



初めてのシャボン玉 (玉城さん)

6面に続く



2021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)
 ☎ (098) 856-3107
 ホームページアドレス <http://www.oki-iseikyو.jp>



発行人 上原昌義

沖縄医療生協の現状 2021年8月末

組合員数 97,869人
 出資金 19億2,438万3千円



ワクチン接種 休日も可能 沖縄協同病院

県内の新型コロナウイルスの感染状況は、まだまだ拡大が続く見えてこない状況です。沖縄協同病院の外来では通常の一般、救急診療に加え発熱外来、ワクチン接種を行っています。9月からは重症化を防ぐ効果が期待される外来での抗体カクテル療法も開始しています。

ワクチン接種については、病院ホームページにも掲載し地域のワクチン接種加速化に向け、土日、祝日の予約枠を広げ対応を強化し、8月までに1万回接種を超えています。

12歳以上で未接種の組合員の方が居りましたら、ぜひお問合せ下さい。救急は、近隣の医療機関が診療制限する中、救急車搬送が増加しています。併せてコロナ陽性患者や疑似患者の対応も増加しています。

入院では感染拡大が続く

コロナ対応 事業所奮闘中!

中、県のコロナ病床増床要請を受け、1病棟をコロナ専用病棟とし、28床を運用しています。現在常に満床の状態です。4〜5名退院してもすぐに次の患者が入院する状況が続いています。

コロナ病床の確保で少なくなった一般病棟は常に満床状態が続いていますが、これ以上、とよみ生協病院や近隣の医療機関と連携し、新たな入院患者を受け入れていきます。

感染拡大の影響は、職員の家庭内でも濃厚接触者が出るなど体制的にも厳しい状況が続いています。そうした中、病院利用者からかけられる温かい労いの言葉や、生協支部の皆さんからの差し入れは職員の力となり励みになっており、地域の皆さんに支えられていると感じ心から感謝申し上げます。引き続き感染防止対策を徹底して参ります。

沖縄協同病院

事務長 宮平守

濃厚接触者の対応 (透析室) とよみ生協病院

コロナ禍となり1年半、当院でも各部署で感染対策強化に努めてきました。

今回、当院の透析室の感染対策についてご紹介します。

当院では、230名の方が透析しており、午前・夜間と合わせて1日約100名前後の方が、外来で通院しています。別館の透析センターでは、73人の方が同じフロア内で透析を行っています。

透析患者様は、玄関前で体温測定後の入室の徹底、体調の確認及び、同居の家族・職場・入居施設でコロナ疑いや発生事例がないか等、毎回、周囲の状況の聞き取りも行っています。同居家族でコロナ陽性者が発生した場合、速やかに透析室に連絡してもらい、隔離透析で対応します。

濃厚接触者となった方は、2週間は自宅待機と健康観察が必要ですが、透析は週3回通院しなければなりません。この間、本館の3階透析室で午前の透析患者様が退室後に案内します。他の患者様や職員と接触しないよう、駐車場や出入り口・エレベータも分けてスタッフ同行で部屋まで案内して透析を行っています。

又、透析後に送迎手段がない方には、職員が個別で送

迎えています。

目には見えないウイルスとの戦いの日々が続きますが、これからもスタッフ一同、コロナ禍の収束を願いながら感染対策に取り組んでいきます。

とよみ生協病院
 感染管理認定看護師
 嘉数民子

新型コロナウイルス感染症の現状 中部協同病院

当院では2020年4月から門前トリアージ・コビット(発熱)外来が開始されました。開始当初はPCR検査が出来ず、保健所へ相談しながらの対応を行っていました。

8月11日から中部地区医師会へ検査委託を開始、12月18日から院内検査も可能となりました。

院内検査開始後は、1桁だった患者数が徐々に増加し今年の5月には3桁になりました。ピーク時の8月には150名〜200名近くが来院し、車が公道まであふれ一般の患者様や近隣住民の皆様へご迷惑をおかけする事態も発生しました。従来の業務をしながらでは対応が追いつかず、師長たちが早朝から出勤し昼食も取らず対応に追われることもありました。

3月から医療者向けに始まったコロナワクチン接種も



PCR検査で並ぶ車両 (中部協同病院)

6月から一般高齢者接種が始まり、毎日100名(8月末日現在、延べ6269名)を超えています。

コビット(発熱)外来、ワクチン接種体制を強化するため、沖縄県雇用政策課の新型コロナウイルス感染症対応休業支援を頂き、人手不足となっているコビット(発熱)外来のトリアージやワクチン接種会場などへ配置しています。

また本部や沖縄協同病院からも連日大きな支援を貰いながら、どうにか乗り切っています。

緊急事態宣言の効果なのか?あるいは県の大型検査会場設置がされたためか、9月に入ってから患者数が徐々に減少しており、師長たちも自分の業務が出来るようになってきています。

しかし、まだまだ先は見えません。これからも第6波に備え感染防止に努めつつ、地域医療を守っていきます。

中部協同病院
 総看護師長 玉城和美

辺野古の海に新基地はつくらせない! 辺野古座り込み17周年 連帯行動



私たち沖縄医療生協は、2004年11月17日より名護市辺野古に米軍の新基地建設を阻止するとりくみとして、辺野古座り込み行動を行ってきました。座り込み行動も形を変え継続して取り組み、今年11月17日で17年目を迎えます。この継続した座り込み行動は、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すことを目的に行っています。

コロナ禍で多くの参加で座り込み行動、集会等が取り組めない中、国は大量の土砂を海に投入しています。私たちが暮らす沖縄の豊かな海を守り、そして辺野古に新基地はつくらせないことを決意し、平和な沖縄をめざすとりくみを続けていきます。

地域組合員、職員組合員のみなさんの連帯行動への参加をお待ちいたします。

日時：11月20日(土) 10時～11時
場所：名護市辺野古テント村
対象：地域組合員、職員組合員

※バス代は無料
※沖縄県の緊急事態宣言発出によって延期・中止・縮小開催もあり得ます。

お問合せ先：098-850-3185
沖縄医療生協(人事教育部) 担当：玉城

自民党新総裁に岸田文雄氏が選出された。11月4日招集の臨時国会での首相指名が確実となった。岸田新政権の下で憲法改正問題はどうか注目される。それは我が国のありようを決定的に左右するからである。

安倍政権、それを忠実に踏襲した菅政権の下で、憲法改正策動は大きく進展した。自民党改憲4項目、すなわち①自衛隊の明記、②緊急事態条項の創設、③合区解消、④教育の充実が、それである。中核は①であり、その他は①の重大性を

希薄化させるための目くらまし役割に過ぎない。憲法への自衛隊明記は、恒久平和主義の基本的根拠たる憲法9条の破壊であり、軍隊保有と戦争立国への国家改造である。



総選挙で 改憲策動に終止符を!

弁護士 仲山忠克

安倍・菅両政権の下で、我が国の戦争する国づくりは加速化された。米軍の世界的侵略戦争への自衛隊の参戦・後方支援を許容する安保法制

岸田氏は総裁選挙において、改憲4項目は「現代的課題であり、改正をしっかりと実現しなければならぬ」と強調した。岸田総裁圧勝の最大の功労者は安倍前首相であり、早くも「安倍のあやつり人形」だと指摘されている。表紙変われど中身変わらずである。

政治の根本的変革は政権交代以外にはない。11月に実施される衆院議員総選挙はそのチャンスである。主権者としての自覚をもった投票行動によって、憲法の輝く国づくりを推進しようではないか。今度の総選挙で、憲法改正策動に終止符を打ちましょう。

コロナ禍の面会制限 オンライン面会の普及

沖縄協同病院 緩和ケア認定看護師 大城早苗

2019年暮れから始まった新型コロナウイルス感染症のパンデミックは、今年8月には第5波を迎えています。災害級のコロナ対応に追われる医療現場の苦悩は毎日の報道で目にしており、沖縄県は全国最大の医療崩壊が起こっていると

気になって帰ってきて欲しい」と、穏やかな時間を過ごすことが出来ました。

未だ終わりのみえないたたかひの中で、患者さんと家族とのつながりが危機に陥り、コロナ禍での面会禁止・面会制限は、家族との時間をどのように守るのが課題でした。家族との「つながり」は、患者さんにとって大きな力であり、励みです。

オンライン面会の普及で遠方に住む高齢者や外国で暮らしている家族、仕事が多忙なために面会に来ることが難しい方や幼い子どもとの交流ができるようになり、直接会えない患者と家族の「こころをつなぐ」ことができるようになります。これからも私たち医療従事者は、「大切な人の側にいる」という患者・家族のニーズに応えられるよう、その思いに寄り添っていきたくと考えております。

◆オンライン面会のご案内◆

ご希望の方は、事前に予約を取っていただく必要がありますので、まずはお電話で「オンライン面会」の申請をしてください。ご面会できる方はご家族のみ、1回につき2名様までとさせていただきます。面会時間は、1回15分までとなっております。体調不良、発熱、2週間以内に県外へ行かれた方または県外からお越しの方は、ご面会はできません。ご来院の際は、検温、手指消毒、マスクの着用をお願いいたします。また、面会中もマスクを着けたままお話し下さい。病棟によって曜日・時間指定がありますので申込時にご確認ください。



2021年度第57回の総代当選者公告

2021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2021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 具志堅 徹 梶原 資子 上野 和昌 福地 信昭 大城 恵理 大城 松健 大豊 島晃 比嘉 靖	石川 澄子 うるま具志川南支部 島袋 吉明 浜川 サヨ子 和宇慶 昌子 石川 卓巳 小谷 朝子 糸村 好子 友寄 和子 名城 節子	浦添きた支部 西平 守伸 比嘉 愛子 比嘉 由美子 比嘉 秀信 平田 ヒデ子 与那覇 和男 比嘉 政喜 田畑 翔吾 銘 苜信子	金城 政子 四元 盛一郎 湯地 信子 崎田 トミ子 小禄西支部 大城 絹江 大城 初枝 高良 初子 高橋 正道 橋本 妙子 狩俣 隆子	首里東支部 仲松 泰子 當真 嗣之 古謝 涼子 安良城 米子 當真 ヨシ子 内村 敏雄 前泊 郁子 與那嶺 和子 照屋 元子 丸山 治美	上原 千津美 山内 純子 玉城 智江 上原 浩二 玉城 かずえ 玉城 ノブ子 玉利 キヌエ 糸満南支部 金城 愛子 上原 信子 大城 富子 大城 ヨシエ 浦崎 哲男 浦崎 豊子	梅澤 永治 大城 恵美子 久米島町 中本 辰己 八重山支部 宮良 礼子 翁長 孝夫 西村 亜希子 みやこ支部 具志堅 高子 平良 若代 羽地 香織 上里 清美	佐久田 純子 知念 智哉 東江 信恵 松永 理恵 城間 聡子 永山 政欣 名嘉 解子 大城 徹也 高嶺 勇太 友寄 景介 山城 悦子	中部協同病院 森岡 理歩 松田 弘二 仲宗根 愛子 和仁屋 匡史 野波 春美 新垣 文枝 守内 泰道 糸数 和美 具志 美香 島袋 究菜 兼城 春子 松尾 綾子						
名護北支部 砂川 ソル 越沼 美和子 東江 英明 東江 泰子 池宮 秀行 浜川 初子	与勝支部 野原 美津子 山城 信子 照屋 みどり 根保 ツル子 伊保 妙子 根保 シゲ	浦添みなみ支部 伊礼 保子 平田 サヨ子 西銘 健子 比嘉 悦子 仲西 常幸 仲西安 子 大田 英子	小禄南支部 新里 律子 宮城 春美 染谷 なお子 上原 富子 上原 栄弘子 国吉 朝子	上田支部 大城 ときえ 比嘉 清子 福元 孝宏 古堅 宗江 古堅 幸恵子 比嘉 直子	糸満東支部 小堀端 美智子 玉城 すみ子 我謝 恵子 東筋 オトメ 大城 恒雄 前田 潤稔 平良 宗安 玉城 信	沖縄協同病院 東江 拓 松田 南海男 屋良 樹一 安座間 太一 新里 裕介 平良 千恵乃 稲福 北斗 渡嘉敷 博和 松原 勝也 泉水 朝陽 松田 優子 中村 誠夫 勝村 菊美 黒田 ひとみ 潮平 美奈子 花里 佐弥香 前川 隆江 石川 えりか 照屋 愛智 嘉数 智明 町田 秀一郎 藤村 英里 仲島 亮樹 平谷 知博 黒島 崇二 永有 銘一 山内 昌喜 保村 育子 大城 ミサエ 下地 富士子 湧川 敦也 宮城 秀晴	那覇民主診療所 内間 陽平 嘉数 史乃 糸満協同診療所 赤嶺 守一 石川 清美 首里協同クリニック 野原 直美 浦添協同クリニック 稲福 亮 医療生協本部 上原 ちなつ 石原 佳穂子 県連事務局 松元 菜奈 協同にじクリニック 川満 尚子 金城 美七子 生協グループホーム安謝 下里 準 やんばる協同クリニック 比嘉 直樹 石川にじの家 山内 忍 地域包括支援センター古波蔵 仲本 泰子 生協ケアセンター 小濱 華恵 生協訪問看護ステーションないる 大城 真千子							
屋部支部 伊波 宏保 宮城 尚司 吉元 和男 呉屋 信竹	沖縄がんじゅう支部 又吉 和枝 遠藤 優希 山城 泉美 有銘 祐美 諸見里 邦子 諸見里 哲弘 玉城 妙史 金城 美智子 池原 秀明 伊波 泰子	ちやたん支部 中村 綾子 本永 悦子 長濱 千秋 田仲 末子 池原 春子	真和志みなみ支部 山城 圭子 比嘉 ハツ子 窪田 尚治 玉城 栄子 嘉数 須賀子 儀間 久美	伊良波支部 仲山 智朝 儀間 盛美 大城 尚己 大城 直己 瀬長 宏 原国 まゆみ 原国 政裕	やえせ支部 仲原 りり子 神谷 信夫 神谷 清一 原国 邦子 伊禮 徹強 金城 強	座安支部 赤嶺 吉信 島尻 照 當銘 由美子 伊佐 春美 新城 富秀	南城市知念支部 親川 松清 具志堅 政子 村上 政江 親川 幸隆 川澄 江	とみしろ支部 照屋 つぎ子 照屋 要雄 瀬長 恒昇 照吉 清子 廣瀬 和賀子	座安支部 赤嶺 吉信 島尻 照 當銘 由美子 伊佐 春美 新城 富秀	南城市支部 松田 スミ子 中村 喜美江 田中 知子 新垣 直成 知念 慶子 上里 幸枝 親泊 元哲 當山 春美	とよみ支部 津波古 理恵子 高嶺 純一 兼子 健一 新垣 米子 新垣 龍治 浦添 正光 瀬長 洋子 阿嘉 宗保	長嶺支部 賀数 藤子 山城 郁美 佐事 安夫 前田 啓子 宮里 美恵子 長嶺 玲子 佐事 ノリ子	糸満支部 上原 吉輝 川崎 善美 国吉 美紀 伊敷 明子 玉城 初美	南風原支部 幸地 八重子 新里 正勇 新垣 惠次 當真 嗣春 南風原南星支部 宮城 寛諄 大城 盛徳 本 敏男
伊江島支部 名嘉 實 喜屋武 宗信 平安山 良尚	伊江島支部 名嘉 實 喜屋武 宗信 平安山 良尚	嘉手納町 田仲 末子 池原 春子	真和志西支部 名嘉山 吉剛 高良 剛 野村 スミ子 潮平 寛信 宮城 宜子 大宜見 都美子 赤嶺 淳子 砂川 榮子 安次嶺 千恵子 長浜 博一 屋良 元信 名嘉座 栄幸 玉城 米子	伊良波支部 仲山 智朝 儀間 盛美 大城 尚己 大城 直己 瀬長 宏 原国 まゆみ 原国 政裕	やえせ支部 仲原 りり子 神谷 信夫 神谷 清一 原国 邦子 伊禮 徹強 金城 強	座安支部 赤嶺 吉信 島尻 照 當銘 由美子 伊佐 春美 新城 富秀	南城市知念支部 親川 松清 具志堅 政子 村上 政江 親川 幸隆 川澄 江	とみしろ支部 照屋 つぎ子 照屋 要雄 瀬長 恒昇 照吉 清子 廣瀬 和賀子	座安支部 赤嶺 吉信 島尻 照 當銘 由美子 伊佐 春美 新城 富秀	南城市支部 松田 スミ子 中村 喜美江 田中 知子 新垣 直成 知念 慶子 上里 幸枝 親泊 元哲 當山 春美	とよみ支部 津波古 理恵子 高嶺 純一 兼子 健一 新垣 米子 新垣 龍治 浦添 正光 瀬長 洋子 阿嘉 宗保	糸満支部 上原 吉輝 川崎 善美 国吉 美紀 伊敷 明子 玉城 初美	南風原支部 幸地 八重子 新里 正勇 新垣 惠次 當真 嗣春 南風原南星支部 宮城 寛諄 大城 盛徳 本 敏男	
大宜味支部 金城 正治 大山 美佐子 幸野 泰子	大宜味支部 金城 正治 大山 美佐子 幸野 泰子	北中城村 平安山 一三 比嘉 實	真和志西支部 名嘉山 吉剛 高良 剛 野村 スミ子 潮平 寛信 宮城 宜子 大宜見 都美子 赤嶺 淳子 砂川 榮子 安次嶺 千恵子 長浜 博一 屋良 元信 名嘉座 栄幸 玉城 米子	伊良波支部 仲山 智朝 儀間 盛美 大城 尚己 大城 直己 瀬長 宏 原国 まゆみ 原国 政裕	やえせ支部 仲原 りり子 神谷 信夫 神谷 清一 原国 邦子 伊禮 徹強 金城 強	座安支部 赤嶺 吉信 島尻 照 當銘 由美子 伊佐 春美 新城 富秀	南城市知念支部 親川 松清 具志堅 政子 村上 政江 親川 幸隆 川澄 江	とみしろ支部 照屋 つぎ子 照屋 要雄 瀬長 恒昇 照吉 清子 廣瀬 和賀子	座安支部 赤嶺 吉信 島尻 照 當銘 由美子 伊佐 春美 新城 富秀	南城市支部 松田 スミ子 中村 喜美江 田中 知子 新垣 直成 知念 慶子 上里 幸枝 親泊 元哲 當山 春美	とよみ支部 津波古 理恵子 高嶺 純一 兼子 健一 新垣 米子 新垣 龍治 浦添 正光 瀬長 洋子 阿嘉 宗保	糸満支部 上原 吉輝 川崎 善美 国吉 美紀 伊敷 明子 玉城 初美	南風原支部 幸地 八重子 新里 正勇 新垣 惠次 當真 嗣春 南風原南星支部 宮城 寛諄 大城 盛徳 本 敏男	
東村 伊佐 育子	東村 伊佐 育子	中城村 安里 ヨシ子 宮城 達	真和志西支部 名嘉山 吉剛 高良 剛 野村 スミ子 潮平 寛信 宮城 宜子 大宜見 都美子 赤嶺 淳子 砂川 榮子 安次嶺 千恵子 長浜 博一 屋良 元信 名嘉座 栄幸 玉城 米子	伊良波支部 仲山 智朝 儀間 盛美 大城 尚己 大城 直己 瀬長 宏 原国 まゆみ 原国 政裕	やえせ支部 仲原 りり子 神谷 信夫 神谷 清一 原国 邦子 伊禮 徹強 金城 強	座安支部 赤嶺 吉信 島尻 照 當銘 由美子 伊佐 春美 新城 富秀	南城市知念支部 親川 松清 具志堅 政子 村上 政江 親川 幸隆 川澄 江	とみしろ支部 照屋 つぎ子 照屋 要雄 瀬長 恒昇 照吉 清子 廣瀬 和賀子	座安支部 赤嶺 吉信 島尻 照 當銘 由美子 伊佐 春美 新城 富秀	南城市支部 松田 スミ子 中村 喜美江 田中 知子 新垣 直成 知念 慶子 上里 幸枝 親泊 元哲 當山 春美	とよみ支部 津波古 理恵子 高嶺 純一 兼子 健一 新垣 米子 新垣 龍治 浦添 正光 瀬長 洋子 阿嘉 宗保	糸満支部 上原 吉輝 川崎 善美 国吉 美紀 伊敷 明子 玉城 初美	南風原支部 幸地 八重子 新里 正勇 新垣 惠次 當真 嗣春 南風原南星支部 宮城 寛諄 大城 盛徳 本 敏男	
今帰仁村 諸喜田 政子 与那嶺 悦子 仲宗根 ミヨ子	今帰仁村 諸喜田 政子 与那嶺 悦子 仲宗根 ミヨ子	那覇支部 宮里 トシ 小松 直幸 儀間 力司 新垣 政幸 仲本 美子 高志保 安子 儀間 ヨシ子 末吉 トシ子 山本 洋子	真和志西支部 名嘉山 吉剛 高良 剛 野村 スミ子 潮平 寛信 宮城 宜子 大宜見 都美子 赤嶺 淳子 砂川 榮子 安次嶺 千恵子 長浜 博一 屋良 元信 名嘉座 栄幸 玉城 米子	伊良波支部 仲山 智朝 儀間 盛美 大城 尚己 大城 直己 瀬長 宏 原国 まゆみ 原国 政裕	やえせ支部 仲原 りり子 神谷 信夫 神谷 清一 原国 邦子 伊禮 徹強 金城 強	座安支部 赤嶺 吉信 島尻 照 當銘 由美子 伊佐 春美 新城 富秀	南城市知念支部 親川 松清 具志堅 政子 村上 政江 親川 幸隆 川澄 江	とみしろ支部 照屋 つぎ子 照屋 要雄 瀬長 恒昇 照吉 清子 廣瀬 和賀子	座安支部 赤嶺 吉信 島尻 照 當銘 由美子 伊佐 春美 新城 富秀	南城市支部 松田 スミ子 中村 喜美江 田中 知子 新垣 直成 知念 慶子 上里 幸枝 親泊 元哲 當山 春美	とよみ支部 津波古 理恵子 高嶺 純一 兼子 健一 新垣 米子 新垣 龍治 浦添 正光 瀬長 洋子 阿嘉 宗保	糸満支部 上原 吉輝 川崎 善美 国吉 美紀 伊敷 明子 玉城 初美	南風原支部 幸地 八重子 新里 正勇 新垣 惠次 當真 嗣春 南風原南星支部 宮城 寛諄 大城 盛徳 本 敏男	
石川支部 伊波 実弘 金城 松子 島袋 安子 伊波 宏俊 山内 英子 玉城 直樹 桑江 良実 伊波 治子	石川支部 伊波 実弘 金城 松子 島袋 安子 伊波 宏俊 山内 英子 玉城 直樹 桑江 良実 伊波 治子	那覇南支部 高岡 悦子 吉村 貴子 脇元 金太郎 嘉手川 えりか 喜瀬 光夫 宮城 正邦 永山 美加 高山 盛秀 大城 春子 嘉手川 重一 金城 英紀	真和志西支部 名嘉山 吉剛 高良 剛 野村 スミ子 潮平 寛信 宮城 宜子 大宜見 都美子 赤嶺 淳子 砂川 榮子 安次嶺 千恵子 長浜 博一 屋良 元信 名嘉座 栄幸 玉城 米子	伊良波支部 仲山 智朝 儀間 盛美 大城 尚己 大城 直己 瀬長 宏 原国 まゆみ 原国 政裕	やえせ支部 仲原 りり子 神谷 信夫 神谷 清一 原国 邦子 伊禮 徹強 金城 強	座安支部 赤嶺 吉信 島尻 照 當銘 由美子 伊佐 春美 新城 富秀	南城市知念支部 親川 松清 具志堅 政子 村上 政江 親川 幸隆 川澄 江	とみしろ支部 照屋 つぎ子 照屋 要雄 瀬長 恒昇 照吉 清子 廣瀬 和賀子	座安支部 赤嶺 吉信 島尻 照 當銘 由美子 伊佐 春美 新城 富秀	南城市支部 松田 スミ子 中村 喜美江 田中 知子 新垣 直成 知念 慶子 上里 幸枝 親泊 元哲 當山 春美	とよみ支部 津波古 理恵子 高嶺 純一 兼子 健一 新垣 米子 新垣 龍治 浦添 正光 瀬長 洋子 阿嘉 宗保	糸満支部 上原 吉輝 川崎 善美 国吉 美紀 伊敷 明子 玉城 初美	南風原支部 幸地 八重子 新里 正勇 新垣 惠次 當真 嗣春 南風原南星支部 宮城 寛諄 大城 盛徳 本 敏男	
うるま具志川北支部 新城 光子 小渡 米子 山田 菊枝 宮城 英和 桃原 蓉子 山田 義富 久高 広美 小渡 善吉	うるま具志川北支部 新城 光子 小渡 米子 山田 菊枝 宮城 英和 桃原 蓉子 山田 義富 久高 広美 小渡 善吉	読谷支部 伊佐 眞政 伊佐 眞武 伊佐 弘善 伊屋 清善	真和志西支部 名嘉山 吉剛 高良 剛 野村 スミ子 潮平 寛信 宮城 宜子 大宜見 都美子 赤嶺 淳子 砂川 榮子 安次嶺 千恵子 長浜 博一 屋良 元信 名嘉座 栄幸 玉城 米子	伊良波支部 仲山 智朝 儀間 盛美 大城 尚己 大城 直己 瀬長 宏 原国 まゆみ 原国 政裕	やえせ支部 仲原 りり子 神谷 信夫 神谷 清一 原国 邦子 伊禮 徹強 金城 強	座安支部 赤嶺 吉信 島尻 照 當銘 由美子 伊佐 春美 新城 富秀	南城市知念支部 親川 松清 具志堅 政子 村上 政江 親川 幸隆 川澄 江	とみしろ支部 照屋 つぎ子 照屋 要雄 瀬長 恒昇 照吉 清子 廣瀬 和賀子	座安支部 赤嶺 吉信 島尻 照 當銘 由美子 伊佐 春美 新城 富秀	南城市支部 松田 スミ子 中村 喜美江 田中 知子 新垣 直成 知念 慶子 上里 幸枝 親泊 元哲 當山 春美	とよみ支部 津波古 理恵子 高嶺 純一 兼子 健一 新垣 米子 新垣 龍治 浦添 正光 瀬長 洋子 阿嘉 宗保	糸満支部 上原 吉輝 川崎 善美 国吉 美紀 伊敷 明子 玉城 初美	南風原支部 幸地 八重子 新里 正勇 新垣 惠次 當真 嗣春 南風原南星支部 宮城 寛諄 大城 盛徳 本 敏男	

2021年度総代数	総代定数
支部・地域	337
事業所	80
総代合計	417



沖縄医療生協 6つの行動目標

④⑤環境・平和を守る取り組みをすすめます

環境を守り、省エネ・再成可能エネルギーの利用をすすめます。地球温暖化を防止するために、自分事として取り組みます。平和で持続可能な社会をめざし、沖縄の平和を守る活動をすすめます。



漫湖周辺のクリーン活動



ボランティア委員会を中心に、隔月で漫湖公園清掃活動を実施しています。この活動は、2009年に那覇市と公園清掃活動ボランティア協定を締結して行われてきました。ペットボトルなどプラスチックのゴミのポイ捨てが依然として後を絶ちません。身近な環境を守る取り組みをすすめていきたいと思います。

環境 自分事として

地球温暖化による異常気象が世界各地で起こっています。国連のIPCC（気候変動に関する政府間パネル）報

「組合員が語る 戦争体験記」

「戦火をくぐり抜けた人々からあなたへの伝言」(組合員が語る戦争体験記)は、2005年第1集を発行し、2020年までに計12集を発行しました。この間、延べ100人余りの組合員の戦争体験が綴られ、語られてきました。わたしたちは、これまでの戦争体験記を次世代へ語り継承していくことを目的に



デジタル紙芝居を作成し紹介していく、また「医療生協だより」にこれまでの戦争体験を掲載し沖縄戦を風化させず、平和で持続可能な世界を目指すことを目指し、これも平和な沖縄を守る取り組みを続けていきたいと思います。

許すな!

辺野古新基地建設

沖縄県民の辺野古新基地建設反対の民意は変わりません。「建白書」実現をめざす。保革を超えた沖縄県民の不屈のたたかいは大きな共感と団結の輪となつて全国にも広がっています。沖縄の自然豊かな海を後世に残すためにも引き続き新基地建設の阻

新理事紹介



理事・うるま具志川南支部 大嶺 自章

した。具志川支部が分割すると同時に具志川南支部の支部長を務めてきました。

私は、中部協同病院の建設の頃医療生協に加入しました。直接医療生協の活動に参加するようになったのは、中部協同病院の送迎車の運転手として働くようになってからであります。具志川支部では運営委員として、健康ウォーク愛好会を結成して毎月の健康ウォークに取り組んできま

今回は理事の任を引き受けることになり微力ではありますが、医療生協の発展のために頑張りたいと思います。諸先輩方のご助言、ご指導をよろしくお願いいたします。最後に一言「デジタル社会、デジタルなっタル高齢者」

研修医紹介

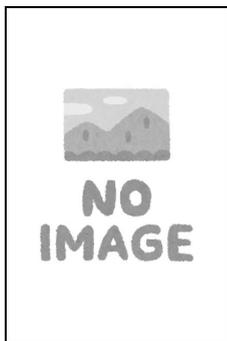
できることを増やして成長していきます!

沖繩協同病院1年目研修医

T・U

しております。仕事では、毎日わからないこと、できないことだらけですが、一個一個できることを増やして成長していければと思っております。

散策したり、自然と触れ合うのが好きなので、是非研修期間中に、やんばるの森に行ってみたいと思っております。先日休みの際に首里城に



はじめまして、こんにちは。研修医1年目のT・Uと申します。宮城県出身で出身大学は岩手医科大学です。沖縄は初めてですが、楽しく過ご



行ってきました。火災により本殿は消失してしまいましたが、石垣等は健在で迫力がありました。

感動
地域の連携で 人生を変えた!
 全日本民医連共同組織活動交流集会
 in 山梨オンラインプレ集会

が参加しました。

指定報告では、全国からコロナ禍でも地域の人たちと繋がる活動についての7つの報告がありました。特に印象的だったのは、子ども食堂の活動です。親からネグレクトを受けていた小学5年生の少年が、子ども食堂のボランティアスタッフと出会い、高校に進学するといった長い関わりと、民医連等の他団体との連携で人生を変えたお話は感動でした。

また、なご支部の豊島晃司支部長が「沖縄県民は諦めない! 許すな! 辺野古新基地建設とコロナ感染拡大」をテーマに報告していただき、沖縄の現状を全国のみなさんに知っていただけたと思います。

文化企画では、第五福竜丸をテーマにした憲法ミュージカル「Lucky Dragon」を視聴しました。平和への思いをミュージカルで表現されており感動しました。記念講演は「コロナ禍における民医連のとりくみ」をテーマに、全日本民医連副会長の根岸京田氏より講演があり、コロナ禍の中でも、医療・介護を守り、より良い社会保障の実現の為に民医連運動を取り組んでいこうと思えるお話でした。

来年予定されている、共同組織活動交流集会in山梨が楽しみにするプレ集会でした。
沖縄民医連 事務局
 原口 菜々子

キッズチャレンジ多数参加
健康づくり月間

8月から始まっている健康づくり月間が10月で最終月となりました。今年度は、参加申込み制ではないため現在の参加状況を把握する事が出来ていませんが、毎年参加している児童と新しく参加していただいた児童から、キッズ用のチェック表回収を行い、現時点で135名分の提出がありました。昨年と比べても倍以上のお子さんが参加してい

ます。今年度もコロナ感染症の影響で、地域の皆さんへの周知案内が困難でしたが、自治体・コープおきなわ・地域の児童にご協力いただき、例年にない案内活動を行いました。健康づくり月間は最終月となりましたが、11月までチャレンジを行い、12月10日の提出期限に合えば参加賞の対象となりますので、ま

だチャレンジしていない方もぜひチャレンジしてみましよう。

健康づくり月間では、新型コロナウイルスの感染防止に留意し、11月7日(日)にWHO世界健康ウォークを予定しています。今回の開催場所は、海洋博記念公園・フクギ並木に決定しました。また、健康ウォーク後には、ボランティア委員会と一緒に海岸のゴミ拾いも行います。多くの組合員の皆さんの参加をお待ちしております。
健康づくり委員会
 高橋 敦志

支部通信

宮古島のコロナ禍、訓練で島を歩き来する自衛隊員、軍隊は住民を守らない!

8月、宮古島市長は「世界最悪の感染地域、宮古島に來ないで欲しい」と観光客や帰省者に向け來島中止を訴えました。コロナ感染拡大が止まらず医療が脆弱な島で住民の命を守らんが為に発した悲鳴のような訴えです。

コロナ発生前、人口5万5千人の宮古島に年間約40万人がクルーズ船でアジアの国から來島し、1年間の観光客数は百万人を突破、島は沸きに沸いていました。2020年にコロナの波が島に押し寄せて約1年半。クルーズ船入港を見込んで造った港は一度も寄港が無く、空港もガラ空きで人けは無し、島は一時閑散としていました。だが、今や、連休には観光客が次々と空港に降り、レンタカーは増え、海岸で楽しむ島外からの若者や家族連れも多い。ホテルの予約も満杯

状態です。そして連休明けにはコロナ感染者が拡大する、その繰り返しに危機感を持った市長の思いが「来ないで欲しい」の声になりました。更に、宮古島に新しく配備された陸自警備部隊・ミサイル部隊も島外での訓練で島を出入りし、島外からも來島しています。基地建設には地域外労働者も多く、コロナ感染拡大は自衛隊基地とも大いに関係する。軍隊は住民を守らない!

*コロナ発生以前の宮古島は陸自基地建設と島外からの建設作業員、増える観光客を見込んでホテル建設、増大する移住者用のアパート建築で「宮古島バブル」と言われていました。

みやこ支部 上里 清美



通信教育のススメ

組合員のみならず、コロナ禍の自粛生活ではいかがお過ごしですか? 自宅で過ごす時間が長くなり読書やテレビなどを見て過ごしていませんか? 今年は医療福祉生協連の通信教育を受講して新たな学びの機会をつくってはいかがでしょうか? 今年の通信教育は新たなコースとして医療生協の今後の展望を学ぶ「医療福祉生協連の2030ビジョン」や医療福祉協会の活動指針である「医療福祉生協」とのちの章典が内容をリニューアルしてリリースされております。

申し込みは2021年12月末まで可能です。また、3名以上のお仲間申し込み、修了すると記念品がもらえるグループエントリーもご用意しております。組合員の皆さまのお申し込みをお待ちしております。修了者の感想をご紹介します。

※「モチベーションの高い職場づくり」の講座を、家事が終了した夜のちよつとした時間に1日の目標ページを決めて学習をし、終了しました。「コミュニケーションの大切さや「こうあるべき」「こうすべき」ではなく共に考え改善し歩んでいくことを学びました。
 教育学習委員会 賀数 裕規

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！

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！

ListenRadio 検索 YouTubeでも聴けます。(見れます)

9月の放送内容です。ぜひお聴きください。

再放送	9月2日	アレルギーについて
41回目	9月9日	救急時、こんな時どうする？
42回目	9月16日	臨床工学技士の仕事とは
43回目	9月23日	生協つながりづくり強化月間
44回目	9月30日	グループホームとは

※ラジオで聴いてみたいテーマなどがあればお寄せ下さい。

問合せ先 まちづくり推進部 TEL 098-850-9004

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と、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 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

費用：初回法律相談（30分）無料

■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。

フードパントリー活動へご協力をお願いします。

沖縄医療生協は「健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる。」の理念のもと地域組合員・職員組合員が一体となって様々な取り組みをすすめています。その中で地域の居場所づくりとして「子ども食堂」や「子ども無料塾」などを運営しており、今後も継続して支援が必要です。

組合員皆様のご家庭で余っている食材や生活用品などを子ども食堂や子ども無料塾へ寄付する事で子どもの居場所を継続して支援することができます。フードパントリー活動へのご理解、ご協力、ご支援をお願いいたします。

フードパントリーとは

生活困窮者やひとり親家庭など何らかの理由で十分な食事ができない状況の人々に食品を無料で提供する支援活動の事

支援物品 米、乾物、缶詰、ジュース類、お菓子、レトルト食品、生活用品 など ※詳細はお問い合わせください。

問合せ先 ☎098-850-9004 まちづくり推進部(外間)

組合員特典が利用できる店舗（組合員証の提示）				
店舗名	業種	住所・電話番号		特典内容
1 Rainbow Terrace Okinawa	カフェ	北中城村喜舎場1214テラス あやかりの杜2Fテラス 098-933-1475		ランチメニューを10%オフ
2 Hearing Room. Mu (土日営業)	リラクゼーションサロン	北中城村喜舎場267-1 (2F) 080-6496-5892 (要予約)		10分サービス
3 沖縄ろうきん	金融	ローンプラザ なは	0120-232-100	【無担保】福祉ローンカードローン ※詳しくは左記のローンプラザへご連絡ください。
		ローンプラザ おもろまち	0120-029-155	
		ローンプラザ コザ	0120-232-107	
4 沖縄ハーバービューホテル	レストラン	那覇市泉崎2-46 (地下1階) 098-853-2119 (要予約)		料理代10%割引
		那覇市泉崎2-46 098-853-2117		
5 サザンビーチホテル&リゾート沖縄	ご婚礼	※対象条件がございますので直接ご確認くださいませ		【特典内容】 ・ファースト来館「ランチ券」ペア1組贈呈 ・ご結婚特典、乾杯用スパークリングワインまたはフリードリンク50%off ・ウエディング特典(人数別値引き) ゲスト200名以上10万円 ゲスト100名～199名7万円 ゲスト30名～99名5万円
		糸満市西崎町1-6-1 098-992-7500		
6 ユインチホテル南城	レストラン サンピア	◆ランチbuffet特別料金にてご案内(期間10月31日まで) 館内ハロウィンバージョンでお出迎え 正規料金 平日 2,090円 ⇒ 1,600円にてご案内 土日祝 2,310円		◆サマー宿泊プラン(1泊2食付き)特別料金にてご案内(10月31日まで) ◆12周年特別結納プラン、選べる特典をご用意。(11月30日まで) ※詳しくは、ホームページをご覧ください。
	天然温泉 猿人の湯	南城市佐数字新里1688 098-947-0111		
		◆ランチバイキング ※但し、イベント日を除く 2,350円→2,150円(10月31日まで) ◆入浴料 1,650円→1,350円(10月31日まで)		

※各特典はコロナ感染対策を行いご利用ください。

10月の日程 筋トレ(健康)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
10月8日(金)、15日(金)、22日(金)、29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
10月7日(木)、14日(木)、21日(木)、28日(木)

問合せ先 まちづくり推進部 TEL098-850-9004

共催：沖縄県民主医療機関連合会・沖縄医療生活協同組合

介護ウェブの集い2021

特別講演「介護保険制度の現状と今後について」

講師：小竹 雅子氏 市民福祉情報オフィス・ハスカップ主宰

指定報告 1 自治体キャラバン報告
指定報告 2 沖縄県内介護事業所アンケート結果
介護職員リレートーク

日時：10月31日(日) 9:30～12:30 参加費無料

※新型コロナウイルス感染症の感染対策として、ZOOMを活用したウェブ開催となります。参加希望の方は、まちづくり推進部 介護事業課 西仲・前田までご連絡ください。 電話番号 098-856-2519

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：玉城 響子さん コメント：3歳児、はじめてのシャボン玉です！

定例理事会だより

◎第25期第2回理事会が8月28日にリモートで開催され、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、2021年度全国四課題実績報告について
3、創立50周年記念事業事務局会議報告
4、理事の辞任届について

《決議事項》

- 1、名誉院長および名誉診療所所長称号規程について

《協議事項》

- 1、2021年度7月決算について
2、名誉院長および名誉診療所所長称号の授与について
3、2021年度つながりづくり強化月間アピール案について
4、総代選挙について
5、新とよみ生協病院建設について



全国四課題の到達

Table with 4 columns: 8月, 2021年度累計, 累計. Rows include 組合員ふやし (人), 出資金ふやし (千円), 班づくり (班), 担い手ふやし (人).

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

心ウキウキ

8月から組合員の特典利用が受けられるとのこと。何だか心がウキウキしてきました。出資金も増やさなくっちゃ!

又吉りつ子 (浦添市)

良いツールに

クロスワードパズル、毎回四男の息子と頭をひねりながら考えています。良いコミュニケーションツールになっています。私の場合は脳トレも含まれていると思います。

仲本京子 (南風原町)

幸せの瞬間

テレビ番組「小さなイタリアの村の物語」の中で、村人の語った一言が心に残りました。「幸せかどうかは他人が決める事じゃない。毎日の暮らしの中に思わず笑顔がこぼれる瞬間があるかどうか、それが大切だ」それなら私も充分幸せだと思える日々です。きつと皆さまも。

オーソレミオ (那覇市)

乗り切ろう

観光は沖縄の経済を潤してくれます。しかし、新型コロナウイルスの爆発的感染拡大の中、離島での生活は脅威でしかありません。一刻も早いコロナの収束を願うと共に、住民の安全、命を守る治療法を拡充し、難局を乗り切りましょう。

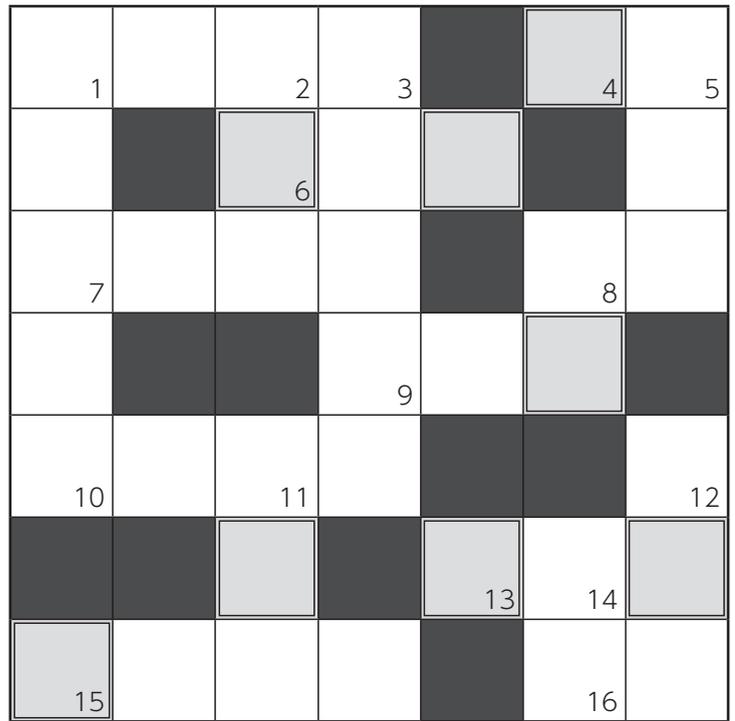
ウエルカムンちゅ (久米島町)

早く平和に

コロナ禍で大変な中、医療生協だよりを発行してくださる新たな情報や知っておくべき情報を発信してくれることに感謝しています。今できることは、なるべく家族で過ごすことだと思ひ、登園自粛や買い物回数を減らすなど、健康にも気遣っています。早く平和が訪れます様に。

小澤梨奈 (那覇市)

クロスワードパズル



作・島袋 聡

タテクワント

- 1、陰暦10月の異称。
2、陶磁器類の総称。焼き物。せとも。
3、柑橘類の果実に多く含まれる有機酸。水に溶けやすい結晶で、さわやかな酸味がある。清涼飲料・医薬品などに利用。
5、新しく事をする。また、そのさま。
8、動物の消化器系の開口部で、食物を取り入れる器官。
11、フィルムに連続的に写しとった映像を、映写機でスクリーンに映し出し、目の残像現象を利用して形や連続した動きを再現するもの。

ヨコクワント

- 1、映画・舞台・スポーツ競技などで、グループやチームをまとめ、指揮・指導する役の人。
4、太陽の沈む方角。
6、庭や鉢などに植えてある木。また、植えるための木。
7、官庁・会社などで、勤め先の内部で仕事をすること。
8、高等植物で、葉・根とともに植物を構成する基本器官。先端に生長点があり、内部に維管束をもつ。
9、ある物品を産出する土地。生産地。
10、タバコを吸う習慣を断つこと。タバコを吸うのを禁止する。
13、さめきらずに残っている熱。
15、国民が国または地方公共団体の機関に対して、損害の救済、公務員の罷免、法律・命令・規則の制定・廃止、改正その他の事項に関して、文書で希望を申し出る。
16、その時の商品としての価格。

二重枠のクワント

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11月15日(月)です。(消印有効)
○クロスワードパズルの解答・当選者は437号(2021年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ります。

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8月号 433号 クロスワードパズル解答

Grid of crossword puzzle answers with characters like ナ, ツ, ヤ, ス, ミ, イ, etc.

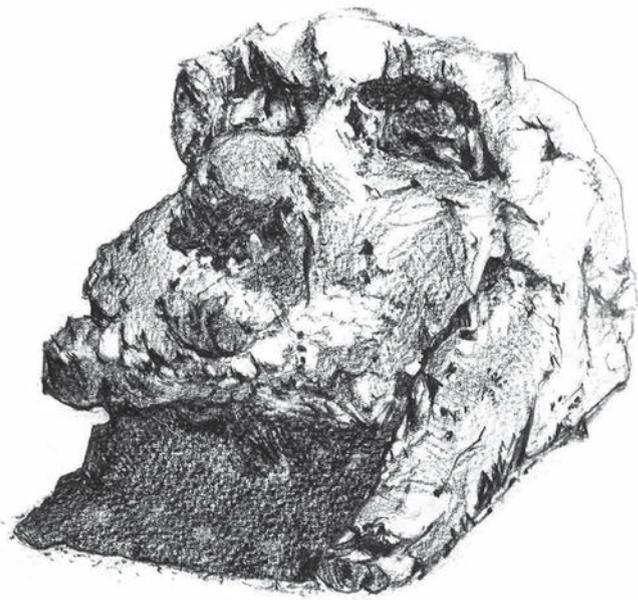
トクイマンメン

当選者

- 佐久田 朝信 (うるま市)
比嘉 米子 (沖縄市)
伊藤 愛 (北谷町)
真栄城 みち子 (宜野湾市)
天野 裕子 (宜野湾市)
宮城 宏太郎 (西原町)
青木 広美 (那覇市)
遠藤 昌子 (那覇市)
喜屋武 靖子 (那覇市)
高花 美枝子 (那覇市)
比嘉 玲奈 (那覇市)
高原 さくな (那覇市)
貝志堅 毅 (那覇市)
嶺井 一則 (南城市)

93名の応募があり90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。



絵：上原和博

何と四角い顔のシーサー！ ふるさとスケッチ⑩
豊見城市田頭で見つけた夫婦シーサーの一体

募集

2022年1月新春号1面に掲載の
写真、詩を募集します。

プロ・アマ問いませんが、未発表
作品に限らせていただきます。

採用された方へは図書券を進呈
いたします。



問い合わせ 098-850-9004
まちづくり推進部



組合員加入
受付中!

つながる安心 地域まるごと 健康づくり

2021年度
生協強化月間 9月24日(金) ▶ 11月30日(火)

日本医療福祉生活協同組合連合会



首里協同クリニック
通所リハビリ 新垣智美

今回は、首里クリ通所リハでは首里城復興を願って、貼り絵
で首里城作製を企画しました。制作期間目標を一年として、
利用者全員に少しでも携わってもらいたく声かけしたところ、
いつもは貼り絵に関心がない男性利用者も首里城だと聞
くと拒否せずに貼ってくれたり、麻痺のある方も「私が出来
るかね」と言いつつ頑張ってくれました。利用者の気持ち
を一つに貼り続けたところ、
目標期間より早く半年で完成
しました。出来上がった首里
城を見て拍手が湧き、マスク
越しですが皆様の笑顔が見る
ことができ、本当に良かつ
たと思います。
次は本物の首里城復興を願
うばかりです。

作品コーナー

首里城復興の願い込めて 貼り絵で復元!

2019年10月31日に起きた首里城火災からまもなく2年が経過します。



オクラの豚肉巻きネギだれかけ

材料

- 豚肉Aロース..... 5枚
- オクラ 40g
- 小麦粉 少々
- ごま油 適量
- ペピーリーフ 少々
- 長ネギ 1/4本
- ぽん酢 大さじ2
- ごま油 大さじ1

作り方

- 1 オクラを沸騰したお湯で湯がき、食べられる硬さになったら氷水に冷まし、ヘタをカットします。
- 2 豚肉を広げて1枚にオクラ1本を巻きます。その際、振るいにかけて小麦粉をまぶすと焼いた時にはがれにくくなります。
- 3 フライパンにごま油をしき中火で焼いていき、色がついてきたら弱火で5分程焼きます。
- 4 その間にネギをカットし、ぽん酢とごま油を混ぜタレを作ります。
- 5 豚肉巻きが焼けたらお皿に盛り付け、タレをかけたら完成です。



沖縄協同病院
栄養管理室 調理師
嘉数亮平