

〔国民の生存権、国の社会保障的義務〕

日本国憲法第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。

◎定 価 一部30円

◎組合員の購読料は出資金に含まれます。

くらしとからだ

〔理念〕一人ひとりが 健康で尊重される 平和な社会をめざします

発行人／青森保健生活協同組合

発 行 責 任 者 鎌 田 敦 子

〒030-0847 青森市東大野2-9-2

☎017-729-3274 FAX017-729-3560

あおもり協立病院 ☎762-5500

協立クリニック ☎762-5511

生協さくら病院 ☎738-2101

中部クリニック ☎777-6206

安方クリニック ☎732-3955

つつみ ☎743-3081

<http://www.aomori-h-coop.com/>

支部で初めての健康まつりを開催。会場となったデイサービスは満員御礼の大盛り上がり!「ひとりぼっちをなくしたい」「繋がって支え合おう」の思いが参加された方に伝わっていたら、こんなに嬉しいことはありません。

▲茶屋町港町支部
今昭代さん



身近な地域で
健康まつり

▲津川千枝さん



▲中央長島支部
今實さん

今年の支部レクリエーションは酸ヶ湯温泉に出かけました。毎年秋の日帰り旅行は支部の組合員さんの声を聞く大切な機会。困り事や高齢生活の不安を分かち合って、助け合うのも支部の大切な役割ですね。

日帰り旅行でわいわい



手配付者さんや班長さんなど、日頃から生協の活動に協力してくれている方々の交流会(昼食会と演劇鑑賞)を開催。生協事業や組合員活動の展望を話し合っ、私たちに何ができるかを考えました。

海岸線支部▶
若佐 政廣さん



担い手さんの
交流会

西滝班で主催した医療講演会には班員以外も含め13名が集まりました。医師の話を聞いたり、直接質問できる機会とても貴重。生協の活動に興味を持ってもらうきっかけづくりに、これからも年に一回は企画していきたいです。



医師の健康講話を
地域住民にも



▲西滝三内支部
清野 信子さん

つい家に閉じこもりがちなシニア世代の男性。短命県なんて不名誉な称号は吹き飛ばそうと男性だけの班会を結成しました。料理に挑戦したり、健康マージャンで脳トレも。減煙減酒の誓いを守って、健康寿命の延伸に励みます。



ご近所さんと
班会結成

▶海岸線支部
内藤 信さん

同じ生協の仲間と協同した仲間づくり、健康づくりに取り組みたいと、合同で班会を開きました。コープさんは「食」と私たちは「健康」。互いの特長を活かした交流を今後も続けていって、輪を広げたいです。



コープあおもりと
連携して

▶山崎千代子さん

保健生協のPRのために、関心の高い認知症の学習会を企画しました。何十軒も歩いて宣伝して回るのはなかなか大変だったけど、私たちの活動が身近な誰かの健康度アップに繋がると思っがんばりました。



山の手支部▶
豊川 克義さん



認知症を
知ってもらおう

▲浪館通り支部
藤田 一子さん

1月16日現在、今年度の仲間ふやしは1,553名、目標まであと947名というところまでできています。仲間ふやしは協同の“わ”を広げるチャンスです。人と人との結びつきによって地域まるごと健康づくり、誰もが安心して住み続けられるまちづくりが進みます。年度末まで残り2カ月を切りましたが、ぜひ皆さんとともに仲間ふやしをはじめ生協4課題及び大腸がん検診の目標達成を迎え、組合員活動を活性化させたいと考えています。私たちの理念の実現に向け、がんばりましょう。



組合員活動委員会
野坂 伸一 委員長

連絡船

私がまだ小さい頃、「忠勇」と呼ばれていた人がいた。彼は酔っぱらうと「忠勇無双の我が兵は何をした」と泣きわめいて町内を歩いて

いた。子どもたちは忠勇の姿を見ると怖がって物陰にかくれた。だんだんに彼が中国の戦線で精神を病むほどの経験をしたらしいということが耳に入ってきた。『日本歴史展覧』という本の南京大虐殺の写真はあまりに残酷で、地獄絵図だ。この事実

は忠勇無双の我が兵が行ったことである。これは、でつちあげたと言ふ人もいるが写真はうそをつかない。彼が上官の命令で気がふれるほどの経験をすることも事実だと思ふ。『あの戦争は何だったか』の著者である保坂正康氏は、「今、韓国や中国に

対しヘイトスピーチ(憎悪表現)が広がっている社会になりつつある。中国は尖閣諸島周辺で日本を挑発しているが、日本は一步引いて、冷静に対処すべきだ。中国の挑発が世界に見えるようにする工夫や戦略が必要だと主張している。▼我が国の国土・国民を守るということを為

政者は大義にし、強い軍隊をつくり、誇示し、戦争をしよ

うとする。私は毎年八月を不

戦の月として誓いを新たに

している。

(理事 加福銀治)



今、日本の医療は大きな変革期を迎えています。介護保険が施行されてから14年。看護・介護の仕事を通じて日本におけるさまざまな試行錯誤を目のあたりにしてきました。そして、人は住み慣れた地域で、最後までその人らしく暮らし老いていくのが、一番の幸せではないかと感じています。

在宅での看取りを「命のリレー」と表現することがあります。これには、長年過ごした自宅で最期を迎えるということが、亡くなる方から残された家族へのメッセージになるという意味が込められています。また、介護や看病にあたってきた家族は、そうした日々の中で頼れる事業所との出会いやご近所さん、同じ境遇の方

在宅診療・看護・介護で支える「命のリレー」

中部クリニック

看護長 野宮 ふみ子

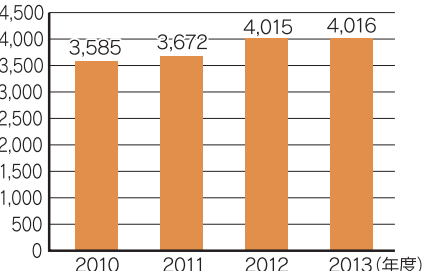
との交流など、地域との絆を深めていくのです。

中部クリニックでは年間4000件以上の在宅診療（往診）を行っています。訪問先は年々増加し、高齢者の増加や、国の医療施策による入院期間の短縮化を肌で感じています。一方で、訪れる先の患者さんとの触れ合いの中で多くのことを学び、日々の仕事の大切さに確信を深めています。

これからも「命のリレー」を精いっぱい見守り、支え、クリニック、デイサービス、ヘルパーステーション、訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所一丸となって

地域の高齢者の方々の役に立ちたいと考えています。

中部クリニック 往診のべ件数の推移



◎青森保健生協の病院では、差額室料は頂いておりません。

残り2カ月です！
14年度助成対象の方はお忘れなく！！

肺炎球菌ワクチン

肺炎による死亡者のうち
95%が65歳以上

肺炎は日本人の
死亡原因第3位

① ワクチンはいつ接種すれば？

初めて接種する方

1年を通していつでも

過去に受けた方

5年以上の間隔をあけて

※発熱など体調の悪い方・重い急性の病気の方は接種できない場合があります。

② 接種費用や接種できる場所は？

■青森保健生協の場合

【組合員】5,616円

【非組合員】7,128円

■接種できる場所

青森市指定医療機関

あおもり協立病院・生協さくら病院・協立クリニック・中部クリニック・安方クリニック



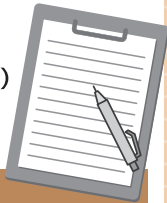
③ 自治体などの助成制度は？

■青森市の助成制度を活用すると

自己負担 2,000円

対象者はワクチンの接種を受けたことがない

- ①2014年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方（2014年度に限り101歳以上になる方）
- ②60歳以上65歳未満で一定の障がいの方（内部障がい1級に該当する方）



2014年度とは…

2014年4月2日～2015年4月1日

④ 助成制度の利用方法

■窓口で申請する場合

- ①元気プラザ内にある健康づくり推進課へ保険証(障がい者手帳)を持参
- ②必要事項を確認
- ③青森市高齢者肺炎球菌予防接種予診票が交付される
- ④指定医療機関へ行き接種

■郵送で申請する場合

- ①青森市高齢者肺炎球菌予防接種予診票交付申請書・保険証(障がい者手帳)のコピー・返信用封筒(返信先の住所と氏名を記入)・82円分の切手を青森市保健所健康づくり推進課〒030-0962 青森市佃2丁目19-13 へ送付
- ②青森市高齢者肺炎球菌予防接種予診票が交付される
- ③指定医療機関へ行き接種

※申請用紙は市役所や各市民センターのほか、青森保健生協の各事業所にも設置しています。

公 告

2015年度 役員推薦について

本法人役員選任規約第6条3項に基づき、地域区分理事候補者の推薦に先立ち、次の事項を公告し、地域別推薦委員会の推薦を受けることを希望する組合員からの申出を求めます。

- (1)役員選任を行う総代会の日時及び場所
2015年度通常総代会
6月27日(土)10時～ホテル青森
- (2)規約第3条に基づき、理事会が決定した地域別の理事定数
非常勤理事定数27人～30人までとする。
支部から1人以上の選出を基本とする。
各地域の定数は組合員数及び組合員組織の状況を考慮し理事会で定める。
- (3)申出の受付方法及び申出の期限
①受付方法
申出は所定の用紙へ必要事項を記入の上、支部の推薦を得て、本部総務部へお届けください。なお、推薦用紙は本部にあります。

②期限
2月1日～2月28日

2015年2月1日

青森保健生活協同組合

理事長 横 田 祐 介

平成27年1月から70歳未満の高額療養費制度が一部変更

生協さくら病院 医事課主任 小山内 海



平成27年1月1日から、70歳未満の方について健康保険の高額療養費の自己負担限度額区分が従来の3区分から5区分へと変更になりました。70歳以上75歳未満の方については、変更はありません。

「限度額適用認定証」を病院に提示しておく

改正前(平成26年12月31日まで)

所得区分	自己負担限度額
①区分A 上位所得者 (標準報酬月額53万円以上)	150,000円+ (医療費－500,000円)×1% <多数該当:83,400円>
②区分B 一般所得者 (上位所得者・低所得者以外)	80,100円+ (医療費－267,000円)×1% <多数該当:44,400円>
③区分C 低所得者(住民税非課税)	35,400円 <多数該当:24,600円>

※多数該当とは
高額療養費として払い戻しを受けた月数が1年間で3月以上あったときは4月目(4回目)から自己負担がさらに引き下げられるという負担軽減措置のこと。

改正後(平成27年1月1日から)

所得区分	自己負担限度額
①区分ア 標準報酬月額83万円以上	252,600円+ (医療費－842,000円)×1% <多数該当:140,100円>
②区分イ 標準報酬月額53万～79万円	167,400円+ (医療費－558,000円)×1% <多数該当:93,000円>
③区分ウ 標準報酬月額28万～50万円	80,100円+ (医療費－267,000円)×1% <多数該当:44,400円>
④区分エ 標準報酬月額26万円以下	57,600円 <多数該当:44,400円>
⑤区分オ 低所得者(住民税非課税)	35,400円 <多数該当:24,600円>



◆先日、三陸鉄道へ乗車
(浜田 砂庭理恵子)

◆先日、協立クリニック
でインフルエンザの予防
接種をしました。65才なの
で千円。年をとってもいい
事アリなんですわ。

◆大学センター受験を控
えています。あと少しなの
で、気合いで頑張ります！
(浪館 斉藤拓斗)

◆先日、協立クリニック
でインフルエンザの予防
接種をしました。65才なの
で千円。年をとってもいい
事アリなんですわ。

家族や知人が
認知症かもと思ったら

皆さん、こんにちは。昨年末
から続く大雪がなかなか収まる
気配を見せませんが、お元気で
お過ごしでしょうか。除雪や雪
おろしでの転倒が、寝たきりや
認知症発症のきっかけになるこ
ともあります。体調には十分留

知って 学んで 支えよう

もっと身近に 認知症

第4回

生協さくら病院
認知症看護認定看護師
成田 繁人

ちよつとひとこと

◆病院に足を踏み入れる
と癒されるような気持ち
になります。それは玄関の
お花のおかげです。いけ
花、鉢植のお花もきれいに
咲いています。いつもあり
がとう♡

◆新年の抱負。1才若く
なること。体調をみながら
毎日歩くこと、なるべく猫
背をのびして姿勢よく。そ
して、昔楽しく歌った時の
ように歌が歌えるように
なりたい。そうしたら1才

◆病院に足を踏み入れる
と癒されるような気持ち
になります。それは玄関の
お花のおかげです。いけ
花、鉢植のお花もきれいに
咲いています。いつもあり
がとう♡

◆新年の抱負。1才若く
なること。体調をみながら
毎日歩くこと、なるべく猫
背をのびして姿勢よく。そ
して、昔楽しく歌った時の
ように歌が歌えるように
なりたい。そうしたら1才

◆新年の抱負。1才若く
なること。体調をみながら
毎日歩くこと、なるべく猫
背をのびして姿勢よく。そ
して、昔楽しく歌った時の
ように歌が歌えるように
なりたい。そうしたら1才

◆新年の抱負。1才若く
なること。体調をみながら
毎日歩くこと、なるべく猫
背をのびして姿勢よく。そ
して、昔楽しく歌った時の
ように歌が歌えるように
なりたい。そうしたら1才



◆病院に足を踏み入れる
と癒されるような気持ち
になります。それは玄関の
お花のおかげです。いけ
花、鉢植のお花もきれいに
咲いています。いつもあり
がとう♡

◆新年の抱負。1才若く
なること。体調をみながら
毎日歩くこと、なるべく猫
背をのびして姿勢よく。そ
して、昔楽しく歌った時の
ように歌が歌えるように
なりたい。そうしたら1才

◆病院に足を踏み入れる
と癒されるような気持ち
になります。それは玄関の
お花のおかげです。いけ
花、鉢植のお花もきれいに
咲いています。いつもあり
がとう♡

◆新年の抱負。1才若く
なること。体調をみながら
毎日歩くこと、なるべく猫
背をのびして姿勢よく。そ
して、昔楽しく歌った時の
ように歌が歌えるように
なりたい。そうしたら1才

◆病院に足を踏み入れる
と癒されるような気持ち
になります。それは玄関の
お花のおかげです。いけ
花、鉢植のお花もきれいに
咲いています。いつもあり
がとう♡

◆新年の抱負。1才若く
なること。体調をみながら
毎日歩くこと、なるべく猫
背をのびして姿勢よく。そ
して、昔楽しく歌った時の
ように歌が歌えるように
なりたい。そうしたら1才

意して無理のない範囲で
行ってください。

さて、今回は「家族
や知人が認知症かもと
思ったら」と題して、ま
ず受診すべき病院や、受
診への誘い方についてお
話します。

◆病院に足を踏み入れる
と癒されるような気持ち
になります。それは玄関の
お花のおかげです。いけ
花、鉢植のお花もきれいに
咲いています。いつもあり
がとう♡

◆病院に足を踏み入れる
と癒されるような気持ち
になります。それは玄関の
お花のおかげです。いけ
花、鉢植のお花もきれいに
咲いています。いつもあり
がとう♡

◆新年の抱負。1才若く
なること。体調をみながら
毎日歩くこと、なるべく猫
背をのびして姿勢よく。そ
して、昔楽しく歌った時の
ように歌が歌えるように
なりたい。そうしたら1才

◆病院に足を踏み入れる
と癒されるような気持ち
になります。それは玄関の
お花のおかげです。いけ
花、鉢植のお花もきれいに
咲いています。いつもあり
がとう♡

◆新年の抱負。1才若く
なること。体調をみながら
毎日歩くこと、なるべく猫
背をのびして姿勢よく。そ
して、昔楽しく歌った時の
ように歌が歌えるように
なりたい。そうしたら1才

◎あおもり協立病院は、24時間救急対応しています。

クロスワードパズル

今月号より当選者が
倍の10名になりました！

《解き方》
イラストをヒントにして、二重ワクの5文
字をつまく並べてできる言葉は？

【応募要領】 答えと住所・氏名・年齢・電話番号を記入、
余白に簡単な通信記事を書き応募してください。記事は
本紙「ちよつとひとこと」欄に一部編集の上採用される
場合があります。宛先は〒030-0847 青森市東大野2-9-2
青森保健生協組織部あて、締切2月末日消印有効、抽選
で10名様に図書カードを進呈。

●12月号の答え
「としのいち」
応募者61名／正解56名
当選者 井上好明(金沢・工
藤和磨(浜田・原田スミ)(松
森・秋田妙子(高井・奈良岡
桂子(浪館・古川英子(平内
町・白坂真由美(八戸市・亀
田美根子(子刈・小倉智子(大
野・村上美津子(むつ市)
※2月上旬、図書カードを発
送します。

ヨコのカギ
①イソップ童話「…風と太陽」
③見るに見かねて……を出す
⑦サルとブタとカッパが出て
きます
⑨丸くて長くて中はからっぽ
⑩首都はコペンハーゲン
⑪疑い。……暗鬼
⑬「氏」をつけると恋人の意味に
⑮停留所で乗客を乗せて走る
⑯「おとさん」の幼児語
⑰持ち運びもできる……型パソコン
⑱体内をファイバースコープで観察す
る……検査
㉑今の世の中、男も……や子育てする
のは当然
㉒敷いたり掛けたりします

タテのカギ
①1月は睦月、2月は？
②魚へんに周と書いて？
③たくさんの店や人でにぎわうダウン
……
④立て付けが悪い。……風が吹き込むと
寒いね
⑤本の表紙をおおいます
⑥36～37度は平……です
⑧これを握り当てたら一気に大金持ち？
⑫小さなことが気になる……性
⑭「食堂」と言ったら野暮ったい？
⑯太平洋と大西洋を結ぶ……運河
⑰役所に税金を……する
⑲……を追う者は山を見ず
⑳一番最後に桃太郎の家来になりました

(理事会報告)

2014年度第8回 12月25日

1. 生協強化月間のまとめと年間目標達
成に向けた奮闘を確認しました。
2. 給食配食事業報告を承認しました。
3. 経営一般報告を承認しました。
4. 人事について決定しました。
5. 各専門委員会の報告を承認しました。

青森保健生協 現勢 (12月末現在)	
組合員累計	46,310人
出資金累計	1,560,381,200円
一人平均出資額	33,694円

手配りさん募集

今月は、次の地域の手配りさん
を募集しています。

- 新町1丁目
- 沖館1丁目

ご近所30分以内、10部前後など
ウォーキング程度です。

◎お問い合わせ
組織部 ☎762-5888

2月の日程

13日(金) 虹のバレンタイン行動
14日(土) 統一行動
26日(木) 理事会
28日(土) 第7回組合員職員
活動交流集会

2月の生活相談日

国保税の支払いに困ってい
る、医療費が心配で病院にかか
れないなど、医療や介護、生活
の困り事がありましたらご相談
ください。

- あおもり協立病院・生協さくら病院
【相談日】平日および土曜午前
【時 間】午前9時～午後4時30分
- 中部クリニック
【相談日】25日(水)定例/第4水曜日
【時 間】午後1時30分～3時30分
- 安方クリニック
【相談日】17日(火)定例/第3火曜日
【時 間】午後2時～4時
- つつみ(旧堤診療所)
【相談日】10日(火)定例/第2火曜日
【時 間】午後2時～4時

各事業所の電話番号は1面右上に
掲載しています。

転居及び氏名変更、お亡くなりになられた場合は組織部(電話762-5888)までご連絡ください。

※本紙は一世帯に一部お届けしています。二部届いている方はお知らせ願います。

生協を守る育てる

手をとりあつて

第5回

出資金は何に使われているのか

健康管理と救急編

組合員一人ひとりが持ち寄った出資金は、医療生協のあらゆる事業や活動の元手として活用されています。

人間ドックや各種健康診断、出産費用、インフルエンザの予防接種など、保険外料金に組合員価格が設定されており、組合員の健康管理に出資金が活用されています。

組合員価格が設定されているもの

予防接種
インフルエンザワクチン 肝炎ワクチン・風疹ワクチン 肺炎球菌ワクチン 等
健康診断
人間ドック・脳ドック・胃がん検診 大腸がん検診・子宮がん検診 乳がん検診・骨密度・動脈硬化 血液サラサラ 等
出産費用
血液型検査・分娩料・超音波検査 等

健診料金の詳細はあおもり協立病院・協立クリニックのホームページでご確認いただけます。

<http://www.aomori-h-coop.com/kyoritsu/>

また、あおもり協立病院では24時間365日の救急外来体制を敷き、市内救急搬送においては青森県立中央病院・青森市民病院に次ぐ受け入れ件数となっています。組合員だけでなく地域住民の方々に万が一の時、頼りにしていただける病院として、この体制を維持していくのにも出資金がその支えとなっています。

年間救急車搬送数 (2012年)

青森県立中央病院	3,942件 (46%)
青森市民病院	2,502件 (29%)
あおもり協立病院	1,192件 (14%)
その他9病院	893件 (11%)

定期増資にご協力を!

1月よりゆうちょ銀行口座からの振替ができるようになりました。

通院・通所時に受付等の職員にお申し出いただくか、生協本部で受け付けていますので、ぜひ定期的な増資にご協力をお願いします。また、班会時、支部行事等でも代表の組合員さんを通してお取り扱いしています。便利な口座振替もあります (みちのく銀行・青森銀行・ゆうちょ銀行)。

2014年度青森保健生協「きつずチャレンジ」

ぬりえコンテスト入賞者発表

2014年度7月～9月に行われた「きつずチャレンジ」ぬりえコンテストには、846名のこどもたちから応募がありました。ぬりえコンテストで描かれたのは、青森保健生協創業60周年記念マスコットキャラクターの「ろくまるくん」です。

どの作品も一生懸命描かれた素晴らしい作品ばかりでしたが、今回その中でも特に優れた作品として最優秀賞3作品、優秀賞20作品が選ばれました(入賞者へはすでに賞状と特別記念品が授与されています)。

なお、紙面の都合上、作品自体は最優秀賞のみ掲載しますが、青森保健生協ホームページでは優秀賞の作品も掲載されていますので、ぜひご覧ください。

最優秀賞 3作品

こはるちゃん(3才)
白ゆり幼稚園

歩くん(4才)
呉竹幼稚園

蓮くん(5才)
青森中央短期大学附属第二幼稚園

優秀賞 20作品

舞瑠々ちゃん(5才・螢ヶ丘幼稚園)／ひなたくん(5才・青森藤幼稚園)／泰我くん(4才・青森中央短期大学附属第一幼稚園)／蒼依ちゃん(5才・青森中央短期大学附属第三幼稚園)／めいびちゃん(4才・東奥幼稚園)／みなもちゃん(2才・青森幼稚園)／唯希ちゃん(5才・源内幼稚園)／航希くん(5才・青森第一とう幼稚園)／いになちゃん(5才・すぎのこ幼稚園)／陽唯ちゃん(4才・すぎのこ幼稚園)／啓斗くん(5才・第二すぎのこ幼稚園)／律花ちゃん(3才・第一南幼稚園)／有里桜ちゃん(3才・甲田幼稚園)／百華ちゃん(5才・愛育幼稚園)／陽南ちゃん(5才・聖マリア幼稚園)／いおりちゃん(3才・聖アルバン幼稚園)／菜津ちゃん(5才・青森大谷幼稚園)／優衣ちゃん(4才・浪打カトリック幼稚園)／晴音ちゃん(3才・戸山保育園)／友里ちゃん(5才・蜷貝保育園)

Let's Cook

おいしくて、栄養いっぱい!

とっておきレシピ

生協さくら病院 管理栄養士 松井 紗季

●今月のレシピ

★冷めてもおいしいチョコマフィン★

【材料】
(マフィンカップ6個分)

- ・卵 1個
- ・砂糖 60g
- ・牛乳 55g
- ・薄力粉 100g
- ・A ベーキングパウダー 3g
- ・ココアパウダー 15g
- ・オリーブオイル(なければサラダ油) 20g
- ・無塩バター 30g
- ・板チョコ(またはチョコチップ) 1/2枚(約25g)

【作り方】

- ①板チョコは小さめに切る。Aは合わせてふるう。オーブンは170℃に温めておく。
- ②ボウルにバターを入れ、ペースト状にする。
- ③②に砂糖を加え、白っぽくなるまで混ぜ合わせる。(ボソボソして混ぜにくい場合はオリーブオイルを少しずつ入れながら混ぜてください。)
- ④卵とオリーブオイルを入れ、もったりするまで混ぜる。
- ⑤Aと牛乳を半量ずつ交互に入れ混ぜ合わせる。
- ⑥カップに入れ、チョコを上 scatter。
- ⑦170℃のオーブンで20～25分焼けば出来上がり♪

(1個約215kcal 塩分約0.1g)

One Point

生地の中にチョコを混ぜてもおいしくできます。カップで作るのでバレンタインやプレゼントにぴったりですよ☆

長期住所不明組合員の脱退手続きに関する公示

定款第10条の2の規定に基づき、長期住所不明組合員は、今年3月末で脱退処理手続きが行われます。各事業所備え付け名簿に掲載の組合員は、速やかに住所変更等の手続きをお願いします。

【閲覧期間】 2015年2月1日～2月28日

2015年2月1日

青森市東大野2丁目9の2
青森保健生活協同組合
理事長 横田 祐介