



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(2021年1月31日現在)
 組合員 49,010人
 出資金 990,029,720円
 (1人平均出資金 20,200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)



←第一原発まで
約3km

→町の中心部
国道6号線

産業交流センター

東日本大震災・原子力災害伝承館

画面奥が国道6号線や双葉駅のある街の中心部で、表側から入るとわからないが、海側から入ると周囲には津波で流されたがれきがそのまま残されていた。「福島のいま」を端的に表す一枚。2020年9月26日撮影

福島を忘れない 原発がゼロになる日まで

「なんという判決だ！」
 1月21日東京高裁で出された原子力損害賠償群馬訴訟の控訴審判決を聞いて、愕然としました。「原発事故に国の責任はない」という驚くべき判決。昨年9月30日に仙台高裁で出された生業訴訟の控訴審判決に比べ、あまりにも後退した内容でした。
 生業訴訟の控訴審判決では①福島第一原発事故に対しては東電と同等の責任がある

害の現地である仙台北の高裁と東京の高裁とは、こうも受け止めが違うものかと驚くばかりです。
焦眉の課題は汚染水
 福島第一原発の敷地の使えるところはすべて使って汚染水のタンクが敷き詰められています。もうすぐ満杯になってしまおうので、国と東電は海洋放出したいと、あの手の手で「海洋放出しなさい」という空気を作ろうと躍起になっています。

これに対し漁業者はもちろん、県内42の市町村議会でも、反対や慎重な対応を求める意見書が採択されています。注目すべきは、内陸の中通りや会津地方の自治体、隣県からも反対が出されていることです。2014年には、県内の全59市町村で福島第二原発の廃炉を求める決議が出され、2018年の廃炉決定「県内原発全10基の廃炉達成への力となりませんが、まさにこれに匹敵する動きとなっています。菅政権は昨年10月に処理方針を決めると言っていました。これを押し止めているのは、こうした県内世論だとも言えます。

事故から10年
 被災地では大型開発ばかりが目につき、被災者の生活再建・被害回復に結び付かない事業ばかり。町では「町内居住者〇〇人！」と言っても、半分は作業員。「常磐線全線開通」と言っても、帰還困難区域の中の駅はそこに向かう道路だけが解除され、道の両側はバリケード。オリンピック特需も当て込んで大型施設が次々、でもその維持費で徐々に首を絞められていく町の財政。かつて歩んだ道を再び辿っている原発立地町の姿に、怒りと失望を禁じえません。北海道でも、交付金欲しさに、寿都町と神恵内村が高レベル廃棄物の地層処分に関する文献調査に手を挙げてしまいましたが、それだけで終わらせてくれるはずがありません。六ヶ所村がそうだったように。次は概要調査、その次は精密調査と、いつの間にか最終処分場が出来上がってし



富岡町夜ノ森地区。2020年3月に常磐線の全線開通に伴い、帰還困難区域の中にある夜ノ森駅に向かう道路部分だけ、避難指示が解除された。しかしあくまで道路のみ、沿道の住宅は立ち入り禁止のまま。

まいかねません。福島や青森の轍を踏まないよう願っています。
 この間のコロナもあって、原発立地町では、原発を再稼働して冷えたんだ経済を温めたいという雰囲気が強くなっているようです。冒頭の東京高裁判決も、そんな空気を感ずり取ったからこそなんだと思います。しかし、原発景気によって豊かな農・漁村が失われ、挙句の果てには帰るべきふるさとを失ってしまったのが福島です。原発に依らない地域づくりが必要なのです。

風
KAZE

12月国会で「種苗法」改正法が成立した。マスコミもあまり取り上げず、国民が知らないままの成立だ。
 2017年、「農業強化力支援法」で農業資材供給や農産物流通等での民間活力促進を図るとし、18年、種子生産に民間企業参入を促す為として「種子法」が廃止され、国の研究機関や農業試験場などの公的機関が研究した知見を民間に提供するようになった。
 「種苗法」改正では農家が収穫物から種や苗を採って次の作付けを行う「自家増殖」を禁止し、登録された品種を自家増殖する場合は購入しなければならない、とする。5割の農家が行っている自家増殖を禁止することは種子企業の販路を広げる為か。
 一連の法改正から、農業にも自由競争を持ち込むことが見える。民間参入が進むと、大企業の支配が強くなることは他の産業をみればわかる。バイエル(旧モンスター)などの農業関連多国籍企業がゲノム編集・遺伝子操作などにより一部改良して新品種として登録し、いつかは種子を独占するのではないか。
 国連総会の決議「農民の権利宣言」(2018年)でも、農民の自家増殖の権利を明記しているとのこと。国民の健康と日本農業を守る視点から考えたい。

2020年度「みなし自由脱退」のお知らせ
 生協法及び定款に基づき、組合員は氏名・住所変更があったときには、速やかに届け出なければなりません。住所変更が2年間行われず未連絡状態が続いたときは、定款第10条に基づき脱退の予告があったものとみなし、理事会で脱退処理を行い、事業年度末に脱退となります。ご不明な点がございましたら各ブロック地域事業担当、又は医療生協本部、地域事業部までお問い合わせください。

つながりカードでちゅえあつ

昨年来の新型コロナウイルス感染症は、私たちの活動を今までは違うものに変えました。コロナに罹らないためには、他者との物理的距離をとること、外出を控えて、できるだけ他者との接触を減らすことが言われています。しかし、人との交流やつながりが健康維持に不可欠であることを学んできた私たちは、コロナ禍の中でもつながり、ささえあいを育んでいます。

協立ブロックでは「健康づくりでつながり、ささえあう」お元気ですか!!」月間を機に、つながりカードの取り組みを始めました。

最初は「困ったことは無い?」「困った人を助けたりしてない?何かあったら書いて」とつながりカードを渡していましたが「書くほどの事はしていない」「済んだことを書いても...」などの声ばかり。そこでカードに書くことより、話し合う

ことを大事にしようという問いかけを変えてみました。

日常生活は?

運営委員会で「一人暮らしの高齢者が近所に住んでない?」「その人達ってコロナで外出自粛の時どうしていたんだろか?」「一人暮らしの高齢者どう関わっているの?」など具体的な質問をしたところ、色々意見が出てきました。



あつまれば、おしゃべりがはずみです

「そういえば、班会を再開するよと連絡したらすごく喜んでくれたね」機関紙は持って行った時に近況を聞く「ウォーキングをする時は、ポストに郵便物が溜まってないか気にかけてから歩きよる」

「ごみ置き場の掃除して持って来たごみがいつもより少なかったら、体調はどう?と声を掛けてる」など、普段から何気なくしていることが語られ、これが医療生協の「つながり」だと改めて確信しました。

誘ってみたら!

「困ったことがあってもなかなか誰かに相談したりできないよね」という声を聞いて、顔見知りになれば色々話もできるから、歩いて行ける場所に集まってお話できる場所をつくらうという事になった支部があります。また、一人暮らしの方を訪ねると「もう1ヶ月誰とも話してない」と言われたことから、支部で相談して公園でおしゃべり会をしようと企画し、誘ってみました。当日その方は残念ながら来られませんでした。支部行事に初めて参加した別の方は楽しかったと喜んでくださりその後、機関紙の仕分けに参加するようにになりました。このことから声を掛けること、誘うことが大事だねとみんな話し合い、春におしゃべり会をやってみようかと前

向きに考えています。

ある運営委員さんが委員会に来なくなりました。退院後デイケアに行っているからだとか、ご家族と一緒に生活しているんじゃないかと話をしていたら、実は一人で暮らしている事がわかりました。本人に聞いても「入院なんかしてない」と言われ、どうも認知症が進んでいる様子です。運営委員会に誘おう!でも前日だと忘れるから当日!今から来て手伝って」と電話しました。それ以降、班会や体操などにも誘いました。

こんなことがあって「認知症の学習もしたいね、接し方はこれで良いのかしら?ケアマネに話を聞いても良いよね」と話が広がり、支部でこの人を支えていこうとしています。この経験で「つながり」はこういいう手ごたえを感じられたと同時に、ささえる側の運営委員さんたちも生き生きしてきました。

つながりカードの共有

これらの情報は、つながりカードに集約されたほんの一部です。つながりカードを共有することで支部での話し合いが活発になりました。

「○○さんどうしよる?」「ちよつと今日帰りに行ってみるで」「誰とも話して無いなら集まるで」など具体的な行動が起きています。

かたいはとて「平和って、コレだ!」

頑張ろう! 平和、笑顔の花を

平和とは何かを考えた時に思い浮かぶのは戦争のない世の中でしょうか?

しかしそれだけでは平和とは言えないと思います。

争いが無い事に加え平等であること、暴力が無いこと、心穏やかに居られることだと考えています。

そして平和とは皆で築きあげていくものとおもいます。その為に私は笑顔であることを心がけています。私はボランティア(愛媛県)をさせてもらっています。人々の出会いの場に立ち会う時、最初は緊張していますが、私が笑顔でいることでみんなが笑顔になり、スムーズに話が進む事があります。

私が笑顔であることを心がけようと思ったきっかけは「他人と過去は変えられないが自分と未来は自分次第で変えられる」という言葉です。数年前に心理学の勉強をした時の先生が言われた言葉です。

自分が笑顔でいることで笑顔の連鎖を生み、自分も周りも心穏やかに平和に過ごせるのではないのでしょうか。

これからは子ども達、孫達の時代になりますが、笑顔で心がけ優しい気持ちで寄り添えば自然と平和な世の中が築けると考えます。

自分から笑顔の花を咲かせたいです。



生協ブロック理事 吉田 秀子さん

1/21(木)

刃物研ぎボランティア開催

寒川公民館で「刃物研ぎボランティア」を開催しました。16名が集まり、中には今まで催し物に参加したことが無い男性組合員の参加もありました。今回の催しは「ちよつとサポーター」を募集したところ、特技を「刃物研ぎ」と書いた男性組合員が複数いた為企画したものです。

参加者からは「楽しい。またやりたい」「研ぎ方を教えてほしい」等々の感想もあり、早くも2回目を計画中です。女性組合員の活動が主になっている中、こうした取り組みから男性組合員も積極的



に参加できるような「ボランティア」や「ささえあい・助け合い」につなげていけたらと思います。(宇摩ブロック 伊藤 峰三郎)

愛媛生協病院 職員募集

- ①メディカルフィットネス コ・コア(健康運動指導士またはインストラクター)
 - ②薬剤師 ③臨床検査技師 ④介護福祉士・ヘルパー
- 問い合わせ先 愛媛生協病院 福德・大西 電話 089-976-7001

医療活動版

愛媛医療生協初

認知症看護認定看護師について

愛媛生協病院 医療福祉相談室 福田 和歌子

事業所の支援を受けて約半年間学校に通い、認知症看護認定看護師資格を取得しました。

認知症看護認定看護師とは

認定看護師は、患者・家族によりよい看護を提供できるように、専門性を発揮しながら3つの役割「実践・指導・相談」を果たして、看護ケアの広がりや質の向上を図ることを目的に制度化されました。認知症看護分野は2006年に教育が開始され、2020年12月末現在、認知症看護認定看護師は全国に1878人、愛媛県内では12人となっております。

認知症の方に寄り添って

今私は多職種協働の認知症ケアチームのメンバーと共に、入院中の認知症患者さんのケアに携わっています。日々の看護はまだまだ手探り状態で、認知症患者さんの代弁者・擁護者になり切れていませんが、入院によって起こる混乱が最小限となることで必要な治療を受けられ、穏やかに過ごせ

認知症の人の心理

- わからないことの連続 ⇒ 不安と混乱
思い出せない、何かがおかしい
考えても考えてもわからない
- 家事や仕事・排泄の失敗 ⇒ 自尊心の喪失
自信がなくなる、孤独、あきらめ
- 現実世界についていけない ⇒ 焦燥、恐怖
周囲とのズレ、戸惑い、焦り、苛立ち
- 自分自身が壊れていく ⇒ 強い恐怖

症ケアチームのメンバーと共に、入院中の認知症患者さんのケアに携わっています。日々の看護はまだまだ手探り状態で、認知症患者さんの代弁者・擁護者になり切れていませんが、入院によって起こる混乱が最小限となることで必要な治療を受けられ、穏やかに過ごせ

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②

2020年12月、国際サッカー連盟(FIFA)は、女子選手に14週間の産休を保障し、クラブに対し当該選手が戻ってくるときには必ず選手登録を行い、適切な医療支援を実施することを義務付ける新しいルールを承認しました。女子選手の登録と移籍に関する規則に盛り込まれ、世界全体で施行されます。日本では2021年に、女子サッカーのWE(ウィー)リーグが女子初のプロリーグとして船出をします。ジェンダー平等を目指す流れがサッカー界で起こっています。

新型コロナウイルスの感染拡大がもたらしている日常生活の激変は、女性にとりわけ深刻な影響を与えています。コロナ対策の最前線で働いている医療・福祉従事者の7割以上が女性です。また、働く女性の多くは低賃金・不安定な非正規雇用労働者で、このような経済危機の下では真っ先に切り捨ての対象となります。休校に伴って仕事を休んで子どもたちの面倒をみたり、高齢家族の感染防止のケアや介護を担ったりしているのも、多くの場合女性です。

国連女性機関(UNWomen)は各国政府に対し、「コロナ対策が女性を取り残していないか」と問いかけ、「ジェンダーの視点に立った対策は女性のみならず社会のすべての構成員に良い結果をもたらす」と強調しています。

るように看護に当たっています。学習会や多職種カンファレンスを通して「認知症の人を理解したい」「認知症のケアをしたい」という仲間を募集し、地域間の輪を広げていき、認知症の方々ややさしい病院となるよう目指していきたいです。

先日窓口で、認知症が疑われる家族についてご相談を受け、社会福祉士と一緒に対応させていただきました。その中で地域のことを理解できていない自分に気が付かされました。また地域の学習会では一般の方々が気掛かりなことや不思議に思うことなど触れることができました。沢山の方々に

出会って多くの意見や相談をいただきました。お気軽にご相談ください。

組合員だより

オカリナ 始めました

最近、オカリナの練習を始めた。しばらく遠ざかっていたのですが、コロナが落ち着いたら3月には高齢者施設で披露させて頂くため、頑張っています。(東温市 小川 勉)

今年も...

昨年、コロナでたくさんイベントが中止になり大変な1年でした。今年も、平和な日常が戻ってくることを心から祈っています。年女うし年です。(砥部町 伊藤 津恵子)

ヒートショックの記事を読んだ

血圧が高めの私は冬場の入浴時の注意点について、吉田医師のヒートショックに関する記事はとても参考になりました。急激な温度差を生じさせないように工夫して気を付けたいと思います。(松山市 山崎 英男)

健康クイズ 問題

下の9個の数字の中から、合計が100になる数字3個を選んでください。

24	58	22
36	19	61
17	33	35

はがきもしくはインターネットでの受付もします。

応募のあて先は 〒791-1102 松山市来住町1091-1 愛媛生協病院地域事業課・クイズ係 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4月10日必着

1月号の答 初春

当選者 桑原里与子(松山市) 赤尾 恭子(今治市) 村上 鈴子(松山市) 鴻上 繁子(新居浜市) 丸田 栄子(松山市) 杉原すみ子(松山市) 樽古 五月(松山市) 藤田 悦子(新居浜市) 石村 茉莉(東温市) 仲渡 敏江(今治市)

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。

年金相談のご案内

毎月第4火曜日 10:00~12:30 ※予約制。お申し込みは各病院へお電話ください。
愛媛生協病院 奇数月の第4火曜日 新居浜協立病院 偶数月の第4火曜日



マーガレット班
今治ブロック 今治中支部

20年来の友人が、偶然再会し、班を結成しました。健康や美容、ボランティア活動に関心を寄せる仲間たちです。無料での医療生協の健康チェック初体験に、皆、感動しきり！もともと、もともと広くPRしなくっちゃ!! ね!!

げんき室屋町の家、デイサービスほかほかで、ハンドマッサージのボランティアが大好評で、利用者の皆さんの笑顔がとても素敵でした。コロナ禍で、現在はストップしていますが、はやく再開出来たらいいな。『マーガレット』の花のたまたまは、とても清楚で可憐。花言葉は「真実の愛」「信頼」。マーガレットの花のような仲間です!! (文・杉岡圭子)



たごのトマト煮込み

【1人分】エネルギー 295kcal 塩分 0.8g

材料/2人分

茹でだこ足	1本(150g)
じゃがいも	2個
玉ねぎ	1/4個
にんにく	一片分
トマト缶	1/2缶(200g)
オリーブ油	大さじ1
砂糖	小さじ1
塩、こしょう	少々
パセリ	少々

【作り方】
①たご、じゃがいもは一口大に切る。玉ねぎ、にんにくはみじん切りにする。
②フライパンにオリーブ油、にんにくを入れて火にかけて、香りが立ったら玉ねぎを炒める。玉ねぎが透き通ったらじゃがいもを加えてさっと炒める。
③トマト缶を加え、つぶしながらひと煮立ちさせる。砂糖を加え、ふたをして弱火で10~15分ほどじゃがいもが柔らかくなるまで煮込む。
④たごを加えて水分を飛ばしながら煮込み、塩、こしょうで味を整える。
⑤器に盛りパセリを散らす。
※ごはんにもパンにも合います。今回はパスタソースにしてみました。

たご

日本人にとって、たごは身近な食材で幅広い料理に利用されています。世界のたこの2/3が日本で消費されているほどです。たごは高たんぱく低脂質

で低エネルギーな食材です。歯ごたえもあるので、よく噛んで食べることで脳の満腹中枢が刺激され食べ過ぎ予防にもなりダイエットにおすすめです。また栄養ドリンクなどでおなじみの「タウリン」という成分が多く含まれています。タウリンはアミノ酸の一種で心臓や肝臓の機能を正常に保ちサポートする作用があります。血中のコレステロール

ル減少や高血圧の改善、予防など様々な効果が期待できます。その他にも脂質・糖質の分解を助けるナイアシンの酸化作用のあるビタミンEも豊富です。

たごはコリコリとした独特の食感と、噛めば噛むほど旨味が出る味わいが特徴ですが、消化に時間がかかるので胃腸の弱い方は食べすぎには注意しましょう。(管理栄養士 三好みさこ)

訂正とお詫び

2月号・食べて元気「長芋」の記事について。ムチンは、植物性のものでなく、長芋には含まれておりませんでした。訂正し、お詫び申し上げます。

くみあいのん作品

◆俳句◆
品書は短冊二枚夜泣蕎麦
松山市 松崎 幸子

◆絵手紙◆
四国中央市 井原 建彦

油絵
新居浜市 内田 和嘉子

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)

厚生労働省指定 基幹型臨床研修病院		愛媛生協病院		松山市来住町1091-1 ☎089-976-7001		予約専用 ☎089-976-7202	
	月	火	水	木	金	土	
午前 9:00 ~ 12:00	内科	梶原 藤川 原 崎	佐々木 尾河 木 崎野	高山 中水 山 野川本	近藤 原堀 山 本	梶原 尾河 崎 野木	盛重(毎週) 尾崎(第1・3・5) 河野(第2) 堀(第1・2・4)
	精神科	今村	今村	上城 迫田	上城	今村 上城	上城(第1・3・5) 今村(第2・4)
	外科		塚本	永瀬	塚本	永瀬	塚本(第1・3)
	女性外来		日野				
	整形外科	森実・小西	清松	今井(第2・4)		小西	愛媛大学医師
小児科	有田	有田	有田	有田	森谷(第1・3・5) 水本(第2・4)	有田(第1・3・5) 石前(第2・4)	
午後 15:00 ~ 17:00	内科	尾崎	藤田	河野	中川	河野	ご案内 4月から診療体制が一部変更となります。 糖尿病外来教室 どなたでも予約無しで参加できます。 生協病院C棟会議室 13:30~14:30 【テーマ】 3月15日(月) 食事 4月22日(木) 薬 5月17日(月) 合併症
	精神科	今村	今村	上城		上城	
小児科	有田	有田	有田(アレルギー外来) 15:00~17:00 ※第2・4週のみ、 1・3・5週は休診	有田 乳幼児健診	有田	有田	
夜間 17:00 ~ 18:00	内科	尾崎	藤田		中川	原	
	精神科		今村			上城	
	整形外科	小西					
小児科	有田	有田	有田(アレルギー特診)	有田	有田	有田	

伊予診療所		伊予市米湊816-1 ☎089-982-1170	
	午前9時~12時	午後3時~5時	午後5時~6時
月	舟戸	山本	山本
火	山本		山本
水	山本	舟戸(第1のみ)	舟戸
木	支援医師		舟戸
金	山本	エコー検査 胃力メウ	舟戸
土	舟戸 休診	第2・3・5週 第1・4週	※胃力・IC-検査は 予約制です

★予約(通所別)、往診も行っています。ご相談ください。

城北診療所		松山市姫原3丁目7-17 ☎089-926-3625	
	午前9時~12時	午後1時半~4時	
月	大西	大西	
火	大西	大西	
水	原		
木	大西	大西	
金	大西	大西	
土	大西 休診	第2・4週 第1・3・5週	※IC-検査は予約制 です

※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。

在宅ケアセンター ☎089-955-7335 ●訪問看護 ●訪問介護 ●居宅介護支援	たんぽぽ 松山市来住町1091-1 ☎089-955-7335 ●訪問看護 ●訪問介護 ●居宅介護支援	ひまわり 伊予市米湊834-20 竜岡不動産2階西側 ☎089-983-4400	高齢者福祉施設 ひまわり 伊予市米湊736-3 ☎089-983-4433 ●高齢者住宅 ●デイケア	スマイルひまわり 伊予市米湊736-5 ☎089-983-4466 ●小規模多機能ホーム	みゆの家あか拓南 松山市中村3丁目1-2 ☎089-908-8851 ●介護付有料老人ホーム ●介護(3月末にて休止)	3-11 陽だまり 松山市来住町1091-1 ☎089-961-4318 ●短期入所生活介護
---------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------

在宅ケアセンター(たんぽぽ・ひまわり)で働く看護師、介護福祉士、ヘルパー、ケアマネを募集!!
本部介護事業部までご連絡ください。