



イメージキャラクター みんな



みえ医療福祉生協

組合員活動 交流集会

12/7日
in伊勢

交流集会のテーマ

- ★各地域での活動を持ち寄り、交流・体験・参考を通して新たな活動展開のヒントを得よう!
- ★地域の枠を越えた組合員同士の交流の場を確保しよう!
- ★他団体との交流の機会を設けよう!



2面でもご紹介!



12/7(日)伊勢市シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢(伊勢市観光文化会館)にて久方ぶりの組合員活動交流集会を開催しました。職員・組合員合わせて約120名の参加でした。前半は4つの地域からイチオシ演題を報告し、後半は各地の班会の紹介・展示・体験(全17ブース・1つは当日中止)を行いました(2面に演題名・ブース内容を掲載)。日頃他の地域の活動を知る機会がありませんので、お互い楽しみながら参考にできる活動を出し合うことができました。

【理事コラム】

おいな おいな

私の健康習慣 伊勢地域理事 村田 幸男さん

伊勢地域の理事に就任して半年が経ちました。コラムには何を書こうか悩みましたが、医療福祉生活協同組合らしく、テーマを「私の健康管理?」としました。あえてテーマに「?」をつけたのは、今まで健康を意識して生活をしてこなかったためです。まずは健康管理とはなんぞやから始まりました。運動?睡眠?食事?と自分なりに考えてみました。今からさかのぼること5年前、奥さんが虹の橋を渡ってしまいました。夫婦二人での生活でしたから、掃除や洗濯などの家事は自分がやることになります。掃除は掃除機、洗濯は洗濯機、と機械がしてくれますが、食事は自分でしなくてはなりません。スーパーへ買い出しに行くものの、何をどれだけ買ったらいいのかわからず、作ってみても見たことも食べたこともないような料理が出来上がってしまう始末でした。結局は、食べたいものを好きなだけ食べるという生活が続き、定期健診で主治

医の荒木先生から血液検査の数値が悪いと色々注意を受けていましたが、ほとんど気にすることもなく過ごしていたのです。そんなある日、右手と顔面にしびれが発生。荒木先生に相談して日赤を受診したところ、脳梗塞との診断で、入院とリハビリの生活が始まりました。約1か月の入院を経て無事に退院できましたが、その間、担当医から私の生活状況を踏まえて専門家による食事指導を受けることになりました。現在は業者から毎日食事を配達してもらっています。栄養バランスの改善が目的です。さらに塩分の入っていないトマトジュースを200cc飲み、黒ニンニクを食べる習慣も続けています。にんにくは苗から自分で育てて、自宅で黒ニンニクに加工しています。これらが、少しでも食事面からの健康管理につながっていればと思っています。



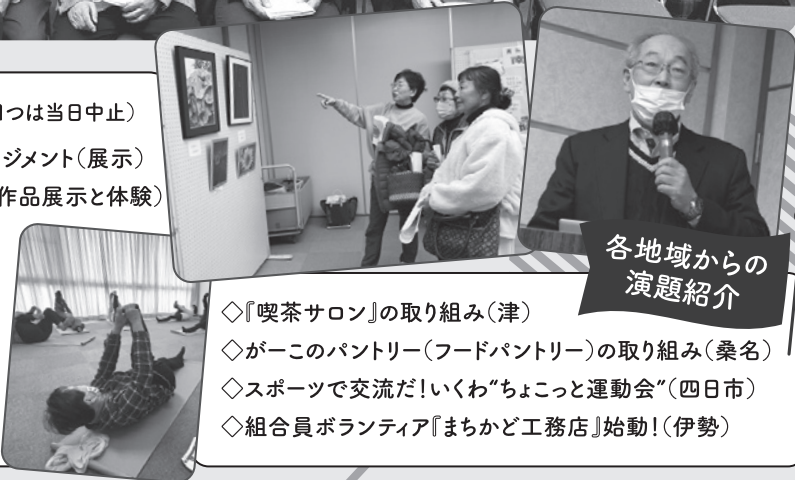
組合員活動交流集会



班会 紹介・展示・体験

【全17ブース】(1つは当日中止)

- ボドゲ(ボードゲーム紹介と体験) ○フラワーアレンジメント(展示)
- まちかど工務店(活動紹介とレク体験) ○ちぎり絵×2(作品展示と体験)
- 小物づくり(展示) ○つどい de ランチ(展示)
- Funglish(英語体験) ○生協カメラクラブ(展示)
- 支部活動紹介(展示) ○にこにこストレッチ(体験)
- ボッチャ(体験) ○麻雀(体験)
- SDGsカルタ(展示と体験) ○グラウンドゴルフ(体験)
- モルック(体験) 【中止】パソコン班会(展示)



各地域からの
演題紹介

- ◇『喫茶サロン』の取り組み(津)
- ◇ガーコのパントリー(フードパントリー)の取り組み(桑名)
- ◇スポーツで交流だ!いっくわ"ちょこっと運動会"(四日市)
- ◇組合員ボランティア『まちかど工務店』始動!(伊勢)

12月 理事会報告

日時 2025年12月27日(土)14:00~16:40

会場 地域支援センターえがおつどいホール・WEB

出席者 (出席理事)31名中28名 (出席監事)4名中3名

協議・報告事項

1. 年度末に向けた「しめくくり月間」の取り組みについて協議しました。4課題の達成と支部で掲げた目標の達成、担い手づくりに取り組みます。
2. 2026年度活動方針素案について提案が行われました。年度末に向けて討議を行い、活動方針を確定していきます。
3. 11月の経営状況について報告がありました。11月も事業収益は前年、予算とも下回りました。入院収益、外来収益ともに予算を下回りました。介護事業収益は前年を上回ったものの予算は下回りました。事業費用も前年も予算も下回りました。医療材料費、人件費、諸経費で予算を下回りました。経常剰余は前年を上回りましたが予算は下回る結果となりました。11月までの経常剰余の累計では予算を上回っていることが報告されました。

議決事項

1. 数年間住所不明となっている組合員の脱退処理の手続きについて決定しました。

オール地域で取り組んだ

地域医療を守れ署名

津生協病院
事務長
岩崎吉樹

三重民医連で緊急行動推進チームを立ち上げ、署名を広範囲に取り組みました。9,273筆(12月末現在)の署名が集まり、その一筆一筆に想いが込められ、様々なドラマがありました。署名をきっかけにお隣さんとこれまでなかったつながりができたと報告してくれた組合員さん。こんな取り組みを忙しい中やってくれてありがとう、と一緒にたくさんの署名を集めてくれた地域の各医療機関。署名を通して、医療、介護現場がおかれている現状をたくさんの方に知ってもらえたこと、そして、これらの運動は人とのつながりを生み、人から元気をもらう活動であることを改めて感じました。皆さんからお預かりした署名は全日本民医連を通じて2026年の通常国会に提出します。(送付済みです)

住所不明組合員の脱退処理の公示

定款第9条第2項の規定ならびに「住所不明組合員の脱退手続きに関する規約」にもとづき、住所の所在が確認できず、不明となっている組合員について、2026年3月22日までに住所変更の申し出がない場合、2026年3月31日をもって住所不明の組合員に対して自由脱退処理を行う予定であることを公示します。なお、該当の組合員より住所変更の申し出がされ、住所の確認がされた場合は脱退処理の対象から除外します。

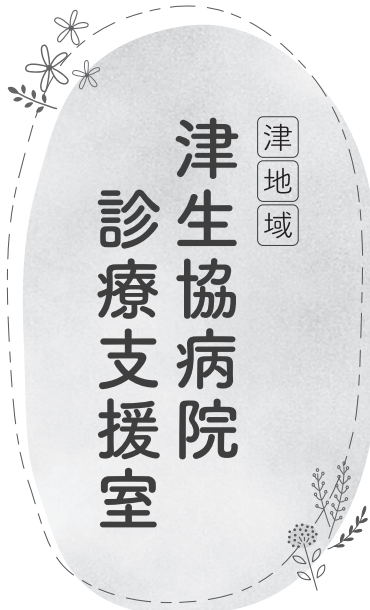


◆縁の下の力持ち＋α
私たち診療支援室は病院の引越しもとにもできた新しい部門です。日頃のさまざまな業務を通じて、津生協病院がみなさまにとってよりよい病院であり続けられるように、縁の下の力持ちとして日々働いています。

たとえば、医療機関は国や県などからさまざまな認可を受けて営むことができることとなっており、私たちは多くの事務手続きを行い、当院が1つの病院として営みを続けられるように日々管理をおこなっています。

また、当院のスタッフが患者様の医療情報を記録する「カルテ」の管理をおこない、医療の質の向上に努めています。

それともう一つ、縁の下の力持ちは少し違う側面も持ち合わせています。日々の医療活動をデータ面から分析し検討、新



また、当院のスタッフが患者様の医療情報を記録する「カルテ」の管理をおこない、医療の質の向上に努めています。

◆医療スタッフのよりよい環境整備
その他に、医療スタッフのさまざまな事務手続きや相談業務などに、医療を円滑に進めるために欠かせない体制や環境を整え、スタッフサイドでも病院づくりに携わっています。



たとえば医師の業務サポート役として、患者様が必要としている書類についての作成準備や管理、各種資格の管理・手続き代行、診療に必要な文献準備など様々なサポートを行い、医師が診療業務に集中できるようにすることも私たちの役目となっています。



◆「えんがわ」づくりの支えに
患者様と直接ふれあう機会が少ない部門ですが、利用されるみなさまがどのような想いをもって当院に来院されるのか、どのような病院であればみなさまの「えんがわ」としてあり続けられるのか、を常に考えながら、病院づくりの支えとして日々の業務に励んでいます。

スタッフ伝いではありますが、私たちが携わった業務に関してご満足いただけたという話を聞かせていただくことも多数あり、誇りとやりがいを感じています。



えがお編集委員からの挑戦状!!

BINGO

今月号を読んでビンゴを狙おう!

組合員活動交流集会のテーマが分かった	組合員活動交流集会のブースが分かった	班会に参加した
みんなクイズに挑戦した	「みんなのえがお」を読んだ	「おいなおいな」の筆者の名前が分かった
津生協病院診療支援室の役割が分かった	出資金増資をした	バッククッキングに挑戦しようと思った

組合員活動部 古野からの挑戦状です!

どうしてもビンゴができない! そんなあなたに。お困りの方は私が相談に乗ります。

組合員活動部 古野まで
059-330-0808

ビンゴが何個できるか、挑戦してみてください! みんなのえがおを読んでくれた方なら簡単でしょうか? 「みんなクイズ」の応募はがきに、ビンゴのご意見・ご感想もお待ちしております。

脳トレ! みんなクイズ

バラバラ三字熟語

例題にならって文字を並び替え、三字熟語を作りましょう。

例 シン ジャ + 青 = 青ジャシン (青写真)

バ	キ	チ	+	植	=	
ヒ	ン	ゲ	+	加	=	
ダ	メ	イ	+	金	=	
ワ	ド	ギ	+	俵	=	
ド	ウ	ゲ	+	水	=	

1号の答え

自	律	神	経
突	然	変	異
爆	弾	発	言
福	利	厚	生

応募方法① ハガきに、①答え ②住所 ③氏名 ④電話番号 ⑤「みんなのえがお」へのご意見・ご感想をお書き添えのうえご応募ください。抽選で5名の方に500円のQUOカードを差し上げます。

送付先 〒514-0803 津市柳山津興1548 みえ医療福祉生活協同組合 組合員活動部

締切日 ハガキ・QRともに2026年2月20日(当日消印有効)
※当選の発表は発送をもって代えさせていただきます。

応募方法② QRコードの応募フォームに必要事項を入力していただきご応募ください。
応募QRコード(携帯電話で読み取ってください)

●転居および氏名に変更があった場合は、組合活動部(059-213-8668)までご連絡ください。なお、定款に基づき、毎年定期的に全組合員に対して「みんなのえがお」を郵送し、住所の確認を行っています。住所の確認ができず、3年間連続して郵便物が返送されてきた場合は、みなし脱退の対象となります。

●機関紙は組合員のボランティアが手配りでお届けしています。郵送で届いている方で、ご近所への配布にご協力いただける方は、最寄りの組合員活動部へご連絡ください。

最新!

暮らしの
コラム

災害時の
調理法!

パッククッキング

三重県四日市市の桜地区には「桜ずきんちゃん」という防災隊があります。実践的な体験を通じて、災害時に直面する現実的な課題を学べるのが桜ずきんちゃんの特徴です。12月11日には四日市地域でパッククッキングの講座を開催していただきました。



パッククッキングとは?

耐熱性のポリ袋に食材を入れ、
袋のまま鍋で湯せんする調理方法です。

パッククッキングのメリット

- ☑ 普段の食品が使える
- ☑ 加熱に使った水が汚れないので再利用できる
- ☑ 袋に入れたまま食器によさえば食器が汚れない など



特に災害時は水が貴重です。水の節約だけでなく、期限が切れたペットボトルの水など飲み水に使えない水でも調理に活用することができます。また、ガスが止まってしまってもカセットコンロがあれば温かい食事が食べられることも特徴の一つです。

※ポリ袋は必ず湯せん調理ができる耐熱性のものをお選びください。



サンプル
レシピ♪

ごはん

- 材料
米 …… 1合(150g)
水 …… 220cc
- 作り方
① ポリ袋に材料を入れる
② 30分湯せんする
③ 10分蒸らして完成!



コーヒー蒸しパン

- 材料
ホットケーキミックス …… 75g
卵 …… 1/2個
缶コーヒー …… 50cc
- 作り方
① ポリ袋に材料を入れる
② よく混ぜてから30分湯せんする
③ 10分蒸らして完成!



●材料(4人分)

緑豆春雨	80g
人参	1/4本
青ねぎ	1本
豚こま(豚ミンチでも可)	100g
サラダ油(炒め用)	大さじ1
ごま油(仕上げ用)	小さじ1
醤油	20cc
砂糖	20g
酒	40cc
顆粒鶏がらスープ	10g
水	60cc
豆板醤	小さじ1/2~1/4 (お好みで)
こしょう	少々
おろし生姜	小さじ1/2
おろしにんにく	小さじ1/2

作り方

- ① 合わせ調味料をすべて合わせて混ぜておく。
- ② 春雨を熱湯に浸して10分ほどおく。(水道のお湯でも構いません)春雨が戻ったらザルにあげ、水切りしておく。
- ③ 豚肉は細切り、人参は千切り、青ねぎは細めの斜め切りにする。
- ④ フライパンに油を引き、豚肉を炒める。火が通ったら混ぜ合わせた調味料をいれ、沸騰させる。表面の余分な油と調味料のあくを軽くすくい取り、春雨と人参を加える。
- ⑤ 春雨に、調味料の水分を吸わせるように炒め、春雨が柔らかくなったら細く切った青ねぎを加え、仕上げにごま油をたらし、器に盛り付けて完成!



加熱しても煮崩れしにくい緑豆春雨を使って作るのがおすすめです♪

津生協病院 加藤唯(調理師)

とっておきレシピ

1人分
213kcal
塩分2.2g



中華風
春雨炒め