



金魚・白玉  
金時



2018年8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)  
☎(098)856-3107  
ホームページアドレス http://www.oki-iseikyoo.jp  
発行人 上原昌義



沖縄医療生協の現状 2018年6月末

組合員数 93,605人  
出資金 17億1,282万円

## 第41回 九州沖縄組合員交流研修会 in おきなわ



各地の多様な実践を交流  
438人集う

第41回九州沖縄ブロック組合員交流研修会が7月4〜5日、サザンビーチホテル(糸満市)で荒天の中438人が参加して開かれました。

オープニングセレモニーでは、とよみ支部ゆうな班の美しい歌声と長嶺支部組合員による開幕演奏・琉舞「かぎやで風」で参加者を歓迎しまし

た。

実行委員会を代表して大城郁男現地実行委員長が開会あいさつ、上原昌義理事長の歓迎あいさつに続き、比嘉努専務の基調報告で二日間の研修会が始まりました。

### 記念講演で島洋子氏 沖縄の現状と矛盾を解明

琉球新報社経済部長の島洋子氏は、「女性記者が見る基地・沖縄」と題して記念講演を行いました。島氏は「普天間基地問題は1995年の少女暴行事件から端を発し今日に至っている。県民の願いに逆行しているのは辺野古県内移設に最大の要因がある」。また、「沖縄経済は基地経済に依存しているのでは、米軍基地がなくなったら沖縄経済に悪影響を及ぼすのでは?」など本土の人たちの誤った認識を指摘し、具体的に解明しました。

単協報告では、大分「笑い声が広がった健康づくり仲間の輪」、くるめ「高齢者運転免許返納アンケートから見えたもの」、宮崎「居場所づくり」、



沖繩「八重山支部づくり」のテーマで各医療生協から実践報告が行われました。

### 楽しかった 夕食・自由交流会 いちやりばちよ〜で〜

参加者の最大の楽しみは夕食・自由交流会で、各県の仲間と交流することです。和洋料理に舌鼓を打ちながら杯を交わし、会場は談笑と「いちやりばちよ〜で〜」の輪で満ちあふれていました。窓外には虹が出て一同を迎えてくれました。

### 二日目の分科会 実践報告交流で確信へ

二日目は、12分科会で活発な実践報告交流が行われました。参加者は、まちづくり、健康づくり、組織づくり、平和と社保の分野で、各地の豊かな実践が前進していることに確信を持ち、「明日からの取り組みに生かそう」という声

が相次ぎました。中分科会、移動分科会も「とても勉強になった。良かった」と大変好評でした。

### 来年は鹿児島で 会いましょう

閉会集会では、次期開催県の鹿児島医療生協が紹介され、鹿児島集会所への成功アピールを全員の拍手で確認し、再会を誓いあいました。また、参加者からの緊急提案で、辺野古の土砂投入に対して抗議声明を出すことも確認されました。

「熱く温かいおもてなしと感動の連続で楽しい研修会でした」と多くの感想が寄せられました。

実行委員長 大城郁男



国・防衛相は8月17日から辺野古崎への埋め立て土砂投入を沖縄県へ通知しました。

政府はなりふり構わず埋め立て工事の既成事実をつくり、県民のあきらめを誘おうとしています

が、私たちは県民の生命と財産、将来の子や孫の安心や安全のため、決してあきらめられるわけにはいきません。

政府は事前に

把握してはたはずの埋め立て海域活断層の存在を認めず、建設工事に重大な影響を及ぼすはずの軟弱地盤には根拠を示さず問題ないとして工事を強行しています。さらにサンゴの移植の

技術的な問題はいまだに解決されないままです。最近では建設計画そのものが周辺住民の安全基準を軽視したものであることがはつきりしてきました。

現在の辺野古新基地建設計画

何も示さず、「特例として米軍に認めてもらっている」としています。

こうした政府に対して沖縄県知事は「あらゆる手立てを保持して、辺野古に新基地は造らせない」「埋め立て承認撤

い、取り組みが広がっています。私たちはこれ以上の大浦湾の環境破壊を招く工事を許さず、辺野古新基地建設に強く反対し、基地建設を断念させるために、沖縄県民、オールジャパンの

揺るぎない力を

## 違法な工事を進める日米両政府に対し、 辺野古新基地建設を 直ちに断念すること！

平和活動委員会委員長 平良宗潤



わくちん

は米軍の安全基準を満たすものではなく、周辺地域の建物などが高さ制限を超えていることが明らかになり、それは小中学校も含まれています。しかし、政府は安全性を維持できる担保となる根拠は

回は必ずやる」とし、政府と対峙してきました。そして、今もその姿勢を維持し、辺野古新基地建設反対の運動の先頭に立ち奮闘しています。また九州では辺野古の埋め立ての土砂を地域から搬出させな

に反対する県民

大会が8月11日午前11時から那覇市奥武山陸上競技場で開催されます。全体の参加目標を3万人以上としています。多くの組合員の皆様へのご参加を呼びかけます。

# 協同にじくりニック改修



第5次長期計画が2018年度通常総代会にて全会一致で承認されました。そのひとつの事業計画である沖縄協同病院群医療構想にて、病院の外来混雑緩和と慢性疾患医療の充実に向け、協同にじくりニックを歯科歯科診療所として外来医療を専門的にこなす

現在の、歯科診療が行なわれる中、11月の開院をめざし、経営改善を目指していき

い、かかりつけ医の機能を有

する診療所として地域医療に貢献します。歯科では、有病者歯科治療に力をいれています。

現在の、歯科診療が行なわれる中、11月の開院をめざし、経営改善を目指していき

職員の構成は、看護師7人、看護補助者2人、医療事務5

される事務局会議で患者のよい環境、待合室、診察室の整備の議論を毎週おこなっています。待ち時間を少なくし、かかりやすい診療所づくりとともに事業収益を増やし、経営改善を目指していきます。

職員構成は、看護師7人、看護補助者2人、医療事務5

協同にじくりニック 事務長 比嘉 悟



### くらしに活かそう 社会保障制度 85

## 助産制度について

沖縄協同病院 地域連携課 松永理恵



今回は、妊産婦の方を対象にした制度のご紹介をさせていただきます。

宅での安全分娩ができない場合 等

#### ※助産制度とは…

保険上必要があるにもかかわらず、経済的理由により、入院助産を受けることができない妊産婦を、児童福祉法に基づき、指定の病院等（助産施設）へ入所させ、出産に要する一部を助成する制度です。

- ・ 沖繩県内に11ヶ所あります。
- ・ 沖繩県立北部病院
- ・ 沖繩県立中部病院
- ・ 浦添総合病院
- ・ 沖繩県立南部医療センター・こども医療センター
- ・ 沖繩赤十字病院
- ・ 那覇市立病院
- ・ 沖繩協同病院
- ・ 南部徳洲会病院
- ・ 公立久米島病院
- ・ 沖繩県立宮古病院
- ・ 沖繩県立八重山病院

#### ※対象者は…

・ 異常分娩の恐れがある場合（医師の診断書が必要な場合があります。）

申請や相談窓口は…

・ 経済的に困窮している者（生活保護世帯や住民税非課税世帯、その他世帯は要相談。）

申請については、各市役所の担当窓口や、町村を管轄している福祉保健所です。

・ 環境的（不衛生等）に、自



# 沖縄県民主医療機関連合会

## 結成40周年記念祝賀会を開催



去る7月14日(土)パシフィックホテル沖縄にて沖縄県民主医療機関連合会結成40周年記念祝賀会を開催しました。当日は、県内外から128名の皆様にご参加いただき無事盛会裏に終了することができました。皆様ありがとうございました。

講演や報告の中では、戦後の厳しい医療事情の下、私たちの先輩方が成し遂げてこられた保健医療・平和・社会保障を守るたまたかの歴史を改めて確認し、その活動に誇りと確信を持ちました。

ご来賓として沖縄県保険医協会・群星沖縄臨床研修センター・全日本民医連と九沖地協など連携している団体及び沖縄県選出の国会議員3名にご参加いただき、連帯と激励のご祝辞もいただきました。余興では職員による琉球舞踊、ギター演奏、園田エイサーなど大いに盛り上がりました。



現在加盟事業所は22か所に、関連法人も他に沖縄健康企画・メディアコープおきなわ・沖縄にじの会の合計4法人に増えました。

昨今、悪政が続く貧困と格差が拡がり、県民の医療や暮らし、平和が脅かされ続けています。沖縄民医連は今後も加盟事業所の力を結集し、無差別・平等の医療を追求し、基地のない平和な沖縄を取り戻すため奮闘します。

沖縄県民主医療機関連合会  
事務局次長 富山浩三

### 無料低額診療事業

#### について

沖縄医療生協では、2010年から6事業所で無料・低額診療事業(無低診)をおこなっています。

この制度は、社会福祉法にもとづいて、経済的に困難な場合や生活が困窮した場合に、一定の期間、無料か低額な料金で医療を受けられるようにする制度のことで、毎年、のべ1,500人近い方が利用しています。

県内では、失業率の高さや子どもの貧困率の問題、高すぎる国保料など社会保障制度の問題を背景に、病気になっても我慢する。重症化するといった事例が絶えません。

こうした中で無低診の利用を通して、適切な治療に結びついた方もいます。無低診への橋渡しは役所や民生委員からの紹介が多くなっています。しかし、まだまだ知られていないのが現状です。事業所や支部でも自治体や小学校、地域へ案内のパンフレットを配布するなどの取り組みをおこなっています。

昨年の県庁キャラバンを通して子どもの貧困化を重視した県から市町村教育委員会へ、無低診の案内が通知されることとなりました。無低診のことをもっと知らせ、広げていきたいと思います。

沖縄医療生協  
総務部長 香村英俊

### あなたのまわりに医療生協の班をつくらう!

「医療生協の理念を地域に広め、協同の“わ”をひろげよう」をテーマに、組織の基礎である班をふやす取り組みを行っています。

沖縄医療生協には418の班(2018年3月末)があり、班を中心に地域で健康づくり等の楽しく学べる班会が行われています。3人集まれば班を作ることが出来ます。気軽に班を結成してみませんか。班会についてのお問合せをおまちしています。

連絡先: 沖縄医療生協まちづくり推進部 TEL 098-850-9004

### 沖縄医療生協だよりの手配りにご協力を!

組合員のみなさん、沖縄医療生協だより(以下だより)は毎月発行されている機関紙です。「だより」は沖縄医療生協と組合員を結ぶ唯一の情報誌です。しかし、9万人余りの組合員全員には届けられていないのが現状です。医療生協の方針や様々なとりくみなど、くらしに役立つ情報が満載です。

是非、あなたのまわりで5~10部程度の配布ができる方を募集しています。また、配布可能な方をご紹介ください。よろしくお願いたします。

連絡先: 沖縄医療生協まちづくり推進部 TEL 098-850-9004



沖繩医療生活協同組合 理事長 上原昌義

# レインボー(虹)増資のお願い

## 地域・職員組合員のみなさまへ

2018年6月24日に開催された「沖縄医療生協第53回通常総代会」において、第5次長期計画が決定しました。第5次長期計画では、協同にレクリエーション改修工事(2018年10月完成予定)、新中部協同病院建設(2019年9月開設予定)、新とよみ生協病院建設(2021年8月完成予定)、沖縄協同病院東棟建設(2022年3月完成予定)を行います。

投資総額109億円を予定

沖繩医療生協を更に大きく発展させ、「健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる。」理念を実現し、安心して住み続けられるまちづくりを共にすすめていきましよう。

しており、今後の事業活動と出資金ふやしの成功が重要となります。第5次長期計画成功にむけ、2018年度〜2020年度までの3年間で出資金を6億円増やし、出資金残高20億円達成をめざします。

つきましては、レインボー増資へのご協力をよろしくお願ひします。

## 1. レインボー増資の内容

①赤色 (レッド) コース	30万円
②橙色 (オレンジ) コース	20万円
③黄色 (イエロー) コース	15万円
④緑色 (グリーン) コース	10万円
⑤水色 (ライトブルー) コース	5万円
⑥青色 (ブルー) コース	2万円
⑦紫色 (パープル) コース	1万円

## 2. 申込み方法

- ▶ 沖縄医療生協・まちづくり推進部へ電話で申し込んでください。  
豊見城市真玉橋593番地の1(8階)  
TEL: 098-850-9004
- ▶ 直接、最寄りの医療生協事業所で増資することも可能です。

<問い合わせ先> 沖縄医療生協・まちづくり推進部  
TEL: 098-850-9004

## 研修医紹介

# がんばっています

沖繩協同病院 研修医1年目 小渡大幹



はじめまして、沖繩協同病院研修医1年目の小渡大幹

(オドマサキ)です。私は沖縄県沖繩市出身で出身大学は久留米大学です。年齢は33歳です。大学では自動車部とビリヤード部で活動していました。趣味はビリヤードや麻雀です。



沖協に入ってから4ヶ月がたちました。わからないことも多くテナパってしま

う事も多くありましたが上級医の先生や職員さんに支えられてどうにかやってこれました。今後の抱負として、少しでも早く仕事に慣れて上級医の先生方の負担を減らしていきたいと考えています。

## 2018年度新入職員の地域活動参加

### 「スクエアステップ教室(とよみ教室)」

沖繩医療生協教育学習委員会では、2018年度方針として地域、職場が「ともに学び・育ちあう」機会を創出し、医療福祉生協連の「いのちの章典」「人づくり」の学習を継続・強化していくことを掲げています。その中で、新入職員の地域活動への参加も積極的に取り組んでいます。ま

ちかど健康チェックや筋トレ班会、スクエアステップ教室などに新入職員が参加、地域の組合員さんと活動しながら交流を深めています。

スクエアステップ教室(とよみ教室)では現在8名の組合員さんが毎回参加しており、今回6名の新入職員も参加、教室を体験しました。「遊

## グラウンドゴルフで交流

### 真和志あがり支部グラウンドゴルフ大会



7月16日(月)、那覇市の大石森公園にて、真和志あがり支部グラウンドゴルフ大会が開催されました。真和志あがり支部では、日頃お世話になっている組合員のみなさんに喜んでもらうと毎年開催

7月16日(月)、那覇市の大石森公園にて、真和志あがり支部グラウンドゴルフ大会が開催されました。真和志あがり支部では、日頃お世話になっている組合員のみなさんに喜んでもらうと毎年開催

しています。今年も68人の参加で競技が行われました。みなさん本当に上手でホールインワンがあちこちで出るなど、多いに盛り上がりました。

表彰では、1〜5位にお米、ホールインワン賞に味噌(22名もいました)、参加者全員にティッシュを用意するなど、多くの方に喜んでもらえたと思います。当日は2名の新規加入もありました。グラウンドゴルフを通じて楽しみながら、健康づくりと交流ができれば強化月間への弾みになればと思います。参加された皆さん、企画運営した真和志あがり支部のみなさんお疲れ様でした。これからも楽しく活動していきましょう。

まちづくり推進部 新垣龍治

「継続できる」幅広い年齢層で行えるエクササイズで、升目(スクエア)を区切ったマットを使用しています。指導員に続き前進・後退・左右・斜め方向へ移動を行うことで、「集中する」「努力すること」ができ、認知症予防、転倒予防につながります。一見単純ですが、参加した職員も以外と難しいステップに苦戦していました。「組合員さんとコミュニケーションがと

れて楽しかった。」「楽しい時間を共有できて元気ももった。」「などの感想をいただきました。みなさんもぜひ一度挑戦してみてください。



まちづくり推進部 玉城 徹

# あなたのまちにある 医療生協事業所



★ = 無料低額診療事業を実施!

## 那覇市

**沖縄協同病院★**  
那覇市古波蔵 4-10-55  
☎098-853-1200



入院・外来

**協同にじクリニック**  
那覇市古波蔵 4-10-10  
☎098-836-1187



歯科

**那覇市地域包括  
支援センター**  
那覇市古波蔵 4-5(1階)  
☎098-855-6254



**那覇民主診療所★**  
那覇市松尾 2-17-34  
☎098-880-9620



通所リハビリ  
有料老人ホーム  
外来・往診

**首里協同クリニック★**  
那覇市首里石嶺町 1-147-3  
☎098-884-4846



通所リハビリ  
外来・往診

**やんばる協同  
クリニック**  
名護市大北 5-3-2  
☎0980-52-1001



外来  
訪問診療

## 名護市

**小規模多機能ホーム  
石川にじの家**  
うるま市石川東山本町 1-19-18  
☎098-989-9487



泊り、通い、  
訪問の機能が  
提供できます。

## うるま市

**美里高齢者複合施設**  
沖縄市美里 2-27-20  
☎098-938-9155



通所介護  
有料老人ホーム

**中部協同病院★**  
沖縄市知花 6-25-5  
☎098-938-8828



通所リハビリ  
訪問介護  
居宅介護支援  
外来・歯科・往診

## 沖縄市

**浦添協同クリニック★**  
浦添市宮城 3-1-5  
☎098-870-8060



通所リハビリ  
外来・往診

## 浦添市

**とよみ生協病院**  
豊見城市真玉橋 593-1  
☎098-850-7955



通所リハビリ  
訪問リハビリ  
居宅介護支援  
入院・健診

**生協ケアセンター**  
豊見城市真玉橋 593-1  
訪問看護 ☎098-851-4715  
訪問介護 ☎098-851-4716

## 豊見城市

**糸満協同診療所★**  
糸満市潮崎町 2-1-10  
☎098-992-3920



通所リハビリ  
有料老人ホーム  
外来・往診

## 糸満市

**老人保健施設 かりゆしの里**  
南風原町山川 256-2  
☎098-835-6607



通所リハビリ  
入所施設

## 南風原町

**沖縄医療生活協同組合**

〒901-0294 豊見城市字真玉橋 593-1(とよみ生協病院 8階) TEL 098-856-3107

# 8月の日程 筋トレ(健康)教室



**①那覇・南部教室** とよみ生協病院7F 筋トレ室  
 第1・2・4水曜日、毎週金曜日 午後6時～午後7時  
 8月1日(水)、3日(金)、8日(水)、10日(金)、17日(金)、  
 22日(水)、24日(金)、31日(金)

**②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  
 8月9日(木)、23日(木)

**③首里教室** 首里協同クリニック 通所リハ室  
 第1・3水曜日、午後5時30分～午後6時30分  
 8月1日(水)、15日(水)

**④中部教室** 中部協同病院3階運動療法室  
 第2・4水曜日 午後4時～午後5時  
 8月8日(水)、22日(水)

**⑤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  
 8月2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)、30日(木)

## ダイエットウォーク&気功

とよみ生協病院7F 筋トレ室  
 第3水曜日 午後6時30分～ 8月15日(水)



問合せ先：沖縄医療生協まちづくり推進部  
 TEL 098-850-9004

### 沖縄医療生協

## 「班活動交流会」開催のお知らせ

対象：班長・班員・支部運営委員・総代・  
 事業所の職場班長・管理部・新入職員等  
 日時：8月30日(木) 午後2時～5時  
 会場：中部協同病院2階講堂  
 参加費：無料 **申し込み締め切り8/22(水)**  
 《申し込み・問い合わせ》  
 まちづくり推進部 ☎ 098-850-9004

## 2018年度 沖縄医療生協健康づくり講演会

かむ、話す、笑顔をつくるという口の機能は心身を丈夫にする源です。子どもの頃から歯の健康・お口の健康づくりが大切です。今回、仲嶺均医師(協同にじクリニック歯科医師)による子どもの頃から始める歯の健康、お口の健康づくりについて講演をします。お気軽にご参加ください。

日時：2018年8月12日(日) 10時～12時  
 会場：中部協同病院2階講堂  
 講師：仲嶺 均 協同にじクリニック歯科医師  
 子どもから始める歯の健康づくり



## 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。

## ボランティア大募集

沖縄協同病院での外来案内を募集しています。  
**月～金 午前10時～12時** 自動受付機の案内など簡単な内容です。  
 問い合わせ先 沖縄医療生協ボランティア委員会  
 TEL 098-856-3107 本部看護部 大城まで

## 自慢のペットの写真を大募集

1面左上に掲載予定です。応募の方法は、お名前・住所・ペットの種類と名前・コメントを明記の上、画像データを貼付し、下記のメールアドレスまでお送り下さい。採用された方には図書カード(500円)を進呈いたします。ご応募お待ちしております。

メールアドレス：okiiseikyodayori@yahoo.co.jp  
 お問合せ連絡先：沖縄医療生協まちづくり推進部  
 ☎ 098-850-9004

※画像データは、ご自身で撮影されたものをお願いします。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ありますのでご遠慮下さい。

今月の oh my ペット

飼い主：平安山 一三さん(北中城村)  
 名前：金時、白玉  
 コメント：5匹いましたが、この2匹は  
 とても長生きで、かわいがっています。



**第41回 城岳地域 盆踊りの夕べ**

日時：8月18日(土) 午後6:30～  
 会場：中央公園 (城岳小学校近く)  
 駐車場はありませんのでバス・タクシーをご利用ください。  
 主催 城岳地域盆踊りの夕べ実行委員会  
 連絡先 880-9620 (那覇民主診療所)

【城岳地域盆踊りの夕べに関する注意事項】  
 城岳地域盆踊りをご観覧する際には、自己責任においてケガのない様ご協力をお願いします。尚、当会場での事件や、事故等に関しましては、当実行委員会は一切責任を負いません。

### 全国四課題の到達

	6月	2018年度累計	累計
組合員ふやし (人)	182	632	93,605
出資金ふやし (千円)	15,095	30,965	1,712,820
班づくり (班)	2	6	420
担い手ふやし (人)	4	9	1,005

担い手増やしについては、現勢を載せています。

### 各種署名の到達

- ヒロシマ・ナガサキの被爆者が訴える核兵器廃絶国際署名 **8,391** 筆
- 沖縄県民の民意尊重と、基地押し付け撤回を求める全国統一署名 **3,297** 筆
- (新) 介護保険制度の改善、介護報酬の引き上げ、介護従事者の処遇改善と確保を求める請願署名 **2,932** 筆
- 憲法9条を守る署名 **10,669** 筆
- 国の責任で社会保障制度の拡充を求める請願署名 **4,601** 筆
- 子ども医療費助成制度の拡充を求める署名 **1,410** 筆

連絡先： ☎ 098-850-9004 FAX：098-850-7990  
mail:okiryososhiki@yahoo.co.jp

## 定例理事会だより

◎第23期第17回理事会が6月23日に開催され、左記の議題について審議されました。

#### 《報告事項》

- 1、各種委員会報告
- 2、2018年度班活動交流会開催について
- 3、新中部協同病院の建設進捗報告
- 4、加盟団体の役員選出要請について
- 5、第31回クレサラ金被害者九州ブロック交流集会在沖縄について

#### 《決議事項》

- 1、県有地の買取りについて

#### 《協議事項》

- 1、第53回通常総代会について
- 2、新とよみ生協病院設計業者の選定について
- 3、退職給付会計の変更提案について
- 4、辺野古米軍基地のための埋め立ての賛否を問う県民投票への協力依頼について

## ふれあい広場

### 自然の脅威

3週連続の台風接近で、今年の水不足は解消かと思いましたが、「恵みの雨」も本土各地では大きな被害をもたらしました。ここ最近、地震や豪雨が多く、自然の脅威を感じるこの頃です。

新城 美佐子 (西原町)

### 開花が楽しみ

「朝顔」のつるが勢いよくネットに巻き付きました。開花が楽しみです。

平良 幸子 (糸満市)

### 三度の飯より・・・

クロスワードパズルにはまっています。三度の飯よりおいしいとは、この事ですね。

玉寄 敏子 (那覇市)

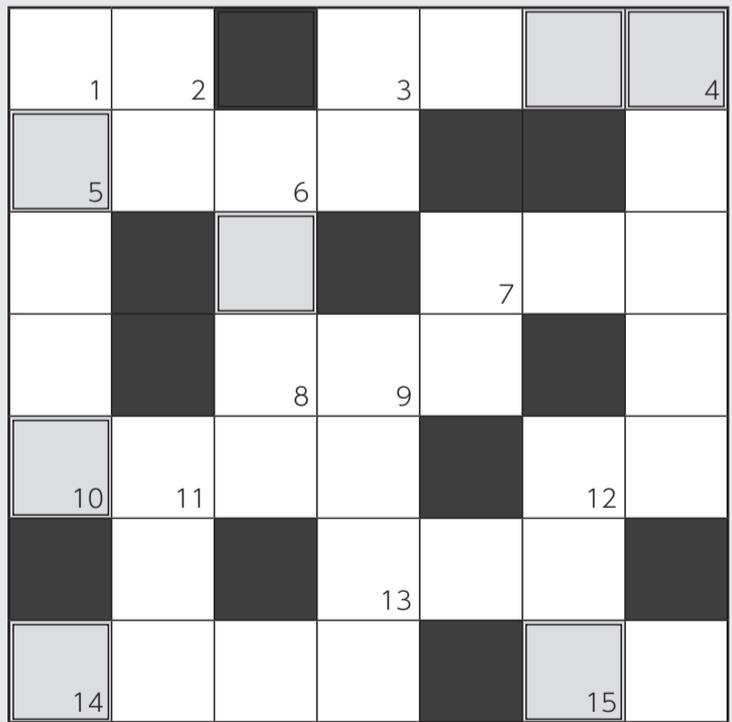
### 楽しみがいっぱい

夏!!ですねえ。海、山、花火：楽しみがいっぱい。自宅から花火を見ることができますよー♪

安里 ひろみ (那覇市)



## クロスワードパズル



作・島袋 聡

#### タテのヒント

- 1、8月の誕生石
- 2、鳥獣や水産動植物などを捕獲、採集する目的で糸などの繊維を編んだもの。
- 3、物事の実現の順序が、あるものよりも遅いこと。
- 4、ボールを投げること。また、投げたボール。特に、野球でいう。ピッチング。
- 6、ユーラシア大陸・北アメリカの北極周辺に広がる凍結した荒原。短い夏の間に地面の表層が融解し、コケ類や地衣類が生える。凍土帯。凍原。
- 7、球形のもの
- 9、壁・扉など、本来書くべきでない所にいたずら書きをすること。
- 11、回りをかきまわすこと。遠回りすること。
- 12、費用

#### ヨコのヒント

- 1、二つでひとつ揃うもの。二人または2個で一組になっているもの。
- 3、1棟の建物の内部を区切って複数の住戸を作った、賃貸の集合住宅。
- 5、限度。限界。
- 7、辛抱ができません、すぐ怒ったりいらいらしたりする様子。
- 8、演劇。芝居。
- 10、当選と落選。
- 12、ある物を与えてくれるよう、またある事をしてくれるよう相手に求める。
- 13、〇〇窓、〇〇〇張り、〇〇〇〇絵など。
- 14、明らかではっきりしている
- 15、時間あるいは時刻の意。

#### 二重枠のヒント

キューティクルを整え、滑らかな髪を保つ。また、痛んだ頭髮に染み

#### 応募の方法

- マス目に答えを記入し、2重枠の文字をヒントを参考に並べ替えて下さい。
- 締め切りは2018年9月15日(土)です。(消印有効)
- クロスワードパズルの解答・当選者は399号(2018年10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 ☎ 098-850-9004

#### エウシタンレイ

#### 当選者

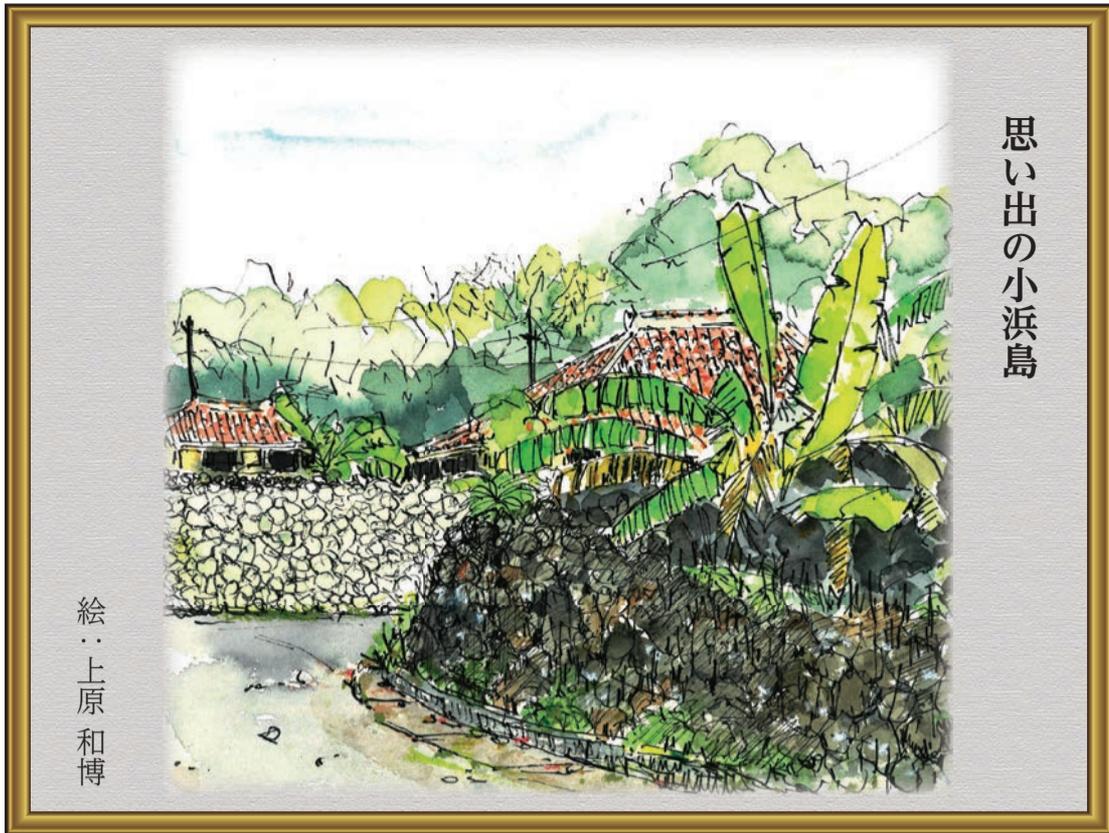
- ・荒川 菜穂子 (大宜味村)
- ・橋本 秀樹 (名護市)
- ・天願 照 (うるま市)
- ・与儀 春子 (那覇市)
- ・川満 孝俊 (那覇市)
- ・西山 美鶴 (那覇市)
- ・神山 幸子 (那覇市)
- ・池ちゃん (那覇市)
- ・池原 道子 (那覇市)
- ・比嘉 明美 (那覇市)
- ・ハイビスカス (那覇市)
- ・重吉 勝子 (豊見城市)
- ・比嘉 睦子 (豊見城市)
- ・豊平 初枝 (糸満市)
- ・富原 朝雄 (西原町)

35名の応募があり33名が正解しました。抽選で15名の方に図書カードをお送りいたします。ご応募ありがとうございました。



※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がありますので、ご了承ください。

込み、内部から補修、表面をコーティングして保護する働きがある。



思い出の小浜島

絵：上原和博

### 出資金の年度末処理について

生協法では、法定脱退(死亡や県外転居)以外の処理については年度末の処理をするよう義務づけられています。2018年12月までに申請書を提出された方につきましては年度末(2019年3月31日)の返済・処理になります。2019年1月以降の申請があったものにつきましては次年度(2020年3月31日)の処理になります。

ご協力宜しくお願い致します。

組合員の死亡や転居などはお手数ですが沖縄医療生協かお近くの病院や各診療所までご連絡お願いいたします。

**沖縄医療生活協同組合**  
TEL  
098-856-3107  
098-850-9004  
FAX  
098-850-7990

### 作品コーナー

## 中部協同病院

天の川が美しい季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

さて、今回の作品のテーマは、その天の川にちなんでゴミ袋を利用して「天の川」を作成しました。「天の川」はスタッフが設置しましたが、七夕飾り・短冊は利用者が「あくでもない、こうでもない」とスタッフも一緒になって楽しく作成しました。今回の「天の川」は3Fのデイルームに設置してありますが、その他にも3Fエレベーターホール、1F医事課横にも作品コーナーを設けてあります。中協にお越しの際は是非ご覧になって下さい！

中部協同病院 通所リハビリ室  
湧川弘子・仲尾次真樹



### 熱中症の予防

- 1 睡眠をしっかり、朝食もきちんととる。
- 2 こまめに水分をとる。(塩分補給も)
- 3 通気性や吸湿性の良い服を選ぶ。(綿等)
- 4 野外では帽子(傘の利用)をかぶる。飲み物を持ち歩きましょう。
- 5 高齢者や身体の弱っている人は湯きや暑さに気づきにくいので、こまめに給水クーラーなど適切に使いましょう。

家庭でつくる経口補水液のつくり方  
水1Lに食塩1~2g 砂糖40gを溶かす。

今月の一品

沖縄協同病院 栄養管理室 調理師 赤嶺彰紀

## へちまの塩ニンニク炒め (中華風アレンジレシピ!!)

**材料 (3~4人分)**

へちま.....3本(食べやすい大きさにカット)  
エリンギ... 大きいもの2本(食べやすい大きさにカット)  
ニンニク..... 3片(みじん切り)

**調味料**

★水.....200ml  
★鶏ガラスープの素(粉末)..... 小さじ1~1.5杯  
★塩.....小さじ0.5~1杯  
★昆布だし(粉末)..... 小さじ0.5~1杯  
水溶き片栗粉..... 適量



**作り方**

①へちま、エリンギを食べやすい大きさに切る。  
②ニンニクはみじん切りにする。  
③フライパンに油をしいて、みじん切りにしたニンニクを中火で炒め、ニンニクの香りが立って

きたら、へちま・エリンギを入れて軽く炒める。  
※へちま・エリンギは炒めすぎず、さっと表面に火が通ればOK!!  
④★の調味料を入れ火が通るまで炒め煮する。  
⑤水溶き片栗粉でとろみをつけて出来上がり。