

組織の現況 (2016年10月31日現在)

組合員数	55,626名 (前月比 +43名)
出資金総額	1,006,557,000円 (前月比 +3,178,500円)
1人平均出資金	18,095円 (前月比 +44円)
班数	508班

生活と医療

第458・459号

2017年1月1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)

新たな躍進に向けて!



トラックよこい (ちふれ) 鳴子踊り



チンドン倶楽部

11月23日、高知市中央公園にて50周年記念健康まつりが開催され、約1万人の来場がありました。この大きなイベントを医療生協らしく、協同の力で大成功させることができました。ありがとうございました。



ミカダンスプロデュース キッズジャズダンス



ウルトラマンと遊ぼう



輪投げ

子どもの広場には、スライパーボールすくいや絵手紙コーナーもありました。



高知県のテントでは肺年齢チェックと健康パスポートの交付も行われました。



笑いケア体操



新聞紙キザザ

東は安芸、西は宿毛までの22支部から出店がありました。



土佐清水支部

元気いっぱい、確信をもって新年を迎えました。みなさまおめでとうございませう。

昨年、私たちは創立50周年記念で多彩な事業に取り組み、いろいろと学び、交流や親睦を深め、医療生協運動の前進を誓い合いました。

DVDでは歴史を知り、祝賀会や組合員のつどい・おきゃく、スポーツレク大会、健康まつり、ありがとうございました。これらを通して新しい活力と可能性を発見しました。

50周年で学んだことを新たな躍進に向けて活かしていきましょう。

理事長 梶田 典男




酉年大集合!

一言コメント「今年やってみたいこと」

伊野

うしはら やすよ
氏原 安代さん
いつも変わらぬ心で新しい年を迎えたいと思います。



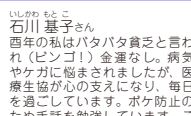
土佐市

しづきのな
土佐市 なの花



石川

いしがわ もとこ
石川 基子さん
酉年の私はバタバタ貧乏と言われて(ピンゴ!)金運なし。病氣やケガに悩まされましたが、医療協が心の支えになり、毎日を過ごしています。ケガ防止のため手話を勉強しています。これからも続けます。



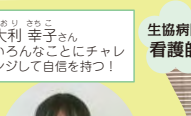
生協病院

あおし きさこ
大和 幸子さん
いろんなことにチャレンジして自信を持つ!



生協病院

かたまり なつみ
門田 里菜さん
四年なので(2017年)慌てるときは慌てますが、できるだけ落ち着きをもって業務に励みます。



生協病院

こばい はなこ
小田 純輝さん
いろいろな事にアクティブにチャレンジしていく年にしたいです。



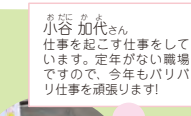
旭北

あさひ かつ
貞長 和さん
この歳になると、1週間、1ヶ月、1年が猛スピードで走り去っていきます。(これはいかん!)と焦りながら、ケガ防止のために「頭を使え!」と叱咤激励する日々です。



旭西

あがに かみ
小谷 加代さん
仕事を起こす仕事をしています。定年がない職場です。今年もバリバリ仕事を頑張ります!



鏡

かがみ ともこ
小野 雄三さん
昨年は夏ごろ少し体調を崩しましたが、孫に会いに行ったり、山を見に行ったりと車で走り回っています。高齢化が進む鏡支部ですが、自分たちで出来る事を今後も続けていきたいと思っています。



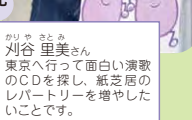
佐川

のちのつこ
野村 節子さん(左)
わたなべ ちほこ
渡辺 絹子さん(中)



日高

なかつき きみ
中越 規美さん(右)
「明るく元気に」佐川支部は結成から30周年になります。頑張ります。



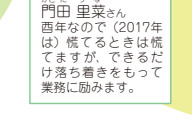
仁淀川

にしづき よしこ
北村 好子さん
足を強くするため、卓球にチャレンジ! 茂平マラソンに出るのが夢です。



東部

とうぶ
東部ブロック



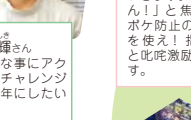
四万十

よまんとし
四万十ブロック



高知市西

たかち
高知市西ブロック



旭南

あさひ
旭南ブロック



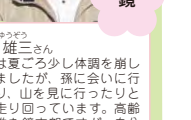
城北

きたがき
城北ブロック



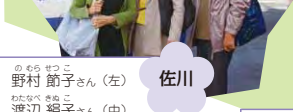
神田

かみだ
神田ブロック



南国

なんごく
南国ブロック



安芸

あき
安芸ブロック



中村東

なかつく
中村東ブロック



土佐清水

とさしみず
土佐清水ブロック



幡東

はつとう
幡東ブロック



宿毛

すくも
宿毛ブロック



高知市南

たかち
高知市南ブロック



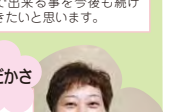
春野

はるの
春野ブロック



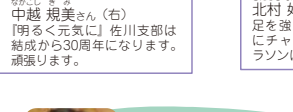
港南

みなとみなみ
港南ブロック



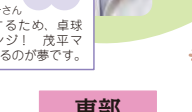
香美

かみ
香美ブロック



すさき

すさき
すさきブロック



中村西

なかつく
中村西ブロック




大洋

お洋洋
大洋ブロック



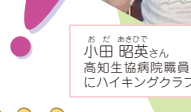
高知市北・東

たかち
高知市北・東ブロック



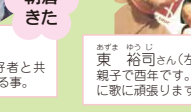
三里

さんり
三里ブロック



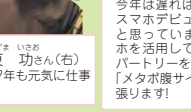
高知市東

たかち
高知市東ブロック



しなね

しなね
しなねブロック



潮江

うしほ
潮江ブロック



安和

あわ
安和ブロック



窪川

くぼがわ
窪川ブロック



上分

かみわき
上分ブロック



津野

つの
津野ブロック



大野見

おのの
大野見ブロック



中土佐

なかつく
中土佐ブロック



桑

くわ
桑ブロック



上村

かみむら
上村ブロック



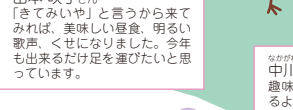
吾桑

あまご
吾桑ブロック



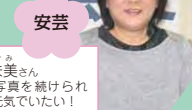
山本

やまもと
山本ブロック



中川

なかがわ
中川ブロック



吉村

よしかむら
吉村ブロック



高橋

たかはし
高橋ブロック



浅木

あさき
浅木ブロック




西内

にしうち
西内ブロック



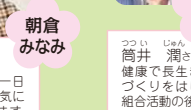
中川

なかがわ
中川ブロック



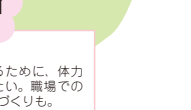
横井

よこい
横井ブロック



横田

よこた
横田ブロック



細木

ほそぎ
細木ブロック



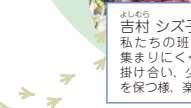
岩井

いらい
岩井ブロック



坂本

さかもと
坂本ブロック



高橋

たかはし
高橋ブロック



浅木

あさき
浅木ブロック



西内

にしうち
西内ブロック



中川

なかがわ
中川ブロック



横井

よこい
横井ブロック



横田

よこた
横田ブロック



大野

おのの
大野ブロック



岩井

いらい
岩井ブロック




坂本

さかもと
坂本ブロック



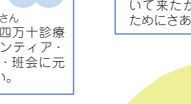
高橋

たかはし
高橋ブロック



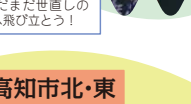
浅木

あさき
浅木ブロック



西内

にしうち
西内ブロック



中川

なかがわ
中川ブロック



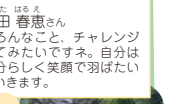
横井

よこい
横井ブロック



横田

よこた
横田ブロック



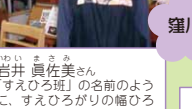
大野

おのの
大野ブロック



岩井

いらい
岩井ブロック



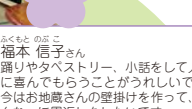
坂本

さかもと
坂本ブロック




高橋

たかはし
高橋ブロック



浅木

あさき
浅木ブロック



西内

にしうち
西内ブロック



中川

なかがわ
中川ブロック



横井

よこい
横井ブロック



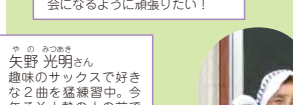
横田

よこた
横田ブロック



大野

おのの
大野ブロック



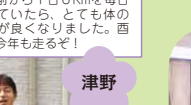
岩井

いらい
岩井ブロック



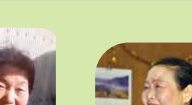
坂本

さかもと
坂本ブロック



高橋

たかはし
高橋ブロック



浅木

あさき
浅木ブロック



西内

にしうち
西内ブロック



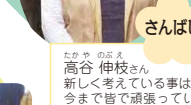
中川

なかがわ
中川ブロック



横井

よこい
横井ブロック



横田

よこた
横田ブロック



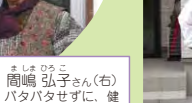
大野

おのの
大野ブロック



岩井

いらい
岩井ブロック



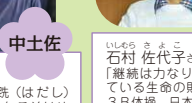
坂本

さかもと
坂本ブロック



高橋

たかはし
高橋ブロック



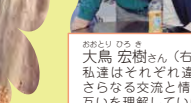
浅木

あさき
浅木ブロック



西内

にしうち
西内ブロック



中川

なかがわ
中川ブロック



横井

よこい
横井ブロック



横田

よこた
横田ブロック





写真で振り返る 2016年



土佐市なの花支部 新春お楽しみ交流会



日高支部 坂野志摩コンサート



香美支部のおきやく



創立50周年を祝う
組合員のおきやく



四万十診療所 健康まつり

26人乗り新車バス納車



安芸支部のおきやく



高知市のおきやく

高知市南ブロック ウォーキング



南国支部のおきやく



国民平和大行進



ピースラン



在宅療養センター開所



京町健康チェック



スポーツレク大会

朝倉みなみ支部
南十字星班 脳いきいき班会



ヘルスアップ土曜夜市



城北支部 体験班会



新聞エコバッグづくり



さんばし支部
ステラの家 出前講座



原水禁世界大会

50周年記念祝賀会



生協病院トリアージ訓練

県下24会場 1月12日(木)~2月25日(土) くらしといのち何でも相談会開催

お知らせ

「病気」「介護」「お金」「くらし」「仕事」など

あなたのかかえる悩みや不安をご相談ください。弁護士・司法書士・行政書士などの専門家が相談をお受けします。上記期間中、最寄りの会場へお越しください。

詳しくは、今月号に折り込み（地域によっては自治体広報）のチラシをご覧ください。



3月18日(土) 午後1時~4時30分
高知市男女共同参画センター ソーレ
参加費無料

午後1時~2時30分
6つの楽しい健康ひろば

※企画内容は変更になる場合があります。

高知家
健康バスポート
ヘルシーポイント
がもらえる!!

5階 歌と笑いのフロアー

(レクリエーション室)

心はればれ!
みんなで歌いましょう
歌って元気!
歌って爽快!

(視聴覚室)

ストレス解消! 笑いケア体操
笑うとからだが変わります。
からだが変わると
心が変わります。

4階 すこしお生活減塩フロアー

知っ得! 塩分測定器の使い方

「減塩生活はなぜ必要なのか」「使い方は?」
「他社製品との違い」をメーカー講師がお答えします。

3階 元気でいたい転倒予防&認知症予防フロアー

(大会議室) すくくと自立!

足指力チェック
ゴルフボールころころ
新聞紙ギャザー体操

フットケアで転びにくい
体を作りましょう。

認知症は怖くない!

楽しく取り組める
認知症予防活動です。

(研修室1・2) 脳いきいき教室
(研修室3) コグニサイズ

(講演) 午後2時50分~4時30分
地域住民と一緒にヘルスプロモーション(仮題)

大泉生協病院 院長 齋藤文洋先生

大泉生協病院はWHOのHPHに加盟し、子どもから高齢者まで誰もが安心してこのまちでくらし続けていくためのヘルスプロモーション活動を実践しています。地域包括ケアの時代に病気を予防すること、病気や障害を持ちながらも健康に人間らしく生活できるまちづくりに貢献す

るとはどんな実践なのでしょう。その貴重なとりくみをお話しいたします。

HPH… Health Promoting Hospitals & Health Services の略。WHO(世界保健機関)の国際ネットワークであるHPH(健康増進活動拠点病院)は、日本で55の事業所が加盟しています。

仲間のこえ

高知市 岡 明子様

二人目の孫が生まれました。八七歳の父が二人目のひ孫も抱けたとよろこんでいます。

高知市 石津 須江子様

先月生活と医療を手配していたら

高知市 森田 美紀様

後ろから「生協の人ですか?」と声をかけていただき嬉しい思いを致しました。手配りをして良かったと思つたところです。

高知市 ベンネム力キ様

「栗名月」という言葉を知りませんでした。「芋名月」という言葉があることも知り、勉強になりました。

高知市 匿名希望

いつも届けて頂いている八〇歳過ぎのおじさんに感謝しつつ読ませて頂いております。

高知市 弘田 静子様

初めて見た屋上庭園に色とりどりの花が美しく咲いていた生協病院。健診の結果も異状なし。心身ともにほっとしました。

高知市 〇ネムエルマー様

老化に負けないよう脳トレ、筋トレにが

高知市 中山 妙子様

義父は生協病院がかりついでよくお世話になってます。先生方にも看護師さんにも大変よくして頂いているので、義

高知市 片岡 麻代様

健康バスポート持っています。がん検診はすべて行きました。後は特定健診だけ(一二月に行く

※詳細のお問い合わせは2月20日(月)以降に支部又は088・843・0025(本部事務局)までお願いします。

健康づくりリファスタ

編集後記

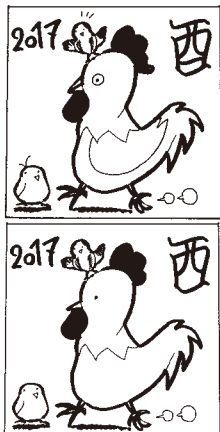
高知医療生協も六〇年に向かっている一歩が始まります。高齢になっても地域に居場所があり、

イキイキと暮らすためには、私たち医療生協が重要です。今年も西年、大きく羽ばたきましょう。皆さんの声をお待ちしています。(E.N)

マ切日 2月20日

「まずがいがし」

2つの絵でちがう所は7カ所。さてどこでしょうか? ○印を貼って切りとって、はがれないようにハガキに貼って応募してください。正解者の中から抽選で一〇名の方に図書カードをプレゼントします。



高知市口細山二〇六一九
高知医療生協
クイズ係
一、住所・郵便番号
二、お名前
三、でんわ
四、解答(458・459号)
五、抽選当選への同意(必ずお書きください)
本年度の抽選は2月27日まで

「仲間のこえ」に掲載させていただいた場合があります。匿名をご希望の方は「匿名希望」または「ペンネーム」をお書きください。はがき一枚につき、一回分の解答をお書きください。はがきに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)。

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

在宅療養センター(直通) ☎088-840-0227
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			佐藤			佐藤 <small>(第1・3・5週のみ)</small>
		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		
			原田		森尾	岡田	原田	森尾 <small>(第2・4・5週のみ)</small>
	外科	川村	川村 <small>(11時まで)</small>	岡添	川村		岡添 <small>(第1・3・5週のみ)</small>	
	整形外科・リウマチ科			松本 <small>(骨粗しょう症)</small>	松本		松本 <small>(第1・3週のみ)</small>	
	振動病			上城				
	(内視鏡検査)	水田	小野川	小野川	水田	水田	鍵山 <small>(第1・3週のみ)</small> 小野川 <small>(第2・4・5週のみ)</small>	
	(心エコー検査)	○	○	○	○	○	○	
	(血管エコー検査)	○	○	○	○	○	○	
午後 (2時～5時)	内科	担当医	高知大医師	担当医	担当医	担当医		
		佐藤 <small>(第2・4専門外来)</small>		森尾 <small>(3時～5時)</small>		佐藤 <small>(第2専門外来)</small>		
	外科	岡添 <small>(2時30分から)</small>						
	整形外科・リウマチ科		松本 <small>(2時30分から)</small>					
	(心・血管エコー検査)	○	○	○	○	○	○	
夜間診(午後5時～7時)		中山			小野川	上城		

●各診療所とも午前の診療時間は9時～12時30分
午後は各診療表をご覧ください。
●診療所も予約制を基本にしています。
お電話での予約も受け付けています。

旭診療所

☎088-844-0809
高知市旭上町32

	月	火	水	木	金	土
午前	田辺	田辺	田辺 <small>(第5週は休み)</small>	田辺	田辺	田辺 <small>(第1・3週は休診)</small>
午後・夜間診	田辺 <small>(3～6時)</small>	田辺 <small>(3～5時)</small>			田辺 <small>(3～6時)</small>	

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 <small>(第1・3週は休診)</small>
午後・夜間診	内田 <small>(3～6時)</small>	(定期往診)	(定期往診)	内田 <small>(3～6時)</small>	(定期往診)	

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
午後・夜間診	依光 <small>(4～7時)</small>			依光 <small>(2～5時)</small>	依光 <small>(4～7時)</small>	

*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
午後・夜間診	佐沼 <small>(3～5時)</small>	佐沼 <small>(3～7時)</small>		佐沼 <small>(3～5時)</small>	佐沼 <small>(3～5時)</small>	

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…若井(生協病院 第2・4火曜日午後)
家庭医…森尾(生協病院 水曜日午後3時～5時
土曜日第2・4・5週のみ)

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～土) 高知市旭上町32 ☎088-844-0809

デイサービスせいきょうぬくぬく(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

具合が悪くなった時、
今診療している医療機関を
紹介してほしい!

高知県
救急医療情報センター
☎088-825-1299

24時間体制で、今診療している
医療機関を紹介しています。

夜間にお子さんの急病で心配になったら、
まず、こうちこども救急ダイヤルを
ご利用下さい。

こうちこども救急ダイヤル
#8000 または
☎088-873-3090

午後8時から翌日午前1時まで
看護師が電話で相談にお応えします。

保険医協会の健康テレホンサービス
☎088-832-5266

1月
月曜 歯科技工士の仕事
火曜 繰り返す女性の膀胱炎
水曜 最近話題の副鼻腔炎
木曜 ものが二つに見える
金曜 コルセットについて
土・日曜 子どもの病気と市販薬

2月
月曜 うがい薬
火曜 外食で気をつけること
水曜 小児における嘔吐ことの効用・意義
木曜 美容脱毛とわきがの治療
金曜 眼球の打撲
土・日曜 紫外線と皮膚の老化

朝9時から翌朝9時まで、24時間同じテーマのテープを流しています。日曜日、祝日は前日、12月29日～1月3日は12月28日と同じテーマが流れます。