

**(2020年12月医師体制)** 診療時間 (予約制) 午前/月~土 8:30~11:30 川口市中青木 4-1-20  
 午後/火・水・木 14:00~16:30 代表電話 048-251-6002  
 夜間/月・水・木・金 18:00~20:00 健診直通 048-251-8560

	月	火	水	木	金	土	
午前	1診	関口由希公	山田 歩美	本岡 勇	新津 望	井上さやか	関口由希公 (第1) 藤澤健太郎 (第1・3)
	2診	渋谷 真史	梅田 和敬	早田 幸子	髙藤利比古	関口由希公	橋田 待子 (第2) 今岡 貴子 (第2)
	3診	小野 聡 (胃カメラ/外科)	田村めぐみ (胃カメラ)		石塚 悦昭	内視鏡医師	早田 幸子 (第3) 川島志布子 (第4)
午後	1診			関口由希公			小堀 容史 (第4)
	2診	休診	田村めぐみ	早田 幸子	関口由希公	休診	
夜間	1診	川上 浩平	休診	高橋 央	矢尾 善英	金子 朋弘	内科医師が交替で診察しています。 □は女性医師です。
往診	渋谷 真史	梅田 和敬	吉原 芳江	関口由希公 石塚 悦昭	関口由希公		
栄養相談	午前のみ			午前・午後	午前のみ		
保健指導	○	○	○	○	○		

※当日受診ご希望の方は、まずはお電話ください。3密を防ぐために時間を指定してご案内することがあります。

**無料 低額 診療** を行っております。医療費の支払いに不安な方はお気軽に窓口にご相談ください。

**訪問診療 (契約) をしています** ご希望の方は、電話でお問い合わせ下さい。担当看護師 確井

・通院介助が必要で通院が大変な方・認知症などでご自身の定期的な通院が難しい方・病気や障害で自宅療養中、寝たきりなどの方・自宅で人工呼吸器や胃ろうなどの処置を行って移動が困難な方・自宅での看取りを希望されている方 上記の方で訪問診療 (往診) をご希望の方は、ご相談ください。

**連絡バス時刻表**

	出発時間	注
さいわい発~協同病院行	9:35 12:40 15:25	注:バスは定刻に発車します。お乗りになる方は、お早めにさいわい診療所へお越し下さい。
協同病院発~さいわい行	8:40 11:50 15:00	★休診日は全便運休です。 ★土曜日は運休です。

**夜間診療のすすめ**

**夜間診療をご利用ください**

18時から20時 (原則予約制) となっておりますので、ご受診希望の方はお電話ください。

**生活相談会 (無料)**

11月21日(土)14:00~15:00(予定)  
 (相談受付14時まで・要予約)  
 暮らしの困りごとや生活する上での心配事など、なんでもお気軽にご相談ください。  
 お電話でも構いません。  
 相談者 松本幸恵氏 (川口市会議員)

**ボランティアさん大募集!!**

学生ボランティア中心の「みんなの食堂 Flat (ふらっと)」は、毎月第3土曜日に無料食材配布会を開催しています。配布会当日10時30分から、寄付していただいた食材を袋詰めできる方、13時から困っている方へお渡しできる方など、一緒にボランティアして下さるかたを大募集しております。

食材のご寄付も大歓迎です。お気軽にご連絡ください。

配布会: 12月19日(土)13:00~さいわい診療所 (仕分け作業...10:30~)

\*事前の予約をお願いします。

さいわい診療所 阿部 070-2154-7362

2020年12月

**さいわい だより**

医療生協さいたま  
さいわい診療所  
内科  
川口市中青木 4-1-20  
TEL 048-251-6002  
FAX 048-251-6109  
http://saiwai-cl.jp/  
所長 関口由希公  
さいわいHP



**年末増資にご協力ください**  
**出資金が役立っています**

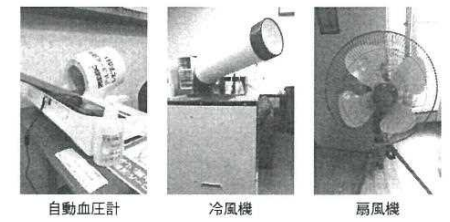
日頃よりさいわい診療所の活動・運営にご理解・ご協力ありがとうございます。

ず補助的な手段として大型扇風機や冷風機を購入しました。

これから冬に向かって暖房や加湿も必要になるこ

今年度のさいわい診療所の“仲間増やし”“増資”“増資実人数”の年間目標と10月末時点の到達状況を報告させていただきます。年間目標と到達状況は表のようになっています。

	年間目標	到達状況
仲間増やし	300人	246人
増資	1200万円	623万円
増資実人数	1000人	685人



とが予想されます。

来年度はさいわい診療所・かがやきの新築移転が控えています。より良い医療・介護の提供を続けていけるのも、出資金の支えがあるからです。引き続き年末増資にご協力をお願いします。

※出資金は寄付や会費ではありません。転居などで医療生協をおやめになるときは全額お返しします。

**年末年始の診療**~仕事納めは12/29、仕事始めは1/4になります~

	12/29 (火)	12/30 (水)	12/31 (木)	1/1 (金)	1/2 (土)	1/3 (日)	1/4 (月)
午前	○	休診	休診	休診	休診	休診	○
午後	休診	休診	休診	休診	休診	休診	休診
夜間	休診	休診	休診	休診	休診	休診	○

## 虹の箱の投書より

9月は4件投書をいただきました。  
1件は感謝のお言葉、3件は健診や外来待合室の混雑と待ち時間についてのご意見でした。  
ご迷惑・ご心配をおかけしており、まことに申し

訳ございません。  
予約時間の見直し等含め良い打開策がないか、情報収集と業務分担や流れの順番など総合的に分析・検討をしております。多部門・多職種に関わる問題として捉えており、もうしばらくお時間をください。院内では検温、換気と消毒により一層努めます。

## ケアセンター かがやきの扉

ケアセンターかがやきの定期巡回・随時対応型訪問介護看護の管理者の中村です。

定期巡回は訪問介護サービス的一种です。通常の訪問介護とは違った訪問ができ、一日のうちに短時間で複数回サービスに入れる特徴があります。

現在のコロナ禍で、施設では入所や面会が制限され、面会ができない施設もあります。このような中で在宅サービスの必要性、重要性を改めて知るきっかけとなりました。

た。  
最期は病院や施設ではなく、住み慣れた自宅で最期を迎えたいと考える方が多くいらっしゃると思います。定期巡回サービスはそのような想いにも寄り添えるサービスとなっています。在宅でのお看取りの際は主治医(かかりつけ医)が必要となっています。

さいわい診療所が主治医となり、定期巡回(訪問介護)と、訪問看護、ケアマネージャーが連携して、安心して最期までご自宅で過ごせるような支援をしています。

今後ケアセンターかがやきと、さいわい診療所が一体となって、地域の方が安心して生活できる様な支援を行ってきたいと思っております。

## 健康豆知識

糖尿病の3大合併症についてご存じでしょうか？  
「し→神経障害」「め→網膜症(目に出る症状)」「し→腎症」のことで、よく「し・め・し」と覚えてくださいと言われています。

現在さいわい診療所 看護部では、糖尿病の合併症予防・重症化予防について力を入れています。特に今年には神経障害のチェックとして、足(フット)チェックに取り組んでいます。

糖尿病の患者さんで「手先・足先がしびれる」「足の裏に何か張り付いているよう」との感覚異常を訴える方がいます。これは神経障害の症状です。一方、症状の訴えはないのですが、実際に足チェックをしてみると、感覚が鈍いことがわかる患者さんもいます。これも神経障害の可能性がります。神経障害は、一般的には治ることがないと言われております。また症状が進むと痛みを感じず、外傷など突発的に発生した異

## ～足(フット)チェックについて～

常に気が付くことができずに、足の壊疽(※皮膚組織が死んでしまうこと)が起こり、足切断へとつながってしまう可能性があります。

神経障害の予防や維持のためには、血糖値のコントロールがとても重要になります。加えて、今の自分の神経障害の状態を知る必要もります。

現在は、看護師よりお声掛けをし、足チェックを行っておりますが、「簡単なチェック」で状態を知ることができますので、気になる方は定期診察時に職員までお声掛けください。

文責：看護師 出川



## 参加して みませんか？

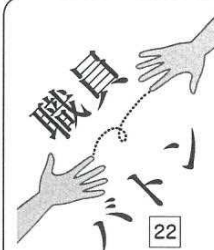
※ご自宅で健康チェックをして参加してください。(体温37度以上・風邪症状・体調不良・ご家族に発熱者や濃厚接触者がいる方は参加をご遠慮ください)



■問い合わせ  
さいわい診療所 阿部  
TEL 070 (2154) 7362

## \*診療所以外の会場も紹介します\*

第2・3・4水曜日	午前	ダンベル体操	青木公民館
第1~4水曜日	午前	セラバンド体操	青木公民館
第1~4金曜日	午前	手芸	青木公民館
毎週水曜日	午前	セラバンド・玄米ニギニギ体操	上青木公民館
毎週木曜日	午前	3B体操	上青木公民館
第2・4火曜日	午後	ストレッチ・ラジオ体操	青木東公民館
第2・4水曜日	午前	新聞ちぎり絵	青木東公民館
毎週火曜日	午前	健康体操	南平公民館
第2・3・4土曜日	午前	健康体操	幸栄公民館
第2・4水曜日	午後	セラバンド・ストレッチ	幸栄公民館
第3水曜日	午後	小物作りとおしゃべり	幸栄公民館
第1~4金曜日	午後	手芸 友の会	前川南公民館
毎週水曜日	午前	セラバンド・玄米ニギニギ体操	前川南公民館
第3水曜日	午後	絵手紙	並木公民館
第2・4水曜日	午後	ストレッチ・セラバンド・玄米ニギニギ	鳩ヶ谷スポーツセンター
第2・3・4火曜日	午後	太極拳サークル	里公民館
第1・2・3水曜日	午後	太極拳サークル	やすらぎ会館
第1・2・3火曜日	午前	太極拳サークル	ふれあいプラザさくら
毎週火曜日	午前	ウォーキング	スキップシティ
第2火曜日	午後	イオンモール内ウォーキング	イオンモール川口前川
毎週水曜日	午前	セラバンド・これから音頭	辻公園
第2・4月曜日	午前	ストレッチ・ラジオ体操	前川第6公園
毎週金曜日	午前	ストレッチ・ラジオ体操	里第2公園
毎週土曜日	補報	たまり場	里集会所
第4月曜日	午後	たまり場	ねごさんち(元郷1丁目)



皆さんいつもお世話になっております、今年7月よりさいわい診療所でドライバーに就きました鈴木です。

川口へ越してきて4年半、まだまだ土地勘鈍く地図とナビの

世話になりながらあたふたとやらせて頂いております。そんな私の一番の癒し薬がビールと、この2羽の子達です。

左が今のモン。右があのレイ 何やら相談していた時の1枚ですがこの子等に元気を貰いながらこれからも頑張っていくつもりです(笑) どうぞ宜しくお願い致します。



## さいわい診療所・CC かがやき オレンジ カフェ (認知症)

1月は  
お休みです。

2020.12.11(金) 開催!  
14:00 ~ 16:00

認知症のことで心配な方、お困りの方、一緒にお話ししてみませんか? どなたでも参加できます。お待ちしております。

主な内容: ・脳トレ体操・おしゃべり

会場: さいわい診療所 1階  
住所: 川口市青木4-1-20  
参加費: 100円  
主催: さいわい診療所  
ケアセンターかがやき

(お申し込み・お問い合わせ)  
ご参加頂ける方は、12月8日(火)までに TEL048-251-6002 (岩瀬) または浜平) までご連絡ください。

※新型コロナウイルスの流行状況によっては企画の取りやめもありますので、参加希望の方は連絡を入れて下さい。

