2025 国際協同組合年

2025年７月31日現在
組合員数　140,991人
班数　1,902班
出資金　2,038,872千円

ホームページ　鹿児島医療生協　検索

医療生協だより

2025年９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

みんなの力で医療生協を強く大きく
誰もが健康で居心地よく
くらせるまちづくりを目指しましょう

10月から生協強化月間がはじまります。９月は準備の月になります。医療生協は、地域の人々と職員がともに組合員として健康で安心してくらせる社会を目指し、協同の力で医療・福祉サービスを提供する組織です。今年もみんなで健康づくりまちづくり活動の準備をすすめましょう。

夏の親子平和企画に取り組みました

平和を考える企画として夏の親子平和企画に取り組みました。今年は平和ＤＶＤ鑑賞、折り鶴作成、紙芝居・絵本の朗読、戦時中の食事についての学習、また戦跡めぐりで万世特攻平和祈念館見学などを行いました。参加した子どもから「戦争で家族や友達をなくしてしまったときの悲しさがよく分かった。平和はすてきだなと思った」「今の日本の平和がずっとつづくといいなと思いました。みんななかよくして今の平和を未来につなげたいと思いました」「せんそうの時、食べるものがなく、今私はたくさんの食べ物にめぐまれていてとてもよかったと思った」と感想が寄せられ、子どもたちが戦争の悲しさや平和の大切さについて考えるきっかけとなる、意義深い時間となりました。

特攻隊や原爆の話に聞き入る子どもたち

平和文集は戦後80年特集号として

医療生協では、１９９０年に戦争体験文集「よくもまぁ～生きちゅったもんダ！」を発行、２００４年より「平和文集」に名称を変更し現在に至っています。これまで２８７名の方から戦争体験談を寄稿していただきました。今年は戦後80年特集号として平和文集第41号を発行します。戦争体験談には、学童疎開、知覧での空襲の記憶、配給についてなど11名の方から貴重な証言が寄せられています。その他にも、原水爆禁止世界大会参加報告、県内の戦跡紹介、絵手紙（平和へのメッセージ）など多彩な内容を盛り込んでいます。戦争の記憶を語り継ぎ、今の平和を守ることは、私たち一人ひとりの大切な役割です。地域みんなで、平和な未来を育てていきましょう。

大雨で被害にあわれた皆様へ

８月に発生したこれまでにない規模の大雨により被災された皆様に、心よりお見舞い申し上げます。

鹿児島医療生協では、私たちにできることとして窓口での募金箱設置や、組合員との協同によるバザーなど取り組みを行っております。寄せられた募金は、義援金として被災された自治体へお届けいたします。

皆様の一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

まちなみ

▼９月15日、祖父母に感謝の言葉を贈る日がやってきます。「敬老の日」は、兵庫県の村で始まった「としよりの日」が起源だといいます。高齢者を敬い、知恵を借り、長寿を祝うという趣旨は、今も変わりません。２０２５年には65歳以上の割合が30％を超える見込みで、特に75歳以上（後期高齢者）の人口は２０００万人以上になるといわれています。高齢者は、「過去を知る」だけの人ではありません、その時代の変化を生き抜いてきた経験の宝庫であり、私たちが知らない価値観や知恵を豊富に持っています。たとえば、戦後の混乱期を生きた人々は、物のありがたみや人との絆を肌で知っている。その語り口には、教科書では得られない説得力があります。一方で、老いは誰にでも訪れます。敬老の日は、未来の自分を敬う日でもあります。年を重ねることは、衰えではなく、経験の積み重ねです。心は豊かになり視野は広くなります。敬老の日は、そんな『人生の先輩』たちに、ありがとうを伝える日。そして、未来の自分にとっても「年を重ねるのって、悪くないかも」と思えるような日であって欲しいです。

2025年度 秋の班長会企画

参加をご希望の方は、運営委員または下記まで事前にお問い合わせ下さい。
鹿児島医療生協　健康まちづくり部　☎099-260-3532

支部	日程	曜日	時間	学習・交流企画
川辺北	９月26日	金	10:00～	グラウンド･ゴルフ（雨天時は、笑いヨガ）
川辺南	９月19日	金	10:00～	帯状疱疹について
南さつま	９月20日	土	10:00～	帯状疱疹について
枕崎	９月16日	火	10:00～	あなたにもできる健康法
枕崎西	９月25日	木	10:00～	平和への祈りをこめて（平和学習）
知覧	９月26日	金	10:00～	すこしおについて
谷山	９月11日	木	10:00～	脳梗塞と心筋梗塞の予防
西谷山	９月10日	水	10:00～	研修医奮闘記
谷山東	９月16日	火	10:00～	誤嚥性肺炎、無呼吸症候群とは？
小松原	９月　８日	月	10:00～	スクエアステップ
坂之上	９月　８日	月	10:00～	スクエアステップ
福平	９月11日	木	10:00～	スマホ決済について
喜入	９月18日	木	10:30～	認知症サポーター養成講座
指宿	９月24日	水	10:00～	年金について
中山	９月　９日	火	10:00～	みんなで支える介護
郡山松元	９月11日	木	10:00～	エンディングノートについて
日置	９月12日	金	10:00～	ニュースポーツ体験
薩摩川内	９月　８日	月	10:30～	ニュースポーツ体験
皇徳寺	９月24日	水	10:00～	裸足でニュースポーツ
星ケ峯	９月　９日	火	10:00～	すこしおカルタをやってみよう!
宇宿	９月10日	水	10:30～	筆ペン1本でかける「書」教室

支部	日程	曜日	時間	学習・交流企画
桜ヶ丘	９月16日	火	10:00～	研修医奮闘記
鴨池	９月　２日	火	10:00～	スクエアステップ
鴨池南	９月　９日	火	10:00～	椅子に座ってストレッチ&筋力アップ体操
荒田	９月25日	木	10:00～	楽しくできる！腰痛肩こり改善体操
八幡	９月29日	月	10:00～	防災について
紫原	９月19日	金	10:00～	スクエアステップ
西紫原	９月18日	木	10:00～	我が家の水道と下水道
田上	９月　３日	水	10:00～	スクエアステップ
城山	９月　８日	月	10:00～	骨折・転倒予防の体操
明和	９月　４日	木	10:00～	栄養士さん教えて！
城西	９月　６日	土	10:00～	脳ドックについて
吉野	９月　９日	火	10:00～	スクエアステップ
吉野東	９月　８日	月	10:00～	すこしおカルタをやってみよう！
吉野北	９月10日	水	10:00～	脳ドックについて
国分	９月24日	水	10:00～	すこしお生活~おいしく減塩するコツ~
国分北	９月　８日	月	10:00～	認知症予防について
国分南	９月30日	火	10:00～	サプリメントや薬の飲み方について
隼人	９月25日	木	10:00～	健康に暮らすために
隼人南	９月13日	土	10:00～	貯筋体操
牧園	９月10日	水	10:00～	高齢者の食事について
姶良	９月18日	木	10:00～	ニュースポーツにチャレンジ！

戦後 80 年企画

戦中・戦後の食生活を知り、平和への想いを馳せよう

平和について改めて考える機会にと、まちづくり委員会で作成した「戦中戦後の食べ物パネル」を、鹿児島医療生協の事業所で展示しています。地域の組合員から得た２００件を超える情報をもとに４枚のパネルにまとめました。今では口にすることのない昆虫や野草、芋のつるや葉などの食材もあり、当時の食糧難が想像できます。この機会に、ぜひご覧ください。

※８月９日付の南日本新聞で紹介されました

今後の展示予定

展示場所	展示期間（予定）
吉野生協クリニック	９月 １日（月）～９月 ５日（金）
鴨池生協クリニック	９月 ８日（月）～９月12日（金）
中山生協クリニック	９月16日（火）～９月19日（金）
坂之上生協クリニック	９月22日（月）～９月26日（金）

原水爆禁止 2025 年 世界大会 in 広島

８月４日～６日
組合員６名、職員１名で広島の世界大会に参加しました

基町高校の生徒さんと被爆者の方による「原爆の絵」を制作した経緯を、胸が詰まる思いで聞きました。声なき人々の想いを後世に伝えるべきです。私自身も核についてまだ分からない面があるのですが、とにかく核をなくすことが大切だと思います。
（西紫原支部　山田あさ子）

初めて参加しましたが、長く活動している歴史を感じました。テレビで知られているこの大会を３日間体験して、世界各国から子ども・若い世代・シニア世代がたくさん参加されていることに驚きました。
（城西支部　松田朋子）

基町高校生徒による「原爆の絵」の取り組みへの想いを聞き、未来の子ども達へのバトンをつなぐ使命感の強さに感動しました。平和の大切さを継承するために、今できる一歩をみんなで取り組む活動を広めていきたいと思います。
（国分支部　佐藤承代）

栄養士さん教えて
毎日プラス
一皿の野菜を

鹿児島生協病院
管理栄養士　安樂 優里

❶ オクラとトマトの和風サラダ

夏の疲れが出やすい時期ですが、水分やビタミンなどの栄養素が豊富なオクラとトマトは夏バテ予防にも効果的です

❷ キャロットラペ

キャロットラペはフランスの定番家庭料理の一つで、ラペとはフランス語で千切りや細切りを意味する言葉です。人参に含まれるβ-カロテンは視力や免疫力向上などの効果もあるため、ぜひ日々の食事に取り入れてみてください

❶ 材料２人分 （1人分　カロリー 60kcal　塩分 0.5g）

- オクラ …… ６本
- トマト …… 小１個
- A
  - めんつゆ …… 大さじ２
  - ごま油 …… 大さじ１
  - 砂糖 …… 小さじ１
  - かつお節 …… 10g
- 白すりごま …… 適量

作り方

① オクラは板ずり後、さっと茹で、5㎜幅の小口切りにする。
② トマトは一口大に切る。
③ A を合わせてよく混ぜ、①②を加え、和える。
④ 仕上げに白すりごまを上からかける。

☆オクラは板ずりをすることで、味が染み込みやすく、色も鮮やかになります。
☆お好みで塩昆布を入れてもアクセントになります。

❷ 材料２人分 （1人分　カロリー 150kcal　塩分 0.1g）

- 人参 …… 40g
- ささみ …… 80g
- コーン …… 20g
- A
  - 酢 …… 大さじ２
  - オリーブオイル … 大さじ１
  - 砂糖 …… 大さじ１

作り方

① 人参はスライサーかピーラーで薄くスライスする。または、千切りにする。
② ①にラップをふんわりかけて、電子レンジ（500w）で約 30 秒加熱し、粗熱が取れたら水気を絞る。
③ ささみを茹で、食べやすい大きさにほぐす。
④ コーン、②③を合わせ、A を入れてよく混ぜ合わせる。

今こそ ゆたかな
「かかわりあい」を
250

～終戦記念日の夕陽～

園田 愛美
かごしまこども食堂支援センター
たくして 理事長

２０１６年に地域住民で立ち上げた「森の玉里子ども食堂」は、今年の６月で９年が経ちました。毎月第１土曜日の昼ご飯と、第３金曜日の夜ご飯です。

今年８月の第３金曜は15日の終戦記念日。カレンダー（予定）通りに準備したところ、いつもより少なめでしたが９組の親子が35畳の福祉館の和室に集い、10数名のボランティアとともに、みんなで食事と団欒（だんらん）の時を過ごしました。

この前まで赤ちゃんだったような気がする、まだ片言の可愛い男の子が小さな指を外に向けて、「ママ、みて、あかい」…指の先には、男の子の頬（ほお）と同じように赤い、くっきりとした丸い太陽。光が周囲ににじみ出るように、赤くときめくグラデーションを大空のキャンバスに作っています。美しい夕陽を小さな子どもが見つけて教えてくれた！その嬉しさも相まって、優しい、夢の中にいるような心地です。

「おいで、おいで」とみんなに声をかけ…子どもも大人も学生も、みんなで窓に向かって感嘆の声を上げ、しみじみとその美しさを分かち合いました。この子はこの夕陽の美しさを、覚えたばかりの片言で、お母さんに教えたかったんだなぁ。そして、私たちはその場に立ち会うことができた！子育ての豊かさを分けてもらった気がしました。子ども食堂の活動をしてきてよかった！しみじみそう感じました。

一緒に食卓を囲むこと、子どもの育ちをゆっくりと見守るその場に立ち会わせてもらえること、地域の宝物である子どもたちの育ちに関わる場があることの幸せを味わった子ども食堂のひとときでした。

県内には、現在約２００カ所の子ども食堂があります。学校や家庭以外の、地域にある居場所として、その子の豊かな育ちを見守り、温かい声をかけられる場でありたいと思います。

※お問い合わせ、ご意見・ご感想は kawakyo@po4.synapse.ne.jp　FAX 099-260-8090

生き生き組合員 わたしも主人公

ひろがり　７月の組合員活動

◎ 200 名の組合員が増えました
◎ 14,792,600 円の出資金がありました
◎ 新しく５班増えました
◎ 班会を 663 回開きました

平和への想いを後世へ

８月１日、城西支部では夏の親子平和企画として南さつま市の万世特攻平和祈念館を訪れました。万世飛行場跡地に、平和を祈り建てられた祈念館です。ガイドの方に、飛行場やこの地から飛び立った若い隊員たちについて丁寧に説明していただきました。自分たちの孫と同じくらいの年代の隊員たち…彼らの想いや最期を知ると心が痛み、そして絶対に平和を守っていかなければならないと改めて思いました。

これからも平和でありますように…

「万世（よろづよ）に」平和が続くことを祈ります。（城西支部　栗山幸子）

親子で楽しく「からだのふしぎ探検隊」隊員だ！

７月 26 日、夏休み応援企画として「からだのふしぎ探検隊」を開催しました。当日は 26 人の小学生が集まりました。医師体験では心臓マッサージをしたり、日頃体験できない内容で子どもたちも楽しそうでした。特殊な光をあてて洗い残しを見ることができる手洗いチェックでは「きちんと洗ってるつもりだったけど洗い残しがあった」、位相差顕微鏡体験では「むし歯菌が僕の口の中にいるなんて気持ち悪い。歯みがきちゃんとしよう」などの声がありました。自分の体について少しでも振り返ってもらえたら良いなと思います。

皆真剣！

（谷山南部ブロック　齊藤 美代子）

戦後 80 年に平和企画を行いました

南薩ブロックでは７月 30 日、30 名の参加で平和企画を開催しました。平和文集第 39 号に鹿児島大空襲の体験談を寄稿された方の記事をもとに、「空襲・戦災を記録する会」の國﨑潤さんを講師に迎え、鹿児島や南薩地域での空襲についてのお話を伺い、その後に支部ごとにグループ交流を行いました。参加者からは「戦争は絶対反対、と後世に語り継いでいくことの大切さを胸に、今後の平和を守る活動に取り組んでいきたい」「平和の尊さや戦争の悲惨さを次の世代へどのように伝えていくべきかを、体験のない私たちだからこそ考えていかないといけない」といった感想がありました。

活発な交流となりました

（川辺北支部　本田 信子）

戦時中ってどんな食事をしてたのかな

7月29日、皇徳寺支部では中山生協クリニックにて夏の親子平和企画を開催しました。「戦時中はどんな食事をしていたのかを知ることで、今の平和の有難さを感じる機会になったらなぁ」と運営委員で計画しました。すいとんや舟焼き、芋づるのきんぴらを作り、皆で食しました。味付けは塩と醤油のみでしたが、意外と美味しくて驚きでした。

このぐらいの硬さかな？

戦時中は少ない材料で栄養のある食事を工夫して作っていたことがよく分かりました。平和に過ごせている今に感謝して、戦争をしてはいけないと次世代へ語り継いでいくことが大切ですね。

（皇徳寺支部　植木 環）

平和って当たり前じゃないんだな

紫原ブロックでは、８月５日に広木児童クラブにて平和企画を行いました。児童クラブに通う 100 名の子どもさんに絵本「まちんと」、紙芝居「ちっちゃいこえ」の読み聞かせと、戦時中の食事について調査したことを発表しました。

参加者からは「戦争ってこわい。平和って当たり前じゃないんだな」「戦時中の食べ物と今の食べ物が全然違ってびっくりした。今の時代に生まれてよかった」「食べ物は粗末にしてはいけないと思った」と感想を発表していただきました。世代を超えて平和について考える良い時間となりました。

真剣な眼差しで…

（田上支部晴　野 佐代子）

平和文集第41号

戦後 80 年特集号
平和な世界を未来につなぐ

次世代に平和の尊さや戦争体験を語り継ぐことを目的として作成している文集です。戦後８０年が経過し、当時を知る機会も少なくなった今こそ、ぜひ手にとって

記載内容
●戦争体験談　●原水爆禁止 2025 年世界大会参加報告
●各地域から平和への想い　●鹿児島県の戦跡紹介　など

1冊300円（税込）

お問い合わせ
鹿児島医療生協健康まちづくり部　☎: 099-260-3532

ワンポイントアドバイス

３つのポイントで安心！　お弁当の衛生学（食中毒予防）

point 1　細菌をつけない！
★調理前・調理中・盛りつけ前など、こまめに手洗い
★お弁当箱はきれいに洗って十分乾かす
★盛りつけには必ず箸などを使い、手で直接触れない

point 2　細菌をやっつける！
★おかずはしっかり中心部まで加熱する（半熟はNG）
★電子レンジ加熱は、かき混ぜる・上下を返すなどしてむらなく加熱する
★火を通さなくても食べられるハムやかまぼこなども、出来るだけ火を通す

point 3　細菌をふやさない！
★おかずの汁気や洗った野菜などの水気をきってから詰める
★蒸気と熱が容器内にこもらないよう手早く冷ましてから詰める
★冷蔵庫やなるべく涼しいところに保管する
（長時間持ち歩くときには保冷剤や保冷バッグを利用する）

平和リレートーク　わたしの伝言 206

戦争と私の家族

田上支部　中村 公代

昭和20年3月18日から8月6日まで、鹿児島市内は8回ものB 29の低降下爆撃を受け、中でも5回目は市内一円が焼け野原となり、武町（現在の中央駅西口）の我が家から錦江湾が見渡せたと祖父母や母が話していました。兄2人の後に私（娘）が誕生したことを大喜びした父は、30日後に戦地へ出兵。20年6月戦死。母は30歳で未亡人となりました。

祖父母と共に「衣食住」を絶たれ、祖父は夜明け前より夜遅くまでリュックを背に農家を一軒ずつ回り、ふすま（小麦粉のカス）、カライモ、カボチャのツル、山野草を嘆願して購入し、祖母と母は井戸水を汲んで洗い、うすい塩味で調理して食堂経営を再開したそうです。

私は6歳から食堂で、もやしの黒い種の皮すくいやノビルや小葱の皮むきを手伝い、夕立ち時に干した薪を大急ぎで取り込む等、釜戸の火の守り人として働きました。私の小・中・高校時代は、お店の接客と出前で日々が過ぎました。信じられないほどの長時間働き詰めでした。今ではとても考えられない事です。

私は、戦争は絶対反対です。日本が平和と愛の多い世の中になるように努力をしようと思う日々です。

睡眠時無呼吸症候群について

総合病院鹿児島生協病院・谷山生協クリニック
内科・呼吸器科　医師　山 下　英 俊

睡眠時無呼吸症候群（SAS）は、睡眠中に呼吸が繰り返し停止または著しく弱くなる疾患です。医学的には、10 秒以上の呼吸停止が 1 時間に 5 回以上観察される場合に診断されます。そのため深い睡眠が妨げられ、日中の眠気や倦怠感、集中力の低下などが生じ、日常生活や社会活動に支障をきたします。酸素不足が心臓や脳・血管に負担をかけ、脳卒中や心筋梗塞、狭心症などのリスクが高まります。また糖尿病や高血圧などの慢性疾患や、メタボリックシンドロームなどの悪化要因にもなります。

日本国内の推定患者数は約 500 万人ですが、適切な診断と治療を受けているのはそのうち 1 割程度に過ぎません。早期の発見と治療が重要であり、家族やパートナーから「いびき」や「無呼吸」を指摘された場合は、専門医療機関への受診を強くお勧めします。

SAS の原因

SAS は、閉塞性睡眠時無呼吸症候群（OSA）と中枢性睡眠時無呼吸症候群（CSA）の２つに分類されます。OSA の主な原因には肥満、小さな顎や顔面形態異常、舌根沈下、飲酒や睡眠薬の使用、鼻炎や鼻閉、小児の場合はアデノイドや扁桃肥大が挙げられます。一方、CSA の主な原因には脳卒中、心機能の低下、その他原因不明なものもあります。

症　状

典型的な症状は「いびき」や「無呼吸」ですが、これらが自覚されないことも多く、日中の強い眠気や倦怠感、朝の頭痛、夜間の息苦しさ、集中力や記憶力の低下、抑うつ気分などが現れます。

検　査

当院ではまず自宅で簡易型アプノモニターを行い、睡眠中の呼吸状態や血液中の酸素飽和度などを測定します。その後に一泊入院で精密検査「睡眠ポリソムノグラフィー（PSG）」を行い、睡眠中の脳波、眼球運動、心電図、筋電図、呼吸状態など、睡眠中の状態を詳細に記録します。無呼吸・低呼吸指数（AHI）が 40（回 / 時間）以上では早期に持続陽圧呼吸療法（CPAP）が開始されます。AHI が 5 から 39 では一泊入院での PSG を行い、20 以上では CPAP の治療が必要です。

治　療

治療法としては、生活習慣の改善、口腔内装置（OA：マウスピース）、持続陽圧呼吸療法（CPAP）、外科的治療などがあります。CPAP とは、鼻にマスクを当て、機械で圧力をかけた空気を送り込み、気道を広げて睡眠中の無呼吸を防止する治療法で、圧倒的に多くの人に適応される優れた治療となります。谷山生協クリニックでは約 250 人以上の方が治療中です。中枢性睡眠時無呼吸症候群（CSA）の場合は、基礎疾患の治療が優先され、酸素投与や CPAP あるいは ASV（自動調節サーボ換気）などが検討されます。

SAS は、患者本人の健康だけでなく、交通事故や労働災害、職場での生産性低下など社会全体に大きな影響を及ぼします。適切な診断・治療により症状の改善や合併症のリスクの低減が期待できるため、知識の普及と早期発見が重要です。

９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

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

		月	火	水	木	金	土
午前	一般内科 8:45〜11:00	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 (1,2,4,5)		樫田祐 (4)	前村良	樫田祐 (4)	
		山下義 (1,2,4,5)		樫田久 (2,4)	藤　﨑	樫田久 (2,4)	
				小坂元	久　保		
				楠元 (3)	大　山	長　谷	
	循環器 (予約) 8:45〜12:00	中野 (2,4)	中野 (1,3,5) 川嶋 (2)	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 (2,5)	玉　江	森　田	交　替	玉江 (3)
午後	内科 14:00〜15:30	交　替	交　替		交　替	交　替	
	内科 予約のみ 14:00〜17:00		山下義		大山・吉見 藤﨑	山下義 樫田久 (2,4) (14:30〜16:00)	
	小児科 予防接種／健診 (予約のみ) 14:00〜16:00	玉　江				交　替	
	小児科 予約診療 ※曜日によって診療時間が異なります		酒井 (2,5) (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。

≪クリニック診療のご案内≫

受付および診療時間は QR コードを読み取り、ホームページをご確認いただくか、お電話でお問い合わせください。

川辺生協クリニック
デイケアひだまり
☎ (0993) 56-6111

鴨池生協クリニック
デイケアふれあい
☎ (099) 252-1321

紫原生協クリニック
☎ (099) 257-8691

坂之上生協クリニック
デイケアあおぞら
☎ (099) 261-3491

中山生協クリニック
☎ (099) 275-1200

吉野生協クリニック
☎ (099) 244-2871

＜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

			月	火	水	木	金	土
午前	一般内科 8:30〜11:30	①	蓑　輪	交　替	蓑　輪	蓑　輪	交　替	
		②	溝　口	檜　作	春田 (1,2,4)	檜　作	交替(1)・甲斐(3) 山口昭 (2,4)	
		③	前村清	山口昭 (1,3) 交替 (2,5)	山口昭	永　田	溝　口	
		④	中村竹	溝　口	山下英	山下英		
	予約内科 8:30〜12:00	呼吸器	山下英 (2,4,5)		栃　木	山口昭	山下英	山口昭 (2)
		循環器	春　田	馬　渡	馬　渡		馬　渡	春田 (1,2)
		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 (1,4,5)		上　村	上　村	上　村	上村 (1,2,4)
		神　経					木　田	
	小児科 8:30〜12:00	①			(心) 西畠		(心) 西畠	西畠 (1)
		②	中村亨 (1,2,5)	中村亨	中村亨	交　替	井上 (1,2,4)	交　替
		③	樋之口 (1,5) 酒井 (2,4)	樋之口	酒井 (2,3,4) 交替 (1)	井　上	交　替	交　替
		④			井　上	片　山	池田 (1,3,4)	交　替
		予約・特診	(予約) 西畠 (1,2,5)	(予約) 西畠	(内分泌) 森田	(腎) 玉江 (2,4)	(神経) 酒井 (1,2,4,5)	(内分泌) 森田 (1,4)
	外科 8:30〜12:00		木　藤	鈴　東	吉　田	木　藤	木　藤	交替 (1,3)
	歯科 9:00〜12:45		瀬戸山・友松 上薗	瀬戸山・友松 上薗	瀬戸山・友松	瀬戸山・友松 上薗	瀬戸山・友松 上薗	瀬戸山・友松
午後	内科 13:45〜16:00	①	檜　作	交　替		山口昭	永　田	
		②	溝　口	山口昭 (1,3) 交替 (2,5)		永　田	溝　口	
		③	交　替	溝　口 (内分泌) 藤﨑		交　替	交　替 (内分泌) 久保徹	
		健診・予防接種						
	小児科 13:45〜15:45	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	
	歯科 14:00〜17:00		瀬戸山・友松 上薗	瀬戸山・友松 上薗		瀬戸山・友松 上薗	瀬戸山・友松 上薗	瀬戸山 (1,2,3) 友松 (1,2,3)
夜間	内科 (予約のみ) 14:00〜18:00			(循環器) 春田 (腎) 上村 (1,3)				
	小児科 16:00〜19:00	①	池　田	嶽﨑 (1,2,5)		中村亨 (1,2,3) 交替 (4)	嶽﨑 (1,3,4) 交替 (2)	
		②	酒　井	井　上		川畑聡	片　山	
		特　診	(内分泌) 森田 (2,4,5)	(喘息) 樋之口 (内分泌) 森田		(腎) 玉江 (2,4) (アレルギー) 井上	(神経) 酒井	
	歯科 17:00〜20:00		瀬戸山	友　松		友　松	瀬戸山	

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
谷山生協クリニック 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。

新入医師紹介

2025年度 鹿児島医療生協に入職した５人の医師をご紹介します

東京都出身の石原京佳です。母の故郷でもある鹿児島で、地域に根ざした医療を学びたいと思っています。
大学では山岳部の活動に励んでおり、日本で２番目に高い北岳の山頂に立ったこともあります。鹿児島では、雄大な自然に触れるのも楽しみの一つです。
少し心配性なところがありますが、患者さんとの対話を大切に、積極的に行動して乗り越えたいです。温泉も大好きなので、色々教えてください！

宮崎市出身の中村翔也です。学生時代から奨学生としてお世話になっており、組合員さんの手料理をいただいたことが温かい思い出です。
趣味は１人で楽しむ居酒屋やラーメン屋巡り、そして猫を愛でること。軽音部ではドラムを叩いていました。
医師を志した原点は「国境なき医師団」です。初心を忘れず、地域の方々に貢献できる医師になれるよう精一杯頑張ります。

私のモットーは「人生はスタンプラリー」です。旅行で訪れた徳之島の魅力に惹かれ、鹿児島医療生協での研修を志望しました。
趣味はカメラと灯台巡り、そして各地の御朱印や御船印を集めることです。
研修では、教科書通りにはいかない難しさを日々感じていますが、人との繋がりを何よりも大切にできる医師になりたいです。どうぞよろしくお願いいたします。

はじめまして、研修医の池上篤志です。東京都福生市から参りました。離島を含めた地域医療を深く学びたいと思い、鹿児島での研修を決意しました。
大学時代は野球に打ち込み、趣味は旅行やツーリングです。持ち前のフットワークを活かして、地域医療の現場で多くのことを吸収したいです。
組合員活動で感じた地域の皆さんとの繋がりを大切に、精一杯頑張ります。

北海道伊達市から参りました、髙林健人です。キャベツ農家や研究生活など、少し遠回りをして医師になりました。良き出会いに恵まれ、鹿児島にたどり着きました。
特に子どもの発達に関心があり、小児科が大好きです。鹿児島や離島の自然、文化に触れながら、休日は趣味のテニスも楽しみたいです。
皆さんの暮らしに貢献できるよう頑張りますので、ご指導よろしくお願いします。

石原 京佳（いしはら きょうか） 医師
出身地：東京都
趣味：スポーツ 登山、読書

中村 翔也（なかむら しょうや） 医師
出身地：宮崎県
趣味：音楽 動画鑑賞

小坂 豪志（こさか たけし） 医師
出身地：東京都
趣味：旅行、島巡り カメラ

池上 篤志（いけがみ あつし） 医師
出身地：東京都
趣味：野球 ドライブ

髙林 健人（たかばやし けんと） 医師
出身地：北海道
趣味：硬式テニス

読めばわかる 医療生協だよりクイズ

本紙のどこかに答えがあるよ♪

①今年の平和文集は第41号、〇〇〇〇〇〇〇号として発行します。
②まちづくり委員会で作成した「戦中戦後の〇〇〇パネル」を各事業所で展示しています。
③フランス語で千切りや細切りを意味する言葉を〇〇といいます。
④睡眠時無呼吸症候群の治療法の中で、CPAPとは〇〇〇〇〇〇療法のことです。
⑤今年度入職した5人の医師の中で「猫を愛でること」が好きなのは〇〇医師です。

《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 9 月 30 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 11 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。

７月号クイズ当選者《おめでとうございます》
諏訪下由紀子さん / 宮ヶ迫美智子さん / 柳園勝郎さん / 松元美里子さん / 木下聡美さん