

健康づくりの秋 始めませんか？

医療生協さいたまでは12月まで「埼玉まるごとヘルスチャレンジ」を実施しています。ヘルスチャレンジは自分の健康習慣を見つめ直し、できることから少しずつ健康づくりを始める取り組みです。期間中の30日間で6つのコースの中から1つを選んで取り組みます。

30日間の取り組みを報告して頂いた方には抽選で素敵なプレゼントをご用意しております。子どもさんも参加できますので、親子で一緒に取り組んでみてはいかがでしょうか。皆さまのご参加をお待ちしております。

ヘルスチャレンジの用紙をご希望の方は担当までお問い合わせ下さい。 担当：山内（070-2154-7362）



定期検査 やってますか？

さいわい診療所では、定期的な検査をお勧めしています。診療所にくるといつも検査をすすめられるとか、年齢的に検査は必要ないと考えている方も少なくないと思います。今回は定期検査を勧める理由を説明していきます。

① 基本状態の把握

採血の基準値などは平均値をもとにしているため個人差があります。体調不良になった際に基礎となるデータがないと評価に困る場合があります。採血だけでなく胸部レントゲンや心電図も同様です。项目的に広く検査出来る健康診断の利用がおすすめです。

② 治療効果判定

糖尿病や高脂血症等の病気は自覚症状に乏しく、問診や診察のみで治療効果の評価は困難です。定期的に採血することにより治療方針を評価する必要があります。

③ 副作用・合併症のチェック

薬の副作用や病気による合併症を起こしていないか、確認のための検査です。採血の他にエコー検査や眼底検査などがあてはまります。

上記以外にも、定期検査を実施することにより思いもよらない異常が発見されることもあります。定期通院されていない人も、年1回は健康診断で自身の状態を確認しましょう。

虹の箱の投書より

ご意見

若い医師の方の診察だったが、こちらの訴えもあまり聞いてもらえず薬のことばかりだった。さいわい診療所は地域医療を大事にして患者と医師の交流も深かったのに残念。

お返事

医師交代によりご不便おかけしております。慣れ親しんだ医師以外とのコミュニケーションに不安を感じられたのでしょうか。ペテラン医師からの交代でご不安もあるかと存じますが、当診療所は家庭医を育てる診療所としての役割を担っております。医療生協に理解のある家庭医が育つことでより地域に根差した診療を継続できるようになります。まだまだ経験不足による力量不足もあるかもしれませんが指導医ともども日々精進してまいりますので何卒ご理解・ご協力よろしくお願いいたします。

ワクチンは予約制となります

インフルエンザ・新型コロナ 予防接種

予診票について

川口市／蕨市以外在住の方は、お住まいの自治体にお問い合わせいただき、**予診票をご持参ください。**

接種期間

2025年10月1日～2026年1月31日

*ご不明点は職員までお声かけください

小児インフルエンザワクチン

●接種料金（税込）		
	1回目	2回目
組合員	4,640円	2,550円
未組合員	5,800円	3,190円

- 他院で1回目を接種し、当院で2回目を接種する方は、1回目の接種料金となります。
- 医師の判断により接種不可となった場合、診察代として500円がかかります。

問い合わせ

●さいわい診療所 TEL:048-251-6002

「けんこうと平和」を 配布して頂ける方を募集しています！

医療生協さいたまの「けんこうと平和」を始めとする機関紙は1万人を超える組合員の配布ボランティアの方々の手配りによって、皆さまのお宅に届けられています。しかし、近年は配布者の不足により、お配りできない地域もあります。そこで、お住いの地域で「けんこうと平和」を配布して頂ける方を募集しています。毎月1回ボランティアで数部～何部でも構いません。「月に1回だけなら」「散歩のついでで良ければ」など…。

ご協力頂ける方は、下記までご連絡下さい。お待ちしております。

ご連絡・お問い合わせ
まちづくりコーディネーター 山内
TEL 070-2154-7362

平和のつどい & クリスマスコンサート

平和への思いを語りながら、素敵な音楽と共にクリスマス前のひと時を楽しく過ごしませんか？ぜひ、お子様とご一緒にご参加ください♪

12月13日(土)

13:00～平和のつどい 14:00～コンサート

さいわい診療所 1階外来待合室

演奏：弦楽アンサンブルアルテ♪ 参加費：無料

地域の公民館まつりへ参加 支部まつり開催します！

11月1日(土)
鳩ヶ谷公民館まつり
鳩ヶ谷公民館
(川口市坂下町3-2-2)
10:00～13:00
鳩ヶ谷中央支部

11月4日(火)
鳩ヶ谷里支部まつり
里集会所
(川口市里1125)
13:00～16:00
鳩ヶ谷里支部

11月7日(金)
鳩ヶ谷桜町支部まつり
鳩ヶ谷福祉センター
(川口市桜町6-4-5)
9:30～14:30
鳩ヶ谷桜町支部

11月8日(土)
南平公民館まつり
南平公民館
(川口市元郷6-14-1)
9:30～12:00
南平支部

11月15日(土)
上青木公民館まつり
上青木公民館
(川口市上青木西2-14-14)
10:00～13:00
上青木支部

生協強化月間中の11月に医療生協の支部では地域の公民館まつりへの参加、支部まつりの開催をします。骨密度測定などの健康チェックや看護師による健康相談を行ないます。他にも各支部独自の企画を準備してお待ちしております。お近くの方はぜひ、ご参加下さい！