太陽油脂㈱ パックスナチュロン

台所のせっけん

無香料
無着色

ポンプタイプで使いやすい!
粘度のある台所用液体石けん

本体
500mℓ　組合員価格 460円

詰替え用
450mℓ　組合員価格 355円

- ポンプのネジ元をおさえ、ポンプヘッドを左回りに回転させると、ポンプヘッドが上がります。
- 水で湿らせたスポンジ等に1プッシュつけてよく泡立ててから使ってください。泡が消えてきたら、スポンジ等をすすぎ、もう一度つけてください。
- 汚れが多いものや、酸性の汚れ、(お酢、マヨネーズ、ドレッシング等)はへら等でかき取るか、古布や古紙などで拭き取ってから洗ってください。
- なべやフライパンなどにこびりついた汚れには、本品と重曹を混ぜて洗うと効果的です。
- ためすすぎをせず、流水ですすいでください。

※水でうすめて、保存しないでください

お求めは 新居浜医療福祉生協
各診療所、地域包括ケア部で

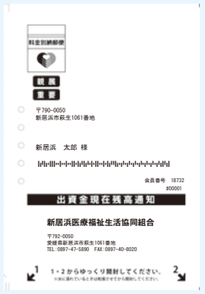
お問合わせ 地域包括ケア部 TEL40-5510石川まで

出資金残高通知 ご確認のお願い

新居浜医療福祉生協では1年に1度、住所等の確認と出資金残高の確認のために、すべての組合員さんへ出資金残高通知を発送しています。

7月にお送りしたハガキはご確認いただけましたでしょうか？

以下のような場合はご連絡ください。



- 宛名が同じ通知が2通(またはそれ以上)届いた。
- 亡くなった方宛に届いた。
- 氏名や住所に変更があった。

出資金残高通知が3年続けて宛名不明により返送された場合は、脱退の手続きをさせていただくことになります。

＊出資金残高通知は2022年3月31日までの出資金が記入されています。4月1日以降に出資いただいた分は反映されておりませんのでご注意ください。

お問合わせ　新居浜医療福祉生協本部
TEL(0897)47-5890　FAX(0897)40-8020

新居浜医療福祉生活協同組合

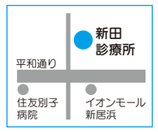
新居浜医療福祉生協の理念

- ◆自分たちの健康は自分たちで守ろう
- ◆からだ、こころ、いのちを総合的に捉え、東洋医学・西洋医学等を統合する医療をめざそう。
- ◆安全な食・水・空気を守り、生み出そう。
- ◆一人では生きてゆけない。自立と助け合いの輪を広げよう。
- ◆一人ひとりの立場・良さを認め合い、心豊かな町づくりをめざそう。

組合員数	12,229人
	(前月比 +45人)
出資総額	319,660,000円
	(前月比 ＋1,535,000円)
平均出資金額	26,139円
	2022年6月末時点

新田診療所

☎34-0207
新居浜市新田町1-9-9



内科
リハビリテーション科
皮膚科
診療時間　午前8:30 ～ 12:30
　　午後2:30 ～ 5:30

デイケアセンター	ひだまりの里	☎34-0007
居宅介護支援センター	そらいろのたね	☎65-3711
グループホーム	香り草	☎65-3681
デイサービス	川辺の家(西条)	☎52-0578
デイサービス	みんなの家(船木)	☎31-8710
居宅介護支援事業所	みんなの家	☎47-8855

中萩診療所

☎40-2525
新居浜市萩生1061

内科
リハビリテーション科
漢方外来　入院19床

デイサービスセンター	風のうた	☎40-5570
リハビリセンター	風車	☎40-2008
デイサービス	風花	☎40-2526
居宅介護支援センター	おとなりさん	☎66-2636
鍼灸指圧院	ふわり	☎40-2563
サービス付き高齢者向け住宅	風の舞	☎40-2528
	桜のにわ	☎40-6622
定期巡回・随時対応型訪問介護看護	上部野の花	☎47-6680
助け合い事業	銀のいと	☎090-4472-3644

高津診療所

☎31-5550
新居浜市高津町3-20

内科・リハビリテーション科
外科(土曜日午前中のみ)

デイケアセンター	ともだち	☎31-5553
デイサービス	わいわいクラブ	☎31-1818
居宅介護支援センター	たかつ	☎31-5600
訪問看護ステーション	せいきょう	☎31-5700
グループホーム	あったかほーむ たかつ	☎32-6880
グループホーム	あおぞら	☎65-3511
デイサービスセンター	さくらんぼ	☎65-1003
デイサービス	のんびりさん	☎31-5011
ヘルパーステーション	野の花	☎65-1058
定期巡回・随時対応型訪問介護看護	野の花	☎65-1058
小規模多機能	垣生倶楽部	☎67-1688
サービス付き高齢者向け住宅	はっぴぃの家たかつ	☎47-6636

新田診療所	中萩診療所	高津診療所	月	火	水	木	金	土
8:30 ～ 12:30	8:30 ～ 12:00	8:30 ～ 12:00	●	●	●	●	●	●
14:30 ～ 17:30	14:30 ～ 17:30	15:30 ～ 18:00	●	●	休	●	●	休/○

中萩診療所漢方外来 毎月 第1·3土曜日
9:00 ～ 12:00　14:30 ～ 17:30

○ 中萩診療所のみ土曜日午後も診療しています。
(第1・3土曜日は17:00まで)

〒792-0050 新居浜市萩生1061番地　電話(0897)47-5890　FAX(0897)40-8020　ホームページ：http://niihama-mcoop.or.jp

まいたつメール便
ポスト投函できません
申込 0120-218-020
新規申込 0120-738-020

Vol.259
8月号
2022
毎月1日発行

新居浜医療福祉生協ニュース

暑中お見舞い申し上げます。

眞鍋芳光さん宅のひまわり。7月はじめには早くもたくさんの花を咲かせ始めました。

ひまわりはみんな太陽の方を向いて咲く…とも限らないようで、背丈も向きもいろいろ、個性豊かなひまわりですね。

発行：新居浜医療福祉生活協同組合　広報委員会

人生100年時代を共に生きる

～みんなで助け合い、支え合い、想像力と創造力をはたらかせて新しいものを作り出し、勇気をもって行動します～

第38回通常総代会を開催しました

6月25日㈯
新居浜市市民文化センター中ホールにて
総代本人出席：59名、書面議決出席：122名、
委任出席：4名

2021年度事業報告

事業報告

- 2021年度も新型コロナウイルス感染症の影響を大きく受けた一年でした。事業活動においては、当生協の事業所の休止も数回あり診療所外来や通所事業の利用控えになりました。組合員活動も制限を余儀なくされました。
- 診療所では、自分の健康を守る取り組みである健診の受診者数が増加（前年度比104%）しました。
- 3つの訪問看護ステーションを統合して「訪問看護ステーションせいきょう」とし、在宅での生活を支える体制の強化に取り組みました。

2021年度決算報告（単位：千円）

事業収入	1,850,221
事業原価	232,896
人件費	1,383,258
管理費	286,707
経常利益	△37,681

決算報告

- 新型コロナウイルス感染症の影響により収入が大幅に減少しました。
- ただし、経営課題はコロナ禍だけのせいにはできず、今後も課題解決にしっかり取り組んでいきます。

2022年度事業計画

事業計画

- 子どもから高齢者まで多くの人々が抱える生きにくさを「我がこと」として捉え、話し合いをあきらめないで知恵を出し合い、想像力と創造力をはたらかせて行動します。
- 事業活動においても、想像力と創造力で革新力を持ち、全事業所が「一つの生協事業所」として、生協の幹を太く、根を張るように運営と活動を作り上げます。

予算案

- 中萩診療所に常勤医師1名、高津診療所に非常勤医師1名が着任された中で、新しい取り組みを進めていきます。
- 各事業所、みんなで話し合って課題解決に取り組みます。
- これらのことを通して経営の安定につなげていきます。

他、すべての議案に対して賛成多数で可決されました。
佐々木理事長からは、コロナ禍ではあるが力を合わせて話し合い工夫し、組合員さんの理想を実現していきたいとのあいさつがありました。

2022年度活動方針

一日30回ありがとうを言うことを目標に共に人生100年時代を楽しみましょう！

「1日30回のありがとう」どう思う??

人とのつながりがあるからこそ、「ありがとう」が言えるよね。

1日30回は難しいかなぁ…。まずは10回をめざしてみるよ。

回数にこだわるのは変な気がするから、あくまでも感謝の気持ちを大事にしたいね。

「ありがとう」で心が豊かになるね。

夫婦でありがとうを伝えるのは照れるから、「私今日からありがとうって言うよ」って宣言することにします！

孫のおかげで「ありがとう」って言う習慣がついたんよ。

「感謝のことばノート」を作って、1日10個感謝の言葉を書き留めています。

各支部会で話し合いました。浮島垣生支部

私の「ありがとう」!

ごはん作ってくれて、ありがとう
ごはん食べてくれて、ありがとう

車で送り迎えしてくれて、ありがとう

お野菜やおかずのおすそわけ、ありがとう

花が咲いてくれてありがとう

ありがとう!!

襟が曲がっとるよ

デイサービスのんびりさんにて

電話やLINEしてくれて、ありがとう

元気でいてくれてありがとう

丈夫に産んでくれてありがとう

トイレの神様ありがとう

今日も会えてうれしかったよ～。ありがとう!

神 様・仏 様・ご先祖さん・お薬師さんに…ありがとう

オレンジカフェ TOMOのみなさん

みんなの広場

みなさんにお知らせしたいことなど投稿内容は自由！
皆さまからのお便り、お待ちしています。
宛先はクロスワードコーナーをご覧ください。

●いつも楽しみにしてクロスワードを解いています。わからない時はスマホで調べています。
伊藤　典子さん(大永山)

●7月号の特定健診特集、今年の4月に国保に加入し、特定健診の案内を初めて受け取ったので、詳しくわかってタイムリーでした。
ゆんこ　さん(萩生)

●70歳になりますが、これまで特定健診をスルーしてきました。7月号の新居浜医療福祉生協ニュースを見て触発され、今回は受診したいと思います。
加藤　逸さん(大生院)

●何でこんなに早く梅雨が明けるの？庭の花や畑の野菜に水を与える作業が増えるだけでも熱中症になりそうです。適当に雨も欲しいですね。
コイケばあば　さん(西条市)

●暑さが危険なほどですね！ みなさまも熱中症にお気をつけてお過ごしください。
神野　妙子さん(本郷)

●日本の円安問題、又、私達の生活に直結する電気料金・食料品の値上げなど、国民生活は大変です。政治家の方たち、しっかり考えてほしいと思います。
村尾　章子さん(篠場町)

●今年の梅雨は短く暑さに慣れない内に猛暑に見舞われました。4回目のワクチン接種も無事に終わり、今までの接種の中でも筋肉痛が一番きつかったようですが、お世話して下さった方達に感謝致します。
近藤　テルミさん(高津町)

●「何もしないのに忙しい」で今年も半分すぎてしまいました。コロナ、戦争の終息を願います。
近藤　陽子さん(星原町)

●毎日笑って元気に過ごせるよう願っています。
岡田　スエ子さん(田の上)

●ヨーグルトケーキ
～ホットケーキミックスを使って簡単に～
＜材料＞
①卵　2個　②砂糖　50g　③オリーブ油　80cc
④牛乳　50ml　⑤レモン汁　大さじ1
⑥果汁（季節の果物、ジュースを使っても可）　大さじ2
⑦ホットケーキミックス粉　200g
＜作り方＞
＊オーブンを予熱で温めておく。180℃で15分
1．材料を①から⑦の順に入れ、混ぜ合わす。
2．紙型か耐熱ガラスの中に1の生地を流し、季節の果物を上に置き並べ、180℃に熱したオーブンで20 ～ 25分焼く。
竹ぐしをさしてすっと抜ければできあがりです。好みでアレンジしてみるのも楽しみで美味しいです。
藤田　登世美さん(船木)

“緑のカーテン”コンテスト　参加者募集中！
〆切は8月31日㈬です。詳しくは生協ニュース5月号をご覧いただくか、こちらまでお問い合わせください。
TEL　40-5510 地域包括ケア部（担当：新田）
メール　news@niihama-mcoop.or.jp

たくさんの毛糸ありがとうございます！

12 つくる責任 つかう責任

6月号生協ニュースにて、ご不要になった毛糸を募集したところ、20名を超える方からご連絡をいただき、たくさんの毛糸をおゆずりいただきました。ありがとうございます！
お預かりした毛糸は、さっそく、組合員さんや利用者さんの手でいろいろな作品に生まれ変わっています！その様子は今後の生協ニュースにてご紹介予定です。お楽しみに～♪

毛糸をおゆずりいただいた山田さん(庄内町)

色とりどりの毛糸たちを天日干し

元気に役立つ宝箱

夏バテ予防

中萩診療所 漢方外来
薬剤師・鍼灸師
南　利雄 先生

日本の夏は高温多湿で辛い時期ですが、身体を気遣い快適に過ごしたいものです。

まず矛盾のようですが、暑いときも身体を冷やさないことです。特に冷たい飲み物や食べ物は夏バテのもとです。人類の長い歴史で、冷蔵庫とクーラーはたったの数十年のことで、便利になった反面、夏でも非常に身体が冷えやすくなりました。飲み物・食べ物は常温か温かいものをいただきましょう。

中国の四川地方は盆地で、京都のように冬は寒く夏が暑い処です。四川料理は唐辛子と山椒が特徴で、辛く痺れる味です。唐辛子と山椒は冬に食べると体を気持ちよく温めてくれます。それでは暑いときに唐辛子と山椒で体を熱くすると発狂するのではないか、と心配になりますが、人の身体はそんな単純なものではありません。暑いときの唐辛子と山椒は身体から大汗を出して上手に冷やしてくれます。京都もよく山椒と唐辛子を使うので共通性がありますね。インドのスパイスカレーも同様です。暑いインドで温めるスパイスを使うと発汗して気持ちよく身体を冷やし、食中毒の予防にもなります。それぞれの国の伝統食というのは本当に合理的にできています。

ちなみに七味唐辛子の内容はすべて漢方生薬です。唐辛子・山椒・麻の実・胡麻・ミカンの皮・ケシの実・海藻などで、アメリカ大陸からきた唐辛子以外は中国で古くから馴染みのある生薬です。北京のスーパーに行くと二三十種類の漢方生薬があり、日常的にお料理に使われています。日本でも、唐辛子・山椒・生姜などを上手に使うと夏バテ防止になります。

胃腸の疲れからの夏バテもあるので、生姜を常食すると胃腸を丈夫にして身体を温めてくれます。生でも煮ても美味しくいただけます。

お風呂もそうです。暑いときに水のシャワーは気持ちが良いけれど、後で疲れます。熱いお風呂に入ると発汗して気持ちよく身体を冷やしてくれます。人の身体は冷やすと機能が減退するので注意しましょう。熱中症予防に冷房も必要ですが、巡りが悪くなるので、シャワーではなくお風呂に入って身体を整えましょう。

漢方では清暑益気湯という夏バテに有名な薬があります。暑さを清め気を益す、というそのまんまの薬名です。ただ誰にでも適応というわけではないので、ご相談ください。

ご自分で毎日できることとしては、玄米で造ったホットパックで夏でもお腹や腰を温めてみましょう。お腹がグルグルと動くと空腹感がでて気持ちがよいです。

購買商品 価格改定のお知らせ

2022年8月1日より、太陽油脂株式会社製の「パックス」シリーズ全商品につきまして、仕入れ価格の値上げに伴い、組合員価格を変更させていただくこととなりました。
何卒ご理解ご了承いただきますようよろしくお願い申し上げます。

◆ 価格改定商品　31品（スキンケア、ヘアケア、はみがき、掃除用石けん、台所石けんなど）

◆ 一部商品のご紹介

パックス化粧石けん
265円→370円

お肌しあわせ ハンドソープ
370円→425円

ナチュロン ハンドソープ
425円→460円

ナチュロン シャンプー
970円→1,060円

ナチュロン リンス
970円→1,060円

ナチュロン ボディソープ
970円→1,060円

お問合わせ　地域包括ケア部　TEL40-5510

＊価格はすべて税込です。

生協ではたらく人

デイサービス風花 介護職員　**渡辺　三夏**さん

Q 介護のお仕事ははじめてとうかがいました。やってみようと思ったきっかけは？

A 大事にしてくれた祖母の最期を在宅で過ごした際に介護を少し経験しましたが、当時は知識が無く充分な介護できなかったことがあって、あの時どんなふうにできることがあったんだろうと思うことがありました。

Q 実際、働いてみてどうですか。

A いやあ、やってみて良かったです。これまで介護は自分がやれるということは無い職種だと思っていましたが意外にすんなり受け入れることができて、教えてもらうこと一つ一つが「へえ、そうなんだ」と思われ、想像していた介護の現場ではなく、ガチガチ感が無かったです。

Q 新居浜医療福祉生協はどういう所だと思われますか。

A 決まりごとにガチガチにならず各自、自己主張権がある中で自由に働いている。つまりいい意味で敷居が低くしばりが無いようです。だから仕事の幅が広がり地域の中に入り込める機会ができて、何かあれば相談に乗れるところだと思います。

Q では、どんな職場なら働きやすいと思いますか

A 経験のある人が疑問に答えてくれ、しかもそれにプラスαの知識が得られることですねえ。

Q フルタイムでの働きと家庭生活とのバランスはいかがですか。

A 今はひとえに母親に感謝しています。

Q 両立の為にはどんな手立てがあればいいと思われますか。

A 自分や家族の何かの急変に対して不安にならない体制があればいいですねえ。

※元気いっぱいの笑顔が印象的な渡辺さん。終始丁寧な言葉づかいで答えていただきました。

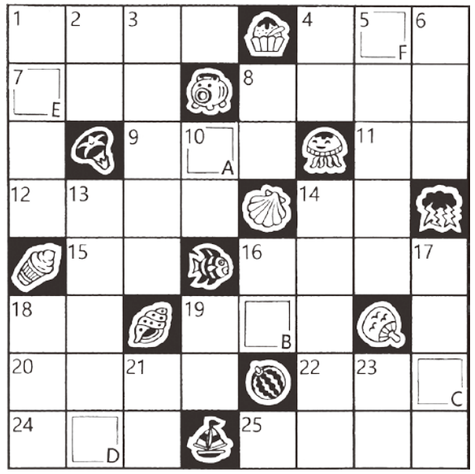
ザ★クロスワード

締め切りは8月15日消印有効

答

A	B	C	D	E	F

二重ワクの文字を、A～Fの順に並べてできる言葉は、なに？



■タテのカギ

① トウナスともいいます
② 今年88歳以上の人は昭和ひと……生まれです
③ 賃金や手当などの経費
④ ……顔の至り、発……
⑤ 日焼けの原因です
⑥ オチのある寄席演芸
⑧ 岸から遠く離れた海上
⑩ 烏賊って読めますか？
⑬ 銅像にもなった「変なおじさん」といえば
⑭ 助言や忠告のこと
⑯ 家が集まっている所
⑰ 軽音楽の曲目です
⑱ 日本特産の香辛料
⑲ 人や物を推薦する他動詞。彼を委員に……
㉑ 時代劇には欠かせない乗り物
㉓ 華厳、那智、袋田

■ヨコのカギ

① 床の間、書画といえば
④ 焼き鳥の定番メニュー
⑦ 金偏に口と書いて？
⑧ 器楽と声楽があります
⑨ 経済活動全般の動向
⑪ ……と将棋
⑫ 大きな望みを持つ人
⑭ はらはらした時にかきます。冷や……
⑮ 他にくらべるものなし
⑯ 寅さん、女性といえば
⑱ 稲や麦の乾燥した茎
⑲ 定年退職後の男性をやゆして「ぬれ……」
⑳ 奈良漬に使います
㉒ 料理屋の調理場
㉔ 宴会やパーティーの定番ゲーム
㉕ 声がしゃがれています

応募要領 答えと住所、氏名、年齢、電話番号を記入して、一言メッセージを書いてハガキ・E-mail（お一人様１回限り有効）にて応募して下さい。メッセージ（ペンネーム可）はみんなの広場に一部編集の上で掲載される場合があります。

メールアドレス　news@niihama-mcoop.or.jp

あて先は

キリトリ

〒792-0050 新居浜市萩生1061
新居浜医療福祉生協本部
ザ★クロスワード係

誰でもかんたん クッキング

ゴーヤ　アラカルト

「ゴーヤ」は、今や全国的に身近な夏の定番食材となりましたが、沖縄を代表する食材の一つですね。

この8月は、終戦の日と沖縄本土復帰50年の年とを思い合せ、ゴーヤを味わってみませんか？

◆ お手軽で意外とおいしいのがゴーヤの天ぷら

ゴーヤがたくさんある時は

◆ ゴーヤの佃煮

材　料

ゴーヤ（種とワタを除いて）	500g
塩	小さじ1
かつお節	10g
ゴマ	10g
あれば穂じそ	
A　しょうゆ	50cc
砂糖	100g
酢	40cc

作り方

① ゴーヤは種とワタを取り除いて細切りにし、塩小さじ1でもみ一度さっとゆでこぼしておく。
② Aを沸かし、ゴーヤを絞って入れ、その他の材料を入れて煮詰める。

ゴーヤの味に病みつきになったら生食を味わうサラダはいかが？

◆ ゴーヤそうめんサラダ

材　料〈4人分〉

そうめん	1束	人参	20g
酢	小さじ2	ロースハム	2枚
塩コショウ	少々	マヨネーズ	大さじ3
ゴーヤ	150g	練がらし	小さじ1
きゅうり	40g	酢	小さじ2

作り方

① そうめんは湯がいて水洗いし、酢小さじ2と塩コショウ少々で下味をつけておく。
② ゴーヤは縦半分に切り、種とワタを取り除いて薄切りにし、さっとゆでて冷水にとり水気を絞っておく。
③ きゅうり・人参・ロースハムは細切りにする。
④ マヨネーズ・練がらし・酢小さじ2を合わせて、①②③と和える。

7月号クロスワード パズルの解答

答　A プ　B ー　C ル　D サ　E イ　F ド

ア	サ	ガ	オ	■	ユ	カ	タ
マ	メ	■	シ	ソ	■	イ	カ
ノ	■	ア	ド	バ	イ	ス	■
ガ	ク	ワ	リ	■	ワ	イ	ド
ワ	ル	ツ	■	サ	イ	ヨ	ウ
■	マ	ブ	シ	イ	■	ク	ミ
ツ	エ	■	オ	ハ	コ	■	ヤ
ル	ビ	ー	■	テ	ン	プ	ク

6月号当選者

正解者45名の中から以下の方が当選しました。

安藤　春美さん（桜木町）　トッピーさん（清水町）
藤田　徳博さん（江口町）　真鍋　勝彦さん（萩生）
minazukiさん（若水町）

理事会だより

2021年度 第14回理事会（6月15日開催）

◆2022年度4月経営報告

事業収入は１億4,958万円で、予算目標を1,611万円下回りました。事業費用は１億5,889万円で、予算目標を666万円下回りました。経常利益は-830万円となり、予算目標を846万円下回りました。

◆専門委員会報告

広報委員会、SDGs活動委員会、仲間増やし活動委員会及び役員給与検討委員会の審議内容が報告されました。

2022年度 第１回理事会（6月29日開催）

◆2022年度5月経営報告

事業収入は１億5,082万円で、予算目標を1,487万円下回りました。事業費用は１億6,371万円で、予算目標を183万円下回りました。経常利益は-766万円となり、予算目標を783万円下回りました。

◆専門委員会報告

教育学習活動委員会及び子ども委員会の審議内容が報告されました。

※７月号に記載の「５月号当選者」住所に誤りがありました。JKさんの住所が「大生院」となっていましたが、正しくは「一宮町」です。訂正しお詫びいたします。