



希望の朝日 (金井さん)

6面に続く



2021年3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-iseikyo.jp>



発行人 上原昌義

沖縄医療生協の現状 2021年1月末

組合員数 97,868人  
出資金 19億1,078万5千円



個人目標が達成すると笑顔が増えます！(本部掲示物)

2020年度はコロナ感染症拡大の影響が継続する中、これまでにない活動制限と厳しい経営状況のもとで、事業活動と組合員活動をすすめてきました。各事業所では感染症拡大の防止策をとりながら一丸となって通常の医療・介護活動の維持に取り組む、地域では「コロナで悪化した経営を支えよう、現場で頑張る職員を支えよう」と、物資支援や増資を通じた協力が広が

りました。いつもとまったく違う状況だからこそ踏ん張ろうと、様々な努力と工夫で、例年以上に協同の力を発揮してきました。

さて、2020年度も残るところあと1ヶ月となりました。これまでの取り組みを継続し、新型コロナウイルスによる感染予防の対策にも十分留意した形をとりながら、2020年度全国四課題(加入、増資、班づくり・班会開

コロナをのりこえて、しめくり月間を成功させよう

催、担い手ふやし」の目標を達成するために、3月の「しめくり月間」に取り組めます。

中心課題は、「年間2億円の増資」達成です。地域でも事業所でも増資推進に力を入れ、これまでに1億7千万円の増資の到達となりましたが、同時に年度末に1億3千万円を超える減資・脱退が見込まれています。今年度最終盤の1ヶ月間に力を入れ、「増資」を取り組みの中心に据えて大きく盛り返していきたいと思います。各支部・事業所で感染予防をふまえて月間計画を確認しあい、それぞれの持ち場で月間の取り組みをすすめてみましょう。

次年度は新とよみ生協病院建設に向けた検討を再開します。将来にむけた計画を支える2億円増資の達成が必要です。しめくり月間の中でそれぞれの目標をやりあげて、元気づけ新年度を迎えましょう。

◎しめくり月間期間  
3月1日～3月31日

本部まちづくり推進部

部長 香村英俊

## 初リモート開催！ 組合員活動交流集会



目標を達成した協同にじくりクリニック職員

予定しています。参加ができなかった職員、組合員さんのみなさんぜひご視聴しお願いします。

「板垣淑子氏の講演は良かったです。中高年の引きこもりの実態を共有化できました。有償ボランティアについて沖縄でもできることから研修をした方がいいと思います。図画化した協同にじくりクリニックなど分りやすかった」と参加した地域組合員より感想が寄せられました。

3月の「しめくり月間」はみんなの力で目標達成させましょう。

まちづくり委員会

島袋聡





無差別・平等の医療と  
介護を引きついで  
かりゆしの里 移管します



昨年より、度々紙面で話題に上がっており、ます「介護老人保健施設かりゆしの里」の移管がいよいよ差し迫ってきました。4月1日よりかりゆしの里は沖縄医療生活協同組合から「社会福祉法人沖縄にじの会」へと事業を移管します。

1999年6月にオープンし、早21年目の春を迎えます。

この間、山あり谷ありの経営でしたが、介護の社会的役割と地域組合員へ貢献する事ができました。

現在、移管のためかりゆしの里職員は、医療生協職員4割・社福法人6割ほどの比率となつています。当施設より各介護系生協施設へ巣立った職員は、かりゆしの里での経験を生かし各部署で力を発揮しているとの評価を頂いています。

医療生協から介護老人保健施設かりゆしの里がなくなるのは少し寂しい気持ちもあります。

ますが、今後も厳しい介護情勢（介護報酬）などを鑑みると、20年いや30、50年の長きにわたり経営を安定させることが、職員をはじめ組合員や社会への貢献だといえます。

今回の移管で、組合員の受入れを制限することはありません。今まで通りの「介護老人保健施設かりゆしの里」です。医療生協の施設ではありませんが、これまで同様にご利用下さい。

老健かりゆしの里

具志堅 徳和

今年の就学援助の申請は特別に重要です。昨年からの新型コロナウイルス感染症の流行で、収入が減ったり、途絶えたり、次の仕事が見つかからない、見つかったも子育て真っ最中で生活が困難になったという方が増えています。また、様々な理由で生活保護を受けない受けられない方もいます。給食費や学校への納付金が払えなくなり、途方に暮れている方もあるのではないのでしょうか。そんなときに役立つのが就学援助の制度です。

憲法26条2項では「義務教育はこれ無償とする」教育基本法（2006年）第4条で「国及び地方公共団体は…経済的理由によって就学困難な者に対

して奨学の方法を講じなければならぬ」「…授業料はこれを徴収しない」と定めています。この規定に基づいて「就学援助法」等の関連の法律や条令で就学のための支援を行っている、国民として子どもに教育を受ける権利を保障



わくちん

**就学援助  
申請**

沖縄県母親大会

している制度が「就学援助制度」です。

この制度で支給されるのは、入学準備金、給食費、学校行事費、学用品費、医療費等ですが、自治体によって支給がない項目もあります。国の基準の項目が全て支給されてはいません。また支給される金額

も「実費」「定額」「限度額が設定」など支給項目や自治体によっても異なりますのでお住まいの自治体の教育委員会や学校に問い合わせてください。さらに、一昨年あたりから入学前にその準備の為の入学準備金が支給される自治体が

**の**

**しましう！**

委員会事務局長 **波平 文子**

実現し、県内各地に広がっています。コロナ禍で制服など入学の準備ができない等の時はすぐに申請をしてください。また給食費のみを援助金として支給している自治体もありますので、教育委員会などの窓口で相談をしてください。

認定の基準は、生活保護の

基準が元にされていますが、生活保護より緩やかです。必要書類は、学校の入学説明会の時に申請書が配布される自治体もありますが、申請書、所得証明書、印鑑は共通で必須です。手続きの窓口は、住んでいる自治体の教育委員会・学校です。

就学援助の制度は前述したように、子どもたちの学習する権利を保障するために国や自治体が行わなければならない義務規定です。この制度をさらに進めて学校へ納付するお金を0（ゼロ）学校教育費の無償を実現させましょう。手始めに今や教育の一環として明確に法律に位置づけられている学校給食費無償化の取り組みを進めましょう！

# 就学援助の

申請をしましょう！

沖縄県母親大会実行委員会事務局長 波平文子

して奨学の方法を講じなければならぬ」「……授業料はこれを徴収しない」と定めています。この規定に基づいて「就学援助法」等の関連の法律や条令で就学のための支援を行っている、国民として子どもに教育を受ける権利を保障

も「実費」「定額」「限度額が設定」など支給項目や自治体によっても異なりますのでお住まいの自治体の教育委員会や学校に問い合わせてください。さらに、一昨年あたりから入学前にその準備の為の入学準備金が支給される自治体がある。

基準が元にされていますが、生活保護より緩やかです。必要書類は、学校の入学説明会の時に申請書が配布される自治体もありますが、申請書、所得証明書、印鑑は共通で必須です。手続きの窓口は、住んでいる自治体の教育委員会・学校です。

# 新型コロナワクチン

接種はじまる

とよみ生協病院 感染管理認定看護師 嘉数民子

2月14日、米ファイザー製ワクチンが厚生労働省で正式承認されました。2月17日から、医療従事者約4万人に先行接種が開始されています。全国の各医療施設や市町村でもワクチン接種に向けて準備がすすめられています。

種が広く進み「集団免疫」を獲得することで流行の収束が期待されています。

今回の予防接種は、新型コロナナウイルスの世界的な感染蔓延を防ぐ為、緊急的に行う「臨時接種」となります。接種期間は来年2月までの1年

厚生労働省の計画では、ワクチン接種対象は全国民（外国人も含む）の16歳以上が対象で、各自自治体から接種券（クーポン券）や案内が個別に送られてきます。費用は国が負担するため無料です。接種回数は、1人2回接種（3週間程度間隔）で腕に筋肉注射を行う予定です。

ファイザー社の臨床試験（治験）では、約95%の予防効果が報告されています。接

間です。接種が推奨されているため、接種対象者には努力義務が課せられますが、最終的には本人・ご家族の判断となります。妊婦に対して、現段階では臨床試験のデータが不足しているため、努力義務を適用しないことになりました。

予防接種による感染症予防効果と副反応について、十分に理解した上で接種を受けることが大切です。

**新型コロナウイルスワクチンに対する質問は  
厚生労働省相談窓口にお電話を  
(2/15～開設されました)**

厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター  
電話番号：0120-761-770 (フリーダイヤル)  
受付時間：9時00分～21時00分

## ワクチン接種スケジュール (厚生労働省想定)

2/17～ 先行接種 医療従事者4万人  
※全国100の国公立病院で実施  
※同意を得られた20歳以上の  
医師・看護師

3月中旬 医療従事者 約370万人

4月～ 65歳以上の高齢者3600万人

以後

- ▶基礎疾患のある人 約820万人
- ▶高齢者施設などの職員約200万人など優先しながら順次接種





医療を受ける権利は、いのちに直結しています。しかし、近年、お金のあるなしで最も影響を受けている権利の一つです。そして本来は政府の責任であらゆる手を尽くし

し、これは実現される予定で  
す。

しかし、いい制度も使われ  
なければ意味がありません。  
申請手続きの改善と周知を求  
めましょう。

## 自治体キャラバン2020を終えて②

誰もが安心して  
医療を受けられるように」

**(主に国保、無料低額診療事業)**

て、守るべき権利  
です。

コロナ禍において、政府は世論に押され「国保税特例減免」を実施しました。前年比3割以上の減収で減免できるというものです。この点は大いに評価すべきです。ところがキャラバン等で問い合わせたところ実際は国保世帯の1.3%しか減免されていなかったのです（10月末現在）。

自治体キャバンでも2021年度も減免延長を要請し、これは実現される予定です。

しかし、いい制度も使われ

なければ意味がありません。  
申請手続きの改善と周知を求  
めましょう。

豊見城市キャラバン 山川市長冒頭あいさつ

自治体キャラバンでは、無

料低廉診療の周知協力も要請しました。与那原町や豊見城市では「紹介リーフ送ってほしい」など反響がありました。

政府は、75歳以上医療費2割負担化や国保税のさらなる引き上げを迫っています。

コロナ禍においても「自己

「責任論」にもとづく「自助」「共助」の押し付けを強化しようというものです。「医療を受ける権利」を「生きる権利」として守るために負担増ストップ、国保税引き下げなど、自治体とも共同して医療制度の改善をすすめていきたいと思います。

沖縄県社会保障推進協議会

事務局長 高崎大史

困難な中でこそ  
地域の力に！

2020年度九州・沖縄ブロック方針討論会集会

2月12日(金)、「医療福祉生協連2020年度九州・沖縄ブロック方針討論集会」が開催され、初めてのオンライン会議に参加、慣れていたこともあり、緊張の中参加しました。

コロナ禍で生じた苦難、事業や組合員活動の課題、コロナ禍を乗り越えるための工夫、そこから明らかになった教

訓、そして21年度に取り組むべき重点課題その中身をグループ討論しました。そこで感じたことは、医療生協として困難な中でこそ地域の力になる、地域に役立つ生協になると言うことです。その力は事業所を守ることにつながり、さらに地域医療を守ることに、地域ではいろんな形でつながっていく事が大事なんだ

と感じました。私たちが医療生協だよりや支部ニュースを配布することも、組合員と事業所をつないでいろんな活動に活かされていると思います。

今、全国の医療機関の経営が悪化する中で、強く国の支援を求める命を守る行動が必要だと思います。オンライン会議を通して感じたことは、早くコロナが収まり、多くの方と対面で意見を出し合い認識を深めることが出来るように、そして辺野古での新基地に膨大なお金を使うよりコロナ対策、命と暮らしを守るために使ってほしいと思います。

西原支部 喜瀬和美

小さな力が大きな成果に  
核兵器禁止条約発効

1月22日、国連において「核兵器禁止条約」が発効されました。「作る・持つ・持ち込む・使う・威嚇・それらを

助ける事」をすべて禁止し、被害者への援助と汚染された環境の回復義務を課している画期的な条約で、世界の86カ国が署名し52カ国が批准しています。

国家間の軍事バランスに着目した軍備管理条約とは異なり、核兵器がもたらす被害に着目した「人道的軍縮」運動の流れから誕生した条約です。

残念ながら核保有国は参加しておらず、被爆国である日本も核保有国との関係性や安全保障上を理由とし不参加となっています。

全面禁止条約)のように国際世論の高まりや銀行の融資撤退などで生産や輸出入の減少や、核兵器が「力のシンボル」から「恥のシンボル」へ変わる可能性が期待されています。

核兵器禁止条約発効にはヒバクシャ国際署名の取り組みが大きな力を発揮しました。

始めは小さな力の署名ですが、世界の人々が手を取り合えば新しい条約を生み出す大きな力になります。

この素晴らしい条約が全世界の共通となるように私たちも学び、行動していきましよう。

沖縄医療生協本部

賀数裕規



沖縄民主診療所の設立時の職員の一員として50周年を迎えることは、大きな喜びと誇りを感じます。ここまでの発展を支えてくださった全ての皆さまに心より感謝申しあげます。

昨年から新型コロナウイルスの世界的な流行があり、保健、医療、介護、福祉の活動が困難を来す中で、コロナ禍にめげず奮闘を続ける職員の皆さまに敬意を表します。新型コロナウイルスの感染は日本の保健、医療、介護、福祉の社会的基盤の脆弱さを焙り出しま

した。

50年の歴史を振り返ると15年は歴史の歯車が発展の方向に回転し、35年は歴代の政府の新自由主義的政策のため社会保障全般が悪化された時代でした。現在は歴史の転換点にあり命、暮らし、平和、民主主義を守る活動が以前にも増して重要になっています。50年前の設立時の初心を大切に

活動してまいりました。城岳盆踊り、医療生協の班つくり、訪問診療、核ミサイルトマホークくるな昼休みデモ、どれも懐かしい思い出になりました。私も77歳の光輝（後期）では有りません）高齢者になりましたがまだ現役でがんばっています。沖縄協同病院の研修委員会の部外委員として後輩の研修にも関わっています。70年代の遅くない時期に民主連

合政府をつくる夢は未だ実現していませんが、夢をあきらめず頑張りたいと思います。念ずれば花は開きます。

沖縄民主診療所  
元所長 山里将進



沖縄民主診療所の頃の職員会議風景 (1970.12) (右から2人目が筆者)

## 新とよみ生協病院 建設に向けて 再始動！

新とよみ生協病院建設は、昨年の新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受け、中断となっていました。2020年11月の医療生協理事会にて再開の確認、12月には融資について確認されたことで、準備をすすめていくことになりました。建築事務所とも2月からの再開に向け確認をしています。

全国的には依然として感染が収まっていない状況で緊急事態宣言が出ている地域や沖

縄県でも独自の緊急事態宣言が出されていたこともあり、感染対策を徹底して準備をすすめていきます。

既にご承知の通り、とよみ生協病院は旧沖縄協同病院である1976年3月に建設された建物で築45年となりました。2013年11月に法令化された「2013年改正耐震改修促進法」により、1981年以前に建築された大規模施設は耐震診断が義務付けられ、当院の耐震診断で

「耐震強度を満たさない」建物であることが判明しています。

このコロナウイルス感染症の影響で新病院建設は中断となりましたが、感染予防を考える上では貴重な体験となりました。新病院ではこの経験を生かして安全・安心の病院建設をすすめていきたいと思っています。

とよみ生協病院  
事務長 比嘉勉



昨年から続くコロナ禍の影響で、フレイル予防リーダー養成講座を開催する事ができませんでした。そのため外出を控えることで活動量の低下や人との交流が減り、フレイルになることが懸念されます。

そこで、フレイル予防リーダー養成講座を基にしたフレイル予防動画が完成しました。お家でフレイル予防を学び、実践できる動画となっております。①フレイルとは、②フ

レイル予防のための問診の取り方、③フレイル予防の口腔ケア、④フレイル予防の食事、⑤フレイル予防のストレッチ、⑥フレイル予防の筋トレと6項目に分かれており、項目ごとに視聴する事も出来ますので、多くの皆さまに観て頂ければと思います。

★動画は沖縄医療生協ホームページに掲載しています

健康づくり委員会  
高橋敦志







©沖縄ドローンプロジェクト

# 浦添西海岸の

## 自然を守ろう

亀山 統一 (日本科学者会議沖縄支部)

那覇港と牧港火力発電所の間に広がる浦添西海岸は、糸満から嘉手納までただ一つ残された自然海岸です。サングや海草・海藻がよく生息し、生物の極めて豊かな海です。キャンプキンザーの基地水域でしたから、県民がこの海の美しさを知ったのは、ご

く最近のことです。

しかし、政府はこの海を埋めて軍港を作ろうとしています。古く、水深が浅く、港湾設備のない那覇軍港にかわって、新たに拡張される那覇港の一角に、水深の深い最新の軍港を、私たちの税金で建設する計画です。「基地たらい

回し」そのもの、しかも強力な新基地計画です。

この「浦添新軍港」計画の進行は、辺野古新基地とは異なります。

辺野古では、海上ヘリポート、軍民共用空港、V字案と、常に具体案が示され、私たちはそれに対する反対運動をしてきました。しかし、浦添では具体案はまだ何もありません。とくに、キンザー跡地は、那覇新都心の1.4倍も面積があります。ここをどう活用するかは、沖

縄の未来を左右します。

ですから、①軍港案、②那覇港の拡張案、③キンザーの跡地開発案の3つが示されて、県民がその是非を判断することが必要です。もちろん、私たち県民はその案を作る段階から参加すべきです。

地球温暖化や、海の生態系の危機はまさに進行中です。

私たちはSDGsつまり持続可能な社会をめざして、海を守ることでしか、未来に生き続けられません。軍港を拒否し、那覇港の拡張は真剣に再検討して、宝の海を次世代に手渡したい。この海を守ってこそ、県民本位で未来あるキンザー跡地計画も描けます。

「浦添西海岸の未来を考える会」が結成され、活動を始めています。浦添では、オール沖縄の政党・会派と多くの市民が「軍港反対」「西海岸の自然を守ろう」でまとまるという、大きな前進もしています。いま、運動は生まれたばかり。みんなの力を集めて、平和で自然豊かな沖縄への歩みを進めましょう。

### コロナ後の医療活動と施設展開を考える

## 2020年度 医師団会議

「沖縄協同病院のコロナ対応中間報告」「沖縄医療生協の第5次長計と展望」「奨学生

2月6日 (土)、沖縄民医連・沖縄医療生協共催の「2020年度医師団会議」が開催され、医師はじめ121人の参加でコロナ禍においてWeb会議となりました。

今回の医師団会議は「コロナ後の医療活動と施設展

開を考える」をテーマとし、

「沖縄協同病院のコロナ対応

中間報告」「沖縄医療生協の

第5次長計と展望」「奨学生



こんにちは。研修医1年目の岡伊作と申します。研修も約1年が経過しました。感染拡大防止に努めつつ研鑽を積み重ねる日々です。さて、沖縄といえばきれいの活動報告」を柱に報告、議論を行いました。

な海が有名ですが、山にも魅力がたくさんあるのをご存知でしょうか。年中緑に囲まれ、生態系も豊かです。特に、頂上から眼下の街並みや360度広がる海を見渡すと最高の気分を味わえます。標高が比較的低いので体力がなくても簡単に登頂できます。写真は名護市の嘉津宇岳から撮影しました。これからも色々な場所を見に行きたいと思っています。

### 研修医紹介

日々研鑽の合間に…海もいけど山もね！

沖縄協同病院1年目研修医 岡伊作



て、上原理事長が考える国場川沿いで医療生協の事業活動をつなぎあわせた「ウォーターフロント構想」は、夢と展望のもてる話を聴くことができました。医学部奨学生の活動報告は、県外にいる学生もいることから全員が参加することができない場合もあります。が、今回はWeb上で元気な顔を見ながら報告を聞くことが出来て良かったと思います。

年に一度医師と他職種、地域組合員理事が一緒になって議論が出来る貴重な会議となりました。会議の中で議論されたことについて、全職員、地域組合員で問題解決できるようにしていければと思います。

本部人事教育部  
部長 玉城全一郎



3月  
の日程

## 筋トレ(健康づくり)教室



※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ます。  
まちづくり推進部へお問い合わせ下さい。

## ①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  
3月5日(金)、12日(金)、19日(金)、26日(金)

## ②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  
3月4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)

問合せ先

沖縄医療生協まちづくり推進部 TEL 098-850-9004

## フレイル予防リーダー養成講座の案内

ますます高齢化社会を迎える日本(沖縄)において、安心して住み続けられるまちづくり、健康県沖縄と健康長寿の延伸に向け地域まると健康づくりが医療生協運動の課題として掲げています。

高齢期は誰もが通る道で、いくつになっても元気で自立して過ごす事を誰もが望んでいます。しかし、人は年をとると共に自然と健康から虚弱(フレイル)へ、そして介護の段階へと進みます。フレイルを予防する事で寝たきりや介護、認知症予防や健康長寿延伸へと繋がります。

コロナ禍で外出を控えることにより、活動量の低下や人との交流が減り、フレイルになることが懸念されます。そこで、コロナ感染症の影響で開催を延期にしていたフレイル予防リーダー養成講座を、コロナ感染症の状況をみながら開催致します。コロナ感染症対策をした上、ウェブ開催で行いますので、ご参加の程よろしく願います。

開催日程については、各ブロックで決定致しますので、日程が決まり次第お知らせ致します。

健康づくり委員会 高橋 敦志

ラジオ放送  
fm那覇  
78.0kHz

## 「沖縄医療生協 にじのひろば」

毎週木曜日14:30～ON AIR!

毎週ゲストをお呼びして様々な情報をお届けします。

スマホでも  
ラジオがなくても  
アプリで聞ける!

ListenRadio 検索

聴き逃した時はfm那覇ホームページのポッドキャスト配信をクリック!

2週間後には、YouTubeでも聴けます。(見れます)

## 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。

戦火をくぐり抜けた人々から

## 「あなたへの伝言」



## 第12集発行

沖縄戦から75年、体験者からの聞き書きも次第に難しくなった。とくに今年は、コロナ禍の終息の見通しがつかないまま、外出自粛、緊急事態宣言が繰り返し発出された。医療生協の支部、ブロック会議も予定通り開けない状況のなかで、「あなたへの伝言」(組合員が語る戦争体験)第12集が当初予定よりかなり遅れたが12月25日に発行された。

第12集は、組合員8人10点の原稿が寄せられた。巻頭詩は「沖縄の桜を見る会」(芝憲子)。ほかに、「サイパンの戦争と幼少期の体験」(高宮城清)、「長谷寺住職の父母の戦争体験と長谷寺の十年」(岡田弘隆)、「テニアンのおい出」(安里嗣淳)、「司令部壕から見つかった万年筆」(平良栄子)、「14歳の体験」(比嘉キク)、「父の戦争体験と後遺症」(伊佐真政)、「沖縄戦の軍隊と住民」(平良宗潤)が収録されている。一読をお勧めする。

平和活動委員会 委員長 平良 宗潤

## 組合員本人、ご家族へ加入登録状況確認のお願い

当生協では年度末にあたり、組合員皆様の登録状況確認について該当する組合員に案内はがきを郵送しております。お手数ですが、はがきが届いた組合員はお問い合わせをお願いいたします。

## 介護職員募集

勤務地 那覇市、糸満市、うるま市、浦添市

- ◆ 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♡

## 自慢の写真を大募集!!

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。

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



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: 金井 創さん

コメント: 名護市の東海岸、豊原で撮った朝の光景です。12月、1月とコロナ感染拡大と不順な天候が続いていますが、雲間からさす朝日が希望を与えてくれます。



定例理事会だより

◎1月23日の第24期第20回理事会は、沖縄県の新型コロナウイルス感染症による緊急事態宣言期間中のため書面によって開催され、左記の議題について審議されました。

《報告事項》

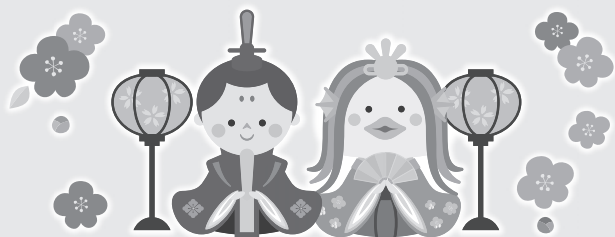
- 1、各種委員会報告について
- 2、2020年度全国四課題実績報告について

《決議事項》

- 1、管理部門人事について

《協議事項》

- 1、11月度決算について
- 2、2021年度予算方針案について



全国四課題の到達

|            | 1月     | 2020年度累計 | 累計        |
|------------|--------|----------|-----------|
| 組合員ふやし(人)  | 120    | 2,034    | 97,868    |
| 出資金ふやし(千円) | 26,986 | 162,948  | 1,910,785 |
| 班づくり(班)    | 0      | 5        | 371       |
| 担い手ふやし(人)  | 2      | 82       | 1,040     |

担い手ふやしについては、現勢を載せています。

組合員の皆様へ

大切な出資金をお預かりしています。住所変更やお亡くなりになられた場合は、名義変更や脱退処理が必要となりますので、お手数ですが、お早めにご連絡をお願いします。  
TEL098-850-9004 (まちづくり推進部)



ふれあい広場

幸せの心がけ

- ・今日一日親切にしようと思う。
- ・今日一日明るく朗らかにしようと思う。
- ・今日一日謙虚にしようと思う。
- ・今日一日素直になろうと思う。
- ・今日一日感謝をしようと思う。

収束の見えないコロナに鬱々とした春ですが、中川昌蔵著書「幸福のソフト」を心がけ、この禍難を乗り越えたいものです。

福寿草 (那覇市)

頭の体操

初めて目にする四字熟語でした。

パズルは解けたものの、「エッ? 雷神烈風?」。結局、久しぶりに辞典の力を借りました。良い頭の体操になりました。感謝!

ウメちゃん (豊見城市)

感謝

新型コロナウイルスの終息を切に願っています。同時に、日夜その対応に精励されています。全ての医療従事者の皆様へ、心より御礼と感謝を申し上げます。

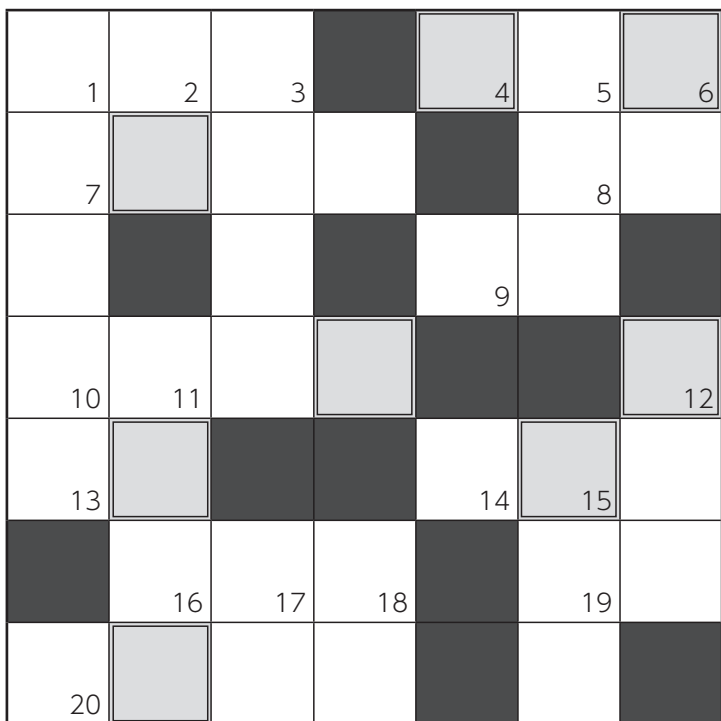
上原須恵子 (那覇市)

心安らぐ

体のためにウォーキングをがんばっています。冷たい風が吹く時は大変ですが、草花を見ながら歩くと心が安らぎます。

儀間俊夫 (南風原町)

クロスワードパズル



作・島袋 聡

タテのヒント

- 1、3月3日に、女兒のある家で雛人形を飾り、菱餅・白酒・桃花などを供えて祝う行事。わざとすること。
- 2、落ち着かないさま。逃げ足・逃げ腰となること。
- 3、木材・竹などを並べて結び合わせ、水に浮かべる物。木材の運搬や舟の代わりに用いる。
- 4、その事柄にふさわしい価値。値うち。
- 5、〇〇〇〇空間、特に太陽系空間のこと。
- 6、未処理が残った事務。擬人化した動物などを主人公に、教訓や風刺を織りこんだ物語。
- 7、一般に、接着剤のこと。
- 8、コロナ感染症予防のため、〇〇にならない様。

ヨコのヒント

- 1、空中を飛んでくぐりつ。
- 2、私利・私欲を離れて、正直に熱心に事にあたる心。まごころ。
- 3、官庁・会社などで、勤め先の内部で仕事をすること。
- 4、錠(じょう)の穴に差し込み、開閉するための金属製の道具。キー。
- 5、恨みに思つて仕返しをすること。「恩を〇〇で返す」。
- 6、郵便・電信・電話などによって情報を伝達すること。
- 7、理性と知恵。また、本能や感情に支配されず、物事を論理的に考え判断する能力。
- 8、スポーツで、一軍に対する予備的なチーム。
- 9、あることとないこと。あるなし。
- 10、組織や機関を初めてつくること。
- 11、一般に、接着剤のこと。
- 12、コロナ感染症予防のため、〇〇にならない様。
- 13、一般に、接着剤のこと。
- 14、コロナ感染症予防のため、〇〇にならない様。
- 15、一般に、接着剤のこと。
- 16、一般に、接着剤のこと。
- 17、一般に、接着剤のこと。
- 18、一般に、接着剤のこと。
- 19、一般に、接着剤のこと。
- 20、組織や機関を初めてつくること。

二重枠のヒント

滅多に訪れそうもないよい機会。二度と来ないかもしれないほど恵まれた状態。

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。
- 締め切りは4月15日(木)です。(消印有効)
- クロスワードパズルの解答・当選者は430号(2021年5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

2021年1月号 426号  
クロスワードパズル解答

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| ス | ラ | イ | ド | レ | ツ |
| ゴ | イ | ロ | ウ |   | イ |
| ロ | ン | グ |   | フ | カ |
| ク |   | ウ | イ | ロ | ウ |
|   | ジ | ゼ | ン | イ | キ |
|   | シ | ン | サ | ン |   |
| ホ |   |   | ツ | マ | カ |

ジライフウレツ

当選者

- ・亀浜 奈留美 (うるま市)
- ・仲村 幸栄 (沖縄市)
- ・屋宜 光子 (沖縄市)
- ・大宜見 謙二 (北谷町)
- ・草壁 健 (那覇市)
- ・上里 健 (那覇市)
- ・高橋 敏一 (那覇市)
- ・渡久地 教子 (那覇市)
- ・ちゅうらかあさん (那覇市)
- ・佐久田 隆 (豊見城市)
- ・神谷 知里 (豊見城市)
- ・我那覇 景子 (八重瀬町)
- ・百名 将士 (南城市)

77名の応募があり63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。



## 早春賦 ― 真玉橋遺構からとよみ大橋を望む ―



絵：上原 和博

沖縄医療生活協同組合

# 困ったときは くらしの 相談窓口へ

医療、介護、くらしなどで  
お困りではありませんか？  
お気軽にご相談ください。



〈窓口〉まちづくり推進部

## Tel.098-856-2519

受付時間：月～金 9:00～16:00

相談内容をメモしておく、スムーズな相談に役立ちます。



## LINE 公式アカウント

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



### 作品コーナー

## きれいなお花で 華やかなお正月

昨年末の12月29日、お正月に向けて入居者と一緒に生け花にチャレンジしました。

地域の花屋さんで購入した色鮮やかな花と造花を使用して作成しました。花を見た入居者からは「とてもきれいな」「いい香りがするね」と聞かれ、色とりどりのお花に大変喜ばれていました。実際に生け花に取り掛かると、集中してもくもくとスポンジに花をさし完成させていました。

今年も生けた花を飾り、華やかなお正月を迎える事が出来ました。  
生協グループホーム安謝  
新垣 紹太



沖縄協同病院  
栄養管理室 調理師  
赤嶺 彰紀

## 手羽元のさっぱりうま煮 (季節の温野菜を添えて)

すこしおレシピ (塩分量1人前1.9g弱)

材料 (2人分)

|                       |           |          |           |
|-----------------------|-----------|----------|-----------|
| ・手羽元                  | .....6～8本 | ◆調味料     |           |
| ・ゆで卵                  | .....2個   | ・醤油      | } 大さじ1.5杯 |
| ◆季節の野菜（温野菜）           |           | ・ミリン     |           |
| ・かぼちゃ                 | } 適量      | ・砂糖      |           |
| ・スナップエンドウ             |           | ・酒       | } 大さじ2杯   |
| ・ニラ                   |           | ・酢       |           |
| ・ミニトマト                |           | ・水       |           |
| ※季節の野菜はご家庭にある食材でOKです！ |           | ・おろしニンニク | ...1～2片分  |

作り方

- 鍋に手羽元、ゆで卵、調味料を入れ火にかけ、沸騰したら灰汁を取り中弱火でアルミホイルで落とし蓋をして、途中で2～3回返ししながら20～30分位煮ていき、煮汁にとろみがついてきたら出来上がり。  
※途中、早めに煮汁が少なくなったら、水を足して煮込んでOK！
- かぼちゃは食べやすい大きさに切って、耐熱容器に入れてレンジで3分程度加熱する。  
※加熱時間は目安です、火が通れば良いのでご家庭で調整して下さい。
- スナップエンドウ、ニラは沸騰したお湯でさっとボイルして、ざるに上げ、しばらく水気と粗熱を取り、ニラは食べやすい様にカットする。
- ①～③を皿に盛り付けて出来上がり。



◆今回の料理について◆

塩分量を抑えながらもお酢でさっぱり感、おろしニンニクでうまみを追加した食べ応えのあるしっかりとした味付けで、ご飯が進みます。温野菜は煮汁につけることで美味しく食べられます。加熱するだけ、味付けなしで大丈夫です。