



2024年2月号

発行所 沖縄医療生活協同組合

豊見城市字根差部588-3

☎ (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12月末

組合員数 98,506人

出資金 19億8,860万4千円

とよみ生協病院開院

地域に選ばれる病院をめざして



2月1日にとよみ生協病院が開院し、1病棟（52床）増え137床の病床をもつ病院となりました（回復期リハビリ病棟48床、一般病棟37床、地域包括ケア病棟52床）。

病院事業の柱は増床に伴う3病棟の運営、健診事業の拡大、透析医療の充実、また新たに外来診療を2月5日より一部開始していきます。病棟運営についてはこれまで通り沖縄協同病院からの受け入れを行いながら、近隣の急性期病院からの受入も積極的に行っていきます。

これまでのスペースを拡大し、受診者にくつろいで健診を受けて頂けるようにしました。外来については、沖縄協同病院が進めていく「紹介受診重点医療機関」との関係で一部の外来機能を、とよみ生協病院に脳神経外科、整形外科等を徐々に移していきます。このような事業活動をすすめていく上で不可欠なのが、人材の確保です。医師をはじめ看護師、看護補助者の獲得なしでは計画通りの事業運営は厳しいものです。組合員の皆様からのご紹介をお待ちしています。

とよみ生協病院が完成（ハード面）し病院は機能していきますが、そこで働く職員、地域組合員、患者、利用者、医療従事者に求められる病院へと成長しながら、安心安全の医療を提供してまいります。



とよみ生協病院
事務長
玉城 全一郎

今後は3月より旧病院の解体を行い10月に終了、その後駐車場を整備します。

◆◆◆ 移転のお知らせ ◆◆◆

沖縄医療生活協同組合本部事務所が移転いたしましたのでお知らせします。

旧住所 豊見城市字真玉橋593-1

新住所 豊見城市字根差部588-3

電話番号、FAX番号は変更ありません。



2023年度 第2回 組合員活動交流集会のご案内

- 日時 2月29日（木）13時30分～16時
- 会場 沖縄市農研センター（沖縄市登川2380）
- 目的
 - ・2023年度全国四課題の目標達成に向け、しめくり月間にむけた意思統一を図る。
 - ・組合員活動の実践を交流し、学びあう場とする。
- 内容
 - 1) 各ブロック、事業所の活動報告
 - 2) 2023年度しめくり月間に向けた提起
 - 3) グループワーク
- お問合せ先 まちづくり推進部 (098) 850-9004



能登半島地震に伴う 義援金ご協力をお願い

1月1日に、石川県能登半島地方で発生した地震により、石川県志賀町で震度7（マグニチュード7.6）を観測したほか、北海道から九州地方にかけて広域に地震が発生しました。多くの尊い命が犠牲になり、まだ安否がわからない方もいらっしゃいます。沖縄医療生活協同組合は「能登半島地震に伴う義援金」の呼びかけ、取り組みを行います。

義援金は日本医療福祉生協連より各自治体を通じて被災された方へお届けします。各支部へ「義援金袋」を準備して担当者がお届けしますのでご協力をお願いします。

また、地域組合員さんで義援金をご協力いただける方は、沖縄医療生協まちづくり推進部までご連絡をお願いいたします。



電話番号 098-850-9004

昨年12月14日、生活保護基準引下げの違憲・違法を問う「いのちの砦」裁判で、那覇地裁は原告敗訴の不当判決を言い渡しました。この裁判は、2013年から3年間にわたって行われた厚生労働大臣による生活保護基準の引き下げをめぐる、全国29都道府県で1000名を超える原告が、憲法25条や生活保護法で保障される「健康で文化的な最低限度の生活」を求めて提起した裁判です。まさに現代の「人間裁判」と言えます。

高裁でも、厚生労働大臣の引下げ判断には「重大な過失」があったとし、国家賠償まで認めた原告側「完全勝訴」の画期的判決が出されています。那覇地裁は、こうした流れに真つ向から逆行する判決を出したわけでは、次のような問題があります。第一に、厚生労働大臣に著しく広い裁量権を認め、国側の言い分を容認しています。第二に、それに対して、専門家による検証や専門的知見をきわめて軽

視しています。専門家組織である生活保護基準部会の検証結果をふまえず、大部分が「デフレ」を理由として引き下げが行われたことや、その際に用いられた「生活扶助相当CPI」は厚生労働省が独自に作った指標であり、統計学等の観点からみて問題が多いものであるなど、多くの専門家から疑問や批判が出されています。第三に、何より、保護利用者らの厳しい生活実態にまっ

た目をつけていません。保護利用者の厳しい現状を真摯に受け止め、最低限を下回る生活を「長期間にわたる強いられきた」として国の判断の誤りを認めた名古屋高裁と比べて、まさに対照的です。また那覇地裁は、沖縄県の固有事情についても十分な考慮もせずに退けています。



「いのちの砦」裁判、不当判決！ 生活保護利用者の 厳しい実態に目を向けよ

琉球大学教授・沖縄憲法25条を守るネットワーク会長 高田清恵

このように那覇地裁判決は、全面的に国側の言い分に追従し、司法としての責

近年、話題となっている「持続血糖測定器」は、糖尿病治療において非常に重要な治療であり、また、患者さん自身が血糖を観る（食事や運動でどの程度血糖が変わるのかが見てわかる）ことで、生活スタイルを変えるきっかけの一つとなっています。

持続血糖測定はインスリン注射やGLP-1受容体作動薬の注射薬（1回/日注射）をしている方は保険適応により、1〜3割負担で毎月使用することができ、注射薬をしていない方は毎月使用することはできません。ただし、半年に1回検査として2週間のみ利用することが可能です。

特に飲み薬にて治療している方で、スルホニル尿素薬（グリメピリドなど）や速効型インスリン分泌促進薬（スターシスなど）を服用している、HbA1cが7.0%未満の方は生活のどこかで低血糖（低血糖症状が出ない人が多いです）となっている恐れがあるため、この検査をお勧めしています。詳しくは糖尿病看護認定看護師へお尋ねください。

24時間血糖を測定 持続血糖測定器

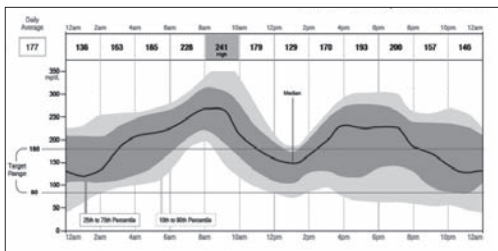
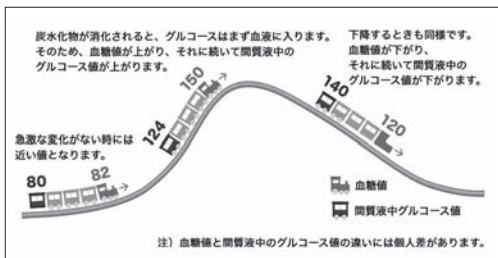
糖尿病看護認定看護師 赤嶺 勝



※持続血糖測定器は間質液中のグルコースを測っているため、血液で測る血糖値よりも遅れて変動します

※そのため、血液で測定し値と持続血糖測定器で見た値が異なることがあります

（持続血糖測定は全体的に低めに出的場合があります）



2024年へり基地反対協 初興しに250人

へり基地反対協は、代執行NO！2024初興しを辺野古の浜で行いました。

各地から、250人余が

早朝から参加しました。各界各層（主催者、国会議員、現場のカヌーチーム等）があいさつ。国の代執行の暴挙に抗い、諦めないでたたかう決意の集会となりました。多彩なイベント（踊り、餅つき等）を楽しみました。

名護北支部

運営委員長 東江英明



登る太陽（ていだ）のごと 人の世も瞬（す）でて
戦世（いくさゆー）しまち 平和たばれ
（浦島悦子）
（昇る太陽のように人の世も生まれ替わり、戦争の世を終わらせ、平和をください）

健康づくり委員会だより⑨

2023年度 健康づくり月間を終えて



昨年8月から10月までの期間、毎年恒例の「健康づくり月間」を開催しました。月一回の月間推進委員会を開催しながら、地域・職場での健康づくり参加と実践をすすめてきました。

10月の健康づくり講演会は85名が参加しました。東京保健生協の齋藤文洋院長を講師に「味覚の発達とすこしお」をテーマでお話いただきました。11月のWHO健康ウォークには名護から宮古、石垣まで合わせて157名が参加しました。天候にも恵まれ、参加



健康長寿沖縄を
めざし、引き続き
日常の中の健康

会へのサポート派遣をお引き受けいただき、誠にありがとうございました。心よりお礼申し上げます。

おかげさまで、無事に終わることができました。

山城様、平良様お二人の力が大きく、地域住民の皆様からも好評で、とても丁寧な対応に感激されている方が多くいらっしゃいました。

「次回はいつやるの？」とのニーズもありました。

私共もこのような形での測定会は初めてでしたが、新たに見えてきた地域課題や住民ニーズがあり、収穫が大き

感謝された サポート派遣

沖縄医療生協以外の
地域包括支援センターからのお礼

那覇市地域包括支援センター高良
吉田 由記江

地域へ職員を派遣し、
お礼状が届きましたので
皆さんへご紹介します。

本日はご多忙の中にもかかわらず、宇栄原団地体力測定

づくりを広げていきましょう。

◆個人賞

新垣 直子 池間たみ子
伊礼 一美 神山 好恵
金城貴久乃 金城 信子
佐久眞 操 仲地 紀子
原口菜々子 原國まゆみ
比嘉 睦子 平敷 常子

◆団体賞

うるま具志川南支部
「ダンシングヒーロー」

◆ファミリー賞

宮城さおり・心菜
新垣智美・琴菜
鈴木麻未・結菜

◆夫婦でがんばったで賞

大城郁男・尚美
島袋博行・敬子

健康づくり委員会

事務局長 香村英俊



かったです。本場に皆様のサポートあつての体力測定会でした。山城様、平良様、平良様へ何かお気づきの点がありましたら、今後に繋げるためにもご意見を頂きますと幸いです。お伝えしております。本日はありがとうございます。今後ともよろしく願ひいたします。

支部・ブロック通信

首里西・東支部合同

美味しい楽しい！
みかん狩り

1月20日(土)に首里西支部・首里東支部合同で『新春のつどい・みかん(タンカン)狩り』に、参加者34名で本部町へ行きました。旬のタンカンをもぎ採り、味見をして「美味しい!」「濃厚で甘い!」と皆さん大満足しました。もぎ採った何キロものタンカンを買ってお土産にしました。



その後、名護市内の沖縄医療生協の「組合員特典提

携店」で昼食をとりました。とても美味しい食事で、中でも「お刺身が特に美味しかった。

うるまブロック
久々に盛り上がった！
新春ボウリング大会

1月21日(日)うるまブロック久しぶりの企画でボウリング大会が開催されました。4支部で6チームと職員と子どもチームで総計40名の参加となりました。70歳以上は10ポイントのハンディで優勝をめざして奮闘しました。久

しぶりのボウリングでミゾ掃除はご愛嬌となりました。参加者からは歓喜や落胆の声がひびき、それぞれ盛り上がりしました。チーム1位から3位までの賞品を準備しましたが、集計が間に合わずおあずけとなりました。次回はそういう事がないようにしっかりと準備したいと思います。

今回のボウリング大会は4支部組合員と職員との交流を目的に行われましたが、組合員と職員のレーンが別々に分かれていたため、職員との交流が弱くなりました。次回はもっと素晴らしいボウリング大会にしていきたいでしょう。

うるまブロック
ブロック長 大嶺 自章

運営委員長 西村 ミネ子

た」と皆さん異口同音でした。大型バスでの『新春のつどい』は皆さん「楽しかった」「また参加したい」と口々につぶやいていました。

そして、首里西支部で参加された方1名が医療生協に加入してくれました。一方で、参加募集の段階で、1人の組合員さんより「コロナ以前の、新春のつどいは千円で参加出来たのに今回は約倍かかっている。参加を躊躇している」との意見がありました。『弱い立場の人に寄り添う』という沖縄医療生協の創立の精神を思い、猛省した事も記しておきたいと思います。

首里西支部

大宜味支部

集まると元気が出るね！
DVD 視聴会・キャラバン報告会

昨年11月24日、大宜味村喜如嘉公民館にて「沖縄医療生協創立50周年記念動画視聴会」と「社保協キャラバン報告会」を開催しました。

「久しぶりだね、元気ね?」と地元から8名の方が参加しました。50周年記念動画を観て、喜如嘉の山川玲子さんの当時の活動のことが

話題になり、「みんなで集まると元気が出るね」と感想を出し合いました。

社保協キャラバンの報告では、大宜味村の高校生までの子ども医療費の無料化が先進的であること、沖縄医療生協も参加する沖縄県社会保障推進協議会が、全県的な実施に向けて署名活動等を取り組んでいることが報告されました。また大宜味村でもいくつかの課題があることも報告されました。

こともできずにいました。それでも、このような困難の中でも医療生協だよりは手配り者のみなさんが配布を続けていました。

2月には健康チェックなど、医療生協の活動を再開したいと思いを語りました。

北部ブロック
ブロック長 上野 和昌

勝つコツはあきらめないこと

第2回全県ブロック会議

1月5日(金)14時~16時に第2回全県ブロック会議をオンラインで開催し、各ブロック運営委員、事業所、理事の73名の出席で行われました。はじめに、上原理事長から「1月1日の北陸での大規模な地震、津波などで、多くの方が被害にあわれたこと、石川民医連の病院や診療所での状況報告や、今後情報が集まり次第沖縄医療生協も支援できるように準備していくこととの報告。2024年も沖縄では多くの困難を抱えている

が、勝つコツはあきらめないこと。気持ちを一新ともに頑張りましょう。」と開会のあいさつがありました。

報告事項では、理事会報告で経営状況や、各活動関連報告を行いました。2022年創立50周年記念事業は、コロナ禍により2年間にまたがりましたが、無事終了することができたことの報告がありました。

沖縄協同病院の新垣事務長からは、紹介受診重点医療機関についての支部への説明会

協議事項では「しめくくり月間方針(3月1日~3月31日)」で、全国四課題について提起、話し合われました。地域組合員活動では、何らかの企画を計画しつながらことの重要性を確認することが出来ました。

不明組合員の処理など課題や要望は多くありますが、地域組合員と事業所職員が力を合わせ、支えあいながら、組合員活動に取り組んでいきたいと思います。

まちづくり推進部

部長 西仲 ゆかり



とよみ生協病院 案内



病室

スマートベッドの説明を受けるみなさん



スマートベッド画面

オリンピックのマークのようなピクトグラムで患者の状態が表示される



3階薬局



5階病棟

地域包括ケア病棟

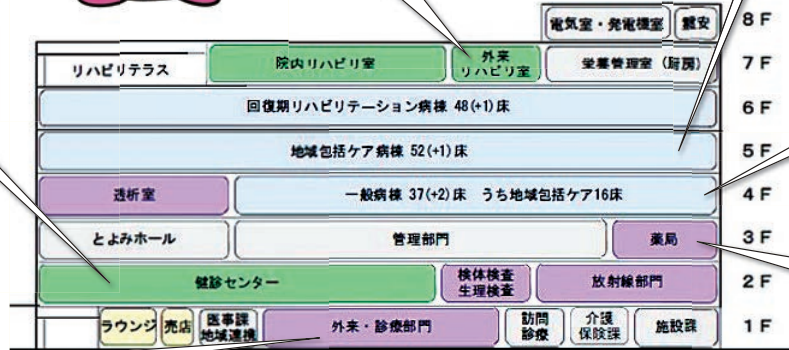


2階健診

広々としてゆったりと健診が受けられる



7階リハビリ室



4階病棟

一般病棟



3階薬局



1階外来

拡充した外来

新理事紹介



豊見城ブロック
真栄里 より子

組合員の皆様、今期より豊見城ブロックの担当理事を務めることになりました真栄里より子です。

私は、30年近く看護師として医療生協で働いてきました。定年後は、地域組合

員として支
部運営委員
長を務めま
した。

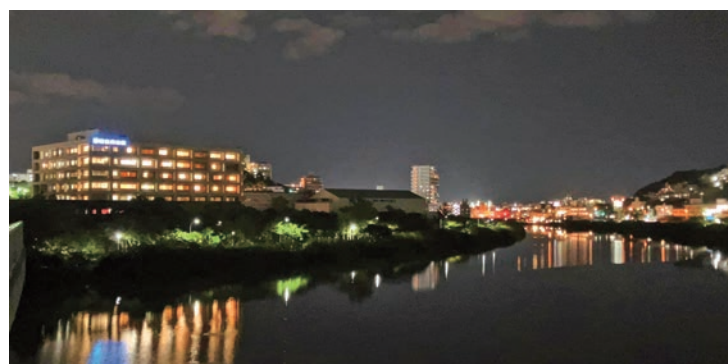
情勢により複雑化してきて
いるということですが、
唯一変わらないのは、医
療生協は、組合員の出資金
で成り立っているという事
です。その組合員一人ひと
りが医療生協で良かったと
思ってもらえる様な運営の
あり方に少しでも関わり、
貢献できればと考えていま
す。

微力ではありますが、ど
うぞよろしく願いいたし
ます。

通勤時は爬龍橋を渡っているのですが、そこから見える景色も私を慰めてくれます。



三枚肉で縫合練習



爬龍橋から見る夜景

研修医 紹介

爬龍橋の景色に癒され
残りの研修がんばるぞ！

沖縄協同病院1年目研修医 栗國結愛



季節や時間毎に違った表情になる空と水面と鳥が好きです。夏の終わりには公園から花のいい香りがして、秋の始まりには聞き馴染みのない鳥の鳴き声がします。3月はど

んな景色が見られるのか楽しみ
みです。
残りの研修生活も頑張っ
ていきたいと思っています。今後
ともよろしく願いいたしま
す。

2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～午後8時

2月1日(木)、8日(木)、15日(木)、22日(木)、29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

2月2日(金)、9日(金)、16日(金) ※2/23(金)は公休日のためお休みです

問合せ先 まちづくり推進部 TEL098-850-9004

有酸素・リズム運動・
簡単ステップ・エクササイズ

一緒に楽しく身体を動かして心とからだをストレッチしませんか？

月2回(毎月第1、第3水曜日)

午前10時30分～11時30分

西崎1丁目集会所(西崎1丁目35-1)



※年齢不問

参加費ひとり¥100

飲み物、タオル持参

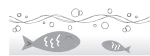
沖縄医療生活協同組合 糸満支部 チームまじゅん

(介護予防) 運動指導員: 中澤とも子 090-2171-1733

「漫湖公園清掃活動ボランティア」募集中

開催日時: 3月9日(土) 午後1時00分～1時30分

集合場所: こくら虹薬局裏手側 公園入口



どなたでも参加可能です。

職員ご家族そろってお気軽にご参加ください。

※12時の時点で雨天なら

中止となります

問い合わせ先 沖縄医療生協ボランティア委員会

TEL 098-856-3107 沖縄医療生協看護部 大城まで

沖縄医療生協組合員特典提携店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。 2024年2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 うらそえパークレー 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
4	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 ・結婚納金、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		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。	ホームページの QRコード
6	株式会社ユナイテッドコーポレーション	ホテル	北谷町上勢頭550-4	宿泊費 20%オフ
	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 サラベス		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ペアーズステイ 久米島イフビーチ		久米島町字謝名堂582	
	⑥CHULAX 沖縄読谷		読谷村瀬名波763-3	
	⑦真米田グランブルー		恩納村真米田712-2	
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	石垣市宇大浜676 080-5687-5415	1名100円引き
8	@ ISLAND あつとあいらんど	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	あかちょうちん	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

※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。

沖縄医療生協公式ラインでは、組合員特典提携店の
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

2024年新春のつどい(行事)日程

ブロック・支部	日時	場所	内容
北部ブロック	2月17日(土)13時	大西公民館	新春のつどい
那覇支部	2月18日(日)	本部町	新春ピクニックいちご狩り
南部ブロック	2月18日(日)9時	東風平運動公園陸上競技場	新春グラウンドゴルフ大会
豊見城ブロック	3月17日(日)	豊崎美らSUNビーチ	新春のつどい

問い合わせ先 TEL 098-850-9004

困ったときは医療・介護の相談窓口へ

医療、介護などで
お困りごとはありませんか？
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。

困ったときはくらしの相談窓口へ

〈窓口〉沖縄県生活と健康を守る会連合会

Tel.098-988-0512

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。

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。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!

YouTubeでも聴けます。(見れます)

1月の放送内容です。ぜひお聴きください。

第130回 1月11日 新年のあいさつ、展望など

第131回 1月18日 健康チャレンジ

※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

8面に掲載予定です。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注意ください。

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15分にご連絡下さい。



理事会だより

定例理事会だより

◎第26期第8回理事会が12月23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。

《決議事項》

- 1、とよみ生協病院完成に伴う登記について
- 2、とよみ生協病院建設に伴う金融機関からの資金調達について
- 3、事務処理規程の改定について

《協議事項》

- 1、経営活動について
- 2、当座貸越利用について
- 3、2023年度第2回プロック会議について
- 4、2023年度しめくり月間方針（案）について

《報告事項》

- 1、各種委員会報告
- 2、全国四課題関連について
- 3、労働組合関係について



全国四課題の到達

	12月	2023年度累計	累計
組合員ふやし（人）	154	1,671	98,506
出資金ふやし（千円）	12,254	95,001	1,988,604
班づくり（班）	2	11	334
担い手ふやし（人）	4	47	990

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

祈り

昨年は、ウクライナやイスラエルなど、子どもたちの泣き声が毎日のように目をそむけたくなるようなニュースの一年でした。新しい年こそ平和の一年であるように、祈るばかりです。

比嘉啓子（豊見城市）

負けないように

後期高齢者の仲間に入ったと思った途端、体力の衰えを感じるこの頃です。「病は気から」といいます。その言葉に負けないように、今年も脳トレ、運動そしてサークル活動にしっかり取り組んでいきたい。

新城美佐子（西原町）

どんな影響が

先日、地球に関する気象をテレビで見、今後私たちの生活にどのような影響を及ぼすのか、非常に心配になった。今はどういう将来が待っているのか想像がつかない。

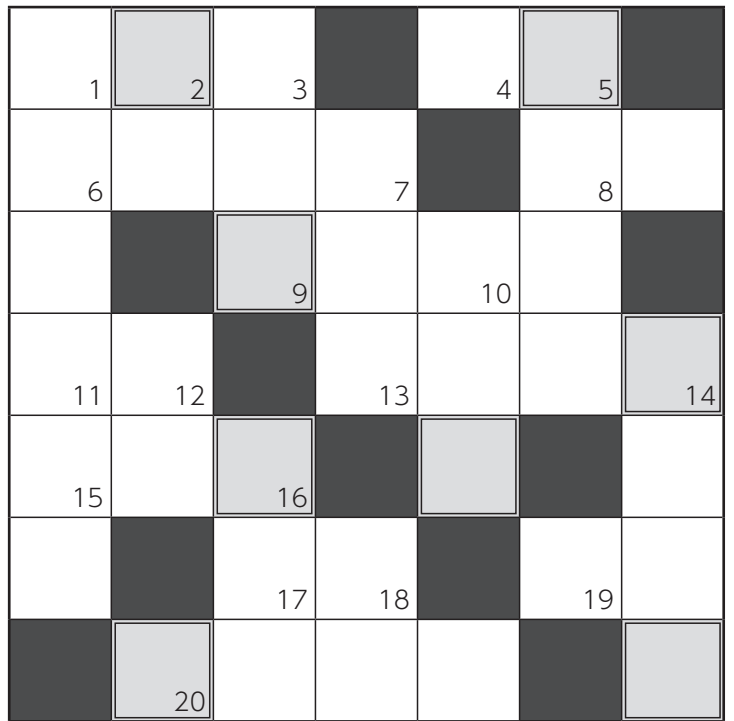
知念武彦（那覇市）

常日頃の用心

正月早々、つらいニュースが日本に続きました。沖縄も台風直前になってからバタバタと食品を買い込むのではなく、常日頃からローリングストックしておきたいものです。これは、一世帯だけがやっても意味がありません。全世帯が意識し、用心することによってつらさを減らすことができるでしょう。

カーテンひらり（那覇市）

クロスワードパズル



作・島袋 聡

タテのヒント

- 1、2月14日は〇〇〇〇〇デー。髪の毛をすいたり、髪に挿して飾りに使ったりする道具。
- 2、攻撃や危険から身を守ることにまた、そのためのもの。防衛。
- 3、飯を盛ったり汁などをすくったりする道具。頭が丸くくぼみの皿形で柄がついている。
- 4、夜になると、視力が著しく衰えて物がよく見えなくなる病気。
- 5、音の鳴り終わったのちに、かすかに残る響き。また、音が消えたのちも、なお耳に残る響き。
- 6、頭部の前面。目・口・鼻などのある部分。つら。おもて。
- 7、洋服の裁縫。
- 8、庭や鉢などに植えてある木。
- 9、アシカ科の哺乳類。雄は体長約4メートル、体重1トンに達する。体は黒褐色で、頭の幅が広くて後頭部が低く、ひげがある。繁殖期には1頭の雄が多数の雌を従える。

ヨコのヒント

- 1、麦を発芽させたもの。特に、大麦のものをいう。ビール・水飴の製造に用いる。
- 2、皮脂腺から分泌される半流動性

- 3、の油脂状の物質。肌や髪をつるおし、乾燥を防ぐ役をする。
- 4、受取証。領収書。特に、レジスターで領収金額などが印字された紙片。
- 5、偶蹄目ウシ科の哺乳類。ヒツジに似るが、首が長く、雌雄とも角をもつものが多く、雄はあごに長毛の房がある。一般に性質は温順で、群れをつくる。木の葉などを食べ、粗食でも飼える。乳・肉・毛を利用。
- 6、ある目的のために力を尽くして励むこと。
- 7、生きた動物を食し、鋭いつめをもち、くちばしの先は鋭くかぎ形に曲がる。
- 8、景色のよさや史跡、特有の風物などで有名な場所。
- 9、単体は無臭の黄色結晶。温泉や火山帯に産する。水には溶けにくい。空気中で熱すると青い炎をあげて燃え、悪臭のある二酸化硫黄（亜硫酸ガス）を生じる。十干を省略し、十二支だけで表した年。
- 10、雨・雪・日光などがじかに当たらないように、広げて頭上に差しかざすもの。
- 11、はげしくゆれつづくこと。特に、状況・情勢などがめまぐるしく変化すること。

二重枠のヒント

健康の増進のためには医療も食事
も本質的に同じで、ともに重要とす
る考え方。

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2024年3月15日（金）です。（消印有効）
- クロスワードパズルの解答・当選者は465号（2024年4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
〒901-0205 豊見城市字根差部 588-3
沖縄医療生協本部 まちづくり推進部
☎098-850-9004

2023年12月号 461号
クロスワードパズル解答

ク	ウ	カ	ン	ケ	ア
リ	ン	ゴ	シ	ン	シ
ス	キ	キ	ヨ	リ	サ
マ	カ	ヨ	ウ	ラ	ン
ス	イ	ソ	ウ	シ	ゴ
ソ	ウ	イ	ユ	キ	

リゴウシユウサン

当選者

- ・橋本 秀樹（名護市）
- ・久高 吉樹（うるま市）
- ・菅野 雅樹（沖縄市）
- ・宮城 充子（那覇市）
- ・中本 善愛（那覇市）
- ・与那領 直子（那覇市）
- ・村上 信子（那覇市）
- ・宮里 信子（那覇市）
- ・東恩納 房子（那覇市）
- ・諸城 美枝子（那覇市）
- ・嘉数 美枝子（那覇市）
- ・大城 千恵子（豊見城市）
- ・与座 千恵子（豊見城市）
- ・与座 順子（南風原町）
- ・与座 順子（南風原町）
- ・与座 順子（南風原町）

35名の応募があり30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。

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、うるま市、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)



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

私の
ベスト
ショット

バトンタッチ！（ゆっぴーさん）
コメント：旧病院48年間ありがとう！新とよみ生協病院、これからよろしく！

私たちの
SDGs宣言
コーナー⑥

沖縄医療生協「6つの行動目標」にもとづき、各支部や事業所で、また個人単位でSDGs宣言を決めて、実践をすすめています。各地からのSDGs宣言を紹介します。

上田支部
SDGs宣言
みんなで健康ウォーク
選んだSDGs番号は「3、11」です。

3 すべての人に健康と福祉を

11 住み続けられるまちづくりを

大切にしたいこと
みんなで集まって健康ウォークをします！

とみしろ支部
SDGs宣言
マイボトル・マイバッグをしよう
選んだSDGs番号は「12、13、14、15」です。

12 つくばない、減らす、リサイクル

13 気候変動に具体的な対策を

14 海の豊かさを守ろう

15 陸の豊かさも守ろう

大切にしたいこと
買い物は「マイバッグ」、飲み物は「マイボトル」

県民の命と生活、現場をまもる 全世代の社会保障制度拡充求める

自治体キャラバン2024成功に向けた

キックオフ集会（第一報）

☆日 時 3月1日(金) 17時30分～19時30分
☆場 所 沖縄産業支援センター& Zoom オンライン視聴
☆主な内容 社保情勢学習会(中央社保協から) 17時30分～18時30分
全団体代表者会議 18時30分～19時30分

主催：沖縄県社会保障推進協議会 住所：那覇市古波蔵4-10-53 健康企画ビル3階
電話：098-833-3397 FAX：098-833-3398 参加申込は okisyaho@gmail.com

沖縄憲法25条を守るネットワーク 第5回総会

日 時：3月3日(日) 13時30分～16時
場 所：那覇市職員厚生会館3階(みずプラッサB棟)

【第1部】総会
【第2部】記念講演「いのちのとりで裁判・那覇地裁判決の意義と今後」
大井 琢 弁護士(沖縄いのちのとりで裁判弁護団長)
主 催 沖縄憲法25条を守るネットワーク
連絡先 安里長従 司法書士(Tel 098-951-0250)

今月の一品

中部協同病院
栄養管理室 調理師
大城 和巳



塩と上手におつきあい
すこしお

大きめ野菜たっぷり和風スープカレー

材料(2人分)【1人分の塩分量0.8g】

鶏もも肉250g
人参50g
じゃが芋100g
ごぼう50g
ズッキーニ50g
パプリカ1/4
舞茸10g
水菜適量

【調味料】

カレー粉小さじ1杯
にんにく小さじ1
減塩醤油(塩分66%カット)小さじ1杯
カレールー10g
食用油小さじ1杯
ごま油小さじ1/2
かつおダシ汁350cc

作り方

- ①ごぼう、じゃが芋は皮付きのままよく洗いにさらしておく。じゃが芋は芽を取り除く。各野菜の大きさは好みの大きさでOK。
- ②鍋にかつおダシ汁350ccを入れ、①のじゃが芋、ごぼう、鶏もも肉を煮ます。その間に別鍋で油小さじ1杯をひき、パプリカ、ズッキーニ、舞茸を焼き色がつくまで炒めます。
- ③①の材料に火が通ったらカレー粉、にんにく、醤油、カレールーを入れ2～3分程煮ます。
- ④器に盛り付けて仕上げに水菜、ごま油を数滴かけたら完成です♪♪ (カツオだしをがらスープにかえてもgoodです)

