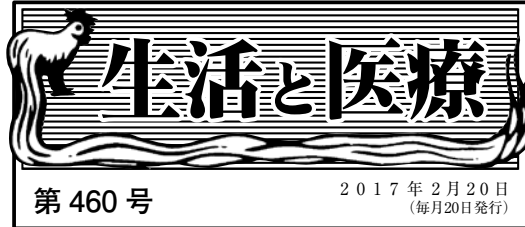


組織の現況 (2016年12月31日現在)

|         |                                   |
|---------|-----------------------------------|
| 組合員数    | 55,832名<br>(前月比 +48名)             |
| 出資金総額   | 1,012,584,000円<br>(前月比 +194,500円) |
| 1人平均出資金 | 18,136円<br>(前月比 -12円)             |
| 班数      | 512班                              |



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)

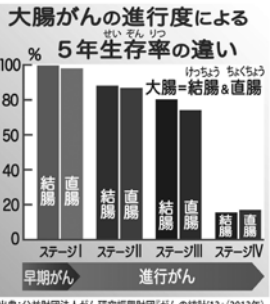
なぜ大腸がんのことを気にする必要があるの？

大腸がんにかかる数はこの30年で約6倍に増え、女性のがん死亡原因の第1位。



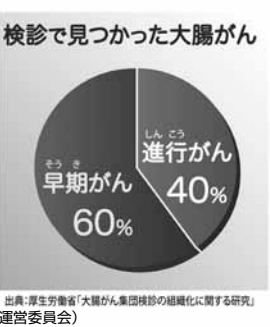
もし病気が見つかるのなら、なんだか怖いわ！

大腸がんは早期発見・早期治療で95%以上が完治します。



自覚症状が無いから自分は大丈夫かな？

大腸がんは進行するまでほとんど自覚症状がありません。



班からひろがる健康づくり

朝倉みなみ支部の10姉妹班では、毎年、針木地区に住む50人ほどの方に大腸がん検診をすすめています。二年前、高知市の保健師を呼んで学習したとき、針木地区は受診率が高いことが分かりました。積極的にでない方への啓もう、受けるあてのない方へお世話をすることで、地域の検診受診率アップに貢献しています。

「どこも悲しくない、自分には関係ない」と考えるのではなく、「ひよっと、がんが隠れちゆうかも」という意識をもって、大腸がん検診を受けることが大切です。また、ご家族など身近なところで検診を受けていない人がいれば、受診をぜひ勧めましょう。

大腸がんは50歳代くらいから増加しはじめ高齢になるほど、なる人が多くなります。早期に発見し適切な治療を行えば、ほとんどの方が助かります。ぜひ、大腸がん検診を受けましょう。

がんやポリープなどがあると、大腸内に出血することがあります。その血液を検出する検査です。症状がない健康な人から、大腸がんの精密検査が必要な人を選び出すためには、最も有効で負担の少ない検査法です。

二日分の便潜血検査をすれば、大腸がんの発見率が70%になります。翌年も受けると91%、三年で97%、四年で99%まで高ま

毎年受けて早期発見

潜血検査をこまめに受けることで、理論上、がん発見率は限りなく100%に近づいていきます。

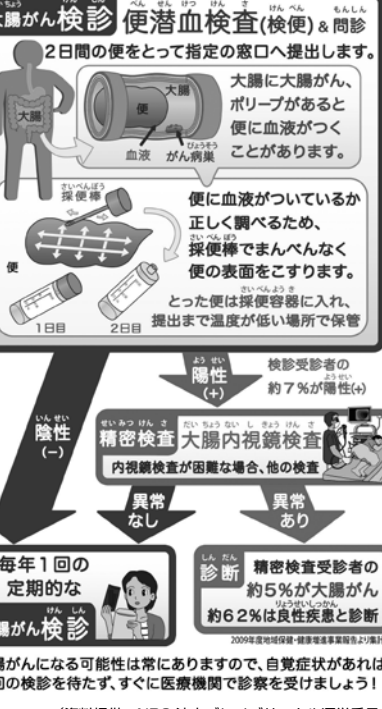
受けたことが無いあなたへ

「どこも悲しくない、自分には関係ない」と考えるのではなく、「ひよっと、がんが隠れちゆうかも」という意識をもって、大腸がん検診を受けることが大切です。

- 市町村の大腸がん検診は40歳以上が対象です。詳しくはお住いの市町村へお問い合わせください。
- 39歳までの方、市町村検診の機会を逃した方は高知医療生協の大腸がん検診をご利用ください。組合員価格1,000円 (組合員でない方1,500円)

# 受けていますか？ 大腸がん検診

大腸がん検診の定期的な受診で大腸がんで亡くなるリスクが60~80%減ります！



ばと思っ。

「命により近い仕事ほど儲からない」と最近何かの本で読んだ。農業と医療、そのどちらも「命を守る」という、本来人が生きるうえで最も大切なものを守るといって命を持つ。それは企業的な競争に傾きすぎたり、裕福かそうでないかなど、世の中や個人を取り巻く状況によって、サービスの質や量が左右しては困る。誰もが、あたり前に享受できることが約束されなければならない。食卓を囲み、農家と食事を作ってくれた家人に感謝しつつ、この幸せを未来に繋げていかなければと思っ。

高知の農家 レシピ「うちごはん」  
農家のお母さんが作る毎日の食卓そのま  
まに、丹精込めた野菜をふんだんに使った、美味しそうな料理が詰まった一冊。地元高知は豊かな農の国なのだ、あらためて再発見した。  
日々あたり前のようにこの豊かさを享受しているが、TPPの動向など、少し風向きが変わるかも知れないとはいえ、これからの農業は、どうなっていくのだろうか。そしてこのことは医療をめぐる未来でも然り、である。  
「命により近い仕事ほど儲からない」と最近何かの本で読んだ。農業と医療、そのどちらも「命を守る」という、本来人が生きるうえで最も大切なものを守るといって命を持つ。それは企業的な競争に傾きすぎたり、裕福かそうでないかなど、世の中や個人を取り巻く状況によって、サービスの質や量が左右しては困る。誰もが、あたり前に享受できることが約束されなければならない。食卓を囲み、農家と食事を作ってくれた家人に感謝しつつ、この幸せを未来に繋げていかなければと思っ。

保険医協会の健康テレホンサービス 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

# 生協病院 放射線科

# X線透視撮影装置(X線テレビ)が変わりました

## 生協病院ならではの特色

- 背中が痛くない  
硬い撮影台に寝るのは大変です。そこで画像に影響しない範囲で2枚のマットを台に敷きました。
- 係員がそばにいて安心  
放射線技師も放射線防護エプロンを着て、同じ撮影室で検査をするので、安全に検査が進められます。
- バリウムが少ない  
胃の検査で使うバリウムやふくらまし粉が原因で血圧低下や穿孔(胃腸に穴)などの事故が毎年報告されています。当院では診断に差し支えない範囲で常にバリウムの少量化に取り組んでいます。



胃透視画像もより鮮明に写ります



放射線科主任 岡林正光

X線透視室では、バリウム等を使った胃や大腸の検査、ヨード造影剤を注射して胆のうや腎臓、脊髄の検査、内視鏡も併用した消化器の検査、治療が行われています。今回、撮影装置が新しくなったので紹介します。

### 大きく変わったことは…

## フィルム(アナログ)が電子媒体(デジタル)になったことです

画像はフィルムとして保管されるのではなく、データとしてコンピュータに保管されます。ということは、診察室や病棟にある、どのパソコンモニターでも画像を見ることが可能です。データがあれば、フィルムに何度でも印刷することもできます。今回の装置は、液晶テレビなどの半導体技術を駆使した理想的な高画質のX線テレビです。

## 放射線被ばくが低減されました

今までは、人体を通り抜けたX線からフィルム撮影の間にカメラがあり、X線量も余分に必要でした。新しくなった装置は、人体を通り抜けたX線を直接、大きな箱型の検出器で画像に変えるので、少ない被ばく線量で撮影できるようになりました。また、X線を連続して照射するだけでなく、点滅させるように照射するバルス照射機能もついており、さらに被ばくを少なくする工夫になっています。



(資料提供: 株式会社島津製作所)



車イスを正面に配置して撮影ができます

## 車椅子での撮影ができます

今までは、エックス線を出す管球が撮影台に近すぎたので車椅子の方の撮影ができませんでした。今は一五〇センチメートルまで離せるので、車椅子に乗ったまま患者様の飲み込み(えんげ)検査も正面からできるようになりました。

## より安全安心な検査

装置のスリム化により、患者様の手前だけでなく後方にもスタッフが立てるようになりました。また以前の装置は撮影台を上下左右に動かして撮影する時もあり、患者様がふらつくこともありましたが、今回の装置は左右にしか動かないので安全性が高くなっています。

地域まるごと健康づくり 何かイイことはじめませんか

## 健康づくりフェスタ

高知家健康パスポートのポイントシールがもらえます。

日時 3月18日(土)13:00 ~ 16:30  
 場所 こうち男女共同参画センターソール  
 参加費 無料

なるべく公共交通機関でお越し下さい。

※事前お申し込みが必要です。詳しくは、本部事務局までお問い合わせください。

健康ひろば 13:00~14:30 ソールの各部屋

記念講演 14:50~16:30 3階大会議室

様々な体験・学習コーナーがあります。

『地域住民と一緒にヘルスプロモーション』  
講師 大泉生協病院 院長 齋藤文洋先生

## 2017年1月 理事会報告

- 1号議案 12月理事会以降の議決承認事項を確認、また50周年記念事業の決算・まとめを報告、承認した。
- 2号議案 第3四半期(4月~12月)の経営結果は、事業収益で予算比100.1%、事業費用で予算比97.0%となり、経常剰余は予算を6,242万円上回る1億737万円となったことを報告、承認した。
- 3号議案 出資金目標8,000万円達成に向け、2~3月に50周年記念特別増資運動として取り組むことを確認、意思統一を行った。





1人分 エネルギー 39 kcal  
塩分 1.0 g

### 大根とさくらえびのくず煮



- 材料** 2人分
- 大根 …………… 160g
  - さくらえび …… 6g
  - さとう …………… 小さじ1・1/3
  - しょうゆ …………… 小さじ2
  - 水 …………… 2/3カップ
  - かたくり粉 …… 小さじ2/3

- 作り方**
- ①大根は厚めに皮をむき、一口大に切って下茹でする。(まわりが透き通る程度でよい)
  - ②鍋にさとう、しょうゆ、水を入れて沸騰させ、①の大根とさくらえびを入れる。
  - ③落としぶたをして、大根がやわらかくなるまで中火弱で煮る。
  - ④水溶きかたくり粉でとろみをつけてできあがり。

## 写真ルポ

潮江支部「喫茶アラジン」ふれあい健康サロン



12月8日、高知市東支部長の 大古閑さんをお願いして、楽しい歌声喫茶となりました。懐かしい童謡や歌謡曲を簡単な解説も交えながら、声を合わせて歌いました。

朝倉みなみ支部 望年会



12月10日、40人以上が参加し、各班の班長や運営委員それぞれが、自己紹介や報告などで交流しました。お弁当を食べた後はビンゴゲームで盛り上がり、景品をもらったりして楽しいひとときでした。

旭北支部 新年組合員交流会



1月9日、湯の川温泉で配達員・組合員の交流会を行いました。初参加の方も来てみるとお知り合いがいたりして、アットホームな雰囲気にとけこまれ、おしゃべりに花が咲きました。みんな素敵な笑顔でしょ！

伊野支部 いも煮会



1月24日、恒例のいも煮会に90名を超える参加がありました。佐川支部の渡辺夫妻による漫才のようなコンチネンス体操の紹介で大笑い。その後、赤飯と豚汁をおいしく頂きました。

## 仲間のこえ



**高知市 曾我一代様**  
一年一年体の老いを感じています。健康の大切さ、元気で長生き、医療生協の健康づくりを力に、仲間の声を聞きながら協力してがんばりたいと思います。

**高知市 空ちゃん様**  
あたたかい新年でほつとしています。健康で楽しい日々を願っています。生協まつりや各支部の明るい写真はうれし

**高知市 匿名希望**

六年前に大動脈弁狭窄症を生協病院の先生に見つけていただき、三年前に手術を受け元気に仕

**須崎市 谷脇和子様**

何か月前から、家の近くを何軒か「生

活と医療」を配らせてもらっています。わざわざは歩きますので、よい機会とうれしく配らせていただいています。

**佐川町 田村 芳房様**  
私は九二歳。野菜作り、船釣りにと氣ままに一人で暮らしています。「生活と医療」も自転車です。

**高知市 吉永 芳喜様**

デイに週三回行き友達もできました。明

るく楽しい毎日過ごして、目指すは100歳!!がんばります。

**香美市 鹿取 征支様**  
今年が西年ですね。鳥のように早寝早起きに心掛けて、健康で楽しい一年となりますよう規則正しい生活習慣を守ります。

**京都府 匿名希望**

健康診断でひつかかり早目に治療ができたので、大事にいたりました。早目の健診が大

切です。

**高知市 岡林 みち様**  
モチをのどに詰まらさない様に賽の目切りにして雑煮を作りました。豆腐の味噌汁のように見えて残念でした。

**香美市 高岡 栄一様**

健康テレビホンサービス、どれも関心のあたるテーマですので、聞いてみました。とても参考になります。ノロやインフルエンザもあっていいですね。

## 50年 思い出のコーナー

## 医療とくらしを守る 全県キャラバン

## 社会保障学校

(本山町にて)



前列左端が島本理夫さん

社会保障学校を修了して「くらしの相談員」になり、「医療とくらしを守る全県キャラバン」にも参加してきました。介護保険制度が導入された翌々年、2002年の「全県キャラバン」では、事前に南国市へ医療・介護など9領域から合計34項目の検討課題を手渡し、前日には、共同する団体12名があつまり、事前学習を開催しました。この取り組みで、南国市の介護保険問題の課題が浮き彫りになったことが何よりの収穫でした。社会保障は勝ち取っていくもの。一人ひとりの切実な要求が集まれば、政治を動かすことができます。 南国支部 島本理夫



出資金と、貴方の気持ちで医療生協運営のエネルギーです。

# 50周年記念 特別増資



組合員の皆様、高知医療生協は50周年記念事業および関連企画を多くの組合員の参加とご協力により、無事終了することができました。皆様からお預かりしている出資金は、このような様々のとりくみに役立っています。

一括  
**50口コース**  
(25,000円)

一括  
**100口コース**  
(50,000円)

一括  
**200口コース**  
(100,000円)

ご協力いただける方は、お近くの事業所、または本部事務局までお申し込み下さい。ご希望がございましたら、ご説明等にお伺いさせていただきます。



ただいま、高知医療生協では「50周年記念特別増資」にとりくんでいます。年度末で何かとご入用とは思いますが、三つのコースで出資金ふやしをお願いしています。高知医療生協はこれから組合員のいのちを守り、健康づくりに貢献していただけるよう、地域に根ざした活動を継続していきます。ぜひ出資金増やしにご協力をお願いします。

お問い合わせ先 **高知医療生協本部事務局** Tel 088-843-0025  
〒780-0963 高知市口細山 206-9

## 部署紹介 9

### 生協病院 薬剤科

#### 組合員のみなさんへメッセージ

お薬に関することなら遠慮なくお問い合わせください。

薬剤科では、労災患者さんや入院患者さんへの調剤、薬の説明・服用および副作用チェック、抗がん剤の調製、入院時に持ち込まれた薬の確認、医薬品の購入・在庫管理、患者さんや職員からの医薬品に関する問い合わせの対応などを行っています。



猫と一緒に暮らしています。

土日は子どものサッカーの応援に行ってます。

事務、調剤補助をしています。

事務と注射の調剤補助をしています。

1月から薬剤科の一員になりました。どうぞよろしくお願いします。

奨学生も募集しています。

一生懸命仕事やっています。

事務と調剤補助をしています。

一緒に働いてくれる薬剤師を募集しています。

#### おめでとうございませう

- 456号 応募数34通
- 高知市 ベンチムカキ様
- 高知市 島崎 律子様
- 香美市 大石芙蓉子様
- 四万十市 吉岡 恒子様
- 四万十市 池本 嘉子様
- 457号 応募数55通
- 高知市 戸田 泰子様
- 高知市 山崎美智子様
- 安芸市 野田 富美様
- 佐川町 西山 晴子様
- 宿毛市 浦木ひとみ様

#### クイズ当選者のお名前

高知市口細山〇六八九  
高知医療生協  
クイズ 係



左の絵には七ヶ所まちがいがあります。さてどこでしょうか？ ○印をして切りとって、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五名の方に図書カードをプレゼントします。  
〆切日 4月20日

#### 編集後記

来る三月一八日の健康づくりフェスタ、前の企画に笑いケアサポーターとして参加します。笑うことは健康の良いと言われていきます。うれし

いことに、班会ではDVD付きの解説本も活用してもらいながら、独自で実施する班が増えました。健康づくりフェスタへ皆様の参加をお待ちしております。