



2023年4月30日現在
 組合員数 140,930人
 班数 2,802班
 出資金 2,173,518千円
 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

2023年6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
 編集委員会 行
 集 機 関 紙 編 集 委 員 会
 専 務 理 事 福 峯 清
 発行責任者



和気神社の藤棚 (霧島市牧園町)

組合員活動の基礎は「班」です。班は、ご近所やお友達など組合員3名以上で登録できます。夏の斉班会月間として、健康づくりチャレンジや班会開催を七月まですすめています。班会では健康体操や調理実習、子育てやくらしに関することなどを医療福祉の専門家を招いて学習することができます。健康チェック（血圧、尿、体脂肪、血管年

班会で健康づくりに取り組みよう

夏の班長会は、健康や平和、くらしの学びの場であるとともに、自分たちの地域での取り組みを伝え、組合員同士が交流を

班長会で楽しく交流を！

六月二十一日に通常総代会が開催され、今年度の事業計画や組合員活動方針などが確認されます。また、夏の班長会が各支部で開催されます（詳細は二面をご覧ください）。多くの組合員が参加し、一緒に健康づくりやくらし、平和のことを考えてみましょう。

夏の二斉班会月間スタート！

支部の年間計画をお知らせし、班会開催を呼びかけましょう。

年齢など）で自分の健康状態を知る機会にもなります。興味のある方は、地域の運営委員さんや健康まちづくり部までお気軽にご連絡下さい。班会に参加して、人と人とのつながりをつくることで心の豊かさや生きがいを得て、自分自身の健康づくりにもつなげましょう。

健康づくりは平和な社会から

わたしたちは、平和を守り、最大の健康破壊である戦争を許さない取り組みを行っていきます。核兵器のない世界をよびかけ、日本の核兵器禁止条約参加を求める、「原水爆禁止国民平和大行進」が開催されます。今年度は、六月二六日から長崎の原水爆禁止世界大会にむけて平和大行進の県内コースがスタートします。「平和や核兵器廃絶への願い、戦争は許さない」という声を広げるために一緒に歩いてみませんか。また、今年も平和文集を発行します。後世に戦争の悲惨さ、平和の尊さを伝えるために戦争体験談を募集しています。今だからこそ伝えておきたい想いを是非お寄せ下さい。



▼「風林火山」や「水壁」「敦煌」をはじめ、今でも多くの読者を魅了した映画化、テレビドラマ化された作品も多い小説家で詩人の井上靖は酒豪でも知られています。▼1981年秋、ノーベル文学賞の候補に挙がるほどの報道が流れ、世田谷の井上宅に報道陣が殺到しました。彼は報道陣を自宅に招き入れ、受賞者が発表されると、集まった一同と残念の杯を上げました。以降、毎年ノーベル文学賞発表の日になると残念会の酒宴「ノーマル賞」が行われるようになったそうです。▼「努力する人は希望を語り、怠ける人は不満を語る」。「幸福は求めない方がいい。求めない眼に、求めない心に、求めない体に、求めない日々に、人間の幸福はあるようだ。」井上靖の格言は、私たちの心に輝きと意欲を与えてくれます。前向きな人は、夢や目標を叶えるために努力し、周囲の人たちを巻き込み、応援してもらえようという「希望のメッセージ」を発し続けます。自分自身もそのような人でありたいという気持ちにさせてくれる言葉です。▼医療福祉生協のめざす「地域まるごと健康づくり」は、すべての人が健康になること。健康をとりまく環境すべてが健康になることです。前向きに人生を明るく楽しく過ごすために、一緒に生協運動に取り組みしましょう。



2023年度 夏の班長会企画

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	6月16日	金	10:00~	介護保険制度と医療生協の地域包括ケア
川辺南	6月9日	金	10:00~	介護保険制度と地域包括ケア
南さつま	6月24日	土	10:00~	歯の健康とオーラルフレイルケア
枕崎	6月20日	火	10:00~	認知症の話
枕崎西	6月15日	木	10:00~	認知症予防とケア
知覧	6月26日	月	10:00~	糖尿病の原因と予防について
谷山	6月27日	火	10:00~	たくさん野菜を食べたら何が良い?!
西谷山	6月14日	水	10:00~	コレステロールが高いと言われたら?!
谷山東	6月13日	火	10:00~	生前整理
小松原	6月12日	月	10:00~	めまいの原因と対策
坂之上	6月13日	火	10:00~	歯と口の健康
福平	6月12日	月	10:00~	楽しく脳トレ
喜入	6月22日	木	10:30~	認知症の方への接し方
指宿	6月23日	金	10:00~	詩吟でオーラルフレイル
中山	6月13日	火	10:00~	フレイル予防体操
郡山松元	6月8日	木	10:30~	長続きするストレッチ体操
日置	6月9日	金	10:00~	栄養について
薩摩川内	6月5日	月	10:30~	健康診断結果表の見方
皇徳寺	6月12日	月	10:00~	ストップ・ザ・食中毒
星ヶ峯	6月3日	土	10:00~	くすりのはなし
宇宿	6月6日	火	10:00~	笑いヨガ

支部	日程	曜日	時間	学習・交流企画
桜ヶ丘	6月27日	火	10:00~	習慣化できるストレッチ体操
鴨池	6月6日	火	10:00~	骨を丈夫にする食事のはなし
鴨池南	6月12日	月	10:00~	鹿児島医療生協の健康体操
荒田	6月8日	木	10:00~	肩こり体操&足を鍛える体操
八幡	6月26日	月	10:00~	家計を見直そう
紫原	6月9日	金	13:30~	オーラルフレイル
西紫原	6月8日	木	13:30~	骨粗しょう症について
田上	6月14日	水	13:30~	ごみの分別・リサイクルについて
城山	6月12日	月	10:00~	エンディングノートの活用方法(終活)
明和	6月8日	木	10:00~	貯筋体操
城西	6月10日	土	10:00~	認知症とは? 認知症の方への接し方
吉野	6月13日	火	10:00~	救命講習
吉野東	6月12日	月	10:00~	火の用心! シルバー教室
吉野北	6月7日	水	10:00~	よかよか体操
国分	6月30日	金	10:00~	笑いヨガ
国分北	6月12日	月	10:00~	健康体操
国分南	6月20日	火	10:00~	介護保険
隼人	6月29日	木	10:00~	薬の飲み方とサプリメント
隼人南	6月24日	土	10:00~	尿もれ予防
牧園	6月13日	火	10:00~	脳いきいき~みんなで楽しく脳トレ~
始良	6月23日	金	10:00~	脳いきいき~みんなで楽しく脳トレ~

私たちの「しあわせヨーガ班会」

「ヨーガをすれば健康になる、ヨーガをすれば楽しくなる」を合言葉に班活動を始めてやがて20年。今は10人で活動しています。最初から私たちが指導して下さっているのは、日本ヨーガ禅道友会の先生で、呼吸法を中心にしています。

先生はいつも「無理をしないように、自分の体の声を聞きながらできる範囲で楽しみましょう」と優しく声をかけてくださいます。メンバーも年を重ねてきましたので、最近では先生がいろいろな工夫をしてくださいます。前半は椅子を使ったポーズを行い、後半は畳にあおむけになり、思う存分筋肉を伸ばしたり縮めたり。その中に「サバァー



サナ」といって大の字になり、静かに瞑想する時間があるのですが、時折かすかな寝息が聞こえることも…!

こんな穏やかな空気の中で90分を過ごします。班会が終わって「またね!」と手を振りあう仲間たちの笑顔は来た時よりも輝いているように思えます。まさに「しあわせヨーガ」ですね。

昨年3人も新しい仲間を迎え、組合員の輪も広がりました。これからも声をかけあって楽しい班会を続けていきたいと思えます。

明和支部
 しあわせヨーガ班
 班員 大原タツ子

心も身体もリフレッシュ





国分生協病院
管理栄養士 原田満代

ロコモ（ロコモティブシンドローム）と食事はとても深い関係にあります。筋肉を増やすためにたんぱく質不足にならないようにすることも大切ですが、エネルギー不足を生じるとせっかく摂ったたんぱく質がエネルギーに変わってしまい筋肉がやせてしまいます。毎日の食事の面で運動器の機能を保つために、炭水化物、たんぱく質、脂質、ビタミン、ミネラルの5大栄養素が不足しないように意識することがとても大切です。



ボリューム満点の主菜レシピ すどり
歯ごたえたっぷり酢鶏



材料（2人分）

- 鶏もも肉（皮なし）…………… 140 g
- れんこん…………… 1/3 節（60 g）
- たまねぎ…………… 1/4 個
- エリンギ…………… 1 本
- ブロッコリー…………… 4 房
- 片栗粉（鶏肉用）…………… 小さじ 1
- 油…………… 小さじ 1
- ごま油…………… 小さじ 1
- ミニトマト…………… 2 個



合わせ調味料

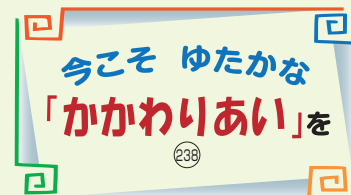
- しょうゆ…………… 小さじ 2 弱
- 酢…………… 小さじ 2
- 砂糖…………… 大さじ 1
- 酒…………… 小さじ 1
- すりおろししょうが…………… 小さじ 1
- すりおろしにんにく…………… 小さじ 1/2
- 片栗粉…………… 小さじ 2/3
- 水…………… 小さじ 2

栄養素 1 人分（195kcal たんぱく質 16.3 g 食塩相当量 1.0 g）

作り方

- ① 鶏もも肉は一口大、れんこんは厚さ 1cm の半月切り、またはイチヨウ切りにする。たまねぎは串切り、エリンギはたまねぎと同じ大きさに切り、ブロッコリーは食べやすい大きさに切る。
- ② 耐熱容器に①のれんこん、たまねぎ、エリンギをいれてラップをし、500w の電子レンジで1分半加熱する。
- ③ ①の鶏もも肉に片栗粉をまぶす。フライパンに油を熱し、鶏もも肉を入れる。両面を焼き、中までしっかり火を通す。
- ④ ③のフライパンに②の野菜とブロッコリーを入れる。合わせ調味料を入れ、とろみが出るまで加熱する。火を止めてごま油を入れて混ぜ、器に盛り付ける。彩りでミニトマトをそえる。

4月の学級参観日。6年生社会科学習で「学級市長」を選ぶ模擬選挙を行いました。架空候補者3人（鹿兒島たけし、鹿屋あけみ、始良さとる）各々の「公約」は、学級の実態をふまえて私が考え、スクリーンに映し出しました。たけし「給食残食0の学級を目指す。みんなでモリモリ食べて健康な体と心を」、あけみ「互いの人権を尊重し合える学級を目指す。一人ひとりを大切にして、いじめは許さない」、さとる「自分の意見を言える学級を目指す。さまざまな意見を出し合い、みんなでよりよいものを作り上げる」。各々のメリットとデメリットについてグループで話し合い、最後は投票箱に「清き一票」です。



～模擬選挙の結果は、私の思惑と食い違った～

五代 孝輔
（小学校教諭、鹿兒島子ども研究センター所員）

私は正直、「あけみ」（の公約）が選ばれてほしいと願っていました。道徳の時間にいじめについてとりあげましたし、学級目標決定の際に「いじめのない笑顔あふれるクラスを」という意見が多く出されて以来、これをキーワードに学びをつないでいこう、と考えていたからです。

しかし投票の結果、当選は「始良さとる」でした。「えっ？そんなの？なんで？」と固まってしまった私に、「たけしの言う給食も大事だけど、学校は給食が全てではない。あけみのは『許さない』とか、表現がちよっとこわい。こわい市長は嫌。だから、一人一人を大切にするといいさ」とるを選んだ。…と子どもたち。私の推していたあけみの公約を、子どもたちはきつくて厳しすぎると感じたのです。自分の思惑と違った展開に戸惑いながらも、子どもたちなりに根拠をもって市長を選んだということも分かりました。予定調和でないことも楽しみなが、これからも子どもたちと過ごしていきたいです。

おいしく減塩、薄味でも
毎年6月になると梅干しを作っています。一般的な梅干しの塩分濃度は20%前後ですが、私は10%で作るようにしています。食べるときは、それをさらに2晩ほど塩抜きします。もともとしょっぱいのは苦手なほうでしたが、身体のことも思ってもう長いこと減塩に気をつけています。佃煮作りも好きで、つわ、ごぼう、しょうがなど、季節に合ったもので作り、友だちや近所の方へお裾分けするのも私の楽しみの一つです。もちろん塩分控えめの佃煮です。また、カスピ海ヨーグルト菌を絶やさず、もう20年ほど手作りヨーグルトを作っています。それが私の元気と健康の源です。

(吉野北支部 宮ヶ迫美智子)



「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

4月の組合員活動

- ◎213名の組合員が増えました。
- ◎16,536,400円の出資金がありました。
- ◎新しく13班増えました。
- ◎班会を529回開きました。

インストラクター誕生!

脳いきいき班会インストラクター養成講座を枕崎地場センターにて開催し16名の組合員が参加しました。始めに「認知症とは?」「脳いきいき班会とは?」を学習しました。5カ条カレンダー(食、動、楽、知、体)や紙芝居、リラックス体操、読み物の音読、脳いきいきゲームなど、グループに分かれて実践しました。リラックス体操は簡単な肩の上げ下げ運動をして上手にできたらお互いに誉めてあげました。脳いきいきゲームでは、なかなか上手くできなかったときもありましたが、拍手をしたり、大きな笑い声でそれぞれのグループが盛り上がり、すごく楽しそうでした。枕崎地域で今後、脳いきいき班会を開催していきたいと思えます。



誰が一番長いかな?

(枕崎支部 下山 佐津子)

満開の桜とウォーキング!

霧島始良ブロックでは、牧園の柳ヶ平散策路でわいわいウォーキングを開催しました。桜満開の青空のもと74名が参加。約2kmのコースを景色を眺めつつ、中にはフラビ取りをしながらウォーキングされている方もいました。コースの途中にある「命の洗濯場」と言われるポイントでは霧島連山や桜島が見渡せる360度の大パノラマと2本の大きな山桜が迎えてくれて疲れも吹き飛びました。



背後には霧島の山々が広がります

参加された方には牧園で開催しているつるし雛班会の方たちからいただいた手作り小物とお茶菓子をお配りしたところ、ことのほか喜んでいただけよう。

(牧園支部 槐島 和子)

心も身体も美しく!

鴨池ブロック主催で「美と健康」をテーマに新しい企画を始めました。支部づくりや若い世代とのつながりを大切に、医療生協を知らない方たちにも活動を知ってもらうことが目的です。①フィットカラー&メイクアップ ②アロマセルフハンドマッサージ ③正しいスキンケア ④リンパコンディショニングの4つの講座を3ヶ月に分けて行います。

メイクアップ講座は、30代~60代まで幅広い年代の方に参加して頂き「久しぶりに自分の時間を楽しめました」等の感想を頂き、大変好評でした。

この講座が、班長会や組合員増やしなど次の活動にもつながっていくと良いなと思います。



学んだことを日々のメイクに取り入れたいです

(鴨池ブロック 望月 ゆかり)

地域訪問行動!

鹿児島北部ブロックでは、支部づくりに向けた医療生協や組合員活動の紹介と、医療生協だよりの配布協力員さん募集を目的に、牟礼岡の訪問行動を行いました。ポストインが主でしたが、全ての家の前で大きな声で医療生協であることをしっかり挨拶をしてポストインしました。春の暖かい日差しを感じながら気持ちよく訪問ができました。お庭を整えているお宅も多く、色とりどりに咲くきれいな花々を見ながら歩くのも楽しかったです。今回の訪問で、まずは医療生協を知っていただくことから始め、組合員活動に興味を持ってくださる方やクリニックの利用につながってほしいなと思います。



さあ、牟礼岡に出発だ!

(鹿児島北部ブロック 今村 リツ子)

フツと楽しいスポーツ吹矢!

4月22日にスポーツウエルネス吹矢を体験しました。以前から機会があったらぜひやってみたくて楽しみにしていました。吹矢をするのは初めての参加者ばかりで、講師の方がとても丁寧に、ユーモアを交えて指導してくださいました。基本動作は「礼に始まり礼に終わる」...日本らしいスポーツだと思いました。基本動作の腹式呼吸が健康につながるのだそうです。笑いの絶えない楽しい時間を過ごせました。ぜひ多くの方に体験してもらいたいなと思います。



さあ!集中して...

(谷山南部ブロック 齊藤 美代子)

ワンポイントアドバイス

6月4日~10日は「歯と口の健康週間」**舌の体操でオーラルフレイル予防!**

舌の動きがよくなり、言葉をはっきり発音するのに役立ちます。だ液も出やすく、口の中が乾燥しにくくなります。それぞれ5回ずつやってみよう。



舌を鼻の頭につけるように上に動かす



舌をあごにつけるように下に動かす



舌をできるだけ前に出し左右に動かす



口の周りをなめるように舌を左右にまわす

平和への思い
川辺南支部 芝原 敦子
今は戦争前夜のようだと
いう人がいました。奄美、
馬毛島、鹿屋基地の報道が
あり、毎日のようにロシア
が始めた戦争がテレビに映
り、目を覆う惨状がいやで
も目に飛びこんできます。
戦争をある報道のように
感じます。もつと解決に向
けた取り組みを、日本を含
めた世界のリーダーたちが
必死に進めて欲しいと思
います。核戦争にだけはな
らないように努力してほしい
です。自身の戦争体験は
ありませんが、大正生まれ
の両親は朝鮮からの引き揚
げ者です。多くは語りませ
んでしたが、「戦争だけは
絶対ダメだ!」と話してい
ました。
義父も兵隊として戦争に
行きました。日の丸の旗に
「激」と書いてある遺品を
残しています。戦場では加
害者にもなり、「かわいそ
うな事をした」と言ってい
ました。戦争があった「昭
和」は自分にとってもつら
い事が多かったのではと思
います。墓石には「昭和」を
使わず「西暦」で刻んであ
ります。義父の心からの思
いに勇気をもらいます。
「憲法九条」を守っていけ
ば戦争などできないはずで
す。憲法改正させないよう
声をあげていきましょう。



前立腺の病気

鹿児島生協病院 泌尿器科部長 白 浜 勉



前立腺肥大症

前立腺は膀胱の出口で尿道を取り囲むように存在して加齢とともに肥大しますが、その程度は個人差があります。高齢になると尿の勢いが弱い、尿が近いなどの前立腺肥大症による症状が多少なりとも出現しますが、それらの排尿障害が日常生活に支障になる場合が治療の対象です。まずは薬物による治療です。薬物療法で症状が十分に軽快しない、残尿が発生した、尿閉といって尿意はあるが尿が出ないなどの排尿障害では手術が必要になります。手術は開腹手術ではなく経尿道的手術です。経尿道的手術にはいくつかの方法があり、肥大した腺腫の大きさ、血液さらさらの薬の服用の有無および手術リスクなどによって選択します。超高齢で諸種の合併症を持っている方も手術できる場合が多いです。

前立腺癌

早期の癌はもちろん進行した癌でも、多くは無症状です。しかし、他の臓器の癌と異なり前立腺癌には癌特有の前立腺特異抗原（PSA）という腫瘍マーカーがあるので血液検査で診断が可能です。

PSAが軽度高値（4～10ng/ml）であれば初期の癌、高値（20ng/ml以上）であれば進行した癌が多いです。PSAが高値であれば精密検査（前立腺MRI検査、前立腺生検）をして確定診断をつけます。初期の癌の治療方法には3つあり、①積極的監視療法（定期的な生検とPSA検査）②ロボット支援前立腺全摘除術 ③放射線療法（外照射、小線源療法）などです。10年生存率は大きく95%以上です。一方、転移のある進行した前立腺癌はお薬による治療になります。男性ホルモンを下げる薬と男性ホルモンが効かなくなる薬を併用しますが、1～数年で治療抵抗性になる場合が多く、抗がん剤に変更しますが、その治療には限界があります。例外はありますが、治療開始から数年～5、6年で死を迎える病気です。早期に発見し治療すれば治りうる病気ですので50～60歳になれば検診や泌尿器科でPSA検査を受けましょう。



慢性前立腺炎

特有の症状、理学的初見や検査所見はないので泌尿器科医でも診断に難渋する病気です。3ヶ月以上持続する骨盤・会陰部領域の疼痛、不快感では慢性前立腺炎／慢性骨盤症候群を疑います。

長時間座位で仕事をする方に多い傾向があります。一般的検査で異常を認めない場合に本症を疑い薬物による対症療法をします。

鹿児島市のがん検診対象年齢と料金

<前立腺がん検診>

対象者：今年度50.55.60.65.70歳になる男性

検診料：集体会場 400円

医療機関 700円（健康診査と同時受診）

1,600円（単独受診）

（鹿児島市ホームページより）

※鹿児島市以外の地域は各自自治体へお問い合わせ下さい。

お問い合わせ先：鹿児島生協病院 電話 099-267-1455

6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	交替	交替	交替	交替	交替	交替
	整形外科	行田・重盛 小柴	小柴・重盛	駿河・行田		駿河・小柴	交替(2,4)
	リハビリ	交替	交替	行田		行田	交替(2,4)
	8:30 ~ 12:00	眼科	福宿・福留 山藤	福宿・山藤	(予約のみ) 福宿 福留 山藤	福宿 (予約のみ) 福留 山藤	福宿・福留 福留(1,2,3) 山藤(1,2,4)
午後	婦人科		柳田	柳田		柳田	
	泌尿器科	白浜	白浜		白浜	白浜	白浜(2,4)
	救急・紹介	交替	交替	交替	交替	交替	交替
	1:45 ~ 4:30	眼科	福宿・福留 山藤 (4時まで)				
	婦人科		柳田				
	泌尿器科					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。

<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 8:45 ~ 12:00	内科	川畑	大野	川畑	川畑	大野	交替
	予約	大野	川畑	大野	大野	(内視鏡) 川畑	
午後 2:00~4:30	小児科	松下	松下		松下	松下	
	予約	大野	大野		川畑	交替	
夜間 5:00~7:00	内科	交替	交替	川畑	大野		
	小児科				松下		

※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	一般内科	吉見	吉見	長谷	山下	吉見	
	8:45~11:00	交替(1,2,4) 山下(3)	山下	山下	交替	久保(1,2,4,5) 交替(3)	
	予約内科	上村	久保	櫻田祐(1,2,4)	上村(1,3,5)	櫻田祐(1,2,3,5)	
	8:45~12:00	山下(1,2,4)	小坂元	櫻田久(1,2,4)	藤崎	櫻田久(1,2,3,5)	
午後	循環器(予約)	川嶋	中野(1,3) 川嶋(2,4)	吉見	吉見	川嶋	
	8:45~12:00			税所		税所	
	外科						
	9:30~12:00	小児科	玉江	玉江	森田(1,2,3,5) 交替(4)	玉江(3,5) 交替(1,2,4)	(予約のみ) 玉江 (1,3)
夜間	2:00~6:30	交替	交替		交替	交替	
	予約のみ				大山	山下 櫻田久 (2:30~4:00)	
	2:00~5:00				大 吉 見		
	予防接種/健診 (予約のみ) 2:00~4:00		玉江			玉江(3,5) 交替(1,2,4)	
予約診療 ※曜日によって 診療時間が 異なります		酒井(2,4) (2:00~5:30)		森田(1,2,3,5) (2:00~4:30)			

<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

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	一般内科	① 蓑輪	交替	蓑輪	蓑輪	交替	
	8:30~11:30	② 本川	檜作	春田	檜作	本川	一般内科 休診
	③ 前村清	山口昭	佐伯英	永田	交替		
	④ 交替	本川	山下英	山下英			
午後	整形外科						柳田
	呼吸器	山下英(2,3,4)		山口昭	山口昭	山下英	山口昭(2) 蓑輪(4)
	循環器	春田	馬渡	馬渡		馬渡	春田(1,3)
	消化器		黒葛原			北島	黒葛原(2,4)
午後	8:30~12:00	内分泌	佐々木直	佐々木直	(総合内科) 坂口・小松	和田	折田(1)・上村(2) (総合内科) 檜作
	腎	佐伯英		前村良	前村良	折田	上村(4)
	神経					木田(1,2,3,4)	
	小児科	①		(心) 西畠		(心) 西畠	西畠(1,3)
午後	8:30~12:00	② 中村	樋之口	酒井(2,3,4) 片山(1)	片山	池田	嶽崎
	③ 嶽崎	中村	中村	井上	中村	酒井(1,4)	
	④					交替	交替
	予約・特診	(予約) 西畠	(予約) 西畠	(内分泌) 森田・井上	(腎) 玉江(2,4)	(神経) 酒井(1,2,3,4)	(内分泌) 森田(2,3)
夜間	8:30~12:00	外科	木藤	鈴東・川口	吉田	鎌谷	木藤
	9:00~12:45	歯科	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
午後	1:45~4:00	① 檜作・本川	交替・本川		山口昭・永田	本川・永田	
	健診・予防接種	② 交替	(山) 山口昭 (内分泌) 藤崎		交替	(内分泌) 和田	
	小児科	ワクチン	交替	交替		交替	交替
	1:45~3:45	健診				吉見・片山	
夜間	2:00~5:00	① 片山	嶽崎		池田	中村	
	② 酒井	中村		井上	嶽崎		
	特診		(喘息) 樋之口 (内分泌) 森田		(腎) 玉江(2,4)	(神経) 酒井(1,2,3,4)	
	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。第4土曜日は午後休診となります。

○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。

新型コロナウイルス感染症第5類移行後の 対応についてお知らせ

入院患者の面会について

5月10日より対面による面会を一部再開しました。面会の詳細については各病院へ電話にてご相談ください。
(鹿児島生協病院、国分生協病院、川辺生協病院)

5月8日以降の発熱、風邪症状がある方への対応について

- 各事業所にて当面の間は発熱外来を継続します。発熱や咳、のどの痛み、鼻水などの症状がある方は 聞き取りを行い、発熱外来での受診が必要か判断しますので、まずはお電話にてご相談ください。
- 受付時間及び各事業所の連絡先は7面及びホームページをご覧ください。



第50回 通常総代会について

下記の要項で各地域の総代494名を対象に第50回通常総代会が開催されます。

- 日時：2023年6月21日(水) 午後1時から
- 場所：宝山ホール (かごしま県文化センター)

- 第1号議案 2022年度活動報告・事業報告・決算報告
(監査報告を含む) 及び剰余金処分承認の件
- 第2号議案 2023年度活動方針・事業計画・予算承認の件
- 第3号議案 役員補充の件
- 第4号議案 2023年度役員報酬決定及び役員退任慰労金支給承認の件

私たちの一歩でつなごう

2023年 国民平和進行

1958年に開始された原水爆禁止国民平和進行は今年で66回目を迎えます。各地域での行進やスタンディング行動など予定しています。

- 国民平和進行コース

6月26日(月) 出発集会：鹿児島市内

※詳細は決まり次第、鹿児島医療生協ホームページにてご案内致します。

- 国民平和進行鹿児島実行委員会 ☎099-219-1765
- 鹿児島医療生協 健康まちづくり部 ☎099-260-3532



平和文集 第39号

戦争体験談を募集しています!

貴重な体験談を語り継ぎ、戦争の恐ろしさや平和への想いを後世につないでいきましょう。

戦時中のくらしや子どもの頃の記憶、引き揚げの体験など…

あなたの貴重な体験談をお聞かせください。

(2000字以内)

職員による聞き取りも行っています。

※募集締め切り
7月末まで

1冊 300円(税込)

本部 健康まちづくり部 TEL 099-260-3532



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 まちなみ 小説「風林火山」の著者は?
- ② 2面 6月は夏の〇〇〇が各支部で開催されます
- ③ 前立腺特異抗原を略して〇〇〇(アルファベット3文字)
- ④ 第50回通常総代会が開催される場所はどこ?
- ⑤ 国民平和進行は今年で何回目?

《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2023年6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2023年8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。

4月号クイズ当選者《おめでとうございます》

荒田 由美子さん/柳田 幸代さん/前田 ゆり子さん/辻 健一さん/古川 みつ子さん

