・脱退が見込まれます。

発行所 沖縄医療生活協同組合

めくくり月間

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 2024年1月末

98,567人 組合員数 出資金 19億9,380万3千円



ら、医療・介護活動を行って 患者・利用者に寄り添いなが 業活動と組合員活動をすすめ 度も残すところ1ヶ月となり います。 てきました。事業所では、 コロナ感染症が5類に移行後 ました。 組合員の皆様、 感染症に留意しながら事 沖縄医療生協では、 2023年

第464号

増えています。 様々な企画がすすめられ、 碁大会など組合員活動の場が 春のつどいやイチゴ狩り、 づくりを地域に広げようと ブロック・支部では、 健康 新

> 力を呼びかけます。 員の皆様へ「増資」

動時に、とよみ生協病院の建 て替えが済み2月に開院した

支部・事業所で地域訪問活

年度最終盤

の1ヶ月間、

組合

へのご協

みです。 増資・班づくり・担い手ふや 円を超す増資がありました 所で増資推進に力を入れ1億 自分達で増やしていく取り組 す取り組みです。重点目標は の3月に全国四課題 するための元手となるお金を 「年間2億円の増資」 し) 年間目標の総達成を目指 しめくくり月間は、 年度末には9千万円の減 増資は生協を強く大きく これまで地域や事業 達成で (加入・ 年度末 まちづくり推進部 ※加入・増資は最寄りの事業 いたします。 ことの宣伝もあわせてお願い

付けております。

ください。

振り込みも受け

しめ

くくり月間期間

参考に自身の運動習慣や食生

になる方が多く、

測定結果を

特に骨密度や血管年齢が気

ベジチェックは関心も

喜如嘉公民館(2月16日)

大宜味支部

活について組合員どうしで情

3月1日~3月3日

漫湖公園美らさくらまつりで加入・増 資の訴えを行う本部職員



年ぶりに

36名、健康チェックを受けた 方が113名でした。 全体で職員・組合員の要員

うるま具志川南支部 支部事務所 (2月9日)

JAファーマーズゆんた市場

(2月28日)

読谷支部・

の受診者がいました。 る方が途切れる事なく20名程 開始直後から測定を希望す

担当者までお気軽に声かけ 所職員やまちづくり推進部

役割だけでなく交流の場にも 報を提供し合っていました。 なっていました。 支部の健康づくりとしての

ていただけたらと思い

部長

(3面につづく) 西仲 ゆかり

> 得した気分の 健康チェック

行いました。 測定、ベジチェック、 齢測定など)を県内5ヶ所で チェック(血圧測定、 イン行動」に取り組み、 「虹のバレンタ 血管年 骨密度 健康

-プあっぷるタウン 27名



15名が健康チェックを受けました。



ユニオン北谷店 38名

コープあっぷるタウン 那覇ブロック・ 2月14日

掛けできたのにね」との声も ら呼びかけ案内を行いまし チョコ付きカードを配りなが ありました。 分かっていれば、友人にも声 た。中には「前もって日時が 員が測定 組合員 が

ていただき案内できればと思 次回はコープさんへ協力し

> できて得した気分」との声もたが病院でやるような検査が 方からは「たまたま立ち寄っ あ りました。 買い物ついでに受診される

ユニオン北谷店 ちゃたん支部・ (2月21日)

九州・沖縄ブロック方針討論集会

2023年度活動のふりかえ

と2024年度の重点課

一の基調報告がありました。

ふりかえりでは

「誰もが健

害状況や支援活動報告、

義援

た能登半島地震についての被

金のお願いがありました。

そ

「全国の医療福祉生協

2024年度の展望では、

縄医療生協からは職員5名と

方針討論集会が開催され、

沖

私を含む新任理事5名が参加

しました。

始めに、

1月1日に起こっ

学校に

かかる費用が年々



就学援助 申請を!! 子

学校や市町村教育委員会へ問

い合わせてください。

また、

修

事務室や教育委員会に問

患者・家族サポーティブケア看護師沖縄協同病院

ケア認定看護師)

山

城

美香

がん検診

Ø

期発見

0

期治療

合わせてください。

て異なりますから、学校の 要書類などは市町村によっ

沖縄県母親大会実行委員会事務局長 波平 文

> 学旅行費と医療費は就学援助 生活保護を受けていても、

ことができませんので、忘れ

※2022年3月号の記事を

数が増加、男性の2人に

日本のがんの罹患数・死

修正し掲載しています。

に申請をしてください。

申請をしていないと受ける

されているべきなのです それに準ずるとみられる状 が、現在は、生活保護世帯と 配なく学校へ行けるように 無償」の立場からお金の心 なら憲法26条「義務教育は 助の制度があります。本来 る制度の一つとして就学援 子にも学びやすい環境を作 増えています。 済的な負担を減らし、どの の世帯が対象となってい 「困った」を解決して経 教育に関わ

残念ながらこの項目全部を支 給している市町村は県内には 準は別表の通りです。 しょう。 食費無料化の運動も広げ を増やす運動が必要です。 ありません。支給項目と金額 ている市町村もありますが、 目以外を上乗せして支給をし ます。支給内容と金額の国基 この項 ま

あります。入学説明会などで 備金を支給している市町村が 新入学の子どもに対し 3月に前倒しで新入学準

(年額、単位;円)

2022年度の就学援助の支給内容と金額

7

残りました。 り、~もっと身近にワンコイ では強化月間に簡単な健康診 クなどを取り入れたり、 ン健診 (500円) を実施 規加入者と紹介者へ配布した し工夫されていたのが印象に の無料お試しチケットを新

グルー。 や課題について報告があり、 題を共有し、 業、民主主義と平和などの課 ウ オ グがクイズラ

くらしと雇用、社会保障と事 ・沖縄各生協の様々な活動 続けて2023年度の九 地域とのつながりでは健 プ討議へと移りまし 再認識しました。

岡山 催されたこと、病院の待合室 で活動の様子をDVDで流 や紅葉を楽しみながら開

ことが大事で、それから伝え ました。初めての参加でし 所の人員不足等、 にも活動の担い手不足、事業 ていく」という言葉に共感 の「まずは自分が活動を知る ありますが、若い組合員さん ていることを知りました。 て知って頂くなど、工夫され にも伝えていきたいと思い て実り多い集会でした。 他生協の方々と交流でき 課題は多く 地 他

那覇ブロック 佐和田 紀子

23年度九州

ック

2月9日、

福岡県にて20 ・沖縄ブロ

報告されました。栃木では健

づくりにボッチャやモル

マとして、全国の取り組みが づくりへの挑戦」を中心テー 康で居心地よくくらせるまち

支給項目	小学校	中学校
学 用 品 費	11,630	22,730
体育実技用具費	_	柔道(7,650) 剣道(52,900)
新入学児童生徒学 用品費等	54,060	60,000
通 学 用 品 費 (第1学年を除く)	2,270	2,270
通 学 費	40,020	80,880
宿泊を伴 校 外 わないもの	1,600	2,310
活動費宿泊を伴うもの	3,690	6,210
修学旅行費	22,690	60,910
クラブ活動費	2,760	30,150
生徒会費 (児童会費)	4,650	5,550
P T A 会 費	3,450	4,260
医 療 費	トラコーマや中耳 寄生虫など6つの学	
給 食 費 (完全給食標準単価)	53,000	62,000
オンライン学習 通 信 費 ※	14,000	14,000
卒業アルバム代等	11,000	8,800
日本スポーツ振興センター 掛金	小中学校の掛金の2分の1	

※オンライン学習に必要な通信費(モバイルルーター)

取り残さないがん対策を推進

(2007年~) は「誰一人

期がん対策基本推進計画

<男女別 がん検診受診率 (2022年)>					
	胃がん (過去 1 年間)	大腸がん (過去 1 年間)	肺がん (過去 1 年間)	乳がん (過去 2 年間)	子宮頸がん (過去2年間)
男性	47.5%	49.1%	53.2%	-	-
女性	36.5%	42.8%	46.4%	47.4%	43.6%
	/> HT	a harmonic in a constant	333 Ide de d		

が健いか自

康状態に問題がなくとも、 るケースも少なくないため、 ないうちにがんが進行して 覚症状がありません。気付 多くの場合、初期のがんは

ん検診の受診は大切です。

国際的に低 れています。 諸外国と比べ 日本は

で少て

す。対象者の方は、自治体 ない自己負担額で受診が可能 いるがん検診は、無料または お住まいの市区町村が実施し

ん検診を活用しましょう。

した。

とが判明しま 国、オースト していないこ 診、子宮頸が ん検診を受診 80%と推定さ 受診率は70~ ラリアなどの イギリス、韓 て、アメリカ、 ん検診におい 乳がん 検

可

能性があります。

てる

正しい知識が定着してな

の回答から、がんについ

要なときに医療機関を受診す

康だから受診しない」「必

約40%です。 日本のがん検診受診率は、 約60%の方はが

「健して院

ているから大丈夫」また、

(糖尿病・心臓疾患など)

援の充実に向けた取り組みが

続けられています。

<

がん検診を受ける時間

もとがん医療の充実、

患者支

を目指す」という全体目標の し、全ての国民とがんの克服

値 です。

い結果でした。 台が最も高く15%にも満たな齢別検診率集計があり、60歳 別検診率集計があり、60歳沖縄は2017年集計の年 仕事や家庭などで忙し

日本人ががん検診を受診しない理由

になる時代といわれていま 人、女性の3人に一人ががん

さらにがん検診の受診率

国民生活基礎調査「平成28年度 が ん対策に関する世論調査」

題視しており、

厚生労働省第

が低いことを国や自治体は問

- 受ける時間がない • 健康状態に自信があり、必要 性を感じない
- 必要なときはいつでも医療機 関を受診できる
- ・費用がかかり、経済的負担に なる
- うっかり受診するのを忘れた • 検査に伴う苦痛に不安がある



とれない」「定期的に病院通

当院はこれまで「内科」と

2018年にスター



あかるいまち 地域まるごと健康づくり

沖縄協同病院外科専門研修プログラム概要 ~臨床研修修了後3年間の専門研修プログラム~

本プログラムは、沖縄協同病院を基幹型とした外科の専門研修プログラムです。6か月 以上の基幹施設での研修と、連携施設(16施設)での研修で構成されます。はじめの1~2 年間に基幹施設で研修を行う「Aコース」と、連携施設からスタートする「Bコース」 が設定されていますので、初期研修病院から引き続き同一施設で研修することも可能 です。研修コースや施設は専攻医の希望に沿い、自由に選択が可能です。

指導医からメッセージ



統括責任者 橋本 百

2024年4月から『沖縄協同病院外科専門研修プログラム』を開始します。全日本民主 医療機関連合会(民医連)内では新専門医制度移行後初の外科プログラムです。 基幹 施設である沖縄協同病院では、外科専門医取得に向け、消化器外科、呼吸器外科、心臓 血管外科、乳腺外科を個人の志向を踏まえたローテートを提供します。本プログラムの 特徴は、①個人の希望でローテーションを組めること、②全国各地の民医連病院(13施 設)とも連携をしておりますので、希望する施設で多様な修練を積んでもらうことがで きることです。専攻医の希望に基づき、基幹施設・連携施設どちらでも選んで修練を開 始することが可能です。また、基幹施設に在籍するのは最低6ヶ月としており、各派遣 元の病院事情や地域医療に十分配慮したプログラムになっております。当院の研修プロ グラムについて、皆様からの御相談や参加をお待ちしております。



乳腺外科 有銘 一朗

比嘉 聡

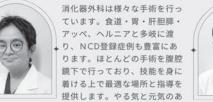
募集案内

外科専門医と同時にサブスペで 乳腺専門医取得のお手伝いをし ていきます。乳がんは羅患数が 多く、多大な設備投資を必要と しない疾患なので大病院への集 約化の速度は比較的遅いと考え ます。いっしょに外科医療の発 展に寄与していきましょう。



消化器外科 平田 勇一郎

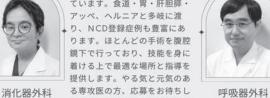
最近外科専門医になりました。 当院の外科の先生方は優しく て、手術・医療知識も丁寧に指 精力的に取り組んでいて、技能 以外にも学ぶことが多いです。 安心して応募してください。い っしょに働けることを楽しみに



募集人数

選考方法

ています。





呼吸器外科 永田 仁

外科専門医取得のため、呼吸器 外科専門医への興味関心のため に、呼吸器外科症例を一通り経 験できる場で一緒に学んでいき ましょう。外科医、呼吸器外科 医として今後どう求められて生 ましょう。



お申し込み・お問い合わせ 沖縄協同病院 医局事務課

TEL: 098-853-1200 (内線7504) FAX: 098-853-1217

郵便番号: 〒900-8558

2名/年

書類審査·面接

住 所:沖縄県那覇市古波蔵4丁目10-55 ≥ okikyo08@crocus.ocn.ne.jp (後期研修担当事務 玉城義也)

場合、 専門医取 研修プログラム 幹施設として専門研 口 グ 沖縄協同病院

科医療委員会で「沖縄協同病 施 ような中、 連 5事業所で基幹施設になれい領域においては全国の民 設が当院の \mathcal{O} 基準が引き上げ 門研修制度では基幹 全日本民医連外 みでした。 られ、 そ

第464号

を目指し

0

専門研修に進みま 適性や能力に合っ

を提供してきまし

プロ

グラムを選び研修をしま の基本領域の診療科

 Δ た \mathcal{O}

0) に

提供が可

能となりまし

グラ

19

から

外

度、

2024年4月から 科専門研修プロ

覚悟と本気を感じまし

います。私たちの取り組み医受け入れに向けて頑張っ 献できるよう邁進して 業所の 外科医療に

医局事務課長 玉城

を基幹施設とした民医連外

が誕生しまし)民医連事 修プロ の話が

んでおり、4月からの専っけて広報・採用活動業務に より進められ、自らの手で外医連外科医療委員会の協力に 科医師を育てるという指導 現在は専攻医の獲得に向覚悟と本気を感じました。 の取り組み がは、 、 て攻励向 医

0010-0010-0010-0010-0010-0010-0010-さくらまつりで 医療生協のPR

しめくくり月間に向けて

0, 20 20, 20 20, 20 20, 20 20,

配布用のチョンでである。 ました。 ました。 集会では、加入増資 表、アピール文、行 起、月間計画書を確認 間に弾みをつけます。 沖縄協同病院の「 コーナー」で行動を行 す。入院が増える午後 す。入院が増える午後 帯も合わせ、行動参加 -ナー」で行動を行いまけ縄協同病院の「生物 月間計画書を確認し 入院が増える午後の時 行 資 動提(実績 ま 協

(日)の「漫湖公 面のつづき

2 月 18

日

美らさくらまつり」にて、

用のチラシを作成し、

へ増資の呼

びかけを行

0)

月間スター

分の食べ放題が始まりまし

ぎのざ」

へ移動し、

お弁当

狩りの後は

道

0) 駅

説明があり、そこから40 いちごの摘み方など 宜野座村のいちご農園に着

僕もお腹い

っぱいになりまし

た。参加者は53名でした。

ちご狩り』に参加しまし

いちごを摘むのも楽しかった

娘が摘んできた分で

の新春ピクニック企画

るくらい

食べていましたが、

ちごの列が並

んで

様々な品種

を食べ、

各地で新春のつどい(1/21 真和志3支部160名、1/31 ちゃたん支部14名)、新春ピクニック(1/20首里2支部40 名、2/4小禄3支部40名)が行われました。(下記以外)

大宜味支部 人生

人生会議学習会



(2月16



南部ブロック 新春グラウンドゴルフ大会 30名参加。清々しい汗を流し交流を深めました。(2月18日)



「いちご狩

那覇支部主催 4歳の娘はお腹が膨れ ことを目標達成しま の息子は70個食べる らいました。小学生 るものだと教えても 端が平らになってい ちごの見分け方とし 母から、美味しいい 待っていました。 とスタートの合図を 大きくて赤く先 皆さん今か今か

覇支部、那覇民主診療所のみな |画・運営していただいた那 る企画だったと思います。

様子も見られました。

さんありがとうございました。 那覇支部 前田

名)、三~四段の部

(9名)

大会は、

五~六段の部

<u>15</u>

第464号

2 月 18

H

級~二段の部 (5名) に分か います。 囲碁を楽しむ組合員も増えて れて行われました。 で戦われ、各組の1位が決勝 本部抽選で組まれたグループ 支部の囲碁班も結成されて ーナメントに進みました。 日頃の棋力を試 予選は、

新春のつどい

また、 挑戦 うのが楽しかっ もなるし、若者 91 と盤上で競い 認知症予防に 歳の参加者は 次回も参加 最高齡 たいし。 合

新』で来年も 第6回 新泰图基大会

	A STATE OF THE PARTY OF THE PAR		
	1位	2位	3位
五~六段の部	岸本 重夫	幸地 弘	大城 郁男
三~四段の部	伊志嶺 隆	平良 清	与那嶺 信武
級~二段の部	清水 俊樹	吉川時夫	伊良皆 松英

なった人同士が交流している 大人は買い物をするなど、 で子どもたちは遊具で遊り に記念撮影をしました。 い思いの時間を楽しみ、 中ではたまたま隣の席に しばしフリ バス 第6回新

の笑顔溢れ、楽しく元気にな 参加者 空手会館で各支部から囲碁愛 囲碁大会」 医療生協主催

開されました。 好家29名が参加して熱戦が展 が2月15日、 「第6回新 沖縄

かった。『感覚 交流できて楽し 知人とも会え、 「久しぶりに

込 ん

だ組合員

機会にと申し 長

第6回新春囲碁大会

実行委員長 大城 郁男

ました。 賞状と賞品が授与され終了し から各パートの1~3位に 閉会式では、 大城実行委員

応えていました。

【医療福祉生協の理念】 健康をつくる。 平和をつくる。

いのち輝く社会をつくる。

2

待ちに

ました。平日の木曜日と言う おこなっての取り組みとなり

法人内での応援も

引っ越し完了

日を迎えま

今回は沖

におこなうことができました。 な人員での取り組みで、安全 最小限にするなどコンパクト

4階・一般病棟と2階・回

間を予定していましたが、 復期病棟の引っ越しでは2時

1

た事をご報告します。

ますが無事に引っ越しが出来 できるまでは、1年以上あり 引っ越しの 待った病院

事が前提なので、事前に移送 ても患者様の安全を担保する

ションを2回ほど

者様の移送も車椅子のみで行

かかりました。

となり、患 の引っ越し

しかし、

隣と言っ

あかるいまち 地域まるごと健康づくり

じ敷地内で は違い、

とよみ生協病院

新病院建設準備室

引っ越しと 同病院の 院、中部協 縄協同病

同

まで計測したことはあります の長さだけでなく、太さや幅 いる方を多く見受けます。足 足に合っていない靴を履いて いるかもしれません。特に、 トラブルは「足元」からきて

第464号

足に合っていない靴を履く

と足が動きますので、トラブ り、 テープは正しく締めています かってきます。 また、動くことで不安定にな 足趾の変形につながります。 か?こちらも正しく締めない

ことで、靴の中で足が動き、 膝や股関節にも負担がか

正しく締めると足の筋力も上 ルの原因になります。実は、 そして、靴紐やマジック

ています。

がり、 も軽減できます。 股関節の痛み

す。「すごく足が楽になりま &ボディバランス アジャス の専門の知識をもったフット した」、「痛みがよくなりまし 康相談会」を開催してい ターが、月に一回 た」と多くの方に喜んで頂い 中部協同病院では、 「足の健 足と ま

さい。 協同病院にお問い合わせくだ 興味のある方は、ぜひ中部

中部協同病院

大湾 翔太

足の計測・相談

アジャスター フット&ボディバランス 理学療法士

感しています。 各部署の機能を取り戻すまで てはなしえなかった事だと痛 が大事で、 しました。病院の引っ越しは 旧病院の解体後に駐車場が 皆様の協力無くし



旧病院から新病院へ車イスでの移送

きでもコメディカルや上級医 だらけです。ただ、困ったと たのかは正直な所分かりませ 早くも1年が過ぎようとして の方々がサポー ん。まだまだ分からないこと います。この1年で成長でき 昨年4月に社会人となり、 トして下さ





り、 ができています。 何とか業務をこなすこと 特に救急の

沖縄協同病院1年目研修医 大城 哲朗



大好きな海鮮飯です。 す。写真は趣味のキャンプと 努力して参りたいと思いま く とを後輩に教えられるよう、 できます。少しでも多くのこ 看護師さんのサポートは手厚 4月からはいよいよ後輩が 大変感謝しております。

新理事紹介

祖 田 東

す。 いたしました、我謝栄徳で 今期、 非常勤理事に就任

指導をいただき、日々学ぶ 山理事、玉寄理事の先輩方 長く理事をされている、秋 ことが多く、 に様々な会議や集まりでご 南部ブロック地域では、 また理事とし

南部ブロック 我謝 栄徳

ります。

感じてお の重さも ての責任

才であ

浅学非

すと幸いです。 すと幸いです。 すと幸いです。 面もありますが、支部組合今まで経験が乏しく不安な り、 の活動は 生協

筋トレ(煙(水))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 3月7日(木)、14日(木)、21日(木)、28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 (第5金曜日を除く) 3月1日(金)、8日(金)、15日(金)、22日(金)

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

ご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

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3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	RainbowTerace 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. リラクゼーション Mu (土日営業) 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 ローンプラザ おもろまち ローンプラザ コザ ローンプラザ うらそえバークレー	0120-232-107	【無担保】 福祉ローン カードローン ※詳しくは左配のローン プラザへご連絡ください。
	沖 ガーデンレストラン 縄 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	ハーバー ビューウエディングサロン ー ホテ	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	那覇市泉崎 2-46 [特典内容] ・ファースト来館「ラ ・ご結納特典、乾杯用スパー ・ウエディング特典(, ゲスト 200 名以上11 ゲスト 100 名〜99名 ゲスト 30名〜99名	クリングワインまたは 人数別値引き) 0万円 9名7万円	
5	サザンビーチホテル&リゾートシ	 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 ①ユナイテットリゾート 希望 ②ユナイテットリゾート サラ		北谷町上勢頭 550-4 恩納村名嘉真 2288-34 恩納村名嘉真 1765-30		
6	③ユナイテットリゾート 読谷 ④ユナイテットリゾート オー ⑤ベアーズステイ 久米島イー ⑥ CHULAX 沖縄読谷 ⑦真栄田グランブルー	シャンビューライカムフビーチ	読合村瀬名波 538-1 北中城村ライカム 565 久米島町字謝名堂 582 読合村瀬名波 763-3 恩納村真栄田 712-2	ホームページの QRコード 098-989-3880	宿泊費20%オフ
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 コミュニティー 5 1階 098-800-2985		ヘアートリートメント 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		ランチー品サービス
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→ 組合員証外の制合せ まちづくり推進部 098-850-9004 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。

🜑 沖縄医療生活協同組合

困った 医療・

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。

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。

要なくらしの相談窓

〈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

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。

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。





「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)

2月の放送内容です。ぜひお聴きください。

※2月の放送はすべて再放送となりますので ご了承お願いします。



※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

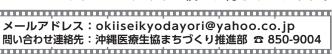
私のベストショット♡

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。





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遠慮ください。

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。



2

全国四課題関連について

豊見城市内建物の活用につ

定例理事会だより

1、管理部人事について

2 とよみ生協病院関連 石川にじの家関連

《協議事項》

12月決算について

2023年度しめくくり月 間アピール (案) について

《報告事項》 各種委員会報告

2023年度医師団会議 第5回通常総代会関連につ いて

累計

1,993,803

98,567

338

993

5

(案) について

2023年度累計

1,831

16

52

103,445

現勢を載せています。

嬉しい再会

4

員の皆様へ

う。まずは、

パズルの答えをせっせと

送ろうか。

又吉りつ子

(浦添市)

9

17

ました。あぁ~、歳月人を待たず!

か足跡の残ることに挑戦しようと思

7

13

18

20

・島袋

揚々と、あれもやりたいこれもやりた

昨年仕事をリタイヤしました。意気

いと思案しているうちに、半年が過ぎ

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)



挑戦

5

14

聡

なぜ?

のように春風に揺れています。何か すぼんだり開いたりしながら絵本の中 た。Yさんが丹精込めた赤と白の二輪。

2

12

チューリップの鉢植えを頂きまれ

3

11

16

いことありそう

いことありそうな春です。

緑のそよ風

(那覇市)

6

8

10

15

19

ら学ばないのだろう。政府というのは、 は昔も今も同じだな~と。なぜ歴史か 正当化されてしまう…人間のやること 国を守るために武器を備えることが

日を幸せと感じることができれば、 人を幸せにするツールが無いのか?今

ライラしないで済む。 なおにしき (大宜味村)

ランチを楽しみ、またの再会を約束して 代の思い出話で大盛り上がり、とても楽た途端にいきなり18歳に後戻り。高校時 旧友と、意外な場所で偶然の再会。会っ お別れしました。グレーだった毎日がピ た途端にいきなり18歳に後戻り。 ンク色に変わった瞬間でした。 しい時間を過ごしました。後日ホテルで 長年連絡が途絶えていた高校時代

全国四課題の到達

月

160

5

5

8,444

久場恵美子 (那覇市)

7

長く、高木の若芽を食べる。

8

9

担い手ふやしについては、

骨密度の測定があり、生活習慣が数値と なって分かるので、生活改善の参考に しています。血管年齢、野菜の摂取量、 昨年の9月から班会に参加 11, 9 13

組合員ふやし

出資金ふやし

班づくり(班)

担い手ふやし

なっています。月1回の楽しい学びの場

田中知子

(南城市)

15

手で握れ、

肩にかつげるほどの

20

線や面で特にほかの所よりも目

(人)

(人)

学びの場

誘われて、

(千円)

タテのヒント

3 2 「ウ」に形が近いので言う。家漢字の部首の一つ。カタカナの 3月14日は0000デー。 海にすむ軟骨魚。□は横に裂け、 の象形、多く、家屋や住むこと 大形のものには人が襲われるこ に関係のある漢字がこれに属す

アフリカにすむ哺乳動物。 その人が通勤やレジャーなどに は靴・かばんの革の代用。 シカに似て、 使うために所有する自家用車。 かまぼこの材料用。 前足と首が非常に 形は 肉は

5

4

チューインガムの略。 で平たく、尾が糸のように細長海産の軟骨魚。からだはひし形 られる。 い。多くの種は卵胎生で、 食べ

15

地表のうちで、

水でなく岩・土

16

その社会で経験を積み、

過去の

などで覆われている部分。

出来事やしきたりを詳しく知っ

監督を受け持つ人。幹部職員。 会社や団体などで、 その運営 頃合の 十字

程度であること。

19

ている人。

面に延びた部分。航空機の翼。建造物の、

左右側

14

(7)

多からず少なからずの、 道が十字路に交差した所。

ヨコのヒント

才

シ

ダ

マ

シ マ

ン

ソ

ウ

マ

コウ

+

h

ウラ

1

4 たきぎ。 穀物が豊かに実ること。

ともある。ざらざらしている皮

6

フ、刃物などが鋭くて、 で、平たく羽状に分裂する。海藻の褐藻類の一部。長さ1 よく切れる 食m

用。

内情についての価値判断とは別 表面からは見えない所。 徴とするスープ。 タイ料理で、香辛料とトウガラ 個の、外部から見た全体的印象。 シを多く入れ、 辛味と酸味を特

10

*ー*カル,1 アードをおびました。は、 募ありがとうございました。ドをお送りいたします。した。抽選で15名の方に図書しるの応募があり全員が正解 和孟万千 貴里代 美 夫裕子子明子 清 さみさ悦勝敬 くちつ 文舞な子き子徳子

るのに使われる道具。何かを動かしたり、作ったりす細い直線状の木(竹・金属など) 現状より美し い状態にするこ

18

17

ル $\exists \mid$ 1 ウ カ イ ブ 匕 \cup バ サ ツ ツ 1 ス 1 丰 マ 2

ラ

ノロスワードパズル解答 024年1月号 462号 ン

心券の力法

○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4月15日(月)です。(消

ロイ知) クフロスワードパズルの解答・当選者は466 号(2024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 〒901-0205 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

つまらないことが反対になること。ものごとの扱いで、重要なことと

重枠のヒント

立って折れ曲がっている部分。

※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

沖縄医療生協ホームページをご覧

看護師、助産師、 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

勤務地 那覇市、うるま市、

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



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



まちづくり推進部 098 - 856 - 2519



私たちの

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。

長嶺支部

SDGS宣言

マイボトル・ マイバッグを使おう

選んだ SDGs 番号は「12、13、14、15」です。



(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』

やえせ支部

SDGS宣言

海岸等の

清掃活動をおこなう

選んだSDGs番号は「14、15」です。





大切にしたいこと

沖縄の美しい海岸や海を いつまでも大切にしたい



石川にじの

Ш 丙

忍

見える程度でした。 折りパ うとしています。 にじの家では利用者・このような時ですが、 が協力し満開の ツをつくります。 ツを組み合わせ 折り紙を

なり

小規模多機能ホームでです。皆様ぜひで そうです。 分咲きです 2月末には完成予定で、 素晴ら 同病院の1階に展示予室のさくら」として中 皆様ぜひご覧下さ 作品に

続いた影響か、例年に比今年は25度を超える夏日 を れ望 の用 が込めら 願 7 心や希 11 ま

て桜の

開花が遅れて 地域では、 期にポツ。

石川

成途中で7 まだ作



満み

态





すこしまごぼうのチーズガレッ

ピザ用チーズ …………… オリーブオイル ……小さじ1 マヨネーズ・ケチャップ …お好みで



とよみ生協病院 栄養管理室 調理師 比嘉雅也

- <。
- ②人参は皮を剥き2cm程の線切りにし、ジャガイモは4cm程のせん切り にし水につけて置く。
- ❸①と②の人参を歯応えが残る位軽く下茹でし、水気を切っておく。
- ◆全ての野菜に薄力粉・ピザ用チーズを満遍なくきれいに混ぜる。
- ⑤フライパンにオリーブオイルをひき、軽く温めて 中火で4~5分焦げ目を付けながら、ヘラ等で押しながら焼いてい く。その後ひっくり返し2~3分程焼く。
- ⑥食べやすい形にカットし、お好みでマヨネーズ・ケチャップを添え て完成です。

