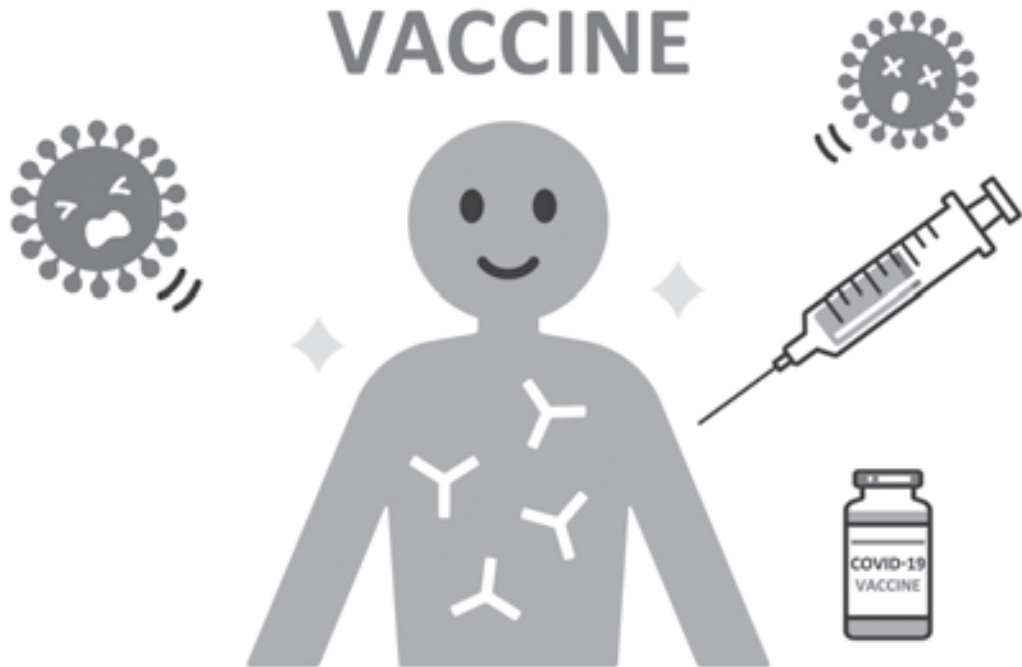


機関紙・支部ニュースは、右記のQRコードからご覧頂けます。



COVID-19 VACCINE



新型コロナウイルス感染症と 新しい健康づくり・医療生協活動のあり方とは



高松協同病院
院長 北原 孝夫

全世界的に新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の感染拡大が収まらず、日本国内でも大都市圏を中心にますます感染拡大が深刻化しています。そして香川県内でも、集団感染が複数の施設・地域で発生し、身近な問題になってきたと実感しているのではないのでしょうか？

日本でも医療従事者から

予防接種を開始

残念ながら現時点で確実といえる治療薬はなく、エボラ出血熱の治療薬として開発されたレムデシビルが日本でも、昨年五月に国内初の治療薬として正式に承認されましたが、今後も更なる治療薬の開発が進むことが期待されます。また、ワクチンの開発が進み、欧米を中心にすでに予防接種

が開始されています。

日本でも、まずは今年三月前半までに医療従事者を最優先に、その後、高齢者や基礎疾患がある方、介護施設や福祉施設で仕事に従事する労働者を優先的に予防接種が実施できるよう準備が進められています。ワクチン自体の有効性や副反応の発生率など不確実な点もありますが、この感染を収束させる手段としては推奨されることになるでしょう。

コロナ禍での

医療生協活動のあり方とは

そういった状況の中で、私たち医療生協の活動はどうあるべきでしょうか？この間、班会や支部での行事にも大きな課題が生じているでしょう。一時的には居場所などを始め、様々な活動が休止に追い込まれ、感染対策を行いながら班会や訪問活動など再開したものの正解がわからず、不安な気持ちを抱えている組合員の方も多いでしょう。

元々医療生協活動の真髄は人々が「つながる」こと

にあり、それが肉体的・精神的な健康を維持する大きな要因の一つです。最近電話やメール、手紙などの非対面交流だけでも対面交流と同様に抑うつのリスクが軽減され、高齢者の健康維持につながるなどの報告があります。今後、若い現役世代に医療生協を広げていくために、機関誌や支部ニュースなどの情報提供、また班会や委員会、理事会等の開催にオンライン化を取り入れていくことも必須となっていくでしょう。実際、当医療生協内でも画面を通し、自宅内で可能な体操指導などの取り組みが始まっています。

自粛の中でも萎縮せず、

つながりあう工夫を

また、密閉された空間での大人数での会食や長時間のマスクなしでの近距離での会話が感染のリスクの中心であることは分かっています。医療福祉生協連からの指針も参考にしながら、マスクを着用し、ソーシャルディスタンスを確保した上での屋内外でのイベントや個別の訪問、助け合いの活動等、自粛の中でも萎縮せず、これからも大いに人と人がつながりあう工夫を進めていきたいと思います。

フレイル予防活動

東讃エリア

東讃ブロック健康づくり委員会二〇二〇年度方針として、①昨年に引き続きフレイル予防活動に取り組み、②組合員の体力にあつた「スクワット・かかと落とし」の普及の二つを決めていました。

しかし、新型コロナウイルスの影響により中断を余儀なくされ、八月によりやうく再開することができました。今まで経験を重ねた方は、「自分がフレイルにならないか心配」「周りの組合員は大丈夫だろうか」などの声もありました。

そこで、みんなで一緒に今年度の方針を確認後、「フレイル予防ハンドブック」と「鎌田式スクワット」



ト」DVDを視聴し、運動実施。そして、フレイル予防活動計画を決め、次回よりフレイルサポーター養成講座を三回の日程で開催しました。

一回目は、東京大学高齢社会総合研究機構「フレイル予防ハンドブック」を使い、予防の取り組みの背景とチェック概要を学習。二回目は、理学療法士から、スクワットとかかと落としの正しいやり方を学び、実技後、疑問・質問に回答してもらいました。三回目は、測定実技を実施。二つの班に分けて、密になるのを避けるよう工夫。初めての実測で、不手際や機器の取り扱い等不慣れな点は

ありましたが、無事に終了。総合チェックシートを見ながら結果説明を受け、自分のできていることできていないことが一目瞭然

で、とても分かりやすいと好評でした。

今後もこの活動を続け広めていきたいと思えます。

理事 石田洋司

電話による困りごとの聞き取り・

委員会の取り組み

協同病院エリア

高松東ブロックでは、コロナ禍の自粛や制限によるさまざまな困りごとや不安、悩み事に応えられないかとの思いで運営委員・職員が全員参加し、気になる組合員・退院患者に電話を

かけコロナ禍での過ごし方や困りごとなどの聞き取りを行いました。 「ずっと自宅にいると、外出自体がおっくうになり人と会う気力が湧かない」「人との交流が減った。友人との会食もできていない」「孫やひ孫など家族に会えない」「日常の付き合いがなくなり不安に思うことが増



えた」「運動不足などでフレイルになっていく心配がある」「腎臓病など基礎疾患があり不安である」など多くの声が集まりました。

外に出られないことや健康やコロナへの不安、日常の移動手段などがストレスとなつていく方が多く、今すぐに手を差し伸べる必要がある方はいませんでしたが、ゆつくりとこのところからだのバランスが崩れ、フレイルが進んでいく状況であることを強く感じました。居場所や表に出られるような機会、フレイル予防などさまざまな学習の場や情報発信が求められていると思えました。

健康づくり委員会は、コロナ禍で少しでもお役に立てる情報を発信したいと「健康づくり委員会だより」を昨年九月から発行してい

ます。ワクチンや治療薬もない状況で、頼れるのは自分の免疫力だけとの思いで企画した「協同病院管理栄養士の免疫力を高めるレシピ」が好評でシリーズ化の予定です。

ボランティア委員会は、協同病院のうたごえボランティアや病棟もちつきボランティアなどがコロナのため中止になる中、少しでも入院患者さんに気持ちよくハリハビリしてもらえようというハビリ通路の美化活動を継続しています。

一日も早く元通りの日々が戻ってくることを願いながら、今までと全くちがった日常の中で、一人ひとりが「今何ができるか？」を考えながら、試行錯誤の毎日を送っています。

組合員活動部 安西博



だからこそ、言える医療生協に

での取り組み紹介～

スによって、私たちの日々の暮らしはこれまでされるような状況となっています。を受け中、コロナ禍でも人と人のつながりの中で様々な活動に取り組んでいます。



「仲間を増やして楽しく健康づくり」をと二十八名が参加。丸亀市危機管理課の
出前講座「豪雨、地震災害
と防災について」を受けた
後、支部活動交流、体幹体
操、四葉のクローバーさん
のミニ演奏会、腹話術も楽
しみました。
その後は、「るるぶ」居

「るるぶ」での居場所づくり

中西讚エリア



場所づくりとして、定期的
に取り組んでいます。十月
はミニ演奏会。十一月は折
り紙教室でクリスマスマッ
プ作り。一月は、ミニ
演奏会と手品・腹話術を楽
しむ予定でしたが、中西讚
地域もコロナ感染が拡大
し、リスク回避のため中
止。コロナが収束して飲食
ができるようになれば、食
事会、喫茶コーナーなども
設けて、たくさんの人に利
用していただき、組合員や
ご近所の人たちの本当の意
味での居場所として活用で
きることを願っています。
台所には、食器類も揃って
出番を待っています。会場
には、写真展示や百歳体操
に使う童謡の歌詞を大きく
書いて壁に貼ってしてい
でもできるようにしていま

コロナ禍

あつてよかったと

～コロナ禍での各エリア

全世界に昨年から広がった新型コロナウイルス
にないような影響を受け、いのちと健康も脅か
地域での医療生協の組合員活動も大きく制限
途絶えさせず、健康で暮らせるよう、各エリア

「ごきげんバザー

平和病院エリア

ご家庭で使われなくなっ
た健康器具などいただけれ
ば、有難いです。「不用品
交換、ミニ産直バザーもで
す。
医療生協が進める「る
(出かける)・る(つなが
る)・ぶ(安心を結ぶ)」な
居場所として香川医療生協
研修室を会場に、昨年一月
にスタートした「ごきげん
カフェ」でしたが、新型コ
ロナの流行により、わずか
二回で開催ができなくなる
状況になってしまいました。
六月からは組合員活動が
条件付きで再開となったも
の、飲食はできない状況
が続く、カフェとしての再
開が難しい中で、感染予防
対策はしっかり行った上
で、「医療生協らしく対面
で、笑顔が集まる場を設け
たい」との思いから、テイ
クアウトでのバザーをメ



インとする「ごきげんバ
ザー」として、昨年十月に
再開しました。

再開した昨年十月のバ
ザーには、平和病院エリア
の三つのブロック・十三支
部から出店があり、出店支
部や近隣の組合員、職員な
ど六十五名が来場。組合員
手作りの焼きそばや炊き込
みご飯、ポン菓子、チーズ
ケーキなどの食べ物、新鮮
野菜、マスク、小物など
様々な品物が出品され、完
売となる品物もたくさんあ
りました。また、昔懐かし
いレコード鑑賞のコーナー
やおしゃべりスペースなど
も設けられ、文字通り数か
月ぶりに、たくさんの中合



組合員活動部 辻井正基

員の笑顔が集う場となりま
した。
十月の結果を受けて、再
開二回目のバザーを今年一
月に予定し、前回以上の支
部からの出店や新春らしい
遊びのコーナーなども設け
ることを計画していた矢先
に、昨年末から年始にかけ
て、再び新型コロナウイルスの感染
者が全国で急激に拡大。残
念ながら一月での開催は中
止することになってしま
いましたが、感染が落ち着い
てきた時期にはぜひ開催で
きるよう、あらためて準備
を進めていきたいと考えて
います。

第四十二期 第五十三回 通常総代会のお知らせ

日時 六月二十四日(木) 午後一時～午後四時三十分
場所 サンポートホール高松 大ホール
〒七六〇〇〇一九 高松市サンポート二一
☎〇八七七八二五〇〇〇

診察室
だより

オーラルフレイルと

口腔機能低下症・口腔ケア

オーラルフレイルが進むと

口腔機能低下症に

葉を御存知ですか？ まずオーラルフレイルとは、病

気ではなく加齢などによりお口の機能が少しずつ低下していく状態のことです。

これがどんどん進んでいくと口腔機能低下症という疾患になります。

口腔機能低下症とは、①口腔内の細菌数、②口腔内の乾燥度合、③咬合力、④舌や唇の運動機能、⑤舌が食べ物を押しつぶす圧力(舌圧)、⑥嚙む機能、⑦飲み込む機能という七項目のうち、三項目が基準以下の

場合に診断されます。嚥下障害になる前に、オーラルフレイル、口腔機能低下症の段階で予防・訓練を行うことが大切です。

口の中の清潔が

病気の重症化予防や

健康寿命を延ばすことに

また、口腔内が不潔だと、将来健康を害する可能性が高まります。虫歯や歯

周病によって歯を失い、口腔・咀嚼機能が失われたり、歯周病菌などの口腔内細菌やその毒素が体の中に入

り、歯周病菌などの口腔内細菌やその毒素が体の中に入って、糖尿病など全身に影響を及ぼしたりします。外からやってきたウイルス

が口から感染しやすくなります。口の中の清潔は、病気の重症化予防につながり、健康寿命を延ばすこと

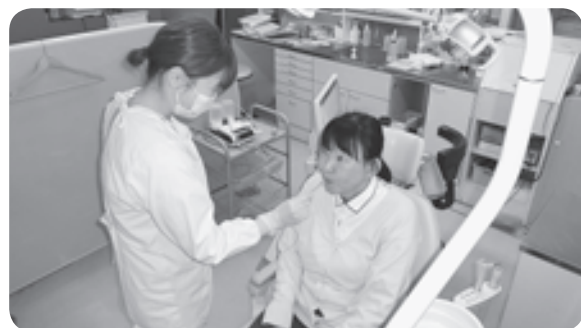
にも貢献しています。

では、「口腔ケア」とは

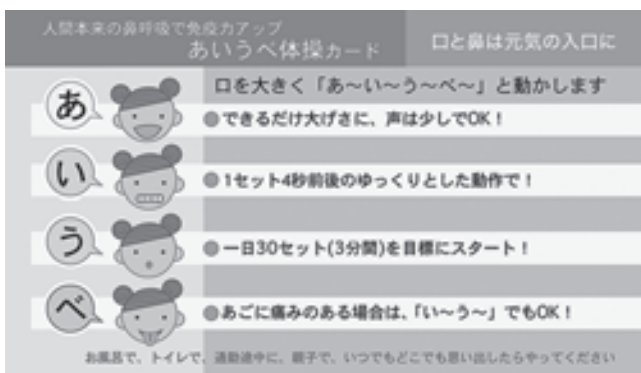
どういうものなのでしょうか？歯ブラシで歯を磨くなどの「お口の手入れ」を口腔

ケアと呼んでいるのではありませんでしょうか？ 歯科医療

職では、口腔機能(摂食嚥下・咀嚼・話すなど)の維



舌圧測定の様子



福岡にあるみらいクリニックの今井一彰院長開発による「あいうべ体操」

「新型コロナウイルスかも？」と思ったら

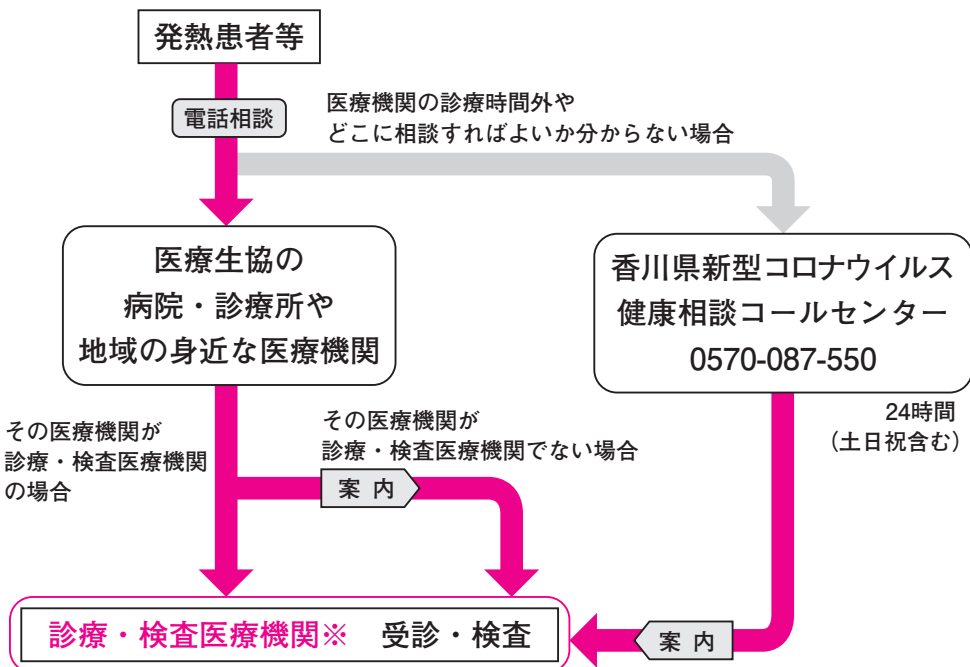
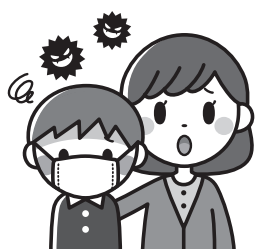
発熱等の症状のある方の相談・受診体制について

香川県では昨年十一月より、発熱等の症状のある方の相談・受診体制が以下のように変わりました。

発熱等の症状が出た場合は、まずは医療生協の病院や診療所など身近な医療機関に電話で相談ください。

医療機関の診療時間外やどこに相談すればよいか分からない場合は、

香川県新型コロナウイルス健康相談コールセンター(☎0570-087-550)に連絡をしてください。



※発熱患者等が地域で診療や検査を受けられる医療機関として、県が指定した医療機関

二〇二二年度より、「みんなの健康」の発行回数が増えになります

二〇二二年度から、これまで年間六回(五・七・九・十一・一・三)発行していた「みんなの健康」を年間四回発行に変更させていただきます。

発行回数の変更に伴い、紙面内容の充実やHP等での情報発信などを一層進めていく予定ですので、ご理解、ご協力をお願いいたします。

専務理事 小池康有



東讃ブロック組合員さん宅のトマト

食材支援のお礼



香川大学医学部裏にある学生サポートセンターでは、毎週水曜日十二時〜十三時でテイクアウトランチを開催しています。コロナウイルス感染拡大地域が増える中、学生たちは「病院内に入れなく実習ができず、WEBでの実習だったため、実感がわかない」「環境の変化になじめず困っている」など悲痛な思い

を話されます。一月の「みんなの健康」で食材支援の呼びかけをしたところ、早速提供してくれました。トマトとレモンをいただき、カレーとサラダを二十食作り、「バランスの取れた食事が食べられてうれしい」「一食でも助かっていて」などの感想でした。提供いただいた組合員さん、ありがとうございました。これからもごさいました。これからもごまめなサポート、継続的な支援を行ってまいります。

●お問合せ先

医学生担当 野口・池内

TEL : 087-833-8113 (代表)

携帯 : 070-1258-6360

コロナに負けない！ 自宅でできる体操

体づくり隊³⁶

今回は、「立ち座り訓練」を紹介します。当院の回復期リハビリテーション病棟では、平日1日100回以上の立ち座り訓練を実施しています。「100回も!？」と思われるかもしれませんが、体力と筋力の維持・回復に効果があり、入院患者でもできる安全な訓練の1つです。



高松協同病院
理学療法士 山上勢太

1度に100回行うのではなく、1日トータルで100回行っても効果に差異はありません。例えば、椅子にすわったら〇〇回、ごはん前に〇〇回など習慣づけていくとあっという間にできるようになるでしょう。「立ち座りだけの運動なら1日300回以上が望ましい」と言われていますので、慣れてきた方は徐々に回数を増やしていきましょう。

外出自粛で体を動かす機会が少ない今、「コロナが落ち着いた後に、思う存分できなかつた“すべての行動”を体力が落ちたから諦める」を予防するため、騙されたと思って実施してみてください。



イスに座り自身のペースで立ち座りします。不安定な場合は、椅子やテーブルなど安定したものを把持してください。



足が痛かったり、座面が低い場合は、座布団など補高をすると実施しやすいです。

おたのしみクイズ

① 下の絵には五つのまちがいがあります。

郵便ハガキに右側の絵だけ貼って、まちがい箇所を赤色印をつけて下さい。

住所、氏名、年齢をご記入の上、身近な出来事、ご意見、ご感想など何か「一言」を添えてご応募下さい。ご意見、ご感想は掲載させていただきます。（匿名希望の方はその旨をお書きください。）



©MY介護の広場

② 〆切 三月末日
③ 抽選で六名様に「粗品」進呈。

④ 当選者は紙面で発表します。

⑤ 宛先 〒七六〇-〇〇七一 高松市栗林町一七七一

香川医療生協組合員活動部内

『みんなの健康』編集委員会

一月号の応募は七十通で、正解は七十名でした。抽選の結果次の六名の方が当選となりました。

当選者（敬称略）

- 今田 民江 高松市
- 堀上 和子 高松市
- 家田美和子 東かがわ市
- 坂井恵美子 高松市
- 伏見 誠剛 高松市
- 今宮 正行 三豊市

読者だより

〈3月号〉

「フレイル」シリーズを

毎日続けたい

高松市 山本初枝

「フレイル」シリーズ④

予防改善編をこれから毎日続けようと思います。毎日が大切だと思います。

久しぶりに「みんなの健康」

を丁寧に読んで

高松市 グーチャン

久しぶりに「みんなの健康」を丁寧に読ませていただき

ました。読者だよりの「母が掲載料理を作ってくれた」に、いいお母さんであり、素敵なお母さんだと心が温かくなりました。また、「峰山のジョウビタキ」、野鳥好きの私は写真



支部紹介
紫雲西支部

一緒においしく長生きを！

「健康寿命をのばそう」と、紫雲東・紫雲西・みなと三支部合同で始めた健康づくり学習会もこの一月で六回目になります。お知らせを亀阜コミュニティだよりに載せていただいているので、組合員でない方も参加されます。

最近のテーマは「オーラルフレイル」です。「口は健

支部長 藤井幸代

を見て、声が聞こえるよう嬉しくなりました。今回掲載の「免疫力を高める食事」、試してみます。また作り置きのできる献立も教えて欲しいです。

母がお世話になった

訪問診療・看護に感謝

三木町 年国多佳子

母が訪問診療と訪問看護ステーションのお世話になり、大変よくしていただきました。幸せだったと思います。ありがとうございます

孫は目に入れても痛くない

高松市 開真由美

四月で二歳になる男の子(孫)ですが、足が早くなり、手をつないでくれるの

だけどついていけず、体力

を感じています。孫は目に入れても痛くないとはよく言いますが、本当です。まだまだ進まない

横断歩道での歩行者優先

高松市 北山真紀

まだまだ横断歩道での歩行者優先が進んでいません

ね。こちらが止まっても、先方が止まらないこともしばしば。残念です。

落ち着いたら

短い時間でも働きたい

さぬき市 家田美和子

定年後再雇用で勤めていました

ましたが、三月に退職しました。娘からは仕事は続けた方がよいのではと言われて

います。落ち着いたら短い時間でも働きたいと思っています。

手配りで久しぶりの運動に

高松市 齊藤美智代

寒さが厳しくなる中、完全

防備で「みんなの健康」を、自転車をこぎながら手

配りしました。家にこもりがち

な昨今、久しぶりの運動にもなりました。

こもりきりでも

俳句づくりなどを楽しみに

観音寺市 尾池辰生

いつも愛読させていただ

いています。初めて投稿します。卒寿の老人、コロナ

のために「こもりきり」でも散歩、駄作の句、絵手

紙、飾絵等楽しみ。日に十句 俳川柳で

ほけ防止

施設利用者のために

段ボールで鳥居を作成

高松市 阪口美智江

十年前に両側人工股関節

の手術をしていただき、今も施設で元気に仕事をしております

です。真鍋先生、スタッフの皆様のおかげです。ありがとうございます

です。コロナ禍で施設の利用者様、初

詣に行けないため、鳥居を

段ボールで作りました。



看護介護の現場から 思いを語ってもらえる 看護師であるために

高松平和病院ホスピス緩和ケア病棟看護師 香西麻美



ホスピス緩和ケア病棟では、主にごんと診断された患者様が痛みやそれ以外の不快な症状を和らげ、精神的な不安に対するケアも行っています。また、患者様だけでなく、ご家族へのケアも行っているケアには、身の回りのお世話から内服や注射などの医療的処置などがあります。特にホスピス緩和ケア病棟では患者様や家族のお話を聴くことを大切にしています。

ある患者様との思い出深いエピソードを紹介します。夜になり、お部屋にうかがうと、いつもの表情とは少し違うと感じ、「どうしましたか？」と目線を合わせて聞いてみました。患者様は少し間を置いて「家族はわしのこと、どう思っ

とるやろうか」とゆっくりと語り始めたのです。その後私は語りを聴き続けました。「みんな、良い人生だったと思うってくれとるならええんやけど。ありがと。聴いてくれて」と患者様は語り終えるといつも

らかい表情になり、眠りにつきました。後日、ご家族へ患者様のお話を伝えると「そんな風に思っていたなんて。私たちは幸せよって伝えます。聞いたことがない思いを知れてよかったです」と話されました。

私たちは、患者様やご家族が語りやすいタイミングで語れるように日頃からじっくりと関わり、この人なら話を聞いてもらえるという存在となり、信頼される温かいケアが行えるように努めたいと思っています。



診療案内

担当医師については、急な変更もありますので、事前に各事業所へお問い合わせ下さい

高松平和病院 (救急指定病院) 代表電話:087-833-8113 (下記の直通電話をご利用下さい)

		月	火	水	木	金	土
内科 ☎833-8114	午前 9:00~12:00	蓮井 豊岡・植本	高木・佐藤 担当医	植本 佐藤・高木	高木・担当医 原田	豊岡・原田 植本	担当医 (一診・二診)
	午後 3:00~5:30	高木・佐藤 植本	何森 原田・担当医	担当医		担当医	
乳腺外来 ☎833-8113	午前 9:00~12:00		何森	何森 (第1・3・5)	何森		
緩和ケア 相談外来 ☎833-8113	午前 9:30~11:00				蓮井 (予約要)		
	午後 3:00~5:00	原田 (予約要)		蓮井 (予約要)			
整形外科 ☎833-8113	午前 (予約優先)	真鍋・中平	中平	真鍋	真鍋	中平	真鍋(第1・3) 中平(第2・4) 担当医(第5)
	午後 3:00~5:00 (完全予約制)			田賀谷			

★診療体制について

- 内科
 - ・午前の予約をお取りでない方の受付時間は12時までとさせていただきます。
 - ・午後の予約をお取りでない方の診療開始時間は3時からに変更します。
- 整形外科
 - ・診察は予約制となっておりますが、8:30から9:30まで当日受付も行っていきます。
 - ・予約外の患者さまは待ち時間が長時間になりますのでご理解のほどよろしくお願ひします。
 - ・4月から第1・3木曜日は休診となります。

● 専門診療 ●

内科	循環器	高木医師の外来担当時に診察いたします。	緩和ケア 相談外来	原田	月	15:00~17:00
	肝臓	蓮井医師の外来担当時に診察いたします。		蓮井	水	15:00~17:00
	消化器	蓮井・豊岡医師の外来担当時に診察いたします。	乳腺外来	何森	火	9:00~12:00
	呼吸器	原田医師の外来担当時に診察いたします。		何森	第1・3・5水	9:00~12:00
	糖尿病	金午後。香大医師が担当いたします。	禁煙外来	佐藤	金	16:00~17:00
			肛門外来	豊岡	水	16:00~17:00

高松協同病院 ☎(087)833-2330

■内科・リハビリ科 ●4月から一部体制の変更を予定していますので、詳細は電話でお問い合わせいただくか、ホームページでご確認下さい。

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	津島	前田	阪梨	担当医	津島(第1) 担当医	津島(第1・3・5) 北原孝(第2・4)
午後 3:00~5:00 (月・火・水) 3:00~6:00 (金)	津島		阪梨		津島(第1) 北原孝	

■整形外科 ●午後の診療はありません。

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00			栗生			栗生

へいわこどもクリニック ☎(087)835-2026 病児保育はとぼっぽ ☎087-835-2065

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~13:00
午後 4:00~7:00	4:00~7:00	4:00~7:00	4:00~7:00	4:00~7:00	4:00~7:00	

●月・火・水・金午後1:30~4:00は、乳幼児健診、予防接種、専門外来などを行っています。

善通寺診療所 ☎(0877)62-0311

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	藤原	担当医	藤原	藤原	藤原/担当医	藤原/担当医
午後 3:00~6:00	藤原	(訪問診療)	藤原	(訪問診療)	藤原/担当医	

●火・木午後は往診を行っています。

生協みき診療所 ☎(087)891-0303

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	田中(内科)	田中(内科)	田中(内科)	担当医(内科) 田中(訪問診療)	田中(内科)	田中(第1・3) 植本真(第2)
午後 3:00~6:00	(訪問診療)	津島(内科) (訪問診療)	(訪問診療)	(訪問診療)	担当医(内科) (訪問診療)	※第4・第5土 曜日は休診

生協へいわ歯科 ☎(087)837-6480

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~13:00			尾平野・砂田			担当医
午後 1:00~8:00		尾平野・砂田			尾平野・砂田	担当医※
訪問診療	今川	今川				

●受付は診療終了時間の30分前まで。 ●木曜は12:30まで。 ●4月から診療時間の変更を予定しています。 ※土曜は午後2:00~5:00まで。

診察予約・お問い合わせは各科
直通電話をご利用下さい

外来部門	【受付時間】	
	内科	平日 9:00~17:30 土曜 9:00~12:30
	乳腺外来	平日 9:00~17:00 土曜 9:00~12:30
	緩和ケア相談外来	平日 9:00~17:00
整形外科	【受付時間】	平日 11:00~17:00 土曜 11:00~12:30
	医事課	☎087-833-8112
入院部門	内科	☎087-833-8114
	【受付時間】	9:00~21:00
	3病棟	☎087-833-8895
健診部門	4病棟	☎087-833-8912
	【受付時間】	平日 9:00~17:00 土曜日 9:00~12:30
	健康づくり課	☎087-833-8524

〈高松平和病院エリア〉

- 介護老人保健施設「虹の里」
☎(087)862-6541
- 老人介護支援センター「ほのぼの」
☎(087)862-6516
- 訪問看護ステーション「ひまわり」
☎(087)862-1039
- ヘルパーステーション「虹の里」
☎(087)862-6689
- デイサービスセンター「はーもにー」(太田)
☎(087)815-5631
- デイサービスセンター「はーもにー栗林」
☎(087)833-6250
- デイサービスセンター「はーもにーぼっぼ藤塚」
☎(087)813-1621
- ヘルパーステーション「はーもにー」
☎(087)815-5651
- 居宅介護支援事業所「はーもにー」
☎(087)888-7175

〈高松協同病院エリア〉

- デイサービス協同
☎(087)833-2347
- 介護支援センター協同
☎(087)812-5502
- 高松協同病院通所リハビリテーション
☎(087)833-2401
- 高松協同病院訪問リハビリテーション
☎(087)833-2416
- デイサービス「はーもにー六条」(民家型)
☎(087)887-2603

〈善通寺診療所エリア〉

- 訪問看護ステーション「ほがらか」
☎(0877)56-5566
- ヘルパーステーション「ほがらか」
☎(0877)56-5578

〈生協みき診療所エリア〉

- 訪問看護ステーション「みき」
☎(087)891-0503
- ヘルパーステーション「みき」
☎(087)891-0532

コロナ禍から国民のいのちと

くらしを守るために

社会保障制度の充実を求める各種署名にご協力下さい!

今年一月に政府は、新型コロナウイルス特別措置法

に基づく二度目の緊急事態宣言を十一の都府県に発出

しました。

PCR検査の抜本的な拡充と

十分な補償が必要不可欠

医療現場は今、医師・看護師不足にコロナが直撃し、「医療崩壊から医療壊滅（日本医師会）」が危惧される中、パンク寸前の逼迫となる状態も生まれました。PCR検査の抜本的な拡充、特に無症状者への積極的なPCR検査を拡充すること、医療機関や高齢者施設に対する社会的検査を

優先して、徹底的に行うこ

とが感染拡大を抑えるための必須条件です。

また、住民生活にも深刻な影響が広がり、コロナ禍

を理由とした解雇・雇止め、介護・障害福祉・保育

などの社会福祉施設の運営や利用をめぐる不安、さら

には一度目の緊急事態宣言では十分な補償がされな

かったために、特に中小・零細の飲食業では廃業に追

い込まれる業者も少なくないなど、様々な問題が噴出

する中での再度の要請です。十分な補償が行われて

初めて、安心してお店を休むことができるのです。十

分な補償は、時短要請への絶対条件です。

あらためて求められる

社会保障制度の拡大・充実

今、通常国会の真つ最中

です。菅政権はこれまでの政策を即刻転換し、十分な

補償と検査実施に向け国庫負担で対応することに踏み

切るべきです。そのための財源は、大企業の内部留保

の切り崩しや、法人税の引き上げ、軍事費の削減など

で対応し、国民のいのちとくらしを守ることを強く求め

ます。また、今回の感染拡大に

より、すべての人の人権を保障する政治の役割がより

鮮明となっています。菅首相は、「自助、共助、公助

そして『絆』こそが大切として、家族相互、および

住民相互の助け合いのしくみを基本とする「全世代型

社会保障」政策を強力に推進しており、社会保障制度

への国の責任はますます縮小されてきました。その結果、格差と貧困の拡大が社

会問題となっています。社

会保障制度の拡大・充実、

セーフティネットの確立こそがあらためて求められて

います。

香川医療生協では現在、

安全・安心の医療介護の実現と国民のいのちと健康を守るための国会請願署名

●七十五歳以上の医療費窓口負担二割化に反対する請願署名

●（高松市）国保料の引き下げを求める請願署名

などに取り組んでいます。いずれも国民、そして

地域住民のいのちと健康、くらしを守るための喫緊の願

いが込められた請願署名です。ぜひ 組合員の皆様のご協力のほどよろしくお願

いいたします。署名用紙は、最寄りの支部役員、あるいは組合員センターや事業所のところでもご準備し

ておりますのでご活用下さい。

香川県

社会保障推進協議会

事務局長 奥谷啓一

医療・介護・福祉を拡充してください

新型コロナウイルス感染拡大による「医療崩壊」が危惧される背景には、構造改革路線の下で効率最優先の医療提供体制への再編・縮小や、医師・看護師をはじめとする医療従事者の抑制政策が進められ、感染症対策の要となる保健所を減らしてきた政府の医療・社会保障政策があり、そのことが医療現場に多大な混乱と苦難をもたらし、国民のいのちを危うくしています。



#いのちまもる
署名にご協力ください

全労連・社保協・医団連

折り込みの署名ハガキにご協力下さい

免疫カプセル

れんこんバーグ

材料 (2~3人分)
レンコン…………… 80g
トリミンチ…………… 400g
ネギ…………… 20g
なめたけ1瓶 …… 120g
片栗粉…………… 大さじ1

《作り方》

①レンコン、ネギはみじん切りにする。

②具材をすべてボールに入れてよく混ぜる

③スプーンですくい小判型に焼いていく

④蓋を閉めて中火で焼いていき、裏面もしっかり焼いていく。

⑤お好みでポン酢等をかけて下さい。



は千切りにして流水にさらし水切りし、ひじきと緒に混ぜ合わせる。
②①をお皿に盛り、その上にわかめ、スプラウト、くし切りトマトを盛り合わせる。
③最後に納豆ドレッシング、味付けのりをのせ、すりごまをふる。

すりごま
味付け海苔
★納豆ドレッシング
挽き割り納豆…………… 1パック
黒酢…………… 大さじ1
醤油…………… 小さじ1
ゴマ油…………… 小さじ1

納豆サラダ

材料 (2~3人分)
ブロッコリースプラウト 1束
玉ねぎ…………… 1/4個
人参…………… 30g
戻したひじき… 30g
戻したわかめ… 20g
トマト…………… 1/2個

《作り方》

①玉ねぎはスライス、人参

海藻、キノコ、発酵食品は免疫力をアップさせます。きのこにはβグルカン、ビタミンB群、食物繊維などが豊富に含まれおり、海藻類は食物繊維、亜鉛やカリウムなどのミネラルが豊富に含まれています。発酵食品には乳酸菌や納豆菌などの善玉菌が多く含まれており、腸内の善玉菌を増やす効果があります。これらの食品を毎日取り入れながらバランスのよい食事を心がけましょう。

老人保健施設虹の里
管理栄養士 村岡恵子