

第720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

協同で創る健やかライフ

健康

●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。

9月11日、12日の2日間、第15回全日本民医連共同組織活動交流集会in山梨がオンライン開催されました。

2018年の神奈川集会以来4年ぶりの開催で、全国から3300人、山梨の現地会場には135人が参加しました。津軽保健生活協同組合では、2日間で組合員・職員合わせて23名がオンライン視聴しました。

地域で役割ある高齢者は長生き

2016年調査結果 (死亡率12%減)



「下、ド、ドーン、ドーン」。会場に鳴り響く和太鼓。地元笛吹高等学校、すいれき太鼓部による演奏でオープニング。地元の高校生の一生懸命演奏する



第15回全日本民医連

共同組織活動交流集会in山梨 オンライン視聴

つながる「じぶが健康で長生きする決め手!!」

姿に元気をもらいました。

ることが健康に影響していることがわかりました。

近藤尚己氏(京都大学大学院教授)を講師に迎え、「貧困・格差による健康問題と共同組織の役割」と題して記念講演。2002年、山梨は健康寿命が日本1位だったことから、近藤氏の所属していた大学がその理由を研究しました。8年間の追跡調査の結果、山梨では人間関係

が濃密であり、一人ひとりが社会とかかわりを持っていく

現在では全国で66の自治体とも協力し、26万5000人の追跡調査も行っています。その結果、共同組織などの地域活動に参加している人は、健康寿命が18%、長生きの可能性が22%も高いことがわかりました。

また、「共同組織はまちと社会の『資本』であり、共同組織が元気になる。孤立・孤独もちも元気になる。孤立・孤独を抱える人にできることを持ち寄り、人のために頑張る楽しい汗をかくことが長生きの秘訣」と強調しました。



山梨勤労者医療協会が今から39年前に230億円もの負債を抱えての倒産から再建までを描いた「山梨勤労協の倒産から再建のたたかいと教訓」では、関係者のインタビューを交えたドキュメン

倒産から再建のたたかいと教訓



安田前理事長も一緒にパトロール中

翌12日は分科会。7つのテーマ(1)地球に広がる憲法9条・平和を守る取り組み (2)いのちを守り、環境・福祉を向上させる取り組み (3)安心して住み続けられるまちづくりの取り組み

津軽保健生協からは「わんわんパトロール」

タリー動画が上映されました。参加者からは「人と人との絆があったからこそ再建できたと思う」「息もしないでずっと見ていたくらい壮絶な闘いだった」「減給されたり、ボーナスが出なくても職員は1人も辞めず、逆に皆で再建しようという奮闘している姿に感動した」など大変好評でした。

共同組織活動交流集会とは

共同組織とは、各医療生協組合員や友の会会員などで構成された組織です。民医連活動を共にすすめるパートナーであり、共同組織構成員は全国に約370万人います。「共同組織活動交流集会」は、全国の活動を交流して各地へ持ち帰り、さらに実践を発展させることを目的として1991年から2年に1度開催されています。

4 通いの場・居場所づくりの実践 5 SDH・地域まるごと健康づくりの取り組み 6 共同組織の「わ」をひろげる取り組み 7 民医連職員と共同組織がいっしょにすすめる取り組み

全体で167演題の報告がありました。

津軽保健生協からは、弘前市第一地域包括支援センターで今年から取り組んでいる、地域住民主体型の見守り活動「わんわんパトロール」について報告をしました。

50嵐吉美/齋藤淳一

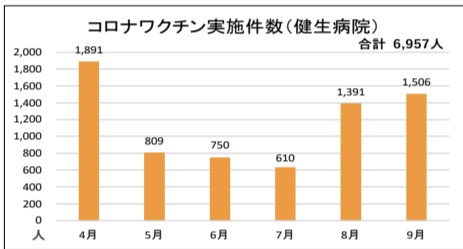
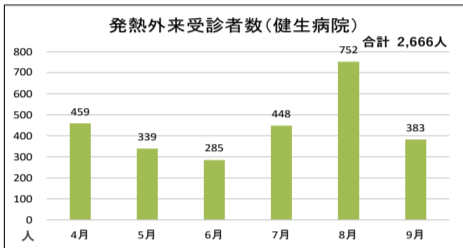
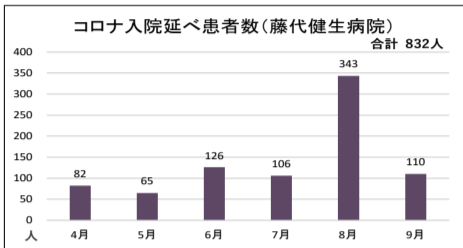
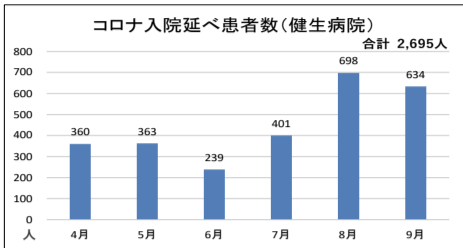


70周年にあたり生協会館1階正面の展示を更新しました。

津川武一記念コーナー リニューアル!

津軽保健生協 上半期 経営活動を報告!

2022年度



2022年度上半期(2022年4～9月)の事業収益は51億9749万円となりました。前年を1億2458万円上回りましたが、予算を4641万円下回りました。医療では、発熱外来の受診者数が多かったことによる外来収益の増加や、コロナワクチン実施による保健予防活動収益の増加がありました。健生病院・藤代健生病院の一般病棟にクラスターが発生したことなどで診療を制限したことから、入院収益が大きく予算を下回りました。

2022年度上半期(2022年4～9月)の事業収益は51億9749万円となりました。前年を1億2458万円上回りましたが、予算を4641万円下回りました。医療では、発熱外来の受診者数が多かったことによる外来収益の増加や、コロナワクチン実施による保健予防活動収益の増加がありました。健生病院・藤代健生病院の一般病棟にクラスターが発生したことなどで診療を制限したことから、入院収益が大きく予算を下回りました。

2022年度上半期(2022年4～9月)の事業収益は51億9749万円となりました。前年を1億2458万円上回りましたが、予算を4641万円下回りました。医療では、発熱外来の受診者数が多かったことによる外来収益の増加や、コロナワクチン実施による保健予防活動収益の増加がありました。健生病院・藤代健生病院の一般病棟にクラスターが発生したことなどで診療を制限したことから、入院収益が大きく予算を下回りました。

2022年度上半期(2022年4～9月)の事業収益は51億9749万円となりました。前年を1億2458万円上回りましたが、予算を4641万円下回りました。医療では、発熱外来の受診者数が多かったことによる外来収益の増加や、コロナワクチン実施による保健予防活動収益の増加がありました。健生病院・藤代健生病院の一般病棟にクラスターが発生したことなどで診療を制限したことから、入院収益が大きく予算を下回りました。

「健康」新聞

手配りさん募集!

5～10部くらい手配り出来る方

協力出来る方は組織部 ☎0172-3518933(へ)!

2022年度上半期(2022年4～9月)の事業収益は51億9749万円となりました。前年を1億2458万円上回りましたが、予算を4641万円下回りました。医療では、発熱外来の受診者数が多かったことによる外来収益の増加や、コロナワクチン実施による保健予防活動収益の増加がありました。健生病院・藤代健生病院の一般病棟にクラスターが発生したことなどで診療を制限したことから、入院収益が大きく予算を下回りました。

2022年度上半期(2022年4～9月)の事業収益は51億9749万円となりました。前年を1億2458万円上回りましたが、予算を4641万円下回りました。医療では、発熱外来の受診者数が多かったことによる外来収益の増加や、コロナワクチン実施による保健予防活動収益の増加がありました。健生病院・藤代健生病院の一般病棟にクラスターが発生したことなどで診療を制限したことから、入院収益が大きく予算を下回りました。

理事会 概況

9月度定例理事会 (9月27日)

【報告事項】

- 9月度の主な経過報告と10月・11月・12月の主な行事予定
- 専門委員会報告
- 8月度の月次決算報告
- 8月度の組合員活動報告
- 青森県生活組合連合会理事会報告

【審議事項】

- 「議決事項」
- パートタイマー・臨時職員の就業規則の運用の変更について
- 技術系職員の臨時・パート職員の賃金変更について
- 津軽地域民主団体への役員・職員の派遣について

健生病院・健生クリニック

おこまりごと 電話相談会

無料
※通話料金は個人負担となります。

開催日
2022年 **11/12(土) 12/10(土)**
2023年 **1/14(土) 2/18(土) 3/11(土)**

受付時間 **9:30~11:30**

医療・介護・健康・生活などに関する
日頃のおこまりごと、お悩みを是非ご相談ください。

医師、看護師、薬剤師、社会福祉士、リハビリ、管理栄養士などの医療専門職が
ご相談にお答えいたします。
おひとりご悩みず、ぜひ私たちにお話を聞かせてください。

「いまの薬を飲み続けて
いいのか心配。」
「家族の介護に不安がある。」
「お金に余裕がなくて病院に行けない。」

電話番号 **0172-55-7690 (専用)**

内科からの紙風船

脳梗塞治療と社会格差

健生病院副院長 安田 肇



本コラム第1回は「日進月歩の搬送と診断」という題で、脳梗塞発症直後に脳動脈内にできた血のかたまり(血栓)を溶かす薬剤を、静脈注射で投与する治療(血栓溶解療法)の話をしました。動脈が詰まり血液が届かないことによって起こる脳の傷害を最小限にするため、当時は、発症3時間以内に薬を投与すべしとされていて、脳梗塞を発症したら、いかに早く病院に搬送して診断し治療を開始するかが重要だという内容でした。

それから10年が経過し、脳梗塞の治療は大きく進歩しました。血栓溶解療法が発症4時間半まで有効であることが明らかになりました。2015年に、脳の動脈内にカテーテルを挿入して血栓を直接取り除き、血流を回復させる治療(血栓回収療法)の有効性が明らかになりました。津軽地域では、弘前大学脳神経外科で行われており、健生病院でもCTやMRIなどの画像をオンラインで大学に送り相談するシステムを活用して、適応があれば患者を迅速に転院させるようにしています。血栓溶解療法は発症から4時間半が期限ですが、血栓回収療法は一般的には発症6時間以内、症例によっては発症16時間から24時間まで適応する場合があります。

一方で、こうした治療について、アメリカでは人種、所得によって受けられるかどうかの医療格差があります。アメリカ神経学会誌21年12月7日号に掲載された論文によると、16年から18年までの2年間にアメリカで発症した144万人の脳梗塞患者を検討すると、黒人は白人と比べて静脈注射による血栓溶解療法を受けた患者は82%、カテーテルによる血栓回収療法は75%と少なく、年収38,000ドル未満と64,000ドル以上を比較すると、低所得者では、血栓溶解療法を受けた患者は81%、血栓回収療法を受けた患者は84%と少ないことが示されました。

医療をめぐる格差は、アメリカと比較すると国民皆保険制度のある日本では少ないとされていますが、都市部と郡部とでは受けられる医療内容に格差がある可能性があります。しかし、こうした大規模な社会医学的研究は日本でなされることが少なく、実態は分かっていません。私たち医療従事者の使命は、新しい研究成果に基づいた最新の医療知識や技術を習得し地域で実践するとともに、そうした技術を平等に提供できるようにすることだと思います。さて、これまで長い間、本コラムを読んでいただき有難うございました。津軽保健生協を、今後ともよろしく願い申し上げます。

(本コラムは今回で終了します)

元気の源

板柳町 中田 眞弓
103歳の増田さん！カラオケで熱唱やロールケーキペロリの食欲がお元気の源でしょうか…。今回のパズルの答えと重なりますね。益々お元気です！！

スニーカーをはく

青森市 長谷川カツ
「大雨・洪水・台風から身を守ろう」すごく勉強になりました。雨が降ると長靴をはくものだと思っていましたが、スニーカーをはくとは、目からうろこでした。まだ、りんごの収穫が終わらないので台風が来なきゃいいですが…。

甘く見ていた

平川市 酒井 知可
8月の豪雨の際、2度も外出してしまい、一度は山道のため土砂崩れを目の当たりにしました。正直、無事であったことはたまたま偶然だったと思います。豪雨を甘く見ていたのではないかと、本当に外せない用事だったのか…と自問しています。

奇跡の生存！

鶴田町 モコモコ
職場の駐車場が水没。夜勤明けだったので、ただただ見守るだけでしたが、幸いにも奇跡の生存の我が愛車！これからも末永く乗りたいです。

食欲の秋！

弘前市 佐藤 輝子
食欲の秋、毛豆にカボチャに栗、りんご、梨。体重計怖い！

世代交代を

弘前市 齊藤けい子
「健康」を初めて手にしたとき、手配りさん募集を見て組織部に電話を。新しい町会で組合員、部数も増え続けていますが、70歳を過ぎて仕事をしながらの手配り少し大変になりました。世代交代していただきたく、職員の方々の協力をお願いしています。

座敷わらし考

黒石市 喜多嶋公
安田先生のレピー小体型認知症と座敷わらしの関係に興味深く読みました。なるほどそういうことかと思いました。納得です。

ばくだんメシ

青森市 浪岡のバババ
孫のバースデーに「ばくだんメシ」を作ります。小さなオニギリ(ピンポン玉)の中にお好みでチーズを入れ、薄切りの豚肉や牛肉で包みフライパンで焼き、こげ目がついたら好きなタレをからませてできあがり。お弁当にもオススメですよ。

全数把握簡略化

弘前市 工藤 内記
コロナ感染者の全数把握簡略化で「東奥日報」に「発生届が感染者数の2割」とのつていたが、感染者で届けていない人、検査も受けていない人もあると思われる、心配だ。
脳の活性化を つがる市 蝦名 憲英
五所川原診療所で健康チェック用紙を貰い、チャレンジしています。脳いききはまず読書です。太宰治は金木町生まれの偉大な作家で私は大ファンです。

復旧を願って

青森市 石村 愛子
本当に久しぶりに道の駅めぐりに出かけ、西海岸を通りました。途中線路が寸断されている箇所があり、心が痛みました。早期に全面補修され、リゾートしらかみが通る風景が見たいし乗りたいです。

ぐっすり眠れる

平川市 覚蓮坊
脳活にナンプレ頑張る。目が惚ける、頭も疲れます。夜はワンカップ吞んでぐっすり眠れます。いろんな夢にチャレンジしよう。健康が一番!! 運動もいいね。

読者サロン

(投稿のお誘い) 身のまわりのこと、健康のこと、何でも「おたより」歓迎します。

東中支部 五中支部 清掃活動で サツパリ

9月に入り日曜日の4日午後、健生病院ロータリーに、東中支部から6人、五中支部3人が集まり、樹木の枯れ枝切除、



花壇の雑草取りなどの作業を行ないました。班から誘い合つての参加も。総代会発言にもあった、健生病院の玄関前がきれいな状態に保たれました。



秋元 律花ちゃん うまれてきてくれてありがとう！ 楽しく過ごそうね



下山 椎葉ちゃん 力いっぱい動いて大きくなってね！ ババ、ママ大好き♡

すくすく エンジェル

4ヵ月健診の あかちゃんたちです



石田 琉空ちゃん お姉ちゃんと仲良くね♡生まれてきてくれてありがとう♡ちゅっ♡



櫻庭 わごちゃん これからも元気に大きくなってね♡アイラブわごりん♡



佐藤 羽風斗ちゃん 生まれてきてくれてありがとう 大きくなあれ



工藤 迅ちゃん 元気に育ってね。by父さん たくさん遊んで大きくなってね。by母さん



三上 千景ちゃん いつも笑顔がありがとう♡健康に元気にすくすく育ってね♡



相馬 翠ちゃん 健康にすくすく育ってね!!



對馬 のの香ちゃん いっぱいミルクのんで大きくなってね。

楽しいお料理

☆献立紹介… 健生病院 管理栄養士 雪田 総子

じゃが芋のミートソースグラタン

- <材料(2人分)>
じゃが芋2個(400g)
玉葱1/2個(100g)
牛乳50ml 豚挽肉40g
酒少々
トマト1個(200g)
水200ml
ケチャップ大さじ2
砂糖小さじ1/2
ピザ用チーズ大さじ4
塩・こしょう少々
油適量



<作り方>

- じゃが芋は皮をむいて5mm位の厚さの半月切りにし、さっと水で洗う。玉葱は分量の半分をスライス、もう半分をみじん切りにする。トマトは1cm角に切る。
- 鍋にじゃが芋とスライス玉葱を入れて浸るくらいの水を加えてじゃが芋が軟らかくなるまで煮る。芋が軟らかくなってきたら粗くつぶして水気を飛ばし、牛乳を加えて更に少し水気を飛ばすようにする。
- フライパンに油をひき、豚挽肉を入

れて酒を振り炒める。肉に火が通ったら、みじん切りにした玉葱を加えて更に炒める。

- 玉葱が透き通ってきたらトマトを加えて軽く炒め、水を入れてトマトをつぶしながら煮る。
- トマトと具材がなじむように煮詰めたらケチャップと砂糖、塩・こしょうを加えて味を整える(ミートソース完成)。
- 耐熱皿に②のじゃが芋を入れて平らにし、上に⑤のミートソース、ピザ用チーズの順にのせてオーブントースターでチーズが溶けて焼き色がつくまで焼く。

一人当たり エネルギー 353kcal 塩分 1.1g

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

●11月12日(土)
講師：坂本隆 医師

9時～9時30分講義、9時半～11時半語り合い
当院に受診していない方のご家族も参加可能です。

【参加希望の方は下記までご一報を!!】

地域連携室 TEL0172-36-5181