

第46期 第2回評議員会

全職員の力を結集し、
かつてない経営危機を乗り越ろう



2月15日(土)～16日(日)、評議員89名、理事88名の出席で第2回評議員会が行われました。評議員会の冒頭、ノーベル平和賞を受賞した日本原水爆被害者団体協議会の代表委員・田中熙巳さんより、被爆80年の今年、核兵器廃絶の画期にと強いメッセージをいただきました。田中さんは、核兵器廃絶の運動をつぶやきで終わらせないこと・日本は戦争をしない国だということとを事実として突きつけていこうと強調しました。

全日本民医連岸本啓介事務局長の理事会報告より、民医連の立ち位置を確認し、「非戦、人権、暮らしを掲げて」奮闘する運動を総合的に強めること・努力を進めてきた経営改善の到達点もありつつ危機を脱した状況にはない・折り返し点に立つ私たちは重大な決意で今期後半に臨まなければいけない・全職員の力と共同組織に依拠し、日々の実践を強化し現状を乗り越え、未来を切り開こうと呼びかけました。

全体討論での発言より、「どんな患者が来てどんな医療ができていくか」「目指すべきは個別最適なのか全体最適なのか」「進むべきベクトルは一致しているか」といった発言が胸に残ります。46期後半は医療、介護界の行方を左右する重要な1年になります。今こそ、民医連綱領の実現という目標からぶれずに、あらゆる活動のパートナー、地域の方々と手を携えながら前進する時です。全職員の結集で、かつてない経営危機を、かつてない取り組みで乗り越えよう。

(青森民医連 事務局次長 柳谷巴)

2024年度 北海道・東北地協経営検討会

1月31日(金)～2月1日(土) 仙台で開催され、全日本民医連経営部からの参加も合わせて47名が、2日間に渡り必要利益を確保するための2025年度予算確立に向け集中討議を行いました。

まず、今回の経営検討会の特徴として、

- 1) 北海道エリアと東北エリアを分離開催としたこと
- 2) 通常1日開催のところを2日間の開催へ拡大したこと
- 3) 基調報告を取りやめ分散会での集中討議に時間を充てたことが挙げられます。

全国的に医療・介護を取り巻く経営は厳しさを増していますが、東北エリアの多くの医科法人についても、必要利益との乖離と資金流出構造が継続しており、資金が回らなくなる事態が差し迫っている法人が出てきている状況を受け、従前の地協経営検討会の開催方式を改めた形式が取られました。

協働の田中淑寛公認会計士からは、多数の医科法人の今の経営状況はコロナ禍前の経営困難とは「ステージ」が異なり、まさに「経営危機」に陥っていること・2024年度上半期の損益の特

徴として、多数の医科法人が収益予算に届かない一方で費用増が顕著であること・コロナ禍前から増収でも、昨今の物価高騰の煽りを受け、医薬品費や診療材料などの材料費や委託費、経費が費用を押し上げていることが報告され、今起きていることは「構造的な経営悪化」であることを正確に認識することが求められました。

参加者は法人規模別に5つの分散会に分かれ、必要利益と現状との乖離額を埋めるための方策について忌憚なく指摘し合い、必要利益を確保する2025年度予算編成に向けヒントを得ると同時に、覚悟をもって展望を切り開くことを改めて決意した経営検討会となりました。(青森保健生協 専務 今淳一)



政治と社会に関する 問題意識アンケート 調査結果 2024

調査期間

第一次

第二次

2024年11月

2024年12月

【対 象】青森民医連で働く
全役職員 2,447 人

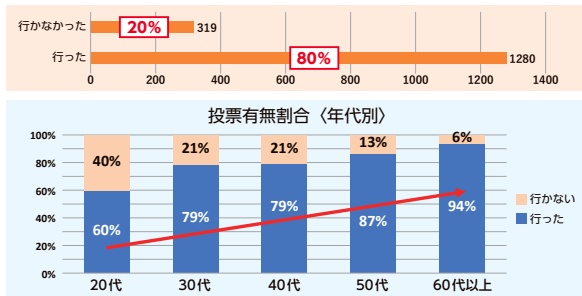
【回答数】1,599件
(回答率65%)

目的

平和で人権が尊重される社会の実現にむけ、職員の投票行動や、政治や社会に対する問題意識を把握し、今後の民医連運動を前進させるための課題を明らかにする。

1) 投票に行きましたか？

(N=1,599)



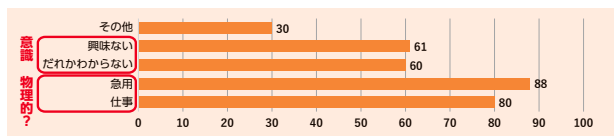
2) 「行った方」は、投票へはいつ行きましたか？ (N=1,280)

期日前) 515人(40.2%)

投票日 765人 (59.8%)

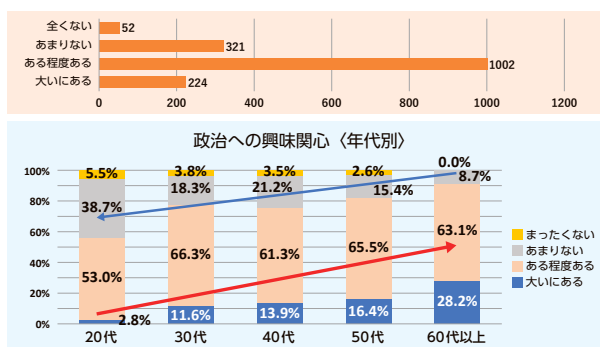
3) 「行かなかった方」は、行かなかった理由は？

(N=319)



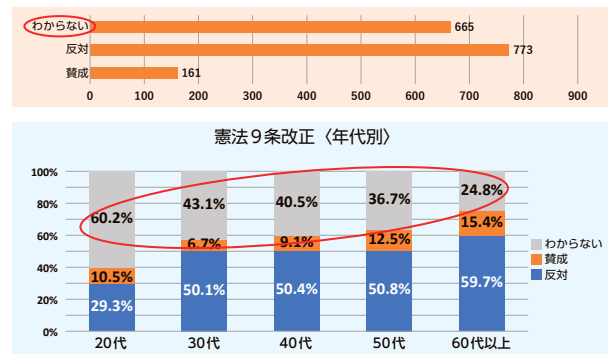
4) 政治に関心はありますか？

(N=1,599)



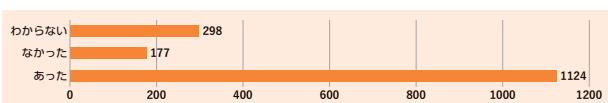
5) 憲法9条改正について

(N=1,599)



6) 職場で選挙に行きましようの呼びかけがありましたか？

(N=1,599)



テキストマイニングによる フリーコメントまとめ

衆議院
選挙結果を
踏まえて

過半数割れ
自民党 議席裏金 選挙
改選 選挙 国民 過半数
政策 低い 議員
反族 議員
憲法改正について

憲法改正について

フリーコメント要点まとめ

◆憲法改正について

- 反対の意識を持っている方の学習到達が表れていると考えられる。
- 全世代で「わからない」が41.0%、20代では63.7%というデータからも、憲法改正、9条改憲の「わからない」職員に対する学習などが必要と思われる。

◆衆議院選挙結果を踏まえて

- 自民党の裏金問題に対するニュースの話題が、選挙の話題をすべて持って行ってしまったような様子がコメントの特徴。
- 選挙では、与党過半数割れとなったものの、民医連の運動の前進となる政策などの実現のためにはこういった行動が必要だったかなどの議論まで至らなかったと考えられる。
- どの政党が、誰が当選しても変わらないなどの意見もある中で、自分の思いや考えを国や党や議員に対してぶつけてくる意見も目立ってきた。

今後に向けて

- 全体を通じて考えなければならないのは、20～40代の世代の人たちが育ってきた社会・コミュニティ・学校・教育・どういう情報を伝えられてきて、どう成長してきたのかという背景がある中での結果であるということです。

- 民医連としての学習・教育をどうしていくのかを考えていかなければなりません。
- アンケート結果をどう捉えて次に生かしていくかを考えることが必要です。

1月23日(木)～25日(土)の3日間でおこなわれ、全国から30名が沖縄に集まりました。

初日は米軍基地を見学しました。普天間飛行場は住宅や学校の密集地に隣接しており「世界で最も危険な飛行場」と呼ばれる理由を実感しました。米軍機の騒音や低空飛行が住民に与える影響は深刻で、普段感じる空の静けさや安全な日常が奪われている現実に衝撃を受けました。

翌日、辺野古ゲート前での座り込みに参加し、沖縄の人々の決意と、諦めずにたたかい続ける姿に心を打たれました。



辺野古ゲート前での座り込みの様子

平穏な日常と豊かな自然を守りたいという強い思いが伝わってきました。テント村では、連帯の思いを含めた寄せ書きの幟布をお渡しし、沖縄と共に歩む気持ちを伝えました。

最終日には戦跡を訪れました。糸数アブチラガマでは、過酷な状況で命を守るために耐え抜いた人々の苦しみに触れ、沖縄戦の現実に胸が締め付けられました。平和祈念資料館では、沖縄の人々が長年抱えてきた痛みや、戦争で奪われた命の重さを改めて実感し、平和の尊さを深く感じました。

沖縄の人々が平和を願い続ける一方で、経済的理由や生活を守るために声を上げられない人々がいることを知りました。戦後から続く歴史的背景や基地問題による深い分断が今も続いている現実に心が痛みました。

沖縄の現状や歴史、人々の思いを受け止め、それを伝えることの大切さを認識しました。そして、戦争のない平和な世界を実現するためには、ひとりひとりが自分ごととして考え、行動することが求められていると強く感じました。

(津軽保健生協 総務部 課長代行 佐藤綾子)



市街地上空を飛行するオスプレイ

いのちのとりで裁判 あおもりアクション

2025年1月28日(火) 14時
仙台高裁「101号法廷」

国は2013年8月から3回に分けて、生活扶助基準(生活保護基準のうち生活費部分)を平均6・5%、最大10%(年間削減額670億円)引き下げました。「物価偽装」までして強行した大幅引き下げに対し全国で起こされた裁判が「いのちのとりで裁判」です。

1月28日(火)の仙台高裁「第5回控訴審」は、保護世帯と一般世帯の家計の消費の実態がどのように異なっているのか、豊富な経験に基づく事実で裁判所に示すため、元ケースワーカーの沼田崇子さんの陳述書の提出と証人申請を予定していましたが、国は必要ないとし、裁判所は最終的に却下しました。そして、次の法廷での内容確認と日時の確認で終了しました。

報告集会で葛西聡弁護士は、陳述書に書かれている具体的な事例について、「裁判官に聞いてほしかった。しかし、落胆する必要はない。我々は地裁で勝訴している」としました。今後の予定として国の提出したものに必要な反論、補充反論を行う。また次回で結審になる可能性があり、引き続きのご支援をお願いしました。

沼田さんは、「生活保護制度とは人生にとってどんな位置づけなのか」と思いを込めて書かせていただきました。また、生活保護費の作り方をみんなで共有しながら、そうじゃないよねとやっていくことが大切だと思っています。人生にはいろんなアクシデントがある。その時に制度なり、人の助けを借りて、また自立していくことが必要であり、制度を利用して苦しいのはおかしいと言えるようにしたい。生活は政治そのものであり、お金の使い方を改め生活保護制度を良くしていくかなければならない」としました。

全国のいのちのとりで裁判は、1月29日(水)に福岡高裁で逆転勝訴となりました。改めたいのちのとりで裁判あおもりアクションの最高裁向けの署名の取り組み強化をお願いいたします。次回「第6回控訴審」は、5月13日(火)となります。

(青森保健生協 組織部 部長 古館正志)



いのちのとりで裁判

三法人 第2回

平和活動交流集会

早朝街宣20周年を記念して開催

集会は三法人(青森保健生協、健康企画、社福虹)と民医方で実行委員会をつくり、10年ぶりに開催しました。オープニングムービーでは立ち上げに関わった元職員をはじめ退職された方が多数登場し、最初のころの賑わいからコロナ禍を経た現在までを振り返りました。水島先生は憲法の本質や「トランプ2.0」時代の世界と日本、医療従事者に考えてほしいことなど、90分間立ちっぱなしで迫力ある講演をしてくださいました。先生は青森空襲について行政の施策で多数の死傷者を生んだと著書や朝日新聞県内版で紹介しており、高校生の演劇を楽しみに今回来られたそうです。演劇は青森空襲をテーマに戦争の悲惨さがリアルに伝わる内容で見る人を圧倒しました。

アンケートでは「2004年11月に始まった早朝街宣がここまで続けられたことに感謝した」「安保法制の危険性がよくわかった」「トランプ政権で世界がどうなるか関心をもっていきたい」「話が分かりやすく最高の講演だった」「青森空襲の生々しい迫力ある演技、すばらしい」「戦争の恐ろしさを体験できた」「涙が止まらなかった」「入職して20年経つが一番良い集会だった」など寄せられました。参加者が少なかったことを反省し今後も平和学習を続けたいと思います。(社会福祉法人虹 事務局長 佐藤真人)

2月8日(土)県民福祉プラザで開催し、職員・組合員120名が参加しました。20年の振り返りムービー、記念講演「激動の時代、改めて憲法と平和について考える-医療人として求められるもの-」(早稲田大学名誉教授 水島朝穂氏)、県立中央高校演劇部「7月28日を知っていますか?」の内容で平和について考えました。

記念講演タイトルと水島朝穂先生



2024年度

県連薬局活動交流集会

2月15日(土)開催され、青森県民医連の病院薬局・保険調剤薬局の薬剤師および事務職員が総勢60名(薬剤師44名、事務16名)参加しました。

今回は「薬剤師機能の強化、無差別平等の医療・介護活動を追求する上で薬剤師を取り巻く情勢の認識を一致させる」「各薬局活動報告を通じ情報交換、意見交換を図る」そして、「今年度入職した新入職員を歓迎するとともに、交流会を通じ県連薬剤部門の親睦を図る」この3点に重点を置いて企画を考えて実施しました。

県連薬剤師委員会の金田一成子委員より「2008年米国ケンタッキー大学臨床薬学視察と今の日本の薬剤情勢を比較する～さて、16年後日本はどこまで追いついた

のか?～」について講演を、相馬渉委員長より「全日本民医連薬局法人代表者・専務合同会議」について報告して頂きました。薬剤師としての専門性発揮・医療立場確立のために責任を持って日々の業務や学びを積み重ねることの重要性、医療・薬局DX(デジタル・トランスフォーメーション)や選定療養導入など薬局をめぐる情勢から私たちが取り組むべきことを再認識しました。活動交流として各法人薬局のこれまでの取り組み報告が行われました。各法人の医療活動を直接聞くことで刺激を受け、「職場に持ち帰り取り組んで行きたい、自分も頑張ろうと思う」「患者や地域に貢献する取り組みを共にしていければ」などの感想が多く寄せられました。

この間、コロナ禍で行われていなかった懇親会も開催しました。1年目薬剤師紹介や事業所紹介を行い、新しい仲間の歓迎や普段話す機会がない職員間での交流も深める場となり、全体を通して県連薬剤師集団化の機運を高める集会となりました。(青森民医連 端村由貴人)



小鹿医師発表

そして関谷医師の発表は「精神科病院批判本との向き合い方」。批判本を分類し、そこに至った歴史など時代背景とともに実際の出版された書籍について説明しました。それぞれ学ぶべき論文もあれ

ケアの視点で「人権・倫理」を深め、民医連精神医療の未来を切り拓こう

全日本民医連 第25回 精神医療・福祉交流集会

1月25日(土)～26日(日)東京において開催され、職員82名が参加しました。

記念講演では、東京都松沢病院名誉院長の齋藤正彦氏による「身体拘束最小化」を実現したプロセスについての取り組みが紹介されました。ポスターセッションでは、当院より関谷修院長、高松ほたる看護師、管理栄養士(自分)の3名が発表したので報告します。

高松看護師の胃瘻造設患者支援の発表は、精神疾患が原因で疎通が困難で意思決定できない長期入院患者が嚥下機能低下となり、胃瘻増設を検討した時、キーパーソン不在という問題に直面し、倫理的配慮をしながら無事に胃瘻増設するまでを報告しました。

管理栄養士からは、近年増加傾向にある精神科患者の摂食障害や低栄養について、栄養改善に取り組むために栄養サポートチーム(NST)を立ち上げるまでの多職種の連携を発表しました。

ば、風刺的な書籍から精神医療に向ける好奇心と問題が隠されている場合もあると訴えていました。発表後も多数の聴衆と活発な質疑応答や意見交換をしていたのが印象的でした。藤代健生病院の他に、健生病院の小鹿瞳子医師から、津軽保健が抱える苦しい経営事情の中、少ない医師でリエゾンに取り組むシンポジウム発表もありました。

全国の民医連医療者の発表の中で、津軽保健生協のチームは他県の医療者から質問を受けたり、討論したり、有意義な参加となりました。精神科医療はまだまだやるべきことがたくさんあり、必要とされていることを確認できた交流集会となりました。(藤代健生病院 栄養科

課長 三浦栄子)



関谷院長ポスターセッション

管理栄養士ポスターセッション

弘前大学医学部医学科 一般入試の取り組み ～県連医学対大運動～

受験生と対面・対話で繋がりをつくった3日間

2月25日(火)・26日(水) 弘前大学医学科一般入試が行われ、560名程が受験に挑みました。

数日前から、JR弘前駅と新青森駅に医学・看護・薬学の奨学金ポスター掲示、宿泊施設や不動産会社へのパンフレット設置など、県内外の受験生へ宣伝しました。

24日午後は見に来た受験生に133部、25日昼は筆記試験を終えた受験生に186部を、県連内法人応援含めて延べ12名の職員でパンフレットを用いて配布宣伝しました。



入試宣伝

併せて、翌日の面接試験に向けた受験生相談会を開催しました。計26名の受験生が参加し「圧迫面接ってありますか？」等の



受験生相談会

質問に対し、8名の弘大医学生から「うろたえない態度が大事」「面接官は言葉の内容より、しっかり受け答えできる態度を観ている」等の助言があり、真剣かつ和やかなやり取りを交わしていました。終了後合格リングを手渡され、喜んで受け取っていました。

26日は一日かけて、県連内法人応援含め20名で対話アンケートを行いました。「総合診療に興味があります」「去年の八戸医師体験でお世話になりました」「地元の民医連で医師体験しました」等、142名の受験生と対話を通じて繋がりをつくる事ができました。

この大運動を一つの契機にして、高校生からの繋がりも大切に、今後の民医連医療に合流できる医師の確保と養成に注力する次第です。(青森民医連 菊池力)



参加者のアンケートの中には「薬局内での症例検討が中々できない為、色々な意見や考えを聞くことができ学ぶことが多かった」「症例検討する上で抜けていることも多く解説して頂いた」などといった声もありました。今回も非常に有意義な研修会となり、今後の業務に活かされることが期待されます。(あおもり協立病院 薬局 三上勇)

今回の講師を務めた千葉先生を招いての講義は、昨年度開催の薬剤師中期研修・拡大管理者研修に続いて3度目となりました。今回は昨年度から要望が多かった腎臓編、特にCKD(慢性腎臓病)についての内容で開催されました。冒頭の講義では腎臓のはたらきや腎機能悪化時に使用される薬剤・検査値の見方や腎機能の計算方法等を詳しく解説して頂き、更に理解が深まりました。その後行われたグループディスカッションでは3人グループで1つの症例を3段階に分けて深掘りし、問題点を抽出していきまし。その後グループごとの発表を経て解説が行われました。



2024年度 薬剤師中期研修

CKD患者をサポートする 薬学管理上の注意点

12月21日(土) 花岡農村環境改善センターで開催され、各法人の中期研修対象者19名をはじめ計29名が参加しました。講師には仙台循環器病センターの千葉貴志薬剤部長をお招きし、CKD患者をサポートする薬学管理上の注意点について講義して頂きました。

青年委員会

雪かきボランティア 出動!

青年パワーが
炸裂!!

2月8日(土)に青年雪かきボランティアを行いました。昨年は雪が少なく中止となってしまう、今回2年ぶりの実施でした。雪かき班を青森市と弘前市の二に分け、青森は7名、弘前は6名の参加者となりました。当日は晴天にも恵まれ、青森は助産院を、弘前は高齢夫婦の個人宅の雪かきを行い、参加者みんなと会話しながら休憩もとりつつ、良い運動と良い汗をかくことができました。また住民の方にはとても喜んでいただきました。終了後はファルマからのカンパで、わいわい交流しながら美味しいお土産を選びました。

今回、弘前では高齢者の自宅の雪かきを行いました。今回のように自力で雪かきができない高齢者が増加していて、雪かきボランティア等の若い力が必要になります。青年委員会ではこれからも活動を発信していきますので、ぜひ皆様のご参加お待ちしております!!

(健生病院 診療事務課 丹代智己)

2月8日(土)に青年雪かきボランティアを行いました。昨年は雪が少なく中止となってしまう、今回2年ぶりの実施でした。

雪かき班を青森市と弘前市の二に分け、青森は7名、弘前は6名の参加者となりました。



青森班



弘前班

2024年度

冬の高校生医師体験

患者一人一人に最後まで寄り添える
医師になりたい！

冬の高校生医師体験を弘前・青森・八戸の3会場で開催し、県内の医師を目指す高校生27名が参加しました。

12月27日（金）健生病院にて放射線

科・検査科・臨床工学科の職場体験を行いました。各職場の役割や日常的に医師とどのような関わりをしているか、チーム医療の中で医師に望むことを伝えてもらう機会となりました。1月8日（水）は八戸生協診療所にて宮澤千裕医師による講演『より良い医療者を目指して！初期研修を振り返って』を行い、より良い医療を行うためにBPSモデル（※）や多職種協働の視点が重要であることが話されました。その後は診療所で機器体験を行い、患者さんへの声がけを意識しながらエコーや心電図に触れる機会となりました。1月11日（土）は協立クリニックにて磯島寿人医師による講演『患者中心の医療』を行いました。患者の「困っている」を少しでも解消したいという思いが磯島医師の原点であること、患者のニーズに近づけるように可能性を広げることが医師の務めと考えていることが話されました。誰のためにどんな医師になりたいかを参加者に問いつける内容となりました。また、全会場で研修医を講師にした縫合体験と交流会を行っています。



縫合体験

参加者からは「多職種協働の大切さを知った」「病だけでなく患者さんの生活背景まで含めて診ることが必要と思った」「医師になって地域医療に貢献したいという思いが強くなった」と感想が出されました。また、「将来、○

○先生のような医師になりたい」と民医連医師への共感の声も出されました。医師体験の先に、一緒に働く民医連医師が誕生するよう引き続き取り組んでいきます。（青森民医連 葛西美芽）

※BPSモデル

病気を単なる生物学的な問題としてだけでなく、心理的・社会的背景も重要な要因としてとらえるという考え方



がん細胞を観察

2024年度

冬の高校生看護体験

参加希望者多数のため
出張看護体験も実施

12月の冬休み期間に、高校生看護体験を青森保健・津軽保健で開催しました。

青森保健は16名の体験

希望者のために『高校で看護体験』をしたほか、3日間に分けて7校から36名合計52名の体験を受け入れました。血圧測定や手洗い・PPE（個人用防護具）装着・介護食試食、病院開催では追加で病棟体験・高齢者体験を行いました。PPE着脱の大変さ・高齢者体験では若者との違い・不自由さ・立ち上がった第一声は「腰が痛い」でした。病棟体験では実際に患者さんの脈拍測定をしたりお話をしたりしました。



オペ準備中の手術室を見学しました

津軽保健では、7校24名の参加となりました。血圧測定・点滴演習の看護技術体験と病棟・手術室・救急外来での見学体験を実施しました。見学体験では、実際の手術の様子・救急搬入されて治療を受ける様子を見学したり、病棟で患者さんとお話ししながら血圧を測ったりととても好評でした。コロナ禍前ほどではありませんが、高校生が体験できる内容が増えました。

参加生徒から「楽しかった」「また参加したい」「看護師になりたい気持ちが強まった」と感想をいただきました。これから将来一緒に働く仲間が増えるといいですね。（看護学生小委員会 長牛真理・阿保祥子）



2/14（金）虹のバレンタイン行動

青森保健生協

寒い風が吹く中、さくら野百貨店前で職員組合員・地域組合員合わせて34名の参加で行いました。当日はマイナ保険証反対をテーマに掲げ、署名や街頭アンケートを実施しました。署名は12筆集まり、街頭アンケートでは「健康保険証・マイナ保険証どちらを利用していますか」という内容で調査し、圧倒的に健康保険証が多くを占め、マイナ保険証に対する不安を多くの方が抱いているということがわかりました。

（青森保健生協 組織部 三上優太郎）



津軽保健生協

コープあおもり和徳店にて、今回は初の取り組みとして社会保障平和委員会と組合員活動委員会が協同して、虹のバレンタイン行動を実施しました。当日は、バレンタインカードをポケットティッシュに折り込むことで、受け取りやすくなるよう工夫しました。

地域の方からは、「初めて知った」「取り組みを知れて良かった」「普段からお世話になっています」などの声が聞かれました。

（津軽保健生協 組織部 佐々木海斗）



八戸医療生協

寒風の中、医療生協について多くの方に知っていたく事を目的としてチョコレートを配布し、ほとんどの方に受けとっていただけました。若い方の中には遠慮される方も多く、これからは若い方に少しでも興味を持っていただき、医療生協の活動を知ってもらえる機会があればと感じました。（デイはん don 平浜千賀子）





「生まれ変わったら何になりたいですか？」寄せられた内容

315号(2025年1月号)お年玉プレゼント応募用紙に記載していただいた内容の一部をご紹介します。

【やっぱり人間！こんな人になりたい】

- ・**自分**：紆余曲折ありましたが、やっぱり自分の人生が楽しいので、生まれ変わっても自分で!!
- ・**今の記憶をもったままの自分**：人生の分岐点で違う選択をしたら、どんな人生になるのか知りたいから。
- ・**写真家**：写真家になって青森県の素晴らしい景色・料理を撮って世界に発信したいです!
- ・**俳優**：人生は一回だけだけど、俳優で他の人の人生を演じたらいろいろな人生を体験できるから。
- ・**大富豪の孫娘**：お金持ちの悩み多々あるだろうけど、TVドラマのような贅沢をしてみたい!! (笑)
- ・**超能力者**：予知能力で世界中の人が自然災害を回避できるようにしたいから。
- ・**総理大臣**：もっといい政治をし、皆が平和に暮らせる日本にする。
- ・**アメリカ大統領**：日本との関係をよくし、貧困を無くす!!



【動物・生き物】

- ・**飼い猫**：猫好きの飼い主にかわいがられ、しかも自由気ままに暮らしたい。
- ・**鳥**：大空を自由に飛び回り、世界中を見てまわりたい。
- ・**ホルスタイン牛**：のんびり草原で食っちゃ寝一の生活を送りたい。たまーに牛乳を出して自分で飲む!!
- ・**水族館のイルカ**：人が笑顔になっているのをみたい。
- ・**蚊**：お腹いっぱい血を吸い、バチンと一撃で生涯を終える(終われる)潔さ。
- ・**亀**：地道に前へ進む姿、ONとOFFがはっきりしている姿、のんびりにみえてとっさの瞬発力。亀がいい。



【せっかくだから！有名人・キャラクター】

- ・**ドラえもん**：秘密道具を自由に使ってみたいです(^ ^)
- ・**デコピン**：まみこ夫人と遊んでみたいので。
- ・**パカリズム**：あんなおもしろい台本を書ける人になりたいです。
- ・**なかやまきんに君**：今年の大雪でも、疲れ知らずで雪かきをこなせそうだから。パワー!!

【その他】

- ・**雲**：何も考えず、ゆらり流れてみたい。
- ・**弘前公園の桜の木**：1年に1回は花を咲かせ、全国いろんな所からたくさんの人が見に来てくれて喜ばせることができ、大事にもらえそうだから。
- ・**屋久杉もしくは樺(ぶな)**：自然に抗わず、ゆっくりと年輪を重ねていけそうだから。そして最後は自然に還ります。

ご当選 おめでとうございます!

今回のお年玉には**109通の応募がありました**。ありがとうございます。
県連事務局員(青森事務所)による厳正な選考と抽選の結果、以下の22名の皆さんが当選となります。おめでとうございます。
今後も編集委員一同、みなさまのご意見・ご要望を励みにしながら一層充実した紙面づくりにつとめます。

1等 QUOカード3,000円 2名

成田 渚 様 (健生病院)
宮腰 愛香 様 (健生クリニック)

2等 QUOカード1,000円 5名

佐藤 富美子 様 (花の郷)
鎌田 晋 様 (藤代健生病院)
大瀬 康裕 様 (藤代健生病院)

西條 賢子 様 (健生介護センター虹)
神 めぐみ 様 (青森保健生活協同組合)

3等 QUOカード500円 15名

大川 誠也 様 (黒石薬局)
荒川 早智子 様 (デイサービス虹のひろば新城)
野土谷 舞美 様 (あけぼの薬局妙見店)
吉田 靖子 様 (小規模多機能ホームみなみいけの家)
畑中 あゆみ 様 (協立クリニック)
小山内 千尋 様 (青森保健生活協同組合)
池田 紗由里 様 (あおもり協立病院)
横濱 賀子 様 (健生クリニック)
佐藤 祐子 様 (健生病院)
三上 江利 様 (藤代健生病院)

中西 奈美 様 (藤代健生病院)
山口 由香 様 (健生クリニック)
大瀬 理 様 (健生クリニック)
木村 晴代 様 (藤代健生病院)
坪井 万奈美 様 (藤代健生病院)

※応募いただいた時点で所属部署名で掲載しております。
※県連機関紙編集委員より、今年度中にお届けする予定です。

あなたと民医連をつなぐ月間誌

いつでも元気

MIN-IREN

2025 4月号 380円 好評発売中

響き合う健康観 国際HPHカンファ

けんこう教室 作業療法士の仕事(下)

新連載 消えたまち それでも

映画 104歳、哲代さんのひとり暮らし

まちのチカラ 静岡県西伊豆町

食と健康 ワンハンドおつまみで集まろう!

発行＝青森県民医連研究科 〒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. 83

♡ name とわ 叶和
♡ age 4 歳

♡ name りり 璃莉
♡ age 4 歳

♡ name あお 蒼空
♡ age 3 歳

双子の姉とわは、声も体も人一倍大きく力持ち。欲しいおもちゃは力づくでも奪い取ります。でも根は一番優しく、正義感の強い子で、年下の子の面倒見もいとお姉さん。まさに女版ジャイアンです。

双子の妹りりはパパ大好き子。私の話は大体聞かず、パパの話は素直に受け入れるので、既に

女同士の戦いが始まっています(笑)。それでも最近はお姉さんの自覚も芽生え、私が忙しそうにしていると率先して手伝いをしてくれたりとても助けられています。

あおは甘えん坊で、毎日「ママちゅき。」と言っては手を繋いで寝てくれる小さな彼氏です♡人前では小心者で泣き虫ですが、ねぶたが大好きで、家ではバチ片手に年中ヤーヤドーと叫んでいます。

喧嘩が絶えず忙しい毎日ですが、日々成長を感じられる事も多く嬉しく思います。これからも沢山の思い出を作っていきたいです。みんなのママにしてくださいありがとうございます！
(健生クリニック内科外来 小枝有紗)



私の三つ星★★★★

オススメ 喫茶室 baton (バトン)

今回は弘前市下白銀町にある「喫茶室 baton (バトン)」をご紹介します。弘前市民会館の中にあるお店で、暖かい日はテラス席で心地よい風を感じながら食事しつつ、弘前公園や岩木山を一望するのが大好きです。店内はモダンな雰囲気漂い、おしゃれな空間が味わえます。また、すぐ横にあるステンドグラス「青の時間」は、弘前市出身の洋画家・佐野めい氏の作品で、店内からも

眺めることができます。営業時間は11時～17時、定休日は第3月曜日です。

パンケーキ、ビーフシチュー、コーヒーにデザートなどメニューが豊富な中、私がオススメしたいのは「ナポリタン」です。昔懐かしいナポリタンとは違ってトマトの酸味が抑えられ、野菜やベーコンの旨み、甘みをダイレクトに感じる事ができる一品です。

オーナーさんは猿賀(平川市)で珈琲焙煎所を営んでいることもあり、コーヒーも絶品です。テイクアウトも可能なので、公園でゆったりしながら飲むのもオススメです。ぜひ皆さんも行ってみてはいかがでしょうか。

(津軽保健生協 組織部 齋藤淳一)



2025年3月 第57期第11回理事会報告

- >> 1. 会長あいさつ
- >> 2. 全日本民医連理事会報告関係
- >> 3. 決裁・承認事項
 - (1) 奨学生関係
 - (2) 県連・地協・全日本関係
 - (3) 各種委員会から
- >> 4. 協議事項
 - (1) 協働公認会計士による2024年度決算調査日程
 - (2) 2025年度理事会および常任理事会日程案
- >> 5. 医師・医学生関連
- >> 6. 報告事項
 - (1) 全日本民医連通達・声明、地協関係
 - (2) 地協
 - (3) 県連・共闘関係
- >> 7. 各法人・事業所から

