

〈2021年6月医師体制〉

診療時間
(予約制)
午前 月～土 8:30～11:30
午後 火・水・木 14:00～16:30
夜間 月・水・木・金 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 杵淵 広志	吉原 芳江	吉原 芳江	藤藤利比古	関口由希公	楠田 待子(第1・2・3) 今関 貴子 (第2)
	3 診 小野 聡 (胃カメラ/外科)	山田 康嗣 (胃カメラ)		洞 俊	浅沼 晃三 (胃カメラ)	小堀 容史 (第3) 川島志布子 (第4)
午後	1 診 休 診	山田 康嗣	山田 歩美	関口由希公	休 診	
	2 診		久志本舞衣子			
夜間	1 診 川上 浩平	休 診	高橋 央	矢尾 善英	堀江 秀紀	内科医師が交替で診察しています。
往診	杵淵 広志	吉原 芳江	山田/久志本 吉原 芳江	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いて移動が困難な方・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
さいわい発～協同病院行	9:35 12:40 15:25
協同病院発～さいわい行	8:40 11:50 15:00

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。
★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。
(19時30分までにはお電話下さい)

生 活 相 談 会 (無料)

6月19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!!

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) 問合先: さいわい診療所 阿部

070-2154-7362 または、048-251-8578

『みんなの食堂 flat(ふらっと)』

無料食材配布会 6月19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: minnana.syokudou.flat@gmail.com

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

2021 年度・健康診断のご案内

～ご自身の体や健康について、考えてみませんか?～

2021 年度が始まり、各種健康診断がスタートしました。

健康診断は病気の予防だけでなく、隠れた病気を早期に見つけるためにも非常に有効です。

昨年、新型コロナウイルスの流行で健康診断を

受けそびれてしまった方は早めの受診をお勧めします。

その他、各種健保の健診もお受けいただけます。詳しくはお問い合わせください。

■川口市特定健康診査・川口市人間ドック検診■

	期間	検査項目	受診者負担額
特定健康診査 川口市国民健康保険加入者 で 40 歳以上	6/1～2/28	診察、計測(身長・体重・BMI・腹囲・ 血圧)尿検査、採血(肝機能・血糖・ 脂質・腎機能・貧血)、心電図	0 円(自己負担なし)
人間ドック 川口市国民健康保険加入者 で 30 歳以上	4/1～2/28	診察、計測(身長・体重・BMI・腹囲・ 血圧)尿検査、採血(肝機能・血糖・ 脂質・腎機能・貧血・感染症・炎症)、 心電図、胸レントゲン、上部内視鏡、 便潜血、眼底検査* *眼底検査は 75 歳以上の方は含まれません。	30～60 歳: 9,900 円 65～74 歳: 6,600 円 75 歳以上: 6,600 円

事業所健診を日曜日に受けませんか?

さいわい診療所では 2021 年 7/11・8/22・
9/26・2022 年の 2/6 に日曜健診を予定して
います。

健診項目に制限があるため、事業所さまへの

ご案内になります。

問い合わせ先

健診直通: 048-251-8560(平日 月～金

9:00 から 16:45 まで)

建設ニュース



基礎（地盤）工作業時の様子 さいわい診療所 出川

基本構造や外壁がきまり、現在は設計会社と相談しながら、診療所内の細かい設備・備品を調整しています。細長い構造になるため、患者さんが利用しやすい導線を考えながら、話し合いをしています。一方、建設予定地では工事が着々と進んでいます。陽気もあたたかくなりました。お散歩がてら、みなさんも建設予定地の進捗をみまってください。

健康豆知識

「熱中症警戒アラート」は都道府県等の地域毎に発表され、ある地点で暑さ指数（WBGT）が33℃以上になると予想された場合に都道府県単位で、前日の17時頃と当日の5時頃に「アラート」が発表されます。

暑さ指数とは暑さの厳しさを示す指標で気温や湿度・日射・輻射などの熱も取り入れた数値です。「アラート」が発表されたらどうする？

- ・熱中症のリスクの高い高齢者や子どもなどに3密（密集・密接・密閉）を避けつつ、声掛けを行う。
- ・不要・不急の外出はできるだけ避ける。
- ・エアコンなどが設置されていない屋内外での運動や活動は原則、中止や延期にする。

「熱中症警戒アラート」をご存じですか？

環境省・厚生労働省が示している「新しい生活様式」における熱中症予防行動ポイント

- ・暑さを避けましょう・適宜にマスクを外しましょう・こまめに水分補給しましょう
- ・日頃から健康管理をしましょう・暑さに備えた体作りをしましょう

熱中症による体温上昇と新型コロナウイルスによる発熱の判断は難しいです。熱中症のリスクを避ける生活を心がけて下さい。

参考資料 環境省 「熱中症警戒アラート（試行）発表時の予防行動」

ケアセンター かがやきの扉

フードパントリーに参加して

今年1月、さいわい診療所前で開催された「みんなの食堂 Flat（ふらっと）無料食材配布会」に参加しました。フードドライブ（食材の寄付）で集まった食材を仕分け・袋詰めし、予約された方に配布する活動です。当日はさいわい診療所玄関前に100名近くの方が集まり、袋詰めされた食材を持ち帰られました。会場にはくじ引きやお菓子も用意され、子ども達の元気な声も聞かれました。

コロナウイルスが蔓延する前はこども食堂が開催されていましたが、感染予防のため現在は配布会になっています。本来ならば子ども達が楽しく食事をしたり、親同士が交流したり、近隣の方が気軽に立ち寄れるコミュニティが必要だと思います。

心が元気じゃないと、身体にも不調をきたします。こんな時期だからこそ正しく感染予防をした上で、地域の方々との繋がりを大切にしていきたいと感じた1日でした。

毎月第3土曜日に「無料食材配布会」が定例開催されています。お困りの方は一人で悩まず相談してみてください。

ケアセンターかがやき訪問看護 主任 森田綾香

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
TEL 048 (251) 6002

※診療所以外の会場も紹介します※

第2・3・4木曜日	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木曜日	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	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木曜日	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)



私は川口で育ちました。子どもの頃に、たくさん見かけたキューポラは少しずつ姿を消し、今では駅前がきれいに整備され、住みやすい街に選ばれるほどになりました。嬉しい反面、懐かしい景色が

消えてゆくことに淋しさも感じます。そんな中、毎年変わらずに楽しませてくれるのが西口公園の桜並木です。花が終わったあとの新緑、秋の紅葉もまた趣があります。コロナ禍で不安な気持ちになることもありますが、美しい物々目々を向ける心はいつでも持っていると思います。



総務事務 中村 優子

さいわい診療所・CC かがやき
**オレンジ
カフェ** (認知症)

2021.6.11 (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、6月10日(木)までに TEL048-251-6002 (若狭または浜平) 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。

認知症サポーター養成講座

日時：2021年6月19日(土) 受付10:00

講座：10:30 ~ 12:00 質疑応答あり 会場：青木東公民館

講師：川口市青木地域包括支援センター職員

〈お問い合わせ・申し込み〉ケアセンターかがやき 担当 田中

FAX 048-251-0307 電話 048-252-1321