

●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714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@tsugaru-health.coop
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

2022年度 新入職員入職式



歓迎の言葉



安田 肇 理事長

それぞれの持ち場での仕事を覚え、技術を習得し、利用者の社会的背景にも目を配ろう！

3月31日、今年度の入職式が行われました。「辞令交付」に続き安田肇理事長から「歓迎の言葉」があり、新入職員からは「誓いの言葉」が述べられました。10名の研修医を含め50名が第一歩を踏み出しました。

入職おめでとうございます。皆様、津軽保健生活協同組合の新しい仲間に加わってくださったことを心より歓迎いたします。

私どもの生協は故津川武一先生が開設された津川診療所を前身として1952年に誕生し、今年70周年を迎えました。2017年10月に健生病院を新築移転し、新たな医療活動を展開しています。

私どもの基本となる使命は生協組合員の健康な生活を守ること、病気を持った人の治療にあたること、障害を持った人の生活を支えることにあります。皆様、若い力を発揮して、そうした仕事の一翼を担っていただければと思います。

20年から、新型コロナウイルス感染症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。22年初めから第6波が全国的に再拡大し、弘前市内では連日100名を越える新規患者が

発生しました。22年初めから第6波が全国的に再拡大し、弘前市内では連日100名を越える新規患者が

発症しました。健生病院は19床のコロナ病棟を確保していますが、一時期は平均して9割以上が埋まっています、最大20名入院していることがあります。

全国的に精神疾患患者が新型コロナウイルスに感染した時の体制不備が言われ、それに対する対策として、藤代健生病院に青森県から重点医療機関指定の要請があり20床のコロナ病棟を設け、12月からその役割を担っています。

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いっつ、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、併せて、職員のメンタルヘルスにも気を配る、③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り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。

健康は個人個人の努力だけではなく、いろいろな社会的環境から強く影響を受けます。新型コロナウイルス感染の広がりにともなって自殺者数が増加しています。近年、自殺者は減少傾向が続いていましたが、人口動態調査によると、20年後半から大幅に増え、年間自殺者数は11年ぶりに前年と比較



辞令交付

コープくらしのたすけあいの会

「コープくらしのたすけあいの会」は、「たすけあい・協同の心」を地域社会に広げ、思いやりのある豊かな地域づくりをめざして1998年に活動をスタートしました。援助を必要とする人、援助活動する人、会を財政的に支援する人が会員となり、会員どうしの「困ったときはお互いさま」のたすけあい活動です。

- 利用会員(A) 援助を必要とする会員 年会費は不要です。
活動会員(B) 援助活動をする会員(生協組合員) 年会費は不要です。
賛助会員(C) 活動はできないけれど会費で会を支援する個人・団体
年会費 個人 1口 1,000円以上
団体 1口 10,000円以上

●青森県生活協同組合連合会
お申込み・お問い合わせは下記へ
たすけあいの会本部事務局 0120-30-1521
【電話で受付する曜日・時間】
○月曜日～金曜日 午前10時～午後5時まで
※但し、土曜・日曜・祝日、お盆(8/13～16)
年末年始(12/28～1/4)を除きます。

して増加しました。なかでも女性の自殺が目立ち、飲食、サービス業など女性が多い非正規労働者の雇用環境の悪化が影響したためと見られています。
職場において、それぞれの持ち場での仕事を覚えていくこと、医療技術者であれば技術を習得していくことは当然重要ですが、患者さん、利用者さんに接した際、その人のおかれている社会的背景にも、ぜひ、目を配って下さい。
津軽保健の職員、そして医療福祉生協の組合員として歩む中で、健康的な生活習慣を身につけ、仲間づくりをして、充実した仕事を行い、幸せな日々を過ごされることを祈念して私の挨拶とさせていただきます。

健生病院 藤代健生病院 2023年度 4月採用 看護職員募集

看護師 13名(新卒・既卒含む) ●職種 看護師、助産師

- 第1回 6月11日(土) 応募期間:5月9日(月)～5月20日(金) 必着
第2回 8月27日(土) 応募期間:8月1日(月)～8月12日(金) 必着



●お問い合わせ先
看護介護部 0172-33-7515
●津軽保健生活協同組合ホームページにも詳細を掲載しております

新入職 医師紹介

(敬称略)



初期研修医 青木 芽 青森県青森市出身

はじめまして。四月から初期研修医としてお世話になる青木芽と申します。地域の



初期研修医 石山 美咲 岩手県滝沢市出身

はじめまして。四月から初期研修医としてお世話になっております、石山美咲と申



初期研修医 神崎 風弥 埼玉県所沢市出身

お初にお目にかかります。四月から初期研修医として健生病院で働くことになりま



初期研修医 佐々木有貴 青森県弘前市出身

はじめまして。四月から健生病院で初期研修医として入職させていただきました。



初期研修医 嶋中 拓弥 青森県青森市出身

初めまして。初期研修医の嶋中拓弥と申します。



初期研修医 白戸 蓮 青森県八戸市出身

はじめまして。白戸蓮と申します。出身は八戸市で、大学に入るまで弘前

人々のための医療を行っている健生病院で研修を行いたいという、奨学生のときからの思いが実現し非常に嬉しく思っております。患者さんの心に寄り添った医療を行えるような医療者になるため、また、地域医療を担う一人として微力ながらお役に立てるよう、日々精進していきたくと思っております。これからよろしく、お願いいたします。

します。大学生の間、地元のかたや関係者の皆さまからたくさん学びを得た弘前で、医師としてのスタートを切れることを嬉しく思っております。医療者としても社会人としてもまだまだ未熟ですが、皆さまのお力添えのもと一歩ずつ着実に歩みを進めていきたくと思っております。どうぞよろしく、お願いいたします。

した、神崎と申します。高校まで埼玉県で育ち、弘前大学入学を機に青森に参りました。弘前の健康を守る一助となれるよう、精一杯頑張ります。また、私は青森県出身ではないため、津軽弁に少し戸惑うこともあるかと思いますが、この地域の方々の生活に寄り添えるよう努力して参りますので、よろしくお願いたします。

佐々木有貴と申します。私は高校卒業後長らく弘前を離れていたため、帰省の度に弘前の魅力をより一層強く感じてきました。そのため、私の出身地である弘前に少しでも恩返しをしたいと思い、地域に根差した医療を行っている健生病院を志望しました。未熟者ですが、成長できるように一生懸命頑張ります。よろしくお願いたします。

からの街並みに新青森駅など新しい建物も混在する、新旧入り混じる環境下で育ちました。自分が弘前に来たのは7年前。地域が一体となった雰囲気や人々の温かさに肌で触れ、将来医師としてこの弘前に貢献したい強い思いから健生病院を志願させて頂きました。医師として人間として日々精進して参りますので、宜しくお願致します。

には来たことがありませんでしたが、大学時代を弘前で過ごすうちに、弘前を第二のふるさとのように感じています。そんなわけから「あもり」が大好きです。これから終わりを迎える方が「あもり」に住んでいてよかった、生まれてくる子が「あもり」に生まれてよかったと思えるよう、医師として貢献して参ります。

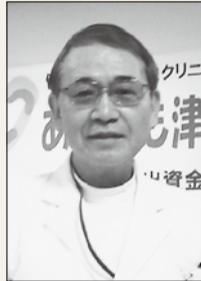
弔辞

おふたりのご逝去を悼んで

理事長 安田 肇



故 牧口幸一氏



故 青山貞利氏

2月16日に、藤代健生病院名誉院長、元津軽保健生協副理事長の牧口幸一先生が、3月4日に、健生病院名誉院長、元津軽保健生協理事長の青山貞利先生が、それぞれご病氣のためお亡くなりになりました。 牧口先生は北海道出身で1980年に弘前大学

中で、神経科学の勉強に集中的に取り組んでおられました。ある時、「どういう本を読んでいるのですか」と伺ったところ、「カandelです」と答えられました。カandelの神経科学はおそらくこの分野では世界一の本ですが、厚さが10cm近くはある分厚い本です。「いつ読むのですか」と聞くと「当直の時に勉強しているのです」と答えられました。体調を悪くされてからも当直をしたというおっしゃって関谷院長を困らせていたようです。亡くなられる数日前まで酸素吸入をしながら外来診療をしていたとのこと、とてもまねができません。牧口先生らしいと思えました。 青山先生は、秋田県出身で1974年に弘前大学医学部を卒業後、山梨勤労者医療協会甲府共立病院で6年あまり研修、診療を行った後に津軽保健生協に入職されました。健生病院、青森保健生協協和病院、健生黒石診療所に勤務されました。内科の中でも呼吸器内科を専攻され、山梨時代から慢性呼吸不全の患者さんに対する在宅酸素療法の草分けの一人です。「日本胸部臨床」誌に甲府共立病院での在宅酸素療法の経験に関する論文を發表されていたと記憶しています。酸素濃縮装置がまだ無い時代で、24時間自宅で酸素を投与することが機械の性能上困難な中で、間欠投与など工夫をこらした投与方法を行っていただきました。1982年私が入職

五所川原支部 活動者交流会 3/17 講話とゲーム楽しむ

活動者交流会が3月17日、五所川原市学習情報センターにて開催され37名の組合員が参加しました。 はじめにファルマーツ谷薬局の薬剤師・西沢光さんによる「お薬の正しい飲み方・使用方法」と

題した講話があり、薬には様々な特性があり、医師が最適な量を処方しているため、自己判断での中止や減量は危険だということなど、基本的な知識や危険な実例が紹介され、参加者は真剣な表情でメモをとっていました。 次にレクリエーションとして魚釣りゲームや、東京パラリンピックで注目を集めたボッチャを行いました。チラシを丸めて作った釣竿を手に取り、ブルーシートで作った海から



活動者交流会の様子

折紙の魚類や大物の景品を釣り上げるその姿はさながら大間のマグロ漁師のようでした。ボッチャではボールが思うように転がらず悔しがる様子や、「難しい!」と声をあげる人もいました。なお、ボッチャは今年度から班会メニューに加わりましたので、ご興味のある方は是非チャレンジしてみてください。 このほか会場には署名コーナーも設けられ、憲法改悪の反対署名など20筆以上のご賛同を頂きました。とても楽しい時間を共有でき素晴らしいひとときとなりました。(組織部 神 高志)

理事会 概況 3月度定例理事会 (4月2日)

- 【報告事項】
● 3月度の主な経過報告と4月・5月・6月の主な行事予定
● 専門委員会報告
● 2月度の月次決算報告
● 2月度の組合員活動報告
● 2021年度長期住所不明組合員のみなし自由脱退処理報告
● 第2回役員推薦委員会の報告
● 第1回表彰選考委員会報告書
● 2022年度予算について
● ウクライナ軍事侵攻に対する声明と緊急募金について
【審議事項】
【議決事項】
● 健生病院労働組合への回答について
● 2022年度借入限度額の承認
● 第97回通常総代会に付議すべき事項
● 2022年度職員定数について
● 青森県生活協同組合連合会役員推薦について
【協議事項】
● 新型コロナウイルス対応関連
● 2月度の月次決算報告



大事な問題です

弘前市 佐太

1面の「老後の安心」：ほんとうにどうなるの...と思いき記事を読みました。介護労働者の賃金引き上げは大事なことだと思いました。

「老後の安心」は？

弘前市 Ryoちゃん

「弘前市の介護保険を良くする会」の会長が

木村宗一郎先生と「健康」で知り、骨折の時に世話になった若い先生だったと記憶しています。その先生が頑張って9段階の所得階層を13段階に変更することになったと知り、ありがたいたと思います。感謝です。

トローチ試したい

弘前市 中澤 キヨ

お茶などを飲んだ時、どうしようもないほど咳込み苦しいです。何かいい方法がないものかと思っていたところに、今回の記事を読んで、カプサイシン入りトローチを試してみたいと思いました。毎月楽しみに待っています。

庭いじりの春

藤崎町 ひろし君

素人農業を楽しんでいます。何をどこに植えようか考えるのが、楽しみのひとつ。リっぱな作品は期待できないけれど、どんなものになるかが楽しみです。

思い出の病院

弘前市 藤田 久子

健生病院勤務中に誕生した息子は49歳になりました。当時は各病棟にお腹の大きい看護師が4〜5人いて、私もその中の一人です。他のナースにずいぶんお世話になった事を記憶しています。津川武一先生の時代でした。心穏やかで、思いやりのある方でした。今でも、その心が伝わってくる健生病院を誇りに思います。

内科からの紙風船

五所川原市 コンベ

誤嚥性肺炎はよく目にする言葉です。60代後半になり、食べ物がつかえ、むせることが多くなりました。それを予防する薬が開発されたことは、とても心強いのです。ノーベル賞受賞者の研究が私たちの命に結びついていることがわかりやすく書かれていて、なるほど！とうれしくなりました。

さっそく挑戦！

弘前市 I. K.

一人暮らしになって3年目、いつも「楽しいお料理」のコーナー、楽しく拝見しております。今月のレシピは珍しい材料の組み合わせですね！さっそく挑戦してみます。

心は20代なのに

藤崎町 成田令子

いつまでも元気になりたいので、体力づくりは欠かせず、食事も気を付けて摂っているはずですが、最近体の衰えを感じるようになってきました。心はまだ20代なのですが、体は正直です。めげずに頑張ります。

答えはランドセル

大鰐町 工藤恵美子

2月、主人が肺炎で入院し、大変お世話になりました。今回の健康パズルに挑戦し、答えがランドセルでした。初孫がまだ3歳(男の子)ですが、ランドセルを贈る楽しみが出来ました。夫婦共に元気でいたいものです。



春の息吹

高森市 モモのママ

毎年春一番に庭のバツケを採り、天ぷらにして春の息吹を感じています。コロナよ飛んで、春よ来い。

おいしかった〜

平川市 たまちゃん

「春キャベツの塩ハンバーグ」作ってみました。お醤油にラー油をちょっと入れてつけて食べたらいいかった〜！次はどんな料理かな？

妹に赤ちゃん

五所川原市 島袋 るり

すくすくエンジェルに毎回いやされています。沖縄の妹が1月に女の子を出産してコロナが落ちついたら8年ぶりに実家に帰ろうかな!!

てんい盛り

黒石市 阿部 誠

家内に、お腹が出てきたから痩せなさい！と言われます。でも、出てくるご飯はなぜかてんい盛りです。

手配りさん始める

弘前市 小林 敦子

昨日のこと、「健康」新聞配送のボランティアを引き受けていただけませんか？とのお話。びっくりしたものの夫がもらってくる新聞を時々読んでいたので、二つ返事で承諾した。クイズを解くのが趣味で、早速クイズにチャレンジ！何かと心が乱れるこの春に、新しいことを始めてみるのも悪くないかも！

楽しいお料理 小山 知織

新じゃがとホタテのペペロンチーノ風



☆献立紹介... 健生病院 管理栄養士 小山 知織

〈材料2人分〉  
新じゃがいも(大)2個(400g) ベビーホタテ(ボイル)100g アスパラガス3本 白舞茸50g ミニトマト3個 唐辛子1本 にんにく1片 オリーブオイル大さじ2 塩少々 こしょう少々

〈作り方〉  
①新じゃがいもは水でよく洗い縦・横6等分に切り、さっと水にくぐらせる。耐熱容器に入れ、電子レンジ(600W)で5〜6分加熱する。  
②アスパラガスは下の硬い部分を切り落とし、下1/3位をピーラーで皮をむく。4cm程度に切ったら耐熱容器に入れ、電子レンジ(600W)で1分加熱する。  
③白舞茸は食べやすい大きさに切り分ける。ミニトマトは半分に切る。  
④唐辛子は種を取り輪切りにする。にんにくは包丁で潰す。  
⑤フライパンにオリーブオイル、唐辛子、にんにくを入れて火にかける。にんにくの香りがしてきたら新じゃがいもと白舞茸を入れる。  
⑥新じゃがいもに焼き目がつくように焼いて、ホタテ、アスパラガス、ミニトマトを加えさっと炒める。  
⑦塩・こしょうで味を整え、器に盛りつける。

一人当たり エネルギー 335Kcal 塩分 1.3g

4カ月健診のあかちゃんたちです

すくすくエンジェル

三上 明夢ちゃん  
ニコニコ!  
大きくなれ!

三上 白夢ちゃん  
ニコニコ!  
大きくなれ!

木村 旭陽ちゃん  
お兄ちゃんと仲良く  
元気に育ってね!

皆川 月那ちゃん  
元気にニコニコ大きくなるうね!

香川 蒼翔ちゃん  
元気に育ってね!  
大好き〜!!

對馬 一華ちゃん  
健康一番!!  
元気に大きくなあれ!!

福士 瑠菜ちゃん  
いつも笑顔でいてね♡

阿部 紅ちゃん  
元気いっぱい  
大きくなってね♡

松永 佳樹ちゃん  
元気に  
大きくなってね!

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

藤代健生病院 家族教室のご案内

依存症を理解する

●5月14日(土)  
講師：坂本隆 医師

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 TEL0172-36-5181

食材提供にご協力を!

新型コロナウイルスの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。そこで、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します。どうかご協力をお願いします!!

お問合せ先：  
青森民医連 弘前事務所  
tel:0172-34-5455

三國 咲羽ちゃん  
お姉ちゃんと元気に  
仲良く育ってね!

渡邊 華ちゃん  
お姉ちゃんと仲良く  
元気に育ってね!