

●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705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.tsugaru-health.coop>  
Eメール [kenkou@r66.7-dj.com](mailto: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705号 2021.7

2021年度 第96回通常総代会開催 6月19日

6月19日、弘前市のラグリーにて第96回通常総代会が開催されました。

新型コロナウイルス対策により出席総代を22名に絞り、理事は16名、監事は2名の出席。理事会より6つの議案が提案され、活発な討議ののち、すべて賛成多数で可決されました。

三浦良成副理事長は閉会あいさつの中で、青森県や弘前市などよりたびたび「なぜ健生病院はそこまで新型コロナウイルス

に立ち向かえるのか」と問われることを紹介し、答えは「生協組織であること、いのちの章典・民医連綱領を掲げていること、津軽保健生協には69年の歴史と伝統があること」としました。

「組合員の力を結集し、総力をあげて立ち向かうことができる医療生協の最大の優位点を生かし、引き続き全力で新型コロナウイルスと闘うとともに経営を両立させていこう」と締めくくりました。



理事長 安田 肇

あいさつ

コロナ禍に正面から向き合い  
無差別・平等・公正な医療活動 継続

本日は総代会にご出席いただき誠に有難うございました。

新型コロナウイルス感染症患者の発症が全国的に広がる中、弘前市、五所川原市でもクラスターが発生し、圏域での感染患者の増加があり、今年度の総代会も、昨年と同様に制限した形での開催にならざるを得なかったことをお詫び申し上げます。

昨年と違うのは、高齢者を中心にワクチン接種が始まり、今後の感染抑制について光明が見えてきたことです。私たちもワクチン接種拡大の一翼を担っていききたいと思います。

昨年度は健生病院を先頭に、新型コロナウイルス感染症に正面から向き合っていました。健生病院では、発熱外来の実施、保健所の依頼を受けて濃厚接触者のドライブスルーでのPCR検査実施、新型コロナウイルス感染者専用病棟を開設し、当初12床、現在は15床のベッドを確保し、軽症から中等症の入院患者を受け入れ、また、回復期リハ病棟では、感染から回復した患者のリハビリ目的での入院の受け入れを行いました。大病院、国立病院を始め弘前保健所管内の医療機関、保健所と毎週WEBでの会議を行い、情報を交換し、医療連携を行っています。法人内では、黒石診療所と津軽医院でも発熱外来を行っています。五所川原診療所でも、医師会統一の発熱外来に所長が参加しています。



法人の基本方針として、①新型コロナウイルスへの対策を行う。併せて、職員のメンタルヘルスにも気を配ること。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。併せて、職員のメンタルヘルスにも気を配ること。③

(本号は、総代会の決定内容をお伝えするため、1週間ほど発行が遅れました)

新型コロナウイルス感染との関連で経済的に困窮している患者に目配せできるようにすることの三つを掲げ、取り組んでまいりました。

経営的には、感染予防対策として、外来、救急患者、健診受診者を制限することとなり、大変厳しい状況が続きました。

そうした中で、2021年1月18日から3月31日に実施した「津軽保健生協・健生病院支援募金」には、期間中に626の団体、個人から総額1千427万1644円の寄付が寄せられました。ねぎらいや激励などのメッセージを多数いただき、役員を大いに励ましていただきました。改めて、厚く御礼申し上げます。いただいた寄付金は医療、介護、福祉活動に幅広く活用させていただきます。

私どもの強みは、組合員に依拠した医療活動、保健予防活動を展開できることで、今回も含

めて、これまで何回も助けていただきました。今は、班会をはじめとした生協の各種活動を十分に行うことができない苦しい時期にあります。感染予防が第一ですが、組合員の皆様には、この場を借りて、改めて、一層のご支援をお願い申し上げます。

第96回通常総代会スローガン

- 一 組合員・役職員の力で新型コロナウイルスの感染拡大に対応し、いのちを守る医療・介護事業の継続・発展に努めよう
- 一 日本国憲法の改悪を許さず、憲法九条を守っていこう
- 一 医療・介護・年金等の制度の新たな改悪を阻止し、社会保障制度を充実させる運動を広めよう
- 一 「医療福祉生協連2030ビジョン 誰もが健康で居心地よくくらせるまちづくり」にもとづき、いのちをくらしを守る活動を推進しよう
- 一 医師・看護師をはじめとした専門職の確保と育成を進め、事業をさらに発展させよう
- 一 組合員の拡大と班・支部への結集を推進し、地域の健康づくりを進め、生協組織を大きく、強くしていこう

◆ 総代会の流れ ◆

開会あいさつに続き、安田肇理事長の「あいさつ」がありました。村上渡専務から1号議案の2020年度の「事業報告・決算報告」があり、議案質疑が行われました。

次に2号議案の2021年度の「事業計画・予算」が提案され、その中で関谷修理事から「ガーベラタウンについて」の特別報告がありました。その後、議案質疑が行われました。このあと、4つの議案が提案され、議案決議となり、賛成多数で採択されました。最後に、三浦良成副理事長から「閉会のあいさつ」があり、拍手で終了しました。

## 2020年度 経営活動 まとめ

事業収益は98.4億円となり、予算を9.0億円下回り、昨年実績を7.1億円下回りました。事業費用は106.8億円であり、予算を1.0億円下回りました。経常剰余金は、△1.6億円となり予算対比で1.2億円下回りました。補助金・補償金を除いた事業活動による経常剰余金は△8億円を超える赤字となりました。当期の剰余金が1.2億円となったことで予算を1.5億円上回り、新築移転事業への投資の影響による累積欠損が△10.3億円に減少しました。全累積欠損解消のためには毎年の経営を黒字転換しなければなりません。

## 2021年度 経営活動 方針

### 重要課題

- 1 新型コロナウイルスの感染対策強化を継続し、医療・介護・福祉の事業活動の継続・発展を進め、地域の中で受療権を守ります。そのために職員のいのちと健康を守り抜きます。
- 2 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。
- 3 医療福祉生協の4つの重点課題とSDGsの学びを深め推進します。
- 4 コロナ禍での医療・介護事業所への減収補填を求めていきます。
- 5 医師確保・要請の成功および経営幹部の育成を進めます。

### ガーベラタウンの今後

宿泊型自立訓練事業所—ガーベラタウンは、入居者の減少、累積剰余△1.5億円を抱え、施設の老朽化が進行。閉所に向け調整します。

### 創立70周年記念事業

創立70周年記念事業および生協まつりなどの企画準備を目的に

## 2020年度 組合員活動 まとめ

2020年度は新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、通常の組合員活動及び支部行事などが出来ない一年となりました。支部ではコロナ禍の中でも出来る活動を模索し、感染対策を講じながら組合員同士のつながりを切らさない活動に取り組みました。また、四課題では仲間増やし4年ぶりに37全ての支部で実績を作りました。出資金も3年ぶりに1億円を超えました。班づくりでは、結成を予定していた支部もありましたが、感染状況の影響により4班に留まりました。

### 四課題の取り組み

- ①仲間ふやし 9支部が目標達成しました。

年間目標	達成(達成比)	前年比
3,000人	1,313人(43.8%)	77.1%
総組合員数(20年度末)	56,684人	

- ②出資金ふやし 8支部、2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	1億0,731万円(53.7%)	109.2%
出資金総額(20年度末)	15億9,352万円	

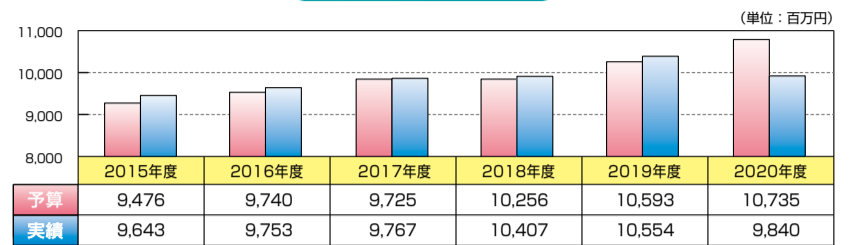
## 2021年度 組合員活動 方針

感染の収束までには相当な時間を要すると思われます。感染対策の徹底を継続しながら、「誰もが健康で平和にくらせるまちづくりへの挑戦」に取り組みます。これまでのつながりを活かし、ひとりぼっちの組合員をつくらない組合員活動を協同の力でつくりま

- 1 生協四課題の達成を追求しましょう
  - ①仲間ふやし 2,500人(支部900人、事業所1,600人)
  - ②出資、増資 1.5億円
  - 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)

2020年度の黒字はコロナ関連補助金が大きく影響しており、本来の経営活動である医療・介護・福祉事業で黒字を生み出すために、経営改革を全事業所で推進していく必要があります。

### 事業収益



「記念事業実委員会」を、また70周年記念誌の発行を進める「記念誌編集委員会」を設置しました。

### 経営活動および予算方針

- 1 健生病院・健生クリニックは、「医療が必要な人に必要な医療を届ける」医療活動を継続しながら、経営目標達成を目指します。
- 2 藤代健生病院は経営目標達成を目指し、今後施設の建て替えの検討、および精神科医師の養成を進めていく必要があります。
- 3 診療所経営では、健診、予防接種を進め、外来・通所リハなどの利用件数が減少しないよう努め、経営目標達成を目指します。
- 4 介護事業経営では、法人内外の事業所と連携し、「ナースングホームたまち」の利用者を増加させ、また虹・ショートステイの稼働を高めるよう努め、経営目標達成を目指します
- 5 予算方針 年間の必要資金は、借入金返済や設備投資などに必要な償却前経常剰余金で6.7億円です。予算では経常剰余が△1.2億円、償却前経常剰余金は6.4億円となりました。予算化していない補助金の獲得を含め、全職員・組合員の力で必要資金獲得に努めます。

- ③班づくり 2支部が目標達成しました。

年間目標	達成(達成比)	前年比
74班	4班(5.4%)	36.4%

- ④担い手づくり

年間目標	達成(達成比)	前年比
370人	208人(56.2%)	70.5%

### 生協強化月間

20年度の月間は、秋の全国統一月間と秋以外に支部が独自の2ヵ月の月間を設定できるように方針化しました。しかし、秋の月間は弘前市内で大規模クラスター発生に伴い全面中止。支部独自の月間は21の支部で計画しましたが、感染状況に左右されました。このため「特別月間」を12月から年度末まで設定しました。

### 地域まるごと健康づくり

- ①健康チャレンジャー 1800人の目標に対して1960人の申し込みがありました。②まちかど健康チェック今年度は全面中止です。③自治体との懇談—健康づくり委員会では5自治体と懇談しました。④すこしお生活—班会では尿チェックによる塩分チェック375件、みそ汁塩分チェックは118件が行われました。

- 2 生協強化月間、秋は全国の医療生協での取り組みに合わせ実施予定です。支部単位の月間は、感染状況を考慮して任意とします。
- 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。
  - ③自治体との懇談に取り組みます。
- 4 居場所(たまり場)づくりで安心づくりを拡げましょう
- 5 支部の抱えている課題を解決し活動を広めます
- 6 事業所利用・ボランティア活動を充実させていきます
- 7 長期住所不明組合員の訪問調査に引き続き取り組みます
- 8 班登録の整理を行います

# 総代の主な発言と回答の要旨

## 第1号議案

浅利 直志 総代 (常盤支部)



【発言】 臨時職員

労働条件、あるいは待遇改善をどのように進めているのか。住所不明組合員の脱退処理の内容、また今後の取り組みは？

【答】 臨時職員については、日給制だったものを月給制に変更しています。またパート職員に出ている退職慰労金を今年から臨時職員にも適用するようにしました。正職員と差があつてはならない手当 (住宅手当、家族手当など) も経営状況を見ながら改善していきたいと思つています。また休暇の差も是正に努めます。

住所不明者1万5千人以上の脱退処理は、新築移転などがあつて滞つていました。18年にみなし自由脱退の規定を作り、昨年の処理は4年計画の3年目でした。減らすだけでなく、若い世代の組合員をふやしていく方針です。

野呂 幸市 総代 (金木支部)



【発言】 この議案

書を読んで、支部の取り組みの様子、活動の総括が見えない。経営重視の目線で書かれている感が否めない。組合員の日常的な活動が記載されず無視されている。活動の集約数が各種資料のみで本文で総括されていない。議案書の構成を変えるべきだ。

【答】 議案書のまとめや総括が不十分という指摘ありがとうございます。今後、野呂総代からいただいた資料を参考にし、作成を

工夫していきたいと考えています。

## 第2号議案

浅利 直志 総代 (常盤支部)

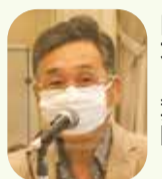
【発言】 一津軽保健生協の地域におけるポジショニングの確立が重要である」と議案書に書かれてある。内容は、予算案では1.5億円をかけて医局棟を増築するということ、その必要性や内容は？ 70周年記念事業のなかで、映像を残すことが難しいということだが、コロナ禍だからこそ大事なことでと思う。地元の業者を使うなどで再検討できないか。

【答】 コロナ禍で毎週各病院や保健所と話し合いをしており、生協の立ち位置がかなりはっきりしてきました。これから弘前市立病院がなくなり、二次救急は健生と国立が中心となって受けることとなります。健生病院はワクチンを含めてより地域に密着した医療を行っていくことになると思つています。自分たちで考えるだけでなく、話し合いの中でお互いの役割がはっきりしていくのではないのでしょうか。

医局棟については、現在生協院所属医師が62人いますが、57人の席しかなく5人に机がない状態です。今年研修医が6名入職し、来年は10名を目指しています。今年中に増築しスペースを確保したいと思つています。これまでの記録映像で、「津軽に生きる」「誕生」は非常に感動的な映像です。どちらも制作している東京の業者は、民主運動などに特別の思い入れと技術があります。取材のため日常的に病院に入り込むのは、このコロナ禍では無

理だと判断しています。

山本 繁明 総代 (南支部)



【発言】 介護事業

について、借入金が減らない現状で、毎年「黒字化を目指します」と書いている。長期の黒字化計画を明示してほしい。黒字化には当然、職員を中心とした業務改善が必要だと思う。その計画は？

【答】 健生エリアの新築で非常に大きな設備投資をしたため、減価償却費と繰延消費税が大変大きな負担になっていますが、22年度から23年度にかけてその負担が減ります。新築移転後の収益であれば黒字を見込めます。病院の外來収益がそのまま戻らないことを見据え、在宅医療拡大を方針化したいと考えています。医療と介護の連携強化の取り組みをしている中で今年度はいいスタートが切れています。業務改善について、健生病院の中で空床活用の取り組みをしており成果が出ています。またワクチン接種のため効率性の追求などを行っています。ほか、各事業所はそれぞれの特性に合わせて目標を持って業務改善に努めています。

野呂 幸市 総代 (金木支部)

【発言】 生協四課題の算出根拠は何か。

【答】 コロナ禍の影響を加味して、仲間ふやし目標を昨年の3000人から2500人に、出資増資を2億円から1.5億円に減らしました。これから支部や事業所でも目標を立てていきます。コロナ禍の中でもできるだけ組合員活動に取り組んでほしいという思いの目標です。

# 健生病院・クリニック 組合員バス時刻表

2021年7月1日 施行

【月～金の平日運行便】

(和徳・時敏・北東・五中・東中) 5支部 循環組合員バス

津軽保健生協会館	宮園 社会福祉センター(北横町)	宮園 旧ワリエス(北横町)	宮園 西口(北横町)	青山 青山公園(北横町)	撫牛子 JA和徳(北横町)	撫牛子 1丁目(北横町)	藤原源接 鉄工所前(北横町)	みちのく 銀行(北横町)	長四郎 公園(北横町)	城東中央 5丁目(北横町)
8:30	8:36	8:37	8:39	8:40	8:48	8:49	8:53	8:59	9:00	9:01
9:40	9:46	9:47	9:49	9:50	9:58	9:59	10:03	10:09	10:10	10:11
10:40	10:46	10:47	10:49	10:50	10:58	10:59	11:03	11:09	11:10	11:11

腰痛 城東中央 小比内 健生病院・向 カメイ スタンド 年金事務所 クリニック

9:02 9:03 9:04 9:08  
10:12 10:13 10:14 10:18  
11:12 11:13 11:14 11:18

\*乗りの出発時刻 ①12:40 ②13:40 ③14:40

\*5支部循環組合員バスの午後便は、健生病院・健生クリニックから出発して記載のバス停のいずれかまでお乗りいただけます。  
\*途中乗車はできません。

駅前循環 組合員バス (健生病院⇄駅前周辺地域) ※このコースは、平日の他に、土曜日も運行します。

健生病院・クリニック	松森町 山形内科クリニック(北横町)	弘前駅 東横町(北横町)	ヨーカドー 宝くじ売り場(北横町)	津軽保健生協会館	南大町 三照堂(北横町)	川先 ローソン川先1丁目(北横町)	健生病院・クリニック
8:30	8:37	8:41	8:44	8:50	8:56	9:00	9:03
9:15	9:22	9:26	9:29	9:35	9:41	9:45	9:48
10:00	10:07	10:11	10:14	10:20	10:26	10:30	10:33
10:45	10:52	10:56	10:59	11:05	11:11	11:15	11:18
11:30	11:37	11:41	11:44	11:50	11:56	12:00	12:03
12:15	12:22	12:26	12:29	12:35	12:41	12:45	12:48
13:00	13:07	13:11	13:14	13:20	13:26	13:30	13:33
13:45	13:52	13:56	13:59	14:05	14:11	14:15	14:18
14:30	14:37	14:41	14:44	14:50	14:56	15:00	15:03
15:15	15:22	15:26	15:29	15:35	15:41	15:45	15:48
16:00	16:07	16:11	16:14	16:20	16:26	16:30	16:33
16:45	16:52	16:56	16:59	17:05	—	—	—

\*このコースは新病院から駅前周辺(松森、駅前、ヨーカドー、大町、川先)を循環します。  
\*このコースの所要時間は33分間で循環します。  
\*土曜日は午前中のみ運行します(最終は11:30で津軽保健生協会館までの運行です。)

健生病院 市内循環 組合員バス

津軽保健生協会館	弘前駅 東横町(北横町)	弘前駅 センター(北横町)	弘前駅 東横町(北横町)	津軽保健生協会館
8:10	8:30	8:35	8:42	8:55
9:35	9:50	9:55	10:02	10:15

津軽保健生協会館 弘前駅 東横町(北横町) 弘前駅 センター(北横町) 弘前駅 東横町(北横町) 津軽保健生協会館

11:30 11:45 11:51 11:53 11:55 11:58 12:03 12:10 12:14 12:30 12:40 12:50 12:55 13:10 13:30 15:10



表彰の部一覧



1. (1) 班会開催の部

① 3年連続指標班として活動した班

時敏支部：年金健康班  
下町支部：羽馬菜子班  
栄町いずみ班

四中さくら支部：花みずき班  
南支部：ハート班

南石川支部：大沢班  
岩木支部：おおうら班  
板柳支部：ひらめ班

② 5年連続指標班として活動した班

文京支部：文京班  
四中りんご支部：わかば班  
東中支部：ほほえみ班  
あかり班



平賀支部	尾上支部	黒石支部	目黒支部	相馬支部	岩木支部	北支	南中央支部	東中支部	五中支部	四中りんご支部	四中さくら支部	三大成支部	大支	下町支部	河西支部	北東支部	和徳支部	時敏支部	
5名	3名	9名	16名	5名	8名	3名	2名	1名	9名	2名	6名	2名	2名	1名	5名	6名	2名	2名	3名

(2) 総代・支部役員・担い手として活動し5年を経た組合員。すでに表彰された組合員を除く

大鶴ヶ関支部	浪岡支部	常盤支部	藤崎支部	板柳支部	五所川原支部	金木支部	木造新田支部
3名	5名	5名	1名	4名	4名	1名	1名
計116名							

(3) 特別表彰の部

① 四課題中、3課題を達成した支部

五所川原支部 / 中里支部 / 小泊支部

② 新聞配布者を10名以上増やした支部

五所川原支部

※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

2. 生協活動に貢献した総代・支部役員・担い手で

第一線から退いた組合員の部

時敏支部：津川 文義 (故人)  
武藤登理子 (故人)

下町支部：田村 琉枝  
大成支部：村上 強

三大支部：岡本 誠治  
三上 英子

文京支部：奈良岡 辰夫  
四中さくら支部：五十嵐 喬 (故人)

四中りんご支部：工藤せい子  
岩崎 エコ

中里支部：今田 富雄  
小内洋子

成田 ツセ  
佐藤サツヨ (故人)

南支 佐々木倫子 (故人)  
北支 寺田 光昭 (故人)

岩木支 工藤 りえ (故人)  
相馬支 成田 ミエ (故人)

田舎館支 樋口 テル  
平賀支 佐藤 榮子

常盤支 三浦 ミキ  
藤崎支 横山 剛 (故人)

鶴田支 佐藤 ちよえ  
中里支 松山 幸子 (故人)

小泊支 平間 康元 (故人)  
深浦岩崎支 小寺 武繁 (故人)  
富雄 (故人) (敬称略)

新型コロナワクチン接種がはじまりました

健生病院・健生クリニックでは6月8日より65歳以上の高齢者への新型コロナワクチン接種を開始しました。6月18日現在までの10日間で2,521人の予約を受け付けており、その内約500人に1回目の接種を実施しました。

当初は1日100件の枠で実施していましたが、6月21日からは1日180件に増枠して多くの方が早期に接種できるように取り組んでいます。6月18日時点で7月増枠分にはまだ空きがありますので、まだ予約のない人は「健生ワクチン予約専用ダイヤル(0172-55-7690)」へお問い合わせください。64歳以下の予約に対するお問い合わせについても専用ダイヤルへお願いします。

ワクチン接種を受ける人へのお願いです。① 予診票はあらかじめ漏れなく記載し持参してください。② 当日は体温を事前に計測し記載してください。③ 上腕か



ら肩あたりに接種するため、半そでなど腕が露出しやすい服装でご来院ください。④ 当院正面の発熱チェック場所にて「新型コロナワクチン接種に来た」とお声がけください。

多くの人のスムーズな接種のためにご協力をお願いいたします。また、ご連絡のないキャンセルはワクチンの廃棄につながりますのでお止めください。予定の変更や他医療機関で接種した場合は、速やかにキャンセルのご連絡をいただきますようお願いいたします。

健生病院・健生クリニック  
新型コロナワクチン  
接種予約について

65歳以上でコロナワクチンの情報が届いていない方や医療機関にアクセスできない方など、お困りの方がいるという情報があれば組織部(35-8933)までご連絡ください。

健生ワクチン予約専用ダイヤル

受付時間 8:30~16:30 (土日祝を除く)

☎ (0172) 55-7690

※つながらない場合は時間をおいておかけ直してください。  
※番号をお間違いのないようご注意ください。  
※予約は電話でのみの受付です。  
※窓口やインターネットでの予約は行っていません。

通常診療に影響が出ますので健生病院・健生クリニックの代表番号へのワクチンに関する問い合わせはおやめください。

※予約時に氏名・性別・年齢・生年月日・住所・電話番号をお聞かせします。

※健生病院・健生クリニックの診察券をお持ちの方はお手元にご準備ください。

ワクチン予約開始時に混乱や不快な思いを生じさせてしまったことをお詫び申し上げます。

健康パズル

応募方法

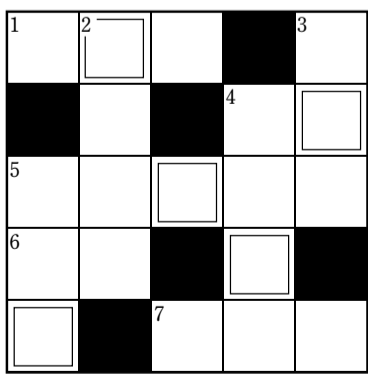
とき方IIカギに従ってマス目をうめて下さい。二重の枠の中に入った文字をうまくつなげるとひとつの言葉になります。  
ハガキやメールでパズルの答えと、「興味を感じた記事」や、日頃の想い。おたより(一部紙面に掲載させていただきます)は一部紙面に掲載させていただきます。  
(紙上ペンネーム可)  
締切日7月25日必着。正解者から10人にQUOカードをお贈りします。  
送り先 T03618045  
弘前市野田2丁目2の1  
津軽保健生協・健康パズル係  
Eメール kenkou@f667.dj.com

《タテのカギ》

2 茄子に火を通す。皮をむいてポン酢や鰹節と一緒に食べると美味しい  
3 収入と支出の記録をつける。簿  
4 相手の出方を見ながら、押し引きしたりアプローチするところ  
5 噛めば噛むほど味が出る

《ヨコのカギ》

1 内気ではにかみ屋のことを、英語で言つと  
4 運を天に任せ、大きな一に出る  
5 上から下に落ちる砂で時間を測る  
6 家に居るのに不在のふり。居  
7 大きくて美味しいリンゴを育てるため、余分な実を摘み取る作業

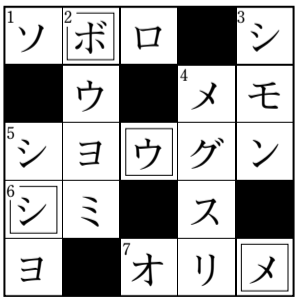


《ヒント》(5文字)  
夏の陽射しから肌を守る

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。

第704号(6/1付) パズルの正解「ウメボシ」

正解者多数のため、抽選で次の10名の方にQUOカードを差し上げます。(敬称略)



- (黒) 石 市
- (つがる) 市
- (平) 川 市
- (五所川原) 市
- (鶴田) 町
- 板垣 治
- 一戸 千秋
- 葛谷 マチエ
- 山本 優子
- 前田 知子
- 大矢 順子
- 中野 典子
- 佐藤 美治
- 坂本 茂子
- 坂本 裕子



病院 5-7717

生協 6-5181

クリニック 5-7707

医院 2-3101

診療所 5-2542

診療所 3-3015

本部 3-7515

センター 5-8933

1952(昭和27)年2月24日に誕生した津軽保健生協は、2022(令和4)年に創立70周年を迎えます。スタートは組合員800人、出資金40万円からでした。組合長には津川武一医師が就任。

その日から医療活動を積み重ねて幾星霜、現在5万6千人を超える組合員と1200人を超える職員が、日々医療と介護、福祉に励んでいる組織に

成長しました。来年の「記念式典」および「生協まつり」の企画準備などのため、理事会では「記念事業実行委員会(安田肇委員長)を立ち上げました。

記念誌編集のために、「記念誌編集委員会」(三浦良成委員長)を設置。

この間、新病院の構想、設立、移転があり貴重な軌跡を記録するものとなることでしょう。

どんなイベントを行う



これまでの周年記録誌

- 【報告事項】
- 5月度の主な経過報告と6月・7月・8月の主な行事予定
  - 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
  - 青森県生協連第64回通常総会代議員選出
  - 第2回表彰選考委員会報告書
  - 会計監査所見
  - 2020年度決算所見
  - 永年勤続役員表彰者について
- 【審議事項】
- 【議決事項】
- 第96回通常総代会での組合員・班等の表彰の件
  - 第96回通常総代会議案書の承認
- 【協議事項】
- 新型コロナウイルス感染症対応について
  - 新型コロナウイルス感染症拡大を踏まえた実出席総代の絞り込みについて
  - 第96回通常総代会特別決議(案・スローガン(案)宿泊型自立訓練事業所「ガーベラタウン」について

## 創立70周年記念事業について

式典・まつり・記念誌などを構想

のか、どんな記念誌ができるのか。そして皆さんと一緒に集まれるように、早くコロナが収束することを祈りましょう。

## 5月度定例理事会 (5月29日)

理事会 概況

## 内科からの紙風船

### C型肝炎治療の進歩

理事長 安田 肇



C型肝炎の原因となるウイルスを発見したイギリスのマイケル・ホートン、アメリカのハーヴェイ・オルター、チャールズ・ライスの3教授が、2020年度ノーベル医学生理学賞を受賞しました。

肝炎はヒポクラテスの時代から知られていて、「若年者に発病する、時に重篤となる疾患で黄疸(皮膚が黄色くなる)を伴う」と記載されています。近世になると、黄疸の流行の記録が目立つようになり、普仏戦争の時には戦争の勝ち負けに影響を及ぼすようになりました。

肝炎の研究が進歩したのは第二次大戦後で、アルコールが原因である肝炎とは別に、感染する肝炎として二つのタイプがあることが明らかになりました。一つは、汚染された水や食物を介して急性に発症し、A型肝炎と名付けられました。もう一つは、血液を介して感染するB型肝炎です。B型肝炎はA型肝炎と異なり、多くは慢性の経過をたどり、肝硬変や肝がんを発症することがあり、大きな脅威と考えられました。

1960年代から70年代初頭にかけて、A型肝炎ウイルスとB型肝炎ウイルスの存在が次々と明らかになりました。ところが、両方の肝炎ウイルスが陰性であるにも関わらず、輸血後に肝炎を発症する例が少なからず見られ

した。ハーヴェイ・オルターは1970年代に、輸血後肝炎患者の血液を用いてチンパンジーに肝炎を発症させることに成功し、A型、B型以外の未知の肝炎ウイルスが存在することを示しました。

マイケル・ホートンは、肝炎を発症したヒトとチンパンジーの血液を解析して未知のウイルスを発見しC型肝炎ウイルスと名付け、1989年に発表しました。チャールズ・ライスは、このウイルスをチンパンジーに感染させることによって肝炎が発症することを確認し、病気の原因であることを証明しました。

私が研修医だった1983年に、青森市でカキ生食が原因の急性A型肝炎の流行に遭遇しました。その後、健生病院に戻って、輸血後に発症した当時は非A非B肝炎と言われた慢性肝炎の患者さんを受け持ち治療に難渋しました。

現在は、ほとんどのC型肝炎は薬で治る時代になりました。2014年、C型肝炎ウイルスに結合して効率良く増殖を抑制することができる直接作用型抗ウイルス薬と呼ばれる画期的な治療薬が登場し、95%以上の患者が治癒を目指せるようになりました。健生病院では消化器内科の千葉大輔先生が中心となって積極的に治療が行われています。今回の受賞は、こうした目覚ましい治療の進歩が背景にあります。



古川美代子さん・心都ちゃん  
お兄ちゃんと仲良くね♡



高阪 明末さん・楓ちゃん  
お兄ちゃん、お姉ちゃんと仲良くね!!



秋庭 千穂さん・百良ちゃん  
すくすく、元気に育ってね!



池田 滯さん・美玲ちゃん  
元気に育ってね!



小田桐裕樹さん・冬磨ちゃん  
元気にすくすく育ってね。



奈良岡聖美さん・和樹ちゃん  
すくすく育ってね。



黒滝 祥子さん・竜雅ちゃん  
元気いっぱい大きくなってね。



齊藤 美咲さん・冴ちゃん  
毎日笑顔で過ごそうね。



水上 梓織さん・橙也ちゃん  
すくすく元気に育ってね!



佐藤 敬子さん・綾星ちゃん  
大きくなーれ!



富田 春菜さん・菜波ちゃん  
元気いっぱい育ってね。



佐藤 冬美さん・凛ちゃん  
元気に、大きくなってね



古川 春日さん・百恵ちゃん  
元気に育ってね



岩野 安杏さん・凜ちゃん  
すくすく元気に育ってね!



水上 梓織さん・橙也ちゃん  
すくすく元気に育ってね!



佐藤 敬子さん・綾星ちゃん  
大きくなーれ!



高本和さん・葵生ちゃん  
元気がっく良くなーれ♡



三上 香織さん・莉央ちゃん  
元気に大きくなってね!!

## すくすく エンジェル

4カ月健診のあかちゃんたちです



医師紹介コーナー

良い医療を目指して



2年目 研修医 小山内俊晶 医師

こんにちは。研修2年目の小山内俊晶と申します。健生病院に入職してからの1年間は振り返るとよくよく考えてみると普段は仕事のことばかり考えていて、1年間を通して振り返る機会が全くありませんでした。この機会にどんな1年だったか振り返らせて頂こう

と思います。コロナじゃなければ同期や職場の先輩方と飲みに行ったりして色んな話ができたのではないかと思います。去年の4月頃という

ら仕事をしていました。いつも丁寧な指導して下さる先生方や多職種の方には感謝しかありません。一旦仕事が始まると時間がたつのは早いもので、夏になり、気づいたら雪が降り、そして1年が終わっていた印象があります。1年経つのは本当に早かったです。1年間医師として仕事を

1年間医師として仕事を提示できる医師になっていくことが良い医療につながっていくのではないかと考えるようになりました。まだまだ未熟ですが、良い医療を行えるよう成長していこうと思っております。これからもよろしくお願ひします。

また、色んな職種の方から色々な情報を持っています、それらを総合しながら診療を行っていくことの大切さも学びました。各疾患におけるガイドラインや教科書上のことも大切ですが、それはあくまで治療を受ける側の意思があるからこそ初めて行われることであり、患者の要望に対して、適切な提案、代替案、折衷案を提示できる医師にな



2年目 研修医 山口拓斗 医師

同期と切磋琢磨しながら

みなさん、こんにちは。初期研修2年目の山口拓斗と申します。昨年の同期に健康新聞の原稿を依頼されたのを覚えていますが、あれから早1年が過ぎようとしております。

よりそういった交流もなまま過ぎてしまったことが本当に悔しく、また残念に思います。2021年こそはコロナ禍が終息し、地域に出てみなさんと交流できるようになる日が来ることを心から願っております。さて、地域には出られませんが、病院内の研修生と顔を合わせることで体調の変化に目を配り、具合が悪そうな時はどういった処置が必要か、また入院中はどういう思いで入院しているのか話を聞かせていただいたり、僕たち医療者側と患者さんの意向に違いがあり、なかなか治療方針が決まらない時はどうしたらよいかなど、教科書には載って

例年ですと、研修医は地域に出て班会などに参加することでみなさんと交流する研修もあり楽しみにしていたのですが、2020年はコロナ禍に

いない生の学びを日々させていただいております。充実した研修を過ごしておりますが、一方で辛いことや悔しい思いをすることもたくさんありました。そういう時こそ同期の研修医と切磋琢磨しながら日々を過ごしております。そういった一緒に向かっていることをいける仲間がいることを幸せに思います。最後にになりましたが、まだまだ分からないことや未熟なことが多く、日々悪戦苦闘しながらありますが、コロナに負けず引き締めながら初心を忘れず、元気に研修しております。引き続きご指導・ご鞭撻のほどよろしくお願ひいたします。

医心伝心

一日一日を大切に



2年目 研修医 宮木崇 医師

みなさん、はじめまして。去年12月から健生病院で働かせていただいたという、研修医の宮木崇と申します。私は出身が大阪で、大学は福岡にある九州大学に通っていました。大学卒業後、研修医

弘前で暮らし始めて、まず初めに感じたことは、空気がきれいなことです。大阪で暮らしていた時は通年アレルギー性鼻炎だったのですが、弘前に住んでから鼻炎の症状がかなり改善しました。水がきれいでお風呂に溜めた水も肌に優しく、水道水をそのまま飲むことにも驚きました。冬は雪がたくさん降って、寒さも厳しいですが、真っ白な雪景色はとても美しく、冬の温泉は体が温ま

ってとても気持ちいいです。寒い分、春を迎えた時の喜びはひとしおで、季節の移ろいをはっきり感じることもできました。今では弘前の生活環境が自分にとってもあっていると感じています。健生病院で働く中で感じたことは、いろいろな職種の人と協力して診療していただき、スタッフ一人一人の患者さんのために力をつけていること、スタッフ間の連携が密に取れていること、そして「患者さんのために自分がいま何をできるのか」

を日々考え、情報を共有し、意見を交わすことが大切だということを感じました。まだまだわからないこと、できないことがたくさんありますが、一日一日を大切に、一生懸命学び、成長して、地域の医療に少しでも貢献できたいと思っています。院内で見かけました時は一声かけていただくとありがたいです。今後ともよろしくお願ひします。

青森民医連奨学金制度

医学生・看護学生・薬学生

医学生(特別枠)

【月額】20万円まで  
【定員】あり(各学年5人)  
【返済免除制度】あり  
貸与期間の1.5倍以上青森県民医連に加盟する事業所での就労で返還が免除されます。  
【その他】1年時のみ入学金貸与あり

医学生(一般枠)

【月額】10万円まで  
【定員】なし  
【返済免除制度】あり  
貸与期間の1.0倍以上青森県民医連に加盟する事業所での就労で返還が免除されます。  
※医師を目指す浪人生・高卒生向け奨学金もあります。

【問い合わせ】青森民医連・医師医学生課 ☎0172-34-5455

看護学生

【月額】4万円まで  
【定員】なし  
【返済免除制度】あり  
貸与期間の1.0倍以上青森県民医連に加盟する事業所での就労で返還が免除されます。

【問い合わせ】津軽保健生活協同組合本部 看護部 ☎0172-33-7515

薬学生

【月額】5万円まで  
【定員】なし  
【返済免除制度】あり  
貸与期間の1.0倍以上青森県民医連に加盟する事業所での就労で返還が免除されます。

【問い合わせ】青森民医連・薬学生担当 ☎0172-23-4076

随時募集中

食材提供にご協力を!

青森民医連弘前事務所では、新型コロナウイルス影響によりアルバイトができないなど、経済的に困っている医学生を支援するため、食料品を配布しています。医学生への食料品提供にご協力いただける方を広く募集致します!

お問合せ先: 青森民医連 弘前事務所 tel: 0172-34-5455

医心伝心

前向きに充実した研修を



2年目研修医 佐々木 遥 医師

こんにちは、初期研修医2年目の佐々木遥と申します。2020年4月から初期研修を開始し1年2か月が経ちました。内科、総合診療科、ER、整形外科、外科、小

この1年、健生病院で出会ったすべての方々にお世話になりました。慣れないことばかりで、ご迷惑をおかけすることが多かったです。申し訳ありません。病院の

スタッフの皆様や自分の大切な体を預けてくださった患者様のおかげで自分の成長があると感じています。本当に感謝しています。

2周目の総合診療科を回って日々感じることはひとつの関係性の大切さです。去年私にそれぞれの立場から医療における大切なことを教えてくださった病棟のスタッフの方々と再び働くことができていますが、これまでの分の信頼や安心感があ

り、毎日楽しく前向きに研修をすることができています。去年の自分自身は毎日不安でいっぱいだったので、ひとつの関係を築き上げることの大切さを実感する毎日です。

充実した研修を送らせていただいている毎日ですが、ひとつ残念なのがコロナ禍の情勢です。今年6人も1年目の研修医が入職してくれましたが、なかなかご飯には行けません。みんな毎日一

生懸命に研修している、自分から見ても尊敬するところが多い先輩たちで早く仲良くなりたいです。

入院中、大切なひととの面会も制限されてしまっている患者様がたくさんいます。その状況に配慮してできるだけ、患者様の状況や思いを届けられるような診療ができればと思います。難しいことも多いです。健康第一。皆様お身体を大切に

お過ごしください。

医心伝心 信頼関係を築いてから



2年目研修医 佐藤 汐織 医師

こんにちは。2年目研修医の佐藤汐織と申します。2020年4月に入職してから、内科(総合診療、消化器)、小児科、外科、整形外科、ER、リハビリテーション科を研修してきました。現在は2年目研修医として再度内科で研修しております。

入職からこれまでを振り返ってみると、一番印象に残っていることは、患者さんやご家族との間できちんとした信頼関係を築き、その上で治療することの大切さです。信頼関係を築いた上で治療方針を決め、ゴールへと共に治療を進めていく大切さを日々の研修のなか

で経験させていただいていることは、自分の医師人生での、ひとつの大きな礎になっていると実感しています。

指導医の先生方やスタッフの皆様には、このような経験や様々な機会を与えていただき、また未熟な自分を忍耐強く、そして温かく見守って頂き心から感謝しております。

2年目の研修医として求められているレベルまでに、自分はまだ到達していないと感じています。研修医として勉強できる期間も残り1年を切っている中で、今後の研修にも真摯に取り組み、少しでも地域の皆様から信頼される医師を目指します。これからもよろしくお願いたします。

1年前の入職当初を振り返ってみると、最初は右も左もわからず、すべてに対して不安がありま

したが、毎日元気に出勤できるように社会人としての自己管理をしっかりしようと思っていました。実際研修が始まると当初目標に持っていた自己管理を考えると余裕もなく毎日が過ぎ去っていったように感じます。

指導医の先生方やスタッフの皆様には、このような経験や様々な機会を与えていただき、また未熟な自分を忍耐強く、そして温かく見守って頂き心から感謝しております。

2年目の研修医として求められているレベルまでに、自分はまだ到達していないと感じています。研修医として勉強できる期間も残り1年を切っている中で、今後の研修にも真摯に取り組み、少しでも地域の皆様から信頼される医師を目指します。これからもよろしくお願いたします。



雑草を刈る

健生病院 正面をスッキリ!

6月8日、五所川原市から3人の草刈り隊が健生病院に現れました。このスペースはこれまで五中支部の「男組」が草刈りをしていたのですが、コロナ以来ストップ。草は伸び放題です。見かねた五所川原支部のボランティアの皆さまが、やって来て草刈りを。すぐそばの草むらのマガモの抱卵はそのままに。健生病院の正面がきれいになりました。



南支部拡大運営会議

総代会 議案書説明など

6月7日千年公民館にて拡大運営会議が行われ、運営委員9名、理事1名の合計10名の参加がありました。八島将仁組織部長より、津軽保健生協の経営状況や組合員活動案を中心に総代会議案書説明がありました。参加者からの質問では、



西北理事協議会 主催 総代会 議案書説明会開かれる

6月11日五所川原市学習情報センターにて総代会議案書説明会が開催されました。当日は県内各地で6月としては記録的な暑さとなりましたが、西北地域の各支部から理事・総代など15名が出席しました。



はじめに、八島将仁組織部長が津軽保健生協の事業経過や情勢、活動状況など議案書に沿って説明をしました。次に質疑応答が行われ、出席者からは中長期的な経営状況を意識した際の費用計上に関する考

手同士のつながりが希薄になって組合員活動が途絶えてしまわないか不安に感じており、活動を続けていく上でもっとつながりを大切にしたいといった感想もあり、他の出席者もそれに頷くなど互いの意思を確認する貴重な機会にもなりました。

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について 7月10日(土) 講師: 鎌田 晋 精神保健福祉士 時間: 9時30分~11時30分の開催です。 [参加希望の方は下記までご一報を!] 地域連携室 TEL 0172-36-5181

「健康の達人」訪ねて  
弘前市 三上えつこ

「健康の達人」を読んで、4人の達人さんから逆に元氣と勇氣をもらいました。健康でいるためには、食が大切だということもあらためて知ることができました。コロナ禍ですが、人生を楽しんでほしいので、一日一日明るく過ごして下さいね。

毎朝の体操を  
弘前市 小山内とし子

「健康の達人」のみなさんの足元にも及びませんが、毎日朝のラジオ体操(6時半)と1時間弱のウォーキングをしています。達人の生活を参考にしていきたいと思いをしました。

目からうろこ  
弘前市 尾坂 和子

「健康の達人」を読んで「目からうろこ」でした。コロナだから、歳だからと外に出なくなり、毎日だらだらとテレビづけになっていた自分を反省しました。まずは、10分位のウォーキングから始めてみようかなと思っています。

元気を頂いています  
板柳町 ひまわり

きゅうり、なす、枝豆、トマト、ブロッコリー。今年も庭に沢山の苗を植えました。日々成長する苗たちを見て、元気を頂いています。

妻や娘も協力して  
平川市 のりぞう

5月末、ワクチンの電話予約を終えました。こんな田舎でも電話がつかず焦ってしまいました。妻や娘も協力してくれて助かりました。いかなる状況でものんびりゆつくり安心できる世の中であってほしい。

一安心します  
藤崎町 H.I.

コロナウイルスの予防ワクチン、第1回目の接種が終わった。副作用もなく安心している。人間というのは不思議だ。本当に予防できるかは分からないのに、精神的には安心して花仕舞い

無事退院できました  
弘前市 田村 裕

5月25日、体調不良により、急ぎよ健生病院に入院することになりました。始めの2〜3日は夢の中みたいで唯ボツツとしていた気がします。主治医の先生から病状の説明や今後の治療方針をお聞きし、納得。病状も落ち着き、6月5日無事退院。入院中、多くの方からお世話頂き感謝しています。

頑張らないと…  
黒石市 野木 俊子

5月に入り膝痛が出て、毎日のウォーキングが出来なくなりました。夫婦で歩いていたのに…。今は夫が「行ってくるよ」と…。早く私もウォーキングに行きたい。でも、痛みが軽くなるまでガマン！ コロナでもガマン！ でも頑張る！

パズルの答え  
平川市 佐藤 美治

ウメボシ、妻が残してくれた沢山の梅干し漬けを、顔をしかめながら、しみじみ食べております。

勉強になります  
藤崎町 新谷 昭子

毎回、「内科からの紙風船」を楽しみにしています。色々勉強になります。支部の総会に参加できず、曾孫の世話をしている今日この頃です。

「オリメ」でした  
弘前市 一戸 千秋

梅干しは毎年つくっているのだけれど、最後の1マスの出でなくてあきらめかけた。スポンをプレスすることなど、殆んど無くなったからかな？

ふたつの挑戦  
弘前市 薦谷マチエ

「楽しいお料理」を切りぬいて、元氣の出る日に挑戦しています。身体に栄養を取り入れるとともに、パズルで脳も活性化！



平川市 覚蓮坊

楽しいお料理

☆献立紹介…  
健生病院  
管理栄養士

永田 賢司

ツナ缶に含まれるビタミンDと旬の野菜で、免疫力アップが期待できます!!

夏野菜春巻き



〈材料4人分〉

ズッキーニ1本 茄子1本  
パプリカ(赤)1/2個  
ツナフレーク(水煮) 1缶(約70g)  
梅干2個  
A生姜6g 鰹節10g 砂糖 小さじ4  
昆布つゆ 大さじ2  
春巻きの皮 12枚 揚げ油 適量  
水溶き小麦粉(小麦粉 小さじ4  
水 小さじ2)

〈作り方〉

①野菜を千切りにする。パプリカはクッキングペーパーで軽く水気をとる。  
②梅干は種を取って軽く刻み、生姜はすりおろし、Aの材料と混ぜ合わせる。水溶き小麦粉を作っておく。  
③春巻きの皮に①の野菜を敷き、②をのせて包み、水溶き小麦粉で閉じる。  
④160℃に熱した油できつね色になるまで揚げる。

1人当たり 200kcal 塩分1.2g

楽しく拝見  
鶴田町 坂本 裕子

「すくすくエンジェル」の写真が一番。楽しく拝見しています。「楽しいお料理」は、毎回作ってみるのですが、3回に1回は、ちよっと失敗します。

顔が浮かんできます  
平川市 ナンシー

「楽しいお料理」は参考にしています。「読者サロン」読んでみると、みなさんの顔が浮かんできます。各支部の活動も楽しんで頑張っている様子が見えます。

祭り軒並み中止  
黒石市 大平 諭史

春になり、緑がまぶしい季節になりました。コロナで祭りが軒並み中止になり、さみしいことばかりです。オリンピックを待ちましょう。

「コロナ禍での暮らし」  
青森市 工藤 文子

「内科からの紙風船」を読み、今までの日本での暮らしは平和だったのだと感じました。公衆衛生は優れていたかと思っていたし、まさかこんなコロナ禍の生活になるなんて…。会いたい友人に会えない、カラオケに行けない…。

やはり源は「食」  
黒石市 大矢 順子

「健康の達人」の紹介、やはり源は「食」だなあと思いました。我が家の90歳を越えた両親は肉が大好きです。腸内環境を整えることが健康を保つのに重要なことかなと…。そのため、私は今「小豆」に凝っています。

尊敬します  
鯉ヶ沢町 大福 のり子

「健康の達人」みなさんお元気で、尊敬します。

編集部より  
「健康の達人」に感心した、見習いたい、お若いという趣旨のハガキが19通も舞い込みました。

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

募集中  
「健康」新聞  
手配りさん大募集!!  
5~10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!