(1)

だより



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

発行人 上原昌義

沖縄医療生協の現状 2019年10月末

組合員数

95,965人

出資金 18億4,614万8千円



3

0

名の参加でした。



テープカットする (左から) 座波会長、横矢副理事長、

与儀院長、比嘉専務

波政 協の安里嗣淳理事、 なり ちた表情でした。 護活動に期待を寄せる言葉も 地区医師会長の祝辞では当院 に対する今後の医療活動・ 江朝千夫市長、 式典では、 り、 テ 事長、 美県連会長、 ただき、 身の引き締まる思いに プカットセレモニー 多くの方々に祝福 与儀洋和院長、 また、 職員も希望に満 中田安彦中部 沖縄医 沖縄市 横矢隆宏 山田義富 療生 0 介 



の 2 11 日 間 16 時まで内覧会・祝賀会を開催 途中12時には式典を執り行 日 午前11時~ (土) と 17 日 午後2 日

療生協 ました。 ました。 を中心に、 医師会長、 お招きし、 . の 参 16 日は沖縄市長や中部地 加 O翌7日には、 地域組合員 があり、 270名が参加 介護施設や業者を そして近隣の病院 2 日間 1 2 0 沖縄 で 医



多くの方が参加、祝賀会を開催

貢献していきます地域の期待に応え

では、中部協同病院の苦労話や医療生協の長期計画、地域組合員の期待と喜び、そして内覧会参加者からも新病院の出来栄えを高く評価していただきました。

新病院に期待を込める地域組合員のみなさん

今後も地域組合員をはじ

平和をつくる。 【医療福祉生協の理念】 健康をつくる。

中部協同病院は今年で32年

# 事務長 嘉数 浩明

し事

中部協同病院

くお願いいたします。

業所のご支援、ご協力よろ これからも地域組合員、

各

介護の日行動和やかに開催

STOP!介護改惠!

いい介護がしたい・いい笑顔がみたい

沖縄県民主医療機関連合会

豊見城店で開催するのは初

ティッシュはほとんど配布

請願署名は南部・中部合

りました。マックスバリュ

コープおきなわ美里店で

約50名の職員が集ま

催

ではありましたが、

いました。

寒空の中での開

の頑

張りで準備していた

ユー豊見城店、

中部地域

雰囲気も良く、

開催場所と

めてでしたが、

場所は明るく

しては和やかな感じでした。

は わ

参加した職員みんなで「い

いい笑顔で」

集合写

せて104筆集まり、

最後

客足が少なかった

集めるなど工夫しました。

さまでした。

日

を共に盛り上げ また来年も 真を撮りました。

参加した皆様本当にお疲れ

らばり請願署名を 、店舗を拠点とし

街頭宣伝行動は事業所代

「いい介護がしたい!」マックスバリュー豊見城店前

いい介護、いい笑顔で

悪影響は必至です。 目に見えて客が減った. 食品大手は「10%になる 消費税10%が実施され2 ています。 ある居酒屋さんは、 景気への

とすべての製造コストが上 3割程度にとどまっていま うか。世論調査では、 値上げを実施し、 を購入する現金が手元にな アム商品券」はどうでしょ 批判そらし」を行いました。 低所得者対策の ないと利益が確保できな 理由の多くが (非課税世帯) 税率8%でも値上げ すでに昨年秋から 入の申込世帯は 増税後の 「プレミ のうち、 対象

> <u>|</u> 護2万8306世帯、 被害を受けるのは沖縄県民で ト位の県民所得、 ということです。 悲鳴が聞こえます。 増税で一番 全国最 生活保

ユレス決済による5% 景気対策としての「キャッ 還

> 莫大な恩恵がもたらされてい たと発表しています。 ます。経済産業省は、

# わくちん

# 大税 な影響

沖縄商工会連合会 事務局長 知念 三

決済のための端末機導入の費 た金融機関や流通大手には、 ント還元の決済事業者となっ にとっては、 元 レジ導入などで利益が削 カード会社への手数料負 はどうでしょうか。 キャッ 一方で、 ユレス ポイ 業者

された 月に終了し るだけでなく、業者は領収書、 が続きます。 ますが、 キ ヤ

と様々な合併症を引き起こ

が不十分な状態が長く続く

基か

入です。 月末の経済対策期間で試算す 平均8億2000万円に上っ 週間のポイント還元額が1日 業者は、その後も手数料負担 シュレス決済を導入した零細 ると2200 を受ける 税金投入は、 史上初めて導入 億円の税金投 企下業位 四四 来年6 実施1 来年 志 0 ッ

「8%と10%」という 消費者を混乱させ

> に実務負担も押し付けられ が求められ、 分けて表示する「区分記載 帳簿に8%と10 費用負担ととも %

> > 糖尿病治

協同にじクリニック 糖尿病看護

認定看護師

赤 嶺

勝

倒産・ 国で150万社の零細業者が 税申告の際に経費として差引 度です。この制度は、税務 たたかいが始まります。 領収書や請求書がないと消 支える中小業者を守るため えてしま くことができず、 が発行する番号が記載され われているのがインボイ (適格請求書等保存方式) 4年後, る消費税が増加します。 廃業に追い込まれると います。 地域から商売人が消 からの本格導入が 税務署に 日本経済 全

がほとんどです。

(正常空腹時

ルも

血糖值70~110m/

dl

しかし、

糖尿病コントロ

限り自覚症状を感じないこと

値

70㎏/d以下) にならな

61

も難渋しています。

嘅/ d以上) や低血糖

<u>́</u>

(血糖値おおよそ450

することは少なく、

高度な高

期的に治療が必要な疾患 糖尿病は慢性疾患と呼ば

れ

糖尿病そのもので重症化

参加職

# ていきましょう!! 沖縄民医連介護職部会 会長

会主催

11月11日介護の日

請願署名・オリジナルのプラ 表スピーチリレーで始まり

月9日

(土)、

介護職部

頭行動を行いました。

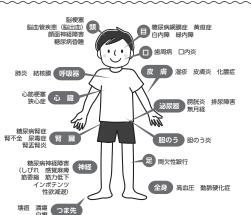
部地域はマックスバ

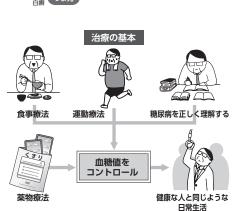
の集い」「介護相談」のチラ カード持ち・「介護ウェー

シ入りティッシュ配りなどを



# 「いい笑顔がみたい!」コープおきなわ美里店前





島崎

朋之

が多くみられます。

(足のつま先から頭のてっ かも糖尿病合併症は、

となり生活に支障を来たす方 ルを開始しても症状を抑える 多々あります。ですが、症状 が出てから糖尿病コントロー つらさを解消することが困難 ことは難しく、痛みやだるさ、 、身体症状を感じることが 全 症 け **し** 

軽にご相談ください。
がおいれば、という方は、医ががらない!という方は、医ががないがあれば、というがは、医がないがある。 現在行っている方法が正 予防に繋がります。 継続していくことが合併

### 神症り併べ きたしている方は多く、 と呼ばれる腎症・網膜症・ ますが、糖尿病性三大合併 経障害により生活に支障を 症の発症は個々により異な んまで)に起こります。 治療

まずは糖尿病についてしっ を行うことが重要です。 早期から糖尿病コントロー 合併症発症を抑えるために

いコントロール法を見つ そして、自分に出来る、 本を知ること。 り理解し、コントロールの 正

今回、

講師に招いた高江洲

# こしてはいけない! あなたへの伝 〜組合員が語る戦争体験を聞く会〜

第413号

病院講堂で平和活動委員会主 範学校等の学徒隊については を聞く会が開催されました。 れ、旧制中学、女学校、師 沖縄戦は「鉄の暴風」と言 組合員が語る戦争体験 月28日 (月)、 沖縄協同

リラ部隊」の存在を知りまし の叔父さんが映って「少年ゲ その番組を見ていたら、親戚 放映されるまでその存在を知 斬り込み部隊について、NH 14歳~17歳の少年)やゲリラ として少年護郷隊(小学校卒 少年たちも兵役に徴収され 短期間訓練し、一人前の兵隊 ませんでした。たまたま、 (2015年8月11日)で

した。

守る)が、今必要と話されまさせない活動(日本国憲法を

2019年日本平和大会が

ました。戦後74年経って風化 いと、とつとつと話して頂き 度と戦争を起こしたらいけな

語り継がれてきました。 しかし、 小学校を卒業した

年たち、兄の義英少年兵、二

洗脳され、若い命を失った少

国家と郷土を守るためにと

傷し、戦死しました。

最前線で奇襲攻撃をかけて負

少年護郷隊(ゲリラ部隊)は NHKの取材を受ける中から

に潜み、存在を隠しながら

義一氏の兄の戦死につい

て、

ランドー……イクサーナラン ねておりました(イクサー ら、ヤンバル少年の叔父と重 高江洲さんの話を聞きなが

那覇支部

支部長 仲本 政幸

# 設定めむせる!



行ってきました。2日は、そ 浜での座り込み連帯行動を をつくる」立場から辺野古の 協も理念の一つである「平和

集会に参加して毎回感じる

加しました。

平和を希求する 縄の心を全国と連帯 2019年日本平和大会in沖縄

沖縄で11月8日、 る場となっています。 うと全国で頑張っている人た 撤去させ、平和な日本にしよ されました。日本平和大会は ちが毎年開催し、学習を深め 軍事同盟をやめさせ、基地を 1986年に第1回大会が 9日に開催

> 東京の横田基地近くで開催さ れ1500人余の人達が参加 したのがはじまりです。 今回の「日本平和大会in 」には辺野古への新基地建

和な日本を目指す全国の運動 を交流・発展させるため、 設中止を求める沖縄県民の粘 、強いたたかいに連帯し、平

> 以上の人達が参加しました。 国・県内合わせて1000人

と思います。 変えていく良い機会となった 点」から「平和の拠点」へと にして共同を広げ「基地の拠 沖縄と全国が心をひとつ

平和活動委員会 玉城 全一郎



りました。 二日間で盛り沢山の日程とな 開会集会、シンポジウム・分 科会、閉会集会、パレードと 今回沖縄で開催できたこと 辺野古座り込み連帯行動

伊良波支部 赤嶺 典子 年以上続いています。医療生辺野古の浜での座り込みが20

行われました。

基地反対協議会

1998年、

結成されて以来、

分ほどで浜でのセレモニーを日と重なったこともあり、30古ゲート前での月1回の行動

終

わり、ゲート前での集会に

116人の参加

で

込み15周年行動が、 恒例の辺野古座り

月 2 日

(土)、

木炭を寄贈する理事の皆さん

その日は第1土曜日で、辺野

セレモニーを行うのですが、

いての学習会など2時間程度

しい

例年なら辺野古の現状につ

年木炭を贈呈しています。

き

るという確信です。

かく座り込めるようにと、 です。これから寒い冬場を暖 いうことで取り組まれた行動 の連帯行動が15年を迎えたと

毎

設は必ず止めさせることがでり続ければ、辺野古新基地建い、県民があきらめずに頑張ことは、私たちの行動は正し

16周年、17周年の行動のな

日が来るように頑張りま

の実現~」をテーマに、

医療

て住み続けられるまちづくり たちはどう生きるか~安心し ホテル南城において

「わたし

月15日(金)、

ユインチ



#### 本田宏氏

### 医療・社会保障が 実態を広く知らせよう!

# づくり強化月間大講

そのカラクリ・仕組みを知る 制度研究会理事長本田宏先生 ことができました。 ん悪くなってきているのか、 医療・社会保障制度がどんど 社会保障の現状となぜ日本の 名が参加しました。 の講演会が行われ、 講演を聴いて、日本の医療 約200

本の医療・社会保障制度はこ の医療現場での体験から、 して医療の現場で働いてこら 国民にはその実態が見えづら を痛めながら、しかも患者や のまま進むと崩壊する、と心 れ還暦を機に退職、これまで 本田先生は、長い間医師と

沖縄医療生協だより

そうです。 らの話術で、聴く人たちを飽 講演は時々笑いを誘いなが

間に過ぎました。 きさせず、時間があっという

場の実態を知ってもらう必要 切り捨て日本への処方せん」 特に若い世代の人たちに聴い があると述べています。 ためには多くの国民に医療現 てほしいと強く感じました。 の講演をより多くの組合員、 で、より良い医療を提供する か」は、その実践を通して答 「わたしたちはどう生きる 本田先生も著書「社会保障 今回

国での講演活動を続けている 緒に考え行動し、その動きを 止めさせようとの一念から全 態、仕組みを知ってもらい一 自ら多くの人たちにその く知らされていないことに

戦後最悪の医療介護改悪計

えが出せるように。 害者、 請を行いました。 わたって、住民福祉向上の要

安心して利用できる 引き続きご協力を

年に引き続き、新病院建設成 強化月間が終わりました。 11月のつながりづくり 昨

ています。

今後の事業計画は

本部まちづくり推進部

部長

香村 英俊

2022年4月開院予定で新

明るくなった「わったー病院 開院しました。広く大きく、

いきましょう。
で、引き続き、レインボー増用できる病院づくりにむけ

に多くの喜びの声が寄せられ

日いよいよ新中部協同病院が

こうした運動を力に12月2

将来にわたって安心して利

組みを大きく後押ししていま

約3000万円となり、

取

類の大口増資)によるものが

うち、レインボー増資

(7種

協同病院の東棟の増築を予定 しています。3病院の建設増 要です。このうち、自己資金 要です。このうち、自己資金 として6億円を出資金でまか として6億円を出資金でまか なう計画です。そのために毎 年2億円の増出資を呼びかけ

万円が集まりましたが、その た。11月末時点で7800 す増資運動をすすめてきまし 功に向けた年間2億円をめざ

よみ生協病院の建設、

目治体キャラバン2019県庁キャラバン

国で77例、県内でも2例あり、 縄県庁キャラバンには、15 らに事態が悪化しかねない 政府の制度改悪が続けば、 縄医療生協の照屋智恵氏より 体から24名が参加。冒頭、 「手遅れ死亡事例」を報告。 特に、しめくくりとなる沖 全 沖 丑

座安支部

てもらうことになりました。 3441筆を提出。 危機感を共有するよう訴えま た。また、 県庁としても検討 沖商連より

でもこども医療費無料化を中 料低額診療事業の県立病院等 営方針の変更を要請しました。 と国保税統一を求めた国保運 2024年度までに赤字解消 の大幅引き上げにつながる 健康企画の新垣盛秀氏より無 税引き下げなど国保改善署名 への拡大や関係機関への周知 また、保険医協会より通院 国保税

学卒業まで2021年度まで 沖縄県社会保障推進協議会

市を皮切りに30自治体を訪問 キャラバンは10月21日の石垣 画が進む中、今年の自治体

生保、年金の6項目に

介護、こども、

障

イムスと琉球新報にも掲載

RBCニュースで放映、沖縄た。県庁キャラバンは翌日のに実現するよう要請しまし

事務局長

平和をつくる。 【医療福祉生協の理念】 健康をつくる。 いのち輝く社会をつくる。 なって無事に伊江島に渡るこ

ブロック会議は、

伊江島支

まれた乞食行進の時に作られ

た琉歌を、ガイドの安保さん

いに11月6~7日、念願か

ました。そして3度目の正直

台風の影響で断念し

た。しかし計画していた9月、

O

ク会議 in

伊江島

元気もらう

か

れる北部ブロ

あかるいまち 地域まるごと健康づくり

た。 開催も良いかなぁと思いま ました。一年に一回は伊江島 が歌ってくれました。木の上 の軍隊のガジュマルにも行き

となって支部目標達成に向 終了しましたが、支部が一丸 つながりづくり強化月間は

なご支部

大きさに「大変だ!」の思

でいっぱいです。

医療生協の活動は40年程

代会で理事となり、

職責の

目になりました。今回の総 成から支部長を受け、3年 2年半前の南城市支部結

支部長 豊島 晃司

島に渡ればいい!」と決めた 候や仕事に左右されなかなか かし伊江島からの参加は、 会議は名護三支部・大宜味村 は8月のブロック会議でし なら本島のメンバーが伊江 加できないのが現実、「そ 江島で構成しています。 もらいました。 奮闘を知り、

第413号

をお聞きし、その後ガイドの 影響などの説明を受けまし 強化された米軍基地による 安保さんにアハジャガマや でのパラシュート訓練等現況 の謝花悦子さんから、伊江島 を行いました。 翌日午前中は、 外側のブロック塀に わびあいの里 伊江島調査 刻

また伊江島の皆さんの努力・ みなさんとしっかり交流し、 いました。自己紹介を含めて んや島の皆さんと交流会を行 江島支部の運営委員のみなさ しました。 の運営委員会もかねて開 会議終了後は、 いっぱい元気を

ームで行い、

皆さん 様

る 々

会を開催しました。 ブロックグラウンドゴルフ大 合公園遊戯広場にて、 11 月 17 日 (日)、

を頂きました。 けてくださり、 市長がお忙しいところ駆けつ く、参加者が77名、参加チー 開会式では、 当日は天気も 来賓あいさつ

ウンドゴルフ大会

山川仁豊見城 豊見城 見城総 来ました。 ことなく無事に終える事が出 な賞を設けて、ケガ人も出 笑顔で楽しくプレーし、 ム数14チ

#### 玉 寄 勝光

新理事の自己紹介

組んでいきたいですね! 縄協同病院の増築と、 取り組み、 み生協病院の建て替え、 中部協同病院の新築やとよ 南部ブロック担当 四つの課題を正面に で行ったことが思 張して津波古地域 員健診をバスで出 佐敷町の時に組合 い起こされます。 活動も変わりまし 新5か年計画の

本部まちづくり推進部

なりますが、

職員が参加し、組合員さんと かったので、 ていきたいです。 交流の場にできるように 今年度は職員参加が 来年度は多くの 高橋 敦志

### 野菜サラダ

①ジッパー式保存袋に、人参切干大根を 1/4 入れ、水に浸 しておく。

②①の水分を切り、その中にツナフレーク 1 缶、スイート コーン 1/2 缶、ミックスビーンズ 1/2 缶を入れ、マヨネー ズを大さじ2程度入れて、混ぜ合わせれば完成。



## 製もずく

①もずくスープに水を 入れ160mlが基本



### ドライカレ-

①ジッパー式保存袋に、ミートソース、スイ トコーン、ミックスビーンズを入れ、カレー 粉を入れて、混ぜ合わせる。(カレー粉は お好みに合わせて分量を加減する。)

災害時・火を使わない 簡単メニュー



災害時、家族内で決め事はしていますか?

次のようなことを意思統一しておくと、災害時に役立つかもしれません。

- 1. 家族のおちあい場所を決めていますか?
- 2. 防災グッズの準備はしていますか? (中身の賞味期限など点検しましょう)
- 3. 台風が来る前に準備していることは何ですか?

コープおきなわより資料提供

## 新春囲基大会

き:2020年2月16日(日)

午前8時半受付、9時開会式、

9時20分対戦開始

と こ ろ:沖縄協同病院3階講堂 参加費:1,000円(弁当代含む)

対 戦 法: A組(5~6段) B組(3~4段)

C組(初~2段) D組(級 組)

参加資格:医療生協組合員、但し、当日加入も可。

申込締切:2020年2月10日(月) まで (当日の申込みはできません)

まちづくり推進部 TEL 098-850-9004 FAX 098-850-7990

### 那覇市、糸満市、 沖縄市、 うるま市石川、 南風原町





- 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)

### 自慢のペットの写真を大募集

1 面左上に掲載しています。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)を進呈いたいします。ご応募お待ちしております。

メールアドレス: okiiseikyodayori@yahoo.co.jp 問い合わせ先:沖縄医療生協まちづくり推進部 ☎ 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ございますのでご遠慮下さい。



飼い主:仲底洋乃さん 名前:すずりんちゃん

なりました!

種 類:ヨークシャーテリア(犬) コメント: 我が家のわがままな四女です。うちに来て1年半で1.5kg も大きく

## 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)

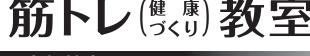
対 象:医療生協組合員

第413号

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。

## 船筋トレ(煙原)教室



(1)**那覇・南部教室** とよみ生協病院7階 筋トレミ

第1・2・4水曜日 午後6時~7時 毎週金曜日 午後6時30分~7時30分

12月4日(水)、6日(金)、11日(水)、13日(金)、 20日(金)、25日(水)、27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~7時 12月12日(木)、26日(木)

#### (3) 首里教室 首里協同クリニック 通所リハ室

毎週水曜日 午後5時30分~6時30分 12月4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)

#### 4 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~3時30分 12月5(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)

#### | 5 | 小禄筋トレ教室 | 小禄市営住宅集会所 |

每週金曜日 午前10時~11時 12月6日(金)、13日(金)、20日(金)、27日(金)

#### | ⑥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~8時30分 12月5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)

問合せ先:沖縄医療生協まちづくり推進部 TEL 098-850-9004

# スクエアステップ教室

第2·4 火曜日 午後3 時~4時 12 月 10 日(火)、24 日(火)

とよみ生協病院7階 組合員利用室

### ダイエットウォーク&気功

第3水曜日 午後6時30分~8時 12月18日(水)

とよみ生協病院7階 筋トレ室

問合せ先:沖縄医療生協まちづくり推進部 TEL 098-850-9004

《協議事項》

2019年度つながりづ

くり強化月間について

累計

1,846,148

95,965

387

996

### 《報告事項》 ◎第2期第5回理事会が10月 定例理事会だより 題について審議されました。 26日に開催され、 左記の議

新中部協同病院建設第27 各種委員会報告について 回報告について

# 《決議事項》

第413号

2 とよみ生協病院借地(豊 新中部協同病院建設工事 見城市所有) 売買契約に 伴う借入金額について 費に伴う銀行借入金額に

## 合員の皆様

大切な出資金をお預かりしています。 住所や電話番号など変更がある場合は、 お手数ですが**「まちづくり推進部」**まで ご連絡ください。TEL 098-850-9004



ふれあい広場

# 温暖化の影響

きたのかと不安ですね。 化の影響がいよいよ顕著になって かばかりかと心が痛みます。温暖 三度の水害に見舞われ、ご苦労い 岩手県、宮城県や千葉県など二度、 9月、10月と台風による豪雨で

5

9

15

11

# グレタ(那覇市)

# ウロウロ、アタフタ

2

12

きついよ~!!と、足の衰えを実感 と…車社会のウチナーンチュには タし…都会では歩くこと、歩くこ して帰ってきました。 ました。羽田空港でウロウロし、 リムジンバスの乗り継ぎでアタフ 急用で10数年ぶりに東京へ行き

1

6

8

10

14

# **ちいばあちゃん (豊見城市)**

ました。毎日の買い物なるべくおさ のは作ります。 いしない工夫。家庭菜園で食べるも えてサイフは千円だけ入れて無駄買 消費税対策 消費税アップで家計も苦しくなり

3 2

組合員脱退時の必要書類

について

上期決算について

5

沖縄を見つめて未来へ 2019年秋闘について

2019 年度累計

1,270

20

51

76,648

現勢を載せています。

「平和絵画展」の後援依

全国四課題の到達

326

2

11

10月

12,009

4

# 読書の秋さん (豊見城市)

7

4

継続は力なり

年は3か月間きっちりと挑戦できま 間通して実践するつもりです。 した。「継続は力なり」で今後も年 た「健康チャレンジ」でしたが、今 去年はひと月しか挑戦できなかっ 知花盛考(読谷村)

9

12

担い手ふやしについては、



譽発生装置。

組合員ふやし(人)

(千円)

(人)

出資金ふやし

班づくり(班)

担い手ふやし

# タテのヒント

クリスマスの前夜、子ども達 げの老人。 に贈り物を届けるという白ひ

2、食用とされる八スの地下茎。 将棋・チェス・すごろくなど 事柄の本質をうまくとらえた で、盤上に並べて動かすもの。

8

3

期待したようにならず、心残 今月の次に来るべき月。 の月。 りであること。残念に思う 次

11

こと。不思議なこと。

13、これから先のこと。今後。 レーシング〇〇、スポーツ〇 〇、ソーラー〇〇

12 11

Go-d

14

で受け入れること。

ヨコのヒント 警報・時報などに使われる音

15

何かをするときにほかの物

またそれを両足につけ、 などでつくった細長い板。

雪

睦宗洋

ちゃ

上を滑ること。

事に影響を及ぼす事情。

わ

ご応募ありがとうございました。ドをお送りいたします。した。抽選で15名の方に図書カーした。抽選で5名の方に図書カー

5 3 稲の種子からもみ殻を取り 去ったもの。

互いに勝利を争うこと。 姉と妹。女のきょうだい。 いに張り合うこと。 互

6

物事の筋道を述べること。 道路や鉄道などの、 ○○○語、○○○音楽 また、その述べたもの。意見。 点と他の地点との間。 ある地

9

10

喜んでむかえること。喜ん 普通とようすが違っている 木、グラスファイバ、メタル 比大喜美與知大西阿坂あ大安池東 底 嘉城納 ス 座念浜山根本め江里原納 長 次 郎 秀 美枝子 子真子ん貢子 子宏洋 正 (豊見城城市市) (豊見城城市市) (豊見城城市市) (世別、 (市市) (世別、 (市市) (市市) (市市) (市市) (市市) (うるま市 (うるま市

イクドウオン

選者

019年10月号 ロスワードパズル解答019年10月号 411号

7 2

### 応募の万法

○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。

7

○締め切りは2020年1月15日(水)です。(消印有効) ○クロスワードパズルの解答・当選者は415号 (2020年 2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



作・島袋

13

3

ること。

効果がすぐにはっきりと現

れ

※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

#### 健康をつくる。 【医療福祉生協の理念】 平和をつくる。 いのち輝く社会をつくる。

44都道府県、430回以

上開

#### 感染症とたたかう 沖縄協同病院 3階 細菌室



絵:上原和博



ひと時を過ごしまし

と季節感を感じながら、



来てくださいね。ますので、近くを通 首里協同クリニック

月前半までデイ る際は 通所リ 智 美

新垣

協 同 クリ ニッ

リスマスなんだね~ 命取り組みました。 平均85歳ですが、 けをする手工芸を行いました。 首里協同クリニックの利用者 、段ボールにクリスマスツ来月のクリスマスに合わせ の絵を書きビー み んな一 「来月はク ズで飾りつ り ね~ 生懸



第413号

どう 2013年に本書を刊行。そ 楾大樹氏は広島 知らせです 一番わかりやすいと評判 たいき) 著者、 楾 『檻の中のライ 氏の講演会の 大樹 の弁護士。 (はん

語のような軽快トークで笑いれ以来、パペットを使って落 法の本質がみるみるわかって しまう講演会を開催していま パペットを使って落 初心者にも憲 チェー **糸満協同診療所** 

高岡

亨

うとする動きが本格化 あわせの上ご参加 ンはつながり、その輪 の中の を広める活動が活発 このことを知ら お友達、 くばかりです。 ライオン』の

# 檻 B

そして満を持しての沖縄開催 せなくては!と は広がってい いた市民が、 ・中で、



老人保健施設かりゆしの里 管理栄養士 金城 喜久乃

#### 材料

卵白 ·····・大 4 個分 A グラニュー糖 ·····・ 大 4 塩 ………ひとつまみ 卵黄 ………6個分 Bグラニュー糖 ……大1 小麦粉 ………120 g 3連プリン (普通サイズのプッチンプリンの大きさ) …… 3個分 ホイップクリーム (お好みで) トッピングシュガー (お好みで)

- 卵白に塩ひとつまみを入れ、Aのグラニュー糖を入 れ、ボウルをひっくり返しても落ちないくらいまで
- ② プリンを耐熱容器に入れ、600Wで1~2分程度加 熱し、完全に溶かす。溶けないようなら追加加熱す る。オーブンを160度に予熱する。
- ③ プリンが人肌程度に冷まったら、卵黄、Bのグラ ニュー糖、溶かしたプリンの1/2、小麦粉をよく混



- 髪が混さつたり残りのブリンを入れ史によく混せ、♥をエイダプププ 入れさっくりと切るように混ぜなじませる。これを3回にわけて 繰り返し混ぜ合わせる。
- ⑤ 20cmのシフォン型(なければ普通のケーキ型でも可)に高いと ころから流しいれ、型をトントンと軽くたたいて空気を抜く。 160~170度で50~55分様子を見ながら焼く。
- 6 焼きあがったら焼き縮みを防ぐため逆さにする。あら熱がとれた ら型から外す。



ごごが プリンを入れることでカステラのような食べごたえのあるケーキになり、その まま食べても、羊は いるま かとる エー・ まま食べても美味しいです。お好みでフルーツをのせたり、上にグラニュー糖 まま食べても美味しいです。お好みでブルーツをのせたり、上にグラニュー をふって、バーナーであぶって上表面にカラメルを作っても美味しいです。