

防災特集

日頃の備えから、被災した時も



さるかどした

八戸医療生活協同組合
〒031-0001
八戸市類家5丁目38-20
発行責任者 中道博章
☎0178-71-3456
ホームページ
https://www.hachinohe-iryu.jp

防災情報の総合窓口、「防災ポータル」を知っていますか？

自然災害に備えるには情報が大切。そこで様々な防災関連のウェブサイトを「お気に入り」にしていくと、地震や津波、大雨や台風、大雪、大寒波、竜巻・突風や火山噴火……、いくつ登録すればいいの？ となりますよね。そんな方には、「防災ポータル」があります。「防災ポータル」を入口にすれば、様々な自然災害や、事前事後に役立つ様々なウェブサイトにアクセスできます。

「防災ポータル」って？

「防災ポータル」は、2017年8月に国土交通省が開発したもので、国土交通省や各関係機関、地方自治体など様々な防災・災害情報をまとめて、「日頃から知ってほしい情報」と「災害時、見てほしい情報」に整理したポータルサイトです。スマートフォンでも見やすい画面で、英語や韓国語、中国語など多言語対応のあるサイトは、それについても分かりやすく表示されています。「防災ポータル」は、起こり得る自然災害から、一人でも多く守ることも多くのかたが平時から容易に防災情報等を手でできるよう開設されたサイトのは、日本の広い範囲をカバーしています。是非スマートフォンやPCなどのブラウザの「お気に入り」に「防災ポータル」を加えておきましょう。



スマートフォン
防災ポータル

役員選任に関する公告

2026年3月1日

第38回通常総代会の開催にあたり、八戸医療生活協同組合の定款第19条及び役員選任規約に基づき、理事候補者として役員推薦委員会の推薦を受けることを希望する組合員からの申し出を以下の通り受け付けます。

八戸医療生活協同組合
理事長 中道博章

1. 役員選任を行う総代会の日時及び場所

第38回通常総代会
2026年6月27日(土) 午前9時00分～12時00分
八戸市総合保健センター(田向3丁目6-1) 1階大ホール

2. 理事会が決定した理事定数と任期

理事定数 18～23名
任期 2026年度第38回通常総代会開催日から2年間

3. 申し出のできる組合員

2026年3月31日以前から継続して
組合員名簿に登録されている組合員本人

4. 申し出の受付方法および受付期間

1) 受付方法

- ◆「役員候補者の推薦希望届」に必要事項を記入し、記名・捺印のうえ、「役員推薦委員会」宛に本部事務局へ届け出て下さい。
- ◆「役員候補者の推薦希望届」用紙は、本部事務局に常備していますので、お申し出ください。

2) 受付期間

- ◆2026年4月1日(水) 午前9時から
4月20日(月) 午後4時まで

総代選挙公示

2026年3月1日

下記により2026年度八戸医療生活協同組合総代会を構成する総代の選挙を行います。

八戸医療生活協同組合
総代選挙管理委員会委員長 本多 資

- 1. 立候補受付 2026年4月1日(水) 午前9時より
当該選挙区の運営委員又は八戸医療生活協本部へ
- 2. 立候補締切 2026年4月11日(土) 正午
- 3. 立候補者公示 2026年4月13日(月)
- 4. 投票日 2026年4月18日(土)
午前9時より午後5時まで
- 5. 投票所 総代選挙管理委員会が別途会場を指定する
- 6. 投票方法 無記名連記制
- 7. 開票日 2026年4月18日(土) 午後5時
- 8. 開票所 八戸医療生活協同組合 組合センター
- 9. 当選者発表 2026年4月20日(月)
- 10. 総代の定数 150名(別表による)

【付記】立候補者が定数を超えない選挙区については、総代選挙規約第7条の規定により投票を省略する。

【連絡先】電話：0178-71-3456 八戸医療生活協同組合本部

【別表：選挙区別の総代定数】

鮫・南浜	5名	長者	8名	上長・豊崎	4名
白銀	8名	二中	8名	館	4名
湊	7名	大館	12名	階上	5名
東	10名	是川	7名	南郷	4名
小中野	7名	一中	17名	上十三	5名
江陽	5名	根城	10名	市川地区	3名
三中	11名	下長	7名	三戸郡	3名

健康づくりカードについて

2025年度に健康づくりに取り組んだ方は、健康づくりカードの提出を忘れずに!! 4月以降本部に提出ください。記念品を贈呈します。



理事 荒岡 英孔

長屋に暮らす庶民の「人情物語」にです。長屋に住む浪人侍がひよんなことから乳飲み子を預けられながらの子育て物語を描いた「人情裏長屋」(山本周五郎)は、実に心温まるものでした。最近では直木賞受賞)に夢中で。時代がどんなに変わっても、人の「生き様」とその中で「人情」の絡み合いは、やっぱり感動のものです。現役のころは、ついつい仕事からみの本や啓発本を優先しがちでした。今は、日常生活を忘れ、小説の世界にどっぷり浸かっている時間、本当に楽しく癒されています。小説の持つ大きな魅力ですね。みなさんはどんな本を、どのように読みこなしていますか。

ホッと一息

からだシェイプアップ!

健康ひろば 新井田川ウォーク

日程 2026年4月2日(木)～11月26日(木)
★ただし7、8月はお休み
毎週 木曜日 午前9時30分～10時30分頃
※祝日、荒天はお休み

場所 新井田川土手 テクノルアイスパーク八戸
正面玄関前広場に集合。(のぼりが立ってます。)

持ち物 タオル、飲み物

今年も
始まります!



お問い合わせ 八戸医療生協 本部・組合員活動部 TEL:0178-71-3456

冬は空気の乾燥や気温低下、暖房の影響により、皮膚トラブルが起こりやすい季節です。
「かゆみ」「粉を吹くような乾燥」「ひび割れ」などの症状は、乾燥肌や皮膚欠乏性湿疹が原因のことがあります。
乾燥肌は皮膚が力がつく程度の軽い状態ですが、放置すると皮膚のバリア機能が低下し、炎症を伴う皮膚欠乏性湿疹へ進行することがあります。
強いかゆみや赤み、掻き壊し、ひび割れからの出血が見られる場合は注意が必要で、特に、すね・背中・腰回り・腕は症状が出やすく、冬場に悪化しやすい部位です。
また、熱いお風呂や洗剤の強い石けんの使用は、皮膚の乾燥を助長します。
軽い乾燥であれば、入浴方法の見直しや保湿ケアで改善することがあります。
かゆみが強いかゆみや強が出た場合は皮膚科へ相談しましょう。



健康情報
冬に増える皮膚トラブルにご注意ください

社会保障学校開催!

日時: 3月26日(木) 10:00～11:30
場所: 組合センター2階大会議室
講師: 瀬川 祐介 (生協ケアプラン・かいごの相談室所長)
演題: 『特別養護老人ホームの入所費の基本』
内容: 居住費・食費と補給給付、個室・多床室での居住費の違い、入所決定までの期間、八戸市における高齢者向け施設の特徴、(住宅型)有料老人ホームとの違い、どっちが安い? 等々
申し込み: 医療生協 本部 (0178-71-3456)
締切: 3月24日(火) ※先着 40名

2025年度 所在不明組合員のみなし自由脱退に関する公告

八戸医療生活協同組合では、2026年3月31日をもって「住所不明組合員のみなし自由脱退手続き」をおこないます。今回、定款第10条第3項に基づいて、「みなし自由脱退対象者」の公告を行います。

2026年3月1日
八戸医療生活協同組合 理事長 中道 博章 記

- 1. みなし自由脱退対象者
2020年度を基準とし、過去3年間以上機関紙、郵送物などの返却により所在を確認できなかった組合員です。今回対象は、35名です。35名の方につきましては、2026年3月31日をもって脱退処理を行います。
2. みなし自由脱退対象者の方は、速やかに住所変更の届け出をお願いします。
《名簿の閲覧と手続き及び期日》
・みなし自由脱退対象者の名簿は、八戸医療生活協同組合本部にあります。閲覧は、午前9時～午後5時の間で受け付けています。ご確認の上、2026年3月30日までに住所変更の手続きをお願い致します。
3. 2026年3月30日までに届け出のなかった「みなし自由脱退対象者」は、脱退したものとみなし、処理を行います。
《みなし自由脱退後の対応について》
※脱退処理後であっても、当該組合員からの申し出があれば、組合員としての権利は復活し、みなし自由脱退処理時の出資金をもって加入処理を行います。

お問い合わせ先 八戸医療生活協同組合 本部/〒031-0001 八戸市類家5丁目38-20
TEL: 0178-71-3456 FAX: 0178-73-1175

八戸生協診療所では、築35年経過した診療所外来の一部リニューアル(土足入室できるようにする、床や壁の工事、待合室ソファの新調等)及び古くなったレントゲン装置の更新を、2026年5月に行う計画です。少なくとも2千万円程度の経費が見込まれます。つきましては、組合員の皆様には、ご協力を願います。
詳細は、次号(2026年5月発行)の機関紙「さるかどした」でお知らせします。

増資のお願い

～フレイル予防委員会 PRESENTS～

第56回 なないろカフェ

4月17日(金) 14:00～15:15

場所: 組合センター2階

セラバンドでフレイル予防

おなじみのセラバンドで肩こり予防体操や脳トレなどでフレイル予防をしましょう!

体操の後はお菓子を頂きながら、皆さんで語り合しましょう!

★どなたでも参加できます★

- 参加費 300円
持ち物 汗拭きタオル、飲み物(水分補給用)
参加人数 先着15名
申込み 八戸医療生協本部 佐々木
電話 0178-71-3456



八戸医療生活協同組合

新規サークル開設と会員募集!

- 場所 診療所隣の生協ケアセンター
実施曜日 (月)～(土) 実施時間帯: 13時～17時
申し込み 医療生協本部 (0178-71-3456)
締め切り 3月31日(火) (申込がないサークルは実施しない。)
話し合い 4月10日(金) 13:00 本部2階 大会議室
(全員集まってそれぞれの責任者・実施曜日・会費等を決める)
1 トレーニングサークル (トレーニング機器・マッサージ機・体操等)
2 ゲームサークル (麻雀・囲碁・将棋・タブレットゲーム等)
3 カラオケサークル
4 ボッチャサークル

※会場使用料は無料とするが、冷暖房使用は1時間200円とする。
※不要なトレーニング器具・囲碁・将棋等があったらご寄付を!

介護福祉士実務者研修 受講生募集

Let's Have Fun!

受講期間 2026年7月1日～12月31日

- 通信教育 7月1日～8月31日 ※合格必須
スクーリング 10月4日～11月15日まで (毎週日曜日通学)

Table with 2 columns: 資格, 受講料 (テキスト代含む)
無資格: 88,000円(税込)
ヘルパー2級 初任者研修修了: 77,000円(税込)

医療生協の組合員は、5,000円オフ

講師はみんな 現場で働く 介護・看護職員

みんなで楽しく スクーリング 10月～11月中旬まで 内7日間

一般教育訓練 給付制度 対象!! ※未経験者大歓迎!!

自分のペースで学べる 通信教育 7月～8月末まで



お申込みは、右のQRコードから▶
締め切りは、6月15日(月)

※資格要件がある受講者が申請すると、受講費用の20% [上限10万円] を受講者に支給。詳細は、左記のQRコードを確認してください

お気軽にお問い合わせください!

八戸医療生活協同組合/本部 TEL: 0178-71-3456