あかるいまち 地域まるごと健康づくり

*2020*年*10*月号

発行所 沖縄医療生活協同組合 豊見城市字真玉橋593-1

とよみ生協病院(8階)

a (098) 856-3107

ホームページアドレス http://www.oki-iseikyo.jp

上原昌義

この

沖縄協同病院での

沖縄協同病院

院長

伊

泊

広

経過

沖縄医療生協の現状 2020年8月末

組合員数

97,407人 18億3,662万1千円 出資金

況をご報告いたします。 詫び申し上げます。 員 で患者さん及びご家族、 惑、ご心配をお掛けし深くお 院内感染 の皆様方に多大なるご迷 (病院クラスター) 沖縄協同病院の状 紙面をお 組合

第423号

続全国 以降、 しました。 イルス感染症は爆発的に増加 ご 存 新規感染者数で約40日間連 G 県内でも発症数の一番多 沖縄県の新型コロナウ Ο 知 位となってい Т 0) 人口10万人当たり Ο 通 り、 い那覇市の近 7 月 まし 下

職員への感謝のメッセージ(病院隣の古蔵中学校) 隣病院でクラ 日から県の要 院では8月4 りました。 スターが起こ 当

さんの入院要 の入院を再び 保健所からの 請が相次ぎ、 増加する患者 とになりまし 受け入れるこ 症の患者さん 型コロナ感染 請を受けて新 日に日に が発生しました。 たところ当日で5名の陽性者 棟職員、 検査を行い陽性が判明しまし 面受け入れ停止とし、当該病 を設置し、 直ちに院内感染対策本部 般病棟入院中の患者に 患者等の検査を行っ 新規入院、 複数回行わ

た。

院内感染対策本部設置

救急外来の制限を全面解除 外に陽性者は無く一週間後に 査を行いました。 から救急を制限し関連する職 て陽性患者が出ました。 たその日、 8月12日に当院職員に初 患者等に対し 8月17日の夕方 当該職員以 て P C R 検

救急全

こで、 棟の 職員の療養解除が確認されま 陰性が確認されています。 数回のPCR検査で、 職員自宅待機者に行われた複 ました。また、9月25日まで 内発生から2週間以上経過し 性者の発生はなく、 した。入院中の疑症例および に新型コロナ陽性患者並びに 目途がついたと判断し、 幸 外来も通常診療に戻 入退院制限も全面解除 一連の院内感染に収束 9 月 10 日から新規陽 最終の院 全員の 介って そ

(LAMP法とPC 院内において遺

数回の検査を実施し、早期対数回の検査を実施し、早期対 ても迅速に、必要に応じて複が必要な患者や職員等に対しています。また、その他検査 新規入院患者への検査を行っ な り、感染対策として全ての 検査)が実施できるように

また、 本部 制限し待機とし を受けました。 県外 (福井、 言を受けて、 覇市保健所の で国立感染症センター 護師9名の支援 縄県コロナ対策 動は縮小せざる る職員の出勤 を得なくなり 広島) の看 た。医療活 を通し 感染対策 知、 宮 7 沖 助 那



沖縄協同病院玄関前発熱チェック

ました。 5 にお越しいただき指導を受け

感染対策管理看護師と医師

日祝祭日構わ 行政検査も土 患者さんの陽性報告が7名あ 感染者は合計27名となりまし 該病棟とは関連しない職員や れた検査で陽性者が判明 して行わ た職員もいます。 関連する職員720名に対 陽性者は3名となってい 検査範囲を拡げると、 9月26日時点で当院関連 検査は常勤職員全員を含 複数回 当

感染の可能性が あ 伝子検査 17 当院では、 ま

この間、

力いただいた沖縄県コロナカいただいた沖縄県コロナカに改めて心より感謝申し上げます。 最後に、感染対策でご尽 【医療福祉生協の理念】 健康をつくる。 平和をつくる。 いのち輝く社会をつくる。 沖縄医療生協だより

新型コロナウイルス

ンデミック表明か

まで自民党が国民に説明 ならないことを基本理念とし 専守防衛に徹し他国の脅威に 180度転換する事は、これ 謳っていましたが、それを

今、

最優先する事は、

新型

事務局次長 宮國 迅沖縄県民主医療機関連合会

撃能力の軍備保有を今後は進 てきた自衛隊による敵基地攻 自民党は、 これまで否定

て行くとの方向性を出して ます。これまでの自衛隊は

8

きた、 範囲との説明から大きく逸脱 します。 自衛のための最小限

までは軍事費もますます膨れ と報道されています。 能力の保有と報じられ、 は果てしない大軍拡になる、 海外メディアでは先制攻撃 がります。 このま 今後

 \mathcal{O}

まもること、 コ

要な国会審議は行わず、 力の思惑を許さず改憲発議に ています。 権も憲法改憲には執念を示し 戦争に参加出来るよう、 リカと一緒に世界中どこでも す。このコロナ禍の中で、 しょう。 反対するとりくみを強め の対策に予算を置くことで ロナから国民の命と健康 みなさん、自民党や改憲勢 経済的な困窮者 新政 アメ

野古座り込み1

沖縄医療生協は2004年11月17日から名護市辺野古の米軍新基地 建設を阻止するとりくみとして、毎年辺野古座り込み行動を行って きました。座り込みをはじめて2020年11月17日で16年目を迎えま す。

政府・防衛省は、大浦湾側の埋め立て海域に広がる軟弱地盤改良 のためには、沖縄県の許可なしに工事を進めることはできません。 私たちは、名護市辺野古新基地建設をめぐる政府の沖縄県への民意 を無視した基地建設に抗議し建白書に基づいた、普天間基地撤去と 辺野古新基地建設反対の運動をすすめ、軍事基地のない平和な沖縄 を目指します。

今年はコロナ禍の中、多くで参加することは出来ませんが、これ からも辺野古に新基地はつくらせないことを決意し、引き続き新基 地建設の阻止、平和な沖縄をめざすとりくみを続けていきます。

時:11月14日(土)10時~11時 所:名護市辺野古テント村

※コロナの状況により内容変更や中止になる事があります。

問い合せ先:098-850-3185

ワクチン開発は、

安全性、

半年前は

「ワクチン開発には10年」

般的



専門家 時間が必要と認識すべき」 安全性確認には

授は次のように話 大学医科学研究所の石井健教 ワクチン開発に詳しい東京 し 7 11 ま

、ます。

設サイト

型コロナウイルス/NHKより

の基本方針の策定を進めて

特い種ちてをの

に優先的に接種するのか接

いるほか、どのような人た 受けられるよう協議を進め 製薬企業とワクチンの供給 日本は、政府が海外の複数

科学の成果のたまものだ。 されているのは、 でいろいろなワクチンが開 究室レベルの技術だったも 「この半年でいろいろな いままでの 研 発 所

は10年ほどかけて進められる 要があることから、これまで るにはどんなに急いでも数年 ルスのワクチンが実用化され 効果の確認まで慎重に行う必 はかかるとも言われてい が一般的でした。このため 新型コロナウイ まし には、 ました。

半年前には、

世界各国で180にも上るワ りますと、9月9日の時点で 臨床試験が行われてい クチンの候補が報告されてい でいるものもあります。 て開発が進められています。 て安全性や有効性を確かめ このうち35でヒトに投与し 開発の最終段階に進 て、

それがある。安全性を確認すむ技術革新が起きているのはが一気に産業レベルにまで進が一気に産業レベルにまで進 とは認識すべきだ」 る には時間が必要だというこ



現在、世界で 80のワクチン候補、 最終段階も

クチンの開発が一斉に始まり デミックとなり、 新型コロナウイルスがパン WH〇のまとめによ 世界中でワ

中部協同病院 感染管理認定看護師 嘉 佳 幸

第423号

當

石

久

善

澄

広

蓉

Щ

Ш

高

原

助

子

美

子

伊

伊

伊

佐

佐

佐

佐

眞

絹

真

政

子

弘

宮城

武 池 間

あかるいまち 地域まるごと健康づくり

2020年度の総代当選者公告

2020年9月24日

総代選挙規約第9条「選挙は、各選挙区ごとの定数を超えた選挙区について、投票をもって行う。ただし候補者が各選挙区ごとの定数内である 選挙区については、投票を省略して候補者全員を当選とする」にもとづいて次の通り2020年度の総代が当選しましたのでここに公告します。

> 沖縄医療生活協同組合 総代選挙管理委員会

> > 委員長 湧 川 朝 章

なご支部 順子 屋 仲 セ 渡久地 栄 子 玉 利 大 久 高 照 清 善 大 ツ キヌエ 大 城 恵美子 上 地 子 恵 子 玉 城 ノブ子 仲 比 靖 うるま具志川南支部 比 嘉 義 信 金 城 政 仲 里 本 敏 多和田 智恵子 廣 玉 城 智 豊 島 晃 司 糸 村 好 子 浦添きた支部 湧 田 首里東支部 江 宮 城 寛 諄 大 城 宗 剛 子 湯 地 子 之 ||上 美 澤 仲宗根 可奈恵 大 城 松 健 友 寄 和 比 嘉 政 喜 信 真 嗣 初 梅 永 治 秀 崎 子 伊 明 子 久米島町 大 城 惠 理 明 名 和 子 比 嘉 信 田 トミ子 與那嶺 和 敷 永 政 Ш 欣 由美子 子 大 章 嘉 小禄西支部 郁 子 原 輝 本 宮 平 梶 原 資 嶺 自 比 前 泊 上 吉 辰 己 小百合 福 信 昭 浜 Ш サヨ子 比 嘉 愛 子 橋 具 純 子 Ш 崎 善 美 八重山支部 大 地 本 正 道 志 城 知佐子 上 野 和 昌 宮 城 節 子 平 田 ヒデ子 橋 本 妙 子 古 謝 涼 子 玉 吉 美 紀 長 孝 夫 赤 嶺 尚 翁 子 具志堅 袋 吉 明 新 城 城 初 枝 福 糸満南支部 宮 良 礼 翁 長 博 徹 島 彦 大 村 ツ ル 子 守 名護北支部 平 伸 木 泰 神 村 千代子 西 村 光 枝 仲 松 子 金 愛 子 西 村 亜希子 知 名 哲 良 中部協同病院 ツ ル //\ 谷 朝 西 原 徳 嶺 光 子 安良城 米 原 信 子 みやこ支部 砂 |||子 八重子 子 上 越 沼 美和子 与 勝 支部 与那覇 和 男 大 城 絹 江 丸 Щ 治 美 大 城 ヨシエ 具志堅 高 子 岡 理歩歌 高 眞 子 東 江 泰 子 保 妙 子 浦添みなみ支部 良 初 子 當 ヨシ子 大 城 富 上 里 清 美 松 田 弘 宮 秀 行 根 保 シ ゲ 常 幸 小禄南支部 上田支部 浦 崎 豊 子 羽 地 香 織 仲宗根 愛 子 池 仲 西 英 美津子 子 哲 男 平 江 明 野 原 仲 西 安 染 谷 なお子 比 嘉 理恵子 浦 崎 良 若 代 和仁屋 匡 史 屋部 支部 ツル子 大 英 子 里 律 清 子 糸満東支部 沖縄協同病院 野 波 春 美 根 保 田 新 子 比 嘉 城 信 比 嘉 悦 子 宮 城 春 比 嘉 直 子 安 寄 三 月 伊 波 宏 保 Щ 子 美 前 田 潤 嵩 原 彦 玉 銘 大 城 尚 照 屋 みどり 西 健 上 原 栄 子 城 ときえ 瀬 底 子 Щ 内 昌 喜 守 内 泰 道 司 姿 沖縄がんじゅう支部 比 恵 吉 元 和 男 當 Щ 留美子 嘉 弘 子 福 元 孝 我 謝 子 有 銘 朗 糸 数 和 美 竹 子 堅 幸 優 子 與那城 屋 信 銘 美 ちゃたん支部 上 原 富 古 江 前 Ш 遥 具 志 美 香 呉 有 広 遠 藤 祐 美 中 村 綾 子 玉 吉 朝 子 伊良波支部 平 良 宗 稔 玉 城 也 島 袋 究 伊江島支部 義 すみ子 信 金 城 美智子 長 濱 男 真和志みなみ支部 原 裕 城 後 藤 勝 治 兼 城 菜 喜屋武 玉 政 玉 春 伊 禮 新 垣 千 秋 城 東 筋 新 垣 尾 綾 嘉 實 禮 子 玉 城 勝 治 大 尚 美 オトメ 哲 治 松 平安山 小堀端 尚 伊 泰 子 本 永 悦 子 城 栄 子 赤 嶺 典 子 美智子 上 原 若 かりゆしの里 良 波 玉 奈 大宜味支部 嘉手納町 嘉 盛 やえせ支部 大 池 秀 明 比 ハツ子 儀 朝 城 原 間 拓 也 新 垣 紹 太 子 高 子 野 泰 子 玉 城 妙 田 仲 末 子 玉 城 薫 瀬 長 宏 金 城 強 嶺 圭 島 尻 久 美佐子 又 吉 子 嘉 数 宮 菜 平 真 大 和 枝 池 原 春 須賀子 仲 Щ 智 子 神 谷 清 森 璃 田 弓 Щ 金 城 正 治 玉 城 栄 史 北中城村 嘉 数 康 子 大 城 直 己 谷 信 夫 新 里 実 之 那覇民主診療所 村 善 安 間 久 座安支部 玉 邦 子 古 謝 智 東 東 江 勇 里 和 子 儀 美 原 将 垣 新 司 諸見里 邦 子 比 嘉 洋 子 城 圭 子 神 谷 忠 近 幸 祐 比屋定 子 宮 城 勝 己 Щ 赤 嶺 吉 信 藤 郷 諸見里 るり子 哲 比 嘉 實 尻 照 仲 名 将 今帰仁村 弘 | 真和志西支部 | 原 百 士 糸満協同診療所 島 玉 沖縄市東南支部 由美子 銘 由美子 南城市知念支部 城 誠 仲宗根 ミヨ子 城 村 赤 赤 守 伊 集 守 嶺 ノリ子 佐 藤 幸 子 宮 城 達 屋 良 博 伊 佐 春 美 大 田 キヨ子 専 大 城 玲 音 諸喜田 安 里 信 秀 親 野 首里協同クリニ 政 子 古 謝 源 徳 ヨシ子 名嘉座 元 新 城 富 Ш 光 子 康 彦 ニック 部 町 照 屋 幸 子 那覇支部 大宜見 都美子 とみしろ支部 具志堅 政 子 保 村 育 子 前 田 1] 7 千恵子 安 夫 長 親 澄 上 浦添協同クリニック 宗 信 里 麗 子 Щ 浜 照 つぎ子 Ш 江 原 香菜子 比 嘉 人 當 盛 吉 仲 本 る美子 安次嶺 榮 子 照 屋 建 昇 親 Ш 幸 隆 大 田 さつえ 真理子 比 江 Щ 城 仲宗根 解 子 宮 玉 子 儀 間 ヨシ子 屋 節 子 雄 路 医療生協本部 新 Ш 茂 良 瀬 長 恒 南城市支部 乃 真栄平 文 野 スミ子 要 武 町 作 末 吉 トシ子 村 照 屋 當 Ш 春 美 仲 島 英 里 前 \blacksquare 未 来 真栄平 史 吉 美 雄 枝 仲 本 幸 名嘉山 廣 瀬 松 田 スミ子 田 本 清 仲 底 洋 乃 原 和 政 子 和賀子 宮 徳 男 與那嶺 幸 子 宮 城 子 清 上 里 幸 枝 儀 間 智 美 納 村 前 宜 吉 元 子 県連事務局 子 元 栄 前 宮 美津子 與 儀 政 子 高 良 剛 とよみ支部 勝 連 慶 座 波 千 鶴 瀬 長 宏 文 宜野湾支部 宮 里 卜 シ 潮 平 寛 信 純 子 新 垣 直 子 Ш 満 研 |協同にじクリニック 玉 頭 村 高 嶺 ゆかり 嘉 念 幸 枝 儀 保 愛 子 玉 城 栄 幸 浦 添 正 光 田 中 知 子 安 里 座 安 美 尚 知 比 石川支部 清 子 當 知 念 吉 男 Ш 上 美津子 玉 城 米 子 津波古 理恵子 糸 数 佐久川 慶 銘 鈴 子 洋 前 里 Y 真和志あがり支部 洋 中 村 康 範 之 生協安謝ハウス 伊 功 宜寿次 江 口 瀬 長 子 饒 波 武 波 親 金 城 松 弘 知 念 良 浩 那覇南支部 知 念 利恵子 兼 子 健 泊 元 哲 宮 城 杏 奈 伊 徳 清 寛 袋 安 子 大 屋 幸 子 吉 貴 子 我如古 郎 新 垣 龍 与那原支部 神 谷 知 やんばる協同クリニック 島 村 治 征 子 子 吉 玉 子 宗 新 伊 波 宏 俊 浜 初 城 正 新 垣 順 阿 嘉 保 我 謝 孟 範 垣 亮 樹 仲 間 米 内 英 子 桃 原 真紀子 上 地 千惠子 勝 間 佳 子 新 垣 子 我 謝 恵美子 富 里 愛 野 石川にじの家 Щ 西原支部 玉 直 樹 金 城 英 紀 Ш 佐登美 長嶺 部 新 里 ミヨ子 神 谷 勝 城 石 也 Щ 内 地域包括支援センター古波蔵 実 ||幸 夫 謝 花 新 里 昇 桑 江 良 當 眞 嗣 上 いつ子 賀 数 藤 子 金 城 利恵子 金太郎 平 袋 西 前 子 里 史 守 田 新 喜代美 本 大 城 佐 夫 吉 嘉手川 新 浜 えりか 宮 ノリ子 仲 田 夕 嘉手川 城 照 子 佐 事 徳 勝美 吉 恵美子 宮 力 南風原支部 村 局 光 ヒロ子 當 間 秋 子 伊 計 裕 子 喜 瀬 夫 嘉 数 Щ 城 郁 美 新 垣 次 山 城 さおり 里 Щ 田 義 富 鹿 糠 満 枝 永 山 美 加 新 垣 重 子 長 嶺 玲 子 新 肇 2020年度総代数 総代定数 我那覇 寿 春 小 渡 善 吉 読谷 支 部 ___ 金 城 シマ子 宮 里 美恵子 當 真 嗣

糸 満 支 部

千津美

和 子

原

崎

ミネ子 川 崎 修 司

上

||

名

幸

大城

嘉

地

南風原南星支部

正 勇

八重子

支部・地域

事業所

総代合計

333

80

413

邦

たみ子

四 元 盛一郎 西 村

町

志 萱

首里西支部

すえ子

弘 子

田

正

小禄北支部

2

自宅で運動しよう!!

20回を1セットと てみてください。I 分のペ る範囲でセット数を増やし 運動を紹介しましたので、 自粛期間中にできる簡単な ースに合わせて実践 セットとして、 して、出来 回数は10

外出制限 社会性の 寝たきり 低下 筋力・体力 転倒 · 認知症 低下

危険性大?

第423号

コロナ禍でフレ イル

の

1

今後筋力や体力が落ちてしま フレイルの悪循環に陥ってし 息しても外出できなくなり、 スクが高まり、 そうなると転倒や認知症のリ うことが懸念されています。 大防止に伴う外出制限にて、 域との繋がりも途絶えて、 新型コロナウイルス感染拡 コロナ禍が終

② 太ももとお尻の筋トレ



自 し



前かがみになりながら、つま先が浮かないようにお尻を持ち上げる。 座る際はゆっくり座るように意識する。

つま先と膝の方向を合わせる。膝が内や外に行かないよう注意する。

⑤ バランスの運動



片脚立ち 把持物を使用して片方の脚を 持ち上げる。左右交互に行う。 *転倒注意!

④ ふくらはぎの筋トレ



つま先立ち 把持物を使用して両方の踵 を持ち上げる。

> 加申し込みが、 月となりました。

① 開始姿勢



背筋をのばして、踵はやや 膝より後ろになるようにす る。

③ 太ももの筋トレ



膝を伸ばし、つま先を上に 向ける。 背中は後ろに行かないよう

にする。

健康づくり委員会 翔

待できます。 ウイルス感染への不安も運 動をする事で、 る事でたくさんの効果が期 力をつけることで解消でき 向上と感染に対する抵抗 その他にも運動をす 自己免疫力

ます。健康チャレンジなら、 身体への影響があると思い 長期化により、生活習慣や なっています。 よる活動制限や運動不足の 新型コロナ感染症対策に

自宅で行える運動もあるの 康づくり月間が10月で最終 予防・改善につながります。 生活習慣や運動不足の 274名と 現在の参 また、健康チャレンジで

加が多い傾向となっており、家族や知人で楽しく健り、家族や知人で楽しく健り、家族や知人で楽しく健かと思います。これから参かと思います。これから参かと思います。これから参楽しく健康づくりにとりくみましょう!! は、運動以外のチャレンジも多くあるので、運動をする事が苦手な方でも気軽に参加する事ができます。短期間でも参加できます。短が、健康チャレンジへの参が、運動以外のチャレンジ 今回は、例年より団体参

Let's チャレンジ!



健康づくり委員会 高橋 敦志

民のための仕事はやる気がな ろ」というものですから、国

いことを宣言しているだけな

のです。

ん。しかし、菅政権が継承し

全世代にわ

あかるいまち

た「公助」のネットワークを 政治によってズタズタにされ

再構築せねばなりませ

ることにあるはずです。

会保障を優先した社会をつく

地域まるごと健康づくり

個人と家族の尊厳を守るため

に、何よりも医療や介護、社

日本にとって大事なことは

高齢化社会がピークを迎える

コロナ禍において、

しかも

治体キャラバンを成功させよう

社会に最悪の政権が安倍政 治を継承することになりまし 高齢化ピークを迎える日本

せん。「自分たちで何とかし ガンを気に入ったのでしょう 公助そして絆」というスロー テレビでも何度も耳にしま しかし、4つのうち、3 政府の仕事ではありま

第423号

菅新政権は

「自助、

る「全世代型社会保障改悪」 たり、未来の生存を危うくす

ます。これではコロナも高齢 さらに進めることになってい 要介護1と2の保険外し」な 上げ、国保税大幅引き上げ、 化社会ものりきることはでき ど一連の医療、介護負担増は 75歳以上の窓口負担2割へ値 針」では、「一定以上所得の 菅政権が引き継ぐ「骨太方

起因とする困窮事例調査」で とりくんでいる「コロナ禍を す。仕事や家をなくし、 民の困窮は限界に達してい られない現状が、今民医連が

す。ある方は仕事をなくし、 絡が入りました。 けられたのだが、重症化して 診療によってやっと検査を受 も次々と明らかになっていま る方は、中断しているうちに 検査を受けられず、無料低額 いたことがわかりました。あ 「自宅で死亡している」と連 全国各地で

るのです。 このような事態が広がってい して生きる権利を主張すると コロナ禍だからこそ人間と

班では

「沖縄協同

長嶺支部・長堂

院応援増資」の取り組み

県民の困窮は限界

コロナ禍において、

沖縄県

医療・介護の財政支援を求める県への要請

り戻すときが今なのです。 きです。世論と運動におされ 権利である」と公式に表明し に、徹底して社会保障制度に 厚労省はやっと「生活保護は 命を失わないよう

バンを成功させましょう。菅 すめましょう。自治体キャラ 政権のいう自己責任などでは ついて学び、活用と改善をす 沖縄県社会保障推進協議会 命を守る社会の絆を取

嶺支部 増資の呼びかけをして取り組まれています。 を初めました。 8月末で15件363口の成果です。 班長が事前に地域組合員に



報道で医療物資が不足しているの を知り、雨合羽を40枚ほど寄贈しま した。

當眞ヨシ子 首里東支部

組合員からの

テレビ、新聞報道を見て、「わったぁ病院の職員がコロナ禍 で頑張っているから、支部から差し入れしよう!|と小禄3支 部で話し合い、沖縄協同病院へ飲料水4ケースの差し入れをし ました。



介護ウェーブのつどい2020

介護保険制度の今後について一緒に考えませんか?

日時:11月1日(日) 9時30分~12時30分

新型コロナウイルス感染症の影響により、今 年度はWeb開催となります。参加を希望さ れる方は、下記までご連絡お願いします。

> まちづくり推進部:前田・屋良 電話:098-856-2519



無料法律相談のご案内

ところ:沖縄合同法律事務所(那覇民主診療所建物内)

対 象:医療生協組合員

担 当:事務所所属の弁護士が交代で受け持ちます

■ご希望の方は、こちらまで(予約申し込み・問い合わせ先) **沖縄合同法律事務所 ☎098-917-1088** 住所: 那覇市松尾2-17-34 平日、午前9時~12時 午後1時~5時30分にご連絡下さい。

師筋トレ(煙(水))教室

①浦添教室 浦添協同クリニック 通所リハ室

第2・4木曜日 午後6時~午後7時 10月8日(木)、22日(木)

|②北部教室 やんばる協同クリニック 組合員利用室

毎週木曜日 午後2時30分~午後3時30分 10月1日(木)、8日(木)、15日(木)、22日(木)、29日(木)

③小禄筋トレ教室 小禄市営住宅集会所

毎週金曜日 午前10時~午前11時 10月2日(金)、9日(金)、16日(金)、23日(金)

④ 我那覇教室(さくら班) 豊見城市我那覇公民館

毎週木曜日 午後7時30分~午後8時30分 10月1日(木)、8日(木)、15日(木)、22日(木)、29日(木)

※新型コロナウイルス感染症予防のため状況判断に応 じて中止もありえます。 まちづくり推進部へお問い合わせ下さい。

問合せ先:沖縄医療生協まちづくり推進部 TEL 098-850-9004

勤務地 那覇市、糸満市

- ♦ 無資格者でもOK
- ◆ 勤務時間は相談可
- ◆ 資格取得に向けた援助制度もあります!



お問合せ先:沖縄医療生協介護事業課 TEL:098-856-2519(屋良)



私のベストショット♡

あなたのお気に入りの1枚を紹介してみませんか? 人物、風景、動物など何でも構いません。 あなたのステキな1枚をお待ちしております。

1 面左上に掲載予定です。応募の方法は、お名前・住所・コメントを 明記の上、画像データを添付し、上記のメールアドレスまでお送りくだ さい。採用された方には図書カード(500円)を進呈いたします。

※画像データは、ご自身で撮影されたものを応募してください。インターネッ ト上のデータは著作権侵害になる可能性がございますのでご遠慮ください。

今月のベストショット♡

お名前: RINRINさん

コメント:夏休みの美術の宿題で撮った一枚。東海岸なの で、日の出にこだわりました。早朝の清々しい空気も一緒に 撮れたと思っています。

メールアドレス: okiiseikyodayori@yahoo.co.jp 問い合わせ連絡先:沖縄医療生協まちづくり推進部 ☎ 850-9004



面によって開催され、左記急事態宣言期間中のため書

球や大リーグを観戦しています。

ている中、私はスカパーでプロ野

4

8

コロナの影響で外出も自粛され

過ごし方は?

ふれあい広場

皆様はどういう過ごし方をしてい

ますか?

儀

実

(那覇市

の議題について審議されま

◎8月22日の第2期第15回理

事会は、沖縄県の新型コロ

定例理事会だより

組合員が亡くなったときの

医療生協脱退時の出資金返還について

場合があります。

類として戸籍関係書類が必要になる

法定相続人であることがわかる

あかるいまち 地域まるごと健康づくり

問い合わせ先

※法定脱退とは、県外転居、

死亡等に

よる脱退のことです。

まちづくり推進部まで提出ください。

脱退申請書に必要書類を添えて、

医療生協本部まちづくり推進部 1098-850-9004

3

第423号

症への対応について新型コロナウィルス感染

《協議事項》

総代選挙について地域活動について 2020年度総代選挙基 コロナ禍にかかる9月の

準と選挙区について

全国四課題の到達

2、2020年度全国四課題

実績報告について

2020年度7月決算報

告について

各種委員会報告について

《報告事項》

	8月	2020 年度累計	累計
組合員ふやし(人)	114	835	97,407
出資金ふやし (千円)	10,419	54,547	1,836,621
班づくり (班)	0	3	371
担い手ふやし(人)	5	38	1,029

担い手ふやしについては、現勢を載せています。

ありがとう

ニュースを見るとイライラがた

マスク警察や帰省警察など

2

5

9

13

15

ているのを感じます。こんな時こ まって人間関係が難しくなってき

手作りマスク

きたいと思います。

玉城晋一

郎

(那覇市)

言ってもらえるように過ごしてい

ん言えるように、「ありがとう」と そ、より「ありがとう」をたくさ

6

12

16

た。手作りマスクは肌に気持ちよ 事を職員と行っているとありまし の記事では、通所リハビリで針仕 く、皆さんで作る楽しみもあり いですね。 「作品コーナー」のマスクづくり

領になります。

退) の出資金の返還手続きは、

以下の要

組合員本人が死亡された場合 (法定脱

(1)

出資金の返還は、

法定相続人に対

です)。

してなされます(銀行預金と同じ扱い

新崎康幸 (那覇市)

4

外で思い切り

思い切り遊びに行きたいです。 早くコロナがおさまって、 山城ひなた・穂乃華(うるま市) 外に

10, 8

酵母のこと。

12 9 7

範疇 (はんちゅう)

ごくろうさま

事業所の皆さん、本当にご苦労様 がら、県民の健康と生命を守るため つさない」ため気をつけましょう。 です。私たちも「うつらない、う に日夜頑張っておられる医療生協 新型コロナ感染の不安を抱えな

13

ヨコのヒント

深山に住むという妖怪。

山伏

斑紋がある。

11

伊波宏保 (名護市)

タテのヒント

9月2日~10月20日までの星

2、アイデアや構想などを、実際 具体的な形のあるものにする の商品や製品やサービスなど

3

3、手や足の指の先に生える角質 の部分。

6, 5,

知識・教養を持ち、 に携わる社会層。 知識階層。 知識階級。 知的労働

ある事実について、まちがっ 活動などに関する根本規則。 どの社団法人の目的・組織・ 公益法人・会社・協同組合な また、それを記載した書面。

粒の小さいこと。 手の言葉などの意味を取り違 えること。思い違い。 た理解や解釈をすること。相

16 15 激しく量も多い。全長12~2.3クサリヘビ科の毒蛇。毒性が よいこと。 形をし、淡灰褐色で黒褐色の メートル。頭部は大きく三角

があって、自由に飛行すると 太刀・金剛杖を持つ。神通力 背に翼があり、手には羽団扇・ 顔が赤くて鼻が高く、

月の表面。 すでにあるものにあとからつ け足すこと。

細長い小舟。ボート。 官庁・会社・学校などで、 務に必要なものとして備えつ官庁・会社・学校などで、業 けてある物品。

数量・程度・優劣などの比較 た小魚。また、小さい魚。 いろいろな種類の入り交じっ

14

たまらなく愉快なこと。胸が で、それより下の範囲である すくようで、非常に気持ちが

市

一 図 正 1 ご応募ありがとうございました。図書カードをお送りいたします。正解しました。抽選で15名の方に115名の応募があり113名が ゚ゕ゚゙゙ぉ゙ぱ さ く ら 夫 な

。 5 一 フ裕 マ伴 美 梨 進 竹 お ば ば 宏 ジ 章 ミ 子 子 恵 徳 直 ぁ

テ ン カ 丰 1 テ ウ 丰 ツ 9 シシンランマン IJ 丰 ガ 1 ク レ ン 1 ン サ ツ マ セ イ 力 ツ 1 丰 1 ス 1 ラ Ξ ン シ ク

020年8月号

ノロスワードパズル解答 421号

応募の方法

○マス目に答えを記入し、2重枠の文字のヒントを参考に並べ替えて下さい。

10

14

11

○締め切りは11月15日(日)です。(消印有効) ○クロスワードパズルの解答・当選者は425号 (12月5日発行)です。

○ハガキに答え・住所・氏名・一言コメントを記載 しお送り下さい。正解者の中から15名に図書 カードを贈呈します。

■送り先 〒901-0294 豊見城市字真玉橋593-1(8階) 沖縄医療生協本部 まちづくり推進部 ☎ 098-850-9004

重枠のヒント

最初から最後まで。 あくまでも。

聡

作・島袋

がありますので、

ご了承ください

※クロスワードパズルの応募ハガキの余白に記入されている一言はふれあい広場に掲載されること





いただける貼り絵などの作品、

利用者様の作品が多々展示されています。季節を感じて

とよみ生協病院通所リハビリ

テーションの廊下には

とよみ生協病院

第423号



沖縄医療生活協同組合の取り 組みや健康に関する情報など を発信します!

友だち募集中



まちづくり推進部:前田・屋良 098 - 856 - 2519





とよみ生協病院通所リハビリ

ていると利用者の、

石脳左脳の連結強化に実はとても良いのです。作品を見

現在の心のバロメーターまで分かる

な時間に手軽にできて、

ストレス解消、

脳全体の活性化、

最近流行って

いるのは、

なんといってもぬり絵です。

ぬり絵などです。

∞作品コーナ

シンプルで気軽

宇栄原 宗明



沖縄協同病院 栄養管理室 調理師 與那城 理

簡単 鶏ハムレシピ

材料

鶏ムネ肉 ……200g~250g位

塩 ……大さじ1 砂糖 ………大さじ1

きんぴらごぼう ごぼう ………1本 水 ……大さじ1 白だし ………小さじ1

ごま油 ………小さじ1

鶏ハム

● 大さじ1の塩と砂糖で1日 漬け置きする。

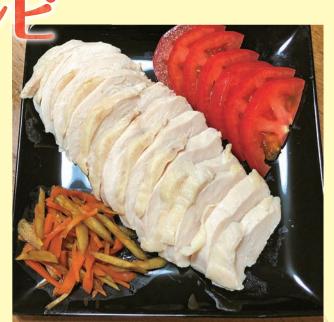
2 1日漬け置きしたムネ肉 をたくさんのお湯でボイ ルする。

❸ 火が入ったら好きな大き さで切って出来上がり。

きんぴらごぼう

- ごぼうをお湯で軽くボイ ルした後に人参と一緒に 炒める。
- ② 大さじ1の水と小さじ1 の白だしで水分が無くな るまで炒める。
- ③ 小さじ1のごま油で炒め て出来上がり。

平和をつくる。



● 最後にトマトを添えて出来上がり。