



2021年7月31日現在  
 組合員数 140,736人  
 班数 2,724班  
 出資金 2,126,583千円  
 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

2021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

## 新型コロナウイルス「デルタ変異株」について



やまくち ひろき  
**山口 浩樹**  
 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

新型コロナウイルスの流行が始まり1年半がたちました。残念ながら感染状況は悪化の一途で鹿児島県内も最多感染者数を更新する日々が続いています。

「第5波」と呼ばれる新型コロナウイルスの感染拡大は「デルタ株」という変異株が原因です。この株は、過去の流行期であれば感染しなかった状況下でも感染が成立し、瞬く間に日本全国へ広がりました。一人でも多くの方がこの感染症で苦しむことがないことを願い、今回はデルタ変異株についてまとめます。

### ● 感染力が強く、誰でも重症化する危険性がある

デルタ変異株はインドで発見されたL452Rというアミノ酸変異がある新型コロナウイルスです。加えて過去流行していたウイルスより約1000倍多く体内で増え、その感染力は過去流行していたウイルスの約2倍高いことから、これまであまり感染していなかった子どもも感染するようになりました。“マスクなしで短時間会話をした”“人混みにでかけたがマスクはつけていた”といった状況でも感染しますので「これまで大丈夫だったから」といった常識が通じません。

また、過去に流行していたウイルスと比べて約2～5倍重症化しやすく基礎疾患のない若年者でも入院が必要な肺炎を発症したり、一部の方は人工呼吸器が必要になるほど重症化するなど、誰もが命の危険に晒されています。

### ● ワクチンは重症化を予防できるが、期待しすぎない

ワクチンは重症化を約90%予防できるのでワクチンを接種された方のほとんどは入院されず重症化もしていません。一方でワクチンの感染予防効果は約60～80%にとどまり、2回接種しても感染しているケースもあります。ワクチン接種の有無に関わらず日常の感染対策は続ける必要があります。

### ● ワクチン接種と感染対策を徹底し自分や身近な人を守る

デルタ変異株は「過去流行していた新型コロナウイルスとは別なウイルス」と例えられるほど感染力が強く、誰もが重症化する危険性があります。ご自身や身近な人の命を守るため、いま一度感染対策を徹底しましょう。 **この生協だよりの8面も参考にしてください**

デルタ変異株について	
ウイルスの特徴	
発見された国	インド
感染力	約2倍高い
体内で複製されるウイルス量	約1000倍多い
重症化のリスク	約2～5倍高い 20～40歳でも重症化
mRNAワクチン2回接種後の効果	
感染予防・発症予防	約60～80% 2回接種しても感染しうる
重症化予防	約90%

## 組合員活動について

8月5日より鹿児島医療生協の組合員活動(班会・研修会・学習会・サロン・まちかど健康チェックなど)を当面中止および延期することとします(ただし、自宅からweb参加可能な企画等はのぞく)。組合員の皆さまのいのちと健康を守るためにご理解、ご協力のほど宜しくお願いいたします。

▼さて、秋の生協強化月間の準備の月に入りました。これまでのつながりを活かし、医療生協の活動を発信し、一緒に取り組み、「をかし」と「ありがとう」を地域に届けましょう。

▼そんな「枕草子」の最大の特徴は、作品中に「をかし」という言葉が四百回以上出てきます。現代語訳は、「興味深い」「素晴らしい」です。



▼「春はあけぼの。やうやう白くなりゆく…」馴染みの冒頭で始まる「枕草子」の著者は、人気女流作家、清少納言です。その現代語訳には、「ありがたきもの。鼻にほめられる婿。また、姑に思われる嫁。上司のことを悪く言わない部下…」とあり、さらに「容姿が優れていないカップルは人前でイチヤツいて欲しくない」とか「大した野菜でもないのに、正月になぜ大根なのか」など、ちよっと毒の混じった持論まで書き連ねてあり、それが清少納言の感性の面白さです。

▼「ありがたきもの」は、「有ることが難い」、「減多にならぬ」という意味です。近世以降、一般的なお礼の言葉として使われるようになったとされています。



▼「ありがたきもの」は、「有ることが難い」、「減多にならぬ」という意味です。近世以降、一般的なお礼の言葉として使われるようになったとされています。

# 2021年度 組合員活動交流集会 第34回 鹿児島県高齢期を考えるつどい



## 2021年度 組合員活動交流集会

7月15日、全14会場で計152名が参加・視聴しました。医療福祉生協連の片山専務理事による記念講演「2030年ビジョン」では、これからの活動のヒントとなるお話を聞くことができました。医療生協の活動そのものがSDGs(エスディーゼーズ)の実践であると知り、「自分たちの活動に自信が持てた」「これからも頑張りたい」といった感想も多く出されました。また、7つのブロックからは支部づくりやわいわい健康づくり企画、ボランティア活動ほか多彩な取り組みが報告され、コロナ禍でも“何とか地域とつながろう”と知恵を出しあい、工夫をこらして取り組む姿勢にお互いが勇気づけられました。“安心して住みつけられるまちづくり”のために一人ひとりが考え、元気をもらえる有意義な時間でした。



## 第34回 鹿児島県高齢期を考えるつどい

8月19日、「第34回鹿児島県高齢期を考えるつどい」が開催され、75名がYouTubeで視聴しました。学習講演は「火山と防災」をテーマに、講師の井村隆介氏(鹿児島大学准教授)にお話しいただきました。講演では、過去の桜島大正噴火を例にあげて「同様の噴火が発生すれば火砕流や地震、津波といった形で広範囲に被害を及ぼす可能性がある、私たちは気象による自然災害に加え、噴火による災害リスクがあることをもっと知るべきである」と話され、正しい情報収集、地域全体でまちづくりを考えることが大切だと再認識しました。松浦実行委員長による大会アピールでは、新型コロナウイルス・社会保障・平和問題にふれ、「安心して豊かにくらす社会をつくろう、長生きしてよかったと喜びあえる日のために、大きな輪を広げていきましょう!」と締めくくられました。



【南日本新聞(8月21日付)に掲載されました】



### グラウンドゴルフ始めました!

コロナが広がる前までは、某施設の会議室をお借りして、卓球やふれあい会食を楽しんでいた班の集まりです。

コロナ感染拡大の影響で会議室が使えず、月に4回していた卓球もできなくなり、ふれあい会食も開けなくなり…。このままでは行けない!と、新たな拠点探しをした結果、現在の活動場所である「東開広場」にたどり着きました。それまでは、担当支部の地域にこんな公園があることも知らなかったのですが、コロナのおかげで!新しい発見ができました。メンバーのほとんどがグラウンドゴルフ初心者が集まりなので、ルールやコース作りの勉強から始めて、経験者の方から打ち方を教えてもらいながら、マイペースでグラウン



### 小松原支部

### 川島班会

班長 川島 月夫

東開広場で医療生協の組合員がグラウンドゴルフを始めたことを地域の方たちに

知ってもらえるように、宣伝活動に力を入れていきたいと思います。



参加者募集中!(コロナ禍なので、事前予約を!)

**栄養士さん教えて**  
**栄養たっぷり野菜で**  
**万能惣菜**



川辺生協病院  
 管理栄養士 櫻井 みどり

旬の野菜は1年を通して栄養が最も豊富です。今回は、まだまだ暑い日が続くこの時期に夏野菜を使った万能惣菜を紹介します。2~3日分まとめて作っておくと、色々なメニューに使用して便利です。使う野菜はナス、ピーマン、プチトマトで、家庭菜園でも作られることが多い野菜です。



**分量 (2人分)**

- ナス …… 300g(2~3本)
- ピーマン … 150g(4~5個)
- プチトマト … 100g(7~8個)
- オリーブ油 … 大さじ1/2

**ワンポイント!**

- \* カラーピーマンも含めると色合いが良いです。
- \* 普通のトマトよりはプチトマトの方が水分がすぎることはありません。
- \* 苦瓜や玉ねぎなど加えても良いです。

**夏野菜の常備菜**



**作り方**

- ① ナスはところどころ皮をむいて一口大に切り、水さらしてアクを抜きます。
- ② ピーマンも食べやすい大きさに切り、トマトはヘタをとって水洗いします。
- ③ フライパンにオリーブ油をひき、ナス、ピーマンの順に炒めます。ある程度野菜に火が通ったらトマトを加え、トマトの皮が破れるくらいまで蓋をして蒸し焼きのようになります。

**アレンジ ラタトゥイユ**



醤油またはトマトピューレなどで味付けします。

1人分

**アレンジ パスタ (1人分)**



- 乾燥パスタ … 80g
- えび … 4尾
- 夏野菜の常備菜 … 完成品の半量
- 塩 … 0.5g

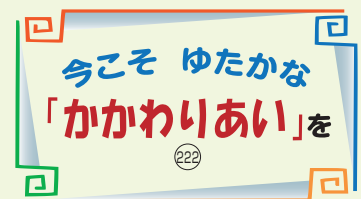
**作り方**

えび、常備菜、塩で味つけ、お好みでケチャップやトマトソースを加え、ゆでたパスタとあえる。

ケチャップやトマトソースで味付けしたものをハンバーグの上のせても。カレールーを加えると野菜カレーも簡単にできます。



夏休みで給食がなく、家庭によつては子どもが十分に栄養を摂れているか気がかりです。活動を工夫して続けていきます。2015年に「持続可能な開発目標 (SDGs)」の国連採択以来、多くの人が関心を持ち、その達成に向け力を注いでいま



**未来への小さな歩みを続けたい**

園田 愛美

(森の玉里子ども食堂、小学校教員、鹿児島子ども研究センター所員)

す。子ども食堂の活動も、「飢餓をゼロに」「すべての人に健康と福祉を」などの目標に関連があります。

目今の子どもとその家庭に自分ができることをしたい…その思いを持続し子ども食堂の旗を地域に掲げつづけていくこと。その先に、「誰ひとり取り残さない」というSDGsのゴールがあることを信じます。子どもを育ちを願う多くの人とともに行動したいと思えます。ゴールへ向かう方法はいろいろあります。身近な地域のために思いをよせ、小さな歩みを続け、未来へ向かう意思を皆さんと持ちつづけたいと思えます。



「毛糸でつながるプロジェクト」として、子どもに帽子・マフラーを編んで届ける活動をしています。今年もたくさん毛糸をいただき、編み手を募集しています。

【連絡先】  
 森の玉里子ども食堂  
 090-5381-1868

### 「暮らしの中ですこしおこを」

私たち城山支部では、運営委員会でみそ汁の塩分測定を行いました。去年行ったすこしおモニターには、運営委員も多く参加しており、今も減塩を意識できているかやってみようということで今回の取り組みが決まりました。

手作りのみそ汁を持つてくる係、塩分測定器を持つてくる係に分担し、当日は計6つのみそ汁（1つはインスタント）を比較しました。みそ汁の具材も家庭によってさまざまで、「うちは野菜が多いのよ」「みそ汁は朝と夕2回作るわ」など、みんなの調理風景が思い浮かぶほどに盛り上がりました。

測定結果は、多くのみそ汁が平均の数値でした。インスタントは平均の倍以上の数値がでて、みんなびっくり！

これからも減塩を意識して、健康で楽しい毎日を送りたいです。  
(城山支部 友寄 律子)

減塩できているかな～？




「すこしおこ」は「少しの塩分ですこやかな生活」をめざす医療福祉協会の取り組みの総称です。

# 生き生き組合員 わたしも主人公

### 「平和の取り組み ～恒久平和を願って～」

「コロナ禍でも何か平和の取り組みをしよう!」、紫原ブロック3支部の運営委員会で協力して、虹色の折り鶴で平和パネルを作成しました。私たちの想いを込めたパネルをたくさんの方に見てもらいたと思います。今年は広木小学校児童クラブのご協力もあり、夏休み中に平和学習も実現しました。平和に関するDVDを視聴して“平和って何?”“戦争って何?”と少しでも考える機会になったなら嬉しいです。この日が、平和学習だと知ってわざわざ参加してくれたお友だちもいました。家族やお友だちと笑って過ごせるのは平和だからこそ! これからも多世代で考えていけたら良いなあと思います。  
(紫原ブロック 運営委員一同)

DVD「おこりじぞう」を視聴中



### 7月の組合員活動

- ◎345名の組合員が増えました。
- ◎17,589,200円の出資金がありました。
- ◎新しく3班増えました。
- ◎班会を353回開きました。



色塗りにも熱が入ります!

### 「紙芝居を作りました」

「コロナ禍の中で今できることは何か、運営委員会で話し合いました。夏の平和企画で行っている紙芝居を自分たちで支部のものとして作るということになりました。まず図書館の紙芝居を参考に作ってみることにしました。活動自粛期間を除いて公園のベンチからスタートした紙芝居づくりでしたが、多くの人が時間をさいて手伝ってくれ、あっという間に二作品出来上がりました。今度は平和文集に投稿してくれた方の原稿をもとに三作目に向けて新たなスタートです。戦争のない平和な世界にするために皆で頑張りましょう。」  
(桜ヶ丘支部 中村 いづみ)



### 「コロナに負けないで!!フアイト!」


新型コロナウイルス感染症の猛威が続く中、毎日、感染症の拡大予防や診療を続けてくれる国分生協病院のスタッフさんへブロックで応援メッセージを作成しました。新型コロナウイルス感染症の危険が高まる中、息苦しいマスクや頻りに消毒をするなど、感染予防を徹底しながら一生懸命働いている姿には頭が下がります。本当にありがとうございます。これからもコロナに負けないで!フアイト!  
(国分南支部 濱田 由美子)



感謝の気持ちを込めて

### 絵手紙

▼ 牧園支部 繁田 洋子  
▼ 宇宿支部 吉永 洋子



### 「運営委員会で、コロナ禍での平和学習」

幼稚園の園庭で笑顔の集合写真。その子どもたちの手にはひとりずつ竹で作った銃。同じ日本。ただ時代が違うだけなのに…。今は学問や言論の自由、仕事を選ぶ自由は憲法で保障されています。また、真珠湾攻撃前の訓練をこの鹿児島湾で行って出撃していたという事実も知り、より身近に恐ろしくなりました。慰霊祭にお孫さんと出席される方もいらっしゃると思います。忘れてはいけない、子どもたちへ伝えて繋げていくことが、今生きている私たちの務めだと実感しました。  
(八幡支部 白尾 一子)

戦争や平和について改めて考える時間となりました




お詫び ※2021年8月号掲載の平和リレートークの内容に誤りがありました。(誤)…昭和三十三年の三月ごろ (正)…昭和二十年の三月ごろ表記に誤りがありましたことを、訂正しお詫びいたします。


### ワンポイントアドバイス

#### ～夏バテだけじゃない!? ‘秋バテ’にもご注意を!～

夏の暑さから、冷たいものとりすぎやお風呂はシャワーだけという生活が続いていませんか。9月は1日の中で気温差が大きくなる時期、体調管理に十分気を付けましょう。

**(秋バテ対策)**


- 食事…体を温める食材や、料理を意識して選びましょう
- 運動…ウォーキングなどの有酸素運動をとりいれてみましょう
- 入浴…38℃～40℃の湯船につかってみましょう
- 保温…体調に合わせた温度調節ができる服装を心がけましょう



### 「平和学習を通して」

星ヶ峰支部 関屋 あゆみ (高校3年)

今回、学習に参加し戦争について考える中で、平和の有難みを後世に伝えていく大切さを改めて感じました。私が戦争について深く考えるようになったのは小学校高学年のときで、被爆の後遺症と闘いながら、ただひたすら折り鶴を折り続けた貞子さんの話を聞いたときです。その時の悲しみを今でも覚えています。それまでは、ただ戦争は怖いという漠然としたイメージでしたが、色々な学習を通して学んでいく戦争の怖さは、どんどん鮮明になっていきました。そしてそれと同時に、平和の有難さを実感していききました。ここまで平和を大切にしようと感じてこられたのも、幼いときから伝えてきてくれた色々な人たちのおかげだと思っています。今年で戦後七十六年が経ち、実際に体験した人たちは少なくなってきました。そんな中、戦争に対する恐ろしさ、平和の有難みが人々から薄れていってしまうのではないかと、体験した方たちの思いを、次は私たちが伝えていきたいと思っています。



# コロナ禍の子どもたち

鹿児島生協病院 小児科部長 酒井 勲



折からの新型コロナウイルス（以下コロナ）感染拡大の状況下で開催が1年延期されたTOKYO 2020オリンピックは前例の無い無観客開催となり、選手からも開催されることや参加することに葛藤を抱えていたという声が聞かれました。

振り返ると子どもたちもコロナに翻弄されてきました。昨年3月の全国一斉休校は、前首相の思いつきのような科学的根拠の無いものでした。その後の学校行事は感染拡大防止の観点からかなり簡略化されたり中止されたりしました。普段の学校生活も制約が多く我慢を強いられる場面も多いようです。さて、これまで子どもはコロナに感染しにくいと考えられていました。鼻粘膜や気管支粘膜の細胞表面にあるACE2というコロナがくっつく部位（受容体）が年齢依存性に少ないことが理由に挙げられます。国内の子どものコロナ感染の特



徴も本年4月現在では次のような結果でした。約47%は無症状（家族が発症して濃厚接触者として検査された結果）。無症状でも入院となることが多い。70%以上は家庭内感染、学校・幼稚園・保育園関係5%。87.9%は無治療で軽快。入院しても81%は重症化せずに退院。累積患者数における小児の割合は10%。死亡無し。

このため、子どもを感染から守るためには、周囲の大人が免疫を獲得（ワクチン接種）することが重要と考えられました。12歳以上の子どもへのコロナワクチン接種が承認され、当小児科でも優先接種者に該当する患者さんに接種しました。基礎疾患による重症化を防ぐことを期待してのことです。

但し、変化はめまぐるしく、今夏、国内では新型コロナウイルス変異株（デルタ株）による第5波という感染拡大を迎えました。8月に入り鹿児島でも爆発的に感染者が増加しました。これまでと違って子どもの感染も拡がってきており、保健所の対応も追い付かない中、各医療機関も懸命に対応

しているところですが。鹿児島県もまん延防止等重点措置の対象となりました。今後さらなる変異株の出現が予想されます。

医療が届かず不幸な経過をたどる感染者も後を絶ちません。自分を守るため、大事な人を守るためにも、基本的な感染対策の徹底を継続しましょう。ワクチンも機を逸することなく受けてください。

夜間等の子どもの急な発熱症状に不安になることもあろうかと思いますが、このような状況下です。受診の前に呼吸の様子や全身状態を観察してみて、症状が軽い場合には翌日の診療時間内での受診のご協力をお願い申し上げます。観察のポイントとして【かきくけこ】を参考にしてみてください。

**か** 顔色が青ざめていないか  
**き** 機嫌が悪くないか  
**く** 食うか、飲めているか  
**け** 血圧（手指や爪の色は悪くないか）  
**こ** 呼吸（ゼーゼーしていないか）

子どもたちが2学期を迎えるにあたり、少しでも安心して過ごせることを願いつつ稿を閉じます。

コロナ禍による子どものストレスなどSOSに気づいたら参考にしてみてください

こどもが考えた 気持ちを楽にする23のくふう

検索

参考:国立成育医療研究センター

# 9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 行田・重盛 櫻田	交替	交替	交替	交替	交替
8:30	整形外科 小柴・重盛	行田	重盛	駿河・行田	重盛	駿河・小柴
12:00	リハビリ	交替	行田	交替	行田	交替 (2,4)
8:30	眼 科 福宿 福留 (1,2)	中村啓・福宿	福宿・福留	福宿 (予約) 福留	中村啓 福留 (1,2,3)・福留	福宿 (1,3) 福留 (1,2,4) 山藤 (2,3)
午後	婦人科 白浜	柳田	柳田		柳田	
1:45	泌尿器科 白浜	白浜		白浜	白浜	白浜 (2,4)
4:30	救急・紹介 福宿・福留 (1,2) (4時まで)	交替	交替	交替	交替	交替
1:45	眼 科					
4:30	婦人科 柳田					
4:30	泌尿器科 (初診受付4時まで)				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	内科 一般	川畑	大野	川畑	川畑	大野	交替
8:45	内科 予約	大野	川畑	大野	大野 (内視鏡)	川畑	
12:00	小児科	松下	松下		松下	松下	
午後	内科	大野	川畑		川畑	交替	
2:00~4:30	小児科 予防接種/健診 (予約のみ)		松下		松下		
夜間	内科	川畑	大野	川畑	大野		
5:00~7:00	小児科				松下 5:00~6:00		

※胃カメラ(要予約)は金曜日の午前です。

## <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	内科	吉見	吉見	長谷	山下	吉見
	8:45~11:30	櫻田祐	山下	山下	櫻田祐	久保
	久保		久保			
	前村良	久保		前村良	櫻田祐	
	山下		櫻田祐	田澤	仲田	
		小坂元	櫻田久	長友	櫻田久	
循環器(予約)	川嶋	中野(1,3) 川嶋(2,4)	吉見	吉見	川嶋	
外科			税所		税所	
9:30~12:00	小児科	玉江	玉江(一般) 酒井(2,4:特診) ※酒井Dr予約のみ	玉江	森田	玉江(1,2,3) 交替(4)
午後	2:00~5:00	櫻田祐	交替		交替	櫻田祐
5:00~6:30	交替	交替		交替	交替	
予約のみ				長友 山下(禁煙外来) 吉見(2:00~)	山下 櫻田久	
3:00~5:00	予防接種/健診 (予約のみ)	玉江			玉江(1,2) 交替(4)	
2:00~4:00	一般診療					
4:00~6:30	予約診療 ※曜日によって 診療時間が 異なります	玉江 (4:00~6:30)	酒井(2,4) (2:00~5:00)		森田 (2:00~4:30)	玉江(3) (2:00~5:00)

## 《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**

## <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	菱輪	交替	菱輪	菱輪	交替	
	②	山下英(2,4)	檜作	春田	檜作	小松	
	③	交替(1) 小松(2)	山口昭	佐伯英	黒葛原	本川	
	④	別府	本川	山下英	山下英	交替	
	⑤				永田		
午後	健診・予防種	柳田(1,2)				柳田(3,4)	
	呼吸器	久保美		山口昭	山口昭	山下英	
	循環器	春田	馬渡(1,2,4)	馬渡(1,2,3,5)	馬渡		
	消化器		黒葛原			北島	
	8:30	内分泌	佐々木直	佐々木直	(総合内科)坂口	和田	佐伯英(1)・上村(2) (総合内科)檜作
	12:00	腎	佐伯英		上村	上村	上村(4)
	神経					木田	
	①			(心)西畠		(心)西畠	西畠(1,3)
	②	松尾(1,2) 交替(4)	川畑	片山(1,3,4,5)		池田	交替
	8:30	③	嶽崎	嶽崎	嶽崎	井上	嶽崎
12:00	④	酒井	交替	酒井(2,3,4,5)	酒井	中村亨(4)	
予約・特診	(予約)西畠	(予約)西畠	(内分泌)森田	(腎)玉江(2)	(神経)酒井	(内分泌)森田 (1,2,3)	
8:30~12:00	外科	木藤	森下・鈴東	吉田	鎌谷・交替	木藤	
9:00~12:45	歯科	瀬戸山・友松 上蘭	瀬戸山・友松 上蘭	瀬戸山・友松	瀬戸山・友松 上蘭	瀬戸山・友松 上蘭	
午後	①	檜作	本川		交替	交替	
	②	交替	山口昭		山口昭	本川 (内分泌)和田	
	健診・予防種						
	4:00	ワクチン	要	要・井上		要・川畑	要・交替(1) 片山(2,3,4)
午後	健診					吉見・松尾(1,2,3) 交替(5)	
	1:45	特診		(循環器)関		(心)西畠・池田 (神経)酒井	
	3:45	歯科	瀬戸山・友松 上蘭	瀬戸山・友松 上蘭		瀬戸山・友松 上蘭	瀬戸山・友松 上蘭
夜間	2:00~5:00	内科(予約のみ)		(循環器)春田 (腎)上村(1,3)			
	4:00~6:00	①	酒井	嶽崎		池田	交替(1) 松尾(2,3)・川畑(4)
	4:00	②	片山	川畑		井上	嶽崎
	7:00	特診		(喘息)交替 (内分泌)森田		(腎)玉江(2)	(喘息)中村亨(4) (神経)酒井
5:00~8:00	歯科	瀬戸山	友松		友松	瀬戸山	

※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)を行っております。  
 ○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。



# 感染拡大防止へのご協力をお願いします

感染力が強い**変異株**にも、基本的な感染予防が有効です。

「マスクの着用」や「手洗い」、「3密(密接・密集・密閉)を避ける」などを徹底してください。

**正しく使おう マスク!**



①鼻の形に合わせ すき間をふさぐ ②あご下まで伸ばし顔に すき間なくフィットさせる

**会話時は必ず着用!** **ポイント**

- 鼻出しマスク × あご出しマスク ×
- 着けたら外側は触らない
- ひもを持って着脱
- 感染予防効果の高い不織布マスクを

**こまめにしよう 手洗い 手指消毒!**



**こんなタイミングでは必ず!**

- 共用物に触った後
- 食事の前後
- 公共交通機関の利用後 など

**ポイント**

指先・爪の間・指の間や手首も忘れずに洗いましょう!

目鼻口といった粘膜を さわる前には手を洗いましょう

**目指そう ゼロ密!**

一つの密でも避けましょう!


**密接** マスクなし × 大声 ×

**密集** 大人数 × 近距離 ×

**密閉** 換気が悪い × 狭い所 ×

同居家族以外との飲食やマスクを外しての会話を避けましょう

**新型コロナウイルスワクチン接種について**



高齢者のワクチン接種がすすむ一方で、いま若い世代の感染が増えています。ワクチンが守るのは接種を受ける本人だけではありません。同居家族や友人、同僚を守る効果も期待できます。現在、鹿児島県では12歳以上の方に新型コロナウイルスワクチンの案内が届けられています。希望される方は早めに接種しましょう。ワクチンの取り扱いについては各自自治体のホームページなどで確認しましょう。

**全国調査にご協力ください!**

これからの子どもの医療・子育てを国に真剣に考えてもらうため、コロナ禍にある子どもたちとご家庭の実情を分析します。(全日本民主医療機関連合会 小児医療委員会)

回答はスマートフォンで行います。ご回答いただいた個人情報は、本アンケートに関わる目的のみ使用し、他の目的には使用いたしません。

このアプリから

●アンケート実施期間 2021年9月1日～30日

●対象：3歳から中学3年生までの お子さんがいらっしゃるご家庭

**300名様にQUOカード500円分進呈**

お問い合わせ先 鹿児島医療生協本部 健康まちづくり部 TEL099-260-3532

**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**

① デルタ株が発見された国はどこでしょう?

② 枕草子の作品中にある「○○」の現代語訳は「興味深い」「素晴らしい」

③ 紫原ブロックの親子平和企画で視聴しました。DVD「○○じぞう」

④ 現在、新型コロナワクチン接種の対象年齢は何歳以上?

⑤ 感染予防効果の高い不織布○○○を使いましょう。

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、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2021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》  
西村 千幸さん/荒殿 秀人さん/石山 華奈さん/田村 吉章さん/橋口 容子さん