



国際協同組合年

2025年6月30日現在
組合員数 140,990人
班数 1,901班
出資金 2,039,590千円
ホームページ
鹿児島医療生協 検索

医療生協だより

2025年8月号

鹿児島医療生活協同組合
鹿児島市谷山中央5丁目12番3号
電話 (099) 268-8955
FAX (099) 269-7199

編集 機関紙編集委員会
発行責任者 専務理事 福 峯 清 行



みんな元気に行進しました

戦後80年 平和と憲法を次の世代につなげていきましょう！

2025年、日本は戦後80年という大きな節目を迎えます。戦争の痛みを知る世代が少なくなる今、私たちは平和をどのようにに次世代へと引き継ぐべきか、そしてその礎である憲法をどう守っていくべきかをみんなで考えていきましょう。

核兵器廃絶をアピール！

今年の国民平和大行進は、被爆80年そしてNPT再検討会議を来年に控え、平和で公正な

世界をめざして行われました。各地域では行進とあわせてスタンディング、自治体への要請行動を行い、鹿児島医療生協からのべ129名が参加しました。「暑かったけれど参加できてよかった」「核兵器廃絶の大切さを改めて感じました」と元氣よく地域にアピールしました。

(NPT＝核兵器不拡散条約)

平和への折り鶴にご協力ください

8月に広島、長崎で原水爆禁止世界大会が開催されます。今年は広島に7名の組合員、長崎に10名を超える職員が参加します。広島・長崎の被爆者の声を直接聞くことができる貴重な場であり、世界中の人々と協同して核兵器禁止条約をめぐる国際的な動きに触れることで、日本国憲法や世界の平和政策について考えるきっかけとなります。

今年は新たに平和の取り組みの一つとして各事業所に折り鶴コーナーを設置します。平和への願いを折り鶴に込めてください。8月末まで取り組み、一定期間展示したあと、広島・長崎・知覧へ奉納する予定です。受診

の待ち時間などで、みなさまのご協力をお願いします。



平和への祈りを込めて

平和について考える夏にしよう

ユニセフ（国連児童基金）が7月に発表した最新のデータでは、ウクライナの子どもの約70%、およそ350万人が、十分な食料や住む場所などを含む、基本的な物資やサービスを欠いた「物質的剥奪」の状態に暮らしています。物質的剥奪は貧困の指標で、栄養価の高い食品や適切な衣類、家庭の暖房、教材などの生活に必要な物を手に入れないことです。2022年2月以降、2700人を超える子どもが命を落とすか、けがを負っています。戦後80年、私たちは世界中で起きている戦争から目を背けず、平和のために何ができるか考え、平和と憲法を次の世代につなげていきましょう。



▼8月、日本にとって忘れてはならない日がやってきます。1945年8月15日、長く続いた戦争がようやく終わりを迎えました。終戦記念日は、戦争の悲惨さを振り返り、平和の尊さをかみしめる日です。今の日本の「平和」は、決して当たり前ではありません。だからこそ、この時期に考える必要があります。「正義とは、飢えた人に食べ物を与えること」「この一言に、やなせたかしの平和への思いが詰まっています。彼が描いたアンパンマンは、自らの顔をちぎって困っている人に差し出します。戦争を経験したやなせは、空腹と不安の中で「本当の正義とは何か」を問い続けたといえます。だからこそ、彼のヒーローは争わず、与えることで人を救います。終戦から80年近くが経とうとしている今、私たちができることは、記憶を風化させず、相手を思いやる優しさを次の世代に伝えていくことではないでしょうか。アンパンマンのように、誰かのために自分ができる事をする勇氣を持てる社会。それが、平和を守る力になる。「アニメだからできることだ」と言わず、私たちが真剣に考えていく必要があります。



第38回 鹿児島県高齢期を考えるつどい 長寿は宝！ 憲法を活かし 健康で平和な いのち輝く高齢期を

～みんなの連帯でひとりぼっちの高齢者をなくそう～

と き 2025年8月29日(金)
10時30分～12時30分

チケット代
300円

会 場 鹿児島市勤労者交流センター
多目的ホール
(鹿児島中央駅前キャンセビル8階)

定 員
300名



記念講演

「地震・水害・噴火からの
避難の仕方」

講 師：井村 隆介氏
鹿児島大学共通教育センター准教授

●プログラム●

10:30 開 会
10:45 記念講演
12:30 閉 会

お問い合わせ先

鹿児島医療生活協同組合 本部
健康まちづくり部

TEL: 099-260-3532



～わたしが「今ここ」にいる想い②～

鹿児島生協病院 薬剤部
井上 公博 さん



幼少期から親の仕事が看護師ということを知ってはいましたが、どんな職場でどんな理念を掲げているかなどは全く知りませんでした。年齢を重ねるにつれ、漠然と将来のことを考えていくうちに、親が勤める病院について知り感銘を受けました。それが鹿児島医療生協です。経済的に困難で病院を受診できない人にも手を差し伸べる病院、病気になる前の予防医療として、地域の人々が寄り合い、地域を巻き込んだ取り組みを行う病院。いつしか自分もこの病院で働き、地域の人々や困っている人の助けになりたいと考え入職しました。

入職後は日々の業務に翻弄されることが多々ですが、班会などの組合員活動、経済的に困窮している方への介入事例等を見聞きすると、医療生協に勤めていることを実感できます。自分もこの病院で、この地域のために何ができるか、日々考えながら業務にあたりたいと思っています。

協同組合をアピール！

国際協同組合年 かがしまつながるフェア 開催

7月5日(土)、鹿児島中央駅 AMU 広場にて開催された「つながるフェア」には、国際協同組合年を広く知ってもらい、共感や信頼につなげようと、鹿児島県内の10生協が参加しました。それぞれの生協が、野菜やパンなどの物販や、VR ゴーグルを使った防災コーナー、平和の展示など多彩なブースを設けアピールしました。鹿児島医療生協では「ベジチェック®」を行い、子どもから大人まで170名を超える方の「推定野菜摂取量」を測定。野菜摂取の大切さや、私たちの健康づくりの取り組みを知らせる機会となりました。また、虹の子保育園の園児によるダンスや、ジャンベ演奏、フラダンスなどのステージが会場を盛り上げました。



国際協同組合年とは？

国連は毎年特定のテーマを設定し、国際社会の関心を喚起し、取り組みをすすめるための「国際年」を制定しています。今年は、持続可能な生産と消費、地域への医療・福祉、全ての人が参加できる社会づくり等に貢献している「協同組合」を評価し、2025年を「国際協同組合年」とすることを宣言しました。



九条医療者の会
かがしま総会記念講演会

トランプ時代の 平和的国際秩序を探る

主催：九条医療者の会かがしま

8月11日(月・祝) 14:00-15:30
鹿児島市勤労者交流センター 多目的ホール
(鹿児島市中央町10番地 キャンセビル8階)
講師 五野井 郁夫 氏
高千穂大学教授。専門は政治学、国際関係論。

TEL: 070-6940-5635 (吉見)

どなたでも会場参加・zoom 参加できます
会場参加：入場料 500 円 zoom 参加：無料

zoom 視聴のお申し込みは
QRコードか
下のメールアドレスまで

メールアドレス: 9joiryo@gmail.com



調理師さん教えて

8月4日は
栄養の日鹿児島生協病院
調理師 新福 和人かぼちゃと
豚肉の南蛮漬け体力の落ちやすい夏場におススメな
栄養満点のかぼちゃと豚肉を使った南蛮漬けです

材料 3 人分

1 人分 / 330kcal 塩分 1.7g

かぼちゃ …… 250g	(A) 醤油 …… 小さじ1
豚こま肉 …… 250g	酒 …… 小さじ1
ミョウガ …… 2～3個	(B) 酢 …… 大さじ3
小ねぎ …… 2、3本	醤油 …… 大さじ2
	砂糖 …… 大さじ2
片栗粉 …… 大さじ1	鷹の爪 (小口切り) …… 適量
サラダ油 …… 適量	水 …… 100cc

作り方

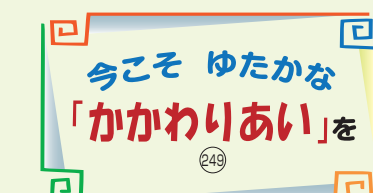
- ① かぼちゃは1cmの厚さに切る。ミョウガは縦に半分に切り、縦に薄切りにする。小ねぎは小口切りにする。
- ② (B) の材料を耐熱ボウルに入れ、600W のレンジで1分間加熱し、ミョウガを加える。
- ③ 豚こま肉に (A) を揉みこみ、片栗粉をまぶす。フライパンにサラダ油を1cm ほど入れ、かぼちゃを並べ入れて両面揚げ焼きにする。油を切って②に漬ける。豚こま肉も同様に揚げ焼きにし、②に漬ける。
- ④ 仕上げに小ねぎを散らす。

活でモヤモヤする場面とその原

繋げたいです。

その中で、小・中・高校生に「生
活でモヤモヤする場面とその原
繋げたいです。」
横のつながりを深めることにも
います。また、活動団体間の
える場を作っていきたいと考え
本音で話し合い、対等に考え合
どもの権利」を見つめ直すこの
活動を通じて、子どもも大人も
に企画しているものです。「子
地域づくりの団体や子どもと共
す(2025年12月6日・7日、
会場「鹿児島大学他」)。これは
に企画しているものです。「子
どもの権利」を見つめ直すこの
活動を通じて、子どもも大人も
に企画しているものです。「子

現在、全国持ち回り開催の「子
どもの権利条約フォーラム」を
鹿児島で行う準備を進めていま
す(2025年12月6日・7日、
会場「鹿児島大学他」)。これは
に企画しているものです。「子
どもの権利」を見つめ直すこの
活動を通じて、子どもも大人も
に企画しているものです。「子

～本音で語り合う場を、
あなたと共に～

園田 愛美

特定非営利活動法人 かごしま子ども
食堂支援センターたくして

「因」についてアンケートを行いました。最も多かったのは「休
むゆとりがない」「人にどう思
われるか気になる」「大人が先
に決めている」といった声。子
どもたちが気持ちを表現できず、
意見を聞いてもらえていない実感
がない、という現状を変えるた
め、まずは少人数からでも子ど
もと大人が同じテーブルで対話
する活動を県内で広げています。
先日、指宿での出来事です。
「つい我が子に『早く早く』と
言ってしまう」というお母さん
に、別の家庭の小学生の男の子
が「何も言わずに時計を指さし
てみたら？自分で気づくんじゃ
ないかな」と一言。大人は「な
るほど」とうなりました。親は
愛情があるからこそ、失敗しな
いよう先回りしたり、あれこれ
させようとしがちです。しかし、
子どもの視点が大人に与えてく
れることは多く、信じて子ども
の声に耳を傾ける機会が本当に
大切だと実感します。
12月まで、フォーラムへの機
運を高めるプレ集会を県内各地
の皆さんが企画しています。ぜ
ひ一緒に子どもたちの声を聞き、考
えてみませんか？興味のある方
はぜひご連絡ください。
(連絡先 事務局 099・296・8210)



《すこしお》とは

【少しの塩分ですこやかな生活】をめざす医療福祉生協の取り組みの総称です



すこしおの強い味方「カリウム」について知ろう！

はたらき

体内のナトリウム（塩分）の吸収を抑え、尿への排泄を促すので血圧の上昇を抑えます。また、筋肉の動きをよくします。

欠乏症

普通の食事では不足することはありません。大量の汗をかき、カリウムが汗と共に失われて起こる低カリウム血症が「夏バテ」の原因と言われています。

特徴

水や調理で失われやすい性質をもっているため、洗う・水に浸す・茹でるなどの時間を短くするのがオススメです。

カリウムの多い食品 芋類、果実、種実、生野菜、海藻、豆類

さつまいも（中1本）	450mg	干し柿（1個）	580mg
乾燥ひじき（10g）	440mg	アーモンド（40g）	300mg
バナナ（1本）	390mg	納豆（50g）	350mg

目安摂取量
成人で1日
2500mg
(2.5g)

★医師からカリウム制限を指示されている場合は、その指示に従ってください。

職員研修にドキドキの参加

7月5日、職員の研修に組合員の立場で参加しました。私たちのグループは職員と組合員7名で交流しました。看護師さんとリハビリ部の方からは日常の仕事の内容など分かりやすく説明してくださいました。会話の中から職員の皆さんのがんばりや優しく接しようという心づかいが良く分かりました。



笑いあり 緊張ほぐれ 弾む会話♪

私たちはまちかど健康チェックなど地域での活動を紹介しました。私は初めての参加で緊張しましたが、とても良い機会になりました。これからも職員と組合員が力をあわせて共にがんばりたいと強く思いました！

（谷山支部 有馬 育子）

ワンポイントアドバイス



夏本番！リモコン1つでできるエアコン節約術

①風量は弱より自動運転に！

弱から始めてしまうと、部屋が冷えづらくエアコンの負荷が増えてしまいます。自動運転は最も効率よく、快適に冷えるよう風量の調整を行ってくれます。

②風向きは斜め下より水平方向に！

風向きを水平にすることで、冷気が上から下へ循環するので、部屋全体がすぐに涼しくなります。

③暑い日の30分以内の外出はつけっぱなしに！

エアコンはスイッチを入れた時に最も電気代がかかるのです。外出の際には、時間を考慮してエアコンをつけるか切るかを決めると良いでしょう。

④暑い時は1℃下げるより強風設定に！

温度を下げるよりも風量を強める方が消費電力は少ないそうです。

生き生き組合員

わたしも主人公

歩くことで平和をつなぐ

「原水爆禁止国民平和行進」の出発集会がみなと大通り公園で行われました。戦後80年の節目の年ということもあり、平和に向けての願いを届けようと鹿児島北部ブロックからもたくさんの組合員が参加しました。街を歩く私たちの姿を見て少しでも関心を持ってくれたらいいなと思いつつ鹿児島中央駅まで歩きました。周囲の景色を見ながら行進することで新しい発見もあり、参加者同士の交流の機会にもなりました。この一歩一歩が広島・長崎へ続いていると思うと、平和を願わずにはいられません。



たくさんの参加が大きなちからに！

（吉野東支部 國生 順子）

笹の葉香る一枝の七夕作り

「笹の葉サラサラ♪」と模造紙に書かれた墨文字の七夕の歌を20人で懐かしく楽しく唄い、7月の田上支部「ほほえみサロン」が始まりました。前月から行っていた七夕作りの総仕上げの日です。

小さく切った折り紙で、三角・四角・輪つなぎなどを作り、とっても可愛らしく、光り輝いた飾りが出来ました。五色の短冊には、それぞれの夢や願いを書き「こより」不足の短冊はセロテープを代用しました。作り終えて「一人一枝」の七夕飾りを持つ組合員の満足そうな笑顔がありました。

楽しくご参加いただいた皆さんに感謝です。（田上支部 中村 公代）



願いごと届くかな

買い物ついでに健康チェック

国分北支部では、コープ国分店で健康チェックを行っています。今回は初めてミスタードーナツの店舗前で行い、場所変更の案内ボードでお誘いしました。

「血圧は毎日測っているよ」「血液サラサラの薬を飲んでいるよ」といった、毎日の暮らしの中で気を付けていること、自分の病気のこと、日々の介護の困りごとなど、測定結果だけでなく話が広がり参加者との交流があります。その中で私たちも驚きや、感心すること、気づきがあり学ばされます。地域の中で、病気があっても自分らしく暮らせるよう、その一つ一つの気づき、振り返りに健康チェックが役立っていればと思います。（国分北支部 ハケ代 加津子）



今日はここで健康チェックしてたんだね！

みんなで笑うっていいね！

星ヶ峯支部では、5月から脳いきいき教室をたまり場にて開催しております。以前から地域組合員より要望があったので、待望の開催！毎回20名ほどの参加者で脳いきいき5か条の振り返りやリラックス体操、音読、ゲームを楽しみます。げんこつゲームはグループでゲートを重ね合い、上・下の声掛けで動かすゲームですが、なかなかスムーズに出来ず大笑い！「皆で笑うと楽しい」「脳にききそう」とわいわい楽しい時間を過ごしています。脳をいきいきさせるために11月まで楽しく続けていきたいです。

（星ヶ峯支部 永田 智子）



出来なくても
おかしくて大笑い

平和について思う

郡山松元支部 豊田 節子

終戦直後の昭和21年に生まれた私。戦争体験はありませんが、91才で亡くなった父は、戦争中、中国本土に召集されていたようですが体調不良になり帰されたそうです。そのおかげで私は、この世に生を受けることができました。それでも、その後、父の口から戦争についての話を聞いた記憶はございません。つらい思い出ばかりで話せなかったのだと思います。今、世界中で毎日のように繰り返されるニュースの残酷な風景、子ども達の悲しい顔、痩せた体、モクモクと上がる怖い黒煙、なぜ止められないのでしょうか？なぜ仲良くできないのでしょうか？日本でも80年間戦争はありませんでしたが、馬毛島開発、沖縄の問題、隣国のあやしい動きなど気になる事の多い毎日が続いています。今、なんとか保たれている日本の平和が子や孫の時代もずっと続いていきますように、みんなががんばりましょう。



気になる子どもの生活習慣

鴨池生協クリニック

小児科医師 松下 賢治

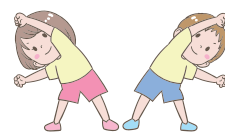


私も小児科医となり50年になります。私の子ども時代の夏休みは、自分の思うままに生活できる時間でした。今回、最近の考えも入れながら夏休みを過ごす大事なポイントについて、思いを述べてみます。

睡眠不足解消 このことは今、大人でも気にされる方が増えています。今、学校医をしている中学校の健診では、深夜1時、2時過ぎに眠る子ども、朝起きられないため朝食をとらずに学校に来る子どもが見受けられます。ほんの一部の子ですが、睡眠の大切さを改めて感じています。

親の生活リズムが影響しているケースも見られます。日本の女性の睡眠時間は世界一短いことも話題です。朝、日光の刺激でメラトニンが産生され、夜寝るときは、明かりを少なくすることで良く眠れるのです。ストレスを抱えて睡眠が浅い親子も増えています。2017年にノーベル賞をもらった時計遺伝子の話をご存じでしょうか。眠りは生活習慣病の発症にも関係しているようです。

朝方起きるのが苦手な子は、少し頑張って起きて、散歩や夏休みならラジオ体操（テレビ放送も活用）の時間を作ってみませんか。朝早い時間か、昼間の適度な運動も睡眠に役立ちます。



ゲーム依存の生活改善 先の中学生の健診でも、睡眠不足の一番の原因はゲーム依存でした。ゲームに、はまる原因となる快感物質が注目されてきています。脳が興奮状態になり、もっと遊びたいという気持ちが予定のゲーム時間を長くしているようです。

本人の楽しさを一方的に奪うことはできませんが、日常会話を増やし、新聞・テレビの話題から学べるもの、大切なことを伝える時間を増やすことは可能です。会話や読書は人の主張・考えの違い・伝え方・多様性という言葉だけでなく、生きた教科書です。この夏休みに読書週間を作りませんか？



食の課題 “食べることは生きること”といわれます。朝起きられず朝食をとらない子どもが見られることは前述しました。熱中症予防に生活リズムや朝食が大事との指摘もされています。朝食の内容については、小学校の健診でパン食、9割という結果にびっくりしています。甘いパンに偏りすぎないようにするなど工夫しましょう。便秘傾向の子どもも増えています。

野菜不足は腹ペコになると改善するものです。苦手なものがあるのは当然ですが、体を動かしてお腹がすいたら、野菜もたいてい食べてくれます。生活リズムを改善して、おいしく食べられる生活を目指していきたいものです。



これらのポイントに気をつけながら生活リズムを整えて過ごし、元気に2学期を迎えましょう。

参考資料

1. スマホ時代に必携のセロトニン習慣（マイウェイムック）
2. 子どもの睡眠 早寝早起き ホントに必要な？（草土分化）
3. 子ども夜更かし脳への脅威（集英社）
4. 自然のリズムに合わせて暮らす（食べ物通信 1993）
5. 子どものデジタル脳 完全回復プログラム（飛鳥新社 2022）

8月 外来診療のご案内

○異動や学会出張の関係で医師の体制が変更になる場合がありますのでご了承ください。
○斜線は休診です。夜間、日曜、祝日等の救急の時は、鹿児島生協病院へいつでもご相談（お電話）ください。
○訪問診療（往診）のご相談は国分生協病院、各クリニックへお電話ください。

<総合病院 鹿児島生協病院>

☎099-267-1455 8/14~15は通常診療となります



		月	火	水	木	金	土
午前 8:30 ~ 12:00	救急・紹介	交 替	交 替	真 弓	野口 (1,3) 交替 (2,4)	大 川	交 替
	整形外科	樫田・行田 重盛	小柴・重盛	駿河・行田		小柴・駿河 樫田 (2,3,4,5)	交替 (2,4)
	リハビリ	行 田	交 替	行 田		駿 河	交替 (2,4)
	眼 科	福宿 (1) 山藤 (3,4)	福宿 山藤 (1,3,4)	(予約) 福宿 福留・山藤	(予約) 福宿 福留・山藤 (1,3,4)	福 宿 福 留	福宿 (1,3,4) 福留 (2,4,5) 山藤 (1,2,3,5)
	婦人科		柳 田		柳 田		
	泌尿器科	白 浜	白 浜		白 浜	白 浜	白浜 (2,4)
午後 13:45 ~ 16:30	救急・紹介	交 替	交 替	真 弓	野口 (1,3) 交替 (2,4)	大 川	交 替
	眼 科	福留・山藤 (16時まで)	(予約) 福宿		福 宿	(予約) 福宿・山藤	
	婦人科		柳 田				
	泌尿器科 (初診受付 16時まで)					白 浜	

※午前の整形外科・眼科・泌尿器科の初診受付は 11 時 30 分までです。

<国分生協病院・デイケアいきいき>

☎0995-45-4806 8/14~15は休診となります



		月	火	水	木	金	土
午 8:45~11:00	一般内科	吉 見	吉 見	長 谷	山下義	吉 見	
		交 替	交 替	久 保	交 替	久保 (2,4)	
	予約内科 8:45~12:00	前村良 (1,3,4)		樫田祐 (1,2,4)	前村良 (1,3,4)	樫田祐 (1,2,5)	
		山下義		樫田久 (1,4)	藤 崎	樫田久 (1,2,5)	
				小坂元 (1,2,3)	久 保		
				楠元 (4)	大 山	長 谷	
前 8:45~12:00	循環器 (予約) 8:45~12:00	中野 (1)	中野 (1,3) 川 嶋 (2,4)	吉 見	吉 見	川 嶋	
	外 科 9:30~12:00			税 所		鎌 谷	
	小児科 9:00~12:00	玉 江	玉 江 (予約) 酒井 (2,4)	玉 江	森 田	交 替	玉江 (3)
	内科 14:00~15:30	交 替	交 替		交 替	交 替	
午 14:00~17:00	予約のみ 14:00~17:00		山下義		大山・吉見 藤崎	山下義 樫田久 (1,2,5) (14:30~16:00)	
	予防接種 / 健診 (予約のみ) 14:00~16:00	玉 江				交 替	
	予約診療 ※曜日によって 診療時間が 異なります		酒井 (2,4) (14:00~17:30)		森 田 (14:00~16:30)		

※ 4 月より内科一般診療の午後の受付時間は 15 時 30 分までとなります。時間外の外来診療は行っておりません。急患など体調不良の際は、お電話にてご相談ください。

<谷山生協クリニック・歯科・デイケアたにやま>

☎099-210-2211

歯科直通 ☎099-267-6480



8/14~15は通常診療となります

		月	火	水	木	金	土
午前 8:30 ~ 11:30	①	養 輪	交 替	養 輪	養 輪	交 替	
	②	溝 口	檜 作	春 田	檜 作	交替 (1,5)・甲斐 (3) 山口昭 (2,4)	
	③	前村清	山口昭 (1,3) 交替 (2,4)	山口昭	永 田	溝 口	
	④	中村竹	溝 口	山下英	山下英		
	呼吸器	山下英 (3,4)		栃 木	山口昭	山下英	山口昭 (2) 養 輪 (4)
	循環器	春 田	馬 渡	馬 渡		馬 渡	春田 (1,2,5)
午 8:30 ~ 12:00	消化器		黒葛原			北 島	黒葛原 (2,4)
	内分泌	佐々木直	佐々木直		(総合内科) 坂 口	久保徹	(総合内科) 檜 作
	腎	屋 (3,4)		上村 (1,2,3)	上村 (1,2,3)	上村 (1,2,3,4)	上村 (1,2,4)
	神 経					木 田	
	①			(心) 西 畠		(心) 西 畠	西 畠 (1,3)
	②	中村亨	中村亨	中村亨	交 替	井 上	交 替
前 8:30 ~ 12:00	③	樋之口 (1,3) 酒井 (4)	樋之口	酒井 (2,3,4) 交替 (1)	井 上	交 替	交 替
	④			井 上	片 山	池田 (2,3,4,5)	交 替
	予約・特診	(予約) 西 畠	(予約) 西 畠	(内分) 森田	(腎) 玉江 (2,4)	(神経) 酒井 (1,2,4,5) (内分) 森田 (1,3,4)	
	外科 8:30~12:00	木藤 (3,4) 吉田 (1)	鈴 東	吉 田	木 藤	木 藤	交替 (1,3)
	歯科 9:00~12:45	瀬戸山・友松 上 菌	瀬戸山・友松 上 菌	瀬戸山・友松	瀬戸山・友松 上 菌	瀬戸山・友松 上 菌	瀬戸山・友松
	①	檜 作	交 替		山口昭	永 田	
午 13:45 ~ 16:00	②	溝 口	山口昭 (1,3) 交替 (2,4)		永 田	溝 口	
	③	交 替	溝 口 (内分) 藤崎		交 替	交 替 (内分) 久保徹	
	健診・予防接種						
	ワクチン	交 替	交 替		交 替	交 替	
	健 診				吉 見		
	特 診					(心) 西 畠 (神経) 酒井 (1,2,4,5)	
後 14:00~17:00	①	池 田	嶽 崎		中村亨 (1,2,3) 交替 (4)	嶽崎 (1,2,3,5) 交替 (4)	
	②	酒 井	井 上		川畑聡	片 山	
	特 診	(内分) 森田 (1,4) (内分) 森田 (1,2,4)	(喘息) 樋之口 (内分) 森田 (1,2,4)		(腎) 玉江 (4) (アレルギー) 井上 (1,2,3)	(神経) 酒井 (1,2,4,5)	
	歯科 17:00~20:00	瀬戸山	友 松		友 松	瀬戸山	
	①	池 田	嶽 崎		中村亨 (1,2,3) 交替 (4)	嶽崎 (1,2,3,5) 交替 (4)	
	②	酒 井	井 上		川畑聡	片 山	

組合員バスのお知らせ

月 木 曜日 喜入・坂之上コース
火 金 曜日 谷山北部コース
水 土 曜日 紫原・鴨池コース

鹿児島生協病院

時刻表の詳細は
右の QR コード
を読み込んで
ください。

7/15~16

九州沖縄ブロック組合員交流研修会 参加報告

九州沖縄ブロック組合員交流研修会は、九州・沖縄の8つの医療生協が互いに学び合い、より豊かな組合員活動を広げるための学習・交流を目的に開催されています。今年は大分で開催され、全体で約400名、鹿児島から77名の組合員・職員が参加しました。



1日目

基調報告、記念講演、単協報告が行われました

記念講演



講師：中澤桂一郎医師
(利根保健生協)

「すごいんです・お口の健康法の極意教えちゃいます」と題した講演では、口呼吸が多くの病気の原因になっていることを学びました。普段は無意識にしている呼吸を意識し、噛む力・舌の力・飲み込む力を鍛えてオーラルフレイル予防をしていくことが大切であると力強く訴えられました。

単協報告

4つの生協から報告がありました。鹿児島医療生協はすこしお(減塩)の取り組みについて報告を行いました。

夕食交流会

他生協の
組合員さんとも
楽しく交流



2日目

分科会が行われました。一部をご紹介します

お口の健康



「口の健康は全身の健康状態に関わる」という学習講演の後、舌圧、体組成、握力など全身の機能測定を行い、フレイル予防を意識した学習が行われました。

スクエアステップ



1人で踏むステップだけでなく2人組でのステップにも挑戦しました!参加者からは「良い運動にもなり、参加者同士会話も生まれる。ぜひ地域に広めたい」など感想がありました。

平和のとりくみ



大分の弾薬庫問題などについて報告がありました。意見交換では「平和な生活を守り続けなければならない、という思いは地域を越えて同じだと改めて感じた」などの声があげられました。



読めばわかる

本紙のどこかに
答えがあるよ!

医療生協だよりクイズ



《応募方法》

ハガキに ①クイズの答え ②生協だよりの感想、ご意見 ③郵便番号・住所 ④氏名 ⑤年齢(年代) ⑥電話番号などをご記入の上、ご応募ください。正解者の中から抽選で5名の方にクオカードをプレゼントいたします。

《宛て先》〒891-0141 鹿児島市谷山中央5丁目12-3
鹿児島医療生協 生協だよりクイズ係

スマートフォン等で右のQRコードを読み取ってのご応募も可能です。➡



●締め切りは 2025年8月31日(当日消印有効)

※ ご記入いただいた個人情報は、本アンケートに関わる目的にのみ使用し、他の目的には使用いたしません。
※ 当選者は医療生協だより 2025年10月号でお知らせいたします。
※ いただいた感想を掲載することがあります。予めご了承ください。

6月号クイズ当選者《おめでとうございます》

上村優さん/久木野公子さん/林町子さん/槐島妙子さん/平田陽子さん

- ①今年新たな平和の取り組みの一つとして各事業所に〇〇〇コーナーを設置します。
- ②かごしまつながるフェアで、鹿児島医療生協では「〇〇〇〇〇〇」を実施しました。
- ③調理師さん教えて 8月4日は〇〇の日です。
- ④星ヶ峯支部では、5月から〇〇〇〇〇〇教室を開催しています。
- ⑤九州沖縄ブロック組合員交流研修会 in 大分が開催され、〇つの医療生協が交流しました。