

2020年9月30日現在
 組合員数 140,091人
 班数 2,701班
 出資金 2,093,183千円
 鹿児島医療生協
 ホームページ <http://www.kiseikyo.or.jp/>

医療生協だより

2020年11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



2020 11・1虹のかけ橋デー 組合員とつながる医療生協だよりを ひとりでも多くの組合員へ！

生協強化月間も後半に入りました。10・1強化デーは、今年も全支部全院所が、目標を達成し、元気にスタートしました。後半は、11・1虹のかけ橋デーで組合員同士をつなぐ機関紙配布の拡大とコロナ禍での不安や困りごとを拾い上げるための訪問行動やフレイル予防など多彩な健康づくりに取り組みましょう。

生協強化月間で 多くの仲間を迎えて

10月1日の「強化デー」では、組合員ふやし出資金ふやしの目標を全支部・事業所が達成し、新しい組合員を439名迎える

医療生協だよりでつながる

11月1日は、毎年「虹のかけ橋デー」として組合員同士をつなぐ機関紙配布の拡大と班への参加をすすめています。今年4月のフルカラー化に伴い「写真や絵に惹かれて短時間で全部読みました」「カラー化ですごく楽しく見えます」「カラフルな新聞で元気が出る」などの声が寄せられています。生協だよりを手配りすることで、対話が生まれ高齢者の定期的な見守りに

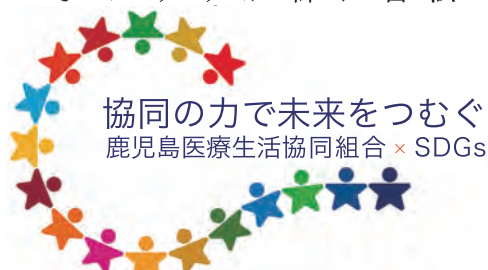
もつながります。より多くの方に読んでいただき、医療生協の活動を知らせて、興味のある健康づくりやまちづくり活動への参加を呼びかけていきましょう。

「誰一人取り残さない社会」をめざして！

半年以上に及ぶ新型コロナウイルス感染症の蔓延は、地域社会にかつてない深刻な影響を及ぼしています。わたしたちは、質の高い医療や介護を提供するとともに組合員や地域住民の「困った」の解決をめざすおたがいさま活動をすすめています。

「医療福祉生協の2030年ビジョン」のメインテーマは「誰もが健康で居心地よくくらせるまちづくりへの挑戦」です。

支部や事業所と連携し情勢やSDGs、日本国憲法などの学習を積み重ねながら、新しいつながりをつくり協同の取り組みをひろげていきましょう。



まちなみ



▼「天高く馬肥ゆる秋」――空が澄み渡って高く晴れ、馬は肥えてたくましくなるといわれる秋の諺。その由来は中国の故事「秋高き馬肥ゆる秋」――秋になると収獲物を奪いに北方の塞馬（騎馬民族）が侵入してくる、その敵襲に備えよと皆に「警戒」を促した詩です。▼さて、秋の臨時国会がようやく召集されました。菅内閣の所信表明演説、ブランド農作物の海外流出防止を掲げた種苗法改正案や延期の五輪に合わせ祝日を移す法案など議論される予定です。▼一方、コロナ禍による失業者は9万人を超え、もうオリンピックと浮かれていた頃とは状況が異なっています。税金で旅行費を補助、税金で食事代を補助、利用できる者、その余裕すらない者、格差は広がるばかり。弱者に寄り添い、その声を拾い上げることが政治家の役割ではないでしょうか。▼「金持ちは政治家になつてはいけない」「国を治めるものは生活レベルはその国の平均でなければならぬ」「職務の給与の9割を貧しい人々に寄付し「世界一貧しい大統領」と呼ばれたウルグアイのホセ・ムヒカ元大統領の言葉です。▼新首相・新内閣による国民のための真摯な国会論争と運営がなされるのか？「警戒」したいと思います。



10・22総行動 いのちまもる 医療・社会保障立て直せ！



今年の秋の国民集会は、新型コロナウイルス対策のためウェブによる開催となりました。

鹿児島医療生協でもSNSで配信された日比谷野外音楽堂の集会の様子をまちづくり委員で視聴しました。



トを繰り広げ、笑いをまじえながらも多くの問題提起がされました。

その後、全国の各団体からリレー形式で届けられた医療・介護従事者たちの厳しい状況や切実な声はどれも共感することばかりで、自己責任を負わせる今の政治に声をあげ、ともに力を合わせて医療・社会保障をまもっていきましょう！とあらためて感じるものでした。

ウェブ開催ではありましたが、全国各地の「いのちをまもりたい！」という同じ想いをもつ仲間たちの熱気が伝わる集会でした。

集会を視聴して

ゲストのコント集団【ザ・ニュースペーパー 番外編】は、国民とかげ離れた感覚で執り行われるいまの政治を面白おかしく表現した社会風刺コン

●近所の福祉施設が外国人の方を多く雇い入れました。賃金の安い人たちが雇用するのではなく、労働環境を整えることが大切なのではないでしょうか。

●「アベノマスク」や「特別給付金」：場当たり的な対応ではなく、コロナ禍で大変な医療現場の方に意識を向けてほしかった。ご近所の高齢者など取り組んでいきたい。

●「私たちは必死に生きていく」「いのち守れる医療体制づくりを！...心に残るメッセージでした。医療、介護、保育現場で働く人たちのふやしいのちと人権を守る社会になるよう声をあげていきます。



楽しい時間はあつという間

「何度やっても難しいね」とみんなが苦戦しながら取り組む小物づくりはとっても楽しく、私たちにとっても充実した時間となっていることを改めて実感しました。

私たちは小物づくりを行う班です。毎月二回、ちぎり絵やくるみ絵、おりがみなどの小物づくりをしています。



城山支部

手芸班
班長 福元 和子

むことが出来るのが、この班会の魅力の一つです。また、気心知れたメンバーというところもあり、黙々と取り組む日もあれば、おしゃべりに花が咲く日もあります。おしゃべりが大好きなメンバーなので、この班会が情報収集の場にもなり、二時間は本当にあつという間です。

今年、新型コロナの影響もあり、班会をお休みした期間が長くありました。そのため、久しぶりに再開したときはとても嬉しく、好きなことを好きな人たちとできる大切さを感じました。これからも、楽しい班会が続いていけばいいなと願っています。





鹿児島生協病院
管理栄養士
花木治美



秋の味覚サンマは塩焼きが定番ですが、たまには洋風メニューでいかがでしょうか？

付け合わせの野菜の色合いをカラフルに心がけることが、実は栄養バランスにつながっています。

〈サンマのカレー照り焼き〉

1人分 約160kcal・塩分0.8g



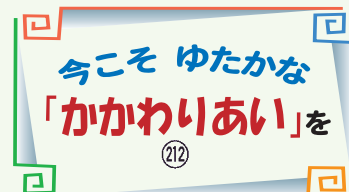
【材 料】(2人分)

生サンマ……………1尾	タレ
パプリカ(赤)…………10g	カレー粉……………小さじ1/2
かぼちゃ……………40g	砂糖……………小さじ2/3
ピーマン……………10g	しょうゆ……………小さじ1
まいたけ……………10g	トマトケチャップ
油……………小さじ2	……………大さじ1と1/2
レタス……………2枚	昆布だし……………大さじ2

【作り方】

- ① サンマは頭、内臓を取り除き1/2に切り、火が通りやすいように切れ目を入れる。
- ② パプリカ、ピーマンは1cm幅の短冊切りにする。まいたけは適当な大きさにほぐす。かぼちゃは皮つきのまま5mm厚さに切り、さっと下茹でする。(レンジ可)
- ③ ボールにタレの材料を入れて混ぜ合わせ、1/3をサンマに、残りのタレにはパプリカ、ピーマン、まいたけ、下茹でしたかぼちゃを加えて10分程漬け込む。
- ④ フライパンに油を熱し、サンマを焼いて火が通ったら取り出す。次に残りのタレと野菜を炒め、火が通ったら最後にサンマをもどして、タレをからめて仕上げる。
- ⑤ レタスをのせた器に盛りつける。

「私はアスリートである前に
黒人女性である」
米ウイスコンシン州での警官
による黒人男性の銃撃事件など
に抗議するため、女子テニスの
大坂なおみ選手が「ウエスタ
ン・アンド・サザン・オープン
女子シングルス」準決勝の前に
「プレイしたくない」と表明し
ました。大会主催側も人種差別
へ抗議の意を示し、8月27日予
定の準決勝を翌日に延期しまし
た。そして、28日に行われた準
決勝では、「Black Lives Matter
(黒人のいのち、大切に)」と
胸に書かれたTシャツで入場。
この大坂選手の行動や背景を中
心に、子どもたちと人種差別に
ついて考えあいました。：私た
ち人間の中には、少なからず「差
別する心」が存在するのではな



差別は許さない
～大坂選手の行動に学ぶ～

五代 孝輔

(鹿児島子ども研究センター所員
・小学校教諭)

いだろうか。知らぬ間に自己中
心になり誰かを傷つける。傷つ
けている人は苦しんでいる人の
内面を想像することができない…。
大坂なおみ選手はすごいこと
と思いました。行動に移すこと
はとても勇気がいるからです。
大坂選手が行動に移したのは、
たくさん理由があると思い
ます。私の中でも思ったの
は、「自分にされたら…」。
だと思いました。私も一度い
じめを受けたことがあります。
その時は本当に苦しかったで
す。でもその時に一番支えに
なったのは仲が良い友達でし
た。なので、誰かがいじめ(差
別)をされているなら「支え」
になりたいです。それが私に
できることだと思います。
～6年生女子～
この子は、自分のつらい経験
と重ねて考え、自分にできるこ
とを考えました。「差別を見ぬ
く力」「大切なことを守るため
に行動すること」「一番苦しん
でいる人の思いに寄りそうこ
と」・・・子どもたち
ちとともに考え続け
ていきたいです。



現在、班会の会場が改装工事のため、に班会もお休みしています。また、再開できる事を願うばかりです。メンバー皆の目標は「心も身体も若々しく！笑顔美人に！目指すは元気な百歳！」です！



早く皆で集まりたいな！
指宿支部 福島 由利子

私が減塩に気をつけるようになったのは夫の血圧が高くなり、食事を見直さないといけないとなったからだ。旬の食材の旨みをすこしおで引き出せるよう、毎日献立を考えています。私たちの班では、コムコムの「すこしお料理」を参考に調理班を開いています。いつも男女五、六名で作った料理を食べながら、病気の話を交わすなど話に花が咲きます。



《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

生き生き組合員 わたしも主人公

強化月間も様々な企画が開催されています！

大盛りあがりのレクリエーション

国分北支部 茅野 和子

組合員レクリエーションではじめてグランドゴルフを多目的ドームで開催しました。37名の方が参加し、運営委員は初心者のため、組合員さんに指導してもらいました。

2ゲームで合計29打とすばらしいスコアがでた方、自己ベストスコアを更新して「やった！」「すごいね！」などわいわいにぎやかな大会となりました。表彰もホールインワン賞以外に「ハッスル賞」や「頑張ったで賞」など独自の賞で盛り上がりしました。楽しかった！毎年やって！お弁当おいしかった、など好評の声が寄せられました。

組合員さんと協力して開催できて運営委員一同喜んでます。



組合員レクリエーション

わいわい楽しく健康づくり！

日置支部 東 洋子

私たち、日置支部では10月1日わいわい健康づくり企画でグラウンドゴルフ大会を行いました。

今年で「第3回」という事で、参加者のみなさん、とても楽しみに日々力をつけて臨んでくださいました。

場所は、雨の日でもゲームができる屋根付きの風通しの良い屋外施設、日吉老人福祉センター内です。グラウンドゴルフを毎日やっても調子の良い時ばかりではない。その時々でボールがはじけるから楽しい。朝早くからコース作りを行って、ゲームを楽しんで笑いの絶えないひと時でした。いつまでも続けていきたいです。



班長会

「3つのない」を学び

南さつま支部 松元 寿香子

「認知症予防とケア～いつまでも生き生きとくらすために～」をテーマに班長会を行いました。久しぶりの班長会でコロナ禍の中、3密を避けながらの実施でしたが、講師の奥とも子さんから認知症の人への対応の心得について、「驚かせない・急がせない・自尊心を傷つけない」の「3つのない」や、目線を同じ高さにする事や、やさしい口調で等々具体的なポイントを学びました。また、予防としての手指の体操や手具を使った運動もとても楽しく学ぶ事ができました。



防災に備えよう

八幡支部 岩元 ひろみ

9月の班長会は、東日本大震災等各地でボランティアを経験されている、防災アドバイザーの横山勝子さんを講師に学習しました。段ボール箱にビニール袋をはめ込んだ「簡易トイレ」は男性が座っても大丈夫で「感動した」等の声が多くありました。停電になった時に便利なワンタッチ照明器具は、なんと！100円ショップでも手に入ることにびっくりでした。他人事のように思っていた防災の事がとても身近に感じられ、日ごろからの心がけが大切だと思われた班長会でした。



「スポーツの秋」をエンジョイ！

谷山南部ブロック担当理事 西垂水 菜穂子

谷山東支部では、組合員レクリエーションとして、ニュースポーツ大会を開催しました。準備運動の後、レクゴルフ・レクボウリング・輪投げの競技。高得点が出たり力が入ってのからはずれたりする度に、会場には拍手や笑顔があふれました。

最後は、魚釣りゲームで参加賞を釣り上げ、楽しく終了しました。



はじまり集会

はじまり集会を元気に開催！

鹿児島北部ブロック担当理事 今村 リツ子

吉野生協クリニックの組合員集会室で、鹿児島北部ブロックのはじまり集会を開催しました。運営委員・理事・職員合わせて25名の参加の中、馬渡院長のお話、それぞれの支部の取り組み報告、クリニックからの報告がありました。皆でお揃いのポロシャツで集まったのも久しぶりでした。鹿児島北部ブロックでは地域訪問を予定しています。この月間中に、地域に医療生協を知らせ、仲間を増やしていきたいと思います。がんばろう！



背伸びし

タオル体操

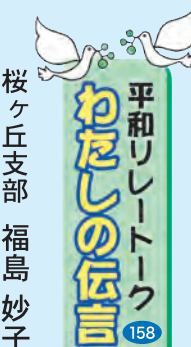
アドバイス

ワンポイント

② ゆっくり脳を伸ばすように、背伸びをしましょう。



呼吸は止めないように①②の動きを5～10回繰り返しましょう。



平和リレートーク 158

桜ヶ丘支部 福島 妙子

私は戦争を知りません。私の両親は、満州引揚げで、父の実家に帰って来たそうです。姉の話では汽車にぎゅうぎゅう詰めでもきつかったと話していました。

今回班長会で平和の学習として戦争体験を聴きました。語りべは長野孝子さんです。

敗戦時、九人家族で朝鮮に居り、軍隊・警察の姿が急に消えたことや、女性丸坊主になったり、栄養失調・下痢・伝染病で幼い子ども、高齢者から死んでいった話を話して下さいました。引揚げ時は五人家族になっていたことを聴き、戦争の悲惨さを感じました。

私はこれまで映像・新聞・本などで戦争のこと、戦後のことを知る機会がありました。しかし、生きた言葉で聴くお話はとても心に残りました。「母さん教えて」の歌、そして岩元昭雄氏の詩「土着てますか」は是非皆さんに聴いて欲しいです。決して戦争はしてはいけないと思いました。

そこで今、私に何が出来るか自身に問います。学校では、日本が戦争をしないのは憲法九条があるからだと聞いてきました。本当にそうだなと思います。これからも平和について自分の意志を伝えていきたいです。

もうひとつ、子どもたちにどう伝えていくかが課題です。今年はコロナ禍でできませんでしたが、児童クラブで絵本・紙芝居・折鶴作りで平和と一緒に考えようという活動しています。

戦争体験・歌も交えてこれからも取り組みを続けていこうと思います。

新型コロナウイルス感染症 Q&A

鹿児島生協病院 感染対策委員会 委員長

日本感染症学会 感染症専門医

やま くち ひろ き
山 口 浩 樹



未だ特效薬がなく一部の方は重症化する危険性がある新型コロナは「かからない」ことが一番の治療であり予防です。このウイルスは私たちの身近に潜み、いつでも誰でも感染する危険性があります。でも適切な感染予防を行えば、かかりにくく、うつしにくくできることが分かってきました。自分自身や大切な人を新型コロナから守れるようこの Q&A 集をお役立てください。

Q1. 感染のリスクは？一度感染したらもう感染しない？

ヒトが免疫をもたないウイルスですので全てのヒトに感染リスクがあります。特に65歳以上、呼吸器/腎臓/心臓に持病がある、高血圧/糖尿病がある、肥満の方は肺炎など重症化する危険性が高く、特に感染しない/感染させないよう注意が必要です。残念なことに一度感染し治った数ヶ月後に再び感染した方もいらっしゃいますのでかかったことがあっても感染予防は続ける必要があります。

Q2. 結局どうすれば感染しない？

症状がある方の咳や痰、症状がなくても感染している方のツバといった飛沫が目・鼻・口に入ると感染します。換気が悪い空間ではウイルスが含まれた小さな飛沫が長い時間空気中に漂い空気の流れによって長い距離運ばれます。このような小さな飛沫はマスクで100%防ぐことができず、たくさんの方が感染してしまう(いわゆるクラスター化)危険性があります。そのため常に換気する、(特に屋内では)症状にかかわらずマスクをつけて飛沫をヒトにかけない/自分の口や鼻にかからないようにする、眼鏡など飛沫が直接自分の目に入らないようにする、といった飛沫対策が重要です。また自分の手に環境中のウイルスがついてしまうことがありますので、特に目・鼻・口をさわる前は石鹸での手洗い/アルコールでの手指消毒を行うようにしましょう。

Q3. 新型コロナのような症状がでた・・・新型コロナの検査はどこで受けられる？

新型コロナを疑う症状がある場合、まずは仕事を休み十分な休息をとってください。同居のご家族がいる場合、具合の悪い方が療養するお部屋を分ける/家の中でもマスクや眼鏡をつける、などご家族間でウイルスがうつらないよう心がけてください。新型コロナの診断に使う検査は主に抗原検査と遺伝子検査(いわゆるPCR法など)があります。以前と比べて新型コロナの検査ができる医療機関が増えてきています。具合が悪く感染が心配な方は、まずお電話等がかかりつけ医または地域で身近な医療機関へご相談ください。

Q4. インフルエンザとのちがいは？

新型コロナとインフルエンザの違いは表をご覧ください。症状から新型コロナとインフルエンザを区別することは難しいですので、疑わしい症状があればかかりつけ医へご相談ください。

	新型コロナウイルス	インフルエンザ
症状	発熱、咳、のどの痛み、関節痛、頭痛、下痢 においや味を急に感じなくなった	発熱、咳、喉の痛み、関節痛、頭痛、下痢
症状の続く期間	2日から5日間 発症から7日目以降で重症化することもある	2日から5日間 長引く場合は肺炎など合併症に注意
発症までの期間	2日から14日(多くは5日)	2日
人にうつす力が高い期間	発症2日前から発症5日	発症日から発症3日間
環境中に生存する期間	数日間	数時間
人へうつる方法	咳、くしゃみ、ツバを介して(飛沫感染)換気が悪いとより多くの人に感染する ウイルスで汚染された手を介して(接触感染)	咳、くしゃみ(飛沫感染)
重症化する割合	1万6000人に1人	10万4000人に1人
治療	十分な休息 重症者: 抗ウイルス薬やステロイド薬	十分な休息 タミフルなどの抗インフルエンザ薬
予防	マスク着用、目の保護(眼鏡着用など) 石鹸での手洗い、アルコールでの手指消毒、十分な換気 人混み/換気が悪い空間を避ける	ワクチン接種 マスク着用 石鹸での手洗い、アルコールでの手指消毒

重症化する危険性の高いヒトが感染する、クラスター化し医療機関に収まらないほど多数の方が感染する、といった状況にならない限りこのウイルスを極端に恐れる必要はありません。新型コロナの流行が収束するまで数年かかるとも言われ、このウイルスは私たちの生活へ入り込みました。感染した方を決して差別せず、感染しない/感染させないよう with コロナの日常を過ごしていきましょう。

11月 外来診療のご案内

○診療体制は変更になる場合がありますのでご確認ください。
○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。
○斜線は休診です。救急の方はご相談下さい。

<総合病院 鹿児島生協病院>

☎099-267-1455



	月	火	水	木	金	土
午前	救急・紹介 整形外科 リハビリ	交 替	交 替	交 替	交 替	交 替
8:30	行田・重盛 櫻田	小柴・重盛	駿河・行田	重 盛	駿河・小柴	交替(2,4)
12:00	眼 科 中村啓(2,3,5) 福留・福留	中村啓・福留	福留・福留	福留・福留	中村啓・福留	福留(1,3,4) 福留・小柴・重盛
午後	婦人科 泌尿器科	柳 田	柳 田	柳 田	柳 田	白浜(2,4)
1:45	救急・紹介 眼 科	交 替	交 替	交 替	交 替	交 替
4:30	婦人科 泌尿器科 (初診受付時まで)	柳 田			白 浜	

※午前の眼科・泌尿器科の初回受付は11時30分までです。

※眼科の中村医師は再来予約のみです。

<川辺生協病院・デイケアひだまり>

☎0993-56-6111



	科 名	月	火	水	木	金	土
午前	一般	川 畑	大 野	川 畑	川 畑	大 野	交 替
8:45	予 約	大 野	川 畑	大 野	大 野	(内務)川畑	
12:00	小児科	松 下	松 下	松 下	松 下	松 下	松 下(2,4)
午後	内 科	大 野	川 畑		川 畑	交 替	
2:00~4:30	夜間	内 科	川 畑	大 野	川 畑	大 野	交 替
5:00~7:00	小児科				松 下	松 下	

※胃カメラ(要予約)は第2・4木曜日と金曜日の午前です。

※乳児健診・予防接種は祝日を除く火曜・木曜の午後です(完全予約制)。

※小児科の土曜日(午前)は診療日が変わることがあります。事前のご確認をお願いします。

<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	中 野	吉 見	長 谷	山 下	吉 見	
8:45~11:30	榎田祐 久保 前村良 山下	山下 吉 峯 久 保	山下 久 保	榎田祐 久 保 前村良 田 澤	久 保 吉 峯 榎田祐 前村清	
午後	酒 本	榎田久	武	榎田久		
8:45~11:30	循環器(予約)	川 嶋	中 野(3) 川 嶋(2,4)	吉 見	川 嶋	
9:30~12:00	外 科		税 所		税 所	
午後	小児科	玉 江	玉 江	森田(1,2,3) 酒 井(4)	玉江(1,2,3) 交 替(4)	予防接種 (予約のみ)
2:00~5:00	内 科	榎田祐	交 替	久 保	榎田祐	
5:00~6:30	予 約のみ	交 替	交 替	交 替	交 替	
3:00~5:00	予 約のみ			山下(禁煙外来) 吉見(2:00~)	山 下	
午後	予 約のみ					
2:00~4:00	小児科	玉 江			玉江(1,2) 交 替(4)	
4:00~6:30	一般診療					
午後	予 約診療	玉 江	酒 井(2)	森田(1,2,3) 酒 井(4)	玉 江(3)	
※平日によって 診療時間が 異なります		(4:00~6:30)	(2:00~5:00)	(2:00~4:30)	(2:00~5:00)	

<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	①	蓑 輪	北 島	蓑 輪	交 替	
8:30	②	山下英(2,3,5) 交替(1)	檜 作	檜 作	小 松	
11:30	③	小松(2,3,5) 沖中(1)	山口昭	佐伯英	黒葛原	本 川
午後	④	別 府	本 川	山下英	山下英	堂園(1,2,3) 交替(4)
予 約内科	呼吸器	柳 田			柳 田	柳 田
8:30	循環器	久保美		山口昭	山口昭	山下英
12:00	消化器	春 田	馬 渡	馬 渡	馬 渡	春田(1,3) 馬 渡(2)
午後	内分泌	佐々木直	佐々木直		(総合内科)坂口	佐々木直
8:30	腎	佐伯英			上 村	上 村(4)
12:00	神 経				木 田	
小児科	①			(心)西島	(心)西島	西島(1,3)
8:30	②	森 田	交 替	酒 井	関	交 替
12:00	③	嶺 崎	嶺 崎	嶺 崎	井 上	嶺 崎
午後	④	酒 井	川 畑	交 替		交 替
予 約・特診	(予約)西島	(予約)西島	(内科)森田 (1,2,4)	(内科)玉江(2,4)	(内科)酒井	(内科)森田 (1,2,4)
8:30~12:00	外科	木 藤	森下・鈴木	吉 田	鎌谷・交替	木 藤
9:00~12:45	歯科	瀬戸山・友松 上 歯	瀬戸山・友松 上 歯	瀬戸山・友松 上 歯	瀬戸山・友松 上 歯	瀬戸山・友松 上 歯
午後	内科	①	交 替	交 替		
1:45	②	檜 作	山口昭		山口昭	堂園(1,2,3) 交替(4)
4:00	③	柳 田	交 替		柳田・交替	交 替
午後	小児科	ワクチン	要・森田(2,3,5) 交替(1)	要・川畑	要・交替	要・松尾
1:45	健 診				吉見・交替	
3:45	特 診		(循環器)関		(心)西島・池田 (内科)酒井	
午後	歯科	瀬戸山・友松 上 歯	瀬戸山・友松 上 歯		瀬戸山・友松 上 歯	瀬戸山・友松 上 歯
2:00~5:00	内科(予約のみ)		(循環器)春田 (内科)上村(3)			
4:00~6:00	夜間小児科	①	関	嶺 崎		中村(1,2,3) 酒井(4)
4:00	②	川 畑	井 上		池 田	嶺 崎
7:00	特 診	(内科)中村・2,3,5 (内科)森田・2,3,5	(内科)交 替 (内科)森田		(内科)玉江(2,4) (内科)交 替(1)	(内科)酒井
午後	歯科	瀬戸山	友 松		友 松	瀬戸山
5:00~8:00						

※歯科は月・火・木・金曜日に歯科往診を行っています。土曜日午後は休診となることがありますのでお問い合わせください。

○生協往診クリニック、国分生協病院、川辺生協病院、各クリニックでは訪問診療(往診)を行っています。

○夜間、日曜、祝日等の救急の時は、鹿児島生協病院、国分生協病院へいつでもご相談(お電話)ください。

《クリニック診療のご案内》

各クリニックに受付および診療時間はQRコードを読み取り、ホームページよりご確認ください。または、直接お電話でお問い合わせください。

鴨池生協クリニック
デイケアふれあい

TEL (099)
252-1321



紫原生協クリニック

TEL (099)
257-8691



坂之上生協クリニック
デイケアあおぞら

TEL (099)
261-3491



中山生協クリニック
デイケアげんき生協

TEL (099)
275-1200



吉野生協クリニック
デイケアよしの

TEL (099)
244-2871



今年もやります!

キッズけんこうチャレンジ





自分できめた目標を毎日頑張って、シールを貼っていこう!
30日つづけて挑戦して、がんばった内容を報告してね。
がんばってくれたみんなには参加賞があるよ!

★がんばり期間 対象:小学生以下

2020年12月～2021年1月のうち30日間

提出締め切り 2021年2月8日(月) 必着

- 前回チャレンジしたお友だちの感想 ●
- なわとび、いっぱい練習できて楽しかった!
- まいにちはみがきをしていると、はみがきが楽しくなってきた。
- チャレンジしたおかげで まいにち早ね早おきができた。

キッズけんこうチャレンジ用紙は… 鹿児島医療生協の病院・クリニックにあります。お近くがない場合は、本部健康まちづくり部まで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

インフルエンザ流行期に備えて、 発熱時の受診・相談の流れが変わります

発熱症状がある場合の相談窓口について

これまで、【帰国者・接触者センターへ電話相談】となっておりましたが、今後、インフルエンザ流行期に備えて体制を整備するにあたって以下のように変わります。

- **発熱等の症状が生じた場合には、**
まず、【かかりつけ医等の地域で身近な医療機関】に電話相談していただきます。その際、診療・検査が必要と判断された場合は、案内された診療・検査医療機関で受診することになります。
- **相談する医療機関に迷う場合には、**
かかりつけ医または医療生協の各事業所へご相談下さい。

安心してらせる まちづくりを一緒に！

11 住み続けられる
まちづくりを



医療生協には地域の方々からさまざまな「お困りごと」が寄せられます。引きつづき、コロナ禍でお困りの方々に寄り添った活動に取り組みます。

見守りやサポートなどご協力をお願いします。

コロナ禍によるお困りごとなど、 お気軽にご相談ください！

経済的な理由で医療が受けられない、日常生活で不安なことなど何でも結構です。

まずは、ご連絡ください。

ぜひ、皆さんにできることで
応援しましょう!!



(連絡先) 鹿児島医療生協 健康まちづくり部
☎099-260-3532



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「世界一貧しい大統領」と呼ばれたウルグアイの元大統領は誰？

② 10.22総行動 〜いのち〇〇〇医療・社会保障立て直せ！〜

③ 今こそゆたかな「かかわりあい」を…人種差別に抗議した選手名は？

④ 新型コロナウイルスが重症化する割合は1万〇〇〇〇人に1人。

⑤ 30日間、今年も挑戦しよう！〇〇〇けんこうチャレンジ。

下記の宛て先に、クイズの答えを書いてご応募ください。

《応募方法》

ハガキに ①クイズの答え ②郵便番号・住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥生協だよりの感想、ご意見などご記入の上、郵送にてご応募ください。

正解者の中から抽選で5名の方に図書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

●締め切りは2020年11月30日（当日消印有効）

※ ご記入いただいた個人情報、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2021年1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。

9月号クイズ当選者《おめでとうございます》

古川 利恵子さん/日高 かすみさん/正本 啓子さん/近藤 数美さん/仲本 裕子さん