

<2026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	久志本	☺ 担当医師	稲 村	新 津	久志本	(第1)☺揚 野 (第2)今関/☺久保田
	2 診	☺ 久保田	☺ 久保田	☺ 揚 野	☺ 久保田	☺ 河 野	(第3)内科医師 (第4)☺担当医師 / 河野
	3 診	☺ 揚 野		☺ 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 小 川	
午後			☺ 揚 野	久志本	☺ 担当医師 久志本	☺ 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		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

ご希望の方は、電話でお問い合わせ下さい。
担当看護師 横田

・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。

★休診日は全便運休です。★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）

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 1月18日（日）13：00～15：00
※1月は「青木会館」で日曜日へ変更になります。ご注意ください。
お申し込み・お問い合わせ 電話：080-6895-4533
メール：minnano.syokudou.flat@gmail.com

2026年
1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・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/
所長 揚野 佳太

さいわい HP
@saiwai.70

新年あけましておめでとうございます。昨年は、当診療所の医療を温かく支えてくださり、心より感謝申し上げます。

昨年また、社会情勢が大きく動いた一年でした。日本では初めて女性総理が誕生し、政治や社会が良い方向へ変化することを期待する方も多いと思いますが、どのような政策を進め、どんな国を目指していくのか、国民が批判的に見ていかなければならないと思います。

現在、全国的に医療・介護の事業経営は非常に苦しい状況です。物価高に対して診療報酬が見合っていない、6割の医療機関が赤字と言われる中、限られた人員・資源で医療を続けています。介護事業所も次々に閉業へと追いやられています。仕事量や責任に見合った賃金が得られず、疲弊し生活に苦しむケア労働者が全国に数多くいます。新総理は所信表明演説で医療・介護現場への緊急支援を約束しました。まさに今、医療・介護の存続がかかっているターニングポイントだと思います。ケア労働の重要性を政府全体で徹底的に認識していただき、十分な支援を行っていただくことを強く期待します。

一方で、病床数削減やOTC類似薬の保険外しなど、患者さんが適切な医療を受ける機会を奪いかねない政策も進められようとしています。入院ベッドの空きがないために、コロナ禍で救急車がこの病院にも受け入れられず、亡くなってしまった人もいたことはまだ記憶に新しく感じます。国民の生活、健康、いのちを何よりも大事にする政治を望みます。

さらに、台湾有事に関する総理の発言が世界に大きな影響を及ぼしています。外交に関して様々な課題はありますが、無闇に分断や対立を煽るようなことはせず、平

和的に諸国と向き合っていく姿勢が国として重要だと思います。また軍事費の増大により国民の生活が危ぶまれるということは決してあってはなりません。平和な社会をつくり維持していくことが人々の生活や健康を守るために最も大事なことです。政府にはその責務を果たして欲しいと思います。

話は変わりますが、さいわい診療所は今年で開設72年、移転して4年となります。前述した通りケアの現場は大変な状況ではありますが、組合員さんを初め地域の方々に支えられて、日々診療を続けられています。当診療所では家庭医が中心となり、赤ちゃんから高齢者まで、まずはどんな相談でも聞くことを心がけています。病気のことはもちろん、ちょっとした気になることや生活の不安など、気軽に相談していただけたら嬉しいですね。

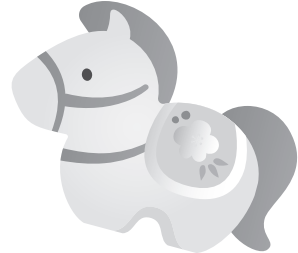
また多くの方に受診していただき、外来が混み合う日も少なくありません。予約時間を大きく超えてお待たせしてしまうこともあり、ご不便をおかけしていることを心から申し訳なく思っています。改善できる部分は改善しつつ、これからも全職員が一丸となって患者さん一人一人に対し真摯に向き合っていきたいと思っています。

本年も、皆さんの健康で自分らしい生活を支えられる診療所であり続けたいと思っています。社会全体が変化の渦中にありますが、こんな時代だからこそ、気軽に相談できる存在が大切だと思いますので、職員一同、今年も力いっぱい頑張ります。

どうぞ本年もよろしくお願いたします。

さいわい診療所 所長 揚野 佳太

あけまして
おめでとうございます



医療生協さいたま・埼玉民医連看護部の 看護実践が 表彰されました！！

医療生協さいたま・埼玉民医連看護部が2023年度『続 地域とともに産み・育み・看とる』を発行しましたが、この度、公益財団法人生協総合研究所 生協総研賞「特別賞」を受賞しました。

2021年から約2年半かかって完成しました看護実践の記録を、ぜひ多くの皆さんに読んでいただきたいと思います。

●書籍購入希望の方は担当：山内 (070-2154-7362) まで ●定価 1,200 円 (税込)



わいわいまつり 開催しました！

11月30日(日)今年も「わいわいまつり」を開催しました。今年は診療所のお仕事を体験できるコーナーを設けて、子どもから大人まで多くの方に診療所のお仕事を体験してもらいました。

毎年恒例のバザー、キッチンカーの他にコープみらい、パナソニックエイジフリーさんの協力で防災クイズ、介護用品の展示・体験会も行ないました。また、今年の健康チェックコーナーでは動体視力を測定する「アイキャッチ」や「肌年齢測定」が大変好評で多くの参加者で賑わいました。他にも近隣の飲食店(カレー・シフォンケーキ)、みんなの食堂 flat さんの出店協力もあり、350人を超える多くの来場者で盛り上がりました。

健康豆知識

Q 紙タバコの中から出ている煙(副流煙)と本人が口から吸い込む煙(主流煙)どちらが有害物質が多く含まれているのでしょうか。

A 答えは…紙タバコの中から出る煙(副流煙)です。副流煙には多くの有害物質が含まれており、病気を発症する危険性や心筋梗塞で死亡する高くなります。



あなたの吸っているタバコの煙で、吸わない方の健康を損なうのは悲しいですね。

あなたの健康の為、あなたの周りの方の健康を守るために禁煙しませんか。

タバコの煙に含まれるニコチンは、強い依存性を持っています。なかなかやめられない喫煙は「ニコチン依存症」の可能性があります。病気であるニコチン依存症を意思の力だけで治すのは難しいことです。医師と一緒に、禁煙治療に取り組みませんか。

あなたのため、大切な人のために、禁煙治療を考えましょう。



さいわい診療所では、土曜や夜間診療でも禁煙外来を行っています。まずは、相談をお願いします。(保健師：碓井)

診療所に薬剤師がいるということとは？

診療所薬剤師は全国の勤務する薬剤師総数の1.8%しかいません(令和2年統計)。

まちの調剤薬局とは違い、調剤技術料や薬学管理料、一包化(薬をまとめて分包する)外来服薬支援料などが院内処方の場合につきません。そのため院外処方に比べ、院内処方の方が安くなっています。

診療所にいる薬剤師は薬を調剤して渡すだけでなく、医薬品管理はもちろん、薬の適正使用の確認や、医療安全・感染管理、予防接種や生活習慣病重症化予防対策、職員の労働環境の保全、経営管理への参画が求められています。

医療生協さいたまでは、人件費がかかっても組合員さんのため・安全管理のために診療所に薬剤師を配置するということにこだわり続けています。

薬剤師の確保も大変厳しい中、事業継続のために皆様の『増資』でのご支援・ご理解が必要です。ぜひ、診療所支援のご協力をよろしくお願いいたします。



おいしく減塩 すこしおレシピ

にんじんとツナのカレー和え

材料(3人分)
にんじん 1本(160g)
ツナ油漬け缶 小1缶(70g)
くるみ 20g
トマトケチャップ 大さじ2(18g)
A 中濃ソース 小さじ2(7g)
カレー粉 ひとつまみ(0.4g)
パセリ 1房(15g)
またはしその葉 3枚

つくり方

- ①にんじんは短めのせん切りにする
- ②パセリまたはしその葉はちぎっておく
- ③ボールにツナ缶を缶汁ごとAと混ぜ、さらに①と②とくるみ、パセリを加えて和える

※作ってすぐよりも、半日～1晩置いた方が、にんじんと調味料が馴染んで美味しく食べられます



〈参考〉塩分量	
ツナ油漬け缶	0.7g / 缶
トマトケチャップ	0.6g / 大さじ2
中濃ソース	0.4g / 小さじ2
エネルギー	100 kcal
塩分	0.6 g
調理時間	約10分程度

職員募集

／いっしょに働きませんか？／

募集職種

理学療法士または作業療法士
1名

雇用形態

常勤または非常勤職員

※詳細は
048-251-8578 担当：浜平まで