

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~
(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 (一社)日本ウエルネス
スポーツ吹矢協会

参加費 入会金1,000円・月500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

参加費 月1,000円

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(TEL:23-8124)
までご連絡下さい。

無料法律相談 13時~

6/5(水) 秩父生協病院にて(☎23-1300) ※希望の方は各相談場所へ
7/3(水) 秩父民商事務所にて(☎23-8154) お申込みください。

6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 8:30~12:00	内科	山田 昌樹 (院長)	吉野 隆之 *2毎週11時~ もの忘れ外来 「予約制」	吉野 隆之	山田 昌樹 (院長)	山田 昌樹 (院長)
		村岡 雷太	市川 篤 【呼吸器】	村岡 雷太	中林 公正 【腎・リウマチ】	村岡 雷太
		市川 篤 【呼吸器】 (3日・17日)		野口 周一 【リハビリ】 (5日・19日)	吉野 隆之	市川 篤 【呼吸器】
(木:小児科) 9:30~12:00	胃カメラ		藤田 映輝		山田 昌樹 (院長)	
午後(火のみ) 14:30~16:30	小児科 小児科・ 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 17:00~18:30	内科		村岡 雷太	吉野 隆之	山田 昌樹 (院長)	

※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・休日を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いて
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

2019年
6月号
No.298

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

これからの季節、食中毒に注意が必要!

○食中毒とは...

食べ物を摂取することにより、細菌やウイルス、自然毒(ふぐ毒、毒きのこなど)、化学物質などが原因で起こります。主な症状は腹痛、下痢、嘔吐といった胃腸障害や発熱です。

食中毒の発生時期は食中毒菌が増殖しやすい暑い夏が中心ですが、夏だけでなく冬にも多くの食中毒(主にウイルス性)が発生しているため1年中注意が必要です。

○食中毒予防の三原則

①菌をつけない(洗う・包む)

食中毒の原因菌やウイルスを食べ物につけないようにこまめに手を洗いましょう。他の食品に付いた細菌が付着しないよう、密封容器に入れり、ラップをかけたりすることが大切です。

②菌を増やさない(温度管理・早めに食べる)

細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になりますが、10℃以下では増殖がゆっくりとなり、マイナス15℃以下では増殖が停止します。食べ物に付着した菌を増やさないためには、常温に放置をせず、速やかに冷蔵庫で保管しましょう。魚や肉は調理する直前まで冷蔵庫に保管し、魚や貝類は流水で洗ってから調理します。食品は新鮮なうちに調理し、料理は作ったら直ぐに食べるようにします。

③菌を殺す(加熱・殺菌)

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、肉や魚はもちろん、野菜なども加熱して食べれば安全です。特に肉料理は中心までよく加熱することが大事です。 管理栄養士:乾 幸巳

これからの時期は特に注意!!

夏の時期は高温で細菌の増殖が盛んであること、冷たいものがおいしく感じられる時期で加熱せずに食べる機会が多いこと、暑さで体調をくずし抵抗力が衰えがちなことなどが食中毒の増加に影響しています。

生の肉や魚などを切ったまま板などの器具から、加熱しないで食べる野菜などへ菌が付着しないように、使用の都度、きれいに洗い、できれば殺菌しましょう。焼肉やバーベキューなどの場合には、生の肉をつかむ箸と焼けた肉をつかむ箸は別のものにしましょう。

夏の時期は冷蔵庫の利用が増加し、多く詰め込み、ドアの開閉機会の増加などで、冷蔵庫内の温度が高くなりやすいため、冷蔵庫に入れているから安心というわけではありません。時間が経ち過ぎたら、思い切って捨てましょう。少しでも怪しいと思ったら、食べずに捨て、口に入れるのは止めましょう。



..... 医師体制変更のお知らせ

6月より第1と第3水曜の外来診療担当が関口由希公医師→野口周一医師に代わります。

2010年から9年間、お世話になりました。

「一病息災」という言葉がありますように、からだを大切に長生きされるようお願いしております。

ありがとうございました。

医師：関口 由希公



加入してよかった!

医療生協のいいところ

お友達にもすすめたい!

~いいところ探しキャンペーンより~

昨年行った“生協のいいところ探しキャンペーン”では、患者様・利用者様より「職員が親身になって相談を受けてくれる。」「リハビリの先生がとってもよかった。感謝です。」など大変うれしい言葉をいただきました。

当院は、回復期病棟・療養病棟・外来・通所リハビリを備えており、入院～在宅まで一貫して診られ関われることが大きな特徴です。今年度は5名の新入職員が入職し、理学療法士19名、作業療法士6名、言語聴覚士3名、計28名の大所帯となりました! これからも患者様・利用者様のことを第一に考え、一緒に成長していけたらと思います。

リハビリテーション科 理学療法士：平沼 香恋



厨房 食器・器具消毒保管庫を更新しました。



食養科では、食器・器具消毒保管庫を更新しました。

消毒保管庫は高温で殺菌、乾燥を行い食器や調理器具の衛生を保つ為に重要な役割をしています。

食養科では安全で美味しい食事の提供を第一に考え、心を込め毎食作っています。 食養科：浅賀 真

『5.3憲法集会2019』に参加しました。

5.3憲法集会(有明・東京臨海防災公園)に参加してきました。

リレートークでは音楽評論家、作詞家の湯川れい子さんのコメントで彼女は83歳で戦争体験した方で、終生を戦争反対にかけたいとおっしゃっていました。

私たちは日本国憲法を守り生かし、二度と戦争惨禍を繰り返さない。そのために、9条改憲は反対していかなければなりません。

外来看護長：水野 京子



..... 第39回 通常総代会のお知らせ

日時 2019年6月22日(土)

会場 川越プリンスホテル

13:00開会 16:00閉会(予定)

(川越市新富町1-22)

- 内容**
- 2018年度のまとめと事業報告、決算関係報告承認
 - 2019年度の基本方針、事業計画について 等



5支部合同健康まつりをおこないます。

(5支部とは、影森浦山久那支部、中央西支部、花の木支部、高篠支部、横瀬支部です。)

7月7日(日)10時から秩父生協病院にて5支部合同の健康まつりをおこないます。昨年は9月に予定したところ台風の影響で10月に変更となってしまいました。今年は台風に影響されないよう7月に計画しました。秩父生協病院1階ロビーを中心に実施したいと考えています。楽しい健康まつりになるように現在実行委員会で相談をすすめています。ロビーではミニステージとして、楽器演奏、



2018年度の合同支部まつりの様子

うた声、手品、太極拳、フラダンス、ヒップホップダンスなどを予定しています。また、健康チェックについては血圧測定、体脂肪測定、踵骨超音波測定(1回300円)を実施予定です。病院の外ではバザーなども計画しています。参加協力券(1枚200円)を事前に販売します。お買い求めいただいて、ぜひご参加ください。

5支部合同健康まつり実行委員長：新井 常夫