

組織の現況 (2015年7月31日現在)

組合員数	55,349名 (前月比 +30名)
出資金総額	1,012,435,500円 (前月比 +1,661,500円)
1人平均出資金	18,292円 (前月比 +20円)
班数	523班

第444号

2015年9月20日
(毎月20日発行)

高知医療生活協同組合

〒780-0963 高知市口細山206-9
TEL 088-843-0025 FAX 088-840-0649
発行責任者 今井好一
編集 「生活と医療」編集委員会
ホームページ
<http://www.kochi-hco-op.or.jp/>
定価 1部 30円 (組合員の購読料は出資金に含まれています)



おへそから腹腔鏡を挿入します



岡添友洋医師

高知生協病院・外科の岡添です。この度五年間の外

五年の研修から帰任

科専門研修を経て、今年四月から高知生協病院に帰任いたしました。生協病院での初期臨床研修を含めた三年間の研修の後、五年間の専門研修に向いました。初めの三年間は県外の病院で外科の基礎を学び、残りの二年間は高知医療センターと高知大学医学部附属病院で手術を中心に研修を行いました。

生協病院でできる

外科医療について

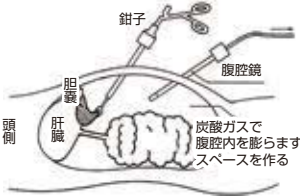
現在生協病院では外科医二名体制で診療にあたっています。一般的な傷の処置や術後の経過観察、乳がん検診、手術治療など、幅広く行っています。今回は専門研修を終えて帰任した岡添医師が腹腔鏡手術について紹介します。

がん治療も腹腔鏡手術で

日本では腹腔鏡手術が導入されて二〇年以上が経過し、胆のう手術では腹腔鏡手術は標準術式となっています。近年は胃がん、大腸がん領域など広く普及して

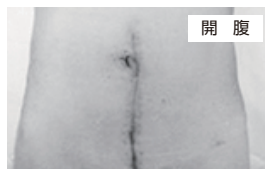
きています。以前は早期がんと中心に行われていたが、最近では進行がんに対しても導入する施設が増え、従来のおなかを切る手術(開腹手術)と同等の成績が報告されています。

腹腔鏡下 胆嚢摘出術

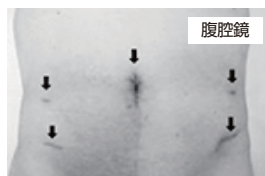


腹腔鏡とは内視鏡の一種で、腹部の皮膚に小さな孔を開け、そこから差し込んで用います。おなかに開けた数カ所の小さな孔から、腹腔鏡や手術操作の器具を挿入します。ガスでおなかをふくらませ、テレビモニター画面上で内部の状態を見ながら手術を行います。

手術創の比較



縦に大きく手術の痕が残っています



小さな傷ですみます

痛みが少なく回復も早い

体への負担が少ない治療を

生協病院では早期の大腸がんを中心に、積極的に腹腔鏡手術を取り入れていきます。腹腔鏡手術は開腹手術と比べて術後の痛みが小さいこと、回復が早いことが一番の長所です。そのため、以前では術後二〜三週間での退院となっておりましたが、腹腔鏡手術では術後一週間〜一〇日間程度での退院が可能となっております。

お知らせ インフルエンザ予防接種料金

3,000円 医療生協組合員とその家族の方
3,500円 医療生協未加入の方
65歳以上の方 自己負担1,000円
(1回のみ・期間10/1~12/31)

市町村によっては、公費助成や自己負担免除される場合もありますので、お住まいの市町村にお問い合わせください。



岡添医師 (中央)

生協病院で行っている外科手術例

- がんの手術
胃がん
大腸がん
乳がん
甲状腺がん
- 胆石症
● 虫垂炎
● ヘルニア (鼠径・大腿)
● リザーバー留置(挿入)
● 内外痔核

ふれあい

私は、二年前に退職するまで小学校の教員をしていました。退職した今も高岡教育会館の書記みたいなことをやっています。現職の教職員とは強いつながりを保っています。そんな私から見ると、現在の教育現場は、深刻な状況に置かれています。そもそも教職員の仕事のモチベーションは、目の前の子どもたち一人ひとりを育て、どのようにしたらこの子どもたちは成長するかを考えて、教材研究をしたりいろいろな取り組みを考えたりすることにあります。しかし残念なことに今は、多忙化と上からの管理により、教職員一人ひとりの裁量が狭められています。本来教職員にとって楽しいはずの仕事が、やがていいのない仕事へと変化しつつあります。教職員だけでなく子どもたちも、学力テストの点数がすべてに優先する体制のもと、大切にされにくくなっています。医療・介護の分野でも教育と同じように、福祉切り捨て政策のもと、国民一人ひとりが大切にされにくくなっています。今こそ医療生協の出番です。

2015年度生協強化月間スタート

10月1日(木)～
11月30日(月)

健康は平和あってこそ！ 戦争法案に反対し、署名や宣伝行動をしています。ぜひご協力ください。

いのち輝く社会をめざし 仲間増やしをすすめよう



8.30戦争させない！戦争に行かない！
憲法アクションinこうちpartIII

ご協力ください ～あなたにお願いしたい事～

組合員加入 ご家族やお知り合いの方を紹介してください。

出資金ふやし 事業を支えるために定期増資にご協力ください。

加入・増資のお申し込みは、病院・診療所の各窓口や、地域の支部で承ります。

10～11月は、「生協強化月間」です。強化月間は生活協同組合法が10月1日に施行されたことを記念して、多くの新しい組合員を迎え入れることで、生協の基盤を強化する期間として全国の生協で取り組まれています。

高知医療生協の目標

	2015年度全体目標	強化月間目標	到達(8月末現在)
組合員ふやし	1,206人	965人	339人
出資金ふやし	59,550,000円	47,640,000円	17,943,000円
増資者件数	5,605件	4,484件	2,400件
班づくり	52班	42班	21班
担い手づくり	234人	178人	46人



つながりマップ講習会の様子

「つながりマップ」では、地域にどんな資源があるかを「見える化」しています。医療機関や介護事業所、よく行くお店や民生委員さんなどを地図に落して、支部や班とのつながりを広げるとりくみが始まっています。

医療生協に加入すると、支部で開催される健康づくりやイベントへ参加できます。健康習慣を意識したヘルスアップ60日、認知症予防の脳いきいき教室、筋力アップ体操も併せて行う足指力チェック、笑う班会など、多彩な健康づくりが職員保健学校や講座を受講した組合員のアドバイスで行うことができます。支部が主催する企画は支部ニュースなどご覧いただけます。気軽に参加してみましよう。

気軽に参加しましょう

組合員の健康づくりをサポートすること、いざいざときに安心してかかることのできる医療・介護サービスの充実が医療生協の大きな役割です。その願いを実現するために、一九六六年、地域の方が協同して

組合員の願いを 実現するために



高知医療生協は、あなたの出資金によって運営されています。病院や診療所の開設当時四九一名だった組合員は、現在五万五千名を超えました。地域では支部を中心に健康づくりやまちづくりが進んでいます。「高知医療生協」が旭地区に生まれ、旭診療所の開設当時四九一名だった組合員は、現在五万五千名を超えました。地域では支部を中心に健康づくりやまちづくりが進んでいます。

役立てよう！ 出資金



「こころ通う」

地域づくりをめざして



医療生協の仲間が地域に増えることで、「お互いに支え合う」「こころの通った地域づくり」が実現できます。「生活と医療」の配布を通しての見守りや一人ぼっちをつくらぬ取り組みが支部です。医療生協の活動に参加し



参加しましょう！

あの『標的の村』から2年

スクリーンに叩きつける、
伝えきれない沖縄

三上智恵監督
最新作 **戦場ぬ止み**

(いくさばぬとどうども)

10月15日(木) 高知県立美術館ホール

上映時間：14:00～ 16:30～ 19:00～
21:00終了

一般・大学生前売り 800円(当日1,000円)
中・高生 500円

県下で上映会あり、前売り券は各上映会共通です。

憲法公布69周年 県民のつどい

と き：11月3日(火)

14時開会 (開場13時30分)

ところ：高知県立県民文化ホール オレンジ

講師：大江健三郎氏

参加費：一般1,000円 大学生500円 高校生以下無料

共 催：こうち九条の会

女性「九条の会」高知

チケットは各事業所、または高ブレイガイド、
県民文化ホール、県立美術館、かるぽーと、
県下の九条の会で発売中。

第29回高知県高齢者大会in安芸

と き：11月1日(日) 10時～15時

ところ：安芸市総合社会福祉センター

(移動分科会は別途250円、陶芸体験は1,430円要)

参加費：300円 (別途お弁当500円、送迎バス乗車500円)

文化行事：和太鼓演奏「弥太郎太鼓」

記念講演：「地域を活かす(仮題)」

有澤俊明氏 (東川地域おこし協議会会長)

問い合わせ・申し込み

高知医療生活協同組合 088-843-0025

2015年7月 理事会報告

- 1号議案 6月理事会以降の議決、承認事項を確認した。
- 2号議案 第1四半期(4～6月) 決算は、事業収益で予算比100.1%、事業費用で予算比97.0%となり、4～6月経常剰余は予算を1,951万円上回る2,965万円の到達を報告、承認した。
- 3号議案 7月～9月の運動課題として、5,000名をめざすヘルスアップの取り組みや戦争法案に反対する署名等の取り組みなどを確認した。

2015年8月 理事会報告

- 1号議案 7月理事会以降の議決、承認事項を確認した。7月決算は、事業収益で予算比99.0%、事業費用で予算比97.7%となり、経常剰余は7月単月1,435万円の黒字、4～7月累計で4,401万円となったことを報告し承認した。
- 2号議案 中期計画(2015～2017)に関連し、「在宅療養センター」の設置と「ふれあいの場」づくり方針・補助金交付要綱について承認した。
- 3号議案 生協強化月間方針及び月間スタート集会の準備状況等を確認した。また創立50周年記念事業委員会の立ち上げと今後の進め方について確認した。

お知らせ「自由脱退及び出資金減資」は生協法を遵守し、定款に基づく取り扱いを行っています。ご不明な点は本部までお尋ね下さい。

保険医療協会の健康テレホンサービス
9月 月曜 歯に水がしみる／火曜 血液中の尿酸値と寿命／水曜 小児科を受診する前に／木曜 危険な頭痛／金曜 陰部がかゆい／女性編／土・日曜 役に立つお薬手帳
088-843-0025

手軽にクッキング

1人分 エネルギー 327 kcal
塩分 1.4 g

れんこんの豚肉巻き

材料 1人分

- れんこん 80g
 - 豚バラ肉 3枚
 - 大葉 3枚
 - 大根おろし 30g
 - すりおろし生姜 1/2かけ
 - 塩 少々
 - サラダ油 大さじ1/2
 - ①しょうゆ 小さじ1
 - ①酢 小さじ1
- (*あればポン酢でよい)

作り方

- ①れんこんは皮つきのまま幅1cmの輪切りに3枚切り、さっと水にさらして水けを拭く。
- ②豚肉は塩を少々ふる。
- ③れんこんに大葉を1枚巻きつけ、さらに豚肉を1枚ずつ巻きつける。
- ④フライパンにサラダ油を熱し、肉巻きれんこんを肉の巻き終わりを下にして並べ入れる。2分ほど焼いて肉に焼き色がついたら裏返し、さらに2分ほど焼く。
- ⑤器に盛り、大根おろしとしょうがのをのせ、①をかけて出来上がり。



写真ルポ

認知症サポーター養成講座

7月22日・7月30日
介護事業所の職員38名が参加し、認知症の利用者や家族の方が安心して暮らせるように、認知症の知識や対応の仕方についてしっかり学びました。

笑う班会講師養成講座in東京

7月23日・24日
日本笑いヨガ協会の笑いケア体操®4級を3名(職員と組合員2名)が取得しました。9月19日(土)に体験会を高知市で開催しました。



原水爆禁止世界大会壮行会

7月31日
リハビリテーション科の金澤さんと生協病院2病棟の片山さんを広島の世界大会へ送るために壮行会を開き、平和への思いを託しました。



ポスターを手にする片山さん(左)と金澤さん

医療生協学校

8月2日
今年の医療生協学校は、医療福祉生協の「いのちの章典」と高知医療生協の歴史について学びました。33名が参加し、修了証書は講師として来高した、日本医療福祉生活協同組合連合会の東久保専務理事から手渡されました。



仲間のこえ



高知市 匿名希望

紙面が全体的に明るく、活動地域が県内外はもとより国外におよんでいると知りました。これからも様々な事を我々に届けて下さい。

高知市 匿名希望

身近なものが「乳がん」と診断され、他人事と思っていたのにやっばり二人に一人の時代。検査は大事ですね。

高知市 明神 和子様

核兵器廃絶：世界平和の為、絶対に成しとげねばならぬこと。一票、一票を心して行いたいと思います。

香美市 匿名希望

七月の班会で「ヘルスアップ60日」の目標を決めました。「毎日体重を測る」にしたところ、一週間続けて記録していますが、一日として同じ日

高知市 匿名希望

憲法の大切さを訴える集会に参加しようと思っています。母が育てている野菜を食べて元気です。こんな平和な世の中がいつまでも続きますように。

中土佐町 濱田 佐紀様

ヘルスアップ60日に親子でチャレンジすることにしました！この機会に子どもにも「しっかりと歯みがき」の習慣をつけさ

黒潮町 多賀美利子様

ヘルスアップ60日、脳いきいきフルコースにチャレンジ！意識して生活することの大切さを感じながら健康寿命を伸ばす！この作戦ガンバルぞう！

高知市 松田 舞様

「生活と医療」を手にすると思えば、さまざまな健康についてあらためて見直す機会をいただいています。ヘルスアップ60日、親

高知市 青木佐和美様

手軽にクッキングのまぐろのオクラあえ井作ってみました。食欲のない夏にはちょうど良い料理です。おいしく頂きました。

南国市 吉井 妙子様

沖縄に旅行に行きました。観光旅行のつもりでしたが、さまざまな戦争の爪跡を目にし、沖縄の悲惨さを見て来ましたが戦争法案をなんとかして阻止せねばと強く思いました。



仲良くお茶のみ班会

他地域にもこういう班が出来たらいいと思います。
七月の班会では、血圧・尿チェックと足指力チェックをしました。
組織担当 樋口 晋次

いきいき班活動

中村西支部 バラ班

支部に待望の新班が誕生です。六月二十四日に仲良しの組合員さんが

班長 小野 三代
結成されました。

よくお茶飲み会をしているので、健康チェックをしようということになり結成しました。結成の当日は班長のご主人が加入してくれました。七月にはまた一人加入がありました。毎回ゲスト参加者があります。

外来診療表

救急病院

高知生協病院

☎088-840-0123
高知市口細山206-9

健診センター(直通) ☎088-843-0051

内科/外科/呼吸器内科/呼吸器外科/循環器内科/心臓血管外科/消化器内科
消化器外科/胃腸内科/内視鏡内科/糖尿病内科/肛門外科/整形外科/リウマチ科
リハビリテーション科/放射線科/形成外科/乳腺外科/救急科

●夜間診療以外は予約制を基本にしています。予約受付時間以降は翌日をお願いいたします。予約受付時間：月曜日～金曜日 8時30分～17時
土曜日 8時30分～12時30分(病院の休診日は除く)

診察の予約、変更専用番号 ☎088-813-1010

		月	火	水	木	金	土	
午前 (9時～12時30分)	初診・急患	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	
	内科	消化器内科		水田		小野川	小野川	水田
		循環器内科	田辺	田辺 (11時まで)	田辺 佐藤			佐藤(第1・3週のみ) 田辺(第2・4週のみ)
		呼吸器内科	中山		中山			中山
		糖尿病内科		二神			二神	
		リハビリテーション科				上城		
						岡田		
	外科	川村	川村 (11時まで)	岡添	川村	岡添	岡添(第1・3週のみ) 川村(第2・4週のみ)	
	整形外科・リウマチ科			松本 (骨粗しょう症)		松本	松本 (第1・3週のみ)	
	振動病					上城		
(内視鏡検査)	水田	小野川	小野川	水田 (9時～5名)	水田	鍵山(第1・3週のみ) 小野川(第2・4週のみ)		
(心エコー検査)	○	○	○	○	○	○		
(血管エコー検査)	○	○	○	○	○	○		
午後 (2時～5時)	内科	担当医 佐藤 (第2・4専門外来)	高知大医師	担当医 森尾 (3時～5時)	担当医 (3時～5時)	担当医		
	整形外科・リウマチ科		松本 (2時30分から)					
	(心・血管エコー検査)	○	○	○	○	○		
夜間診(午後5時～7時)		中山		小野川	上城			

お知らせ 旭診療所の所長交代について

2016年1月18日付で、現在の原田健所長から田辺敏保所長に交代します。次回診療表で詳細をお知らせします。

旭診療所

☎088-844-0809
高知市旭上町32

禁煙外来(予約制)

		月	火	水	木	金	土
午前	原田	原田	森尾	原田	原田	森尾	
午後・夜間診	(定期往診)	原田 (3～6時)	(定期往診)	田辺 (3～6時)	(定期往診)		

潮江診療所

☎088-833-9511
高知市高見町363-1

第1・3土曜日休診

禁煙外来(予約制)

		月	火	水	木	金	土
午前	内田	内田	内田	内田	内田	内田	内田 (第1・3週は休診)
午後・夜間診	内田 (3～6時)	(定期往診)			内田 (3～6時)	内田 (3～6時)	

すさき診療所

☎0889-40-0566
須崎市東古市町3-4

		月	火	水	木	金	土
午前	依光	依光*	依光	依光	依光	依光	依光
午後・夜間診	依光 (4～7時)				依光 (2～5時)	依光 (4～7時)	

*第2火曜午前9時より10時30分まで上城医師

四万十診療所

☎0880-37-6920
四万十市具同2882-1

禁煙外来(予約制)

		月	火	水	木	金	土
午前	佐沼	佐沼*	佐沼	佐沼	佐沼	佐沼	佐沼
午後・夜間診	佐沼 (3～5時)	佐沼 (3～7時)			佐沼 (3～5時)	佐沼 (3～5時)	

定期往診は月曜日午後に行っています

*第1火曜午前10時30分より12時30分まで上城医師(労災職業病のみ)

医師の専門

消化器内科…小野川・依光
水田・二神(糖尿病内科)
循環器内科…田辺・原田・佐藤
呼吸器内科…内田・中山

内科…佐沼
外科…川村・岡添
リハビリテーション科…上城
整形外科・リウマチ科…松本
産業医…岡田

*1 高知大医師による外来

呼吸器外科…久米(生協病院 第1・3・5火曜日午後)
形成外科…矢野(生協病院 第2・4火曜日午後)
家庭医…森尾(旭診療所 水・土曜日午前
生協病院 水曜日午後3時～5時)

介護事業所

居宅介護支援事業所(ケアプラン作成など介護保険に関するご相談)

生協介護の窓口 高知市口細山206-9 ☎088-844-0621
生協介護の窓口すさき 須崎市東古市町3-4 ☎0889-40-0825

訪問看護・訪問介護ステーション

訪問看護ステーション生協れいんぼー 高知市旭上町32 ☎088-828-8610
ヘルパーステーション虹 高知市旭上町32 ☎088-844-2429
ヘルパーステーションレインボー潮江 高知市高見町363-1 ☎088-833-5332

通所介護・通所リハビリ

通所リハ旭(月～金) 高知市旭上町32 ☎088-844-0809
デイサービスせいきょうめくめく(月～土) 高知市口細山206-9 ☎088-828-8328
デイサービスせいきょうやまもも(月～土) 高知市南竹島町4-5 ☎088-831-8141
高知医療生協デイサービスふれあい(月～土) 須崎市東古市町3-4 ☎0889-40-0825
デイサービスせいきょう四万十(月～土) 四万十市具同3227 ☎0880-37-3336

編集後記

「健康をつくる。平和をつくる。」で2つの中心

載することになりました。紙面の上部に記

医療福祉生協の理念を広く組合員の皆様にお知らせするため、

「健康をつくる。平和をつくる。」で2つの中心を表現しています。憲法二

おめでとうございます

クイズ当選者のお名前
442号 応募数45通
高知市 福留 朱美様
高知市 葛目紗貴子様
須崎市 市川 紀子様
津野町 宮地 昭典様
中津町 白瀧 優衣様
443号 応募数55通
高知市 国吉 淑子様
高知市 角田 佳子様
香美市 大野 久雄様
いの町 井上美枝子様
四万十市 和田 章信様

「仲間のこえ」に掲載させていただきます。場合が「匿名希望」またはペンネームをお書きください。一回分の解答をお書きください。はがきには記入していただいた個人情報(クイズの抽選にのみ利用いたします。

一、住所・郵便番号
二、お名前
三、でんわ
四、解答(444号)
五、所属(生協への所属)と所属先(お住まいの市町村)を記載してください。

高知医療生協
クイズ係



「健康をつくる。平和をつくる。」で2つの中心を表現しています。憲法二五(生存権)や九(幸福追求権)が活きる社会の実現をめざします。

メロ日 10月20日

こまごまがらびがらび