

2024年5月31日現在
 組合員数 140,954人
 班数 2,834班
 出資金 2,067,199千円

ホームページ 鹿児島医療生協 

医療生協だより

2024年7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
 編集責任者 機関紙編集委員会
 専務理事 福 峯 清 行



全ての議案が可決されました

進、新しい「すこしおレシピ集」・「平和文集第40号」の作成について、事業活動では、いつでも身近に相談できる「かかりつけ医療機関・介護事業所」としてインターネット予約など

て層や若年層の健康を応援する活動の推進、新しい「すこしおレシピ集」・「平和文集第40号」の作成について、事業活動では、いつでも身近に相談できる「かかりつけ医療機関・介護事業所」としてインターネット予約など

勢、医療生協の存在と未来への展望について、駿河理事長

開会にあたり、朝日会長理事より戦争と経済の関係、国内の軍備拡大と増税などの情勢、医療生協の存在と未来への展望について、駿河理事長

新自由主義経済が 国家間紛争を引き起こす

議案が圧倒的多数で可決承認されました。

6月26日(水)、第五一回通常総代会を宝山ホールにて開催しました。今回は5年ぶりの通常開催となりました。総代・役員等三九〇名の出席により、提案された全ての議案が圧倒的多数で可決承認されました。

第五一回通常総代会 五〇年の到達を踏まえ新たな長期計画のまじり 地域に役立つ組織として発展をめざしましょう。

よりコロナを巡る状況と医療機関への影響として保険証の廃止についてなど国民の医療をどう守っていくか組合員とともに考えていきたいと挨拶がありました。

長期計画では鹿児島生協病院のリニューアルが提案される

議案提案では、二〇二三年

年度の方針と予算、長期計画など6つの議案が福峯専務理事より提案されました。第2号議案「二〇二四年度活動方針・事業計画・予算承認の件」では方針として、全国四課題目標の設定をはじめ子育て層や若年層の健康を応援する活動の推進、新しい「すこしおレシピ集」・「平和文集第40号」の作成について、事業活動では、いつでも身近に相談できる「かかりつけ医療機関・介護事業所」としてインターネット予約など

ど利便性を高めるとともに無料低額診療事業や医療福祉相談活動を重視するとの報告がありました。

また第4号議案の「長期計画承認の件」では、期間を二〇二四〜二〇三三年度とし、高齢化や後継者問題をふまえた組合員活動の目標設定、各事業所の地域におけるリポジショニング(再活性化)、鹿児島生協病院・谷山生協クリニックのリニューアル計画について提案がありました。医療活動の補足として、樋之口理事より鹿児島・国分生協病院の医療活動および川辺生協クリニックについて説明がありました。提案を受けての議案審議では7名の総代より議案を深める発言がありました(発言内容は2面をご参照ください)。

ほとんどの議案が 満場一致で可決

議案の採決後は新入職員5名の紹介や鹿児島生協病院へ帰任された樫田祐輔医師の挨拶がありました。松浦理事より「医療福祉生協の理念の実現と鹿児島医療生協の発展のために一緒に頑張りましょう」と挨拶があり総代会は閉会しました。

新会長理事挨拶



鹿児島医療生協の設立趣意書では、PCBや水銀による健康被害について触れられています。これは、1968年に西日本を中心に発生したカネミ油症や1956年に公式発見され1968年にその原因が工場排水にあつたとの政府公式見解の出された水俣病を指すものでしょう。いずれも、国や企業の杜撰な対応が被害を大きくし、被害にあつた人々を追いつめてきました。そのような時代背景の中で、「ひとりがみんなのために、みんながひとりのために」力を出し合うことを設立の趣旨とした医療生協は大きな希望であつたに違いありません。設立50周年という節目を迎え、次の50年に向けて歩み始めた医療生協の活動に僅かでも貢献できるように精一杯努めて行きたいと思えます。



▼有楽町駅近くに佇む彼の美術館には、展示スペースにカフェ、ショップなどが併設され作品を鑑賞した後ゆつたりと過ごすことができました。今年1月東京国際フォーラムの大規模修繕工事に伴い、現在は閉館しています。60歳にして初の詩集「んげんだもの」を出版し大ブームを巻き起こした書の詩人相田みつを氏。彼の名言から「人生の生き方」や「いのち」に感銘を受けた方は多いでしょう。▼

「あのときのあの苦しみもあんな肥料になつたんだなあ じぶんが自分になるための」「アノネ親は子供をみているつもりだけども子供はその親をみているんだな 親よりもきれいなよれない眼でね」辛い時間を乗り越えたいときや人の真理の言葉に心打たれます。作品のバランスと余白はすべて緻密に計算されているそうす。▼「あのね自分にとって一番大切なものは自分のいのちなんだよだからすべての他人のいのちがみんな大切なんだよ」「一生勉強一生青春」「人生においても大切な時それはいつでもいいです」▼私たちが大切にしているのは、理念といのちの章典です。医療・介護の専門家と組合員がともに学び、「いのちの章典」に掲げるいのちとくらしを守り健康を育む取り組みをすすめていきたいと思います。

(1面より続き)

本総代会では第1〜6号議案に対して、7名の総代から発言がありました(発言内容については要約してあります)。

川辺生協病院開院30周年記念 健康まつり グラウンドゴルフ大会

南薩ブロック厚村のみ子総代 川辺生協病院開院三十年を記念し健康まつりを開催し、交流ができました。4月からはクリニックとして新たにスタートしています。これからも医療生協と地域の方々のつながりができるようにがんばりたいと思います。

まちかど健康チェックの取り組み

鴨池ブロック野上田清美総代 コロナが明け、4年ぶりにまちかど健康チェックを再開しました。毎月定例日に行うことで、地域の方々に覚えて頂いています。地域と運営委員会をつなぐ役割も果たしていきたいと思っています。



生協強化月間の取り組み

紫原ブロック純浦惠美子総代 久しぶりにバスレクリエーションを開催しまし

た。参加された方の中には、「久しぶりに遠くに行けて楽しかった」と感想がありました。引き続き、医療生協の健康づくり、まちづくりの輪を広げられるようにすすめてまいります。



平和の取り組み

鹿児島北部ブロック國生順子総代 これまで平和の取り組みとして、語り部から特攻隊の話の聞いたり、平和文集の読み合わせを行ってきた。こうした企画から、「市民のつどい」、原水爆禁止国民平和大行進への参加に繋がりました。これからも、医療福祉生協の理念のもと、さらに活動をすすめていきたいと思います。



すまいる中央の活動

谷山北部ブロック樋渡かよ子総代 ボランティアグループ 「すまいる中央」へ地域包括センターからの相談も増えており、買い物、話し相

手、見守り、室内掃除、ゴミ出し等の支援を行っています。今後もおたがいさま活動の一環として、相談者に寄り添えたらと思います。

全国四課題について

霧島始良ブロック川田みどり総代 私たちは仲間増やし出資金増やしに奮闘しています。健康チェック参加者へ加入の声をかけを行い、快く加入してくださる方もいます。また担い手づくりという点では、若い世代にもっと関わっていただけるように、大切に育んできた関わりを大事にしていきたいと思っています。

鹿児島生協病院移転

谷山南部ブロック伊地知保子総代 鹿児島生協病院は土地を取得して新築移転ができるようになりました。6月15日には開陽高校の文化祭で健康チェックを開催し、生徒や保護者、地域住民との交流を深めることもできました。今後も新病院建設に向けて一緒に取り組んでいけたらと思います。



第五期役員体制

監事	監事	監事	監事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	理事	常務理事	常務理事	(代表理事)	(代表理事)	専務理事	専務理事	会長理事					
水元健至	錦織寿	田中かずみ	竹迫和之	塩満和枝	若松満子	山下義仁	本村隆子	持増むつみ	望月ゆかり	蓑輪一文	松浦真由美	扶川フミ子	春田弘昭	乗添友尚	中道浩二	中川亜紀治	樋之口洋一	齊藤美代子	川原美津代	上塩千代子	海江田まゆみ	沖中幸美	大脇祥子	大築尚志	上城秀人	入来ひろ子	今村リツ子	池田英子	吉留弘志	萩原直大	福峯清行	駿河保彰	富安卓滋
(新任)	(再任)	(再任)	(再任)	(新任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(新任)	(新任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)	(再任)

退任役員挨拶

朝日 吉太郎

(二〇〇二年より監事)

(二〇一四年より会長理事)

私は、二十二年前に理事を引き受けました。本日の退任まであっという間でした。



その中で一番印象に残ったことは、NPT(核兵器不拡散条約)再検討会議に参加するためにニューヨーク・セントラルパークを訪れたことです。参加した一同で核兵器全面廃止を求める署名を国連へ提出しました。現在、世界中で戦争の問題はますます深刻なっています。退任後も、医療生協内外で社会情勢について話ができたらと思います。いつまでも平和な社会への実現に向けて一緒に頑張ります。

採択された議案

- 第1号議案 2023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 2024年度活動方針・事業計画・予算承認の件
- 第3号議案 監事監査規則一部改定の件
- 第4号議案 長期計画(2024年度~2033年度)承認の件
- 第5号議案 役員選任の件
- 第6号議案 2024年度役員報酬決定及び役員退任慰労金支給承認の件

退任役員

今回退任される6名の理事監事の皆さんです。これまでのご尽力有難うございました。

- 会長理事 朝日 吉太郎
- 理事 大野 朗
- 理事 坂元 竜二
- 理事 松蘭 孝夫
- 理事 濱田 たみ子
- 監事 牧 さつき





鹿児島生協病院
管理栄養士 二間瀬 聡子

そうめんだけだと栄養が偏ってしまいがちですが、野菜やタンパク源をプラスすることで栄養価を高めることができます。暑い夏こそしっかり食べて夏バテを予防しましょう。今回は具だくさんそうめんをご紹介します。



具だくさんビビンそうめん



材料(2人分) 1人分約 550kcal (麺 100gの場合) 塩分約 2.5g

そうめん 3~4束 (150g~200g)	合わせ調味料 醤油・酢・コチュジャン 各大さじ1
トッピング	砂糖・白ごま・ごま油 各小さじ1
きゅうり 1本	おろしにんにく・おろし生姜 各小さじ1/2
もやし 100g	
ささみ 100g	
温泉卵またはゆで卵 1個	
お好みでキムチ・ねぎ・きざみのりなど…適量	

作り方

- ① きゅうりは千切りに、もやしはさっとゆでてしぼっておく。
- ② ささみは筋を取り、酒大さじ1(分量外)をかけてラップをして電子レンジ 500W で 2分加熱または、茹でて、粗熱がとれたら割く。
- ③ 調味料を合わせておく。
- ④ そうめんを表記通り茹で、冷水で締めたらしっかりと水気をきり、調味料で和える。
- ⑤ そうめんを器に盛ってトッピングを乗せる。

ぶっかけ冷しゃぶそうめん



材料(2人分) 1人分約 420kcal 塩分約 2.7g

そうめん 3束 (150g)	合わせ調味料
トッピング	めんつゆ 大さじ4
豚ロース薄切り肉 120g	ポン酢 大さじ2
トマト 1個	ごま油 小さじ1
オクラ 3本	黒コショウ 適量
大葉 4枚	

※ 麺つゆはメーカーによって濃さが違うので調整してください。豚肉をツナ小1缶に変えてもおいしいです。

作り方

- ① トマトは1センチ角に、大葉は千切りにする。
- ② オクラはがくをとり1分ほど茹でて取り出し、冷水にとってさます。へたを切って薄切りにする。
- ③ 沸騰手前のお湯に豚肉を1枚ずつくぐらせ火が通ったら氷水にとって水気をとる。
- ④ 青じそ以外の具材を調味料で和えて、茹でたそうめんの上に盛る。
- ⑤ 青じそをトッピングして出来上がり。

2023年度 医療福祉生協連

すこしおレシピコンテスト

きゅうの
桜ヶ丘支部 久野 シズエさん

★★★
佳作



さば煮つけ缶の煮物

材料(2人分)

鯖缶(水煮)… 1缶	トマト …… 100g	ごま油…大さじ1と1/2
玉ねぎ…… 100g	木綿豆腐 …… 150g	味噌 …… 大さじ2
ニラ…… 50g		

作り方

- ① 玉ねぎは食べやすい大きさに、ニラは3~4センチに切る。豆腐とトマトは8等分に切り、豆腐の表面の水分はふき取っておく。
- ② フライパンにごま油を熱し、豆腐を入れフライパンで両面に焼き色を付けて皿に取り出す。
- ③ 同じフライパンで玉ねぎを軽く炒めた後、トマトを入れさっと炒める。
- ④ 豆腐をフライパンに戻し、鯖缶を汁ごとに入れて軽く煮詰め、味噌とニラを加えて弱火で蓋をしてしばらく煮て味をなじませる。



《すこしお》とは
【少しの塩ですこやかな生活】をめざす
医療福祉生協の取り組みの総称です



むずかし
そうね...

1日の塩分摂取量の目安

医療福祉生協では、1日あたり6gをめざしています。

1日あたり
6g

食品の塩分量に注目してみましょう!

食品パッケージの栄養成分表示で食塩相当量を確認し、調理で使用する塩分量を調節しましょう。食事の際には塩分を意識し、自分が食べる食事の1日の塩分量を計算しながら、減塩食に努めましょう。

栄養成分表 (100g当たり)

エネルギー	540 kcal
たんぱく質	4.4 g
脂質	31.3 g
炭水化物	60.1 g
ナトリウム	688 mg
食塩相当量	1.75 g

貯筋体操であたまもからだも健康に

国分北支部では班長会のテーマはどうかと運営委員会内で協議を進めていましたが、昨年他の支部で好評だった「貯筋体操」をすることにしました。オープニングは恒例となったフラと社交ダンスで華やかにスタート! 多くの方から「だれでもできるような工夫がされていてよかった」「みっちり運動できた」というような声が聞かれました。最後には脳トレもしていただき、時間いっぱい頭と体を使いました。秋の班長会でも皆さんが楽しめる企画を立てたいと思います。



みっちり1時間! 頭と体をつかいました

最後に脳トレもしていただき、時間いっぱい頭と体を使いました。秋の班長会でも皆さんが楽しめる企画を立てたいと思います。
(国分北支部 伊藤 さかゑ)



坂之上支部
工藤 サチエ



城山支部
吉國 久子



川辺南支部
大町 とよ子

絵手紙



戦時中の記憶と今おもうこと
杉山 敬子

私は幼いころ広木地域に住んでいました。太平洋戦争まっただ中で鹿児島市内も空襲に遭いました。空襲警報が鳴り響くなか、祖母や母に手を引かれ急いで防空壕へ逃げました。今の私の生活、これまでの人生があるのも必死に守ってくれた家族のおかげだと思います。それから約80年、現在でもロシア・ウクライナ戦争、イスラエル・ハマスの紛争では街が爆撃され、兵隊が戦闘を行う様子がテレビのニュースで流れてきます。私は、その映像が目に入ると幼いころに空襲から逃げた記憶を思い出し、とても胸が苦しく、涙が出てきます。あのミサイルや戦闘から命からがら逃げている人たちが今は亡き祖母や母と重なって見えます。この時代にも戦争があることをとても残念に思います。戦争はいつも弱い立場の人たちが巻き込まれ、犠牲になります。一刻も早く、戦争や紛争がなくなると平和な世界が訪れてほしいと思います。



平和リレートーク
わたしの名言
194

生き生き組合員 わたしも主人公

各地域で班長会が開催されました

今だからこそ知りたい介護のキホン!

城山支部では「介護のキホン 第2弾」として、鹿児島生協病院介護福祉士を講師に招きました。はじめに介護の6つのポイントの説明があり、その後、布団やベッドからの起こし方、立ち上がり方など実演を交えての内容に皆さん興味津々の様子でした。実演時には、積極的に参加される方も多く、「とても勉強になった」「介護は未経験だが今後のために参考になった」などの声をいただきました。



簡易ベッドで実際に介護を体験しました
(城山支部 森 きみ子)

腸を元気にすると、いいことばかり!

皇徳寺支部では鹿児島生協病院から管理栄養士を講師に招き、「腸活・食事のお話」をテーマに学習しました。腸内環境の整え方や腸内環境を整えると健康につながるなど詳しく丁寧に説明してくださったので、とても分かりやすく学ぶことが出来ました。参加者からは、「日頃から腸活について気になっていたので話がきけて良かった」「今日からでも腸活を始めたい!」などの感想があり、日々の食生活を見直すきっかけになった方も多く、大変良い勉強になりました。



新卒の栄養士の方にも参加していただきました!
(皇徳寺支部 徳満 一美)

エンディングノートの書き方

西紫原支部では講師に紫原生協クリニックの看護師を招いて「エンディングノートの書き方」についてお話がありました。エンディングノートは法的効力がないものの、本人が家族に伝えたいこと、延命治療をどこまでするか意思表示や最期の迎え方を書く欄があり、家族と話し合っ



講師、組合員ともに交流を深めました
記載することの大切さについて学びました。講師の実体験も話していただき、参加者から多くの質問がありました。みんなで意見交換をしながら学習を深め、終末期について考えるととても大切な時間となりました。
(西紫原支部 純浦 恵美子)

会場に響き渡る笑い声

鴨池支部では「笑いケア体操」を開催しました。最初に「笑い」の効果(免疫力UP・血行改善・認知症予防等)の説明を受けた後、全員が輪になって実践しました。飛行機や花弁が舞う様子、ミルクセーキを作る動作を取り入れたユーモラスな型で自然と「アッハハ」の音が会場に沸き起こり、心と体が軽やかになる楽しい時間でした。30余名の参加者は笑いで脳が刺激され、一段と優しい顔で会場後にしました。



皆で元気に「イエーイ!」のポーズ
(鴨池支部 星田 次子)

戦時中の記憶と今おもうこと

杉山 敬子

杉山 敬子





熱中症にご注意を！

えはら あやね
鹿児島生協病院 研修医 江原 綾音



皆さんこんにちは。現在、医師2年目になり、1年目の時以上に責任を持って、同期と切磋琢磨しながら日々頑張っています。

今回は、「熱中症にご注意を」というテーマでご説明いたします。

さて、今年も暑い夏がやってきます。様々な規制が緩和され、今年の夏はどこかへ出かける方も多いのではないのでしょうか。新型コロナウイルス感染症の流行もまだ落ち着いていませんが、感染対策とともに気をつけたいのが熱中症対策です。



熱中症ではどのような症状が起きるの？

熱中症の代表的な初期症状として、めまいや立ちくらみがあります。これらは熱失神とも呼ばれ、炎天下や暑い室内での長時間労働やスポーツなどにより体内に熱がこもり、脳への血流が減ること、脳そのものの温度が上昇することで引き起こされます。そのほかの症状として、体がぐったりして力が入らない、吐き気や嘔吐、頭痛などがあります。



熱中症が疑われた場合の対応は？

まず前提として、意識の状態が普段と比べておかしいと周りの方が感じたときは迷わず救急車を呼ぶようにしてください。意識の状態に問題がなければ、涼しい場所に移動し、体を冷やしましょう。水分摂取が重要となりますが、自分で飲めるときはスポーツドリンクや経口補水液をとるようにしましょう。もし自分で飲めない時や、水分・塩分をとっても症状が良くならない場合は医療機関を受診してください。熱中症は重症化すると命に関わる場合もあるので、体の変化に早く気付くことが大切です。「このくらいなら大丈夫」と考えずに水分補給や休息に繋げていきましょう。



熱中症を防ぐにはどうすれば良いの？

イラストにもあるように日々の生活の中での暑さ対策として、エアコンや扇風機を使った室温や湿度の管理をしましょう。衣服の工夫や、直射日光をなるべく避けるような日傘の利用も効果的です。また、のどの渇きを感じる前にこまめに水分補給や塩分補給をしていきましょう。炎天下での活動や空調が整っていない環境では、暑さから身を守る意識をしましょう。気温や湿度の確認、熱中症指数を確認しながら、飲み物を持ち歩いたり、こまめな休憩を増やしたりすることも大事です。

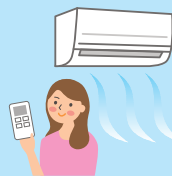


最後に

熱中症に限らずどの病気に対しても、日頃からこまめな運動、健康的な食事、十分な睡眠が基本となります。日頃から規則正しい生活をして暑さに負けない体づくりをし、暑い夏を乗り越えていきましょう。

熱中症に備えよう

エアコン・扇風機を利用



のどの渇きを感じる前に
こまめな水分・塩分補給を



直射日光を避けよう



服装を工夫しよう

暑いときはマスクをはずそう
※人の距離を確保



適度な運動で
体力づくり

※激しい運動は控えよう



十分な睡眠をとる
朝食をとろう



7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、国分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	救急・紹介 交替	交替	交替	交替	交替	交替
8:30	整形成外科 櫻田・重盛 行田	小柴・重盛	駿河・行田		小柴・櫻田 駿河	交替 (2,4)
12:00	リハビリ	行田	交替	行田	駿河	交替 (2,4)
8:30	眼科 福宿 (1,2,4) 福留 山藤	福山	(予約のみ) 福留 山藤	福留 山藤	福留	福宿 (1,3,4) 福留 (1,2,3) 山藤 (2,4)
12:00	婦人科	柳田	柳田		柳田	
13:45	泌尿器科	白浜		白浜	白浜	白浜 (2,4)
午後	救急・紹介 交替	交替	交替	交替	交替	交替
13:45	眼科 福宿 (1,2,4) 山藤・福留 (16時まで)					
16:30	婦人科	柳田				
16:30	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	交替	吉見
8:45	交替	玄	久保	建部	久保 (1,2,4) 交替 (3)	
12:00	予約内科 8:45~12:00	前村	久保	櫻田祐 (1,2,4,5)	前村 (1,3)	櫻田祐 (1,2,4)
8:45	山下	小坂元	櫻田久 (1,2,4,5)	藤崎	櫻田久 (1,2,4)	
12:00	吉峯			大山	長谷	
8:45	循環器 (予約) 8:45~12:00	玄 吉見	中野 (1,3,5) 川嶋 (2,4)	吉見	吉見	川嶋
9:30	外科 9:30~12:00		税所		税所	
9:00	小児科 9:00~12:00	玉江	玉江 (予約)酒井 (2,4)	玉江	森田	交替
14:00	14:00~18:30	交替	交替		交替	交替
14:00	予約のみ 14:00~17:00			大山・吉見 藤崎	山下 櫻田久 (1,2,4) (14:30~16:00)	
14:00	14:00~16:00		玉江		交替	
14:00	14:00~16:00		酒井 (2,4) (14:00~17:30)		森田 (14:00~16:30)	

<川辺生協クリニック・デイケアひだまり>

☎0993-56-6111

	科名	月	火	水	木	金	土
午前	内科 (健診予防)	大野	大野	大野	大野	大野	大野 (1,2,3)
8:45	12:00	川畑	川畑	川畑	川畑	大野	交替 (4)
12:00	小児科	松下	松下		松下	松下	
午後	内科	大野	川畑	川畑	川畑 大野 (17:00~)		
14:00	18:00	小児科 (小児予防健診) (乳幼児健診)	松下 (17:00まで)		松下		

※胃カメラ (要予約) は木曜日の午前です。※毎週火・水・木午後は往診 (大野) を行っております。

<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	交替	蓑輪	蓑輪	交替
8:30	②	前村清	檜作	春田	檜作	交替
11:30	③	溝口	山口昭	佐伯英	永田	溝口
12:00	④	中山	溝口	山下英	山下英	
8:30	11:30	診療・予防種				交替
8:30	12:00	呼吸器	山下英 (2,4,5)	山口昭	山口昭	山下英
12:00	循環器	春田	馬渡	馬渡	馬渡	春田 (1,3)
8:30	12:00	消化器	黒葛原		北島	黒葛原 (2,4)
12:00	内分泌	佐々木直	佐々木直	(総合内科) 坂口 小松	向井	(総合内科) 檜作
8:30	12:00	腎	佐伯英 (2,4,5)	上村	上村	折田 (1) 上村 (2,4)
12:00	神経				木田 (2,3,4)	
8:30	12:00	①		(心) 西島	(心) 西島	西島 (1,3)
12:00	②	中村	中村	酒井 (2,3,4,5) 交替 (1)	片山	井上
8:30	12:00	③	嶽崎	樋之口	中村	井上
12:00	④			井上	前田	交替
8:30	12:00	予約・特診	(予約) 西島	(予約) 西島	(内分泌) 森田	(腎) 玉江 (2,4) (神経) 酒井
8:30	12:00	外科	木藤	鈴東	吉田	鎌谷 (1,2,4) 木藤 (3)
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 上蘭	瀬戸山・友松 上蘭
午後	①	檜作	交替		山口昭	永田
13:45	②	溝口	山口昭		永田	溝口
16:00	③	藤津	溝口 (内分泌) 藤崎		交替	伊藤 (内分泌) 向井
13:45	16:00	診療・予防種				
13:45	15:45	小児科	ワクチン	交替	交替	交替
15:45	17:00	健診			片山・吉見	
17:00	17:00	特診				(心) 西島 (神経) 酒井
14:00	17:00	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
14:00	18:00	内科 (予約のみ)		(循環器) 春田 (腎) 上村 (1,3)		
16:00	19:00	①	片山	嶽崎		中村
16:00	19:00	②	酒井	井上		川畑聡
17:00	20:00	特診	(内分泌) 森田	(喘息) 樋之口 (内分泌) 森田		(腎) 玉江 (2,4) (アレルギー) 井上
17:00	20:00	歯科	瀬戸山	友松		友松
17:00	20:00				瀬戸山	

※歯科は月・火・木・金曜日に歯科往診を行っております。第4土曜日は午後休診となります。

「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



報告

ボランティアグループ「すまいる」「すまいる中央」について

鹿児島医療生協では、社会や地域コミュニティにおける人々の相互関係や結びつきに基づく地域支援として取り組んでいる「おたがいさま活動」は6年目となり、この間、500件を超える困り事への対応を行ってきました。おたがいさま活動は組合員等を対象としたくらしの困りごとを解決するもので、単発の依頼が中心でしたが、生活困窮者や生活弱者に対して、ゴミ出しや買い物、室内掃除など継続的な支援、依頼に対応するために、利用料は無償の住民主体のボランティアグループ「すまいる(2021年〜)」「すまいる中央(2023年〜)」を発足し活動が広がっています。



すまいる中央発足式



利用依頼は、地域包括支援センターからの相談が多く、その他組合員からの紹介で利用開始するケースもあります。

2023年度の延べ利用者数は、「すまいる」「すまいる中央」あわせて、308名、延べ利用回数は988回、主な利用内容はゴミ出し、買い物、室内掃除、洗濯等で、月に2〜3回程度利用される方が多いです。

すまいるサポーターは、原則利用者の近所の方で担当制となっています。現在は、すまいる37名、すまいる中央33名のサポーターが活動しており、より幅広い利用者のニーズに応えられるようになりました。コロナ禍の時期も他の介護サービス等が自粛を余儀なくされる中、感染対策を十分に行ってゴミ出し、買い物を中心に活動を続け大変喜ばれました。

ボランティアグループすまいるのサポーターや利用をご希望の方は下記までご連絡ください。

鹿児島医療生協 本部 健康まちづくり部
電話 099-260-3532



ボランティアグループ「すまいる」「すまいる中央」の取り組みなど定期的に情報発信していますので、ぜひLINEの追加よろしくお願いします♪



▲QRコード

国民平和大行進

鹿児島医療生協では地域に平和への大切さ、尊さをアピールし、その想いを原水爆禁止世界大会が行われるヒロシマ、ナガサキへ届けるために国民平和大行進に参加をしています。

今年は鹿児島医療生協から6/10(月)〜6/21(金)にかけて7コースに67名が参加をしました。



6月18日(火) 霧島始良コース

まちかど健康チェックのご案内

各地域の店舗などで、まちかど健康チェックを実施しています。血圧や体脂肪、血管年齢測定、ベジチェックなどを行っています。

ぜひ、お立ち寄りください。開催日程や会場については支部だよりをご参照ください。



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 詩集「にんげんだもの」の著者は？
- ② 栄養士さんおしえて ○○○アレンジレシピ
- ③ 城山支部の班長会で「○○のキホン」を学習しました
- ④ 医療福祉生協の1日塩分摂取量の目安は何グラム？
- ⑤ 今年も暑い夏がやってきます。○○症に注意しよう！

《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7月31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2024年9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。

5月号クイズ当選者《おめでとうございます》

上村 優さん/徳田 トシさん/橋口 吉典さん/川田 みどりさん/下村 敏子さん