

〔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 宮本 達也

〒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.org/>



16 平和と公正を
すべての人に



10 人や国の不平等
をなくそう



3 すべての人に
健康と福祉を

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

私たちの手で 平和を守り抜こう!!

日本国憲法が 日本の平和を守ってきた

日本国憲法は、1946年11月3日に公布、1947年5月3日に施行。国の決まりの中で最も大切なものです。日本のすべての『法律』や『決まり』は、憲法に基づいて作られていて『国民主権』『平和主義』『基本的人権の尊重』の3つの原則があります。

なかでも『平和主義』は、憲法第9条で『戦争の放棄』『戦力の不保持』を明記しています。それは『2度と戦争をしない』『自ら非戦を示すことで世界平和を作り出す』役割を示したものです。



武力では平和はつぐれない

2022年2月24日、ロシアによるウクライナに対する軍事侵攻が開始され、多くの尊い命が犠牲になっています。武力行為は、いかなる理由であっても、無差別・大量殺りくに他ならず、国際間の紛争の解決にはなりません。

この軍事侵攻は、武力行使を禁じる国際連合憲章に対する重大な違反であり、ウクライナ国民の生命および安全に対する権

利を深刻に侵害するものです。

さらに、ロシアのプーチン大統領は軍事侵攻前から核兵器による威嚇を行い、2月24日の軍事侵攻後には『ロシアは世界で最も強力な核大国の一つだ』と核兵器の使用をほめかしました。

唯一の戦争被爆国として核兵器廃絶を求める運動を続けてきた私たちは、この事態を決して容認することはできません。

二度と 戦争を繰り返さない

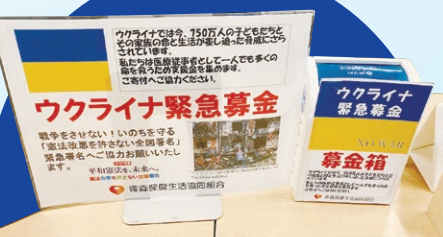
ロシアによる軍事侵攻を利用した『日本を自力で守れるように』憲法9条を変えるべき』という声は本当でしょうか？憲法9条の『戦争の放棄』や『戦力の不保持』を変えて『武力』に頼れば、ロシアのようなウクライナに対する軍事侵攻に帰結してしまうのではないのでしょうか。

今こそ『負の連鎖』を止めるため、憲法9条を生かして平和外交による平等の解決を実現する大切さを

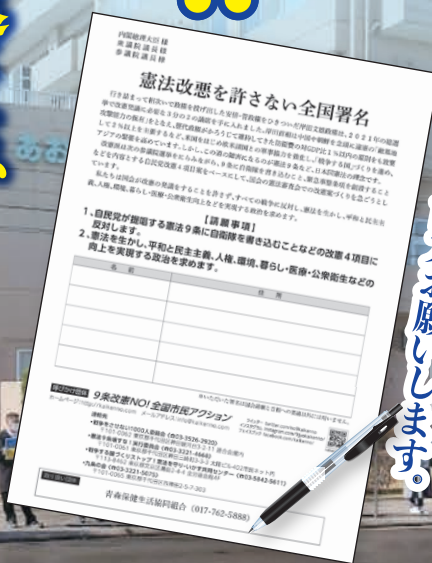
訴える時です。『9条改憲を絶対に許さない』の声を大きく広げましょう。

現在、『9条改憲NO全国市民アクション』が呼びかけている『憲法改悪を許さない全国署名』活動に取り組んでいます。署名は青森保健生協の各事業所で受け付けています。ぜひとも要請内容に賛同いただき、私たちの声を国会に届けましょう。

社保平和委員会
委員長 小山内和子



各事業所窓口にてウクライナ緊急募金を行っています。
ご協力よろしくお願いします



「憲法改悪を許さない
全国署名」への
ご協力をお願いします。

お願い

出資金の増資(積み立て)にご協力ください。

青森保健生協を大きくするために組合加入や増資、「くらしとからだ」の手配付など、皆様のお力をお貸しください。出資金は生協の事業を支える大切な資金です。『安心して利用できる自分たちの病院や介護施設』のため、施設拡充・医療機器の充実など組合員の要求実現に活用されています。

連絡船

今年2月、職場に鉢植えのお花が届きました。淡紫色の可憐な小花が輪のように、謎のよう

に集まってくるとも美しく力強く咲いていました。昨年春から新しい仕事を担うことになった私に、入職時からずっとお世話になっている方からの素敵な贈り物です。▼折しも、その時期は、協立病院で新型コロナウイルス感染症のクラスターが発生しており、病院内がまさに戦場のような状況でした。患者様はもちろん、職員への感染拡大を防ぐため、協立病院の全職員が丸となって取り組んでいる真最中でした。▼精神的にも身体的にも張りつめた状況の中で届いたお花に、『わあ、綺麗』『癒される』『と、その場にいた職員から歓声が上がりました。同時に、私の心の中の何かが溶け、『私達は仲間や友人組合員さんに守られている、支えられている』という気持ちが湧き上がってきました。お花はプリムラ(西洋桜草)の一種ではないかと思えます。花言葉は『気取らない愛』『運命を開く』とあり、前向きに頑張ろうとしている人の背中を押してあげるためにびつたりの花だそうです。▼4月、協立看護部では16名の新人職員を迎えました。院内のクラスターは沢山の組合員さんの応援の中、収束できましたが、市内の感染状況は予断を許さない状況です。それでも『人とひととのつながる心を大切に、新たに迎えた仲間と一緒に前に進んでいきます。』

橘 千景
(あおもり協立病院総看護長)



環境問題学習会



学びあい委員会 事務局
鳴海 騎士

3月28日、医療福祉生協連の「2030年ビジョン」と強く関連している環境問題をメインテーマとし、学びあい委員会 天野委員長を講師に環境問題学習会を開催しました。その中で『気候変動』『プラスチック問題』に焦点を当て、身近な環境問題について学びました。参加者からは多くの質問が出され、生活の中でできる取組みについて意見交換をしました。学習会で完結するのではなく、今後の生活に役立てる方法を学びました。



〈身近な環境問題の一例〉

- ◆日常生活の中で多く使われているプラスチックは、分解・処分が難しいため環境に大きな影響を与えている。
- ◆100年毎にみた時に青森市の最低気温が5℃ほど上昇していること(例:1921年 -11.1℃、2021年 -7.9℃)



《参加者の感想》

- 100年単位で青森市の最低気温が約5度上昇していることに驚きました。青森市のデータが示されたことで、環境問題を身近に感じることができました。
- 普段使わない家電のコンセントを抜くなど、自分に来ることから温暖化対策をしていきたいと思います。



- 資料を大事にして今後勉強していきます。
- 日常生活に注意して生きていきたいです。
- 環境問題ってこんなに難しいと思っていました。今日は大変勉強になりました。ありがとうございました。

青森保健生協はフードドライブの取り組みをスタートします



新型コロナウイルス感染症の感染拡大が長引き、貧困と格差が拡大しております。このような情勢の中で全国の医療生協の活動では、「子ども食堂」や多くの団体と連携して、困窮する学生などに対する食糧支援と「なんでも相談会」を行う支援の輪が広がっております。

今後も新型コロナウイルス感染症拡大の影響によるさらなる貧困と格差の拡大が予想されます。「誰もが健康で居心地よくくらするまちづくり」の推進には、生活をささえる役割がますます大きくなります。

青森保健生協では、多くの団体と連携したフードドライブの取り組みをスタートします。皆様からの温かいご支援お待ちしております。

社保平和委員会 事務局長 佐藤 和子

受付内容

- 食 品：缶詰など加工食品、防災備蓄品、レトルト食品、乾麺・米・パンなどの穀物、お菓子、ジュース、しょうゆ・みそなどの調味料
 - 日用品：トイレtpーパー、ラップ、洗剤、幼児用紙おむつ など
 - 学用品：ノート、筆記具 など
- ※食品は賞味期限内の未開封のもの
※日用品や学用品等は、汚れや傷みの少ないもの
※回収は行っておりません。



フードドライブとは…

提供された支援品を各団体や施設等へ寄付する活動です。



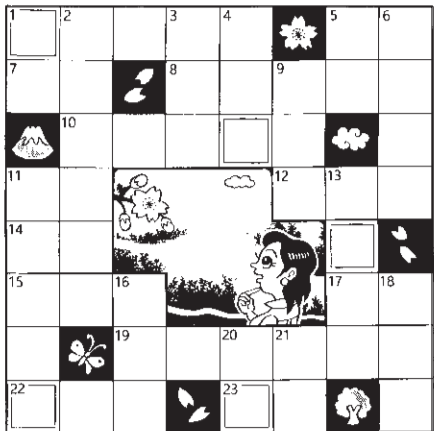
支援品の受付期間は、5月16日(月)から5月27日(金)です。今後の日程は、紙面にてお知らせします。

【お問い合わせ】 青森保健生協 組織部 関・福士 ☎017-762-5888

頭の柔軟体操

クロスワードパズル

《解き方》イラストをヒントにして、二重ワウの5文字をうまく並べてできる言葉は？



ヨコのカギ

- ①特長はさびにくさ
- ⑤バスケットです
- ⑦材料は小麦粉。強力粉を使うと、仕上がりはふくら
- ⑧マグロやタイ、エビ、イカなどが一つの皿に
- ⑩………を覚え
- ⑪天文学上は春分まで、です
- ⑫東北の伝統工芸品といえば
- ⑭わずかです。……の間
- ⑮苦手ではありませんよ
- ⑰映画「オズの魔法使い」の劇中歌「……の彼方に」
- ⑲週1回の発行です
- ⑳物事の起源
- ㉑BOXです

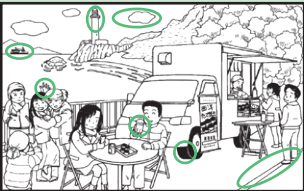
タテのカギ

- ①温泉付きの保養施設
- ②弘前城、松本城、丸岡城、犬山城、彦根城など12城に現存しています
- ③「檸檬」って読めますか？
- ④鍋や吸い物に入っています
- ⑤土砂を運んで扇状地や三角州をつくります
- ⑥オタマジャクシが泳ぎます
- ⑨肉付きの良い丸い体の力士
- ⑪5人制のサッカー
- ⑬救急車で運ばれます
- ⑮異なった性質
- ⑰大規模……への備えはできていますか？
- ⑲保守的な政治勢力
- ㉑過ぎ去った時間です

【応募方法】 ハガキに下記を記入し、ご応募ください。
【住所・氏名・年齢・電話番号・クロスワードの答え・コメント】
コメントは本紙に一部編集の上で掲載されることがあります。
【宛先】 〒030-0847 青森市東大野2-9-2 青森保健生協組織部 宛
【締切】 5月末日消印有効 抽選で10名様に図書カードを進呈

●3月号の答え

応募者105名/正解73名
【当選者 佐々木晴美(平内町)・八田裕美(橋本)・杉山綺惟(幸畑)・川村百愛(荒川)・鳴海由里子(野尻)・奥崎弘美(高田)・齋藤順子(浪岡)・佐々木節子(はまなす)・三上ひとみ(大野)・大平利成(新城)】
※5月上旬、図書カードを送ります。



(理事会報告)

2021年度第10回 3月24日

1. 春闘について、要求を真摯に受け止め、予算作成の状況も共有しながら回答方針を決定しました。
2. 事業廃止と新規の届け出について、届け出期間の関係上、デイサービス中部の廃止と、新たに10月1日から事業開始とする届け出をすることを決定しました。
3. 長期住所不明組合員のみなし脱退について、定款10条に基づき200名の長期住所不明組合員の処理を決定しました。
4. 設備投資について、中部クリニックに16列32マルチスライスCTおよび一般X線撮影装置、FPDシステムを導入していくことを決定しました。
5. 理事の辞任について、3月末をもって砂川典満理事、小形てる美理事、田中光幸理事が辞任することが報告され、承認しました。

くらしとからだ手配付者募集

今月は、次の地域の手配付者を募集しています。

- 大矢沢字里見 ●蛭沢4丁目
- 合子沢字松森 ●赤坂2丁目

◎受付 組織部 ☎017(762)5888

5月の日程

- 7日(土) 支部代表者交流会
- 26日(木) 理事会

5月の生活相談日

- 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
- 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】20日(金) 定例第3金曜日
【時 間】午後1時～3時

尚、青森保健生協では「無料低額診療」を実施しております。医療費などでお困りの方はご相談ください。

青森保健生協 現勢 (3月末現在)

組合員	44,098人 (-614人)
出資金	1,638,346,200円 (-94,080,000円)
一人平均出資額	37,152円 ※()内は前月比です。

転居及び氏名変更、お亡くなりになられた場合は組織部「☎017(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。

診療所再編ニュース

中部クリニック
メーター



3月14日から建設工事が本格的にはじまりました。いよいよ形が見えてきており、地域の組合員からも完成が楽しみと声が寄せられています。現在、本部窓口に中部クリニックの完成イメージ模型を展示しております。お越しの際は、ぜひご覧ください。



中部クリニック 4月13日現在



中部クリニック 3月18日現在



中部クリニック模型



わが支部 わが班

4月から班会を再開しました!

「新型コロナウイルス感染症予防対策ガイドライン」が改定され、対策を徹底した上で班会を再開しました。多くの支部・班では、「久しぶりだね」「会えるの楽しみにしてたよ」と喜びの声が挙がっています。海岸線支部では結成後、初めての班会を行いました。



海岸線支部 カトレア班



佃支部主催の健康教室



観光通り支部 趣味の会班

地域行動で署名をお願いしてきました。

「憲法改悪を許さない全国署名」を佃支部の組合員に呼びかけ、署名のお願いをする地域行動を行いました。1面の記事にもある通り、署名でも私たちの声を国会に届けていきましょう!同時にウクライナ緊急募金も呼びかけ、多くの方が賛同してくれました。



2022年度入職式 9職種33名を迎えました!!

4月1日(金)、2022年度入職式が執り行われました。今年度の新入職員は看護師15名、介護福祉士2名、理学療法士5名、作業療法士2名、言語聴覚士1名、診療放射線技師2名、臨床検査技師1名、薬剤師1名、事務4名となりました。9職種33名は辞令を受け取り、新たな門出を迎えました。

新入職員代表が新社会人としての意気込みを述べ、決意表明をしました。



Let's Cook

おいしくて、栄養いっぱい! とっておきレシピ

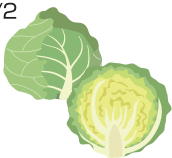
あおもり協立病院 管理栄養士 澤田 夏希

キャベツに含まれるビタミンCには風邪予防や疲労回復効果があります。

★春キャベツのロールサラダ★

【材料】2人分
・キャベツ 葉2枚
・人参 1/3本
・アスパラガス 2本
・ハム 2枚
・プロセスチーズ 1個
・塩 少々

・白すりごま 大さじ1
・マヨネーズ 大さじ1/2
・酢 小さじ1
・サラダ油 小さじ1
・砂糖 小さじ1/2
・しょうゆ 小さじ1/2



【作り方】

- キャベツはラップに包み、電子レンジ(500w)で3分程加熱する。加熱後はラップをはがし、広げて冷ます。茹でる場合は沸騰した湯で3分程茹で、広げて冷ます。
- 人参は皮をむき、細切りにし、沸騰した湯で10分ほど茹でる。
- アスパラガスは根元から長さ半分程ピーラーで薄く皮をむき、根元と穂先とに切り分ける。塩を入れ、湯に根元の方から先に入れ、1〜2分後に穂先を入れて3分程茹でる。茹で終わったら冷水にとり、完全に冷えたら水気を切る。
- ラップの上に①を広げ、手前側にハム、人参、アスパラガス、細切りにしたプロセスチーズをのせる。①の左右両端を少し内側に折り、手前から巻いていく。
- しっかり巻き終わったら冷蔵庫に10分程置く。
- ボウルにAを入れてよく混ぜる。
- ⑤を食べやすい大きさに切り、⑥をかけたら完成。

1人当たり
エネルギー 157kcal
たんぱく質 5.5g
脂質 11.6g
炭水化物 6.2g
塩分 0.9g

OnePoint

キャベツではなくレタスで具材を巻くのもいいでしょう。

おうちで

散策気分



概要

旅行の思い出や散歩道、好きな景色などの写真とエピソードをご紹介します。おうちにいながら、散策している気分になるコーナーです。

投稿方法

エピソードの文章(字数100字程度)と写真2〜3点を機関紙委員会事務局までお寄せください。

てしごと作品募集しています!!

てしごとキラリ

12 つくる責任 つかう責任

概要

園芸・刺繍・裁縫・写真・絵画・DIYなどの作品を皆さんにご紹介するコーナーです。皆さんの作品が班づくりのきっかけになることもあります。

投稿方法

作品の紹介文章(字数100字程度)と写真(撮影する機器がない場合は事務局が撮影します)



おうちで散策気分・てしごとキラリ
投稿・問合せ先

青森保健生協 組織部 機関紙委員会事務局まで
☎017(762)5888