

# お知らせ 初めての方も大歓迎です。ぜひご参加ください。

## 環境ボランティアのご案内

毎月第2・4火曜日 9:00より  
(病院の周りの環境整備です)  
病院玄関に集合です。

## 燃やせ体脂肪教室

影森教室…毎週火曜日13:30~15:00  
**会場** 秩父スポーツ健康センター  
 皆野教室…毎月第2・4木曜日9:30~  
**会場** 皆野町柔剣道場  
 長瀬教室…毎月第2木曜日13:30~  
**会場** 長瀬中央公民館  
 ※事前にご連絡ください。参加費無料

## スポーツ吹矢教室

心肺機能を高める効果があります。  
毎週水曜日 15:00~17:00  
**会場** 秩父生協病院 1階ロビー  
 指導は 日本スポーツ吹矢協会  
**参加費** 入会金1,000円・月1,000円  
 ※初回1ヶ月は無料体験

**自衛術(じきょうじゆつ)** 講師:堀口緑先生  
 毎月第2・4金曜日 18:00~19:30  
**会場** 秩父生協病院 ※11月は第2・5  
 金曜日で9日・30日  
**参加費** 月1,000円 となります。

## 太極拳 講師:坂本京子先生

毎月第4火曜日 14:30~16:00  
**会場** 秩父生協病院 1階ロビー  
 参加費無料

## ロコモ体操

(筋力アップ体操とウォーキング)  
毎月第1・3木曜日 14:00~  
**会場** 柳田集会所

各支部活動への参加ご希望の方は事前に  
組合員サポート課渋谷(☎23-8124)  
までご連絡下さい。

## 無料法律相談 13時~

11/7(水) 秩父民商事務所にて(☎23-8154) ※希望の方は相談場所へ  
 12/5(水) 秩父生協病院にて(☎23-1300) お申込みください。

## 11月 診療体制のご案内 急きょ変更になる場合があります。【 】内は専門

| 診療受付時間                 | 月             | 火                                   | 水                                    | 木                          | 金                 | 土  |   |
|------------------------|---------------|-------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------|-------------------|--|---|
| 午前<br>8:30~12:00       | 内科            | 山田 昌樹<br>(院長)                       | 吉野 隆之<br>*2毎週11時~<br>もの忘れ外来<br>「予約制」 | 吉野 隆之                      | 山田 昌樹<br>(院長)     | 山田 昌樹<br>(院長)                                | *1 3日:休診<br>10日:吉野・担当医<br>17日:吉野・担当医<br>24日:村岡・担当医<br><br>*院長・吉野・村岡<br>医師は、総合診療<br>内科医です。<br><br>*1 土曜日の医師体制は輪<br>番制のため、急遽変更<br>となることがあります。<br>予めご了承ください。<br><br>*2 もの忘れ外来は毎週火<br>曜日11時の予約枠を<br>ご用意しています。「も<br>の忘れ」が心配な場<br>合はまずはお電話で<br>ご相談ください。<br><br>*3 通院が困難な方に対<br>しては医師が計画的にお<br>宅へ伺う在宅訪問診療<br>を実施しています。 |
|                        |               | 村岡 雷太<br>*12日は休診                    | 市川 篤<br>【呼吸器】                        | 村岡 雷太                      | 中林 公正<br>【腎・リウマチ】 | 村岡 雷太  |   |
|                        |               | 市川 篤<br>【呼吸器】<br>(5日・19日)           |                                      | 関口由希公<br>【糖尿病】<br>(7日・21日) | 吉野 隆之             | 市川 篤<br>【呼吸器】                                |   |
| (木:小児科)<br>9:30~12:00  | 胃カメラ          |                                     | 藤田 映輝                                |                            | 山田 昌樹<br>(院長)     |  |   |
| 午後(火のみ)<br>14:30~16:30 | 小児科・<br>冷え性外来 | 横井 範子                               |                                      |                            |                   |  |   |
|                        | *3 訪問診療       | 市川 篤                                | 市川 篤                                 |                            | 市川 篤              |  |   |
| 夜間<br>17:00~18:30      | 内科            | 5日:山田<br>12日:山田<br>19日:村岡<br>26日:山田 | 村岡 雷太                                | 吉野 隆之                      | 山田 昌樹<br>(院長)     | 2日:村岡<br>9日:吉野<br>16日:吉野<br>23日:休診<br>30日:吉野 |   |

※横井医師の漢方による冷え性外来を行なっています。ご希望の方は☎23-1300までお電話ください。

訪問診療も行なっています。 検査結果や薬の名前など用意しておきましょう。

※夜間・休日で受診やご相談がある場合はご連絡下さい。

※検査等できない場合は、他の医療機関に紹介させていただくこともございます。

入院時の  
差額ベッド代はいただき  
おりません。

お宅までお迎えに伺う個別送迎を行っています。  
 利用を希望される方は、まずは受付までお電話ください。☎23-1300

## なんでも 相談窓口

医療、福祉にかかわらず、「困りごと」がありましたら、まずはお気軽に  
 窓口へご相談下さい。 ※当院は無料低額診療事業を行なっております。

# しあわせ

2018年  
11月号  
No.291

医療生協さいたま  
秩父生協病院  
〒368-0016 埼玉県秩父市阿保町1-11  
☎0494-23-1300  
発行 秩父生協病院 広報委員会

秩父生協病院の  
理念 地域の人々とともに、利用者中心の安心・安全の  
 保健・医療・介護サービスを提供します。

インターネットでの情報は **秩父生協病院** 検索  
 又は、<http://www.chichibu-ch.or.jp/> です。

当院では在宅訪問診療や個別送迎も行っております。  
 お気軽にご相談下さい。

訪問看護・訪問介護・ケアプラン・介護相談は

- 生協ちちぶケアステーション  
秩父市阿保町1-11 ☎0494-22-9902
- サテライトながとろ  
(火曜日・金曜日15:30~17:00)  
長瀬町本の上780-1 ☎0494-69-2380
- 生協ちちぶ在宅介護支援センター  
秩父市熊木町24-15 ☎0494-25-2077

## インフルエンザについて

インフルエンザは、地域的な流行とともに学校や  
 職場内での集団感染で問題になることも多く、小さい  
 お子さんや妊婦、高齢者・療養中の方など、重症化  
 しやすい方のご家庭では特に注意が必要です。

症状の多くは急な発熱、せきやのどの痛み、全身  
 倦怠感や関節の痛み、筋肉痛などがあります。

予防としては、外出時は人込みを避け、外出から  
 戻った際には、手洗いやうがいをお願いします。また、  
 日頃からバランスのとれた食事や十分に休息をとり、  
 抵抗力をつけておきましょう。

予防接種も重要です。予防接種は発症する可能性を  
 減らし、もし発症しても重い症状になるのを防ぎます。  
 また、流行するウイルスの型が変わるので、毎年、  
 定期的に接種することをお勧めします。

インフルエンザにかかったとき、  
 特に気をつけることは、  
 「他人にうつさない」ことが大事です。

- 患者さんは、できるだけ他の家族と離れて静養しましょう。
- 感染予防のため、1時間に1回程度、短時間でも、部屋の  
 換気を心掛けましょう。
- せきが出るときは、患者さんはマスクをつけましょう。
- 家族が患者さんと接するときにはマスクを着用し、お世話  
 の後は、こまめに手を洗いましょう。
- 熱が下がったあとも、2日程度は他の人にうつす可能性が  
 ありますので自宅で静養することが望ましいでしょう。
- ご心配なことがございましたら、受付までお問い合わせ  
 ください。 感染対策委員会: 武内 加寿子

## インフルエンザワクチン予防接種

接種期間(公費助成期間) 2018年10月20日(土)から2019年1月31日(木)まで

### 《料金のご案内》

- ①65歳以上の方 ..... 1,200円
- ②60歳以上で身障手帳1級をお持ちの方... 1,200円
- ③秩父郡市中学3年生の方..... 1,200円  
 \*小鹿野町中学3年生の方は無料  
 (①②③にあてはまらない方)
- 医療生協組合員の方 ..... 3,660円
- 医療生協にご加入でない方 ..... 4,860円

★ご希望の方は、事前に窓口、またはお電話にて  
 お申し込みください。自治体補助は上記期間で  
 終了となりますので、お早めに接種されることを  
 お勧めします。

★秩父郡市以外にお住まいで、公費補助制度のご利  
 用を希望される方は、外来医事課までお問い合わせ  
 下さい。

秩父生協病院 ☎23-1300



# 11月より組合員利用車が変更になりました。

組合員利用車の利便性を高めるため、11月1日より駅～病院の定期便をお宅まで迎えにうかがう個別送迎に切り替え、予約制となっております。ご利用になる場合は、☎23-1300までお電話いただきますようお願いいたします。

| 時刻 | 秩父生協病院発    |                    |              |      |       | 秩父生協病院発    |       |
|----|------------|--------------------|--------------|------|-------|------------|-------|
|    | 在宅支援センター前発 | 根岸歯科医院(西武秩父駅最寄り)前発 | 御花畑駅発(だんご坂下) | 秩父駅発 | 大野原駅発 | 秩父駅経由御花畑駅行 | 大野原駅行 |
| 8  |            |                    | 06           | 06   | 30    | 8:55       | 20    |
| 9  | 05         | 08                 | 10           | 15   | 35    | 9:50       | 30    |
| 10 | 14         | 05                 | 10           | 15   | 30    | 10:35      | 25    |
| 11 | 20         | 20                 | 15           | 20   | 40    | 11:10      |       |
| 12 |            |                    | 15           | 20   | 35    | 12:00      | 50    |
| 13 |            |                    | 00           | 05   |       |            |       |

駅からの便はなくなり、個別送迎に変更しました。

## 喫煙者外来(禁煙外来)やっています!

タバコを吸っている方、今はやめるつもりはないが、肺の状態が心配な方、いずれやめたいと思っている方、禁煙外来に相談してみませんか? まずはお気軽にお電話ください。 受付 ☎23-1300



## 2017年1月に導入した太陽光発電施設が環境省のホームページに「エネルギー対策特別会計補助事業活用事例集(2018年度)」として掲載されました。



再生可能エネルギー部門では唯一の民間施設です。蓄電池を入れたことで、災害時に地域住民の一時避難先となれること、実際に地域住民向けの説明会を実施したことも評価されています。

詳しくは環境省のサイトをご覧ください。

[http://www.env.go.jp/earth/earth/ondanka/jirei/jirei2018v2\\_3.pdf](http://www.env.go.jp/earth/earth/ondanka/jirei/jirei2018v2_3.pdf)

10月13日(土)

## 秩父宮記念市民会館にて 特定医療法人俊仁会主催 第4回地域包括ケア研究発表会が開催されました。

前半は歯科医師会の吉田久会長による講演で口腔ケアの大切さについて学んだあと、『食べる喜びと口腔ケア～みんなで延ばそう「健康寿命」～』と題したシンポジウムでは、当院山田院長が座長をつとめさせていただきました。歯科医、歯科衛生士、言語聴覚士、管理栄養士、介護福祉士と現場での経験をはじめ、多職種でかかわる口腔ケアの実際について報告がされました。

午後の研究発表会では、当院を代表とする7つの医療介護活動(HPH/フレイル予防/くらしサポーター/無料低額診療事業/摂食嚥下/定期巡回随時対応型訪問介護看護)について報告させていただき、地域の皆様に当院の活動を知っていただく良い機会となりました。『地域を良くしたい!』と願う住民の皆様が集い、大変盛会でした。 事務長:小林 曜子



## 一般撮影用X線装置を更新しました。

放射線科では一般撮影用X線装置を更新しました。この装置は定期検査などで撮影する胸部や腹部また全身の骨や関節を撮影する装置です。新しい撮影台にはソフト天板を採用しました。いままでより撮影台の硬さが軽減されています。

皆様からお預かりした大切な出資金は、医療機器の更新にも役立っています。 放射線科:角田 誠一



ちちぶ芸術祭参加イベント

## 秩父生協病院 第54回 はーとふるコンサート

11月17日(土) 14時~15時 1Fロビー

### 出演者紹介

あらい ちはる  
○新井 千晴 さん(ソプラノ)

小鹿野町出身。武蔵野音楽大学声楽科卒、同大学院音楽研究科声楽専攻を修了。その後オーストリアのウィーンで研鑽を積む。最近では近現代の音楽にも取り組み、評価されている。また昨年は「フィガロの結婚」スザンヌ役も演じた。

もり けいこ  
○森 佳子さん(ピアノ)

横瀬町出身。5歳よりピアノを始める。芸術総合高等学校音楽科を経て、武蔵野音楽大学ピアノを加藤智子、田代慎之介各氏に師事。現在は子育てをしながら、地元のコーラス団体の伴奏など行っている。