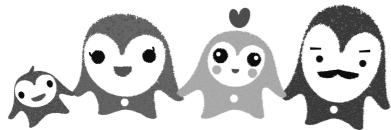


お知らせ

初めての方も大歓迎です。
ぜひご参加ください。



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

燃やせ体脂肪教室

※事前にご連絡ください。
参加費…無料

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

自彊術

(じきょうじゆつ)
毎月第2・4金曜日 18:00~
会場…原谷公民館
参加費…月1,000円

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3木曜日 13:30~
会場…長瀬中央公民館

笑いヨガ

毎週土曜日 8:00~
会場…ミュージック噴水広場

秩父市健康
マイレージ
ポイント
対象事業

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~

11/1(水) 秩父民商事務所にて(☎23-8154)

※希望の方は電話にてお申込みください。

10月の診療体制のご案内 急きよ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)	*1 7日:吉野・担当医 14日:村岡・担当医 21日:吉野・担当医 28日:村岡・担当医
		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】 (2日・16日)	野口 周一 【リハビリ】 (3日・17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)	*2 土曜日の医師体制は輪 番制のため、急遽変更 となる場合があります。 予めご了承ください。
					横井 範子		
午後(火のみ) 14:30~16:30	小児科・ 冷え性外来		横井 範子				*3 もの忘れ外来は毎週火 曜日 11時の予約枠を ご用意しています。「も の忘れ」が心配な場 合はまずはお電話でご 相談ください。
午後	*3 訪問診療	市川 篤 (2日・16日)	市川 篤			市川 篤	*3 通院が困難な方に対し ては医師が計画的にお 宅へ伺う在宅訪問診療 を実施しています。
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
いただいております。

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

2023年
10月号
No.350


発行 秩父生協病院 広報委員会

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

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 
又は、<http://www.chichibu-ch.or.jp/> です。

訪問看護・訪問介護・ケアプランなど介護のご相談は

●生協ちちぶケアステーション
秩父市阿保町1-11 ☎0494-22-9902

●小規模多機能型居宅介護生協花の木ホーム
秩父市上町1-12-11 ☎0494-25-2000

生協強化月間が始まります！

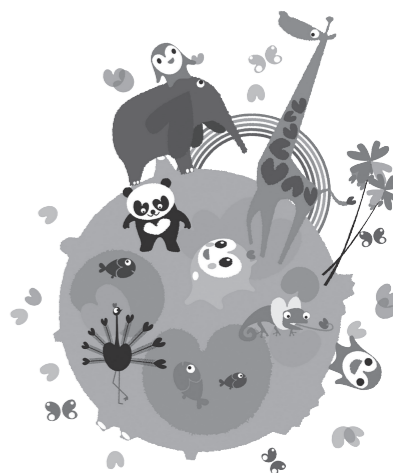
消費生活協同組合法は、1948年10月1日に施行されました。こ
の日は、言わば生協のお誕生日です。

全国の医療生協では、この10月1日をスタートとして10、11月
の2ヶ月間を「生協強化月間」と位置づけ、医療生協の活動を広く
地域に知らせるとりくみをすすめています。

この秩父の地域でも、毎年、この2ヶ月間は、病院、ケアステ
ーション、それぞれの支部で工夫をこらしたとりくみを行い、生協へ
の加入のおすすめや増資のお願いを積極的に行っています。

ウォーキングや料理教室、学習会などの企画もありますので、是
非、生協を知らないお知り合いも誘っていただいで、ご参加下さい。

生協強化月間中は、あちこちで声かけをさせていただくと思いますが、加入や増資へのご協
力をよろしくお祈いします。



(事務長 宇田川 麗)

◆口座振替キャンペーン◆

継続的に増資にご協力いただく「口座振替」キャンペーン実施中。
下記の期間、対象の方に、ココロンせっけんをプレゼントしています。

【キャンペーン期間】

2023年9月25日(月)~2024年3月末まで

【キャンペーン対象】

- ①年間3口以上の「口座振替」の新規手続きをされた方
- ②「口座振替」の3口以上の追加をされた方



お知らせ

●環境ボランティア活動 病院周辺の草むしりを行います。
日時：10月28日(土)8:30~10:00 秩父生協病院組合員サポート室集合
※使い慣れた草刈り鎌や剪定鋏をお持ちの方はご持参下さい。

●フードパントリー
日時：10月28日(土)13:00~15:00 会場：秩父生協病院1階待合室
※必要な方に食材をお分けしています。10/20までに☎23-1300へお申し込み下さい。





秩父グルメ大分析① 味噌ポテト

秩父でおなじみの料理や食材について栄養学的に解説していきます。

皆様ご存じの味噌ポテトは、秩父地方においては古くから定番のおやつとして親しまれていた郷土料理です。

秩父市のゆるキャラ『ぼてくまくん』の好物でもあり、市内のあちこちで売られているので、手軽に買って食べることもできます。

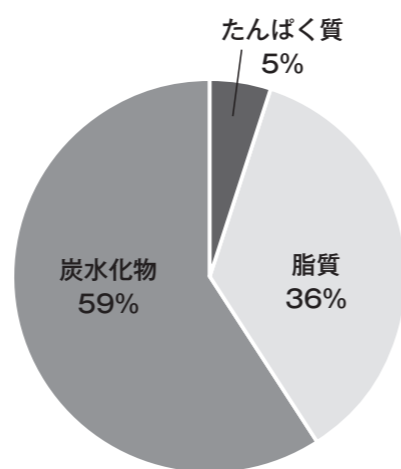
秩父地方では、「小昼飯（こぢゅうはん）」と呼ばれる、農作業の合間や小腹がすいた時に食べる郷土料理がいくつかあり、「みそポテト」はその代表的な小昼飯のひとつです。

ホクホクとしたジャガイモに甘辛い味噌が絡む「みそポテト」は、子供のおやつ、ご飯のおかずやお酒のおつまみとして親しまれています。

味噌ポテトの栄養価は以下の通りで、6割は炭水化物、残りは脂質です。串に刺して売られているものだと平均サイズで1本約200kcal。ジャガイモに小麦粉の衣をつけ油で揚げているのでなかなかのカロリー量。小盛りご飯（約ご飯 100g）1膳以上のカロリーがあります。また、塩分は1串に1g程度含まれています。

甘しょっぱい味についつい量を過ぎす…なんてことはありませんか？美味しくても食べ過ぎにはご注意ください。

（管理栄養士 乾 幸巳）



ワクチン接種のご案内

コロナワクチン接種は10月中に！

接種間違いを避けるために、今季はコロナとインフルエンザのワクチン接種の期間をずらしします。11月からはインフルエンザの予防接種を優先しますので、コロナワクチン接種希望の方は10月中の実施をおすすめします。

どちらのワクチンも、接種希望の方は必ず予約をおとり下さい。

新型コロナウイルスワクチン

- 10/31まで 月曜～金曜の午前中に接種できます
- 11/1以降 火曜の午後のみ接種できます

インフルエンザワクチン

- 11/1より接種開始 外来診療時間帯（火曜の午後を除く）であればいつでも接種できます

通所リハビリ CoCoLo で納涼祭を行いました

デイケア室のそこかしこに屋台(?)や出店。

みんなでワイワイ騒げるような企画は、コロナ禍で中断していましたが、感染の様子を見ながら少しずつ再開しています。

当日は、久しぶりのにぎやかな行事で、職員も含めてみんなで楽しむことができました。



部門紹介④ 回復期リハビリテーション病棟

秩父生協病院の各部門について毎号紹介していきます。

当病棟は、急性期治療終了後に早い段階でリハビリテーションを行い、ADL（日常生活動作）の向上と社会復帰を目的とする病棟です。回復期リハビリテーション病棟では、脳血管疾患・骨折・廃用症候群など、入院の対象となる疾患が定められており、誰でも入院できるわけではありません。対象であるかどうかも含め、まずはご相談ください。

病棟スタッフには、医師・看護師・介護士・リハビリスタッフ・栄養士・薬剤師・事務・医療相談員がいて、それぞれの専門性を発揮し、患者様にとっての目標はなにか、退院後に「やりたいこと」を共有しながら、それを実現するためのリハビリ計画を作成し実践しています。

病棟に関わるスタッフが総勢50名いる中で、時に専門性の高さ故に意見が衝突することもあります。1人の患者さんを見る視点の違いはスタッフを成長させてくれています。意見が割れた時には、患者さんの「なりたい姿は？」と問い、軌道修正を図っています。

リハビリスタッフと1対1で時には機械や道具を使いながら行う「個別リハビリ」がプログラムの基本ですが、リハビリはそれだけではありません。病棟の看護師・介護士は約30名。個別リハビリ以外の時間を病棟でどのように過ごし、いかに機能の改善を促進できるか考え、生活の中でできるリハビリを念頭に置き、ケアを実践しています。

今後も住み慣れた地域での生活に1日でも早く戻れるよう、多職種だからこそできるチームアプローチを目指し支援していきたいと思えます。

（看護長 富田 裕子）



職員募集

リハビリ助手

※デイケアでリハビリのサポートをする仕事で、資格は不要です。

雇用形態：非常勤職員
給与：時給 1030 円～
勤務時間：月～土 9:30～15:00
勤務日数：週 2～4 日 ※応相談
年齢：50 歳くらいまでの方



調理員

※食材の下ごしらえや盛り付けなどの仕事で、資格は不要です。

雇用形態：非常勤職員
給与：時給 1030 円～
勤務時間：① 5:30～14:00
② 7:30～16:00
③ 11:00～19:30 ※応相談
勤務日数：週 2～4 日 ※応相談
年齢：60 歳くらいまでの方



埼玉県赤十字血液センター

※200ml献血は必要量のみとなります

助かる命がある！

あなたのその痛みが、あの人の心を和らげる。
あなたのその時間が、あの人の命をつなげる。
あなたのその行動が、あの人に愛を伝える。

10月23日(木) 受付時間 13:30～16:30

会場 秩父生協病院