



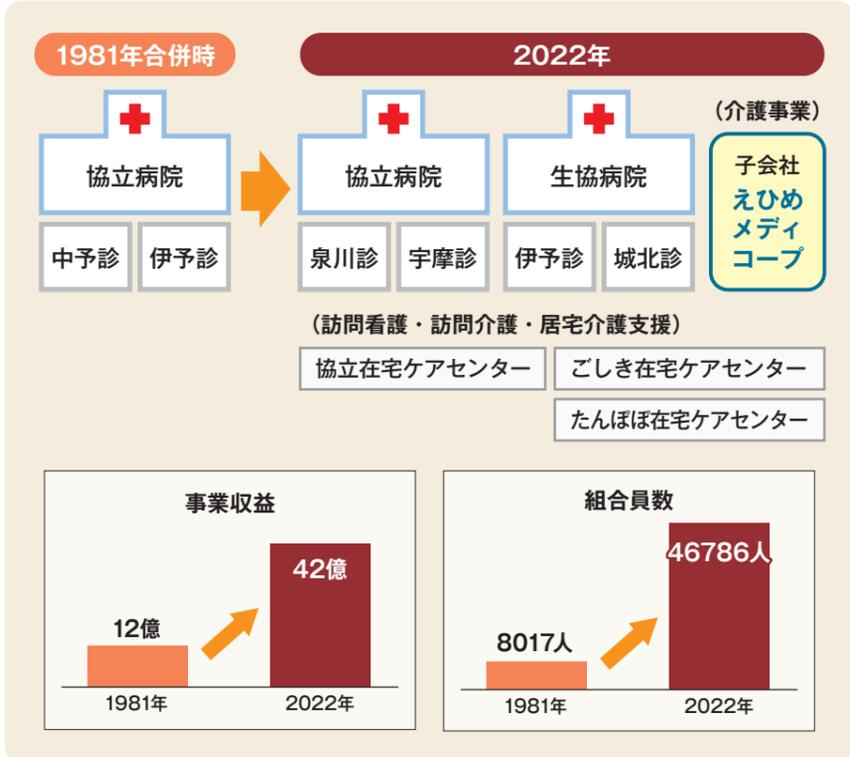
# えひめ医療生協

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10月31日現在)  
 組合員 46,786人  
 出資金 975,550,120円  
 (1人平均出資金 20,851円)

ホームページ <http://www.ehime-med.or.jp/> Eメール [coop@ehime-med.org](mailto: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)

## 愛媛医療生協70周年を迎え ~誰もが健康で居心地よいまちへ~



**愛媛医療生協の歴史**

1952年、新居浜市での平和診療所の開設に始まります。平和診療所はその後、新居浜健康生協・新居浜協立病院へと発展し、地域住民の健康を守る運動の中心に立つと同時に振動病のための医療機関として役割



愛媛医療生協 理事長 今村 高暢

1974年には新居浜協立病院で、医師が不在となる危機的状况に陥りました。そうした中、全国の民医連から医師支援を受け、何とか持ちこたえました。1979年から愛媛大学医学部1期生3名の卒業研修を受け入れ、自分たちの医師は自分で育てるという気概のもと、以降は愛媛大学の卒業生を中心に医師を受け入れてきました。

1981年に、県都にセンター病院をという構想の下、新居浜健康生協・中予

を發揮してきました。一方で、その歴史は医師確保の苦難の連続でもありました。

1974年には新居浜協立病院で、医師が不在となる危機的状况に陥りました。そうした中、全国の民医連から医師支援を受け、何とか持ちこたえました。1979年から愛媛大学医学部1期生3名の卒業研修を受け入れ、自分たちの医師は自分で育てるという気概のもと、以降は愛媛大学の卒業生を中心に医師を受け入れてきました。

2022年11月16日

### 「健康保険証廃止」方針の撤回を求めます

愛媛医療生協 理事長 今村 高暢

岸田内閣は2024年秋に健康保険証を廃止し、マイナンバーカードに一体化すると表明しました。私たちはカード取得を強制する健康保険証廃止方針に反対します。

そもそもマイナンバー法ではカード取得は任意とされており取得強制は法令違反です。国民皆保険のもとで健康保険証はなくてはならないものですが、マイナンバーカードは無くても何の不自由もありません。マイナポイント付与でカードが促されていますが、取得率は半数に到達していません。保険証利用登録は2割です。しない理由として「メリット・必要性がない」「手続きが面倒」「情報流出が怖い」など不安の声が多く出されています。カードに受診情報などの個人情報すべてが名寄せされますから、紛失すれば大変です。

一方で医療機関には来年3月までにマイナンバーカードでオンライン資格確認するシステムの整備を進めています。システム導入に伴う多額の経費や維持費の発生等の負荷が懸念され、現在3割程度しか進んでいません。

「健康保険証の原則廃止」と「マイナンバーカードの保険証利用等に係るシステム導入義務化」を直ちに撤回することを求めます。

**4つの要因**

第一に、患者と医療従事者が互いの信頼関係にもとづき共に作り上げていく「共同の営み」として、患者さんや組合員さんに依頼してきたことです。また、組合員さんの自主的な健康づくり運動と、その発展としてまちづくりまで展望してきましたことです。

第二に、臨床医師研修制度が始まる前から、自前の

医療生協・伊予医療生協が合併し、愛媛医療生協が発足しました。

医師を自分たちで育てるという医師の確保と養成を行ってきたことです。

第三に、病院にかかれな

私たちは、今後、医療生協という枠だけにとどまらず、誰もが健康で居心地よいまちづくりが出来るように、地域の人たちと手を携えて、80周年に向けてさらなる飛躍を遂げたいと思

医師を自分たちで育てるという医師の確保と養成を行ってきたことです。

第三に、病院にかかれな

**今月の紙面**

- 2面: Let's 担い手交流会
- 3面: 医療活動版
- とぎめ健康チャレンジ
- きつず
- 子供たちの楽しい毎日
- を後押し
- 診療体制のご案内
- 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

**70周年記念企画の予定**

70周年を記念し、イベントや創作演劇、健康づくり企画などを準備しています。詳細は後日お知らせします。

今月の「風」は休みます。

# Let's、担い手交流会

担い手交流会が各地で盛んに開催されています。楽しく交流したり、支部の現状を訴えて色々な協力をお願いしたり...そんな各地の担い手交流会を覗いてみました。

## みんなの願いを集めて

伊予ブロック  
伊予南支部

今回「担い手交流会を推進」していただいたので、この機会を利用して地域の担い手さんと交流会をもつことができました。80歳以上が6割と高齢ではありますが、担い手を続けてくださるそうです。お話しした資料は「伊予診療所の未来を語り合う会」を使用しました。皆の願いを集めて診療所建設を成功させるには、1人1人の応援が必要な事を話し合いました。

また、80歳代で一人暮らしの方が、在宅介護の支援を受けて自宅で過ごせるようになった。例は皆感激しました。



集まってくれた担い手さんから、「これから毎月増資する」と言われ、集金に行く約束もできました。新しい診療所の完成を応援します！  
(名越賢子)

## 手伝いあつて和気あつて

生協ブロック  
久米支部

10月24日、交流会を開催しました。21名の参加があり半数くらいの方が初めての参加でした。中には班長さんとして頑張っている90才の方もおられました。

支部の現状を伝える中で、早急の課題として機関紙配布者の不在場所では地図を見て知り合いの方がいないかなど話し合いました。班や集いについては代

表者の方に現状の活動状況の報告してもらって、興味を持った方が見学を希望されるなど話が広がりました。

また、支部ニュースに載せている「ネコの手たすけ隊」についての質問がありました。機関紙や支部ニュースを関心を持って見て頂いていることがわかりました。後半のリース作りではお互いに手伝い合つて和気あ



いあいの中で個性豊かな作品が出来上がり、楽しい交流会となりました。  
(宮本愛子)

## ポッチャで大盛り上がり!!

協立ブロック  
宮西支部

新たに機関紙を配布して下さるようになった手配りさんも参加して、久しぶりの担い手交流会を開催しました。

足指力測定やビンゴゲーム、ポッチャなど内容盛りだくさんで交流することができました。私は初めての足指力測定で筋力低下を実感し、それからは、タオルギャザー体操やセルフフットケアを毎日実践しています。後半戦は、この日一番盛り上がったポッチャです。

誰でも簡単にできて、暴投しても皆で大笑い、笑いが止まりません。上手に玉に近づけると「すーい」と大拍手！ワイワイみんなで大盛り上がりチームの結束力が高まります。

最後は、北支部とのポッチャ対決です。チーム一丸となって見事5-0で勝利し、2回戦へ進出です！  
(小倉 利江)



### TOPIC

## 11/3 みなみちゃん広場

生協ブロック  
石井東の南支部

地域にある古民家ゆたか庵にて、開催しました。医療生協の「場」のようすを地域の皆さんにお知らせしたい、特に「場」に参加していない手配り担い手さんに「場」の体験をしてもらいたいとおもいます。

アロマのハンドマッサージにはびっくりなしに参加者が来て、「いい香りで、気持ちいい」の声。親子で砥部焼絵付けや多肉植物の寄せ植え体験も好評でした。支部の場に加え、ベールとクッキーのお店やひと休みカフェ、手作り木のおもちやでの遊びも大人気でした。若い親子連れの方が多く、また人と人の繋がりを実感する嬉しい一日となりました。  
(藤田 敬美)



## ちょっとひといき クイズ

次の文字はカタカナ(外来語)でなんと読む?

- ① 火酒
- ② 卓子
- ③ 極光
- ④ 甘藍
- ⑤ 牛酪

答え

---

ちょっと一言

63円

791-1102 松山市菜穂町二〇九一

医療生協  
クイズ係

住所  
氏名  
〇〇〇〇  
〇〇〇〇

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](mailto:coop@ehime-med.org) です。当選した場合の郵送料も必ずご記入下さい。

締め切り  
2023年1月10日必着

10月号の答 1982年

当選者 眞鍋 増雄(新居浜市) 一色美佐子(松前町) 伴野 光吉(新居浜市) 杉岡 圭子(今治市)  
野村 容子(松山市) 木村 卓生(今治市) 本田 千秋(今治市) 渡部 新吾(松山市)  
川崎 彩加(四国中央市) 市川 公博(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。

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。

医療活動版



健康づくり委員長 高橋 富久子

ときめき健康チャレンジを毎日

子供たちの楽しい毎日を後押し

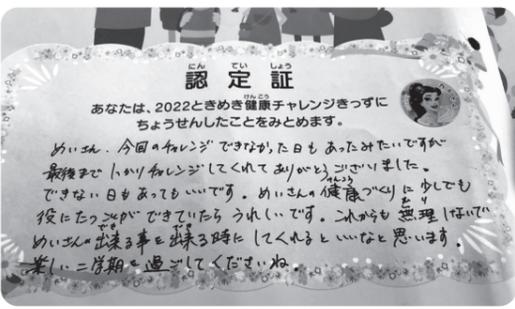
「一日一回ほめる」などがあり、感想として、「もっと要領よくいろいろなことが出来るようになりたい」「寝る時間が遅くなりがちなので気をつけたい」「チャレンジの内容はあたり前のことだけど、とても大切なことで生活習慣のことを話し合ういい機会になった」「子どもとの時間をつくるのが大事だと改めて感じた」とあり、日々懸命に家事・子育てに励んでいる様子が伺えました。

すっきりして気分爽快

子どものやってみたいチャレンジでは、

- 健康管理に気をつける
一日一回妹を笑わせる
宿題を計画的に進めて最後に全部することがない
ようにする
お家の人に偉そうにしない

「毎日続けることは大事なんだと思う」「コッコツやるのが身についた」「もっとお手伝いをしようと思った」「これからは続けてできることを増やしたい」「また来年もチャレンジをやりたい」と書いてくれていました。それと、「元氣になった」「すくに疲れた」「スッキリして気分がいい」と体調の変化を実感している子がたくさんいたことも嬉しかったです。



コメント書きで応援します

コメント書きには、5日間延べ35名の運営委員が参加してくれました。恒例行事の一つとして定着してきました。子ども達が毎日楽しく元気に過ごすことが出来るように、後押しする言葉を探して、時には相談しながら黙々と書いています。

基本的な生活習慣は小学生のうちから徐々に身に付けておきたいものです。それをそばで応援してあげられるようなチャレンジでありたいと願っています。

チャレンジしてどんな気持ち?
けいこうかんりに気をつけて生活したので、身体も元気にすごせましたのびのびです。
おうちの人のひとこと
アキラのママ 外から帰ったらお風呂を洗いお風呂掃除を頑張るから早く寝てね

診療体制のご案内

愛媛生協病院 伊予診療所 城北診療所
厚生労働省指定 基幹型臨床研修病院
松山市来住町1091-1 伊予市米湊816-1 松山市姫原3丁目7-17
089-976-7001 089-976-7202 089-982-1170 089-926-3625
内科 精神科 外科 小児科
午後 9:00~12:00 15:00~17:00
夜間 17:00~18:00
健診センター 089-976-7201
在宅ケアセンター(たんぼぼ・ごしき)で働く介護福祉士、ヘルパー、ケアマネ募集

たんぼぼ 高年齢福祉施設
伊予市来住町1091-1 伊予市米湊834-20 伊予市米湊736-3 伊予市米湊736-5 伊予市中村3丁目1-2 伊予市来住町1091-1
089-955-7335 089-983-4400 089-983-4433 089-983-4466 089-908-8851 089-961-4318
●訪問看護 ●訪問介護 ●居宅介護支援 ●高齢者住宅 ●デイケア ●小規模多機能ホーム ●介護付有料老人ホーム ●短期入所生活介護

# 我が家のアイドル



松山市 仙波 雪恵

保護の子の  
輝く笑顔に  
癒されたわが家



新居浜市 小野 羽澄

れん君とはなちゃん  
仲良くひそひそ話かな



【1人分】  
エネルギー 548kcal  
塩分 4.7g  
たんぱく質量 22.5g

うどん	2玉
白菜	200g
人参	20g
豚ひき肉	100g
ごま油	大さじ 1/2
A	
水	300ml
味噌	大さじ 2
しょうゆ、鶏がらスープの素	各小さじ 2
B	
無調整豆乳	200ml
白すりごま	大さじ 2
ラー油	適量

## ごま味噌豆乳うどん

【作り方】 材料/2人分

- ① うどんは茹でて器に盛っておく。白菜は1cm幅に切る。人参はいちょう切りにする。
- ② 鍋にごま油を熱し、豚ひき肉を炒め色が変わったら白菜を加えてしんなりするまで炒める。
- ③ Aを加えて3分ほど煮る。Bも加えて沸騰直前まで温める。
- ④ うどんの器に③を注ぐ。お好みでラー油をかける。

※ 塩分の気になる方は味噌、醤油、鶏がらスープの素を少なめにしてください。



豆乳は畑の肉とも呼ばれている大豆を原料としているため良質なたんぱく質が豊富に含まれています。女性ホルモンと似た構造を持つ大豆イソフラボンや、カ

リウム、マグネシウム、鉄などのミネラルも豊富です。豆乳には大きく分けて3種類あります。原料が大豆のみで作られる「無調整豆乳」、無調整豆乳に砂糖、塩、油脂などを加えて飲みやすくした「調整豆乳」、調整豆乳に果汁やコーヒールなどを加えた「豆乳飲料」です。たんぱく質の量は無調整豆乳が最も多く、たんぱく質の摂取を目的とするなら

無調整がおすすめです。大豆本来の味を楽しむことができ様々な料理にも幅広く活用できます。調整豆乳は甘みがあるのでもそのままでも飲みやすく、スムージーやスイーツ作りにも向いています。豆乳飲料はたんぱく質は少なめですが、飲みやすく種類も豊富なので豆乳初心者の方におすすめです。(管理栄養士 三好みさと)



新居浜市 青木八千代



砥部町 大塚 道江



松山市 久谷支部の皆さん

◆川柳◆  
あれこれを手放し今に折り合いを  
松山市 松本 淳子  
来世紀いつしよになるか妻無言  
四国中央市 三宅 淳雄

## 私の楽しみ

### 着物リメイク



着物リメイクしています。「いい加減!! いい加減」の言葉に気が後れることなく、拍車がかかり、パンツ、ワンピース、ジャケット、バック、小物等作っています。昔作った絵羽織を何にしようかと思っていた時、友人から「日傘を作ろうか」とお誘いを受け、あ、これだと迷いなくリメイク。お気に入りが出ました。(松山市 舟川 静江)

## この人にスポットライト

### ～今治アロック 今治中支部～

#### ～地域づくりを通して人と触れ合う喜びを～

2年前に今治中支部支部長になりました。昨年度は、先輩たちに見守られながらなんとか役をこなしました。2年目からは少し慣れてきたこともあり、場の皆さんを知ろうと班訪問を行なっています。

これまでに2つと1つの集いに参加させていただきました。班長を中心に皆さん



がおしゃべりしたり、生き生きと活動されている様子を見せてもらい、医療生協の活動がこれからの地域には求められているんだということを感じています。その中でスマホの簡単な使い方を教えて欲しいとか、防災について知りたいと、組合員さんから要望があり応えるようにしています。

高齢社会になっている今、地域で支え合う体制が本当に必要になっています。これからも組合員さんとともに安全で生き生きと暮らせる地域づくりをしていきたいと思っています。



村瀬 瑞恵さん

医療生協の味を噛み  
機関紙500号おめでとうございませう。この記念すべき500号の組合員活動のあゆみに母娘三代が載っていて驚くやらうれしやらでした。孫娘も今年成人を迎え、医療生協と歩んだ月日を感じます。(松山市 小島 優子)

おひさま  
かぼちゃプリンレシピありがとうございませう。とってもおいしかったです。(松山市 嶋岡 勝美)

継続は難しい  
チャレンジとけん玉は続ける事が難しいです。朝のラジオ体操と寝る前のゴキブリ体操だけは7年くらい続いています。(今治市 小早川千草)

組合員だより  
継続は力なり  
機関紙「えひめ医療生協」500号すごい事ですね。継続は「力」なり、ここにあり。学べるどころ、吸収すべきところ、賛同すべきところ大いにあります。これからも頑張ってください。(新居浜市 池谷あやみ)

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。ペンネームでも可。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。

