



医療福祉生協連の
シンボルマーク

2025
6

えひめ医療生協

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)

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 FAX 089-990-8865

生協現勢 (2025年 4月30日現在)
組合員 45,059人
出資金 942,322,650円
(1人平均出資金 20,913円)

集う楽しさ繋がる喜び

参加者もスタッフも地域で共に健康づくり・まちづくり

今治ブロック南支部の立花地区 (4,333世帯8,630人、内組合員は40人ほど) 在住組合員が中心となって、3年前から企画・運営を始めた年2回の『フリマルシェ』。6回目となる3月30日 (日)、会場の立花カルチャーセンター (公民館) は103人の来場者で埋めつくされました。

家の片づけ手伝いの際に出た大量の居眠り品や古着をいただいたのがきっかけで、「のみの市よや!」「それならバザーやゲームもやって賑わいの場を作る!」リメイク達人などに声をかけ始まった『フリマルシェ』。その後も活動と交流の拠点を地元立花カルチャーセンターに置き、地域行事に積極的に関わることで、理解者・協力者が口コミでどんどん増えていきました。

現在、友だちネットワークで繋がったフリマルシェ LINE グループは34人になり、「こんなやりたいな」「こんなゲームや工作はどう?」「いいレシピ見つけたよ」など、日々の交流ツールとしても活用しています。



工作・体験ブースや手作り品販売で賑わう室内



終活カフェ: new 感 (入館) 体験



両手でおしゃべり青空手話教室

スタンプラリー 3個でガラポン1回
5個でもう1回



教え教わり折り鶴ブース



握力 King&Queen



災害時トイレ体験

自分の居場所と役割を見つける公民館

今回は、『きつずチャレンジ』協力校の立花小学校児童にもフリマルシェ案内チラシを配布し、同時に運営お手伝いを募集したところ、友達同士・兄弟姉妹・親子でスタッフ協力してくれました。

また、普段の公民館活動で交流のある立花睡蓮会 (婦人会) や立花スポーツ振興会のみなさんには、食品バザー出店や蛇ロジュース飲み放題など、大人も子どもも笑顔満開、会場を盛り上げていただきました。



立花睡蓮会: 年齢不問やる気重視

世代を超えて広がる輪



蛇ロジュース100円飲み放題

「次はいつ開催するん?」と期待してくれる人たち、「こんな人を知ってるよ」と繋げてくれる人、「手伝ってくれてありがとう」に「こちらこそ誘ってくれてありがとう。楽しかったから、また声かけてね」と笑顔で応えてくれる人たちがいます。

今、立花カルチャーセンターを拠点に、医療生協の「フリマルシェ」「終活カフェ」「ラジオ体操会」「モルック」など、多様な活動と多世代交流の輪が広がっています。どんな小さな輪であっても人とふれ合い助け合う喜びがありますよ。医療生協と一緒に、健康づくりや笑顔あふれるまちづくりを楽しみませんか?

文・デザイン: 愛媛医療生協今治ブロック理事 砂田ひとみ 伊藤雅章

消費税減税を求める。(倉)

米をはじめとして物価高騰が続いている。3月は前年比で3・6%、2020年比で11・1%も上昇している。買い物に行くのがつらいとの声が多い。一方で賃上げが物価上昇を下回っている。食費を切り詰めるほど生活が大変だ。石破首相は強力な物価対策をというが、見るべき策は出ていない。一次支援では解決しない。参議院選挙を前に野党が消費税減税を主張している。消費税は低所得者ほど負担率が高い逆進的な税金だ。年収300万~350万円家庭で30万円近い消費税を負担している。少なくとも食料品などの命に係わる生活必需品は消費税減税すべきではないか。イギリスやドイツではコロナ禍で経済再生に向け、消費税減税が行われている。

消費税導入から35年、消費税収が増えた一方で法人税が大幅に減税されてきた。与党税制大綱でも法人税減税で投資拡大や賃上げを期待したが内部留保が積みあがり、見るべき成果はなかったとしている。この間、アメリカやイギリスなどで法人税率が引上げられた。消費税減税の財源は大企業の内部留保への課税や法人税の適切な見直しで賄えばどうか。所得再分配目的に沿った税制が大事だ。一日も早い消費税減税を求める。(倉)



国際協同組合年

協同組合はよりよい世界を築きます

国連は、世界に共通する重要テーマについて、各国や世界全体が1年間を通じて呼びかけや対策を行おうとする「国際年」を毎年設定しています。

【2025年は国際協同組合年です】

協同組合をもっと盛んにして、SDGs (持続可能な開発目標) をもっと現実のものとするために、国連は協同組合を評価、重視し、期待を寄せています。私たちも、事業・活動をさらに発展させ、協同組合に対する認知度を高めていく絶好の機会と捉え、活かしていきましょう。

夏休みの健康づくり！きつずチャレンジ

「ときめきけんこうチャレンジきつず」は、子どもたちが夏休みの期間中に挑戦したい目標を立て、ご家族と一緒にチャレンジする企画です。また、地域の学校や保育園などに声掛けし、取り組んでいます。昨年の取り組みをご紹介します。今年も7月～8月の期間に実施します！

夏休みの健康づくりに、ぜひご参加ください。

楽しくチャレンジ！

生協ブロック（松山市）

生協ブロックでは昨年、3つの小学校と1つの保育園に取り組んでいただき、34名の参加がありました。親子で楽しくチャレンジした結果を提出していただき、コメントをお返ししました。コメント書きは、支部の担い手さんが中心となっていて行っています。家でのお手伝いや生活習慣を整えている様子が垣間見え、微笑ましく感じました。参加者には「がんばったで賞」のプレゼントとお礼状をお渡しし



チャレンジできた日はイラストに色ぬり♪



コメントをお返ししました！

きつずチャレンジでつながりを

宇摩ブロック（四国中央市）

宇摩ブロックでは、昨年はすべての支部（6支部）できつずチャレンジに取り組

み、6月初旬に各小学校の校長先生宛てに手紙と資料を送って直接面会し説明しました。この取

組みの中で9校からのエントリーがあり、776名がチャレンジしました。

この取り組みは、夏休みに目標をもち取り組んでもらうものです。チャレンジした児童の感想は、「おてつだいや運動を毎日がんばったのでカレンダー



寒川小学校校長室にて懇談

参加のお礼の鉛筆を添えてコメントを書いたリーフレットをお返しすると三島小学校のホームページに掲載されました。その後、三島公民館祭での健康チェックに参加し、交流することができました。今年もぜひ続いて取り組みたいと思います。

（文・三好 律子）

きつずチャレンジを拡げよう

城北ブロック（松山市）

城北ブロックでのきつずチャレンジは、地域の小学校5校が参加し、昨年は813名の児童がチャレンジしてくれました。

この813名分の認定欄の記入は、すべて支部・組合員さんが担ってくれています。この認定欄記入の時の楽しみが、児童や保護者の記載しているコメントです。

「お手伝いを頑張った！」「毎日元気にあいさつした！」「チャレンジを頑張ることができてうれしい」など、こちらも元気がもたえ、心が温かくなる取り組みとなっています。

（文・山本 恒樹）



組合員さんによるコメント書き

TOPIC

5・3愛媛憲法集会に参加して

5月3日の憲法記念日、松山市民会館で20回目の『5・3愛媛憲法集会』が開催されました。午前中は「平和の広場」バザーが開催され、オカリナ演奏やマジック上演もあり大賑わいでした。

午後からは「本当の『坂の上の雲』とは？」と題して前川喜平さん（現代教育行政研究会代表・元文部科学省事務次官）の記念講演がありました。『有名な『坂の上の雲』で描かれた明治時代の人が目指したのは帝国主義国家の力の支配であり、その理想は最終的に戦争の惨禍をもたらした。では本当の『坂の上の雲』とは？ 私は『永遠平和』の理想だと思ふ』と語りました。人類は戦争を違法化し、力ではなく法の支配を広げていこうと努力してきました。日本国憲法もその流れにあり実際に日本を戦争に巻き込まれることから守ってきました。最後の『だからこそ憲法は絶対に変えてはいけない』という言葉に強い信念を感じた講演でした。



前川喜平さん

終了後は市民会館から松山市駅までパレードをおこない、「憲法を守ろう」とアピールをしました。

（文・藤村晋太郎）

ちょっとひといき 6月号 クイズ

「家の上で食べるお菓子」は
なんでしょう？

答え

ちょっと一言

切手

791-1102
松山市来住町二〇九一
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
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
2025年7月10日必着

4月号の答

クマリン

当選者

岡本 見次（松山市） 池田 渡（新居浜市） 河田 和子（伊予市） 川口美津枝（松山市）
川口 義之（新居浜市） 今村 麗子（新居浜市） 宮崎 進（四国中央市） 川口 啓子（新居浜市）
市川 一朗（松山市） 飯田かおり（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。

無料低額
診療事業

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、自己負担金または一部負担金の減額や免除が出来ます。新居浜協立病院、愛媛生協病院でこの事業を行っています。医療費のことでお困りの方がおられましたら、ご相談ください。

医療
介護版



協立在宅ケアセンター
センター長
河村 世理

真摯に思いを探い合う
「話したい」「口から食べたい」「歩きたい」

事ができます。

協立在宅ケアセンターは、在宅医療・介護をたくさん
のサービスで支える事業所
です。

今回、在宅ケアセンター
と関わりが深いAさんをご
紹介します。

Aさんは、2016年に
脳幹部出血を発症し、生活
全てはベッド上で介助が必
要な状態となりました。「退
院後、自宅で生活を送りた
い」とご本人様の希望があ
り、この希望を沢山のサー
ビスで支えています。

私たちが想像も
できなかった世界

退院時に作った短下肢装
具は拘縮した足には合いま
せんでした。装具の業者さ
んの協力を得て、今の足に
合わせた状態で再作成しま
した。少しの介助があれば
自分の両足でまっすぐ立っ

また、長身のAさんの体
型に貸与可能な車椅子があ
りませんでした。そこで、
Aさんの思いに添った体に
合う車椅子(背当てが直角
であること、自走できるよ
うハンドリムをつけること
、体格に合うサイズであるこ
と)をフルオーダーで作
りました。

Aさんの目は、複視の影
響で二重に見え焦点が合
いませんでした。しかし、プ
リズム眼鏡をかけることで
テレビを見て過ごすことが
できるようになりました。

また、歯科の訪問診療で
嚥下しやすいよう、時間を
かけて口腔内装置(舌が上
あごにつきやすいよう
にする装置)を作成し
ました。摂食訓練を開
始し、エビチリ、焼き
肉など楽しみ程度食べ
られるようになりました。
正月にはビールを
少し飲むことも出来る
ようになりました。

ご自宅で実母のお看
取りの際は、「母に会
いたい」と訪問リハビ

リ職員にご自身で伝えられ、
母子の最期の会話も叶った
のです。
諦める事なくいつも自分
の思いを伝えて下さるAさ
ん。要介護5でありながら、
私達が想像もできなかった
世界を見せてくれます。

沢山のプロフェッショ
ナルと結びついて

発症から9年。信頼でき
る頼り先も沢山持つことが
出来ました。元生活相談員
だったAさんは私たちに沢
山のことを教えて下さいま
す。職員の育て方、介護保
険のこと、家族のこと…。
そして、いつも私たちが明

るく元気に迎えて下さいま
す。Aさんが思うことを理
解できる沢山のプロフェッ
ショナルとの強い結び付き
の中で、今も在宅生活を続
けています。

何でもご相談を

協立在宅ケアセンターは、
居宅介護支援事業所、訪問
看護(訪問リハビリ)、訪問
介護で、介護が必要になっ
ても住み慣れた地域で暮ら
し続けられるための支援を
行っています。在宅医療・
介護についてのご相談があ
りましたら最寄りのケアセ
ンターへお気軽にご連絡く
ださい。



担当職員とAさん(写真中央)

2025年6月 診療体制のご案内

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 水本(潤) 原	佐々木 近藤 河野	水本(潤) 川崎(第1・3・5) 月野木(第2・4) 尾崎	藤原 堀山 本	梶尾 河野 茂	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 田	上城	今村	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(不定期)		
	整形外科	森小 実西	清松	骨粗鬆症専門外来 今井(第2・4・5)	宮崎	小西	愛媛大学医師
	小児一般	玉井 水本(真)	玉井	玉井	玉井	水本(真)	水本(真)(第1・3) 有田(第2・4) 愛媛大学医師(第2・4)
午後 15:00 ～ 17:00	小児専門			神経 水本(真)	アレルギー 有田	心身症 玉井	心身症 玉井(第1) ルル 有田(第2・4)
	内科	尾崎	原	梶原(第1・3・5) 月野木(第2・4)	中川	近藤 日下部(予約のみ)	
	精神科	今村	今村 上城(第1・2・3・5) ※もの忘れ外来	上城		上城	
	整形外科		宮崎				
	乳がん健 予防接種	玉井 14:00～15:00	玉井 14:00～15:00			玉井 (第1・3・5) 14:00～15:00	
	小児一般	水本(真)	玉井 受付16:30まで	水本(真) 受付16:30まで 神経初診 水本(真) 14:00～15:00(第2・3・4・5) アレルギー 有田 14:00～(第2・4)	有田	玉井	
夜間 17:00 ～ 18:00	小児専門	心身症 玉井	アレルギー 有田 14:00～		心身症 玉井	神経 水本(真) 14:00～(第1・3・5) 15:00～(第2・4)	
	内科	尾崎	原		中川	近藤	
	精神科		今村			上城	
	整形外科	小西					
	小児一般	水本(真)			有田	有田 16:30～	
	小児専門		アレルギー 有田				

健診センター ☎089-976-7201	●各種健診・人間ドック ●子宮・乳がん検診 ●協会健康生活習慣病予防健診実施	デイケア(通所リハビリ) ☎089-976-3411	●月～土曜日実施	居宅介護支援 ☎089-976-7133	●介護相談 ●ケアプラン業務	メディカルフィットネス コ・コア ☎089-976-7203	9:00～21:00(月～金) 9:00～18:00(土) ※日曜祝日は休館です
-------------------------	--	-------------------------------	----------	-------------------------	-------------------	-----------------------------------	--

※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。水曜午後診(内科・小児科)の受付は16:30までとなります。

在宅ケアセンター		高齢者福祉施設		わが家		わが家		わが家	
たんぽぽ 松山市来住町1091-1 ☎089-955-7335	ひまわり 伊予市下吾川55番地1 ☎089-983-4400	ひまわり 伊予市米湊736-3 ☎089-983-4433	ひまわり 伊予市米湊736-3 ☎089-983-4433	ひまわり 伊予市米湊736-3 ☎089-983-4466	ひまわり 伊予市米湊736-3 ☎089-983-4466	ひまわり 松山市中村3丁目1-2 ☎089-908-8851	ひまわり 松山市中村3丁目1-2 ☎089-908-8851	ひまわり 松山市来住町1091-1 ☎089-961-4318	ひまわり 松山市来住町1091-1 ☎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	●介護付有料老人ホーム	●短期入所生活介護	●短期入所生活介護

伊予診療所		伊予市下吾川55番地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(16時半まで)
火	山本		山本 山本
水	山本	舟戸(第1のみ)	舟戸
木	水本		舟戸(16時半まで)
金	川崎	エコー検査 胃カメラ	舟戸
土	舟戸 休診	第2・3・5週 第1・4週	※胃がん・CT検査は予約制です
★予約(通所リハビリ)、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	梶原	
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	※CT検査は予約制です
※午前診療は完全予約制です。 ※ただし、急患(発熱等含む)の場合はこの限りではない			

我が家の
アイドル

松山市 山本伊勢美

「6番目の孫の大蔵(たいせい)くん・10ヶ月」
この笑顔に癒されます！

新居浜市 ラム

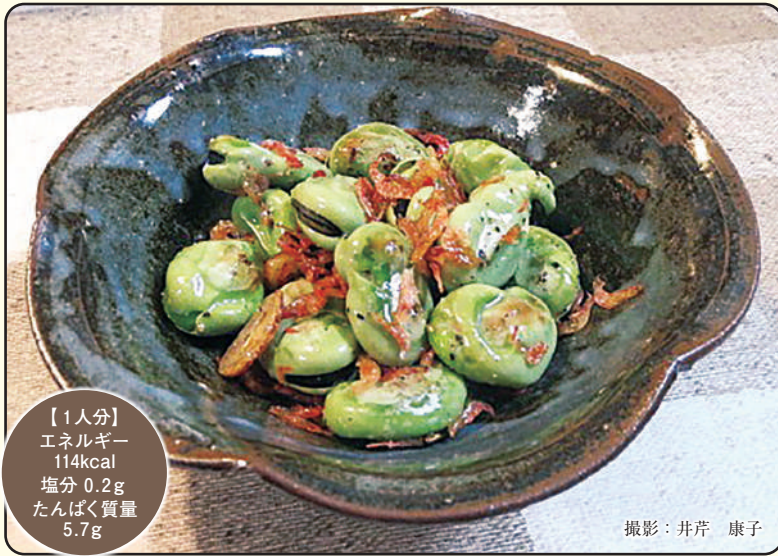
お外大好き♡早く遊びに行きたいよー!!

わたしの1枚



タイツリンソウ

新居浜市 石川 睦子

【1人分】
エネルギー
114kcal
塩分 0.2g
たんぱく質量
5.7g

撮影：井芹 康子

そら豆のガーリック炒め

そら豆	10さや (さやから出して約100g)
にんにく	1 かけ
オリーブオイル	大さじ 1
塩	少々
ブラックペッパー	少々

【作り方】

- ① そら豆はさやから出し、薄皮をむく。にんにくは薄切りにする。
 - ② フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れ、弱火にかけにんにくの香りがするまで炒める。
 - ③ ②にそら豆を加えて炒める。
 - ④ 塩とブラックペッパーで味を整える。
- *干しえびや豚肉、ベーコンなど加えても美味しいです。
*薄皮ごと調理しても良いです。

材料／2人分



春から初夏にかけてが旬のそら豆。マメ科であるそら豆には植物性たんぱく質が豊富に含まれていることが特徴です。その他にもビ

タミンB1、B2、C、カリウム、亜鉛、鉄や食物繊維なども豊富に含まれているため疲労回復や美肌効果、むくみ解消、貧血予防、便秘解消など様々な健康効果が期待できます。食物繊維の多くは皮の部分に含まれています。出始めのものは皮がやわらかいので皮ごと食べるのがおすすめです。そら豆のおいしい期間は3日と言われるほど鮮度の落ちやすい野菜です。入手したらできるだけ早く調理するのが一番です。また、さやから豆を出すと急速に鮮度が落ちるため、さやつきのものを選びましょう。もし食べきれない場合は冷凍保存がおすすめです。（管理栄養士 三好みさと）



松山市 愛媛生協病院 デイケアどんぐり



新居浜市 石川 澄子



東温市 元山美智子

この人にスポットライト

～ひがし南支部（新居浜市）～

～太陽のように力強く、暖かく、輝く～

石井和美さんと私はずっと若い頃からの付き合いです。子ども時代を除いて結婚、出産、子育て、新居浜協立病院の同僚として同じ時代を生き、退職後も一緒に医療生協の活動に取り組んでいます。

和美さんはとても思いやりがあり誰にでも優しく接します。ユーモアセンスもあり、和美さんが居るところはいつも光が差したように明るくなり、笑顔の花が咲きます。同時に自分の考え



折り紙の場で作ったあじさい

がきちんといえる、芯の強い女性です。

支部長としての顔も持ち、歌や手芸、絵が得意な和美さんに引き寄せられ集まってくる組合員さんも多く、歌カフェはいつも会場がいっぱいになるほど多くの方で賑わっています。

何をしても器用にそつなく行動できるパワフルさもある和美さん。たまに立ち止まって私とゆっくりお話しましょうね。これからも仲良く医療生協活動と一緒に頑張っていこうね。



石井 和美さん

(文・山本 光子)

過労死・ハラスメント・
労災・110番

電話相談（無料）

0120-322-099

(この番号は、当日のみ利用可能)

日 6月21日(土)
10時から14時

内容 業務上の過労・ストレスによる過労疾患・過労死の防止と補償に関する相談・ハラスメントに関する相談等

主催 過労死110番実行委員会

問合せ 愛媛生協病院
医療福祉相談室
☎089-976-7001

組合員だより

解説が嬉しい♪

食べて元気!! レシピも分かりやすく管理栄養士の方の解説つきなのでいつも作っています。ありがとうございます！
(松山市 北山 菜吟)

ほののり

私の楽しみ「地域猫に癒されて」とっても心がほっこりとして、文章からお人柄ののびれます。いい出会いの猫ちゃんと家族の人達にカンパ〜イ!!
(伊予市 武田 司)

歩く

生協新聞の配布で少しでも歩く事に頑張っております。
(四国中央市 河野美智江)

待っててね

近くの土手を散歩中、ナント!! キジに遭遇。2年前にも田にいらるところを見たのですが、気がなり同じ場所・時間帯を散歩すると3回連続出会いました。待つてくれるのだと信じ、散歩続けます。
(東温市 永野 洋子)

絵手紙や俳句・短歌・川柳、絵画や手工芸品などのほか、「私の一枚(写真)」「我が家のアイドル」「わたしの本棚から」「おすすめの映画」など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。

