

組合員数 45,059人
出資金額 921,599千円
一人平均出資金額 20,453円
(2013年5月31日現在)

出資金のお問い合わせは
総務部(平和病院内)
☎(087)833-8113



〒760-0073

高松市栗林町1-3-24

本 部 TEL(087)812-6301

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

ホームページ <http://www.kagawa.coop/>

米国並みなら2倍超も

	日本	米国
ディオパン (降圧剤) 80mg	123円	172円
ノルバスク (降圧剤) 5mg	64円	144円
リピトール (コレステロール低下剤) 10~20mg	125円	161円
メバロチン (コレステロール低下剤) 10mg	110円	270円
タケプロン (抗潰瘍剤) 30mg	178円	395円
ノボラピッド (インスリン) 1キット	2240円	2899円

差換薬の値段が米国並みになると

ると、営
利企業が
医療に参
入し、自
由に利益
を追求で
きるよう
になりま
す。現在、
介護保険
では、限
度額を超
えると全
額自己負
担にな
り、経済
的な理由

「同じ効果を持つ類似薬がある場合は、新薬の一日薬価を既存類似薬の一日薬価に合わせる」つまり、一錠五十円で一日三回なら一日薬価は百五十円ですが、これと同じ効果を持つ薬で一日二回服用する薬なら一錠七十五円となります。ここで、効果の出方が全く新しい、有効性や安全性が高い、病気の治り方が明らかに三点を満たせば加算がされるなどのルールがあります。これ以外のルールで

は、海外の薬価の平均値が薬価算定の資料として用いられています。しかし米国の薬価が高すぎるため、米国の平均値を参考に、医療費の高騰を防ぐために二年に一度薬価の引き下げを行ってききましたが、医療費に占める薬剤比率はむしろ増加しています。この背景には、新薬が高い、高い薬の薬価が下がらないという問題があります。後発品が存在しない「新薬」は薬剤全体の十三・二%に過ぎませんが、金額でいうと四十七・八%と約半分を占めています。新薬が米国並みの価格になったら、日本の医療保険制度はどうなるでしょうか？米国は日本に

A 日本の医療保険制度の最大日本の医療保険制度の最大の特徴は、必要な医療サービスを保険で保障する点です。

導入に賛成するという考えもあるようですが、いまの

と、新しい薬や画期的な効果を持つ薬の使用、新しい検査法や治療法などは速やかに保険適応とするのが原則です。保険で認められていない新しい薬剤を早く使ってほしいので、混合診療の導入に賛成するという考え

Q TPPで進める混合診療で医療サービスは充実？

新しい薬や画期的な効果を持つ薬の使用、新しい検査法や治療法などは速やかに保険適応とするのが原則です。保険で認められていない新しい薬剤を早く使ってほしいので、混合診療の導入に賛成するという考え

Q TPPで進める混合診療で医療サービスは充実？

新しい薬や画期的な効果を持つ薬の使用、新しい検査法や治療法などは速やかに保険適応とするのが原則です。保険で認められていない新しい薬剤を早く使ってほしいので、混合診療の導入に賛成するという考え

と、新しい薬や画期的な効果を持つ薬の使用、新しい検査法や治療法などは速やかに保険適応とするのが原則です。保険で認められていない新しい薬剤を早く使ってほしいので、混合診療の導入に賛成するという考え

A 「薬剤の値段、薬価を国で定めるのは日本の医療保険制度の根幹です。」

は、海外の薬価の平均値が薬価算定の資料として用いられています。しかし米国の薬価が高すぎるため、米国の平均値を参考に、医療費の高騰を防ぐために二年に一度薬価の引き下げを行ってききましたが、医療費に占める薬剤比率はむしろ増加しています。この背景には、新薬が高い、高い薬の薬価が下がらないという問題があります。後発品が存在しない「新薬」は薬剤全体の十三・二%に過ぎませんが、金額でいうと四十七・八%と約半分を占めています。新薬が米国並みの価格になったら、日本の医療保険制度はどうなるでしょうか？米国は日本に

今回、読者から「TPPでなぜ国民皆保険制度が危うくなるのかピンときません」とお便りがありました。この点を含め、「混合診療が拡大すると医療サービスの選択肢が増える」「薬代など医療費が安くなる」などの意見について藤原理事長に聞いてみました。

仕組みをきちんと使えば保険制度を守りながら最新の薬剤も使えるわけですから、混合診療を導入する必要はありません。

で必要なサービスが受けられませんか。これと同じ仕組みになり、お金のあるなしで医療内容が決まることになりません。

は、海外の薬価の平均値が薬価算定の資料として用いられています。しかし米国の薬価が高すぎるため、米国の平均値を参考に、医療費の高騰を防ぐために二年に一度薬価の引き下げを行ってききましたが、医療費に占める薬剤比率はむしろ増加しています。この背景には、新薬が高い、高い薬の薬価が下がらないという問題があります。後発品が存在しない「新薬」は薬剤全体の十三・二%に過ぎませんが、金額でいうと四十七・八%と約半分を占めています。新薬が米国並みの価格になったら、日本の医療保険制度はどうなるでしょうか？米国は日本に

「医療の格差」が広がり、「安全性」が崩れる

地域まるごと健康づくり ～私のまちの夢プラン～

みなさんは、何のために、
何をめざして、活動されていますか？



六月六日 サポート第二小ホールで「いきいき健康づくり交流集会(高松市後援)」が開催され、今年の「いきいき」は、健康づくり委員会が、「健康づくりを中心に、全ての支部が地域での協同を広げよう」を合言葉にした二〇一三年度とりくみを提案する場となりました。市の広報誌を見て、「初めて医療生協の企画に参加した」という二十名の方を含め、医療生協の健康づくり委員さん、

支部運営委員さん二百名が参加し、愛媛医療生協の健康運動指導士 竹内大輔さんを講師に健康づくり・まちづくりの活動について学び、支部のありたい姿を考えました
~~~~~  
まちづくりに、いろんな思いで多彩に取り組んでいる姿がくつきり  
「みなさんのイチ押し」の活動を教えてください」で始まった竹内さんのお話は、場内参加型でとっても

楽しいものでした。

しばらくの、おとなりの参加者どうしのおしゃべりの後でイチ押し活動の自慢大会。お接待つき街角健康チェック、薬草班会、支部葬、一人暮らしの方への配食活動、たまり場づくりなどなど次から次と出てきます。

みなさんは、そんなに一生懸命何のために活動されていますか？

この問いかけに答えて、場内からは、「みんなで元気にこのまちで住み続けたいから」「自分の特技をみんなに役立てたい」「自分の町のお役に立ちたい」そんな一人ひとりの思いがあらふれ出てきました。

「健康づくりを通して」とを紡ぐ「地域の協同を育む」そんな支部でありたい

愛媛では、何かの体操を広めることを目的にしているのではなく、体操も含め



場内をわかせた竹内さんのおはなし



フロアからも次々と発言

た健康づくりを通して「まちづくり」「ひとづくり」をしています。一人一人の支部の運営委員さんが、地域の協同を育む職人でありたいと思っています。「地域まるごと健康づくり」を通して「出会い・ふれあい・支えあい」を広げているとのこと。そして、最後に「みなさん、こんな楽しいこと、職員にお任せできますか？」という言葉で締めくくられました。

参加者から寄せられた

感想文より

「医療生協のあるべき姿を教えてください。担い手をどんどん広げていくことが大切」

「工夫・行動・魅力でありたい姿を描いていきたい」

「支部のありたい姿をもっとはつきりさせたい」

「とても元氣が出まし

58の支部や地域で総会が開催！

四月十八日～六月一日

総代会にむけ県内各地で総会が開かれ、千名を超える組合員が参加・交流をしました。

高齢化社会をむかえるにあたり、健康づくりやまちづくりを軸にした支部活動の提起が行われ、具体化に向けて活発な議論が行われました。

5/17 香東支部総会 (二十五名)



みんなでくりくり…  
唾液を出すマッサージを習いました！

5/26 古高松支部総会 (四十六名)

古高松コミセンで行った総会には、バディ職場の高松協同病院東病棟から看護師と理学療法士が来てくれました。

組合員の要望で、地域でお互い助け合って生活できるように、今回は車いすや着替えの介助の仕方を学びました。

七月五日(金)にもコミセンを借り、第二回目を行う予定です。

円座町「だいや」にて二十五人の組合員が集いました。東日本震災ボランティアに参加された公森雅俊さんの報告や現地の写真を見て、これからも引き続き支援をしようという共感。

午後からは歯科に新しく着任した今川医師が、「口と健康」についてお話しされ、質問も飛び交い和やかな講演となりました。



地域でも 家庭でも！  
助け合って生活できるように…

た。これからの目標が見つかりそうです」

「地域のプランづくりの参考になりました。もっと老人会や自治会に呼びかけ

## 脳いきいき班会で認知症を予防しよう！



ふたりでやると、う〜んと気持ちいい…超かんたん！リラックス体操！

ていきましよう」

などなど、明日から自分が地域でやりたいことが多くの感想文に書かれていたことが印象的でした。

- ・読み物の音読
- ・脳いきいきゲーム
- ・今回の内容を話し合う

(計一時間程度)

初回は紙芝居での説明と、アンケートやゲームなどをします。二回目以降はプログラムに沿って実施し、合計七回行います。

最終回にまた、最初に行ったアンケートなどをします。

**認知症って？**  
認知症は、何らかの原因で脳に不具合が起こり、生活に支障をきたす病気で、年をとるほどかかりやすくなります。年とともに誰でもなりやすいから、予防する事が大切です。

### 「脳いきいき班会」とは？

脳いきいき班会は、自分たちで取り組む「認知症を予防する」班会です。

インストラクターと一緒に、行う月に一度の班会と、毎日自分で取り組む「脳いきいき五か条」を組み合わせたものです。

- ・プログラム
- ・毎日の五か条の振り返り
- ・リラックス体操



あと出しジャンケンで大爆笑！

### 「脳いきいき班会」

始めました！

玉藻支部はたる班・たんぼぼ班で認知症を予防する班会としてどんな事をするの？と思うけれど、これなら七ヶ月続けられそうです！

## 私の支部のイチ押し「ロコモ体操」



川添コミュニティセンターでのセラバンド体操

にあった体操を支部で相談してみましよう。

今回は、三つの取り組みをご紹介します。

① 地域のご近所さんどうしで気軽に声かけあつて集まってスタートした

\*\*\*「街角ラジオ体操」

② 組合員が講師となつて、その特技や知識を活かして支部ですすめる

\*\*\*「ピラティス、ロコモ、リンパ体操」

③ 地域の高齢者のたまり場で続けられている

\*\*\*「ころばん体操」

どの取り組みも、それぞれの支部が、組合員の健康づくりへの思いに込めると同時に健康なまちづくりにお役に立っていくための活動として誕生し続けられています。あなたの支部でもぜひチャレンジしましょう。

### 支部や地域の条件や目的にあった体操を相談しよう

医療生協の支部や班では、目的や条件に合わせていろんな体操を行うところが増えていきます。ご近所のコミュニティセンターで人気の体操や老人クラブでおすすめの体操を取り入れてもいいでしょう。自分の支部の条件



太田南支部のロコモ体操を実演する大村さん

## 第五十九回水爆禁止

### 四国大会に四三七が集う

六月八日・九日の両日第五十九回原水爆禁止四国大会が高松市で四国四県から延べ四三七名が参加して開かれ全国で唯一ブロック開催をしている、その歴史と伝統の年輪を重ねました。

一日目は、四県の活動の報告と交流記念、そして「ノーモア・ヒロシマ、ノーモア・ナガサキ核兵器のない世界へ、いま行動のとき」と題した記念講演（講師・日本原水協代表理事高草木博氏）が行われました。

スプレー・低空飛行の実態や伊方原発の問題、そして青年の平和運動への参加をひろげる工夫などをテーマにした四つの分科会が行われ、医療生協からは約一〇〇名が参加して、各県の参加者の皆さんと交流し、来年度開催の高知に多くの経験と成果を持ち寄ることを誓い合つて閉会しました。

(香川県原水協事務局長 松永 始)



第59回原水爆禁止四国大会

# 熱中症の夏がやってきました！

予防と夏の食生活について原田先生と船本管理栄養士さんにお聞きしました。



高松平和病院  
原田医師

## ●熱中症とは

熱中症は、運動や暑熱から起こる体の障害の総称です。熱射病（ねっしやびょう）や日射病（にっしやびょう）と呼ばれているものは、重症の熱中症のことです。

医学的にいう熱射病は、体温を正常に保とうとする脳の機能が低下して、汗が止まってしまい、体温が四十℃を超えて、そのままでは死に至る極めて緊急性の高い状態を指します。このうち、太陽光がその一因となるものを日射病といいます。

## ●原因は何か

人間の体は、皮膚からの放熱や発汗によって体温を下げますが、外気が皮膚温以上の時や湿度が非常に高いと、放熱や発汗ができにくくなり、熱中症を引き起こします。

基礎疾患のある高齢者や

肥満、糖尿病、心臓病の患者さんは、熱中症になりやすいとされています。特に高齢者はのどが渇いたという感覚が鈍っているため、気づいた時にはすでに重症になってしまったということも少なくありません。

## ●症状の現れ方

熱中症は、軽症の熱けいれん、中等症の熱疲労（ねつひろう）、重症の熱射病の三つに分類されます。

代表的な症状・症状は、頭痛や疲労感を主とすることから、俗に「暑気あたり」といわれる状態や、筋肉がこむら返りを起こす熱けいれん、脱水が主体で頭痛や吐き気をもよおす熱疲労、体温が四十℃を超え、意識がなくなる最重症の熱射病までさまざまです。

## ●対処方法

### (1) 休息

体を冷却しやすいように衣服をゆるめ、安静にします。

### (2) 冷却

涼しい場所で休ませます。風通しのよい日陰、クーラーの効いた部屋に移動

します。

また、氷嚢（ひょうのう）、氷塊などで腋（わき）の下、首のまわり、脚の付け根などを冷やし、血液循環を通じて体温を早く冷まします。

### (3) 水分補給

意識がはっきりしていれば、水分補給（スポーツドリンク）を行います。意識障害や吐き気がある場合は、医療機関での輸液が必要で、救急車を呼んで至急医療施設へ搬送します。



高松平和病院  
管理栄養士 船本さん

夏は暑さのあまり、冷たいものや水分を取りすぎたりして栄養も偏りがちになってしまいう方も多い事でしょう。

そこで夏を乗り切るためのポイントをいくつか紹介したいと思います。

## ①三食きちんと食べる事

特に朝ご飯は体や脳にも

「自分は暑さには強い」という自信を持っている方も、今年の夏の暑さは特別かもしれません。十分な対策・予防をしましょう。

## 熱中症対策

- ①温度計（湿度計つきが便利）で室温を確認する習慣を。
- ②吸水・吸湿性、通気性、速乾性にすぐれた服を着用しましょう。色は熱を吸収しにくい白っぽいものを。
- ③外出時には、日傘や帽子を忘れずに。
- ④危険なサインを感じたら、すぐに涼しいところで、服をゆるめ、水分補給をして休む。

生活リズムが整い、夏バテ予防が出来ます。

## ④旬の野菜をたっぷり

暑い夏は体内のビタミン・ミネラルがどんどん失われてしまいます。毎日しっかりと野菜を摂る事でビタミン・ミネラルの補給をしましょう。

## ⑤冷たい食べ物・飲み物の摂りすぎに気をつけましょう

冷たいものを摂りすぎると、消化不良や食欲不振の原因になります。内容や、量を考え時間を決めて食べましょう。

## 夏バテ予防の工夫

夏の定番であるそうめんは炭水化物を多く含むため、ビタミン不足を招きます。特にビタミンB1が不足すると、疲労・だるさ・足が重い・肩こり・居眠り・イライラなどの症状を招きます。ビタミンB1は豚肉・うなぎ・枝豆・オクラなどに多く含まれています。ビタミンB1の吸収

は、にんにく・玉ねぎ・わけぎなどと一緒に摂ると効果的。疲れをとるには、リコピンを多く含むトマトなどを取り入れるのも良いでしょう。

## 食欲がなごじきは、

### ①夏野菜と香味野菜

ビタミン・ミネラルを多く含んだ夏野菜に、しょうが・みょうが・しそなどを合わせ、味にアクセントをつける事で、食欲増進効果が期待できます。

### ②酸味を利用する

レモンや酢を取り入れる事で、さっぱりとした味わいになり、食欲を増すことはもちろん、ビタミンCも補給できます。

### ③カレー粉や唐辛子など香辛料を上手に利用する

お好みで煮物・焼き物・スープなどに香辛料を使うことで、食欲を増進します。※酸味や香辛料に関しては、胃腸の弱い方は使いすぎにご注意を！

## 夏バテ予防レシピ 豚しゃぶそうめん (4人分)

|                        |      |
|------------------------|------|
| そうめん                   | 6束   |
| 豚肉<br>(しゃぶしゃぶ用)        | 200g |
| 青じそ                    | 4枚   |
| 大根おろし                  | 適量   |
| お好みの夏野菜<br>(トマト・みょうが等) | 適量   |
| 市販のめんつゆ                | 適量   |

### 《作り方》

Aの材料をそうめんの上に飾り、めんつゆをかけて出来上がり。

日頃よりの「虹の箱」への投書や電話でのご意見ありがとうございます。各利用委員会では皆様からの声をもとに病院への改善や回答を求めています。皆様のご意見の趣旨に応じていきたいと思ひます。

(高松平和病院 833-8113 医事課長 横山まで)  
(高松協同病院 833-2330 外来師長 筒井まで)  
(生協みき診療所 891-0303 事務長 永尾まで)

## 高松平和病院・生協へいわ歯科・虹の里利用者委員会

| 「虹の箱」投書・ご意見                                                           | 回 答                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>●2 階の女子トイレの便座用消毒液が切れている事が再々ある。今回は昨日から空になっています。床にもシミがありますよ。(匿名)</p> | <p>●この度は、大変ご迷惑をおかけいたしました。申し訳ございませんでした。同じような内容のご意見を同時期に複数頂いており、トイレをご利用された皆様に大変、不快な思いを与えてしまったものと思ひます。</p> <p>トイレの清掃及び消毒液の補充などにつきましては、業者に委託しているところであり、今回の件を受けて、改善と徹底を指導いたしました。</p> <p>また、職員につきましても、トイレを使用する際に「トイレットペーパーなどの備品が切れていないか」、「消毒液などが切れていないか」、「便座や床などが汚れていないか」などを確認し、このような場合は速やかに対応するように致します。</p> <p>患者様・利用者様に、気持ち良くトイレを使用していただく事が出来るよう、職員・業者ともに心がけていく所存です。</p> <p>ご意見ありがとうございます。今後ともどうぞよろしくお願い致します。</p> <p>(医事課長 二川)</p> |



## 東ブロック事業所利用委員会(高松協同病院)

今回、虹の箱の投書がありませんでした。



「よう来てくれた」と大歓迎

頻回に下痢をして食事も満足にとれず、毎日診療所に通院してくるAさん、毎日往復するだけでは張り合いが無いのではと思ひ外出支援を企画しました。

話を聞くと隣のB町の出身で小学校の同級生Cさんがただ一人生き残っているとのこと、Cさんに会い

に行くことになりました。高速道路で一時間ほどの距離で高速代とガソリン代が必要で、外来職員が知恵



海拔540mの絶景の地でした

を絞り、毛糸のタワシを編んで外来で販売し、資金作りをしました。

Aさんの体調とお天気も見計らい職員三名が同行し外出支援を決行しました。

訪問先は海拔五四〇メートルの山の中、景色が変わって道案内のAさんも迷いましたが、なんとか到着。Cさんご夫婦が「よう来てくれた」と感無量の様子で、不自由な身体をおして歓迎してくださり、涙ながらに懐かしい話を語り合いました。

最後に記念撮影をして辞し、帰りの車中ではぐっすり眠っていたAさんでした。

翌日に診療所に来られたAさん「また行こうな」と話され、次の機会を楽しみにされていました。

今回の外出支援はAさんの生活に変化をもたらせただけでなく、私達職員も仕事にやりがいや充実感を感じることができました。これからも、患者様も私達も

総勢71名

## 虹の里 栗林公園散策

「菖蒲がきれいやなあ」

六月四日(火) 老健「虹の里」の利用者さん三十五名とご家族十一名・職員十三名・組合員さんのボランティア十二名が栗林公園を散策しました。

大勢の組合員さんもボランティアで協力し、利用者さん達の笑顔に元気をもらっています。

この日は晴天で、「外の風は気持ちいいなあ」と利用者さん。車いすを押すご家族や組合員さん達も手慣れたもので、利用者さんと楽しく会話をしながら一緒に咲き誇る菖蒲を楽しみました。



菖蒲をながめながら水分補給



「また来てな、約束やで」

共に楽しめる取り組みを考えていきたいと思ひます。

看護介護の現場から  
毛糸のタワシと善診外来  
はじめての外出支援  
善通寺診療所

## 読者だより

(7月号)

サンサン祭りが終わりに

牟礼町 大藪時子さん

毎年サンサンまつりのニュースを聞いています。むかし主人が平和病院から栗林公園へ連れて行ってくれて喜んでいたのを思い出します。今年で終わるとか…スタッフの方々に感謝です。

菜採りの後、色々に調理するのが楽しみで友人に届けるのもまた楽しみです。

子育てが終わり…

高松市 熱田しのぶさん

子育てが終わり…昨年から庭の手入れをするようになりました。今年初めて、みずきの花が咲き嬉しくて家族に報告…白い花が咲くたびに幸せな気持ちになります！今は花を育てるのが楽しみです。

落ち込んだり、反省したり

飯山町 O・Sさん

今年、高校生になりました。高松市 福永みかさん

主人が毎年、健康診断ではお世話になってます。数年前から主人(S二十年生)の物忘れが気になって

外に出るのが気持ち良い

高松市 K・Kさん

ようやく平年並みの気温になり外へ出るのが気持ちいい時期になりました。山

も喜んで貰えていましたが主人に対しては落ち込んだり反省したりの毎日です。

TPPの記事を読んで

高松市 中矢泰子さん

TPPの記事を読みました。よく耳にするTPPの事が少しですがわかりました。しかし、なぜTPPに参加する事で国民皆保険制度が危うくなるのかいまいちピンときませんでした。私の医療保険に人が流れて、現在の制度の保険料収入が減ってしまい成り立たなくなるのですか？

今年もツバメが…

高松市 北山真紀さん

今年も、わが家にツバメがやってきました。少々汚れが気になりますが元氣なヒナが見られるといいです。

子供に習い事を通して、医療生協と出会い、十年余りが過ぎました。

子供が小さい時には、散歩がてら一緒に手配りを

していました。今は健康維持の為ウォーキングを兼ねて配らせてもらっています。

これから支部の行事にも積極

### 手配りさん募集

いつもご愛読、ありがとうございます。『みんなの健康』の配達を手伝ってください。さる方、ご連絡ください。支部・班の役員の方か、組合員活動部のほうへお願いします。

〇八七・八三三・八一五

太田南支部  
澤田 利恵さん



緑がすばらしい  
高松市 吉本洋子さん  
梅もよし、桜もよし、そして今は新緑、どちらを見ても緑がすばらしい。五月が一番良い月かな。



| 25回目2013年5月現在<br>エコキャップ活動報告 |           |
|-----------------------------|-----------|
| ★今回個数                       | 47,283個   |
| ★累計個数                       | 895,024個  |
| ★累計ワクチン                     | 1102.1人分  |
| ★累計CO <sub>2</sub> 削減       | 6,943.2kg |
| 高松平和病院 河内 里美                |           |

## おたのしみクイズ

内海誠人作

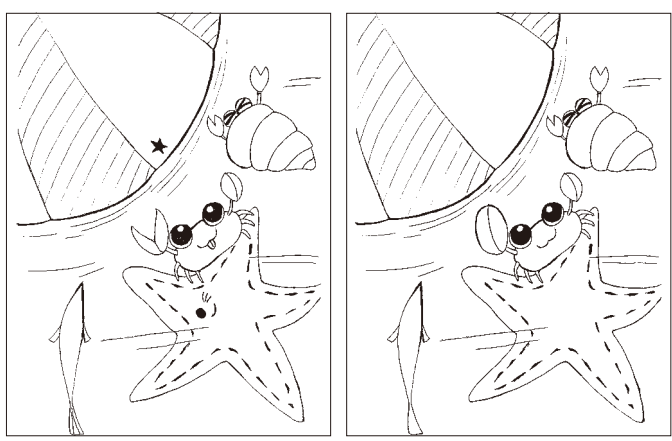
① 左側の絵には六つのまちがいがあります。官製ハガキに左側の絵だけ貼って、まちがい箇所を赤色印をつけて下さい。

余白には必ず住所、氏名、年齢を

ご記入の上、身近な出来事、ご意見、感想など、何か

「一言」をそえてご応募下さい。ご意見、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ください。)



- ② 〆切 七月末日
- ③ 抽選で十名様に図書券進呈。
- ④ 宛先〒七六〇-〇〇七三

高松市栗林町一三二二十四香川医療生協内  
『みんなの健康』編集部

五月号の応募は六十四通で、全員正解でした。抽選の結果次の十名の方が当選となりました。

| 当選者(敬称略)  |           |
|-----------|-----------|
| 上久保万弓 高松市 | Y・N 高松市   |
| 中矢 泰子 高松市 | 藤村 京子 高松市 |
| 香川 敏 丸亀市  | 大西美佐子 丸亀市 |
| 大西 弘美 高松市 | 炭山智恵子 小豆郡 |
| 大森 陸男 坂出市 | T・N 高松市   |

香川医療生活協同組合

診療案内

2013年7月1日現在

高松平和病院

(指定救急病院) 代表電話:087-833-8113 (下記の直通電話をご利用下さい)

|                                 |                                   |                                                                                          |                  |                              |                  |             |                               |
|---------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------|------------------|-------------|-------------------------------|
| 内 科<br>☎833-8114                | 午 前<br>9:00～12:00                 | 蓮井・豊岡・<br>原田                                                                             | 蓮井               | 高木(8:45～)<br>岩田              | 高木(8:45～)<br>佐藤龍 | 蓮井・岩田<br>原田 | 担当医<br>(一診・二診)                |
|                                 | 午 後<br>3:00～ 6:00                 | 高木・佐藤龍<br>豊岡(5:00～)                                                                      | 原田<br>担当医(4:00～) | 担当医(3:00～)<br>北原孝(4:00～5:30) |                  | 高木・担当医      |                               |
|                                 | ●医師体制の都合により、木曜午後の診療は休診とさせていただきます。 |                                                                                          |                  |                              |                  |             |                               |
| 乳 腺 外 来<br>☎833-8113            | 午 前<br>9:00～12:00                 |                                                                                          | 何森亜              | 何森亜<br>(第1・3・5)              | 何森亜              |             |                               |
| ●乳腺外来は午後休診です。                   |                                   |                                                                                          |                  |                              |                  |             |                               |
| 緩 和 ケ ア<br>相 談 外 来<br>☎833-8113 | 午 前<br>11:00～12:30                |                                                                                          |                  | 吉川<br>(事前予約要)                |                  |             |                               |
|                                 | 午 後<br>3:00～ 5:00                 | 吉川<br>(事前予約要)                                                                            |                  | 吉川<br>(事前予約要)                |                  |             |                               |
| 整 形 外 科<br>☎833-8113            | 午 前<br>(予約優先)                     | 中平                                                                                       | 中平               | 真鍋                           | 真鍋               | 中平          | 真鍋(第1・3・5)<br>担当医(第2・4)森口(第4) |
|                                 | 午 後<br>3:00～ 5:00<br>(完全予約制)      |                                                                                          |                  | 田賀谷                          |                  |             |                               |
| ★<br>診療体制<br>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4時からとさせていただきます。                                                    |                  |                              |                  |             |                               |
|                                 | ●整形外科                             | ・診察は予約優先となっておりますが、月～土曜日の8:30～9:30まで当日受付も行っております。 <u>(※但し、第2、4土曜日は、当日受付、新患受付を行っております)</u> |                  |                              |                  |             |                               |
|                                 |                                   | ・当院を初めて受診される方の受付は、月～土曜日の8:30～11:00までとなっております。                                            |                  |                              |                  |             |                               |
|                                 |                                   | ・医師体制の都合により、誠に申し訳ございませんが、急な痛みや外傷での当日受診には対応いたしかねておりますので、他院を受診いただきますようお願い申し上げます。           |                  |                              |                  |             |                               |
|                                 |                                   | ・救急車での外傷患者様の受け入れにつきましても、当院にご通院されているリウマチ患者様、当院で手術をされた患者様に限らせていただいておりますことを予めお詫び申し上げます。     |                  |                              |                  |             |                               |

● 専 門 診 療 ●

| 内 科   | 糖 尿 病 | 内 科 担 当 医 が 診 察 いた します。  |
|-------|-------|--------------------------|
|       | 循環器   | 高木医師の外来担当時に診察いたします。      |
| 肝 臓   | 肝 臓   | 蓮井医師の外来担当時に診察いたします。      |
|       | 消化器   | 蓮井医師、豊岡医師の外来担当時に診察いたします。 |
| 呼 吸 器 | 呼 吸 器 | 原田医師の外来担当時に診察いたします。      |

| 禁 煙 外 来         | 北原孝 | 水      | 16:00～17:30 |
|-----------------|-----|--------|-------------|
|                 |     | 月・水    | 15:00～17:00 |
| 緩 和 ケ ア 相 談 外 来 | 吉川  | 水      | 11:00～12:30 |
|                 |     | 火      | 9:00～12:00  |
| 乳 腺 外 来         | 何森亜 | 第1・3・5 | 9:00～12:00  |
|                 |     | 木      | 9:00～12:00  |

高松協同病院

☎(087)833-2330

■内科・リハビリ科

●午前中の受付は12時迄です。



|               | 月           | 火                | 水        | 木             | 金        | 土                                  |
|---------------|-------------|------------------|----------|---------------|----------|------------------------------------|
| 午前 9:00～12:30 | 田中・中尾宮田     | 田中・中尾宮田(第2・4)北原紀 | 田中宮田・北原紀 | 田中宮田(第1・3)北原紀 | 宮田・中尾北原紀 | 植木・北原紀(第1・3)田中・宮田(第2・4)中尾(第4または第5) |
| 午後 3:00～6:00  | 田中・宮田中尾・北原紀 | 田中・中尾北原紀         | 宮田 北原紀   | 田中 北原紀        | 北原孝・中尾宮田 |                                    |

■外科・整形外科

|               | 月  | 火  | 水  | 木  | 金 | 土            |
|---------------|----|----|----|----|---|--------------|
| 午前 9:00～12:30 | 田中 | 田中 | 田中 | 田中 |   | 田中(第1・第3は休み) |
| 午後 3:00～6:00  | 田中 | 田中 |    | 田中 |   |              |

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 | 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 | 松浦 | 藤原 | 藤原 | 藤原 | 藤原/担当医 |
| 午後 3:00～6:00  | 藤原 |    | 藤原 |    | 藤原 |        |

●火・木・金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 9:00～12:30 | 担当医(内科) | 梶(内 科)          | 梶(内 科) | 担当医(内科) | 梶(内 科)          | 担当医 |
| 午後 3:00～6:00  | 平野(小児科) | 梶(往診後外来)平野(小児科) | 梶(内 科) | 平野(小児科) | 梶(往診後外来)平野(小児科) |     |

●往診時間外の急患の方は、平和病院で対応させていただきます。お電話で平和病院(☎833-8113)へご連絡のうえ、平和病院へお越し下さい。

生協へいわ歯科 ☎(087)837-6480

|               | 月     | 火        | 水     | 木     | 金      | 土   |
|---------------|-------|----------|-------|-------|--------|-----|
| 午前 9:00～12:30 | 尾山 砂田 | 尾山 砂田 今川 | 尾山 砂田 | 尾山 砂田 | 尾山 今川  | 担当医 |
| 午後 1:00～      | 尾山    | 砂田 今川    | 砂田    |       | 尾平野 今川 |     |
| 夜間 6:00～7:30  | 砂田    | 尾山       | 尾山    |       | 尾山 尾平野 |     |

コープ歯科まるがめ ☎(0877)58-1888

|               | 月      | 火   | 水      | 木      | 金      | 土   |
|---------------|--------|-----|--------|--------|--------|-----|
| 午前 9:00～12:30 | 尾平野・今川 | 尾平野 | 尾平野・今川 | 尾平野・今川 | 尾平野・砂田 | 担当医 |
| 午後 2:00～7:00  | 尾平野・今川 | 尾平野 |        | 尾平野・今川 | 砂田     |     |

| 診療予約・お問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】<br>内科<br>平日9:00～18:00 土曜9:00～12:30<br>緩和ケア相談外来、乳腺外来<br>平日9:00～17:00 土曜9:00～12:30<br>整形外科<br>平日11:00～17:00 土曜11:00～12:30<br>医事課 ☎087-833-8112<br>内 科 ☎087-833-8114 |
|                          | 【受付時間】9:00～21:00<br>3病棟 ☎087-833-8895<br>4病棟 ☎087-833-8912                                                                                                               |
|                          | 【受付時間】<br>平 日 9:00～17:00<br>土曜日 9:00～12:30<br>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「はーもにーぼっほ藤塚」  
☎(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
- デ イ サ ー ビ ス 木 太 協 同  
☎(087)812-5840
- 介 護 支 援 セ ン タ ー 協 同  
☎(087)812-5502
- 通所リハビリテーションセンター  
☎(087)833-2401
- デイサービス「はーもにー六条」(民家型)  
☎(087)887-2603
- ヘルパーステーション「はーもにー協同」  
☎(087)887-2645

〈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

# 2013 健康づくり チャレンジ

できることからやってみよう

## 健康づくりちびっこチャレンジ

エントリー期間 2013年7月  
チャレンジ期間 2013年 夏休み期間  
結果提出期間 2013年9月

## 健康づくりチャレンジ

エントリー期間 2013年8月～9月  
チャレンジ期間 2013年10月～11月  
結果提出期間 2013年12月

★★結果を提出いただいた方には達成賞をさしあげます★★

- ① 楽しく運動
- ② おいしく食べよう
- ③ すっきりお口
- ④ こころを元気に
- ⑤ 眼にやさしく
- ⑥ オリジナル



「健康チャレンジ」は、健康日本21 の協賛企画です。家庭や地域で生活習慣を見直し、健康習慣を広げるためにみんなでチャレンジしてみましょう。お問い合わせ・お申し込み先は下記まで。登録後「チャレンジのしおり」を差し上げます。

お問い合わせ先  
**087-833-8115**  
(組合員活動部)



## 特別メニュー 四国八十八箇所ウォーキングマップ チャレンジコース

歩いた距離を、医療生協のオリジナルマップに記録し、四国八十八箇所めぐりを完歩します。完歩できた方には、完歩認定証と記念品を差し上げます。

★高松平和病院 日曜健康診査  
(高松市国保加入者のみ) 7/28(日)AM9時～12時

### 健康診査のお知らせ

#### 高松平和病院・高松協同病院

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(平和病院のみ) 7～2月

#### 善通寺診療所

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  
※全国健康保険協会(協会けんぽ)の生活習慣病予防健診がお受け頂けます。

#### 生協みき診療所

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

#### 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健証を必ずお持ち下さい。

「子育てサポート・環境委員会」では八月三日(土)、子育て支援センターはーもにーで朝十時から「竹下和夫先生の親子食育講演会&親子クッキングランチ会」を行います。「お弁当の日」提唱者の竹下先生には、現代日本の「食の危機」についてわかりやすくお話いただきます。



講師の竹下和男先生

## 食育講演案内

講演会後は親子でサラダを作り流しそうめんを食べます。またパソコンを使っている暑中見舞い作りにも挑戦します。夏休みならではの企画なので是非参加下さい。

- 定員三十名(対象は小学校三年生以上の親子)
- 参加費三百円
- 申込・問合せ先  
子育て支援センター  
はーもにー  
(太田上町二三八)  
〇八七・八八八・七二二