

〈2025年1月医師体制〉

診療時間
(予約制)

午前 月～土 8:40～11:30
午後 火・水・木・金 14:00～16:30
夜間 月・水・木 18:00～20:00

川口市西青木 5-1-40
代表電話 048-251-6002
健診直通 048-251-8560

	月	火	水	木	金	土
午前	1診	☺ 山田	☺ 山田	稲村	新津	☺ 山田 (第1)☺山田 (第2)今関 (第3)佐藤 (第4)☺揚野 第5は交代制
	2診	☺ 揚野	☺ 久保田	☺ 揚野	齋藤	内科代診
	3診		☺ 揚野	陣内	☺ 揚野	☺ 葛原
胃カメラ	尾形	川端				
午後		☺ 揚野	☺ 久志本 陣内	☺ 山田 小田	☺ 葛原	
夜間	川上		高橋	住吉		
往診	午後	午後	午前 午後	午前 午後	午後	
栄養相談	○	○	○	○	○	
保健指導	○	○	○	○	○	

※当日受診ご希望の方は、まずはお電話ください。
※赤ちゃんマークのある先生は小児科もご相談ください。

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 碓井

・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 12:10 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。

★休日日は全便運休です。★土曜日は運休です。

★送迎バス発着所はすべて駐車場側になりました。



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・要予約)

1月18日(土)14:00～15:00(予定)相談受付前日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、お気軽にご相談ください。事前予約となります。
相談者 松本幸恵氏(川口市会議員) 相談予約電話 048-251-8578

フードドライブ食料品大募集!!

さいわい診療所では食料品を集め、困っている方へお預かりした食料品を渡す「フードドライブ」の活動を行っております。皆さまのご家庭にある頂き物などで余っている食料品等がありましたら、ご提供頂けませんか?ご協力をよろしくお願い致します。

また、フードドライブ支援の利用をご希望の方も

お気軽にご相談ください。

担当：さいわい診療所 山内 070-2154-7362

『みんなの食堂 flat(ふらっと)』

無料食材配布会 1月18日(土)13:00～15:00
さいわい診療所 住所：川口市西青木 5-1-40
お申し込み・お問い合わせ 電話：080-6895-4533
メール：minnano.syokudou.flat@gmail.com

さいわい だより

2025年
1月

**医療生協さいたま
さいわい診療所**
内科・小児科
川口市西青木 5-1-40
TEL 048-251-6002
FAX 048-251-6109
http://saiwai-cl.jp/
所長 山田 歩美

さいわいHP
@saiwai.70

あけましておめでとうございませす

昨年は、12月に日本被団協(日本原水爆被害者団体協議会)がノーベル平和賞を受賞するという、とてもうれしいニュースがありました。核兵器の脅威が高まっている昨今、代表の田中さんが「核が軽く語られる、核兵器を使うことが軽く語られるような時代になったことは大変、私たちにとって遺憾で、悲しい思いがします。最大限の力を振り絞って核兵器は人類と共存させてはならない兵器だ」と語り、私たちに伝えていきたい」と語りました。

長引く物価高騰による生活苦は、外来の患者さんのお話からも切実に伝わってきます。70代、80代になっても元気で働く患者さんを見ると、生きがいがあるこの大切さを実感する一方、この年まで働かないと生活不安があるような世の中とはなんだろうかと考えてしまいます。

先の総選挙では「現役世代に負担が偏っている」と、若者と高齢者の分断を煽るような政治家の発言が気になりました。増大する社会保障費の要因を高齢者のせいにして、75歳以上の医療費窓口負担3割の対象拡大や、終末期医療を見直し尊厳死を法制化するような発言がありました。

すでに公的年金は減り続け、それに加えて物価高騰、医療費自己負担増などで、2022年の高齢者の貧困率は女性22・8%、男性16・4%となっています。2021年の子どもの相対的貧困率は11・5%で9人に1人の子どもが貧困状態にあるとされています。若者と高齢者の分断を煽る政治ではなく、誰もが安心して暮らせる社会の実現を訴えていきたいです。

暗いニュースばかりになってしまいましたが、さいわい診療所は開設71年、移転して丸3年を迎えることがで

きました。地域で頼りにされる医療機関になれるように、職員一同奮闘してきました。患者さんから「先生に相談したら安心しました」「すぐに診てもらえて助かりました」とお言葉をいただく場面も多く、診療の励みになります。一方、診療体制の都合などですぐに相談に乗れない場合もあつたと思います。今年は診療体制をさらに充実させ、訪問診療も拡充していきます。要介護になっても、癌を患っても、最期まで長年暮らしてきた自宅で過ごせるように尽力していきます。困ったことがあったら、まずは診療所に相談してください。

当院は「総合診療専門医」「家庭医療専門医」を育成する診療所です。総合診療医・家庭医は患者さんのさまざまな困りごとの相談にのる専門家です。ちよつとした症状から辛い症状まで、仕事のことや家族のことなどを、まずは受け止めるという姿勢を大切にしています。複数の若手医師が診療所で研鑽を積んでいます。若い医師だと不安に感じる場面もあるかもしれませんが、患者さんのお話を真摯に受け止める姿勢を持っています。

また、目の前の患者さんだけでなく、地域で起こっている問題にも目を向けることを大切にしています。貧困や難民の問題など、川口の地域で起こっていることを積極的に学び、「なんでも相談会」や「夜廻り活動」にも参加しています。この地域の拠点になれるような診療所を、今年も地域の組合員さんとともに作っていききたいと思

さいわい診療所 所長 山田 歩美



通所リハビリのコーナー

栄養ミニ学習会を実施しました

11月に、リハビリ時間を一部使って当診療所の管理栄養士によるミニ学習会を実施しました。フレイル予防と栄養について専門職ならではの分かりやすい説明と質問への的確な回答もあり、利用者様は食事の大切さを改めて意識されていました。聞いてよかった！という声を多数いただきました。さいわい診療所通所リハビリテーションでは今後も利用者



様の健康を支えるために他職種と積極的に連携し、情報を発信していく予定です。

さいわい診療所通所リハビリテーションは、さいわい診療所 2階です。月曜日～金曜日（午前・午後）、土曜日（午前）、2時間程度のプログラムです。見学の送迎もいたします（診療所からおおむね3km範囲内）。※ご利用には介護保険の「要介護」または「要支援」の認定が必要です

●電話番号（直通） 048-251-0350（担当：柏崎、北嶋）

ケアセンター かがやきの扉

医療生協さいたまでは、生協10の基本ケア（以下10ケア）を実施しております。今回は、第4章【あたたかい食事をする】についてお話をさせていただきます。

10ケアでは、「身体に合ったテーブル（食事が見えるよう肘より低いもの）」「椅子を使用し食事をする」を進めています。ご自宅では難しい面もありますが、それ以外でも「あたたかい食事をする」「親しい人と楽しく食べる」「料理の匂いを感じる」などなども進めています。食べることは楽しく、心も温まることです。食べる喜びのために働いてきたのも人間の歴史だと思います。食べる機能は毎日使わなければ衰えます。毎日食べて、おしゃべりしてよい1年を過ごしましょう。 訪問介護 高橋



郵便大腸がんチェック検診 受付中

家でできる検診（便潜血2回法）です。過去1年以内に大腸がん検診を受けていない方、仕事等で忙しく受診できない方にはお勧めです。この機会にぜひ、受けてみませんか？

検診の申し込みから結果までの流れ

- ①お電話にてお申し込み下さい。
- ②ご自宅へ便採取の容器、料金の振り込み票を送ります。
- ③料金を振り込み、数日経ってから検体をお送り下さい。
- ④約1週間でポストに検査結果が届きます。

対象者 医療生協さいたま組合員
(未加入の方は加入をお願いいたします)

料金 1,610円（税込み）

申し込み先
医療生協さいたま けんこう文化部
TEL：048-296-8291

医療生協と地域をつなぐ「虹のテラス」

折り紙で遊ぼう

虹のテラスで毎月第1・3火曜日午前に「折り紙で遊ぼう」をおこなっています。折り紙の本を見ながら、それぞれが楽しく折っています。

診察で呼ばれる前や薬ができてあがるまでの待ち時間に一緒に折ってみませんか？みなさまのご参加をお待ちしております♪



開催日：毎月 第1・3火曜日 10:00～

場所：診療所1階 虹のテラス前 ※マスクの着用をお願いいたします。

問い合わせ：さいわい診療所 まちづくりコーディネーター 山内 TEL：070-2154-7362

健康豆知識

見逃しているワクチンはありませんか？

風疹ワクチン

海外渡航が増えている今、麻疹風疹が増加傾向です。感染力が非常に強く、特に風疹は妊娠中に感染すると赤ちゃんに先天異常が生じる可能性があるため注意が必要です。

①昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性（集団接種が当時1回だった年代）で、風しん抗体検査の結果、抗体価が低いと判定された方に対し、無料で風しんの予防接種を受けることが可能です。期限が3月31日までです。

②川口市に住居登録のある方で以下の方が助成対象です。
(1) 妊娠を希望する18歳以上50歳未満の女性
(2) (1)の配偶者（配偶者には事実婚を含む）または風しんの抗体価が低い妊婦の配偶者
(3) (1)の同居家族または風しんの抗体価が低い妊婦の同居家族



子宮頸がんワクチン

1997～2007年度生まれの女性を対象とし3月までの「キャッチアップ接種」の期限を、3回必要な接種のうち、3月までに1回でも接種すれば、その後の接種費用を最大1年間無料になりました。3月末に定期接種の期間が終わる今の高校1年相当の女性も、キャッチアップ接種と同様に無料の期間を延長することになりました。

その他のワクチンについても自治体や当診療所にお気軽にご相談ください。

薬剤科 中村