

2023年12月31日現在  
 組合員数 141,501人  
 班数 2,827班  
 出資金 2,118,470千円  
 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

2024年2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



県立吉野公園の梅と水仙

## 一年間のまとめを行い、新年度へ向けて 春の班長会・一斉班会月間スタート

春の班長会に  
参加してみませんか？

春の班長会(組合員のつどい)では、今年度の支部活動を振り返り、来年度の計画づくりをすすめます。また、各地域で学習企画も準備しています。福平支部では、「菓の飲み方の注意点などの話を聞いてみたい。」と運営委員会で意見交換

をして、鹿児島生協病院の薬剤師による学習会を計画しました。ぜひ、お住まいの地域の班長会に参加し、一緒に学ぶことの楽しさ、組合員がつながる喜びを実感しましょう。また、2〜3月は春の一斉班会月間となっております。班会開催を呼びかけています。班長会で学んだことを班に持ち帰って学

習を深め、鹿児島医療生協の来年度の方針を共有しましょう。今年度は再開された班会も多く、茶話会や健康体操、グラウンド・ゴルフや健康チェックなど行っています。「新しく地域の人たちとつながりを深めた。」「班会を開催してみたい。」という方は、お近くの運営委員や健康まちづくり部までお気軽にご連絡下さい。

班長会・班会の問い合わせ先  
 鹿児島医療生協健康まちづくり部  
 TEL 099-2660-3532

令和六年能登半島地震で犠牲となられた方々に哀悼の意を表します。  
 また、被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。

私たちと同じ全日本民主医療機関連合会に所属している石川民医連では、1月1日の夕方から城北病院内にて対策本部を設置し、医師・看護師で避難所への訪問を行いました。3日には輪島診療所への支援を医師・事務職員で行いました。診療所前の道路は陥没が激しく、断水もおきていました。また、輪島市役所の避難所ではノロウイルスが発生している状況でした。15日時点で石川県内の医療機関は被災者の受け入れで病床がいっぱいになっています。

鹿児島医療生協では、病院やクリニックなどの窓口に募金箱を設置しております。お預かりした災害義援金は医療福祉生協連・全日本民主医療機関連合会を通じて被災自治体へのくらしの再建に活かします。募金のご協力をよろしくお願い致します。



輪島診療所内の様子



陥没した道路



避難所への支援に出発

ドラえもんは、『毎日  
の小さな努力の積み重ねが、歴史を作っていくんだよ!!』とのび太を励ましたのでした。▼さて、10年ぶりに開催された「生協学校」では、これまでの歴史と到達点を振り返り、私たちの存在意義を改めて確認することができました。今月開催する記念式典をもって一連の50周年記念行事を終えることとなります。諸企画の成功に向けて奮闘された実行委員の方々、参加協力頂いた組合員・職員に厚く御礼申し上げます。自分も小さな歴史の一コマを刻んでいることを信じて…、次の10年、50年に向けて、歴史に新たなページを一歩ずつ刻んでいきますように。



▼1969年より連載された国民的児童コミック『ドラえもん』。未来から来たネコ型ロボットのドラえもんが、勉強も運動も苦手な小学生・のび太を不思議な道具で助けていく皆さんご存知の物語です。▼「しずちゃんをとりもどせ」の回では、タイムテレビで大人になったしずかちゃんが出木杉君にそっくりなビデオちゃんにおやつを与えています。『自分と結婚したしずかちゃん』、ノビスケを生んで…「そう信じているのび太は、出木杉君に負けないよう、すいじ洗たく、料理までなんでも家のことが上手にできる「家庭科エプロン」をつけて家事を頑張ります。



### 鹿児島医療生協創立 50 周年記念行事企画

## 生協学校を振り返って



医療生協の50年の歴史を学び、医療生協が地域に果たす役割を再確認することを目的に、地域組合員及び職員を対象に7月～12月まで全4講座で生協学校を開講しました。谷山生協クリニック4階講堂と国分生協病院、川辺生協病院やその他の会場をリモートでつなぎ、4講座361名（組合員189名、職員172名）が参加し、生協学校を通じて組合員と職員が学習を深め、お互いの交流をすすめることができました。



**第1講座** 講師：駿河 保彰 理事長

### 『鹿児島医療生協の歴史』

講義は鹿児島医療生協が設立された1970年代からの歴史を、日本の歴史と重ね合わせながら解説する内容でした。激動の時代をどう乗り越えて今の医療生協があるのか、さまざまな視点で学びを深めることができました。



**第2講座** 講師：朝日 吉太郎 会長理事

### 『経済と命と健康と～ウクライナ戦争の見方・考え方』

講義はウクライナ戦争について、社会構造やマスコミ等では報道されない違う視点での見方や戦争解決の方法、防衛費増加と社会福祉への予算削減による生活への影響など多岐にわたるものでした。質疑の時間では活発な意見交換がされ、充実した講義となりました。



**第3講座** 講師：本村 隆子 看護部長

### 『鹿児島医療生協の地域包括ケア』

まずはじめに、鹿児島医療生協の地域包括ケアについて学習をしました。後半はグループワークを行い、医療生協の地域包括ケアをすすめるうえで、自分たちが地域の中でできることについて組合員・職員ともに意見交換を行いました。



**第4講座** 講師：板東 義雄 前会長理事

### 『憲法による平和国家の維持か 日米同盟のもとでの軍事大国への道か～戦後日本の安全保障政策の転換で問われていることは何か？』

安保三文書は国会の審議を経ずに閣議決定されたこと、日本がアメリカから高額な武器を買い、軍事国家への道にすすんでいく危険性と問題点についてわかりやすく説明されました。



### 参加者の感想（一部抜粋）

長い歴史の中で様々な困難にあいながらも地域の方の要求に応えながら成長してきた医療機関なのだ実感することができました。

（第1講座・職員）



私たち医療生協の職員として、ロシアとウクライナの戦争についての学習会に参加できて自分たちが何をすれば良いか考える機会になりました。

（第2講座・職員）

地域包括ケアの内容を自分のこととして学ぶことができました。私たちが普段取り組んでいる活動が地域包括ケアの取り組みであることを確信しながら講義を聞きました。

（第3講座・組合員）



平和国家である日本の姿勢を守ることの大切さ、武力を持つことで外国の威嚇をすることは良くない。

「外交努力」の大切さと難しさを考えました。

（第4講座・組合員）

### 鹿児島の医療を考えるシンポジウム



シンポジウム  
鹿児島

## 人手不足と経営難で揺れる医療

防衛費倍増が進められる中、教育・福祉と共に国の医療予算が削減されようとしています。その中で鹿児島の医療現場も人手不足や経営難で苦しんでいます。これらの状況を鹿児島の医療従事者と市民で共有し、鹿児島の医療をどのように良くしていくかを皆さんと共に考えましょう。

基調講演 「防衛費倍増の中で揺らぐ社会保障と国民生活」

パネラー① 揺らぐ鹿児島の看護～看護現場の現状と課題

パネラー② 揺らぐ鹿児島の病院～地域で健康に生き続けられること

鹿児島大学法文学部教授  
伊藤周平さん  
鹿児島医療生協看護師  
本村隆子さん  
鹿児島県保険医協会副会長  
高岡 茂さん

参加無料  
予約不要  
誰でも参加OK

Zoom リモート  
視聴もできます！



2024. **2/12**  
(月・祝)  
14:00～16:30  
(開場 13:30)

よかセンター多目的ホール  
(鹿児島中央駅東口前イオン8F)

主催 鹿児島の医療を考えるシンポジウム実行委員会

お問い合わせ 070-6940-5635 (吉見)

栄養士さん教えて  
すこしおで  
郷土料理



川辺生協病院  
管理栄養士 櫻井みどり

# よごし(白和え)



材料 2人分 (1人分の栄養量/88kcal たんぱく質/5.2g 塩分/0.8g)

- 木綿豆腐 … 80g (1/5丁) みそ …………… 14g (大さじ3/4)
- 人参 …… 20g (小1/6~1/8本) 粉末ピーナッツ…………… 少々
- 白菜 …………… 40g すりごま …………… 6g (大さじ1)
- 春菊 …………… 40g 砂糖 …………… 6g (大さじ2/3)

## 作り方

- ① 人参はいちょう切りにして茹でるかラップをしてレンジでやわらかくなるまで加熱します。(加熱しすぎないように注意)
- ② 白菜は茹でて1cm角に切ります。春菊も茹でて1cm幅に切ります。
- ③ 木綿豆腐はキッチンペーパーで包んで耐熱容器におき、500Wの電子レンジで2~3分加熱してざるに上げておきます。電子レンジを使うと簡単に豆腐の水切りができます。
- ④ みそと粉末ピーナッツ、すりごまを混ぜ、さらに砂糖と水気を切った③を混ぜます。
- ⑤ 食べる直前に材料①②④を和え、器に盛ります。

注意：具材を加えてから時間が経つと水分が出て水っぽくなってしまいますので、食べる直前に和えます。



たんぱく価の高い豆腐は、一緒に和える材料によって見た目も栄養価も変わってきます。“よごし”とは、材料をすったすり鉢がよごれることから名前がついたようですが、最近ではすり鉢のないご家庭も多いかと思います。フォークの背でつぶしたり、ブレンダー等でも代用できます。もともと塩分がそこまで多いメニューではありませんが、使う材料を工夫することでさらに塩分控えめでもおいしく、また体調を整えるなどの効果が期待できるメニューです。ぜひ献立の一品に取り入れてみてください。

## すこしおワンポイント アドバイス&アレンジ

●香りの強い春菊やセロリ、ニラなどの香味野菜、香りのあるピーナッツやごまなどの種実類を使うことで、塩分控えめでもおいしく食べることができます。

●春菊など香りの強い野菜は、血液をサラサラにして血栓予防の効果もあるといわれています。春菊以外にも湯むきしたトマト、茹でたチンゲン菜、きゅうりなどに変更してもおいしいです。



おしゃべりもはずみます♪

緒はビニールひもに布を巻いて作り、一緒に編んでいきます。鼻



### 吉野支部 草履づくり班 班員 岩本サナエ

間は増やし、楽しんで班会をしていきたいと思えます。これから草履づくりを通じて仲

かすので、脳トレとしても効果抜群だろうと思えます。

履いたらやみつき！  
手づくり草履  
私たちは草履づくり班は、またまテレビで草履づくりを見た組合員さんからの「誰か草履を作れる人はいないかな？私たちも作ってみたい！」という呼びかけではじまりました。もう16年前のことです。

す。初心者だと一足約2時間慣れてくると30分もあれば編みあがります。自分の足指にひっかけて編む人、木で作った足の指型のようなものにひもをひっかけて編む人、編み方は人それぞれですが、みんな楽しんでおしゃべりをしながらも手はもくもくと動いています。手作りの草履は一度履くとやみつきになりますよ。そして編みあがったときの達成感はずまりません。頭で考えながら指先を動かすので、脳トレとしても効果抜群だろうと思えます。



色とりどりの素敵なお品たち

**減塩のとりのくみ交流**

荒田支部では、新年初の運営委員会で「すこしお」の取り組みについて話し合いました。味噌汁については「だしをいりこでとる」「味噌は1人分0.510gに抑える」「塩分計測器で0.7くらゐ。汁物測ることで減塩の目安にしている」など多くの意見が出ました。他にも「ほうれん草やバナナ、納豆などカリウムを多く含む食品を毎日取り入れている」「トレッシングは控える」「酢やこしょうを使う」などの工夫もありました。

また、「市販の惣菜は『辛い』と感じることが多く、家族も薄味に慣れてきたようだ」と家族ぐるみで減塩に取り組んでいる方もいらっしゃいます。



皆の意見が参考になります

(荒田支部 針原 鈴代)



「すこしお」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

## 計測してびっくり!!

「力をいれてるのに全然だめだね〜」「あなたはよく歩いているからさすが!」と明るい声。城西支部では、健康チェックの復習をしようと運営委員会後に学習会を開催しました。ベジチェックをはじめ、尿チェックと足指力測定も行いました。運営委員同士でお互い測定しながら、使い方や結果の見方など楽しく学習することができ、自分の健康状態をチェックする良い機会にもなりました。まちかど健康チェック再開時にもスムーズに測定できたらいいなと思います。

(城西支部 栗山 幸子)



ぎゅっと力を込めて!

## 12月の組合員活動

- ◎232名の組合員が増えました
- ◎16,432,000円の出資金がありました
- ◎新しく4班増えました
- ◎班会を569回開きました

## 健康チェックを再開!

「あのさ〜健康チェックまた来てもらえない?」地域のグラウンドゴルフ仲間の方々からそんなお話があり、コロナ禍で出来なかったまちかど健康チェックを再開しました。チェックの間には、「あたいやな93歳。あたいげんとは87歳。この間まで生協に入院しちよつた」と「ゴルフにすればみんなと話ができよかつ!」「体脂肪ちなんな?基礎代謝ってなんな?」などなど毎回楽しい会話が飛び交います。夏は暑く日陰を、冬は日差しを求めての青空天井での健康チェックです。

(隼人南支部 福丸 絹子)



休憩になると、どんどん来られます!

## 楽しく笑って認知症予防

昨年8月に、めでたく「脳いきいき班会インストラクター」となり、今回初めて「脳いきいき班会インストラクター交流会」に参加しました。内容は、脳いきいき班会についての復習が中心でした。なかでも脳トレゲームの紹介がとても楽しく、参加者みんな盛り上がりました。班会などでも使える楽しいゲームや、道具のいらぬ手軽なゲームなどたくさん紹介がありました。みんなでわいわい楽しく認知症予防ができる脳いきいき班会を、ぜひ私の班でも始めてみようと思います。

(吉野東支部 淵脇 郁代)



お札じゃんけんで大興奮!

## 介護保険制度に感謝

南薩ブロックでは、15名の参加で社会保障学校が開講されました。全3講座の中で私の関心が高かったのは、「介護分野の社会保障制度」でした。介護保険手続きの流れの説明を聞いているとき、骨折して2ヶ月以上入院していた母のことを思い出しながら聞いていました。退院後の家での生活に向けて福祉用具を取り付ける際、ケアマネジャー(介護支援専門員)が付いてくださり、今では歩行や日常生活が普通にできるようになってきています。介護の制度が充実していて良かったと思います。とても勉強になりました。今後はまちづくり委員として、医療生協のおたがいさま活動などの声かけをしていきたいと思っています。

(南さつま支部 椎原 和子)



真剣に学習している皆さん

## 毎月第4水曜日は鴨かもサロンへ!

鴨かもサロンは鴨池生協クリニックで開催しています。毎回、地域の健康運動指導士の長濱一成先生ご指導のもと、椅子に腰掛けての体操を30分くらい行います。無理のない体操ですが、後半は身体もリフレッシュして汗ばむほどです。その後、季節に応じて健康の話はもちろんのこと、折り紙、小物づくり、ビンゴゲーム等のレクリエーションを行っています。今回の写真はポッチャをしているところで、皆和気あいあい賑やかに楽しんでいます。

(鴨池南支部 福留 育子)



どなたでもお気軽にご参加ください!

**LINE 公式アカウント**

# 友だち募集中

@290bsfws

LINEの技術協力: 10年超える経験豊富なエンジニアがサポート

**LINE登録してね!**

ボランティアグループ「すまいる」「すまいる中央」では、くらしの支え合いの活動で、ゴミ出し、買い物、掃除など行っています。

## 戦争はなぜ起こるの?

国分南支部 有村城太郎 (小学4年生)

戦争はなぜ起こるの? とほくはお母さんに聞きました。するとお母さんは「国のえらい人とえらい人がケンカをしたり、考え方がちがう人たちがケンカをすると戦争が起こるんだよ」と教えてくれました。

ほくは思いました。どうして一部の人がケンカをするだけで多くのぎせい者が出るのだろうと思いました。

テレビでミサイルや爆弾でどんどんぎせい者が増えたり、大事な人を亡くして泣いている人を見て、かわいそうで仕方がありませんでした。建物などはどんどんはかいされ、ロシアとウクライナだけでなく他の戦争も始まってしまいました。

どうして国どうして仲良くできないんだろう。僕はみんながいつも笑顔でいられるような世界を望んでいます。

平和ネットワーク わたしの名言 190

# コンタクトレンズとの付き合い方

鹿児島生協病院 副院長 眼科部長 福宿 宏英  
日本眼科学会 専門医



## はじめに

昨年文部科学省が発表した「令和4年度学校保健統計調査」では、裸眼視力1.0未満の子どもの割合は、小学校で4割近く、中学校で約6割、高等学校では約7割と、いずれも過去最多となりました。これからますます眼鏡やコンタクトレンズ（以下CLと略す）の使用者は増加すると予想されます。



## 眼鏡とCLの違い

眼鏡はなんと言っても安全性に優れていて、時間を気にせずかけられ手入れも簡単です。しかし対象物が拡大縮小して見えるので、左右の度数がかなり異なると違和感を感じたり、レンズの周辺では景色がゆがんで見えるのが欠点です。

CLはこのようなことが無く、特に近視の強い人や左右の度数が大きく異なる人に有利です。スポーツにも適しており、温泉に浸かったりラーメンを食べても眼鏡のように曇りません。

## CLは高度管理医療機器

CLは直接眼にのせて使用するため、高度管理医療機器クラスIII（人工骨、人工呼吸器、透析器など）に指定されていて、不具合が生じれば人体へのリスクが比較的高いものに該当します。正しく使用しないとアcantアメーバ角膜炎などにより重大な視力低下をまねく恐れがあります（画像1）。

まずCLの使用を始める前に適切な使用方法や装用指導のために眼科専門医を受診する必要があります（画像2）。材質・デザイン・サイズ・使用方法など様々な種類があり、それぞれの人に合ったものを提案します。目の状態によってはCLを勧められない場合もあります。

使用開始後は取り扱い方法や装用時間、使用期限を正しく守り、定期的（約3ヶ月ごと）に眼科受診して下さい。服や靴のようにいつまでも同じCLが合うとは限りませんし、正しく使用して自覚症状がなくても異常が発生していることはまれではありません。異物感や視力低下など異常を感じたら、すぐに使用を中止して眼科受診しましょう。

地震や風水害などによる非常時には、CLよりも眼鏡の使い易さが勝ります。また目にわずかな異常を感じたときに眼鏡がないと、無理にCLを続けた時にトラブルを引き起こすことがあります。眼鏡も持つておくことが大切です。

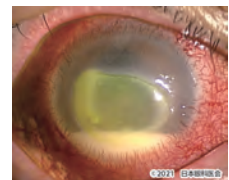
## カラーコンタクトレンズ

瞳の色や大きさを変えることができるカラーCLは、ファッションの一部として人気が高まっています。カラーCLも高度管理医療機器であり、眼科に定期受診しながら正しく使うことが重要ですが、特に注意すべき点があります。

- インターネット通販や雑貨店で購入できる海外製のものには、表面が粗く目に傷をつけたり、色素がにじみ出て目にこびりつくもの、酸素透過性が低いなどの不良品があります（画像3）。少なくとも高度管理医療機器として日本で承認されているかを確認しましょう。
- MRI検査を受けるときは、金属成分を含む色素が使われていることがあるので外す必要があります。

## おわりに

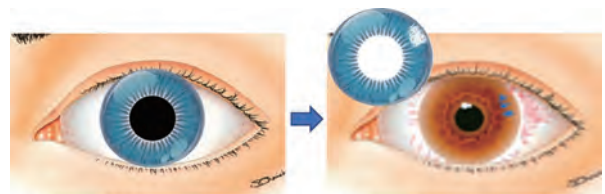
私もCL経験者で仕事にずいぶん役立ちました。正しい知識で安全に使用すれば、快適なCLライフを楽しむことができます。



【画像1】  
アcantアメーバ角膜炎



【画像2】  
眼科専門医検索ページ



【画像3】 カラーコンタクトの不良品

# 2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
8:30	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)
12:00	リハビリ	交替	行田		行田	交替(2,4)
8:30	眼科	福宿 福留 山藤	福宿 山藤	(予約のみ)福宿(1,2,4) 福留(2,3,4) 山藤(1,3,4,5)	福宿 福留(2,3)	福宿(1,2,3) 福留(2,4) 山藤(1,3,4)
午後	救急・紹介 交替	交替	交替	交替	交替	交替
1:45	婦人科	柳田	柳田		柳田	
4:30	泌尿器科	白浜	白浜		白浜	白浜(2,4)
4:30	眼科	福宿・福留 山藤 (4時まで)				
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	内科	川畑	大野	川畑	川畑	大野	交替
8:45	予約	大野	川畑	大野	大野	(内視鏡)川畑	
12:00	小児科	松下	松下		松下	松下	
午後	内科	大野	大野		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	交替	交替	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	一般内科	吉見	吉見	長谷	黒葛原	吉見
8:45~11:00	交替	交替	久保	建部	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)	
8:45~12:00	山下	小坂元	櫻田久(1,2,4)	藤崎	櫻田久(1,2,3)	
循環器(予約)	川嶋・吉見	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 (予約)酒井(2,4)	玉江	森田	玉江(3) 交替(1,2)	玉江(1,3) 交替(ワクチン)
9:00~12:00						
2:00~5:00	交替	交替		黒葛原	交替	
5:00~6:30	交替	交替		交替	交替	
予約のみ				大山・吉見	山下 櫻田久(1,2,3) (2:30~4:00)	
2:00~5:00				藤崎		
予防接種/健診 (予約のみ)		玉江			玉江(3) 交替(1,2)	
2:00~4:00						
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 (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。

<p>鴨池生協クリニック デイケアふれあい</p> <p>TEL (099) 252-1321</p> 	<p>紫原生協クリニック</p> <p>TEL (099) 257-8691</p> 	<p>坂之上生協クリニック デイケアあおぞら</p> <p>TEL (099) 261-3491</p> 	<p>中山生協クリニック デイケアげんき生協</p> <p>TEL (099) 275-1200</p> 	<p>吉野生協クリニック</p> <p>TEL (099) 244-2871</p> 
---	--	--	--	--

## <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
一般内科	① 蓑輪	交替	蓑輪	蓑輪	交替	
8:30	② 前村清	檜作	春田	檜作	交替	一般内科 休診
11:30	③ 溝口	山口昭	佐伯英	永田	溝口	
④		溝口	山下英	山下英		
予約内科	健診・予接種					柳田
呼吸器	山下英		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)
8:30	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
12:00	腎	佐伯英		前村良	前村良	折田 上村(4)
神経					木田	
小児科	①		(心)西島		(心)西島	西島(1,4)
②	中村	中村	酒井	片山	井上	交替
8:30	③ 嶽崎	樋之口	中村	井上	中村(3)	交替
12:00	④		井上	前田	交替	交替
予約・特診	(予約) 西島(1,4)	(予約) 西島	(内分泌) 森田	(腎)玉江(2,4)	(神経) 酒井	(内分泌) 森田
外科	8:30~12:00	木藤	鈴東	吉田	鎌谷	木藤
9:00~12:45	瀨戸山・友松 上歯	瀨戸山・友松 上歯	瀨戸山・友松	瀨戸山・友松 上歯	瀨戸山・友松 上歯	瀨戸山・友松
内科	① 檜作	交替		山口昭	永田	
1:45	② 溝口	山口昭		永田	溝口	
4:00	③ 交替	溝口 (内分泌)藤崎		交替	(内分泌)和田	
健診・予接種						
小児科	ワクチン	交替	交替		交替	交替
健診					吉見・片山	
1:45	特診				(心)西島(1,2) (神経)酒井	
3:45	歯科	瀨戸山・友松 上歯	瀨戸山・友松 上歯		瀨戸山・友松 上歯	瀨戸山・友松
2:00~5:00	内科(予約のみ)		(循環器)春田 (腎)前村良(1,3)			
4:00~6:00						
小児科	① 片山	嶽崎		中村	嶽崎	
4:00	② 酒井	井上(2,3,4) 前田(1)		川畑聡	前田(2,3) 井上(1)	
7:00	特診	(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	
5:00~8:00	歯科	瀨戸山	友松		友松	瀨戸山

※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。

事業所紹介

# あなたのまちの 坂之上生協クリニック



坂之上生協クリニックはJR坂之上駅近く、閑静な住宅街の中にある診療所です。慈眼寺や光山、遠くからは指宿から通院される方もいます。内科では高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の治療、胃カメラ、超音波検査（エコー）、レントゲン、心電図など検査機器も備えています。発熱者外来も併設し発熱の症状がある方の対応も行っております。通所リハビリ（デイケアあおぞら）では屋外での園芸やレクリエーションなどを取り入れながら楽しく体を動かし運動機能向上・認知機能訓練等に取り組んでいます。一日が楽しく過ごせると利用者の皆さんから好評です。職員一同、地域・組合員のお役に立てたらという想いを胸に日々取り組んでいます。

さて、「認知症の治療と対処」（医療生協だより2023年9月号）は読んでいただけましたか？当院では認知症外来を行っております（予約制）。認知症検査（長谷川式認知症スケール）では「年齢はいくつですか」「今日の年月日は？」「100から7を順番に引き算をしてください」などいくつか質問に答えていただきます。「最近ちょっと物忘れが気になる」「認知症が心配」という方はお気軽にご相談ください。

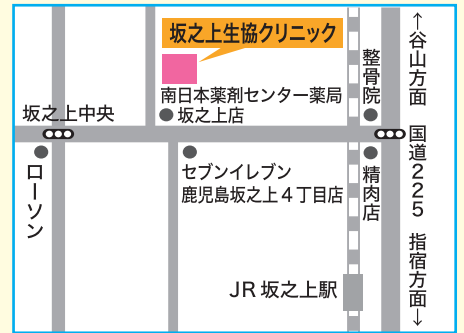
初めて受診される方へ！安心してください！事前にお電話いただけましたら丁寧にご説明いたします。診療では物忘れや生活に関する相談を受け、必要に応じて投薬など患者・ご家族と話し合いながら治療を進めていきます。



外来診療の風景

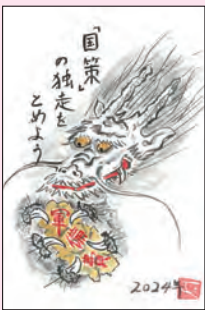


デイケアにて野菜の収穫



●お問い合わせ先●  
TEL.099-261-3491

## 絵手紙



▲隼人南支部 徳田 多美  
◀谷山支部 岩重 正

## 公示「睡眠組合員」の「自由脱退」処理について

鹿児島医療生協では、「睡眠組合員管理規約」に基づき、未連絡組合員の調査等を行っています。

医療生協の組合員で、利用等の実績がなく、転居等により生協と連絡がとれない組合員について、毎年、年度末に「睡眠組合員」の認定を行っています。さらに、「睡眠組合員」と認定された組合員で、その期間が1年以上経過した組合員は、自由脱退の対象者となります。

従って「睡眠組合員管理規約」第8条、第9条に基づき、今回2022年度に「睡眠組合員」と認定された組合員については、2024年3月31日付をもって「自由脱退」の扱いとなりますので公示いたします。

2024年2月1日 鹿児島医療生活協同組合

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2024年2月29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2024年4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。

12月号クイズ当選者《おめでとうございます》

村山 まゆみさん/宮ヶ迫 美智子さん/林 アヤ子さん/濱田 照美さん/寶来 彰代さん

- ① 鹿児島医療生協創立50周年記念行事として〇〇学校を開講しました
- ② 栄養士さん教えて 〇〇〇 (白和え)
- ③ 鴨池生協クリニックで毎月第4水曜日に開催されている〇〇〇サロン
- ④ 眼の色や大きさを変えることができる〇〇〇コンタクトレンズ
- ⑤ 坂之上生協クリニックでは、物忘れなどに関する〇〇〇外来を行っています