



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(2022年2月28日現在)
組合員 49,073人
出資金 993,888,820円
(1人平均出資金 20,253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)

創立70周年 更なる成長へ



生協ブロック 小野支部フレイル講座

害者支援などにも積極的に取り組んできました。老人医療費無料化など社会保障を充実させる運動にも取り組んできました。無差別平等の医療提供を実践し、創設以来、入院時の差額ベッド料をいまだ

「二人は万人のために、万人は一人のために」
1990年代からは医療事業を充実させるとともに、地域に組合員の支部をつくり、健康づくりの運動を広げてきました。日本人の平均寿命が伸びてきましたが、健康寿命との差が開いてきました。医療生協の事業は組合員の健康で長生きしたいとの要求を実現すること目的です。班会など定期的に仲間と一緒に体操したり趣味を楽しんだり、おしゃべりしたり、身体と心

1952年、新居浜市徳常町に平和診療所を開設して新居浜健康生協が発足し、愛媛医療生協の歴史が始まりました。
安心してかかれる診療所を
無保険の日雇い労働者や商売人などが、安心してかかれる診療所を自分たちの手で作ろうと僅かの資金を出し合って作ったのです。設立趣意書では「この組合をつくる目的は、私達の病気を早く安く治し私達の健康を守るためです。そのために親切で信用できる診療所を組合員の手で運営します。」と記しています。当時、国民の3人に1人は保険がなく、医療は実費でお金が無いとかがれませんでした。医療生協の診療所は診察代無料、薬などは半額程度で

設立趣意を受け継いで
結核患者・生活困窮者の医療・生活相談、地域での健康講話や健康診断受診の促進、労災職業病や公害被害者支援などにも積極的に取り組んできました。老人医療費無料化など社会保障を充実させる運動にも取り組んできました。無差別平等の医療提供を実践し、創設以来、入院時の差額ベッド料をいまだ



協立ブロック 南西支部フレッシュサロン

関病の主体者は患者さんであるとの立場から、知る権利や自己決定権などの「患者の権利章典」を実践し、がん告知やカルテ開示などを積極的に行っていました。
「二人は万人のために、万人は一人のために」
1990年代からは医療事業を充実させるとともに、地域に組合員の支部をつくり、健康づくりの運動を広げてきました。日本人の平均寿命が伸びてきましたが、健康寿命との差が開いてきました。医療生協の事業は組合員の健康で長生きしたいとの要求を実現すること目的です。班会など定期的に仲間と一緒に体操したり趣味を楽しんだり、おしゃべりしたり、身体と心の健康が大切です。また、困った時に何でも相談でき、助け合えるつながりが地域にあることが明るい明日につながるります。
70年を迎え、あらためて協同組合の理念を押さえ、愛媛医療生協の成長と組合員の要求実現に確信を持ち、平和で、主権在民の健康自己主権が尊重される、生き生きとくらしている自分と地域をめざしましょう。明日がよりいっそう意欲的に生きられるように。
(文・倉田均)

今月の紙面

- 2面.. 大好き!! 医療生協 通常総代会のご案内
- 3面.. 介護活動版 「もう一回、人間してみようという気持ちになれた」
- 4面.. 組合員のページ 「この人にスポットライト」 「我が家のアイドルなど」



創立頃の平和診療所

ウクライナ避難民救援募金

ウクライナの人道危機対応及び救援活動等支援の救援金を募集します。ご協力いただいた募金は、ユニセフ等を通じてウクライナ避難民支援に送ります。下記専用口座をご利用ください。

口座名「愛媛医療生協 ウクライナ支援募金 理事長 今村高暢」
(エヒメイリョウセイキョウウクライナシエンボキニリジヨウイマムラタカノブ)
愛媛銀行 本店営業部 普通預金 1288251
※愛媛銀行から本支店間は振込手数料無料
募集期間/2022年5月31日(火)まで
※ご利用の金融機関によっては、振込手数料が別途かかる場合があります。

風 KAZE

声明

ロシアのウクライナへの軍事侵攻は許せません。即時の撤退を求めます!

ロシアは2月24日、一方的に「独立」承認したウクライナの東部地域にロシア軍を侵入させるとともに、ウクライナ各地の軍事施設、首都キエフなどへの軍事攻撃を続けています。これはウクライナの主権と領土を侵し、国連憲章違反の侵略行為そのものであり、何の罪もない市民に多大な犠牲と被害をもたらしています。さらにプーチン大統領はロシアが世界最大の核保有国であることを強調して威嚇しており、断じて許されるものではありません。ロシアはただちに軍事行動をやめることを強く求めます。健康といのちを大切にす医療生協は、戦争行為とそれにつながる戦争する国づくりに反対です。

2022年2月27日
愛媛医療生活協同組合
理事長 今村 高暢

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。

大好き!! 医療生協

愛媛医療生協創立70年。数多くの組合員さんたちに支えられて発展してきました。そして、今現在もさまざまなつながりから医療生協に加入し、生き生きと活躍されているステキな組合員さんがいっぱいいます。

支部のムードメーカー 協立ブロック

おしゃべり大好き、笑顔炸裂の藤原さんがやってくると、運営委員会が一気に明るくなります。

夫の介護で大変だった時、支部の運営委員さんが協立のケアマネさんを紹介してくれました。そのケアマネさんが熱心に親身になって相談のつてくれたおかげで、夫はデイサービスへ通うようになりました。そして、リハビリにも励むことで、回復に向けての効果が目に見えるようになり、私たちの生活も一変しました。医療生協とのつながりがあつたからこそだと本当に感謝しています。



新菊支部 藤原 清美さん

先日、昔からよく知って

「貯筋」がテーマ 城北ブロック

私と医療生協の出会いは、買い物に行った時の青空健康チェックです。検査したらなんと!! 尿糖が多く、城北診療所へ紹介されて組合員となりました。ある日、医療生協機関紙からバラリとチラシが落ち、そこには運動サポーター養成講座の案内が書いてあり

治療と予防の二本立て 生協ブロック

私は毎年生協病院で人間ドックを受けていました。2年前の健診結果は例年の封書ではなく、病院から直接電話連絡をいただきました。



石井東の南支部 大谷 幸子さん

胃の3分の2を取り除き、術後2日目からの歩行訓練と3日目からの重湯とみそ汁の美味しかったこと!! 生きてる!! 手術後は生まれ変わった体と心で支部活動にも積極的に参加しています。医療生協は、治療と予防の二本立てで地域住民の健康づくりに取り組んでいるところが素晴らしい! 私が素晴らしい! 私

運営委員会のお誕生会 今治ブロック

今治南支部は、今年度から運営委員会の前に少し時間を割いて誕生会をして、和やかな雰囲気が始まるようになりました。

一人ひとりのことをしっかり考えて、その人に合ったちよっとしたプレゼントを用意します(季節に合わせ、茸の盛り合わせやりんご、お酒好きにはビールセットなども)。包みには手作りのお花や毛糸で編んだ果物などが添えられています。

写真は、彼女が家族の看病を終えホッとした時で「待っていてくれる仲間がいるっていいなあ。このごろ誕生日を祝ってもらう事も無いので嬉しい」と笑顔の一言です。こんな事ができる私たちの支部って素敵でしょ、そんな医療生協が大好きです。



堀江・和気支部 中川 京美さん

ちよっとひといき クイズ

【使わない記号探し】
□の中にも+・×の記号を入れて式を成立させて下さい。ただし、各記号は一度しか使えません。使わない記号はどれでしょうか?
① 3 □ 2 □ 1 = 4 □ 1
② 8 □ 6 □ 3 = 5 □ 2
③ 2 □ 4 □ 6 = 8 □ 5

答え

63円

791-1102 松山市栗谷町二〇九一

医療生協 クイズ係

住所 氏名

○ ○ ○ ○ ○ ○

ちよっと一言

1月号の答 ①おお(きい)、②なか(れ)、③かじ(か)(む)

当選者 岩本 萌里(松山市) 池内ちづる(松前町) 竹内 京子(松山市) 小田登美夫(新居浜市) 加藤 幸子(新居浜市) 野本 均(松山市) 森 恵子(新居浜市) 徳本 直之(松前町) 木戸 厚子(大洲市) 藤井テル子(松山市)

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。

愛媛医療生協 公式LINE

友だち募集中

右のQRコードから登録してください



今治南支部 比留木 信子さん(右)

愛媛医療生協第69回通常総代会を開催します

日時	2022年6月24日(金曜日) 午前10時30分~12時(予定)		
場所	松山市総合コミュニティセンター(松山市湊町7丁目5番地)		
議案	第1号議案	2021年度のまとめと2022年度の方針案	第3号議案 2022年度の事業計画 予算案
	第2号議案	2021年度の事業報告 決算報告	第4号議案 2022年度役員報酬限度額の件
			第5号議案 役員選任の件
			第6号議案 定款変更

新居浜協立病院、愛媛生協病院では、無料低額診療事業を行っています。経済的な理由により医療費の支払いが困難な方が病院を利用した場合に、自己負担金または一部負担金の減額や免除が出来るものです。地域に医療費のことでお困りの方がいらっしゃいましたら、一度ご相談ください。

介護活動版



新居浜協立病院 通所リハビリ主任 河村 世理

リハビリとは、心身の最大限の回復です。通所リハビリに勤務する私達の役割は、最大限の回復のサポートです。

今回、歩行をきっかけに生活が変わったAさんを紹介します。

歩けるようになりたい!

2016年、脳梗塞の後遺症により重度な左片麻痺が残り、寝返りもできず、左右に顔を動かすだけだった要介護5のAさん。

「最初はね、身体が思うように動かなくて生きることが辛かった。でもね、歩けるようになりたいから、靴を買ったんだよ」と話して下さいました。「歩けるようになりたい」その希望を叶える為、立ち上がり、立位保持練習、ステップの練習を続けました。

2018年8月、平行棒で前方からしっかり介助

「もう一回、人間してみよう」という気持ちになれた

し、職員と一緒に歩きました。涙を流すAさん。「Aさんが歩いた!」とカメラを片手に駆け寄るスタッフ。「もう一回、人間してみようという気持ちになれた」というAさんの言葉は、対人援助職である私の心に響きました。

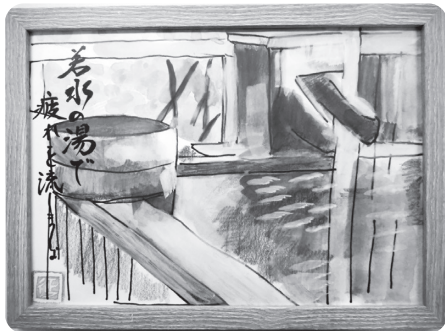
みんなが力を貸してくれた

そこから、ご家族の厚い協力もあり、自宅でも歩行練習を開始、生活が大きく変わりました。身体の痛みが減った、歩くので食事が美味い、お通じがある、眠りやすくなった、絵を描くようになった(その数今や2000枚以上!)、頑張っているご家族が喜んでくれる: : さあ、好循環の始まりです。

ずっと希望を持ち続け、努力を重ねました。自分の身体を自分でコントロールできるようになり、そして、遂にサイドケインを支えるようになりました。「歩ける!」Aさんは涙ぐ



サイドケインを支えに歩くAさん



奥様お気に入りの1枚

妻を旅行へ連れて行ってあげたい!

2020年春、「コロナで皆お花見に行けないから」と満開の桜の絵画10枚持ってきてくださいました。以来ずっと、毎週、季節の絵画を持ってきて下さいます。フロアはAさんの色彩豊かな絵画と人を思いやる温かな気持ちに包まれています。

私はいつも利用者さん同士が励まし、支え合い、「頑張ろう!」と声掛け合いながらリハビリに励む姿が好きです。一生懸命頑張る姿はどの場面を切り取っても感動があります。「嫁に苦勞させたから、旅行に連れて行ってあげたい」とAさんは未来に向けて今日も努力を続けています。

診療体制のご案内

Table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金, 土) and times (午前, 午後, 夜間). It lists various medical departments like Internal Medicine, Psychiatry, and Pediatrics, along with staff names and clinic information for Awa Seikwa Hospital.

Table for Iyayama Clinic (伊予診療所) showing staff schedules for different days and times, including morning, afternoon, and evening shifts.

Table for Kitano Clinic (城北診療所) showing staff schedules for different days and times, including morning and afternoon shifts.

*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。

Table listing various services and facilities such as '在宅ケアセンター' (Home Care Center), '高齢者福祉施設' (Elderly Welfare Facility), and 'スマイルしき' (Smile Shiki), along with their addresses and phone numbers.

在宅ケアセンター(たんぼぼこしき)で働く介護福祉士、ヘルパー、ケアマネを募集中!! 本部介護事業部までご連絡ください。



マイブーム MY BOOM

愛犬とドッグラン

僕が今ハマっていることは、1歳半の愛犬「つぶ」を連れてドッグランに行くことです。松山市にある、ぱるカフェ&ドッグラン、グラン・ノンノ、松前にあるピースガーデンによく行っています。つぶと走り回るのももちろん、つぶがお友達の犬たちと気持ちよさそうに走り回っている姿を見るのがとても楽しいです。

写真はグラン・ノンノに行った時のです。この日は良い天気、つぶと一緒に走り回って一緒にゼーゼー言っていました。まだまだつぶに負けないくらい体力づくりが励みです。そして新たなドッグラン地を開拓したいです。

(松山市 手島拳一朗)



ふきと鶏肉の煮物

鶏もも肉(一口大カット)	160g
ふき	150g
塩	適量
だし汁	150ml
酒	大さじ1
砂糖	大さじ1
しょうゆ	小さじ1
塩	小さじ1/4
油	適量

- 【作り方】**
- ①ふきは鍋に入る長さに切り、塩をふって板ずりし、3分茹でる。冷水にさらして皮をむき3cm長さに切る。
 - ②フライパンに油を熱し、鶏肉をこんがり焼き、Aを加える。煮立ったら弱火にして5分煮る。
 - ③ふきを加えて、中火で5分煮る。
- 【材料/2人分】**

食の元氣!!

ふきは数少ない日本産の野菜で旬は3〜5月です。独特の香りと苦味、食感が特徴で春の訪れを感じられる山菜のひとつです。

ふきは96%近くが水分ですが、他に便秘改善効果の期待できる食物繊維や血圧上昇抑制、むくみ改善に有効なカリウムを含んでいます。低カロリーなのでダイエット食材としてもおすすめです。また特徴的な香りや苦味の成分はポリフェノールによるもので、ポリフェノールには抗酸化作用があり生活習慣病予防やア

ンチエイジング効果があります。ふきはアクが強いので、そのまま調理すると苦味やえぐみが強く残ってしまいます。アク抜きをしてから調理しましょう。煮物、和え物、炒め物など好みに合わせて調理方法で楽しんでみて下さい。(管理栄養士 三好みさと)



この人にスポットライト ~生協アロック つばき支部~

~いつまでもパワフルに~

78歳の金子さんはエネルギー溢れる運動サポーター。毎週、つばき支部の健康体操教室では「はい腕をのびしますよ〜」「じゃあ次は足を広げて1, 2, 3, 4…」としゃべりながら1時間、休むことなく体操をしています。そのパワフルさは

初めて参加した人が「途中で休憩を入れて…」というほど。でもいつの間にかみんなついて行けるようになるのだから不思議です。

そんな金子さんのもう一つの顔が「絵の先生」。自宅でボランティア活動として子どもたち対象の絵画教室を開いています。でも本人は「わたしが何か教えとるわけじゃない。子どもたちに遊んでもらって元気をもろうと」と、子どもたちと一緒に絵を楽しんでいます。

金子 吉和さん

組合員だより

組合員のページから

動物が好きなので我が家のアイドルの写真を癒されました。厚揚げの味噌チーズ焼きも和と洋が組み合わさってとてもおいしそうなので早速作ってみようと思いました。(松山市 西森 豊子)

春の年賀状は作りました

今年数えて還暦年齢です。気持ちはいつまでも制服を着て身軽な学生のつもりでも、身体は年毎に重く、思い通りに動かなくなっているのを感じます。フレイル予防に紹介されていた体操記事を切り抜き、毎日少しの時間でも運動を続けて行こうと思います。(松山市 井上 まり)

むつかしかった!

今回のクイズはむつかしく頭ひねり、字引きでしらべました。自信はありませんが脳トレにはなりました。久しぶりの字引の活用でした。(新居浜市 もみじ)

眺めて癒されます

庭の椿の花がきれいに咲きました。ピンク色です。毎朝眺めて楽しんでます。心が癒されます。春とは名ばかりまだまだ寒いので組合員の皆様も風邪をひかない様に気を付けて下さい。(新居浜市 渡辺ヨネ子)

絵手紙や俳句・短歌・川柳、絵画や、手工芸品などのほか、「我が家のアイドル(ペットやお子さん、お孫さんの写真)」「わたしの本棚から」「おすすめ映画」などをどしどしお寄せください。

作品・お便り大募集

郵送もしくはインターネットでの応募も受け付けます。作品はデジカメ等で撮影してお送りいただくか、お近くの事業所にお持ちいただいても構いません。宛先 〒791-1102 松山市来住町1091-1 愛媛生協病院 地域事業課(電話: 089-976-5638) アドレス coop@ehime-med.org 右のQRコードからも応募できます。