



2025年9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7月末 ◎

組合員数 97,552人
出資金 18億8,064万6千円

「つながりづくり強化月間」

つながろう！ひろげよう！ともにつくる協同の“わ”

「つながりづくり強化月間」(生協強化月間)とは

1948年10月1日に「消費生活協同組合法」(生協法)が施行されたことを記念して、全国の生協では毎年秋に「生協を強化すること」に集中した取り組みを実施しています。

全国四課題(組合員ふやし、出資金ふやし、班づくり・班会開催、担い手ふやし)を前進させて医療生協の組織的経営的土台の強化を図ります。今年つながりづくり強化月間期間は10月1日(水)から11月30日(日)まで、各支部・事業所で立てた年間目標の8割達成が目標です。

沖縄医療生協 2025つながりづくり強化月間 ～スローガン～

- ◎ゆるやかなつながりを広げ、多世代が参加できる取り組みを開催し、組合員ふやし3,500人を達成しよう！
- ◎今後の事業活動の発展や、経営の安定化を図るために、出資金ふやし1億5千万円を達成しよう！

組合員ふやし、出資金ふやしにご協力を

10月1日(水)～11月30日(日)までの期間、つながりづくり強化月間となります。医療・介護の地盤を強化し次につなげるために、地域・事業所での組合員ふやし(加入)、増資協力(出資金)の取り組みをすすめます。

健康づくり・仲間づくりに取り組みましょう

2025年国際協同組合年を活かして、他団体との交流や活動に参加する人・かかわる人を増やすための取り組み

- ①ホームページやDVDを活用したフレイル予防などの健康づくり、医師協だより手配りふやしなどでつながりづくりをすすめましょう。
- ②ブロック、支部や班での行事やイベントを独自に企画し、交流を通して月間推進につなげましょう。また、イベント等に未加入の方もお誘いし医療生協の良さをアピールして加入につなげましょう。
- ・秋の健康チェックを各ブロック・支部で計画し、他団体へも参加を呼びかけましょう
- ・「班」で健康チェックや健康講話、ユンタク会、茶話会など
- ・「支部」でウォーキングや筋トレ、フレイル予防、ポッチャ、ピクニックなど
- ・医療、介護、福祉の専門職である医療生協の各職員が参加しての班会など
- ・居場所づくり・助け合い活動で、子ども食堂、フードパントリー、無料学習塾の取り組みなど
- ・医療生協だよりの手配りを通したつながり。LINE(ライン)などの情報提供



健康チェック



ポッチャ交流会

2025年度 組合員活動交流集会

- 日時 9月19日(金) 13時30分～16時30分
- 会場 沖縄空手会館 (豊見城市豊見城854-1)
- 主な内容
 - 1) 学習講演会 「支部活動とまちづくり」 (医療福祉生協おおさか 小森桂子氏)
 - 2) つながりづくり強化月間提起、活動報告
 - 3) グループワーク
- 参加申込締め切り 9月12日(金) 17時
- お問い合わせ まちづくり推進部 098-850-9004

沖縄医療生活協同組合 2025年度総代選挙告示

総代選挙規約第4条(総代の選挙区および定員)に基づいて、次の通り2025年度総代に立候補しようとする組合員または立候補を推薦しようとする組合員は、所定の立候補届け出用紙に必要な事項を記載し、9月8日(月)～19日(金)午後5時までに総代選挙管理委員会に届けて下さい。

| | | | |
|--|---|---|---|
| <<選挙区と定数>> (1) 定数 404人 (2) 選挙区 1、なご支部 6人 2、名護北支部 6人 3、屋部支部 4人 4、伊江島支部 3人 5、大宜味支部 3人 6、東村 1人 7、今帰仁村 3人 8、本部町 3人 9、金武町 1人 10、恩納村 1人 11、国頭村 1人 12、石川支部 7人 13、うるま具志川北支部 7人 14、うるま具志川南支部 8人 15、与勝支部 5人 16、沖縄がんにゅう支部 12人 17、沖縄市東南支部 10人 18、宜野湾支部 7人 19、西原支部 6人 20、読谷支部 6人 21、浦添きた支部 8人 22、浦添みなみ支部 6人 | 23、ちゃたん支部 4人 24、嘉手納町 2人 25、北中城村 3人 26、中城村 2人 27、那覇支部 10人 28、那覇南支部 8人 29、小禄北支部 6人 30、小禄西支部 6人 31、小禄南支部 7人 32、真和志みなみ支部 7人 33、真和志西支部 13人 34、真和志あがり支部 12人 35、首里西支部 5人 36、首里東支部 7人 37、上田支部 8人 38、伊良波支部 8人 39、座安支部 6人 40、とみしろ支部 5人 41、とよみ支部 7人 42、長嶺支部 7人 43、糸満支部 12人 44、糸満南支部 6人 45、糸満東支部 6人 46、やえせ支部 8人 47、南城市知念支部 5人 | 48、南城市支部 8人 49、与那原支部 5人 50、南風原支部 5人 51、南風原南星支部 5人 52、久米島町 1人 53、八重山支部 3人 54、みやこ支部 9人 55、沖縄協同病院 38人 56、とよみ生協病院 16人 57、中部協同病院 14人 58、那覇民主診療所 2人 | 59、糸満協同診療所 2人 60、首里協同クリニック 1人 61、浦添協同クリニック 1人 62、医療生協本部 2人 63、民医連事務局 1人 64、協同にじクリニック 3人 65、やんばる協同クリニック 1人 66、地域包括支援センター古波蔵 1人 67、生協訪問看護ステーションないろ 1人 68、生協ケアセンター 1人 |
|--|---|---|---|

●立候補期間>> 9月8日(月)～9月19日(金) 午後5時まで
 ●立候補受付場所>> 沖縄医療生活協同組合本部・まちづくり推進部
 住所: 豊見城市根差部588-3
 電話: 098-850-9004
 ●立候補届出用紙受取場所>> 沖縄医療生活協同組合の事業所

2025年9月1日
 沖縄医療生活協同組合 総代選挙管理委員会
 委員長 湧川 朝章

日本の高齢化率は2023年時点で29.1%となっており、世界最高水準の超高齢化社会に突入しています。現在では3人に1人が65歳以上の高齢者になります。沖縄県では、2023年時点では、高齢化率23.5%と全国と比較すると緩やかではありますが、今後高齢化の伸び率は全国を上回る事が予想されています。

私達日本国民は憲法で基本的な人権（11条）、幸福を追求する権利（13条）、生存する権利（25条）があり世界人権宣言においても「すべての人間は生まれながらにして尊厳と権利において平等である」と謳われています。

身体的理由等が複合的に発生し、また加齢による偏見（マクロアグレッション）に晒され、より人権侵害を受けやすい状況にあると思われま

ます。2000年4月に施行された介護保険制度は、度重なる改悪で利用する側、サービスを提供する側にとって非常に利用しにくい制度へと変わってきています。その結果導かれた慢性的な人手不足、倒産する事業所の増加と介護

告では擁護者及び要介護施設従事者による虐待が増加しているとの報告もあります。

崩壊の状態が広がる中で、国は更なる社会保障制度の改悪を検討しています。不安なく働ける介護職場、必要な介護が受けられる制度として、誰もが安心して過ごしていける社会をつくるためには、社会保障制度の充実が重要な要素です。日本の税収は年々増加しているとの報道を耳にしますが、その使途が正しいのか私達は今一度考えなければいけないと思います。そのことを介護の現場にいる者として痛感しています。ともに声をあげ、改善の取り組みをすすめていきましょう。



高齢者の人権を 介護現場から考える

介護老人保健施設かりゆしの里 事務長 川上将吾

健康づくり委員会だより 25

足トラブル 合わない靴が原因?

健康づくり委員会では、5月～7月、11月～1月を健康ウォーキング月間として、仲間と一緒にウォーキングすることをすすめています。しかし、足が痛くて歩けないという方も多いのではないのでしょうか？

足と靴が合っていないと、靴の中で足が動いてしまい不安定になり、痛みの原因になるかもしれません。これが、



足や膝、股関節にまで影響して変形や痛みの原因になります。また、中でぶつかったり、擦れたりすることで外反母趾などの変形やタコ・魚の目の原因になります。

まずは正しい足のサイズを知ることで、ご自身の足を計測したことはありませんか？足は長さだけでなく、幅や太さも計測が必要です。しかも、歩く際には地面に着い

た状態と浮いた状態がありますので、両方の状態を計測しないと「歩いたための靴合わせ」をするには不十分です。

8月13日に南城市支部つきしる班で「正しい靴の選び方と履き方」の講話と、足のサイズ計測、正しい靴の履き方も体験して頂きました。参加された皆さんからも「今までこんなこと知らなかった」「今までのモヤモヤが晴れた感じがする」などの感想、嬉しい声の間かれました。

興味のある方は、毎月おこなっている「足の健康相談会」は中部協同病院にお問い合わせ下さい。また、班会でも「足の健康講話」や「正しい靴選びと履き方」も行っていますので、ぜひ活用下さい。

健康づくり委員 大湾翔太



世界の人々とともに
戦争準備、軍拡を止めていこう
～原水爆禁止2025年世界大会（長崎）～

れました。また、被団協のノーベル賞の授与は、当初被爆80年に予定されていたが、世界情勢が許さないとして一年早くさせたとのノーベル財団の考え方が報告されました。このことにも驚きでした。

8月7日～9日までの3日間、原水爆禁止世界大会が長崎市で開かれました。

7日「被爆の継承と未来、被爆80年長崎のつどい」では、被爆者の方が未だに国を相手に黒い雨が降った地域に住んでいた人たちに被爆者手帳を交付せよ！と争われていることに怒りを覚えました。

この秋に判決を迎える中、二度目の裁判であり、今度は勝利を信じている」との報告がありました。黒い雨の降った地域への手帳交付は、広島では実現しています。

被爆体験の報告は国連で訴えたもので映像をまじえたものでした。山口仙二さんが熱波で焼かれたケロイドの顔や腕をみせながらの姿は迫力があり、私の脳裏に焼きつ

ました。各県からの報告では、どれも大規模な基地強化がすすんでいることが特徴でした。

私は県内での活動に目が奪われて、世界に目が届かなかったなと反省しながら大会から帰ってきました。世界にも目を向けながら、核も戦争もない地球にしていかなければと、考えをあらたにしました。

平和活動委員会
委員長 玉寄勝光



沖縄原水協

| 全国四課題の到達 | 7月 | 2025年度累計 | 累計 |
|------------|-------|----------|-----------|
| 組合員ふやし(人) | 179 | 760 | 97,552 |
| 出資金ふやし(千円) | 9,680 | 30,327 | 1,880,646 |
| 班づくり(班) | 2 | 11 | 325 |
| 担い手ふやし(人) | 5 | 20 | 947 |

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。

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。

（窓口）まちづくり推進部
Tel.098-856-2519
受付時間：月～金 9:00～15:00

困ったときは **くらしの相談窓口へ**

くらし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。

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。

（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）13:00～16:00

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日から相続登記申請が義務化されています！

出資金残高通知のお知らせ

組合員の皆様へ住所、電話番号の確認と、お預かりしている出資金のお知らせのために出資金残高通知の告知をお送りします。

お問い合わせは次の専用ダイヤルまでお願いします。詳しくは通知はがきをご覧ください。

受付時間
月曜日～木曜日
10時～13時
※金・土・日・公休日を除く

受付期間
9月～10月30日

タテのヒント

- 老人をうやまうこと。9月15日は〇〇〇の日。
- しょっぱい味の調味料。海水を蒸発させたり、岩塩を精製したりして採取する。塩化ナトリウムを主成分とする白い結晶体。
- 一時的に強く降る雨。大雨。土砂降り。最近これが多いので気を付けましょう。
- 川・谷・道路・線路などを跨ぐ形で設け、人や車などが行き来できる通路となる構造物。
- 日本における普通地方公共団体の一つ。
- 二つの物が重なり合わないで、食い違っていること。また、基準となるものや一般的な常識からはずれていること。
- フィルムに連続的に写しとった映像を、映写機でスクリーンに映し出し、目の映像現象を利用して形や連続した動きを再現するもの。シネマ。キネマ。ムービー。
- 勇ましい気性。

ヨコのヒント

- 鉛筆で紙に書いた字などをこすって消すのに用いるもの。
- 黄色・無臭のもろい結晶体で、熱すると溶解し、点火すると青い炎を出して燃える。火山地帯に多く産出。火薬・マッチの他、薬剤として用いる。
- 人類・獣類・鳥類・魚貝類以外の小動物の総称。特に、昆虫をいう。
- 鳥綱キジ目キジ科〇〇〇属に分類される鳥類。卵の大きさは鶏卵と比較すると小さく、卵重は約10.5gと高いところ。地位や身分・能力や程度などが高い。
- ものがあるところ、あるべきところ、あるものが存在する地点。
- 1514、あやまつてからだに傷を負うこと。負傷。非常に喜ぶこと。また、心からの喜び。甲子園の高校野球を見てそうだった。
- ある物事に熱中して、自分を忘れること。一つのことに心を奪われて他のことを顧みないこと。

2025年7月号 クロスワードパズル 480号 解答

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| ヒ | ガ | サ | タ | コ |
| マ | イ | ル | ド | ウ |
| ワ | キ | ウ | サ | ギ |
| リ | ハ | ク | イ | ヨ |
| シ | カ | イ | ン | |

当選者

伊波花子（うるま市）
宮城律子（読谷村）
久高明子（那覇市）
神谷ひとみ（南風原町）
儀敏子（南城市）
崎良子（八重瀬町）
山崎幸子（糸満市）
安原司子（糸満市）
中研子（糸満市）

39名の応募があり37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。

理事会だより

定例理事会報告

◎第27期第2回理事会在7月26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、社会福祉法人沖縄にじの会への寄付について

《協議事項》

- 1、6月決算について
- 2、社会福祉法人沖縄にじの会への寄付金協力のお願について
- 3、理事の担当支部について
- 4、2025年度つながりづくり強化月間方針（案）について
- 5、各種委員会構成について
- 6、選択制DC（確定拠出年金）について

《報告事項》

- 1、各委員会報告について

ふれあい広場

長寿に乾杯！

老人ホームにて102歳、101歳の仲間を迎えて誕生会をした。お二人とも目も耳も達者。いつも元気をもらっている。長寿の秘訣は新聞や本を読むことです。

神山幸子（那覇市）

部活頑張ります

部活で砲丸投げをしています。専用の新しいシューズを買ってもらいました。高いのに買って良かったです。距離をのばせるように頑張ります。応援よろしく。

大城梨音（糸満市）

大人気のメニュー

毎月「今月の一品」楽しみにしております。猛暑の中、今月のメニュー「豚肉のさっぱり冷しゃぶ」は大人気！

上原とよ子（那覇市）

七ツの短冊に

織姫様、彦星様、あなたがたが見下ろす地球は今、何色ですか？

仲山智子（豊見城市）

ささやかな楽しみに

去年、義妹に誘われて87歳で初めて組合員になりました。一人暮らしですが、色んな町の取り組みを知り、ささやかな日々を楽しみが増えました。感謝します。

砂川英子（宮古島市）

※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。

25国際協同組合年を学ぼう(講演会)

・日時 **9月30日(火) 14:00~16:00**
 ・会場 **とよみ生協病院3階ホール**
 ・講師 **片山忍氏(医療福祉生協連専務理事)**

今年国連が定めた「国際協同組合年」です。協同組合原則や医療生協が果たす役割、その魅力を伝える学習会の場を設けました。ご参加希望の方は各支部・事業所を通してお申込み下さい。

◇問い合わせ先：医療生協人事教育部 (098-850-3185)



8月16日(土)午後2時からとよみ生協病院3階ホールにて、豊見城ブロック主催の健康講座「笑いヨガ」を開催しました。参加者は38名で会場いっぱいでした。講師はあばらぎラフターヨガ倶楽部・濱元洋子氏、「笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせた健康法」だそうです。講師が「笑いヨガ」と出会い、自らの苦しい時期を笑いで乗り越えたそうです。

途中休憩を入れながら約2時間、ほとんどの時間を皆さんが「笑って」過ごしました。

笑いヨガ

気持ち明るくなった

豊見城ブロック



参加者からは、「家族に不幸があり、気分が落ち込んでいました。少しの時間でも、講座を振り返りながら気持ちが明るくなるように真似したいと思いました」「笑いが人生において大事なことで、気付きました」「笑いの効果を広めていきたい」などの感想が寄せられました。

講師は笑いヨガの体験会場として、八重瀬町中央公民館にて毎週水曜日午前10時から11時15分までやっているそうです。興味のある方はお問い合わせください。

豊見城ブロック
理事 儀間盛昭

戦争語る参考に
SDGs 夏休み親子企画「対馬丸記念館」見学会



SDGs 推進委員会で、8月12日(火)「対馬丸記念館」の見学会を開催しました。

参加者は、小・中学生2名を含む12名でした。対馬丸記念館は①対馬丸事件について②戦前の学校③沖縄での戦争を学ぶことが出来ます。当日は、語り部による講話と館内を見学しました。語り部の方は小学生にも分かるように、平和と戦争の違いなど丁寧に話して頂きました。

参加者からも「講話がとても良かったです。これから孫達に戦争の話をする時に参考にします」との感想を頂きました。最後に対馬丸記念館の「基本理念」を一部共有したいと思います。

沖縄戦では、多くが焼かれ破壊しつくされました。しかし、人々の「想い」は決して失われません。人々の「想い」、それは平和への強い「希望」です。戦争を語る時悲しみと憎しみが生まれます。悲しみの大きさを「希望」にかえる努力をしないと憎しみが報復の連鎖をよびます。いまも世界では報復の連鎖が子どもたちから新たな夢と希望を奪っています。この報復の連鎖を断ち切る努力を一人ひとりがすること、これこそが、対馬丸の子どもたちから指し示された私たちの「課題」ではないでしょうか。



SDGs 推進委員会
事務局長 松田南海男

職員募集

※詳しくは、休日、給与、賞与、手続等
 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

○正規職員
 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

今月の一品

ゴーヤーのキッシュ

材料(1人分)
 ゴーヤー25g
 コンビーフハッシュ15g
 卵(1個)50g
 こしょう少々
 油1.5g

作り方
 ①ゴーヤーは水洗いします。縦半分になり、中のワタと種をスプーン等で取り薄切りにします。
 ②ボウルに卵を割り入れ溶きほぐし、そこにゴーヤーとコンビーフハッシュを入れ混ぜ合わせます。
 ③フライパンに油をしき②の材料を入れ弱火で両面を5分ほど焼き上げます。
 ④粗熱を取ったら一口大に切り分け盛りつける。お好みでチーズ等を合わせるのも良いでしょう。

夏休み、子どもと一緒に簡単に作れるおやつです。

最後に両面を強火でカリッと焼き上げる。

