



令和2年度在宅・現職保健師保健所ブロック別研修会・交流会 ～ テーマ：高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施について ～

本会、国保連合会、後期高齢者医療広域連合の3者共催で、10月に6圏域毎に標記研修会・交流会を開催しましたので、その状況を報告します。

前半の交流会では、今年度、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から本会総会が中止となったため、この場を活用して、事務局から会の「令和元年度事業報告・令和2年度事業計画」を報告し、改めて了承を得た形としました。その後、各会員の近況や地域の活動状況について情報交換するなど、久しぶりに顔を合わせて、いつも以上に楽しく賑やかな雰囲気で行われました。

なお、今回は「3密」回避のため例年実施していた研修参加者全員での写真撮影を取り止め、交流会参加者のみでの写真撮影としました。

また、午後からの研修会では「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」をテーマに、県の行政説明や、今年度から事業を実施する参加市町村の保健師の方々からの実施内容等話題提供を踏まえ、在宅・現職保健師等で意見交換しました。

特に、推進にあたって庁内連携や多職種連携が求められる中、どのように事業を整理し展開していくか、現場の保健師の率直な悩みや疑問を中心に意見が出されました。

研修会終了後のアンケートでは多くの参加者が「参考になった、今後の業務や活動に活かせる」と回答しており、充実したものとなりました。現職保健師からの感想の一部をお知らせします。



新井山会長あいさつ

- ・「一体的実施」について皆様の意見を聞くことで、自分の中でどうあるべきか考えを深めていく機会となった。
- ・在宅保健師の方々には、保健師としてやるべきことを確認させていただき、保健師魂を感じ、今後も引き継いでいく必要性を感じた。
- ・市町村では業務過多の中、既存の事業を活用し、各市町村に応じた地区活動を展開し、一体的に事業を当てはめていく必要性を感じた。
- ・保健所としてどのように協力できるのか、考える機会となった。
- ・タイムリーな内容で参考になった。

内 容	ブロック	参加者内訳(人)		
		会 員	現職等	計
在宅保健師のみの交流会 11:30～13:10	五所川原	11	18	29
1 研修開会 13:30				
2 行政説明：「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施の推進に向けて」 青森県健康福祉部高齢福祉保険課	東青地域	11	13	24
3 話題提供及び意見交換 「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施の取組状況から今後の展開を考える」 <話題提供者>・つがる市 国民健康保険課保健師 木村さつき氏 ・鶴田町 健康保険課保健師 安田早織氏 ・青森市 国保医療年金課主査 平井泉氏 ・弘前市 国保年金課総括主幹 三上浄子氏 ・十和田市 国民健康保険課課長補佐 下田智子氏 ・風間浦村 税務国保課保健師 中野広美氏 ・佐井村 地域包括支援センター主任保健師 東出真実氏 ・南郷町 健康福祉課主任保健師 相内奈緒子氏 (資料提供：平川市、藤崎町、田舎館村、板柳町、階上町)	弘 前	12	9	21
<意見交換> 進行 国保連合会保健師	上 十 三	8	24	32
4 ま と め：各県保健所健康増進課長	む つ	6	16	22
5 閉 会 15:15	三 八 地 域	13	10	23
	合 計	61	90	151

保健所ブロック別研修会・交流会開催状況

五所川原保健所ブロック (10月1日・五所川原市学習情報センター) 報告者:野宮 富子 (五所川原市)

五所川原保健所ブロック別研修会・交流会は快晴、満月が拝める十五夜の日で開催されました。在宅保健師の参加は10名。交流会が始まる前からすでに「しばらく!」「元気?」「変わらない?」と隣同士情報交換、司会者から1人3分程度の近況報告のアナウンスがされると、ちょっと時間オーバーしながら報告がされました。“[Go To]を利用し格安での県内旅行”“24時間夫とのおつきあいは大変”“関わっている地区活動の報告”“白髪がある、なし”“マスクが必須アイ



テムの中、お化粧品はどうしてる?”等々楽しい一時でした。元氣と癒しをいただきました。また、研修会では高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施をテーマに行政説明や取り組み状況の報告がありました。これまでも保健事業と介護予防は一体的に実施してきた経過があり、「あたかも新規事業のような感があることに戸惑いがある」「組織としてこれまでの取組みの整理が必要と考えている」等の意見が出されました。交流会でも同じ人がスカート(衣装)を変えただけの事業とゆきがありました。現職の保健師にとっては、業務量が増加、増加の昨今です。皆で知恵をしぼり、工夫を凝らし、やりがいを感じる毎日であることを応援(細やかですが…)しています。



東青地域保健所ブロック (10月6日・リンクモア平安閣市民ホール) 報告者:澤谷 悦子 (青森市)

「会えてよかった」「元氣そうで安心したじゃ」など、受付でひとしきり話しながら交流会がスタート。事務局から総会の内容が説明され、連合会からの物心両面での支援に感謝しつつ、このコロナ禍での活動状況や暮らしぶりなど語り合いました。

これまで「地域の保健福祉活動支援事業」に取り組んだ3名からは、現在も保健協力員の育成支援と併せながら、また町内会活動の一環として、更には今できる支援を継続するなど地域住民の健康づくりを支援している報告がありました。また、新たに本事業に取り組んでいる会員の報告に対して「参加してみたい」との声も多くありました。その後、コロナ禍で「しんどさ」を共有しつつ、畑仕事で皆に会って収穫を喜びラインでつながる「土曜日の女達、や、高齢者施設や町内会でのボランティア、体力づくりなど外出の機会が少しずつ増えて「気持ちがさっぱりしてきた」など元気な話題で終始しました。

研修会では、青森市からの話題提供と参加した4町の取組状況の報告があり、保健師の分散配置や人員不足の中、工夫しながら頑張っている現職保健師の声を聞き、「1人(保健師だけ)で抱え込まず」に、各課の保健師たちや関係者と「報・連・相」し

ながら事業展開して欲しいと思いました。

また、現職保健師の現状を理解し在宅保健師ができることを考えていくためにも、この研修会の3者共催の重さを感じました。



弘前保健所ブロック (10月8日・弘前市民会館)報告者：**須藤 照枝** (田舎館村)

今回、在宅保健師の会に入会して初めてブロック別の交流会に参加しました。久しぶりに懐かしい顔に会えて楽しかったです。皆様、現役時代とあまり変わらず、髪は多少白くなっていますが、パワーが溢れ生き生きしていました。近況報告では、色々ありましたが、趣味やコロナになってからの生活や旅行、家庭菜園など。土作り、育て方、収量や参考に行っている番組などの紹介で盛り上がりました。野菜作りを極め、目が輝いていました。私も先輩達のようにただ老いることなく、輝ける事を見つけないかと思えます。

午後の研修会では「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施の推進に向けて」について説明がありました。市町村が、介護の地域支援事業と国保の保健事業との一体的な取り組みを実施していくとの事。今年度、県内13市町村が実施し、弘前保健所管内では、5市町村が取り組んでいるそうです。その中で弘前市から話題提供がありました。対象地域が介護対象の区分と行政の区分があり、データ分析に活用するKDBシステムは行政区分になっている事や、一体的と言葉では簡単ですが、他課と事業を進めていくのは多大な労力が必要だと感じました。話題提供では、具体的な説明でとても分かりやすかったです。国保連合会の13市町村の情報交換シートの資料も



見やすく、これから実施する市町村も参考になると思います。

参加者の会員から、自分たちが対象にならないように気を付けようという声も聞かれました。現職の方は、大変だなと感じました。マンパワー不足で困っていると話されていたので、在宅保健師の会の一員として何ができるのかを見つけていきたいと思えます。とても有意義な一日でした。

上十三保健所ブロック (10月15日・十和田市 市民交流プラザタワー) 報告者：**山田 真智子** (フレセ戸町)

魅力的な先輩方のお話を聞いて、今後の保健師活動を知ることができ、年一回のブロック別研修会・交流会は、刺激的でまた参加したい！と、思います。

八甲田山と岩木山が初冠雪の日、時節柄、おしゃべり無しのランチは致し方なし。

交流会では、牛乳パックをシーネ代わりに安静を保ち、入院必要な膝痛を自分で治した驚異的なお話や、時間に追われない自由な毎日を謳歌している事、元気と健康維持は温泉で！とか、地域と持ちつ持たれつの生活等、皆さん今を楽しみながらお過ごし様子で、参考になる事や嬉しくなるお話が一杯でした。

研修会は、県からの説明と、先駆けの十和田市の事例を聞きました。これから進める市町村にとって、十和田市における視点や具体的な方法等の提示は、有意義だろうと思えました。



コロナで日常業務さえも本来でない現状と限られた人員で、新体制を作り実施する事は、現職の保健師さん方は悩ましいでしょうが、皆で知恵を出し合い、力を合わせて前進して欲しいとエールを送りたく思いました。

私は、9月に産業保健師を退いたばかりでKDBシステムも分からず、大事な事を理解し損ねているかもしれません。時代遅れな保健師にならぬよう学習し、健康と好奇心を保ち、少し誰かのお役に立てる日々を重ねていきたいと思えました。ありがとうございました。

むつ保健所ブロック (10月21日・むつ合同庁舎)報告者：**横浜 まり子** (むつ市)

秋晴の中、5名の在宅保健師が集まりました。私は、在宅保健師の会に入会し、退職後初めてブロック別の交流会に参加させて頂きました。今回、現職保健師の方々と一緒に集合写真を撮ることが、新型コロナ対策によりできませんでした。少し残念、さびしい。

午前の交流会では、近況報告を行い、自分が楽しんでいる



こと、仕事や家庭生活での話、娘さんの出産で関東方面に行き、育児支援してきたこと、オレオレ詐欺と思わず電話で感染症の保健指導をして、難を逃れた話など笑いが絶えず楽しく交流しました。

午後は、現職保健師や行政事務職（共生社会担当）を交えて研修会・意見交換が行われました。テーマは「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施について」で、県担当者から行政説明があり、国や青森県の新しい施策概要を知ることができました。次に、管内から風間浦村と佐井村での取り組みが発表されました。コロナの影響により実施時期の遅れや取り組みの現状・課題を知る機会となりました。来年度以降、実施予定の市町からも現状が話され、保健師の業務量が増えている中、今後の計画書づくりや他部署との調整、体制づくりに向けて多くの課題があり、現職を離れた在宅保健師にとって、依然として保健師は、新しい施策に振り回され、大変な実態にあることを痛感しました。昔も今も変わらない。

先輩の在宅保健師の方から「できるところからやりましょう」「日頃からアンテナ張って」「社会福祉協議会や既存組織をうまく活用して」「気軽に関係者が集まり、輪になり話し合いを持とう」など助言があり、心から賛同しました。これを聞いた現職保健師の皆さん、どう感じたでしょうか。

自分自身も今回の研修会や交流会に参加して有意義な一日となりました。

三八地域保健所ブロック (10月23日・三戸地方保健所)報告者：**石藤 フキ野** (八戸市)

秋の深まりを感じる10月23日、三戸地方保健所で交流会と研修会が開催されました。

久しぶりにお会いした懐かしい皆様と思わず大きな声で笑い、会話をしまいそうになりましたが、コロナ禍の中、マスクを着け大声を抑えるなどしっかり感染対策をとった研修会でした。交流会の近況報告では、先輩方が、地域での保健活動やトレーナー保健師としていきいきと活躍している様子を伺うことができました。

研修会のテーマは、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施についてで、事業の内容や方向性などを再確認するとともに、国や県、市町村の動きや取り組みを具体的に知ることができました。お忙しい中、話題提供をくださった皆様、大変ありがとうございました。

人口構造や疾病構造の変化等、社会情勢の変化により、保健師に求められる役割も増え、現職保健師の日常業務は年々多忙になっています。在宅保健師として、現職保健師を温かく見守り、微力ながら保健活動の支えとなり、元気を与えられるような存在になれればと思います。



先輩諸姉と語る

16



一町田 知子さん
(青森市)

ふんわりした雰囲気とは裏腹に、今でもパワフルに様々な場所で保健師として活躍される毎日の一町田さん。「やっぱり保健師になって良かったな～と思う！」との言葉には重みがありました。当日はこれまでの保健活動に関する資料をかばんいっぱい詰めて持ってくる一途な勉強熱心さと、一町田さんが醸し出すおっとりさと、その「ギャップ」に笑いが絶えないインタビューとなりました。澤谷悦子幹事からの報告です。

保健師を目指したきっかけ

中学生の頃、弟が虫垂炎で入院した時に見た優しい看護師の姿を見て憧れましたが、県立青森高等看護学院公衆衛生看護学部の臨地実習等で体験したことが、保健師になるきっかけでした。1つは地域に出向いた時、農繁期だった為、孫を背負っている老人しかおらず寂しい風景で、「自分に何かできることがないか」と思ったこと。また、深浦町での夏季保健活動（国保連合会事業：弘前大学医学生と県立高看の保健師学生が協力した地域保健活動）で、故相馬ふさゑさんの家族計画の健康教育に圧倒され、相馬さんのような保健師になりたいと思いました。

保健師活動を振り返る

昭和40年度に保健師未配置の町村に県の保健師を派遣する制度が開始され、初代派遣保健師5人のうちの1人として旧蟹田町（現外ヶ浜町）で5年間勤務しました。本県の課題で



蟹田町（現外ヶ浜町）派遣保健師時代の一町田さん（昭和42年）

あった乳児死亡対策「もったら殺すな運動」で、旧青森保健所（現東地方保健所）や町の2人の助産師の支援を受け、町内の5地区に出向き毎月赤ちゃん健康相談を開催、離乳食等の指導とともに家族計画指導にも取り組み、3年目に乳児死亡ゼロを達成することができ、働きかけることにより効果が見えることを実感しました。

町では活動のためにバイクを買う予定でしたが、「女性はバイクより車が良い」との判断で保健指導車の購入が決まりました。その車で、効果的に活動できましたが、高石股の開拓へ家庭訪問に出向き、帰る時に雪が降ったため車が雪に埋まってしまい、徒歩で必死に国鉄大平駅にたどり着き「命拾い」したこともあり。また、町長から蟹田駅までの送迎を頼まれた時には、課題を伝える良い機会となりました。

旧青森保健所勤務時は、精神障がい者デイケア「すみれ会」で、精神障がい者の対応に戸惑う時期もありましたが、岡山県での精神保健福祉相談員研修を受講し、講師から「普通の人だから普通に接すれば良い」と指導され、誰とでも緊張なく面接できるようになったのはその研修のおかげだと思っています。

県立青森高等看護学院には6年間と2年間の2回の勤務でした。吉田美代先生との勤務で自分なりに学ぶことの多い期間でしたが、1年間の教員としての研修を受ける機会がないままの「自分の教育」に、いつも申し訳なさを感じていました。しかし、現在卒業生に会うと「遅しさ」を感じホッとしています。

その他、保健所勤務時の家庭看護教室、生き粋男性セミナー、思春期電話相談、高齢者疑似体験など、仲間に支えられ担当できたことが懐かしく思い出されます。

後輩保健師に伝えたいこと

まず健康を大事に！保健師はやろうと思えば何でもできる職種であり、資格を大事にし、保健師として得ることのできる知識や技術を大いに磨き、お互い支え合い、楽しく活動して欲しいです。

会に期待すること

総会や研修会で仲間に出会えること、会報で新たな情報を伝えてもらえることがとても嬉しいです。現在、県立保健大学の一部を借用し、週1回開催している「あおもり思春期電話相談」に月1回従事しています。相談員が高齢化しているので、協力者募集中です。

取材を終えて

一町田さんは退職後も自らボランティア活動を行うなど積極的に保健活動を展開、本会の地域の保健福祉活動支援事業を活用した町内会での健康づくり教室は、現在も週1回のおしゃべり会として継続中であり、その他の活動にも日々忙しく飛び回っているため、不在宅の在宅保健師です。

インタビューでは、住民と保健師が響き合う関係や地区活動の大切さを「熱を持って」語ってくれ、私自身も若かった時代を思い出しソクソクしました。インタビュー終了後は新たに購入したパジェロミニに乗って颯爽と帰っていく一町田さん、まだまだ不在宅は続くと感じました。

地域の保健福祉



活動報告

「飯詰ふれあいっこ」 (五所川原市)

昨年度から本会の「地域の保健福祉活動支援事業」を活用いただいている「飯詰ふれあいっこ」。代表の鳴海寧子会員は地域の人材発掘も視野に入れ様々なテーマで住民相互に講師となり、多彩な活動に取り組んでいます。コロナ禍で3月から休止していた活動を8月初旬、久しぶりに再開するとのことでお邪魔しました。今回は山谷副会長からの報告です。

開始時刻9時30分に合わせて、早めに来たメンバーが会代表の鳴海さんと相談しながら会場づくりをする。

今回は「野菜の種でブローチづくり」。鳴海さんが事前に用意した材料。土台となる安全ピン付きの紙の板。いろいろな種類の種子（ヒマワリ、カボチャ、キュウリ、りんご、ヘチマ、パパイヤ等）やラメ付ビーズ等。見本を参考にしながら、各々が台紙に木工ボンドと格闘しながら、ピンセットで選んだ種子を並べくっつけていきます。ここは集中力と美的感覚が生かされるところです。和気あいあいと取り組み始めたものの、手にくっつくボンドに手を焼き、「猫の手さ もぢだ〜」とか「前もって、豆拾いの練習してあげれば良かった〜」等と言いながら、真剣に楽しみながら取り組むこと1時間。私たち取材班も体験させていただきましたが、なかなか思い通りに出来ず悪戦苦闘でした。完成品を並べて、お互いに褒め合い、批評やら反省やら、賑やかなこと。手先が器用な人は、2個目に挑戦する人もいました。(今回は材料費と



終了後は、差し入れのお茶菓子、果物を味わいながら、近況報告や情報交換。特に最近出没して作物に被害を与えている「穴熊」対策について話題になりました。

メンバーには様々な経歴の人がおり、多様な意見を取り入れながら会を運営しているとのことでした。次回の予定は地物野菜を利用した料理でのお食事会とかで、詳細について皆さんで確認をして終了となりました。(次回も取材に来たいものです)

地域で発行している会報「広報 いづめ」にも紹介されて、地域にうまく受け入れられている様子が伺われました。地域の様々な組織との連携も考慮しつつ進めていきたいとの鳴海代表のお話でした。



して1人100円の徴収がありました。)

今日の参加メンバーは15名。年齢は60代から89歳までと幅広く。みなさん元気に月1〜2回の会を楽しみにしているとのことでした。コロナ禍の自粛でしばらく集まれなかっただけに喜びもひとしおだったようです。完成後は、運動もしっかり「津軽弁のラジオ体操」を行いました。(毎回、実施している)



会員の活動報告

令和2年度小規模保険者支援事業

★事業実施状況★

今年度、国保連合会が実施する小規模保険者支援事業として、六戸町における糖尿病性腎症重症化予防事業に係る「訪問指導」について、在宅保健師の会が支援協力しました。今回は町が予め糖尿病性腎症重症化予防の対象者として決めた基準により抽出された訪問対象者を、医療機関未受診者、ハイリスク者とし、対象者の受診状況や生活実態を把握することで、町として必要な対策は何かを考えて、糖尿病性腎症重症化予防プログラム策定へ活かすことができるよう町の保健活動を支援する取組で、1ヵ月という期間を設定しての実施となりました。

訪問結果報告会では、訪問した保健師から「主治医からこれくらいなら大丈夫と言われている」と話す住民も多く、受診勧奨をしても治療対象とならない方へのフォローが医療機関との連携を含めて今後課題であることが出されました。訪問から把握した住民の声を町国保担当課長や課長補佐、また健康づくり担当課長や担当保健師と、事業従事者全員で共有し、今後町として取り組むべきことについて話合いました。また在宅保健師からは担当保健師だけが悩むのではなく、事務方や保健師同士話し合いながら取組を進めてほしいとの意見が出されました。対象者と連絡がつきにくいケースもありましたが、実際に訪問すると受け入れは良く、保健活動が地域に根付いていることを感じ、訪問した保健師からは「久々の訪問は楽しかった！」との声も聞かれました。

※日 程：9月30日（水）事前打ち合わせ会

10月9日（金）～11月9日（月）家庭訪問（期間内で都合のよい2～3日間で訪問）

11月9日（月）訪問結果報告会

※従事者：協力会員（新井山洋子、北山つね子、越後秀、下田和子、疋馨、坂本りつ）

上十三保健所保健師2人、国保連合会保健師1人

※実 績：

医療機関未受診者 対象者13人中 面接10人、訪問未実施2人、その他1人（当日訪問キャンセル）

ハイリスク者 対象者30人中 面接23人、拒否1人、訪問未実施4人、その他2人（入院中、町保健師対応）

両方該当者 対象者2人中 面接1人、訪問未実施1人

協力して下さった疋馨 会員からの報告です。

報告者：疋馨 会員（七戸町）

事業への関わりは、国保連合会から留守電3回のコールから始まった。自分の都合に合わせて、2日間5件の訪問依頼であった。日程が取れると承諾する。訪問予約1件目の電話で「何の為に来るんだ。町で俺に何してくれる」とまさかの反応。町外からの転入者で町健診は1回のみ。治療中にも関わらず、血糖検査値が高め！ここで断られてはと何とか訪問日時を取り付ける。訪問時は電話対応と裏腹に妻も同席し、丁寧に発症までの経過や日常生活の様子を話してくれる。また妻の誘いで、長年散歩が続いており、20年近く再入院しないで来ているのは妻の支えが大きい等。真剣に療養に取り組んでいる状況を話してくれた。退席時は、早く町に馴染んで欲しいという思いになっていた。病歴が長かった方は、毎年町の健診を受け、糖尿病講座や運動教室にも積極的に参加し、ストレス解消も上手に図りながら病気と向き合っている方もおり、町保健師との関わりが根を下ろしていると感じた訪問であった。

健診結果で要精検未受診の方は、他疾患で通院中の方も多く「主治医からは何の説明もなかった」とか、「大したことない」と

言われたとか、血糖値高めの自覚が途絶えてしまった人も多かった。せっかくの受診で病気に対して関心を持ってくれた時に「信頼している主治医が、医学的見地から少しばかりの病識を助言してくれたら」と感じた場面でもあった。

今回の訪問にあたり、忙しい中、事務局、町で準備した資料があり、スムーズに訪問できました。ありがとうございました。スムーズと言いながらも地図を片手に何回も町民の方々から教えてもらい、ようやく家までたどり着いた事や、訪問先の温かい対応に接し「家庭訪問」の楽しさを改めて感じたひと時でもありました。



コーヒーブレイク



今年の保健所ブロック別交流会では、多くの会員さんから家庭菜園に楽(苦)んでいる様子が報告されました。中でも「来年へ向けた土壌づくり」のお話には皆さん興味津々でした。会員の皆さんの参考になればと思います。成田幸子会員に執筆いただきました。

<菜園での土壌づくりのヒント>

成田 幸子 会員

畝5枚位の土地にキュウリ、ナス、ミニトマト（各2本）ピーマン、オクラ（各1本）食用菊など窮屈になるくらい植え、今年もたくさんの実りがあった。花壇が次第に野菜畑に変身、さらに僅かなスペースに春菊、小松菜などの種をまき、日々成長する姿は本当に可愛いし新鮮で美味しい。

小家族にとっては十分な収穫量であり喜びと感謝!! 収穫後は、野菜の苗や根を掘りきれいに後片付け。

大概の人は、ここで今年の作業は終了かな？

我が家では、この後、この夏頑張ってくれ硬くなった土壌をスコップで深く掘り起こし、もみ殻や腐葉土を入れよくかき混ぜて春を待つ。この一手間の感謝の作業が翌年の成長と収穫量に良い影響を与えているのだと信じている。昨年挑戦したニンニク、今年もふかふかの所に20個植え、もう15cm位の芽が伸びている。このまま冬越し、来年の収穫が楽しみ。

まだまだ初心者の私には、毎日、畑に出て、野菜の成長ぶりを見ながら、トマトは2本立て、ナスは3本立て、芯の止め方や伸ばし方などというやり方は、NHKテレビの『野菜の時間』が私の先生。毎週日曜日8時は必ず見ている。

野菜作りは夏場の生きがい、そしてストレス解消にもいいですよ!!

第3回役員会報告

11月2日（月）、国保連合会8階会議室において、令和2年度第3回役員会が行われました。

今回は「在宅・現職保健師保健所ブロック別研修会・交流会」の総括を行い、来年度へ向けたテーマや、研修会・交流会の持ち方などについて話し合いが行われました。研修会・交流会開催にあたり、各地区役員から会員の安否確認も兼ねてお誘いの連絡（電話）をさせていただいておりますが、話し合いの結果お誘い連絡については、引き続き実施することとしましたので、ご了承いただきたいと思います。

コロナ禍ではありますが、今後どのように会の活動を充実させていくか、役員から様々な意見が出されました。

今回の役員会で来年度の総会日程が下記の通り決定しました。

お知らせ

令和3年度の総会は5月27日(木)、青森市「アラスカ会館」で開催します。



会報原稿募集

会報であなたの近況をお知らせください。旅行や趣味等のマイブームや日頃心がけていること、地域活動、なんでも結構です。あなたの寄稿をお待ちしています!!

編集後記



- 「コロナ」に振り回された2020年、当初計画していた会活動が中止・変更せざる負えない中、ブロック別研修会・交流会は予定通り開催でき、会員の皆様の元気な笑顔とコロナ禍にあっても前向きな日常を垣間見る機会となり、落ち込みがちな気持ちが一瞬晴れて幸せな気分になりました（感謝!!）。
- コロナ収束はまだまだのようですが、来たる2021年が会員の皆様にとって幸多き年になりますよう祈念しています。良いお年を!!