

[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/>



介護部長

へズバリ聞きました!



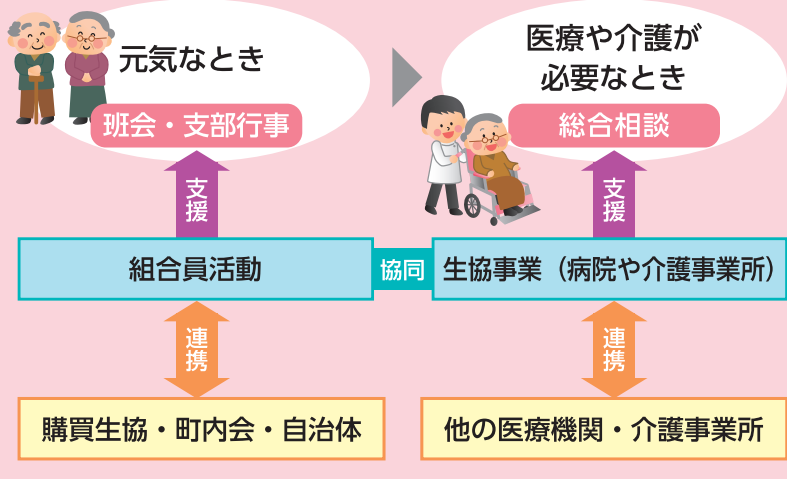
本間 純子
(前介護部長)

「地域包括ケア」と 青森保健生協

青森保健の地域包括ケア

協同の力でいのち輝く社会をつくる

～医療福祉生協の地域包括ケアを具体化し、組合員の参加と地域連携を広げる中で、「医・福・食・住」の事業を拡大しよう～



今よく耳にする「地域包括ケアシステム」ってなんですか?

団塊世代が75歳以上の後期高齢者となる2025年を目途に、可能な限り住み慣れた地域(小・中学校区)で、自分らしいくらしを人生の最期まで続けることができよう厚生労働省が構築した、地域の支援・サービス提供体制のことです。

なるほど。とても良さそうなシステムですね。では、そのシステムで私たちのくらしはどう変わっていくのですか?

厚生労働省の目的は、医療費・介護費の削減で、入院から在宅へ、医療から介護へ、介護から地域互助・ボランティアへと、公助の範囲を出来るだけ減らすこと。効率的にサービスを提供する仕組みになっている一方で、そのために地域で必要なサービスを受けることができない人たちが出てくる可能性があります。

えっ、それは困りますね。青森保健生協ではどのように考えているのですか?

ご安心ください。医療生協がめざす「地域包括ケア」は、憲法の基本的な人権のもと、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられる地域をつくることです。国が進める地域包括ケアシステムから漏れざるをえない人々のくらしを協同の力で支えることなのです。

具体的にいうと?

事業所では、認知症になっても、要介護状態になっても、最期まで安心して生活できるように、入院・外来・在宅・介護が連携して支援できる事業展開を行います。

青森保健生協は、「地域まるごと健康づくり」をめざして、医療・福祉・介護事業と組合員の助け合い活動を進めているので、地域包括ケアにはよくマッチしています。



組合員活動はひとりぼっちをなくすこと!

組合員活動では、ボランティアや助け合い運動に参加と協同を進めています。例えば、健康チェック・健康体操・多様なサロン・日帰り旅行などの多彩な活動で、地域住民と顔の見える関係をつくりたい。人と人の豊かな関わりでひとりぼっちをなくす運動を進めることが、安心して生活できる地域づくりにつながります。事業所、地域の組合員さんとみんなで考え、みんなで作る地域包括ケアをめざしましょう。

ありがとうございます。これまで私たちが行ってきた組合員活動は「医療福祉生協の地域包括ケア」そのものなので、地域の特性に沿って、地域の声を大切に活動していくことが大切なのですね。



聞き手
齋藤 勝博
(機関紙委員長・理事)

連絡船

近年「働きやすい職場づくり」「仕事と生活の両立の実現」を目的にワーク・ライフ・バランスに取り組んでいる企業が増えています。病院においても同様で、あおり協立病院を含め、青森県内の9病院が取り組んでいます。▼看護という仕事は、24時間365日夜勤交代制勤務を行いながら患者の生命と健康を守る、社会的意義の大きな、やりがいのある職業です。同時に人の命を預かるという意味で強いストレスや緊張感を伴う職業です。職場環境を整え働きやすい職場をどう作っていくかが急務と考えます。▼協立病院看護部では、看護職のワーク・ライフ・バランス指標調査を実施しました。超過勤務の状況、休暇や休憩の取得状況、職員の安全確保や健康管理は行われているかなどの現状を分析し、課題に取り組んでまいりました。▼今後も年次有給休暇の取得促進、時間外勤務の削減、短時間勤務制度の利用促進など計画的にすすめていきます。定年まで働き続けられる職場づくりを職員全員で作っていくことが私の願いです。
(生協さくら病院
総看護長 三津谷靖子)



手厚い看護体制、医療安全の確保に取り組みました

青森保健生活協同組合 2014年度のまとめと 2015年度重点課題(案)

2014年度のまとめ 〔中心テーマ〕 協同の力でいのち輝く社会をつくる 「医・福・食・住」の切れ目のない事業と 組合員の協同で、いのちとくらしを支える 医療福祉生協に

1 診療報酬改定への たたかいと対応に ついて

●あおもり協立病院では7対1看護体制維持のために平均在院日数・医療看護必要度・在宅復帰率の新基準維持に取り組み、10月1日には無事、基準の届出を行いました。

●在宅医療については、

●複合型サービス事業所ひまわりが順調に稼働し、利用者や家族の評価も高いものとなっています。

●介護事業については、リハビリ特化で機能強化をすすめる方針でしたが、デイケア以外では新たな変化を作り出せませんでした。また、機能強



リハビリ重視型の介護事業のあり方を検討しました

2 あおもりセントラル キッチンの開設成功 に向けて

●あおもりセントラルキッチンによる病院給食(3月から)、配食弁当(4月から)、介護施設給食(6月から)を順次開始することができました。セントラルキッチンと病院の連携も強化され、患者・利用者の立場に立った食の提供、おいしい食事をめざした質の改善に取り組んでいます。

●あおもりセントラルキッチンによる病院給食(3月から)、配食弁当(4月から)、介護施設給食(6月から)を順次開始することができました。セントラルキッチンと病院の連携も強化され、患者・利用者の立場に立った食の提供、おいしい食事をめざした質の改善に取り組んでいます。

3 医療・介護サービスの 質向上に向けて

●配食サービスは青森市内で1日300食、県内では1日1000食の提供となりました。見守りによる事例も数件あり、配食事業の社会的役割も発揮できています。

●8月にISO、10月に医療機能評価、2月にプライバシーマークの認定更新と継続審査に取り組み、いずれも無事、合格となりました。

●新たに感染管理認定看護師が2名誕生し、生協さくら病院にも認定看護師を配置することができました。また、4名の医師が日本プライムケア認定指導医資格を取得しました。

4 医師看護師確保を めざして

●医師確保プロジェクトを中心に活動を展開し、非常勤医師の情報が寄せられ、当直医師や内視鏡検査支援医師などの採用につながりました。

●看護師・介護福祉士・薬剤師などの確保は困難を極めています。医師の確保と合わせ一層の確保体制の強化が求められています。

5 その他の重点課題

●水道局跡地(協立病院東側)を10月に購入しました。生協会館建設や協立病院機能整備とあわせて活用していきます。

●協立病院20周年・協立クリニック10周年を受け、協立まつりや記念レセプションを開催し、地域住民や連携医療機関などへ大いにアピールできました。

●全国300万人組合員達成に向けた仲間ふやしと増資活動も旺盛に行われました。生協強化月間では1万件総訪問行動を位置付け、地域に打って出る行動に取り組み、大きな成果と共に保健生協の風を吹き起こすことができました。



病院・介護施設給食外注化も軌道にのりました

●支部総会や班会などであおもりコープフーズの配食の試食会に取り組み、大いに配食の活用をアピールしました。

●社保・平和・くらしを守る活動では、消費税増税反対・医療介護総合確保推進法反対・集団的自衛権行使容認反対・原発NO!など、多彩な運動に取り組みました。

●憲法街宣行動10周年を記念して、平和活動交流集会を健康企画・虹と共に開催しました。

私たちが取り巻く情勢

1 暮らしと社会保障

●医療介護総合確保推進法の成立により、今後の医療や介護が脅かされています。介護保険

●医療介護総合確保推進法の成立により、今後の医療や介護が脅かされています。介護保険

あおもり協立病院

無料低額診療

～無差別平等の医療を目指して～

皆さんは無料低額診療をご存じですか。

無料低額診療とは、生計困難者が経済的な理由によって必要な医療を受ける機会を制限されないようにするための事業で、青森市内では青森保健生協でしか実施していません。



地域医療連携室
畑山 勇士

●昨年年度、あおもり協立病院では、2月末迄に8名の方が利用されました。その中の一つをご紹介します。

●ご本人は、数年前に脳梗塞を患い、それ以来無収入でした。1年程前から医療費が払えず受診と服薬を中断したため、脳梗塞が再発。あおもり協立病院入院となりました。

●困難な事情を抱えたご本人に安心して治療に専念していただくため、入院中に必要な医療とリハビリを受けながら、無料低額診療を申請。本人の希望を考慮して、退院後は施設入所へと繋がりました。

●現在では定期的な受診と服薬、必要な支援を受けながら生活を再建することができました。

●青森保健生協では無差別平等の医療に取り組んでいます。昨今は低所得者や高齢者世帯が増加しています。医療費の支払いが難しいからと受診を諦める前にぜひ一度、ご相談いただければと思います。

4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うちなど、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】22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】21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】14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。

●消費税は社会保障と税の一体改革の名のもと、8%へと引き上げられました。国民のくらしを、とりわけ弱い立場の人びとを直撃し、深刻な事態を起こしています。

2 地域の医療情勢

●青森県民の所得は全国平均の80・0%であり全国41位です。有効求人倍率は0・69倍で全国44位、失業率は5・0%で全国2位となっています。一方、全国1位の短命県となっており、がんでの死亡率は全国1位、脳血管疾患・心疾患での死亡率は全国2位となっています。まさに経済格差が健康格差へとつながっています。

●医療の提供体制では弱体化が止まらず、医師数は人口10万人対184・5人(全国平均226・5人)であり、東北内でも福島県と最下位を争っています。その上、医療の高度化や医療安全の高まりの中で、医師をはじめとした医療従事者の負担は増す一方です。

2015年度の重点課題

〔中心テーマ〕

協同の力でいのち輝く社会をつくる
 「医療福祉生協の地域包括ケアを具体化し、組合員の参加と地域連携を広げる中で、「医・福・食・住」の事業を拡大しよう

1 第4次中期事業構想と第5次中期事業構想の策定

●超高齢化社会に向かう地域包括ケア時代において、地域で住み続けられるまちづくりをどのようにつくるかがカギとなります。事業のみならず組織づくり・まちづくりを重点課題とした第5次中期事業構想を作成します。



昨年度取得した水道局跡地の有効活用を

2 地域包括ケア

●診療所リニューアルは、2014年度内にまとめられる事業答申に従って、中部クリニックビルと安方クリニックビルの活用をすすめます。

2 地域包括ケア

●青森保健生協ならではの地域包括ケアについて医療・介護・予防・住まい・日常生活支援の各方面からの方針を策定します。

3 協立エリアの再編

●機能強化型訪問看護ステーションの開設と同時に運営機能を確立させ、青森市の西部と東部にサテライトの支所を配置し、市内全域を対象に効率的な訪問看護活動を提供します。

3 協立エリアの再編

●水道局跡地を活用した医療・介護活動の展開を推進します。一部を患者駐車場として活用します。より質の高い入院医療が提供できるように、協立病院内から押し出せる機能を移行させます。

4 組織活動

●2016年度以降の病床のあり方も踏まえ、協立病院の有している133床の一般病床と90床の回復期リハ病床を、地域包括ケア病床や緩和ケア病床も選択肢に入れながら、どのように活用していくかを検討します。

4 組織活動

●病床再編後の医療活動が無理なく展開できるように、医師確保に向けて本格的な体制作りを確立し、青森民医連に結集しながらも、医療生協の強みを活かした医師確保を展開します。

●3つの「つくりまっチャレンジ」(つながりマツづくり・居場所づくり・生活圏域での支部づくり)をすすめる、地域ニーズをつかみ医療・介護・生活支援の事業と活動を広げます。



認知症を地域で支える人材づくりも急務です

●健康づくり・まちづくりを進めていくためには、さらなる生協組織活動の強化が求められます。仲間ふやし2500人、定期増資者5000人、出資金ふやし1億5千万円を目標とします。

NPT再検討会議代表派遣 署名・募金にご協力ください

NPT再検討会議*に際し、全世界から核兵器廃絶と平和を願う人々数万人が集結し、集会やパレードがおこなわれます。

このたび、青森保健生協では、協立クリニック居宅介護支援事業所・ケアマネジャー青木祐司を青森県生協連共同代表団の一員としてニューヨークへ派遣することとしました。日本、全世界の仲間と連帯し、反核・反戦を訴えてきます。

※NPT再検討会議
核兵器保有国の増加を防止する目的で1970年に発効した核兵器不拡散条約(NPT)の運用状況を検討するため、1995年から5年ごとにニューヨークの国連本部で開催されている会議。

私たちの家族や知人が、核兵器におびえたり、惨禍にまきこまれることのないよう、今こそ私たちの願いを各国の代表に伝えましょう。
 活動へのご理解とご支援をどうぞよろしくお願い申し上げます。



協立クリニック居宅ケアマネジャー 青木祐司

ご協力いただける方は各事業所の受付へお申しつけください

4月の日程

- 11日(土) 統一行動
- 18日(土) 支部代表者会議
- 24日(金) 統一行動
- 30日(木) 理事会

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。
 ●浦町字奥野(浜田小学校周辺)
 ●富田2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

(理事会報告)

- 2014年度第10回 2月26日
1. 仲間ふやし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. 一般報告および人事について承認しました。
 4. 役員推薦委員会報告を承認しました。
 5. 機能強化型訪問看護ステーションの開設を承認しました。
 6. 2014年度のまとめと2015年度方針案について協議しました。

青森保健生協 現勢 (2月末現在)

組合員累計	46,401人
出資金累計	1,562,093,800円
一人平均出資額	33,665円

i 催しのお知らせ

第3回 若佐杯 支部対抗ピンポン大会

【日 時】 2015年4月25日(土) 午後2時～
 【と ころ】 つつみ(茶屋町11-2) ☎017-743-3081
 【対 象】 組合員(先着32名)
 【参加費】 無料
 【申込先】 つつみ・佐々木まで
 【主 催】 つつみ介護利用委員会
 ※運動靴を持参してください。

2015年度 日曜健診

■日程 5月17日・8月23日・11月8日 (胃内視鏡あり)
 ■時間 午前7時半～ 各回50名様 お申込受付開始
 ■お申し込み あおもり協立病院健診センター 電話 729-3261

健診内容
 ●青森市特定健康診査 ●健康診査
 ●若年健康診査 ●市各種がん検診
 ※クーポン券、無料券をお持ちの方は予約時にお申し出ください。

知って 学んで 支えよう

もっと身近に 認知症

最終回

生協さくら病院
認知症看護認定看護師
成田 繁人

もう怖くない認知症

窓から見える山の雪も消え始め、春の訪れを感じる今日この頃ですが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。いよいよ今回で最終回となりました。「もう怖くない認知症」と題して、お話をします。

「認知症」は、昔の「がん」という病気にとても似ています。20年ほど前に戻って考えてみましょう。その当時、「がん」は「死」をイメージさせる病気でした。治す方法がない恐怖の病気でした。しかし、現在は違います。医学が発展して、「がん」のことがだいぶ解明されています。ある程度のがんであれば、治療が可能となりました。「がん」という得体の知れないものの正体がわかってきて、昔よりはだいぶ怖くない病気になっています。

「は得体の知れないものとして現在存在しています。「認知症」は得体的に治らない」「自分がわからなくなる」など、かかってしまったら自分がどうなるかわからないというイメージがまだまだ根深く、恐怖を感じている人は少なくありません。しかし、少しずつですが、認知症の薬、治療法、予防法が開発され、予防のためのワクチンも開発中との話もあります。認知症になつてからという経過をたどるのかわかるといって、認知症の人が快適に暮らせる地域づくり、施設づくり、看護者・介護者の育成が整いつつあります。

今後は、より多くの看護者・介護者が育成され、皆様には様々な情報を発信していくこととなります。もちろん、私もその一人となって活動します。認知症の情報を提供したり、予防法を一緒に行ったり、認知症の人への接し方を一緒に考えたりして、皆様に認知症のことを知っていただくたいと思っています。

連載はこれで最後になりますが、組合員活動への参加などを通じてこれからも継続して皆様と認知症のことを一緒に考えていこうと思っていますので、よろしくお祈りします。

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76215888)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。

支部・事業所からの活動報告



班員の参加もあり会場は笑顔にまつまれました

4階交流会場



趣味の広場の力作や多彩なポスターが会場に花を添え交流を盛り上げました

記念講演

医療福祉生協と憲法



内田弘志氏
(八戸医療生活協同組合 理事長)

第7回組合員職員活動交流集會に 345名が参加

2月28日(土)、リンクステーションホール青森にて、第7回組合員職員活動交流集會が開催され、過去最大の総勢345名(組合員207名・職員138名)が参加しました。コープあおもりや津軽保健生協、きらり健康生協からの職員参加もありました。

八戸医療生協の内田弘志理事長の講演「医療福祉生協と憲法」では、参加者は憲法の大切さを学び、地域まるごと健康づくりの運動を通して、平和や社会保障の充実を求める取り組みを進めようと思いを統一しました。

記念講演

口は命の入り口、 食べることは 生きること



中澤桂一郎氏
(利根保健生活協同組合 利根歯科診療所長)

午後は利根歯科診療所長の中澤桂一郎歯科医師より「食べることは生きること」と題し講演いただき、口腔ケアの重要性を学ぶと共に、お口の健康体操「あいうべ体操」の紹介が行われ、参加者からは「毎日実践してみたい」「班会でも広げたい」といった感想が聞かれ大変好評でした。

また、交流会場では多数の創作品やブース、ポスターが展示され、多くの参加者で賑わいました。支部や事業所からの活動報告も行われ、組合員と職員の交流が深まりました。これからの活動やまちづくりの推進に生かしていきたい交流集會となりました。

おいしくて、栄養いっぱい!

とっておきレシピ

あおもり協立病院 管理栄養士 泉澤 理恵

●今月のレシピ

★春の雑穀入りおこわ★

【作り方】

- ①もち米は洗米し、1時間ほど水に浸したら水を切る。
- ②干しシイタケは水で戻しておき、アスパラは下茹でする。
- ③人参、戻した干しシイタケ、たけのこ、アスパラは3~4mmのさいの目切りに切る。豚肉も同じくらいの大きさに切る。
- ④フライパンにごま油を敷き、豚肉とアスパラ以外の野菜類を炒め、軽く火が通ったらもち米を加える。
- ⑤Aの半分を④のフライパンに加え炒めながら全体にからませる。
- ⑥⑤の材料と雑穀を炊飯器に入れ、残りの調味料と水を分量の線まで入れて「おこわモード」で炊く。
(※おこわモードが無ければ、具材ともち米を別々に炒め、それぞれ1/4量ずつAを絡ませておく。炊飯器にもち米とA+水を2合分の水加減まで入れた後に具材を加えて炊くと良いです。)
- ⑦炊き上がったアスパラを加え軽く混ぜたら出来上がり。(1人分210Kcal 塩分2.3g)

【材料】(4人分)

- ・もち米 2合
- ・お好みの雑穀 20g
- ・豚もも肉 100g
- ・人参 50g
- ・茹でたけのこ 50g
- ・干しシイタケ 3枚 (水300ccで戻す)
- ・アスパラ 1束
- ・ごま油 大さじ1/2
- ・しょうゆ 大さじ3
- ・オイスターソース 大さじ1
- ・酒 大さじ1
- ・干しシイタケの戻し汁

● One Point

- ・雑穀入りなので食物繊維たっぷりです。
- ・山菜のおいしい時期には、わらびやぜんまい、細竹の子を利用して美味しくしょう。

まちがし

「問題」上下の絵を見比べて 7つの間違いを探しましょう!

【応募要領】答えと住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、余白に簡単な通信記事を書き応募してください。答えは下段のイラストに赤丸をつけ切り取り、ハガキに貼ってください。記事は本紙「ちよつと」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〒030010847 青森市東大野2-19-12 青森保健生活協同組合にて、締切4月末日消印有効、抽選で10名様に図書カードを進呈。

●2月号の答え「とらのぼんつ」

応募者81名 / 正解80名 【当選者 小田桐昭一(北金沢)・山本勝則(岡造道)・小野利雄(四ツ石)・杉田トメ子(奥内)・工藤紋子(新城)・加藤まり子(荒川)・三津谷正(八重田)・近藤晶子(緑)・鹿内百合子(矢田前)・土岐満子(五所川原市)】※4月上旬、図書カードを発送します。

き	た	す	け	ぶ	ね
さ	い	ゆ	う	ぎ	つ
ら	で	ん	ま	ー	く
ざ	し	ん	ま	ー	か
ん	ば	ば	の	は	す
な	い	し	き	よ	う
ま	か	じ	あ	ふ	と
ま	か	じ	あ	ふ	と