## (2025年10月医師体制) 診療時間 (予約制)

・前/月〜土 8:40〜11:30 ・後/火・水・木・金 14:00〜16:30 ・悶/貝・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	±
		Э	X	小	不	並	
	1診	久志本	② 担当医師	稲村	新津	人 久志本	(第1)◎揚 野
							(第2)今関/◎久保田
_	2診	② 久保田	② 久保田	◎ 揚 野	② 久保田	⑤ 河 野	(第3)内科医師
午							(第4)◎担当医師 /河野
前	3診	◎ 揚 野	居城	② 小 田	◎ 揚 野	◎葛原	第5は交代制
	胃カメラ	担当医師	揚野			第1・3・5	
	月月ルプフ	[ 건글즈메 	勿到			小川	
	- 44		<b>₩</b> 18 88	5 <del>+ +</del>	② 担当医師	◎葛原	
午後			◎ 揚 野	久志本	久志本	② 久保田	
1	友間	川上		高橋	住 吉		
	往診	午後	午後	午 前	午 前	午後	
1				午 後	午 後		
栄	養相談						
保健指導		栄養相談·保健指導は随時、受け付けています					

※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いただけます。

### 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 で希望の方は、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で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 いる方など、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。

## 連絡八人用刻表

出発時間

さいわい発~協同病院行 9:35 12:10 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。

★休診日は全便運休です。★土曜日は運休です。

協同病院発~さいわい行 8:40 11:50 15:00 ★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)

#### 10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

## ニー・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 活動を行なっております。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 10月18日(土)13:00~15:00 \*\*10月の配布場所は「青木会館」になります。ご注意下さい。 お申し込み・お問い合わせ 電話:080-6895-4533 メール:minnano.syokudou.flat@gmail.com



## **※ 医療生協さいたま**さいわい診療所

内科・小児科・健診

川口市西青木 5-1-40 TEL 048-251-6002 FAX 048-291-8065 http://saiwai-cl.jp/

さいわい HP

(i) saiwai.70

所長 揚野 佳太

## 2025 年度

## 生協強化月間スタート!

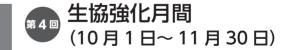
今年も10月1日から11月30日まで生協強化月間がスタートします。この月間中は地域の公民館文化祭への参加、支部・事業所の健康まつり開催等を通じて私たちの活動を地域に広くお知らせし、一人でも多くの方にご参加頂きたいと考えています。

ぜひ、この月間中に医療生協さいたまの活動にご参加頂き、私たちの組織を大きくするために「加入・増資」というかたちで支えて下さいますようお願いたします。



日にち	まつり	開催場所	支部・事業所
10月5日	健康フェスタ	さいたまスーパーアリーナ	医療生協さいたま
10月5日	里公民館文化祭	里公民館	鳩ケ谷里支部
10月18日	前川南公民館文化祭	前川南公民館	上青木支部
10月26日	青木東公民館文化祭	青木東公民館	青木支部

# 知ってほしい医療生協



毎年 10 月 1 日から生協強化月間がスタートします。生協強化月間とは生活協同組合の根拠法となる「消費生活協同組合法」が施行された 10 月 1 日を記念して全国の生活協同組合が取り組む、組合員拡大と活動の周知を目的とした集中期間になります。

医療生協さいたまでも生協強化月間中に事業所・地域で医療生協をお知らせするための様々な取り組みが行われます。地域訪問行動や支部、事業所健康まつり、公開講座の開催など医療生協さいたまに触れて頂く機会を多数、計画しています。ぜひ、この月間中に活動にご参加下さい。皆さまのご参加をお待ちしております。 (まちづくりコーディネーター 山内)

## お薬 あまっていませんか?

## 薬局に相談してください



厚生労働省の推計では、残薬にかかる医療費が年間約500億円にのぼり、医療費の増加、治療効果の低下、健康被害リスクなどを引き起こし、社会的な課題となっています。

#### さいわい診療所では…

- ●2週間以上の余りがある場合は院内の薬局に声をかけてください。 家にある薬の日数をお知らせください。
- ●薬がたくさんあって服薬管理が大変?!

▶薬のケースやカレンダーの活用があります

▶一包化して服用するタイミングの薬をひとまとめにできます (調剤に時間がかかるので後日取りに来ていただくか調剤薬局のご利用 をおすすめしています)



## 子育て応援コラム

## スギ花粉と舌下免疫療法

スギ花粉症はスギ花粉が原因となっておこるアレルギー疾患です。症状はくしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみなどで、日常生活の様々な場面で影響を及ぼします。治療は症状をおこす物質(ヒスタミンなど)の働きや局所の炎症を抑えて症状を和らげるものでしたが、他の治療法に舌下免疫療法があります。

舌下免疫療法は症状の原因となっているスギ花粉から作られた薬を1日1回舌の下に置く治療法で、症状を和らげ日常生活に与える影響を改善する効果があります。治療開始時期はスギ花粉が飛んでいる時期は体の反応性が過敏になっているため、花粉が飛んでいない6月~11月頃までに開始します。治療期間は少しずつ体に慣らすため、おおよそ3~5年は治療を要します。

効果については個人差もありますが、治療開始から数ヶ月で 効果が現れ始め治療を継続するにつれて効果が高まる傾向があ ります。詳細についてはお気軽にご相談下さい。

(小児科専門医 葛原真樹子)



費用の内訳(3割負担の場合の目安)

- ●初回の受診時 (アレルギー検査含む) 初診料・検査料・薬剤費など 約 4,000 円~ 5,000 円
- ●2回目以降の通院時(月1回)診察料+月1回分の薬代約2,000円~3,000円

※処方医が限られているため、事前にご予約ください。また薬の 入荷数によってはしばらくお待ちいただくこともあります。

## ●●・健康豆知識 •●●

### なぜ、血圧が高いとよくないの?

特に症状ないけど?なぜ?と思う方もいると思います。血圧とは血液が心臓から全身に送り出された時の血管の壁を押す力です。血管をお庭などで使用するホースで例えてお話します。ホースに水圧を加え続けるとホースは固くなります。固いホースでは内側に水アカなどのゴミが付きやすくなったり、固い状態を放置すると、ホースがひび割れて、水が漏れたりします。血圧が高い状態が続くと血管で同じ様な事が起きてしまいます。そのため、急に脳卒中や心筋梗塞など重大な病気になってしまう可能性があります。

最近の研究で、脳卒中や心筋梗塞などを予測する方法として、病院で測る血圧より家庭で測る血圧の方が優れていることがわかっています。病院でも血圧を測定しますが、一時的に高い事や低い事もあるので、自宅に血圧計がある方は、是非、自宅で血圧を測ってみて下さい。 (看護師 横田 栄)

参考文献:高血圧治療ガイドライン解説冊子、NPO 法人日本血圧協会

# Cafe 虹のテラス

開催のおしらせ

#### 日時

10月31日(金)14:00~15:30 (13:45~受付)

#### 場所

さいわい診療所1階 虹のテラス

#### 内容

学習講演

健康寿命を延ばすための 栄養の上手なとりかた

講師

#### 宮崎 ひとみ

(さいわい診療所 管理栄養士)

企画終了後はカフェタイムと医療・介護 相談を行ないます。

※申し込みは不要です。どなたでもご参加 できます。

お問合せ先

担当 山内 (070-2154-7362)

## 虹の箱の投書より

#### ご意見

薬の準備中に何度もパソコンを確認しなくてもできるのではないですか?

(※分かりやすくするため表現を変えています)

#### お返事

私達院内の薬剤師は、患者さんごとに看護師の問診や医師の判断が活かされた処方内容になっているか、薬の変更理由や効果、副作用、肝臓・腎機能検査の結果等をカルテで確認し、この量が適正かどうかをチェックしています。また他院からの情報提供書の処方内容の鑑別や薬手帳から相互作用・同じ成分の重複がないかのチェックを行っています。医師の業務と重複する点はありますが、薬剤の専門家の視点で医師をサポートすることは医療安全上とても大事な業務となっています。処方内容によっては医師へ進言(疑義照会)することもあるため多少お時間をいただくこともあるかもしれません。何卒、ご理解ご協力をよろしくお願いします。 さいわい診療所 薬局

お詫びと訂正 2022 年 8 月にさいわいだよりに掲載した内容で「長いもやオクラなどのネバネバ成分の『ムチン』で」と表記しておりましたが、ムチンは動物性の物質で植物には存在しないことが分かりました。つきましては記述に誤りがあったことをお詫び申し上げます。