

2018年1月号 第223号

組合員数 48,806人  
出資金額 944,869千円  
一人平均出資金額 19,360円  
(2017年11月30日現在)

出資金のお問い合わせは  
総務部(平和病院内)  
☎(087)833-8956



香川医療生活協同組合

〒760-0073

高松市栗林町1-3-24

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

本部 TEL(087)812-6301

発行責任者 / 小池康有

編集 / 機関紙編集委員会

ホームページ <http://www.kagawa.coop/>



虹の里にNPO法人「スマイル ドッグ」の皆さんが来所されました。(犬との触れあいを通じて、癒し以上の精神情緒安定や記憶力改善、認知症の症状緩和などへの効果も期待される)ドッグセラピーを通して「地域包括ケア」に取り組んでいる皆さんです。

## 組合員活動 交流集会

日時: 3月1日(木)14時~16時

会場: 瓦町FLAG 8階

テーマ: 「解決しよう!  
私の地域の困り事!」

参加費: 無料

住み慣れたまちで安心して暮らし続ける  
ために...

くらしの中での様々な困った事例を持ち  
寄り、解決に向けての経験をみんなで共  
有しませんか?



「健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる。」活動を広げていく一年にしたいと思います。

「健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる。」活動を広げていく一年にしたいと思います。

私たちは憲法に基づく平和で人権が尊重される社会を目指しています。

新年おめでとうございます。



日本医療福祉生協連 会長理事  
香川医療生活協同組合 理事長

藤原 高明

年頭のぶしあいさつ





元気で楽しい満天太鼓でまつりスタート!

# 9/25~11/30 生協強化月間

～こんな取り組みをしました～

## 生協強化月間で

### 五二二名が新たに加入されました!!

強化月間では、組合員支部と事業所が協力して、仲間ふやし、出資金ふやしなどに取り組むとともに健康まつりや支部行事の開催、地域イベントへの参加を通して医療生協内外での交流を強めます。

今年度の組合員活動は、少しでも多くの方に関わっていただきたいという思いで「ちょっとだけ担い手さん」探しにこだわりました。すぐに運営委員や手配りは無理でも趣味など得意なことや好きなことだけ手伝っていただけの方の輪を広げ、八ヶ月で一〇〇名を超えるちよつとだけ担い手さんが出来ました。

また増資においても、平和病院では十一月よりMRIの機種を更新した事もあり、新MRIのチラシを持って病院待合での加入、増資のお願いや地域訪問など職員と共に頑張りました。一人の方が沢山出資するのではなく、多くの方に少しずつ協力していただきたいと増資者の実数ふやしにもこだわり、昨年の同時期より上回りしました。

## 十数年ぶりの

### へいわまつりの再開

十一月二十六日、高松平和病院の駐車場で「へいわまつり〜いきいきすくすく健康まつり〜」を開催しました。病院でのおまつりは十数年ぶりです。高松平和病院、老健虹の里、生協へいわ歯科、へいわこどもクリニック、栗林公園前薬局の五事業所で実行委員会をつくりました。紅葉がきれいな紫雲山を背景に穏やかな気候の中、四五〇人の参

加となりました。

来賓ご挨拶に続き、迫力ある和太鼓のオーブニング、かわい子どもたちの演技、響く三味線の音色、餅つき、各種のおいしいデザート、抽選会と狭い駐車場ながら、入院患者さんもご家族連れやご友人連れの皆さんの笑顔もみられ、和やかな雰囲気でした。

各方面の皆様のご支援と参加で、大きなトラブルもなくまずは成功です。ご協力ありがとうございました。

## 診療所のカフェから 強化月間の元気も発信

善通寺と三木の診療所がカフェに取組み始めて二年が過ぎました。各診療所の待合室付近が、気軽に集れる組合員さんと職員の協力の元気スペースに早変わりしています。いまや診療所カフェはブロックになくはならない存在になりつつあります。

私たち、みき診療所のmikiカフェからは、今年もキックオフ集会から始まった生協強化月間の取組

みや特定健診や骨密度・動脈硬化検査のおすす

め活動なども発信され広がっています。また、カフェへ持ち寄った物品などのバザー活動は、足指力測定器など健康づくりに必要な資材も購入できるようにになりました。これからもたくさんの方の組合員様が集まり、楽しくワイワイ、ガヤガ



楽しいティータイムも大きな魅力

や美味しいものを食べて過ごせる居場所「mikiカフェ」が継続していけたらと思っています。

白山支部 佐藤多恵子

## 強化月間の中、支部も 自治体キャラバンに参加

香川医療生協も加盟している香川県社保協(社会保健推進協議会)は毎年、県下八市九町に対して、医療・介護・福祉等に関するアンケートを実施すると共に、「自治体キャラバン」運動で、全市町を訪問しています。今年も、強化月間の真っ只中の十月下旬に実施し、各支部からも組合員が多数参加しました。

私が住むさぬき市での懇談にはさぬき市の三支部の組合員など、十六人が出席しました。昨年の懇談会で、「子供の医療費の無料化」で、窓口で無料になっ

正などを要望しました。医療生協の支部が地域で果たす大切な役割の一つです。

平和・社保委員会

間嶋 啓



よりよい地域社会をみんなの力で!



## 股関節痛のある人の日常生活の注意点

体づくり隊⑩

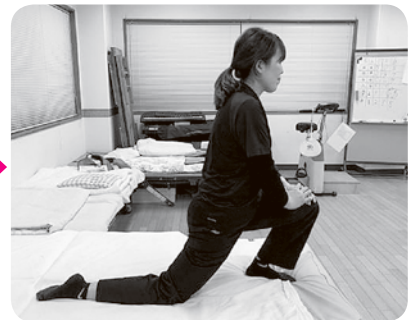
新年おめでとうございます。本年もよろしくお願ひ致します。

おせち料理の食べ過ぎで体重が増えていませんか!? 体重が1kg増えると股関節への負担は3kg以上増えると言われていています。股関節の負担を減らすためにも食事と運動量に注意して体重を適度にコントロールして下さいね。

今回は自宅で出来る股関節の動きを良くする簡単なストレッチを紹介します♪



訪問看護ステーションみき  
作業療法士  
安西 大貴



片膝立ち（体重は両足に均等）になり、背筋を伸ばしたまま体重を前に移していきます。膝が着いている方の足の股関節が伸びているのを意識して下さい。



つま先は出来るだけ前に向け、足を大きく横に開き、片足に体重を掛けていきます。伸ばしている足の股関節の内側が伸びているのを意識して下さい。

※痛みのない範囲で動かしてください。

※股関節痛の原因は様々なので、自己判断せずに早め病院行くことをおすすめします。

モデル：みき診療所 通所リハビリ 理学療法士 多田 茜

## 医学科模擬面接を

### 開催しました。

高校生への応援企画「第十四回模擬面接」を開催しました。当日は午前、午後の部あわせて二十一名の学生が参加してくれました。模擬面接は、香川大学の入試方式に沿って、「個人面接」「集団討論」を行い、面接官は高松平和病院の医師や看護師などの職員で、

一回の面接ごとにアドバイスがあり、良い所や直した方がい所などを知ることができました。参加者からは「普段関わりをもたない他校の子とふれ合えた事で受験に対するモチベーションが上がった。」などの感想が寄せられました。次回

は二月三日に開催を予定しています。ご子弟やお知り合いの方に医学生・医師になりたい高校生がいましたら、ぜひ医学生担当までお知らせください。春には参加した学生たちの吉報が届くことを心待ちにしています。

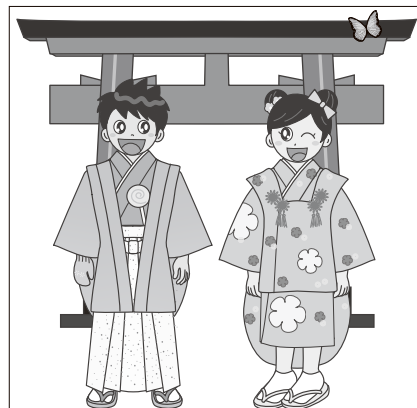
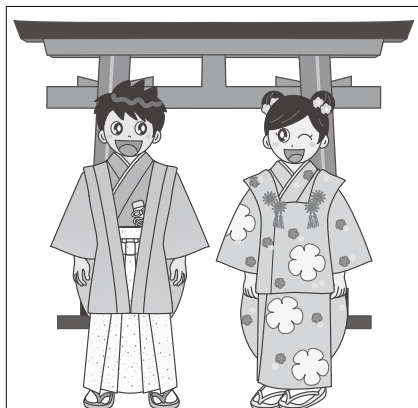


模擬面接はとても役立つとても好評

## おたのしみグッズ

① 右側の絵には七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、何か一言をそえてご応募下さい。ご意見、ご感想は掲載させていただきます。ご応募の方はその旨をお書きください。



© 幼児の学習素材館

② べ切 一月末日

③ 抽選で六名様に「粗品」進呈。

④ 当選者は誌面にて発表します。

⑤ 宛先〒七六〇-〇〇七三

高松市栗林町一-三-二十四

香川医療生協内 『みんなの健康』編集部

十一月号の応募は二十一通で、十九名が正解でした。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）

平田 和子 高松市 池添 文代 高松市  
高田 秀子 高松市 松本 正幸 高松市  
山本 初枝 高松町 大西 良生 高松市



## 小豆島で、居場所「どんぐり ころころ」オープン

# 思いはどんどん伝わり、 ついに形になりました



ここが「どんぐりころころ」

**「気を使わない・誰もが自分の都合で寄れる場」がほしい!!**  
(どういいう思いから始めたか。支部長さんや組合員の皆さんにインタ



記者の取材を受ける小西支部長



世代を超えた笑顔が集います



小豆島町3290-1

香川医療生協には、県内各地域に現在六十三の支部があり、それぞれの支部がその地域の皆さんと協力しながら「地域まるごと健康づくり」「明るいまちづくり」が少しでも前進するよう取り組んでいます。  
医療生協の事業所のない、しかも島で医療生協の活動をこつこつと積み上げてきた小豆島の二支部。「三つのつくるうチャレンジ」の具体化として「常設の居場所」がみんなの思いの中から出されました。  
このことは、地域包括ケアの取組みを進める上で、地域の生活圏の中で市民権を得る、「活動の見える化」でもあります。  
医療福祉生協が全国ですすめる取組みを前進させるための大切なポイントがこの活動の中にあるのではとこのとで医療福祉生協の情報誌comcomの取材がありました。編集局の目に何が映ったか聞いてみました。

ビューしてみてもこんなことがわかりました)  
まず、第一に小豆島は、医療生協の医療や介護の事業所がありません。医療生協版「居場所づくり」とも言える「健康班会」は、組合員の自宅ですること多いですが、人が来るとなると、いろいろおっくうでも、掃除や、お茶の準備もせないかんとなるし、行く側も気を使います。気を遣わずに誰でもが、自分の都合で

合で行ける場、行ったら誰かがいる場が地域にできたことは、医療生協にとっても地域にとっても大きいということでした。  
**待望の、「所在地のある地域デビュー」**  
次に話されたのが、「これが私たち医療生協です」という「医療生協として所在地のある、地域デビュー」です。いま、医療生協の支部は、町づくりに取り組む中で、地域のいろんな団体や行政とのかかわりが広がっています。役場へ行っても「その医療生協というのはどこにあるんですか」という質問に答えるのが大変なようでは、地域でのおつきあいはなかなか広がりにません。やはり、「あそこに行けば、医療生協の支部の皆さんがいる。相談ができる」という地域での医療生協の拠点は、私たちの長年望んでいたものだといいことでした。やっと、それができたということです。

つぎに、大勢の力を集めた取り組みのようすについて教えてくださいました。  
**その地域に住む自分たちの思いと力で作る**  
自分たちの町は、その地域に住む 自分たちの思い



みんなの思いが詰まった看板

と力で作るという強い気持が大切だと思えます。二百万円の必要経費は、増資運動や島の特産を生かした物品販売、そしてみんなのボランティア作業などの工夫で解決しました。少しずつ集まったお金には、いろんな人の思いやつながりが詰まっています。そんな思いが一つ一つ形になっていきます。表にかけてある手作りの「看板」もその一つです。この地域に必要なことは、この地域に住む自分たちの思いと力を集めてつくっていく。このことが、作った後の運営やまちづくりの力となっていくと確信をもって話しておられました。

**「本気の思いはどんどん伝わり、つながっていく。」**  
いま、取り組んでいる「居場所づくり」作るのも、運営するのも大勢の人の協力が必要です。機関紙「みんなの健康」の手配



さらにここから輪は広がります

りの時に、ポストに入れずに手渡しで声をかけて人探しの種をまく。そんな地道な活動の中で一生懸命さが伝わり、他人事でなく自分事。誰かにやってもらおうでなく、この地域に住む自分たちに何ができるか。自分たちで考え、自分たちが動き、つながり当事者意識がどんどん感染していく。「このくらいなら手伝える」「昔、仕事でやっていたからできるよ」あつちからも、こつちからもちよつとづつ救いの手が出てくるようになったとのことでした。



連載

第一回

# 唾液ってスゴイ!!

診療室だよ!



コープ歯科まるがめ  
所長 砂田 大輝

あけましておめでとうございませう。コープ歯科まるがめ所長の砂田と申します。今回から三回シリーズでお口の事についてお話ししたいと思います。最初のテーマは「唾液」です!!

皆さん、普段唾液を意識していませんか? 密かに唾液はお口の健康、そして身体の健康に貢献しています。唾液は、耳下腺、顎下腺、舌下腺の三つの唾液腺から一日に一〜一・五リットル分泌されています。唾液には食べ物をまとめたり消化したりする作用、粘膜を傷つけないようにする潤滑作用、食べ物を洗い流す洗浄作用、酸を中和してくれるpH緩衝作用などいろいろな種類の作用があります。唾液の分泌が減少するとうまく舌が動かさなくな

## 寝る前にしっかりと歯磨きしましょう!!

一日のうち就寝中は唾液の分泌量が少ないため寝る前にしっかりと歯磨きをしておかないと菌が繁殖し虫歯のリスクが高まってしまいます。鼻炎等で鼻が詰まっている場合、口呼吸になってしまおうと口の中が乾燥して日中でも虫歯リスクが高まるので早めの耳鼻科受診をお勧めします。

お口の中が乾いてきたなと思ったときには唾液腺をマッサージすることにより唾液を分泌させることができます。またお口がポカンと開きっぱなしにならないように普段から口の周りの



たりピリピリした感じがでたり味覚にも障害がでてきたりします。唾液の量が減少する原因として薬の副作用、加齢による唾液腺の脂肪変性や線維化による細胞の減少、噛む回数が少ないことによる唾液腺の萎縮などがあります。最近では若い方にもストレスにより自律神経が失調し口の中が乾燥している方も増えてきています。

## ★すこしお生活 季節の献立

歯科医 砂田大輝



左右2人のテーブルセット

### 材料 (2人分) 1人分/400kcal 塩分1.2g

豚肩ロース	200g	白ワイン	1/4カップ
はちみつ	大さじ1	オレンジジュース	100ml
塩コショウ	少々	無塩トマトジュース	100ml
じゃが芋	150g(中2個)	月桂樹の葉	1枚
人参	120g(中1本)	コンソメスープの素	1個
玉ねぎ	120g(1/2個)	みかんの皮	1/2個分
オリーブオイル	大さじ1	黒コショウ	好みで
にんにく	1かけ	パセリ	好みで

おなかをいっぱい!

### 《作り方》

- ① 豚肉は一口大に切り、はちみつを絡めしばらくおく。塩、こしょうをふる。
- ② じゃが芋は皮をむいて一口大に切り、水にさらす。人参は乱切り、玉ねぎは薄切りにする。
- ③ 鍋にオリーブオイル、にんにくの薄切りを入れ、弱火でにんにくの香りを出す。

### 《作り方》

- ④ 人参、じゃが芋を加えて炒め合わせる。
- ⑤ 白ワイン、月桂樹の葉を加えて蓋をし、一〜二分蒸し焼きにする。オレンジジュース、トマトジュースを加えて沸騰したらあくを取り、コンソメスープの素を加えて弱めの中火で材料がやわらかくなるまで煮る。
- ⑥ 皿に盛り付け、みかんの皮(千切り)、好みで黒コショウ、パセリを色よくのせる。

### 材料 (2人分) 1人分/100kcal 塩分0.5g

ブロッコリー	70g
カリフラワー	70g
きゅうり	50g
プチトマト	4個
プレーンヨーグルト	1/2カップ
味噌	小さじ1
はちみつ(砂糖)	小さじ1
粗びき黒コショウ	少々

野菜のヨーグルト味噌マヨネーズ

### 《作り方》

- ① 大根はおろしてガーゼなどで水気を軽く切る。はちみつ、塩を加えて混ぜる。
- ② 柿、キウイは食べやすい大きさに切る。(イチゴウ切り)
- ③ 食べる直前に和える。※果物はりんご、みかんなど季節の果物を使ってください。

### 材料 (2人分) 1人分/80kcal 塩分0.3g

柿	1/2個
キウイ	1個
大根	100g
柑橘類の絞り汁	大さじ1
はちみつ	小さじ1
塩	ひとつまみ

果物のおろし大根和え

に味噌、はちみつ(砂糖でも良い)を加えてよく混ぜる。仕上げに黒コショウ少々を振りかける。③ 野菜を皿に盛り、ヨーグルト味噌を添える。※野菜は季節の野菜などある物で良い。

★塩分を控えることは、果物やヨーグルトの酸味、はちみつ、ジャム、かぼちゃなどの甘味、香辛料などの辛みをうまく利用するとおいしく無理なくできます。

高松協同病院  
管理栄養士 蓮井富子



# 読者だより

〈1月号〉

おいしくできて満足

高松市 高田秀子さん  
しょうゆ麴で作る鮭のムニエルのレシピ、思っていたよりおいしくできて大変満足しています。いろんなレシピを期待しています。

歯周病の関連に驚き

三木町 森沢明夫さん  
インフルエンザが歯周病に関連していたのには驚きました。これを機会に歯磨きの励行に一層励みたいと思います。

## 手配りさん登場

屋島支部

中村和代さん

十五年ほど前に、高松にきて間もなく手配りをするようになりました。知人もほとんどいないし、地図を見ても目的の家を探すのに時間がかかりましたが、おかげで狭い路地や普段通らない道も覚え、新しい友人、知人もできました。今後は、大勢の組合員さんに

初めての国政選挙

高松市 大藪時子さん  
十八歳の孫は、十月二十二日、初めての国政選挙。会場で戸惑ったようだが、この気持ちを覚えていてほしい。

MRも入り安心

高松市 熊野敏子さん  
新しく料理の記事も載り役立っています。MRIも入り安心致しました。また検査に参ります。増資の方がかんぱって皆様を声にかけています。

はーもにーでいろんな体操

高松市 小比賀弥代子さん  
十月中旬からはーもにーの居場所に参加していま声をかけて手配りに参加してもらえよう支部の皆さんと一緒に活動していきたいと思っています。



屋島支部の皆さん

す。ラジオ体操、リンパ体操、呼吸法、目の体操、忍者体操、恋ダンス、背中のすりあい、楽しく体あたたまり勉強になります。

気が重い日々です

高松市 山本初枝さん  
友人が次々と事故・病気が

になり気が重いです。私も夏には入院をしていました。確認すればよかったです

高松市 日中美津子さん  
九月十七日「牛の鈴音」上映されたのですね。残念。電話して確認すればよかったです。

### 新入医師紹介

## よろしくお願ひします



高松平和病院 内科医師 長町 恵磨



高松平和病院 内科医師 中井 浩

高松平和病院、高松協同病院、生協みき診療所で内科外来を担当しています。長町恵磨（ながまちけいま）です。平病で丸四年パート勤務をしており、勤務日初日に頂いた「もみのき」が随分成長し、月日の流れを感じます。

十月から高松平和病院にお世話になっている医師の中井浩（なかいひろし）です。医師になって二十六年、奈良県をかきわきに東京都、岡山県、高知県、愛知県と西日本を中心に医学修行の旅を行って参りました。いつ地元香川県に帰ろうか思案していたところいろいろ重なったので、これまで総合診療、救急医療、一般外科、医学教育などに従事し、専門がないのが売ります。宜しくお願ひします。



### 看護介護の現場から

## 入院生活にひとときのオアシス

ハープの音色に癒されて

高松協同病院 総看護師長 福家妙子

先日、病棟レクレーションの一環で、初めてハープ演奏会を開催しました。これは近隣の教会の方のご厚意で実現したものです。演奏会の前に教会の宣教師さんのギター演奏で賛美歌を歌ったあと、イギリス人のハープ演奏者、キャサリンさんが一時間ほどハープ演奏をして下さいました。

患者様、ご家族様合わせて約四十名、職員も二十名ほどが、戸春の海、戸愛燦々、月アメージンググレースなどの曲目に耳を傾け、心洗われるような、幸せな時間を過ごしました。

キャサリンさんは岩手県に住んでおられ、日本各地でハープ演奏会を開いておられるのだそうです。岩手県からハープを積んで自ら車を運転して来られました。とっても流暢な日本語で、曲の紹介や岩手の被災地の現状もお話しして下さいました。「岩手のことも忘れないでほしいです」とおっしゃっていました。

患者様は数か月間の入院中、ご自宅への退院に向けて日々ひたすらリハビリをがんばっておられます。そんな日常を離れ、ハープの優雅な音色を楽しむことで、ほっとする癒しの時間を持つことができました。演奏終了後にキャサリンさんとハープと共に記念撮影される患者様もおられ、盛況に終えたハープ演奏会でした。

黒色に金の装飾を施したきらびやかな「ハープ」という楽器は、ほとんどの人には、はじめて目の前で見るもので、その優しくエレガントな調べには、一同、すっかり魅了されました。入院



ハープの調べが参加者を魅了

# 香川医療生活協同組合 診療案内

**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 長町	高木 中井	長町・中井 佐藤	高木・中井 担当医	豊岡・原田 長町	担当医 (一診・二診)
	午後 3:00~6:00	高木・佐藤 中井	何森 <sup>(4:00~6:00)</sup> 原田・佐藤	長町 (2:00~5:00)		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 ☎833-8113	午前 9:00~12:00		何森	何森 <sup>(第1・3・5)</sup>	何森		
●乳腺外来は午後休診です。							
緩和ケア 相談外来 ☎833-8113	午前 11:00~12:30				大西 (予約要)		
	午後 3:00~5:00	大西 (予約要)	蓮井 (予約要)	大西 (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 <sup>(第1・3)</sup> 森口 <sup>(第4)</sup> 中平 <sup>(第2・4)</sup> 担当医 <sup>(第5)</sup>
	午後 3:00~5:00 (完全予約制)			田賀谷			
★ 診察体制に 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4時からとさせていただきます。					
	●整形外科	※月曜日8:45~11:00の真鍋等医師は当日受付のみです。股関節や膝の手術の相談はお気軽どうぞ。 ・診察は予約制となっていますが、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申し上げます。					

診察予約・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】 内科 平日9:00~18:00 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 平日11:00~17:00 土曜11:00~12:30 医事課 ☎087-833-8112 内科 ☎087-833-8114
	【受付時間】9:00~21:00 3病棟 ☎087-833-8895 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

## ● 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	蓮井	火	15:00~17:00
	肝臓	蓮井医師の外来担当時に診察いたします。		大西	月	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。			水	15:00~17:00
	呼吸器	原田医師の外来担当時に診察いたします。			木	11:00~12:30
	糖尿病	火・水午前。香大医師が担当いたします。			火	9:00~12:00
科			乳腺外来	何森	第1・3・5水	9:00~12:00
			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 ●午前中の受付は12時迄です。		月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30		北原紀・中尾	北原紀・中尾	北原紀・阪梨	北原紀 担当医	北原紀 <sup>(第1・3・5)</sup> 中尾 <sup>(10:00~)</sup> 久保 <sup>(第2・4)</sup>	長町 <sup>(第1・3)</sup> 北原紀 <sup>(第1・3)</sup> 北原孝 <sup>(第2・4・5)</sup> 久保 <sup>(第2・4)</sup> 中尾 <sup>(第5)</sup>
午後 3:00~5:00 (月・火) 3:00~6:00 (水・金)		中尾	北原紀・中尾	北原紀(5時まで) 阪梨		北原孝(4:00~) 中尾 久保 <sup>(第2・4)</sup>	
■整形外科		月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30				栗生			栗生(毎週)
午後 3:00~6:00				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 9:00~12:30	田中(内科)	田中(内科)	田中(内科)	担当医(内科)	田中(内科)	担当医※
午後 3:00~6:00	(訪問診療)	梶(内科) (訪問診療)	(訪問診療)	(訪問診療)	平野(小児科) (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	尾平野	今川	尾平野	尾平野	尾平野	担当医
午後 3:00~7:00	尾平野	今川	尾平野		尾平野	

※月曜は18:30まで

## コープ歯科まるがめ ☎(0877)58-1888

	月	火	水	木	金	土
午前 8:40~12:30	砂田	砂田・尾平野	砂田	砂田	砂田	担当医
午後 2:00~7:00	砂田	砂田・尾平野	砂田		砂田	

### 〈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「はーもにーぼっぽ藤塚」  
☎(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
- 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
- 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





「さぬきのこんぴらさん」  
～こんぴら狗と五人百姓～  
デイサービス協同

こんぴらさんの長い石段を上がると大門。大門をくぐるとこんぴらさんの境内で唯一商売を許されている「五人百姓」の人たちがこんぴら名物の飴を売っています。来年は戌年。その風景に「こんぴら狗」を入れました。昔こんぴらさんは、遠いところから参拝できない人に代わって、犬が代参をする風習があり、その「代参犬」は「こんぴら狗」と呼ばれ代参を認めていました。



「ふくろう(不苦労)」

善通寺診療所 通所リハビリ

利用者様と協力して作成した「ふくろう」と「ひょうたん」です。  
来年も「不苦労(苦労なく)」「瓢箪からたくさんの幸せが出てきますように」



「ひょうたんから駒」

## うちの自慢の 新春作品



「花火」



「カラフルフラワー」



「ローズ ハートベル」



「初春」

デイサービス木太協同の4作品  
デイ木太協同では、利用者様がペーパータオルに一つ一つ色を付けて折ってこれらの作品を作りました。皆さん、毎日楽しみながら作業リハビリを行っており、いろいろな事にチャレンジされています。



### 「みき診療所通所リハビリの今年の意気込み」 生協みき診療所 通所リハビリテーション

正月に書初め大会を開催しました。  
「リハビリの時間だけがリハビリではない。全ての生活がリハビリだ」という考えから生まれた「なんでもリハビリ」  
利用者様全員が利用して元気になるような通所リハビリにしたいという思いがこもっている作品