

医療福祉生協連の シンボルマーク

ていめほ

行 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 MX 089-990-8865 生協現勢(2024年8月31日現在)

組合員 46,075人 957,367,220円 出資金 (1人平均出資金 20,778円)

問題の解き方がわからない」「クイズのヒントが欲し

い」など問い合わせが多く、各支部では脳トレの場が

せです。

脳トレ

日

0)

語

[合わ

な

9 月 呂

12

日 第

にち 2

来は

が

好きな方に

誕 生! 9 < 1 0 **2**ず 会

の話で盛り上

がり、「みんな

0

名称に

他支部 広

がり

した

外国人観光客増による消費 昨年の猛暑による出荷減や ピ

ッタリな場

ニュースで脳トレクイズをはじめました。

毎月「この

協立ブロックでは、コロナ禍の時期からブロック

ホームページ https://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)

トレで頭も支部も活性化!

協立ブロックの取り組み



神郷支部 ナンプレを教え合っている様子



南西支部 初回で11名が参加

んぱく質や脂質、カルシウ

米は糖質だけでなく、た

ムなどの栄養分を多く含ん

解き方がわ 気がする! ナンプレ

て賢くなった らなかったけ

2面 面 令 : 医療活動版 :安心して利用できる @

> 美味しい米を子どもたちに あってはならない。日本の 中、米が買えない事態が でいる。所得格差が広がる

島・多喜浜支 神郷支部や大 さん頭を使っ かけ、その後 ました。「たく でも開催され 南西支部

た足立理事が、「他の支部に 脳トレ教室を!」と呼び 協立ブロックでブーム なっている脳トレ。

員さんとの出会いや、 新しい場ができ、 ふやしにも繋がっています。 の場を通じて、新しい組 える。これは楽し レッツ! 脳トレ 仲間も増 61 脳トレ 仲 間 合

> 得補償を大幅にふやすべき 低い農業への価格保障や所 準へ。先進国の中で極めて

なんよ」「なぞなぞの答え 員会でも脳トレの話がでて ました。「私ナンプレ好き 垣生・八幡支部の運営委 023年8月21日第1回脳 でナンプレやクイズを教え トレ教室を浮島公民館で開 ね」と話がまとまって、 いながら出 垣生・八幡支部 現在7~8人で活動 合員訪問をした際に れました。 しみに機関 毎月脳トレを楽 来たら良

ていきたいね」と をみんなで解き、 と言ってくれた組 待っているんよ これからも続け 合員さんも参加さ ラ漢字のクイズ ナンプレやバラ 紙を

> ると、 ませながら解くので、 け 場は黙々とクイズを解くだ が始まりました。 参加も呼びかけました。 でもない、こうでもない」 垣生・八幡地域以外からの に912会の案内を入れ、 その後ブロックニュース 同士の交流にもなります。 いながら一緒に頭を悩 徐々に地域外からの みんなで「ああ 脳トレ交流 脳トレ 組合

> > んが近所 がりもできました。 きてくれたりと、 参加された方や、 支部 が い の方をお誘 場 きい の誕 組合員さ 生で いして

がっています。 神郷支部では初めて場に ックで脳トレ かった」など参加 員 さんにも好 の輪が 評 で、 ブ 組

聴こえ(耳)の学習会9月25日(水)開催 ての学習金◆ とき:2024年9月25日(水) 9:30~ ところ:協立病院2階会議室 講師:常語装更士 合田さやか さん レッツ!脳トレ 膨トレ教室に参加してみませんか?? ○金梁公民館 9月 13日 (金) 10時~ 〇神郷公民館 9月 18日 (水) 10時 ○浮島公民館 9月 30日 (月) 1 0時~ 主明サウクイフ

美味しい。しかし、夏ごろ

からの米不足で価格が高騰

し、並んでいる数も少ない。

新米が並んでいる。新米は

A S A S A S ブロックニュースの裏に印刷しているレッツ! 脳トレ

を継げないとの声を農家か いる。成り立たないから跡 産者から聞く。近隣を見る 題はないのか。 と耕作放棄地も年々増えて スば、

ほぼ儲け無し、

と生 苗や肥料代等の経費を払 生活が成り立つ水

「912会』に参加してい

会での話をきっかけに、

・八幡支部の運営委

増などが要因と言われてい 増え、米の消費量が減少し 730万トンだ。パン食が だったのが2022年には 少があるのではないか。1 るが、根本には生産量の減 ている背景もあるが、農業 961年に1200万トン を守り育てる国の政策に問

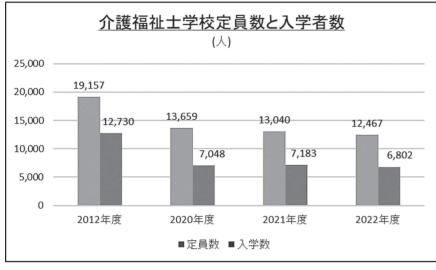
稲刈が終わり、 風 KAZE

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。

齢者が自立して生活をして

4・2倍と大きく増え、高 た。中でも在宅サービスは

制度の仕組みが作り出している利用困難 (2019年民医連調査より) 総合事業以外のサービス内容 2.30% 施設での居住費・食費の負担 6.20% 支給限度額による利用上限 認定結果が合っていない 9.60% 困ったときに相談できる人がいない 13.20% 施設・在宅での療養の場が見つからない 14.70% 利用料の負担 20.20%



「介護の社会化を」とし 介護保険制度 矛盾が広がる

> ビスとなっています。 いく上では欠かせないサー

護保険制度改善を求める署名にご協力ください

要介護3以上に制限、高所 ける介護給付費を抑えるた 得者の利用料負担2割化、入 歴代自民党政権は増え続 特別養護老人ホームは

者は3・2倍、利用者は3

高齢化の進行で要介護認定

て始まった介護保険制度

5倍と大幅に増えてきまし

る制度となっているため、介 護保険料は見直しの度にあ 費が増えると保険料が上が 繰り返してきました。給付 負担化、要支援1・2の介 護保険外しなど制度改悪を 今年は介護保険開始

経営は厳しい状況です。2

024年4月の改定でも介

据え置かれ、介護事業者の 支払われる介護報酬は低く

また、サービス事業者に

時の2~3倍以上となり 所施設の一部部屋代の自己 所得が増えない国民には多

> 時に希望するサービスを安 えてきている中では更なる 高齢者と未婚子の世帯が増 めます。高齢単独・夫婦や 心して受けられる制度を求 利用増が見込まれます。 所得のある無しに左右さ

> > TOPIC

伊予ブロック松前支

一部のSDGsの取り組み

トボトルキャップ回収

用できることで、日常生活 の低い時からサービスを使 ることができ、在宅での生 行を遅らせることができま 可とすることで介護度の進 活が続けられます。介護度 動作力や認知機能を維持す れず、遠慮することなく利 身体能力や社会参加を

7万円低い賃金を引き上げ ことが必要です。 職員が不足すると予想され 0年には60万人近くの介護 る介護報酬へと引き上げる る介護保険料に引き下げる ることが急がれます。払え ています。全産業平均より ことが急がれます。204 安定して経営を維持でき

事業者が後を絶たない状況 営が成り立たずに廃業する 本報酬が引き下げられ、経 事業所が多い訪問介護の基 なっていません。特に赤字 除くと0・6%しか上げら 護職員の給与引き上げ分を れず、電気代などの3%近 い物価高騰を賄うものとは

大な負担となっています。

さらなる改悪

政府は次の見直し計画で

保健施設・介護医療院など 律2割負担の導入、④老人 制限、③利用料の2割・3 要介護1・2の生活援助の ①ケアプランの有料化、② を検討しています。 割負担対象の拡大または一 の多床室室料自己負担など

必要なときに

文・倉田

均

私たちは、誰でも必要な

利用できる制度に

引き続き声を上げていくこ とが重要です。利用者・家 社会にするため、私たちは 署名にご協力をお願いしま 族や国民の声を国や自治体 社会、ケアが大切にされる の抜本的転換を求める請願 に届けます。介護保険制度 安心して老後が過ごせる

も学習会など取り組 受け長く続けて行き んでいきたいと思い またごみ分別問題で



ます。今までキャッ 部』と紹介されてい 媛医療生協松前支

ました。「松前町社協だより 提起され、松前支部としても になるのか、これなら気軽に実行できる」と考え、 供団体・個人が紹介されて よりや集いの場を通じて協力・提供を呼びかけ これまで数回、約50キ 伊予ブロックの社保平和委員会でSD いるのを見て、 」にペットボ 何か取り し、「社協だより」にも り組 トル みをと G s 「これ 丰 0) ¬ヤップ 取り組み まし 検 \$ S D 支部だ 0 G 7 提 11

\$401 **\$(0\$\0\$\cape{C}\$)**

「ママ」はお母さん、 では、「マママ」は何?

を療生協 を療生協

| 山市来住町| 〇九

 $\overline{\perp}$

答え 氏住 名所 ちょっと一言

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。当選した場合の郵送 先も必ずご記入下さい。

締め切り 2024年11月10日必着

8月号の答

5頭(さる・キリン・ライオン・しか・ゾウ)

 村上
 鈴子(松山市)
 谷
 光枝(伊予市)
 小濱
 暫(松山市)
 岩西
 智隆(伊予市)

 近藤久美子(新居浜市)
 小早川千草(今治市)
 石津由美子(新居浜市)
 栗田
 弘子(松前町)
 河野美智江(四国中央市) 森 洋二(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。

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。

キットを使って検査をしま

けでも、手指衛生・マスク りません。そのため休み明 く感染力がないわけではあ

診断の助けとして、

すが、陰性の場合でも「イ る大きな手がかりとなりま ばインフルエンザと診断す フル 検査結果が陽性であれ エンザではない」と

> ましょう。「元気になって の着用を怠らないようにし

からも数日は他の人にうつ

可能性がある」と覚えて

こともあります。タミフル

ですが、専用の薬を用いる

解熱薬 (熱冷まし) が基本

治療は、

水分補給

治療

38度を超える高熱、

もいらっしゃると思います

リレンザなどをご存知の方

特徴的な症状

症化することがあります。 クもあります。 ている方では重症化のリス 病のある方、施設に入所し 疾患・呼吸器疾患などの持 流行しやすく、 スによる感染症です。 B型インフルエンザウイル 妊婦、 肺炎など重 65歳以上の 糖尿病・心 冬に



愛媛生協病院 研修医 田村 優太

外と難しい」と覚えてい こともあります。とりあえ 査では、インフルエンザで ず、「検査結果の解釈は意 用せずに状況から判断して、 インフルエンザと診断する 流行期には検査キットを使 合があるからです。また、 も検査結果が陰性となる場 24~48時間以外に行った検

感染対策があり、ワクチン

用しましょう。また、マス 咳が出る場合はマスクを着 予防にはワク

チン接種

をティッシュや衣服で覆 やくしゃみをする際は口

インフルエンザはA型

接種を強くお勧めします。 接する機会の多い方は予防 病のある方、施設に入所し ている方、そのような方と 疾患・呼吸器疾患などの持 高齢者、妊婦、糖尿病・心 かっています。 予防効果があることが分 には症状の軽減や重症化の

接種の時期は流行のピーク 65歳以上の クを触る際は表側 (自分の 口側でない方)をなるべく

時は我慢せず、受診をして 触らないようにしましょう。 ※予防接種の予約は、お近くの 事業所にお問い合わせ下さい 「なんか変だな」と思った

予防

マスクの着用があります。咳 感染対策には、手指衛生 いて下さい。

は言い切れません。発症後

あなたも"つみぞう"に参加しませんか

なっています。その期間を

過するまで出席停止」と

かつ、解熱した後2日を経

では「発症後5日を経過し、

れた場合、学校保健安全法

インフルエンザと診断さ

ります。このように、イン

ンザの症状となることもあ と違う」ことがインフルエ 元気がないなど、「いつも

フルエンザの症状はたくさ

らです。「ほぼ」なので、全 まっているとされているか 過ぎれば、ほぼ感染力が収 れます。食事を摂らない、

筋肉の痛みが挙げら

喉の痛み、

関節の

つみぞうとは、毎月決めた金額をご指定の口座から 引き落とし、出資金として積立てる増資です。計画的 に増資ができ、いつの間にか出資金がたまっていきます。 また現金での受け渡しがないため、医療生協の事業所が近く にない方も増資をすることができます。振替手数料は法人が 負担します。

こちらの二次元コードから、申し込みいただくと、必要書類を お送りすることも出来ます。

申込書類:「□座振替積立増資申込書」と「預金□座振替依頼書」の

申 込 先:愛媛医療生協の各事業所、もしくは医療生協本部

口座振替開始:毎月10日までに申込書類を受け付けた場合、翌月より

開始となります。

口座振替日: 毎月27日(振替日が金融機関休業日の場合は翌営業日) 変更・中止:金額変更や中止は10日までにお申し出ください。

2024年10月 診療体制のご案内

り10~12月が良いでしょう。

である1~2月の前、

つま

| alles | | | | | | | | |
|---|-------------|----------------------|--------------------------------|---|-----------------------|------------------------------|---|--|
| | 動省指定 东研修病院 | 愛媛生 | 協病 | 松山市来住町1091-1 ☎089-976-7001 | | 予約専用 2089-976-7202 | | |
| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
| | 内 科 | 梶 原 近 藤 原 | 佐々木 水 本(潤) 河 野 | 水本(潤) 近藤(第1·3·5) 月野木(第2·4) 尾 﨑 | 藤 原 堀 山 本 | 梶尾河茂 | 盛重(毎週) 尾﨑(第1·3·5) 河野(第2) 堀(第1·2·4) | |
| 午前 | 精神科 | 今 村 | 今 村 | 上 城 田 | 上城 | 今 村 上 城 | 上城(第1·3·5) 今村(第2·4) | |
| 9:00 | 外 科 | | 塚本 | 永 瀬 | 塚本 | 永 瀬 | 塚本(第1:3) | |
| S | 女性外来 | | | | 日野(不定期) | | | |
| 12:00 | 整形外科 | 森実・小西 | 清松 | 骨粗鬆症専門外来 今井(第2·4) | | 小 西 | 愛媛大学医師 | |
| | 小児一般 | 玉 井 有田 9:00~10:00 | 玉井 | 玉井 | 玉井 | 愛媛大学医師 | 玉井(第1·3) 有田(第5) 愛媛大学医師(第2·4) | |
| | 小児専門 | アレルギー 有田 | | | アレルギー 有田 | 心身症 玉井 | アレルキー 有田(第2・4) | |
| | 内 科 | 尾﨑 | 原 | 河 野 月野木(第2·4) | Ф ЛІ | 近藤 | | |
| 午後 | 精 神 科 | 今 村 | 今 村 上城(第1·2·3·5) ※もの忘れ外来 | 上城 | | 上城 | ご案内 糖尿病外来教室 ^{生協病院 (棟会議室} | |
| 15:00 S | 乳 健 予防接種 | 玉 井 14:00~15:00 | 玉 井 14:00~15:00 | | 玉 井 15:00~17:00 | 玉 井 (第1·3·5)14:00~15:00 | 13:30~14:30 予約不要 | |
| 17:00 | 小児一般 | 有 田 | | 水 本(真) 14:00~受付16:30まで | 有 田 | 玉 井 水本(真)14:00~ | どなたでもご参加 ください。 | |
| | 小児専門 | 心身症 玉井 | アルルキー 有田(14:00~) | アレルギー 有田 13:30~17:00(第2·4·5) | | | 【テーマ】 10月18日金 | |
| 夜間 | 内 科 | 尾﨑 | 原 | | Ф ЛІ | 近藤 | 心臓の合併症 | |
| | 精神科 | | 今 村 | | | 上城 | 11月15日金 | |
| 17:00 | 整形外科 | 小西 | | | | | 食事 | |
| } 18:00 | 小児一般 | 有田 | | | 有田 | 有田 | | |
| 10.00 | 小児専門 | | アレルギー 有田 | | | | | |

| | | 1013 000 | ストー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | - AP 3 | | | | | |
|---------------------------|------------------------|---------------|---|--------------|--|--|--|--|--|
| 伊予診療所 ☎089-982-1170 | | | | | | | | | |
| | 午前9日 | 寺~12時 | 午後3時~5時 | 午後5時~6時 | | | | | |
| 月 | 舟戸 | 山本 | 山本 (16時半まで) | | | | | | |
| 火 | 川嵜 | | 山本 | 山本 | | | | | |
| 水 | 山本 | 舟戸 (第1のみ) | 舟戸 | 舟戸 | | | | | |
| 木 | 水本 | | 川嵜 (16時半まで) | | | | | | |
| 金 | 川嵜 | エコー検査 胃カメラ | 舟戸 | 舟戸 | | | | | |
| ± | 舟戸 第2·3·5週 休診 第1·4週 | | ※胃かう: 予約制: | []-検査は です | | | | | |
| A 7/12/72771111111 (ASAL) | | | | | | | | | |

★テイケア(通所リハヒリ)、往診も行っています。ご相談ください。

| 城北診療所 ☎089-926-3625 | | | | | | | |
|---------------------|------------------------|------------------|--|--|--|--|--|
| | 午前9時~12時 | 午後1時半~4時 | | | | | |
| 月 | 大 西 | 大 西 | | | | | |
| 火 | 大西(※完全予約制) | 梶 原 | | | | | |
| 水 | 原 | | | | | | |
| 木 | 大 西 | 大 西 | | | | | |
| 金 | 大 西 | 大 西 | | | | | |
| ± | 大西 第2·4週 休診 第1·3·5週 | ※IJ-検査は予約制 です | | | | | |

メディカルフィットネス コ・コア **2**089-976-7203

9:00~21:00(月~金) 9:00~18:00(土・祝) ※日曜は休館です

※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。

●月~土曜日実施

在君グアセンター

健診センター

2089-976-7201

たんぽぽ 松山市来住町1091-1 でしき 伊予市米湊834-20 亀岡不動産2階西側 ☎089-955-7335 **2**089-983-4400 ●訪問看護 ●訪問介護 ●居宅介護支援

●各種健診・人間ドック

●協会健保生活習慣病予防健診実施

●子宮・乳がん検診

高齢者福祉施設

デイケア(通所リハビリ)

2089-976-3411

でしきの家 伊予市米湊736-3 **2**089-983-4433 ●高齢者住宅 ●デイサービス

スマイルごしき 伊予市米湊736-5 **2**089-983-4466 ●小規模多機能ホーム

☎089-976-7133 |●ケアプラン業務

●介護相談

居宅介護支援

2089-908-8851 ●介護付有料老人ホーム

みぬ家 **あった 打南** 松山市中村3丁目1-2 / ショートステイ **陽だり** 松山市来住町1091-1 **2**089-961-4318 ●短期入所生活介護

(4)











私の趣味は、粘土制作です。使用して とは主に軽くて扱いやすい紙粘土です。 と付けし、ニスを塗って仕上げます。 上台は主にかまぼこ板を使用したり、 な変に軽くて扱いやすい紙粘土です。 てもらっていま 猫を主人公にしたユニークな作品もあります。 作品を見に来てください。 完成した作品は協立病院の売店の窓際に飾っ 色々な動物や鳥、 魚、

水彩絵の具やアクリル絵の具で扱いやすい紙粘土です。先ず粘 す。すごく朗らかで癒される て奥行を出したりする作品もあ まぼこ板を使用したり、マスク 花などをリアルに作り、

越智



ごぼう 1本 蒸し大豆 100 g 大さじ2 片栗粉 大さじ2 醤油、みりん、酒 各大さじ1 砂糖、酢 各大さじ1/2

【作り方】

- ①ごぼうはよく洗って皮付きのまま1cm幅に切る。
- ②ごぼうと蒸し大豆に片栗粉をまぶす。
- ③ フライパンに油を熱し②を加え、揚げ焼きにする。
- ④ Aの調味料を混ぜ合わせ、③のフライパンに加えて 全体になじませる。

菜の中でもトッ っても「食物繊維 け ぼう る「水溶 さらに水に溶けない 食 の栄養 物繊 性食 維」と水に 素 プクラス 物 性ですね。

ります。 ため、 激して便通を促す働きがあ 便の量を増やしたり腸を刺 で水分を吸収して膨らみ、 、る必要のあるものが多 水溶性食物繊維は水に溶 待できます。 てゼリー 食べ過ぎ防止効果も またよく噛んで食 ・状になり ゆっく

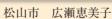
> 皮付きのまま調理すること 付近に含まれているので もあります。 分に味わうことができます 着して体外に排出する働き 余分なコレステロ ごぼうの香りや旨 ごぼうの美味しさを存 一味は皮

血糖値の急激な上昇 糖質の 吸 収を緩やかにして 昇を抑え 腸内の ルを吸

ることが大きな特徴です。の2種類が多く含まれてい

不溶性食物繊維は胃や腸







ランプシェード 新居浜市 横山 洋子



三好みさと

胃腸

内を移動

するため

材料/4人分

四国中央市 T.I



松山市 長井みち子

この人にスポットライト

~なんでもやります!縁の下の力持ち~

城北診療所に事務長として赴任して4年、もうすっか り診療所の中心人物として定着しました。

午前中は主に管理業務を、そして午後からはほぼ毎日 受付に立って患者様と接する根っからの現場主義者です。 本人も「患者様と接する時間が大好き!」と言っていて、 自然と笑顔での対応になります。

(大分県

田口

直喜)

診療所の事務長は何でも屋で、 経理や保険請求・施設管理まで、 診療所に関することのほとんどに 関わっています。

待合室にいる金魚のお世話(水 槽の水交換はマメにしています) や、待合室外のゴーヤの水やり



(毎朝の日課です)なども事務長

の仕事で、診療所の生き物係と して活躍しています。

そんな事務長の私生活は妻と 共に大学生の一人娘を育てる良 き夫・良き父でもあります。また、 引退してしまいましたが、元サッ カーのプロ選手・中村俊輔をこよ なく愛する大のサッカーファンで もあり、W杯シーズンは選手ユニ



浅田 裕介さん

フォームをまといパブリックビューイングに出没するほど です。最近はあまり行けてないようですが。

2年後にW杯が控えていますが、サッカーについて熱 く語る浅田事務長の姿をまた見ることができそうです。

(文・山本 恒樹)

要性を感じました。 没号の介護活動版は参表 高齢の母がおります 新居浜市 版は参考になりりますので、8 田中 信之)

● いりといりつじり ・ 大子県 田コ 直喜) ・ 大子県 田コ 直喜)

3年前1株植えたフジバカマ 3年前1株植えたフジバカマ が今年はすごい大株になりました。10月には花が咲くと思います。 めこがれの「アサギマダラ」が私 の庭に飛んできてひと休みして くれるといいなー!

一来るところがあると心強 年々増えています。我が家も 齢ひとり暮らしや高齢者世帯 8月号の「介護活動版」を読み 齢者世帯。困った時すぐ相談 人事ではないと思いました。 四国中央市 合田

す出高が高他

相談出来る心心る

組合員だより

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」「おすすめの映画」 などをどしどしお寄せください。

(新居浜市

小野みさ子

使用している粘

