

〔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。

発行人／青森保健生活協同組合

発行責任者 今淳一

〒030-0847 青森市東大野2-9-2

☎017-729-3274 FAX017-729-3560

各事業所 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

H P 青森保健生協ホームページ

www.aomori-h-coop.com

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

謹賀新年

2024年元旦



2023年9月23日(土) 岩木山ウォーキング

一方、国内ではウクライナ侵攻、台湾を巡る米中対立、朝鮮問題を口実として、岸田政権は戦後一貫して専守防衛の政策を変更し、かつてない規模で且つ短期間のうちに防衛力＝軍事力を増強しようとしています。命と健康

マスがイスラエルを奇襲し、その反撃としてイスラエル軍がパレスチナ・ガザ地区に侵攻し、子供を含めた多くの人々が犠牲となる紛争が起きました。生活物資も底をつき多くの難民が明日をもしれぬ極限の状況に置かれています。このような報道に接するた

び、戦争に対する医療や介護、福祉の無力さと平和の尊さを痛感させられます。ロシアのウクライナ侵攻とイスラエルのパレスチナ民間人虐殺は国連主導で一刻も早く終わらせねばなりません。

一昨年の2月にロシアのウクライナ侵攻という世界史に汚点を残す事件が起きました。ウクライナでは罪もない多くの人たちが犠牲となり、今も命の危険に怯える生活を余儀なくされています。

そして昨年10月、イスラム組織ハマスがイスラエルを奇襲し、その反撃としてイスラエル軍がパレスチナ・ガザ地区に侵攻し、子供を中心とした多くの人々が犠牲となる紛争が起きました。生活物資も底をつき多くの難民が明日をもしれぬ極限の状況に置かれています。このようないい報道に接するた

び、戦争に対する医療や介護、福祉の無力さと平和の尊さを痛感させられます。ロシアのウクライナ侵攻とイスラエルのパレスチナ民間人虐殺は国連主導で一刻も早く終わらせねばなりません。

今、コロナ感染は終息を迎えようとしていますが、暮らしや医療・介護を取り巻く情勢は一段と厳しくなっています。このようないい報道に接するた

び、戦争に対する医療や介護、福祉の無力さと平和の尊さを痛感させられます。ロシアのウクライナ侵攻とイスラエルのパレスチナ民間人虐殺は国連主導で一刻も早く終わらせねばなりません。

あけましておめでとうございます。

組合員の皆様には晴れやかな年明けをお迎えのことと存じます。

一昨年の2月にロシアのウクライナ侵攻という世界史に汚点を残す事件が起きました。ウクライナでは罪もない多くの人たちが犠牲となり、今も命の危険に怯え

る生活を余儀なくされています。

そして昨年10月、イスラム組織ハ

マスがイスラエルを奇襲し、その反撃としてイスラエル軍がパレスチナ・ガザ地区に侵攻し、子供を中心とした多くの人々が犠牲となる紛争が起きました。生活物資も底をつき多くの難民が明日をもしれぬ極限の状況に置かれています。このようないい報道に接するた

び、戦争に対する医療や介護、福

祉の無力さと平和の尊さを痛感させられます。ロシアのウクライナ侵攻とイスラエルのパレスチナ民間人虐殺は国連主導で一刻も早く終わらせねばなりません。

今、コロナ感染は終息を迎えようとしていますが、暮らしや医療・介護を取り巻く情勢は一段と厳しくなっています。このようないい報道に接するた

び、戦争に対する医療や介護、福祉の無力さと平和の尊さを痛感させられます。ロシアのウクライナ侵攻とイスラエルのパレスチナ民間人虐殺は国連主導で一刻も早く終わらせねばなりません。

今、コロナ感染は終息を迎えようとしていますが、暮らしや医療・介護を取り巻く情勢は一段と厳しくなっています。このようないい報道に接するた

び、戦争に対する医療や介護、福

祉の無力さと平和の尊さを痛感させられます。ロシアのウクライナ侵攻とイスラエルのパレスチナ民間人虐殺は国連主導で一刻も早く終わらせねばなりません。

今、コロナ感染は終息を迎えようとしていますが、暮らしや医療・介護を取り巻く情勢は一段と厳しくなっています。このようないい報道に接するた

び、戦争に対する医療や介護、福祉の無力さと平和の尊さを痛感させられます。ロシアのウクライナ侵攻とイスラエルのパレスチナ民間人虐殺は国連主導で一刻も早く終わらせねばなりません。

今、コロナ感染は終息を迎えようとしていますが、暮らしや医療・介護を取り巻く情勢は一段と厳しくなっています。このようないい報道に接するた

び、戦争に対する医療や介護、福

祉の無力さと平和の尊さを痛感させられます。ロシアのウクライナ侵攻とイスラエルのパレスチナ民間人虐殺は国連主導で一刻も早く終わらせねばなりません。

今、コロナ感染は終息を迎えようとしていますが、暮らしや医療・介護を取り巻く情勢は一段と厳しくなっています。このようないい報道に接するた

び、戦争に対する医療や介護、福

祉の無力さと平和の尊さを痛感させられます。ロシアのウクライナ

○定期増資にご協力ください。 ○組合員証のカードへの切り替えは青森保健生協の各事業所窓口でお受けしています。

青森保健生協70周年記念事業

イベントカレンダー

- まちかど健康チェック 3月 9日(土)
- 組合員活動交流集会3月 23日(土)

70
th
70周年記念企画

私と青森保健生協

第八回 地域の人々と共にますますの発展を



佃支部
元理事 飯塚勝英



あのひ
あのとき
14.6.21 通常総代会
16.6.20 イトーヨーカドー前街宣

私は、2007年6月～2021年6月の7期14年間理事を務めました。理事になったものの、どんな役割があるのか、そもそも保健生協とはどんな団体なのかよく理解していなかつたため組織部に相談したところ、「医療生協の通信講座」の受講と次の2冊を紹介されました。

●「生命を守る地域と共に」

青森保健生活協同組合50年誌
(2003年12月)

●「平和・いのち・未来」
青森県民主医療機関連合会50年誌
(2005年12月)

青森保健生活協同組合が、少ない困難を克服しながら創業70周年を迎えたことに、心から敬意を表します。

理事会、委員会での討論や、各種の講演会、学習会、集会などいろいろ教えていただきました。書物や報道だけでは得られない貴重な経験となつたことに感謝しております。ありがとうございました。

在任中は、機関紙委員会と社保平和委員会に所属していました。

特にお伝えしたい2点を上げます。

◆社会保障の向上は「国の義務」と憲法25条が規定しています。

◆2015年9月19日、安倍晋三内閣は、戦争はしない、戦争はできない国から戦争もできる国に変えてしましました。翌10月から毎月19日(曜日)によって前後に変更あり)に、イトーヨーカドー前(最近は協立病院東口玄関前)で安保法制Ⅱ戦争法廃止と立憲主義を守れの街頭宣伝を現在も続けています。

これからも、「青森保健生活協同組合のめざすもの(理念)」(2014年の通常総代会で採択されました)に則り、活動を続けてください。期待しております。

青森保健生協70周年マスコットキャラクター決定しました!

今回の企画へ地域組合員・職員組合員から10作品が寄せられました。10月31日まで投票が行われ、マスコットキャラクターが決定しましたのでお知らせいたします。

尚、今回は青森保健生協のマスコットキャラクターとして募集していましたが、70周年をイ

メージするキャラクターデザインが多かったため、70周年マスコットキャラクターとして採用いたします。

また、当初は1作品を採用の予定でしたが、上位2作品が「いのち」「平和」に関わるイメージのマスコットキャラクターだったため、2作品を採

用いたします。

みんなに愛される存在になるよう、今後ともよろしくお願ひいたします。

今後の活用については、記念グッズ(手さげバッグ)や各種行事で活用します。

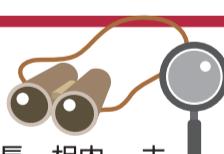


- 青森保健生協70周年を祝う、うさぎ年のキャラクター
- 青森のりんごの輪郭がチャームポイント
- 大きい耳で患者さん、地域の皆さんとの声をよく聞きます
- 病気を「なお」すために日々頑張っています
- みんなの心に「ぴよん」と寄り添います
- 好物は青森りんごとにんじん



- 平和を象徴するハトのキャラクター
- みんなに平和・いのちの大切さを伝えていくよ
- 胸にあるハートにはみんなの平和に対する想いがつまっているよ
- 思いやりがあって困っている人は見過ごせない
- りんごの帽子がチャームポイント
- 好物は青森りんご

報告 病院探検隊



事業所利用委員会 委員長 相内 一夫

12月2日、事業所利用委員会では病院・診療所を利用する患者さん、職員の声を拾い上げ、より良い事業所経営と環境づくりに活かそうと病院探検隊(組合員による院内見学ツアー)を実施しました。

今回は、あおもり協立病院のMRI室や血管造影室、心臓リハビリテーション室など、1階から5階までの院内を見学しました。参加者からは「健診やドックでは立ち入ることがない場所を見学できて良かった」「何かあつたら協立病院にお世話になりたい」などの感想が寄せられ、満足度の高い病院探検隊となりました。



報告 介護学習会

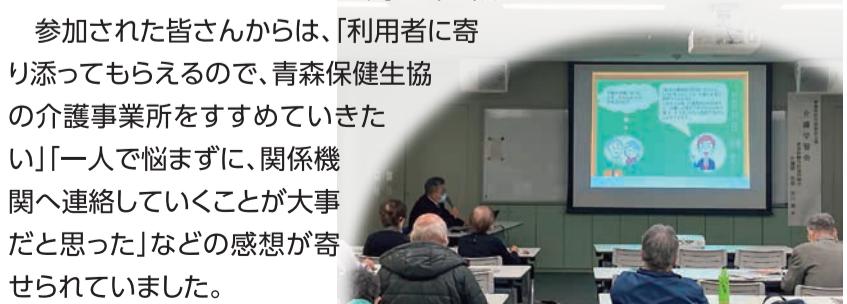


事業所利用委員会 事務局長 安田 武光



11月28日、事業所利用委員会主催で介護学習会を開催しました。

介護部 田川次長を講師に、介護保険の流れや青森保健生協の介護事業所について詳しく説明し、参加者の皆さんは真剣に耳を傾けていました。



参加された皆さんからは、「利用者に寄り添ってもらえるので、青森保健生協の介護事業所をすすめていきた」「一人で悩まずに、関係機関へ連絡していくことが大事だと思った」などの感想が寄せられていました。

転居及び氏名等の変更、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。

※本紙は一部お届けしています。複数冊いている場合はお手数ですがお知らせください。

新年のごあいさつ

あけましておめでとうございます。

留まるところを知らず様々な対応を余儀なくされた新型コロナウイルス感染症でしたが、昨年ようやく落ち着きの兆しが見え感染症法の位置づけも5類に引き下げられました。それに伴い協立クリニックでもその対応は緩和されましたが、それでもやはり発熱外来やワクチン接種外来は必要であり、通常の診療業務と両立させるのが大変な1年がありました。コロナ対応に対する加算が減額される厳しい状況の中でも、地域の皆さんの健康のために職員一丸となって対応に当たり奮闘してまいりました。

あけましておめでとうございます。

とは言いつつ、今年の正月は世界で「おめでとう」と言える国・地域はそれ程多くはないのではないかと考えさせられる日々が続いています。この原稿を書いている時点でガザは最悪の事態にあります。せめて新しい年を迎えるには、パレスチナばかりではなく世界中の人々が平穀な時を過ごせるように祈るばかりです。

昨年までの3年間悩ませられた新型コロナウイルス感染症は通常の感染症の位置付けとなりました。が、地球の温暖化は異常気象のみではなく、新たな感染症の脅威が常に潜んでいることを示しています。今年は改めて我々が生きる地球を持



中部クリニック
所長
澤岡孝幸



協立クリニック
所長
磯島寿人

2024年度は医療保険の診療報酬、介護保険の介護報酬、障害福祉サービスの報酬のトリプル改定が行われます。診療報酬は言つてみれば医療行為の料金設定ですので、協立クリニックのみならず青森保健生協全体の収益に大きな影響を与えることになります。これを執筆している現時点では行政の議論も定まっている状態で、どう転ぶのか全く予想ができない状況です。

とはいえ、われわれが目指すことは変わりません。たとえ厳しい状況であろうとも診療や経営を維持しながら地域のみなさんの健康を守るために努力し続ける、2024年もそういった1年にしていきたいと思いまので引き続きのご協力をよろしくお願い申し上げます。

年男年女

健康づくりに、組合員活動に、仕事に、一生懸命な年男・年女の組合員の皆さんに今年の抱負をお聞きしました。(表記の年齢は2024年の満年齢です)

高松ひよりさん 12歳
わたしは2023年にヤクルトスイミングで1級になることが出来ました。今年は特3級になれるようがんばりたいと思います。

宇野なつみさん 24歳
今年はより経験を積み効果的なスキルを身に着け、患者さんの声に耳を傾け、ニーズに沿った看護を提供していきます。頼れる看護師になれるよう頑張ります!

石田春香さん 36歳
1つの事に集中すると、とてもない力を使えると言っている辰年。今一番楽しいことは娘たちのミニバスの応援・サポート!良い結果を残せるよう、親子で練習頑張ります!

石澤朋子さん 48歳
入職して2度目の年女。息子も年男なので親子でいいことがありそうな2024年の年女の時は定年となります。その時まで健康で楽しく過ごしていきたいと思います。息子の成長も楽しみです。

あおもり協立病院 横浜知二さん 60歳
今年で勤続37年目、還暦を迎える年となりました。大好きな俳優のトム・クルーズを意識しながら、常に昼夜刺激を求めて、前へ前へ前進あるのみです!

山の手支部 小笠原政一さん 72歳
今年も健康診断をしっかり受け、健康に気を付けて過ごしたいと思います。

海岸線支部 内藤信さん 84歳
ユニカールやボディトラストなどのニュースポーツを楽しむに、2024年も笑顔で過ごしたいです!

有料老人ホームなのはな利用 鶴岡久子さん 96歳
なのはな職員の皆さんには日々感謝しています。もっと長生きして、健康で楽しく過ごしたいです。

Let's Cook

おいしくて、栄養いっぱい!
とつておきレシピ

生協さくら病院 管理栄養士 笠原 有機

缶詰でさっとできる炊き込みご飯!
魚の缶詰は骨ごと食べられるのでカルシウム摂取にぴったりです。

★鯖缶の炊き込みご飯★

【材料】4人分
米 2合
鯖水煮缶 1缶
にんじん 1/4本
しめじ 1/2パック

【作り方】

- ① 米を研ぐ。
- ② にんじん、しょうがは千切り、しめじは石づきをとり、ほぐしておく。
- ③ 研いた米に酒、醤油を入れ軽く混ぜ、炊飯器の2合目盛りまで水を入れる。
- ④ その上ににんじん、しめじ、しょうが、汁ごと鯖缶を入れ通常の炊飯モードで炊く。
- ⑤ 炊き上がったら全体を混ぜて、茶碗に盛り小ねぎをふったら完成。

One Point
鯖水煮缶だけでなく、鰯や秋刀魚のかば焼き缶でも代用できます。
だし汁をかけてお茶漬けとしても美味しく頂けます。

おいしくて、栄養いっぱい!
とつておきレシピ

生協さくら病院 管理栄養士 笠原 有機

缶詰でさっとできる炊き込みご飯!
魚の缶詰は骨ごと食べられるのでカルシウム摂取にぴったりです。

★鯖缶の炊き込みご飯★

【材料】4人分
米 2合
鯖水煮缶 1缶
にんじん 1/4本
しめじ 1/2パック

【作り方】

- ① 米を研ぐ。
- ② にんじん、しょうがは千切り、しめじは石づきをとり、ほぐしておく。
- ③ 研いた米に酒、醤油を入れ軽く混ぜ、炊飯器の2合目盛りまで水を入れる。
- ④ その上ににんじん、しめじ、しょうが、汁ごと鯖缶を入れ通常の炊飯モードで炊く。
- ⑤ 炊き上がったら全体を混ぜて、茶碗に盛り小ねぎをふいたら完成。

One Point
鯖水煮缶だけでなく、鰯や秋刀魚のかば焼き缶でも代用できます。
だし汁をかけてお茶漬けとしても美味しく頂けます。

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

お正月飾り

友達同士で月に一度集まり、作品作りとおしゃべりを楽しんでいます。材料は、着なくなった着物や色紙など、なるべく家にあるものを使って工夫して作るようになっています。今回のお正月飾りも、材料を持ち寄って工夫して作ってみました。

作品作りの最中は我を忘れ、無心になって没頭しています。それが終わると一気にリラックスし、おしゃべりしながらご飯を食べて、ストレス解消しています。

投稿者
樋口恵美子さん【幸畑支部】

