



2024年4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 2024年2月末

組合員数	98,659人
出資金	20億3万6千円

4年にわたるコロナ禍のもと、職員は日夜奮闘し医療と介護事業の現場を守り抜きました。そして、地域組合員が職員を激励し、物心両面で支えたことに対し心より感謝申し上げます。

さて、創立から半世紀を経て、沖縄医療生協は大きく発展してきました。一方、100年に一度といわれる新型コロナウイルス感染症拡大や政府の低医療費政策、人材不足、物価高騰などを背景に、経営は厳しい状況が続いています。

コロナの感染拡大は5類移行後も繰り返されています。医療生協の病院・診療所でも診療制限や通所リハビリの休

2024年度 新年度を迎えるにあたって

専務理事 比嘉 努

業がありました。また、看護師の不足から一部の病床を休止しました。結果、2023年度は事業収益が大幅に減少しました。

人材確保・経営基盤の安定化を

2024年度は人材確保の取り組み強化と経営基盤の安定化を図ります。重点課題は沖縄協同病院をはじめとする3病院の看護師確保です。4月1日に30名の看護師が入職しましたが、充足には至らない状況です。組合員のみならず、ぜひ、知り合いの看護師をご紹介下さい。

今後、沖縄県は高齢化社会の進展に伴い、医療・介護・福祉の複合的ニーズが高まります。2月にはとよみ生協病院が開院し地域からの期待が広がっています。さらに、沖縄医療生協は社会福祉法人沖縄にじの会と連携し、医療・介護・福祉の事業活動を通して地域組合員の期待に応えることが重要です。

2024年度は全職員と組合員の参加と協力で、沖縄医療生協の発展の基盤を築き上げる1年にしましょう。

2月29日に沖縄市農民研修センターにて「2023年度第2回組合員活動交流集会」を4年ぶりの対面で開催し、地域組合員、職員組合員合計77名の参加がありました。

開催目的は「2023年度全国四課題の目標達成に向け、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」です。

各ブロック報告では支部の現状や課題などが挙げられ、地域組合員の高齢化や担い手がいないなど共通の悩みなど感じました。

事業所報告では組合員・出

沖縄医療生活協同組合 第59回通常総代会のご案内

2024年度第59回通常総代会及び議案説明会を行いますのでお知らせいたします。

◇日時：6月30日(日) 13時～16時
◇会場：豊見城中央公民館大ホール (豊見城市字平良467-1)

【議案説明会】
5月中旬頃に北部地域、中部地域、南部地域の3ヶ所で開催を予定しています。

沖縄医療生活協同組合 2024年度 班活動交流会のお知らせ

小さなコミュニティをつくり、地域の“輪”をひろげよう！
～地域組合員、職員組合員の協力で、班活動を盛り上げよう～

日時 5月15日(水) 13時30分～16時
会場 沖縄産業支援センター(中ホール)
目的 ①医療生協活動の基礎である班活動について学び、新たな班結成につなげる。
②班会への職員組合員の関わりを広げ、活動の充実を図る。

主な内容
(1) 報告
沖縄医療生協の班活動の現状と課題
(2) 各専門職からの班会テーマプレゼンテーション
①フレイル予防について ②認定看護師 ③班会メニュー紹介
(3) 健康チェック紹介・体験コーナー
①滑舌チェック ②立ち上がり測定 ③スクエアステップ
④ポッチャ
(4) グループワーク
例：楽しい班活動、健康づくりテーマ、専門職を活かした班会テーマ、班活動を通しての仲間ふやしなど

参加申込期限 5月8日(水)
主催 まちづくり委員会

【問い合わせ・申込先】
まちづくり推進部 TEL:098-850-9004 FAX:098-850-7990

つながり実感できました！ 2023年度第2回組合員活動交流集会

資金ふやしを推進するため、院内に飾りつけをして雰囲気づくりや、職員組合員が班会に参加するなど、職員全員参加の組合員活動を目指すとの報告がありました。また、フードサポート活動で地域支部とのつながりの大事さを改めて感じた事例などが報告されました。

また、グループワークでも活発に意見交換が行われ、多くの参加者が医療生協組合員活動について理解を深め学びあう企画になりました。

集合での企画は久しぶりで、所々でお互いの近況報告

などを行っていました。顔を合わせ人とのつながりを実感できる時間でした。

まちづくり推進部
部長 西仲ゆかり



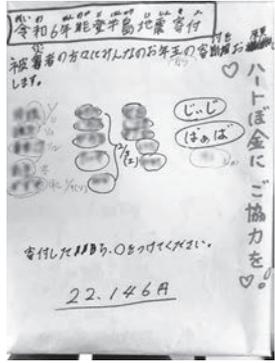
手作り募金箱・お年玉からも 震災募金のとりくみ

南部ブロック副ブロック長 玉寄 勝光

2月のブロック会議では、各支部で積極的な支援を取組むように意識統一をはかり、2月末までに、ほとんどの支部から

義援金が届けられました。そのなかから糸満支部、南城市支部の取り組みをご紹介します。糸満支部は、独自の手作り募金箱を準備し、各班会の集まり時に募金のよびかけをおこない、49,530円の募金額となりました。この募金には30人以上の方々の善意がこめられています。

また、南城市支部では、支部運営委員から22,000円、運営委員のご家族の取り



能登半島地震 義援募金報告

石川県能登半島地震義援金の取り組み有難うございました。

①振込 (24/02/29)	振込金額	¥220,194
②振込 (24/03/07)	振込金額	¥75,969
沖繩医療生協 合計		¥296,163

しかし、沖縄県では保険料調定額の格差は県内で約2.6倍、一人当たり医療費格差は約3.15倍あります。県は運営方針改定案で「保険料水準の統一については、令和6年度からの実施を見送る」「取組を必要に応じて見直しつつ、令和6年度から10年度頃まで行った後、医療費水準の市

町村格差が縮小した場合は、統一に向けた取組を加速化する」と記載しました。国保統一の期限を明示していない点で高く評価するものです。先行して2024年から国保統一を進める大阪府では、2023年度の時点で、独自の減免策を廃止し、剰余金や

す。沖縄は全国一貧困世帯が多い地域となっており、国保料引上げは影響が大きく生活を直撃します。大阪府のようにさせないよう声を上げていく必要があります。全国知事会等主催の「国保改善強化全国大会」では、国保加入者の「所得水準が低く

治体による所得300万円程度で国保税試算では、所得に占める国保税の割合は18%となり、協会けんぽの2倍近い保険料となっています。他保険と比べ低所得者にとって「国保料は高すぎる」として、間違いありません。物価高騰などで困窮する県民生活の実態に鑑み、国保への国庫補助増額を強く求め、様々な財源と施策を駆使し、少しでも国保料を引き下げさせましょう。国保は、国民皆保険最後の砦です。憲法25条に定める「社会保障」として、加入者の受療権を保障する制度に改善できるような今県社保協が呼び掛けている「国保税引き下げ等国保改善を求めらる」署名運動へご協力お願いします。



国保統一 より 抜本改善を

沖縄県社会保険推進協議会 事務局長 高崎 大史

基金の活用も行わないため93%の市町村が保険料を引き上げ、完全統一の2024年度には、さらに引き上げられ、43市町村すべてが、「国保料が高い」全国ワースト50に入る見込みとなっています。沖縄でも完全統一になれば、同じような事態が想定されま

保険料が高いという構造的な問題をかかえている。加入者には「これ以上負担を求めることは極めて困難」と毎年宣言しています。県内でも国保加入世帯の約40%が無職、約30%が非正規雇用で、加入者の84%が所得200万円以下世帯となっています。県内自

私には2018年に認定看護師を取得し5年経過しました。5年ごとに認定更新審査があり、去年、無事更新することができました。この5年間に、認定看護師としてさまざまな取り組みをしてきました。スタッフ育成講義開催や患者教育システム作成など、心不全について周知し心不全再発予防活動をしてきました。

「心不全」チームで 再発予防に努める

沖繩協同病院 慢性心不全看護認定看護師 山城 智恵子

1994年に看護現場の質の向上を図ることを目的に日本看護協会において認定看護師制度が発足しました。日本において2022年度の認定看護師は22,145人います。そのうちの一人として、私は2018年に認定看護師を取得し5年経過しました。

そこで、2019年に協同病院心不全チームを循環器医師と立ち上げ、多職種(医師、看護師、薬剤師、理学療法士、社会福祉士、心理士など)で毎週金曜日にチームで心不全カンファレンス(心不全患者さん一人ひとりについてミーティングを行う)し個別性支援を行い心不全再発予防に努めています。今後、心不全患者さん、家族さんの生活と折り合いをつけ生活の質を維持できるよう支援しチーム活動していきたいと思っています。

「心不全」とは、どんな病態かご存知でしょうか？

心不全とは心臓が悪いために「息ぎれ」や「むくみ」が起こり、だんだん悪くなり生命を縮める病気です

日本は超高齢化社会に突入し、高齢による高血圧や心疾患で心不全発症が増え、90歳になると癌より「心不全」死



住宅、保養施設に隣接 自衛隊訓練場 予定地視察

うるま市石川



ありえない話だと実感しました。

うるま市石川のゴルフ場跡地に陸上自衛隊訓練場を新設する計画があり、3月20日石川支部の伊波宏俊さんをガイドに平和活動委員会11名で現地視察を行いました。

予定地は沖縄県立石川青少年の家の隣にあり、道を一本挟むと閑静な住宅街で、福祉施設も隣接している場所でした。視察は青少年の家から始まりました。青少年の家は利用者年間4万人おり、県内では自然体験できる唯一の場所ということ、当日も多くの家族連れが訪れていました。説明を受けていると、遠方から「パンパン」と乾いた音が聞こえ、金武町にあるキャンプハンセン演習場の音と説明がありました。かなり離れている場所の演習音が聞こえる現実と、静かな住宅街で自衛隊が訓練する様子を想像すると訓練場建設は絶対に

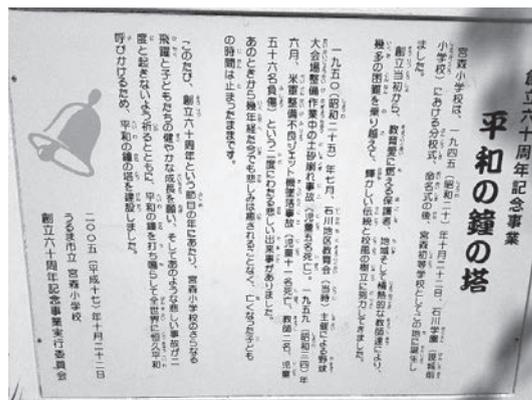
ありえない話だと実感しました。視察前日に、地元紙では「うるま訓練場断念へ」と大きく報道され、「住民の生活環境や子どもの学びの場に支障を来す恐れもあると計画の断念を求めた」とありました。もったいな話です。憶測はさておき、うるま市石川住民の民意が政府を動かしたことは事実です。

平和活動委員会では、辺野古新基地建設や政府がすすめる



る安保3文書に基づく南西諸島の自衛隊強化について学習を強め、発信できるように情報収集に努めたいと思います。

平和活動委員会
事務局長 松田南海男



社会保障の拡充めざし 2024自治体キャラバンに 向けて

社保委員会委員長 秋山幹雄

3月1日に沖縄県社会保

障推進協議会(以下…県社保協)主催のキックオフ集会が開催され80名が参加しました。講演では、軍事拡大、保険証廃止などの反対、社会保障の充実、拡大の運動を強調されていました。

また、県社保協からは、住民福祉向上の視点から、自治体との一致点を広げていくことが大事であると強く話され

ていました。

今年度10月からの自治体キャラバンでは、補聴器助成の広がりの流れから、各分野での取組みを強化していきたいとの報告もあり、地域独自の要求を掘り起こし、地域社保協として一緒に取組みを進めていくことが提起されました。

多くの医療生協組合員も参加して2024自治体キャラ



バンを成功させていきましょう。

生保引き下げ許すな 「裁判」支援を

沖縄憲法25条ネットワーク第5回総会

3月3日(日)、那覇市のみずプラッサにおいて、4年ぶりに第5回総会を開催し、21名が参加しました。

「いのちのとりで裁判」の支援団体として沖縄憲法25条を守るネットワークが結成されたのは2015年6月27日、結成総会には125人が参加しました。厚生労働省は、2013年生活扶助基準を平均6.5%、最大で10%引き下げ、利用世帯の96%に影響が及ぶ大規模な削減を強行し

ました。生活保護利用者がギリギリの生活を強いられ、金銭的余裕がないなかで裁判を決意するのは並大抵のことではありません。全国で千名近くの人が裁判をたたかっています。

沖縄いのちのとりで裁判の弁護団長である大井琢弁護士より、「いのちのとりで裁判・那覇地裁判決の『意義』と今後」と題する講演が行われました。那覇地裁では原告敗訴の「不当判決」になりました

が、全国29地裁で闘われている同訴訟の地裁判決は原告の15勝11敗です。

大井弁護士は、昨年12月14日に出示された那覇地裁の原告敗訴の「不当判決」にはどのような問題点があるのかを問

い、画期的な名古屋高裁の原告側「完全勝訴」判決と対比し名古屋高裁は、生活保護を



利用する原告らの厳しい生活実態に真摯に目を向けた、誰もが常識的に納得できる内容だったのに対して、那覇地裁は国の生活保護引き下げを容認した「不当判決」となったとし、高裁での裁判傍聴等支援を呼びかけられました。

総会では、共同代表として高田清恵(琉球大学教授)、安里長従(司法書士)、仲西常雄(生活と健康を守る会会長)、横矢隆宏(医療生協副理事長)を選出しました。新体制のもとで、平和的生存権と人権としての社会保障充実をめざします。

沖縄県生活と健康を守る会連合会
事務局長 島袋朝一

支部・ブロック通信

読谷支部

余興で盛り上がる
新春のつどい

3月17日(日)午後

2時から村文化センターの中ホールで5年ぶりに新春のつどいを開き28名が参加しました。これまで毎年開いていましたがコロナの影響等で4年間中断しての再開です。幕開けで、かぎやで風の踊りを披露し、続けて、ごえん節・揚作田節を弾き、式典を始めました。

続いて、支部運営委員長の私があいさつを行い医療生協運動の意義を述べ、如何にすれば健康寿命を延ばせるか具体的に持論を述べ



ました。そして、乾杯のあと、村長と県議から新春のつどいへのメッセージが紹介されました。メッセージの内容は、読谷支部の活動が民間レベルでの健康づくりであり、読谷村のガンジユウ村づくりを支えている事を大歓迎し、医療生協運動を大きく評価する内容でありました。

余興は、フラダン、スヤオカ、リナの演

奏があり、ギター演奏と歌声が続き、目を見張るような出演は会場を大きく盛り上げました。

会場には中部協同病院の副院長佐久川明美さんと副総看護師長の伊佐ときみさんも参加し、美味しい食べ物や飲み物も配られ、楽しく支部の取組が確認されました。

理事の知花盛考さんはあいさつの中で、沖縄医療生協の発足当時の状況やその後の沖縄における医療生協運動の歴史を分かりやすく紹介して、参加者から喜ばれました。

読谷の新春のつどいは、医療生協運動を盛り上げ、目標達成実現に向けた環境づくりにもなりました。

読谷支部
運営委員長 伊佐眞政

八重山支部
わくわく！春を感じた
新春ウォーキング

3月16日(土) 10時〜12時に県営公園(Cゾーン) 森林散策広場で八重山支部主催「新春ウォーキング」を12名の

参加者で開催しました。当日は天気も良く初夏のよう

でしたが、ときより吹く風のおかげで心地よくウォーキングができました。



散策しながら薄紫の「セイシカ」、ピンクや赤の「つつじ」や白の「リュウキュウアセビ」など色々な花が迎えてくれました。

大きな枝豆みたいな「モダマ」を発見したり、楽しみながらウォーキングしました。緩やかなコースでしたが参加者からは「とても気持ちがいい」、「WHO世界健康ウォークをバナナ公園で開催してほしい」など感想もあり、

豊見城ブロック

盛りだくさん
新春のつどい
(ウォーキング・ピクニック)



た野外ステージとレクレーションを行いました。ウォーキングの距離は1kmから4kmまでの4つのコースを設定しました。

健康体操を5名の専門指導員を前にして、多くの参加者が行い好評でした。昼食は、豪華な折を食べて皆さん満足したようです。昼食後はかぎやで風で幕開け、歌声、じゃんけんゲームで盛り上がり、グラウンドゴルフで各支部の競争があり、普段は走らないのに頑張っていました。最後は、くじ引きゲームで大盛況、商品は地元農家の野菜を購入、また提供がありました。楽しかった1日でした。

新春のつどいを3月17日(日)午前10時から午後2時まで豊崎海浜公園で行いました。幼児からお年寄りまで114名が参加し、楽しい1日を満喫しました。まだコロナの影響があり、室内では困難であると判断して、野外でのウォーキングとちよつとし

を沖縄戦等の反省を思い返そうとの内容です。準備体操はとよみ生協病院のリハビリ室の山城さんの指導で行い、旗を先頭に4kmからスタート、3、2、1kmと順番に出発しました。1時間ほどで各コースは時間差がほとんどなくゴール。昼食までの時間があ

新春のつどい実行委員会
実行委員長 佐事安夫
(長嶺支部運営委員長)

2024年度
九州沖縄ブロック組合員交流研修会
in 佐賀
バザー商品のご案内

7月に「九州沖縄ブロック組合員交流研修会 in 佐賀」が開催されます。5年ぶりに対面開催で、沖縄から50名が参加予定しています。佐賀への派遣に向けてバザーを行います。ぜひご協力をお願いします。



沖縄県産シークワーサー
(果汁100% 500ml)
1,400円



島原そうめん (24束)
2,200円

お問い合わせ
まちづくり推進部 098-850-9004

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
4月4日(木)、11日(木)、18日(木)、25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5日(金)、12日(金)、19日(金)、26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

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)

店番	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 ウエディングサロン	レストラン ご婚礼	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 【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
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。
6	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 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 サラベス 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 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 久米島町字瀬名堂 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	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	石垣市宇大浜 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

※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。

困ったときは医療・介護の相談窓口へ

医療、介護などで困りごとはありませんか? お気軽に相談ください。

〈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

くらしなどで困りごとはありませんか? お気軽に相談ください。

〈窓口〉沖縄県生活と健康を守る会連合会
Tel.098-988-0512
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。

「沖縄医療生協にじのひろば」

毎週ゲストをお呼びして様々な情報をお届けしました。
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)

3月の放送内容です。ぜひお聴きください。

第132回	3月7日	沖縄医療生協のとりのくみ
第133回	3月14日	組合員活動交流集会報告
第134回	3月21日	とよみ生協病院開院紹介
第135回	3月28日	【最終回】元職員と語る

※第135回をもって最終回となります。これまで出演して頂いた職員、組合員のみなさん、関係団体のみなさん、ラジオを聴いていただいたみなさん、本当にありがとうございました。

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

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ありますのでご遠慮ください。

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

- 初回法律相談(30分)無料
- ご希望の方はこちらまで(予約制) ☎098-917-1088

【受付時間】平日午前9時～12時、午後1時～5時15分
今年4月1日から相続登記申請が義務化されます!
▲詳細はこちら

理事会だより

定例理事会だより

◎第26期第10回理事会が2月24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、管理部門人事について
2、法人（本部）住所移転について
3、2024年度生協役員賠償責任保険の継続更新について

《協議事項》

- 1、1月決算について
2、豊見城市内建物の活用について
3、全国四課題関連について

《報告事項》

- 1、各種委員会報告
2、不明組合員について
3、支部・ブロック活動拠点事業参加申請について
4、石川にじの家関連について
5、理事会・常務理事会の下の委員会構成について



全国四課題の到達

Table with 4 columns: 2月, 2023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。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

友だちっていいな

伊江島で竜巻があった日の夜、石垣の友人から心配の電話があった。しばらく連絡を取りあっていたので嬉しく思った。遠くにいる友だちっていいな。

親川富枝 (名護市)

長く続くように

90歳に手の届く年齢になると、立ち上がるのが辛くなったので今更ですが、足腰をきたえようと思ひ、毎日20分ずつ近所を歩くようにしています。まだ、始めたばかりで効果は出ていませんが、頑張っているように努力するつもりです。

久場恵美子 (那覇市)

健康に感謝

毎年、誕生日の月に民主診療所で健康診断を受けています。1年は早く、健康でいることに感謝!!

大城英子 (那覇市)

期待しています

とよみ生協病院開院を祝します。地域医療の発展に御尽力いただけます様に、期待致しております。

坂本一洋 (那覇市)

一日も早い復興を

元日早々の地震・津波、二日目は飛行機事故で思いがけない災難が続きました。能登半島の一日も早い復興をお祈り致します。また、温暖化で沖縄は雨が降らず断水が心配されています。お互いに節水を心掛けましょう。

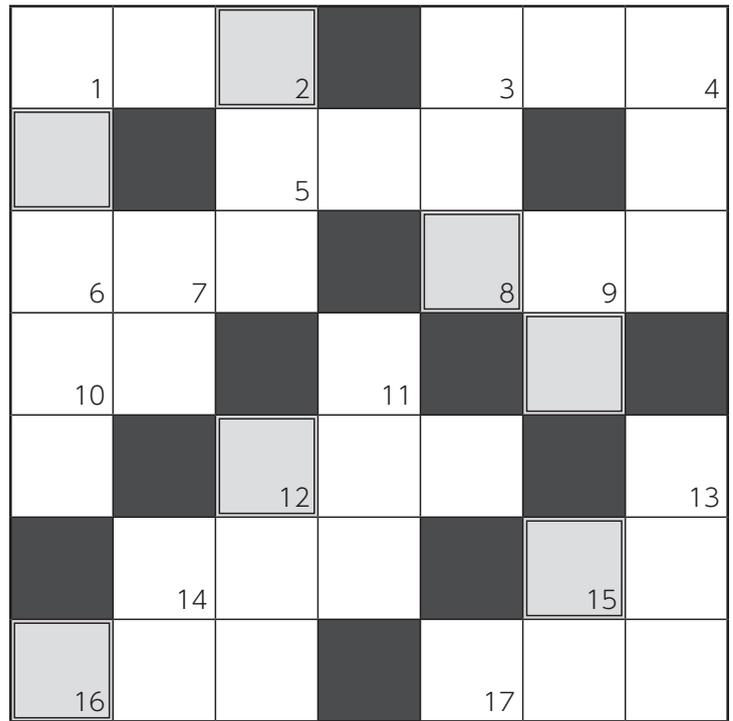
諸見美枝子 (那覇市)

政治資金の透明化を

確定申告もそろそろ終わりに近くなりました。自民党の裏金問題に怒りを覚えます。政治家は「記入漏れでした」「訂正しました」だけで許されていいのでしょうか？追加課税の対象にしては！政治資金の透明化をしっかりとさせてほしいです。

新城美佐子 (西原町)

クロスワードパズル



作・島袋 聡

タレコソ

- 1、小学生の通学用の背負いかばん。これが華や季節ですね。
2、武士として身につけるべき技。武芸。武術。
3、水や薬液などを口に含んで、口のどすすべこと。
4、戸外の空気。外の空気。
5、ゼラチン・砂糖・水飴を材料とし、果汁などの味をつけ、ゴムのよりに弾力のある形に固めた菓子。
6、美しくすること。美しく変えること。
7、目で見通すことのできる範囲。視野。
8、竹やわらで作った人形。蓑や笠をつけて田畑に立て、人に見せかけて鳥などが作物を荒らすのを防ぐ。
9、人が歩くように車道と区別して設けた道。
10、空気呼吸を行うための器官。両生類以上にみられ、胸腔に左右一対ある。内部は、無数の肺胞となつている。
11、これから先。今からのち。今後。
12、竹やわらで作った人形。蓑や笠をつけて田畑に立て、人に見せかけて鳥などが作物を荒らすのを防ぐ。
13、人が歩くように車道と区別して設けた道。
14、空気呼吸を行うための器官。両生類以上にみられ、胸腔に左右一対ある。内部は、無数の肺胞となつている。
15、これから先。今からのち。今後。
16、地下深く掘り、地下水を汲みあげるようにしたもの。
17、氏名・住所・勤務先・身分などを印刷した長方形の小形の紙札。社会習慣的な約束によって、一定の内容を表すために用いられる文字・符号・標準などの総称。

二重枠のヒント

人間の知力が進んで、世の中が進歩し開けること。

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2024年5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467号(2024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 〒901-0205 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

2024年2月号 463号 クロスワードパズル解答

Grid of crossword puzzle answers: シヤギ, ヒヨク, ガート, ショウ, バレシ, タカウ, レシド, カオウ, ショウ, カサ, タカウ, ショウ, カサ, ショウ, カサ, ショウ, カサ.

イシヨクドウゲン

当選者

- 橋本 秀樹 (名護市)
梶原 資子 (名護市)
菅野 雅樹 (沖縄市)
菅野 昭樹 (那覇市)
高江洲 美恵子 (那覇市)
仲宗根 多恵子 (那覇市)
ラフダパクパク (那覇市)
上原 徹 (那覇市)
高本 まり (那覇市)
許田 浩美 (豊見城市)
矢車 香織 (豊見城市)
安里 スミ子 (豊見城市)
玉城 美也子 (八重瀬町)
千葉 裕子 (石垣市)

44名の応募があり42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、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



トマト栽培どハマリ中 (Aさん)

私たちのSDGs宣言

コーナー⑧

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。

伊良波支部 SDGs宣言

Let's!! リサイクル

選んだSDGs番号は「12」です。

大切にしたいこと
物を大切に、有効活用

糸満支部 SDGs宣言

マイバック(エコバック)を使用する

選んだSDGs番号は「14」です。

大切にしたいこと
プラスチックごみの削減に取り組みます



糸満協同診療所 屋良明日美

作品コーナー

90代の作品好評! 毎月楽しみの壁画

90代男性の作品です。2月より当施設を利用していただいています。コツコツと根気よく取り組み、楽しんでおられます。お話によると、以前通われていた通所リハビリでも毎月の壁画を作成しており10年続けているとのこと。ちぎりは、指の細かな動きを必要とし、手と目の協調した動きが求められます。また、完成していく過程が分かりやすく、利用者からも好評な作業となっています。職員が毎月の絵を担当して描きます。個性あふれる作品が出来るのが糸満協同診療所の楽しみの一つになりました!



コーン缶とはんぺんのフワフワかき揚げ

材料 (2人分)

- | | | | |
|------|------|--------------|------|
| コーン缶 | 100g | 打ち粉 | 大さじ1 |
| はんぺん | 100g | 揚げ油 | 適量 |
| 玉ねぎ | 20g | 卵 | 1個 |
| 青のり | 適量 | 小麦粉 | 大さじ3 |
| | | 水(またはコーン缶の汁) | 大さじ3 |

作り方

- 玉ねぎを薄くスライスします。
- ポリ袋にはんぺんを入れしっかり潰します。(包丁で刻んで好みの大きさにしても大丈夫です)
- コーン缶の水分をきっておきます。
- ①・②・③の材料を全てのボールに入れ打ち粉して、混ぜ合わせます。
- 卵と水と小麦粉を加えて衣を作り④と混ぜ合わせます。
- 油を170℃程度に熱ししゃもじやスプーン等を使い、揚げる大きさにまとめ、お箸で油に落とします。1分~1分30秒程揚げ好みの色が付くまで揚げ、青のりをふりかけて完成です。



※子どもたちにはおやつ! 大人にはおつまみに最適です。トウモロコシが旬の時期になったら、ぜひ生のトウモロコシでお楽しみ下さい。



とよみ生協病院
栄養管理室 調理師
上地 大