



2026  
5・6月号

# えひめ医療生協

医療福祉協連の  
シンボルマーク

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

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(2026年3月31日現在)  
組合員 44,426人  
出資金 936,037,850円  
(1人平均出資金 21,069円)

定価30円(組合員の購読料は出資金に含まれています)

## フレッシュな職員を迎えました!!

### ～医療生協ならではのオリエンテーション～



入協式

春を迎え、6名の新卒職員が入職しました。医師1名・薬剤師1名・看護師2名・事務職2名です。また、先に入職した既卒4名を加え、4月1日に愛媛医療生活協同組合の入協式を執り行いました。大西専務理事より歓迎と激励の挨拶があり、一人ひとりの紹介に続き、新入職員代表より希望あふれる決意が表明されました。

**オリエンテーションで交流**  
初日は、大西専務理事による「愛媛医療生協の歴史と未来」と題した講義が行われ、74年にわたる歩みとこれからの展望が、分かりやすく語られました。まだ緊張の残る中、カードを用いた自己紹介をゲーム形式で行うことで、徐々

に打ち解けていく様子が見られました。昼休みには自然と会話が生まれ、同期同士のつながりが芽生えていく姿が印象的でした。



学びをまとめて皆で共有

**「協働」を実感**  
研修3日目の午前には、共同農園「レインボーファーム」を訪れました。澄み渡る青空の下、農園の皆さんのご協力をいただきながら農業体験を行いました。作業を共にする中で対話が生まれ、午後からの振り返りでは、新入職員から「人と関わりながら支え合うことの大切さを実感した」「地域とのつながりの中で医療があると感じた」などの声がかげられました。活動に込められた想いに触れることで、愛媛医療生協の理念と実践を体験的に学

ぶ機会となりました。ご協力いただいたレインボーファームの皆さんに、心より感謝申し上げます。

### 新たな一歩

新入職員オリエンテーションは、社会人として、そして医療生協人としての土台を築く重要な機会です。体験型のワークショップを通して、それぞれが個性を発揮しながら関係性を築き、新たな一歩を踏み出しました。

現在、新入職員は新居浜協立病院、愛媛生協病院に配属されています。見かけた際には、ぜひ温かく声をかけていただければ幸いです。なお、6月の総代会では恒例の新入職員紹介を予定しております。どうぞご期待ください。

(文・佐伯 和人)

組合員対象 参加者募集

申し込みが切 6/30 (火)

### 原水爆禁止2026年世界大会に参加しませんか?

被爆者とともに、核兵器のない平和で公正な世界を 人類と地球の未来のために

| 参加費       | 5,000円            |
|-----------|-------------------|
| ※応募多数の場合  | は抽選となります          |
| ※出発時間・行程表 | などは電話にてお問い合わせください |

| 広島コース   | 長崎コース   |
|---|---|
| 2026年<br>日程 8月5日(水)～6日(木)<br>交通手段 貸切バスなど<br>行き先 広島グリーンアリーナ<br>宿泊先 ホテル法華クラブ<br>募集人数 7名 ※職員が同行します | 2026年<br>日程 8月7日(金)～9日(日)<br>交通手段 飛行機とJRなど<br>行き先 長崎ブリックホール<br>宿泊先 長崎スカイホテル<br>募集人数 2名 ※職員は同行しません |

申し込み 問い合わせ先 愛媛医療生活協同組合 理事会 社会保険部 089-976-5638


## 愛媛医療生協 第73回通常総代会を開催します

日時 2026年6月24日(水曜日) 午前10時30分～15時00分(予定)


場所 愛媛県県民文化会館 真珠の間 (松山市道後町2丁目5-1)



レインボーファームの皆さんと一緒に



風 KAZE



MOTHERS DAY

122兆円の今年度国家予算が成立した。防衛関連費は10兆円を超え過去最大となった。戦闘機などの米国製兵器を爆買する他、長距離ミサイル配備など日本の基地強化を進めている。

一方で犠牲になるのが社会保障だ。高齢化などに伴う医療費増を抑えるため、高額療養費の上限引上げや痛み止め・抗アレルギー薬などの市販薬(OTC薬)と成分が類似する医薬品の患者負担増、入院ベッド削減など、医療利用制限につながる法案が出ている。昨年、患者団体などからの強い反対意見を踏まえ、石破首相が引上げ案を撤回したにも関わらず、総選挙で多数を得た高市自民維新政権は医療費4兆円削減の具体化として計画している。高齢者窓口3割負担など次の負担増も議論されている。

現役世代の保険料負担を減らすためとするが1人当たりの軽減額は年20000円に満たない。

自己負担増は必ず受診抑制につながる。経済的理由でいのちに差別を持ち込んでほならない。

がんや難病を患っても、高額な治療も含め、選ぶのは患者の権利だ。安心して医療を受けることが保障されなければならぬ。声を上げて止めさせよう。

(倉)

住所や連絡先に変更がありましたら、下記までご連絡ください。  
東予地域事業課：0897-36-3671 中予地域事業課：089-976-5638



2026年度重点課題

地域のニーズに応え、足腰の強い医療生協へ挑戦！

～地域の要求に応え、経営と組織強化に職員・組合員で共に力を合わせよう！～

1 地域まるごとケアの中での医療生協事業所の役割を強め、健康づくり・まちづくりの運動をひろげます

- 通院から入院、訪問診療、在宅訪問、通所、入所まで地域での療養生活を支える仕組みを充実させます。ケアマネジャーと連携室の役割を強めます。
○法人内事業所の医療・介護の連携、近隣事業所との連携で医療・介護サービスを組合員とともにつなぎ、利用結集を強めます。事業所・支部の「相談」機能を充実させ、「困った」が言える環境をつくり、知らせます。
○えひめまるごと健康チャレンジ・キッズチャレンジの参加者をひろげます。組合員参加をひろげるとともに、学校や地域諸活動、サロンや事業所など地域にも参加を呼びかけます。行政とも協力します。
○運動サポーター養成講座を実施し、地域での体操教室をひろげ要求に応えられる体制づくりを行います。
○健康づくりの活動を行政、社協、町内会に伝える広報活動(SNS等)を強めるとともに、協同の事業を相談します。
○健康診断・ガン検診受診者をひろげ、早期発見・早期治療につなげます。各事業所で健診受診率を上げ、健診結果から外来につなげる取り組みを強化します。
○認知症予防とともに認知症になってもくらし続けられるまちづくりへ、認知症サポーター養成やオレンジカフェ開催などのとりくみをブロックごとに具体化します。
○「健康レシピ 食べて元気 作って簡単」冊子の活用をひろげるとともに「すこしお健康づくり」に具体的に取り組めます。

2 医療生協を強く大きくします

- 6万人の組合員をめざし、まずは5万人の到達をめざします。医療生協のつながり、助け合い、支えあいを通じたよろこびを地域にひろげる力を強めます。特に新伊予診療所の新しい地域での組織づくりに取り組みます。
○仲間増やしは、3000人を目指します。職員・組合員で半々を目標とします。特に支部での目標をあげる必要があります。
○新規組合員とつながる工夫を行います。
○出資金増やしは、1億円をめざします。職員の給与天引き・組合員の積み立て増資をひろげます。すべての支部で2割以上の増資協力者をつくり、積み立て増資への声掛けも強化します。
○班会や集い、体操教室など“場”を増やします。すべての支部で組合員の1割以上が参加している状態をめざします。地域で支えあえるつながりをつくり、継続して医療生協の活動に参加する組合員を大きくひろげます。

3 安定経営を築き、成長に努めます

- 組合員の期待に応える事業実現のために、必要利益を確保して安定経営に取り組めます。
○事業継続のための各事業所の利用結集に取り組みます。受診はもちろんのこと、健診・予防接種等にもお誘いあわせ事業利用をすすめます。
○出資金は資金の確保につながります。年度終了時には、純増となるよう力をあわせます。
○2026年度には累積赤字を解消できるよう職員・組合員で力をあわせて取り組みます。

4 豊かな人生を作り応援する医療生協人を育成し、平和とくらしを守る活動をひろげます

- 医師・薬剤師・看護師・介護職の確保に向け、組合員・職員からの紹介を呼びかけ、安定確保をめざします。
○医療生協運動をリードする支部運営委員の理解を深め、まちづくり構想が豊かにひろがるよう、支部運営委員会での学習を定着させます。
○サービスや活動をリードする幹部職員、担い手組合員の育成に取り組めます。(職員・組合員が共に学びあう機会をつくります)
○「戦争しない」「憲法9条を守る」ために、憲法を学び・活かす活動を継続し、改憲を許さない世論をひろげます。
○原発廃炉・核兵器廃絶、消費税減税など、平和とくらしを守る運動に取り組めます。
○加齢性難聴者の補聴器購入助成制度を県下全自治体にひろげるよう、要請運動に取り組めます。

2026年5月 診療体制のご案内

Table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金, 土) and rows for medical departments (内科, 精神科, 外科, etc.) and time slots (午前, 午後, 夜間). Includes contact info for 愛媛生協病院.

Table for 伊予診療所 (Iyo Clinic) showing departmental schedules for weekdays and weekends, including contact info.

Table for 城北診療所 (Chitose Clinic) showing departmental schedules for weekdays and weekends, including contact info.

健診センター 各種健診・人間ドック... ティケア(通所リハビリ) 月～土曜日実施... 居宅介護支援... 介護相談... ケアプラン業務... Xティカフィット社 コ・コア

※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。

Table listing various services and their locations: たんぽぽ (訪問看護), ひまわり (訪問介護), 高齢者福祉施設 (高齢者住宅), スマイルひまわり (小規模多機能ホーム), わかば拓南 (介護付有料老人ホーム), 3ストリート 陽だまり (短期入所生活介護).

### 我が家のアイドル



新居浜市 藤原 清美

### わたしの一枚



西条市 越智 啓治

入賞者に賞品あり!

## 平和絵手紙コンテスト 参加者募集!

「平和」をテーマとした絵手紙を募集します。

**募集期間** 2026年7月1日(水)～8月10日(月)必着

**応募資格** 愛媛県内に在住の方

**応募方法** 作品規定: ハガキサイズ100mm×148mm

- 募集期間中に下記応募先までご郵送またはお渡しください。
- ハガキの表に住所、名前、ペンネーム(※希望者のみ)、年齢をご記入ください。
- お一人につき1作品のみの応募とさせていただきます。
- 自作で未発表のものに限ります。
- ※最寄りの地域事業課へご持参いただいてもかまいません。

**応募に関する注意事項**

- 募集作品は原則返却いたしません。あらかじめご了承ください。
- 作品は、機関紙「えひめ医療生協」やホームページ等に、氏名(ペンネーム可)・お住まいの市町名とともにご紹介させていただきます場合があります。
- お預かりした個人情報、本コンテストの選考や入賞のご連絡、作品紹介のみ使用します。

**郵送先・お問合せ**

愛媛医療生活協同組合 地域事業課  
〒791-1102 松山市来住町1091-1  
TEL: 089-976-5638

## 過労死・ハラスメント・労災・110番 電話相談(無料)

0120-552-310 (この番号は、当日のみ利用可能)

**日** 6月20日(土) 10時～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



## 新ジャガイモと自身魚のバター蒸し

【1人分】 エネルギー 360kcal 塩分 1.2g たんぱく質量 20.0g

材料/2人分

|                |             |
|----------------|-------------|
| 白身魚 (たいorたらなど) | 2切れ         |
| 新ジャガイモ         | 3個 (300g)   |
| 玉ねぎ            | 1/2個 (100g) |
| にんにく           | 1かけ         |
| 白ワイン           | 大さじ2杯       |
| オリーブオイル        | 大さじ1杯       |
| バター            | 20g         |
| 塩              | 少々          |

**【作り方】**

- 魚は2等分に切り、キッチンペーパーで水気をとる。新ジャガイモはよく洗い、皮ごと1cmの輪切りにする。玉ねぎは縦に1cm幅に切る。にんにくは皮を剥き、薄切りにする。
- アルミホイルを大きめにカットし、ジャガイモと玉ねぎを順に並べて塩を振る。その上に魚の皮目を上にして並べ、にんにくを散らす。更にバターを乗せ、白ワインとオリーブオイルを回しかけてアルミホイルで包む。
- 大きめのフライパンに水を2cm程入れ、②を並べる。蓋をして中火にかけ、沸騰してから12分ほど蒸す。途中で水が少なくなったら、適宜水を足す。
- パセリなどを振り、出来上がり。

※新ジャガイモ以外は皮をむく。

### じゃがいも

じゃがいもは4～6月頃に旬を迎えます。春に収穫した「新じゃが」は、収穫しすぐに出荷されるため、皮が薄く、みずみずしいので、皮ごと調理するフライドポテトや、高血圧予防やむくみ対策にも役立ちます。

栄養面では、ビタミンC、食物繊維、カリウムが豊富に含まれているのが特徴です。じゃがいものビタミンCはデンプンに守られているため、加熱しても壊れにくく、抗酸化作用や肌の健康を保つ働きが期待できます。また、カリウムには余分な塩分を体の外へ出す働きがあり、高血圧予防やむくみ対策にも役立ちます。

選ぶときは、手に持ったときにしっとり重みがあり、表面にツヤがあるものを選びます。芽が伸びていないものや、皮が緑色になっていないものは避けましょう。

保存するときは、光が当たると緑化や発芽が進んでしまうため、新聞紙に包んで暗く涼しい場所で保管すると安心です。

(管理栄養士 池田 優子)

## この人にスポットライト

～新居浜市(東-泉川支部)～

～毎日を大切にこれからも歩み続ける～

大塚さんは協立病院の看護師として勤務後、医療生協の支部運営委員として尽力されてきました。自身が立ち上げた「城下福寿会」は30年続き、今も10人ほどの仲間が集う大切な支え合いの場となっています。


23年前の大腿骨骨折を機に「自分の足で歩き続ける」ことを目標に掲げました。現在は自宅の菜園で季節の野菜を育て、市の体操教室にも通うなど、日々を健やかに楽しんでいます。また、地域のサロン活動にも積極的に参加し、周囲とのつながりを大切にされています。

趣味の俳句は、年金者組合や医療生協の機関紙等に投稿されています。「創作は発見と刺激。感じ、考え、書くことが大切」と語る大塚さん。今年はスマホ操作にも挑戦したいと、意欲は尽きません。

「反核平和叫びて卒寿夏を逝く」この句は、大塚さんが活動を共にした亡き友を悼み、詠んだものです。

「ものの芽の日々華やきて足とめる」春の光に包まれたような多幸感に溢れる句です。その瑞々しい感性で、つながりの輪はこれからもますます広がっていきそうです。

(文・三宅 郁夫)



大塚エミ子さん

## ちょっとひといき クイズ

5・6月号

雷の音のように鳴く動物は?

答え: 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先も必ずご記入下さい。

締切日: 2026年6月10日必着

3・4月号の答: 町内会長(腸内 快調)・町会長(腸 快調)

**当選者**

|             |             |             |
|-------------|-------------|-------------|
| 久保田留里(新居浜市) | 白石 陽子(新居浜市) | 土井眞由美(新居浜市) |
| 小川 勉(東温市)   | 河野 礼子(松山市)  | 杉澤珠美子(松山市)  |
| 白石美恵子(松山市)  | 森田佐喜江(松山市)  | 榊山加津恵(松山市)  |
| 松本 英子(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。

## チャレンジャーズ

開催時期の変更で、春にリニューアルしてスタートする「健康チャレンジ」2026年も、何にチャレンジしようかなと考え中です。

(松山市 米山 留美)

私たちの町内会も無事に町会長さんが決まり、すべて快調に行き、良かったです。

(今治市 山岡 道子)

毎回のクイズを夫婦で一生懸命に考えています。あれこれ夫婦の会話が弾んで嬉しいですよ。

(伊予郡松前町 一色美沙子)

3月13日、明治大学マンドリン演奏会に行ってきた。司会進行役の女子大生の初々しい語り口、なんともなく若々しい声で、ただ必要な言葉だけで聞く人を魅了するに、感心と感動の一夜でした。

(松山市 奥村 芳子)

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、「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](mailto:coop@ehime-med.org) 右のQRコードからも応募できます。

