



香川医療生協の基本理念

わたしたちは、人が人として大切にされる社会をめざして、保健・医療・介護・福祉などの事業と運動をとおり、健康で笑顔あるまちづくりの実現に努力します。

2025

7・8月号



第264号



香川医療生活協同組合

発行責任者／小池康有 編集／機関紙編集委員会

〒760-0073 高松市栗林町1-3-24 ホームページ <http://www.kagawa.coop/>

Instagram

LINE

職員研修参加者の感想

- 被爆者の方から実体験を聞くというのが初めてで、テレビで聞くのと実際にお話を聞くのでは重みが全然違いました。貴重な体験ができたとともに、長尾さんの「戦争は絶対に反対。核兵器も反対」という思いを引き継いで、1人でも多くの人に語り継ぐことが私たちの責務だと感じました。
- 語り部の方が、自分にとって思い出したくもない苦しい体験を、私たちに伝えてくださったことにとても感謝しています。この学習を通して、自分たちが平和な日常を当たり前と思うのではなく、過去に起こった出来事やそれを伝えてくれる人々の気持ちをしっかり受け止めて、未来の平和を大切にしていきたいと思いました。



新入職員研修で被爆体験を語る長尾さん

特集

被爆80年〜平和を語り継ぐ〜

広島での被爆体験

氷上支部 長尾昭雄 (96)

原爆で市内は

一瞬にして廃墟に

今から80年前、昭和20年8月6日朝8時15分、広島市に原子爆弾が投下され、広島市内は一瞬にして廃墟と化してしまいました。

私は、原爆が投下された朝8時15分には広島県立広島工業学校校舎の中、爆心地から1.8km、当時16歳でした。窓際から校舎の外を見ると、全体が電気のプラス

とマイナスが接した時に出る青白い光で一杯になり、その瞬間、ドンと大きな音とともに木造校舎が倒壊、押し潰されました。後で分かったのですが、一緒にいた70人中、助かった者は4人で、皆校舎の太い木に当たって即死だったのです。

私は校舎から這い出し、外に出ましたが、窓ガラスの破片が胸に刺さり、出血多量で倒れてしまいました。同じ科の先輩に助けられ、近くの広島空港の屋外

広場で、血に汚れたシャツ、大便で汚れたズボンを脱いで裸になり、3日3晩寝て過ごし、4日目に呉市の呉海軍病院に入院、2カ月の入院後、郷里の香川に帰ることができました。

被爆して2年間くらい、頭痛、貧血、めまい等で体調不良になりました。

原爆の被害はすべての生物環境全体に及び、かろうじて生き残った被爆者の生活手段を全部破壊し尽くしました。被爆者の多くは、住居、職場をなくしただけでなく、頼るべき親族、隣近所の人、友人もなくなりました。

平和な国・社会でなければ

命は守れない

この地球上で、核兵器はなくさなければなりません。戦争は絶対に嫌です。戦争は絶対にしてはいけません。何よりも平和が一番、何よりも人の命が大切です。大切な命はひとつです。その大切な命を守るには、平和な国、平和な社会でなければ守ることができません。

みなさんをお願いいたします。原爆の恐ろしさ、怖さ、戦争の悲惨さ、平和の

大切さを1人でも多くの方々に語り継いでくださいますようお願い申し上げます。

香川医療生協の現況 (2025年5月31日現在)
組合員数..... 47,544人
出資金額..... 919,315千円
一人平均出資金額..... 19,336円

組合員活動部 TEL(087)833-8115
高松南組合員センター TEL(087)888-7172
高松東組合員センター TEL(087)812-5331

健康、仕事、生活などのお困りごとは 医療生協の相談窓口まで

電話受付時間：平日9時～16時

070-3159-4975

メール：24時間受付

yoshihara@kagawa.coop

相談無料・秘密厳守



香川医療生協は、あらゆる暴力、武力行使、戦争に反対します。紛争の平和的解決を！

特集 被爆80年〜平和を語り継ぐ〜

高松市平和記念館の紹介

高松市平和記念館館長 青木英城

高松市は、太平洋戦争末期の昭和20年7月4日未明に全国の主要都市と同様、アメリカのB29爆撃機116機による空襲を受け、通常爆弾24トン、焼夷弾809トンが落とされました。これにより、旧市街地の約80%が焦土と化し、多くの財産、文化遺産とともに、1,359人の尊い命を失いました。

この様な悲惨な状況を二度と繰り返すことのない世の中で、平和を願う市民の心を永久に継承していくべ



平和記念館内の高松空襲の展示ゾーン

きとの機運が高まり、平成元年11月に「高松市平和資料館の建設を求める会」という市民団体が結成され、市議会に15万人余の署名とともに請願書が提出されました。請願は全会一致で採択され、これを受けて、整備が進められ、高松空襲後50年目の大きな節目である平成7年7月4日に市民文化センター内に平和記念室を開館いたしました。

その後、市民文化センターの老朽化や耐震化等のため平成24年に閉館し、市民文化センターを取り壊した跡地に、現在のたかまつミライエを整備することとし、また、たかまつミライエ内に平和記念館を再整備することとして、平成28年11月23日にオープンしました。

また、市民団体は、平和記念室設立後、「高松市平和を願う市民団体協議会」に発展し、香川医療生活協同組合を含め、32の幅広い市民団体が構成されており、本市が行う平和啓発の諸事業を豊かに発展させる

【被爆80年】香川医療生協組合員平和特使 2025原水爆禁止世界大会【広島・長崎】 参加者募集！

～核兵器のない、平和で公正な世界の実現を目指して、全国・世界とつながろう～

- 広島（2025年8月3日～6日予定）：1名派遣予定
 - 長崎（2025年8月7日～9日予定）：1名派遣予定
 - オンライン（香川県内組合員センターや自宅にて視聴）
- 参加費用は、香川医療生協平和社保委員会より補助します！
（行事参加費・宿泊費は全額、往復交通費も規定額）
申し込み等は、7月16日（水）までに
組合員活動部（☎087-833-8115）へお問い合わせ下さい。

ため、本市と力を合わせて、「平和を語るつどい・憲法記念平和映画祭」、「高松市戦争遺品展」、「原爆パネル展」等の様々な活動に、ご協力いただいております。

なお、今年は、戦後80年の節目であり、香川医療生活協同組合の皆様には、より一層の御尽力をお願いしたいと思っております。

広島へいわじどもセンターに取り組んで

へいわじどもクリニック事務長 長谷川鋭子

日本被団協がノーベル平和賞を受賞しました。直接被爆体験を聞くことができ、最後の世代として、こどもたちに平和のバトンを渡したいと考え、今年2月に広島へいわじどもツアーを行いました。

また、揺れるバスの中にもかわらず、「今まで何となく知っていたくらいだったけど、そこに暮らしていたひとりひとりにそれぞれの人生があり、大切な人がいて、原爆に苦しんでいたことを知った」、「資料館の見学に1時間もかからないだろう」と思っていたけれど、1時間以上かかった。それだけ内容が気持ちに深く残るものだったと思った。「平和公園や資料館は自分には遠くかけ離れた存在だと思っていたけど、今日来て見学してみても、案外近くにあったのだと思い、目に焼き付けました。『死』という言葉は世にあふれているけれど、被爆者の方のお話をお聞きして、命についてもう一度考え直しました」など、感想文にはいっぱいその思い



小学生から大学生まで35人が参加

当日は、まずみんなでお好み村のおいしいお好み焼きを食べてから、広島の平和公園の碑巡りなどを行い、資料館を見学、その後、被爆体験をお聞きする時間を設けました。帰りのバスで身を乗

り出して『火垂るの墓』を観る小学生の男の子たちの後ろ姿が、今日一日の学びの深さを語っているように思えました。

また、揺れるバスの中にもかわらず、「今まで何となく知っていたくらいだったけど、そこに暮らしていたひとりひとりにそれぞれの人生があり、大切な人がいて、原爆に苦しんでいたことを知った」、「資料館の見学に1時間もかからないだろう」と思っていたけれど、1時間以上かかった。それだけ内容が気持ちに深く残るものだったと思った。「平和公園や資料館は自分には遠くかけ離れた存在だと思っていたけど、今日来て見学してみても、案外近くにあったのだと思い、目に焼き付けました。『死』という言葉は世にあふれているけれど、被爆者の方のお話をお聞きして、命についてもう一度考え直しました」など、感想文にはいっぱいその思い

を書いてくれていました。ウクライナ戦争がはじまり、待合室から平和へのメッセージを発信できないかと考え、いわさきちひろの絵の展示したり、職場会議で漫画『はだしのゲン』を学習したことをきっかけに、こどもたちにも読んでもらおうと平和文庫を設置しています。

これから、未来を生きるこどもたちといっしょに、私たち職員は『平和の種をまく』取り組みを行っていききたいと思います。

健康づくりは健診から

高松平和病院健康づくり課主任 筒井美喜

今年も特定健診と各種がん検診が始まります。組合員の皆さまも毎年健診を受けられていることと思います。近年では自治体も住民の健診受診を促す取り組みに力を入れておりますが、香川医療生協では、健康づくりの3本柱として①健康チェック②健診受診③健康づくり活動を位置づけています。

今年度も全ての医科事業所で特定健診が取り組まれます。実施時期、受付時間や負担金などは、それぞれの地域で条件が異なりますので詳しくは各病院及び各診療所にお気軽にお問合せ下さい。

また、一般の特定健診に加えて各オプション検査（有料・各院所で内容は異なります）で、胸部レントゲン等をお勧めしております。胃がん（胃力メラ）、大腸がん（便潜血検査）、前立腺がん（血液検査）、乳がん（マンモグラフィ及びエコー・要予約）検診も実施可能です。乳がん検診は女性技師による検査を実

施しております。毎年ご好評を頂いておりますのでお早めのご予約をお勧めします。

医療生協の健診は、病気の早期発見とともに「いつまでもその人らしく健康に過ごせるよう健康寿命を延ばす」ために取り組んでいます。そこで、直近の3年間の健診データをグラフ化して健診結果に載せており、ご家庭での生活習慣の改善の成果が目に見えて励みになると好評です。健診を受診するだけで終わるの

ではなく、その健診結果を見て生活習慣の改善に生かす取り組みを支部単位や斑単位で取り組まれてはいかがでしょうか。

また、「健康チャレンジ」や班や居場所等での体操、健康チェックなど、医療生協の健康づくり活動の継続や新たに始めるきっかけにもなっています。まずは健診受診、そして結果を健康づくりに活かしていきましょう。



健康診査・がん検診の実施事業所・連絡先

★高松平和病院 (Tel087-833-8113)

特定健康診査・後期高齢者健康診査…… 7月～10月
大腸がん・前立腺がん検診…… 7月～10月
乳がん検診…… 7月～2月

★高松協同病院 (Tel087-833-2330)

特定健康診査・後期高齢者健康診査…… 7月～12月25日
胃がん・大腸がん・前立腺がん検診…… 7月～10月

★善通寺診療所 (Tel0877-62-0311)

特定健康診査・後期高齢者健康診査…… 6月～10月
胃がん・大腸がん・前立腺がん検診…… 6月～10月

★生協みき診療所 (Tel087-891-0303)

特定健康診査・後期高齢者健康診査…… 6月～9月
前立腺がん検診…… 6月～9月
※高松市に住民票のある方もみき診療所で健診を受けることが可能です。

国民健康保険加入者の特定健康診査

国民健康保険に加入している方が対象になります。特定健診受診券と保険証を必ずお持ち下さい。

2025年4月から 带状疱疹ワクチンが 定期接種になりました

〈対象者〉

- ①2025年度内に65歳を迎える方
- ②接種時に60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害により身障手帳1級を有する方

※2025年度から5年間の経過措置として70・75・

80・85・90・95・100歳の方も対象。

※2025年度に限り100歳以上の方は全員対象。

※原則過去に带状疱疹ワクチンの予防接種を完了した方は対象外となります（既往歴等を踏まえて医師が接種が必要と判断した場合は定期接種の対象となります）。

〈接種費用・方法など〉

○ワクチン接種には自治体から送付される「予診票」が必要です。接種費用や接種を行っている医療機関については、「予診票」に同封されている一覧等で確認をお願いします。

○香川医療生協では、高松平和病院、高松協同病院、生協みき診療所、善通寺診療所で、通院患者様を対象に予約制で実施していますので、受診時にワクチンの種類、接種日など医師とご相談下さい（善通寺診療所は、不活性化ワクチンのみでの接種になります）。

新入医師紹介



高松平和病院 初期研修医
島内 恵実

初めまして、初期研修医の島内恵実と申します。今年度から高松平和病院で研修をさせていただきます。出身は高知県ですが、大学は香川大学を卒業いたしました。至らぬ事が多く技術も知識もまだまだな私で

すが、高松平和病院の職員の方々をはじめ、日々支えてくださる周囲の方々に、深く感謝を申し上げます。

趣味は、美味しい物を食べる事と、旅行です。旅行では東京に行く事が多いので、山手線の駅付近で美味しいお店をご存じの方は、教えて頂けると嬉しいです。また、大学の6年間香川に住みましたが、まだまだ知らない香川の魅力があると思いますので、香川県のおすすめのスポットやお店

なども教えてくださると嬉しいです。逆に高知県の美味しいお店などはたくさん知っていますので、「高知に遊びに行くよ!」という方はいつでもお声がけください。

初期研修では何事にも積極的に取り組み、たくさん新しいことに挑戦したいと思っています。そして一日でも早くみなさんに一人前だと認めてもらえるように、努力を続けて参りますので、ご指導、ご鞭撻の程よろしくお願いいたします。

「きぼうのまちみき」通信⑤

4月12日に行われたスタート集会より建設運動が始まりました。スタート集会では餅つき大会と同時開催を行い、200名を超える方の参加と建設増資が約150万円集まり、三木町議会議長など来賓の方々の挨拶や組合員・職員からの建設運動を成功させるための決意表明など大いに賑わいました。

今後は1年以上にわたって建設や運動を成功させるために、きぼうのまちみき事務局として何を考えているか、どんな取り組みを行っているかについて紹介したいと思います。



スタート集会

1. キャラクターグッズの促進

前回の「きぼうのまちみき通信④」でイメージキャラクター「みきぼう」について報告しました。キャラクターを作ることで、みな

さんに親しみを持ってもらい認知度を上げていくことができると思います。

さらに運動を広げるために、キャラクター入りの缶バッチ・トートバッグ・ポーチを作成しました。

2. 地域とのつながり

組合員活動と関わりが少ない地域の組合員の方との対話は、みきエリア事業所や医療生協の良さを再認識してもらう大事な機会となります。事務局では毎月1回、職員と組合員の方が協力して東讃ブロック各支部へ地域訪問を計画しています。



キャラクター みきぼうのグッズ

トートバッグとポーチに関しては、建設増資を5万円以上してくれた方には、どちらかをもれなくプレゼントします。そしてもう一つ、新しい診療所の入り口に大きなオブジェを設置して、5万円以上建設増資・寄付をしてくれた方で希望者には、名前の刻印を行う予定にしています。

ぜひ、たくさんの方の建設増資・寄付をお待ちしています。

4月26日に第1回目を行い、職員と組合員、ペア8組で65件を訪問し、建設増資3件1万7千円が集まりました。久しぶりの地域訪問で、参加者からは「色々な話ができて楽しかった」などの声が聞こえてきました。

今後は、みき診療所から近い高松南ブロックの一部なども地域訪問を計画しています。お誘いがあつた際には、各ブロックからの協力をよろしく願います。



支部総会訪問



設計話し合い風景

3. 情報を伝えていく

進んでいる計画の現状について、みなさんにお知らせすることは大事なことです。情報を得た方が他の方に伝え広がっていく、そのような形が理想だと考えます。事務局でもその認識のもとに動いています。

まずは、支部総会や班会、居場所、県下のブロック会議に事務局メンバーが手分けしてお知らせしていく方法です、こちらからの一方通行ではなく、様々な意見を聞くことができて、とても有意義な時間になります。他にも「みきぼう」を使ったSNS発信や紙でのニュース発行などにも取り組んでいます。

これらのことを前に進めていくことで、「きぼうのまちみき」の目的である、安心して暮らすためにだれもが希望をもてるまちづくりへの架け橋になっていくことと思います。移転が成功するように、多くのみなさんに一つでも関わっていただきたいと思います。よろしく願います。

4. 目的ある設計を

大京穴吹建設と設計を進めています。事務局としても初めての経験なので、苦

勞しながら行っています。設計のところで大事にしているのが、組合員の方の皆さんの居場所を建物の中心に置くことです。組合員のみなさんが主役となることを一番の目的として取り組み、設計にも参加してくれています。みなさんの想いを一つの図面に落とすことはなかなか難しいことではありますが、頑張りたいと思います。

これらを進めていくことで、「きぼうのまちみき」の目的である、安心して暮らすためにだれもが希望をもてるまちづくりへの架け橋になっていくことと思います。移転が成功するように、多くのみなさんに一つでも関わっていただきたいと思います。よろしく願います。

読者だより

7・8月号

忘れっぽくなっている
自分に感謝

高松市 匿名希望

朝からついてないことが
続いて、昼には疲れきって
いました。が、いつの間
に忘れて、夕方にはいつも
の自分に戻っていました。
今回は忘れっぽくなってい
る自分にありがとうございます。

倭約レシピ
参考になりました

高松市 国安里緒

もやしは苦手な野菜でし
たが、このレシピは美味し
くいただくことができました

私のとっておきの作品

かわいい仲間

高松市 中野和美



納涼 金魚

高松市 熊野敏子



た。また作ってみようと思
います。

私も新生活

高松市 匿名希望

長男が高校に進学しまし
た。私は毎朝、お弁当を作
るようになり、今までより
も早く起きる生活に。高校
が遠く、次男と同じく7時
半には家を出発するため、
忙しい朝です。早く送り出
す分、送り出した後、時間
ができるのが救いです。軽
い朝食と軽く二度寝して仕
事です。年を重ねて、二度
寝しないと体力が持たなく
なったのを感じます。早く
この新生活のリズムに慣れ
たいものです。

毎月活動に参加しています

三木町 佐々木千代

最近加入し、誘われて、毎
月「うどん」を食べに行っ
てます。先月は「そば」を
食べました。しつぽくが、
昔母が作ってくれた味その
ままで懐かしく、とても美
味しかったです。これから
もよろしく願います。

やっと子育てが終了

高松市 匿名希望

いつも楽しく読ませてい
ただいてます。やっと子育
てが終わりました。子育て
は余裕もなく、いろいろな
大変でしたが、なんとか育
てあげました。可愛い孫に
恵まれ、ジジババの気持ち

「みんなの健康」編集委員会では、紙面に掲載する読者のみなさんからのお便りや様々な作品（写真、絵手紙、切り絵、俳句、短歌等々）を募集しています。採用させていただいた方にはもちろん粗品を進呈！

【送付先】 〒760-0071 高松市藤塚町1-17-1

香川医療生協組合員活動部内

『みんなの健康』編集委員会

【メールアドレス】 m-tsujii@kagawa.coop

おたのしみクイズ

① 下の絵には5つのまちがいがあります。

まちがいの箇所に○印をつけて、次の方法で
ご応募下さい。

★応募方法（次のいずれかで）

・郵便はがきに右側の絵を貼って、はがきを投函。
・スマホなどで絵の写真を撮り、応募
用QRコードを読み取ったメール
アドレスから写真を送付。

★応募の際の必要記入事項

「住所」「氏名」「年齢」「身近な出来事」「意
見、ご感想など何か一言」

※ご意見・ご感想は掲載させていただくことがあ
ります（匿名希望の方は、その旨をお書き下さ
い）。

② ③ ④ ⑤

② ③ ④ ⑤

② ③ ④ ⑤

⑤ 宛先 〒760-0071 高松市藤塚町1-17-1

香川医療生協組合員活動部内

『みんなの健康』編集委員会

5・6月号のクイズの正解者は42名でした。抽選
の結果、次の6名の方が当選となりました。

当選者（敬称略）

森本 幸子 高松市 森久 仁子 高松市
飛田 洋子 高松市 吉田 智大 高松市
港 紗有里 土庄町 光藤 正博 丸亀市



©MY介護の広場

がとってもよく分かるよう
になりました。とにかく可
愛い！今頃になって両親に
感謝し、親孝行しないと
な！と思うこの頃です。

を楽しみにしています。
2025国際協同組合年2
度目の制定喜ばしく思いま
す。世界の多くの国が、孤
立を深める自己中心的な思
考の中で、非常に価値ある
ことですね。ただし、その
意義や理念、有意義な行動

とは言えないことを私は憂
いています。今回掲載のそ
れぞれの組織がぜひ機会あ
るごとに、国連が価値ある
こととして2回もの定めを
した意味を今こそ問い、強
く発信、波及して、共感者
を増やして欲しいと思います。

いつも「みんなの健康」

解されて、共感されている

広げよう!! 居場所づくり・班づくり

医療生協では、地域で健康づくり、つながりづくりを広げるために、組合員の最も小さなつながりの単位である班づくり、組合員を含み地域の誰もが参加できる居場所づくりに取り組んでいます。今回から、各支部・地域の居場所、班の活動について紹介していきます。

川添地域（高松市）の

居場所紹介

川添には、久米山げんき会、いきいき水田、八反地わかば会と高松市の居場所づくりに応じてできた、医療生協が共催している3つの地域の居場所があります。久米山げんき会、わかば会は自治会、いきいき水田は老人会を基盤にしており、それぞれ個性があります。



久米山げんき会は名前の通り、一番若くて元気で、ウォーキング、お月見会、野菜づくり、体操等をしています。私が一番助かっているのは夕食づくりで、カレー等、みんなでワイワイ言っている間に夕食ができあがりです。月4〜5回の開催です。

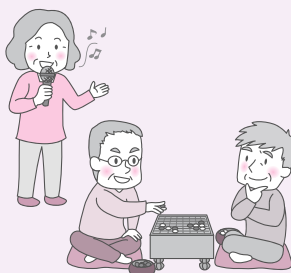


八反地わかば会は、60〜90代からなる10人ほどのほっこりした居場所です。月2回の開催です。みなさんとても器用で、楽器を作ったり、切り絵、貼り絵等をして、びっくりするほど若々しい作品ができあがっています。驚かされるのが度々です。あとお茶をしたり、一緒にお昼を食べたり、いろいろな話で盛り上がり、昔懐かしい縁側の付き合いみたいな、ゆつくりした時間の流れる居場所です。

理事 豊岡由里

香川医療生協が 主催・共催している 居場所の現状は？

5月31日現在、県内全体で29の居場所（高松中央ブロック3、高松西ブロック3、高松南ブロック4、高松東ブロック12、中西讃ブロック4、東讃ブロック3）があり、医療生協の支部による運営が21、他の団体との共催が8となっています。活動内容は、体操、作品作り、季節の行事、食事会、おしゃべり、健康チェックなど多彩な活動が行われています。



高松市の 居場所づくり事業の 現状は？

高松市の長寿福祉課に、高松市で取り組んでいる高齢者居場所づくり事業の現状についてお聞きしました。

Q1 居場所の 定義・趣旨は？

高齢者が心身機能の衰えに伴い閉じこもりがちとなり、社会との接点を無くして孤立すること等を防ぐことにより、高齢者の介護予防や健康づくりを推進し、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを継続できる地域包括ケアの実現を目的としています。また、高松市が助成金を交付している居場所の定義（交付要件）は下記の通りです。

Q2 事業に参加している 居場所の数と 主な運営主体や実施 場所、活動内容は？

令和5年度実績は次のとおりです。

〈運営主体〉

老人クラブ	自治会	コミュニティ協議会	事業所・NPO等	趣味の会 (カラオケ・卓球・囲碁将棋等)	有志の会	個人	合計
18か所	59か所	2か所	6か所	22か所	24か所	56か所	187か所

〈実施場所〉

コミセン等市有施設	老人いこいの家等	地域の集会所	事業所・NPO・ 団体施設	個人家屋	合計
43か所	6か所	95か所	13か所	30か所	187か所

〈主な活動内容〉

健康体操	カラオケ・合唱	趣味・ゲーム	世代間交流	おしゃべり	その他	合計
54か所	17か所	72か所	5か所	24か所	15か所	187か所

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

2025年7月1日現在

高松平和病院（救急指定病院）代表電話：087-833-8113

		月	火	水	木	金	土
内 科	午 前 9:00～12:00	蓮井・岡田 植本真・豊岡	高木・岡田(2・4・5) 植本真(1・3)・担当医	担当医・植本一 佐藤龍・高木	高木・担当医 原田	豊岡・原田・穴吹・ 蓮井・植本真	担当医 (一診・二診)
	午 後 3:00～5:30	高木・植本一 佐藤龍	原田・岡田 担当医	担当医 岡田(2～4時)		担当医	
内科外来の診療受付時間の変更のお知らせ 予約のない方の平日の内科外来診療受付時間 (旧) 17:30まで ▶(新) 16:00まで							
乳 腺 外 来		午 前 9:00～12:00		何森亜	何森亜 (第1・3・5)	何森亜	
●乳腺外来は午後休診です。							
緩 和 ケ ア 相 談 外 来	午 前 9:30～10:30			大西 (予約要)	穴吹 (予約要)		
	午 後 3:00～4:00	担当医 (予約要)					
整 形 外 科	午 前 (予約優先)	真鍋(当日受付) 中平	真鍋	中平	真鍋(第2・4・5) 第1・第3は休診	中平	真鍋(第1・3) 中平(第2・4・5)
	午 後 2:30～5:00 (完全予約制)			田賀谷(第1・3)			
整形外科外来の変更のお知らせ 2025年4月より、外来日を変更しますのでご了承ください。 第1・3水曜日午後：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時からです。					
	●整形外科	・診察は予約制となっていますが、8：30から9：15まで当日受付も行っています。 ・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いします。					

高松協同病院 ☎(087)833-2330

■内科・リハビリ科

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	津島	久加	阪梨	間嶋 北原孝	津島(第1のみ) 北原孝	津島(第1・3・5) 北原孝(第2・4)
午後 3:00～5:00	津島		阪梨		津島(第1のみ)	

■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	9:00～13:00
午 後	3:00～7:00	3:00～7:00	3:00～7:00	4:00～7:00	3:00～7:00	

●月・火・水・金午後1:30～3:00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 9:00～12:00	安田	安田(11:00まで)	担当医	安田(11:00まで)	安田	担当医/安田(12:30まで)
午後 2:00～5:00	安田	(訪問診療)	安田/藤原(17:30まで)	(訪問診療)	安田	

●火・木午後は訪問診療を行っています。●受付は診療時間の15分前まで。

生協みき診療所 ☎(087)891-0303

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	担当医	田中(内科)	田中(内科)	蓮井 田中(訪問診療)	田中(内科)	田中(第1・3) 蓮井(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 9:00～12:30	砂田・大西	砂田	尾平野・大西	砂田・大西	尾平野・大西	担当医※
午後 12:30～6:30	砂田・大西	砂田	尾平野・砂田		尾平野・砂田	担当医※

●受付は診療終了時間の30分前まで。 ●訪問診療もしています。 ※土曜は午後1:00までと午後2:00～5:00まで。

診療予約、お問い合わせは、 代表電話をご利用下さい	
外 来 部 門	【電話対応時間】 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 9:30～16:00 整形外科 平日 11:00～17:00 土曜 11:00～12:30
入 院 部 門	【電話対応時間】 9:00～21:00
健 診 部 門	【電話対応時間】 平 日 9:00～17:00 土曜日 9:00～12:30

〈高松平和病院エリア〉

- 介護老人保健施設「虹の里」
☎(087) 862-6541
- 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「ぼっぽばば藤塚」
☎(087) 813-1621
- 児童発達支援・放課後等デイサービス「おむすび」
☎(087) 815-5631

〈高松協同病院エリア〉

- 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「六条さんち」(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

香川県救急電話相談の番号

(受付時間 毎日午後7時～翌朝8時)
一般向け 087-812-1055
小児向け 087-823-1588

医療生協を未来へつなぐ

「私と医療生協」②



香川民医連労働組合
書記長 三崎浩一

2014年1月に介護福祉士として香川医療生活協同組合に入職した三崎浩一（みさき ひろかず）です。それ以前は特別養護老人ホームで10年間勤務し、利用者様と深く関わる中で、介護の本質を見つめてきました。利用者様の笑顔やご家族との再会の場面に立ち会うことで、介護が単なる支援ではなく、人生に寄り添う仕事であることを実感しました。

医療生協に入職して

学んだこと

より広い視点から介護を学ぶため、回復期病棟のある高松協同病院への入職を決めました。病院では「その人らしい生活」を目指す介護の重要性を深く学びました。従来の「手伝う介護」ではなく、「手伝わ

ない介護」という視点を得て、利用者様が自らできることを見つける大切さを痛感しました。また、多職種との連携を通じて、介護福祉士の役割を再認識し、介護を受ける人だけでなく、介護をする人の負担軽減にも目を向けました。

2022年1月、老健施設虹の里へ配属され、フロアリーダーとして業務改善に取り組みました。回復期で得た知識を共有し、新たな挑戦の重要性を再確認しました。

そして2024年10月、香川民医連労働組合および香川県医療労働組合連合会の書記長としての職務を担うことになりました。介護現場を離れ、異なる分野での経験を積みながら、医療業界の課題に向き合う日々です。

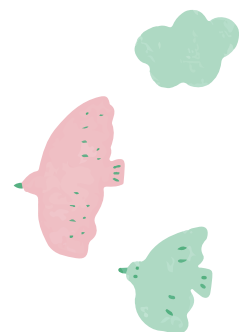
職員が安心して働ける

環境づくりを目指して

現在、医療業界は多くの問題を抱え、崩壊の危機に直面しています。少子高齢化の進行に伴い、医療と介護の需要が増大する一方

で、現場の人材不足が深刻化しています。地域住民の健康を守るためには、医療現場の維持と働きやすい環境が不可欠であり、医療従事者の負担軽減が求められています。そのため、労働組合の活動を通じ、職場環境の改善を図り、職員が安心して働ける環境づくりに尽力したいと考えています。

介護や医療の現場は、支援を受ける側だけでなく、支援を提供する側の環境も重要です。これまでの経験から、職員が心身ともに健やかであることが、結果的により良いケアにつながることを学びました。今後、介護や医療の質を向上させるための取り組みを続け、労働環境の整備を進めていく決意です。まだまだ学ぶことは多いですが、できることをひとつずつ実践し、より良い未来につなげていきたいと思っています。



夏野菜を使ったレシピ 夏野菜のミートチーズ焼き



材料 (2人分)

ミートソース	なす……………1本
合挽ミンチ……………150g	かぼちゃ……………150g
塩・コショウ……………少々	ズッキーニ……………1/2本
にんにく……………ひとかけ	パプリカ……………1/2個
油……………適量	塩……………少々
トマトソース……………150g	油……………適量
ケチャップ……………大さじ2	ピザ用チーズ……………一掴み(40gくらい)
ウスターソース……………小さじ1	パセリ……………お好みで

【作り方】

①フライパンに油を熱し、にんにくを入れる。香りが出たら合挽ミンチを入れて塩コショウを振り、パラパラになるまで炒める。

②トマトソース、ケチャップ、ウスターソースを加えて軽く煮る。

③なすとズッキーニは輪切りに、パプリカは乱切りに、南瓜は薄切りにする（南瓜はラップで包み電子レンジ600Wで2分程度加熱すると切りやすくなります）。

④フライパンに油を熱し、③の野菜を入れて塩を軽く振り、しっかりと焼く。

⑤耐熱皿に野菜を並べて上にミートソースをかける。

⑥ピザ用チーズをのせ、オーブントースターで焼く。焼き色がついたら出来上がり（オーブンだと200℃に予熱して8分程度）。

7月・8月はいよいよ夏本番！冷たいものを摂り過ぎると胃腸が冷えて動きが悪くなり、食欲低下の原因にもなってしまう。夏の健康対策には『夏野菜』がおすすめです。

夏野菜には水分やカリウムが多く含まれていて、汗で失われた水分を補給しつつ、カリウムの利尿作用で熱をもった身体を冷やしてくれる働きがあります。また、抗酸化作用のあるβカロテンやビタミンC、ビタミンEも多く含まれていて、紫外線対策にも効果があります。

高松平和病院
管理栄養士 川西綾美