



奄美医療生協NEWS

お元気ですか

発行者
奄美医療生活協同組合
鹿児島県奄美市名瀬長浜町8-7
電話0997-52-0585
FAX 0997-52-8881

6月28日(水)奄美医療生活協同組合第46期通常総代会が、奄美市市民交流センターで総代本人出席101名(北大島区53名、南大島区21名、徳之島以南南区27名)、委任1名、書面議決32名で開催されました。◆2022年度活動報告、事業報告、決算報告に続いて、2023年度活動計画、事業計画、予算承認の提案が祐名新太郎専務よりおこなわれました。活動計画の特徴は、改憲を許さない、憲法が輝く社会づくり、第四次5ヶ年計画の推進、支え合い活動の推進、高齢者の住まいづくりの検討、徳之島診療所の建て替え計画の

作成、人づくり(人材育成)等に取り組んでいきます。健康づくりを基本に組織四課題目標は、期首対比で増勢を目指します。◆活動報告に對し、3名の総代から発言がありました。北大島区、大和支部吉田のり子総代からは、支部でパークゴルフ大会を開催し仲間増やしにつながった取り組み。中央奄美支部津留弘美総代からは、機関紙お元気ですかの組合員さんへの一斉配布で加入・増資・新班結成につながった事例、南大島区東方支部齊藤広乃総代からは孤独、孤食への対応として「みしよろう会」の取り組みが報告さ

□気にはかけても干渉しない「ゆるやかなつながり」を広げ、安心のネットワークづくりを進め、支部や事業所のありたい姿への実践に取り組みしよう。
□日本国憲法の学習を深め、平和や人権が大切にされる「憲法が輝く社会づくり」を進め、誰一人取り残されない2030年ビジョン(ありたい姿)や法人SDGs行動宣言の実現に向けた取り組みを進めよう。

第46期通常総代会が開催されました

- 2面 組合員活動報告
- 3面 第46期通常総代会集え！市民交流センター
- 4面 教育学習月間・老健運動会
- 5面 2023 原水爆禁止国民平和奄美大行進
- 6面 夏バテ予防のおはなし
- 7面 文芸作品紹介
- 8面 文芸作品紹介・2023 年度保健学校のご案内・理事会だより・ゆいちゃんがい



れました。◆事業計画に對し2名の総代から発言があり、提案を支持する立場で伊仙支部恵幸夫総代から、徳之島診療所建て替え経営対策を組合員さんとの共同の営みとして取り組んでいこうとの意見が出されました。同じく、伊仙支部富純一総代からも組合員、職員団結して取り組みを前進させようと建設的な意見が出されました。◆意見に對して、祐名新太郎専務から地域で頑張っている組合員さんからの貴重な報告、意見として全役職員が教訓とし、ともに組合員として奄美医療生協を前進させて行きましようとの理事会答弁が行われました。◆最後に、役員報酬決定及び議案決定効力発生の提案が行われ、提案された議案すべてが賛成多数で採択されました。



消費税・インボイス制度が10月から実施されようとしています。一見複雑で分かりにくい制度ですが、要は「単なる増税策」で、更なる税率引き上げの下準備です。この制度によって最も影響を受けるのは、建築業の一人親方・運送業・ヤクルト・フリーランスなどの小規模免税事業者です。飲食店や町の小売店も例外ではありません。商取引において、誰が消費税を負担するの？税の押し付け合いが始まっている。価格に転嫁されれば消費者の負担が増えます。この制度で声優の約2割強が廃業を検討するという調査結果もあるなど、小規模事業者を廃業に追い込む制度で、地域経済の衰退に拍車をかけるものです。各地の民商(民主商工会)では、「税制で商売をつぶすな」と、インボイス制度実施中止・延期を求める意見書」の請願・陳情を657自治体へ提出し、145の自治体で採択され、今も増え続けています。奄美市議会でも昨年12月議会において全会一致で採択されました。大企業の内部留保と富裕層の資産が激増する中、弱者にばかり負担を押し付ける不公平な税制から、応能負担の原則に基づく税制への転換で、誰もが安心して暮らせる社会のために力を合わせましよう。

組合員活動紹介



下方支部 「宮久田班」で 介護保険学習会を 開催!!

6月22日(木)宮久田集会場において組合員7名、職員2名の参加で「介護保険のしくみ」について居宅介護支援事業所奄美中央病院の管理者(川口主任ケアマネ)を講師に勉強会を行いました。介護保険制度における、サービスの流れ、費用の目安についての説明と合わせて福祉用具の貸与や販売、市内の施設についての紹介も行いました。

参加者からは「とても分かりやすい勉強会でした。グループホームでは認知症の方なら要介護1の方でも入所できることを初めて知りました」などの感想が聞かれました。最後に居宅介護支援事業所奄美中央病院の6名の職員を顔写真入りの資料で紹介し、「介護の相談、お困りごとはお気軽にご連絡下さい」と案内もありました。

山郷支部 「グループハミング班」紹介!

山郷支部のグループハミング班は、2022年7月14日に結成された班です。阿木名地区での組合員さんとの交流を目的として、班長・徳田奈美様のご自宅で脳トレや、ご自宅に備えてあるカラオケ機器を使って賑やかに取り組んでいます。2023年4月には、指に数字を書いてある手袋の使った脳トレを実施し、脳を活性化にしたあとにカラオケを楽しみました。

コロナも5月からは5類に移行されてはいますが、今後も感染防止対策をしながら楽しく賑やかに取り組んでいこうと考えております。



伊仙支部 ボランティア清掃

6月15日(木)、伊仙支部で組合員4名、職員4名の参加で、徳之島診療所敷地内のボランティア清掃をしていただきました。

梅雨の晴れ間で蒸し暑い日でしたが、熱中症に気を付けながら2時間ほど草刈りや、木々の剪定をしていただきスッキリきれいになりました。

6月25日(日)開催のトライアスロン大会では、徳之島診療所前もバイクが通過します。トライアスロン大会前にきれいにさせていただきます。ありがとうございます。



第46期 通常総代会 集え!市民交流センター



発言：吉田のり子さん



発言：津留弘美さん



発言：恵 幸夫さん



発言：斉藤広乃さん



おつかれさま 30年



支部表彰



みんなに会えてうれしい



いざ! 市民交流センター



発言：富 純一さん



久しぶりのうじょうの総代会



みんなに会えてうれしい



落ち着いた議事進行
ありがとうございました



初めての取り組み
名札の総代証



美味しかった弁当



教育学習月間の取り組み、老健せとうちでは大運動会も！

教育学習月間の取り組み

奄美中病院では、個人の尊厳と気づきを大切に
切にする職場風土を醸成しよう！をテーマに
「旧優生保護法見解パンフ」を使い全部門で
の学習が取り組まれていきます。現在10部門、
127名の職員が読了しています。

寄せられた感想は、「旧優生保護法下、半
世紀の間に24,993件の強制避妊手術行
われたことに衝撃を受けた」「医療従事者と
して偏見をもたずに相手の尊重を守り関わっ
ていかなければいけないと改めて考えさせら
れました」「同じ人間なのに『人権』すらな
かった時代があったことに驚きました。正し
い知識を取り入れ発信していくことが大切だ
と思った」等の意見がありました。この学習
は、全事業所で取り組まれています。この学習
本部では、(※)LGBTQについて学習を
進めています。

◆LGBTQとは、Lesbian (レズビアン)、
女性同性愛者)、Gay (ゲイ、男性同性愛者)、
Bisexual (バイセク
シユアル、両性愛者)、
Transgender (トラン
スジェンダー、性自
認が出生時に割り当
てられた性別とは
異なる人)、Queerや
Questioning (クイア
やクエスチョニング)
の頭文字をとった言
葉で、性的マイノリ
ティ(性的少数者)
を表す総称のひとつ



未来を担う 民医連奨学生学習会

6月10日、今年開催予定の九州・
沖縄地協DANS(※)「JEWEL
in 沖縄」に向けて、「平和」をテーマ
に過去に起きたこと、現在起きてい
ることについて学習しました。参加
した奄美医療生協の奨学生3名か
ら、「戦争の問題は外国のことでは
なく身近な問題であること感じた。
憲法9条の大切さをもっと広めた
い。選挙に行く意味が理解できた。」
などの意見がありました。

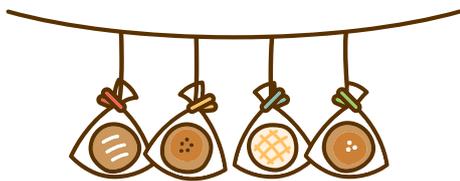
(※)全日本民医連看護学生ゼミナ
ール(Dear Active Nursing Students)
の略であり、年に一回、九州沖縄の
民医連病院の奨学生が集い、一緒に
交流して学習するというものです。



老健せとうち 入所「笑」運動会

6月22日(木)、全入所
者を対象に、入所「笑」
運動会を開催しました。
熱い競技を繰りひろげら
れ、水入れ競争では絶妙
な技を披露して盛り上が
りました。玉入れ・パン
食い競争、応援合戦、宝
釣りなど笑いの絶えない
楽しい運動会でした。

同日、第1回通所リハ
ビリテーション運動会も
開催され、ボール送り競
争、リボン練り競争、パ
ン食い競争、応援合戦な
ど日頃の練習の成果を披
露しました。最後は
六調で締めた楽しい運動
会となりました。



(プライバシー保護の為、画像処理を行っています)

なくそう核兵器 9条改憲NO! ストップ戦争準備・大增税!

2023年 原水爆禁止国民平和

奄美大行進

1958年6月20日、広島原爆記念碑の前から、当時8月に東京で開かれた原水爆禁止世界大会をめざして日本最初の平和行進が始まりました。「広島・長崎をくりかえさせるな」の原水爆禁止の要求を訴えながら一日も休まずに歩き続けるこの行動は今年66回目となります。2017年7月7日国連での核兵器禁止条約が採択され2021年に発行されましたが、被爆国でもある日本はいまだこの条約に調印、批准していません。



そのことから、この行進は大きな意義があり、継続しひろげていくことが重要です。

今回奄美地区では、沖縄と連携し6月18日から19日の期間平和行進が取り組まれ鹿児島へつなぎました。



18日、赤木名での出発式では、奄美医療生協笠利支部の地域理事泉スヤ子氏が挨拶を行い、戦後の食料難の経験や、この赤木名地区で空襲により40名余りの住民が犠牲になった事など戦争を繰り返してはならないと訴えました。最終日、小雨の中約50名が参加し行われた集結集会では、奄美地区実行委員会事務局の上原美帆氏の基調報告の後、関係団体代表のアピールが行われました。なくそう核兵器!、なくそう戦争!と力づよく訴え市内行進を行い奄美地区平和行進は無事終了となりました。

2023年 平和行進スローガン



- 核兵器のない世界を実現しよう!
- 非核平和のアジアを実現しよう!
- 沖縄県民と連帯しよう!
- 原発再稼働反対! 原発ゼロを実現しよう!
- 原水爆禁止2023年世界大会を成功させよう!
- 沖縄・南西諸島の基地建設・強化、ミサイル配備をやめさせよう!
- 日本の核兵器禁止条約参加を実現させよう!

原水爆禁止2023年世界大会

テーマ 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

国際会議・広島

- 8月4日(金) 開会 / 第1セッション「被ばく者から世界へ」
- 8月5日(土) 第2セッション / 「核兵器の禁止、核兵器のない世界の実現」
第3セッション / 「核兵器のない平和で公正な世界 - 市民社会の連帯と行動」閉会
- 8月6日(日) ヒロシマデー集会

世界大会・長崎

- 8月7日(月) 開会総会
- 8月8日(火) 政府代表と市民の対話 / 分科会 / 動く分科会
- 8月9日(水) ナガサキデー集会 / 閉会総会

夏バテ予防のおはなし



暑さに負けない体づくり～かんたん元気レシピ紹介～

この時期、体がだるい、食欲がわからないなど夏バテになっていませんか。

昼食は冷やしソーメンだけですませるなど、栄養が偏った食生活が続くと、ますます体力が落ちてしまいます。

夏バテに負けない体力をつけるには、栄養バランスよく食べることが大切です。

栄養バランスが良い食事とは、ご飯や麺などの「主食」、タンパク質が主体のメインのおかず「主菜」、野菜やきのこなどの「副菜」を揃えることが基本になります。さらに栄養をしっかりと摂るには、朝の飲み物やおやつに乳製品(牛乳、ヨーグルト)や豆乳を取り入れましょう。

毎回しっかりと料理をつくるのは大変だという方は、手軽に作れる方法として、カット野菜、冷凍野菜、冷凍食品、市販のおかずの素、お惣菜を活用しましょう。

今月号では、「おかずの素」を使って手軽に作れる「かんたん元気レシピ」をご紹介します。

栄養バランスが良い食事にする 4か条

1.主食を選ぶ(炭水化物)・・・ご飯、パン、麺



2.メインのおかずを選ぶ(タンパク質)・・・肉、魚介類、卵、豆腐、納豆

3.いろいろな種類・色の食材を使う(ビタミン、ミネラル、食物繊維)・・・野菜、きのこ、海藻

4.朝食やおやつに乳製品や豆乳(タンパク質、ミネラル)・・・牛乳、ヨーグルト、豆乳



かんたん元気レシピ紹介

絹厚揚げとトマトの麻婆炒め



【材料2人分】

- ・豚ひき肉 100g
- ・絹厚揚げ 200g
- ・ミニトマト 8個
(中トマトなら1個分)
- ・しめじ 1/2P
- ・ニラ(ピーマン等) 適量
- 市販の麻婆豆腐の素 1袋
- 水 100ml(大さじ 6.5)
- 付属のトロミ粉 1袋
- 水 30ml(大さじ 2)

【作り方】

- ①絹厚揚げは2cm角に切る。ミニトマトはヘタを取り、半分に切る。しめじは、石づきを取りバラす。ニラは1-2cmの長さに切る。
- ①フライパンで、豚ひき肉を炒め火が通ったら、しめじを加えてさらに炒める。
- ②水100cc、市販の麻婆豆腐の素、トマト、ニラを加え、ひと煮立ちし、火を消す。
- ③付属のトロミ粉を水30ml(大さじ2)で溶いたものを回しかけ、すばやく混ぜる。
- ④最後に、ひと煮立ちさせたら完成。

栄養の豆知識

疲労回復効果には、ビタミンB1が有効です。
 ビタミンB1が多い食材:豚肉、うなぎ、大豆、全粒穀物。
 アリシンを含む、ニンニクや玉葱、ニラと一緒に摂ると吸収率がUPします。



文芸作品紹介

8月号に寄せられた作品を紹介いたします。
投稿ありがとうございました。



金久支部



金久支部



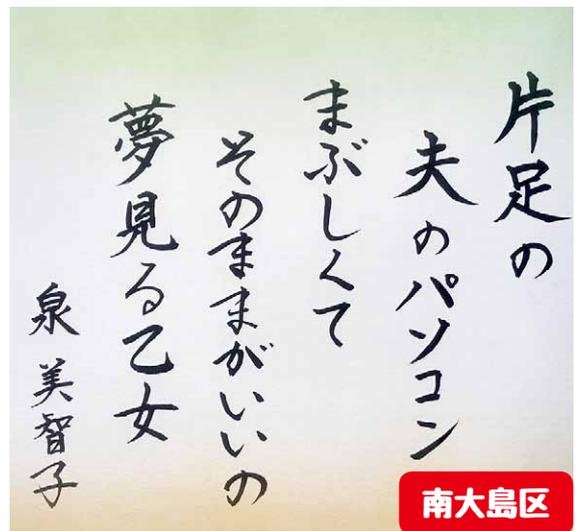
龍郷支部



龍郷支部



龍郷支部



南大島区

ゆいちゃんがいく No.36 Toshi

止めないと、わたしたちの日本が「独裁」国家になってしまう
守ろう憲法を!



とんでもない改憲草案
憲法を変えようとする動きが強まる中、とんでもない改憲案が明らかになってきました。今回も、前月号につづく内容で改憲草案の問題点を明らかになります。

憲法を守ろうを訴えるゆいも拷問されるのかも..



とんでもない改憲草案
18条何人も、いかなる収束的拘束も受けない。
改憲草案では、何人も社会的又は経済的關係において身体を拘束されない

これは戦前の国家神道と同じじゃがな



とんでもない改憲草案
第20条いかなる宗教団体も、国から特権を受け、又は政治上の権力を行使してはならない
改憲草案では、国は、いかなる宗教団体に対しても、特権を与えてはならない。
「宗教団体による政治上の権力行使」が可能になります。

与野党の国会審議があるから国民が知る事ができる



とんでもない改憲草案
第56条 両議院は、各々その総議員の三分の一以上の出席がなければ、議事を開き議決することができない。
改憲草案では **議事を開きの部分を削除**
野党が審議拒否しても、少数の与党議員だけで審議を進められる様になります。

参考:自民党の改憲草案で憲法はどう変わる。
国家神道:宗教としての神道を国家本位の立場で利用したもので、国民に天皇崇拜と神社信仰を義務づけた。



金久支部



龍郷支部・金久支部では絵手紙班会を開催しています。興味のある方はぜひご参加下さい。



海の上に月光の道のり映り出て
火星入なる君にとまごめく
泉美智子

南大島区

2023年度 保健学校のご案内

保健学校とは

誰もが持っている「健康で長生きしたい」という願いを実現するために健康づくりの正しい知識や技術を身につけ、自分の健康とあわせて地域で健康づくりや暮らしやすい町づくりを勧める保健委員を育成します。

お申込み方法、受講内容、時間等詳細につきましては各区地域支援担当者へお問い合わせください。

北大島区	2023年8月19日(土) ☎ 0997-52-5750 (福田、石井)
南大島区	2023年9月30日(土) ☎ 0997-72-0101 (嘉野)
徳之島以南区	2023年8月26日(土) ☎ 0997-83-2131 (伊)

理事会だより

第13回法人理事会が開催(台風接近に伴い省略開催《書面議決》)され次の事項が議決されました。

- 1、通知事項
 - ① 組織・社保活動報告
 - ② 2023年4月の経営報告
- 2、報告承認事項
 - ① 第45期第12回理事会議事録の承認
 - ② 第45期第22回常務理事会報告
 - ③ 2023年度資金繰り計画と当面の資金繰りについて
 - ④ 親子健康チャレンジの取り組みについて
- 3、協議議決事項
 - ① 第46期通常総代会関係
 - ② その他事項
- 4、2023年6月～2023年8月日程の確認