



えひめ医療生協

発行所
愛媛医療生活協同組合
 本部 〒791-1102 松山市来住町1091-1
 ☎089-990-8820 FAX089-990-8865

生協現勢(2020年12月31日現在)
 組合員 48,996人
 出資金 988,777,720円
 (1人平均出資金 20,180円)

ホームページ <http://www.ehime-med.or.jp/> Eメール coop@ehime-med.org 定価30円(組合員の購読料は出資金に含まれています)



辺野古でのフィールドワーク(2018年4月)

みつけた

私だけの学生スタイル

～愛媛民医連の奨学金制度～

愛媛医療生協のすべての事業所は、誰もが健康に生きることを支える医療を目指す全日本民主医療機関連合会に加盟し、愛媛民医連として活動をしています。私たちは将来ともに働く医学生・薬学生・看護学生を対象に奨学金制度を設けています。

奨学生からメッセージ

奨学生の愛大医学部の小原さんに想いを聞きました。

民医連の奨学生は奨学金の貸与だけではありません。私は今、「民医連の奨学生になって良かった！」と思えているし、そう思えるだけの体験を色々させていただいています。

民医連の目指す「無差別平等の医療」のもと、奨学生会議や「つどい」で様々な社会問題について学んでいます。特につどいでは全国の医学生と交流する機会があり、意見交換をする事で自分の視野を広げることが出来ます。どれも「民医連の奨学生」という繋がりがあってこそできた貴重な体験です。

新しく奨学生になる学生もそんな体験ができたらいなと思っています。そして、それを通して、自分が地域でどんな医療をしたいか見つけられたらいいなと思います。



処置見学中の小原さん(左)(2018年9月)

では、経済的援助だけではない成長の糧となる数々のサポートを紹介しましょう。

医学生

全国の医学生と学び交流

「医学生をつどい」は、毎年複数回、医学生約200人が全国各地から集まり、民医連の医療実践、社会問題、将来の医師像などについて学び、話し合いを通して交流しています。

医学・医療の問題にとどまらず、幅広く社会のことも考えられるテーマの講演を聞いたり、フィールドワークとして現地に出かけたりします。学びを整理する意味で少人数グループで話し合い、自分は将来どういう医師になりたいのか、いま日本・世界で何が起きているのか、全国の医学生はどう考えているのかなど、様々な立場、価値観との出会いを通して自分自身の発見にもつながります。

薬学生

「薬害根絶デー」の取り組み

1980年代の薬害エイズ事件をきっかけにつくられた



薬害根絶デー(2019年8月)

のが、毎年8月24日の「薬害根絶デー」です。愛媛からも薬剤師と奨学生が厚労省前でのリレートークなどに参加しています。

薬害は副作用と同じ意味だと思っていた学生が「副作用と違って有害性に関する情報が軽視・無視された結果引き起こされてしまうものだ」と知り、衝撃を受けた」と話してくれました。

看護学生

中四国の看護学生と交流

「DANS」は、看護における学びを深める場です。看護学生が中心となって、一から毎年の学習テーマや交流などを企画し、つくり上げ、学校では学べない社会問題や看護に対する考え方を深めることができます。

さらに、中四国9県の多くの看護学生と関わることで、看護学生同士だからこそ盛り上がる話や、互いの看護観や考え方が交流でき、新しい友達をつくる事ができます。

授業では学べない学び

奨学生の学びには生活に困っている人たちの医療や社会の在り方に出会う機会があります。患者さんの背景まで診る実習や地域社会を考えるフィールドワークを通して構造的に社会(水保病・ハンセン病・朝日訴訟・子ども食堂など)を見る目を養います。

知りたい、学びたい気持ちが増え、主体的な学びの場となつていきます。

また将来一緒に働く仲間として、医・薬・看護の奨学生が交流できる場を持っています。

例えば、夏のスポーツ大会やバーベキュー。冬には国家試験激励会を兼ねた新年会で交流をしています。また、学



2018年度DANS in 愛媛(2018年8月)

習会や企画の話し合いでは、それぞれの学部ならではの視点で交流ができ、新鮮な気づきとなつていきます。

コロナ流行のため昨年から対面企画は自粛していますが、オンラインを使いながら新しい交流方法にチャレンジしています。

共に歩みます

愛媛民医連には医・薬・看護学生の学生生活をサポートするための専門の職員(学生担当者)がいます。奨学金は毎月、担当者が学生に手渡し、困りごとの相談にものります。担当者は奨学生の学生生活の伴走者として、学生本人が大事なものに気づき、学び成長することをサポートします。

奨学生が就職するに当たっても様々な不安に応え、民医連職員としての第一歩を始められるところまで、しっかりとサポートします。

お問い合わせはこちら

代表【089-990-8820】
 愛媛医療生協 人事教育部
 学生担当まで

奨学金制度の詳細はこちら



鶏卵業者から大臣室で現金を受け取った疑惑で元農水大臣が起訴された。業界に有利な取り計らいを求めた賄賂を受けたと検察が認められたのだ。この収賄は河合克行・案里議員の選挙買収事件捜査から出てきたとのこと。1億5千万円の党からの資金をもとに首長や地方議員に票の取りまとめを依頼し、案里議員は地裁で有罪判決が出た。河合議員に渡された資金の多くは政党助成金との見方がある。これは国民の税金。腹立たしい限りだ。

「桜を見る会」「IR汚職」など政治とカネの疑惑と犯罪はずっと続いている。「森友」「加計」問題もフタをたまたまだ。辞任や謝罪では済まされない。

国会議員がカネで議席を得る。カネを渡した特定者の利益や自己利益を肥やす。政治資金規正法など法律を変えても一向に変わらない。自民党の金権政治。

通常国会が始まったが菅総理には一連の疑惑を解明する姿勢はない。安倍元首相は「誠意をもって対応していく」と会見したが、秘書の責任として説明すらしない。

コロナ感染拡大で苦しんでいる国民の怒りは届いていない。感染を抑える対策は後手後手だと不支持が急増している。国会の場で説明し、責任を取ることが必要だ。怒りの世論を広げて責任をとらせよう。

機関紙『えひめ医療生協』をご近所の組合員にお届けする「手配りさん」を募集しています。ご協力いただける方は、089-990-8820までご連絡ください。

感染リスクが高まる「5つの場面」

場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事と比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしで近距離で会話をするなどで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、昼ラオクなどでの事例が報告されている。
- 車やバスで移動する際でも注意が必要。



場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まる可能性がある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



感染者の急激なひろがり

昨年秋季以降、年末から年始にかけての人の移動や会食などを通じて全国で新型コロナウイルス感染者がひろがっています。愛媛医療生協の職員の感染もありました。他への感染広がりも無く経過しましたが、いつ、だれが感染してもおかしくない状況です。1

収束の見通しは

各国でワクチン接種が始まり、日本でも2月末から医療従事者、高齢者と接種を始めるよう準備されていますが、ワクチン供給や接種計画の見

月8日から東京をはじめ11都府県に緊急事態宣言が発出され、愛媛県では「特別警戒期間」が宣言されました。

新型コロナウイルスの感染を回避して 元気な日常生活を送りましょう

愛媛医療生協専務理事 倉田均

通しは不透明です。今回のワクチン効果は95%と革新的な有効性が示されています。一方で、多数の人が接種するに当たって副反応が明らかになっていきます。ワクチン接種するかしらないかは正しい情報を基に、自分にとって家族にとって適切な判断をしてください。

徹底した感染回避行動を

行動自粛と感染回避の徹底で感染拡大を防ぐことはできません。安全を確保するまでには至りません。集団免疫が確立するまでは徹底した感染回避行動が必要です。3密(密閉、密集、密接)回避、マスク、手洗いなどを行いながら日常生活を送ることが大切です。

医療生協の場の活動について

いつ、どこで、誰が感染してもおかしくない状況であることを踏まえ、マスク、手洗

感染回避で、元気に暮らしをつくりましょう

長い対応になることが予想されます。感染予防を念頭に置きながら、健康な暮らしの習慣をつくりましょう。自宅内での体操や人混みを避けた屋外のウォーキングなど筋力を維持することに努めましょう。正しい情報の共有や不安の解消などにも努めましょう。できる範囲での自らの健康維持とともにご近所・お知り合いなどの声かけあいを工夫しましょう。

発熱等の風邪症状がある場合は、かかりつけ医等の身近な医療機関に、まずは、電話等で連絡をお願いします。

※相談する医療機関に迷う場合は、「受診相談センター」に電話連絡してください。

受診相談センター (コールセンター)	一般相談窓口 (コールセンター)
089-909-3483	089-909-3468

総代選挙 公告

2021年2月1日
愛媛医療生活協同組合 総代選挙管理委員会委員長

- 愛媛医療生協の総代の任期は4月末で満了となりますので、定款第45条の定めにより以下の通り選挙を行います。
1. 選挙期間 2021年4月21日～5月20日
 2. 総代定数 250名
 3. 総代資格 2021年1月31日までに組合員の資格を有し、選挙区内に住所を有する者
 4. 任期 1年
 5. 総代候補者登録の受付
立候補者は2021年2月15日～3月31日までに総代選挙管理委員会に届け出てください。
 6. 選挙方法と選挙区ごとの定数
選挙区及び定数は下表のとおりです。選挙は、選挙区ごとの定数を超過した選挙区について、投票で行います。定数内である選挙区については、投票を省略し、候補者全員を当選人とします。
投票を行う選挙区公示は、当該事業所に掲示します。併せて機関紙4月号折込みの支部ニュースにてお知らせします。

選挙区ごとの総代定数表

支部のある地域	院所ブロック	支部	2021定数
東予	協立	北	3
		宮西	3
		新菊	3
		南東	4
		南西	3
		西	3
		ひがし南	4
		ひがし北	3
		大島・多喜浜	3
		垣生・八幡	3
		神郷	5
	周桑	2	
	西条	3	
	今治	今治西	5
		今治中	5
		今治南	4
		東-泉川	4
	泉川	西-泉川	3
		角野	5
		船木	3
		中大	8
	宇摩	豊岡	4
		寒川	6
		三島東	4
		土居西北	5
土居東		6	
川之江		2	
中予	生協	久米北	5
		久米	6
		ていれぎ	3
支部のない地域	院所ブロック	支部	2021定数
	中予その他	その他松山市 久万高原町	1 1
南予	院所ブロック	みなみ久米	4
		たかのこ	3
		浮穴	4
		久谷	4
		石井東の北	6
		石井東の南	6
		石井西	4
		南石井	2
		つばき	3
		そが	5
		桑原北	4
	桑原南	3	
	城北	城西	6
		小野	6
		東温	5
		川内	2
	伊予	道後	3
		砥部	5
		さくら	4
		城北	4
		久枝	4
		堀江和気	3
	伊予	清水	5
		三津浜	4
		味生	3
伊予北		9	
南予	伊予東	2	
	伊予南	5	
	松前	5	
南予	岡田	2	
	うしおに	1	
院所ブロック	支部	2021定数	
	南予その他	内子町・大洲市 伊方町・八幡浜市・西予市	1 1

第68回総代会は、6月23日 松山市コミュニティセンターにて開催予定です。

「平和って、コレだ!」

東京での平和ツアー

2009年に東京都豊島区の平和活動家のHさんと2日間、2人だけの平和ツアーを行ないました。初日は自転車で豊島区を回りました。池袋西口公園には「平和の像」。中池袋公園には長崎で被爆したクスノキの2世が植樹されて、南池袋公園には1945年4月13日の城北大空襲の「哀悼の碑」があり、広島市の被爆2世のアオギリが植えられていました。戦争で傷病を負った人たちが療養した「廃病院」跡にある巣鴨公園を回って、この日最後の目的地は巣鴨プリズン跡の「サンシャイン60」。ここは東條英機ら戦犯が処刑された地です。そのとなりの東池袋中央公園には「永久平和を願って」と刻まれた平和の石碑がありました。2日目は電車を乗り継いで横田基地の見学に。基地の外周を何キロも歩いて回りました。住宅地のすぐそばで離着陸する戦闘機が大きく見えました。道路から見える米軍の宿舎は庭付きで広い。基地の出入り口付近で立ち止まっていると、警備員が「何をしているんだ!」と怒鳴ってきました。Hさんが「ここは日本だ!ここにいて何が悪い!」と怒鳴り返すとにらみ合い。「越智君、写真撮れ!」と促され構えると、その警備員は背を向けました。あの時の緊張は今でも忘れられません。豊島区は広く平和事業がすすめられていました。情熱を持って平和運動に携わる方がいました。愛媛でも私の家の上空をオスプレイが轟音を響かせながら飛行する時があります。世界に誇る憲法9条を持つ国で、平和への声を大きくしていきたいです。



協立ブロック理事 越智 啓治さん

こんなとき、ご連絡下さい

住所、氏名が変わったとき、県外へ引越されるとき、お亡くなりになられたとき、ご連絡下さい。

医療活動版

手指消毒について



愛媛生協病院 内科 松本 晋平

昨今、コロナウイルス感染症の流行により、手指衛生の重要性が言われています。

手指衛生の基本

手指衛生は、手洗いもしくは消毒薬による消毒が基本です。手が目に見えて汚れている場合は、水と石鹸による手洗いが必要です。

手が汚れている場合、消毒薬では汚れを取り除く効果はなく、消毒効果も下がります。目に見える汚れがない場合は手洗いもしくは消毒薬が推奨されます。

消毒薬で一般的なのはアルコールです。アルコールは比較的消毒効果が強く、一般的な細菌やウイルス(コロナ、インフル含め)には、効果があります(ただしノロウイルス等を除く)。そのため、医療現場でも頻用されています。濃度が(70%以上推奨)保たれていればジェル・スプレー・液体であっても有効です。ただ、中にはアルコールで手が荒れたりする方も

いるので、その際には、手荒れのしにくい別の消毒薬が使われる場合があります。

最近では、市販のアルコール消毒薬には保湿成分も含まれているので、昔に比べると手荒れは少なくなっています。むしろ石鹸による手洗いの方が乾燥して荒れやすかったりするの

で、手洗いの後にハンドクリームなどで保湿することをお勧めします。一度手が荒れてしまうと、手洗いしても病原体を除去しにくくなります。そのため普段から(夏場でも)、保湿剤を使いスキンケアをすることが大切です。

どのタイミングで消毒すれば良いの？

では、日常生活においてどのような場面で手指消毒をすればいいのでしょうか？ 大事なものは、不特定多数の人が触れている部分に手を触れた後です。例えば職場などではドアノブや電気のスイッチ類、共用のパソコンに触れた後など、色々な場面があると思います。スーパーやお店でもカゴや商品に触れたりします。その都度消毒するのは難しいので、食事の前や、出退社時、帰宅時、店に入る前後には消毒しましょう。

コロナウイルスの家族内感染が非常に問題になっています。家族では、食器や家具や電気スイッチ、洗面所のタオルなど共有する部分が多いですからね。家族内に感染者が出た場合、共有物品を極力、感染者専用

に留意し、感染者の触れた部分は洗浄剤入りのウェットシートなどで清拭した後、次亜塩素酸ナトリウムを希釈液で消毒しましょう。次亜塩素酸ナトリウムであればコロナ以外にノロウイルスも含め消毒効果があります(ただし金属部分に使用すると腐食する場合がありますので注意が必要です)。食事と一緒に摂ると飛沫により感染する場合がありますので、自室でとってもらい必要がありません。

コロナウイルスは日々報道されているため、皆さんも感染対策をかなり意識されていると思います。そのせいか、例年流行する感染症が、今季はかなり少なくなっています。今後コロナが落ち着いた後でも、感染症流行期はマスク着用や手指衛生を日常生活に取り入れていただけたらと思います。

SDGs「エス・ディー・ジーズ」

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



目標5. ジェンダー平等を実現しよう その①

ジェンダーとは、男性と女性の社会的、文化的な役割の違いによって形成された性別のことです。「女の子だから」「男の子だから」と言われたことはありませんか？ 男女の違いには、カラダのつくりのほかに、社会的・文化的な役割の違いがあります。この社会的・文化的な役割というのが「男性はこうあるべき、女性はこうするべき」とみんなが無意識に考えているイメージです。例えば、日本では家事や育児は女性がするものと偏った考えが一般化していました。日本の夫の1日あたりの家事や育児に費やす時間は39分、欧米の主要国では150分~200分です。明らかに日本の妻は分担割合が非常に高くなっており、今日の世界情勢において後れています。

性別による差別がない未来を目指し、男女問わず誰もが自分の能力を発揮できる、誰もが平等に機会を得られる世界をつくるのが求められます。誰もが生きやすい社会をつくるには、まず弱い立場の人たち、特に女性にスポットを当て、その人たちの権利を守ることです。男女の役割は固定したものではなく、時代で変化していくもので、その変化を許容できる社会であってほしいものです。

健康クイズ 問題

Q. 次にあげる花の名を漢字で書いて下さい。
1. サザンカ 2. スイセン 3. カンツバキ

答え

ちょっと一言

63円 791-1102
松山市東区西町一〇九一
愛媛生協病院
地域事業課クイズ係

はがきもしくはインターネットでの受付もします。
応募アドレスは
coop@ehime-med.org
です。当選した場合の連絡先も必ずご記入下さい。

締め切り
2021年3月10日必着

12月号の答 ア(さば) イ(いわし) ウ(さんま)

当選者 遊政 芳郎(松山市) 和田ふじ子(松山市) 河野 悟志(東温市) 神 恵美(新居浜市)
神野 洋子(新居浜市) 白石 登子(新居浜市) 佐藤喜美枝(松山市) 玉井 正和(松山市)
白石みつ江(松山市) 曾我香代子(新居浜市)

当選者の方には図書カード(500円)をお送りいたします。ありがとうございました。

今年で92才ですが、まだまだ一人生活をがんばっています。デイサービスには

まだ一人生活をがんばっています。今年で92才ですが、まだまだ一人生活をがんばっています。デイサービスには

2020年12月15日発行の「わたしにとって『平和って、コレだ!』55」木村康子さんの記事の3点に全く同感です。平和であればこそ自由で豊かな生活を楽しむことが可能だと思います。

地元の人が宇摩3山と呼ぶ赤星山、二つ嶽、東赤石も真っ白になる真冬が到来しました。家にすっこんで

「平和ってコレだ!」を読んで

えひめ医療生協の新聞を楽しみにしています。色々の方が色々な所で社会にかかわって生活している事を嬉しく思います。コロナ禍に負けないで皆さんで頑張ってください。

組合員だより

みなで頑張ろう

週2回お世話になってます。コロナにならない様、しっかり手洗いがいして

週2回お世話になってます。コロナにならない様、しっかり手洗いがいして



ねえねえ、きいてきいて
たんぼぼは布草履が作ってみたいと熱望する方の想いに応え、したい事をやろうと結成した集いです。その後、一貫張りもしてみました。秋の良い季節、塩ヶ森に登ってみました。登山の希望で山登りする事に。登山

たんぼぼ

生協ブロック 川内支部

のベテランの方の参加を得てうまくリードしていただき、その達成感と爽快さにすっかり登山のとりこになったのです。いつの間にか登山の会へと変身しそれで定着しそうな、始まってまだ半年の我が集いです。12月には淡路峠へ登ったんですよ。春になったら、皿ヶ嶺へ登りたい！それが今の皆さんの希望です。(文・佐々木あゆみ)



【1人分】エネルギー 225kcal 塩分 2.3g

長芋のとろろグラタン

材料/2人分
長芋 300g たまご 1個 出汁 30ml 薄口しょうゆ 大きじ1 パナメイエビ 4尾 酒 適量 キャベツ 60g ピザ用チーズ 適量 刻みのり 適量
【作り方】
①長芋は200gと100gに分ける。
②200gの長芋は皮をむいてすり下ろし、100gの長芋は皮をむいて1cm角程度のさいの目切りにする。キャベツは長芋に合わせた大きさに切る。
③すりおろした長芋に卵、出汁、薄口しょうゆを加え、混ぜる。
④エビは殻を取って1口大の大きさに切り、酒をふる。耐熱容器にエビ、さいの目に切った長芋、キャベツを入れる。
⑤④に③の液を流し入れ、ピザ用チーズをのせ、オーブントースターで10～15分程度焼く。焦げ目が付いたら刻みのりを上にのせて完成。
※エビの代わりにシーフードミックスでも代用できます。

長芋はヤマノイモ科に属する芋の1つです。ヤマノイモ科には、「いちじょういも」「大和芋」「自然薯」などがあります。長芋は他の芋より広く流通しているの...
長芋は、がんや老化、動脈硬化予防に効果的と言われています。
ベクチンという食物繊維とムチンという糖タンパク質を含みます。ベクチンは、腸内の善玉菌を増やし、整腸作用を促して便秘を予防(管理栄養士 坪内ひろみ)



で手に入りやすい食材です。でんぶんの一部が分解される消化酵素を含んでいるため、生で食べられるのが特徴です。
長芋は、がんや老化、動脈硬化予防に効果的と言われています。
長芋は食べ方によって色々な食感が楽しめます。熱を加えると生とは違ったホクホクの歯触りに変化するのでいろいろな食べ方で楽しみましょう。(管理栄養士 坪内ひろみ)

Art exhibition section featuring a bull's head, a cup of coffee, and a red flower. Artists include 山本 紀, 森賀 千鶴, and 長井 みち子.

診療受付時間

組合員さんの作品を募集しています。絵手紙、俳句、短歌などお寄せください。(ペンネームでも可)

Table for 愛媛生協病院 (Ehime Seikwa Hospital) showing medical services by department and time slot. Includes contact info: 089-976-7001.

Table for 伊予診療所 (Iyo Clinic) showing medical services by department and time slot. Includes contact info: 089-982-1170.

Table for 城北診療所 (Kitano Clinic) showing medical services by department and time slot. Includes contact info: 089-926-3625.

*精神科、整形外科、小児科は事前の予約が必要です。 *都合により診療体制が変更になることがありますので、ご了承ください。

Footer section with contact information for various services like 'たんぼぼ', '高齢者福祉施設', and 'スマイルしき'.

在宅ケアセンター(たんぼぼ)で働く看護師、介護福祉士、ヘルパー、ケアマネを募集!!