

(2021年4月医師体制)		診療時間 (予約制)	午前/月~土 午後/火・水・木 夜間/月・水・木・金	8:30~11:30 14:00~16:30 18:00~20:00	川口市中青木 4-1-20 代表電話 048-251-6002 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	本間 勇	新津 望	井上さやか	関口由希公 (第1) 内科医師(第1・3)
	2診	内科医師	内科医師	内科医師	齋藤利比古	関口由希公	橋田 待子 (第2) 今関 貴子 (第2)
	3診	小野 聡 (胃カメラ/外科)	内科医師 (胃カメラ)		洞 俊	医師 (胃カメラ)	内科医師 (第3) 川島志布子 (第4)
午後	1診		関口由希公		関口由希公	休診	小堀 容史 (第4)
	2診	休診	内科医師	内科医師			
夜間	1診	川上 浩平	休診	高橋 央	矢尾 善英	内科医師	内科医師が交替で診察しています。
往診	内科医師	内科医師	内科医師	関口由希公 洞 俊	関口由希公		は 女性医師です。
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を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・病气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: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。
さいわい発~協同病院行	9:35 12:40 15:25	★休診日は全便運休です。
協同病院発~さいわい行	8:40 11:50 15:00	★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。(19時30分までにはお電話下さい)

生活相談会(無料)
4月17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(川口市議員)

ボランティアさん大募集!!

フードドライブ(食材の寄付)活動にご協力いただける方・食材を仕分け、整理、袋詰め、配布できる方(毎月第3土曜日仕分け:10時30分~13時、配布会:13時~15時30分の可能な時間)を募集しています。レトルト食品、調味料、缶詰・瓶詰め、お菓子、ジュース、乾麺、海苔、お米(開封済み可)など、賞味期限が1~2ヶ月以上あり、常温保存できる食品をおひとりお一人の「おすそわけ」

で、食べ物で困っている方をサポートすることができます。ぜひご協力ください。(性別・年齢・経験の有無不問)

問合せ:さいわい診療所 阿部 070-2154-7362

『みんなの食堂 flat(ふらっと)』
無料食材配布会 4月17日(土)13:00~15:00
さいわい診療所入り口前
お申し込み・お問い合わせ 電話:080-6895-4533
メール: minnanno.syokudou.flat@gmail.com

2021年
4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

定期的に健診・検診を受けましょう

~春の健診シーズンが始まります。
新型コロナウイルス感染症が気になって
受診を控えている皆さまへ~

自覚症状が現れにくい、そんな病気は少なくありません。だからこそ、生活習慣病の予防には定期的な健診で健康状態をしっかりとチェック。自分の体を知ることが健康維持の第一歩です。がんは早期がんでは無症状であることがほとんどなので症状がなくても定期的ながん検診を受けることが早期発見・早期治療につながります。

厚生労働省のHPから抜粋

健診結果がそのままになっていませんか?

病気の早期発見・早期治療のため健診を受診後、健診結果が「要精査」「要治療」と判定されても、医療機関を受診されない方が、少なくありません。健診は受けても、なかなか医療機関を受診する割合が低いのが現状です。

仕事が忙しいなどの理由で再検査を先送りしても、不安を抱えたまま過ごすことになります。また手遅れになることもあります。

健診は自分の体を知るチャンスとして、受けて終わりではなく、詳しい検査・治療が必要な時は必ず受診をしてください。

健診・診療を受けるときの服装について

- ・ゆったりとした脱ぎ着しやすいものが良いと思います。
- ・金属パーツのある物(ワイヤーの入った下着や、装飾品)は外すことを願います。場合がありますので紛失等を避ける意味でも当日は身に付けられない方がお勧めです。

建設ニュース

新診療所の建設が始まりました



完成予想図

地域に頼りにされ、誰もが気軽に集える場・施設になるよう建設工事が滞りなく進むことを願っています。

新館のテーマカラーは医療生協の七色(虹)をモチーフにしました。世代を越えてみんなが集え、地域で暮らしを支える医療と介護の複合型施設をめざします。

健康豆知識

～基準値が変更になります～

「基準値」とは過去に大きな病気の経験がない、健康な人の検査結果から求められます。この集団の検査値の上下2.5%を除いた、95%内に含まれる数値が基準値とされます。

4月からLD(乳酸脱水素酵素)、ALP(アルカリフォスファターゼ)の検査方法がJSCC法からIFCC法に変わります。これは全国の病院で国際的に通用する検査方法にそろえようという運動の一環です。それに伴いALPの基準値が変更されます。新しい検査方法だと今までの3分の1くらいの値になります。また、血液型B型・O型の方は低めに、妊娠中の方では高めに測定されることがあります。

さいわい診療所では半年間併記を行ってスムーズな移行ができるように考えています。

臨床検査技師 大久保智子

「いのちの相談所」ポスター 普及活動に取り組んでいます

近隣の薬局・商店・介護事業所・支援センターなどに「いのちの相談所」ポスターを掲示していただけるようお願いの訪問活動をしました。

多くの方がこころよく受け取って下さり「ご苦労様です。貼っておきます」との声に励まされました。地域での生活を支える存在でありたいと思います。「医療」「介護」「治療費」でのお困りの方はご相談下さい。



さいわい診療所・CC かがやき

オレンジカフェ (認知症)

次回予告!!
2020.5.14(金)
14:00~16:00 (予定)

2020.4.9(金) 15:00~16:00 開催!

認知症のことで心配な方、お困りの方、ご一緒に話ししてみませんか? どなたでも参加できます。お待ちしています。

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: 川口市中原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、4月7日(火)までに TEL048-251-6002 (岩隈または浜平)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。

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)。お近くの運営員またはさいわい診療所 阿部にお問い合わせください。

企画が中止になる事も考えられますので、参加希望の方はあらかじめご連絡ください。

※緊急事態宣言中は中止です。

■問い合わせ
さいわい診療所
地域コミュニティ担当 阿部美佐子
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
毎週水曜日	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	幸栄公民館
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	健康体操	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	午後	たまり場	里集会所
第4月曜日	午後	たまり場	ねこさんち(元郷1丁目)

ケアセンター かがやきの扉

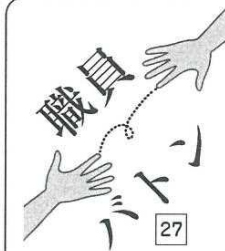
～コロナ禍での訪問介護～

ケアセンターかがやき 定期巡回管理者 中村晋平
緊急事態宣言の影響もあり、埼玉県のコロナ患者は減少してきてはいますが、予断を許さない状況が続いています。

コロナ患者で高齢者、そして疾患を抱えた方であっても入院ができず、自宅療養を余儀なくされている方もいらっしゃると思います。このような中で訪問介護は重要な役割を担っています。職員は自分がウイルスの媒体者とならない様、細心の注意を払い、マスクやゴーグル、手袋、エプロン等を着用し、訪問を行なっています。

「自宅に人が出入りするはこの期間がちょっと…」と訪問がなくなる事もありますが、かがやきの訪問介護で生活を支えている方も多くいらっしゃるの、利用者様やご家族様が不安にならない様な対応を心がけています。

コロナ禍でも地域の方が安心して暮らせるよう、職員一人一人が知識・力量を高め、安心・安全なケアを提供してまいります。



さいわい診療所に入職して10数年がたちました。子育ても一段落し、今の私にとっての心の癒やしは、11歳のロングコートチワワのメルちゃん(おす)です。毎日仕事から帰ると「おかえり」と笑顔で迎えてくれ「遊ぼう」とせがんだり「散歩に行こう」と催促してきます。毎日の朝・晩の散歩は大変なときもありますが、私にとっては大切な時間です。そろそろおじいちゃん犬ですが、元気で長生きしてほしいと思います



看護師 天木屋由美