

県連

「予算管理テキスト学習会

および改定対応交流会」



六月二十五日（土）オンライン開催となり九十名の参加がありました。土曜日の午後にもかかわらず事務職以外に多職種からも多数ご参加いただきました。本題の予算管理テキストは、予算管理の仕組みを通じて民医連経営の優点や重要な視点を全ての職員に理解してもらうために作成されたものです。予算作成に関する大切なポイントが整理されており、役職以上の方にはぜひ購入していただきたい内容となっています。第一部「予算管理テキスト学習会」は講師にテキスト作成に関



わった全日本経営部の内田次長を招き、民医連経営の三つの重要視点「全職員参加経営、中長期経営計画、必要利益」を中心に分かりやすく講義いただきました。参加者より「中長期計画の重要性を感じた。職員同士が同じ目標に向き合うことが大事。今後の予算作成に生かせる。」など肯定的な感想が多く寄せられました。また、第二部は「改定対応交流会」として診療報酬改定への対応と予算作成の取り組みについて業態別に分かれてグループ討論しました。業務内容が近いこともあ



青森民医連事務局では、
1冊500円（税込）で
販売しております。

り、予算作成時の経験や問題意識を出し合い活発に意見交換することができました。全体を通じて今後の厳しい経営に立ち向かうためには中長期経営計画に基づく予算作成と管理の追求、何よりも職員が経営に参加して意思統一を図ることが重要であることを再認識できました。今回の学習会を踏まえ、次のステップとして予算作成の実務学習会を企画したいと思います。

（株式会社ファルマ

専務取締役 崎野修）

第35回

県連卒後症例発表会

七月十日（日）、県連三年目の看護師十九名が発表しました。看護師としての学びを振り返りながら、成長を感じる発表会に発表者含め八十三名の参加でした。

今年度もコロナの状況を鑑み、昨年同様オンライン開催となりました。

まず始めに県連看護委員会の鳴海由紀子委員長より開会のご挨拶を頂き、「今年三年目を迎える皆さんの症例発表と先輩からの講評を参加者全員で共有し、活発な意



見交換がされることを期待しています。」と述べられました。

記念講演は健生病院の小鹿瞳子先生を講師にお迎えし、「人権について考えてみる」精神医療の立場から」と題してご講演頂きました。昨年度は記念講演が中止となったため、二年越しの開催です。

人権という深いテーマでも興味深く聞くことができました。実際にあったケースを紹介しながら人権について考えてみると、民医連看護の基本となる「患者の立場に立つ」、「患者の要求から出発する」といったことが実際の現場で生かされていたか考えるきっかけとなりました。

症例発表では三つの分科会に分かれ全部で十九演題の発表がありました。退院支援や医療ケアに関する発表が多く、発表者は緊張しながらも参加者や座長からの質問にもきちんと答えていた姿が印象

的でした。新人のころとは違い確実に成長していることが頼もしく思え、民医連の一員として自信をもって行動してほしいと感じました。

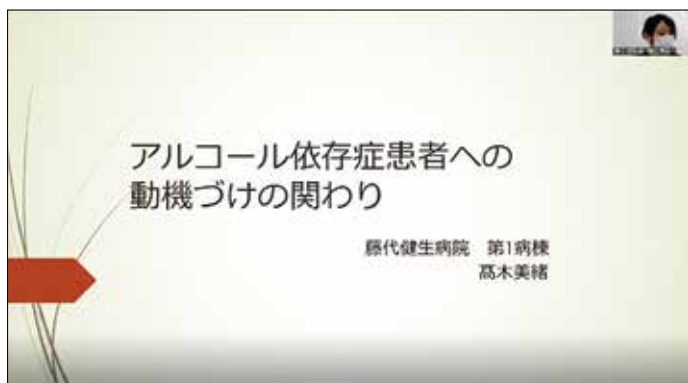
県連看護研修小委員会の最上正一委員長からは、「日頃の看護実践の成長が伺える内容だった。病気だけではなく患者の社会背景、生活状況から総合的に捉える視点

人権について考えてみる
精神医療の立場から

健生病院 精神科
小鹿 瞳子

アルコール依存症患者への 動機づけの関わり

藤代健生病院 第1病棟
高木美緒



を養って頂ければと思います。」と述べられ、参議院選挙の投票日であることを強調し、「戦争が起これば人権も何もなくなくなるため、ぜひ投票に行きましょう。」と呼びかけられました。開会の挨拶でも投票の呼びかけがなされたため、参加者の投票率はきつと一〇〇%だったと信じています。来年はコロナが収束していることを願い、ぜひ一つの会場に集合しての発表会ができればと思っています。発表者・講評者の皆さんお疲れさまでした。（藤代健生病院看護長 土谷咲子）

感想文

◆さまざまな事例研究を読み、どんな事例であっても一番に患者・家族のことを優先に考えた看護が実践されていて、無差別平等の看護が行われていると感じた。

◆一人一人患者さんに寄り添い、患者さんに見合った支援とゴールを決めて援助されていたと思います。また、私自身発表を聞いて患者さんとの関わり方や多職種との情報共有の必要性などとても勉強になりました。

◆救急外来や手術室、他病棟の患者さんに関して、私の所属する病棟は密に関わっていることが多いです。そのため、こういう視点から関わってくれていたのかと感心しましたし、私たちがどう関わればより他部署のスタッフがスムーズに患者と関われるのだろうと考える機会になりました。

◆普段、当たり前だと思ってやっていた事が人権を侵害しているかもと考える機会になったと思う。疑問を持ったら発信する事が大切で、その為には何でも言える職場の雰囲気が必要だと思う。長期入院患者の退院促進は色々な考え方があると思うが、病気でなかったら地域でどんな生活をしているのかなと思いを馳せた時、やはり入院しているより地域でその人らしく生きる事を模索したいとも感じる。大事なのは「退院させる」ことではなく、「その人らしく生きる」を目指す事だと思う。退院した先にその人らしさがあるのであればそれを実現できるようにするのも私達の役割なのではないかとも思った。

発表、講評者とも成長がうかがえる内容でした。

口腔ケアで いつまでも健康に！



津軽保健生協健康づくり中央連絡会では7月11日（月）にオーラルフレイルの講座を行いました。講師は、健生病院歯科衛生士の原田千明さん。むし歯と歯周病についての説明に始まり、口腔ケアの重要性、オーラルフレイルは全身に影響することや認知症の予防にもなることなど、たくさんの資料をもとにわかりやすく解説していただきました。オーラルフレイル予防として、唾液を出すための唾液腺マッサージ、そしてロングピロピロを紹介しました。他の医療生協で行っているロングピロピロを使った楽しいゲームの紹介もありました。楽しく取り組めるので、今回の講座を振り返り、さっそく試してみたいと思います。

（津軽保健生協 組織部 三上真史）



■ 新中部クリニックビル 完成に向けての地域行動

二〇二二年十月に完成・再オープン予定の中部クリニックビルの完成報告のための地域全戸訪問行動をしました。六月から七月の毎週水曜日、全九回で訪問件数二、〇〇〇件を目標に取り組みました。最終行動日の七月二十七日（水）には、横田理事長から激励の言葉を受け、行動を開始しました。合計八回の行動で組合

員九十三名、職員三十七名が参加し、訪問二、四一九件、対話八一〇件（すべて累計）となりました。近隣に新しいクリニックができるというところで、期待や利用希望の声、「以前家族が世話になった。」という懐かしむ声などを頂きました。今後、内覧会やオープンを控えていますので、組合員・職員の協同の力で盛り上げていきます。

（青森保健生協 組織部次長 野村和志）

フードバンクの取り組み

みらいねっと弘前「フードバンク事業」に協力



ご家庭で眠っている食品を持ちより、子ども食堂や食事が必要としている方などへ食品をお届けする活動に参加致します。「もったいない」を「ありがとう」に変える活動にご参加ください。お待ちしております。（ファルマ弘前薬局 工藤由希子）

二〇二三年五月より、ファルマ弘前薬局では一般社団法人みらいねっと弘前様の「フードバンク事業」に協力します。



原水爆禁止2022年世界大会

被害者とともに核兵器のない後世で平和な世界を
人類と地球の未来のために

8月4日(木)から9日(火)まで原水爆禁止2022年世界大会が開催されました。

今年は3年ぶりの被爆地広島・長崎で開催され、さらにオンラインも併用して、全国と世界を結ぶ開催になりました。

8月6日(土)ヒロシマデー集会と9日(火)ナガサキデー集会にオンライン参加しました。ヒロシマデー集会では、諸国政府や内外の反核・平和団体代表、国会議員の方々から発言があり、特別企画「被ばく77年被爆地ヒロシマから世界へ」では、「黒い雨」訴訟のたたかいを中心に、核兵器の非人道性を告発しました。

ナガサキデー集会では、メキシコ駐日大使や欧米・アジアの平和団体、被爆者と日本国内代表による発言・交流があり、核不拡散条約(NPT)再検討会議の報告も行われました。

特別企画では、被爆証言を当時の生々しい体験が歌と朗読と絵を使って読み上げられました。

現在ロシアによるウクライナ侵略とプーチン大統領が核兵器による威嚇をくり返しています。核兵器禁止条約の実現は、被ばく者と粘り強い運動と訴えなしにはありえません。唯一の被爆国として、核兵器使用の惨禍を繰り返してはなりません。日本政府に対して早期に署名、批准することを求めています。

※毎年ファルマでは全職員で千羽鶴を折り、現地に奉納しています。

(株式会社ファルマ本部 工藤留美)

政策を知りたい広島若者有権者の会) 共同代表の田中美穂さんが講演し、若い人たちが世界とつながり、平和を考え具体的に行動を起こしている姿には頭が下がる思いでした。私たちも小さいことからコツコツと行動を積み上げ、民医連だけではなく同じく平和を願う人たちが世界とつながり、戦争や核のない世界の実現を一緒に叶えたいと改めて思いました。

(大野あけぼの薬局 台丸谷花鈴)



交流集会では全国各地の取り組み報告がありました。広島民医連は被爆当時に黒い雨を浴びた方々が被爆者として認定されるよう支える取り組みと課題について、長崎民医連は遺構巡りや、被爆体験等を実際に聞き意見交流をした平和学校の取り組みの報告がありました。学習講演では、カクワカ(核

平和の波交流会はオンラインで開催され、あおもり健康企画二階に視聴会場を設けて十名が参加しました。

平和を願う全国の仲間たちと
平和の波を起こしましょう

全日本民医連
平和の波交流集会

全日本民医連 第45期 第1回評議員会報告

全日本民医連第45期第1回評議員会が8月20日(土)、21日(日)の2日間、オンラインで開催され、青森からは評議員2名、全日本民医連理事2名の計4名が参加しました。評議員会方針案は全会一致で承認されました。今評議員会では、方針案を支持、補強する立場での発言が40本、フリー討論では12本の発言があり、熱心な議論が行われました。今方針案は、①時代認識の共有(戦争か平和か、新自由主義の継続か)のち優先の社会か、の大きな転換点にある時代であるということ、②医師分野、経営分野での前進を切り開く

こと、に課題を絞った従前よりもシンプルな構成となっていますが、2024年度から実施される医師の働き方改革への対応や、コロナ禍で真の経営実態が見えにくい特殊な状況下で、法人・事業所の経営を複眼で多面的に捉え総合的に評価していくこと、また、コロナ後を見据えた出口戦略の練り直しが必要となること等、重要案件が目白押しとなっています。多方面の意見が今回の評議員会では寄せられ、9月の医師委員長会議、11月の経営委員長会議においても議論を深めることとなりました。(青森保健生協 常務理事 今淳一)

ピースメイト平和学校

六月十五日（水）から平和学校が開催され、第一回目の講座は青森保健生協元職員・津川文彦さんの講義でした。

津川さんより黒石診療所の開設に向けて、組合員の拡大に取り組み、高齢者の考え方を学んだというお話を聞くことが出来ました。また、署名活動のポイントや運動する為の財政が大事なことなど、今後委員会活動や会社の行事でも活かしていける内容で、とても大切なことを学ぶことが出来ました。その後、七月二十日（水）にはピースメイトの歴史や活動について、協立クリニック・菊池久美子看護長が講義を担当。八月十七日（水）には「戦争と平和、どこへ向かう日本？医療・福祉改悪」と題して青森県平和委員会・大宮慶作さんが講義をしてくれました。先輩方の貴重な体験談や情勢を、しっかりと学び自分たちができることを探していきたいと思います。（ファルマ弘前薬局 中西某季）



ジャンボリー紹介と第39回全国青年ジャンボリー参加報告

2022年度 青森民医連ミニジャンボリー

7月23日（土）午後、オンラインにて青森民医連ミニジャンボリーを開催し15人が参加しました。ジャンボリー委員会の目的や具体的な活動内容と昨年行われた第39回全国青年ジャンボリー参加報告を行いました。また交流会ではアイスブレイクで交流を深めました。

1月に予定していた県連ミニジャンボリーですがようやく7月23日（土）にオンラインで開催することができました。ジャンボリー紹介では入職1～3年目の職員を対象にジャンボリー委員会はどのような目的があり具体的にどんな活動をしているのかを紹介しました。参加された方でジャンボリーへ参加したい方は職場管理者に相談してみてください。全国ジャンボリー参加報告ではグループごとに講演が開催されたため講演ごとの感想を報告しあい学習しました。その後のアイスブレイクで心理ゲームを行い交流を深めました。見た目と違う結果に驚いたり、笑ったり、緊張も少しほぐれました。オンラインということもあり不安な部分もありましたが、大きなトラブルなく終える事が出来ました。今回の企画を通して、コミュニケーションの取り方の難しさや他の参加者の報告を聞き、人権に対する考えや思いなどを再度学びました。2年後には全国ジャンボリーも開催する予定なので皆さんの参加をぜひお待ちしております。

（健生病院 豊嶋速太）



2022
年度

「夏の高校生医師体験」

医師を目指す高校生90名が参加！

夏の高校生医師体験は青森・八戸・弘前の三会場にてオンライン形式で開催しました。七月三十日（土）八戸会場五十七名、八月四日（木）弘前会場十二名、青森会場二十一名の医師を目指す高校生が参加しました。



八戸会場では八戸生協診療所の原徹医師を講師に、在宅医療の取り組みや多職種連携の大切さについてお話しをしていただきました。弘前会場では研修医の高橋亜実医師、長尾万里華医師、白戸蓮医師を講師に『研修医が感じた患者さんとの向き合い方』をテーマに高校生とディスカッションをし、患者さんの抱えている課題や必要とされる支援について考えました。青森会場ではあおもり協立病院の磯島寿人医師を講師に『患者さんを大切にする医療』について学びました。



「た」などの感想が寄せられました。今後も医師を目指す高校生を応援していきます。

（青森民医連 葛西美沙）

夏の高校生看護体験 開催

笑顔はじける高校生看護体験を開催

七月二十九日（金）八月一日（月）三日（水）青森保健の本部で四十八名、八月十五日（月）生協さくら病院で十一名、七月二十六日（火）津軽保健生協本部で二十七名の高校生が看護体験へ参加しました。

県連看護学生小委員会では、コロナ禍であっても感染対策を講じ、時間を短縮し内容も工夫して対面での高校生看護体験を継続してきました。今回、青森保健は三年振りに看護協会と共催の高校生看護体験を実施。体験プログラムは、あおもり協立病院のコロナ病棟紹介動画鑑賞（約三分）・感染防護具の着脱実技演習・手洗いチェック・血圧測定・注射を詰める方法を体験。マスク・エプロン・手袋などの感染防護具装着時の暑さや圧迫感に驚きながらも、「患者さんを感染させない・自身が感染しないための対策が厳重に行われているのが分かった、看護師の仕事は大変だけれど、とても素晴らしい体験ができた。」との感想がありました。参加高校生は全員、進路がほぼ決定している高校三年生。今後受検対策などサポートしていきます。



血圧測定体験の様子 津軽保健

（青森保健生協 看対 須藤千夏）

3年ぶりに開催

「第31回東北6県ナースのたまごサークル(オンライン)」

8月11日（木）にナースのたまごサークルが半日の日程でオンライン開催されました。「LIFE～知る・寄りそう・つながる～」というテーマで、東北6県民医連の看護奨学生52名と職員28名が参加しました。青森県連からは、看護奨学生13名と職員7名が参加しました。

各県連紹介動画上映、コロナ禍での外来対応や患者の「生きる」を支えた民医連看護の実践報告、そして『一人十色の死生観～最期までその人らしく～』というテーマで特別看護老人ホームの施設長兼住職でもある太田宣承さんよりご講演いただきました。講演内容を3つに区切り、その内容ごとに学生の臨地実習や日常経験を踏まえてグループディスカッションし、これからの自分たちにできることは何なのかを共有し合える有意義な時間となりました。職員も書記としてグループに参加し、これからを担う看護学生の頼もしさを実感する時間となりました。



講師・太田宣承さん



グループワークの発表をする奨学生

（津軽保健生協 看対 阿保祥子）

今年の総会ではアスパムでの現地参加とオンライン参加のハイブリット形式で開催しました。併せて三十二名の参加となりました。総会に先立ち弁護士の小久保哲郎先生をオンラインでお迎えして「コロナ相談会から見えてきた貧困の実態といのちのとりで裁判の意義」をテーマに記念講演を行いました。コロナ禍で浮かび上がる貧困の実態や、生活保護受給に対する数々の偏見について相談会での事例を引用しながらのお話があり、大変衝撃を受けました。私たち県社保協は「生活保護申請は国民の権利」が広く認知されるような活動を強化して続けていかなければならないとの思いを新たにしました。

記念講演に続いて定期総会が行われ事務局

青森県社会保障推進協議会定期総会

より、総括及び方針案の提案、決算・予算報告がありました。各地域社保協からもそれぞれの取り組みの報告があり、地域での様々な活動を共有することができました。その後、採択が行われ全ての議案が採択されました。その後、役員選出が行われ、今回は八名の役員交代がありました。二〇二二年は青森市の給食費無料化実施や、弘前市の高校生までの医療費窓口負担無料化実施など、私たちのこれまでの運動の成果が実を結んだ施策も実施予定です。この流れが県内全ての自治体へ広がるように諸団体と共に地域の社会保障充実をもとめる運動を続けていきたいと思っています。

(青森県民医連事務局次長 下館大史)

第14回 大間原発反対現地集会 核エネルギー使用からの決別

7月31日(日)、大間町にて「第14回大間原発反対現地集会」が開催され、ファルマからは8名参加しました。コロナ禍で2020年度は中止、2021年度はオンラインでの配信を余儀なくされ、限られた人数ではありましたが現地での集会は実に3年ぶりとなりました。

例年雨に見舞われることが多い中、今年は天候にも恵まれ建設中の原子炉等施設敷地境界線すぐそばに設置されたステージで大間原発反対現地集会実行委員会・事務局長中道雅史氏による大MAGROCK/PEACE LANDのデモコールに始まり、「大間原発訴訟の会」、「女川から未来を考える会」、「函館市議・日本共産党」等によるリレートークが行われました。

世論調査では6割超の国民が原発再稼働の反対をしているにも関わらず、政府と東京電力は原発再稼働、新設建設に向け政策を進めています。大間原発もそのひとつです。ロシア・プーチン政権によるウクライナ侵略によって原発への攻撃や原発の基地化が行われ、日本は核共有なる言葉を掲げています。各地の原発から出る核のゴミ＝使用済み核燃料の処理の目処さえ立たず再稼働を目論んでいることに対して認める訳にはいきません。東日本を襲った大地震とそれによる津波災害による福島第1原発事故は過去に例のない惨事を引き起こし

ました。10年以上経過した今もなお多くの人々が苦しんでいる中、大間原発を建設させることはできません。

私たちは原発との共存が不可能であり、福島第1原発事故を教訓に、今後も原発事故被害者の不安や思いに寄り添い命と人権を守り、STOP THE 原発を実現するために各種活動に取り組んでいくと同時に、このような集会を行う必要性が一日でも早くなくなることを望みます。

(藤代薬局 中村光樹)



あなたと民医連をつなぐ月刊誌

いつでも元気
MIN-IREN

2022 9月号 380円

好評発売中

球状の碑 東京

けんこう教室 不妊治療(上)

ウクライナの若者たち

うちでも元気 体操&脳トレ

まじのチカラ 京都府伊根町

食と健康 おいしく減塩するコツ



発行＝青森県民医連研究所 〒113-0034 東京都文京区湯島2-4-4 平和と労働センター8階 電話 03(5842)5656 FAX 03(5842)5657

うちの メコッコ

vol. 68

♥ name 工藤 蒼大くん
(くどう あお)

♥ age 1歳3ヵ月

6月で1歳を迎えた、甘えん坊で好奇心旺盛な男の子。
6ヶ月を過ぎた頃から、つかまり立ちや伝い歩きを始め、
1歳前にはひとりで歩くだろうと思ったが、なかなか歩か
ない。1歳のお誕生日にプレゼントで貰ったズックは、い
つ履けるのかな? 1歳1ヶ月を過ぎた頃に急に覚醒!! やっ
と歩き出した! それからというもの、歩くのが楽しくてしょう
がない! 日に日に歩くのが上手くなり、今では家中を探検。
ニコニコの笑顔でぎこちなく歩き回る姿に、家族みんなが
キュンキュンしちゃう。

仕事に行くパパの後を追いかけては“行ってきます”と
ママに手を振り一緒に出勤しようとするけど、一緒に行け
なくて不機嫌になるのが毎朝のルーティン。

時には、ティッシュを大量に出していたずらしたり、怒っ
ておもちゃを投げたり、ひっくり返って大泣きしたり。そん
な姿も“今だけ”と思うと愛おしく感じるね。

だんだんと出来ることが増えていき、赤ちゃんを卒業して
いくことに、少し寂しさを感じつつも、今後の成長を見守っ
ていくことが何よりの楽しみ。

(健生五所川原診療所 通所リハビリ 工藤大樹)



入浴後の蒼大くん



歩くの楽しい

私の三つ星★★★★

オススメ

ランニングとケアグッズ



ストレッチボール

8年位前、体重の増加に
歯止めをかけるため、走る
のだったらシューズがあればOK、お金もそんなにか
からないだろうと思って走
り始めました。高校の頃、

足のケガで陸上部をやめたので、まずはシューズを買いま
した。学生時代とは違って、タイムは気にせずに自分の
ペースで走っていました。

走り始めて2年位が経った頃、親友にスマホのランニン
グアプリを教えてもらってから、楽しさが倍増しました。
走った距離やペース、コースまでも詳細に記録できます。
そして弘前市にはアップルマラソンがあります。当然出場
しました。初めて10kmを完走した時のことは、フルマ
ラソンを走れるようになった今でも鮮明に覚えています。
それからは大会に出場する事が楽しくなり、走るペースも
早くなりました。すると今度は、足の痛みが出てきました。

いろいろ調べると、
走る前後のケアが大
事だということで、
2年位前にケアグッ
ズを買って毎晩ケア
をしています。2年



マッサージガンとストレッチローラー

前に買ったストレッチボールは使いすぎて、変形し小さく
なっていました。ランニングは生涯スポーツだと思ってい
ます。ケアをしながら、これからも続けていきたいと思い
ます。(株式会社ファルマ本部 鈴木健仁)

2022年9月 第5回理事会報告

>> 全日本民医連理事会報告関係

>> 決裁事項

事務基礎研修

介護事業所乗り入れ点検実施と事前学習会

薬学生奨学金規定の変更

地協運営委員の委嘱要請(第4次)

>> 協議事項

第45期第1回評議員会参加報告

社保アンケートの結果について

新型コロナウイルス対応各法人・事業所の対応状況につ
いて

>> 医師委員会関連

>> 各種委員会

リハビリ技術者委員会より参議院選アンケートについて

各種委員会報告・署名到達

>> 報告事項

全日本民医連 通達・声明

北海道・東北地協 通達関係

>> 各法人・事業所報告

青森保健生協・被災地支援報告