



2025年5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 2025年3月末

組合員数 97,000人

◎ 出資金 18億9,529万2千円 ◎



2025年度 辞令交付式・新入職員研修

2025年度辞令交付式・新入職員研修会 社会人・医療生協人として

人事総務部長 松田南海男

4月1日、沖縄産業支援センターにて辞令交付式を開催しました。上原昌義理事長から、新入職員48名一人ひとりに辞令が交付され、新入職員代表から入職にあたっての決意が述べられました。

引き続き、新入職員研修会を2日間開催しました。沖縄医療生協の組織機構と就業規則、外部講師によるビジネスマナー講習、地域理事による地域組合員が職員に期待すること、医療情報システムと個人情報保護、生協の理念について学びました。2日目の午後は事業所めぐりで糸満協同診療所・とよみ生協病院・沖縄協同病院の3事業所を訪問しました。地域に根差した医療活動や急性期から慢性期、在宅への医療の流れが理解できたとされています。

地域組合員・職員組合員の協同で発展

沖縄医療生協には1,700名の職員が働いています。2022年に創立50周年を迎えました。地域組合員と職員

新入職員の感想より

組合員の協同が医療生協の発展を支えてきました。2025年入職の皆さんが同期の間と力をあわせ活躍することを期待します。ともに頑張りましょう。



◆お名前をお願いします

上原千知(ちさと)です。

◆出身地はどちらですか

那覇市出身です。

◆配属先事業所、部署、職種をお願いします

沖縄協同病院の診療情報管理室・医師事務作業補助者です。

◆休みの日はどのように過ごしていますか(趣味や特技など)

●辞令交付式から始まり、理事長の講話をお受けて、社会人一年目として責任感がより強くなりました。
●初めは緊張していましたが、このような立場で同期の方たちといろんなお話ができ、仲が深まった状態でスタートできることが心強いなと感じました。
●地域組合員が取り組んでいることについて学ぶことができました。私も組合の一員になって安全・安心な医療、介護を提供できるような人になりたい。私が住む地域にも支部があるので積

極的に参加できるようにしたい。
●沖縄医療生協の理念である「健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる。」が憲法25条による生存権、憲法9条、13条による幸福追求権に基づいたものであると学んだ。医療の面だけでなく平和という観点からも社会参加が必要だと感じ、まずは現状について学ぶことから始めた。と感じた。



休日、ウィンドーショッピングや友人とドライブをしています。最近は家で料理を始めました。

◆好きな食べ物は？

餃子酒場金五郎の餃子と海老マヨ。神徳のつけ麺。そして、サンエーのお肉屋さんのハンバーグです。

◆嫌いな食べ物は？

野菜炒めのピーマンです。

◆好きなアーティストは？

Fromis_9とXGです。可愛さとかっこよさを兼ね備えていてオススメです。

◆医療生協に対しどんな印象をもっていますか？

医療生協は、無料・低額診療事業がすごい取り組み

だと思っています。政府が軍事費を増やそうとしているのを少し減らして困っている人たちへお金を使って欲しいなと思います。

◆どんな職員になりたいですか？

周りの先輩がみんなキラキラして働いているように見えるので、私も人を助けられて輝ける職員になりたいです。

◆10年後のあなたはどんなにいると思いますか？

看護師に興味がありチャレンジしたいです。

★これからも沖縄医療生協でがんばっていくことを期待しています。

沖縄医療生活協同組合 第60回 通常総代会のご案内

2025年度第60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27日(金)
13時30分～16時**

**場所：シャボン玉石けん くくる糸満
(糸満市潮崎町1-1-2)**

※感染症等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】

●北部会場

日時：5月15日(木) 15時～

場所：やんばる協同クリニック (リモート)

●中部会場

日時：5月15日(木) 15時～

場所：中部協同病院 (リモート)

●那覇・南部会場

日時：5月15日(木) 15時～

場所：とよみ生協病院 (3階講堂)
(対面・リモート)

**問い合わせ先
沖縄医療生協本部 098-856-3107**

喫煙者がタバコを止めない理由の一つに「タバコを吸うとストレス発散になる」というものがあります。これは大きな間違いで、タバコのニコチン切れのストレスだけが軽減され、リラックスできたような気になるだけで、実際のストレスが解消できているわけではありません。

また、「禁煙すると太る」と言う理由で止めない方がいますが、実際はタバコの本数が増えるほど、肥満率が高いというデータもあります。禁煙すると脳が正常に働くようになるので、食事がおいしく感じようになります。そのため、一時的には体重が増える可能性がありますが、長期的にみると、喫煙したほうが肥満になる確率が増えます。

次に、自分は「太く短く生きる」と言っていて、我慢せずに好きなことをやりたいとされる方がいますが、「太く短く生きる」というのは幻想です。実際は脳梗塞等を発症し、後遺症が残って、身の回りの世話や排泄の介助が必要になることもあります。また、呼吸器疾患を発症すると常に息苦しい状態で生活することになります。

少しでも禁煙についてお考えの方は、書籍やネットなどで情報収集してみたいかがですか。

健康づくり委員会では、5月31日の世界禁煙デーに合わせ、ポスターコンクールを案内中です。募集期間は5月1日から6月30日までです。皆様からの積極的な応募をお待ちしております。

タバコがなくなっても笑顔になれる世の中を一緒に作っていきましょう。

健康づくり委員会
委員 大湾 翔太

健康づくり委員会だより② タバコを止めない理由は何も勘違い?!



WHO 5.31 世界禁煙デー

あと一本、もう一本、今止めよう

禁煙週間 5月31日▶6月6日

医療福祉生協は「WHO5.31世界禁煙デー」2025にとりくみます

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

沖縄医療生協 世界禁煙デー企画

第2回 ポスターコンクール 募集中

5月31日は、世界禁煙デー

【募集期間】 2025年5月1日～6月30日
【作品テーマ】 禁煙を呼びかけたもの
【応募対象者】 組合員をはじめ、どなたでも
【応募方法】 「応募用紙」と作品を同封の上、下記までお送り下さい。
※詳しくは「実施要項」をご覧ください。

問い合わせ： 沖縄医療生協 健康づくり委員会
〒901-0205 豊見城市字根差部588番地3
(TEL: 098-856-3107, FAX: 098-850-7990)

沖縄の“いのち”と“くらし”を守る医療者になれる！

沖縄民医連奨学生制度の案内

医学生	薬学生	看護学生
10 万円	5 万円	5 万円
対象者 医学科に在籍中、 又は合格した者	対象者 薬学科に在籍中、 又は合格した者	対象者 正看護師資格を取得可能な 大学、専門学校に在籍中、 又は合格した者 看護奨学金申込書の 送付依頼はこちら→

※大学や専門学校入学確定後から申請可能
※返済免除規程あり
※学生支援機構や市町村の奨学金制度などと併用可能な場合あり

沖縄に住む人々の“いのち”と“くらし”を守る
無差別・平等の医療と福祉の実現に向けて
私たちは頑張っています！

お問合せはこちら
電話：098-833-3397

mail: gakutai2@nirai.ne.jp 学生担当者まで

詳しい情報はこちら！



沖縄県民主医療機関連合会・沖縄医療生活協同組合



全国四課題の到達			
	3月	2024年度累計	累計
組合員ふやし(人)	270	-1,446	97,000
出資金ふやし(千円)	19,176	-21,975	1,895,292
班づくり(班)	3	22	325
担い手ふやし(人)	4	56	957

担い手ふやしについては、現勢を載せています。
組合員ふやし・出資金ふやし累計には、みなし自由
脱退者減分を含みます。

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。

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

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

昨年4月1日から相談登記申請が義務化されています！

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。また、住所や電話など変更がある場合はご連絡をお願いします。

TEL 098-850-9004 (まちづくり推進部)

タテのヒント

1、5月5日は何の日？

2、口・鼻から空気を吸ったり吐いたりすること。

3、寒暑やほこり・直射日光などを防ぎ、また身なりを整えるために頭にかぶるもの。

4、エアコンディショニング

5、5月31日は国際〇〇〇〇デー

6、ほしがる気持ち。

7、みずぎわ。

8、布または紙で、鯉の形に作ったのぼり。端午の節句に戸外に立てる。

9、粘土を焼成して作った素焼

ミソのヒント

1、二重枠のヒント

ひとつ目見ただけではつきりとわかるさま。

クロスワードパズル

作・島袋 聡

2025年3月号 476号

クロスワードパズル 解答

当選者

久高 節美(うるま市)

坂本 洋子(那覇市)

嘉陽 昭子(那覇市)

神安 子(那覇市)

安藤 悟子(那覇市)

渡次 子(豊見城市)

大城 幸子(南風原町)

平城 幸子(糸満市)

新津 枝子(宮古島市)

39名の応募があり36名が正解しました。抽選で10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。

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2025年6月15日(日)です。(消印有効)

○クロスワードパズルの解答・当選者は480号(2025年7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10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

理事会だより

定例理事会報告

◎第26期第25回理事会在3月22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、管理部門人事について
- 2、特別予算について
- 3、就業規則の改定について
- 4、2025年度生協役員賠償責任保険の継続更新について
- 5、第60回通常総代会関連について

《協議事項》

- 1、2月決算について
- 2、2024年度貸し倒れ処理について
- 3、2021年みなし自由脱退と2022年不明組合員認定について
- 4、2025年度全国四課題目標設定について
- 5、第60回通常総代会議案書討議について

《報告事項》

- 1、各委員会報告について
- 2、2024年度下半期会計監査の実施について
- 3、WHO世界保健デーまちかど健康チェックについて

ふれあい広場

入職おめでとう

「健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる。」の理念のもと今春、医療生協に採用された職員の皆さまおめでとうございませす。(入職)ありがとうございます。輝かしい未来がひらけますよう祈っています。

森田孟裕(那覇市)

健康寿命を伸ばそう

先日、サークル仲間より沖縄県の女性の健康寿命が75才ときいてビックリしました。とりあえず目標達成(76才)。今後も筋トレ、脳トレ頑張っていきたい。

新城美佐子(西原町)

献立紹介に期待

夫が交通事故に遭い、高次脳機能障害のせいで記憶・言語の機能が

従来との差に驚き

低下しています。特に食欲が抑えられず、体重がうまくコントロールできません。太りにくい献立や今月のように簡単にできる一品をどんどん紹介してほしいです。

嘉数朝子(南風原町)

紹介受診重点医療機関への変更に伴う「選定療養費」の取り扱い、医療法の改正に伴うことなのですが、従来との金額差にビックリです。

宮城るみ子(那覇市)

楽しい紹介

沖縄協同病院「はいさい」で私の部署の好いところ、職員紹介いいですね。趣味の話等、とても楽しいです。

與座 葦(南風原町)

※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。

沖縄医療生協組合員特典提携店12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。
2025年5月1日現在

1. Rainbow Terrace Okinawa (カフェ)
2. Hearing Room. Mu (リラクゼーションサロン)
※土日営業
3. 沖縄ろうきん (金融)
4. 沖縄ハーバービューホテル (婚礼)
※レストランは6月末まで改装のため休業
5. サザンビーチホテル&リゾート沖縄 (ランチタイム等)
6. 株式会社ユニテッドコーポレーション (ホテル)
7. 石垣スポーツパークむりかぶし (グラウンドゴルフ)
8. @ISLAND あいらんど (カフェ)
9. sot hair skohet (美容院)
10. あかちょうちん (居酒屋)
11. トンプリンの店 (自然食品)
12. メルキュール沖縄那覇 (レストラン)

※詳しくは沖縄医療生協のホームページで確認、又はまちづくり推進部 (098-850-9004) までお問い合わせをお願いします。



作品コーナー

初夏のさわやかな風を

糸満から初夏のさわやかな風をお届けします。こいのぼりちぎり絵に取り組みました。こいのぼりは、中国の伝説で、黄河上流の急流「竜門」に登りきった鯉が龍に化身したことに由来しています。「逆境や苦難を乗り越えて立身出世する」、「健康で強く育つ」、「困難に立ち向かい成長する」、「どんな環境にも乗り越えて力強く生き抜く」といった願いが込められています。



普段の活動とは異なった作業活動に、最初は苦戦しながらも、徐々に集中して仕上げるのができました。ちぎった紙や、余白でこいのぼりの鱗を表現しています。手作りの印がポイントです。作業は大変だったものの、完成したあとは達成感が得られました。こいのぼりの様に力強く、さわやかに、しなやかに日々を過ごしていきたいですね。

糸満協同診療所
通所リハビリ

作業療法士 石原健太郎



WHO世界保健デー 各地で健康チェック

WHOの世界保健デーに合わせて、4月に県内7ヶ所で健康チェックを行い、6ヶ所(4/30の読谷は未集計)でのべ約160名が健康チェックを受けました。与那原ではチラシを見ての参加者もいました。



コープこくば (那覇市)



内間公民館 (西原町)



JAファーマーズマーケットあがりはま市場 (与那原町)



JAファーマーズマーケットやんばる (名護市)



Aコープとみえーる (豊見城市)

職員募集

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

お問合せ：沖縄医療生協人事総務部 TEL 098-850-3185



○正職員
看護師、助産師、看護補助者、介護支援専門員
○勤務地
沖縄協同病院、中部協同病院、とよみ生協病院、地域包括支援センター古波蔵



冬瓜と豚バラ肉の味噌炒め

材料 (2人分) 【1人分の塩分量約0.7g】

冬瓜 ……………200g	◎減塩味噌 [塩分50%カット] ……10g
豚バラ肉スライス ……160g	◎減塩醤油 [塩分66%カット] ……15cc
ピーマン ……………1個	◎酒 ……………15cc
	◎砂糖 ……………5g
	ごま油 ……………10cc

作り方

- 1 冬瓜は皮を剥いて、わたを取り、1cmぐらいの幅でカットする。
- 2 ピーマンのわたを取り、1cmぐらいの幅でカットする。
- 3 豚肉を5cm〜6cmぐらいにカットする。
- 4 ◎の調味料を合わせておく。
- 5 フライパンにごま油を熱して、冬瓜、豚肉、ピーマンを中火で炒めていく。
- 6 豚肉に火が通り、冬瓜に少し焦げ目が付いたら◎の調味料を入れ、混ぜ合わせる。
- 7 煮詰まってきたら完成。

