

私のベストショット  
5月の空  
ゆっぴーさん  
6面に続く



2022年5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 2022年3月末

組合員数 98,478人  
出資金 19億5,132万1千円



沖縄協同病院



とよみ生協病院



中部協同病院

**職員組合員の視点をもって  
地域組合員と理念の実現を！**

2022年度新入職員研修会

### コロナ禍をのりこえ 新病院建設につなげよう

～しめくり月間のまとめ～

3月の一ヶ月間は「しめくり月間」でした。各地域・事業所で全国四課題(加入、増資、班づくり・班会開催、担い

手ふやし)の目標達成をめざして取り組みを推進しました。実績は下表のとおりです。

年間を通してコロナ禍で活動自粛が続く、加入や増資、班活動なども昨年度のペースに追いつかない状況でした。

が、こうした中で新とよみ生協病院建設が始まる新年度にむけて最後までがんばろうと力を寄せ合いました。とくに病院建設を支える増資運動に力を集中して最終日まで声かけが続き、1億3千万円を越す増資が寄せられました。厳しい社会状況の中でも多くの組合員に支えられ、前進している力を発揮した月間でした。感染拡大傾向が続く中で頑張ってきた組合員の皆様、大変、お疲れ様でした。

【組合員ふやし】 単位：人

	年間目標	実績	目標比	前年比
支部・地域	660	307	46.5%	68.1%
事業所	3,340	1,686	50.5%	82.6%
合計	4,000	1,993	49.8%	79.9%

【出資金ふやし】 単位：千円

	年間目標	実績	目標比	前年比
支部・地域	39,880	20,266	50.8%	25.0%
事業所	160,120	111,784	69.8%	93.2%
合計	200,000	132,050	66.0%	65.3%

【その他】

	年間目標	実績	目標比	前年比
班づくり	44班	17班	38.6%	212.5%
班会開催	1,500回	444回	29.6%	62.7%
手配り者ふやし	100名	61名	61.0%	65.6%
手配り部数ふやし	1,500部	1,338部	89.2%	62.1%

部長 香村英俊

まちづくり推進部  
コロナ感染拡大に十分留意しながら、全組合員どうしのつながりと支え合いを発揮して、引き続き「健康で明るいまちづくり」にむけて力を合わせ、てまいります。

4月から沖縄医療生協に99人の新たな職員が仲間入りしました。コロナの影響を受け、新入職員研修をオンラインで開催しました。研修は医療生協の歴史からはじまり、第5次長期計画、理念、いのちの章典、組合員活動、記録動画「わったー病院」視聴、社会人として必要な接遇マナーなど短期間で凝縮した研

修を受けてもらいました。グループワークから出た新入職員の意見・感想を一部紹介します。「地域組合員活動へ参加してみたい」「電子カルテが自主開発であることがすごい」「個人情報管理が重要!」「接遇に心がける」など期間内で医療生協の50年間の歴史など多くの学びがあったようです。

新入職員は先輩職員から多くを学んで成長していただきました。また、地域に目を向けると職員組合員としてめざすべき三つの視点があり、その中の一つとして、組合員としての視点があります。①組合員として出資、利用、運営参加を積極的に行う②地域組合員と協同して生協運動を進める③組合員や地域住民の「健康」と「くらし」を守り、明るいまちづくりの実現に、一人一人が主体的にかかわることです。

部長 玉城全一郎

# 第57回 通常総代会議案説明会 について (お知らせ)

総代各位

日ごろの医療生協運動へのご協力に感謝申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染症の拡大により、議案説明会の開催方法を変更して実施することが、第11回理事会（4月開催）にて確認されました。つきましては、下記をご確認いただきご参加の程よろしくお願い致します。

## 参加の方法について

いのちと健康を守る立場から、対面での開催は行わず、リモートで開催致します。参加の方法は、総代の皆様へ郵送する議案説明会資料にてご確認ください。

日時：2022年5月12日（木） 18時～

新型コロナウイルス感染症の拡大が続いています。日常生活のあらゆる場面でご不便を感じていらっしゃるかと存じます。皆様におかれましては、くれぐれも体調をくずされませぬよう心よりお祈り申し上げます。

2022年5月5日  
沖縄医療生活協同組合  
理事長 上原 昌義

「沖縄を祖国へ、祖国に独立と平和を」これは58年前上京、熱烈な郷土愛に燃える沖縄県学生会活動と出会った時のスローガン。対日講和条約で沖縄を米国の統治下におくことと引き換えに独立したかの日本は、実は日米安全保障条約でアメリカの従属国としての道を歩む。あまたの基地被害、人権侵害、自立経済の阻害、命さえ奪われる異民族支配から脱却し、平和憲法のもとに暮らしたいという願いを支えられた運動は、弾圧を潜り抜けて「復帰」という形の上で実現した。

しかし、日米支配層のしただたかな企みによって、な

お民意は踏みにじられたまま。「屋良建議書」は密に進む政府ベースの復帰措置の作業に待ったをかけ、「核も基地もない平和で豊かな沖縄を現実せよ」と、当時の専門職員らの英知を結集し、屋良知

古新基地強行、遺骨土砂の使用など言語道断の施策③基地が環境汚染の最大要因（騒音、水質汚染、検疫逃れでコロナ感染増大）④土地規制法、ドローン規制法など県民の権利侵害、生活圧迫⑤米



## 戦争への道を拒否しよう 建議書の検証で未来への足がかりを

小椋九条の会 小渡 律子

武力によらず、対話外交による平和共存圏を作り出す平和の要石「沖縄」の出发点となる決意を国内外に発信する式典としてほしい。日々胸を痛めるウクライナの惨状は、今こそ日本国憲法の平和共存の英知を人類共通の理念とする緊急性を示している。核廃絶、基地撤廃、どの国とも対等平等な関係を結ぶ以外に、この地球で誰もが生きていける保障はない。衆議院で改憲勢力が3分の2超え、来る7月参議院選挙で多数を許せば、改憲への道が急速に進む。ウルチエーナイビランドー！

# この症状おかしい！ 脳卒中かも？

沖縄協同病院 脳卒中看護認定看護師 謝敷美希

皆さんは脳卒中という言葉聞いたことがありますか？

血管障害が原因で引き起こされる脳神経の障害を総称して脳血管障害といえます。脳が突然何かに中（倒れる）ことから、脳血管障害を一般的に「脳卒中」と読んでいます。脳卒中は大きく虚血性と出血性に分かれ、虚血性は脳梗塞、出血性には脳出血とクモ膜下出血があります。両者ともに障害されている場所や程度によって、軽い症状から突然倒れてしまう症状まで様々です。

も当てはまれば脳卒中を疑います。

脳卒中かもしれない！と思ったら時には救急車を呼ぶか、専門病院を受診しましょう。



激しい頭痛、吐き気、めまい、足がもつれる、手足がしびれる、ものが二重に見える、あるいは見えにくい、食べ物や飲み物が飲み込めない、言葉が出ない、話しにくさがある、あるいは話しにくい、片手が動かしにくい、しびれがある、歩けなくなったなどの症状があります。これって脳卒中かもしれない？と感じた時には簡単にできる3つのテストを試してみよう！頭文字を取ってFAST（ファスト）と読んでいます。3つのテストのうち1つで

様子がおかしいと感じたら“顔・腕・言葉”を確かめましょう！

- 顔 「イー」といったときに一側の顔がゆがむ場合
- 腕 両手をあげて片方の手が落ちる場合
- 言葉 「今日の天気がい」ときちんと言えない場合

脳卒中？ “顔・腕・言葉”ですぐ受診  
“119番”または“専門病院”へ

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

(第1集〜第5集)を読んで(その4)

元平和活動委員会 委員長 平良宗潤



(7)戦後の暮らし

西原では、我謝部落に設置された泥だらけのテント小屋で、食べ物に事欠き、芋やマース汁の生活が続いた。遺骨代わりに小石を三個拾った。真壁、米須辺りで、畑や道で白骨化している遺骨拾いをさせられ、無縁仏として魂の塔にまつた。

生活用品、食料品を求めて山原から中南部まで幾度となく往来した。米軍の移動した後やチリ捨て場に人があつた。冷凍庫から出したばかりの羊の肉が丸ごとカマスに包まれたものや少し傷ついた缶詰や菓子類など数知れないものがトラックで運ばれ捨てられていた。

反骨の闘う人々

鉄の暴風、地獄の戦場を生き抜いてきた人々は、戦後の米軍支配下に置かれた沖縄で、生活と権利を守るために、不屈の闘いを続けていた。

1話 (米軍の掃除洗濯の作業も) だんだん重労働になってきた。明け方の5時から翌日夜中の3時まで22時間労働だった。そこでみんなで相談をして、ストライキをした。泊まり込みだったが、朝起きしに来ても、みんな絶対起きない。米兵は怒って「ゲラップ、ゲラップ」と叫び、「髪を切る」と脅してきた。私たちは「切るなら切りなさい」と開き直った。次は「食糧の配給を停止する」と言い出した。女の命で効かなかったから命の基を絶つぞと言わんばかり。私たちは「ここが勝負だ」とガールを張った。「配給を止めるなら止めなさい」「私たちはあんなたちの弾や爆弾の中を、芋や草を食べて生きてきた」「配給停止でも平気だ、ちゃんと生きられるさ」と抵抗した。そして勝った。それから長時間労働はなくな

り、人数も増え、賃金も上がった。PWが勝ったわけさ。

2話 戦後母は元気で、93歳まで生きた。西銘那覇市長が久場川一帯の墓を乱暴に撤去しようとしたとき、みんなと一緒に座り込みをするほど。そのとき警官に尻を蹴られたのに怒り、新垣警察署長に「エー、シユクジユウ金よこせ」と薬代を直接請求、署長に薬を持ってこさせた。このことは、座り込みの人達を励まし、喜ばせた。

3話 「私たち家族は、戦後、瀬長亀次郎さんを支持してきました。刑務所に瀬長さんが入れられた時など、みんな瀬長さんを励ましに、刑務所の扉の下に行つて、亀次郎さんに聞こえるように、大きな声を上げて励ましました。そして、守衛から、水をかけられたこともありまし

た。」「4話 戦争が終わつてからまた苦労が続きました。まず廃材を集め、茅葺き小屋をつくりました。そして生活を立てるため、農連市場に通いました。夜中1時に起きて、市場に持つて行く野菜を洗ったり、そろえたり準備します。そして4時になったら、市場に持つて行くのです。時には場所取りもあります。また、農連市場潰しの行政に反対して座り込み、闘いました。

おわりに 戦火をくぐり抜けた人々からの伝言

戦前、戦中、戦後の沖縄、主として沖縄戦の被災の状況を、「戦火をくぐり抜けた人々」は断片的ながら、いかにして「鉄の暴風」、「地獄の戦場」から生還してきたかを明らかにしている。肉親を失ったものの悲しみをこらえ、戦後の混乱期を懸命に生きた。体験談の中で語られて

いる伝言を拾い出すと、次のように寸鉄胸を突くものである。戦争は本当にいけません。世の中がおかしくなっています。あの沖縄戦の怖さを、とくに若い人達に知らせなければなりません。(潮平ツル 90歳 那覇市)

ません。平和が一番大切です。(我如古ツル 102歳 那覇市)

飛行場や軍隊は必ず攻撃される。基地は一番の標的、基地はない方がいい。(嘉数次郎 80歳 那覇市)

私の青春時代は戦争ばかり、子や孫にこんな思いをさせたくありません。戦争は絶対いやです。(宮城苗子 77歳 那覇市)

いまイラクでアメリカが人殺しをしている。沖縄戦もよその国に日本が攻め込んだことが原因で起こった。戦争のできる国に、日本を絶対させてはなりません。(嘉手納トミ 84歳 那覇市)

もう二度とイクサヌアワリや誰にも絶対させてはならないよ。(嘉数カツ 90歳 那覇市)

絶対に、戦争を繰り返してはいけません。一番の願いは、平和で命を大事にする世の中になつてもらいたい。(神谷桂子 83歳 南風原町)

今、悲惨な戦争の反省から、創られた平和憲法を、戦争のできる憲法へ変えようとする動きが強まっている。この現実に対して、歴史の過ちを繰り返さない対応が求められている。(伊佐真政 65歳 読谷村)

戦争はだめです。世の中が、なんかおかしくなっています。平和こそ守り通さ

なければなりません。(佐久川千代 85歳 那覇市)

戦争の生き証人として、私は平和こそ宝、家族の成仏を願つて、これからも平和運動に参加し続けていく決意です。(幸喜敦子 75歳 名護市)

戦争は私から大切なものを奪い、言葉では言えない苦

労や悲しみを受けました。もう二度と戦争をしてはなりません。(伊波文 85歳 うるま市)

私は砲撃で太ももを失い、下半身不随の身です。耳も鼓膜もやられて難聴になつてしまいました。捕虜になつて石川に連れてこられた。この地球上から無くして下さい。(伊波千代 80歳 うるま市)

戦争の怖さ、恐ろしさを忘れることはない。子どもたちにも時々話すことがあるが、二度と経験したくないし、経験させたくない。戦争は戦後の生活にも大きな影を落とした。(玉城利夫 72歳 糸満市)

両親を失った私たち兄弟は、戦後、叔父・叔母にそれぞれ引き取られた。21歳で結婚、独立し、後米軍ガードになつて暮らしを立てた。(金城實 75歳 糸満市)

# 支部通信

## 第1回工程会議開催される 「新とよみ生協病院建設を成功させる 組合員のつどい」での質問への回答

3月29日(火)の「組合員のつどい(医療生協だより4月号参照)」での質問への回答です。



第1回工程会議

4月7日(木)福岡県で第一回工程会議が開催され、とよみ生協病院職員、業者らと行程内容が確認されました。

### 【質問1】 複層ガラスについて

①複層ガラスの設置で、カーテンは不要か？また遮断効果はあるのか。②jis製品となるか。③一般のガラスと価格は違うのか。

#### 【回答】

①日射遮蔽の複層ガラスは熱を遮るもので、カーテン、ブラインドは必要 ②jis規格を採用していく。③価格は調べます。

### 【質問2】 喫茶室、ラウンジ、運営について

①食事ができる喫茶室はあるのか。②ラウンジはあるのか。③売店はコープおきなわに委託するのか。

#### 【回答】

①スペースがなく喫茶室は計画に入っていない。②食事のできるラウンジを計画している。③運営については、今後検討する。

### 【質問3】 駐車場、宣伝、案内板について

①建設工事期間中、駐車場はどうなっているか。②新病院建設の進捗を組合員等にチラシでお知らせし、新病院のイメージができるようにして欲しい。③案内板を見やすくしてほしい。

#### 【回答】

①駐車場は、現在60台ほど確保しているが、(徒歩では行けないので送迎が必要)まだ不足のため継続して探しています。情報があれば建設準備室(電話①090-6857-5511 ②080-6493-8542)までご連絡下さい。②準備室に職員2名配置しており、積極的に発信していく。③案内板は、特にトイレの案内の誘導が重要。スタッフが誘導せず案内できるよう工夫していきたい。

### 【質問4】 県内業者、分割発注について

建築は県内業者を活用していくのか、分割発注等もあるのではないのか。

#### 【回答】

県内業者の東江建設様へ、土木・建築工事一式を契約している。

浦添きた支部では100歳以上の組合員や、すでにお亡くなりになられた組合員を名簿で調べて、運営委員3名でチームを組んで訪問しています。

施設で百歳を祝っても聞けましたが、天寿を全うされた方がほとんどでした。浦添協同クリニックが設立されて24年目になりますが、設立のために協

浦添きた支部

支部長 西平守伸



生協として、出資金の管理を極力明瞭にしておくことも、大事なことと思います。コロナ禍ではありますが、今期も「つながりを絶やさない」ため、定期的に訪問行動を行います。

皆で集まるのが出来ない状況が続く、運営委員会も開けず困っていました。そのような中、豊見城ブロックでは、早くからWeb会議を始めて成功している話を聞きました。メンバーに「Web会議のやり方を教えてもらって、

首里東支部も頑張ってもらって

首里東支部 具志純子

## 首里東支部 web会議にトライしてみよう!



みましよう」と提案したら「むずかしそう、スマホも上手に操作出来ないのにと、逃げ腰でしたが、まずはチャレンジという事で、首里協同クリニックの金城事務長の指導の下行いました。やってみると案外簡単だとメンバーも喜んでおり、今ではWeb会議が楽しくて話が弾み、ワクワク、ニコニコと楽しんで参加しています。

## 新理事紹介

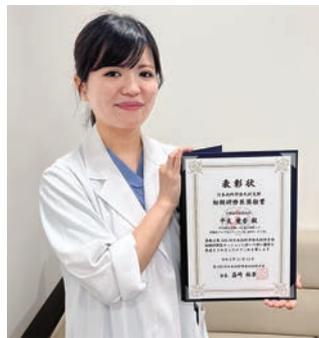


首里協同クリニック 事務長 金城宏乃

医療生協の組合員の皆様、今期より理事となりました首里協同クリニックの金城宏乃と申します。医療生協50周年という節目で理事を担うことにプレッシャーはありますが、とても光栄に思います。これまでの医療生協をしっかり継続し、そして今後さらに発展して

いけるよう役割を果たしていきたいと思っています。私は診療所に勤務していますが、地域や組合員さんとのつながりに支えられ、医療生協の活動とおし、地域貢献ができることを誇りに思っています。今後とも地域や組合員さんとのつながりを大切に、地域で求められていることにしっかりと応えることができるように尽力していきたいと思っております。今後ともよろしくお願致します。

休日にはコロナ禍で外出できないため、2021年度に入職し、気がつけば研修医2年目となりました。先輩ができる楽しさもありますが、これまでに以上に精進しなければならぬと思っております。



はじめは、ネットや洋画を観たり、バイオリンの練習をすることです。研修医の息抜きをしています。今は外科ローテーションの為に、研修の合間に縫合の練習をしています。今後も、健康管理に気を付けながら各科で一生懸命頑張りたいです。

## 研修医紹介

### 2年目に突入! 更に精進して頑張るぞ!

沖縄協同病院2年目研修医 平良愛香

# 私たち沖縄医療生協は宣言をもってSDGsに貢献します。

## 沖縄医療生協SDGs推進委員会

沖縄医療生協はSDGs(持続可能な開発目標)を推進します。

私たち沖縄医療生協は「健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる。」理念をもとに医療、介護、福祉の持続可能な開発目標の達成実現に努めていきます。

### SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



### SDGsとは

<Sustainable Development Goals> = 持続可能な開発目標  
2015年に国連で採択され、2030年までに全世界で達成しようとする目標です。17の目標と169のターゲットから構成され、「だれ一人取り残さない」理念を実現しようとする内容になっています。

だれ一人取り残さない

沖縄医療生活協同組合SDGs推進委員会



## 沖縄医療生協のSDGs宣言

私たちは6つの行動目標を掲げ、SDGs(持続可能な開発目標)に貢献することを約束します。

- 健康づくりをすすめます**  
健康な人と人のつながる場があり、人生を自分らしく生きるための健康づくりをすすめます。  
健康チェック、フレイル、地域まるごと健康づくり、健康サガーナー養成講座、健康づくり教室、そして、親子で取り組む健康づくり、ユースおかけ教室、健康チャレンジ、健診活動
- 多様な人々が暮らしを支え合うまちづくりに協同して取り組みます**  
誰もが健康で居心地よくつながり、人生を自分らしく生きるためのまちづくりをすすめます。  
短時間・夜間活動、くらしの助け合いの輪、清掃ボランティア、居場所づくり、地域見守り安否確認活動、加齢団体とともにすすめるくらしと社会保険制度の充実・改善の活動、自治体キャラバン
- 誰一人取り残されない公正な社会をつくるために、貧困や暮らしの問題に取り組みます**  
すべての人の人権が守られ、違いを個性として尊重し、くらしの安心・満足度を高め、貧困・格差のない社会づくりをすすめます。  
子ども食堂、生活相談、無料・低額診療事業の実現、ジェンダー平等の実現。
- 環境を守り、省エネ再生可能エネルギー、脱炭素の取り組みをすすめます**  
地球温暖化を防止するために、環境や社会問題を自分ごととして捉え、自らの暮らしの中に活かします。  
組合員への環境教育をすすめ、組合員による環境保全活動を支援。地域の課題と連携し、組合員とともに省エネ環境保全型社会に向けた活動に取り組みます。イベント活動を通じ、廃棄物、プラスチックごみの削減とリサイクルを促します。地球温暖化を防止するために、太陽光など再生可能エネルギーの利用を進めます。事業所で使用する電気などのエネルギー使用の削減を進めLED化を推進します。
- 平和で持続可能な世界をめざし、沖縄の平和を守る活動をすすめます**  
平和で公正な社会をつくるため、積極的な役割をはたします。  
辺野古の新基地建設を断念させ、普天間基地の無条件撤去を求めます。沖縄県の戦時体験を後世に継承していく取り組みをすすめます。平和と憲法を守るために諸団体に連携して取り組みます。平和で公正・平等な社会を築きます。
- 持続可能な「わった一事業所」を発展させます**  
医療生協を担う地域組合員、職員組合員が、力をあわせて「いのちは平等であるから」質の高い医療・介護・福祉を実践します。  
地域に必要な事業を協同の力で創り出し、くらしの安心・満足度を高めます。働き方改革を推進し、労働環境を拡大、働きがいのある事業所としてさらに発展させます。専門性を高め、様々な協同を通じて「医療・介護・福祉」をすすめる「医療生協の地域包括ケア」を広げます。事業所の組合員・利用率を80%まで高めます。安定した経営基盤をつくるために経営活動に取り組みます。



## ゆるキャラ大募集!

### 沖縄医療生協 創立50周年記念事業

2022年10月1日に迎える沖縄医療生活協同組合創立50周年を記念し「ゆるキャラ」を作成します。地域組合員・職員一丸となりアイデアを出し合い、素敵なキャラクターを生み出しましょう☆

応募の方法・詳細等につきましては、折り込みチラシをご確認ください。

沖縄医療生協の魅力が伝わる素敵なデザインが集まることを期待しております(^\_^)

若手世代企画委員会 上原 ちなつ

WHOによる「世界禁煙デー」が制定されてから34年になります。日本では、施設内禁煙の法律の施行後、以前より喫煙者の割合は減少してきました。2019年現在、喫煙者は16・7%であり、男性27%、女性7%であり、いずれも有意に減少し年齢階級別にみると、30〜60歳代男性ではその割合が高く、約3割が習慣的に喫煙しています。

図は、全国・沖縄・とよみ生協病院健診受診者・医療生協職員の2019年比較です。

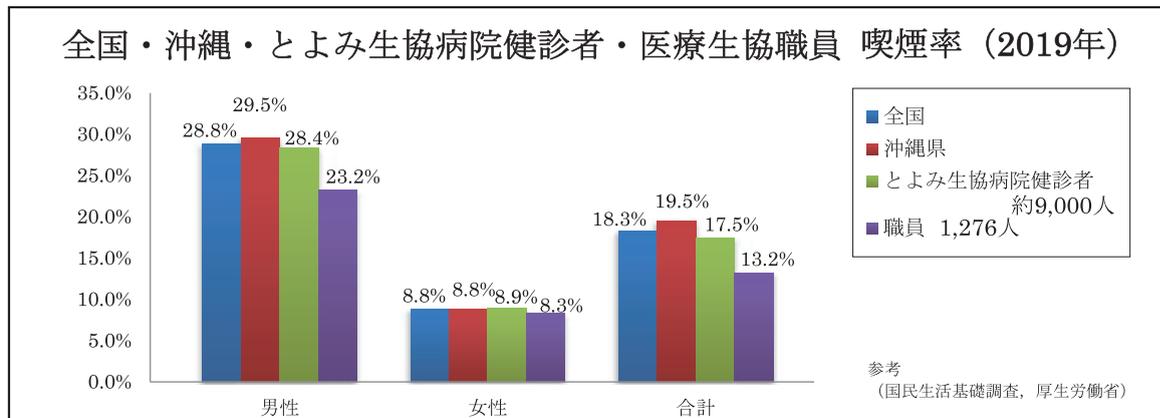
沖縄県は全国に比べ喫煙率が高い中で、職員の喫煙率は全国に比べ低い結果でした。しかし、ここ数年間は下げ止まりです。喫煙は、循環器・呼吸器疾患、がんをはじめ、多くの疾患の原因となることがわかっています。

一人一人の喫煙についての知識、健康意識をさらに高めていく必要があります。また、喫煙者だけでなく、その周りにいる人も様々な病気のリスクを高めます。自分と周りの人の健康を守るため禁煙を広げていきましょう。

## 5月31日は「世界禁煙デー」

### 禁煙の輪を広げよう!

医療生協健康づくり委員  
とよみ生協病院健診室健康運動指導士 儀間葉月



## 5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 小禄市宮住宅集会所  
毎週金曜日 午前10時～午前11時  
5月6日(金)、13日(金)、20日(金)、27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  
5月5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)

問合せ先 まちづくり推進部 TEL098-850-9004

## 職員募集

○正規職員 看護師、助産師、看護補助者  
○勤務地 沖縄協同病院、中部協同病院、とよみ生協病院

※詳しくは(休日、給与、賞、手当等)沖縄医療生協ホームページをご覧ください。  
お問合せ: 沖縄医療生協人事教育部 TEL 098-850-3185 (玉城)

## 介護職員募集

◆◆◆ 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!

勤務地 那覇市、豊見城市、沖縄市、浦添市、うるま市

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

## フードパントリー活動へご協力をお願いします。

沖繩医療生協は「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とりく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。

**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)

## 「沖繩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。

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!  
YouTubeでも聴けます。(見れます)

4月の放送内容です。ぜひお聴きください。

第67回目 4月7日 介護保険  
第68回目 4月21日 那覇ブロックのとりくみ  
第69回目 4月28日 心療内科、5月病とは?

※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

## 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ありますのでご注意ください。

今月のベストショット♡ お名前: ゆっぴーさん  
コメント: 大空を雄大に舞う鯉のぼり

### 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 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	【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。
4 沖縄ハーバービューホテル	ウエディングサロン	那覇市泉崎2-46 (地下1階) 098-853-2119 (要予約) 那覇市泉崎2-46 098-853-2117	料理代10%割引
5 サザンビーチホテル&リゾート沖縄		糸満市西崎町1-6-1 098-992-7542	【特典内容】 ◆歓迎会特製弁当(ホテルの美味をご自宅にお届けいたします。) 海風 2,200円 南山 3,300円 ◆ランチタイム 平日 2,090円 → 特別料金 1,800円(税込) 土・日・祝 2,310円 → 特別料金 2,000円(税込) ◆春の選べる特別宿泊プラン(食事付・素泊り) ※詳しくは、ホームページをご覧ください。
6 ユニシティホテル南城	レストラン サンピア 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 2,400円→2,200円(6月30日まで) ◆入浴料 1,650円→1,350円(6月30日まで) ミネラルウォーター1本付き
株式会社ユニテッドコーポレーション	ホテル	北谷町上勢頭 550-4	 宿泊費20%オフ
①ユニテッドリゾート 希望ヶ丘		恩納村名嘉真 2288-34	
②ユニテッドリゾート サラバス		恩納村名嘉真 1765-30	
③ユニテッドリゾート 読谷		読谷村瀬名波 538-1	
④ユニテッドリゾート オーシャンビューライカム(2021年4月オープン)		北中城村ライカム 565	
⑤ペアーズステイ 久米島イーフビーチ		久米島町字謝名堂 582	
⑥CHULAX 沖縄読谷		読谷村瀬名波 763-3	
⑦真栄田グランブルー		恩納村真栄田 712-2	
8 石垣スポーツパーク むりかぶし	グラウンドゴルフ1ゲーム300円	石垣市宇大浜 676 098-933-1475	1名100円引き★

※お問い合わせは、まちづくり推進部 (098-850-9004) までお願いします。  
※各特典はコロナ感染対策を行いご利用ください。 ★は新規

### 定例理事会だより

◎第25期第10回理事会が3月26日にオンラインで開催され、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と締めくくり月間報告について
- 3、新とよみ生協病院建設を成功させる組合員のつどいについて
- 4、労働組合関係について

#### 《決議事項》

- 1、規程の改定について
- 2、第57回通常総代会関連について

#### 《協議事項》

- 1、2月度決算について
- 2、専攻医関連規程について
- 3、2021年度貸し倒れ金処理について
- 4、第57回通常総代会議案の討議について



### 全国四課題の到達

	3月	2021年度累計	累計
組合員ふやし(人)	284	1,993	98,478
出資金ふやし(千円)	19,189	132,050	1,951,321
班づくり(班)	4	17	355
担い手ふやし(人)	14	61	1,020

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

#### 50年経つが...

今年が復帰50周年、沖縄医療生協創立50周年。復帰から半世紀経ったというのに、県民の命と暮らしは良くなったのか？多くの行事が予定されているが、身近な所から検証していこう。

神山幸子 (那覇市)

#### 日々実感

昔から「50、60はサラバンジ。70カラヤ日又弱イ！」という言葉があります。70を越えた頃から日々実感しています。あちこちガタが来て病院通いです。「老人科」というのがあればなあ...と。まとめて面倒みてほしいと思うこの頃です。でもフアイト!

大城千恵子 (豊見城市)

#### 一心不乱に

齢七十余年、私の人生に「一心不乱」に生きた時代があっただろうか。常に成り行きまかせで一度きりの人生を無駄にしたのではと「たられば」が次々と浮かんでくる。若い方たちは、心身共にエネルギーに満ちた今こそ「一心不乱」に何事かに取り組んでみては。奮起して充実した人生を歩んでほしい。

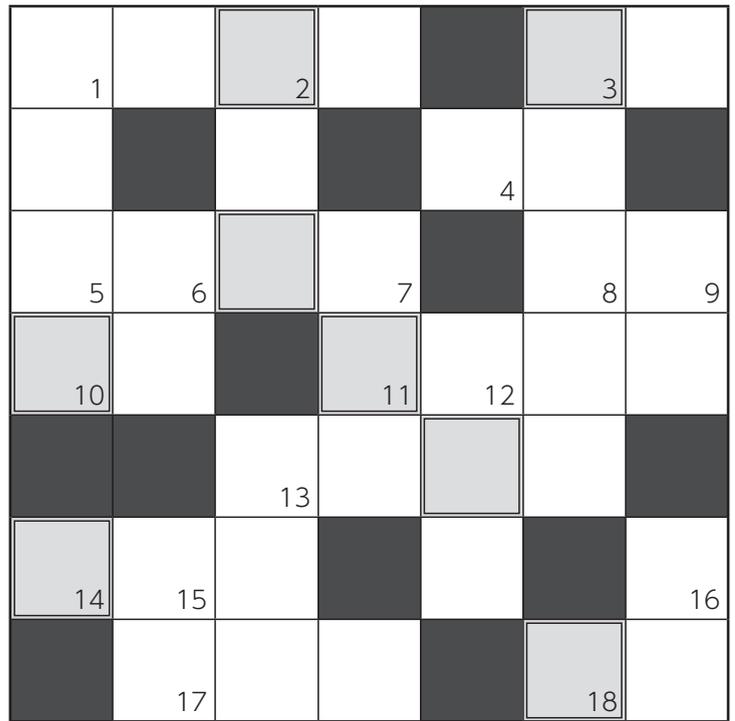
若夏 (那覇市)

#### 無知の知

我が家に春から新生入生の子がいるので、生協だより3月号の「就学援助」の内容は、勉強になりました！活用するにせよしないにせよ、無知であるより何事も知っておきたいので、こうした情報も助かります。為になる生協だよりを毎月届けてくださり、ありがとうございます！

RUU (那覇市)

### クロスワードパズル



作・島袋 聡

#### タテクワント

#### ヨコクワント

- 1、5月3日は〇〇〇〇記念日。
- 2、他人に知られないようにすること。隠して人に見せたり教えたりしないこと。
- 3、病気やけがの手当てをし、からだを休めて健康の回復をはかること。
- 4、今日の朝。
- 5、刃物や石材などを研いだり磨いたりする石。
- 6、おくまった場所。
- 7、ある物事の初めの時期。始まって間のないころ。
- 8、二つ以上のものを互いにくらべ合わせる。
- 9、あることを行いたい、または行いたくないという考え。意向。
- 10、物のほしのがたがって突き出た部分。
- 11、催しなどで、主催者側が参加者に贈る品物。
- 12、便利な機械・器具。
- 13、文明の〇〇
- 14、他人に知られないようにすること。隠して人に見せたり教えたりしないこと。
- 15、社会や人のために役に立つこと。貢献。
- 16、衣服などに縫いつけた袋状の小さな物入れ。隠し。
- 17、魚類の総称。さかな。
- 18、気持ち晴れないこと。思うに任せない、つらい気持ち。
- 19、他と異なつて特色のあること。また、そのさま。
- 20、空高く飛びめぐる。
- 21、他人に財産・労力などを提供した報酬として受け取る財産上の利益。
- 22、物事の組み立て。構造。機構。
- 23、地下深く掘り、地下水を汲みあげるようにしたもの。

#### 二重枠のヒント

二つのものの関係が、表と裏のどちらに密接で切り離せないこと。

#### 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6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444号(2022年7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

#### 2022年3月号 440号 クロスワードパズル解答

ア	ン	ド	ロ	イ	ド	
ク		ウ	マ		ウ	ラ
ア	イ	コ	ン		キ	イ
マ	ト	ン		フ		セ
リ	コ		シ	ン	セ	ン
ン		ク	ル	マ	イ	ス
		エ	キ		ツ	カ

#### イッシンフアン

#### 当選者

- 橋本 秀樹 (名護市)
- ハザクラ (うるま市)
- 菅野 雅樹 (沖縄市)
- 久場 恵美子 (那覇市)
- 知念 武彦 (那覇市)
- 我那覇 早枝子 (那覇市)
- 諸見 房彦 (那覇市)
- 東恩納 昭子 (那覇市)
- 仲原 幸也 (那覇市)
- 上原 幸也 (那覇市)
- パイパルマルコ (那覇市)
- 久高 律子 (那覇市)
- 安里 スミ子 (豊見城市)
- 屋良 明日美 (豊見城市)
- 新垣 直子 (南城市)

48名の応募があり全員が正解しました。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

沖縄医療生活協同組合

困ったときは  
**医療・介護の相談窓口へ**

医療、介護などでお困りごとはありませんか？  
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 9:00～15:00

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。

困ったときは  
**くらしの相談窓口へ**

くらしなどで  
お困りごとはありませんか？  
お気軽にご相談ください。

〈窓口〉沖縄県生活と健康を守る会連合会  
**Tel.098-833-8161**  
受付時間：月・火・木(公休日のぞく)13:00～16:00

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  
098-856-2519

作品コーナー

糸満の風に揺られ  
桜モビールで春満開

4月は、入学や就職など新生活がはじまります。そして、桜の開花の季節でもあります。そこで今回、糸満協同診療所では、桜のモビールを作成しました。春らしくなるように、折り紙の色を意識しています。

利用者からは「きれいだね〜」のりでくつつけるのが難しいけど、丸くなって上等だね」との感想がありました。

糸満のさわやかな風にゆらゆら揺れていきます。ぜひ、近くに来られた際は、覗いてみてください。

糸満協同診療所  
通所リハビリ  
屋良明日美

今月の一品

**すしおレシピコンテスト2021**

医療福祉生協連主催のすしおレシピコンテスト2021が開催されました。医療福祉生協の「すしお」とは、「少しの塩分ですこやかな生活」をめざす医療福祉生協の取り組みの総評です。

減塩と聞くと「美味しくない」「続けるのが大変」などと思いがちですが、「すしお」を通して塩との付き合い方を見直し、減塩に対するイメージを変えていけたらと考えています。

今回は沖縄医療生協から6作品がエントリーしました。一食分部門で中部協同病院栄養管理室の大城和巳さんが優秀賞に選ばれています。これらのレシピを紹介していきますので、ご家庭で調理して減塩にチャレンジしてみましょ。

※今回は副菜レシピを紹介します。

**「すしおレシピコンテスト2021」優秀賞受賞**  
中部協同病院 栄養管理室 調理師 大城和巳さんの作品

**ヨーグルト和え**

材料(1人分)

- ・ブロッコリー……………50g
- ★プレーンヨーグルト……………大さじ1
- ★オリーブオイル……………小さじ1/2
- ★塩……………0.2g
- ★おろしにんにく……………1/2個(もしくはチューブ0.3mm程度)
- ★コショウ……………適量

① ヨーグルトはキッチンペーパーにのせ、水気を切る(やらなくてもOK)

② ブロッコリーを下茹でし、水気を絞る

③ ★を混ぜ合わせ、ブロッコリーと和える

減塩のため乳製品の  
ココをプラスしました。  
ヨーグルトはレンジで少し温めても  
美味しいです。

**さつまいものみたらしあんかけ**

材料(1人分)

- ・さつまいも……………60g
- ★かつおだし(ストレート)…小さじ1
- ★砂糖……………小さじ1
- ★水……………大さじ1
- ・片栗粉……………適量

① さつまいもを5mm～1cm程度の厚さに切り、水で濡らしたキッチンペーパーに包んで耐熱容器に入れサランラップを被せ食べやすい固さまでレンジで加熱する(600wで1～2分)

② ★を混ぜ合わせ火にかけて分量外の水で溶いた片栗粉を入れてあんをつくる

③ レンジから取り出したさつまいもにあんをかける

めんつゆや、だしは濃縮タイプを使用するより、ストレートの商品が塩分も少ないので使用してみました