

全日本民医連 第47回定期総会

～憲法9条をめぐるたたかひの最前線である沖縄から
憲法25条を実践してきた岩手への歴史的バトンリレー～

2月26日(木)～28日(土)岩手県盛岡市にて開催され、全国から代議員605名と全日本民医連理事らが参加し、運動方針案・決算・予算などについて討論しました。青森民医連からは、松本拓真団長率いる18名の代議員が参加しました。

「いのち・憲法・民医連綱領」の
視点を堅持し、力強く
活動していこう

経営とケアは

「天秤」でなく「両輪」

あらためて

社会的役割の大きさを実感

この度、青森民医連の代議員団長として定期総会に参加いたしました。

総会では、現在の大軍拡政策や社会保障抑制を進める高市内閣に對し、民医連としていかに立ち向かうかが深く議論されました。私は「いのち・憲法・民医連綱領」の視点を堅持し、政権の暴走を止めるべく、青森でも力強く活動していきたいと思っております。

議論の中で特に印象に残ったのは、全国の県連が直面している深刻な人員不足や経営危機の課題です。しかし、そうした困難な状況下でも、綱領に基づく医療実践を何より大切に、状況打開に向けた創造的な取り組みが数多く報告されました。それらの経験に触れ、私自身も大きな活力を得ることができました。

青森も多くの課題を抱えていますが、全国の実践から得た学びを糧に、私たちにできる最善の道は何かを問い続け、力を合わせて一歩ずつ歩みを進めていきたいと考えています。

(健生病院 外科医長／松本拓真)

初めて青森民医連の代議員の一人として参加させて頂きました。

全国から605名の代議員が参加され、3つの総会スローガンのもと運動方針案のたくさんさんの討議が行われました。現在の世界の情勢や医療・福祉・介護の現状を明確にし、これからのしつかりとした取り組みについて話し合われました。

憲法25条にある「健康で文化的な最低限度の生活を営む権利の保障」を担保するためには、人員不足の解消、社会保障費増やしを国へ訴えていかなければなりません。また「ケアの倫理」の学びを通して、運動課題や日々の介護実践の意義をあらためて考えることができました。

ある参加者から「経営」と「ケア」は天秤ではなく両輪だと話がありました。どちらかが脱輪すると成り立たなくなるといふ事です。利用者様の笑顔がふえ、職員が安心して働ける職場環境を目指していきます。

(ヘルパーステーションはるかぜ 所長／佐々木大志)

運動方針案や各地の実践報告を通して、あらためて医療・介護の社会的役割の大きさを実感しました。

第46回で記された「ケアの倫理」や「尊厳を大切にす医療・介護」の考え方が、第47回では「非戦・人権・くらし」という言葉とともに、より地域や社会全体へと広がっていると感じました。特に印象に残ったのは、地域医療を取り巻く厳しい現状と、担い手不足の問題です。訪問看護の現場でも同様の課題を感じており、地域で暮らし続けることを支えるためには、現場の実践だけでなく、制度や体制を守る取り組みも重要であると改めて認識しました。

また全国の仲間の発言や実践に触れ、同じ思いで取り組んでいる仲間がいることに心強さも感じました。今回の学びを日々の訪問看護の実践に生かしながら、地域で安心して暮らせる医療・介護の実現に向けて取り組んでいきたいと思っております。

(生協訪問看護ステーション虹 所長／澤内絹子)



2025年度 北海道・東北地協 経営検討会



1月10日(土)から11日(日)にかけて、宮城県塩釜市の宮城厚生協会 坂総合病院・坂総合クリニックを会場に、医科法人専務理事、病院事務長をはじめとする経営幹部37名が参集。

悩みを共有しながら課題解決のためのヒントを得ることができました。困難を乗り越え、今後の方向性を明確にすることを決意した経営検討会となりました。

(健生病院 事務局長／兵藤尚子)

2日間にわたり、必要利益達成に向けた具体的方策を各自が持ち寄り、2026年度予算への確実な反映を目指して、集中的な討議を実施しました。



はじめに、津軽保健生協の泉谷雅人専務理事より「経営危機からの脱却に向けた取り組み」についての特別報告がありました。新築移転後の2019年までは好調に推移したものの、コロナ禍による患者減少、さらには昨今の人件費・物価高騰により費用が押し上げられ「構造的な経営悪化」に陥ったこと、全日本民医連経営部の現地調査で指摘された点を参考に経営改善に向けた様々な取り組みを実施し、回復の兆しが見えてきたこと、現在も必要利益獲得のため新たな施策を展開していることが報告されました。



1日目後半から2日目にかけては、病院機能別に5つの分散会に分かれ、各病院の現在の到達点と評価、予算編成方針の妥当性と実現性について検討・討議を行い、

県連医学対大運動

弘前大学医学部医学科 一般入試の取り組み

2月25日(水)～26日(木)に弘前大学 医学部一般入試が行われました。

試験期間中は、弘前駅と新青森駅の奨学金ポスター掲示をはじめ、受験生の目にとまる宣伝を意識しました。

25日には、初の試みとなる「保護者向け相談会」を開催したところ9名の参加があり、受験だけでなく合格後の新生活への心配や疑問などが出されました。同じく25日開催の「受験生相談会」は14名の受験生が参加し、先輩医学生からの面接対策の具体的なアドバイスに聞き入っていました。その後、医学生から合格り

ンゴを手渡され、翌日の面接試験へのモチベーションを上げていました。

試験当日の2日間は、各法人から要員支援も受けて、宣伝物配布と対話宣伝をおこないました。26日は想定外の事情により、宣伝場所と規模を変更せざるを得なくなり、支援の受け入れをストップしましたが、それでも40名以上の受験生とつながりをつくることができました。

この大運動を一つの契機に、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)



弘前駅奨学金ポスター



ぎざった受験相談会



法人参加者とともに

北海道・東北地協 県連事務局員研修会 仙台

ここまで
津波が来ました



12月8日(月)～9日(火)開催され、青森民医連からの7名を含む総勢32名の県連事務局員が参加しました。1日目は宮城県南沿岸部の震災遺構見学とみやぎ県南医療生協理事の講演、2日目は事前レポートに基づきグループ討論を行いました。



震災遺構の中浜小学校



大地の塔の前で

■震災などの災害から、いのちを守るためには？

1日目は、バスで乗り合い震災遺構を見学しました。おびただしい犠牲者が出た中、当時の中浜小学校は事前準備をしていたため、発生から10分の大津波到達前に2階屋根裏へ避難。それで90名のいのちを守ることが出来た事を聞き、事前のあらゆる準備が大切な事を痛感しました。2日目のグループ討論では、県連や年代の違いを超えた活発な議論が交わされました。被災地を回り当事者のお話を聞き震災の学習をした1日目の夜、青森県東方沖地震が起きました。仙台市も揺れ、その後復付けませんでした。

(青森民医連)

菊池力)



県連弘前事務所の災害準備物品

■震災遺構でめぐり「防災」を学び、仲間と県連を語る

研修目的の一つに、震災時の活動を振り返りながら、災害発生時の県連事務局の役割を考へることが挙げられていました。これは私も日ごろから事務局員として学びたいと願っていたことだったので、楽しみにして参加しました。

しかし、実際に震災遺構である「荒浜小学校」「中浜小学校」をめぐり、震災の爪痕と真新しい堤防や海沿いの道路を目の前にすると胸がいつぱいになり、改めて震災の怖さを思い知らされました。当時の様子を宮城県民医連の大内誠事務局長から、また震災当日の状況を、みやぎ県南医療生協理事の岩佐年昭さんはじめ、

研修に参加した事務局員の方々から伺いました。中には当時を思い出し言葉に詰まりながらも一生懸命教えてくださる方もいて、次の日の事務局員同士の交流でも「震災を風化させないことが『最大の防災』である」と意思統一しました。

県連事務局員の災害におけるマニュアルの整備は早急な課題です。全地域住民へ早急に医療・介護を安心・安全に提供するのが民医連であることを忘れず、そのために「県連という組織は何ができるのか？」を改めて考える研修となりました。

(青森民医連／高橋理香子)

2005年12月19日に社会福祉法人虹として創設され、今年度20周年を迎えました。当初、青森保健生協と協働・連帯することのできる社会福祉法人として設立され、地域住民は勿論、組合員一人一人の生活要求を実現する「地域福祉の姿」を追求してきました。設立時は10人だった職員は170人に増え、3つだった障害福祉サービスは、今では6つの介護サービスと3つの障害福祉サービスと多岐にわたっています。

2019年末より始まった新型コロナウイルス感染症流行によるクラス

ター発生は高齢者施設の経営に大きく影響しました。また2024年度介護報酬改定では訪問介護の単価が引き下げとなり、物価高騰も相まって介護事業所の経営は悪化。倒産件数が増加しました。そのような困難な状況の中でも、職員は奮闘してきました。

10年後には、創立30周年のつどいを盛大に行いたいものです。しかし、2035年には65歳以上の割合が全人口の約35%と推計され、高齢者単身世帯が今後も増加することが予想されています。私たちの課題

の一つは、高齢者一人ひとりがその人らしく生活できるような、質の高い訪問介護サービスを提供できる仕組みづくりです。

世界は、国際秩序が崩壊しつつある深刻な危機的状況です。これからも、人々のいのちと健康に深く関わる者として、意思表示と行動を続け、戦争する国づくりと社会保障削減が一体となった政治の中で、引き続き運動を強化し前進しましょう。

(社会福祉法人虹

副理事長／副田幸子)



全国ジャンボリーin兵庫 アフタージャンボリー

6年ぶりの現地開催を振り返って参加者が感じたこととは

1月17日(土)ヘルスサポートやすかた2階ふれあいサロンにてアフタージャンボリーが開催され、16人が参加しました。

今回のアフタージャンボリーは、昨年11月に行われた第41回全国青年ジャンボリーin兵庫の振り返りをするのと、青森県民医連内での交流を深めることの2つを目的に開催されました。

司会は全国ジャンボリー事務局の対馬周也さんと実行委員の私が務め、進行を行いました。参加者の中に全国ジャンボリーに参加していない青年職員もいたため、まずは開閉会式の動画を観て開催当日の大まかな流れを共有した後、参加者から感想・発表を行う流れに進めました。

参加者からは、「阪神淡路大震災について実際に神戸の街を散策しながら学ぶことができて震災の歴史を体感することができた」という意見や、「全国の青年職員同士で交流・学習することが楽しかった」など、震災について学習しつつ交流も楽しめた、行って良かったという前向きな意見が多く聞かれました。

全国ジャンボリーの活動に2年間実行委員として参加して私が感じたことは、学習しながら様々な職種・他県の方々と交流し、視野を広げられたことです。それを全国ジャンボリーに参加した皆さんも感じ取ってくれたことが嬉しかったです。多職種から様々な視点で挙げられる意見に触れることで、仕事の面でも一段階成長することができたと思います。

(県連ジャンボリー委員長)

あおもり協立病院 リハビリテーション科/成田雄一郎



りんご財政に使った訳ありりんごを持って

栄養部門県連代表者会議

1月23日(金)～24日(土) 神奈川県横浜
市にて開催されました。



講師の長谷剛志氏

学習講演は、公立能登総合病院 歯科口腔外科の長

谷剛志先生から『大規模災害時の「食」をcommitする！』というテーマでお話して

いただきました。能登半島地震の際、断水が長期化したことでトイレの水が流せず、汚物汚染が解決しなかったことから感染症が増え、下痢・

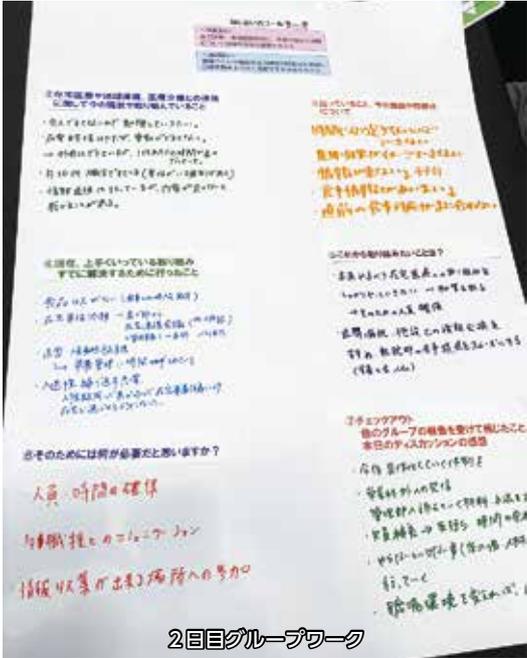
嘔吐が発生、水分・栄養不足から脱水、低栄養、体力・免疫力低下による災害関連死が多かったといえます。水は生活用水としても十分な確保が必要だと再認識しました。

また、支援物資はパンやカップ麺・缶詰などがほとんどで、嚥下機能が低下した方が慣れない非常食を食べたことで、窒息や誤嚥性肺炎が何倍も増えたそうです。そのため地域の方々の口腔状態や嚥下状態を把握しておく必要があります。歯科医師や訪問看護・ヘルパーなど様々な業種で情報共有しておくことが大事で、有事になつてから慌てるのではなく、平時の時から多職種・異業種連携強化が地域の有事を救う！というお話を聞き、地域連携の重要性を改めて感じた講演でした。

各地協からの指定演題の中でも防災についての取り組みが2演題報告され、講演の内容と相まってとても参考になる報告でした。またグループワークでは、人員不足対策・在宅医療への展望と課題・職場づくり・職員育成について話し合い、とても充実した2日間でした。

(生協さくら病院 栄養科

主任/泉澤理恵)



第46期 全日本民医連

訪問看護ステーション交流集会に参加して

2月19日(木)に行われた交流集会に初めて参加させていただきました。

学習講演のお話の中に、「ステーションの思い(理念・方針・目標)を一つにする」という項目がありました。日々の忙しさに追われると、スタッフ間での会話も減り続け、思いを共有することも難しくなると感じます。ミーティング時間等を上手に活用し、思いの共有をし続けていくことが大切だと思いました。



指定報告では、全国で活躍されている皆さんの日々の実践例から学ばせていただく事が多くありました。訪問看護のアウトリーチ活動でヤングケ

アラーの社会的背景を探ることができた報告や、看護師の腰痛対策のために具体的な場面一つ一つに対策案を確立させた報告等々、私にとってはとても新鮮で、職場で共有したい事がとても多いと感じました。

グループディスカッションの時間では、参加したそれぞれの事業所が抱える悩みも多く語られ、スタッフの高齢化問題や若い訪問看護師育成のためのラダーや活動報告などが出されており、共通した悩みについては解決に向けたポジティブな意見が多く出され、これもまた職場で共有する時間を設けたいと思いました。

全国のステーションの活躍が紹介されたこの会は、とても刺激を受けた時間でした。

(健生訪問看護ステーションたまち

のだ支所 主任/大巻真純)

最後まで患者に寄り添える医師になりたい

2025年度冬の高校生医師体験

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42名が参加しました。

弘前地域では12月19日(金)と26日(金)の2日間、健生病院にて放射線科・検査科・内視鏡室・リハビリ科・手術室の見学と縫合体験を実施しました。各部門の役割や医師との関わり、チーム医療の中で医師に期待することを直接伺い、多職種連携の重要性を学ぶ機会となりました。

八戸地域では1月7日(水)に八戸生協診療所で千曳農太医師の講演を開催し、現場に求められる医師像について経験を交えて語られました。その後、エコーの体験を通して、患者さんへの声かけの大切さを実感しました。

1月11日(日)はあおもり協立病院にて磯島寿人医師が「患者中心の医療」をテーマに講演をおこない、「誰のためにどんな医師になりたいか」を参加者に問いかけました。

全会場で縫合体験と交流会も行い、参加者からは「患者一人一人に最期まで寄り添える人になりたいと思った」「エ



青森の様子

コー体験は想像以上に難しかったが、同時に面白さも感じられて医師になりたいと思った」「縫合の仕方で皮膚が再生した時の綺麗さが違ってくるのを初めて知った」などの感想が出されました。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/矢作史考)



弘前の様子



八戸の様子

2025年度 冬の高校生看護体験



血圧を測定してみよう(青森)

青森保健生協では12月26日(金)・29日(月)に実施し、市内8高校から33名が参加しました。救急外来の見学・病棟体験・技術体験(血圧測定や手洗い・模擬血液を採取し検体にいれる)など内容を短時間にギュッと凝縮しました。生徒さんからは「看護師の働く姿はカッコイイ!」「患者さんともっと関わりたい」と嬉しい感想がたくさんありました。

見学したり、洗髪や手浴も実施できた生徒さんもいて「充実した一日となった」「早く看護師になりたい」という感想がありました。お手伝い参加の看護学生に対して、進路や学生生活の質問も相次ぎ、良い交流の機会ともなりました。

(看護学生小委員会/長生真理・阿保祥子)



うまく挿血管にうつせるかな?(青森)



慎重に慎重に... (弘前)



「今年挑戦してみたいことは何ですか？」寄せられた内容

321号(2026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。

【趣味・好きなこと】

- **「有馬記念を買う！」** 昨年のロイヤルファミリー(ドラマ)を観て、有馬記念で馬券を買い勝ちとなりました！今年は馬を応援したい気持ちです!!
- **「車中泊で自由気ままに放浪」** 日常から離れ何にも気をつかわず過ごしたり、でも車だと酒飲めないのがちょっと…
- **「家庭菜園」** 子どもが使わなくなったあさがおの鉢で、ミニトマトが大葉を栽培したい。物価が高くなっているので、少しでも足しになればよいなあと思いました。
- **「手作り燻製に挑戦する!!」** 家飲みが趣味なので、お酒に合うおつまみの一つとして燻製を作りたい。

【健康】

- **「体重を落として健康に過ごしたい」** 年々太ってきたので、苦手な運動に挑戦したい。
- **「0時前には寝る」** 夜スマホ見る時間が多くなっているので、健康の為に今年こそ目標達成したいです。
- **「徒歩通勤」** 末っ子が小学生になるので、3人の小学生と一緒に運動がてら歩いてみようと思っています。
- **「脱カップラーメン生活」** お昼カップラーメン率が高く、アラフォーになるので健康面も考えて。

【家族・家のこと】

- **「親孝行したい」** 高齢にはなってきたものの、両親が健康でいるため、元気なうちに、おいしい物を御馳走したり、いろんな観光に連れて行きたい。
- **「ペットを飼いたい」** 年寄り3人暮らしで家の中が暗いから
- **「断捨離をしたい」** もったいないなと思いつてられずにいる物もたくさんあるので、今年はずっきりした暮らしをしたいです。

【仕事】

- **「研修医の中からもう1人消化器内科へ進路を決めてもらう！」** 全体的に高齢化のため
- **「ICT化に積極的に取り組む」** 時代の波に乗り遅れそうなので、頑張りたい。
- **「職場の人と交流を深めたい」** 仕事の話しかしないので、ざっくばらんに話ができるような環境にしていきたい。
- **「職場の書類を整理したい」** 置き場所がいっぱいのため、片づけをしたい。

【自分】

- **「自分磨き」** 今年は厄年なので厄年に負けない自分になりたいから！
- **「ヒゲを伸ばす」** なめられない様に
- **「自分自身で楽しむ」** 最近仕事、育児で一日が終わっているので、自分の好きなことは何だ？と考えることが多くありました。好きなことができたなら、リフレッシュでき、仕事・育児も含め1日をもっと元気にすごせるのでは？と思います。

ご当選 おめでとうございます!

今回のお年玉には**134通の応募がありました**。ありがとうございます。
 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てまいります。

1等 商品券 3,000円 2名

- 齊藤 瑠璃 様 (健生クリニック)
- 三上 優太郎 様 (青森保健生活協同組合)

2等 商品券 1,000円 5名

- 上野 郁子 様 (八戸生協診療所)
- 端村 由貴人 様 (あおもり健康企画)
- 芹川 望美 様 (地域生活支援センターびあす)
- 佐藤 萌香 様 (青森保健生活協同組合)
- 宮田 和歌子 様 (健生介護センター虹居宅)

3等 QUOカード 500円 15名

- 宮本 奈津絵 様 (障がい者生活支援センター「すみれ」)
- 木村 悠子 様 (健生クリニック)
- 外岡 彩 様 (藤代薬局)
- 諏訪 寿久 様 (藤代健生病院)
- 藤田 和美 様 (ヘルパーステーションはるかぜ)
- 森 洋子 様 (藤代健生病院)
- 神めぐみ 様 (青森保健生活協同組合)
- 石川 穂波 様 (地域生活支援センターびあす)
- 鶴ヶ谷 喜之 様 (津軽保健生活協同組合)
- 織田 桂輔 様 (健生病院)
- 岡田 愛実 様 (藤代健生病院)
- 千葉 大輔 様 (健生病院)
- 佐藤 典子 様 (訪問看護ステーションたまち本所)
- 山屋 未来 様 (健生病院)
- 佐々木 孝子 様 (藤代健生病院)

※応募いただいた時点での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刊誌

いつでも元気

MIN-IREN

2026 4月号 380円 好評発売中

アートがつなぐひととひと 大阪

けんこう教室 狭心症と心筋梗塞

被爆樹木は語る

新連載 まちづくりの創り方

まちの子カラ 香川県土庄町

食と健康 簡単!自炊のススメ

発行=徳保健医療研究所 〒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)5856 FAX 03(5842)5657



うちの メコッコ

vol. 89

我が家には、5歳になるミニチュアダック
スフンドのオス、ジョニ (JONI) があります。
ジョニは我が家にとって2代目の犬となりま
す。名前の由来は、先住犬がジョン (JON) で
I (愛) をプラスしてジョニにしようと決めま
した。体重はミニチュアなのになんと 8 kg
もあります。

チャームポイントは、大きな手とライオンのようにカットした尻尾です。出掛け
た先では、「手が大きいね、可愛い」と言われることが多々あります。ジョニは、と
にかく撫でられることが大好きで、手を止めると、「もっとやって」と鼻をグイグイ
上げて催促してきます。たまに遊びに来る2歳の孫にやきもちをやいて吠えまく
り、孫の後ろをついて回ります。そして孫に、「ジョニ待て！お座り」と言われてい
ます。

そんなジョニは首を傾げ、きょとんとしています。

本当にダブルメコッコにメロメロです。

(青森保健生協 デイサービス中部/高坂恵美子)

♥ name

ジョニ (JONI) くん
ミニチュアダックスフンド
オス

♥ age

5 歳



私の三つ星★★★★

オススメ

黒石市でランチに迷ったらここ！

地元で愛される『チャイナ食堂 彩菜房』

黒石市の町中華の人気店「彩菜房(さいさいぼう)」。
ランチ・ディナーともに利用でき、バラエティ豊かな中
華料理が楽しめます。

ランチタイムは平日・週末問わず大賑わいで、オーダー
の声は圧倒的にセットメニューが多いと感じます。私も
行ったらほぼBランチ。入店前から決まっっていて、メニュー
を見て少し揺らいでも結局同じセットに落ち着きます。

Bランチは麻婆豆腐、油淋鶏(サラダ・ゆで卵付き)、
漬物、ライス、スープ、杏仁豆腐の充実内容。以前はす

べてのセット価格が税込
1,000円以内でしたが、
物価高の影響で現在は
1,300円以内(ランチは
1,122円)。それでも高
いコスパは維持されてい
ると思います。

A～Cのランチセット、
唐揚げ、エビチリ、黒酢豚、海老シソなどの定食、ご飯系
+麺のセットのほか、一品料理も充実のラインナップ。
黒石市近辺に来た際はぜひ立ち寄りしてほしい一軒です。

(津軽保健生協 副専務/村上渡)



健生黒石診療所と車で
2～3分の距離です

お店概要

住 所：黒石市中川篠村 43-1

駐 車 場：10～12台

座 席：約30席

営業時間：11:00～14:00 / 17:00～21:00 (木曜定休)



人気No.1(筆者推測) Bランチ ※写真はライス大盛り

3月 2026年3月 第57期第23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. 理事人事
- >> 4. 決裁・承認事項
 - (1) 加盟承認
 - (2) 各種委員会から
- >> 5. 協議事項
 - (1) 医科法人1月経営報告
 - (2) 青森県民医連第58回定期総会
 - (3) 全日本民医連第47回定期総会運動方針「学習月間」方針(案)
 - (4) 全日本民医連総会旅費精算について
 - (5) 協働公認会計士による2025年度決算調査日程
 - (6) 地域医療まもれ
- >> 6. 医師・医学生関連
- >> 7. 報告事項
 - (1) 全日本・地協関係(会議、研修等)報告
 - (2) 全日本民医連通達・声明、地協関係
 - (3) 地協
 - (4) 県連・共闘関係
- >> 8. 各法人・事業所から