



鳩のシンクロ (長堂さん)

6面に続く



2023年4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 2023年2月末

組合員数 98,290人

出資金 19億9,427万円

医療費の考え方として「医療サービスの利用した患者と利用していない健康人との公平性を確保する」と受益者負担原則から説明がなされる事があります。しかし実際の医療現場とは相反し、1984年の健康保険制度抜本改革で、それまで10割給付だった健康保険本人に1割の一部負担が導入された直後、健康保険本人の受診は大幅に低下し

ました。受診件数減を健康保険の種別で見ると、組合健保の6.3%減、政管健保の7.7%減に対して、旧日雇い労働者健康保険ではなんと20・5%も減少した事実もあり、実際の

医療には受益者負担原則は馴染まないのです。経済学者の宇沢弘文先生は元来、医療や介護、福祉は「社会的共通資本」であり、市民の基本的権利として、す



新年度を迎えて

人権と公正の視点をもち 共にがんばりましょう

沖縄医療生活協同組合 理事長 上原昌義

笑いあり、感動ありで50周年祝う

沖縄医療生協創立50周年記念祝賀会

3月19日(日) ちゃたんニライセンターにて沖縄医療生協創立50周年記念祝賀会が開催され約220名が参加しました。

まず、上原昌義理事長が開会あいさつを行い、かぎやで風で幕開け、医療福祉生協連会長理事の高橋淳氏より来賓あいさつ(ビデオにて)、沖縄医療生協のメイン、サブキャラクターの紹介、表彰式がありました。余興では空手舞踊「護身の舞」が披露され、うちなーコメディ「お笑い米軍基地」の舞台、エイサー、大城郁男副理事長の閉会あいさつで祝賀会を閉めました。笑いあり、感動ありで盛り上がった祝賀会でした。



人々を健康な状態に戻すという、防衛的な面をもつ。つまり、自分から進んで積極的に求め、享受しようとするという一般的な財・サービスとは異なっており、喪失したものを取り戻し、健康な状態への回復を求めるもの」とまさに正論です。

世界的に変革が求められる今こそ、人権と公正の視点をもち、医療介護従事者として成長していく事が求められています。共に頑張りましょう。

沖縄医療生活協同組合 第58回通常総代会のご案内

2023年度第58回通常総代会及び議案説明会を下記の日程で行いますのでお知らせいたします。

日時：6月18日(日) 午前10時～12時30分

場所：ユインチホテル南城（南城市佐敷新里1688）

※コロナウイルス感染拡大の状況により変更の可能性もあります。

【議案説明会の日程及び場所】 ※予定です

●北部地域

日時：5月11日(木) 午後2時30分～ 場所：やんばる協同クリニック

●中部地域

日時：5月12日(金) 午後2時～ 場所：中部協同病院（講堂）

●那覇・南部地域

日時：5月11日(木) 午後2時～ 場所：沖縄産業支援センター中ホール ※リモート参加可能

●問い合わせ先 沖縄医療生協本部 098-856-3107

地方区役員推薦の申し出に関する公告

第58回通常総代会は、役員改選期となります。

定款および役員選任規約にもとづき、地方区分にかかる役員推薦委員会の推薦を受けることを希望する組合員からの申し出を求めます。

なお、推薦希望を申し出ることができる組合員は、申し出公告日（2023年3月25日）の6ヶ月前の末日（2022年9月30日）から継続して組合員である方となります。

1. 役員選任を行う総代会の日時および場所

- ・第58回通常総代会
- ・6月18日（日）午前10時
- ・ユインチホテル南城

※新型コロナウイルス感染症拡大の状況により変更の可能性もあります。予めご了承ください。

2. 地方区分の区域別理事定数 18名

北部ブロック	2名以内	那覇ブロック	5名以内
うるまブロック	2名以内	豊見城ブロック	2名以内
中部・浦添・西原ブロック	4名以内	南部ブロック	3名以内

3. 申し出の受付方法及び申し出の期限

1) 受付方法

- ①推薦の申し出は、沖縄医療生協本部・まちづくり推進部（豊見城市字真玉橋593-1とよみ生協病院8階）役員推薦委員会事務局まで申し出る。
- ②推薦の申し出は、事務局に備え付けの所定の用紙に必要事項を記載・押印の上行うこととし、事務局は記載事項を確認の上、受け付ける。

2) 申し出期限

4月10日（月）から4月28日（金）まで。
午前9時～午後5時まで（土曜日は12時30分まで。日・祝祭日を除く）

2023年3月25日
沖縄医療生活協同組合
理事長 上原昌義

2022年4月1日から、県内全域で子ども医療費は中学校卒業まで現物給付（窓口無料）となり、子育て世帯を含め学童、学校関係者など多方面から感謝の声が届いています。これまで子ども医療費無料化はコンビニ受診（安易な受診）につながり、小児科医を疲弊させるなどの懸念があげられていましたが、そのような懸念が杞憂であったことは現状をみれば明らかです。子どもの医療を受ける権利を保障し、子育て世帯の経済的な負担軽減を掲げ



子ども医療費18歳まで無料化に向けてさらに前進を

沖縄県社会保険推進協議会 事務局次長 西銘耕史

組んできました。その願いに世代・団体を問わず、多くの方々から賛同が寄せられ、県議会での全会一致採択につながり、約4年で中学校卒業までの無料化が実現しました。しかし、沖縄県保険医協会

「受診」となっている状況で、養護教諭からは「経済的な負担で受診を控えている世帯がある」「高校まで医療費助成制度があると受診勧告しやすくない」などの意見があり、引き続き子ども医療費助成制度の

て、2018年に「子どもの医療費無料制度を広げる沖縄県民の会（以下県民の会）」（県保険医協会、県母親大会連絡会、県社保協、新婦人）を立ち上げ、全県署名運動に取り

が県内の全小中高校・特別支援学校対象に実施した「学校健診後受診治療調査」では、受診が必要とされた児童生徒の内、眼科で91%、耳鼻科で85.5%、歯科で85.3%が「未

年齢拡充が強く求められています。現在、県民の会では、全国の運動と連動して今年12月までに1万筆を目標に、①国の責任で無料制度を創設する、②独自助成を実施している自治体への国庫補助金減額（ペナルティ）の全廃することを求める新たな国会請願署名に取り組み

ています。このとりくみにより、国はペナルティを廃止する予定です。併せて賛同団体アピール署名にも取り組んでいますので、改めてご協力をお願いします。

新型コロナウイルス どう変わる？ 2類から5類への移行

中部協同病院 感染管理認定看護師 名嘉 靖



2020年1月、新型コロナウイルス感染症が国民を混乱に巻き込み3年が経過しました。ようやく減少の兆しが見えてきましたが依然として変異が予測されオミクロン株の動きは安心できないのが現状です。

政府は5月8日より感染症法2類相当から5類へ変更すると発表しました。2類相当と5類の違いとして、下記参照下さい。

摘 要	2 類	5 類
行 動 制 限	患者・・・最大7日間 濃厚接触者・・・最大5日間	無し 無し
診 察	発熱外来中心	一般の医療機関
入 院 勧 告	有り	無し
ワクチン接種費用	無料	2024年3月迄無料
治療費の公費負担	有り	治療薬と入院、外来費用ともに一部一定期間公費で賄う
マ ス ク 着 用	推奨する	個人の判断

新型コロナウイルスのワクチン接種は「特例臨時接種」との位置づけで無料での接種が行われていますが、厚生労働省は令和6年3月まで公費による負担を1年間延長することを正式に決めました。あわせて、すべての年代の人を対象として、今年9月から12月にかけて次の接種を行う方針も決められました。また、重症化リスクの高い高齢者などについては、5月8日から8月末にかけて、先行して追加でもう1回、ワクチンを接種する機会を設

け、年間であわせて2回の接種を行うことにしています。全国の自治体で順次始まる予定とのことなので、最寄りの自治体へお問い合わせ下さい。

新型コロナウイルス感染症について
厚生労働省 (mhlw.go.jp) 参照

組合員が語る戦争体験



わが生まれ故郷テニアン島①

安里 嗣淳



日本から遠く離れたマリアナ諸島テニアン島が、私の生まれ故郷である。小笠原諸島からさらに南に点々と続くのがマリアナ諸島で、現在の北マリアナ国の政庁はサイパン島にある。

なぜ「北」マリアナなのか

というと、これらの諸島の南端の島グアムは一八九八年に起こった米西戦争（フィリピン・グアム・キューバにおけるアメリカとスペインの植民地戦争）の結果、アメリカの海外領土となったことによる。グアム島は第一次世界大戦に乗じて日本がドイツを追放してミクロネシアの多くの地域を占領し、国際連盟からの委任統治領（日本は南洋群島と称した）となった時にも、当然アメリカ領として除外されていた。

その関係は現在も続き、グアム島を除くマリアナ諸島がアメリカによる国際連合からの信託統治を経て、自治政府？を成立させたのに南のグアム島に対して北マリアナ諸島と称しているのである。

外交や軍事はアメリカが握っているので、一九七八年に発足したCommonwealth of the Northern Mariana Islandsという国名は北マリアナ諸島自治連邦と訳されているが、実質的にアメリカの支配下にある島々である。

島に雇用を生み出す産業が少ないため、アメリカの軍隊に入る若者も少なくない。テニアン空港待合室には、アフガン戦争で戦死した島の若者の写真が掲げられている。

テニアン島が日本の植民地（委任統治領）になるまで

マリアナ諸島はスペインが植民地経営を始め、その後アメリカとの植民地戦争（一八九八年）で敗れて、グアム島はアメリカ領となった。さらにほかのマリアナ諸島はドイツに売り渡した。そして一九一四年、第一次世界大戦に乗じて、日本がドイツを追放して占領した。占領当初は海軍が統治していたが、一九二〇年に国際連盟からの委任統治領になると、南洋庁

が設置されて民政統治となった。委任統治領といっても、日本が軍事力で占領した島々を、第一次世界大戦の後始末としてのヴェルサイユ条約で、国際的に承認させたものである。

テニアン島はスペイン統治時代には原住民がいたが、各地でカトリック宣教師への反抗が頻発したために、住民はすべて他の島に集められて、無人島になっていた。ドイツ統治時代にもほとんど放置状態で、島には野生化した牛やブタや鶏が繁殖していたという。

日本人による開拓史をたどると、海軍政時代の一九一六年に喜多合名会社が椰子栽培、一九二一年に綿花栽培への転換、一九一七年に西村拓殖が畜産事業、一九一八年に南洋殖産がサトウキビ栽培の事業を試みたが、すべて失敗して労働者の一部は日本へ帰ってしまった。一方、約一千人の日本人失業者がサイパン島などに放置され、飢餓に苦しんだという。

そして、台湾で製糖事業に携わっていた実業家松江春次と東洋拓殖社によって南洋興発社を設立し、まずサイパンで製糖事業が開始された。当初は世界恐慌などの影響で事業は停滞したが、その後順調に推移し、一九三〇年にテニアン島に千二百トン工場を稼働するまでに発展した。こうして「砂糖の島」となったサイパン・テニアンに沖縄から続々と移民が押し掛けたのである。

戦前の島の空中写真（アメリカ軍撮影）を見ると、縦横に整然と区画されている。島全体の農場が南北・東西に農道が直線に走り、何キロも続いている。その名残は現在でも飛行機から確認できる。開拓に着手した松江春次はまず島の測量をおこない、農場を区画し、さらにソクソンを碁盤状に整備して杜宅街や公共施設、商店、住宅などが整然と配置された町を造った。

農場は会社の直営農場と、移住農家に貸与した六町歩耕作（小作）・準耕作（小作）に分けられた。農場には線路が敷かれ、各農場の集積場にカレター（牛車）に引かして集められたサトウキビを貨車に積み、町の西はずれにある巨大製糖工場へと運ばれた。

南洋興発社の経営が進展を続けると、沖縄からの移民も増加した。そこでソクソンの町や各地の農場に、学校や神社ができ、南洋興発社経営の酒保と呼ばれる現在でいうスーパーストアができた。人口の約三分の二は沖縄人だったので、沖縄県人会も結成され、県人会館まであった。ソクソンには沖縄芝居の劇場があり、沖縄そばの食堂もあった。さらに農場ごとの、あるいは沖縄の出身地ごとの郷友会もあり、遠く南洋の島へ来たとはいえ、小さな沖縄社会であった。

一九四五年十二月九日、私はテニアン島のチュウロキキャンプで生まれた。両親は前年の八月三日に米軍に保護されて、収容所生活が始まったのであるが、その一年四ヶ月後に私が誕生したということは、生物学上の観点から「??」ということになる。

当時の両親は戦争難民、つまりは捕虜であり、無職である。家もなくテント小屋（幕舎）での集団生活であった。将来への展望も描けない状況のなかで、よくもまあ子どもを作ったものだと思える。アメリカ軍病院スタッフも苦笑いしていたのではないかしら？

しかし、こうして人生をそれなりに楽しんでいる私としては、生まれてきてよかったと思っている。

さて、私の両親がどういういきさつでテニアン島にいたのかを辿ってみよう。まず一九三二年に、父親が先にテニアン島に農業労働者として出稼ぎ移民をした。当時の沖縄は貧困県で、農業以外に雇用を生み出す産業は脆弱であった。一方、サイパン・テニアン・ロタ島などで、製糖業で成功しつつあった国策会社「南洋興発」は、暑さとサトウキビ栽培に慣れた沖縄県人労働者を求めている。

次号へ続く

支部・ブロック通信

今日も元気でひやみかち
名護北支部健康講話会

3月18日（土）に、医療生協名護北支部主催、名護市の後援で、「人生100年時代、今日も元気でひやみかち」をテーマに、よみ生協病院の中間進



院の中間進

医師をお招きして健康講話会を開催し46名が参加しました。

はじめに名護市健康増進課の久高保健師のお話で、沖縄県の男性の平均寿命が2020年度で全国43位と

の取り組みだと感じました。

周りの方々にも声を掛け合っ
て、紹介したいと思いました。
上間先生の講演では、食事はビタミンKとDがとても大事で魚や野菜、納豆、玄米など気を付けて食べようと思います。運動は1日15分でもいいということなので実践しているウォーキングとヨガを継続していこうと思います。これから元気に生活が続いていくために改めて考える良い機会にもなりました。

第2部は新春のつどいが行われ初めて参加しました。みなさんが楽しみながら活動に参加されているのを感じて私たちも楽しみながら班活動

後藤 恭子

名護北支部 ジャスミン班

南部ブロック
新春ボウリング大会
月間成功めざし組合員が交流

2月26日（日）に南風原町のサザンヒル・ボウリング場で子ども6名を含めて36名の参加で南部ブロック新春ボウリング大会を開催しました。

7支部の参加者が和気あいあいと投げ合い、ガーターやストライクに大きな拍手と歓声があがりました。

終了後に個人賞の1位から3位、

団体賞の1位から3位の表彰式をおこないました。

ブロック長の私から、3月の「しめくくり月間」の訴えを行いました



団体賞1位のみなさん

活動を継続することで
地域と繋がる
子どもの居場所交流ゆんたく会に参加

まちづくり推進部 玉城 徹

2月27日（月）北谷町社会福祉協議会子どもの居場所連絡会運営事業主催による「第3回子どもの居場所全体交流ゆんたく会」がちゃたんニライセンターにて開催され、子ども食堂すまいるカフェ北谷のスタッフとともに参加しました。町内で、子どもの居場所運営に取り組んでいる子ども食堂や学習支援団体、児童館、自治会、北谷町役場から

見交換を行い交流を深めました。「夏休み期間中にレモネード活動を行った」「プランターで野菜を作り家庭で食する」「月一回、夕食の無料提供や月々のテーマに沿った映画鑑賞」など、各団体の独特な取り組みはとても参考になりました。また、スタッフ

子ども食堂すまいるカフェ

北谷は、地域組合員や職員組

合員、定年した元職員、地域のボランティア、さらにとよみ生協病院栄養管理室の調理師も常時参加協力しながら毎月一回の子ども食堂や週一回の食料支援、月2回の高齢者宅へのお弁当配布に取り組んでいます。これらの活動は社会福祉協議会や県内外の一般企業、ランチサポートからの食料支援を受けており、企業や他団体、地域との繋がりはとても重要と位置付けています。

活動を継続することで、沖縄医療生協が目指すまちづくりの「見える化」の実践、地域との繋がりの輪ができると確信しています。

研修医紹介

感謝の1年間

沖縄協同病院1年目研修医 伊計 かおり



より感謝の念に堪えません。

将来循環器内科で不整脈を専門にしていきたいという志の下、循環器学会で発表させて頂く好機にも恵まれ、たくさんの方の応援のおかげでまたひとつ夢への一歩を踏み出すことができました。

今後医療に従事していく上でも決して驕らず、私自身が浴びた支えの数々を精一杯お返ししていく決意です。今後ともよろしくお願いいたします。



香川県小豆島



香川のうどん

しっかり感染対策 安心して健診を受けよう



数年続いたコロナ感染症もようやく落ち着いてきて、コロナ禍前の日常生活を取り戻しつつあると思います。

この間、特定健診や人間ドックもなかなか受診出来ずにいらっしやった方々も多いのではないのでしょうか？ご自宅にいらっしやる時間が長

かったため運動不足になり、

体重が増加した方、コレステ

ロールや血糖値が上がってしま

ったという方々が多くなっ

ています。2023年度からは積極的に受診され、ご自身の健康チェックを行ってみま

しょう。

中部協同病院やとよみ生協

病院では、これまで通り感染

対策を心がけておりますので、

行させる危険性が高くなると

いわれています。

「健康おきなわ21」による

と、沖縄県はメタボリックシ

めざそう！ チャーガンジュー



圧などを引き起こしやすくな

るだけでなく、動脈硬化を進

めてくださいます。

メタボ

リックシ

ンドロー

ム（通称・

メタボ）と

は、内臓脂

肪蓄積に加

えて空腹時

血糖、HDL

コレステ

ロール、中

性脂肪、血

圧が一定以

上値を示す

状態のこと

です。内臓

脂肪蓄積が

あると、糖

尿病や高脂

血症・高血

圧などを引き

起こしやす

くなると、

動脈硬化を

進めるとい

います。

「健康おき

なわ21」に

よる、沖縄

県はメタボ

リックシ

ンドロー

ム（通称・

メタボ）と

は、内臓脂

肪蓄積に加

えて空腹時

血糖、HDL

コレステ

ロール、中

性脂肪、血

圧が一定以

上値を示す

状態のこと

です。内臓

脂肪蓄積が

あると、糖

尿病や高脂

血症・高血

圧などを引き

起こしやす

くなると、

動脈硬化を

進めるとい

います。

「健康おき

なわ21」に

よる、沖縄

県はメタボ

リックシ

ンドロー

ム（通称・

メタボ）と

は、内臓脂

肪蓄積に加

えて空腹時

血糖、HDL

コレステ

ロール、中

性脂肪、血

圧が一定以

上値を示す

状態のこと

です。内臓

脂肪蓄積が

あると、糖

尿病や高脂

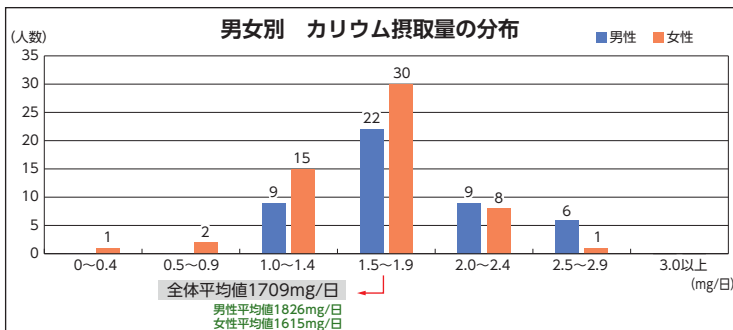
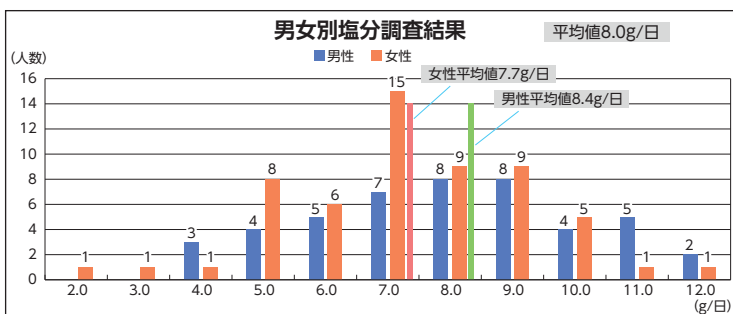


塩分減らし、 野菜をふやそう！



沖縄医療生協2022年度 第1回すこしお塩分調査

健康づくり
委員会・すこ
しお塩分調査
チームは、
2022年11
月13日に地域
組合員や職員
組合員とその
家族111名
を対象に第1
回すこしお塩
分調査を実施
しました。調査結果は次の通
りです。塩分摂取量の全世代
平均は8.8g/日（男性平均8.4
g/日 女性平均7.7g/日）
でした。厚生労働省推奨値は
男性7.5g未満・女性6.5gなの
で、塩分は少し多い結果とな
りました。カリウム摂取量の
全体平均値は1709mg/日
（男性平均1826mg/日
女性平均1615mg/日）で
した。厚生労働省目標は男性
3000mg/日以上、女性
2600mg/日以上なのでカ
リウムは届いていない結果に
なりました。ナトリウム/カ
リウム比の平均値は3.9でした
（当委員では2.0以下を目標設
定）。一方、問診票では毎日
野菜を食べると答えた割合は
71%を占め
ていました
が、先ほど
のカリウム
摂取量やナ
トリウム/
カリウム比
の結果を踏
まえると、
野菜は毎日
食べている
が摂取量が
少ないこと
が推測され
ました。



結果より、健康な生活を送る
ためにも、塩分摂取量を減ら
し野菜の摂取量を増やすこと
が必要だと考えます。
健康づくり委員会・
すこしお塩分調査チーム
川満常幸（保健師）

事業所通信



とよみ生協病院 透析医療充実へ

とよみ生協病院 内科部長 中村成男

とよみ生協病院の外來透析
ベッド73床、更に病棟に16床
を確保し同時に89人の透析が
可能となっております。月水金、
火木土とも昼間、夜間の透析
を実施し、旅行透析も受け入
れております。

血液透析をはじめ、体に数
十リットルの透析液を出し入
れするオンライン血液透析濾

す。透析中は快適に過ごせる
ように各ベッドにテレビも設
置しております。
病院と併設された透析棟と
なっており、単純レントゲ
ン、CT、超音波検査など必
要な検査がすぐに受けられる
利点もあります。
透析バスを利用して送迎も
行っております。
1978年以来培ってきた
透析技術が皆様方のお役に立
てれば幸いです。

LINE 公式アカウント 友だち募集中

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！



まちづくり推進部
098-856-2519

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)

沖縄医療生協組合員特典提供店11店

組合員特典を利用する際は必ず組合員証の提示をお願いします。 2023年4月1日現在
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 ローンプラザ うらそえパーグレイ 0120-928-798	【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 ガーデンレストラン プランタン	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
ウエディングサロン	ご婚礼	那覇市泉崎 2-46 098-853-2117 【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	※対象条件がございますので直接ご確認くださいませ
5 サザンビーチホテル&リゾート沖縄	ホテル	糸満市西崎町 1-6-1 098-992-7542 【特典内容】 ◆特製弁当(ホテルの美味をご自宅オフィスにお届けいたします) 海風 2,500円 南山 3,500円 ◆ランチタイム 平 日 2,200円 ⇒ 特別料金 2,050円(税込) 土・日・祝 2,400円 ⇒ 特別料金 2,350円(税込) ※詳しくは、ホームページをご覧ください。	
株式会社ユナイテッドコーポレーション	ホテル	北谷町上野頭 550-4	
①ユナイテッドリゾート 希望ヶ丘		恩納村名嘉真 2288-34	
②ユナイテッドリゾート サラバス		恩納村名嘉真 1765-30	
③ユナイテッドリゾート 読谷		読谷村瀬名波 538-1	
④ユナイテッドリゾート オーシャンビューライカム		北中城村ライカム 565	
⑤ベアーズステイ 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真栄田グランブー		恩納村真栄田 712-2 098-989-3880	
7 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	石垣市字大浜 676 080-5687-5415	1名100円引き
8 @ ISLAND あっとあいらんど	カフェ	石垣市石垣 25 カイセイホームエース1-C TEL: なし	10%オフ *ワインボトルを除く
9 sot hair skonhet	美容院	那覇市田原 3-11-6 コミュニティ 5 1階 098-800-2985	ヘアトリートメント サービス
10 あかちようちん	居酒屋	名護市城 2-1-15 0980-53-0226	ランチ一品サービス
11 トンプリンの店(自然食品)	コラーゲン&コンドロイチン 豚皮から抽出した100% 自然食品	与那原町与那原 561-2 098-944-6061 (要予約)	10%割引

※12月よりユナイテッドホテル南城の組合員特典は諸事情により停止いたします。
※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。

LINE 沖縄医療生協公式ラインでは、組合員特典提供店の
更新情報や身近に使える情報を配信中です！
QRコードを読み取って友達登録おねがいします→

組合員証は、沖縄医療生活協同組合加入時に発行され
るカードです。組合員証の無い方は再発行します。
組合員証発行のお問合せ まちづくり推進部 098-850-9004

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。



4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
中止もありえます。まちづくり推進部へお問い合わせ下さい。

①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
4月6日(木)、13日(木)、20日(木)、27日(木)

②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
4月7日(金)、14日(金)、21日(金)、28日(金)

問合せ先 まちづくり推進部 TEL098-850-9004

困ったときは 医療・介護の相談窓口へ

医療、介護などで
お困りことはありませんか？
お気軽にご相談ください。



沖縄医療生活協同組合

〈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。
新型コロナに関する事は沖縄県のホームページをご覧ください。

困ったときは 暮らしの相談窓口へ

〈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)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。

暮らしなどでお困りことはありませんか？
お気軽にご相談ください。



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。

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)

スマホでも
ラジオがなくても
アプリで聞ける！

ListenRadio 検索

3月の放送内容です。ぜひお聴きください。

第105回 3月9日 創立50周年シンポジウム⑥今後の将来展望
第106回 3月23日 沖縄医療生協のとりくみ
第107回 3月30日 SDGs 委員会のとりくみ「ゴミ処理、上下水道見学」



※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♡ 白慢の写真を大募集!!



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: 長堂嘉秀さん
コメント: ズアカアオバトのカップルが、シンクロしました。嘴がブルー、背面が緑色のとっても美しいハトです。



定例理事会だより

◎第25期第21回理事会が2月25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、2022年度全国四課題実績について
- 3、2023春闘について
- 4、役員推薦委員の指名について
- 5、創立50周年記念事業について

《決議事項》

- 1、2023年度生協役員賠償責任保険の継続更新について
- 2、特別予算の執行について
- 3、賃金及び退職金規程の改定について
- 4、第58回通常総代会関連について

《協議事項》

- 1、1月度決算について
- 2、定款の変更について
- 3、役員推薦に関する事項について
- 4、第58回通常総代会議案討議について
- 5、支部への組合員名簿提供に関する規則について



全国四課題の到達

	2月	2022年度累計	累計
組合員ふやし（人）	140	1,809	98,290
出資金ふやし（千円）	8,222	112,619	1,994,270
班づくり（班）	0	10	336
担い手ふやし（人）	8	58	1,010

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。県外への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

判断は

3月13日より、マスク着用が個人判断となりましたが、どの場所でのタイミングで外すか、しばらく様子見するしかないのでしょうか。

比嘉睦子（豊見城市）

人生会議

2月5日号2面の「人生会議に取り組んでみませんか」を読んで、まさにその通りだと思いました。単身で那覇在住のため、家族が集まることもできないのが現実ですが、集う機会に話し合いたいと思います。「人生会議」というのですね、ありがとうございます。

新城巨（那覇市）

未来へつなぐ

創立50周年記念シンポジウムを当日視聴できず、とても残念に思っていました。録画配信で視聴できました。歴史を知ること、今を理解し、未来へつなげる。地域のニーズを捉えるからこそ、沖縄医療生協は発展する。自分のできる活動を微力ながら協力していこうと思いました。

保村育子（那覇市）

教育に力を

沖縄が米国の防衛の盾とならぬよう、反戦への声をあげられるよう、平和教育に力を入れてほしい。

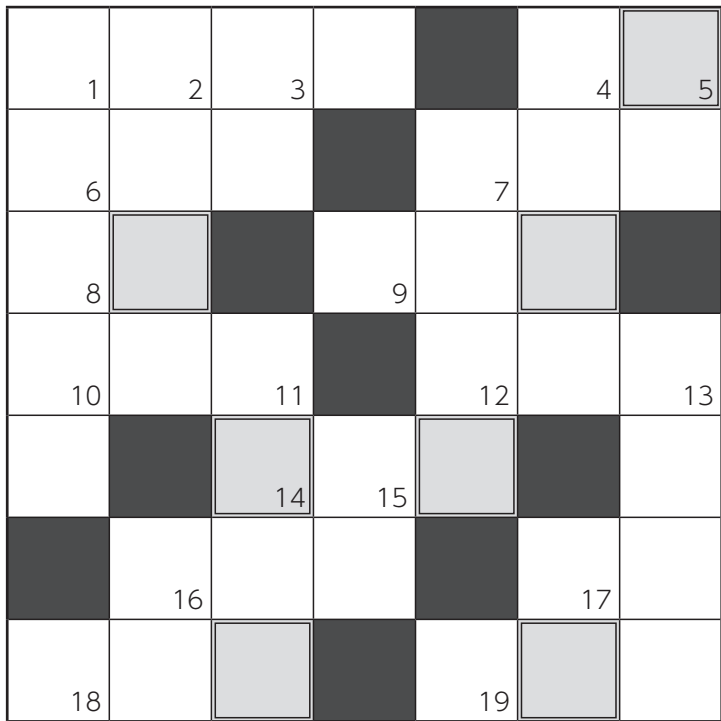
長嶺郁夫（糸満市）

沖縄の誇り

ここ数年、那覇に大きな台風の襲来がなかったせいか、今年の緋寒桜は枝ぶり良く花付き良く、格別の美しさで春の訪れを告げてくれました。花吹雪の風情はありませんが、色鮮やかにエネルギッシュに咲く緋寒桜は沖縄の誇りですね。

春が来た（那覇市）

クロスワードパズル



作・島袋 聡

タテのヒント

- 1、伊江島では4月にこのイベントがあります。
- 2、ぬれたり湿ったりしていること。
- 3、親子電話で、親機に付属する無線受話器。親機から離れた場所でも通話ができる。
- 4、下らない、役に立たないものがらぐた。廃品。
- 5、二直線が交わってできる図形。貝の軟体を外側から包む石灰質などからなる硬い物質。
- 7、すぐれた案。よい考え。
- 11、火を使うときの火力の強さ。足を覆うように作った履物の総称。革・人造皮革・ゴム・ビニール・布などを材料とし、用途に応じて種々のものがある。
- 16、他国の国籍を得て、その国民となること。
- 17、衣服や布地などにつけた細長い折り目。

ヨコのヒント

- 1、友人としての親しい交わり。その時の商品としての価格。

- 6、事業などをして得るもの。利潤。
- 7、熱や衝撃によつて爆発する物質で、そのエネルギーを有効に利用できるもの。○○○類取締法では、弾丸などの発射薬とロケット推進薬をいい、広くは爆薬・火工品を含めていう。
- 8、物事・人・時が来るのを予期し、願望しながら、それまでの時間を過ごす。
- 9、味見をするなどの目的で、ために飲むこと。
- 10、当然果たさなければならぬ事柄。任務。義務。
- 12、学校で教育を受けるためにかかる経費。授業料・教科書代など。学資。
- 14、サケ・マスの卵を塩漬けにした食品。日本では、筋子に対し、成熟した卵を一粒ずつ離れたものをいう。
- 16、大気の圧力。単位にパスカルまたはヘクトパスカルを用い、ミリバールも慣用される。人、特に男性の口の上やあご、ほおのあたりに生える毛。
- 17、壁塗りを職業とする人。庭などで、一部分を区切り土を盛り上げるなどして草花を
- 18、

植えた所。

二重枠のヒント

家族が集まり、楽しく談笑すること。

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5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455号（2023年6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

2023年2月号 451号
クロスワードパズル解答

ア	イ	コ	ウ	シ	キ
メ	ン	タ	イ	コ	カ
ジ	ン	イ	ン	カ	テ
ス	ジ	ク	ン	ジ	ナ
ト	イ	ク	セ	ナ	カ
チ	ン	パ	オ	ツ	イ
		ギ	ン	フ	カ

タイアンキチジツ

当選者

山本 栄子（那覇市）
古堅 哲也（那覇市）
平良 修（那覇市）
宮城 みるみ（那覇市）
又吉 咲（那覇市）
嘉陽 昭（那覇市）
坂本 一洋（那覇市）
宮里 信子（那覇市）
久草 恵美子（那覇市）
矢野 裕子（豊見城市）
山内 曉（南風原町）
・翁長 尚（糸満市）
・二重枠チーム（糸満市）

45名の応募があり44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。

作品コーナー

卒業おめでとう！
孫へのプレゼント

「孫が高校卒業するから3月1日は早く帰りたい」と要望がありました。利用者様は手作業が得意な方で、職員の提案で今回の色紙をプレゼントする事になりました。

ご本人が作成できるように下準備した色紙に、折り紙で花びらを切り抜き、幹の部分は茶色のチラシをちぎり色紙に貼り付けました。

当日お孫さんが自宅を訪ねて

くるとの事で、朝から集中して取り組み、15時の帰宅までに完成しました。

後日、利用者様より「孫もとても喜んでいました。ありがとうございます」と笑顔で報告を受けました。

にじの家の職員は日頃から、利用者・ご家族とのコミュニケーションを大切にしています。そのことを感じた出来事でした。

石川にじの家 所長 山内忍



沖縄医療生協 世界禁煙デー企画

第1回

ポスター・標語
コンクール募集中5月31日は、
世界禁煙デー

- 【募集期間】： 3月1日～5月1日
 【対象者】： 沖縄医療生協の組合員
 【作品テーマ】： 禁煙を呼びかける
 【申込方法】： 沖縄医療生協 健康づくり委員会へご連絡ください
 【賞品】： 参加賞と表彰者に賞品を贈呈します

問い合わせ： 沖縄医療生協 健康づくり委員会
 (Tel: 098-850-9004, Fax: 098-850-7990)

職員募集

※詳しくは(休日、給与、賞与、手当等)
 沖縄医療生協ホームページをご覧ください。

- 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

お問合せ： 沖縄医療生協人事総務部 TEL 098-850-3185

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、糸満市

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



今月は
生協だより読者の
はっぴーさんからの
投稿レシピです。



生もずくとニラのヒラヤーチー



生もずくとニラが美味しい時期になりました😊
 磯の香りやニラの甘みを味わってください！

材料 (2枚分)

生もずく	100g	水	100cc
ニラ	60g	薄力粉	100g
人参	30g	サラダ油※ごま油可	小さじ2
ツナ缶	40g	かつおぶし	少々
卵	1個		

作り方

- 1 人参、ニラは細かく切ります
- 2 ボウルに溶きほぐした卵、水、薄力粉を入れて泡立て器で混ぜます
- 3 2に生もずく、ニラ、人参、ツナを入れ混ぜ合わせます
- 4 油をひいて熱したフライパンに入れて薄く広げて両面こんがり焼きます
- 5 食べやすい大きさにカットして器に盛り、かつおぶしを散らして完成です



ポイント ポン酢、ウスターソースなどお好みで付けて食べてみてください

