

2024年

健康の輪・助け合いの輪・世直しの輪

11・12 No.400 月号

神戸医療生活協同組合 ISO9001 認証取得

主な記事

- 秋の生協強化月間にとりくんでいます… P4
- 祝400号記念特集…………… P5-8
- 事業所のとりにくみ…………… P12

三つの輪



これからも
広げよう！

三つの輪



詳しくは4面をご覧ください。



組合員数	出資金総額	1人あたり出資金額	支部数	班数	9月30日現在
5万8,063人	20億2,900万5,350円	3万4,945円	53支部	594班	

健康・暮らしに関するお困りごとは神戸医療生協にご相談ください

神戸協同病院	☎ 078(641)6211	協同歯科	☎ 078(913)1155	ほのぼのの郷	☎ 078(949)2345
いたやどクリニック	☎ 078(611)3681	いたやど歯科	☎ 078(612)3160	介護センターきょうどう	☎ 078(621)5677
番町診療所	☎ 078(577)1281	生協なでしこ歯科	☎ 078(978)6480	介護センターふたみ	☎ 078(941)0905
ひまわり診療所	☎ 078(941)5725	訪問看護STつばさ	☎ 078(646)2371	介護ショップきょうどう	☎ 078(641)4444
				サービス付高齢者向け住宅	☎ 078(621)0132
				きょうどうの家	

きかん紙三つの輪は地域の組合員さんによる手配りで2ヵ月に1回配布しています。配布のお便りをしていただける方は 健康まちづくり部 078(641)4322 まで、ご連絡ください。



ゴミを拾って 地域貢献



班活動を開始したのは4年ほど前、団地内をバイクで走っていると、空き缶やペットボトルなど、ゴミが結構目立ちます。医療生協として、「地域貢献できないか」との思いもあり活動を開始しました。今は年に4回程度、医療生協のゼッケンか腕章をつけてゴミ拾いをしています。時々「ご苦労様」の声を聞くこともあり少しは医療生協の宣伝にもなっているかなと感じています。

- 第4日曜日 9時半～(年4回)
- 高倉台周辺

医療ブロンズ
たかくらち支部
クリーン班

笑いが絶えない 脳いきいき班



「脳いきいき班」は、健康体操や、ネットネット、モルックやビンゴゲームなど年間行事を年度初めに決めてスケジュール通り行います。この写真は、年2回取り入れている「元気アップ音楽」の様子で講師の先生が次々と衣装を変更して一緒に歌を歌ったり、体を動かしたり笑いが絶えません。多い時は、30人を超える参加もあります。

- 第3火曜日 10時～
- UR新多聞集会所

脳いきいき班
新多聞支部

班活動についての詳しいお問い合わせ先
Tel.078-641-4322 健康まちづくり部

キラッと輝く看護 夏のナーシングセミナー

看護対策担当 川崎明子

まだまだ残暑が厳しい中、2025年の春に国試受験を控えている看護学生さんが、神戸協同病院へ看護師体験にきてくれました。地域包括病棟にて先輩ナースと一緒に患者さんを担当して看護師業務を体験しました。はじめはとても緊張していた看護学生さん。先輩ナースの患者さんとの丁寧なコミュニケーションを見ていくうちに緊張がほぐれてきたのか、少しずつ看護学生さんから笑顔が出てきました。患者さんからも「試験がんばりや!!」「来年まつてるで!!」といったお言葉をいただきながら、最後はとても素敵な笑顔でご挨拶をされていました。



カンガルーのポケット

121

シニア世代のおつきあいのコツ

小児科医 木村 彰宏

「会いたくない人もいるから、やっぱり欠席します」。十年ぶりに開かれる大学の同窓会に友人を誘うと、連れない返事が返ってきました。シニア世代になると、青春期を共に過ごした同世代と顔をあわせなくなるものです。しかし、人と付き合う気持ちの重さは、歳を重ねても変わらないのかもしれない。

前号でもご紹介しました心理学者内藤誼人先生の著書「老いを楽しむ心理学」(ワニブックス)に、「歳をとってからの人間関係のコツ」が書かれていますので一緒に見ていきましょう。

① 気が合う人とだけ付き合う
若い時は職場や子育ての中で、好きでもない人との付き合いを避けることが難しいことも多く、ストレスにつながります。アメリカのフアン先生の調査では、高齢者ほど気の合う人とだけ付き合い続けるという傾向がみられました。歳をとると付き合い合う人を絞りこむこともできるので、一緒にいて楽しい人だけ付き合い合えばよくなります。先ほどの同級生の判断も案外正解かもしれません。

② 怒りをためない
歳をとると、感情的になることが少なくなります。しかし、どうしても気に入らないことがあるときは、はっきり言わないと伝わらないことがあります。アメリカのウィルソン先生の調査では、「怒りを表現せず、怒りを心の中にため込みやすい人」ほど、早く亡くなることわかりました。嫌だと感じたことはできるだけ穏やかな表情と表現で、相手に伝えてわかってもらいましょう。ただし悪政に対しては

だやかな表現ではなく、はっきりとした抗議の声を上げることが必要ですよ。

③ 女性的になると寿命が延びる
スウェーデンのマスクソン先生によると、生物学的には男性であっても、性格的に女性的な男性ほど、長生きする傾向がわかりました。ジェンダーフリーの考え方からすれば、男性的女性的と仕分けすることには違和感を感じるのですが、攻撃的にならず、寛大な気持ちで人に接する。●競争的にならず、相手に勝ちを譲ってあげる。●冷酷でなく、愛情をもって付き合う。●自己中心的にならず、相手の立場で共感的に考える。などの性格は、男性女性を問わず長生きの秘訣かもしれません。

④ 挨拶で長生きできる
人当たりの良い人間になるための第一歩は、自分からどんどん挨拶をすることです。挨拶はその人の存在そのものを認め、尊重することなので、挨拶をしてくれる人のことを、人は嫌いにはなりません。外食の際にも、レジで「おいしかったです。ありがとう」と感謝とお礼を伝えると、和やかな空気が流れます。

⑤ 話が短い人は好かれる
アメリカのジェームス先生によると、同じことを説明する時に、年配者は使う語彙数が若いころの倍以上になることがわかりました。結婚式のスピーチや、朝礼の時の校長先生の話、うんざりとされた経験をお持ちのかたもおられるかもしれません。話の長い人を好きになる人はいませんよ。

⑥ 援助すると自尊心が高くなる
アメリカのリヤン先生の調査では、人から援助されるより、自分が援助する側に立つ人の方が、自尊心が高くなるそうです。歳をとったから何か人の力になれることを探して、やってみるのもよいかもしれませんね。

⑦ 孫と遊ぶ
ドイツのマーン先生は、孫と少しでもかかわりのある人ほど、幸福を感じて心理的に健康であるという結果を得ています。折り紙やけん玉、影絵などの昔遊びを一緒にすると、お孫さんの笑顔が見れるかもしれませんね。

カンガルーの国のシニアは、人当たりのいいばかりです。穏やかに幸せそうな顔をして、のんびりと暮らしていますよ。

担い手さん 届けてくれてありがとう!!

神戸医療生協のきかん紙三つの輪は組合員さんによる手配りで成り立っており、現在約1800人の配り手(担い手)さんに支えられています。今回は担い手さんの一部をご紹介します。



明石ブロック
魚住支部
入山 瑞穂さん

今年1月に夫が亡くなりました。この間にドクターが月2回訪問診療に来てもらいました。家族のことも配慮いただきありがたかったです。

加古川ブロック
やよい支部
松岡 光子さん

17歳准看護婦として神戸協同病院に入職し、1993年のひまわり診療所建設の計画があがり、実行委員として土地の確保、組合員、出資金増やしに取り組み、西部支部を結成し二見地区の組合員に「三つの輪」を配布したのがはじめです。支部分割をして2010年に、やよい支部を発足しました。発足当時からすべての組合員さんに届けることを目標にしています。

垂水ブロック
丘の風支部
伊藤 哲雄さん

医療生協の職員だったときに組合員さんから「職員は異動しても、組合員は転居しない限り地域から離れないのよ、だから地域との信頼関係が大切なよ」と言われ、この言葉が活動の原点になりました。

西区みきブロック
みき支部
北芝 満寿美さん

運営委員になり、担い手の一つ三つの輪の配布もしています。部数は少ないのですが範囲は広く、散歩がてら人との会話も楽しみながら配っています。

明石ブロック

9/28にひまわり診療所の駐車場でモルックを行いました。参加者は、25人でした。くじを引いてチーム分けをし、トーナメント形式で行いました。初めに池山理事に挨拶をして頂き、野口事務長からゲーム説明がありました。初めてされる方が大半の中、白熱した試合で大変盛り上がりました。このスタート企画の勢いで月間を乗り切りたいと思います。



西区みきブロック

10/3に組合員となでしこ歯科職員が合同で西神中央駅近辺の住宅を組合員訪問する予定でしたが、あいにくの大雨で中止になりました。職員のみで105件お家にポスティングをして歯科利用の案内を呼びかけています。



加古川ブロック

北別府公民会館に25人が集まり開催し、各支部の月間の準備や取り組みを発表しました。原水爆禁止世界大会の参加者の報告、支部交流として支部対抗ポッチャ大会を行い、交流を深めました。月間中は0をなくそうと9月全支部で新しい組合員が増え、4年連続ブロック組織課題総達成を目指し、良いスタートがきれました。

須磨ブロック

10/2に長田区文化センターでスタート集会を開催し、44人が参加しました。全日本民医連共同組織活動交流会の参加報告、いたやどクリニックの紹介や事業所利用の訴え、チーム脳いきいきの「脳いき班会」体験を行い支部の活動紹介として班発表を行い、4班が日ごろの成果を發揮しました。

長田・北区ブロック

9/26新開地喜楽館でスタート企画を開催し51人が参加しました。笑いあり!涙ありのバラエティー豊かな芸を堪能し、仲間ふやしと出資金増資の呼びかけをしました。昔はご近所付き合いがとても身近だった事も感じました。



垂水ブロック

9/14にレバンテ垂水まちかど健康チェックを行い測定者51人と大盛況でした。骨密度チェックは長蛇の列で終了時間が20分もオーバー!うれしい悲鳴でした。300枚のチラシを近隣に配布し、それを見て来られた方が多かったです。組合員18人と職員4人の22人が要員として参加し、久しぶりのブロック合同でのとりくみになりました。



番診ブロック

9/23にブロック交流会を開催し組合員20人が参加し、みんなでビアパーティをしました。健康づくりや平和についても語り合いました。

秋の生協強化月間にとりくんでいます

ブロック地区別にスタート企画を開催しました

1961年 神戸医療生活協同組合の誕生～いま～未来



1948年

・協同診療所開設
(職員6名)

1953年

・板宿診療所開設

1961年

・神戸医療生協誕生
(2/23)

第1号



1963年

・県下第1号の医療生協認可(5月)
・番町診療所開設
・神戸協同病院開設(50床)

1968年

・組織部体制の確立

1974年

・神戸協同病院
新築開院
★「神戸医療生協」ニュース
の組合員手配りはじまる

1993年

・ひまわり診療所
開設



1992年

第200号

1990年

・「新支部づくり」
19支部で発足

1982年

・組合員、15,000人
突破

1981年

・協同歯科開設

1977年

第100号



1976年

・第1回健康まつり
長田区立大橋中学校
にて1,000人



1994年

・駒どり開所

1995年

・阪神・淡路大震災
「大地震なんかに負
けへんでの会」活動
・仮設住宅訪問



1998年

・神戸協同病院50周年行事
「大きな大きな健康まつり」
・訪問看護ステーション
「つばさ」開設

1999年

・いたやど歯科開設
・訪問看護ステーション「きずな」
「にじ」「かもめ」開設

2002年

・神戸医療生協40周年
ヘルスウェーブ21「夢
よひろがれ」神戸総合
運動公園で2万人

2003年

・特養ふたばオープン

2015年

・神戸協同病院緩和ケ
ア病床導入(19床)

2014年

・緩和ケア開設特別
増資(1億円純増)

2011年

・神戸医療生協50周年
東日本震災被災者救
援のつどい(3/13)
新長田鉄人広場・商
店街等)1万人

2010年

・無料低額診療事業
開始(8/1)

2008年

第300号



2005年

・生協なでしこ歯科開設
★「三つの輪」に改題

2004年

・デイサービス「ほの
ぼのの郷」オープン

2016年

・三つの輪提唱30年
・虹のサポートセン
ター開設

2017年

・前進座「怒る富士」
公演

2019年

・「2025年にむけての
構想」
・「第8次三か年計画」

2020年

・「新型コロナウイルス
感染症」対応



2023年

・いたやどクリニック70周年
・ひまわり診療所30周年
・いのちの章典実践交流会



2024年

第400号

そして未来へ



今までどおり

保険証でも受診できます



あわてないで
大丈夫!

12月以降、 保険証どうなるの?

◎従来の保険証を使えます

従来の保険証の有効期限までは、引き続き保険証を使えます(最大1年間)。

◎保険証の代わりに「資格確認書」が届きます

マイナカードを持っていない人、持っていない人も保険証機能を付ける手続きをしていない人に「資格確認書」が届きます。有効期限は「各保険者が5年を超えない期間を定める」とされています。

◎マイナ保険証の解除も可能に

マイナ保険証のシステムへの不安などに応えるため、10月からマイナ保険証の利用登録の解除ができるようになります。保険者に申請すると、マイナ保険証の代わりに「資格確認書」が交付されます。

今までどおり、保険証で受診を。

多くの声が政治を動かします。

ぜひ署名にご協力ください。



▲署名はこちらから!

累計145万筆^(4月末まで)
国会に提出!

あなたもぜひ、
今の保険証をまもる運動に
ご協力ください。

「やっぱり」
12月2日
以降も
保険証で!



6年ぶりに開催

組合員活動の全国交流会

共同組織活動交流集会(岡山)に
10人が参加しました

二年に一度、医療生協の組合員活動の全国交流の場として「つながり」をキーワードに交流を重ねてきましたが、今回はコロナ禍前の規模で行いました。1日目は全体会で1,700人が集まり、各団体発言や能登半島災害支援の近況報告、テレビで会えない芸人こと松元ヒロさんの記念ライブを聞きました。2日目は分科会で全国の医療生協のとりくみ共有のほか水島公害やハンセン病療養所のあった長島愛生園、朝日訴訟の歴史を学ぶツアーに参加し貴重な体験ができました。交流会への参加者を送り出すために、地域と事業所から241,873円が集まりました。ご協力をありがとうございました。



三つの輪が届くまで

みなさまのお手元に届く「三つの輪」がどのように作られているかをご紹介します!

編集会議



毎月きかん紙委員会で編集会議を行っています。

印刷



カラーチェックを確認しながら工程を進めています。

断裁・製本



折加工も行っています。



組合員のみなさまへお届け

担い手さんが組合員さんの自宅へお届けします。



仕分け

各支部では、担い手さんたちが支部ニュースなどの折り込み作業を行っています。

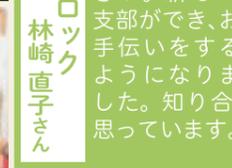


納品

部数をあらかじめ仕分けをしてお届けします。

須磨ブロック
離宮支部
岡崎 梅子さん

医療生協にかかわって60年以上、離宮支部を立ちあげた地域の顔です。(運営委員一同)



長田北区ブロック
もくれん支部
林崎直子さん

亡き夫にすすめられて入会しました。いつまでも庶民の側でいて下さい。新しく支部ができ、お手伝いをするようになりました。知り合いができよかったです。

担い手さんを募集しています!

三つの輪は2か月に1回配布をしています。配布ができていない地域があります。「となり近所だったら配ってもいいよ」「私の住んでいるマンションなら配れるよ」など、少しでもお手伝いいただける方がいらっしゃいましたら、健康まちづくり部078(641)4322まで、ご連絡ください。

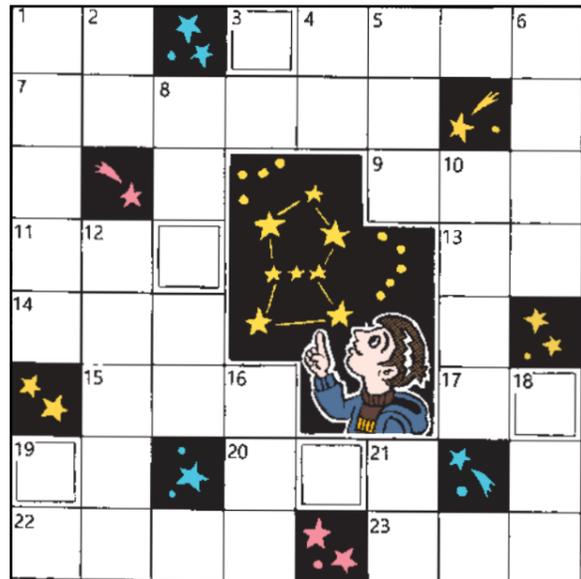
番診ブロック
兵庫南支部
長谷川 一枝さん

結婚を機に兵庫区に移り医療生協に加入し、配布を頑張っている方から声をかけられ、少しでも助けになればと引き受けました。次の世代へ繋がって行くといいですね、班会も楽しんでいます。



クロスワードパズル

イラストをヒントにして、二重ワクの5文字をうまく並べてできる言葉は？



ヨコのカギ

- ①奈良公園のアイドル？
- ②英語ではプレゼント
- ③エッフェル塔やルーブル美術館と並ぶパリの名所
- ④囲碁を打つときに使います
- ⑤……名古屋は城でもつ
- ⑥「無罪」を色で例えると？
- ⑦内野手と外野手の総称
- ⑧欧米で製作され日本に輸入された映画
- ⑨海水に含まれています
- ⑩……学。……種。……収入
- ⑪……読み。……知らず
- ⑫ふるさとのこと
- ⑬門歯ともいいます

- タテのカギ
- ①「暗夜行路」などの小説を書いた作家
 - ②サザエもホタテもタニシも
 - ③……を仇(あだ)で返す人もいます
 - ④芥川龍之介作「……の糸」
 - ⑤「アダム」……とはノドポトケのこと
 - ⑥紙を貼る時にのりをつけるために残してある部分
 - ⑦季節のない風刺的な十七文字の短詩
 - ⑧たたいて渡る人もいます
 - ⑨フォークは洋食器、箸は？
 - ⑩絵画などを飾るギャラリ
 - ⑪枯れて地に落ちた木の葉
 - ⑫いろいろな小魚
 - ⑬アリババの呪文、開け……

No.399(9・10月号)の答え▶キョウチクトウ(夾竹桃)

応募方法 はがき郵便またはメールでも受付をしています。締め切り:11月30日(土)着

- はがき応募の場合
- 宛先:神戸医療生協本部編集部(住所は表紙参照)
 - はがきに「解答・住所・氏名・年齢」を記入の上、余白にご意見、通信などもあわせてお寄せください。
- メール応募の場合
- 宛先:kikanshi.3tunowa@kobe-iseikyo.or.jp
 - 件名に「クロスワードパズル応募」と入力し、本文に「解答・住所・氏名・年齢」を入れてください。ご意見、通信などもあわせてお寄せください。



当選者

前号のクロスワードパズルの応募総数は132通(うちメールは63通)でした。パズルの正解者の中から次の10人の方に1,000円分の図書カードを郵送させていただきます。

栗屋幸夫/鶴尾郁代/岡島和哉/久保 稔/伊達慶子/田中千里/裴 政秀/久川美美子/藤田瑠美/松本裕子 (敬称略)

法律相談

無料/要予約

神戸協同病院	いたやどクリニック	協同歯科
11/15(金) ☎ 078-641-6211	11/28(木) ☎ 078-611-3681	11/12(火) ☎ 078-913-1155
12/20(金) ⌚ 18:00~	12/26(木) ⌚ 18:00~	12/10(火) ⌚ 18:00~

健康づくりイベント

ウォーキング

11月15日(金)	太山寺ウォーキング (3kmコース)	集合時間:10:00 集合場所:地下鉄 伊川谷駅 拝 観 料:300円が別途必要になります	なでこの湯で解散も可能です。温泉に入って食事もできます。
12月19日(木)	酒蔵ウォーキング (3kmコース)	集合時間:10:00 集合場所:阪神電車 大石駅 改札前	酒蔵を何か所かめぐるウォーキングコースです。見学ツアーも予定しています。

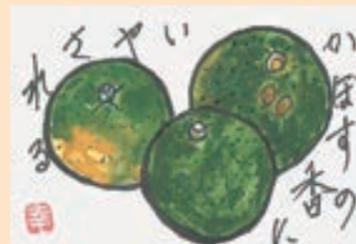
参加は予約制とします。参加ご希望の方はお電話ください。ウォーキング当日の朝7時の時点で降水確率60%以上の場合は中止します。ウォーキングボランティアを募集します。内容はウォーキングコースの下見、当日参加者の誘導などです。ご自身の健康のためにもご興味のある方はご連絡ください。

【問い合わせ】 本部 健康推進課 TEL:078-641-4322 E-mail:health@kobe-iseikyo.or.jp

みんなのひろば



中村良子(明石市)



藤田幸子(須磨区)



岸本まゆみ(垂水区)



田岡いく代(明石市)

絵手紙



高塚かつ枝(明石市)



三宅弥生(明石市)

募集中

川柳・おすすめしたい本・お庭のお花の写真など、テーマは自由です。「わが家のアイドル」も募集しています。

伝言板

今回のパズルで、「ひろしま」を思い出しています。60年前、第1回の原水禁大会に地域(神戸)代表で参加しました。二十歳の頃でしようか、炎天下の中の参加でしたが今も忘れられない経験です。平和行進も続けました。今はダメです。

高野ミズズ(加古川市)

75歳のせいかわり高年齢者になったとたん歩くのがうんと遅くなったり、普段しないことをすれば(掃除を丁寧)にガンバったり)疲れます。最近、メニエール発症で景色が良くまわりま(目がまわる)。

手島千恵(兵庫区)

部屋の電灯の取り替えが一人では出来ず困り果て、「とんとん」さんに連絡。すぐに日程調整、暑い中手早く取り替え終了。おかげさまで、明るい夜を過ごしてあります。「とんとん」の皆さんありがとうございました。これからもお世話になります。よろしくお話しします。

光岡留美子(兵庫区)

私は1987年に神戸医療生協に加入以来ずっと継続して増資もしています。「きたすま歯科」がなくなりましたが、今はいたやど歯科まで通院しています。

田中賢一(須磨区)

協同歯科の誕生日健診も20回を越えて80:20を持ちこたえそうです。食べるこ(と)が大切ですね。

藤田静(明石市)

前号のクロスワードパズルに当選して、宝くじに当たるより嬉しかったです。これからも頭の体操もやっていきます。「プラセボ効果」期待しています。

小川美恵子(長田区)

一人暮らしの身には外のニュースがわかるひとつの大きな「機関紙」です。楽しみに待っています。

羽賀幸子(西区)

今年の夏は本当に酷暑と言ったのがピッタリでした。クーラーは朝から夜までつけっぱなし。水分も小まめにとっているつもりでしたが、絶対的水分量が足りなかったのか熱中症になってしんどい思いをしました。この暑い中クーラーもない

世なおし川柳募集

- ①おひとりにつき1句まで応募出来ます
- ②平和や社会保障に関する題材を入れること(*左記条件を満たさない川柳は対象外。)
- ③未発表のものに限りです ④作品の返却はできません
- ⑤1月12日の新春のつどい参加者投票により上位5名までを三つの輪(3・4月号)に掲載しQUOカード(2,000円)を賞品とします。

応募締め切り●2024年12月20日(金)

*応募用紙は各事業所・健康まちづくり部でお渡しします。

生活をされた方の事を思うと言葉もありません。

益田あけみ(明石市)

夏に咲くキョウチクトウの花、きつと原爆のあの8月6日の広島にも咲いていたことでしょうか。

藤井節子(須磨区)

きかん紙委員会より

写真を撮影する際には、マスクを外すように呼びかけをさせていただきます。



西区みきブロック
伊川谷支部
富本 順子さん

朝から晩まで医療生協の事を考えているような方です。40年関わってこられた実績は大きく、組合員みんなに慕われています。自慢の支部長さんです。

(運営委員 金岡久仁香)

いつも課題のクリアに孤軍奮闘されています。もっと力にならなくては…と思います。汗

(支部長に引っ張られひたすらついて行く
運営委員 板東真知子)

〈プロフィール〉

神戸医療生協と関わって40年が過ぎました。長田・西区で地域の健康づくりに関わってきました。「三つの輪」機関紙委員も10年程。日々学びと人との出会いの連続でした。支部ニュースは毎月休まず続けてきました。支部は「今年は新しいことをやろう!」と、まわりを巻き込みながら悪戦苦闘中です。

連続シリーズ 事業所のとりくみ 2

ズキズキ
ピリピリ

たいじょうほうしん
带状疱疹ってなあに？



いたやどクリニック 皮膚科 専門医 堀 啓一郎

带状疱疹になる人が増えています。子どもの頃にかかった水ぼうそうのウイルスが原因の病気です。加齢やストレスで免疫力が低下したときに、神経節に潜んでいたウイルスが活性化してからだの片側に痛みや発疹を引き起こします。ワクチンの定期接種で子どもの水ぼうそうが激減し、ウイルスに接する機会が少なくなったことが患者数の増加に関係していると考えられます。

带状疱疹にはよく効く薬があり、早く治療を始めるほど効果的です。次の症状があればすぐに相談してください。まず、からだの片側のピリピリとした痛み。次に赤い斑点が現れ、中に小さな水ぶくれがいくつもできて、带状に広がります。

水ぶくれは白く濁ったあとに破れてただれ、かさぶたになって痕を残して治ります。水ぶくれが治ってもうすぐような痛みが数ヶ月続くこともあります。顔、なかでも目や耳にできた带状疱疹の後遺症は長引きます。

特に五十歳以上の人では、带状疱疹の予防にワクチンが有効です。ワクチンには二種類あり、ひとつは水ぼうそう予防ワクチンそのものです。生ワクチンなので免疫機能に異常がある場合は使えません。もうひとつは、ウイルスの一部を使った遺伝子組み換えワクチンです。接種対象や効果、価格に違いがあるので、詳しくは医科事業所にご相談ください。

ワクチンの種類	ビケン(生ワクチン)	シングリックス(不活化ワクチン)
接種回数	1回	2回
予防効果	50~60%	90%以上
持続期間	5年程度	9年以上
副反応	接種部位の痛み、腫れ、発赤 3日~1週間で消失	接種部位の痛み、腫れ、発赤 筋肉痛、全身倦怠感 3日~1週間で消失
料金	(組合員) 6,300円 (未加入者) 9,000円 市の補助利用で (組合員) 2,300円 (未加入者) 5,000円	(組合員) 19,000円 (未加入者) 21,800円 1回につき 市の補助利用で (組合員) 15,000円 (未加入者) 17,800円 1回目分は

※協同病院、いたやどクリニック、番町診療所では神戸市の補助利用で受けられます。補助が受けられる期間は2025年3月末までで神戸市にお住まいの50歳以上の方が対象です。

※ひまわり診療所では明石市の補助利用で受けられます(別途申請書の提出が必要)。補助が受けられる期間は2025年3月末までで明石市にお住まいの50歳以上の方が対象です。

※三木市にお住まいの50歳以上の方は、市の補助利用で受けられます(別途申請書の提出が必要)。補助が受けられる期間は2025年3月末までです。市外の医療機関でも接種可能です。神戸医療生協の医科事業所で、組合員価格でご利用ください。

ワクチン接種は予約制です。詳しくは三つの輪表紙の医科事業所にお問い合わせください。