



2024年6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4月末

組合員数 98,590人

出資金 19億1,791万2千円



班活動交流会が5月15日、沖縄県産業支援センターで63名が参加して開かれました。はじめに、まちづくり推進部西仲部長から「班活動の現状と課題」で、①班は医療生協の基礎組織で地域でのつながりを大事にし、健康づくりをすすめることが原点②沖縄医療生協の課題は休眠班（54%）が多いこと③楽しい班活動のつくり方が報告されました。地域では高齢化にともない、班活動の継続が難しくなっている今、つながりづくりをしながら班活動を気軽に楽しむことが大事であること

2024年度班活動交流会 班で楽しく健康づくり

とも強調されました。各専門職からのプレゼンテーションでは、①フレイル予防について（健康づくり委員会）②医療分野の認定看護師活動、沖縄協同病院での緩和ケアの活動（沖縄協同病院認定看護師）③班会メニュー（まちづくり推進部）の説明と実演が行われました。



ボッチャで楽しく盛り上がった

健康チェック・体験コーナーの「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ボッチャ」では、参加者が楽しみながら測定や競技に興じている場面が見られました。とくに、パラリンピック競技種目のボッチャを体験するのは初めての組合員がほとんどだったので「これは楽しい、イスに座ってもできる競技だから自分の班でやろう」と笑顔でボールを投じていました。



スクエアステップで足がもつれないように

委員長 大城郁男

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40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。ぜひご協力お願いします。 ※メ切は6月28日

沖縄県産シークワサー
(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

第59回 通常総代会について(公示)

1. 日時 6月22日(土) 午後1時30分～午後4時
2. 場所 シャボン玉石けん くくる糸満
3. 議題

- 第1号議案 「2023年度活動のまとめと2024年度活動方針決定の件」
- 第2号議案 「2023年度事業報告・決算関係書類承認の件」
- 第3号議案 「2024年度予算計画及び予算決定の件」
- 第4号議案 「役員報酬決定の件」
- 第5号議案 「議案決議効力発生の件」
- 第6号議案 「決議・スローガンの提案」

*新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点からご自身の体調等をご勘案のうえ、慎重にご判断をいただきますようお願い申し上げます。

2024年6月5日
沖縄医療生活協同組合
理事長 上原昌義

核兵器のない 21世紀を！ 2024年 国民平和大行進 6月17日(月)～22(土)



昨年の平和行進スタンディング（西原町）

原水爆禁止国民平和大行進は、1958年に第4回世界大会（東京）をめざして広島から開始され、今年で67回目を迎えます。

国民平和大行進は全国8割の自治体を通して、10万人以

上に参加する草の根の反核運動として発展・定着し、原水爆禁止世界大会成功の基盤を築き、核兵器廃絶の国民的共同をひろげてきました。

沖縄においては「ジュゴンと自然を守れ」で今年もたたかいが続いている名護市辺野古の浜を出発し、県内各地で核兵器の緊急廃絶を訴えながら平和行進を行います。

核兵器のない21世紀をきりひらくために、一歩でも二歩でも、ともに歩きましょう！

日程とコースをご案内します。

日 時	コース		距離
	出発地	終了地	
6/17(月) 1日目	辺野古浜 (名護市)	宜野座村役場前	12km
6/18(火) 2日目	キャンプハンセン 第2ゲート前 (金武町)	宮森小学校隣の公園 (うるま市石川)	13km
6/19(水) 3日目	旧石川市役所前公園 (うるま市)	中部協同病院 (沖縄市)	13km
6/20(木) 4日目	ミュージックタウン前 (沖縄市)	嘉数高台公園 (宜野湾市)	13km
6/21(金) 5日目	摩文仁・平和祈念公園 (糸満市)	西崎運動公園 (糸満市)	14km
6/22(土) 6日目	豊見城市役所	県民広場 (那覇市)	11km

慰霊の日を前に聞き取りを行いました。

名護市内にひっそりと暮らすAさんは戦災孤児の一人です。1937年5月に現在の南城市で生まれ、父、母、姉の4人家族でした。活発な少女で、家の庭にあるみかんの木に登り実を取って食べたことを楽しそうに話します。ある時、飛行機がたくさん飛んでくるのを見つけたAさんは、すぐみかんの木に登り手を振りました。それを見たお母さんがあわてて木から降りし、とても怒られました。1944年10月10日、那覇市を破壊した米軍機

だったのです。

その日から生活は一変しました。昼間は防空壕、夜は食糧さがし、7歳のAさんも芋を探しに畑に行きました。焼夷弾の光は花火より明るかったと言います。父は日本軍に



木に登り手をふる 少女の記憶

平和活動委員会委員 上野和昌

を歩いていたかもしれないと思っただけです。その後、米軍の捕虜となり、与那原・馬天港から海路、名護市二見に移動。収容先では母親がマリヤで亡くなり、遺体を浜に移し砂をかけただけの埋葬。

各地を移動しましたが姉も亡くなり、天涯孤独の身となったAさんは、必死で働きたきびで生きてきました。

復帰前に名護に来て同じ境遇の仲間ができ、75歳を超えたところからやっと落ち着いた生活が始まりましたが、学びを奪われたAさんは読み書きができません。役所からの文書や、新型コロナウイルスワクチン接種の説明書も一人では読めません。戦災孤児は79年たった今も国からの援助のない中で苦勞を続けています。戦争さえなければ・・・沖縄戦はまだ終わっていません。

平和活動委員会

事務局長

松田南海男

問い合わせ 098-856-3107

手指衛生の大切さ 共有しよう

とよみ生協病院 感染管理認定看護師 岩坪志和

WHO（世界保健機関）では、毎年5月5日前後に感染対策の基本である手指衛生に関するグローバルキャンペーンを展開しています。今年のテーマは「手指衛生の知識を共有することは、なぜ重要なのか？なぜなら、医療現場で問題となる微生物を拡げないために必要だからです。」となっています。

生活の中で手指衛生を行うタイミングとして次の点があります。

①咳やくしゃみの際手を当てる時、鼻をかんだ時
②多くの人が触れるもの（ドアノブ・スイッチ・手すり等）に触った後
③食事、料理の前
④外から室内へ戻った時
⑤病気の方のお世話をした後
⑥トイレ後、排泄物に触れた時
⑦医療・福祉施設に入る時、出る時
⑧診察室・検査室へ入る時、出る時

「きれいな手は誰かを想うあかし」です。あなたやあなたの大切な人を守る為、手指衛生をしましょう。

大切な人を守る手指衛生

WHOのテーマとして「手指衛生の知識を共有すること」は、なぜ重要なのでしょう？なぜなら手指衛生はあな





小禄北支部（4月24日）



やえせ支部（5月11日）



石川支部（5月16日）



首里西支部（5月18日）



長嶺支部（5月19日）



伊江島支部（5月21日）

支部総会

4月24日から5月31日までに44支部中
24支部が支部総会を終了しました。
2023年度まとめ、決算、2024年度方
針、予算、支部運営委員などを確認
しました。懇親会等行われた
支部もありました。



伊良波支部
（5月19日）



南風原支部（5月23日）



那覇・南部地域（5/16）

スタートラインは準備完了 人材確保に踏み出そう！

総代会議案説明会を開催

第59回通常総代会を6月22日に「シヤボン玉石けんくくる糸満」にて開催します。総代会を実りあるものにするため5月16日、17日に那覇・南部地域（実参加とオンライン）、中部地域、北部地域に分けて議案説明会を開催しました。全体の参加者は65名でした。理事会より、第1号議案（2023年度の活動のま

とめ、2024年度の活動方針）の説明後、参加者から質問や意見を受けました。

【主な意見】

●第5次長期計画のものと完成した中部協同病院、とよみ生協病院は人材不足が原因で、病床のフルオー

ンができていない。スローガンに「人材確保」を明確化し、アピールしてはどうか。

●沖縄協同病院で予定している紹介受診重点医療機関に移行する際の外来診療体制で小児科外来はどうなるのか？相談窓口の設置など丁寧に対応して欲しい。

●とよみ生協病院健診センターでの内視鏡検査（胃カメラ）を

苦しくない方法（麻酔）でできないか？沖縄協同病院に入院したが、看護師の対



中部地域（5/17）

●病院（医療）の経営が中心の説明になっている。地域の運営委員は後継者育成が喫緊の課題なので、そちらにも目を向けて時間を割いて欲しい。

●などがありません。3会場とも設定時間を超過する有意義な説明会となりました。今回だされた貴重なご意見やご要望に対して、理事会で検討し、総代会に活かしたいと思えます。ご参加された皆様、有難うございました。

人事総務部

部長 松田南海男

支部・ブロック通信

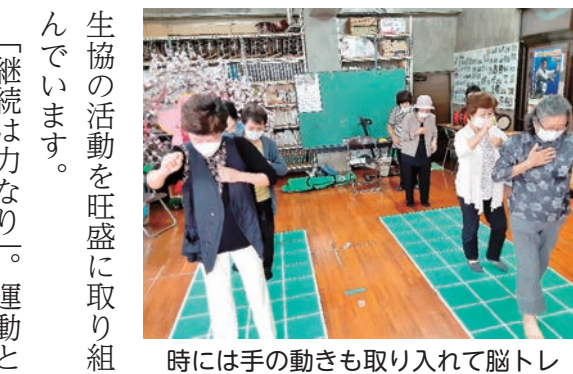


豊かなゆりの花がと
てもきれいに咲き誇
り、思わずカメラに
ピースしたり、写真
をいっぱい撮ったり
と、皆笑顔でした。
お弁当も美味しく頂
きとても楽しいゆり
祭りでした。

短い時間での観光
は、湧出展望台、島
村屋観光公園（伊江
島ハンドゥー小）、
湧出（ワジー）などを廻りまし
た。伊江島タッチューは時間
がなく登ることができず、次
回はタッチューに登ることと
伊江島の組合員との交流もで
きたらと思っています。

5月10日（金）西原町内間
公民館にいいあんべー班ス
クエアステップ教室を開催し
ました。

「スクエアステップ」は高齢
者の転倒予防、介護予防、認
知機能向上、さらには体力づ
くりを目的とし、遊び感覚が
あり、取り組みやすいという
特徴があります。幅広い年齢
層で行えるというのも魅力あ
る健康づくりです。升目（四
角・正方形）のあるマットを使
用、指導員に続きながら前進・
後退・左右・斜め方向など、い
ろいろなパターンの連続移動



時には手の動きも取り入れて脳トレ

4月28日に「第170回
健康ウォーク」を伊江島ゆ
り祭りに合わせておこな
い、24人が参加しました。
伊江島はゆり祭りの最中で
観光客が沢山訪れ、にぎ
わっていました。
健康ウォークでは、色彩
地域まるごと健康づくりをす

すめてきましたが、この間参
加していた80代以上のみなさ
んも病気やケガで歩くことが
できなくなっている方がいま
す。少しでもウォークに参加
できるように、支部として、
つながりづくりの声かけをし
たいと思います。医療生協が
めざす誰ひとり取り残さない
まちづくり「健康をつくる。
平和をつくる。いのち輝く社
会をつくる。」を、これからも
支部として組合員と共に頑張っ
ていきたいと思っています。
健康ウォークでは、安全で事
故もなく過ごすことができ大
変良かったと思っています。
健康ウォークに参加したみな
さんありがとうございました。

「スクエアステップ」は高齢
者の転倒予防、介護予防、認
知機能向上、さらには体力づ
くりを目的とし、遊び感覚が
あり、取り組みやすいという
特徴があります。幅広い年齢
層で行えるというのも魅力あ
る健康づくりです。升目（四
角・正方形）のあるマットを使
用、指導員に続きながら前進・
後退・左右・斜め方向など、い
ろいろなパターンの連続移動

力（継続は力なり）。運動と
いいあんべー班は、町社協
と連携した地域の介護予防活
動の一環として2017年に
結成、月2回活動していま
す。スクエアステップ教室
は、2018年度より年間活
動計画の中に年3回から4回
ほど取り入れていきます。終了
後、皆でお茶をするのも楽し
みの一つです。コロナ禍、活
動を自粛した期間もありまし
たが、その後はフレイル予防
学習会や口腔学習会、健康
チェック、人生会議など医療

生協の活動を旺盛に取り組
んでいます。
「継続は力なり」。運動と
ゆんたくで生き生き脳トレ
認知症予防にもなり、「健
康でいつまでも歩きたい」
を目標に、班の皆さんは楽
しく過ごしています。
まちづくり推進部
スクエアステップ指導員
玉城徹

時には手の動きも取り入れて脳トレ

小禄3支部
子ども無料塾への支援を
小禄にじのひろば

小禄にじのひろばで学習
支援を毎週土曜日（第5休
み）午前10時から12時まで
開所して9年目になりま
す。卒所し高校生になった
子ども達も来てくれて、い
つも励まされています。年
齢制限がなく、無料で食事
も提供しています。異年齢
での交流が刺激となり、お
互いに成長を喜び合う様
子は感激です。

4月30日には、6年ぶりに
小禄南小学校、宇栄原小学
校、さつき小学校、小禄中学
校を訪問し、校長先生が快く
応じ直ぐに学習支援活動の案
内を掲示して頂きました。お
たよりを見て、さっそく近所
の子ども達が来所しています。
5月11日には、沖縄協同病
院安全管理室の職員佐久川慶
さんが見学にくられ、看護学
生にも勉強を教えて欲しいと

の事で
した。
元教師
ボラン
ティア
は小禄
にじの
ひろば
を大い
に利用
し勉強
を応援
します
と話しま
した。佐
久川さん
から37冊
の歴史本
を提供し
て頂き
ました。
5月18
日には、
元しらさ
ぎ



保育園職員一同より募金があ
り、子ども達の学習活動に活
用させて頂きます。ありがと
うございます。
小禄にじのひろばが地域住
民にとって居心地良いつどい
の場となるよう多くの組合
員が来所し、ささえて頂ける
とありがたいです。
※小禄にじのひろば…小禄北
支部、小禄西支部、小禄南
支部で運営する組合員、地
域住民がつどう居場所、現
在は子ども無料塾（学習支
援）を運営している。
小禄北支部
運営委員長 池間 たみ子

新監事紹介



監事 照屋 智恵

社会的信頼に応え
るガバナンスを確
立する」責務を
負っています。
私は、いのちの
平等を掲げ誰一人
取り残さない社会
を目指す沖縄医療生協は、
地域社会に必要な不可欠な医
療機関であると確信してい
ます。今後は第三者の視点
で監事活動に取り組み、微
力ながら、沖縄医療生協の
組織基盤強化に資するよう
努めてまいりますのでよろ
しく願います。

組合員の皆様こんにち
は。今期監事を務めます、
照屋智恵と申します。沖縄
医療生協に34年間勤務しま
した元職員です。
監事は「組合員の負託を
受けた独立の機関として、
職務の執行を監査すること
により組合の健全な運営と

年に1回は
健診を受けよう

中部協同病院

健診は主に中部地区の人間ドック、胃・肺・大腸がん検診、子宮がん・乳がん検診、特定健診、生活習慣病予防健診、事業所健診などがあります。

ほとんどの健診が役所や健康保険組合などの補助金を利用しての健診ですので、正規の金額の約3分の1程度の

料金で受診出来ます。

また、オプションの追加検査もご用意しています。オプション検査の代金は一般の方々の代金と組合員用の代金があり、組合員用代金は割引されており、大変お得です。オプション検査は事前のご予約が必要ですので、ご希望の場合はご連絡下さい。

令和6年度から新しい健診システムを導入し、これまで

とは結果表の様式が変わります。おかげさまで年々受診者が増えており、予約が取りづらくなるなどのお声もありますが、その際は健診室へご相談お願いします。

中部協同病院 健診室

室長 松尾綾子

電話 098-938-6160

とよみ生協病院

高血圧や糖尿病などの生活習慣病は知らず知らずのうちに動脈硬化を進行させてしまっています。

生活習慣病の予防や悪化

研修医
紹介

成長とやりがいを実感！

沖縄協同病院2年目研修医 梶間了



早いもので入職して一年が経ちました。今までの研修生活を振り返ると、周りの人達に支えられてここまで来られたと、しみじみ感じます。

自分の不甲斐なさや、無力感を感じながらも、周囲の皆さんに励ましていただき、仲良くしていただいて、挫けそ

うになりながらも楽しんで働くことができています。

特に救急では、自分で考えて患者さんの対応を素早く行うことが求められ、初めの頃は何かわからない状態で、戸惑うことが多くありました。

失敗も沢山しながら、時には患者さんに感謝の言葉をかけていただいたり、不安ばかりだった時と比べ、段々自分の成長を感じることができるようになり、やりがいを持って取り組みめるようになってきたと感じます。



4月からは1年目の研修医の先生達が入り、教えることが増えていきます。今の3年目の先輩から、業務のことはもちろん、人生や、遊びのことも沢山教えていただき、大変楽しい時間を過ごすことができます。私も後輩達にもプラスになるようなことができるよう、より精一杯頑張りたいと思います。



を防ぐために、1年に1度は特定健診あるいは人間ドックを受けてご自身の体の状態を確認しましょう。

特定健診受診券やがん検診受診券は市町村によって保険証と一体型になっている地域や受診券として郵送される地域があります。受診券を利用することで1年に1度はお住まいの市町村や沖縄県国保連合会などの保険者から料金補助を受けることが出来ます。

特定健診が無料となります。また、人間ドックの場合も特定健診受診券やがん検診受診券を利用することで補助があり、個人負担額も表で示したようになります。市町村から特定健診受診券やがん検診受診券が郵送されてきたら大切に保管し受診の際に忘れずにご持参下さい。受診券を活用して特定健診あるいは人間ドックをぜひ受けましょう。

とよみ生協病院
健診センター保健師

電話 098-850-9003 宮里てるみ

令和6年度 人間ドック補助金一覧 ※人間ドック料金は（組合員価格）中部協同病院 26,600 円、とよみ生協病院 30,000 円 ※他市町村の自己負担額は病院へご確認ください。

お住まい の 市町村	人間ドック 自己負担額	～74歳まで対象								後期高齢 75歳以上/非課税世帯/生活保護世帯								
		各補助金		自己負担						人間ドック 自己負担額	各補助金			自己負担				
		国保連合会 からの 補助金	市町村 からの がん補助金	胃がん (胃バリウム)	肺がん (胸部 レントゲン)	大腸がん (便潜血 検査)	乳がん (マンモグラフィ)		子宮頸がん (細胞診 検査)		国保連合会 からの 補助金	市町村 がん 補助金	胃がん (胃バリウム)	肺がん (胸部 レントゲン)	大腸がん (便潜血 検査)	乳がん (マンモグラフィ)	子宮頸がん (細胞診 検査)	
那 覇	12,309	7,271	12,430	1,500	400	0	40歳～49歳	900	1,000	12,309	7,271	12,430	0	0	0	0	0	
							50歳以上	900	1,000									
豊見城	17,979	7,271	6,760	5,180	550	600	40歳～49歳	2,098	1,330	17,979	7,271	6,760	0	0	0	0	0	
							50歳以上	1,470										
南 城	16,739	7,271	8,000	3,100	1,400	970	40歳～49歳	2,500	1,900	16,739	7,271	8,000	3,100	1,400	970	3,200	1,900	
							50歳以上	3,200										
南風原	14,839	7,271	7,470	4,700	920	0	40歳～49歳	2,500	1,900	14839	7,271	7,470	※受診券の自己負担額欄に、【A免除・B免除・C免除】 と記載があれば、自己負担免除の対象者となります。					
							50歳以上	2,500										
八重瀬	16,739	7,271	6,500	4,800	1,220	570	40歳～49歳	2,500	2,000	18,239	7,271	6,500	4,800	1,220	570	2,500	2,000	
							50歳以上	2,500										
糸 満	16,039	7,271	8,700	2,800	1,020	570	40歳～49歳	2,500	1,900	16,039	7,271	8,700	2,800	1,020	570	2,500	1,900	
							50歳以上	2,500										
与那原	17,339	7,271	7,400	4,800	420	470	40歳～49歳	2,700	2,000	17,339	7,271	7,400	※受診券の自己負担額欄に、【A免除・B免除・C免除】 と記載があれば、自己負担免除の対象者となります。					
							50歳以上	2,700										
西 原	17,619	7,271	7,120	3,820	1,195	955	40歳～49歳	2,400	1,700	17,619	7,271	7,120	3,820	1,195	955	2,400	1,700	
							50歳以上	2,400										
浦 添	9,567	7,271	13,500	1,300	500	500	40歳～49歳	700	800	11,239	7,271	13,500	1,300	500	500	700	800	
							50歳以上	700										

6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
6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
6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。

〈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、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

〈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、スムーズな相談に役立ちます。

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6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 ・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	宿泊費20%オフ
6	①ユニテッドリゾート 希望ヶ丘 ②ユニテッドリゾート サラベス ③ユニテッドリゾート 読谷 ④ユニテッドリゾート オーシャンビューライカム ⑤ベアーズステイ 久米島イフビーチ ⑥CHULAX 沖縄読谷 ⑦真栄田グランブルー		恩納村名嘉真 2288-34 恩納村名嘉真 1765-30 読谷村瀬名波 538-1 北中城村ライカム 565 久米島町字瀬名堂 582 読谷村瀬名波 763-3 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	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。

LINE 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

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

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

定例理事会報告

◎第26期第13回理事会在4月27日に開催され、左記の議題について審議されました。

《決議事項》

- 1、第59回総代会開催について
- 2、石川にじの家事業閉鎖について
- 3、沖縄協同病院歯科口腔外科新設と改修工事について

《協議事項》

- 1、3月決算について
- 2、2023年度決算について
- 3、2023年度固定資産除却、棚卸廃棄について
- 4、2024年度予算について
- 5、第59回総代会関係について
- 6、全国四課題関連について

《報告事項》

- 1、各種委員会報告



全国四課題の到達

	4月	2024年度累計	累計
組合員ふやし（人）	200	200	98,590
出資金ふやし（千円）	6,557	6,557	1,917,912
班づくり（班）	1	1	332
担い手ふやし（人）	3	3	980

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

初めて知った

アミロイドについて初めて知りました。医学用語も一度では覚えられませんが、時々紹介して下さることを望みます。

新城巨（那覇市）

お母さんが二人

大学2年生です。年の離れた妹は8歳です。祖母の家に行くと、私のひざに座ります。祖母からは「お母さんが二人いていいネ」と言われます。

外間楓羽（那覇市）

地球に申しわけない

最近雨が多くて1階の我が家は湿気がひどいです。痒みが我慢できず、初めて4月にクーラーをつけました。涼しい時は扇風機だけです。地球に申しわけないです。

西山満子（那覇市）

思うおぼへんに

連休中ずっと雨だったので、残り二日間に海洋博記念公園へ小2の息子と思い出づくりに行ってきまーす。当たったら図鑑を買ってあげたいです。

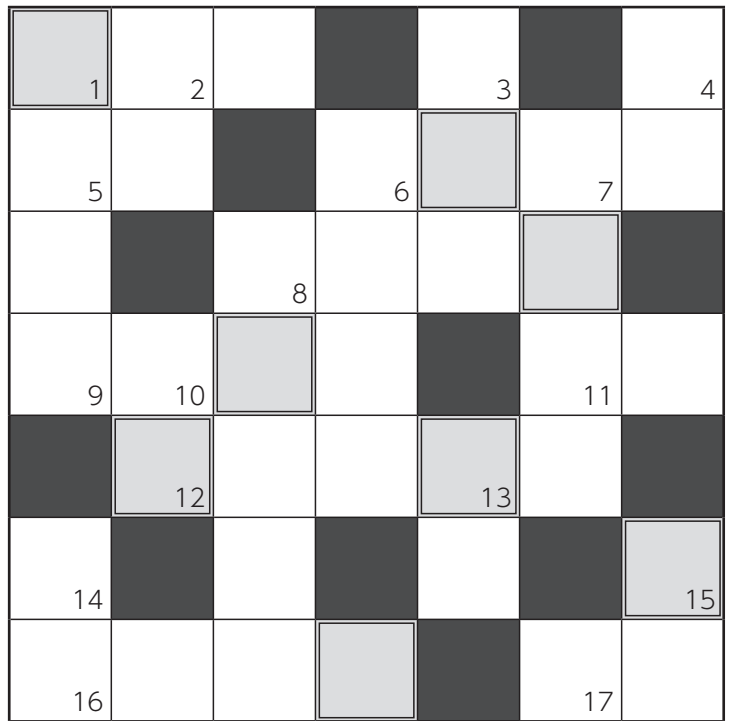
仲宗根江梨子（那覇市）

日頃から話し合いを

津波警報サイレンがひびきわたり、とてもこわかったです。高台にある家なのでにげずにすみましたが、海の近くに住んでいる人達は、とてもこわい思いをしたと思うと、日頃から家族で話し合いは必要だと思いました。

大城梨音（糸満市）

クロスワードパズル



作・島袋 聡

タテのヒント

- 1、6月4日から10日は〇〇〇〇の健康週間。
- 2、春・夏・秋・冬の四つの季節。
- 3、現金・重要書類・貴重品などを盗難や火災から守り安全にしまっておくための鋼鉄製の箱や室。
- 4、心やからだを使ってそのことに努めること。また、そのための苦労・努力。〇〇をねぎらう。
- 5、力学的エネルギーを継続的に発生させる装置。内燃機関と外燃機関がある。自動車のガソリン機関など。発動機。原動機。
- 6、騒がしく、不快感を起こさせる音。また、ある目的に対して障害になる音。計量的には80デシベル以上の大きな音。物を見て、その美しさや趣などを味わい楽しむこと。
- 7、水中にすむ動物の呼吸器官。大型の乗り合い自動車。多数の人を一定の路線・運賃で運ぶ。
- 8、道路・鉄道・水路などを、川

ヨコのヒント

- 1、高い所へ登るための道具で、長い2本の材の間に足がかりの横棒を何本もつけたもの。立てかけたり、つるしたりして用いる。
- 2、ペリカン目〇〇科の鳥。特別天然記念物。国際保護鳥。
- 3、音楽を奏すること。
- 4、他の国や地方の風景・史跡・風物などを見物すること。
- 5、木をたたき切ったり、割ったりする道具。
- 6、磁石の針が南北を指すことを利用して、船舶や航空機の方位・進路を測る器械。コンパス。
- 7、室内の仕切りや外気を防ぐのに用いる建具の総称。
- 8、一方が高く他方が低く傾斜している道。また、その傾斜。

応募者

ラ	イ	ブ	ウ	ン	ガ
ソ	ド	ウ	イ	ビ	キ
セ	ミ	シ	カ	オ	ホ
ル	ハ	カ	イ	イ	ド
メ	イ	シ	キ	ゴ	ウ

ブンメイカイカ

- ・菅 牧子（名護市）
- ・佐久川 慶子（浦添市）
- ・玉 寄子（那覇市）
- ・根 間 幸子（那覇市）
- ・松 原 幸子（那覇市）
- ・屋比久 貞雄（那覇市）
- ・オヤケア 雄（那覇市）
- ・大 橋 紀子（那覇市）
- ・玉 橋 子（那覇市）
- ・仲 山 彰子（那覇市）
- ・上 山 智子（豊見城市）
- ・宮 内 尚安（豊見城市）
- ・新 垣 直子（南風原町）
- ・山 内 信（糸満市）
- ・大 城 信（糸満市）

49名の応募があり48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。

二重枠のヒント

変化がきわめて激しく、劇的であるさま。

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7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469号（2024年8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

※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
098-850-9004



学ぶ 語る 交流

学んで、語り合っ、交流しよう
～いのちの章典の実践者として～

2024年度 医療福祉生協
教育学習月間

6月1日(土)～7月31日(水)

日本医療福祉生活協同組合連合会
<http://www.hew.coop/>

医療福祉生協連の
通信教育のご案内

(医療福祉生協連コース・外部コースのご案内)

2024年度

ABC LANGUAGE, SDGs, BUSINESS, DX, FUTURE, SKILL UP, SUCCESS, HOPE, DREAM

受講者
申込開始!

医療福祉生協連コース：9月開講～
外部コース：7月開講～
※申込期間(申込時期)はP.4参照

コースの内容は
パソコンやスマホで
ご覧いただけます。
<https://www.9hj.sanno.ac.jp/hewcoop/>

日本医療福祉生活協同組合連合会
通信教育サポートセンター
Tel:03-5419-6059 (受付時間：平日9時～17時)
E-mail:tuukyo@hew.coop (24時間受付)

私たちの
SDGs宣言
コーナー⑩

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。

糸満東支部
SDGs宣言
マイバッグを活用し、
ポリ袋をつかわない
選んだSDGs番号は「14,15」です。

南風原支部
SDGs宣言
マイバッグをつかう
選んだSDGs番号は「14,15」です。

大切にしたいこと
ポリ袋は使わない、
もらわない！

大切にしたいこと
プラスチック袋を使わずに、
環境に負荷を軽減したい

今月の一品

塩と上手におつきあい すこしお

ハンバーグトマトカレーソース

材料(2人分)

牛豚ミンチ	300g	玉ねぎ	1/2個
玉ねぎ	1/2個	にんにくしょうが	チューブ少量
パン粉	大さじ4	トマト	1個
牛乳	50ml	バター	20g
レタス	適量	コンソメ	少々
サラダ油	少量	カレー粉	大さじ4
		ガラムマサラ	少量
		パセリ	少量

作り方

- 玉ねぎをみじん切りにして炒め冷まします。
ミンチとパン粉牛乳冷ました玉ねぎを混ぜ合わせお好みの大き
でハンバーグを焼いていきます
- 次にソースをつくります。
フライパンにバターを入れみじん切りにした玉ねぎを中火で炒め
ます。
湯むきしたトマトをフライパンにつぶしながら入れ、弱火で少
し煮詰めながらソースの調味料を入れて煮詰まってきたら付け
合せのレタス、ハンバーグを盛りソースをかけパセリを散らし
たら完成です。

沖縄協同病院
栄養管理室 調理師
嘉数 亮平