の活動に関わってきたふと振り返ってみたら「80歳」が目前にありま

職員は3月で80歳になります。体調も回復し始めているので、自分のできる範囲の力を出して頑張ろうと思っています。絵も音楽も再スタートしたいです。

絵のこと、入院体験など...

齋藤二朗さんの言葉「お山参詣—五穀豊穡・無病息災・家内安全」

サイギ、六根懺悔(ドッコイサイギ)という掛け声が絵から出てくるようにと念じながら一心に描いていきました。

職員の姿を活力に

コロナ対策で、健生がいち早く行動を起こしたあの姿は強烈でした。津軽保健生協でよく耳にする「地域に根ざす」という言葉を象徴する姿です。職員がテキパキと検温や問診する光景を目にし、ひとりでの涙がにじんでくるのを止められませんでした。

齋藤二朗さん(平賀支部副支部長)のご紹介

1941年(昭和16年)平賀町(現・平川市)に生まれる。長年小学校教諭を務め、退職後、趣味であるピアノやアコーディオンの演奏、歌、絵画など様々な分野で活躍。2018年まで支部長を務めるなど、津軽保健生協の活動にも力を注いでいる。

2021年の決意

弘前市 沢田由紀子
昨年からウオーキングを始めましたが冬場は寒...

新年の望み

弘前市 福眞 庸子
新年こそはコロナのな...

医療を通じての実践

つがる市 長谷川誠司
津川先生の医療を通じ...

懐かしい思い出

平川市 加藤セイ子
若かりし頃、津川先生...

病院の皆様へ

平川市 佐藤美治
新型コロナウイルス対応...

コロナ収束したら

弘前市 舞いママ
新年60歳の年...

希望と決意

藤崎町 成田 令子
新しい年、やはりコ...

新年の願い

黒石市 庄助とん
GOTO政策...

森岡さんの回想

弘前市 ひまわり
津川先生はもろろんの...

取り組みの歴史

弘前市 大久保悦子
津川さんの記事。今も...

創立者の遺志を継承

弘前市 大和田恵子
津川武一さんの記事を...

虫嫌いな私

平川市 みたらし
虫嫌いを克服するため...

気遣いが嬉しかった

弘前市 碓谷マリ子
遠くの実家に帰って...

新年のチャレンジ

平川市 寛蓮坊
今年はチャレンジ33に...

コロナ対応に感謝

弘前市 たまちゃん
弘前もコロナの猛威に...

回想の津川武一

弘前市 大平紗美江
最終回で、事務職員第...



弘前市 くろのねこ

健康パズル 新年拡大版

1月は当選者ワクも拡大! 20名にクオカードをお送りします

16x16 grid for the health puzzle game.

《ヒント》 1年のしあわせを願う

《タテのカギ》

- 2 今昔 竹取の...
3 茶道や華道で行うよう...

《ヨコのカギ》

- 1 問題を解いた後は、...
2 4歩移動すること...

応募方法

▼とき方カギに従ってマ...

16x16 grid for the health puzzle game.

第699号(11/1付)パズルの正解「サツマイモ」

正解者多数のため、抽選で...

- 1 青森市
2 弘前市
3 大久保悦子...

藤代健生病院 家族教室のご案内
「回復は無理せず焦らず諦めず〜ご家族、支援する方々をお願いしたいこと」

医学生への

食料品寄付のお願い

青森民医連弘前事務所では、医学生の学びと生活のサポートをしています。医学生の要望に合わせた学習会を開いたり、生活の悩みを聞いたり

幅広く対応しています。今年は新型コロナウィルスの影響が医学生にも色濃く出ています。大

の収入が減ったから仕送りが減る、節約のため食費を削っている、といった声が事務所に寄せられました。

織部の力を借りて津軽保健生協の組合員にお話ししたところ、お米や野菜をはじめ本当にたくさん



本場のりんご、もらいます

助かりま〜す



組合員さんから事務所に支援続々！張り切るスタッフ

そんな医学生の声を組

しかし、新型コロナウ

イルスの流行は収まる心配がなく、親元を離れ、一人で暮らす医学生たちは不安な毎日を送っています。医学生支援のため、引き続き食料品の支援をお願いします。お問い合わせは左記までご連絡ください。よろしくお

青森民医連弘前事務所
宮腰和美

(TEL) 0172-34-5455

グループで受講が進んだ通信教育

教育委員会

コロナで各支部の総

会、レクリエーション、班会の中止も余儀なくされ、思うような組合員活動ができない1年となった中、通信教育受講が昨

浪岡支部／大成支部
下町支部／中里支部

を5人が受講。11月、回答が難しい記述問題を持ち寄りしました。「地域での課題、実践を書きなさい」という出題に、高齢

化している地域、組合員の民生委員とともに認知症のお隣さんに対応した経験などが具体的に話され、つながりが大事なこ

年度よりプラス20件、グループでの受講は昨年の4倍の9支部から50人が参加して進められています。

下町支部は「コロナの中、通信教育に取り組もう。みんなで学べば、怖くない！」と、●高齢期のいきいき生活 ●医療福祉生協の地域包括ケア ●

協同組合と医療福祉生協の生い立ち——のコース

ができました。(編集委員・五十嵐吉美)

※東中支部+時敏支部
四中りんご支部／藤崎支部／五所川原支部

を5人が受講。11月、回答が難しい記述問題を持ち寄りしました。「地域での課題、実践を書きなさい」という出題に、高齢

化している地域、組合員の民生委員とともに認知症のお隣さんに対応した経験などが具体的に話され、つながりが大事なこ

ができました。(編集委員・五十嵐吉美)



4人で学習会

カレンダー、手帳 寄付・募金開催のご案内

津軽保健生協では、ご家庭にある不要な2021年のカレンダーや手帳をお寄せいただき、その売上金をユニセフ(国際連合児童基金)へ寄付するボランティア活動を行っております。

つきましては、下記の日程でカレンダー・手帳販売会を開催致しますので、気軽にお立ち寄り下さい。皆様の温かいご協力をお願い致します。

記

■寄付・募集期間 2020年12月29日(火)まで

■販売会・開催日 2020年12月25日(金)～2021年1月15日(金)

■開催場所 生協会館、津軽医院、黒石診療所、五所川原診療所

1口100円以上でのご購入をお願い致します。

ご不明な点は、
組織部 Tel: 0172-35-8933
(担当: 金枝・浅原)
までご連絡下さい。



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 組織部

電話0172-35-8933

楽しいお料理

☆献立紹介…
健生病院
管理栄養士

柳谷 愛美

おせちにもぴったり和風ミートローフ



うは変色を防ぐため水にさらしておく。いんげんはへたと筋を取る。

②人参、ごぼうは水から茹で、軟らかくなったらいんげんを加えて1～2分茹でる。茹で上がった後冷ましておく。

③茹で卵を3個作る。(目安: 水から茹で沸騰してから7分)

④玉葱、生椎茸をみじん切りにして500Wの電子レンジで2分加熱する。

⑤長芋をすりおろす。

⑥オーブンを200度に予熱する。

⑦ボウルに④、⑤、他の肉だねの材料をすべて入れて、粘りが出るまで練り混ぜる。

<材料(18cmのパウンド型1台分)>

肉だね(鶏挽肉250g 溶き卵1個分 玉葱1/4個

生椎茸2個 パン粉10g(大さじ3) 長芋15g

味噌大さじ1と1/2 醤油小さじ2

みりん小さじ1 塩・胡椒少々)

卵3個 いんげん4本 人参1/4本 ごぼう1/4本

白煎り胡麻・黒煎り胡麻 各小さじ2(お好みで)

<作り方>

①ごぼうと人参を縦5～6cmの拍子切りにし、ごぼ

⑧パウンド型にクッキングシートを敷き、肉だねの半量をのせる。中央に茹で卵を3個並べ、1の人参・ごぼう・いんげんを茹で卵の左右それぞれに並べる。残りの肉だねをのせて形を整え、お好みで上面にごまをふる。

⑨200度のオーブンで40分焼く。焦げ目をつけたくない場合は、途中で一度アルミホイルをかぶせる。

⑩焼き上がった後よく冷ましてから6等分に切り分け、盛り付ける。

6枚切り・1切れあたりエネルギー150kcal 塩分1.2g